

УДК 159.923:616-003.96

DOI: 10.34670/AR.2020.25.61.011

Психологическое состояние студентов в условиях выхода из самоизоляции

Абдрашитов Рамазан Тахирович

Студент,

Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: alya_kubekova@mail

Абакаров Арслан Магомедкамилович

Студент,

Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: alya_kubekova@mail

Кубекова Алия Салаватовна

Старший преподаватель,

кафедра психологии и педагогики,

Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: alya_kubekova@mail

Аннотация

Статья посвящена анализу психологического статуса студентов в условиях выхода из самоизоляции, а также разработке практических рекомендаций для психологов образовательных учреждений. В исследовании были использованы методики: методика диагностики уровня социальной фрустрации Л.И. Вассермана (модификация В.В. Бойко); методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана (адаптация Н.А. Сирота и В.М. Ялтонский); шкала психологического стресса PSM-25 Лемура-Тесье-Филлиона. Был использован метод обработки эмпирических данных – критерий Спирмена для корреляционного анализа, пакета прикладных программ SPSS-21.0, и Microsoft Office Excel 2010. Было установлено, что значительная часть студентов испытывают психологический стресс и социальную фрустрированность. Результаты психологического исследования копинг-стратегий студентов медицинского вуза в условиях выхода из самоизоляции показали, что наиболее часто они используют стратегии, ориентированные на решение проблем, и стратегии, ориентированные на поиск социальной поддержки. Полученные данные исследования могут быть использованы в работе практических психологов образовательных учреждений, для составления программ профилактики и коррекции эмоциональных нарушений и увеличения использования репертуара копинг-стратегий.

Для цитирования в научных исследованиях

Абдрашитов Р.Т., Абакаров А.М., Кубекова А.С. Психологическое состояние студентов в условиях выхода из самоизоляции // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2020. Т. 9. № 4А. С. 98-105. DOI: 10.34670/AR.2020.25.61.011

Ключевые слова

Самоизоляция; студенты медицинского вуза; пандемия COVID-19; дистанционное обучение; психоэмоциональный стресс; социальная фрустрированность; копинг-стратегии.

Введение

В настоящее время в связи со вспышкой и распространением опасной вирусной инфекции COVID-19 произошли изменения во многих сферах жизни, в том числе системы образования [Лутфуллаев, Лутфуллаев, Кобилова, Нейматов, www]. Под самоизоляцией подразумевается вынужденная мера социального дистанцирования, ограничивающая передвижение людей на улице, массовые собрания, работу определенных учреждений. Вместе с тем, самоизоляция влечет за собой ситуацию неопределенности [Соколов, 2012]. Безусловно, ситуация, связанная с распространением новой коронавирусной инфекции (COVID-19), привнесла поправки в образовательную деятельность университета. Дистанционное обучение затронуло и медицинские вузы. Период вынужденной самоизоляции спровоцировал всплеск психологических проблем и эмоциональных нарушений у населения особенно в это число вошло студенчество. Среди эмоциональных нарушений в период пандемии отмечаются высокие показатели тревожности, дистресс, фрустрированность [Одинокая, 2019]. Под фрустрированностью понимается негативное психическое состояние, обусловленное невозможностью удовлетворения тех или иных потребностей, которое сопровождается негативными эмоциями [Тонконог, Ананченкова, 2017]. В исследовании Сидячевой Н.В., Зотовой Л.Э. было установлено, что в период вынужденной самоизоляции часть студентов испытывает чувство одиночества, большая часть указывает на недостаток «живого» общения, ярко выражена эмоциональная дестабилизация, отмечается ухудшение физического состояния. Следует отметить, что при рассмотрении интересующих нас психологических концепций изучения психологических особенностей при дистанционном обучении в период пандемии COVID-19 и самоизоляции, на настоящий момент нет. В этом контексте вопросы исследования копинг-стратегий студентов в ситуации выхода из самоизоляции и их связь с психологическими особенностями являются актуальными.

Цель исследования заключалась в анализе психологического статуса студентов медицинского вуза в условиях выхода из самоизоляции.

