

ЕМОЦІЙНИЙ СТАН НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ, ЛІТО 2014

Статтю присвячено розгляду рівня тривожності громадян України в умовах неоголошеної війни. Зокрема, спочатку простежено зміни емоційного стану українців, далі проаналізовано вплив низки чинників на рівень тривожності; у результаті означено ті з них, що впливають найбільшою мірою.

Статья посвящена рассмотрению уровня тревожности граждан Украины в условиях необъявленной войны. В частности, вначале прослежены изменения эмоционального состояния украинцев, далее проанализировано влияние ряда факторов на уровень тревожности; в результате отмечены те из них, которые влияют в наибольшей степени.

The paper examines anxiety level of Ukrainian citizens under conditions of undeclared war. In particular, the changes in emotional state of Ukrainians were traced at first, then the influence of a number of factors on anxiety level was analyzed, and finally those of them which influence to the greatest extent were noticed.

Ключові слова: *рівень тривожності, ситуативна тривожність, шкала реактивної тривожності.*

Ключевые слова: *уровень тревожности, ситуативная тревожность, шкала реактивной тревожности.*

Keywords: *anxiety level, situational anxiety, reactive anxiety scale.*

Політичні і суспільні зміни, що супроводжуються карколомними і кривавими подіями, починаючи з листопада 2013 р., випробовують витримку та стійкість українців, їх здатність протистояти безжальному тиску. Саме тому як ніколи стає актуальним дослідження емоційного стану і психологічного здоров'я громадян як реакції на пережиті потрясіння і потенційні загрози.

Тривожність – стан, який вирізняється занепокоєністю, напруженістю, поганим передчуттям і нервозністю,

несвідомо виникає у відповідь на можливу небезпеку. Такий стан є нормальною реакцією організму на загрозу, він характеризується фізіологічною мобілізацією, спонукає до дії задля подолання стресу. Проте підвищений рівень тривожності має негативний та руйнівний вплив, зокрема ослаблює здібність тримати увагу, знижує продуктивність, працездатність і соціальну активність [1, 2, 3].

Ч.Спілбергер розрізняє два типи тривожності: ситуативну і особистісну (state and trait anxiety). Перший тип виникає як реакція на стрес і являє собою тимчасовий стан, який кожен переживає час від часу, другий тип – стійка диспозиція, схильність особистості вважати загрозовими досить широкий перелік ситуацій [5, 6].

У соціологічному моніторингу Інституту соціології НАН України з квітня 1992 р. використовується адаптована методика Ч.Спілбергера для вимірювання ситуативної тривожності. Вона містить 20 пунктів, що зображують різні прояви даного стану, як-от напруженість, хвилювання щодо можливих невдач, з використанням 4-бальної шкали від “ні, це не так” до “цілком правильно”. У результаті індекс тривожності, що відтворює емоційну реакцію індивіда на стрес, містить значення від 20 до 80, де 20 означає мінімальний рівень тривожності, а 80 – максимальний. Н.Паніна запропонувала групувати й інтерпретувати значення індексу так: менше 30 – низька тривожність, що свідчить про відсутність мотивації і зацікавленості, зниження активності й відповідальності особистості, від 31 до 46 – нормальна тривожність – закономірна реакція на стрес у випадку успішного його подолання, від 47 до 50 – підвищена тривожність – при екстремальних умовах є ознакою психологічної мобілізації, від 51 до 60 – висока тривожність – вказує на стан, коли психологічні ресурси вичерпуються і безболісно подолати стрес не вдається, і значення індексу понад 61 інтерпретуються як гіпертривожність, яка має згубну дію [2, 6].

Розглянемо вплив низки чинників на рівень тривожності задля виявлення найбільш уразливих категорій населення. Це передбачає декілька кроків: по-перше, огляд змін

Розділ третій

емоційного стану українців за останні декілька років, по-друге, аналіз характеру впливу обраних соціально-демографічних характеристик на рівень тривожності (стать, вік, освіта, тип населеного пункту, регіон, ознаки, які вказують на соціальне становище і їх оцінка індивідом) і насамкінець, визначення тих з них, що впливають найбільшою мірою.

З 2006 р. по 2012 р. рівень тривожності українців коливався у межах норми, середнє значення індексу варіюється від 46.2 до 46.6, тобто психоемоційна реакція на стрес була стабільною (рис.).

Наразі результати опитування виявляють підвищений рівень тривожності, середнє значення індексу становить 49.7, що за звичайних умов викликало б стурбованість, але за дії потужного стресового впливу значення індексу вказує на психологічну мобілізацію. Порівнюючи з попередніми роками, значно скоротився відсоток не зацікавлених і не активних громадян, які включені до категорії “низька тривожність”, за даними 2014 р., таких лише 1,6% (табл.). Зменшилась група, яка нормально реагує і долає

