

ПРИКЛАДНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И ПРАКТИКА APPLIED RESEARCH AND PRACTICE

Нормативное поведение в ситуации пандемии COVID-19: как добиться его соблюдения у студентов?

Крушельницкая О.Б.

**ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»
(ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация**
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0762-6925>, e-mail: social2003@mail.ru

Маринова Т.Ю.

**ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»
(ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация**
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1062-1391>, e-mail: marinovatu@mgppu.ru

Погодина А.В.

**ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»
(ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация**
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0549-712X>, e-mail: pogodinaav@mgppu.ru

Расходчикова М.Н.

**ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»
(ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация**
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3703-4744>, e-mail: rashodchikovamn@mgppu.ru

Толстых Н.Н.

**ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»
(ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация**
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3999-4503>, e-mail: nnvt@list.ru

Цель. Определить мишени и способы психолого-педагогической работы, направленной на повышение специфической нормативности поведения студентов в период пандемии COVID-19, в частности, на соблюдение масочного режима.

Контекст и актуальность. В связи с ситуацией пандемии COVID-19 во многих странах мира, в том числе и в России, стали вводиться жесткие меры, ограничивающие поведение и взаимодействие людей. Исследование отношения разных групп населения как к самому заболеванию, так и к мерам борьбы с ним, выяснение причин и мотивации соблюдения/несоблюдения людьми нормативного поведения в условиях пандемии является острой и актуальной проблемой. Ситуация пандемии актуализирует проблемы оказания практической психологической помощи людям, в том числе и молодым, переживающим стресс и испытывающим затруднения в совладании с этой ситуацией.

Дизайн исследования. Исследование проводилось в ситуации нарастающего распространения заболевания и введения режима изоляции. Полученные данные анализировались с привязкой ко времени заполнения опросников участниками исследования: первая группа студентов заполнила гугл-формы с 9 по 23 ноября (1 этап); вторая группа — с 24 ноября по 8 декабря 2020 г. (2 этап). Изучались социальные представления студенчества о пандемии и мерах борьбы с ней;

особенности отношения к разным аспектам COVID-19 и нормативности поведения молодых людей в условиях пандемии; субъективные переживания опасности заболевания и связанные с ними доминирующие копинг-стратегии.

Участники. 565 студентов бакалавриата различных факультетов МГППУ, из них 504 девушки, 61 юноша.

Методы (инструменты). Анонимный анкетный опрос с использованием закрытых вопросов; метод прототипического анализа социальных представлений П. Вержеса; опросник самовоспринимаемой гибкости совладания со стрессом; шкала страха заболевания COVID-19; пакет SPSS Statistics 20 (таблицы сопряженности с расчетом критерия χ^2 Пирсона, коэффициент корреляции Спирмена, критерии Краскела-Уоллиса и Фридмана).

Результаты. Студенты продемонстрировали широкий, зачастую содержательно противоречивый спектр мнений о COVID-19 и мерах защиты от него. В ядре социальных представлений о пандемии и защитных масках преобладают те, в которых отражаются персональные ограничения, накладываемые пандемией, неудобство и неудовольствие от их соблюдения. В меньшей степени присутствует страх заболеть. Практически отсутствуют социальные представления, связанные с заботой о других людях, выражающие просоциальную позицию. По отношению к механизмам соблюдения ограничительных мер мнения студентов неоднородны: одни поддерживают введение жестких ограничений и считают правильным жесткий внешний контроль, другие полагают, что выполнение санитарно-эпидемиологических требований должно быть самостоятельным решением человека. Обнаружены преимущественный выбор студентами стратегий ситуативного и множественного копинга в ответ на возникновение пандемической ситуации и взаимосвязь этих видов копинга с низким уровнем субъективного переживания страха. Однако по мере ухудшения ситуации с заболеваемостью в стране зафиксированы снижение предпочтения конструктивного копинга и рост склонности к ригидному копингу. С ухудшением пандемической ситуации изменялась оценка студентами средств информирования о COVID-19 и стратегиях борьбы с ним: на первом этапе исследования референтной группой студенты считали специалистов (врачей, ученых), на втором этапе — родителей и близкое окружение. Социальные сети оказались самым незначимым источником информации.

Основные выводы. Полученные данные дают возможность выделить основные мишени психолого-педагогической работы со студентами и определить основные методы этой работы, к которым, прежде всего, следует отнести деятельностное включение в решение групповых задач, направленных на оптимизацию жизнедеятельности людей в условиях пандемии. По результатам исследования выделилась группа студентов с высоким уровнем переживания страха (32%) и склонностью к неконструктивным способам совладания. Этим студентам требуется целенаправленная психологическая помощь. В качестве примера деятельностного включения студентов в проблему защиты от COVID-19 в статье описывается организованный факультетом социальной психологии МГППУ конкурс творческих работ разных направлений на тему применения медицинских масок в условиях пандемии «Марафон масок».

Ключевые слова: социальные представления, студенты, COVID-19, нормативное поведение в условиях пандемии, копинг-стратегии, страх заболевания COVID-19.

Для цитаты: Крушельницкая О.Б., Маринова Т.Ю., Погодина А.В., Расходчикова М.Н., Толстых Н.Н. Нормативное поведение в ситуации пандемии COVID-19: как добиться его соблюдения у студентов? // Социальная психология и общество. 2021. Том 12. № 1. С. 198–221. DOI: <https://doi.org/10.17759/sps.2021120113>

Regulatory Behavior in the COVID-19 Pandemic: How to Get Students to Comply with It?

Olga B. Krushelnitskaya

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0762-6925>, e-mail: social2003@mail.ru

Tatyana Yu. Marinova

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1062-1391>, e-mail: marinovatu@mgppu.ru

Alla V. Pogodina

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0549-712X>, e-mail: pogodinaav@mgppu.ru

Marina N. Raskhodchikova

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3703-4744>, e-mail: rashodchikovamn@mgppu.ru

Nataliia N. Tolstykh

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3999-4503>, e-mail: nnvt@list.ru

Objective. *Determine the targets and methods of psychological and pedagogical work that aimed increasing the specific normativity of students' behavior during the COVID-19 pandemic, in particular, on compliance with the mask regime.*

Background. *Due to the situation with COVID-19 pandemic many countries all over the world, including in Russia, introduced the number of tough measures which restricted the behavior and interaction of people. The study focuses on such acute issues as the attitudes of different social groups toward both the disease itself and the measures to combat it, clarification of the reasons and motivations for individuals' compliance/non-compliance with normative behavior during the pandemic. The coronavirus pandemic actualizes the problems of providing practical psychological assistance to people, including young people, who experience stress and who have difficulties with coping with this situation.*

Study design. *The study was conducted during the increasing spread of the disease and the introduction of an isolation regime. The data obtained was analyzed with reference to the time of the research participants' questionnaire completion: the first group of students filled the Google forms from 9th to 23rd November 2020 (stage 1); the second group – from 24th November to 8th December 2020 (stage 2). The research analyzed students' social representations of the pandemic and measures to combat it; peculiarities of attitudes toward various aspects of COVID-19 and toward the normative behavior of young people during the pandemic; subjective experience of danger of the disease and the dominant coping strategies associated with them.*

Participants. *565 undergraduate students from various faculties of the Moscow State University of Psychology and Education (MGPPU): 504 females, 61 males.*

Measurements. *Anonymous survey included closed questions; method of prototypical analysis of social representations (P. Verges); Self-perceived flexible coping with stress (SFCS); The Fear of COVID-19 Scale; SPSS Statistics 20 package (contingency tables with the calculation of the Pearson χ^2 test, Spearman's correlation coefficient, Kruskal-Wallis and Friedman tests).*

Results. *Students showed a diverse and often controversial views on COVID-19 and ways prevent its spread. At the core of social representations of the pandemic and protective masks, the most popular are those that reflect the personal restrictions imposed by the pandemic, the inconvenience and displeasure resulted from the compliance with these restrictions. To a smaller extent, there is a fear of getting sick. There are practically no social representations associated with concern over other people, that express a pro-social position. In relation to the mechanisms of compliance with restrictive measures, the*

opinions of students are heterogeneous: some support the introduction of strict restrictions and consider it rational to have strict external control, while others believe that the fulfillment of sanitary and epidemiological requirements should be an independent decision of a person. The study found the predominant choice of situational and multiple coping strategies by students in response to the emergence of the pandemic situation and the relationship between these types of coping with low level of subjective fear. Nevertheless, with the deterioration of the pandemic situation, students' assessments of the means of informing about COVID-19 and strategies to combat it changed: at the first stage of the study students considered specialists (doctors, scientists) as a reference group, at the second stage — parents and close circle. Social media turned out to be the most insignificant source of information.

