

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ COVID-КАРАНТИННИХ ОБМЕЖЕНЬ НА ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАХИСТИ СТУДЕНТІВ

Л. В. Супонєва

магістрант

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

В. В. Плохих

доктор психологічних наук, професор кафедри загальної психології

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

Останні півтора роки населення планети переживає пандемію Covid-19 та вимушені карантинні обмеження. Дистанційний режим взаємодії та самоізоляція можуть спричинити пагубний вплив на психічний стан людей та стають причиною соціальної депривації [2, с. 91; с. 94]. В такій ситуації набуває актуальності питання про специфічні стратегії реагування особистості на складні обставини сьогодення. За результатами останніх досліджень в соціумі збільшився ризик розвитку інтернет-залежності, відбувся зсув психічних станів людей у бік страху, тривоги, стресу [4; 5]. Вищезазначене з необхідністю викликає активацію систем захисного реагування психіки на стресогенні переживання для збереження сприятливого психологічного стану [3].

Наразі особи юнацького віку опиняються ізольованими від соціальних контактів з реальним оточенням та «занурюються» у віртуальний простір, який і до умов дистанційного режиму навчання мав для даної вікової групи суттєве значення. Але юнацтво – це момент становлення світогляду, організації життєвих орієнтирів, вразливості та нестабільності психічних станів. І в цих обставинах гіперактивація систем психологічного захисту може призвести до особистісних деформацій, розладів та розвитку адиктивних форм поведінки. Так, дослідження методом анкетування виявило, що юнаки та дівчата вважають, що вони незначною мірою переживають через ситуацію пандемії [1]. Але такий результат може бути і наслідком маскування захисними механізмами психіки дійсних почуттів представників юнацтва.

Метою роботи є встановлення особливостей захисного психічного реагування осіб юнацького віку (студентства) на загрози захворювання Covid-19, карантинні обмеження та соціальну депривацію.

Матеріали та методи. В емпіричному дослідженні, яке проводилося у травні-червні 2021 р., взяли участь 87 юнаків та дівчат віком від 17 до 23 років з міста Харків (група 2). Також використовувалися дані дослідження вересня-жовтня 2019 р., в якому прийняли участь 97 студентів юнацького віку з міста Одеса (група 1). Для визначення проявів захисних механізмів було використано методичку «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика та Г. Келлермана. Схильності до залежної поведінки визначались за допомогою методички «Шкала інтернет-залежності» А. Є. Жичкіної та тесту «Схильність до залежної поведінки» В. Д. Менделевича. Для визначення особливостей поведінки у період пандемії та карантину юнакам та дівчатам було запропоновано відповісти на запитання щодо наступного: відчуття занепокоєння та стресу через пандемію; зміни у тривалості використання гаджетів; зміни у вживанні алкоголю. Кількісний аналіз проводився з використанням статистичного пакету Statistica 7.0. Було застосовано кореляційний аналіз Спірмена, U-критерій Манна-Уїтні, H-критерій Краскела-Уолліса.

Результати та їх обговорення. Проводилося порівняння виразності психологічних захистів у групах досліджуваних до пандемії (2019 р.) та під час пандемії (2021 р.). Була виявлена суттєва різниця в системах захисного реагування в групах 1 і 2 в значній кількості варіантів (табл. 1). Виразність механізмів заперечення, витіснення, регресії, заміщення, інтелектуалізації, гіперкомпенсації та загального рівня напруженості захистіву представників групи 2, які останній рік знаходились в ситуації пандемії та карантинних умов, більш висока.

Аналіз результатів опитування досліджуваних групи 2 щодо їх стурбованості та переживання стресу через ситуацію пандемії дозволив виділити три варіанти відповідей: 1) турбуюсь та переживаю стрес (25% респондентів); 2) стурбований помірно (28% респондентів); 3) не турбуюсь та не переживаю стрес (47% респондентів). Майже половина досліджуваних з групи 2 вказали на

байдуже відношення до загроз з боку Covid-19 та карантинних негараздів.

Таблиця 1

Порівняння виразності механізмів захисту в групах досліджуваних у період до пандемії (група 1) та період під час пандемії (група 2) за U-критерієм Манна-Уїтні

Механізм захисту	Сума рангів (група 1)	Сума рангів (група 2)	U	p
Заперечення	7357,500	9662,500	2604,500	<0,001
Витіснення	6989,000	10031,000	2236,000	< 0,001
Регресія	7573,000	9447,000	2820,000	< 0,001
Заміщення	6305,000	10715,000	1552,000	< 0,001
Інтелектуалізація	8103,000	8917,000	3350,000	0,016
Реактивне утворення	8051,500	8968,500	3298,500	0,011
Загальна напруженість захистів	6673,000	10347,000	1920,000	< 0,001

Примітка: U – критерій Манна-Уїтні, p – рівень значущості.

Порівняльний аналіз виявив суттєві міжгрупові відмінності за рівнями виразності механізмів захисту, й перевагив цьому підгрупи байдужих (табл. 2). Активація механізму витіснення дозволяє свідомості позбутися неприємних та психотравмуючих моментів шляхом переміщення їх у несвідоме. Цей процес може слугувати одним із чинників байдужого відношення до ситуації пандемії. Компенсація соціальної ізоляції в даному випадку може бути виражена переходом у віртуальний простір та розвитком інтернет-залежності. Половина з тих, в кого виявляється можлива інтернет-адикція, мають високі показники активності механізму компенсації. Реактивне утворення, або гіперкомпенсація, може описати перехід переживання стресу від подій у форму протилежну – байдужість та заперечення переживань. Активація механізму інтелектуалізації частіша при зниженні суб'єктивного переживання та помірній стурбованості. Досліджувані, схильні до раціонального пояснення подій, зберігають таким чином свою свідомість від емоційних потрясінь. Стрес через загрозу хвороби та вимушену ізоляцію блокується

об'єктивними або псевдооб'єктивним баченням травмуючих обставин. Отриманий нами результат збігається з вказаним в [1].

