

# РАЗДЕЛ I. ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

---

УДК 159.9

DOI: 10.18384/2310-7235-2020-3-18-28

## ТРЕВОГА О БУДУЩЕМ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ: ИССЛЕДОВАНИЕ МЕТОДОМ КОНТЕНТ-АНАЛИЗА

**Кононов А. Н.**

*Московский государственный областной университет*

*141014, Московская обл., г. Мытищи, ул. Веры Волошиной, д. 24, Российская Федерация*

### **Аннотация**

**Цель.** Целью исследования является изучение переживания тревоги о будущем как ситуативного психоэмоционального состояния в условиях пандемии коронавирусной инфекции и введения режима самоизоляции для граждан Российской Федерации.

**Процедура и методы.** Проведён контент-анализ письменных ответов граждан РФ о влиянии режима самоизоляции на их психоэмоциональное состояние, повседневную жизнь, отношение к социальным изменениям, произошедшим в России после объявления Всемирной организацией здравоохранения пандемии COVID-19.

**Результаты.** Метод контент-анализа позволил выделить 11 значимых контекстов, вокруг которых группируются высказывания респондентов.

**Теоретическая и/или практическая значимость.** Полученные результаты исследования могут быть использованы при разработке программ профилактических и коррекционных мероприятий по снижению высокого уровня тревоги о будущем до оптимального среди граждан РФ.

**Ключевые слова:** тревога, тревожность, тревога о будущем, COVID-19, коронавирусная инфекция, режим самоизоляции

## ANXIETY ABOUT THE FUTURE IN THE CONTEXT OF A CORONAVIRUS PANDEMIC: A CONTENT ANALYSIS STUDY

**A. Kononov**

*Moscow Region State University*

*24, Very Voloshinoi ul., Mytishchi 141014, Russian Federation*

### **Abstract**

**Aim.** The aim of the study is to study the experience of anxiety about the future as a situational psycho-emotional state in the context of the coronavirus infection pandemic and the introduction of the self-isolation regime for the citizens of the Russian Federation.

**Methodology.** The content analysis of written responses from Russian citizens about the impact of the self-isolation regime on their psycho-emotional state, daily life, and attitude to social changes that occurred in Russia after the world Health Organization declared the COVID-19 pandemic.

**Results.** The method of content analysis made it possible to identify 11 significant contexts around which the statements of the respondents are grouped.

**Research implications.** The obtained results of the study can be used in the development of programs of preventive and corrective measures to reduce the high level of anxiety about the future to the optimum among the citizens of the Russian Federation.

**Keywords:** anxiety, uneasiness, anxiety about the future, COVID-19, coronavirus infection, self-isolation mode

### Введение

**Актуальность работы.** В начале 2020 г. властями многих государств в связи с опасностью распространения новой коронавирусной инфекции (далее COVID-19) был введён для граждан режим обязательной или добровольной изоляции (самоизоляции), что стало беспрецедентным явлением в социальной сфере.

Потеря ощущения стабильности, невозможность удовлетворить социальные потребности – факторы, способствующие возникновению и последующему росту тревоги о будущем.

Данное психоэмоциональное состояние возникает в момент резких изменений в социальной и экономической обстановке в стране или мире [5].

Изоляция от общества возникает в различных ситуациях: во время несения воинской службы на борту подводной лодки, в случае отбывания уголовного наказания или участия в длительной научной экспедиции.

Изоляция и самоизоляция в период распространения COVID-19 имеет свои отличительные особенности: во-первых, данная мера борьбы с болезнью приобрела мировые масштабы, так как была введена в большинстве стран; во-вторых, предполагается длительное пребывание граждан в условиях собственного жилища; в-третьих, опасность распространения болезни, ставшая первопричиной социальных ограничений, сама по себе является стрессовым фактором.

Важно понимать, что изоляция в условиях распространения COVID-19 – это мера общественного здравоохранения, предпринятая с целью предотвращения инфицирования здоровых граждан [13]. Однако необходимость соблюдения режима добровольной изоляции (самоизоляции), введённого на общегосударственном уровне, невозможность вести привычный образ жизни, вынужденная адаптация профессиональной и повседневной деятельности к условиям собственного дома, ограничение свободы передвижения и социальных контактов являются причинами, способными оказать негативное влияние на психоэмоциональное состояние граждан и вызвать тревогу о будущем.

**Степень разработанности проблемы.** Проблема влияния изоляции на психоэмоциональное состояние человека в первую очередь изучается в рамках пенициарной психологии, объект которой – подозреваемые и заключённые в следственных изоляторах и исправительных учреждениях.

