

COVID-19

© КОЛЛЕКТИВ АВТОРОВ, 2024
УДК 613.86+303.62

Лебедева-Несевря Н. А., Леухина А. В.

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ РОССИЯН В «ПОСТПАНДЕМИЮ» (ОБЗОР ЭМПИРИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ)

ФГАОУ ВО «Пермский государственный национальный исследовательский университет», 614990, г. Пермь

Представлен обзор эмпирических медико-социальных и социологических исследований психического здоровья россиян в постпандемийный период (2022 г. — первая половина 2023 г.), характеризующийся ростом напряженности социально-политической и социально-экономической обстановки в стране. Целью стало обобщение результатов исследований. В обзор включены статьи в научных журналах, индексируемых в РИНЦ, содержащие результаты эмпирических исследований, материалы опросов и мониторингов, проведенных всероссийскими исследовательскими организациями, занимающимися изучением общественного мнения, федеральными научно-исследовательскими и образовательными организациями. Критерии включения исследований в обзор: полевой этап проведен с 1 января 2022 г. по 30 июня 2023 г., использованы опросные методы сбора данных, объектом исследования выступало население РФ в целом или ее субъекта либо отдельная социальная группа. На основании общероссийских и региональных данных установлено, что общественное психическое здоровье жителей в обозначенный период характеризуется волновой динамикой: наблюдался рост уровня тревожности в начале марта и конце сентября 2022 г. Уровень распространенности депрессивной симптоматики по-прежнему превышал «допандемийные» значения. Повышенный уровень тревожности более характерен для молодежи и женщин. Уязвимыми группами также являются жители территорий, прилегающих к зоне проведения СВО, члены семей участников СВО и беженцы из Украины. В условиях низкого запроса населения на профессиональную психолого-психиатрическую помощь актуализируется задача поиска альтернативных инструментов обеспечения психологической безопасности россиян.

Ключевые слова: психическое здоровье; психоэмоциональное благополучие; тревожность; депрессия; постпандемия; эмпирические исследования

Для цитирования: Лебедева-Несевря Н. А., Леухина А. В. Психическое здоровье россиян в «постпандемию» (обзор эмпирических исследований). Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2024;32(2):127—133. DOI: <http://dx.doi.org/10.32687/0869-866X-2024-32-2-127-133>

Для корреспонденции: Лебедева-Несевря Наталья Александровна, д-р социол. наук, профессор кафедры социологии ФГАОУ ВО «Пермский государственный национальный исследовательский университет», e-mail: natnes@list.ru

Lebedeva-Nesevria N. A., Leukhina A. V.

THE MENTAL HEALTH OF RUSSIANS IN “POST-PANDEMIC”: THE EMPIRICAL STUDIES REVIEW

The Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education “The Perm State National Research Institute”, 614990, Perm, Russia

The article presents review of empirical social medical and sociological studies of mental health of Russians in “post-pandemic” (2022 — first half of 2023). The purpose of the study is to generalize results of corresponding studies. The review covers the articles in national scientific journals indexed in the RSCI, the results of monitoring surveys carried out by both all-Russian research organizations handling analysis of public opinion and by Federal research and educational organizations. The criteria of selection of studies included the study field stage was implemented in January 2022 — June 2023; sociological survey technique was applied; the study object was whole population of the Russian Federation or its subject or a separate social group. It was established, on the basis of all-Russian and regional data, that in mentioned period public mental health of residents of Russia is characterized by wave dynamics. The increasing of anxiety level in beginning of March and in the end of September 2022. The level of depressive symptomatic prevalence still exceeded “pre-pandemic” values. The increased level of anxiety is more typical in the youth and women. The vulnerable groups are also residents of territories bordering on zone of special military operation, members of families of combatants and Ukraine refugees. In conditions of low demand of population for psychological psychiatric care the issue of searching alternative tools of psychological safety of Russian citizen is actualized.

Keywords: mental health; psychological emotional well-being; anxiety; depression; post-pandemic; empirical studies.

For citation: Lebedeva-Nesevria N. A., Leukhina A. V. The mental health of Russians in “post-pandemic”: the empirical studies review. *Problemi socialnoi gigieni, zdravookhraneniya i istorii meditsini*. 2024;32(2):127–133 (In Russ.). DOI: <http://dx.doi.org/10.32687/0869-866X-2024-32-2-127-133>

For correspondence: Lebedeva-Nesevria N. A., doctor of sociological sciences, professor of the Chair of Sociology of the Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education “The Perm State National Research Institute”, e-mail: natnes@list.ru

Conflict of interests. The authors declare absence of conflict of interests.

