

УДК 159.9.07

DOI: 10.34670/AR.2020.39.48.008

**Сравнительный анализ психосоматического состояния  
людей – граждан России и Китая, находящихся  
в самоизоляции в период пандемии «COVID-19»**

**Фан Цзюань**

Доктор психологических наук,  
доцент института начального образования,  
Хайнаньский педагогический университет,  
571158, Китайская Народная Республика, провинция Хайнань, Хайкоу, Longkun South road, 99;  
e-mail: fangjuan\_hainan@163.com

**Ли Вэньсюань**

Аспирант,  
Хайнаньский педагогический университет,  
571158, Китайская Народная Республика, провинция Хайнань, Хайкоу, Longkun South road, 99;  
e-mail: lengxiangx@sina.cn

**Ленг Сян**

Хайнаньский педагогический университет,  
571158, Китайская Народная Республика, провинция Хайнань, Хайкоу, Longkun South road, 99;  
e-mail: leejo8085@163.com

**Огнев Александр Сергеевич**

Доктор психологических наук, профессор,  
научный руководитель института психологии и педагогики,  
Российский новый университет,  
105005, Российская Федерация, Москва, ул. Радио, 22;  
e-mail: altognev@mail.ru

**Лихачева Эльвира Валерьевна**

Кандидат психологических наук, доцент,  
завкафедрой общей психологии и психологии труда,  
Российский новый университет,  
105005, Российская Федерация, Москва, ул. Радио, 22;  
e-mail: zin-ev@yandex.ru

**Николаева Любовь Петровна**

Кандидат биологических наук,  
доцент,  
доцент кафедры общей психологии и психологии труда,  
Российский новый университет,  
105005, Российская Федерация, Москва, ул. Радио, 22;  
e-mail: dpsycho@yandex.ru

**Аннотация**

В данной статье представлены результаты исследования с применением опросного метода через Интернет граждан Китая и России, а также итоги кардио-окулометрических исследований, проводившихся в период различной степени ограничения мобильности как профилактической меры по предотвращению распространения коронавирусной инфекции, приведены типичные реакции на изоляцию. В работе показано, что Главным фактором усиления негативных реакций китайские и российские респонденты назвали полученные ими сведения из средств массовой информации о росте числа заболевших, об уровне смертности от COVID-19, о мерах наказания нарушителей режима изоляции, о штрафных санкциях и разного рода принуждениях в отношении тех, кто не соблюдает правила использования средств индивидуальной защиты (масок и перчаток).

По-видимому, различные иррациональные формы поведения людей и психосоматические проблемы в период изоляции можно отнести к «стрессовой реакции», проявляющейся перед лицом серьезных чрезвычайных ситуаций или бедствий. Поэтому целесообразно в массовом порядке организовывать те виды психологической помощи населению, которые хорошо зарекомендовали себя как действенные средства противостояния дистрессу.

**Для цитирования в научных исследованиях**

Фан Цзюань, Ли Вэньсюань, Ленг Сян, Огнев А.С., Лихачева Э.В., Николаева Л.П. Сравнительный анализ психосоматического состояния людей – граждан России и Китая, находящихся в самоизоляции в период пандемии «COVID-19» // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2020. Т. 9. № 6А. С. 56-63. DOI: 10.34670/AR.2020.39.48.008

**Ключевые слова**

Covid-19, психосоматическое состояние, психическое здоровье, физическое здоровье.

**Введение**

В мире до сих пор возникают пандемии, охватывают достаточно большое количество стран и уносят жизни миллионов людей. Проблема изучения механизма развития инфекционного процесса в медицине позволила свести на нет или полностью победить многие опасные инфекционные болезни среди людей. Однако коронавирус является весьма опасной инфекцией, и хотя его распространение вскоре будет остановлено, и число жертв COVID-19 перестанет расти, но на данный момент количество больных остается еще достаточно высоким.

Современная пандемия – COVID-19 – выявила достаточно большую проблему – неготовность современной медицины к лечению больных и защите человека.

Рассмотрим особенности психосоматического здоровья людей, длительно находящихся в условиях жестких ограничительных мер в период пандемии COVID-19 в Китайской Народной Республике (КНР) и Российской Федерации (РФ).

В начале апреля 2020 года была объявлена неделя каникул на территории РФ, что поначалу многие восприняли оптимистично. Однако это было действительно только начало. Ограничительные меры ужесточались. Людям запрещалось выходить на улицу без основания. Страх усиливался, но многие до конца этого не осознавали.