Main conclusions. *The data obtained make it possible to identify the main targets of psychological and pedagogical work with students and to determine the main methods of this work which should include the activity-based inclusion in the solution of group tasks aimed at optimizing the life of people in a pandemic. According to the results of the study, a group of students stood out with a high level of fear experience (32%) and a tendency to non-constructive ways of coping. These students require targeted psychological assistance. As an illustration of the active involvement of students to the problem of COVID prevention, the article describes a competition of creative works of different directions organized by the Faculty of Social Psychology of Moscow State University of Psychology and Education on the topic medical masks use in the context of the "Marathon of Masks" pandemic.*

Keywords: *social representations, students, COVID-19, normative behavior in the pandemic, coping strategies, Self-perceived flexible coping with stress (SFCS), the fear of COVID-19.*

For citation: Krushelnitskaya O.B., Marinova T.Yu., Pogodina A.V., Raskhodchikova M.N., Tolstykh N.N. Regulatory Behavior in the COVID-19 Pandemic: How to Get Students to Comply with It? *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo = Social Psychology and Society*, 2021. Vol. 12, no. 1, pp. 198–221. DOI: <https://doi.org/10.17759/sps.2021120113> (In Russ.).

Введение

Исследование, о котором пойдет речь, было инициировано руководством Московского государственного психолого-педагогического университета осенью 2020 года. Изначально оно было направлено на решение практической задачи: добиться того, чтобы студенты университета в массовом порядке носили защитные маски. Осень 2020 года в столице была временем, когда, с одной стороны, пандемия COVID-19 набирала обороты (росло количество заболевших и госпитализированных, росло число смертей). С другой стороны, вакцинация населения еще не началась, и мерами, которые могли бы препятствовать распространению эпидемии, были только соблюдение социальной дистанции, дезинфекция рук

и ношение защитных масок (в меньшей степени полезным было признано ношение перчаток). С третьей стороны, перечисленные меры соблюдались далеко не всеми гражданами и, в частности, далеко не всеми студентами. В последнем легко можно было убедиться в первые два осенних месяца, когда обучение в Университете было смешанным (часть занятий, в первую очередь, многолюдные поточные лекции, проходили в дистанционном формате, а семинарские и практические занятия — в очном).

Для решения указанной практической задачи необходимо было найти ответы на целый ряд вопросов. Среди них — лежащий на поверхности вопрос, который, собственно, и требовал ответа: какие рычаги воздействия на молодых людей могут с наибольшей эффективностью и в

кратчайшие сроки привести к тому, чтобы большинство студентов соблюдали предписанные в период пандемии правила общественного поведения? Ответ на этот вопрос, в свою очередь, требовал ответов на многие другие: какова мотивация следовать или не следовать нормативным (в период пандемии) формам общественного поведения? Как относятся молодые люди к требованию носить защитные маски? На какие источники информации ориентируются студенты, вырабатывая свою позицию по отношению к пандемии и соблюдению требуемых мер предосторожности? Как студенты справляются с теми трудностями, которые принесла с собой пандемия? Каковы могут (должны) быть мишени психологической помощи тем, кому самостоятельно трудно справиться с возникшими трудностями? И многие другие.

Дизайн эмпирического социально-психологического исследования определялся, помимо содержательной составляющей, рядом внешних обстоятельств и требований. Во-первых, исследование должно было быть проведено оперативно и в кратчайшие сроки. Во-вторых, оно должно было быть кратким, так как представляло собой часть более широкого, преимущественно социологического исследования. В-третьих, исследование могло проводиться только посредством сбора данных в интернете, так как к моменту начала этой работы Университет полностью перешел на дистанционный формат обучения. Все это определило, во многом ограничив, цель, задачи, гипотезы исследования, а также выбор методического инструментария.

Цель исследования — определить мишени и способы психолого-педагогической работы, направленной на повышение специфической нормативности поведения студентов в период пандемии

COVID-19, в частности, на соблюдение масочного режима.

Задачи исследования:

1. Выявить отношение студентов к пандемии и соблюдению масочного режима.
2. Выявить мотивы нормативного/ненормативного поведения студентов, связанного с ношением защитных масок.
3. Выявить социально-психологические и личностные факторы, влияющие на нормативность поведения студентов в период пандемии.
4. Наметить мишени психолого-педагогической работы по повышению специфической нормативности поведения студентов в период пандемии.
5. Сформулировать практические рекомендации для проведения такой работы.

Гипотезы исследования:

1. Специфическая нормативность/ненормативность поведения студентов в период пандемии связана с социальными представлениями этой социальной группы о COVID-19 и способах противодействия распространению заболевания.
2. Отношение студентов к пандемии COVID-19 и масочному режиму формируется, в первую очередь, информацией, распространяемой в социальных сетях.
3. Пренебрежительное отношение части студентов к соблюдению масочного режима определяется недооценкой опасности заболевания COVID-19 для молодых людей.
4. Эффективность копинг-стратегий студентов связана с субъективным переживанием опасности заболевания COVID-19.

Методы

Исследование было проведено сотрудниками факультета социальной

психологии МГППУ в течение 30 дней с 9 ноября по 8 декабря 2020 года. Сбор данных осуществлялся дистанционно: студенты добровольно и анонимно заполняли гугл-формы материалов исследования. Поскольку время сбора данных совпало с периодом стремительного ухудшения в Москве ситуации с пандемией COVID-19, в процессе обработки данных были отдельно проанализированы материалы, полученные в первую и во вторую половину периода проведения исследования. Те параметры, которые оказались достоверно статистически различающимися, будут продемонстрированы ниже.

Выборка. Всего в исследовании приняли участие 565 студентов бакалавриата МГППУ, большую часть которых составили девушки (всего 504 девушки, 61 юноша), что отражает соотношение студентов по полу в данном вузе. Из них 395 респондентов (358 девушек и 37 юношей) заполнили гугл-формы с 9 по 23 ноября и 170 — с 24 ноября по 8 декабря (145 девушек и 25 юношей).

Методики исследования:

1. Метод прототипического анализа социальных представлений П. Вержеса [14].

2. Авторская анкета для изучения мнения студентов о разных аспектах их поведения и отношения к пандемии COVID-19 и соблюдению противоэпидемиологических правил (8 вопросов).

3. Русскоязычная адаптация опросника самовоспринимаемой гибкости совладания со стрессом (Self-Perceived Flexible Coping with Stress) [13], в русскоязычной адаптации О.А. Екимчик, Т.Л. Крюковой [1] (28 пунктов).

4. Шкала страха заболевания COVID-19 (The Fear of COVID-19 Scale) [9]. Русский перевод и адаптация Т.Л. Крюковой и др., Костромской государственной университет (7 пунктов).

5. Статистическая обработка данных с использованием программного пакета SPSS Statistics 20 (таблицы сопряженности с расчетом критерия χ^2 Пирсона, коэффициент корреляции Спирмена, критерии Краскела-Уоллиса и Фридмана).

Результаты

1. Социальные представления о COVID-19 и защитных масках

Понятие социального представления (social representation) было предложено С. Московиси [12] для обозначения особой формы «коллективного знания, социально сконструированного, разделяемого индивидами, входящими в сообщество, и служащего для повседневного практического применения» [2, с. 379]. Поскольку эта пандемия — серьезнейший вызов именно человеческому сообществу, разным его группам, то изучение социальных представлений, связанных с пандемией COVID-19, важно для оптимизации системы взаимоотношений и поведения членов разных социальных групп в противостоянии этой угрозе. Одной из таких групп и является студенчество. Т.П. Емельянова обращает внимание на важный, в частности в контексте нашего исследования, аспект функционирования социальных представлений: «Будучи достаточно устойчивыми и в то же время оперативными когнитивными образованиями, социальные представления создают возможность быстрой переориентации в меняющейся действительности, особенно в условиях недостаточной информации относительно воспринимаемого объекта» [2, с. 381]. Именно с такой ситуацией мы столкнулись во время пандемии COVID-19.

С учетом необходимости быстрого проведения исследования, а также ис-

пользования предельно сжатого объема предлагаемого респондентам материала для изучения социальных представлений была выбрана техника прототипического анализа П. Вержеса [14], в рамках которой анализируются свободные ассоциации, которые респондентам предлагается дать к слову, обозначающему какое-либо понятие, явление, факт, феномен и т.п. Анализ совокупности таких ассоциаций проводился в логике структурного подхода школы Экс-ан-Прованса, согласно которому в структуре всякого социального представления выделяется его ядро (наиболее консолидированные и устойчивые представления членов группы) и периферия как набор индивидуальных представлений членов группы, которые при определенных условиях могут перемещаться в ядерную зону либо которые ранее были в этой ядерной зоне, но затем из нее выпали [8].

