

DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2022.125.113>

ИССЛЕДОВАНИЕ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ТРУДОВЫХ МИГРАНТОВ В СИТУАЦИИ ПАНДЕМИИ COVID-19

Научная статья

Осин Р.В.^{1,*}

¹ORCID : 0000-0002-2240-5450;

¹ Пензенский государственный университет, Пенза, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (june-89[at]mail.ru)

Аннотация

Пандемия COVID-19 внесла кардинальные изменения в жизнь трудовых мигрантов, что поставило под угрозу их благополучие. Понимание психологических особенностей переживания ситуации пандемии имеет важное значение для решения проблем психического здоровья в период чрезвычайной ситуации. Выборка исследования состояла из 256 человек (142 мужчин, 55,47%; 114 женщин, 44,53%) в возрасте от 18 до 65 лет. В результате большая часть респондентов сказали, что пандемия значительно повлияла на их жизнь. Возможные экономические потери волнуют 62% опрошенных, 38% ощутили снижение финансовых доходов. Треть отметила, что у них ухудшились профессиональные перспективы. Большинство респондентов тревожит потенциальная опасность заражения вирусом. Оценка степени воздействия на жизнь пандемии COVID-19 связана с представлениями респондентов об изменениях, которые произошли в профессиональной, финансовой сферах, самочувствии и тревогой о потенциальных будущих негативных экономических и медицинских последствиях.

Ключевые слова: мигранты, пандемия, COVID-19, коронавирус, удовлетворенность жизнью, субъективное благополучие.

A STUDY OF THE SUBJECTIVE WELL-BEING OF MIGRANT WORKERS IN A COVID-19 PANDEMIC SITUATION

Research article

Osin R. V.^{1,*}

¹ORCID : 0000-0002-2240-5450;

¹ Penza State University, Penza, Russian Federation

* Corresponding author (june-89[at]mail.ru)

Abstract

The COVID-19 pandemic brought dramatic changes to the lives of migrant workers, jeopardizing their well-being. Understanding the psychological specifics of experiencing a pandemic situation is important for addressing mental health issues during an extreme situation. The study sample consisted of 256 individuals (142 men, 55.47%; 114 women, 44.53%) between the ages of 18 and 65. As a result, a large proportion of respondents stated that the pandemic had significantly affected their lives. Possible economic losses worried 62% of respondents; 38% felt a decrease in financial income. A third noted that their professional prospects had worsened. Most respondents were concerned about the potential danger of contracting the virus. Evaluation of the degree of impact on life of the COVID-19 pandemic is related to respondents' perceptions of changes that have occurred in professional, financial, well-being, and anxiety about potential future negative economic and medical consequences.

Keywords: migrants, pandemic, COVID-19, coronavirus, life satisfaction, subjective well-being.

Введение

Пандемия COVID-19 оказала сильное влияние на большинство сфер жизни людей и стала крупной проблемой для многих стран. Внезапно нанеся удар по медицине и экономике, новый коронавирус вскрыл слабые стороны, которым ранее не было уделено внимание.

В этот тяжелый период трудовым мигрантам пришлось особенно тяжело. Они проживают в чужой стране, где у многих из них нет близких людей. Мигранты находятся не в равных условиях с гражданами принимающей страны. Они не в приоритете у государства, которое в период сильного кризиса в первую очередь старается оказать помощь своим гражданам.

Для минимизации распространения инфекции и высокой смертности населения страны стали закрывать границы. В результате у трудовых мигрантов возникли проблемы: въезд на территорию России стал для них на некоторое время невозможен, а те иностранные граждане, которые уже пребывали на территории нашей страны, не смогли вернуться на свою родину. В результате принятые меры привели к сокращению численности трудовых мигрантов в России. По данным МВД в 2019 году иностранным гражданам и лицам без гражданства было оформлено 1 767 254 патента, тогда как в 2020 году количество оформленных патентов составило 1 132 593 [1]. Однако в 2021 году после постепенного возвращения к привычной жизни численность трудовых мигрантов в России даже превысила показатели до пандемии: количество оформленных патентов составило 2 221 826 [2]. Несмотря на благоприятные цифры для отечественного рынка труда, важно понять, что чувствовали трудовые мигранты, оказавшись в условиях пандемии COVID-19.