В Китайской Народной Республике ограничительные меры в связи с коронавирусной инфекцией были введены не много раньше, начиная с декабря 2019 года. Надо отметить, что состояние психосоматического здоровья людей постепенно изменялось на фоне самоизоляции. Ограничение общения людей стало лучшим методом профилактики и контроля относительно нового вируса, с одной стороны, с другой же стороны, в этот период, из-за длительности самоизоляции и постоянно поступающей информации из СМИ о количестве больных и смертности, психосоматическое состояние людей ухудшалось.

Нами совместно с коллегами из КНР было проведено исследование с применением анкетирования в социальных сетях и на других интернет-ресурсах, что позволило собрать достаточно обширный эмпирический материал.

### **Методы исследования**

В КНР для исследования с применением анкетирования было отобрано 1563 человека, которые в течение 14 дней (с 5 по 18 февраля) принимали участие в ежедневных оценках своего психосоматического состояния.

В России в аналогичных исследованиях с конца марта до начала лета приняли участие 386 респондентов. Кроме того, проводилась кардио-окулометрическая оценка состояния россиян, в которой приняло участие 284 человека. Кардио-окулометрическая оценка осуществлялась с учетом как нашего собственного опыта применения, так и опыта продуктивной работы с ними других авторов.

В качестве базы сравнения при анализе результатов этой части респондентов использовались итоги аналогичных измерений на выборке в 557 испытуемых, которые производились до начала пандемии.

При проведении окулометрического и окулографического анализа тестируемых изображений использовался компактный мониторинговый айтрекер GP-3 и компьютерный кардиометр «Кардиокод», различные варианты применения которых подробно изложены.

### **Анализ результатов исследования**

Результаты исследования показали, что наиболее значимые изменения в психосоматическом состоянии респонденты начали отмечать это 3, 5, 7 и 10 день полной самоизоляции. Надо отметить, что среди китайских респондентов не было определенного представления о таком социальном явлении как самоизоляция. Многие респонденты не знали как себя организовать, чем себя занять, не было определенной модели поведения. По-видимому нарушение привычного уклада жизни, привело у большинства китайских респондентов к нарастанию психического дискомфорта.

Таким образом, отсутствие контактов со своим привычным окружением, невозможность посещать места их привычного пребывания за пределами своего дома, что было отмечено в анкетах респондентов. При этом при увеличении периода полной изоляции у респондентов выраженность негативных состояний увеличивалась.

Так, среди респондентов находящихся в домашней изоляции 23,95% от общего числа обследуемых испытывали нервозность, 25,21% чувствовали раздражение, 22,94% испытывали тревогу, 22,01% испытывали страх, у 19,91% наблюдалось проявление гнева, 10,92% испытывали чувство печали и отчаяния и у 4,36% отмечалась склонность к суициду.

Вместе с тем в условиях длительной изоляции респонденты также указывали в своих анкетах и на соматические изменения. Так у 14,3% респондентов отмечались симптомы сердцебиения, 9,76% – стеснения в груди, одышки, 8,48% отмечали симптомы повышенного потоотделения, 11,19% – симптомы беспокойства, у 8,91% были отмечены нарушения стула, у 7,89% – частое мочеиспускание и диарея, у 10,4% был плохой аппетит, у 14,34% - бессонница.

В качестве других негативных последствий самоизоляции респондентами были также отмечены: склонность к неоправданной агрессии (6%) и другим формам деструктивного поведения (порядка 6%); онемение в различных частях тела (более 10%).

Среди респондентов россиян был отмечен тот же набор негативных симптомов также примерно к концу первой недели изоляции. Отличительной особенностью россиян оказался значительный процент граждан (более 20%), до начала осенней волны пандемии не веривших ни в опасность коронавируса, ни в сам факт его существования. Многие респонденты из россиян высказывали недовольство не самим фактом ограничений, а действиями властей, которые эти жесткие ограничения ввели. При этом надо отметить, что чем жестче требования ограничений предъявлялись, тем более выражено проявлялась раздражительность у граждан и тем активнее поиск поводов покинуть дом на время. Это было отмечено респондентами в анкетах, которые они вели каждый день.

