

## Влияние ношения медицинской маски на личное пространство человека

Научный руководитель – Трубицына Людмила Валентиновна

*Жаворонкова А.В.<sup>1</sup>, Кулагина А.С.<sup>2</sup>, Торчинова Д.С.<sup>3</sup>*

1 - Академия социального управления, Москва, Россия, E-mail: *aleexkrauss@yandex.ru*; 2 -

Академия социального управления, Москва, Россия, E-mail: *alisa.kulagina90@mail.ru*; 3 -

Академия социального управления, Москва, Россия, E-mail: *dragonnest.rudiana@mail.ru*

**Введение.** В связи с пандемией COVID-19 многие привыкли ходить в общественных местах в масках. В сложившейся ситуации практически никто не задумывается о психологических особенностях ношения маски, в частности, влияние маски на размеры личного пространства. Большое количество людей настолько привыкли носить маски, что без них они чувствуют себя неуютно и небезопасно в общественных местах. Ю.М. Плюснин пишет: «Персональная дистанция человека определяет размеры его «персонального пространства». Это физическое «пространство с невидимыми границами, окружающее человека, и которое повсюду сопровождает его». Попытки со стороны других людей проникнуть в этот «воздушный пузырь», постоянно окружающий человека воспринимается им, как неприятное посягательство на личную свободу» [1, с.9]. Цель нашего исследования состояла в исследовании влияния ношения маски на психологические особенности человека. Так как такое исследование само по себе очень обширное, в данной работе мы ограничились исследованием влияния ношения масок на размеры личного пространства.

### Гипотезы:

1. Мы предположили, что ношение маски ведет к сокращению дистанции между людьми.
2. Дистанция общения (персональное пространство) связана с особенностями копинг-стратегий человека.

Так как часть наших испытуемых принимала участие в другом исследовании, у нас появилась возможность изучить связь между копинг-стратегиями и размерами личного пространства в двух условиях (ситуациях взаимодействия): взаимодействие в масках и без масок.

**Методы исследования.** В исследовании приняли участие 50 человек. Из них 27 - женщины, 23 - мужчины. В исследовании мы использовали «метод стоп-дистанции», описанный в литературе [2]. При этом исследователь подходит к участнику, который говорит слово «Стоп» исследователю, когда он или она подходит слишком близко, и испытуемому становится некомфортно. Помимо ответа испытуемого, мы дополнительно наблюдали за мимикой человека. Дополнительно 26 человек заполняли также тест «Способы совладающего поведения, WCQ (Лазарус)».

**Результат.** По результатам исследования, при сравнении дистанции по тесту Манна-Уитни, мы получили различия ( $p < 0,005$ ) между расстоянием в маске и без маски. Можно сказать, что наличие маски ведет к существенному уменьшению личного пространства. При сравнении мы не нашли значимую корреляцию ( $k$ ) между копинг-стратегиями и личным пространством без маски, однако мы нашли отрицательную корреляцию ( $k$ ) между личным пространством в маске и копинг-стратегией «сверхбдительность» ( $k = -0,792$ ; уровень значимости  $< 0,005$ ). В результате исследования мы пришли к выводу, что при нахождении человека в маске степень выраженности копинг-стратегия «сверхбдительность» значительно ниже, чем в ситуации без маски. Это означает, что в маске бдительность человека снижается, так как он чувствует психологическую защищённость.

**Выводы.** Таким образом, данное исследование подтвердило обе наши гипотезы и показало наличие связи между ношением маски и размерами персонального пространства человека. Наличие маски уменьшает личное пространство, что приводит к снижению социальной дистанции, это в свою очередь в период пандемии показывает и так спорную эффективность маски. Так же ощущение защищенности в маске, которое мы наблюдали у взрослых людей, может иметь более значимое последствие в подростковом возрасте, в период становления личности. Маска может создавать иллюзию защищенности личного пространства.

### Источники и литература

- 1) Плюснин Ю.М. Пространственное поведение человека(методы проксеимических исследований)//Новосибирский Институт философии и права Сибирского отделения РАН, 1990. 45 с.
- 2) Lachini T. Personal space//Reference Module in Neuroscience and Biobehavioral Psychology, 2017, P.1–3 [https://www.researchgate.net/publication/315702255\\_Personal\\_space](https://www.researchgate.net/publication/315702255_Personal_space)