В рамках данной отрасли психологической науки принуждение к изоляции является мерой наказания для лиц, совершивших преступления, и даже временная изоляция приводит к дезадаптации человека в социуме, а на фоне повышения уровня внутреннего психоэмоционального напряжения, возникает риск деградации личности [9].

Нарушение привычного ритма жизни, невозможность контактировать с семьёй и ближайшим окружением, материальные

ограничения являются объективными факторами, оказывающими отрицательное влияние на состояние человека, изолированного от общества. Наряду с ними есть и субъективные факторы, в частности отсутствие возможности для уединения и ожидание негативных событий [8].

Совокупность данных условий, а также нестабильность окружающей среды и неуверенность в будущем требуют помощи профессионального психолога с целью реабилитации лиц, оказавшихся в условиях изоляции от общества [2].

В противном случае, без оказания квалифицированной помощи, любая монотонность происходящих событий, жёсткая ограниченность пространства, на фоне чрезмерной нагруженности или недостаточности информации, создают риск психотравмирующего воздействия пролонгированного действия на психику человека [1].

Режим самоизоляции, введённый в России и большинстве стран мира, добровольно по своей сути, однако тревога за своё здоровье и жизнь близких заставила многих людей пребывать в ограниченном пространстве квартиры, пусть даже и с родными в круглосуточном режиме, что является беспрецедентным опытом.

При этом вынужденная длительная изоляция в условиях малой группы способна вызвать эмоциональный дискомфорт и стать причиной агрессии. Причиной этого является отсутствие привычного количества и динамики социального взаимодействия. Эксперимент «Марс-500» по имитации полета продолжительностью 520 дней, проводившийся в СССР, показал, что в ходе первого эксперимента (1967 г.) участники исследования начали чувствовать раздражение в отношении других членов экипажа уже на третьей неделе [7].

Эмоциональное напряжение, возникающее внутри малых групп, изолированных от привычной социальной среды, получившее название «полярная болезнь», или «экспедиционное бешенство», возни-

кает в результате того, что члены сообщества имеют возможность контактировать только друг с другом. Агрессия в таких случаях представляет особую опасность, так как члены небольшого сообщества, зная слабые стороны каждого из участников, способны причинить значительный психологический вред. В ситуации изоляции неудачная шутка или кривой взгляд резко выводят человека из состояния равновесия и провоцируют акт агрессии [6, с. 28]. Другими словами, степень близости и взаимной любви людей прямо пропорциональна уровню вреда, который они могут нанести друг другу в случае конфликта. Закрытое пространство квартиры, отсутствие необходимости ездить на работу, невозможность посещать спортивные залы, гулять в парках, создают условия для увеличения количества случаев домашнего насилия.

В начале апреля 2020 г. девять общественных организаций, осуществляющих работу с жертвами домашнего насилия, обратились к правительству РФ и главам регионов с просьбой принять безотлагательные меры по предупреждению роста количества случаев домашнего насилия в условиях самоизоляции и карантина. В провинции Хубэй (Китай) число случаев в сравнении с аналогичным периодом 2019 г. увеличилось в три раза<sup>1</sup>.

В течение первой недели после введения во Франции режима самоизоляции для граждан количество случаев домашнего насилия, в том числе и сексуального характера, увеличилось на 30%, аналогичная ситуация сложилась во многих других странах [11].

14 мая 2020 г. Т. Н. Москаленко, уполномоченный по правам человека в РФ, заявила о росте в 2,5 раза количества обращений о фактах домашнего насилия

<sup>1</sup> Домашнее насилие становится заразным. Правительство просит принять экстренные меры для защиты пострадавших от агрессии в условиях карантина [Электронный ресурс]. URL: <https://www.kommersant.ru/doc/4310901> (дата обращения: 15.04.2020).

в апреле 2020 г. по сравнению с мартом того же года<sup>1</sup>. Можно предположить, что именно феноменом полярной болезни объясняется рост числа случаев домашнего насилия в условиях самоизоляции. Члены одной семьи, вынужденные находиться друг с другом в непрерывном контакте в режиме 24/7, в ряде случаев не имея своего личного пространства и возможности уединиться, становятся участниками жёстких, а иногда и жестоких бытовых конфликтов.

Данная ситуация усугубляется ещё тем, что нахождение в условиях самоизоляции из-за угрозы распространения коронавирусной инфекции способствует возникновению таких состояний, как депрессия, стресс, раздражительность, гнев и тревога. При этом наблюдаются сниженный фон настроения и эмоциональное истощение [10]. Это подтверждает мысль о том, что необходимость вынужденного пребывания в замкнутом пространстве с родными людьми представляет серьёзное испытание для психики даже здорового человека.