Acknowledgment. The study was supported by the Russian Science Foundation, project № 23-18-00480, <https://rscf.ru/project/23-18-00480/>

Received 11.07.2023
Accepted 02.11.2023

Введение

В последние несколько лет мы наблюдаем прогрессирующую социально-политическую, экономическую и эпидемиологическую нестабильность в мире. В качестве самых ярких событий можно отметить пандемию COVID-19, кардинально изменившую повседневную жизнь миллионов людей в 2020—2022 гг., климатический кризис, военные конфликты в Африке и на Ближнем Востоке, а также специальную военную операцию (СВО) на Украине, за которой последовали введение экономических санкций против России, обострение энергетической проблемы, рост темпов инфляции. В 2020 г. директор Международного комитета Красного Креста (МККК) Роберт Мардини заявил, что текущий кризис «усугубил стрессовое состояние миллионов людей, которые и без того уже испытывали на себе последствия конфликтов и стихийных бедствий», призвав к дополнительному финансированию программ в сфере охраны психического здоровья [1]. В сентябре 2022 г. Европейский региональный директор Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в своем заявлении назвал ситуацию в регионе «перманентным кризисом», подчеркнув важность усиления инвестиций в психическое здоровье населения [2].

В Докладе ВОЗ о состоянии психического здоровья в мире отмечен рост распространенности депрессии и тревожных расстройств только за первый год пандемии COVID-19 на 25% [3]. К ключевым психологическим последствиям пандемии также относят значительное возрастание уровня распространенности среди населения симптомов посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), суицидального риска, уровня потребления алкоголя и психоактивных веществ [4]. Влияние пандемии на психологическое состояние общества отмечено в опубликованном в 2023 г. Организацией Объединенных Наций (ООН) «Всемирном докладе о счастье»: в 42 странах мира частота негативных эмоций значительно возросла [5].

Несмотря на то что в мае 2023 г. пандемия COVID-19 официально закончилась, ее влияние на психическое здоровье населения может быть более длительным, а глобальный экономический спад еще усилил негативные эффекты [6]. Подобное предположение подтверждается сравнительными исследованиями психического здоровья населения некоторых европейских стран во время и после введенного в связи с пандемией локдауна, посттравматические симптомы и признаки психологического дистресса наблюдались и после отмены локдауна [7, 8].

Снижение вероятности улучшения психического здоровья жителей европейских стран в постпандемию также связывают с СВО на Украине [9]. Так, опрос студентов в возрасте 22 лет и младше в Чешской Республике (март 2022 г.) показал, что более чем у $\frac{1}{3}$ респондентов наблюдается умеренный или тяжелый уровень тревоги и депрессии, связанный с обеспокоенностью текущими событиями [10]. Ис-

следование, проведенное осенью 2022 г. на выборке взрослого населения (18—75 лет) Италии, показало, что озабоченность по поводу СВО достоверно повышает уровень психологического дистресса и тревожности [11].

Психическое здоровье россиян в постпандемийный период (2022—2023), характеризующийся не просто началом СВО, но объявлением частичной мобилизации, многочисленными экономическими и политическими ограничениями, пока обсуждается мало. При этом понимание динамики общественного психического здоровья, факторов и рисков его ухудшения выступает обязательным условием эффективной работы по охране психического здоровья россиян и обеспечения благополучия граждан.

Цель исследования — осуществить обзор отечественных эмпирических медико-социальных и социологических исследований психического здоровья россиян в постпандемийный период (2022—2023). Ключевые вопросы, поставленные в рамках обзора, касаются того, как авторы концептуализируют психическое здоровье, какими методами исследуют, какие используют эмпирические индикаторы и какие особенности, характерные для исследуемого периода, выделяют.

Материалы и методы

Исследование проведено методом вторичного анализа данных. В выборку были включены эмпирические исследования, полевой этап которых был проведен в период с 1 января 2022 г. по 30 июня 2023 г. Критерии отбора: данные характеризуют взрослое население России в целом или отдельного территориального образования; какую-либо социально-демографическую группу (молодежь, в том числе студенческую, пожилых граждан, трудоспособное население). Метод сбора данных — социологический опрос (в количественной или качественной традиции). Поиск исследований осуществлялся двумя способами.

Во-первых, был реализован систематический обзор публикаций в базе РИНЦ (тип публикации — статья в журнале). Поисковый запрос по названию, ключевым словам и аннотации к публикациям включал слова и словосочетания, маркирующие:

- концепт психического здоровья в целом («психическое здоровье», «ментальное здоровье»);
- отдельные его компоненты и проявления («психологическое благополучие/состояние», «психоэмоциональное/эмоциональное благополучие/состояние», «тревожность», «стресс», «дистресс», «депрессия», «психические расстройства», «психические отклонения»).

Из общего массива публикаций ($N=854$) были отобраны статьи, содержащие результаты оригинальных эмпирических исследований, соответствующих заданным критериям.

