

# Тимофей Нестик: Внутригрупповая напряженность будет нарастать

*Заведующий лаборатории социальной и экономической психологии Института психологии РАН, профессор РАН Тимофей Нестик рассказал Социологическому антикризисному центру о возможных психологических последствиях пандемии.*

## Искажение восприятия

Из того, что известно о психологических механизмах любого конструирования будущего, можно сделать вывод – наша картина в любом случае сейчас будет искажена. Поэтому сегодня оптимальная исследовательская стратегия – максимально задействовать свою социальную сеть и возможности сообщества, чтобы увидеть происходящее под разными ракурсами зрения. С одной стороны, в этом контексте мы встраиваем себя в структуру замыслов других людей. С другой – совершенствуем собственную способность уже сейчас слышать слабые сигналы происходящих перемен.

Смысл таких обсуждений именно в том, чтобы повысить жизнеспособность сообщества и исследовательской сети в условиях шторма. Вряд ли сейчас какие-то прогнозы будут более точными, а какие-то – нет. Существует известный эксперимент Филипа Тетлока, в котором он просил экспертов дать свои оценки будущего на 20 лет, а потом сверял их с действительностью. Самыми точными оказались эксперты, выбравшие стратегию «лисы» – те, кто сверял своё видение с другими. Методологически сейчас важнее круг, в котором мы можем обсуждать и сверять оценки, чем массовые опросы или анализ больших данных, которые могут нас заморозить белым шумом. Сейчас время качественных оценок и качественной социологии.

## **Основные социально-психологические последствия**

На социально-психологические последствия кризиса можно смотреть с нескольких точек зрения: личности, межличностных отношений и групповых процессов, а также с точки зрения макропсихологии.

На уровне личности страх заражения – один из ключевых факторов и в позитивном, и в настораживающем смыслах. Имеется целая серия исследований, демонстрирующих, что люди, принимающие угрозу всерьёз, в большей степени готовы соблюдать требования врачей и ограничения, наложенные государством. Однако уже сейчас есть данные, показывающие, что тревога по поводу пандемии в целом связана с вероятностью депрессивных расстройств. Опыт предшествующих эпидемических вспышек, имевших потенциал пандемии, показывает, что 10% – 30% людей, находившихся на карантине, потом испытывали симптомы посттравматического стресса. У некоторых подобные симптомы проявлялись даже через три года после травмирующих событий.

О том, что сам карантин обладает сильнейшим травматическим потенциалом, свидетельствуют исследования в Китае и США. Данные уже есть, и наши исследования сейчас это тоже подтверждают. Однако, ожидается наиболее заметный всплеск этих расстройств, в том числе суицидальных, не в связи с карантином, а в связи с экономическим кризисом. Можно ожидать волны самоубийств, и гораздо более массовых расстройств. Граница продолжительности карантина, после которой наступают серьёзные последствия, уже пройдена.

Исследования показывают: примерно после десятого дня последствия существенно ухудшаются. Серия исследований, которые мы проводили в предыдущие годы, показывает, что сама по себе тревога или нагнетание тревоги не повышают готовность к совместному преодолению угрозы. В сочетании с низким социальным доверием тревога провоцирует заботу, прежде всего,

о себе, о близких, но никак не готовность поддерживать решения государства. Это показывают, кстати, не только наши опросы. Мы провели эксперимент с учётом психофизиологических показателей. Испытуемым предъявлялись порядка 30 новостей, связанных с разными типами глобальных рисков. После этой бомбардировки наши испытуемые в большей степени готовы были интересоваться новостями и предпринимать меры по защите себя и своих близких, но не участвовать в коллективных действиях по предотвращению глобальных рисков.