Тогда как для лиц с пограничными расстройствами самоизоляция может стать ведущим фактором, запускающим и психические нарушения [16].

Нельзя не сказать, что ограничительные меры, зачастую оказывают пролонгированное воздействие на психоэмоциональное состояние граждан. В частности, лица, имеющие психические заболевания, даже спустя полгода после снятия ограничений испытывают состояние гнева и тревоги [14]. Для лиц с психическими заболеваниями в условиях самоизоляции и распространения COVID-19 крайне важно поддерживать стабильные жизненные условия, чтобы они могли чувствовать себя в безопасности. В противном случае следует ожидать обострения психических заболеваний [15].

В данном контексте пандемия COVID-19 подняла серьёзные этические проблемы, в основе которых лежат социально-экономические трудности, возникшие во многих государствах мира.

Так, были выдвинуты предложения, что в случае, если стоит выбор при поддержке больного COVID-19 аппаратом искусственной вентиляции лёгких между пациентом, умственно отсталым или с ограниченными возможностями здоровья, и пациентом, психически здоровым, выбор должен быть сделан в пользу второго [12]. Пандемия усугубила существующее неравенство между людьми не только по материальному или социальному положению, но и по праву на жизнь. В равной ситуации болезни жизнь одного человека оценивается ниже, чем жизнь другого, потому что он психически нездоров или инвалид.

Тревога высокого уровня в ситуации изоляции – закономерное явление, особенно в тех случаях, когда диагностированное заболевание представляет угрозу для здоровья или жизни человека [4].

Коронавирусная инфекция является именно таким заболеванием, об этом на специальной пресс-конференции заявил глава Всемирной организации здравоохранения. Смертоносность новой вирусной инфекции превышает свиной грипп в 10 раз, делая её крайне опасной для людей<sup>2</sup>. В подобной ситуации пациенты, имеющие симптомы коронавирусной инфекции, будут испытывать тревогу о будущем высокого уровня, особенно в случае, если тревожность является чертой личности человека.

Распространение депрессивных состояний в условиях самоизоляции – ещё одна из серьёзных проблем, ведущих к росту злоупотребления алкоголем [19]. Именно к такому заключению пришли

<sup>1</sup> Почему правозащитники не согласны со статистикой МВД по домашнему насилию в период самоизоляции? [Электронный ресурс]. URL: <https://www.bfm.ru/news/443721> (дата обращения: 29.05.2020).

<sup>2</sup> ВОЗ: коронавирус в 10 раз смертельнее, чем свиной грипп [Электронный ресурс]. URL: [https://www.ntv.ru/novosti/2323222/?utm\\_source=yxnews&utm\\_medium=desktop&utm\\_referrer=https%3A%2F%2Fyandex.ru%2Fnews](https://www.ntv.ru/novosti/2323222/?utm_source=yxnews&utm_medium=desktop&utm_referrer=https%3A%2F%2Fyandex.ru%2Fnews) (дата обращения: 14.04.2020).

китайские исследователи, из чего можно сделать вывод о необходимости последующей психологической помощи нуждающимся лицам, а также введения ограничительных мер по продаже алкоголя.

Длительное нахождение в условиях карантина и самоизоляции во многом является неприятным опытом для людей, вынужденных его соблюдать. Потеря свободы, опасения в отношении собственного состояния здоровья и здоровья своих близких, а также скука, в совокупности являются причиной увеличения количества самоубийств [10].

Исследователи отмечают, что посттравматический стресс как результат карантина затрагивает значительные группы людей, включая врачей [18], пациентов, обычных людей, особенно в таких случаях страдают дети [17].

Анализ существующей литературы позволяет говорить о том, что, несмотря на многообразие психологических исследований, малоизученным остаётся вопрос переживания в ситуации самоизоляции такого психоэмоционального состояния, как тревога о будущем, приобретая особую значимость для психологической науки.

**Гипотеза исследования.** Режим самоизоляции с целью недопущения распространения коронавирусной инфекции является фактором возникновения и роста тревоги о будущем как ситуативно переживаемого психоэмоционального состояния.

**Цель работы и методы.** В рамках феноменологического подхода, на материале ответов участников опроса исследовать методом контент-анализа переживание тревоги о будущем в условиях самоизоляции. Выявить и проанализировать значимые контексты, вокруг которых группируются высказывания испытуемых. Установить, какое влияние оказал режим самоизоляции на психоэмоциональное состояние граждан России, привычный ритм их жизни и работы.