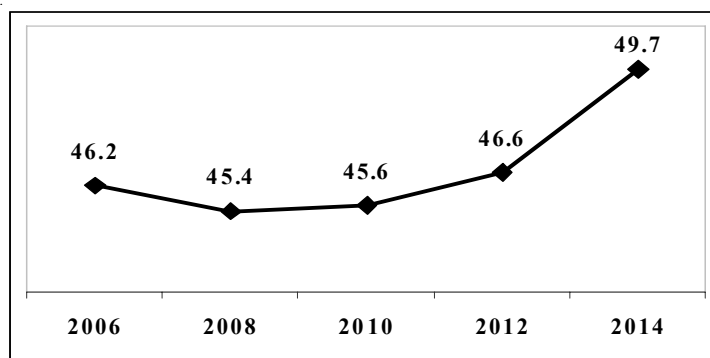


Рисунок. Динаміка рівня тривожності 2006–2014 рр.
(середнє значення індексу)*

*Цього року опитування не проводилось у Криму, тому для коректного аналізу з попередніх хвиль дослідження були вилучені дані, зібрані на цій території.

стрес (з 49,6% у 2006 р. до 34,6% у 2014 р.), на тлі значного зростання групи з високою тривожністю, психологічних ресурсів якої вже недостатньо для того, щоб побороти стрес без наслідків (26,5% у 2006 р. і 37,2% у 2014 р.). Вдвічі порівняно з 2006 р. і 2010 р. збільшилась частка категорії “гіпертривожність”, що охоплює 10,3% населення.

Таблиця

Рівні тривожності (%)

	2006	2008	2010	2012	2014
Низька тривожність	2,9	3,6	3,4	2,2	1,6
Нормальна	49,6	53,0	51,3	50,2	34,5
Підвищена	15,9	16,2	17,0	16,6	16,4
Висока	26,5	23,1	23,1	24,8	37,2
Гіпертривожність	5,1	4,0	5,1	6,2	10,3

Традиційно серед соціально-демографічних характеристик, що впливають на рівень тривожності особистості, зазначають стать, вік і рівень освіти. У жінок рівень тривожності вищий, ніж у чоловіків, з віком він підвищується і є найвищим серед респондентів з низьким рівнем освіти. Така закономірність зберігається і для моніторингових даних 2014 р., середнє значення індексу тривожності для чоловіків становить 48.4, тоді як для жінок – 50.7. Для осіб віком від 18 до 29 років – 47.8, від 30 до 55 років – 49.6, від 56 років і старше – 51.0. Для громадян з загальною середньою освітою значення індексу становить 49.3, з середньою спеціальною – 49.6, з першим ступенем вищої освіти – 49.4, з повною вищою освітою – 49.6, тоді як для опитаних з початковою або неповною середньою освітою – 52.8. Дана обставина пояснюється головним чином тим, що остання категорія містить найбільшу частку громадян, яким понад 60 років (близько 60%).

У попередні роки, зокрема у 2012 р., 2010 р. і 2008 р., спостерігалась відмінність у рівнях тривожності міського і сільського населення. Тривожність містян була значуще

нижчою, ніж тривожність селян, середнє значення індексу для міського населення у 2012 р. становило 45.6, у 2010 р. – 44.9, у 2008 р. – 44.6, сільського населення – 48.0, 46.6 і 46.8 відповідно. У 2014 р. значущі відмінності у рівнях тривожності міського і сільського населення відсутні, середнє значення індексу для містян становить 49.9, для селян – 49.3. Розмір міста не має лінійного впливу на рівень тривожності, значення коефіцієнта кореляції є статистично не значущим. Хоча рівень тривожності у містах з населенням понад 1 млн осіб значно нижчий, ніж у містах з населенням від 51 до 100 тис., середні значення індексу у 2014 р. становлять 48.8 і 51.8 відповідно.

Помітні зміни відбулись щодо зв'язку між рівнем тривожності і регіоном проживання. Якщо у 2012 р. та 2010 р. можна було виділити дві гомогенні групи, перша з яких мала нормальний рівень тривожності і включала Схід і Південь (значення індексу становлять для 2012 р. – 44.9 і 45.7, для 2010 р. – 43.8 і 44.1 відповідно), а друга мала підвищений рівень тривожності і включала Захід і Центр (значення індексу становлять для 2012 р. – 47.2 і 48.0, для 2010 р. – 47.0 і 47.1 відповідно), то у 2014 р. спостерігається однаково підвищений рівень тривожності у всіх регіонах, за винятком Донбасу, де він є ризиковано високим. Зокрема, середнє значення індексу для Сходу (Запорізька, Дніпропетровська, Харківська області) становить 48.1, для Заходу (Волинська, Закарпатська, Івано-Франківська, Львівська, Рівненська, Тернопільська, Чернівецька області) – 48.6, для Півдня (Миколаївська, Херсонська, Одеська області) – 49.5, для Центру (Вінницька, Житомирська, Київська, Кіровоградська, Полтавська, Сумська, Хмельницька, Черкаська, Чернігівська області) – 49.6, тоді як для Донбасу (Донецька і Луганська області) – 53.5.

