

**ГОО ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ М. ГОРЬКОГО»  
КАФЕДРА ПСИХИАТРИИ, НАРКОЛОГИИ И МЕДИЦИНСКОЙ  
ПСИХОЛОГИИ**

**ОСОБЕННОСТИ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА У ЛИЦ,  
НАХОДЯЩИХСЯ ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ ХРОНИЧЕСКОГО  
СТРЕССА (COVID-19)**

*ассистент Коваленко С.Р.  
ассистент Альмешкина А.А.*

# ДИСПОЗИЦИОННЫЙ ОПТИМИЗМ

- ДИСПОЗИЦИОННЫЙ ОПТИМИЗМ ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ ОБОБЩЕННЫЕ ПОЗИТИВНЫЕ И НЕГАТИВНЫЕ ОЖИДАНИЯ ОТНОСИТЕЛЬНО БУДУЩЕГО ЧЕЛОВЕКА.
- СОВРЕМЕННЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ОПТИМИЗМА ОСУЩЕСТВЛЯЮТСЯ ГЛАВНЫМ ОБРАЗОМ В РАМКАХ КОНЦЕПЦИИ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА.
- ОСНОВАТЕЛЯМИ ДАННОГО НАПРАВЛЕНИЯ ЯВЛЯЮТСЯ Ч. КАРВЕР И М. ШЕЙЕР, КОТОРЫЕ ПОСТРОИЛИ СВОЙ ПОДХОД НА ОСНОВЕ ОБЩЕЙ ТЕОРИИ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ. ИЗ ЭТОЙ ТЕОРИИ СЛЕДУЕТ: ЧТО, ВО-ПЕРВЫХ, ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА СТРОИТСЯ ВОКРУГ НЕКОЙ ЦЕЛИ И НАПРАВЛЕНО НА ЕЕ ДОСТИЖЕНИЕ; ВО-ВТОРЫХ, ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА ЗАВИСИТ ОТ НАЛИЧИЯ ЧУВСТВА СОМНЕНИЯ ИЛИ ЖЕ УВЕРЕННОСТИ В ДОСТИЖЕНИИ ПОСТАВЛЕННОЙ ЦЕЛИ.

# ДИСПОЗИЦИОННЫЙ ОПТИМИЗМ

- ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА СПОСОБСТВУЕТ АКТИВНОМУ, ПРОДУКТИВНОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ
- ОПТИМИСТЫ ВИДЯТ ЖЕЛАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КАК ДОСТИЖИМЫЕ, ОНИ ЧАЩЕ РЕАГИРУЮТ НА ТРУДНОСТИ В АКТИВНОЙ МАНЕРЕ, УВЕЛИЧИВАЯ НАСТОЙЧИВОСТЬ В СВОИХ ПОПЫТКАХ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛИ.
- НИЗКИЙ ИНИЦИИРУЕТ БЕЗДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.
- ЛЮДИ С НИЗКИМ УРОВНЕМ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА, НЕ ИСПЫТЫВАЮТ ПОЗИТИВНЫХ ОЖИДАНИЙ В ОТНОШЕНИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ ТРУДНОСТЕЙ И ЧАЩЕ ОТВЕЧАЮТ НА ПОСЛЕДНИЕ ПАССИВНЫМ И ИЗБЕГАЮЩИМ ПОВЕДЕНИЕМ

