

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2020, №4, Том 8 / 2020, No 4, Vol 8 <https://mir-nauki.com/issue-4-2020.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/29PSMN420.pdf>

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Кольцова И.В., Долганина В.В. Влияние пандемии на возникновение тревожности у студентов педагогического вуза // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 №4, <https://mir-nauki.com/PDF/29PSMN420.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

**For citation:**

Koltsova I.V., Dolganina V.V. (2020). Influence of the pandemic on the occurrence of anxiety among students of a pedagogical university. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 4(8). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/29PSMN420.pdf> (in Russian)

УДК 159.922.2

ГРНТИ 15.81.21

**Кольцова Ирина Владимировна**

ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогический институт», Ставрополь, Россия  
Доцент кафедры «Общей и практической психологии и социальной работы»

Кандидат психологических наук

E-mail: [kycher-1979@mail.ru](mailto:kycher-1979@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8945-9368>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=926154](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=926154)

**Долганина Вера Васильевна**

ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогический институт», Ставрополь, Россия  
Доцент кафедры «Общей и практической психологии и социальной работы»

Кандидат психологических наук

E-mail: [Dolganina.78@mail.ru](mailto:Dolganina.78@mail.ru)

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=639703](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=639703)

**Влияние пандемии на возникновение  
тревожности у студентов педагогического вуза**

**Аннотация.** В статье авторы рассматривают категорию «тревожность» с психологической и психофизиологической позиций; описывают основные отличительные особенности стресса и тревоги. Также авторами представлены основные формы тревожности и наиболее яркие психологические и физические ее симптомы. Отмечается широкий спектр различных причин, вызывающих тревогу у человека, а именно: сочетание врожденных особенностей функционирования нервной системы человека с воздействием психологических и социальных факторов. Авторы подчеркивают, что тревожность и беспокойство на сегодняшний день являются наиболее актуальной проблемой современного общества, так как главной тревожной новостью для населения всей планеты является высокая вероятность заражения коронавирусом. Данные тревожные состояния у населения, как утверждают авторы статьи, приводят к шаблонности мышления, снижая способность к долгосрочной оценке принимаемых государством мер. В статье также приводятся данные Американских Центров контроля и профилактики заболеваний (CDC), которые выделяют основные составляющие массовых стрессовых состояний таких как: уменьшение способности к концентрации внимания; обострение хронических болезней; увеличение потребления населением на фоне стресса и тревоги наркотиков, табака, алкоголя и др. Авторами статьи подчеркивается необходимость в сложившихся условиях позаботиться о своем психическом здоровье. Важно, чтобы разум преобладал над чувствами, а чувства личностью не подавлялись. Исходя их

проблематики исследования, авторами статьи была разработана анкета, позволяющая провести социологический опрос с целью определения отношения населения к распространению коронавирусной инфекции и влиянию СМИ на возникновение тревожности среди студентов педагогического вуза. В статье авторами представлен качественный и количественный анализ полученных результатов анкетирования. В частности отмечается, что до начала пандемии большая часть студентов не испытывали чувства тревоги заразиться различного рода инфекциями; введенные карантинные меры оказали влияние на качество их жизни и повседневную деятельность; будущие педагоги в большей степени удовлетворены дистанционной формой обучения в период самоизоляции; студенты допускают возможность повторной вспышки коронавирусной инфекции после послабления ограничения и снятия карантинных мер, а также высказали уверенность в том, что после снятия карантинных мер, их жизнь изменится.

**Ключевые слова:** пандемия; тревожность; стресс; студенты педагогического вуза; фрустрация; психологический дискомфорт; карантинные меры; самоизоляция; коронавирусная инфекция

Психологические и иные аспекты пандемии на сегодняшний день являются самой обсуждаемой темой как в средствах массовой информации так в кругу ученых различных областей.