Имея опыт борьбы с другими эпидемиями социальные институты большинства стран мира оказались недостаточно подготовленными к новой угрозе. На данный момент основное внимание правительств сосредоточено на компромиссе между сохранением здоровья у населения путем введения дополнительных ограничений и экономикой, которая ухудшается от этих карантинных мер. Гораздо меньше внимания уделяется психологическим последствиям политики изоляции. Тем не менее уже сегодня очевидно, что пандемия будет иметь не только краткосрочные, но и долгосрочные психологические последствия для человека и общества.

Цель работы заключается в изучении переживания ситуации пандемии трудовыми мигрантами.

Задачи работы:

- 1) провести теоретический анализ по проблеме переживания личностью пандемии COVID-19;
- 2) разработать и реализовать эмпирическое исследование переживания ситуации пандемии трудовыми мигрантами;
- 3) определить особенности переживания пандемии COVID-19;
- 4) выявить уровень удовлетворенности жизнью как когнитивной составляющей субъективного благополучия у трудовых мигрантов;
- 5) исследовать возможные взаимосвязи между социально-демографическими характеристиками личности, удовлетворенностью жизнью и переживанием пандемии COVID-19.

Гипотеза 1: Пандемия COVID-19 выступает многофакторной травмирующей ситуацией для личности.

Гипотеза 2: Восприятие личностью стресс-факторов пандемии зависит от уровня удовлетворенности жизнью.

Обзор литературы

Большинство психологических исследований по изучению особенностей переживания пандемии основываются на предположении, что такая ситуация является стрессовой и снижает психологическое благополучие и качество жизни личности. Источниками стрессовых переживаний является, во-первых, сам факт существования потенциальной опасности заражения коронавирусом [3]; во-вторых, экономические последствия пандемии, которые коснулись всех слоев населения (сокращение заработной платы, потеря работы и тому подобное) [4], в-третьих, смена привычного уклада жизни через карантинные мероприятия (пребывание длительное время в замкнутом пространстве, снижение социальной активности, переход на дистанционный режим учебы и работы и тому подобное) [5]; в-четвертых, противоречивое информационное освещение этих событий в средствах массовой информации [6].

Ситуация стремительного распространения коронавирусной инфекции обусловила резкие и масштабные изменения в жизни всего общества, что привело к росту тревоги как на индивидуальном, так и на уровне межличностных отношений [7]. В качестве отсроченных социально-психологических последствий эпидемиологических угроз исследователи указывают на рост суицидального поведения [8], признаки посттравматического стресса, фобические реакции [9], злоупотребление психоактивными веществами (табаком, алкоголем), проблемы со сном [10].

В то же время, результаты исследований на ранних этапах карантина позволяют предположить, что субъективное благополучие может оставаться достаточно устойчивым к воздействию стресс-факторов в период пандемии COVID-19 [11]. Более подробный анализ показывает, что благополучие существенно обусловлено широкими чертами личности (составляющими «Большой пятерки»), такими как невротизм, экстраверсия и добросовестность [12].

Одним из наиболее серьезных последствий пандемии является переживание стресса во время вынужденной самоизоляции или карантина, а позже – возможное развитие посттравматического стрессового расстройства. Исследования, проведенные среди лиц, которые находились на карантине в связи с эпидемиями MERS, SARS, H1N1 и Эболы показывают, что у до 30% людей проявлялись симптомы ПТСР, причем у 10% они наблюдались даже через 3 года после травмирующих событий [13]. Изучение жителей Китая, также свидетельствует, что закрытия городов для сдерживания COVID-19 вызвало симптомы посттравматического стресса, депрессию и тревожные расстройства [14].