Методология исследования

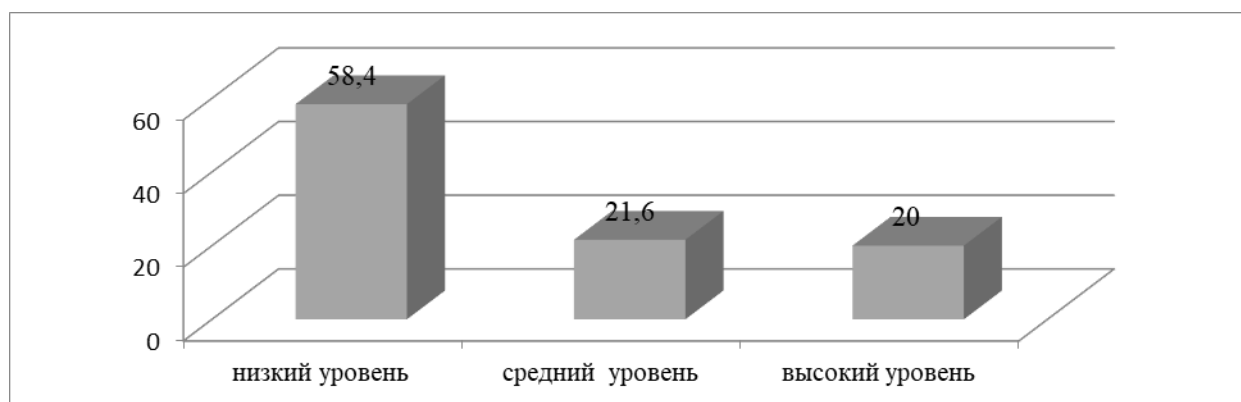
Эмпирическое исследование было проведено в сентябре 2020 г. на кафедре психологии и педагогики федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Астраханский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения России (г. Астрахань). В тестировании принимали участие

студенты медицинского вуза в количестве 60 человек 5 курса специальностей «Лечебное дело» и «Педиатрия». Средний возраст респондентов составил 22,3 года. В исследовании были использованы следующие психологические методики: 1) методика диагностики уровня социальной фрустрации Л.И. Вассермана (модификация В.В. Бойко), фиксирующая степень неудовлетворенности социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности. 2) методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана (адаптация Н.А. Сирота и В.М. Ялтонский), определяющая доминирующие копинг-стратегии личности (разрешения проблем, поиска социальной поддержки и избегания).

3) шкала психологического стресса PSM-25 Лемура-Тесье-Филлиона (в адаптации Н.Е. Водопьяновой), предназначенная для измерения феноменологической структуры переживаний стресса. Полученные результаты экспериментального исследования представляются показательной выборкой, а также сравнительным подбором стандартизированных методик. Был использован метод обработки эмпирических данных – критерий Спирмена для корреляционного анализа, пакета прикладных программ SPSS-21.0, и Microsoft Office Excel 2010. Для получения сопоставимых результатов психологическое обследование проводили в условиях, которые были одинаковы для всех студентов медицинского университета.