Есть ещё две группы убеждений, которые существенно влияют на представление о том, как именно нужно бороться с глобальными угрозами. Прежде всего, это блок, который можно назвать «стабилизационным». Это вера в существование судьбы, на которую можно влиять, а также консервативные моральные основания. К ним, согласно теории Джонатана Хайдта, относятся прежде всего ориентация на чистоту и святость, а также уважение к авторитету. Консервативные моральные основания усиливают веру в необходимость контроля за гражданами для предотвращения худшего. Конечно, мы получаем иллюзию контроля. Но это действительно помогает справиться с ощущением беспомощности, удерживает людей в условиях кризиса от крайностей. С другой стороны, это приводит к рестриктивным, запретительным мерам, повышает приверженность пройденному пути и сокращает диапазон возможностей для решения проблем, которые мы способны в принципе замечать.

Другая группа представлений о мире связана с тем, что можно назвать переадаптацией. В этом случае люди поддерживают готовность участвовать в совместных инициативах, в том числе сетевых. Есть оптимизм в отношении будущего и вера в возможность повлиять на угрозу уже сейчас, если каждый внесет свой вклад. Такого рода установки связаны с социальным доверием и ориентацией на либеральные моральные основания – заботу о людях, ориентации на справедливость.

При неопределённости и высокой тревоге стратегии, которые личность использует, чтобы совладать с ситуацией, в большей

степени определяются когнитивными процессами. На них можно влиять через изменение представлений о характере угрозы, о том, какие меры необходимы.

## **Факторы психологического благополучия**

По данным исследований, помимо страха заражения, есть ещё три важных фактора, влияющих на соблюдение мер предосторожности и психологическое благополучие.

Первый фактор – это доверие. Генерализованное, а также институциональное, в первую очередь доверие к системе здравоохранения и другим социальным институтам.

Второй фактор – убеждение в контролируемости угрозы и так называемая самоэффективность. Это вера в свою способность защитить себя и своих близких от заражения и вообще влиять на распространение пандемии, внести вклад в общее дело.

Целый ряд исследований, в том числе полученные нами предварительные результаты, говорят, что принципиально важно поддерживать сопереживание. Сопереживание как готовность помочь или просто эмпатию к заболевшим, к тем, чье положение хуже.

Вместе эти три фактора влияют не только на готовность соблюдать требования карантина или иные меры предосторожности, но и на психологическое благополучие. Интересно, что экономическими последствиями карантина больше озабочены те, кто страдает. Это вполне согласуется с нашими предшествующими данными о том, что в будущее заглядывает, прежде всего тот, кто ищет социальной поддержки и сам её оказывает. В этом смысле взгляд глазами других через эмпатию к ним облегчает выстраивание более долгосрочно ориентированных ожиданий.

# Четыре поведенческие стратегии в кризисный период

Если отталкиваться от предшествующих исследований, то можно выделить четыре основные стратегии, характерные для россиян по отношению к глобальным рискам. Это исследование, репрезентативный общероссийский опрос, проведенный совместно с исследовательской группой ЦИРКОН.

ТИПЫ ОТНОШЕНИЯ К  
ГЛОБАЛЬНЫМ РИСКАМ  
(сентябрь 2019 г., общероссийский  
опрос, N=1600)



## 1. Социальная мобилизация (32,6%)

- «Активный оптимизм» - готовность к активным совместным действиям по предотвращению глобальных рисков (18,7%);
- «Алармистский традиционализм» (13,9%);

## 2. Депроблематизация (27,4%)

- «Пассивный оптимизм» (18,9%);
- «Безразличие» (8,5%);

## 3. Стратегия индивидуальной самозащиты, связанная с низким социальным доверием (26,6%)

- «Прагматичный индивидуализм» (16,9%);
- «Скептицизм» (9,7%);

## 4. Фаталистический эскапизм (13,4%)

ТИПЫ ОТНОШЕНИЯ К  
ПАНДЕМИИ (апрель 2020 г.,  
онлайн-опрос, N=1666)



## 1. Алармисты (30,4%)

- Недоверие к СМИ и другим гражданам, поддержка жестких мер сдерживания

## 2. Оптимисты (25,7%)

- Верят в свой вклад в сдерживание пандемии
- Сопереживание заболевшим
- Высокое доверие социальным институтам

## 3. Скептики (18,2%)

- Уровень воспринимаемого стресса (PSS-10) в 2 раза выше, чем у других типов

## 4. Фаталисты (25,8%)

- Низкая самооэффективность
- Наиболее высокий уровень веры в конспирологические теории

Во-первых, стратегия мобилизации. С одной стороны, она объединяет либерально настроенных граждан, оптимистически смотрящих в будущее, верящих в силу самоорганизации. С другой стороны, она характерна для встревоженных традиционалистов. Люди более консервативных взглядов, доверяющие государству и считающие необходимым бить в набат и действовать уже сегодня.