У людей появляется страх потенциального заражения вирусом, негативных экономических последствий пандемии, изменения привычного образа жизни, угрозы увольнения с работы. А роль страха в поддержании благополучия носит амбивалентный характер. С одной стороны, длительное переживание тревоги и страха из-за COVID-19 в условиях неопределенности будущего приводят к истощению психологических ресурсов личности, применение деструктивных копинг-стратегий, которые могут вызвать сложные формы тревожных и депрессивных расстройств [15]. С другой стороны, ряд исследований показывают, что тревога из-за пандемии и тревожность как личностная черта, прямо связанные с соблюдением правил осторожности [16].

То есть, пандемия COVID-19 вызвала у людей стресс, страх, неопределенность, а введенные ограничения – радикальные изменения в повседневных привычках. Сложилась травмирующая ситуация, угрожающая благополучию личности, которое, согласно исследованиям, выступает защитным фактором будущих заболеваний психического здоровья [17].

Под психологическим благополучием в широком смысле понимается сложный комплекс эмоциональных переживаний: удовлетворенность жизнью, ощущение целостности, внутреннего равновесия и тому подобное. Согласно М. Селигману [18], благополучие является центральным понятием позитивной психологии, отражающим интегральную оценку актуального состояния личности. Это конструкт, который нельзя непосредственно измерить.

Материалы и методы исследования

1. Первый блок вопросов касался социально-демографических характеристик выборки (пол, возраст, семейное положение, уровень образования).

2. Особенности переживания угроз пандемии COVID-19 определялись с помощью шести вопросов авторской анкеты с закрытым списком возможных ответов. Первые два вопроса позволили оценить тревогу респондентов

относительно возможных негативных угроз пандемии, а следующие четыре – уже ощутимые последствия воздействия:

Тревога заражения вирусом оценивалась вопросом: «Как сильно вы переживаете по поводу того, что коронавирус угрожает вашему здоровью или здоровью ваших близких?».

Тревога экономических последствий пандемии: «Насколько сильно вы переживаете, что из-за коронавируса вы или ваша семья потеряет работу/заработок?».

Изменение профессиональных перспектив оценивалось с помощью вопроса: «В период пандемии ваши профессиональные перспективы...».

Для оценки самочувствия в период пандемии: «Последний год вы чувствуете себя...».

Изменения в финансовых доходах оценивались: «Изменился ли уровень ваших личных доходов в период пандемии?».

В целом влияние пандемии COVID-19 на жизни определялся вопросом: «На ваш взгляд, на сколько пандемия повлияла на вашу жизнь?».

3. Диагностика удовлетворенности жизнью как когнитивной составляющей субъективного благополучия осуществлена с помощью методики «Шкала удовлетворенности жизнью» [19].

Анализ данных осуществлялся в SPSS Statistics 23.0. С целью сравнения эмпирических распределений двух групп респондентов с разной оценкой влияния пандемии на жизнь применялся критерий χ^2 -Пирсона. Выборка исследования состояла из 256 человек (142 мужчин, 55,47%; 114 женщин, 44,53%) в возрасте от 18 до 65 лет. Респонденты заполняли методики в ноябре-декабре 2021 года.

Результаты исследования

По результатам опроса установлено, что для 25 респондентов (9,8 %) пандемия COVID-19 совсем не повлияла на их жизнь, 47 человек (18,4 %) – вряд ли повлияла, 150 человек (58,6 %) – частично повлияла и 34 человека (13,3 %) – сильно повлияла на жизнь. В связи с небольшим количеством респондентов в выделенных крайних подгруппах, в дальнейшем анализе использовалось разделение на две основные группы: которые считают, что пандемия повлияла на их жизнь (частично или сильно – 183 лица, 71,5 %) и отрицают ее существенное влияние (73 человека, 28,5 %).

Субъективная оценка респондентами влияния пандемии на жизнь не зависела от таких социально-демографических факторов как возраст, семейное положение, уровень образования. Выявлена слабая связь с полом ($\chi^2(1) = 3,98$; $p = 0,046$; $\phi = 0,09$). Существует тенденция, что женщины сильнее ощутили влияние пандемии на благополучие.