Пандемия способствует проявлению «деструктивных психических реакций» у здоровых людей, среди которых – тревога, страх, фобия, навязчивость и депрессия, а также искаженное восприятие реальной ситуации.

Пандемия также оказала негативное влияние и на жизнь студентов, которые чаще стали испытывать стресс, скучали по общению с одногруппниками.

Все вышеизложенное послужило основанием для определения цели исследования: теоретически обосновать и экспериментальным путем проверить с помощью проведения социологического исследования влияние пандемии на возникновение тревожности у студентов педагогического вуза.

В психологической науке отечественные ученые дают самую различную трактовку категории «тревожность». Тем не менее, большая часть из них сходятся в признании необходимости рассматривать данный термин более дифференцированно, а именно, с позиции ситуативного явления и личностной характеристики, учитывая переходное состояние его динамики.

Анна Михайловна Прихожан под тревожностью понимает «переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, с предчувствием грозящей опасности» [1, с. 46].

Роберт Семенович Немов, дает иную трактовку тревожности: «Тревожность – постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях» [2, с. 265].

В своих исследованиях, Артур Владимирович Петровский под тревожностью понимает «склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги; один из основных параметров индивидуальных различий. Тревожность обычно повышена при нервно-психических и тяжелых соматических заболеваниях, а также у здоровых людей, переживающих последствия психотравмы, у многих групп лиц с отклоняющимся субъективным проявлением неблагоприятия личности» [3, с. 54].

Также категория тревожности в науке изучается с психофизиологической позиции. Таким образом, второе направление в исследовании тревожности, беспокойства, идет по линии изучения психологических и физиологических особенностей личности, обуславливающих степень данного состояния.

Различные толкования в изучении состояния стресса внесли отечественные психологи. Так, Вольф Соломонович Мерлин понимает под стрессом, прежде всего, психологическое, а не нервное напряжение, которое может возникнуть в «крайне трудной ситуации». Исходя из разных трактовок в понимании категорий «стресса», большинство ученых сходятся во мнении о том, что под стрессом понимается чрезмерное напряжение нервной системы, которое возникает в затруднительных ситуациях. Стоит подчеркнуть, что стресс нельзя отождествлять с тревожностью, так как он всегда обусловлен реально существующими проблемами, а тревожность может возникнуть и при их отсутствии [4, с. 49].

Ираклий Владленович Имедадзе в своих исследованиях показал прямую связь состояния тревоги с предчувствием фрустрации. Он утверждает, что тревога может возникнуть при антиципации ситуации, которая содержит опасность фрустрации актуализированной потребности [1, с. 30].

Исходя из этого, отметим, что фрустрация и стресс при любом их понимании включают в себя тревогу

Любой человек в определенный промежуток времени может испытывать так называемый нормальный уровень тревожности, имеющий временный характер и с которым при желании можно легко справиться. Однако, в том случае, если состояние тревоги будет носить затяжной характер, в результате чего человек самостоятельно не сможет с ним справиться, и оно будет оказывать дезорганизующее влияние на жизнь, в этом случае можно утверждать о появлении состояния повышенной тревожности. Повышение уровня тревожности сопутствует возникновению различных заболеваний и существенному снижению качества жизни.

Анной Михайловной Прихожан были выделены следующие формы тревожности:

1. Открытые формы, к ним можно отнести следующие:
  - острая, нерегулируемая тревожность;
  - регулируемая и компенсирующая тревожность;
  - культивируемая тревожность.
2. Закрытые (замаскированные) формы тревожности или «маски». К ним можно отнести следующие:
  - агрессивность;
  - чрезмерная зависимость;
  - апатия;
  - лживость;
  - лень;
  - чрезмерная мечтательность [1, с. 46].

В трудах отечественных психологов мы находим подход к объяснению склонности к тревоге с точки зрения физиологических свойств нервной системы. В лаборатории Ивана Петровича Павлова ученые пришли к выводу о том, что под действием внешних раздражителей нервному срыву подвержены в большей степени слабый тип нервной системы, затем

возбудимый и в меньшей степени сильный, и только в последнюю очередь, уравновешенный тип с хорошей подвижностью [5, с. 28].