Данные исследования были собраны с помощью онлайн-опроса со ссылкой на Google-форму.

Контент-анализ текста относится к качественно-количественным методам исследования психической реальности личности, на основе анализа содержания текста с целью выявления смысловых единиц, позволяющим получить актуальные данные об особенностях переживания тревоги о будущем [3].

### Результаты и анализ исследования

В исследовании приняли участие 342 респондента, 84 мужчины и 258 женщин, в возрасте от 19 до 71 года, средний возраст опрошенных составил 36 лет. Опрос проводился в период с 3 по 19 апреля 2020 г. среди граждан Российской Федерации.

Участникам исследования было предложено ответить на следующие вопросы: 1. Узнав о коронавирусе, я... (почувствовал(а), подумал(а), испытал(а)... опишите своё эмоциональное состояние)? (B1). 2. Я думаю, что введение режима всеобщей самоизоляции...? (B2). 3. Ситуация с коронавирусом и самоизоляцией вызывает у меня... (B3). 4. В связи с всеобщей самоизоляцией в моей жизни... (B4). 5. Теперь для меня коронавирус – это... (B5). 6. Мои прогнозы относительно сложившейся ситуации... (B6).

Текст был проанализирован по каждому из вопросов с выделением контекстов (смысловых блоков), результаты представлены на рисунке 1, значения на диаграмме – количество упоминаний в ответах респондентов.

Анализ ответов на первый вопрос (B1) свидетельствует о том, что появление коронавирусной инфекции изначально не вызвало роста тревоги среди населения. Ухудшение психоэмоционального состояния и изменение отношения к заболеванию произошли после появления вируса в России, о чём говорит группировка высказываний вокруг двух контекстов, «Тревога» и «Паника»:

*«Сначала не восприняла в серьёз, но, когда вирус появился в России испытала*



Рис. 1 / Fig. 1. Диаграмма распределения ответов респондентов по контекстам / Chart of the respondents' responses distribution by context

панику»; «Первые две недели спокойствие, сейчас тревога»; «Сначала это было где-то далеко в Китае, когда всё начали закрывать у нас, ощутила жуткую тревогу»; «Думала, что ничего серьёзного, тот же грипп, так как статистика заболевания сначала не вызывала тревогу».

Наибольшую тревогу в условиях пандемии респонденты испытывают за здоровье и жизнь родных, особенно детей:

«...когда вирус начал активно распространяться на территории России, то стало страшно за родных и близких, приняли ситуацию со всей серьёзностью и стараемся не подвергать себя риску, сидим дома»; «Вначале казалось, что это недолго, сейчас тревога за детей, я хотя бы 51 прожила, а сколько осталось прожить детям»; «Страх за себя и всех близких мне людей. Очень тревожно за будущее»; «Депрессию, тревогу, страх за будущее»; «Тревогу за здоровье близких мне людей и нет уверенности в завтрашнем дне»; «Тревогу за будущее, за детей и родителей».

В ряде высказываний есть прямое упоминание состояния тревоги о будущем,

так как для людей, введение запрета на свободное передвижение по городу и внутри страны без документального подтверждения прямо свидетельствует об опасности вируса и серьёзном риске для жизни и здоровья.

Однако изначально респонденты не рассматривали COVID-19 как опасный вирус. Отчасти это объясняется появлением инфекции в зимний период, когда в России обычно начинается эпидемия гриппа, а также неоднократным появлением иных инфекций, например, свиного гриппа или атипичной пневмонии, т. е. в определённой мере привычкой к информации об инфекционных заболеваниях. Данное предположение подтверждают ответы участников исследования:

«Восприняла это как сезонную болезнь»; «Не понимала причину паники и чем он отличается от гриппа».

Анализ ответов на второй вопрос (В2) даёт возможность говорить о четырёх контекстах: «Поможет», «Вынужденная», «Государству», «Дома».

Несмотря на определённый дискомфорт, обусловленный вынужденным пре-

быванием в рамках своего жилища, большинство опрошенных отдадут себе отчёт в необходимости и полезности ограничительных мероприятий.