В соответствии с алгоритмом прототипического анализа П. Вержеса к зоне ядра относят ассоциации, отвечающие двум требованиям. Первое — частота, с которой они встречаются в данной группе (для попадания в ядро социального представления этот показатель должен превышать медианное значение по группе). Второе — ассоциация должна упоминаться в числе первых (для попадания в ядро ранг упоминания должен быть меньше среднего по группе). Соотношение этих двух показателей — частоты и ранга — определяет и три другие структурные области социального представления. Две из них — это так называемые буферные зоны, близкие к ядру, первую из которых составляют ассоциации, встречающиеся редко (значения частоты упоминания ниже медианных), но называемые в числе первых (ранг ниже среднего по группе), а вторую — ассоциации, называемые часто (частота выше медианной), но не

в числе первых (ранг выше среднего). К последней — зоне собственно периферии — относят ассоциации, упоминаемые редко и в последнюю очередь.

Участники нашего исследования должны были последовательно написать по пять ассоциаций к словосочетанию «Пандемия COVID-19» и затем к слову «Маска». Представим полученные данные.

Рассмотрим вначале содержание и структуру социального представления студентов о пандемии COVID-19.

Первое, что необходимо отметить, — широчайший набор предложенных студентами ассоциаций. Даже после объединения в группы синонимичных ассоциаций, а также ассоциаций, близких по смыслу, таких групп оказалось чрезвычайно много. Однако определенная структура социального представления студентов о пандемии COVID-19 была выявлена. В табл. 1 представлено содержание ядра и двух буферных зон социального представления студентов о пандемии COVID-19. В скобках приведены частота упоминания ассоциации в % от количества респондентов, а затем средний ранг упоминания данной ассоциации.

Зону IV — собственно периферию социального представления — здесь и далее не приводим, поскольку эта зона в социальном представлении и о пандемии, и о маске содержит чрезвычайно много ассоциаций, называемых лишь одним-двумя респондентами.

Из 8 ассоциаций, характеризующих ядро социального представления студентов о пандемии, чаще всего (третью респондентов) называется именно маска и/или другие средства защиты. 3 ассоциации так или иначе фиксируют ограничения, налагаемые пандемией. Ассоциации, связанные с ограничениями, есть и в двух буферных зонах (*несвобода, дис-*

танция, удаленка). Суть этих ограничений — в первую очередь, отделенность от других людей, изоляция, дистанцирование. И в ядре, и в обеих буферных зонах встречаются ассоциации, отражающие различные негативные эмоции (*страх, стресс, депрессия, скука, усталость, паника, массовая истерия*). Ряд ассоциаций фиксирует болезнь как таковую (ковид, болезнь) в зоне ядра, но только в буферной III оказываются ассоциации, связанные с летальным исходом этой болезни. Об этом упоминают 19% респондентов, хотя и не в первую очередь.

В табл. 2 представлена структура социального представления студентов о маске. В скобках приведены частота упоминания ассоциации в % от количества

респондентов, а затем средний ранг упоминания данной ассоциации.

Так же, как в предыдущем случае, различных ассоциаций оказалось много (хотя и меньше, чем ассоциаций к словосочетанию «пандемия COVID-19»), и мы также по возможности объединяли их в более обобщенные группы ассоциаций.

В ядре социального представления лишь одна ассоциация из 7 о пользе защитных масок. Эту «пользу» упоминают 38% респондентов. Еще одна ассоциация — *необходимость* (19% респондентов). Остальные пять имеют однозначно негативные коннотации в диапазоне от *«вредно»* до *«кошмар»*. Такие же однозначно эмоционально негативные ассоциации составляют буферную

Таблица 1
Содержание и структура социального представления студентов о пандемии COVID-19

Зона I — ядро	Буферная зона II	Буферная зона III
1. Маска, перчатки, антисептики (34; 2,6)	1. Скука (6; 2,3)	1. Несвобода, запреты (19; 3,4)
2. Карантин, локдаун, локаут (27; 1,7)	2. Усталость (5; 2,4)	2. Смерть, летальный исход (16; 3,1)
3. Стресс, депрессия (22; 2,9)	3. Толпа, массовость (4; 2,0)	3. Дистант, удаленка (12; 3,4)
4. Изоляция, самоизоляция (21; 2,3)	4. Кризис (4; 2,0)	4. Паника, массовая истерия (7; 3,4)
5. Болезнь (18; 2,0)	5. Расстояния, дистанция (3; 2,7)	
6. Дом, квартира, 4 стены (17; 1,8)	6. Лохотрон (2; 1,0)	
7. Страх (16; 2,5)	7. Интернет (2; 1,2)	
8. Вирус, ковид (14; 2,4)	8. Надоела, долго (2; 1,5)	

Таблица 2
Содержание и структура социального представления студентов о маске

Зона I — ядро	Буферная зона II	Буферная зона III
1. Душно, нечем дышать (43; 2,28)	1. Неприятно (запах, пот) (3; 1,67)	1. Характеристики маски (белый, одноразовая, хлопок...) (19; 3,55)
2. Важно, защита (38; 2,19)	2. Намордник (4; 1,75)	2. Больница, врачи (14; 3,08)
3. Толпа, метро, транспорт (32; 2,94)		3. Полиция, штрафы (13; 3,07)
4. Неудобно (25; 2,76)		4. Вирус, болезнь (11; 3,08)
5. Необходимость (19; 2,90)		5. Карнавал, театр (10; 3,40)
6. Вредно (9; 2,19)		6. Красиво, модно (10; 3,40)
7. Кошмар, жесть, ужас! (9; 2,67)		7. Дорого, затраты (10; 4,30)
		8. Лицо (глаза, улыбка...) (8; 3,12)

зону II (*неприятно, намордник*). Буферная зона III иная. Она «расцветчена», в первую очередь, ассоциациями, указывающими на другие места, где мы можем встретить маски (полиция, театр, карнавал), кроме больницы, также упоминаемой. Вторых, достаточно часто студенты дают эмоционально нейтральные, по сути, формальные ассоциации, просто отражающие те или иные характеристики масок (цвет, материал и т.д.). 10% студентов даже считают маску красивой, а для 10% маска — это *дорого, затратно*.

Подведем первые итоги обсуждения полученных данных. Первое, что необходимо отметить, — большое число ассоциаций и к словосочетанию «пандемия COVID-19», и к слову «маска». Возможное объяснение, помимо похвальной индивидуализированности взгляда на проблему и не менее похвального большого словарного запаса у студентов, — тот очевидный факт, что и пандемия, и ношение масок как средство противостояния ей — явления настолько новые, неожиданно нагрянувшие, что определенные социальные (групповые) представления о них еще не успели полностью сложиться.

Вместе с тем определенная структура этих представлений была выявлена. О чем она говорит? В обоих случаях бросается в глаза пассивная, «страдательная» позиция наших респондентов. И в пандемии, и в ношении масок они видят главным образом все плохое, и, что интересно, это плохое — не столько боязнь заразиться, заболеть (такие ассоциации есть, но их явно немного), сколько разного рода ограничения свободы, поведения, общения. И одно из этих ограничений — ношение масок. Именно ассоциация «маска» чаще всего называется студентами к словосочетанию «пандемия COVID-19». Ядро социального представления о маске крайне противоречиво: в нем соседствуют

и понятия, в которых отражены представления о пользе масок, о необходимости их носить, с одной стороны, а с другой — множество ассоциаций, выражающих крайне негативное к ним отношение (*вредно, неудобно, бессмысленно* и т.п.).

Но более всего привлекают внимание не те ассоциации, которые были даны, а те, которых мы практически не встретили: связанные с заботой о других людях, с общественной пользой (например, ношения масок), а также отражающие хоть сколько-то стеничную, в духе позитивной психологии, позицию молодых людей.

2. Результаты анкетирования

Обратимся теперь к результатам, полученным при ответах на вопросы составленной нами анкеты. Для выяснения особенностей отношения студентов к проблеме пандемии и ношению защитных масок им было задано восемь вопросов с возможностью единичного или множественного выбора ответов.

Начнем представление результатов с пункта анкеты, который был сформулирован так: **«Выберите одно из предложенных утверждений, выражающее Ваше отношение к COVID-19 как заболеванию»**. Выборы одного из четырех предложенных вариантов (в % от количества респондентов) распределились следующим образом: большинство (почти половина — 48,5%) выбрали суждение *«Я не могу определить своего отношения к COVID»*; 21,6% выбрали суждение *«Очень опасное заболевание, и явно уменьшается его опасность»*; 23,7% — суждение *«Не страшнее других инфекционных заболеваний, и преувеличивается степень его опасности»*; наконец, 6,2% — *«Я не думаю об этом заболевании: здоров и не заболею»*. В совокупности два последних суждения набрали 29,9%. Таким образом, количество тех, кто не считает

ситуацию опасной, чуть больше тех, кто эту опасность оценивает очень высоко, и это на фоне тех без малого 50%, кто еще не определился в своем отношении к COVID-19.