Таким образом, тревожность может иметь как психологические, так и физиологические проявления, по которым ее можно легко идентифицировать. Среди психологических симптомов наиболее яркими являются следующие:

- непонятные опасения;
- сильные, безосновательные волнения;
- тревожащие предчувствия;
- регулярное чувство опасности;
- плохое настроение;
- тревожные или депрессивные мысли;
- ощущение страха как за свою жизнь, так и за жизнь своих родных;
- регулярное напряженное состояние;
- тревожный сон, невозможность быстро уснуть;
- высокая требовательность к собственной личности.

Что касается физических симптомов тревожности, то они имеют связь с физиологическими изменениями личности, которые способны подготовить организм к активным действиям. Так у человека идет возбуждение вегетативной нервной системы, которое способно повлечь за собой изменения в работе внутренних органов. Тревожность в основном сопровождается следующими реакциями:

- учащенным дыханием;
- ускоренным сердцебиением;
- ощущением слабости;
- комом в горле;
- покраснением или побледнением кожных покровов;
- повышенным потоотделением;
- сухостью во рту и пр.

Диагностировать повышенную тревожность личности также возможно по следующим поведенческим реакциям:

- сжимание кулаков;
- щелканье пальцев или стук ими по любой поверхности;
- регулярное перебирание и/или терзание одежды;
- покусывание или облизывание губ;
- потирание лица;
- одергивание ног и пр. [6].

На возникновение тревожности влияет широкий спектр различных причин. Большая часть нейробиологов и психологов считают, что в их основе лежит сочетание врожденных

особенностей функционирования нервной системы человека с воздействием как психологических, так и социальных факторов. Отметим наиболее типичные причины, которые способны повлечь за собой повышенный уровень тревожности человека:

- наследственный фактор, а именно, слабость нервной системы;
- неблагоприятный психологический климат в семье, неправильное воспитание;
- негативный жизненный опыт, постоянные стрессы, последствия после физических и психологических травм;
- соматические заболевания, которые длительное способны проявляться у человека;
- чувство хронической усталости;
- низкая самооценка личности;
- конфликты и проблемы в межличностных отношениях;
- отсутствие полноценного отдыха или недостаточное его количество, а также полное или частичное отсутствие физических нагрузок;
- злоупотребление различного рода алкогольной продукцией и т. д.<sup>1</sup>

Ежедневные тревожные новости, напрямую касающиеся каждого человека, вызывают у населения чувства беспокойства. Тревожность и беспокойство сегодня являются наиболее актуальной проблемой современного общества, так как их с каждым днем становится все больше и больше, они практически заполнили собой все вокруг.

На сегодняшний день самой главной тревожной новостью для населения всей планеты является новость о возможности заражения коронавирусом.

В развитие данной причины тревожности значительный вклад вносит неопределенность, которая проявляется в нетипичном воздействии нового вируса на организм и заканчивается дестабилизацией экономики, а также серьезными изменениями планов большинства людей планеты.

Иной аспект, который также связан с коронакризисом, поддерживающем тревожные состояния населения земли – это непривычность того, что происходит. В медиа пространстве коронавирус сравнивают с гриппом, однако медицинские работники такие аналогии не признают. Однако, от гриппа также умирает немало людей.

Искусственно созданные нагнетание тревоги, наблюдаемые во время пандемии, способствуют повышению у людей шаблонности мышления, а также снижают способность к долгосрочной оценке принимаемых властями мер. Тем не менее, выход из кризиса, зависит от самого человека и от того, как восприятие пандемии связано с «картиной мира» в его голове.

