



## Dynamics of basic personal beliefs during a pandemic coronavirus

L. G. Zhedunova<sup>1</sup>, N. N. Posysoev<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Yaroslavl State Pedagogical University named after K. D. Ushinsky

<sup>2</sup>Institute of Education Development

DOI: 10.18255/1996-5648-2021-4-602-609

Research article  
Full text in Russian

The article examines the question of the impact of the pandemic crisis on the basic beliefs of an individual. The results of a comparative study of the structure of basic beliefs during the period of personal crisis, pandemic and outside the crisis period are presented. Based on the analysis of the results of the study, it is concluded that in a pandemic situation, the severity of the conviction that the world around is beautiful and full of goodness decreases, while the «Image of the Self» remains steadily positive. A person perceives the situation of a pandemic detachedly, as an event not related to his individual life.

**Keywords:** pandemic; crisis; basic beliefs; Psychological assistance; cognitive experiential theory

### INFORMATION ABOUT AUTHORS

Zhedunova, Lyudmila G. | E-mail: [lzhedunova@mail.ru](mailto:lzhedunova@mail.ru)  
| Doc. Sc. (Psychology), Professor

Posysoev, Nikolay N. | E-mail: [ardat54@mail.ru](mailto:ardat54@mail.ru)  
| Cand. Sc. (Psychology), Associate Professor



## Динамика базисных убеждений личности в период пандемии коронавируса

Л. Г. Жедунова<sup>1</sup>, Н. Н. Посысоев<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского

<sup>2</sup>Институт развития образования

DOI: 10.18255/1996-5648-2021-4-602-609  
УДК 159.9

Научная статья  
Полный текст на русском языке

В статье рассматривается вопрос о влиянии кризиса пандемии на базисные убеждения личности. Приводятся результаты сравнительного исследования структуры базисных убеждений в период личностного кризиса, пандемии и во вне кризисный период. На основании анализа результатов проведенного исследования делается вывод, что в ситуации пандемии снижается выраженность убежденности в том, что окружающий мир прекрасен и полон добра, при этом «Образ Я» остается устойчиво позитивным. Человек воспринимает ситуацию пандемии отстраненно, как событие, не связанное с его индивидуальной жизнью.

**Ключевые слова:** пандемия; кризис; базисные убеждения; психологическая помощь; ко-гнитивно-эмпирическая теория

### ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Жедунова, Людмила Григорьевна	E-mail: <a href="mailto:lzhedunova@mail.ru">lzhedunova@mail.ru</a>   Доктор психологических наук, профессор
Посысоев, Николай Николаевич	E-mail: <a href="mailto:ardat54@mail.ru">ardat54@mail.ru</a>   Кандидат психологических наук, доцент

Поводом для написания данной статьи послужило осмысление собственного опыта психотерапевтической работы с населением последних двух лет – в период пандемии. В настоящее время в психологической литературе широко представлены исследования влияния пандемии коронавируса на различные аспекты нашей жизни. Можно отметить единодушные исследователей в том, что основными переживаниями в ситуации пандемии являются тревога как доминирующая эмоциональная реакция

© Жедунова Л. Г., Посысоев Н. Н., 2021

Статья открытого доступа под лицензией CC BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

на вспышку болезни и страх (Одарущенко О. И., Кузюкова А. А., Еремушкина С. М., 2020; Голубева Н. В., Иванов Д. В., Троицкий М. С., 2020; Anderson P; .Brooks et al., 2020; Lima et al., 2020). При этом подчеркивается значимость этих состояний для соблюдения мер предосторожности, несмотря на трудности их переживания. Сторонники экзистенциального направления полагают, что в ситуации пандемии коронавируса актуализируются базовые темы, связанные со страхом смерти, с одиночеством, со смыслоутратой. В то же время эти переживания могут способствовать принятию профилактических мер и способствовать личностному росту (Федосеенко Е. В., 2020; Wong J, 2020). Иными словами, авторы подчеркивают тот факт, что за конкретными страхами людей (заболеть, заразиться и заразить близких, остаться без своевременной медицинской и психологической помощи) лежат более глубокие экзистенциальные переживания.