# ДИСПОЗИЦИОННЫЙ ОПТИМИЗМ И СТРЕСС

- ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ РАЗЛИЧНЫХ СТРЕССОВЫХ ФАКТОРОВ ВСЕ ЛЮДИ СПОСОБНЫ ИСПЫТЫВАТЬ ШИРОКИЙ СПЕКТР ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ РЕАКЦИЙ, ОТ СТРАСТИ И ВЗВОЛНОВАННОСТИ ДО ТРЕВОГИ И ДЕПРЕССИИ.
- ОГРОМНОЕ ВЛИЯНИЕ НА ВОСПРИЯТИЕ СТРЕССОВЫХ ФАКТОРОВ ОКАЗЫВАЕТ УРОВЕНЬ ОПТИМИЗМА ЧЕЛОВЕКА.
- ОПТИМИСТЫ ДАЖЕ В СОСТОЯНИИ СИЛЬНОГО СТРЕССА СПОСОБНЫ ИСПЫТЫВАТЬ КОМПЛЕКС ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ.
- ПЕССИМИСТЫ БОЛЕЕ СКЛОННЫ К ДИСТРЕССУ, ЧТО КАК ПРАВИЛО УСИЛИВАЕТ НЕГАТИВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ – ТРЕВОГУ, СТРАХ, ПЕЧАЛЬ, РАЗОЧАРОВАНИЕ И Т.Д.

# ЦЕЛЬ

ЦЕЛЬ ДАННОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ОПРЕДЕЛИТЬ  
УРОВЕНЬ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА У  
ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ  
ХРОНИЧЕСКОГО СТРЕССА, СВЯЗАННОГО С  
ПАНДЕМИЕЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ.

# ***МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ***

- ДЛЯ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА ОБСЛЕДОВАЛИСЬ 209 ЧЕЛОВЕК, В ПЕРИОД С СЕНТЯБРЯ ПО ДЕКАБРЬ 2020 ГОДА
- СРЕДНИЙ ВОЗРАСТ ОБСЛЕДУЕМЫХ СОСТАВЛЯЛ 20 ЛЕТ.
- ОБСЛЕДУЕМЫ БЫЛИ РАЗДЕЛЕНЫ НА ГРУППЫ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ УРОВНЯ СТРЕССОГЕННОСТИ СИТУАЦИИ, КОТОРЫЙ ОПРЕДЕЛЯЛСЯ ИСХОДЯ ИЗ МИРОВЫХ ДАННЫХ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ/СМЕРТНОСТИ С СЕНТЯБРЯ ПО ДЕКАБРЬ 2020 ГОДА.

## ***МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ***

- ❑ ПО УРОВНЮ СТРЕССОГЕННОСТИ ВЫДЕЛЯЛОСЬ 4 ГРУППЫ: ПЕРВАЯ ГРУППА (81 ЧЕЛОВЕКА) – ОБСЛЕДОВАЛИСЬ В СЕНТЯБРЬ, ВТОРАЯ ГРУППА (52 ЧЕЛОВЕКА) В ОКТЯБРЕ, ТРЕТЬЕЙ ГРУППА (36 ЧЕЛОВЕК) – В НОЯБРЕ И ЧЕТВЕРТАЯ ГРУППА (40 ЧЕЛОВЕК) В ДЕКАБРЕ.
- ❑ В ТЕЧЕНИИ ВСЕГО ПЕРИОДА ОБСЛЕДОВАНИЕ ОТМЕЧАЛСЯ РОСТ ПОКАЗАТЕЛЯ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ/СМЕРТНОСТИ В СРЕДНЕМ НА 37% ЕЖЕМЕСЯЧНО.

# *МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ*

- для определения уровня оптимизма использовался тест диспозиционного оптимизма (тест жизненной ориентации, LIFE ORIENTATION TEST, LOT) Ч. Карвер и М. Шеер, в адаптации Т. О. Гордеева, О. А. Сычев, Е. Н. Осин (2010).
- данная методика состоит из 12 утверждений: 4 – позитивные ожидания; 4 – негативные ожидания; 4 – пункты-«наполнители». Позитивные («оптимизм») и негативные («пессимизм») ожидания формируют общий показатель диспозиционного оптимизма (ТДО):
  - низкие показатели ТДО – 0-17 баллов
  - средние показатели ТДО – 18-29 баллов
  - высокие показатели ТДО – 30-32 балла



