

Годовая изменчивость уровня тревожности московских студентов на фоне пандемии COVID-19

Научный руководитель – Синева Ирина Михайловна

Зимица С.Н.¹, Хафизова А.А.², Юдина А.М.³

1 - Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Биологический факультет, Кафедра антропологии, Москва, Россия, *E-mail: sonishat@yandex.ru*; 2 - Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Биологический факультет, Кафедра антропологии, Москва, Россия, *E-mail: aya.khafizova@gmail.com*; 3 - Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Биологический факультет, Кафедра антропологии, Москва, Россия, *E-mail: nastasia2455@yandex.ru*

Введение. Пандемия COVID-19 и беспрецедентные меры по ее сдерживанию нарушили привычный уклад жизни большинства людей и оказали значительное влияние на их психологическое состояние. Целью настоящего исследования стало изучение динамики тревожности студенческой молодёжи во время пандемии COVID-19.

Материалы и методы. Изучение изменчивости уровня тревожности было проведено на трех группах студентов МГУ имени М.В. Ломоносова. Исследование включало опросник для определения уровня ситуативной и личностной тревожности по шкале Спилбергера-Ханина [1]. Первое обследование проходило в первой половине марта 2020 года в спокойных условиях с небольшим уровнем стрессового воздействия, связанного с распространением коронавирусной инфекции. Для этой же группы было организовано вторичное тестирование во второй половине мая 2020 года - из-за строгих ограничительных мер и высокой заболеваемости и смертности, уровень стресса был близок к максимальному. Повторное тестирование позволило проследить временную динамику изменчивости уровня тревожности на фоне введения строгих мер самоизоляции. Вторая и третья группы были обследованы во вторую волну пандемии. Вторая группа - в ноябре 2020 года, когда в Москве были зафиксированы максимальные темпы роста заболеваемости, обучение в ВУЗе проходило в дистанционном формате, но строгих ограничительных мер введено не было. И третья - в феврале 2021 года, когда заболеваемость в Москве и области пошла на убыль, студенты возвратились к очной форме обучения и большинство ограничительных мер было снято.

Результаты. Уровень личностной тревожности оставался неизменным на всех этапах обследования, и составлял $46,1 \pm 0,90$ балла (низкий, умеренный и высокий уровни показали 8,0%; 35,0% и 56,9% соответственно). Уровень ситуативной тревожности (СТ) значительно увеличился в группе, обследованной продольно: с 38,0 до 45,6 баллов ($p = 0,0002$). Степень увеличения тревожности зависела от первоначального уровня - чем ниже значения СТ до пандемии, тем сильнее она увеличилась после введения мер профилактики (увеличение в группах с низким/средним/высоким уровнем СТ составило 12,6/9,3/2,0 баллов соответственно). Важным фактором степени изменений СТ было строгое соблюдение мер самоизоляции - в этой группе изменения практически отсутствуют, а в остальных составили около 8,4 балла. После максимальных значений в мае 2020 года, уровень СТ в группах 2 и 3 снижался, возвращаясь к значениям, характерным до пандемии. Показано, что наличие экзаменов или выпускных квалификационных работ, по времени совпавших с тестированием на тревожность, усиливают общий стрессовый фон, повышая уровень СТ.

Заключение. Полученные результаты демонстрируют значительное увеличение ситуативной тревожности у студентов в период введения ограничительных мер. Несмотря на это, большинство респондентов нарушали режим самоизоляции или соблюдали его нестрого.

Работа выполнена при финансовой поддержке РФФ, грант № 19-78-10013.

Источники и литература

- 1) Ханин Ю.Л. Краткое руководство к применению шкалы реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера. Л. 1976.