Обсуждение результатов

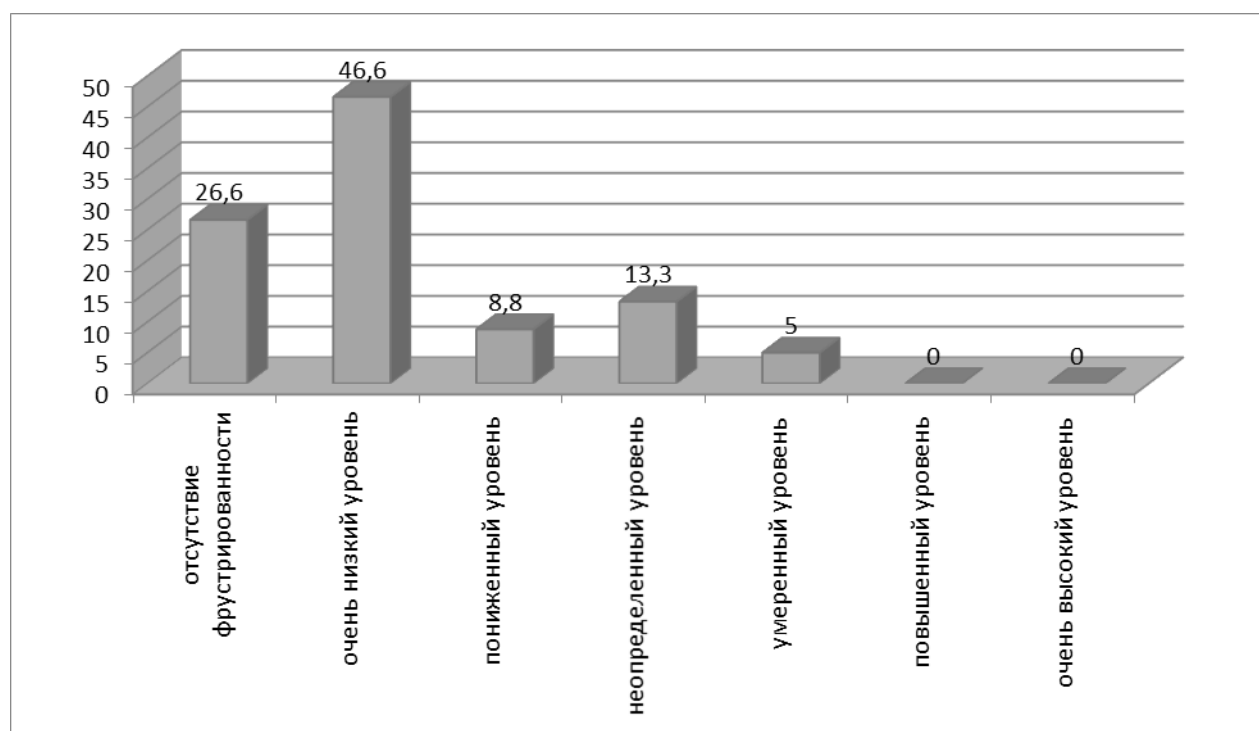
С целью измерения структуры переживаний стресса у студентов медицинского вуза была применена методика шкала психологического стресса PSM-25 Лемура-Тесье-Филлиона (в адаптации Н.Е. Водопьяновой). Низкий уровень стресса проявлялся у 58,4% (35 человек) студентов медицинского вуза после выхода из самоизоляции (рисунок 1). Студенты с низким уровнем стресса не испытывают проблем с адаптацией и готовы к учебной нагрузке. Среднее значение психосоциального стресса у студентов составило 26,6% (13 человек). Это значение свидетельствует о том, что выход из самоизоляции они воспринимают спокойно и не проявляют повышенного беспокойства в сложившихся обстоятельствах. Вызывает беспокойство студенты, у которых зарегистрирован высокий уровень психологического стресса по шкале psm-25, а именно 20,0% (12 человек). Данные студенты испытывают высокое напряжение и тревожность связи с выходом из самоизоляции и продолжением обучения в очной форме вовремя пандемии коронавируса.



(составлено авторами по результатам исследования)

Рисунок 1. Средние значения уровня психологического стресса PSM-25 у студентов

Результаты количественной обработки по методике диагностики уровня социальной фрустрации Л.И. Вассермана (модификация В.В. Бойко) представлены на рисунке 2. По результатам тестов было отмечено, что у 26,6% (16 человек) отсутствует или почти отсутствует социальная фрустрированность. Данный результат может свидетельствовать, как о положительном показателе, но также может свидетельствовать о низких притязаниях во многих аспектах жизни. Очень низкий уровень социальной фрустрации был обнаружен у 46,6% (28 человек), что может являться положительной динамикой после выхода из вынужденной самоизоляции для студентов. Неопределенный уровень социальной фрустрированности установлен у 8,8% (5 человек) студентов медицинского вуза. Можно предположить, что студенты испытывают стресс при выходе из самоизоляции. Это также свидетельствует о повышенном уровне агрессивного поведения в виде вербальной агрессии и отчужденности. Данный результат отмечается у студентов с высоким уровнем психологического стресса по шкале psm-25. Умеренный уровень социальной фрустрированности был обнаружен у 5% (3 человека) студентов, для них характерно на момент выхода из самоизоляции социальная дезадаптированность. Таким образом, выход в социальную жизнь и традиционную очную форму после продолжительной самоизоляции является для студентов медицинского вуза фрустратором и может проявляться в высоком уровне тревожности или агрессивном поведении. Однако, среди обследуемых были представители разных уровней социальной фрустрированности, кроме повышенного и очень высокого.