Во-вторых, есть стратегия депроблематизации. Ряд исследований, связанных с климатическими угрозами, показывает, что нагнетание тревоги в отношении глобальных рисков может приводить к обратному эффекту. Когда есть осознание, что угроза реальна, и опыт подтверждает опасения, но все это

сопряжено с убеждением в неконтролируемости угрозы, тогда реакция похожа на разрешение когнитивного диссонанса. Используется стратегия депроблематизации со ссылкой на естественность и сезонность процесса: «Само уляжется – нужно подождать. Есть гораздо более острые социальные проблемы».

Третья стратегия – это стратегия индивидуальной самозащиты. Ориентация на спасение своих близких и себя. Именно эти люди в меньшей степени доверяют средствам массовой информации. Они в меньшей степени жалуются на материальное неблагополучие. Они полагаются на самих себя и намного меньше доверяют остальным и государству.

Если говорить о потенциале ответа, то он в значительной степени связан с социальным капиталом. То, что мы сейчас наблюдаем по данным из Китая, свидетельствует о том, что травмирующий опыт взаимодействия с ближним кругом, существенно повышает подверженность посттравматическому синдрому и снижает готовность справляться с более серьёзными, экономическими проблемами. Можно предположить, что будет происходить усиление именно тесных эмоциональных, доверительных связей. Одновременно будет происходить ослабление более слабых связей. Мы будем полагаться на проверенные контакты. Будет снижаться разнообразие социальной сети, что в масштабах макропсихологических может затруднять социальные и технологические инновации. В том числе, это затруднит освоение новых технологий, и скажется на горизонте планирования.

## **Особенности внутригрупповых и межгрупповых отношений**

Если всмотреться, что в этой ситуации происходит на уровне групп, то нужно учесть специфику групповых решений. Под влиянием тревоги принятие групповых решений сдвигается в сторону шаблонности, приверженности ранее принятым решениям. Группа, как правило, испытывает тревогу, становится более конформной. Резко возрастает риск ошибки первых лиц. Это имеет

прямое отношение к штабам, которые сейчас созданы в регионах – можно сделать ошибку просто потому, что не учли эти неизбежные искажения.

Если обратить внимание на сетевые сообщества, то здесь можно ожидать роста межгрупповой напряженности. Некоторые отчёты по сообществам противников вакцинации показывают, что внутри самого сообщества активно происходит поляризация мнений. Это значит, что будут усиливаться «эхокамеры», когда мы окружаем себя людьми, разделяющими наше мнение, и эффекты подтверждения изначально выбранной позиции. Кроме того, из предшествующих исследований известно, что ложная информация распространяется быстрее, чем правдивая, особенно если она тревожна. Усиление групповой идентификации в условиях тревоги упрощает эмоционально-сфокусированные стратегии совладания и ослабляет проблемно-сфокусированные. Ослабляется способность видеть проблему под разными углами зрения, искать нестандартные ходы. В совокупности это работает, к сожалению, и на закрытие групповых границ. Все пандемии, известные историкам, сопровождались вспышками подобной межгрупповой напряжённости. Это отмечают исследователи по итогам наблюдений SARS, MERS2, Эболы.

