Научная статья

УДК 159.923.33

doi: 10.31079/1992-2868-2021-18-4-140-145

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ САМОЧУВСТВИЕ МОЛОДЁЖИ В ПЕРИОД КОРОНАВИРУСНОЙ ПАНДЕМИИ

Надежда Георгиевна Григорьева¹, Светлана Михайловна Дрюцкая²

¹Дальневосточный государственный университет путей сообщения, Хабаровск, Россия, rabota08027@mail.ru

²Дальневосточный государственный медицинский университет, Хабаровск, Россия, sveta07027@mail.ru

Аннотация. В статье рассматриваются некоторые аспекты социально-психологического самочувствия молодых людей в период коронавирусной пандемии, влияние социальной депривации на эмоциональную, интеллектуальную, поведенческую активность человека. Представлена роль общения в жизни человека на основе анализа взглядов, мнений, идей ученых. Приведен анализ результатов исследования о влиянии пандемии коронавирусной инфекции на психологическое самочувствие молодых людей.

Ключевые слова: социальная депривация, психологическое самочувствие, общение, пандемия, ограничения

Original article

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL SENSE OF YOUNG PEOPLE DURING THE CORONAVIRUS PANDEMIC

Nadezhda G. Grigorieva¹, Svetlana M. Drutskaya²

¹Far Eastern State Transport University, Khabarovsk, Russia, rabota08027@mail.ru

²Far Eastern State Medical University, Khabarovsk, Russia, sveta07027@mail.ru

Abstract. The article examines some aspects of the social and psychological well-being of young people during the coronavirus pandemic, the impact of social deprivation on the emotional, intellectual, and behavioral activity of a person. The role of communication in human life is presented on the basis of the analysis of views, opinions, and ideas of scientists. An analysis of the results of a study on the impact of the coronavirus infection pandemic on the psychological well-being of young people is presented.

Keywords: social deprivation, psychological well-being, communication, pandemic, restrictions

Коронавирусная пандемия внесла в жизнь общества определённые ограничения: культурные, организационные, технологические, бытовые и прочие, к которым общество не было готово. И люди, даже под угрозой своей собственной жизни и жизни своих родных, друзей, знакомых, всячески противились принятию новых правил поведения, связанных с минимизацией общения.

В свое время Аристотель отмечал, что «человек по природе существо общественное» [1] и человечество, независимо от этапа своего развития, от уровня развития человеческой цивилизации, всегда подтверждает свою общественную сущность – быть в социуме, развиваться в социуме, обладать социальными феноменами, расширять социум и самореализовываться в нем. Человек всегда стремится к общению, независимо от того, общение ему необходимо для реализации какой-либо цели или само общение представляет для человека цель, т.е. является аффилиацией – жизненно необходимым стремлением к взаимодействию и проявлению чувства единения, дружбы с другим или другими.

Рассматривая цепочку живых организмов: растения–животные–человек, К.Д. Ушинский отмечал

общественное начало даже среди растений. В растительном мире существуют двудомные растения, которые не способны к самоопылению. Такие растения являются более стойкими к различным вредным для них воздействиям. Иными словами, процесс вынужденного «взаимодействия» растений с целью размножения способствует укреплению, оздоровлению их вида. Гораздо больше общественного в мире животных: стая птиц, рой пчел, муравейник, стадо буйволов и т.д. И в значительной, многократной степени больше общественного в мире людей: род, нация, народ, государство – все это, как называл великий российский педагог, ученый К.Д. Ушинский, «общественные органические существа». В глобальном смысле К.Д. Ушинский сравнивал все человечество с «великим общественным организмом», который уже существует многие тысячелетия и будет существовать в результате приобретения жизненной стойкости в процессе общественного единения [2].

Интересное представление о социальной сущности человека раскрывается в работах известного австрийского психолога и мыслителя А. Адлера, который отождествлял личность человека с его разви-

тым социальным чувством [3]. Социальность – это естественное состояние человека, это его форма жизни. Изоляция – это противоестественная среда для жизни и развития человека. То, что для процесса онтогенеза необходим социум, доказано множеством естественных экспериментов, когда маленькие дети воспитывались в стае каких-либо животных. В этом случае у детей диагностировался синдром одичания, который порой называют синдромом Маугли. И это не похоже на прекрасную сказку Р. Киплинга «Маугли». Такие дети страдали глубокой задержкой психического, интеллектуального развития, не владели речью, порой даже передвигались с помощью четырех конечностей.