Во-вторых, по представленным ключевым словам был осуществлен поиск результатов исследований на официальных сайтах всероссийских организаций, занимающихся изучением общественного

COVID-19

мнения, и федеральных научно-исследовательских и образовательных организаций: Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ, www.wciom.ru), Фонда «Общественное мнение» (ФОМ, www.fom.ru), Аналитического центра Юрия Левады¹ (Левада-Центр, www.levada.ru), Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ, www.hse.ru), Института народнохозяйственного прогнозирования Российской академии наук (ИНП РАН, www.ecfor.ru). В анализ были включены:

- исследование ВЦИОМ, посвященное потребности россиян в психологической помощи и поддержке (телефонный опрос 12 ноября 2022 г., всероссийская репрезентативная выборка);
- исследование ВЦИОМ, посвященное фобиям россиян (телефонный опрос 17 июня 2023 г., всероссийская репрезентативная выборка), еженедельные исследования ФОМ настроений окружающих (интервью по месту жительства, всероссийская репрезентативная выборка);
- мониторинговые исследования Левада-Центром общественного самочувствия и причин беспокойства (личное интервью по месту жительства, репрезентативная всероссийская выборка городского и сельского населения);
- мониторинг психоэмоционального благополучия Института психологии РАН;
- исследование «Ментальное здоровье населения России в период пандемии COVID-19 и социально-экономических изменений 2022 г.: уязвимые группы и способы поддержки» Института социальной политики Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики» (ИСП НИУ ВШЭ).

Результаты исследования

Масштабные исследования психического здоровья россиян на репрезентативных выборках в постпандемию проводили преимущественно организации, специализирующиеся на изучении общественного мнения. В данных исследованиях фокус направлен на определение уровня распространенности негативных эмоций (негативных эмоциональных состояний, настроения) среди населения (вопрос ФОМ «Какое настроение, по Вашему мнению, преобладает сегодня среди Ваших родных, друзей, коллег, знакомых — спокойное или тревожное?», вопрос Левада-Центра «Что Вы могли бы сказать о своем настроении в последние дни?» с вариантами ответа «прекрасное настроение», «нормальное, ровное состояние», «испытываю напряжение, раздражение», «испытываю страх, тоску», «затрудняюсь ответить»). Оба мониторинговых исследования (и ФОМ, и Левада-Центра) демонстрируют колебания распространенности негативных эмоциональных

состояний в течение 2022 г и первой половины 2023 г. Так, согласно исследованию ФОМ, в начале января 2022 г. о преобладании среди своего окружения тревожных настроений говорили 41% опрошенных [12], к концу февраля (дата опроса — 27 февраля) уровень тревожности вырос до 55%, а с первых чисел апреля он вновь начинает снижаться, достигнув к концу августа (дата опроса — 21 августа) 36%. На конец сентября — начало октября 2022 г. приходится пиковый уровень тревожности россиян — в ходе опроса, проведенного 25 сентября, 69% респондентов заявили о преобладании в своем окружении тревожных настроений [13], далее тревожность несколько снижается и на протяжении первой половины 2023 г. фиксируется на уровне 50%. По данным Левада-Центра, в марте 2022 г. суммарно 32% россиян характеризовали собственное настроение как «напряжение, раздражение» (25%) или «страх, тоску» (7%). К сентябрю 2022 г. доля ощущающих напряжение или раздражение увеличилась до 32%, а страх или тоску — до 15%, что в совокупности дало 47% респондентов, испытывающих преимущественно негативные эмоции в повседневной жизни [14]. В апреле 2023 г. эта группа составляла уже лишь 20% выборки.

Данные мониторинга Института психологии РАН также демонстрируют два пика негативных эмоциональных состояний россиян в 2022 г.: доля респондентов, отмечающих у себя симптомы тревоги и депрессии, была максимальной в начале марта и конце сентября 2022 г. [15]. Среди опрошенных 3—4 марта 2022 г. жителей городов РФ 48% испытывали симптомы депрессии (в возрастной группе 18—24 года таковых было 77%, а в группе 25—34 года — 59%), для 34% были характерны симптомы тревоги (в возрастной группе 18—24 года — для 58%). Опрос, проведенный 23—24 сентября 2022 г., выявил, что почти для половины россиян характерны высокие показатели психологического неблагополучия — 46% опрошенных испытывали симптомы депрессии, 36% — симптомы тревоги (в группе 18—24 года таковых было 79 и 63% соответственно).

Значительная психологическая уязвимость россиян молодых возрастов в ситуации социально-политической напряженности отмечена также в исследовании ИСП НИУ ВШЭ. По мнению специалистов, молодежь, выросшая в спокойное время, «не может в полной мере осознать серьезность ситуации» и испытывает шок [16]. Также к уязвимым группам можно отнести россиян, потерявших работу, врачей, не восстановившихся в полной мере после пандемии, родителей и жен мужчин «призывного» возраста. О том, что стрессы, вызванные пандемией COVID-19 и СВО на Украине, негативно повлияли на уверенность молодежи в завтрашнем дне и ее эмоционально-личностное благополучие, говорят результаты исследования, проведенного в 2021 и 2022 гг. в Томском политехническом университете. В течение обозначенного периода был отмечен рост доли респондентов, оценивающих свое эмоционально-личностное благополучие как «выраженно нега-

¹ АНО «Левада-Центр» внесена в реестр некоммерческих организаций, выполняющих функции иностранного агента.