На сегодняшний день никто не может сказать точно, когда закончатся пандемия и будут сняты карантинные меры, а также какое эта пандемия окажет влияние на мировую экономику. Однако, можно предположить совершенно точно, что в ближайшее время психологический дискомфорт людей будет только нарастать.

Как утверждают психологи Даниэль Канеман и Амос Тверски в состоянии неопределенности людям сложно объективно оценивать возникающие риски, поэтому зачастую принимаются необъективные решения. В этой связи, в условиях неопределенности

---

<sup>1</sup> <https://careofsoul.ru/trevozhnosty-simptom-prichin-vid-kak-preodolety-tot-nedug/>.

ими были выделены некоторые упрощенные стратегии принятия решений, в частности эвристика доступности. То есть, чем чаще то или иное событие освещается в средствах массовой информации, как происходит сейчас с коронавирусной инфекцией, тем быстрее человек способен впасть в тревожное состояние. В случае неконтролируемой тревожности она вызывает панику. Пытаясь вернуть себе контроль над ситуацией, тем самым справиться с тревогой, люди предпочитают прибегать к понятным для них решениям – например, делают запасы продуктов питания, средств личной гигиены и пр.

Ученые Вашингтонского университета отмечают, что участились случаи развития депрессии во время пандемии. А самое опасное заключается в том, что этому подвержены люди во всем мире.

Американские Центры контроля и профилактики заболеваний (CDC), утверждают, что массовые стрессовые состояния включает в себя следующие составляющие:

- чувство страха о своем здоровье и здоровье своих родных и близких людей;
- перемены в характере сна и приема пищи;
- уменьшение способности к концентрации внимания;
- обострение хронических болезней;
- увеличение потребления населением на фоне стресса и тревоги наркотиков, табака, алкоголя и др.

Согласно агентству, реакция на стресс может быть индивидуальной, но депрессия и тревожность среди главных рисков. Наиболее уязвимыми к стрессу CDC считает пожилых, людей с хроническими болезнями, детей и подростков, медицинских работников (борющихся с COVID-19), людей с психическими нарушениями.

В этой связи важно заботиться о своем психическом здоровье, под которым понимается нормальное состояние психики, обеспечивающее адекватное приспособление личности к социуму и миру. У психологически здоровой личности разум преобладает над чувствами, при этом чувства свои личность осознает и не подавляет. Он стойко способен воспринимать удары судьбы, может решать проблемы, успешно справляться с различными стрессами [7, с. 54].

Проанализированные статьи и форумы, посвященные проблеме исследования, свидетельствуют о неразработанности вопроса состояния и уровня тревоги населения в период распространения коронавирусной инфекции, практически все источники посвящены темам: защита прав человека в период пандемии; правила самоизоляции во время пандемии COVID-19; материальное благополучие и особенности дистанционной формы обучения студентов в период самоизоляции [8–10 и др.]; экономические последствия пандемии [11–13 и др.]; социальное поведение в условиях режима самоизоляции [14]; сплоченность коллектива в условиях самоизоляции [15]; управление персоналом в условиях удаленной занятости [16] взаимоотношения супругов в условиях самоизоляции; особенности детско-родительских отношений в период самоизоляции [17]; девиантные формы поведения в период пандемической самоизоляции [18; 19].

Таким образом, анализ научной литературы по проблеме изучения влияния пандемии на возникновение тревожности дает нам основание для организации социологического исследования среди студентов педагогического вуза.

## Методы и материалы

Для достижения поставленной цели исследования использовались следующие методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы, беседа, анкетирование, математико-статистическая обработка данных.