А. Адлер утверждал, что при недостатке человеческих контактов личность развивается неполноценно. Лишение человека возможности взаимодействия, т.е. социальная депривация, ведет к невротизму и формированию чувства неполноценности [3].

Э. Фромм своей теорией социального характера также подтверждает значимость общественного, социального для формирования продуктивного поведения и предупреждения невротических проявлений [4].

Известные работы К. Хорни посвящены развитию личности в социокультурной среде, необходимости реализации межличностных взаимоотношений для полноценного развития личности человека [5].

В современной психологии изучению сущности депривации ребенка уделяется достаточно большое внимание. Е.Г. Уманская в своей монографии «Развитие личности в условиях депривации» [6] рассматривает особенности депривации детей в зависимости от исторического периода, конкретизирует сущность психической депривации, определяет и описывает ее виды: сенсорную, двигательную, эмоциональную, когнитивную и социальную. Особую роль отводит эмоциональной депривации, которая наиболее характерна для современного воспитания детей. Интерес представляют ее исследования в появлении депривированной личности вне зависимости, где воспитывается ребенок: в семье, детском доме или каком-либо другом закрытом учреждении.

Для нашего исследования наибольшую актуальность представляет социальная депривация, с которой человечество столкнулось во время пандемии коронавирусной инфекции в результате исчезновения определенных социальных феноменов, изменения привычного окружения, а также минимизации процессов реального взаимодействия. Причем распространение депривационного синдрома происходит не только среди подрастающего поколения, но и среди взрослого населения. Синдром пресыщения однообразными ограниченными процессами взаимодействия наблюдался в периоды lockdown не только у детей, которым надоело сидеть дома, постоянно общаться с родителями, последние

также были недовольны, что дети находятся все 24 часа дома, обучаясь в он-лайн режиме, и родители якобы обеспокоены качеством обучения. Однако за этим беспокойством о качестве обучения детей скрывается психическая депривация родителей от чрезмерных обязанностей по постоянному влиянию на собственных детей, которые никуда не уходят, а постоянно присутствуют в их жизни. Как было образно сказано в одних из СМИ, наступила «пандемийная усталость, с ума сходят дети, с ума сходят и родители». Многие родители не привыкли и не готовы к систематическому, постоянному взаимодействию со своими детьми. Ведь не зря же материально обеспеченные родители стараются принять на работу няню, которая бы брала на себя часть обязанностей родителей, хотя это чревато для детей формированием синдрома материнской депривации.

Таким образом, искусственное нарушение «общественного организма», которое осуществилось в результате lockdown и всевозможных других многочисленных ограничений передвижения и процессов взаимодействия во время пандемии коронавирусной инфекции, неблагоприятно сказалось на психическом самочувствии индивидуумов, составляющих единое целое – человечество. Кто-то не смог навестить родителей, кому-то не удалось отдохнуть в привычной обстановке, кому-то пришлось работать в не свойственном ему режиме – «на удаленке», а кому-то пришлось он-лайн учиться. Такие ограничения во взаимодействиях могут быть разумно, логически оправданны, но не могут быть эмоционально приняты. Результатами эмоционального неприятия ограничений во время пандемии и являются те всевозможные массовые протестные манифестации, на которые выходили возмущенные люди во многих странах. Ведь, как подчеркивал К.Д. Ушинский, «общественный организм» удовлетворяет потребность в развитии и обеспечивает жизнь каждого отдельно взятого человека [2]. Поэтому потребностям в контактах, социальном объединении А. Маслоу определяет в своей пирамиде потребностей третье место после жизненно необходимых биологических потребностей и потребности в безопасности [7]. Иными словами, если индивид является биологически обеспеченным представителем *homo sapiens* и находится в безопасности, то для него важным, в первую очередь, является процесс общения, объединения, взаимодействия с такими же представителями *homo sapiens*, как и он. Причем процесс социального взаимодействия имеет тенденцию к постоянному расширению.