Таблиця 2

Порівняння виразності механізмів захисту у досліджуваних з різним рівнем стурбованості та Covid-стресу за Н-критерієм Краскела-Уолліса

Механізми захисту	Стурбовані (22)	Помірно стурбовані (24)	Байдужі (41)	H	p
	Суми рангів				
Витіснення	905,000	780,500	2142,500	9,811	0,007
Компенсація	1232,000	884,000	1712,000	7,399	0,025
Інтелектуалізація	789,000	919,500	2119,500	7,423	0,024
Реактивне утворення	1256,500	885,000	1686,500	8,470	0,015
Загальна напруженість захистів	1119,500	805,500	1903,000	6,115	0,047

Примітка: H – критерій Краскела-Уолліса, , p – статистична значущість.

Така картина подій призводить до збільшення загального рівня напруженості захистів. Напружені реакції спостерігаються також у підгрупі занепокоєних, порівняно з підгрупою з помірним переживанням ситуації. Стрес, впливаючи на свідомість та емоційний стан, також призводить до активізації захисту психіки – напруження системи захисного реагування. Як наслідок, підгрупа виразно стурбованих Covid-19 також зіштовхується зі збільшенням процесів захисту.

За результатами опитування досліджуваних групи 2 відмічаються наступне: наявна тенденція проводити за гаджетами від семи до дванадцяти годин на день з метою навчання або роботи та розваг (соціальні мережі, меседжери, ігри тощо). Це стосується кожного дня тижня з різницею, що у вихідні збільшується кількість розважальних годин. Важливо, що суттєвої різниці між кількістю осіб, що відмічає наявність значного росту часу у віртуальному просторі у період карантинних умов та тими, хто її не відчув, немає. Причому, для групи останніх більш характерним є прояв адиктивної поведінки та проведення часу у мережі з метою розваг. Процеси саморегуляції у даному випадку є порушеними,

відбувається нехтування плануванням, усвідомленням важливих зовнішніх та внутрішніх умов діяльності, невмінням адекватно побудувати схему своїх дій та зробити самозвіт.

Встановлено, що інтернет-адикція пов'язана зі схильністю до наркотичної залежності ($r=0,54; p<0,05$), до алкогольної залежності ($r=0,31; p<0,05$), до наявної частоти зловживання алкоголем від трьох разів на тиждень до кожного дня ($r=0,38; p<0,05$). Позитивні кореляційні зв'язки для інтернет-адикції виявляються також з активністю захисних механізмів витіснення ($r=0,31; p<0,05$), регресії ($r=0,49; p<0,05$), компенсації ($r=0,34; p<0,05$), проєкції ($r=0,38; p<0,05$), заміщення ($r=0,50; p<0,05$) та загального рівня напруженості захистів ($r=0,54; p<0,05$). Однак слід підкреслити, що високі показники інтернет-адикції спостерігаються лише у 13% досліджуваних вибірки, тоді як низькі показники – у 57% досліджуваних.

Висновки. Пандемія Covid-19 та карантинні умови суттєво вплинули на посилення проявів захисних механізмів психіки у представників юнацького віку. Підвищення активності психологічних захистів супроводжується підкресленим байдужим відношенням багатьох юнаків та дівчат до загрози хвороби та вимушеної ізоляції. Процеси витіснення, компенсації, гіперкомпенсації та інтелектуалізації відіграють свою захисну функцію та допомагають молоді відособлюватися від переживань травмуючих психіку подій. Перехід на дистанційні форми навчання та роботи сприяв збільшенню тривалості «знаходження» студентів у віртуальному просторі, що поки не викликало зростання інтернет-адикції. Однак остання тісно пов'язана з активністю психологічних захистів, які підсилюються у юнаків та дівчат і у разі перенапруги збільшують ризики «зриву» в адиктивну поведінку.

Література:

1. Боденова, О. В. Особенности представлений обучающихся юношеского возраста о коронавирусной инфекции. *Социально-педагогические вопросы образования и воспитания: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Чебоксары, 18 2021 года*. Чебоксары: «Среда», 2021. С. 12-19.

2. Власенко, А.І. Психологические изменения состояния личности в депривационных

условиях режима самоизоляции. *Психолого-педагогические исследования*. Москва, 2020. Том 12. № 4. С. 88–103. doi:10.17759/psyedu.2020120406

3. Giuseppe, M., Gemignani, A., Conversano. Psychological resources against the traumatic experience of COVID-19. *Clinical Neuropsychiatry*, 2020, vol.17 (2), pp. 85-87. doi: 10.36131/CN20200210

4. Servidio R., Bartolo M.G., Palermi A. L., Costabile A. Fear of COVID-19, depression, anxiety, and their association with Internet addiction disorder in a sample of Italian students. *Journal of Affective Disorders Reports*, 2021, vol. 5, art. 100097. doi:10.1016/j.jadr.2021.100097

5. Oka T., Hamamura T., Miyake Y., Kobayashi N., Honjo M., Kawato M., Kubo T., Chiba T. Prevalence and risk factors of internet gaming disorder and problematic internet use before and during the COVID-19 pandemic: A large online survey of Japanese adults. *Journal of Psychiatric Research*, 2021, vol. 142. pp. 218-225. doi: 10.1016/j.jpsychires.2021.07.054