тивное», с 11 до 18%, как «слабо негативное» — с 43 до 47% [17].

Распространение негативных эмоциональных состояний (настроения) само по себе не является маркером ухудшения психического здоровья населения, но свидетельствует о наличии эмоциональной реакции на стрессоры. Способность справляться с данными стрессорами, в том числе адекватно реагировать на негативные психические переживания, определяет возможности сохранения и ментального, и физического здоровья [18]. Исследование ВЦИОМ, проведенное в ноябре 2022 г., показало, что у 15% россиян (18% женщин и 11% мужчин) в 2022 г. стала чаще возникать потребность получить психологическую поддержку от других людей [19]. При этом 68% респондентов заявили, что подобной потребности у них вообще никогда не возникает: «Я справляюсь со своими проблемами самостоятельно», а за профессиональной психологической помощью к специалистам 87% опрошенных никогда не обращались. Низкий запрос на психологическую поддержку среди россиян подтверждают результаты опроса ФОМ, проведенного в августе 2022 г., — 69% респондентов обычно не обращаются к кому-либо за советом, поддержкой или помощью в случае возникновения «душевных переживаний» [20]. Сходную картину демонстрируют результаты опроса экономического активного населения России, проведенного Исследовательским центром портала Superjob.ru в июне 2023 г.: 81% опрошенных никогда не обращались к психологу/психотерапевту за психологической помощью, 44% вообще ни к кому не обращаются за помощью, предпочитая решать свои психологические проблемы самостоятельно [21].

Региональные исследования эмоциональных состояний россиян подтверждают динамику, обнаруженную на всероссийских выборках. Так, мониторинг психологического самочувствия населения Вологодской области, в рамках которого замеры осуществлялись несколько раз в течение 2022 г., показал, что максимальная доля (31,1% опрошенных) испытывающих в повседневной жизни напряжение, раздражение, страх или тоску, была зафиксирована в октябре 2022 г. [22]. При этом доля респондентов, для которых характерны симптомы тревоги и депрессии, составила 46% (признаки депрессии наблюдались в 2022 г. у 35% вологжан, тревоги — у 34%). Социологический опрос жителей Курской области выявил рост значимости в 2022 г. по сравнению с 2020 г. хорошего психологического состояния и отсутствия травмирующих ситуаций для населения, особенно для респондентов в возрасте 19—24 лет [23].

Исследования психического здоровья отдельных социальных групп демонстрируют неоднозначные результаты. Так, опрос россиян пенсионного возраста показал, что показатели ощущаемого психического (ментального) здоровья в данной возрастной группе в 2022 г. практически не изменились по сравнению с 2019 г. (62,89 против 62,31 балла в указанные годы соответственно), а показатели роле-

вого эмоционального функционирования снизились с 61,55 до 60,37 балла. При этом снижение данного параметра более характерно для женщин [24].

Исследование психического здоровья и благополучия студенческой молодежи Тулы в 2022—2023 гг. установило соответствие субъективного психологического благополучия студентов нормативным значениям (по шкале «депрессивность» медианное значение по выборке опрошенных составило 0,62 при нормативном 0,62, по шкале «тревожность» — 0,50 при нормативном 0,47) [25]. На выборке студентов Санкт-Петербурга, напротив, было продемонстрировано, что сниженный уровень психологического благополучия характерен для половины участников исследования, при этом уровень тревожности находился в пределах нормы [26]. Опрос работающих студентов заочного отделения Волгоградского государственного технологического университета (ВолГТУ), проведенный в июне 2022 г., показал изменение структуры страхов молодежи по сравнению с 2020 г.: снижение обеспокоенности стихийными бедствиями сопровождалось ростом страха возникновения социальных конфликтов [27]. Материалы опроса студентов Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, реализованного в начале 2022 г., демонстрируют наличие «определенного психологического дисбаланса» у большинства респондентов, вызванного в первую очередь социально-политической нестабильностью в обществе [28].

Особенности психоэмоционального благополучия российских детей и подростков в постковидный период состоят в относительно низкой распространенности тревожных и депрессивных состояний в популяции в целом и в большей выраженности негативных эмоциональных состояний в подвыборке детей из семей участников СВО. Результаты масштабного всероссийского опроса детей и подростков, проведенного в августе-сентябре 2022 г., показали, что чувства тревоги, страха, отчаяния, возмущения и гнева характерны для 14% респондентов [29]. В ходе опроса осенью 2022 г. повышенный уровень тревожности продемонстрировали 9,6% старшеклассников Воронежа [30]. Исследование, проведенное в Тверской области в феврале-марте 2023 г., выявило, что среди детей 9—12 лет из семей участников СВО у 15% наблюдаются повышенные показатели уровня тревожности, еще у 15% — крайне высокие, у 18% детей в выборке фиксируется наличие депрессивной симптоматики [31].