В этом контексте интересны ответы студентов на такой вопрос анкеты: **«Как вы относитесь к публикуемой официальной статистике о заболевании COVID-19 в нашей стране? (выберите один ответ)».**

Как оказалось, большинство студентов не доверяют статистике и считают ее данные или заниженными по количеству пострадавших от пандемии (59,8% в сумме выбрали третий и четвертый варианты ответа), или, напротив, завышенными (21,6%) (см. рис. 1).

Эти данные как будто противоречат той недооценке опасности заболевания COVID-19, которая следует и из ответов на предыдущий вопрос, и из содержания социального представления о COVID-19. Можно с осторожностью

предположить, что поскольку в данном случае вопрос был задан не прямо, он выявил скрываемую (даже от себя) тревогу молодых людей, связанную с пандемией и опасностью заболевания.

Два пункта анкеты были направлены на выяснение отношения студентов к разным стратегиям противодействия распространению заболевания COVID-19.

Один из них был сформулирован так: **«В разных странах правительства предлагают разные стратегии борьбы с коронавирусной инфекцией. Какую из них Вы считаете наиболее правильной? (выберите один ответ)».** Чаще всего (46,4% опрошенных) респонденты из четырех вариантов ответов выбрали стратегию жестких ограничений при жестком контроле; 36,1% предпочли широкое информирование населения, позволяющее людям принимать решение самостоятельно; два оставшихся варианта выбрали сравнительно немногие, а именно: 9,3% выбрали введение жестких



Рис. 1. Отношение студентов к статистике по заболеваемости COVID-19 в нашей стране (процентное соотношение ответов)

ограничений без контроля за их соблюдением и 8,2% — введение мягких ограничений без контроля за их соблюдением. Налицо явный раскол мнений: в сумме больше половины тех студентов, кто за жесткие ограничения и жесткий внешний контроль, с одной стороны, и чуть меньше половины — либо за мягкие ограничения без контроля, либо же просто за широкое информирование для того, чтобы каждый человек сам принял решение о стратегии своего поведения, — с другой.

Другой пункт анкеты о предпочитаемых стратегиях противостояния пандемии: *«В нашей стране так же, как и в других странах, вводятся различные ограничения в связи с эпидемиологической ситуацией (удаленный режим работы, закрытие учреждений культуры, запрет массовых мероприятий и т.д.). Как Вы относитесь к этим ограничениям? (выберите один ответ)»*. И здесь также большинство опрошенных (64,9%) сочли ограничения

адекватной и правильной мерой борьбы с пандемией (см. рис. 2). При этом в социальном представлении о пандемии COVID-19 именно отрицательно окрашенные ограничения в большинстве своем оказываются определяющими. Иными словами, ограничения студенты в большинстве своем считают правильной мерой, но относятся к ним отрицательно.

Сопоставление с помощью таблиц сопряженности отношения студентов к статистике по заболеваемости COVID-19 в нашей стране и предпочитаемых стратегий борьбы с ней показало следующее. Студенты, считающие, что численность пострадавших от пандемии преуменьшена, предпочли стратегию введения жестких правил и ограничений при жестком контроле за их соблюдением. Студенты, считающие, что численность заболевших и умерших от COVID-19 преувеличена, назвали правильной стратегией широкое информирование населения, позволяющее самостоятельно выбирать

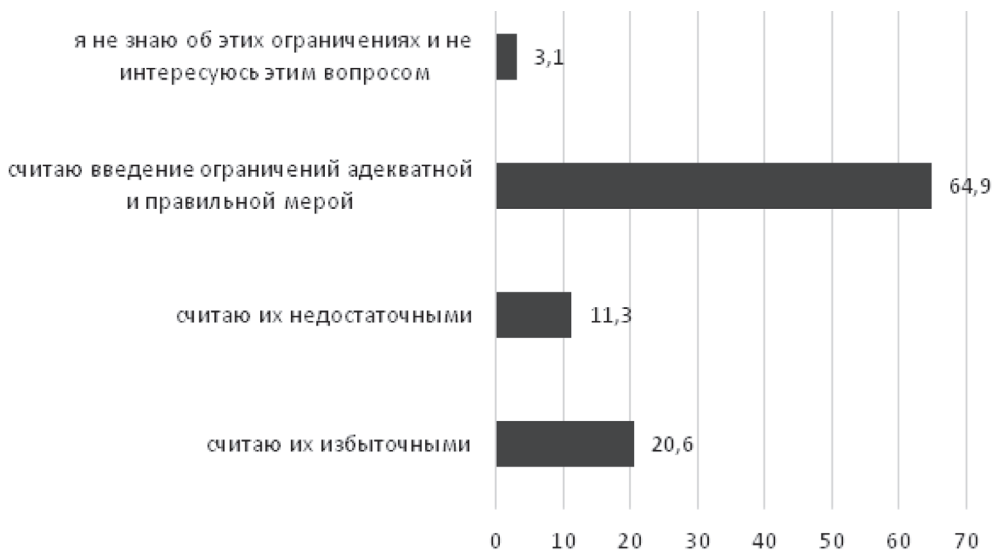


Рис. 2. Отношение студентов к ограничениям в связи с пандемией (процентное соотношение ответов)

стратегию поведения (критерий Пирсона $\chi^2=46,850$; $p\leq 0,01$). Очень опасным заболеванием сочли коронавирусную инфекцию студенты, считающие, что публикуемая статистика адекватно отражает текущую ситуацию. Однако те, кто считают, что статистика преувеличивает численность заболевших и умерших, предсказуемо полагают, что COVID-19 не страшнее многих других заболеваний ($\chi^2=93,706$; $p\leq 0,01$).

На какие источники информации опираются студенты, вырабатывая свое отношение к пандемии? Рассмотрим, как распределились выборы студентов из пяти возможных суждений к пункту анкеты **«Выбирая собственную стратегию поведения в период пандемии COVID-19, я в первую очередь учитываю мнения: (выберите один ответ)»**.

Сразу отметим, что процентное соотношение выборов изменилось по мере ухудшения ситуации с заболеваемостью в стране, а именно, если на первом этапе исследования самой референтной группой были врачи и ученые, то на втором значимо возросла референтность родителей и других близких членов семьи в вопросах болезни и защиты от нее (таблицы сопряженности; критерий Пирсона $\chi^2=11,260$; $p\leq 0,05$) (см. рис. 3). Мнения же друзей, а также высказываемые в социальных сетях, вопреки нашим ожиданиям, оказались в этом вопросе для студентов не слишком значимыми.

Отметим в данном контексте, что студенты, опирающиеся на мнение исключительно родителей, ученых и врачей, реже, чем другие респонденты, могли определить свое отношение к пандемии

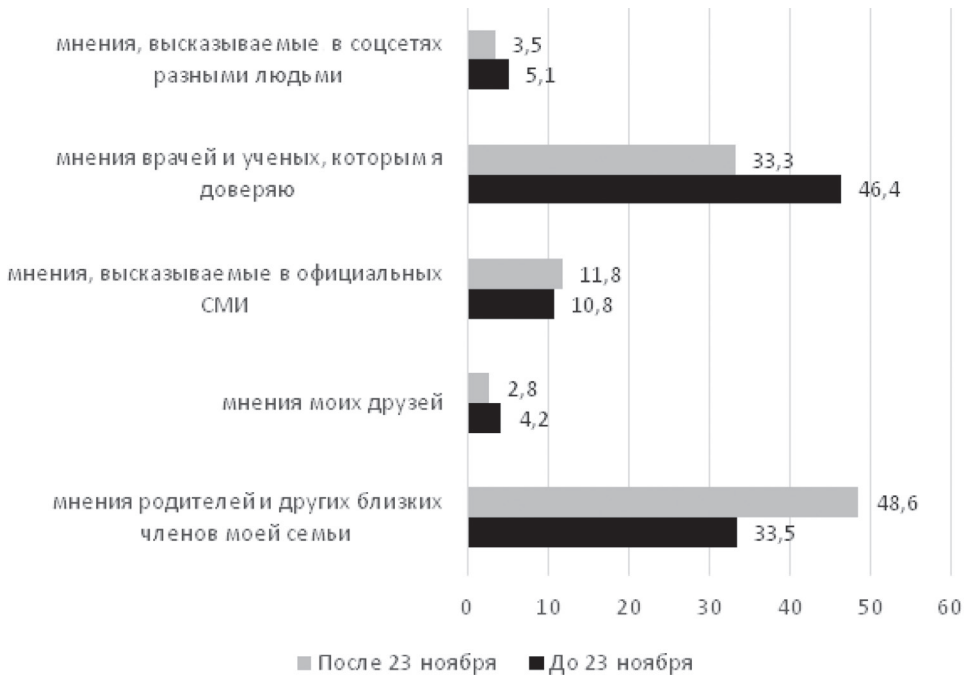


Рис. 3. Особенности доверия студентов к различным источникам информации о пандемии (процентное соотношение ответов) на разных этапах исследования

($\chi^2=53,485$; $p\leq 0,01$). В то же время студенты, которые активно прислушиваются к точкам зрения самых разных людей (врачей, ученых, родителей и других родственников, друзей, представителей СМИ, участников социальных сетей), чаще остальных сообщали о готовности самостоятельно принимать решение об использовании средств защиты (ответ: «я бы надевал маску, если бы считал, что она необходима»; $\chi^2=93,706$; $p\leq 0,01$).