Что касается стресс-факторов субъективного благополучия, в среднем респонденты не волнуются или по крайней мере тревожатся возможным заражением коронавирусом, обеспокоены этой опасностью – каждый пятый. Установлено, что треть лиц, которые не пугают возможные экономические последствия, сильно переживает – около 40%. Большинство респондентов уже заметили негативные последствия влияния пандемии на различные аспекты жизни. Около трети лиц за последнее время наблюдают ухудшение профессиональных перспектив и снижение финансовых доходов, у половины выборки по этим параметрам не произошло изменений. В основном лица не почувствовали изменений в самочувствии за время введения ограничительных мер пандемии, при этом сообщили о его ухудшении 16,1% респондентов.

По всем исследуемым стресс-факторам респонденты, ощутившие влияние пандемии на жизнь, отмечали статистически значимые более негативные изменения индикаторов субъективного благополучия, чем лица, которые не заметили влияния ($\chi^2(2) = 8,10-23,72$; $p < 0,05$; $V = 0,13-0,23$). Они чаще сообщали о повышенной тревоге о возможных негативных последствиях, таких как заражение вирусом и экономические проблемы. Лица, отрицающие влияние пандемии на жизнь, склонны говорить об отсутствии у них такого типа тревоги. Профессиональные перспективы, финансовые доходы и самочувствие у групп исследуемых также статистически значимо отличаются. Респонденты, признающие влияние ограничительных мер на субъективное благополучие чаще сообщают об уже ощутимых негативных последствиях пандемии. Размер обнаруженных эффектов соответствует малому и среднему уровню.

Обсуждение результатов исследования

Согласно полученным результатам большинство респондентов указали, что пандемия существенно повлияла на их жизнь. Сложилась ситуация с высоким стрессогенным кумулятивным потенциалом. Возможные экономические потери волнуют около 62% респондентов, 38% лиц ощутили снижение финансовых доходов. Карантин и противоэпидемические меры для многих являются проблемой, поскольку не все люди могут работать удаленно и вынуждены спонтанно приостанавливать деятельность. Треть респондентов отметили, что у них ухудшились профессиональные перспективы.

Почти 60% респондентов в разной степени тревожит потенциальная опасность заражения вирусом. Озабоченность собственным здоровьем, боязнь стать возбудителем инфекции для других и будущие последствия возможного заболевания являются важным аспектом, который непосредственно влияет на благополучие людей и может вызвать или усилить психологический дистресс во время пандемии. Трудовые мигранты в ситуации пандемии находятся в состоянии различной степени беспокойства и волнения. Хотя, большинство респондентов (66%) отметили, что их самочувствие не изменилось, 15% ощущают ухудшение своего психического состояния.

Установлено, что оценка степени влияния на жизнь пандемии коронавирус связана с представлениями респондентов об изменениях, которые произошли в профессиональной, финансовой сферах, самочувствии и тревогой возможных будущих негативных экономических и медицинских последствий, однако ни один из этих показателей не определяет оценку в достаточной мере. Обнаруженные размеры эффектов соответствуют по большей части малому уровню. Эти результаты порождают вопрос выбора критериев оценивания, который является сейчас одной из самых

недооцененных проблем в изучении субъективного благополучия [20]. Интересной задачей дальнейших исследований является также определение, в какой степени оценки зависят от личностных ресурсов.

Субъективный вывод о степени влияния пандемии COVID-19 на жизнь человека в целом не зависит от социально-демографических факторов и лишь в минимальной степени определяется полом. Трудовые мигранты-женщины больше всего ощутили негативное влияние пандемии. Объяснение этому можно найти в большей эмоциональности женщин, стресс-факторы ситуации давления и неопределенности находят свое отражение в психической перегрузке и более высоком восприятии стресса.