Пандемия – это угроза, давно знакомая человечеству. И у человечества есть своеобразный эволюционный ответ: есть исследования, показывающие, что вера в злые силы, в то, что среди нас есть носители зла, которых нужно выявить, достаточно сильно коррелирует с распространённостью заболеваний. Причем во время эпидемий поиск мишеней облегчается. Есть данные по итогам исследований восприятия угрозы COVID-19, что нагнетание тревоги в СМИ повышает чувствительность к любой негативной информации. Люди склонны переоценивать целый ряд других угроз, в том числе преступность и экономические эффекты. Кроме того, есть данные, что человек вообще склонен в случае столкновения с неконтролируемой угрозой искать могущественного врага, что позволяет ему повысить собственную самооценку и справиться с чувством беспомощности. Наконец, экспериментальные

исследования показывают: если мы воспринимаем ситуацию как ситуацию с неравными условиями, с высоким неравенством, то мы в меньшей степени готовы кооперироваться для решения социальных проблем. Если обратить внимание на предстоящее тестирование, которое, скорее всего, будет сопровождаться рядом ошибок, то образуется ещё больший ресентимент в отношении тех, кто получил разрешение свободно перемещаться со стороны тех, кто разрешения не получил. Вообще количество оснований для стигматизации и воспринимаемого неравенства будет увеличиваться.

## **Макропсихология пандемии**

Переходя к макропсихологическим аспектам, важно помнить, что такие страны, как Китай, США, Италия и Россия, вошли в пандемию с разным уровнем доверия к социальным институтам. Судя по данным Edelman Trust Barometer, в России этот показатель составляет 30%, тогда как в США 45%, а в Китае – почти 80% доверяют властям.

Исследование, которое было проведено нами в сентябре 2019 г. по репрезентативной выборке, показало: только 26% считали, что в случае массового бедствия федеральные и региональные власти окажут поддержку всем нуждающимся. Сейчас в серию своих онлайн-опросов мы включили ту же формулировку. Понятно, что эти данные в 2020 г. не репрезентативны, но по выборке в 2 тыс. человек мы получили ещё меньший процент, то есть это на уровне 18%.



# Глобальный кризис доверия к социальным институтам



(Edelman Trust Barometer, 2020)

Наши данные (ИП РАН): 2019, N=1600 2020, N=1823

В СЛУЧАЕ  
МАССОВОГО БЕДСТВИЯ  
ФЕДЕРАЛЬНЫЕ И  
РЕГИОНАЛЬНЫЕ ВЛАСТИ  
ОКАЖУТ ПОДДЕРЖКУ  
ВСЕМ НУЖДАЮЩИМСЯ

26,2% 18,2%

Данные ФОМ и ВЦИОМ: в марте-апреле 2020 г. доверие россиян к властям и СМИ снижается

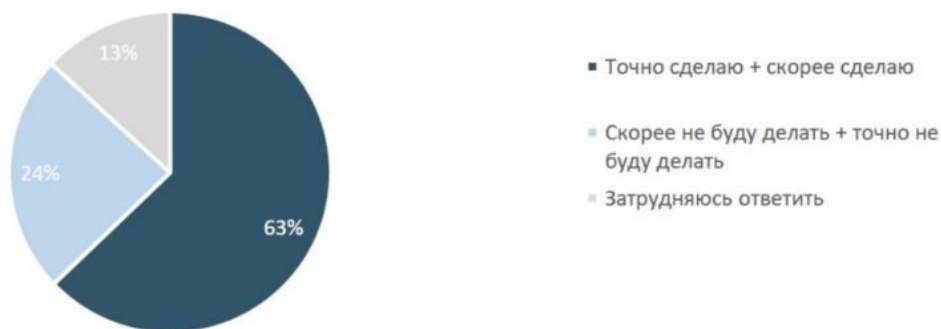
Опросы, которые сейчас провели «ФОМ», «ВЦИОМ», хорошо показывают: доверие к власти, доверие к СМИ снижается, что обостряет проблему вакцинации. По оценкам ВЦИОМ и Gallup, от 30% до 38% населения в России не вполне уверены в безопасности вакцинации. Если учесть, что основной вклад вносит не столько недоверие к науке, сколько недоверие к системе здравоохранения или государству, то нас ждёт ещё серьёзная проблема через некоторое количество месяцев, когда вакцина появится.