Итак, был проведен анонимный анкетный опрос студентов Ставропольского государственного педагогического вуза в возрасте от 17–23 лет по анкете «Отношение населения к распространению коронавирусной инфекции и влиянию СМИ на возникновение тревожности» (Долганина В.В., Кольцова И.В., 2020). В опросе приняли участие 352 студента, из них 70 юношей и 282 девушек. Анкета включала структурно-организованный набор из 16 вопросов, каждый из которых связан с задачами проводимого исследования. Анкета включала как прямые, предлагающие респонденту выразить свою собственную позицию, так и косвенные (согласие или несогласие с позиций других людей) вопросы. По характеру вопросы анкеты подразделялись: открытые, которые предлагали респонденту дать письменный ответ в произвольной форме; закрытые вопросы, позволяющие респонденту выбрать из нескольких сформулированных исследователем вариантов ответа; полужакрытые вопросы содержали наряду с набором предлагаемых ответов так называемую открытую часть, в которой респондент может дать свой ответ, если ни один из предложенных его не устраивает.

Вопросник включал следующие компоненты: обращение к респонденту; сообщение об организации, проводящей опрос; сообщение о целях исследования; инструкция о заполнении. Текст анкеты адаптирован с учетом уровня культуры и образования респондентов. Анкетирование носило массовый характер, контакт с респондентами был заочный посредством компьютерной сети в период самоизоляции при коронавирусной инфекции.

## Результаты и их обсуждение.

Количественный и качественный анализ по каждому из предложенных вопросов позволил диагностировать следующие результаты. Отвечая на вопрос «Считаете ли вы себя тревожным и мнительным человеком?» 24,7 % опрошенных (87 чел.) студентов согласились с данным утверждением, 56,3 % (198 чел.) дали отрицательный ответ, 19 % юношей и девушек (67 чел.) не задумывались об этом.

До начала вспышки коронавирусной инфекции большинство испытуемых – 71,3 % (251 чел.) не испытывали тревогу перед возможностью заразиться вирусными заболеваниями, для четверти от общего числа опрошенных студентов – 17 % (60 чел.) данная проблема являлась значимой. Стоит отметить, что данную группу составили студенты 5 курсов. Незначительная доля опрошенных – 11,7 % (41 чел.) – не задумывались об этом, несмотря на период вхождения во взрослую жизнь.

У 61,9 % (218 чел.) студентов коронавирус, став очень актуальной проблемой для всего человечества, вызывает чувство тревоги за свое здоровье и здоровье своих близких, они прочесывают аптеки в поисках масок и антисептиков. Студенты переживают за сроки сессии и перенос каникул. Большинство опрошенных данной группы составили студенты 1–2 курсов. Большинство иногородних студентов уехали домой, некоторые остались в общежитиях (дети-сироты), где риски заражения высоки. В период обучения студентам приходилось подрабатывать, но из-за карантинных мер они лишились этой возможности, что негативным образом сказалось на их эмоциональном и экономическом благосостоянии. Также в условиях эпидемии и кризиса этот вопрос обострился в группе других респондентов – некоторым студентам пришлось меньше тратить время на учебу, чтобы обеспечивать себя. Почти у половины респондентов снизились доходы за последние месяцы (например, родители потеряли работу), что вызывает тревогу у юношей и девушек за свое благополучие и успеваемость в вузе.

21,9 % (77 чел.) опрошенных не боятся заболеть, т. к. считают, что данная инфекция не опасна, они в пандемию не верят, считают COVID-19 чем-то вроде безобидной простуды, обвиняют СМИ в разжигании паники и нарочито не меняют привычного образа жизни. 6,2 % (57 чел.) – не задумывались об этом.

44,8 % (158 чел.) из числа опрошенных предпринимают попытки снизить уровень тревожности и/или страха в период самоизоляции посредством онлайн-игр, общения с друзьями и однокурсниками через социальные сети Интернет (одноклассники, Вконтакте, WhatsApp, инстаграм и др.), 49,4 % (174 чел.) живут обычной жизнью (например, занимаются спортом, встречаются с друзьями, нарушая режим самоизоляции) в ожидании, что пандемия скоро закончится, 5,6 % (20 чел.) считают, что нет причин для тревоги, со временем все переболеют коронавирусной инфекцией и ситуация стабилизируется.