Как и ожидалось, установлено, что последствия воздействия стресс-факторов пандемии статистически значимо отражаются на субъективном благополучии личности. Чем выше уровень удовлетворенности жизнью, тем менее ощутимые личностью негативные последствия стресс-факторов COVID-19. В других работах также показано, что показатели удовлетворенности жизни тесно связаны с жизненными условиями, такими как уровень дохода и наличие работы [21]. Тем не менее, полученные величины корреляционных размеров эффектов относительно невелики, это означает, что стресс-факторы пандемии объясняют малый процент вариативности субъективного благополучия личности. Об этом говорит и известная модель «пирога счастья» [22], согласно которой внешние условия (от климата до финансового достатка) вносят около 10% в дисперсию счастье.

Заключение

Таким образом, можно утверждать, что гипотеза №1 подтвердилась: пандемия COVID-19 выступает многофакторной травмирующей ситуацией для личности. Результаты исследования показали, что ситуация пандемии характеризуется высоким стрессовым кумулятивным потенциалом из-за переживания угрозы инфицирования, негативных экономических последствий и строгих ограничительных мер карантина. Подавляющее большинство испытуемых трудовых мигрантов указало, что пандемия существенно повлияла на их жизнь и оценка в общем не зависела от социально-демографических факторов респондентов. Рост субъективного влияния пандемии на личность сопровождается негативными изменениями в профессиональной, финансовой сферах, самочувствии, тревогой за здоровье и возможными негативными экономическими последствиями.

Однако последствия воздействия беспрецедентной ситуации пандемии, согласно результатам исследования, не являются столь негативным и деструктивным, чем предполагалось.

Гипотеза №2 также подтвердилась: чем выше уровень удовлетворенности жизнью, тем менее ощутимы личностью негативные последствия COVID-19.

Финансирование

Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 20-013-00445 «Социально-психологическая адаптация трудовых мигрантов в России: условия, факторы и механизмы»

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Белобрагин В.В., Институт экономики и культуры и НИУ "МЭИ", Москва, Российская Федерация
DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2022.125.113.1>

Funding

The research was supported by financing project of RFBR (Russian Foundation for Basic Research) №20-013-00445 «Socio-psychological adaptation of labor migrants in Russia: conditions, factors and mechanisms».

Conflict of Interest

None declared.

Review

Белобрагин В.В., Institute of Economics and Culture and NRU "MEI", Moscow, Russian Federation
DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2022.125.113.1>

Список литературы / References

1. Сводка основных показателей деятельности по миграционной ситуации в Российской Федерации за январь – декабрь 2021 года // Официальный сайт Министерства внутренних дел Российской Федерации. 2022. — URL: <https://мвд.рф/dejatelnost/statistics/migracionnaya/item/28104434/> (дата обращения: 8.11.2022).
2. Сводка основных показателей деятельности по миграционной ситуации в Российской Федерации за январь – декабрь 2020 года // Официальный сайт Министерства внутренних дел Российской Федерации. 2021. — URL: <https://мвд.рф/dejatelnost/statistics/migracionnaya/item/22689548/> (дата обращения: 8.11.2022).
3. Нестик Т.А. Влияние пандемии COVID-19 на общество: социально-психологический анализ / Т.А. Нестик // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. — 2020. — Т.5. — № 2(18). — с. 47-83. — DOI: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.002
4. Mamun M.M. COVID-19 suicides in Pakistan, dying off not COVID-19 fear but poverty? – The forthcoming economic challenges for a developing country. / M.M. Mamun, I. Ullah // Brain, Behavior, and Immunity. – 2020. – Vol. 87. – p. 163-166. – DOI: 10.1016/j.bbi.2020.05.028
5. Федосенко Е.В. Жизнь после карантина: психология смыслов и коронавирус COVID-19.. / Е.В. Федосенко // Психологические проблемы смысла жизни и акме. – 2020. – № XXV. – с. 34-47. – DOI: 10.24411/9999-042A-2020-00040
6. Yao H. The more exposure to media information about COVID-19, the more distressed you will feel. / H. Yao // Brain, Behavior, and Immunity. – 2020. – Vol. 87. – p. 167-169. – DOI: 10.1016/j.bbi.2020.05.031
7. Cullen W. Mental health in the COVID-19 pandemic. / W. Cullen, G. Gulati, B.D. Kelly // QJM: An International Journal of Medicine. – 2020. – Vol. 113. – p. 311-312. – DOI: 10.1093/qjmed/hcaa110
8. Любов Е.Б. Пандемии и суицид: идеальный шторм и момент истины. / Е.Б. Любов, П.Б. Зотов, Б.С. Положий // Суицидология. – 2020. – №1 (38). – с. 3-38. – DOI: 10.32878/suiciderus.20-11-01(38)-3-38