Реакция экспертного сообщества и СМИ, которые формируют реакцию общества, – во многом следует опыту, сформированному за последние годы в обсуждении изменения климата. Распространена алармистская риторика. Надо вспомнить в этой связи о так называемой «теории управления ужасом». Её разработали три психолога, которые, поспорили, смогут ли они доказать антропологическую теорию Эрнеста Беккера о том, что культура является защитой от тревоги смерти. Они действительно смогли это сделать. Они провели серию экспериментов, показавших, что, тревожность растёт, когда мы предъявляем какие-то картинки, связанные со смертью, или говорим о числе жертв, или, как сейчас, показываем количество смертей и количество заболевших. При этом у людей, с одной стороны,

возрастает стремление повысить свою позитивную самооценку за счёт импульсивного потребления, а с другой стороны, возрастает приверженность к традиционным ценностям. Резко увеличивается чувствительность к границе между «мы» и «чужие», «мы» и «они». Эта теория во многом объясняет происходящее сегодня.

Надо сказать, что исследования, которые мы проводили до пандемии, показали, что мы можем вызвать разные страхи смерти. Есть конструктивные и деструктивные страхи. Конструктивные связаны с переживанием сострадания близким, вынужденным встретить нашу смерть и справиться с последствиями. Они связаны с последствиями для нашей личности с нереализованными планами. Деструктивные страхи связаны со страхом разложения нашего тела, со страхом забвения. По существу, со всем тем, что лишает смысла наше сегодняшнее существование. Наши исследования связи между отношением к смерти и отношением к глобальным рискам показывают, что картинки, сопровождаемые просто информацией о смерти, но не вызывающие сопереживания к ушедшим или к людям, находящимся под угрозой смерти – они провоцируют неконструктивный ответ. Он, в свою очередь, усиливает приверженность к традиционным ценностям, и надежду на более жесткий контроль за соблюдением мер безопасности, который позволит спастись от худшего. Есть ряд исследований, доказывающих, что при росте угрозы к власти, как правило, приходят более авторитарные политики. В последние два месяца польские и американские коллеги провели интересный эксперимент, подтвердивший, что рост тревоги по поводу COVID-19 провоцирует потребность в простых решениях, в упрощенной картине мира, что в свою очередь сдвигает ценностные ориентации в консервативный спектр и влияет на предпочтения авторитарных политиков на приближающихся выборах.

Если будет разработана вакцина против коронавируса и прививка будет доступна бесплатно, насколько вероятно, что Вы ее сделаете? (% опрошенных)



#### ТОП-3 причин отказа:

- не видят необходимости, в частности, не понимают, зачем нужно ставить прививку, если ты не болен; не верят в эффективность прививок в принципе, так как вирусы мутируют;
  - не доверяют новой вакцине, которая внедряется слишком быстро, не пройдя всех проверок; человек боится непроверенного и непредсказуемого эффекта;
  - убеждены в заведомой опасности конкретной прививки, подозревают, что прививка может быть обманом с целью навредить пациенту.
- 

Хочется также обратить внимание на будущие проблемы, о которых меньше всего сейчас говорят в СМИ, но которые пора открыто обсуждать. Прежде всего, нужно готовиться к волне расстройств, которые будут связаны не с пребыванием в вынужденной самоизоляции, вызванной карантином, а с экономическим кризисом. Эта волна будет более серьезной, и к ней нужно готовиться. Для сравнения, когда с помощью психометрических инструментов проанализировали эффекты кризиса в Греции, то там те или иные симптомы посттравматического стресса наблюдались у 90% выборки. Это гораздо серьезнее.

Во-вторых, это стигматизация, о которой сейчас тоже крайне мало говорят, в том числе, по телевизионным каналам. В-третьих, это ожидающая нас драма, связанная с неготовностью людей проходить вакцинацию. В-четвертых, мы недостаточно обсуждаем угрозу технофобии. Форсированный переход к цифровой экономике, к использованию систем искусственного интеллекта, который закреплен в нашей стратегии, неизбежно будет провоцировать страхи, связанные с контролем за гражданами.

Наше исследование показывает, что наиболее чувствительными к этому будут молодые люди, то есть поколение Z и поколение Y.