У 22,7 % (80 чел.) опрошенных близкие или знакомые болели или болеют коронавирусом, 0,6 % (2 чел.) не общаются со своими близкими, поэтому не имеют информации о состоянии их здоровья, более половины опрошенных – 76,7 % (270 чел.) отметили, что среди близких и знакомых нет заболевших коронавирусом. Поэтому большинство опрошенных – 43,2 % (152 чел.) – считают, что коронавирус, это раздутая СМИ проблема, 37,5 % (132 чел.) более серьезно относятся к пандемии, 19,3 % (68 чел.) студентов не задумывались об этом.

При этом стоит отметить, что 65,4 % (230 чел.) соблюдают меры самоизоляции, частично – 26,4 % (93 чел.), не соблюдают – 8,2 % (29 чел.).

59,4 % (209 чел.) отметили, что если бы узнали, что кто-то из членов семьи заразился коронавирусом, изолировались от него для того, чтобы обезопасить свою жизнь, 40,6 % (143 чел.) не видят причин для тревоги, т. к., по их мнению, рано или поздно все население планеты переболеет данной инфекцией.

40,9 % (144 чел.) студентов отметили, что получают по мобильной связи различную информацию (шуточного, фривольного или информационного свойства) по коронавирусной проблеме, большинство из опрошенных составляет группа студентов 1–2 курсов, 54 % (190 чел.) опрошенных указали, что подобную информацию не получают, незначительная часть опрошенных – 5,1 % (18 чел.) отметили, что не читают и сразу удаляют подобную рассылку.

27,9 % (98 чел.) регулярно интересуются информацией по распространению коронавирусной инфекции в стране и в мире, следят за новостями, большинство юношей и девушек 46,7 % (164 чел.) иногда могут послушать новости или почитать в интернете о коронавирусе, 11 % (39 чел.) отметили, что данная проблема вызывает у них раздражение, т. к. в стране и мире есть и другие новости, 13 % (46 чел.) указали, что не смотрят новости и другие передачи, в которых упоминается о коронавирусе, чтобы меньше волноваться, 1,4 % (5 чел.) студентов смотрят фильмы, телепередачи как прежде.

40,6 % (143 чел.) студентов очень сильно переживают, что в период самоизоляции с каждым днем число заболевших увеличивается не только в России, но и в мире в целом, в то время как 48,6 % (171 чел.) не следят за данной статистикой и новостями о вновь заболевших россиянах коронавирусной инфекцией, 10,8 % (38 чел.) в своих ответах указали, что иногда читают новости, и если встречается информация о коронавирусе, тревоги они не испытывают, также студенты отметили, что причиной роста числа заболевших, по их мнению, является не соблюдение режима самоизоляции.

51,7 % (182 чел.) опрошенных студентов согласны с утверждением: «Меньше знаешь, крепче спишь?», 48,3 % (170 чел.) юношей и девушек, считают, что каждый человек имеет право на достоверную информацию о происходящем в стране и мире.



82,7 % (291 чел.) студентов указали, что введенные карантинные меры повлияли на качество их жизни и повседневную деятельность: они стали больше ценить личное пространство, больше тратить время на дистанционное обучение, утратили возможность заниматься спортом, 13,9 % (49 чел.) юношей и девушек живут в прежнем режиме, сложившаяся ситуация в стране, связанная с распространением коронавирусной инфекции, не оказала влияние на их жизнедеятельность, незначительная часть из опрошенных студентов – 3,4 % (12 чел.) – отметили, что не задумывались об этом.