Е.Г. Алексеенкова, рассматривая основные формы социальной депривации, определяет ее сущность «как ограничение или полное отсутствие контактов человека (или какой-либо группы) с обществом, причем эти ограничения могут существенно различаться как по степени жесткости, так

и по тому, кто является инициатором изоляции – сам человек (группа) или общество» [8]. Во время коронавирусных ограничений чаще всего инициаторами этих ограничений являются правительства стран, что представляет наиболее конфликтную форму социальной депривации. Отнятие жизненной перспективы, пускай даже на ограниченный временной период, создает опасность рецидивов преступлений, что наблюдается по агрессивной составляющей всех манифестаций, связанных с недовольством очередным lockdown. Согласно теории К.Г. Юнга состояние человека, неудовлетворенного ограничениями, поселением в его душе страха и неуверенности, провоцирует человека на участие в массовых шествиях и манифестациях, вызывает агрессивные эмоции [9].

Нами было проведено исследование – анкетирование студентов с использованием программы google-тест о влиянии социальных ограничений во время коронавирусной пандемии на психическое и социальное самочувствие студентов, в том числе изучался вопрос о восприятии он-лайн обучения и его эффективности. В анкетировании участвовали 170 студентов, в том числе 87 студентов Дальневосточного государственного университета путей сообщения (ДВГУПС) и 83 студента Дальневосточного государственного медицинского университета (ДВГМУ). По гендерным различиям: 62,4 % мужчин и 37,6 % женщин.

Прежде всего интересовал вопрос об изменении уклада жизни, внесла ли пандемия определённые коррективы в обыденную жизнь людей. Оказывается, кардинальные изменения ощутили 20,6 % студентов, 45,9 % студентов ощутили изменения, но для них они не были критичными, незначительные изменения прочувствовали 25,3 % молодых людей и 8,2 % не ощутили никаких изменений. Причем необходимо отметить, что наиболее спокойно отнеслись к пандемии и не изменили уклад своей жизни студенты ДВГУПС. У 36 % студентов ДВГМУ уклад жизни изменился кардинально, а таких студентов в ДВГУПС было выявлено всего лишь 5,7 %, т.е. почти в 6 раз меньше. Такая разница может быть объяснена прежде всего тем, что студенты медицинского университета в связи со спецификой своей будущей профессии более осознанно отнеслись к соблюдению ограничений, которые были рекомендованы во время пандемии, чем студенты технического вуза.

Было важно выявить, каким образом пандемия изменила активность молодых людей.

Полученные результаты анкетирования (рис. 1) указывают, что не хватает простора для действий у 18,2 % респондентов, 38,2 % молодых людей чувствуют повсюду ограничения, которые расстраивают их. Но, однако, комфортно продолжает себя чувствовать довольно большая часть молодых людей – 43,5 %.

Рис. 1. Диаграмма распределения ответов на вопрос «Изменилась ли Ваша активность?»

Изменилась ли интенсивность общения и отразилось ли это на самочувствии молодых людей? Как показывают результаты ответов (табл. 1), 25,3 % студентов явно ощутили, что количество общения уменьшилось в разы, однако 32,4 % респондентов таких ограничений не чувствуют, так как общение продолжают осуществлять через мессенджеры. Это еще раз подтверждает, что виртуальное общение молодыми людьми воспринимается идентично реальному общению, поэтому общение с использованием мессенджеров никакого дискомфорта не приносит в жизнь современной молодежи.

Таблица 1

**Распределение ответов на вопрос
«Чувствуете ли Вы ограничения в общении?»**

Ответ	ДВГУПС, чел.	ДВГМУ, чел.	Итого, %
Да, конечно, количество общения уменьшилось в разы	5	38	25,3
Да, но это меня не беспокоит	20	7	15,9
Нет, ограничений не чувствую, так как общение осуществляю через мессенджеры	32	23	32,4
Все осталось по-прежнему	30	15	26,5