Вероятно, определенные изменения показателей психоэмоционального благополучия будут наблюдаться и среди населения территорий с введенным в апреле 2022 г. высоким уровнем террористической опасности в силу их соседства с Украиной. Это подтверждается данными о высокой интенсивности запросов на психолого-психиатрическую помощь среди эвакуированных в 2022 г. из Донецкой и Луганской народных республик, Херсонской и Запорожской областей, беженцев из Украины [32]. Согласно данным ретроспективных исследований, у мирного

COVID-19

населения, проживающего в непосредственной близости от мест ведения боевых действий, существенно повышаются риски развития ПТСР и расстройств адаптации [33].

Заключение

Проведенный анализ позволил установить, что общественное психическое здоровье россиян в постпандемийный период характеризуется волновой динамикой: напряжение социально-политической обстановки, принятие органами государственной власти решений, влияющих на субъективно воспринимаемый уровень безопасности, приводят к росту тревожных настроений среди населения. Уровень распространенности депрессивной симптоматики по-прежнему превышает «допандемийные» значения. Наблюдаются возрастные и гендерные различия в интенсивности проявлений психоэмоционального неблагополучия: повышенный уровень тревожности более характерен для молодежи, чем для старших возрастных групп, для женщин больше, чем для мужчин. Уязвимыми группами также являются жители территорий, прилегающих к зоне проведения СВО, члены семей участников СВО и беженцы из Украины. В условиях низкого запроса населения на профессиональную психолого-психиатрическую помощь актуализируется задача поиска альтернативных инструментов обеспечения психологической безопасности россиян.

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 23-18-00480, <https://rscf.ru/project/23-18-00480/>