Три пункта анкеты непосредственно были посвящены проблематике соблюдения масочного режима.

Первый из них был сформулирован так: «**Многие молодые люди в нашей стране сегодня не соблюдают масочный режим, потому что...** (отметьте

три аргумента, более всего отражающие Вашу точку зрения)».

Как видим (рис. 4), выбранные аргументы различны, но чаще всего студенты отмечали, что маски не носят те, кто не верит в их защитные свойства, считают их неудобными или вредными для здоровья, что напрямую совпадает с их социальным представлением о маске.

Ответы студентов на вопрос: «**Если бы не было распоряжений правительства и мэрии, Вы бы пользовались масками самостоятельно?** (выберите один ответ)» показывают, что большинство (63,9%) носили бы маски, но только если бы приняли такое решение сами; 17,5% прислушались бы к требованию руководства учреждения носить маску;

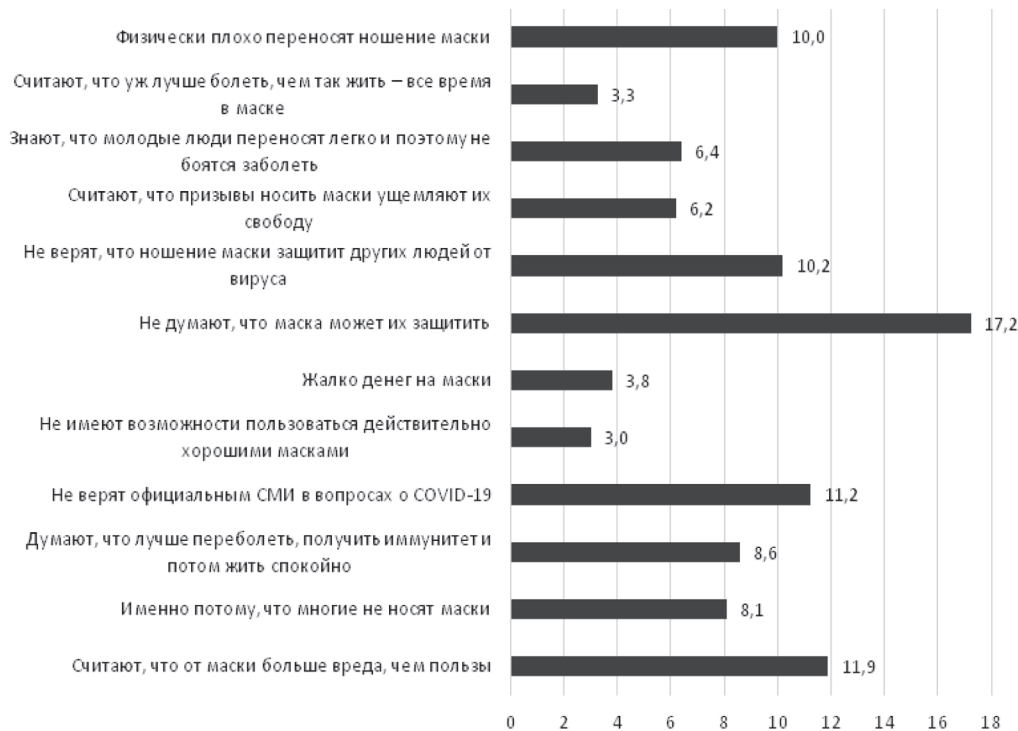


Рис. 4. Причины несоблюдения молодыми людьми масочного режима, по мнению студентов (процентное соотношение ответов)

15,5% всегда носили бы маску, и лишь 3,1% дали ответ: «Я бы, несмотря ни на что, никогда не использовал маску». Таким образом, можно сказать, что по разным основаниям, но большинство студентов готовы носить маски. Лучше, по их мнению, чтобы это было их собственное решение, а не навязанное извне.

Наконец, в ответах студентов на вопрос: «**Если Вы ответили, что не использовали бы маски самостоятельно, то по каким причинам?** (выберите не более двух вариантов ответа)» зафиксировано определенное различие на первом и на втором этапе исследования (см. рис. 5).

В течение нашего исследования студенты чаще всего называли в качестве причин, по которым они не использовали бы маски самостоятельно (без требова-

ний и санкций извне), то, что испытывают дискомфорт от их ношения и не верят в надежность защиты от вируса с помощью масок. Это, как было показано выше, характеризует и социальное представление студентов о маске. Однако на втором этапе опроса была зафиксирована (с помощью таблиц сопряженности) тенденция к снижению числа подобных утверждений ($\chi^2=5,391$; $p=0,612$). То есть к концу нашего исследования студенты, которые отказываются от самостоятельного (добровольного) использования масок, стали реже высказывать недоверие надежности этого средства защиты. С другой стороны, в ответах этой категории студентов возросла доля «фаталистических» высказываний: «Чему быть, того не миновать, надевай средства защиты или не надевай».

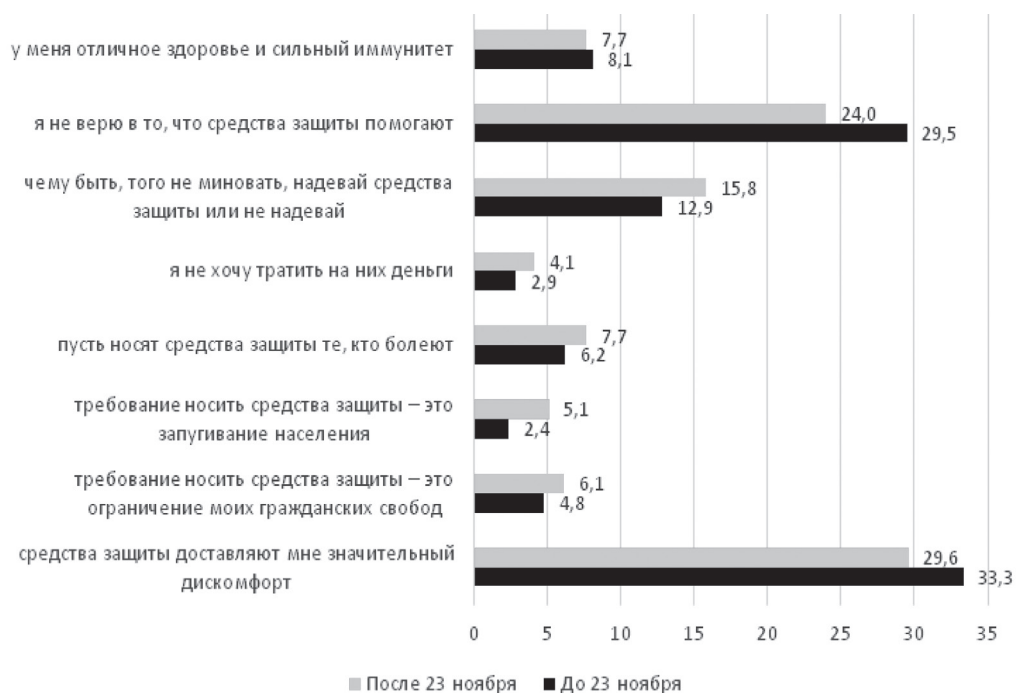


Рис. 5. Мнения студентов о причинах отказа студентов от добровольного использования масок (процентное соотношение ответов) на разных этапах исследования

3. Выраженность страха заболевания COVID-19

Можно было бы изначально предположить, что при в целом достаточно спокойном отношении молодых людей к COVID-19 какая-то часть все-таки всерьез опасается этого заболевания. И социальное представление о COVID-19, и ответы на вопросы нашей анкеты это подтвердили, но какая именно часть студентов реально испытывает страх перед COVID-19, было непонятно. Для уточнения ответа на этот вопрос мы использовали специальный опросник «The Fear of COVID-19 Scale» [9], разработанный американскими исследователями и адаптированный для российской выборки учеными Костромского государственного университета.

Шкала страха перед COVID-19, с помощью которой проводилась диагностика, содержит 7 утверждений, степень своего согласия с каждым из которых участники исследования указывают, используя пятибалльную шкалу Лайкерта. Варианты ответов: «совершенно не согласен», «не согласен», «затрудняюсь ответить», «согласен» и «полностью согласен». Чем выше общий балл, тем больше выражен страх перед коронавирусом-19.

Результаты применения Шкалы показали приблизительно равномерное распределение опрошенных студентов по трем уровням страха: низкий – 35,1%, средний – 33%, высокий – 32%. Усредненные показатели выраженности страха у девушек (15,43 балла) чуть выше, чем у юношей (14,7 балла); различия не значимы.