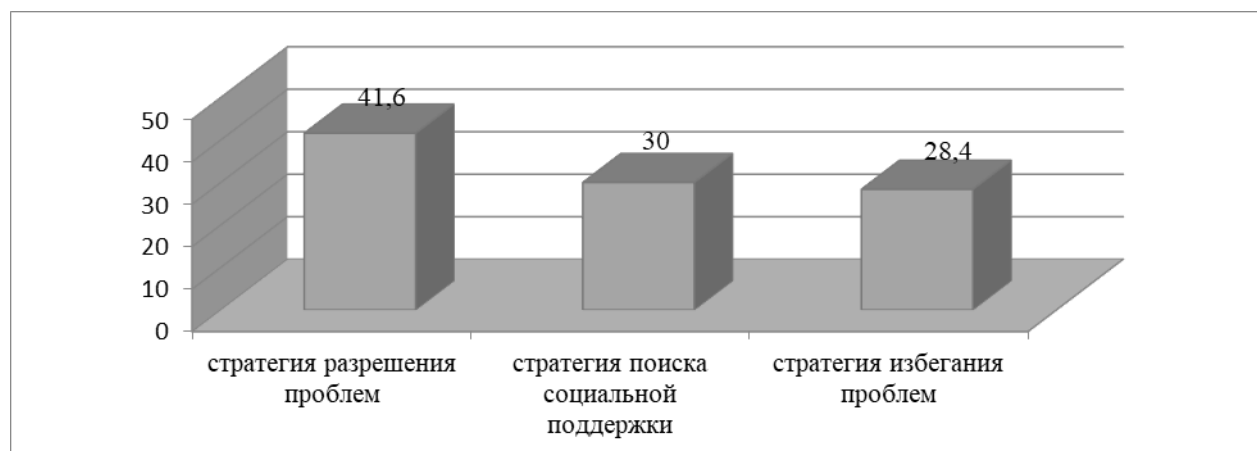


(составлено авторами по результатам исследования)

Рисунок 2. Средние значения уровня социальной фрустрированности у студентов

По методике «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана (адаптация Н.А. Сирота и В.М. Ялтонский). Доминирующей копинг-стратегией у студентов медицинского вуза является стратегия «разрешение проблем» - 41,6% (25 человек). Данный результат свидетельствует о том,

что студенты стараются использовать личностные ресурсы для поиска возможных способов эффективного разрешения проблемы (рисунок 3). На втором месте по частоте использования была копинг-стратегия «поиск социальной поддержки» - 30,0% (18 человек). Данный копинг является эмоциональным ориентированным, т.е. для того, чтобы решить проблемы обращаются за помощью к близкому окружению (семья, друзья). На третьем месте по частоте использования идет стратегия «избегание проблем» - 28,9% (17 человек). Данная копинг-стратегия является наименее эффективной при выходе из стрессового состояния и является попыткой уйти из стрессового состояния в данном случае это выход из самоизоляции.



(составлено авторами по результатам исследования)

Рисунок 3. Средние значения копинг-стратегий у студентов

Для выявления структуры взаимосвязей психологического статуса и копинг стратегий у студентов медицинского вуза проведен корреляционный анализ с использованием критерия корреляции Спирмена. Данные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1. Результаты корреляционного анализа между психологическим стрессом, социальной фрустрированностью и показателями копинг-стратегий

Переменные	Значение коэффициента корреляции, r	Уровень значимости, p
Психологический стресс (psm-25)	0,686	0,01
Социальная фрустрированность	0,719	0,05
Копинг-стратегия «разрешение проблем»	-0,372	0,049
Копинг-стратегия «поиска социальной поддержки»	-0,354	0,001
Копинг-стратегия «избегание проблем»	0,586	0,001

Статистически связанными являются показатели психологического стресса и социальной фрустрированностью у студентов медицинского вуза и копинг-стратегией «Избегание проблем» ($r=0,586$). Чем выше уровень психологического стресса у студентов, тем в значительной степени они используют копинг-стратегию «избегание проблем». После выхода из самоизоляции и продолжением обучения в очной форме вовремя пандемии коронавируса студенты с высоким уровнем стресса и напряжения склонны уходить «в себя» и чувствуют отчужденность. Чем ниже уровень психологического стресса и социальной фрустрированности у студентов, тем в значительной степени студенты используют наиболее эффективные копинг-стратегии «поиска

социальной поддержки» и «разрешение проблем».