Примечательно, что россияне в гораздо меньшей степени, чем китайцы, были склонны запрашивать психологическую помощь, хотя были обнаружены явные ухудшения их психоэмоционального состояния. Так, проводившееся нами в период с сентября по декабрь кардио-окулометрическое тестирование состояния студентов различных вузов показало выраженные признаки стресса: средние показатели индекса напряженности Баевского по всей обследованной группе составили 110-130 условных единиц, рассчитанный по методике Шипоша, вегетативный коэффициент снизился до 0,6-0,8 условных единиц (норма – не менее 1), а суммарное отклонение от аутогенной нормы достигло 22-26 баллов при норме не более 18-20.

## Заключение

Анализ результатов исследования показал, что применение домашней изоляции как важного фактора профилактики распространения коронавирусной инфекции среди населения оказывает негативное влияние на психосоматическое состояние людей. Хотя выявленный физический и психический дискомфорт китайских и российских респондентов включал в себя множество разнообразных проявлений, в целом можно сказать, что основными негативными последствиями вызванных пандемией ограничений стали тревога, паника или депрессия. При этом следует отметить, что по нашим наблюдениям на первых порах активные формы этих деструктивных реакций были более свойственны китайским респондентам, а пассивные –

российским. Возможная причина таких различий является, по-видимому, особенности применявшихся мер: в Китае была полная изоляция, а в России – частичное ограничение мобильности.

Главным фактором усиления негативных реакций китайские и российские респонденты назвали полученные ими сведения из средств массовой информации о росте числа заболевших, об уровне смертности от COVID-19, о мерах наказания нарушителей режима изоляции, о штрафных санкциях и разного рода принуждениях в отношении тех, кто не соблюдает правила использования средств индивидуальной защиты (масок и перчаток).

По-видимому, различные иррациональные формы поведения людей и психосоматические проблемы в период изоляции можно отнести к «стрессовой реакции», проявляющейся перед лицом серьезных чрезвычайных ситуаций или бедствий. Поэтому целесообразно в массовом порядке организовывать те виды психологической помощи населению, которые хорошо зарекомендовали себя как действенные средства противостояния дистрессу.

## Библиография

1. Алмаев Н.А., Бессонова Ю.В., Мурашева О.В. Текст. Взгляд. Мотивация: методические вопросы. – Москва: Институт психологии РАН, 2020. - 310 с.
2. Бессонова Ю.В., Обознов А.А. Айтрекер в диагностике правды-лжи // Институт психологии Российской Академии Наук. Организационная психология и психология труда. 2019. Т. 4. № 1. С. 46-86.
3. Зернов В.А., Козинцева П.А., Лихачева Э.В., Николаева Л.П., Огнев А.С., Дымарчук Д.Д., Есенин Д.С., Кагонян Р.С., Льянова Э.М., Масленникова П.А., Мизин Н.В. Применение компьютерного кардиографа «Кардиокод» в инженерной и социальной психологии. // Высшее образование сегодня. 2019. № 3. С. 68-75.
4. Игнатовский Я.Р., Иванов В.Г. Айтрекинг: потенциал для применения в государственном управлении, политическом брендинге и планировании избирательных кампаний // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Государственное и муниципальное управление. 2020. Т. 7. № 2. С. 155-160.
5. Лихачева Э.В., Николаева Л.П., Огнев А.С., Н.Ю., Галой Н.Ю. Окулографические показатели преобладания позитивных или негативных эмоциональных состояний // Человеческий капитал. – 2020. – № 9 (141).
6. Мертон Р., Фиске М., Кендалл П. Фокусированное интервью. – М.: ВЦИОМ, 2019. – 194 с.
7. Николаева Л.П., Огнев А. С., Лихачева Э. В., Галой Н. Ю., Розенова М. И., Фан Цзюань. Применение окулометрии для определения интерактивных установок личности // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2020. Т. 9. № 2-1. С. 61-71.
8. Оберемченко О.А., Тереньева Н.Н. Фокусированное интервью по Роберту Мертону: особенности и критерии эффективности метода // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2018. 6 (148). С. 74-90.
9. Огнев А.С., Лихачева Э.В., Николаева Л.П. Айтрекеры в консультировании и коучинге субъектогенетической ориентации (монография). – М., 2020. DOI: 10.25633/5680-4
10. Огнев А.С., Лихачева Э.В., Николаева Л.П. Айтрекеры в окулометрической психодиагностике (монография). – М., 2020. DOI: 10.25633/5490-9
11. Огнев А.С., Лихачева Э.В., Николаева Л.П., Галой Н.Ю., Запесоцкая И.В., Розенова М.И. Использование айтрекеров для диагностики социально-ролевых сценариев // Вестник Российского нового университета. Серия: Человек в современном мире. 2020. № 2. С. 7-18.
12. Огнев А.С., Петровский В.А., Лихачева Э.В. Окулометрические проявления бессознательных визуальных суждений. // Вестник Российского нового университета. Серия: Человек в современном мире. - 2018. № 4. С. 3-9. DOI: 10.25586/RNU.V925X.18.04. P.003
13. Огнев А.С., Петровский В.А., Лихачева Э.В. Окулометрические проявления психологических установок респондентов в отношении восприятия визуального контента. // Вестник Российского нового университета. Серия: Человек в современном мире. - 2018. № 2. С. 41-48. DOI: 10.25586/RNU.V925X.18.02. P.041
14. Zernov V.A., Lobanova E.V., Likhacheva E.V., Nikolaeva L.P., Dymarchuk D.D., Yesenin D.S., Mizin N.V., Ognev A.S., Rudenko M.Y. Cardiometric fingerprints of various human ego states. // *Cardiometry*. 2019. № 15. С. 38-42. DOI: 10.12710/cardiometry.2019.15.3842
15. Ognev AS, et al. Use of cardiometry and oculography in concealed information detection. // *Cardiometry*. 2019. № 14. С. 87-95. DOI: 10.12710/cardiometry.2019.14.8795