При этом содержание внутренних переживаний, их динамика и роль в психологическом благополучии личности представлена в значительно меньшей степени.

Практически все психологи и психотерапевты (специалисты «помогающих» профессий) единодушны в том, что современная ситуация нашей жизни является кризисной. Поскольку в процесс переживания вовлечена так или иначе большая часть человечества, это кризис мирового масштаба. Мы совершенно согласны с тем, что он разворачивается на уровне общественных систем, малых социальных групп, в том числе семейных [1]. Однако в рамках данной статьи предметом нашего исследования является личностный уровень переживания.

Мы хотели бы отметить, что на личностном уровне ситуация пандемии переживается не всегда как кризис, если рассматривать его в общепсихологическом контексте. В этом случае кризис (речь идет о кризисе индивидуальной жизни) есть состояние внутренней дезинтеграции, в основе которой лежит утрата привычных жизненных ориентиров и опор. Кризис – событие экстраординарное, прерывающее текущую жизнедеятельность, характеризующееся высоким уровнем неопределенности и остаточной привычной активности субъекта.

Как видно из определения кризиса, все его характеристики описывают ситуацию пандемии, однако, как показывает практика психологической помощи, в настоящих условиях имеют место все виды критических ситуаций: стресс, фрустрация, конфликт и, в меньшей степени, собственно кризис. Здесь уместно вспомнить исследования А. Ф. Лазурского [2] о влиянии уровня психической организации субъекта на способ проживания жизни и, соответственно, тип взаимодействия со средой. Дальнейшее развитие она получила в исследованиях К. А. Абульхановой – Славской, 1995; Ф. Е. Василюка, 1984; Б. С. Братуся, 1990. Главная идея этих исследований

состоит в том, что способ проживания жизни определяет тип критической ситуации (стресс, фрустрация, конфликт, кризис), а также способ ее переживания субъектом.

Проблематика, с которой люди обращаются за психологической помощью в условиях пандемии, включает в себя все многообразие соответствующих переживаний. Так, например, вынужденная изоляция вызывает разные реакции при переживании пандемии как стресса, как фрустрации, конфликта или кризиса. В случае переживания пандемии как стресса, при наличии выраженных панических атак, страхов, нахождение в изоляции воспринимается как условие безопасности, как возможность укрыться и спастись от угрозы. В данном случае изоляция переживается легко. В случае переживания пандемии как фрустрации изоляция воспринимается как ограничение, барьер на пути к реализации запланированных целей и вызывает сильные протестные реакции в виде агрессии, отчаяния или депрессивных состояний. В случае конфликта при изоляции может усиливаться тревога в связи с необходимостью и одновременно невозможностью принимать решения в ситуации неопределенности при отсутствии устойчивых оснований для выбора. Уместно отметить обозначенные Ф. Василюком особенности переживания критических ситуаций в зависимости от уровня психической организации. Чем выше уровень психической организации, тем выше и шире вариативность переживаний, т. е. при переживании кризиса люди, наряду с переживанием кризиса веры, могут в ситуации изоляции переживать все виды критических ситуаций [3].

Следует отметить также различия в запросах на психологическую помощь мужчин и женщин. Для мужчин, обращающихся за психологической помощью, характерны запросы, связанные с нахождением дополнительных ресурсов для сохранения устойчивости, возможности поддерживать качество жизни своей и своей семьи (характерен страх разорения, истощения ресурсов). Тяготит необходимость принимать решения в неопределенной ситуации. Интересно, что для большинства клиентов – мужчин среднего возраста, имеющих свой бизнес, – характерна тенденция к «десакрализации власти», связанная с потерей доверия к властным структурам, проблематизируется осмысленность внешних управленческих решений. В связи с этим усиливаются и актуализируются страхи, связанные с крушением авторитетов, с необходимостью искать внутренние опоры (взрослеть). Женские переживания лежат в плоскости межличностных отношений. Женщины более восприимчивы к угрозе здоровью и возможному заражению как себя, так и близких людей, они принимают ответственность за соблюдения профилактических мер и поддержание эмоциональной близости в межличностных отношениях без переживания вины и оби-

ды. Эти переживания сопровождаются высокой тревогой и, как следствие, усталостью, эмоциональной истощенностью.