# РЕЗУЛЬТАТЫ

**АНАЛИЗИРУЯ ОБЩИЕ ДАННЫЕ, ПОЛУЧЕННЫЕ ПРИ ОБСЛЕДОВАНИИ С ПОМОЩЬ ТЕСТА ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА МОЖНО ОТМЕТИТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ОСОБЕННОСТИ:**

- СРЕДНИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ТДО ПО ВСЕЙ ВЫБОРКЕ ОБСЛЕДУЕМЫХ СОСТАВЛЯЛИ  $23,84 \pm 4,38$ , ЧТО СООТВЕТСТВУЕТ СРЕДНЕЙ СТЕПЕНИ ВЫРАЖЕННОСТИ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА.
- ПОКАЗАТЕЛИ «ОПТИМИЗМА» СОСТАВИЛИ  $11,81 \pm 2,2$ ,
- ПОКАЗАТЕЛИ «ПЕССИМИЗМА» -  $12,11 \pm 2,69$ , ЧТО ТАКЖЕ СООТВЕТСТВУЕТ СРЕДНЕМУ УРОВНЮ ВЫРАЖЕННОСТИ.

**ПРИ ПРОВЕДЕНИИ КОЛИЧЕСТВЕННОГО АНАЛИЗА БЫЛИ ПОЛУЧЕНЫ СЛЕДУЮЩИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

- НИЗКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ТДО – 11,9% (25 ЧЕЛОВЕК)
- СРЕДНИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ТДО – 70,4% (147 ЧЕЛОВЕК)
- ВЫСОКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ТДО – 17,7% (37 ЧЕЛОВЕК)