9. Casagrande M. The enemy who sealed the world: effects quarantine due to the COVID-19 on sleep quality, anxiety, and psychological distress in the Italian population. / M. Casagrande, F. Favieri, R. Tambelli et al. // *Sleep Medicine*. – 2020. – Vol. 75. – p. 12-20. – DOI: 10.1016/j.sleep.2020.05.011
10. Rajkumar R.P. COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. / R.P. Rajkumar // *Asian Journal of Psychiatry*. – 2020. – Vol. 52. – p. 102066. – DOI: 10.1016/j.ajp.2020.102066
11. Рассказова Е.И. Пандемия как вызов субъективному благополучию: тревога и совладание / Е.И. Рассказова, Д.А. Леонтьев, А.А. Лебедева // *Консультативная психология и психотерапия*. — 2020. — Т. 28. — № 2. — с. 90-108. — DOI: 10.17759/cpp.2020280205
12. Anglim J. Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. / J. Anglim, S. Horwood, L.D. Smillie et al. // *Psychological Bulletin*. – 2020. – № 146(4). – p. 279-323. – DOI: 10.1037/bul0000226
13. Brooks S.K. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. / S.K. Brooks, R.K. Webster, L.E. Smith et al. // *The Lancet*. – 2020. – Vol. 395. – p. 912-920. – DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8
14. Li J. Chinese public's knowledge, perceived severity, and perceived controllability of COVID-19 and their associations with emotional and behavioural reactions, social participation, and precautionary behaviour: a national survey. / J. Li, A. Yang, K. Dou et al. // *BMC Public Health*. – 2020. – № 20(1). – p. 1589. – DOI: 10.1186/s12889-020-09695-1
15. Reznik A. A. COVID-19 Fear in Eastern Europe: Validation of the Fear of COVID-19 Scale. / A. Reznik A., V. Gritsenko, V. Konstantinov et al. // *International Journal of Mental Health and Addiction*. – 2020. – № 19. – p. 1903-1908. – DOI: 10.1007/s11469-020-00283-3
16. Zettler I. The Role of Personality in COVID-19-Related Perceptions, Evaluations, and Behaviors: Findings Across Five Samples, Nine Traits, and 17 Criteria. / I. Zettler, C. Schild, L. Lilleholt et al. // *Social Psychological and Personality Science*. – 2022. – № 13(1). – p. 299-310. – DOI: 10.1177/19485506211001680
17. Lau A.L. The SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) pandemic in Hong Kong: Effects on the subjective wellbeing of elderly and younger people. / A.L. Lau, I. Chi, R.A. Cummins et al. // *Aging & Mental Health*. – 2008. – Vol.12. – p. 746-760. – DOI: 10.1080/13607860802380607
18. Seligman M. *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being* / M. Seligman – New York: Simon and Schuster, 2011. – 367 p.
19. Осин Е.Н. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ. / Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев // *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*. – 2020. – №1. – с. 117-142. – DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.06
20. Леонтьев Д.А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля. / Д.А. Леонтьев // *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*. – 2019. – №1. – с. 14-37. – DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.02