Блок «Поможет». *«Поможет избежать большего количества заражений коронавирусом».*

При этом ряд респондентов отметили, что испытывают негативные эмоции от необходимости соблюдать режим самоизоляции:

*«Я понимаю, что это для нашего блага, но чувствую себя как в тюрьме»; «Невозможно сидеть дома, очень скучно»; «На и так не очень хорошее эмоциональное состояние накладывается нервное напряжение своё и домашних».*

Блок «Вынужденная». *«Вынужденная мера, способная предотвратить наихудшие последствия».*

Блок «Государству». *«Это верное решение, но как жить в финансовом плане непонятно, считаю здесь нужна поддержка государства».*

Блок «Дома». *«Психологически тяжело весной сидеть дома»; «Тревожит то, что больше становишься привязанным, будучи дома, к интернету, гаджетам».*

Осознание необходимости ограничительных мер по недопущению распространения COVID-19 тем не менее вызывает у людей дискомфорт, так как они вынуждены длительное время пребывать в замкнутом пространстве, не имея возможности проводить обычный досуг и заниматься привычными делами. Об этом свидетельствует анализ ответов на третий вопрос (В3).

*«Дискомфорт из-за отсутствия возможности проводить привычный досуг вне дома»; «Изоляция немного давит, потому что нельзя видеться с родными и выходить свободно».*

Анализ ответов на четвёртый вопрос (В4), позволил выделить два значимых контекста: «Изменилось» и «Ограничение».

Из 66 предложений, в которых встречается слово «изменилось», в 51 (77,3%)

респонденты указали, что в их жизни произошли значимые изменения в привычном режиме дня, графике работы, а также им пришлось корректировать планы в связи с введением режима всеобщей самоизоляции.

Ответы в блоке «Ограничение» носят откровенно негативный характер, так как касаются запрета на передвижение, занятия спортом вне жилища, а также встреч с друзьями, родными и близкими, усугубляя тем самым психоэмоциональное состояние.

Некоторые участники указывают и на положительные моменты режима самоизоляции: *«Появилось время для саморазвития, изучения нового»; «Я стал больше времени проводить с семьёй»; «Можно подумать, почитать, посмотреть, заняться любимым хобби».*

Другими словами, даже в ситуации ограничений респонденты смогли эффективно использовать время.

Анализ ответов на пятый вопрос (В5), позволил выделить два контекста: «Болезнь» и «Здоровье».

В блоках «Болезнь» и «Здоровье» участники отмечают отрицательные моменты, связанные с COVID-19: *«Болезнь, от которой нет лекарства»; «Опасная болезнь, действительно косвенно изменившая мою жизнь хотя бы на эту весну».*

И положительные: *«Благодаря ей мы переоценим жизнь»; «Болезнь, которая сплотила всё человечество»; «Повод подумать о хрупкости своего здоровья»; «Повод следить за своим здоровьем ещё больше».*

Отсутствие вакцины, скорость распространения и опасные последствия также нашли своё отражение в ответах и косвенно свидетельствуют о тревоге о будущем: *«Болезнь, которую я рано или поздно жду»; «Болезнь от которой нет лекарства»; «Угроза жизни и здоровья».*

Ответы на шестой вопрос (В6), касаются экономических последствий пандемии и ожиданий граждан, образуя один значимый контекст «Экономика».

В 34 (81%) предложениях опрошенными отмечается резко негативное влияние коронавирусной инфекции на российскую и мировую экономическую систему: «Экономические последствия весь мир будет чувствовать ещё долго»; «Выход из сложившейся ситуации будет очень болезненный и долгий для людей»; «Экономика будет из этого долго выходить и это скажется на каждом жителе страны».

Отдельно хочется отметить распределение участников исследования на категории в зависимости от отношения к COVID-19 и режиму самоизоляции после анализа текста высказываний. Схема представлена на рисунке 2.

**1 группа:** полностью поддерживают режим самоизоляции и соблюдают все рекомендации властей, врачей и специалистов.

**2 группа:** не поддерживают режима самоизоляции, считают его чрезмерно жёстким, ограничивающим права и свободы. Предполагают, что любые запретительные мероприятия негативно скажутся на экономике страны, их личном

финансовом положении и не принесут желаемых результатов, однако соблюдают режим самоизоляции из-за опасения перед штрафными санкциями.

**3 группа:** откровенно выступают против любых ограничений и запретов, вступают в конфликты с представителями власти, демонстративно отказываются использовать средства защиты (перчатки и маски), в случае наложения штрафа будут уклоняться от его уплаты.

Данная классификация была разработана на основе анализа высказываний респондентов.

Изменения, произошедшие в России после введения режима самоизоляции как средства недопущения распространения коронавирусной инфекции и сохранения здоровья граждан, создали уникальные условия для исследования индивидуальной психической реальности россиян.