4. Связь выраженности страха перед COVID-19 с особенностями стратегий совладания со стрессом

Важной личностной характеристикой, позволяющей эффективно справляться с различными сложными жизненными

ситуациями (ситуация с пандемией COVID-19 именно к таким и относится [5]), являются используемые человеком копинг-стратегии. Одной из гипотез нашего прикладного исследования было предположение о связи между переживаемым страхом перед COVID-19 и стратегиями совладания.

Для проверки этой гипотезы помимо Шкалы страха перед COVID-19 был использован «Опросник самовоспринимаемой гибкости копинга со стрессом» (Self-Perceived Flexible Coping with Stress [13]) в адаптации для российской выборки О.А. Екимчик и Т.Л. Крюковой [1].

Опросник содержит 28 утверждений, характеризующих различные стратегии совладания со стрессом. Респонденты должны оценить степень своего согласия с каждым из утверждений по 7-балльной шкале Лайкерта. Результаты применения опросника позволяют охарактеризовать склонность субъекта к предпочтению стратегий копинга со стрессом согласно следующим трем субшкалам:

- 1) MCSU – множественный копинг/использование многих копинг-стратегий (multiple coping strategy use);
- 2) SC – ситуативный копинг (situational coping);
- 3) CR – ригидный (или антигибкий) копинг (coping rigidity).

Наиболее продуктивной стратегией совладания со стрессом является множественный копинг.

Полученные нами результаты показали, что студенты склонны выбирать преимущественно стратегии ситуативного (28,7% респондентов) и множественного (26,7%) копинга в ответ на возникновение в их жизни различных стрессоров, в меньшей степени – ригидного (19,6%) способа совладания (критерий Фрийдмана, различия значимы при $p \leq 0,01$). То есть большинство студентов считают,

что в разных стрессогенных ситуациях они способны использовать различные способы совладания, зачастую несколько специфических.

При сопоставлении выраженности страха студентов перед пандемией COVID-19 и предпочитаемыми стратегиями совладания со стрессом были получены следующие данные (рис. 6).

Использование критерия Краскела-Уоллиса показало, что различия в выборе копинг-стратегий для студентов с разным уровнем выраженности страха значимы на уровне 0,01. Полученные данные свидетельствуют о том, что гибкий, множественный (наиболее продуктивный) копинг, а также соответствующий ситуации способ совладания со стрессом применяют, как правило, студенты с низким уровнем выраженности страха. Ригидный копинг свойствен студентам, в наибольшей мере ощущающим страх заболевания COVID-19.

Корреляционный анализ данных с помощью критерия Спирмена также подтвердил связь ($p \leq 0,01$) между выраженностью страха и предпочтением стратегий множественного ($r = -0,288$) и ригидного ($r = 0,150$) копинга.

За время проведения нашего исследования отмечен рост склонности студентов к применению стратегии ригидного копинга: выявлена положительная корреляция на 5%-ом уровне между датой ответов студентов и их склонностью к выбору ригидного копинга (критерий r -Спирмена, $p = 0,026$). При этом обнаружена тенденция к снижению показателей ситуативного и множественного копинга (табл. 3).

Обсуждение результатов

Полученные в исследовании данные свидетельствуют об отсутствии у студен-



Рис. 6. Доминирующие копинг-стратегии у студентов с различным уровнем страха заболевания COVID-19 (усредненные показатели, в баллах)

Результаты статистической проверки связи выраженности страха заболевания COVID-19 и доминирующей копинг-стратегии

		Множественный копинг	Ситуативный копинг	Ригидный копинг
Дата опроса	Коэффициент корреляции	-,081	-,082	,102*
	Знч. (2-сторон)	,076	,072	,026
Шкала страха	Коэффициент корреляции	-,288**	-,025	,150**
	Знч. (2-сторон)	,000	,579	,001

Примечания. * — корреляция значима на уровне 0.05 (2-сторонняя); ** — корреляция значима на уровне 0.01 (2-сторонняя).

тов единодушного мнения в пользу соблюдения противоэпидемиологических мер в период пандемии COVID-19 (нормативного поведения), что, в свою очередь, связано с определенным отношением разных студентов к самой пандемии, к защитным маскам, к информации, распространяемой разными источниками, с референтностью этих источников и т.п. Все эти моменты определенным образом отражаются в социальных представлениях членов этой социальной группы о пандемии COVID-19 и о маске как способе защиты от заболевания, что подтверждает первую из выдвинутых в исследовании гипотез. В обоих изучавшихся социальных представлениях (о пандемии и о маске) просматривается достаточно явная «эгоистическая» позиция, с которой представители социальной группы студентов смотрят на COVID-19 как на не слишком для себя опасное заболевание, но при этом приносящее с собой массу неудобств, в числе которых и защитная маска, которую, увы, надо носить (приказано, штрафы, хотя, может быть, и немного полезно и т.д.). В этой позиции обращает на себя внимание практически полное отсутствие просоциальной мотивации, связанной с общественной пользой, с заботой о других людях, даже родственниках. И этот момент, с нашей точки зрения, может быть важной мишен-

ью психолого-педагогической работы со студентами.

Вторая гипотеза — о преимущественном доверии студентов к информации, распространяемой в социальных сетях, — не нашла своего подтверждения. Для большинства студентов референтными источниками информации о COVID-19 оказались, с одной стороны, ученые и врачи, а с другой — родители и другие близкие члены семьи, причем по мере ухудшения ситуации с заболеваемостью в Москве именно доверие к мнению близких людей стало преобладать.

В этом контексте обратим внимание на следующий, важный с практической точки зрения, момент. Проведенное нами исследование выявило явное противоречие в отношении студентов к соблюдению масочного режима: с одной стороны, они настаивают на том, что каждый человек должен самостоятельно принимать решение о его соблюдении, с другой — полагают, что наилучшей стратегией является введение жестких карантинных ограничений (к которым относятся при этом отрицательно) при жестком внешнем контроле за их исполнением. Предпочтение той или иной стратегии оказалось связанным с тем, как студенты оценивают имеющуюся информацию о пандемии: как преувеличивающую ее опасность или как преуменьшающую. Выявленное противоречие — также

важная мишень для практической работы со студентами, включающей и работу с информацией. Исследование, в частности, показало, что студенты, которые активно прислушиваются к мнениям самых разных людей (врачей, ученых, родителей и других родственников, друзей, представителей СМИ, участников социальных сетей), чаще остальных сообщали о готовности самостоятельно принимать решение об использовании средств защиты. По-видимому, такой выбор можно объяснить большим объемом информации, которая необходима студентам для принятия собственного решения, с одной стороны, а с другой — тем, что студенты с более выраженной субъектностью личности активнее ищут разную информацию для принятия своего решения.

Судя по результатам ответов респондентов на вопросы анкеты, студентам в основном мешает в полной мере осознавать необходимость для себя и для других людей средств защиты от коронавирусной инфекции недоверие к средствам массовой информации, неверие в надежность маски как средства защиты, а также дискомфорт, причиняемый ношением масок. При этом стоит отметить, что недоверие адресовано в основном средствам массовой коммуникации (в том числе — социальным сетям), а вот врачам и ученым студенты доверяют вполне. Отсюда можно сделать предположительный вывод о том, что направленная на здоровьесбережение информация должна исходить преимущественно от компетентных людей и других авторитетных источников, а не от «посредников» в виде СМИ.

Большое значение для студентов имеет мнение не только специалистов, но и родителей, других близких людей. Поэтому можно сказать, что просвещение относительно пандемии и средств противостояния ей должно вестись системно и

быть направленным на все референтное окружение студента, а не только на самих обучающихся. Самим студентам следует стремиться черпать информацию из различных, в том числе не использованных ранее источников, чтобы составить для себя наиболее объективную картину ситуации.

Ряд исследователей, как отечественных, так и зарубежных, обращают внимание на наблюдаемые у студенческой молодежи в период пандемии достаточно тяжелые эмоциональные переживания — страх, депрессию, панические настроения, посттравматическое стрессовое расстройство и т.п. В разных странах исследователи фиксируют от 8 до 65% молодых людей, подверженных таким переживаниям [5; 9; 11; 15]. Доминирование подобных негативных эмоций связывают со специфическими стратегиями совладания со стрессом. В ряде исследований, проведенных на отечественных выборах, были получены данные, определенным образом совпадающие с полученными в нашем исследовании.

Так, было показано, что российская студенческая молодежь с целью совладания, в частности, с информационным стрессом в период пандемии COVID-19 использует преимущественно конструктивные копинг-стратегии планирования, положительной переоценки, самоконтроля, характеризующиеся целенаправленным анализом ситуации и возможных вариантов поведения, включая определение направлений личностного развития. Вместе с тем значительная часть студентов прибегает к использованию деструктивных копинг-стратегий избегания, конфронтации, дистанцирования, вызванных негативными переживаниями и приводящих к циркуляции неофициальной информации о пандемии [3].