21. Tov W. Well-being concepts and components. / W. Tov // *Handbook of well-being; edited by Diener E., Oishi S., Tay L.* – Salt Lake City: DEF Publishers, 2018.
22. Любомирски С. *Психология счастья. Новый подход* / С. Любомирски – СПб: Питер, 2014. – 352 с.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Svodka osnovnyh pokazatelej dejatel'nosti po migracionnoj situacii v Rossijskoj Federacii za janvar' – dekabr' 2021 goda [Summary of key performance indicators on the migration situation in the Russian Federation for January-December 2021] // *Oficial'nyj sajt Ministerstva vnutrennih del Rossijskoj Federacii*. 2022. [Official website of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, 2022]. — URL: <https://мвд.рф/dejatel'nost/statistics/migracionnaya/item/28104434/> (accessed: 8.11.2022). [in Russian]
2. Svodka osnovnyh pokazatelej dejatel'nosti po migracionnoj situacii v Rossijskoj Federacii za janvar' – dekabr' 2020 goda [Summary of key performance indicators on the migration situation in the Russian Federation for January-December 2020] // *Oficial'nyj sajt Ministerstva vnutrennih del Rossijskoj Federacii*. 2021. [Official website of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, 2021]. — URL: <https://мвд.рф/dejatel'nost/statistics/migracionnaya/item/22689548/> (accessed: 8.11.2022). [in Russian]
3. Nestik T.A. Vliyanie pandemii COVID-19 na obshchestvo: sotsialno-psikhologicheskii analiz [The impact of the COVID-19 pandemic on society: socio-psychological analysis] / T.A. Nestik // *Institut psikhologii Rossiiskoi akademii nauk. Sotsialnaya i ekonomicheskaya psikhologiya* [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Social and economic psychology]. — 2020. — Vol. 5. — № 2(18). — p. 47-83. — DOI: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.002 [in Russian]
4. Mamun M.M. COVID-19 suicides in Pakistan, dying off not COVID-19 fear but poverty? – The forthcoming economic challenges for a developing country. / M.M. Mamun, I. Ullah // *Brain, Behavior, and Immunity*. – 2020. – Vol. 87. – p. 163-166. – DOI: 10.1016/j.bbi.2020.05.028
5. Fedosenko E.V. Zhizn' posle karantina: psixologiya smy'slov i koronavirus COVID-19. [Life after the quarantine: psychology of sense and coronavirus COVID-19]. / E.V. Fedosenko // *Psixologicheskie problemy' smy'sla zhizni i akme* [Psychological problems of the meaning of life and acme]. – 2020. – № XXV. – p. 34-47. – DOI: 10.24411/9999-042A-2020-00040 [in Russian]
6. Yao H. The more exposure to media information about COVID-19, the more distressed you will feel. / H. Yao // *Brain, Behavior, and Immunity*. – 2020. – Vol. 87. – p. 167-169. – DOI: 10.1016/j.bbi.2020.05.031
7. Cullen W. Mental health in the COVID-19 pandemic. / W. Cullen, G. Gulati, B.D. Kelly // *QJM: An International Journal of Medicine*. – 2020. – Vol. 113. – p. 311-312. – DOI: 10.1093/qjmed/hcaa110