---

**Comparative analysis of the psychosomatic state of people-citizens of Russia and China who are in self-isolation during the pandemic “COVID-19”**

**Juan Fang**

Doctor of Psychology,  
Associate Professor,  
Institute of Primary Education,  
Hainan Normal University,  
571158, 99 Longkun South road, Haikou city,  
Hainan province, People's Republic of China;  
e-mail: fangjuan\_hainan@163.com

**Wenxuan Li**

Graduate student,  
Hainan Normal University,  
571158, 99 Longkun South road, Haikou city,  
Hainan province, People's Republic of China;  
e-mail: lengxiangx@sina.cn

**Xiang Leng**

Hainan Normal University,  
571158, 99 Longkun South road, Haikou city,  
Hainan province, People's Republic of China;  
e-mail: leejo8085@163.com

**Aleksandr S. Ognev**

Doctor of Psychology,  
Professor,  
Scientific Director of the Institute of Psychology and Pedagogy,  
Russian New University,  
105005, 22, Radio str., Moscow, Russian Federation;  
e-mail: altognev@mail.ru

**El'vira V. Likhacheva**

PhD in Psychology,  
Associate Professor,  
Head of the Department of General Psychology and Psychology of Labor,  
Russian New University,  
105005, 22, Radio str., Moscow, Russian Federation;  
e-mail: zin-ev@yandex.ru

**Lyubov' P. Nikolaeva**

PhD in Biology, Associate Professor,  
Associate Professor of the Department of General Psychology and Psychology of Labor,  
Russian New University,  
105005, 22, Radio str., Moscow, Russian Federation;  
e-mail: dpsycho@yandex.ru

**Abstract**

This article presents the results of a study using the Internet survey method of citizens of China and Russia, as well as the results of cardio-oculometric studies conducted during a period of varying degrees of mobility restriction as a preventive measure to prevent the spread of coronavirus infection, and provides typical reactions to isolation. The paper shows that the main factor in strengthening the negative reactions of Chinese and Russian respondents called the information they received from the media about the increase in the number of cases, the death rate from COVID-19, the penalties for violators of the isolation regime, penalties and various kinds of coercion against those who do not comply with the rules for the use of personal protective equipment (masks and gloves).

Apparently, various irrational forms of human behavior and psychosomatic problems during isolation can be attributed to the "stress response" that manifests itself in the face of serious emergencies or disasters. Therefore, it is advisable to massively organize those types of psychological assistance to the population that have proven themselves as effective means of countering distress.