Защищая физическое здоровье, важно помнить о необходимости проведения профилактических и в последующем коррекционных мероприятий по восста-

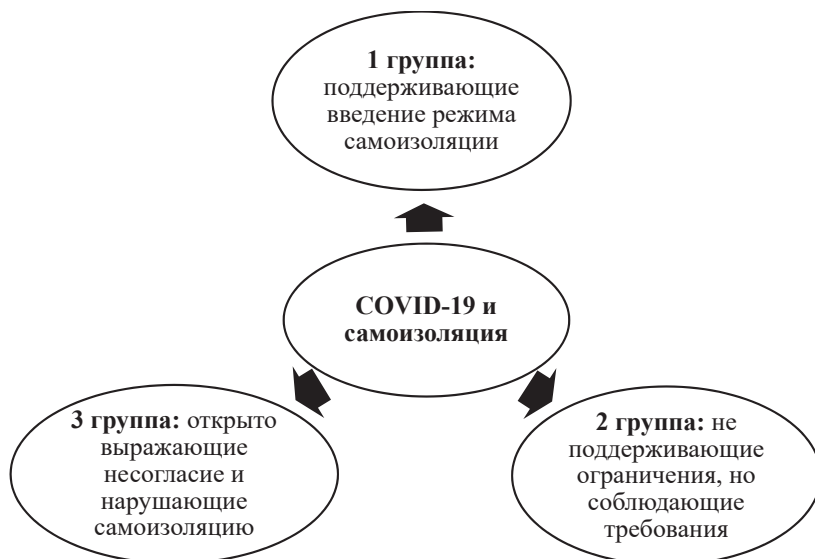


Рис. 2 / Fig. 2. Распределение участников исследование по типу отношения к самоизоляции / The distribution of participants in the study by type of relationship to isolation



новлению психоэмоционального состояния здоровья граждан. Распространение COVID-19 в совокупности с введенными ограничительными мерами является фактором возникновения и роста уровня тревоги о будущем среди населения, негативно сказываясь на психологическом здоровье россиян, создавая условия для межличностных и бытовых конфликтов, и требует своевременной помощи специалистов-психологов.

### Заключение

Изоляция (самоизоляция) человека от общества с нарушением привычного образа жизни, исключая свободное взаимодействие с семьей и ближайшим окружением, оказывает негативное влияние на психоэмоциональное состояние человека. Введение ограничительных мер с целью недопущения распространения новой коронавирусной инфекции, монотонность происходящих повседневных событий в условиях изоляции (самоизоляции) и ограниченность жизненного пространства являются факторами возникновения и последующего роста тревоги о будущем.

Метод контент-анализа позволил выделить 11 значимых контекстов, вокруг которых сгруппированы высказывания участников исследования: «Тревога», «Паника», «Вынужденная», «Поможет», «Государству», «Дома», «Дискомфорт»,

«Изменилось», «Ограничение», «Болезнь», «Здоровье». Блок «Тревога» является наиболее нагруженным (73 предложения содержат данное слово). Участники упоминают состояние тревоги о будущем в связи с опасностью заражения коронавирусной инфекцией, возможной смертью родных и близких, финансовым положением страны и семьи респондентов.

Состояние тревоги о будущем в условиях самоизоляции обусловлено неизвестностью в отношении происходящих событий и невозможностью управлять ими. Осознавая рост уровня тревоги о будущем в условиях режима самоизоляции, респонденты отмечают и положительные эффекты: возможность сконцентрироваться на собственном саморазвитии, а также большее время, проводимое в кругу семьи и с детьми.

Контент-анализ высказываний участников исследования даёт определённые сведения для психологов социальных служб, семейных психологов, специалистов, работающих с детьми, с целью последующей разработки программ, направленных на снижение уровня тревоги о будущем и восстановление психоэмоционального состояния российских граждан после завершения пандемии коронавирусной инфекции.

*Статья поступила в редакцию 22.06.2020*

### ЛИТЕРАТУРА

1. Ермасов Е. В. Аутодеструктивный тип переживания стресса в условиях изоляции // *Личность в экстремальных ситуациях*. 2010. № 3. С. 139–145.
2. Климова Е. М. Участие профессионального психолога в работе и реабилитации осужденных на основе личностного подхода // *Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования*. 2019. Т. 8. № 1А. С. 55–62. DOI 10.25799/AR.2019.43.1.049
3. Кононов А. Н. Исследование тревоги о будущем у работников торговой организации методом контент-анализа // *Научное обозрение: гуманитарные исследования*. 2017. № 3. С. 104–113.
4. Кононов А. Н. Особенности переживания состояния тревоги кардиологическими больными в условиях стационара // *Вестник Московского государственного областного университета (электронный журнал)*. 2016. № 3. URL: [www.vestnik-mgou.ru](http://www.vestnik-mgou.ru) (дата обращения: 03.04.2020). DOI:10.18384/2224-0209-2016-3-755
5. Кононов А. Н. Феномен тревоги о будущем как отдельное понятие в психологической науке // *Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В. П. Астафьева*. 2016. № 4 (38). С. 173–179.
6. Лоренц К. Агрессия. М., 1994. 269 с.
7. Плетнер К. Марс. Репетиция полета // *Воздушно-космическая сфера*. 2016. № 1 (86). С. 58–65.