Более половины опрошенных студентов – 50,3 % (177 чел.) отметили, что введенная дистанционная форма обучения в период самоизоляции, их вполне устраивает больше, чем очная, т. к. ребята находятся дома вместе с членами своей семьи, не нужно тратить время и деньги на дорогу в вуз, возможность повторно посмотреть запись вебинара, хотя выполнять приходится большой объем заданий, но при этом больше возможности получить зачет и экзамен «автоматом» и др. 44,6 % (157 чел.) опрошенных студентов отмечают увеличение учебной нагрузки в условиях онлайн-обучения и связывают это с большим количеством материалов для самоподготовки. При этом у 58,2 % (205 чел.) респондентов появилось больше времени на сон.

У 12,2 % (43 чел.) обучающихся возникли проблемы из-за недостаточных знаний в области использования информационных технологии (подключить и настроить интернет в условиях сельской местности, отсутствие знаний пользования обучающими платформами и др.). Более трети студентов педагогического вуза, которые приняли участие в анкетировании – 37,5 % (132 чел.) в период самоизоляции и дистанционной форме обучения испытывают дискомфорт и состояние одиночества, старшекурсники переживают за процедуру сдачи государственных экзаменов и защиты выпускных квалификационных работ. В связи с тем, что правила обучения в вузе из-за непредсказуемости пандемии не известны (онлайн-формат обучения в новом учебном году, сроки начала занятий), т. е. неопределенность доводит студентов до мыслей об академическом отпуске (1,1 % (4 чел.)). Данное обстоятельство обусловлено отсутствием финансовой возможности оплатить высокоскоростной интернет, информационно-коммуникационных технологий (компьютер, ноутбук, планшет), низкой скоростью интернета (в сельской местности) и др.

По мнению большинства студентов – 51,7 % (182 чел.) считают, что повторная вспышка коронавирусной инфекции весьма вероятна после послабления ограничения и снятия карантинных мер. 16,2 % (57 чел.) считают, что коронавирусная инфекция не более опасна, чем любая другая, например куриный или свиной грипп, и когда снимут карантинные меры все люди постепенно переболеют данной инфекцией. 32,1 % (113 чел.) не задумывались пока об этом.

Более половины – 58,6 % (206 чел.) опрошенных студентов уверены, что после того, как карантинные меры будут сняты и вспышка коронавирусной инфекции будет уже не опасна, их жизнь изменится (планируют поездку на отдых, встречи с родственниками, прогулки на свежем воздухе, посещение развлекательных и спортивных комплексов и др.). 24,1 % (85 чел.) отмечают, что им вполне комфортно в кругу семьи и ничего в своей жизни менять не планируют, 17,3 % (61 чел.) не задумывались об этом.

### Заключение

Результаты, полученные в ходе социологического исследования, позволили нам сделать следующие логические и обоснованные выводы:

- до начала пандемии большинство студентов не испытывали тревогу заразиться различного рода инфекцией, вызывает чувство тревоги за свое здоровье и здоровье своих близких;