8. Lyubov E.B. Pandemii i suicid: ideal'ny'j shtorm i moment istiny' [Pandemics and suicide: a perfect storm and a moment of truth]. / E.B. Lyubov, P.B. Zotov, B.S. Polozhij // Suicidologiya [Suicidology]. – 2020. – №1 (38). – p. 3-38. – DOI: 10.32878/suiciderus.20-11-01(38)-3-38 [in Russian]
9. Casagrande M. The enemy who sealed the world: effects quarantine due to the COVID-19 on sleep quality, anxiety, and psychological distress in the Italian population. / M. Casagrande, F. Favieri, R. Tambelli et al. // Sleep Medicine. – 2020. – Vol. 75. – p. 12-20. – DOI: 10.1016/j.sleep.2020.05.011
10. Rajkumar R.P. COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. / R.P. Rajkumar // Asian Journal of Psychiatry. – 2020. – Vol. 52. – p. 102066. – DOI: 10.1016/j.ajp.2020.102066
11. Rasskazova Ye.I. Pandemiya kak vizov subektivnomu blagopoluchiyu: trevoga i sovladanie [Pandemic as a Challenge to Subjective Well-Being: Anxiety and Coping] / Ye.I. Rasskazova, D.A. Leontev, A.A. Lebedeva // Konsultativnaya psikhologiya i psixoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]. — 2020. — Vol. 28. — № 2. — p. 90-108. — DOI: 10.17759/cpp.2020280205 [in Russian]
12. Anglim J. Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. / J. Anglim, S. Horwood, L.D. Smillie et al. // Psychological Bulletin. – 2020. – № 146(4). – p. 279-323. – DOI: 10.1037/bul0000226
13. Brooks S.K. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. / S.K. Brooks, R.K. Webster, L.E. Smith et al. // The Lancet. – 2020. – Vol. 395. – p. 912-920. – DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8
14. Li J. Chinese public's knowledge, perceived severity, and perceived controllability of COVID-19 and their associations with emotional and behavioural reactions, social participation, and precautionary behaviour: a national survey. / J. Li, A. Yang, K. Dou et al. // BMC Public Health. – 2020. – № 20(1). – p. 1589. – DOI: 10.1186/s12889-020-09695-1
15. Reznik A. A. COVID-19 Fear in Eastern Europe: Validation of the Fear of COVID-19 Scale. / A. Reznik A., V. Gritsenko, V. Konstantinov et al. // International Journal of Mental Health and Addiction. – 2020. – № 19. – p. 1903-1908. – DOI: 10.1007/s11469-020-00283-3
16. Zettler I. The Role of Personality in COVID-19-Related Perceptions, Evaluations, and Behaviors: Findings Across Five Samples, Nine Traits, and 17 Criteria. / I. Zettler, C. Schild, L. Lilleholt et al. // Social Psychological and Personality Science. – 2022. – № 13(1). – p. 299-310. – DOI: 10.1177/19485506211001680
17. Lau A.L. The SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) pandemic in Hong Kong: Effects on the subjective wellbeing of elderly and younger people. / A.L. Lau, I. Chi, R.A. Cummins et al. // Aging & Mental Health. – 2008. – Vol.12. – p. 746-760. – DOI: 10.1080/13607860802380607
18. Seligman M. Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being / M. Seligman – New York: Simon and Schuster, 2011. – 367 p.
19. Osin E.N. Kratkie russkoyazy'chny'e shkaly' diagnostiki sub'ektivnogo blagopoluchiya: psixometricheskie xarakteristiki i sravnitel'ny'j analiz [Brief Russian-Language Instruments to Measure Subjective Well-Being: Psychometric Properties and Comparative Analysis]. / E.N. Osin, D.A. Leont'ev // Monitoring obshhestvennogo mneniya: e'konomicheskie i social'ny'e peremeny' [Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes Journal (Public Opinion Monitoring)]. – 2020. – №1. – p. 117-142. – DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.06 [in Russian]
20. Leont'ev D.A. Schast'e i sub'ektivnoe blagopoluchie: k konstruirovaniyu ponyatijnogo polya [Happiness and Well-Being: Toward the Construction of the Conceptual Field]. / D.A. Leont'ev // Monitoring obshhestvennogo mneniya: e'konomicheskie i social'ny'e peremeny' [Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes Journal (Public Opinion Monitoring)]. – 2019. – №1. – p. 14-37. – DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.02 [in Russian]
21. Tov W. Well-being concepts and components. / W. Tov // Handbook of well-being; edited by Diener E., Oishi S., Tay L. – Salt Lake City: DEF Publishers, 2018.
22. Lyubomirski S. Psixologiya schast'ya. Novy'j podxod [The psychology of happiness. New approach] / S. Lyubomirski – SPb: Piter, 2014. – 352 p. [in Russian]