Интересно было исследовать во время пандемии запреты, навязанные извне, ограничивают ли они свободу молодых людей. Мы не стали вдаваться в философскую сущность свободы, решили проверить самочувствие свободы на уровне сформированного житейского мировоззрения молодых людей. Оказывается, ограничение своей свободы прочувствовали всего лишь 25,3 % молодых людей, 60 % респондентов считают, что свободу реализуют в полном объеме, и 14,7 % молодых людей считают, что их свобода стала более существенной, изменилась качественно. То есть внешние ограничения позволили молодым людям качественно пересмотреть свое отношение к понятию и сущности свободы и более осознанно воспринимать данный социально-личностный феномен. Возможно, некоторые молодые люди освободились от посещения

каких-либо непривлекательных для них социальных, общественных, образовательных структур, которые были навязаны внешними субъектами, а возможно, и внутренними побудителями, связанными с обязанностями, осознанной необходимостью. То есть произошло осознание свободы с позиции «свобода от ...» и «свобода для...». Причем необходимо отметить, что качественное изменение сущности свободы в основном отмечали студенты ДВГМУ (табл. 2), которые были поставлены перед выбором: применять свои медицинские знания с пользой для людей, включаясь в волонтерское движение, или же ограничить свою активность как среднестатистический гражданин, соблюдая предписания, связанные с пандемией.

Таблица 2

**Распределение ответов на вопрос
«Запреты, навязанные извне, ограничивают
Вашу свободу?»**

Ответ	ДВГУПС, чел.	ДВГМУ, чел.	Итого, %
Да	27	16	25,3
Нет	58	44	60,0
Моя свобода стала более существенной, изменилась качественно	2	23	14,7

Пандемия привносит в жизнь людей неопределенность, не позволяет выстраивать временную событийную траекторию не только стратегического уровня, но и тактического уровня с ближайшими перспективами (табл. 3). И эта неопределенность развивает определенную дисгармонию в самочувствии молодых людей. Прежде всего, неопределенность завтрашнего дня пугает 16,5 % молодых людей, ухудшает психическое самочувствие у 22,9 % респондентов, активизирует бурную деятельность у 40,6 % молодых людей. Но бурная деятельность на фоне ограничений является внешним проявлением внутренней тревожности человека.

Таблица 3

Отношение к неопределенности завтрашнего дня

Ответ	ДВГУПС, чел.	ДВГМУ, чел.	Итого, %
Пугает меня	13	15	16,5
Активизирует мою бурную деятельность	30	41	40,6
Ухудшает мое психическое самочувствие	16	23	22,9
Не беспокоит никак	27	9	20,0

Однако, несмотря на влияние неопределенности на психологическое самочувствие большинства молодых людей, всего лишь 7,1 % респондентов считают, что их долгосрочные планы ушли в прошлое, 58,8 % респондентов продолжают планировать и 28,2 % респондентов занимают выжидательную позицию (рис. 2).

Рис. 2. Диаграмма распределения ответов на вопрос «Мои долгосрочные планы»

Во время пандемии существует определенная тревога заразиться, заболеть. На аналогичный вопрос 11,2 % молодых людей ответили, что опасность, связанная с возможностью заразиться коронавирусом, их пугает; около 5 % респондентов по этому поводу паникуют; но большинство, 74,7 % респондентов, относятся реалистично и около 9 % опрошенных уже переболели коронавирусной инфекцией (табл. 4).

Таблица 4

**Отношение к опасности, связанной
с возможностью заразиться коронавирусом**

Ответ	ДВГУПС, чел.	ДВГМУ, чел.	Итого, %
Пугает меня	15	4	11,2
Заставляет меня паниковать	7	2	5,0
Отношусь к этому реалистично	57	70	74,7
Переболел(а), никак	8	7	9,1

Во время пандемии многие молодые люди научились чему-то новому, большинство (45,2 %) научились готовить новые блюда, появилось новое хобби у 42,8 % респондентов (табл. 5).

Это подтверждает результаты возросшей активности молодых людей, которая была направлена на получение новых знаний, новых навыков.

Таблица 5

**Распределение ответов на вопрос «Во время
пандемии я научился чему-то новому»**

Ответ	ДВГУПС, чел.	ДВГМУ, чел.
Научился готовить новые блюда	42	34
Появилось новое хобби	27	45
В том числе:		
– музыка (гитара, пение)	0	4
– иностранные языки	0	2
– спорт	0	1
– второе высшее	1	0
– водить машину	1	0
– работа	0	1
Ничего	33	0

Пандемия изменила отношение молодых людей к семье, родным людям, друзьям как с положительной стороны: стали более чуткими 69,4 % ре-

спондентов, так и с отрицательной: стали более раздражительными 17,1 % респондентов (табл. 6).