Змінився й характер зв'язку між рівнем тривожності і такими характеристиками, як статус зайнятості, розмір заробітної плати і сукупний дохід сім'ї. У попередні роки рівень тривожності відрізнявся у групах, що сформовані

відповідно до статусу зайнятості респондента. Так, у роботодавців спостерігався найнижчий рівень тривожності, зокрема 2012 р. – 44.3, 2010 р. – 40.2, 2008 р. – 42.3, вищий у найманих працівників і самозайнятих: 2012 р. – 45.7 і 45.9, 2010 р. – 44.9 і 44.2, 2008 р. – 45.6 і 44.4 та найвищий у безробітних: 2012 р. – 47.4, 2010 р. – 46.5, 2008 р. – 49.4. У 2014 р. відмінність середніх значень індексу серед вказаних груп виявилась статистично недостовірною. Те ж стосується розміру заробітної плати і доходу, у попередні роки зв'язок між цими показниками був статистично значущим на рівні 0.05. У 2012 р. коефіцієнти кореляції становили -0.21 між рівнем тривожності і розміром заробітної плати і -0.14 між рівнем тривожності і розміром сукупного доходу, у 2010 р.: -0.17 і -0.13, у 2008 р.: -0.20 і -0.17. Інакше, характер зв'язку був таким: чим вищий розмір заробітної плати та сукупного доходу сім'ї, тим нижчий рівень тривожності. У 2014 р. кореляція виявилась статистично не значущою.

Зв'язок між тривожністю і такими суб'єктивними характеристиками, як оцінка матеріального рівня життя сім'ї, власного становища в суспільстві та задоволеність життям у цілому залишається помірним і статистично значущим. У 2014 р. кореляція між рівнем тривожності і оцінкою рівня життя становить -0.23, у 2012 р. – -0.30, у 2010 р. – -0.26, у 2008 р. – -0.32, між рівнем тривожності і оцінкою свого становища у суспільстві -0.19, -0.24, -0.23, і -0.27, між рівнем тривожності і задоволеністю життям -0.34, -0.38, -0.38 і -0.46. Так, чим вищий рівень життя і становище у суспільстві за оцінкою респондентів і чим більша задоволеність життям, тим нижча тривожність.

Результати регресійного аналізу виявили, що наразі на рівень тривожності найбільшою мірою впливає задоволеність життям ($v=-0.29$), далі регіон проживання ($v=0.16$), зокрема, чи проживає респондент у Донецькій або Луганській області, чи ні, після – стать ($v=0.10$), в останню чергу – вік ($v=0.08$) і оцінка матеріального рівня життя сім'ї ($v=-0.08$).

Підсумовуючи, зазначимо, що такий високий рівень тривожності був зафіксований лише у 1996 р. і 1998 р.,

тоді значення індексу становило 49.3 і 50.7. У 2014 р., коли значення індексу рівне 49.7, суспільство активізоване, проте психологічні ресурси 37% українців – на межі вичерпання, а у 10% спостерігається гіпертривожність. Водночас така картина завідомо є неповною, оскільки вибірка не охоплює мешканців Криму, вимушених переселенців і бійців із зони АТО. Надзвичайна ситуація, що склалась у країні, нівелювала дію чинників, що до того мали вплив на рівень тривожності, зокрема напруженість, нервозність, передчуття небезпеки однаковою мірою відчувають люди з різним рівнем статків і статусом зайнятості, мешканці як села, так і міста. Втім, найбільш вразливими категоріями населення є мешканці Донецької і Луганської областей, жінки, люди похилого віку і громадяни, які невдоволені своїм життям і його матеріальним рівнем.

Література

1. *Arkin R. M. Anxiety* / R. M. Arkin, L. Rucks // Encyclopedia of Social Psychology, editors Baumeister R.F., Vohs K.D. – Sage publication inc., 2007. – P. 42–43.
2. *Панина Н.В. Избранные труды по социологии* : в 3 т. – т. II : Теория, методы и результаты социологического исследования образа жизни, психологического состояния и социального самочувствия населения / Панина Н.В. / сост. и ред. Е.И.Головахи. – К. : Факт, 2008. – 312 с.
3. *Власенко В.И. Опыт изучения личностной тревожности у студентов* / В.И. Власенко // Гигиена и физиология военного труда [Електронний ресурс] – Режим доступу : <http://www.google.com.ua/url?url=http://www.bsmu.by/militarymedicine/dfea7e417e3b0e7e3d1d8c9447334fcf/&rct=j&q=&esrc=s&sa=U&ei=ZtUXVPOgK8vXyQORyIGACQ&ved=0CBMQFjAA&usg=AFQjCNEHbRy4OCt1cAxCtqLExdOhFtIeQ>
4. *Tovilovic S. The role of trait anxiety in introduction of state anxiety* / S. Tovilovic, Z. Novovic, L. Mihic, V. Jovanovic // Psihologija. – 2009. – Vol.42 (4). – P. 491–504.
5. *Spielberger C.D. State-Trait Anxiety Inventory: Bibliography* (2nd ed.). / C.D. Spielberger, R.L. Gorsuch, R.E. Lushene. – Palo Alto, CA : Consulting Psychologists Press, 1989. – 102 p.
6. *Ханин Ю.Л. Краткое руководство к применению шкалы реактивной личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера* / Ханин Ю.Л. – Л. : ЛНИИФК, 1976. – 18 с.