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

ЛИТЕРАТУРА

1. МККК. Всемирный день психического здоровья: проведенный Красным Крестом опрос показал, что пандемия COVID-19 скажется на психике каждого второго человека. 07 октября 2020 г. Режим доступа: <https://www.icrc.org/ru/document/vsemirnyy-den-psiicheskogo-zdorovya-provedenny-krasnym-krestom-opros-pokazal-cto> (дата обращения 02.05.2023).
2. ВОЗ. Заявление: Европейский регион находится в состоянии перманентного кризиса — и виной тому не только пандемия, изменение климата и война. 27 сентября 2022 г. Режим доступа: <https://www.who.int/europe/ru/news/item/27-09-2022-statement-the-european-region-is-in-a-permacrisis-that-stretches-well-beyond-the-pandemic-climate-change-and-war> (дата обращения 06.05.2023).
3. WHO. World mental health report: Transforming mental health for all. 16 июня 2022 г. Режим доступа: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338> (дата обращения 06.05.2023).
4. Екимова В. И., Розенова М. И., Литвинова А. В., Котенева А. В. Травматизация страхом: психологические последствия пандемии COVID-19. *Современная зарубежная психология*. 2021;10(1):27—38.
5. SDSN. World Happiness Report. 20 марта 2021 г. Режим доступа: <https://worldhappiness.report/ed/2021/happiness-trust-and-deaths-under-covid-19/> (дата обращения 07.06.2023).
6. Costa A. C. D. S., Menon V., Phadke R., Dapke K., Miranda A. V., Ahmad S., Essar M. Y., Hashim H. T. Mental health in the post COVID-19 era: future perspectives. *Einstein (Sao Paulo, Brazil)*. 2022;20:eCE6760. doi: 10.31744/einstein_journal/2022CE6760
7. Orfei M. D., Bossi F., D'Arcangelo S., Maggi F., Lattanzi N., Malizia A. P., Ricciardi E. Mental health in the post-lockdown pandemic phase: Relief or exacerbation of psychological distress? A cross-sectional study in the general population in Italy. *Acta Psychologica*. 2022;225:103555. doi: 10.1016/j.actpsy.2022.103555
8. Sanchez-Gomez M., Giorgi G., Finstad†G.†L., Urbini F., Foti G., Mucci N., Zaffina, S., León-Perez J. M. COVID-19 Pandemic as a Traumatic Event and Its Associations with Fear and Mental Health: A Cognitive-Activation Approach. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2021;18(14):7422. doi: 10.3390/ijerph18147422
9. Kalaitzaki A. E., Tamiolaki A., Vintila M. The compounding effect of COVID-19 and war in Ukraine on mental health: A global time bomb soon to explode? *J. Loss Trauma*. 2022;28:1—3. doi: 10.1080/15325024.2022.2114654
10. Riad A., Drobov A., Krobot M., Antalová N., Alkasaby M. A., Peřina A., Kořčík M. Mental Health Burden of the Russian-Ukrainian War 2022 (RUW-22): Anxiety and Depression Levels among Young Adults in Central Europe. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2022;19(14):8418. doi: 10.3390/ijerph19148418
11. Mottola F., Gnisci A., Kalaitzaki A., Vintilă M., Sergi I. The impact of the Russian-Ukrainian war on the mental health of Italian people after 2 years of the pandemic: risk and protective factors as moderators. *Front. Psychol.* 2023;14:1154502. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1154502
12. Настроение окружающих. Опрос «ФОМнибус», 19—21 августа 2022 г. Публикация от 25 августа 2022 г. Режим доступа: <https://media.fom.ru/fom-bd/d33no2022.pdf> (дата обращения 26.07.2023).
13. Настроение окружающих. Опрос «ФОМнибус», 7—9 июля 2023 г. Публикация от 13 июля 2023 г. Режим доступа: <https://media.fom.ru/fom-bd/d27no2023.pdf> (дата обращения 26.07.2023).
14. Общественное самочувствие и причины беспокойства. Официальный сайт Левада-центра. Пресс-выпуск от 25 мая 2023 г. Режим доступа: <https://www.levada.ru/2023/05/25/obshhestvennoe-samochuvstvie-i-prichiny-bespokojstva/> (дата обращения 26.07.2023).
15. Квартальный прогноз ВВП. Официальный сайт ИПП РАН. Выпуск № 57. 29 марта 2023 г. Режим доступа: <https://ecfor.ru/publication/kvartalnyj-prognoz-vvp-vypusk-57/> (дата обращения 26.07.2023).
16. Ментальное здоровье населения России в период пандемии COVID-19 и социально-экономических изменений 2022 г.: уязвимые группы и способы поддержки. НИУ ВШЭ. Публикация от 9 февраля 2023 г. Режим доступа: https://isp.hse.ru/data/2023/02/10/2045341394/01_Selezneva_Mental_health_24_Workshop_ISP_09-02-2023.pdf (дата обращения 07.05.2023).
17. Родионова Е. В., Конюхова Т. В. Эмоционально-личностное благополучие студенческой молодежи: динамическая оценка в условиях неустойчивости внешней среды. *Перспективы науки и образования*. 2023;1(61):356—70.
18. Ford B. Q., Lam P., John O. P., Mauss I. B. The psychological health benefits of accepting negative emotions and thoughts: Laboratory, diary, and longitudinal evidence. *J. Pers. Soc. Psychol.* 2018;115(6):1075—92. doi: 10.1037/pspp000157
19. В поисках психологической помощи. Официальный сайт ВЦИОМ. Аналитический обзор от 22 ноября 2022 г. Режим доступа: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/v-poiskakh-psiikhologicheskoi-pomoshchi> (дата обращения 11.05.2023).
20. Востребованность помощи психолога. Репутация института психологов и психотерапевтов. Официальный сайт ФОМ. Публикация от 23 августа 2022 г. Режим доступа: <https://fom.ru/Obraz-zhizni/14769> (дата обращения 11.05.2023).
21. Доверить решение психологических проблем специалистам без сомнений готовы только 9% россиян Официальный сайт Superjob.ru. Публикация от 30 июня 2023 г. Режим доступа: <https://www.superjob.ru/research/articles/114124/doverit-reshenie-psiikhologicheskikh-problem-specialistam-bez-sommenij-gotovy-tolko-9/> (дата обращения 25.07.2023)
22. Морев М. В., Гордиевская А. Н. Динамика психологического самочувствия населения Вологодской области в 2022 году. *Социальное пространство*. 2022;8(4). doi: 10.15838/sa.2022.4.36.11