8. Чертовикова А. С. Психотравмирующие факторы в условиях изоляции // Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 60. С. 485–489.
9. Шефер В. В. Изоляция личности – форма государственного принуждения // Вестник Кузбасского института. 2017. № 2 (31). С. 109–119.
10. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence / S. K. Brooks, R. K. Webster, L. E. Smith, L. Woodland, S. Wessely, N. Greenberg // *The Lancet Journals*. 2020. Vol. 395. P. 839–920.
11. Burki T. The indirect impact of COVID-19 on women // *Newsdesk*. 2020. Vol. 20. P. 904–905.
12. Cowan H., Mason L., Wilson E. Nurses in isolation, and the dark clouds and silver linings revealed by COVID-19 // *British Journal of Cardiac Nursing*. 2020. Vol. 15. P. 1–4.
13. Hossain M., Sultana A., Purohit N. Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: A systematic umbrella review of the global evidence // *Systematic Review*. 2020. Vol. 42. P. 1–11.
14. Mental health status of people isolated due to Middle East respiratory syndrome / H. Jeong, H. W. Yim, Y.-J. Song, M. Ki, J.-A. Min, J. Cho, J.-H. Chae // *Epidemiol Health*. 2016. Vol. 38. P. 4–12.
15. Rising to the challenges of COVID-19: the front line of care and support for people with long-term mental health problems and the response of Northern Healthcare / K. Winstanley, N. Tracey, A. Mancey-Johnson, K. Gournay // *British Journal of Mental Health Nursing*. 2020. Vol. 9. P. 1–7.
16. Predictive factors of psychological disorder development during recovery following SARS outbreak / M. Mihashi, Y. Otsubo, X. Yinjuan, K. Nagatomi, M. Hoshiko, T. Ishitake // *Health Psychol*. 2009. Vol. 28. P. 91–100.
17. Factors influencing psychological distress during a disease epidemic: data from Australia's first outbreak of equine influenza / M. R. Taylor, K. E. Agho, G. J. Stevens, B. Raphael // *BMC Public Health*. 2008. Vol. 8. P. 347.
18. Wu P., Fang Y., Guan Z. The psychological impact of the SARS epidemic on hospital employees in China: exposure, risk perception, and altruistic acceptance of risk // *The Canadian Journal of Psychiatry*. 2009. Vol. 54. P. 302–311.
19. Alcohol Abuse/Dependence Symptoms Among Hospital Employees Exposed to a SARS Outbreak / P. Wu, X. Liu, Y. Fang, B. Fan, C. J. Fuller, Z. Guan, Z. Yao, J. Kong, J. Lu, I. J. Litvak // *Alcohol and Alcoholism*. 2008. Vol. 43. P. 706–712.

## REFERENCES

1. Ermasov E. V. [Self-destructive type of stress experience in isolation]. In: *Lichnost' v ekstremal'nykh situatsiyakh* [Personality in extreme situations], 2010, no. 3, pp. 139–145.
2. Klimova E. M. [Participation of a professional psychologist in the work and rehabilitation of convicts based on a personal approach]. In: *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical and critical reviews and contemporary research], 2019, vol. 8, no. 1A, pp. 55–62.
3. Kononov A. N. [Research of anxiety about the future among trade organization employees using the method of content analysis]. In: *Nauchnoe obozrenie: gumanitarnye issledovaniya* [Scientific review: Humanities research], 2017, no. 3, pp. 104–113.
4. Kononov A. N. [Features of the experience of the state of anxiety in cardiac patients in a hospital setting]. In: *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta (elektronnyi zhurnal)*. 2016. № 3. [Bulletin of Moscow Region State University (e-journal)], 2016, no. 3. Available at: [www.evestnik-mgou.ru](http://www.evestnik-mgou.ru) (accessed: 04.03.2020).
5. Kononov A. N. [The phenomenon of anxiety about the future as a separate concept in psychological science]. In: *Vestnik Krasnoyarskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. V. P. Astaf'eva* [Bulletin of Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafiev], 2016, no. 4 (38), pp. 173–179.
6. Lorents K. *Agressiya* [Aggression]. Moscow, 1994. 269 p.
7. Pletner K. [Mars. Flight rehearsal]. In: *Vozdushno-kosmicheskaya sfera* [Aerospace], 2016, no. 1 (86), pp. 58–65.
8. Chertovikova A. S. [Psycho-traumatic factors in isolation]. In: *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya* [Problems of modern teacher education], 2018, no. 60, pp. 485–489.
9. Shefer V. V. [Isolation of the individual is a form of government coercion]. In: *Vestnik Kuzbasskogo instituta* [Bulletin of the Kuzbass Institute], 2017, no. 2 (31), pp. 109–119.
10. Brooks S. K., Webster R. K., Smith L. E., Woodland L., Wessely S., Greenberg N. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. In: *The Lancet Journals*, 2020, vol. 395, pp. 839–920.