Было также выявлено, что возникающая по поводу пандемии тревога свя-

зана именно с негативными эмоциями и не связана с позитивными эмоциями и удовлетворенностью жизнью. В то же время, изучая стратегии совладания в сложившейся ситуации, исследователи пришли к выводу, что чаще других людьми назывались такие копинг-стратегии, как позитивное переформулирование и личностный рост, принятие, планирование, активное совладание и юмор [7].

Выявилась и важность субъективной оценки угрозы коронавируса с опорой на информацию, транслируемую в СМИ либо получаемую из реальных жизненных историй: люди, полагающие, что эта угроза в СМИ «сильно преувеличена», характеризуются большим спокойствием, субъективным ощущением понимания происходящего и склонны считать, что ситуация с пандемией не нуждается в особых усилиях по контролю. Однако респонденты, имеющие родственников, переболевших COVID-19, воспринимают пандемию как более угрожающую, менее понятную и требующую большего контроля. Отмечается также, что оценка угрозы от пандемии играет опосредующую роль между страхом неизвестной болезни и возможностью ее контроля [6].

В исследовании, проведенном нами, также были выявлены группы студентов, по-разному оценивающие степень угрозы коронавируса и в зависимости от этого по-разному относящиеся к масочному режиму, что подтверждает третью гипотезу исследования. Вместе с тем и специфика социальных представлений, и ответы на вопросы анкеты позволяли предположить, что для многих студентов ситуация с COVID-19 является очевидно стрессовой. В этом контексте нами проверялась гипотеза о связи между уровнем страха и особенностями доминирующих копинг-стратегий. Эта гипотеза была подтверждена, что позволяет

сформулировать практически важный вывод о наличии определенной (достаточно многочисленной) группы риска, которую составляют студенты с высоким уровнем страха перед COVID-19, с одной стороны, и доминированием неэффективных копинг-стратегий — с другой. Такие студенты нуждаются в проведении с ними специальной психолого-педагогической работы.

Можно сказать, что ответы студентов в некоторых вопросах оказались противоречивыми. С одной стороны, они признают высокую значимость проблемы, с другой — в недостаточной мере готовы соблюдать необходимые меры предосторожности; также многие не могут определить своего отношения к проблеме вирусной инфекции. В этой связи интересно, на наш взгляд, выявленное в процессе анкетирования желание студентов опираться на собственное мнение в принятии решений относительно COVID-19 (*надевал бы маску в случае, если бы это было собственным решением*).

Важнейшим средством убеждения и, как следствие, изменения поведения является, с психологической точки зрения, включение субъекта в деятельность, связанную с проблемой (обсуждение различных ее сторон, волонтерская помощь пострадавшим и т.д.).

Согласно социально-психологической концепции деятельностного опосредствования межличностных отношений, разработанной в рамках психологической теории коллектива академиком РАО А.В. Петровским, именно деятельность (в данном случае — специально организованная) становится инструментом оптимизации убеждений студентов, повышения их мотивации к соблюдению общественно значимых норм поведения, совершенствования межличностных отношений и сплочен-

ности группы вокруг просоциальных ценностей.

Напомним, что психологическая теория коллектива как отечественная научная традиция исследования малой группы была создана на основе результатов успешного практического применения идей А.С. Макаренко, Л.И. Уманского, А.В. Петровского и других выдающихся отечественных психологов и педагогов. Важной частью социально-психологической работы в рамках этой теории является сплочение малой группы на основе просоциальной совместной деятельности, в которой каждый участник имеет возможность проявить свою индивидуальность не вопреки, а благодаря коллективу. При этом внутригрупповые нормы взаимоотношений и организация совместной деятельности соответствуют более широкой системе общественных отношений [4].

В качестве примера подобной работы со студентами приведем организованный осенью 2020 г. факультетом социальной психологии МГППУ конкурс творческих работ на тему применения медицинских масок в условиях пандемии «Марафон масок». Конкурс представлял собой организацию студенческого взаимодействия, направленного на популяризацию среди студентов медицинских масок, привлечение внимания к необходимости их применения в условиях пандемии, оптимизацию отношения студентов к средствам защиты. Конкурс был инициирован сотрудниками факультета, а затем был организован и проводился силами студентов при поддержке преподавателей и сотрудников факультета. Были объявлены три номинации конкурса: 1. Лучший мем на тему масок (название «меМАСКи»); 2. Самое креативное/красивое фото в маске (название «селфМАСК»); 3. Лучшая декорированная/оформленная/сделанная

маска (название «МАСКард»). «Марафон масок» проходил с 26 октября по 18 ноября 2020 года, в нем приняли участие более 50 студентов факультета. По результатам были определены победители в каждой из трех номинаций, их работы были опубликованы в различных социальных сетях.

Заключение

Проведенное нами исследование позволяет сделать вывод о необходимости целенаправленной психолого-педагогической и социально-психологической работы со студентами с целью повышения их осведомленности, психологической защищенности, а также — оптимизации поведения в условиях коронавирусной инфекции как здоровьесберегающего ресурса. Такая работа должна быть комплексной и включать ряд практических мер, разработанных на основе использования социально-психологических закономерностей функционирования личности и группы.

Результаты проведенного нами исследования позволяют наметить пути коррекции психологических установок студентов с целью оптимизации их здоровьесберегающего поведения и, в целом, просоциального развития. Так, например, студентов с наиболее высокими показателями страха перед коронавирусной инфекцией целесообразно выделить в группу риска, для которой следует разработать программу повышения их компетентности в выборе и применении адекватных копинг-стратегий. Полезными будут просветительские меры — в частности, встречи студентов с компетентными учеными-вирусологами.

Основным методом практической работы со студентами, на наш взгляд,

должно стать их деятельностное включение в групповые задачи, направленные на оптимизацию жизнедеятельности людей в условиях пандемии: деловые игры, дискуссии, социально-психологические тренинги, социально значимые проекты, волонтерская работа, подготовка просветительских мероприятий по вопросам пандемии, проводимых студентами для школьников, и т.д. Именно в рамках просоциальной совместной деятельности в группах эффективно вырабатываются новые нормы взаимодействия и установки относительно значимых вопросов, в том числе совершается переход от индивидуалистического сосредоточения внимания на собственных «страданиях», от

вызванного ограничительными мерами дискомфорта к коллективистическому самоопределению личности относительно других людей и общества в целом.

Проведенный конкурс масок — один из способов изменить отношение к маске на более дружелюбное: перестать относиться к маске как к навязанной извне неприятности, подружиться с ней, приручить ее, принять как самостоятельно выбранную помощницу, да еще и сделанную собственными руками. Ведь, как предсказывают специалисты, коронавирус останется с нами надолго, а значит, скорее всего, и маска тоже. И она не должна нам мешать учиться, дружить, любить, жить полноценной жизнью.

Литература

1. *Екимчик О.А., Крюкова Т.Л.* Русскоязычная адаптация опросника самовоспринимаемой гибкости совладания со стрессом // Вопросы психологии. 2020. Т. 66. № 5. С. 145—156.
2. *Емельянова Т.П.* Разработка понятия социального представления — новый этап в развитии концептуального аппарата социальной психологии // Разработка понятий современной психологии / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 379—400.
3. *Кисляков П.А.* Психологическая устойчивость студенческой молодежи к информационному стрессу в условиях пандемии COVID-19 // Перспективы науки и образования. 2020. № 5(47). С. 343—356. DOI:10.32744/pse.2020.5.24
4. *Кондратьев М.Ю., Бабанин П.А.* Интерпретационно-коррекционный алгоритм профессиональной деятельности социального психолога-практика с малой группой // Социальная психология и общество. 2014. Том 5. № 4. С. 114—134.
5. *Луковцева З.В.* Пандемия COVID-19 как социальный стрессор: факторы психолого-психиатрического риска (по материалам зарубежных исследований) // Социальная психология и общество. 2020. Том 11. № 4. С. 13—25.
6. *Первичко Е.И., Митина О.В., Степанова О.Б., Коноховская Ю.Е., Дорохов Е.А.* Восприятие COVID-19 населением России в условиях пандемии 2020 года [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2020. Том 9. № 2. С. 119—146. DOI:10.17759/crpe.2020090206
7. *Рассказова Е.И., Леонтьев Д.А., Лебедева А.А.* Пандемия как вызов субъективному благополучию: тревога и совладание // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Том 28. № 2. С. 90—108. DOI:10.17759/cpp.2020280205
8. *Abric J.-Cl.* La notion de noyau central: bilans et perspectives actuelles. Actes de la Cinquième conférence Abric internationale sur les représentations sociales. Montréal, 2000. P. 87—88.
9. *Ahorsu D.K., Lin C.-Y., Imani V., Saffari M., Griffiths M.D. and Pakpour A.H.* The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation // International Journal of Mental Health and Addiction. 2020. Mar 27. P. 1—9. DOI:10.1007/s11469-020-00270-8 [Epub ahead of print]