Эффективность психологической помощи, на наш взгляд определяется не только тем, насколько она адекватна предъявляемому переживанию, но и тому, какое место занимает это переживание во внутреннем мире субъекта.

Согласно когнитивно-эмпирической теории С. Эпштейна, люди автоматически конструируют имплицитную «теорию реальности», которая включает два основных блока: теорию собственного «Я» и теорию окружающего мира, а также репрезентации отношений между «Я» и миром. Основной конструкт теории С. Эпштейна, базисные убеждения – иерархически организованные когнитивно-эмоциональные имплицитные представления индивида, сквозь призму которых воспринимаются события окружающего мира и в соответствии с которыми формируется поведение [4]. С. Эпштейн выделяет четыре базисных убеждения, составляющие имплицитную личностную теорию реальности:

- убеждение о доброжелательности окружающего мира;
- убеждение о справедливости окружающего мира;
- убеждение в том, что окружающим людям можно доверять;
- убеждение в собственной значимости.

Дальнейшее развитие основной идеи этой теории (Р. Янофф-Булман М. А. Падун) привело к созданию и апробации на отечественной выборке Шкалы базисных убеждений «World assumptions scale» [5]. Отнесенность того или иного убеждения к разряду базисных осуществлялось по трем основным критериям:

1. Базисные убеждения обнаруживаются уже в раннем детстве.
2. Относительная стабильность базисных убеждений на всем жизненном пути личности.
3. Высокий уровень обобщенности и глобальности базисных убеждений, которые отражают представления индивида о собственном «Я» и окружающем мире в целом [6].

В наших исследованиях личностного кризиса (Жедунова Л. Г., 2009) мы использовали базисные убеждения в качестве операционального аналога глубинной структуры образа мира, которая в ситуации переживания личностного кризиса является мощным стабилизирующим ресурсом, выполняющим адаптационную функцию. Результаты проведенного исследования показали, что в кризисе, по сравнению с некризисным периодом, убежденность в доброжелательности окружающего мира и самоценности возрастает и приобретает характер «верования».

Во вне кризисном периоде наибольший вес приобретают убеждения, связанные с везучестью, доверием, самоуважением, уверенностью, то есть

ситуация кризиса ослабляет влияние некоторых позитивных иллюзий по поводу собственной неуязвимости, везучести, самоуверенности и одновременно усиливает веру и надежду на благожелательность и надежность окружающего мира [7]. Это вполне логично, если учесть, что ведущим переживанием личностного кризиса является переживание о том, что что-то «не так» с самим человеком. Что-то происходит во внутреннем пространстве субъекта, в то время как с внешним миром «ничего не происходит».

Поскольку любой кризис затрагивает имплицитные схемы человека (о мире, об отношениях с миром), мы предполагаем, что кризис, обусловленный ситуацией пандемии, носящий определенно внешний по отношению к личности характер, найдет свое отражение в динамике базисных убеждений.

С целью проверки этого предположения мы провели исследование, в котором принимали участие 25 человек (участники наших предыдущих исследований личностного кризиса). Участникам предлагалось оценить свое отношение к ряду утверждений по градуированной шкале от 1 до 6.

### Результаты исследования и их интерпретация

Обработка полученных данных включала обобщение индивидуальных протоколов в общегрупповую матрицу с последующим применением математико-статистических методов исследования.

Таблица 1

#### Показатели значимости различий в оценке базисных убеждений у испытуемых в кризисе и в условиях пандемии<sup>1</sup>

Базисные убеждения	T – критерий Вилкоксона
8. Мне часто кажется, что во мне нет ничего хорошего.	0,00568480**
10. Я вполне везучий человек.	0,01018584*
13. Как правило, я в состоянии действовать так, чтобы получить максимально благоприятный результат.	0,00077650***
21. Оглядывая свою жизнь, я понимаю, что случай был ко мне благосклонен.	0,00377859**
26. Люди в большинстве своем добры и готовы прийти на помощь.	0,02036492*
28. Если посмотреть внимательно, то увидишь, что мир полон добра.	0,00286503**
31. У меня есть причины стыдиться своего характера.	0,01059400*

<sup>1</sup> Звездочками обозначены статистически значимые (при  $p \leq 0,001$ , 0,01 и 0,05) коэффициенты корреляции.