Выводы

Таким образом, на основании проведенного исследования, посвящённого оценке студентов медицинского вуза в условиях выхода из самоизоляции, были сделаны следующие выводы:

- 1) Значительная часть студентов испытывают психологический стресс и социальную фрустрированность;
- 2) Высокий уровень психологического стресса и социальной фрустрированности влияют на копинг-стратегии, т.е. чем выше уровень стресса и фрустрированности, тем чаще студенты предпочитают неэффективную копинг-стратегию «избегание проблем»;
- 3) Результаты психологического исследования копинг-стратегий студентов медицинского вуза в условиях выхода из самоизоляции показали, что наиболее часто они используют стратегии, ориентированные на решение проблем, и стратегии, ориентированные на поиск социальной поддержки;
- 4) После выхода из самоизоляции и продолжением обучения в очной форме вовремя пандемии коронавируса студенты с высоким уровнем стресса и напряжения склонны уходить «в себя» и чувствуют отчужденность.

Полученные данные исследования могут быть использованы в работе практических психологов образовательных учреждений, для составления программ профилактики и коррекции эмоциональных нарушений и увеличения использования репертуара копинг-стратегий.

Библиография

1. Исаева Е.Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни: моногр. / Е.Р. Исаева. - СПб.: СПбГМУ, 2009. - 136 с.
2. Лутфуллаев Г.У., Лутфуллаев У.Л., Кобилова Ш.Ш., Неъматов У.С. Опыт дистанционного обучения в условиях пандемии COVID-19 // Проблемы педагогики. 2020. №4 (49). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/opyt-distantsionnogo-obucheniya-v-usloviyah-pandemii-covid-19> (дата обращения: 30.08.2020).
3. Одинокая М.А. Самостоятельная работа студентов в системе высшего профессионального образования в России. М., 2019. С. 34-36.
4. Резниченко Н.С., Таптыгина Е.В., Морозова Т.Д. (2011). Сравнительный анализ качества дистанционного обучения студентов // Сибирское медицинское обозрение. № 4 (70). С. 99-103. doi: 10.20333/2500136
5. Селезнев С.Б., Селезнева Е.М., Костина Л.А., Захарова Е.В., Кочур В.В., Франк Г.Н. Динамика этнокультуральных изменений в студенческой среде в условиях региональной этнографической трансформации // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. 2006. № 5. С. 246-248.
6. Сидячева Н.В., Зотова Л.Э. Ситуация вынужденной самоизоляции в период пандемии: психологический и академический аспекты // Современные наукоемкие технологии. – 2020. – № 5. – С. 218-225; URL: <http://top-technologies.ru/ru/article/view?id=38060> (дата обращения: 29.08.2020).
7. Соколов Г.А. Коррекция психоэмоциональных состояний студентов при дистанционной форме обучения // Седьмая Московская научно-практическая конференция «Студенческая наука» - 2012.
8. Соколовская И.Э. Социально-психологические факторы удовлетворенности студентов в условиях цифровизации обучения в период пандемии COVID-19 и самоизоляции // Цифровая социология. 2020. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-factory-udovletvorennosti-studentov-v-usloviyah-tsifrovizatsii-obucheniya-v-period-pandemii-covid-19-i> (дата обращения: 29.08.2020).
9. Сорокоумова Е.А., Чердымова Е.И., Пучкова Е.Б., Темнова Л.В. Студенты в период пандемии COVID19: понимание ситуации самоизоляции // Научное обозрение. Серия 1. Экономика и пра-во. - 2020. - No 3. - С. 196-205. DOI: 10.26653/2076-4650-2020-3-8
10. Тонконог В.В., Ананченкова П.И. Дистанционное обучение в региональном образовательном пространстве в процессе подготовки студентов разных направлений и специальностей // Путеводитель предпринимателя. 2017 № 35. С. 284-293. DOI: 10.24182

Psychological state of students in the conditions of self-isolation

Ramazan T. Abdrashitov

Student,
Astrakhan State Medical University,
414024, 121 Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: alya_kubekova@mail

Arslan M. Abakarov

Student,
Astrakhan State Medical University,
414024, 121 Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: alya_kubekova@mail