10. Huang L., Lei W., Xu F., Liu H., Yu L. Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 outbreak: A comparative study // PLoS One. 2020. Vol. 15(8). P. e0237303. DOI:10.1371/journal.pone.0237303
11. Husky M.M., Kovess-Masfety V., Svendsen J.D. Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement // Comprehensive Psychiatry. 2020. Vol. 102. P. 152191. DOI:10.1016/j.comppsy.2020.152191
12. Moscovici S. The phenomenon of social representations // Social representations / M. Farr & S. Moscovici. (Eds.). Cambridge-Paris: CUP, 1984. P. --69.
13. Zimmer-Gembeck M.J., Skinner E.A., Modecki K., Webb H.J., Rapee R.M., Hawes T. & Gardner A. The self-perception of flexible coping with stress: A new measure and relations with emotional adjustment // Cogent Psychology. 2018. Vol. 5. № 1. DOI:10.1080/23311908.2018.1537908
14. Verges P. L'Evocation de l'argent: Une méthode pour la définition du noyau central d'une représentation // Bulletin de psychologie. 1992. Tome XLV. № 405. P. 203–209.
15. Wang Z.H., Yang H.L., Yang Y.Q., et al. Prevalence of anxiety and depression symptom, and the demands for psychological knowledge and interventions in college students during COVID-19 epidemic: A large cross-sectional study // Journal of Affective Disorders. 2020. Vol. 275. P. 188–193. DOI:10.1016/j.jad.2020.06.034

References

1. Ekimchik O.A., Kryukova T.L. Russkoyazychnaya adaptatsiya oprosnika samovosprinimaemoi gibkosti sovladaniya so stressom [Russian adaptation of self-perceived flexible coping with stress inventory]. *Voprosy psikhologii = Questions of psychology*, 2020. Vol. 66, no. 5, pp. 145–156. (In Russ.).
2. Emel'yanova T.P. Razrabotka ponyatiya sotsial'nogo predstavleniya — novyi etap v razvitií kontseptual'nogo apparata sotsial'noi psikhologii [Development of the concept of social representation — a new stage in the development of the conceptual apparatus of social psychology]. In Zhuravlev A.L., Sergienko E.A. (eds.). *Razrabotka ponyatii sovremennoi psikhologii [Development of concepts of modern psychology]*. Moscow: Publ. «Institut psikhologii RAN», 2018, pp. 379–400. (In Russ.).
3. Kislyakov P.A. Psikhologicheskaya ustoichivost' studencheskoi molodezhi k informatsionnomu stressu v usloviyakh pandemii COVID-19 [Psychological resistance of student youth to information stress in the COVID-19 pandemic]. *Perspektivy nauki i obrazovaniya = Perspectives of Science and Education*, 2020, no. 5 (47), pp. 343–356. DOI: 10.32744/pse.2020.5.24 (In Russ.).
4. Kondrat'ev M.Yu., Babanin P.A. Interpretatsionno-korrektсионnyi algoritm professional'noi deyatel'nosti sotsial'nogo psikhologa-praktika s maloi gruppoi [Engaging with Small Groups: Interpretational and Correctional Algorithm in Professional Activities of Practicing Social Psychologist]. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo = Social Psychology and Society*, 2014. Vol. 5, no. 4, pp. 114–134. (In Russ.).
5. Lukovtseva Z.V. Pandemiya COVID-19 kak sotsial'nyi stressor: faktory psikhologo-psikhiatricheskogo riska (po materialam zarubezhnykh issledovanií) [The COVID-19 Pandemic as a Social Stressor: Psychological and Psychiatric Risk Factors (Based on Foreign Studies)]. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo = Social Psychology and Society*, 2020. Vol. 11, no. 4, pp. 13–25. DOI:10.17759/sps.2020110402. (In Russ.).
6. Pervichko E.I., Mitina O.V., Stepanova O.B., Konyukhovskaya Yu.E., Dorokhov E.A. Vospriyatie COVID-19 naseleniem Rossii v usloviyakh pandemii 2020 goda [Elektronnyi resurs] [Perception of COVID-19 During the 2020 Pandemic in Russia]. *Klinicheskaja i spetsial'naja psikhologija = Clinical Psychology and Special Education*, 2020. Vol. 9, no. 2, pp. 119–146. DOI:10.17759/cpse.2020090206. (In Russ.).
7. Rasskazova E.I., Leont'ev D.A., Lebedeva A.A. Pandemiya kak vyzov sub"ektivnomu blagopoluchiyu: trevoga i sovladanie [Pandemic as a Challenge to Subjective Well-Being:

Anxiety and Coping]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2020. Vol. 28, no. 2, pp. 90–108. DOI:10.17759/cpp.2020280205. (In Russ.).

8. Abric J.-Cl. La notion de noyau central: bilans et perspectives actuelles. *Actes de la Cinquième conférence Abric internationale sur les représentations sociales*. Montréal, 2000, pp. 87–88.

9. Ahorsu D.K., Lin C.-Y., Imani V., Saffari M., Griffiths M.D., Pakpour A.H. The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 2020 Mar 27, pp. 1–9. DOI:10.1007/s11469-020-00270-8 [Epub ahead of print]

10. Huang L., Lei W., Xu F., Liu H., Yu L. Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 outbreak: A comparative study. *PLoS One*, 2020. Vol. 15(8), p. e0237303. DOI:10.1371/journal.pone.0237303

11. Husky M.M., Kovess-Masfety V., Swendsen J.D. Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. *Comprehensive Psychiatry*, 2020. Vol. 102, p. 152191. DOI:10.1016/j.comppsy.2020.152191

12. Moscovici S. The phenomenon of social representations. In // Social representations / M. Farr M., & S. Moscovici S. (eEds.). *Social representations*. Cambridge-Paris: CUP, 1984, pp. 3–69.

13. Zimmer-Gembeck, M.J., Skinner, E.A., Modecki K., Webb H.J., & Rapee R.M., Hawes T., & Gardner A. (2018). The self-perception of flexible coping with stress: A new measure and relations with emotional adjustment. *Cogent Psychology*, . 2018. DOI:10.1080/23311908.2018.1537908

14. Verges P. L'Evocation de l'argent: Une méthode pour la définition du noyau central d'une représentationrepresentation. // *Bulletin de psychologie*,. 1992. Vol. Tome XLV, n. No. 405, pp. 203–209.

15. Wang Z.H., Yang H.L., Yang Y.Q., et al. Prevalence of anxiety and depression symptom, and the demands for psychological knowledge and interventions in college students during COVID-19 epidemic: A large cross-sectional study. *Journal of Affective Disorders*, 2020. V, vol. 275, pp. 188–193., DOI:10.1016/j.jad.2020.06.034

Информация об авторах

Крушельницкая Ольга Борисовна, кандидат психологических наук, доцент, зав. кафедрой теоретических основ социальной психологии, факультет социальной психологии, ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0762-6925>, e-mail: social2003@mail.ru

Маринова Татьяна Юрьевна, кандидат биологических наук, доцент, декан факультета социальной психологии, ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1062-1391>, e-mail: marinovatu@mgppu.ru

Погодина Алла Васильевна, кандидат психологических наук, доцент, зав. кафедрой психологии управления, факультет социальной психологии, ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0549-712X>, e-mail: pogodinaav@mgppu.ru

Расходчикова Марина Николаевна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры теоретических основ социальной психологии, факультет социальной психологии, ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3703-4744>, e-mail: rashodchikovamn@mgppu.ru

Толстых Наталия Николаевна, доктор психологических наук, профессор, зав. кафедрой социальной психологии развития, факультет социальной психологии, ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3999-4503>, e-mail: nnvt@list.ru

Information about the authors

Olga B. Krushelnitskaya, PhD in Psychology, Associate Professor, Head of the Department of Theoretical Foundations of Social Psychology, Faculty of Social Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0762-6925>, e-mail: social2003@mail.ru

Tatyana Yu. Marinova, PhD in Biology, Associate Professor, Dean of Social Psychology Faculty, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1062-1391>, e-mail: marinovatu@mgppu.ru

Alla V. Pogodina, PhD in Psychology, Associate Professor, Head of the Department of Management Psychology, Faculty of Social Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0549-712X>, e-mail: pogodinaav@mgppu.ru

Marina N. Raskhodchikova, PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theoretical Foundations of Social Psychology, Faculty of Social Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3703-4744>, e-mail: rashodchikovamn@mgppu.ru

Natalia N. Tolstykh, Doctor of Psychology, Professor, Division Head of the Social Psychology of Development, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3999-4503>, e-mail: nnvt@list.ru

Получена 19.01.2021

Принята в печать 24.02.2021

Received 19.01.2021

Accepted 24.02.2021