

## Приложение

### Опросник «Переживания пандемии COVID-19»

#### Бланк методики

Инструкция: Вам предлагается ответить на 21 вопрос, касающийся различных аспектов вашего переживания ситуации распространения коронавирусной инфекции (COVID-19) и ее последствий. Пожалуйста, отвечайте как можно быстрее, не задумываясь. На эти вопросы нет правильных или неправильных ответов.

Да – 2; не знаю/не уверен – 1; нет – 0.

№	Пункт	Да (2)	Не знаю/ не уверен (1)	Нет (0)
1	Следите ли вы за новой информацией о распространении коронавируса?			
2	Смотрите ли вы фейковые новости о коронавирусе?			
3	Значимы ли для вас мнения известных людей (врачи, телеведущие, политики, артисты) о коронавирусе?			
4	Распространяете ли вы новую информацию о коронавирусе и способах защиты среди своих родных, друзей, знакомых? Если да,			
5	Испытываете ли вы панику из-за ситуации с коронавирусом?			
6	Чувствуете ли вы раздражение из-за ситуации с коронавирусом?			
7	Считаете ли вы проблему с пандемией коронавируса реальной угрозой для всего человечества?			
8	Как вы считаете, является ли коронавирус смертельной опасностью для населения вашей страны?			
9	Считаете ли вы, что скоро в вашей стране победят эпидемию коронавируса?			
10	Считаете ли вы ношение медицинской маски, обильное мытье и дезинфекцию рук обязательными мерами защиты от коронавируса?			
11	Соблюдаете ли вы меры защиты у себя в семье?			
12	Стали ли вы более осторожными в период коронавируса?			

13	Ограничили ли вы реальные контакты с людьми в период коронавируса?			
14	Запаслись ли вы необходимой провизией в ситуации карантина из-за коронавируса?			
15	Считаете ли вы уход на карантин и вынужденную удаленную работу людей эффективным средством защиты от коронавируса?			
16	Комфортно ли вы себя чувствуете на вынужденной удаленной (дистанционной) работе/учебе дома?			
17	Изменился ли ваш распорядок дня в ситуации с коронавирусом?			
18	Считаете ли вы Интернет в ситуации карантина из-за коронавируса продуктивным средством социализации?			
19	Считаете ли вы, что наше будущее изменится в сторону развития новых технологий во всех областях?			
20	Считаете ли вы, что в будущем будут стремительно развиваться на разных интернет-серверах новые онлайн-развлечения, общение?			
21	Считаете ли вы, что изменения в будущем для человечества будут позитивными?			

**Ключ:**

Шкала «Фрустрация пространства»: 12, 13, 15

Шкала «Степень опасности»: 5, 7, 8, 9 (-), 14

Шкала «Способы защиты»: 10, 11, 18

Шкала «Информация»: 1, 2, 3, 4

Шкала «Будущее и цифровые технологии»: 19, 20

Шкала «Эмоциональное состояние»: 6 (-), 16

Шкала «Фрустрация времени»: 17

Шкала «Будущее и реальность»: 21

*Источник:* Марцинковская Т.Д., Ткаченко Д.П. Опросник «Переживания пандемии COVID-19» // Новые психологические исследования. 2021. № 1. С. 54–68. DOI: 10.51217/psyresearch\_2021\_01\_01\_03

*Статья опубликована в «Психологической газете», постоянная ссылка — <https://psy.su/feed/9046/>*