11. Burki T. The indirect impact of COVID-19 on women. In: *Newsdesk*, 2020, vol. 20, pp. 904–905.
12. Cowan H., Mason L., Wilson E. Nurses in isolation, and the dark clouds and silver linings revealed by COVID-19. In: *British Journal of Cardiac Nursing*, 2020, vol. 15, pp. 1–4.
13. Hossain M., Sultana A., Purohit N. Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: A systematic umbrella review of the global evidence. In: *Systematic Review*, 2020, vol. 42, pp. 1–11.
14. Jeong H., Yim H. W., Song Y.-J., Ki M., Min J.-A., Cho J., Chae J.-H. Mental health status of people isolated due to Middle East respiratory syndrome. In: *Epidemiol Health*, 2016, vol. 38, pp. 4–12.
15. Winstanley K., Tracey N., Mancey-Johnson A., Gournay K. Rising to the challenges of COVID-19: the front line of care and support for people with long-term mental health problems and the response of Northern Healthcare. In: *British Journal of Mental Health Nursing*, 2020, vol. 9, pp. 1–7.
16. Mihashi M., Otsubo Y., Yinjuan X., Nagatomi K., Hoshiko M., Ishitake T. Predictive factors of psychological disorder development during recovery following SARS outbreak. In: *Health Psychol*, 2009, vol. 28, pp. 91–100.
17. Taylor M. R., Agho K. E., Stevens G. J., Raphael B. Factors influencing psychological distress during a disease epidemic: data from Australia's first outbreak of equine influenza. In: *BMC Public Health*, 2008, vol. 8, p. 347.
18. Wu P., Fang Y., Guan Z. The psychological impact of the SARS epidemic on hospital employees in China: exposure, risk perception, and altruistic acceptance of risk. In: *The Canadian Journal of Psychiatry*, 2009, vol. 54, pp. 302–311.
19. Wu P., Liu X., Fang Y., Fan B., Fuller C. J., Guan Z., Yao Z., Kong J., Lu J., Litvak I. J. Alcohol Abuse / Dependence Symptoms Among Hospital Employees Exposed to a SARS Outbreak. In: *Alcohol and Alcoholism*, 2008, vol. 43, pp. 706–712.

---

#### БЛАГОДАРНОСТИ

Выражаем благодарность независимому исследователю О. А. Аникиной и выпускнице факультета психологии Московского государственного областного университета К. В. Винитинской за помощь в проведении исследования.

#### ACKNOWLEDGMENT

I would like to thank independent researcher O. A. Anikina and graduate of the faculty of psychology of Moscow state regional University K. V. Vinitinskaya for their assistance in conducting the research.

---

#### ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ

Кононов Александр Николаевич – кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры психологического консультирования, факультета психологии Московского государственного областного университета;  
e-mail: alnikkon@mail.ru

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Alexander N. Kononov – Cand. Sci. (Psychology), senior lecturer, Department of psychological counseling, faculty of psychology, Moscow Region State University;  
e-mail: alnikkon@mail.ru

---

#### ПРАВИЛЬНАЯ ССЫЛКА НА СТАТЬЮ

Кононов А. Н. Тревога о будущем в условиях пандемии коронавирусной инфекции: исследование методом контент-анализа // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2020. № 3. С. 18–28.  
DOI: 10.18384/2310-7235-2020-3-18-28

#### FOR CITATION

Kononov A. N. Anxiety about the future in the context of a coronavirus pandemic: a content analysis study. In: *Bulletin of the Moscow Region State University. Series: Psychology*, 2020, no. 3, pp. 18–28.  
DOI: 10.18384/2310-7235-2020-3-18-28