### **Анализ результатов**

Результаты проведенного исследования свидетельствуют о наличии значимых различий в выраженности базисных убеждений в период пандемии и в кризисный период.

- Так, убеждение в доброжелательности окружающего мира (убеждение личности в том, что окружающий мир в целом – хорошее место для жизни) существенно возрастают в период пандемии.

- Различия в убеждении относительно справедливости (хорошие и плохие события распределяются между людьми по принципу справедливости, и каждый человек получает то, что заслуживает) минимальны, за исключением убеждения в том, что хорошим людям сопутствуют счастье и удача. В период пандемии это убеждение инвертируется. Это представляется вполне закономерным, так как болезнь никого не щадит, вирусу подвержены все слои населения независимо от их способа жизни и личностных характеристик.

- Различия в убеждении, что люди так или иначе могут контролировать происходящие с ними события. В период пандемии убежденность в этом значительно выше. Однако следует отметить, что, наряду с осознанием своей способности к контролю (убежденность в том, что мы можем предотвращать неприятности собственными действиями, в состоянии действовать так, чтобы получить максимально благоприятный результат), испытуемые ниже оценивают свою способность предпринимать необходимые меры для защиты себя от неудач. По-видимому, ситуация пандемии, в отличие от кризиса, делает человека более беспомощным при столкновении с тотальным (принципиально непознаваемым) объектом. «В принципе, я могу справляться с трудностями, но в данный момент не знаю, как действовать».

- Различия в убеждении индивида, что он хороший, достойный и в целом везучий человек. В ситуации пандемии, в отличие от кризиса, «образ Я» более позитивен. Это, на наш взгляд, вполне закономерно, поскольку в кризисе основным переживанием является переживание «со мной что-то не так», а в ситуации пандемии «что-то не так с миром».

Значимые различия в выраженности базисных убеждений в период пандемии и во вне кризисный период затрагивают в основном убеждения в доброжелательности окружающего мира.

В ситуации пандемии снижается выраженность убежденности в том, что окружающий мир прекрасен и полон добра. При этом «Образ Я» остается устойчиво позитивным. Человек воспринимает ситуацию пандемии отстраненно, как событие, не связанное с его индивидуальной жизнью. С нашей точки зрения, это освобождает его от «невротической вины», от необходимости нести ответственность за то, что происходит помимо

его воли. И в то же время может усиливать переживание страха и тревоги за свою жизнь и жизнь близких ему людей.

Таким образом, принимая во внимание особенность нашей выборки (люди, имеющие опыт переживания личностного кризиса), можно сказать, что новообразования, приобретенные в результате конструктивного переживания, позволяют сохранять устойчивость в условиях высокой неопределенности, угрозы и сложности жизни.

### Ссылки

1. Козлов В. В. Динамика психологического содержания кризиса пандемии // Известия Иркутского государственного университета. Серия «Психология». 2020. Т. 34. С. 40–57.
2. Лазурский А. Ф. Очерк науки о характерах. М.: Наука, 1995. 271 с.
3. Василюк Ф. Е. Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций // Психологический журнал. 1995. Т. 3. С. 90–101.
4. Epstein S. Cognitive experiential self-theory // Handbook of personality: Theory and research. New York, 1990. P. 165–192.
5. Janoff-Bulman R. Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Application of schema construct // Social Cognition. 1989. Vol. 7. P. 113–136.
6. Падун М. А., Тарабрина Н. В. Психическая травма и базисные когнитивные схемы личности // Московский психотерапевтический журнал. 2003. № 1. С.121–141.
7. Жедунова Л. Г. Личностный кризис и образ мира (субъективная реальность кризиса). Ярославль, 2009. 135с.