23. Каменева Т. Н., Разов П. В., Кунилова К. Д., Ткаченко П. В., Белоусова Н. И., Иевлева А. А. Здоровье населения и отношение к нему в условиях нестабильности. *Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины*. 2023;31(2):227—32.
 24. Маркеева А. В., Синяков А. В. Социальные факторы ментального здоровья и благополучия пожилых россиян. *Успехи геронтологии*. 2023;36(1):10—21.
 25. Филиппова С. А., Степанова Н. А. Оценка психического здоровья и благополучия студенческой молодежи. *Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта*. 2023;5(219):537—40.
 26. Ермакова Е. С. Психологическое благополучие, жизнестойкость, стрессоустойчивость и тревожность студентов. *Вестник психофизиологии*. 2023;(1):93—101.
 27. Ануфриева Е. В., Ефимов Е. Г., Овчар Н. А. Социальное самочувствие работающего населения Волгограда в период экономического кризиса (по материалам социологического исследования). *Primo Aspectu*. 2023;1(53):20—8.
 28. Ключкова А. В., Захаренко Н. А. Социально-психологическое самочувствие студентов: результаты социологического исследования. *Педагогика и психология образования*. 2023;(1):176—89.
 29. Титор С. Е. Социально-психологический портрет современного подростка (анализ социологического опроса). *Вестник университета*. 2023;(4):189—98.
 30. Разуваева Ю. Ю., Диденко А. В. Личностная тревожность у подростков. *Молодежный инновационный вестник*. 2023;12(S2):336—8.
 31. Макеева Н. Ю. Особенности психоэмоционального благополучия детей в условиях специальной военной операции. *Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология*. 2023;2(63):31—9.
 32. Сисенко В. Г., Ломакина Г. В., Стрижев В. А., Коломиец Э. А., Агеев М. И., Косенко Н. А. Клинические проявления и отдаленные последствия стрессовых расстройств в период осуществления специальной военной операции (СВО) среди жителей Краснодарского края, эвакуированных жителей Донбасса и беженцев из Украины. *Психическое здоровье*. 2023;18(5):30—45.
 33. Иляшенко Л. К., Воронин В. В. Воздействие психотравмирующих событий военных действий на психоэмоциональное состояние мирного населения. *Глобальный научный потенциал*. 2023;3(144):19—21.
- Поступила 11.07.2023
Принята в печать 02.11.2023
- ### REFERENCES
1. ICRC. World Mental Health Day: Survey conducted by the Red Cross showed that the COVID-19 pandemic is affecting the psyche of every second person. October 07, 2020. Available at: <https://www.icrc.org/ru/document/vsemirnyy-den-psihičeskogo-zdorovya-provedenny-krasnym-krestom-opros-pokazal-čto> (accessed 02.05.2023) (in Russian).
 2. WHO. Statement: The European Region is in a state of permanent crisis — and not only because of the pandemic, climate change and war. September 27, 2022. Available at: <https://www.who.int/europe/ru/news/item/27-09-2022-statement-the-european-region-is-in-a-permacrisis-that-stretches-well-beyond-the-pandemic-climate-change-and-war> (accessed 06.05.2023) (in Russian).
 3. WHO. World mental health report: Transforming mental health for all. June 16, 2022. Available at: <https://www.who.int/publications/item/9789240049338> (accessed 06.05.2023).
 4. Ekimova V. I., Rozenova M. I., Litvinova A. V., Koteneva A. V. The fear traumatization: psychological consequences of COVID-19 pandemic. *Sovremennaya zarubežnaya psihologiya*. 2021;10(1):27—38.
 5. SDSN. World Happiness Report. March 20, 2021. Available at: <https://worldhappiness.report/ed/2021/happiness-trust-and-deaths-under-covid-19/> (accessed 07.06.2023).
 6. Costa A. C. D. S., Menon V., Phadke R., Dapke K., Miranda A. V., Ahmad S., Essar M. Y., Hashim H. T. Mental health in the post COVID-19 era: future perspectives. *Einstein (Sao Paulo, Brazil)*. 2022;20:eCE6760. doi: 10.31744/einstein_journal/2022CE6760
 7. Orfei M. D., Bossi F., D'Arcangelo S., Maggi F., Lattanzi N., Malizia A. P., Ricciardi E. Mental health in the post-lockdown pandemic phase: Relief or exacerbation of psychological distress? A cross-sectional study in the general population in Italy. *Acta Psychologica*. 2022;225:103555. doi: 10.1016/j.actpsy.2022.103555
 8. Sanchez-Gomez M., Giorgi G., Finstad G. L., Urbini F., Foti G., Mucci N., Zaffina, S., León-Perez J. M. COVID-19 Pandemic as a Traumatic Event and Its Associations with Fear and Mental Health: A Cognitive-Activation Approach. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2021;18(14):7422. doi: 10.3390/ijerph18147422
 9. Kalaitzaki A. E., Tamiolaki A., Vintila M. The compounding effect of COVID-19 and war in Ukraine on mental health: A global time bomb soon to explode? *J. Loss Trauma*. 2022;28:1—3. doi: 10.1080/15325024.2022.2114654
 10. Riad A., Drobov A., Krobot M., Antalová N., Alkasaby M. A., Peřina A., Koščik M. Mental Health Burden of the Russian-Ukrainian War 2022 (RUW-22): Anxiety and Depression Levels among Young Adults in Central Europe. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2022;19(14):8418. doi: 10.3390/ijerph19148418
 11. Mottola F., Gnisci A., Kalaitzaki A., Vintilă M., Sergi I. The impact of the Russian-Ukrainian war on the mental health of Italian people after 2 years of the pandemic: risk and protective factors as moderators. *Front. Psychol.* 2023;14:1154502. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1154502
 12. The mood of others. FOMnibus survey, August 19—21, 2022. Publication of August 25, 2022. Available at: <https://media.fom.ru/fom-bd/d33no2022.pdf> (accessed 26.07.2023) (in Russian).
 13. The mood of others. FOMnibus survey, July 7—9, 2023. Publication of July 13, 2023. Available at: <https://media.fom.ru/fom-bd/d27no2023.pdf> (accessed 26.07.2023) (in Russian).
 14. Public health and causes of concern. Official website of the Levada Center. Press Release of May 25, 2023. Available at: <https://www.levada.ru/2023/05/25/obshhestvennoe-samochuvstvie-i-prichiny-bespokojstva/> (accessed 26.07.2023) (in Russian).
 15. Quarterly GDP forecast. Official site of the IEF RAS. Issue № 57. March 29, 2023. Available at: <https://ecfor.ru/publication/kvartalnyj-prognoz-vvp-vypusk-57/> (accessed 26.07.2023) (in Russian).
 16. Mental health of the Russian population during the COVID-19 pandemic and socio-economic changes in 2022: vulnerable groups and ways to support. NRU HSE. Publication of February 9, 2023. Available at: https://isp.hse.ru/data/2023/02/10/2045341394/01_Selezneva_Mental_health_24_Workshop_ISP_09-02-2023.pdf (accessed 07.05.2023) (in Russian).
 17. Rodionova E. V., Konyukhova T. V. Emotional and personal well-being of student youth: dynamic assessment in conditions of instability of the external environment. *Perspektivy nauki i obrazovanija*. 2023;1(61):356—70 (in Russian).
 18. Ford B. Q., Lam P., John O. P., Mauss I. B. The psychological health benefits of accepting negative emotions and thoughts: Laboratory, diary, and longitudinal evidence. *J. Pers. Soc. Psychol.* 2018;115(6):1075—92. doi: 10.1037/pspp0000157
 19. Seeking psychological help. Official website of WCIOM. Analytical review of November 22, 2022. Available at: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/v-poiskakh-psihičeskoi-pomoshchi> (accessed 11.05.2023) (in Russian).
 20. Demand for psychological help. The reputation of the Institute of Psychologists and Psychotherapists. Official website of FOM. Publication dated August 23, 2022. Available at: <https://fom.ru/Obraz-zhizni/14769> (accessed 11.05.2023) (in Russian).
 21. Only 9% of Russians are ready to entrust the solution of psychological problems to specialists. Official website Superjob.ru. Publication of June 30, 2023. Available at: <https://www.superjob.ru/research/articles/114124/doverit-reshenie-psihičeskikh-problem-specialistam-bez-sommenij-gotovy-tolko-9/> (accessed 25.07.2023) (in Russian).
 22. Morev M. V., Gordievskaya A. N. Dynamics of psychological well-being of the population of the Vologda Oblast in 2022. *Social'noe prostranstvo*. 2022;8(4). doi: 10.15838/sa.2022.4.36.11 (in Russian).