Aliya S. Kubekova

Senior lecturer,
Department of psychology and pedagogy,
Astrakhan State Medical University,
414024, 121 Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: alya_kubekova@mail

Abstract

The article is devoted to the analysis of the psychological status of students in the conditions of self-isolation, as well as the development of practical recommendations for psychologists of educational institutions. The following methods were used in the study: the method of diagnosing the level of social frustration by L. I. Wasserman (modified by V. V. Boyko); the method of "indicator of coping strategies" by D. Amirkhan (adapted by N. A. Sirota and V. M. Yaltonsky); the scale of psychological stress PSM-25 Lemur-Tessier-Fillion. We used the empirical data processing method – Spearman's criterion for correlation analysis, the SPSS-21.0 application package, and Microsoft Office Excel 2010. It was found that a significant proportion of students experience psychological stress and social frustration. The results of a psychological study of coping strategies of medical students in the conditions of self-isolation showed that they most often use strategies focused on solving problems and strategies focused on finding social support. The obtained research data can be used in the work of practical psychologists of educational institutions, to develop programs for the prevention and correction of emotional disorders and to increase the use of the repertoire of coping strategies.

For citation

Abdrashitov R.T., Abakarov A.M., Kubekova A.S. (2019) Psikhologicheskoe sostoyanie studentov v usloviyakh vykhoda iz samoizolyatsii [Psychological state of students in the conditions of self-isolation]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 9 (4A), pp. 98-105. DOI: 10.34670/AR.2020.25.61.011

Keyword

Self-isolation; medical students; COVID-19 pandemic; distance learning; psychoemotional stress; social frustration; coping strategies.

References

1. Isaeva E.R. Coping behavior and psychological protection of the individual in conditions of health and illness: monograph. / E.R. Isaeva. - SPb .: SPbGMU, 2009 .-- 136 p.
2. Lutfullaev G.U., Lutfullaev U.L., Kobilova Sh.Sh., Nematov U.S. The experience of distance learning in the context of the COVID-19 pandemic // Problems of Pedagogy. 2020. No. 4 (49). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/opyt-distantionnogo-obucheniya-v-usloviyah-pandemii-covid-19> (date accessed: 08/30/2020).
3. Lonely M.A. Independent work of students in the system of higher professional education in Russia. M., 2019.S. 34-36.
4. Reznichenko NS, Tapygina EV, Morozova ETC. (2011). Comparative analysis of the quality of distance learning for students // Siberian Medical Review. No. 4 (70). S. 99-103. doi: 10.20333 / 2500136
5. Seleznev S.B., Selezneva E.M., Kostina L.A., Zakharova E.V., Kochur V.V., Frank G.N. Dynamics of ethnocultural changes in the student environment in the context of regional ethnographic transformation // Siberian Bulletin of Psychiatry and Narcology. 2006. No. S. S. 246-248.
6. Sidyacheva N.V., Zotova L.E. The situation of forced self-isolation during a pandemic: psychological and academic aspects // Modern high technology. - 2020. - No. 5. - P. 218-225; URL: <http://top-technologies.ru/ru/article/view?id=38060> (date accessed: 08/29/2020).
7. Sokolov G.A. Correction of psychoemotional states of students with distance learning // Seventh Moscow Scientific and Practical Conference "Student Science" - 2012.
8. Sokolovskaya I.E. Socio-psychological factors of student satisfaction in the context of digitalization of education during the COVID-19 pandemic and self-isolation // Digital Sociology. 2020. No. 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-factory-udovletvorennosti-studentov-v-usloviyah-tsifrovizatsii-obucheniya-v-period-pandemii-covid-19-i> (date accessed: 29.08.2020).
9. Sorokoumova E.A., Cherdymova E.I., Puchkova E.B., Temnova L.V. Students during the COVID19 pandemic: understanding the situation of self-isolation // Scientific Review. Series I. Economics and Law. - 2020. - No 3. - P. 196-205.DOI: 10.26653 / 2076-4650-2020-3-8
10. Tonkonog V.V., Ananchenkova P.I. (2017). Distance learning in the regional educational space in the process of training students of different directions and specialties // Entrepreneur's Guide. No. 35. S. 284-293. DOI: 10.24182