Таблица 6

**Распределение ответов на вопрос
«Пандемия изменила мое отношение к семье,
родным людям, друзьям»**

Ответ	ДВГУПС, чел.	ДВГМУ, чел.	Итого, %
Стал более чутким	53	66	69,4
Стал более раздражительным	20	9	17,1
Не изменило	14	8	13,5

Отметили, что психическое самочувствие во время пандемии ухудшилось, 25,9 % респондентов, чувствуют себя очень плохо 4,7 % респондентов, не изменилось психическое самочувствие у 60,6 % респондентов (табл. 7).

Таблица 7

**Распределение ответов на вопрос
«Мое психическое самочувствие
в период пандемии»**

Ответ	ДВГУПС, чел.	ДВГМУ, чел.	Итого, %
Не изменилось	40	66	60,6
Ухудшилось	31	13	25,9
Чувствую себя очень плохо	6	2	4,7
Улучшилось	10	2	8,8

Юношеский период наиболее благоприятен для формирования этического сознания, самого важного для человека и человеческой цивилизации. Пандемия как внешний, довольно агрессивный вызов также должна оставить определенный след в формировании этического сознания молодых людей. Так, 30,3 % молодых людей отметили, что их этическое сознание в период пандемии качественно возросло, они поняли значимость и важность социального окружения; 17,8 % молодых людей стали более человечными, уважительными и только 3,5 % респондентов отметили, что у них возросла эгоистичность и подозрительность (табл. 8).

Таблица 8

**Распределение ответов на вопрос «Мое этическое
сознание в период пандемии»**

Ответ	ДВГУПС, чел.	ДВГМУ, чел.	Итого, %
Качественно возросло, понял значимость социального окружения	1	50	30,3
Стало более человечным, уважительным	6	24	17,8
Не изменилось, мои воззрения на взаимоотношения остались прежними	80	21	48,4
Возросла моя эгоистичность и подозрительность	4	2	3,5

Но еще больше прочувствовали молодые люди, как пандемия изменила их отношение к себе. Так, стали ценить свою жизнь 30,9 % респондентов,

стали серьезнее относиться к своему профессиональному обучению 33,9 % респондентов, стали более бережно относиться к своему свободному времени 48,8 % респондентов, осознали свою значимость для других 21,4 % респондентов, изменили отношение к своему будущему 28,5 % респондентов (табл. 9).

Таблица 9

**Распределение ответов на вопрос «Пандемия
изменила мое отношение к себе»**

Ответ	ДВГУПС, чел.	ДВГМУ, чел.	Итого, %
Я стал ценить свою жизнь	28	24	30,9
Я стал серьезнее относиться к своему профессиональному обучению	18	39	33,9
Я стал более бережливо относиться к своему свободному времени	45	37	48,8
Я осознал свою значимость для других	14	22	21,4
Я изменил отношение к своему будущему	20	28	28,5

Конечно, нас интересовал вопрос о влиянии он-лайн обучения на восприятие и оценивание учебного процесса со стороны студентов. По данной проблеме существует противоречивая информация как в средствах массовой информации, так и во всевозможных исследованиях. Нами были получены следующие результаты: дистанционное обучение утомляет – 35,8 % респондентов, делает раздражительным – 28,8 % респондентов, занимает больше времени, чем обучение в реальном режиме – 45,8 % респондентов, не позволяет лучше учиться – 46,4 % респондентов, стало проще учиться – 8,8 % респондентов и ничего не изменило – 3,5 % респондентов (табл. 10).

Таблица 10

Отношение к дистанционному обучению

Ответ	ДВГУПС, чел.	ДВГМУ, чел.	Итого, %
Утомляет меня	31	30	35,8
Делает меня раздраженным	31	18	28,8
Занимает у меня больше времени, чем обучение в реальном режиме	53	25	45,8
Не позволяет лучше учиться	29	50	46,9
Стало проще учиться	12	3	8,8
Не изменило, не повлияло	6	0	3,5

Обобщая полученные данные, можно с уверенностью утверждать, что он-лайн обучение является достойным дополнением реального обучения, так как большинство студентов оказались более занятыми при он-лайн обучении, что их, очевидно, утомляло и даже раздражало. Естественно, необходимо использовать смешанное обучение, которое позволяет оптимизировать процесс получения зна-

ний в информационной форме и не ослаблять процесс практико-ориентированного обучения в реальном режиме.