COVID-19

23. Kameneva T. N., Razov P. V., Kunilova K. D., Tkachenko P. V., Belousova N. I., Ievleva A. A. Health of the population and attitude to it in conditions of instability. *Problemy social'noj gigieny, zdravooxraneniya i istorii mediciny*. 2023;31(2):227–32 (in Russian).
24. Markeeva A. V., Sinyakov A. V. Social factors of mental health and well-being of elderly Russians. *Uspehi gerontologii*. 2023;36(1):10–21 (in Russian).
25. Filippova S. A., Stepanova N. A. Assessment of mental health and well-being of students. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgaf-ta*. 2023;5(219):537–40 (in Russian).
26. Ermakova E. S. Psychological well-being, resilience, stress resistance and anxiety of students. *Vestnik psihofiziologii*. 2023;(1):93–101 (in Russian).
27. Anufrieva E. V., Efimov E. G., Ovchar N. A. Social well-being of the working population of Volgograd during the economic crisis (based on sociological research). *Primo Aspectu*. 2023;1(53):20–8 (in Russian).
28. Klochkova A. V., Zakharenko N. A. Socio-psychological well-being of students: the results of a sociological study. *Pedagogika i psihologija obrazovaniya*. 2023;(1):176–89 (in Russian).
29. Titor S. E. Socio-psychological portrait of a modern teenager (analysis of a sociological survey). *Vestnik universiteta*. 2023;(4):189–98 (in Russian).
30. Razuvaeva Yu. Yu., Didenko A. V. Personal anxiety in adolescents. *Molodezhnyj innovacionnyj vestnik*. 2023;12(S2):336–8 (in Russian).
31. Makeeva N. Yu. Peculiarities of psycho-emotional well-being of children in the conditions of a special military operation. *Vestnik Tverskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika i psihologija*. 2023;2(63):31–9 (in Russian).
32. Kosenko V. G., Lomakina G. V., Strizhev V. A., Kolomiets E. A., Ageev M. I., Kosenko N. A. Clinical manifestations and long-term consequences of stress disorders during the implementation of a special military operation (SVO) among residents of the Krasnodar Territory, evacuated residents of Donbass and refugees from Ukraine. *Psihicheskoe zdorov'e*. 2023;18(5):30–45 (in Russian).
33. Ilyashenko L. K., Voronin V. V. The impact of psycho-traumatic events of military operations on the psycho-emotional state of the civilian population. *Global'nyj nauchnyj potencial*. 2023;3(144):19–21 (in Russian).