**For citation**

Fang Juan, Li Wenxuan, Leng Xiang, Ognev A.S., Likhacheva E.V., Nikolaeva L.P. (2020) Sravnitel'nyi analiz psikhosomaticheskogo sostoyaniya lyudei – grazhdan Rossii i Kitaya, nakhodyashchikhsya v samoizolyatsii v period pandemii «COVID-19» [Comparative analysis of the psychosomatic state of people-citizens of Russia and China who are in self-isolation during the pandemic "COVID-19"]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 9 (6A), pp. 56-63. DOI: 10.34670/AR.2020.39.48.008

**For citation**

Covid-19, psychosomatic condition, mental health, physical health.

**References**

1. Almaev N. A., Bessonova Yu. V., Murasheva O. V. Text. Sight. Motivation: methodological issues. - Moscow: Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, 2020. - 310 p.
2. Y. V. Bessonov, A. A. Oboznov the eye tracker in the diagnosis of the truth-lies // the Institute of psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational psychology and psychology of work. 2019. Vol. 4. No. 1. pp. 46-86.
3. Zernov V. A., Kozintseva P. A., Likhacheva E. V., Nikolaeva L. P., Ognev A. S., Dymarchuk D. D., Yesenin D. S., Kagonyan R. S., Lyanova E. M., Maslennikova P. A., Mizin N. V. Application of the computer cardiograph "Cardiocode" in engineering and social psychology. // Higher education today. 2019. No. 3. pp. 68-75.
4. Ignatovsky Ya. R., Ivanov V. G. Aitreking: potential for application in public administration, political branding and planning of election campaigns. Vestnik Rossiyskogo universiteta druzhby narodov. Series: State and Municipal management. 2020. Vol. 7. No. 2. P. 155-160.

5. Likhachev, E. V., Nikolaev A. P., A. S. Ognev, N. Yu., Galai N. Yu. Oculographic indicators of prevalence of positive or negative emotional States // *Human capital*. – 2020. – № 9 (141).
6. Merton, R., Fiske, M., Kendall, P. Focused interview. – Moscow: VTSIOM, 2019. – 194 p.
7. Nikolaeva L. P., Ognev A. S., Likhacheva E. V., Galoy N. Yu., Rozenova M. I., Fang Juan. The use of oculometry to determine the interactive attitudes of the individual // *Psychology. Historical and critical reviews and modern research*. 2020. T. 9. No. 2-1. Pp. 61-71.
8. Oberemenko O. A., Terenyeva N. N. Focused interview on Robert Merton: features and criteria for the effectiveness of the method // *Monitoring of public opinion: economic and social variables*. 2018. 6 (148). pp. 74-90.
9. Ognev A. S., Likhacheva E. V., Nikolaeva L. P. Aitrekers in consulting and coaching of the subject-genetic orientation (monograph). - M., 2020. DPI: 10.25633/5680-4
10. Ognev A. S., Likhachev, E. V., Nikolaev A. P. Astrakeri in coulometrically psychodiagnostics (monograph). - M., 2020. Dpi: 10.25633/5490-9
11. Ognev A. S., Likhacheva E. V., Nikolaeva L. P., Galoy N. Yu., Zapesotskaya I. V., Rozenova M. I. The use of aitrekers for the diagnosis of socio-role scenarios // *Bulletin of the Russian New University. Series: Man in the modern world*. 2020. No. 2. pp. 7-18.
12. Ognev A. S., Petrovsky V. A., Likhacheva E. V. Oculometric manifestations of unconscious visual judgments. // *Bulletin of the Russian New University. Series: Man in the modern world*. - 2018. No. 4. pp. 3-9. DOI: 10.25586/RNU. V925X. 18. 04. P. 003
13. Ognev A. S., Petrovsky V. A., Likhacheva E. V. Oculometric manifestations of psychological attitudes of respondents in relation to the perception of visual content. // *Bulletin of the Russian New University. Series: Man in the modern world*. - 2018. No. 2. pp. 41-48. DOI: 10.25586/RNU. V925X. 18. 02. P. 041
14. Zernov V. A., Lobanova E. V., Likhacheva E. V., Nikolaeva L. P., Dymarchuk D. D., Yesenin D. S., Mizin N. V., Ognev A. S., Rudenko M. Yu. Cardiometric imprints of various human ego states. // *Cardiometry*. 2019. No. 15. P. 38-42. DOI ID: 10.12710 / cardiometry.2019.15.3842
15. Ognev A. S. et al. The use of cardiometry and oculographic on the detection of hidden information. // *Cardiometry*. 2019. No. 14. S. 87-95. DOI ID: 10.12710 / cardiometry.2019.14.8795