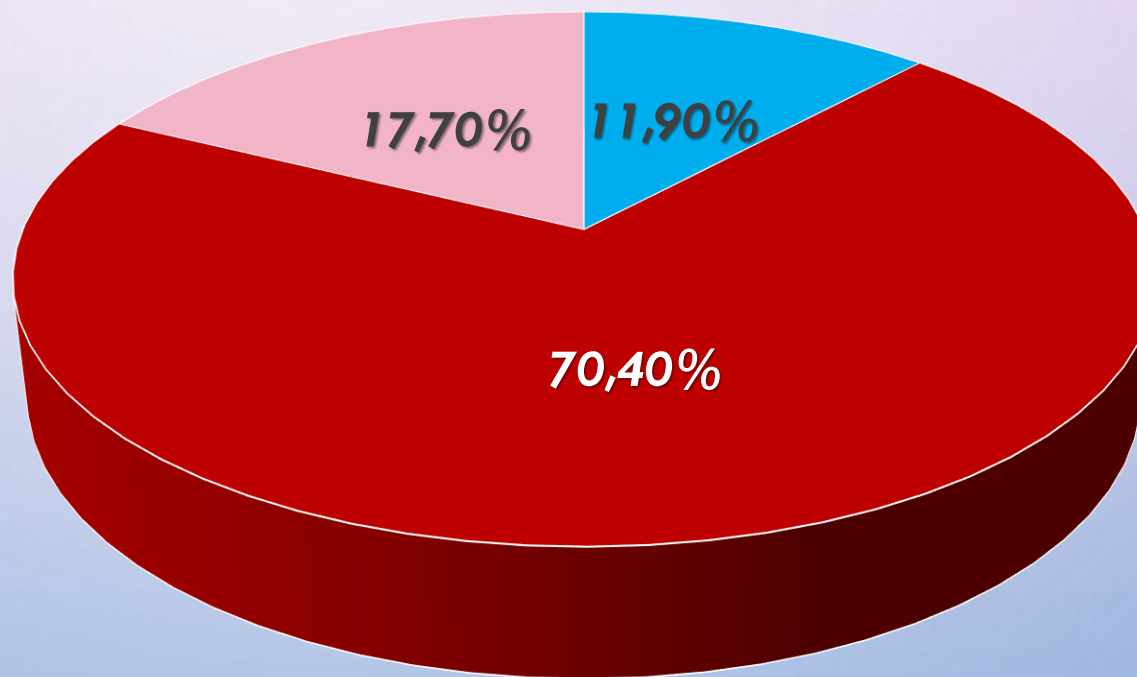
# РЕЗУЛЬТАТЫ

## Количественный анализ (%) диспозиционного оптимизма

■ Низкий уровень ДО

■ Средний уровень ДО

■ Высокий уровень ДО



# РЕЗУЛЬТАТЫ

Распределение обследуемых в зависимости от уровня стрессогенности ситуации в мире (заболеваемость/смертность)

Уровень диспозиционного оптимизма	1-я группа (n = 81)	2-я группа (n = 52)	3-я группа (n = 36)	4-я группа (n = 40)
	%			
	(абс.)			
<b>Низкий</b>	9,9% (8)	21,1% (11)	5,6% (2)	12,5% (5)
<b>Средний</b>	66,6% (54)	63,5% (33)	77,8% (28)	77,5% (31)
<b>Высокий</b>	23,5% (19)	15,4% (8)	16,6% (6)	10% (4)
	Ср. значения			
	(баллы)			
<b>Сред. Значение «Оптимизм»</b>	12,25±1,98	11,27±2,64 *	12,22±1,93	11,28±2,27 *
<b>Сред. Значение «Пессимизм»</b>	12,3±2,75	11,38±3,26 *	12,78±1,75	12,1±2,26
<b>Сред. Значение ТДО</b>	24,32±4,21	22,65±5,28 *	25±3,17	23,38±4,41

\* -  $p \leq 0,05$

## ***РЕЗУЛЬТАТЫ***

АНАЛИЗИРУЯ ПОЛУЧЕННЫЕ ДАННЫЕ, СЛЕДУЕТ ОТМЕТИТЬ, ЧТО САМЫЕ НИЗКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ УРОВНЯ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА (НА УРОВНЕ СТАТИСТИЧЕСКОЙ ЗНАЧИМОСТИ) ОТМЕЧАЛИСЬ У ОБСЛЕДУЕМЫХ ВТОРОЙ ГРУППЫ (МЕСЯЦ ОБСЛЕДОВАНИЯ – ОКТЯБРЬ). В ЦЕЛОМ ДАННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ СООТВЕТСТВОВАЛИ РОСТУ УРОВНЯ СТРЕССОГЕННОСТИ (ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ/СМЕРТНОСТИ) В СВЯЗИ С ЭПИДЕМИЧЕСКОЙ ОБСТАНОВКОЙ В МИРЕ.

## ***ЗАКЛЮЧЕНИЕ***

- ❑ ПОКАЗАТЕЛИ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА ПО ВСЕЙ ВЫБОРКЕ ОБСЛЕДУЕМЫХ СООТВЕТСТВОВАЛИ СРЕДНЕМУ УРОВНЮ. ЭТО ГОВОРИТ О ТОМ, ЧТО В ЦЕЛОМ, ЛИЦА МОЛОДОГО ВОЗРАСТА НАХОДЯСЬ ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ ХРОНИЧЕСКОГО СТРЕССА, БОРОТЬСЯ С ВОЗНИКАЮЩИМИ ТРУДНОСТЯМИ, ВЕРИТЬ В ДОСТИЖЕНИЕ УСПЕХ КАСАТЕЛЬНО ПОСТАВЛЕННЫХ ЦЕЛЕЙ, НЕ СМОТЯ НА ВОЗНИКАЮЩИЕ ПРОБЛЕМЫ.
- ❑ ОТМЕЧАЛАСЬ СВЯЗЬ МЕЖДУ УРОВНЕМ ВЫРАЖЕННОСТИ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА И УРОВНЕМ СТРЕССОГЕННОСТИ СИТУАЦИИ СВЯЗАННОЙ С ПАНДЕМИЕЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ.

***СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!***