Таким образом, результаты исследования убедительно доказывают влияние социальных ограничений при коронавирусной пандемии на психологическое и социальное самочувствие молодых людей. Более половины респондентов ощутили ограничения в активности и в общении. Изменилось этическое сознание и самосознание, качественные изменения наблюдаются в мировоззренческом переосмыслении некоторых ценностей: понимании сущности и важности личностной свободы, ответ-

ственности, самоотношения, перспективного планирования, отношения к другим людям.

Вместе с тем осознанное, реалистическое, порой прагматическое понимание происходящего и ранее сформированное, адаптивное, вполне привычное взаимодействие молодых людей в цифровом пространстве не позволило им поддаться панике, эмоциональной депрессии, апатии. Молодые люди во время lockdown продолжали развивать и расширять сферу своих увлечений, реализовывать свою активность, виртуальное общение с пользой для личностного роста и развития.

Список источников

1. Аристотель. Этика : сборник : перевод с древнегреческого. Москва : АСТ, 2020. 416 с.
2. Ушинский К.Д. Человек как предмет воспитания: опыт педагогической антропологии. Москва : Фаир-Пресс, 2004. 574 с.
3. Адлер Альфред. Понять природу человека : пер. Е.А. Цыпина. Санкт-Петербург : Академический проект, 2000. 253 с.
4. Фромм Эрих. Психоанализ и этика. Москва : АСТ, 1998. 566 с.
5. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ. Москва : Пресс, 2001. 450 с.
6. Уманская Е.Г. Развитие личности в условиях депривации : монография. Москва : Литагент «Прометей», 2013. 76 с.
7. Маслоу А. Мотивация и личность, 2-е изд. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 352 с.
8. Алексеенкова Е.Г. Личность в условиях психической депривации. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 96 с.
9. Юнг К.Г. Проблема души нашего времени : пер. с нем. Москва : Прогресс/Универс, 1994. 149 с.

References

1. Aristotle. Ethics : collection : translation from ancient Greek. Moscow : AST Publishing House, 2020. 416 p. (in Russ.).
2. Ushinsky K.D. Man as a subject of education: the experience of pedagogical anthropology. Moscow : Fair Press, 2004. 574 p. (in Russ.).
3. Adler Alfred. To understand the nature of man ; per. E.A. Tsylin. St. Petersburg : Academic Project, 2000. 253 p. (in Russ.).
4. Fromm Erich. Psychoanalysis and Ethics. Moscow : AST, 1998. 566 p. (in Russ.).
5. Horney K. Neurotic personality of our time. Introspection. Moscow : Press, 2001. 450 p. (in Russ.).
6. Umanskaya E.G. Personality development in conditions of deprivation. Monograph. Moscow : Litagent "Prometheus", 2013. 76 p. (in Russ.).
7. Maslow A. Motivation and personality, 2nd ed. St. Petersburg : Peter, 2008. 352 p. (in Russ.).
8. Alekseenkova E.G. Personality in conditions of mental deprivation. St. Petersburg : Peter, 2009. 96 p. (in Russ.).
9. Jung K.G. The problem of the soul of our time: Trans. from German. Moscow : Progress/Univers, 1994. 149 p. (in Russ.).

Информация об авторах

Н.Г. Григорьева – доктор педагогических наук, профессор;
С.М. Дрюцкая – кандидат биологических наук, доцент.

Information about the authors

N.G. Grigorieva – Doctor of Science (Pedagogical), Professor;
S.M. Drutskaya – Candidate of Science (Biological), Associate Professor.

Статья поступила в редакцию 15.07.2021; одобрена после рецензирования 03.09.2021; принята к публикации 01.10.2021.
The article was submitted 15.07.2021; approved after reviewing 03.09.2021; accepted for publication 01.10.2021.