- вспышка коронавирусной инфекции у большинство студентов вызывает чувство тревоги за свое здоровье и здоровье своих близких, большинство из них соблюдают меры самоизоляции, но при этом они не регулярно следят за статистикой заболевших коронавирусной инфекцией в стране и в мире в целом;
- введенные карантинные меры повлияли на качество жизни и повседневную деятельность студентов; будущие педагоги в большей степени удовлетворены дистанционной формой обучения в период самоизоляции;
- студенты допускают возможность повторной вспышки коронавирусной инфекции после послабления ограничения и снятия карантинных мер;
- опрошенные студентов уверены, что после снятия карантинных мер, их жизнь изменится;
- результаты исследования свидетельствуют о необходимости разработки рекомендаций по снижению тревожности и/или страха в период самоизоляции, программы психолого-педагогического сопровождения личностного развития студентов в период самоизоляции.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. – М.: МПСИ, 2000. – 304 с.
2. Немов Р.С. Психология: Словарь справочник: В 2 ч. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 352 с.
3. Петровский А.В. Дети и тактика семейного воспитания. – М.: Знание, 1981. – 95 с.
4. Микляева А.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. – СПб.: Речь, 2006. – 128 с.
5. Астапов В.М. Тревожность у детей. – СПб: Питер Пресс, 2004. – 224 с.
6. Марцинковская Т.Д. Ваш тревожный ребенок. – М.: Издательский центр Вентана-Граф, 2005. – 32с.
7. Хилько О.В. Профилактика нарушения психологического здоровья обучающихся и педагогов: учебное пособие / О.В. Хилько, В.В. Долганина. – Ставрополь: АРГУС Ставропольского гос. аграрного ун-та, 2019. – 291 с.
8. Сергеева М.Г. Использование ЭОС вуза во время режима самоизоляции // Профессиональное образование и рынок труда. – 2020. – № 2. – С. 82–83.
9. Бугров А.С., Крепец И.В. Анализ результативности организации электронного обучения в системе среднего профессионального образования в период самоизоляции // Профессиональное образование и рынок труда. – 2020. – №2. – С. 55–57.
10. Валитова Ю.О., Бауэр В.С. Подготовка ВКР в условиях дистанционного обучения // Профессиональное образование и рынок труда. – 2020. – №2. – С. 62–63.
11. Солдатов С.С., Пивкина К.Р. Экономические последствия пандемии «COVID-19» для России // StudNet. – 2020. – №2. – С. 260–265.

12. Солдатов С.С., Солдатова В.В. Российский рынок труда в условиях нарастания экономического кризиса вследствие пандемии // StudNet. – 2020. – №2. – С. 424–429.
13. Есин П.А. Сценарий развития мирового рынка в условиях коронавирусного кризиса // Известия высших учебных заведений. Прикладная нелинейная динамика. – 2020. – Т. 28. – №2. – С. 158–167.
14. Касьянов В.В., Гафиатулина Н.Х, Самыгин С.И. Особенности и проблемы социального поведения в условиях режима самоизоляции российского населения // Гуманитарий Юга России. – 2020. – Том 9 (42). – №2. – С. 51–63.
15. Кравчук И.А. Сплоченность в условиях самоизоляции // StudNet. – 2020. – №3. – С. 115–120.
16. Михайлов А.А., Федулов В.И. Подходы к управлению персоналом в условиях удаленной занятости // Естественно-гуманитарные исследования. – 2020. – № 29 (3). – С. 222–226.
17. Кольцова И.В., Ишкова В.В. Особенности детско-родительских отношений в период самоизоляции от инфекции / Актуальные проблемы современной науки: взгляд молодых ученых. Материалы Международной научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов (Грозный, 29–30 мая 2020 г.). Материалы Круглого стола «Аксиологический кризис человеческого бытия: гуманизм – трансгуманизм – посттрансгуманизм». – Грозный: издательство Чеченского государственного университета, 2020. – С. 267–270.
18. Кекелидзе З.И., Положий Б.С., Бойко Е.О. и др. Суициды в период пандемической самоизоляции // Российский психиатрический журнал. – 2020. – №3. – С. 4–13.
19. Качурова Е.С. Виктимологическое предупреждение криминальной агрессии в семье при соблюдении режима самоизоляции // Пролог: журнал о праве / Prologue: Law Journal. – 2020. – № 2.

**Koltsova Irina Vladimirovna**

Stavropol state pedagogical institute, Stavropol, Russia

E-mail: [kycher-1979@mail.ru](mailto:kycher-1979@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8945-9368>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=926154](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=926154)

**Dolganina Vera Vasilevna**

Stavropol state pedagogical institute, Stavropol, Russia

E-mail: [Dolganina.78@mail.ru](mailto:Dolganina.78@mail.ru)

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=639703](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=639703)

## **Influence of the pandemic on the occurrence of anxiety among students of a pedagogical university**

**Abstract.** In the article, authors considered the “Uneasiness” category in psychological and psychophysiological terms. They also described main distinguishing features of stress and anxiety. Authors presented main forms of anxiety and the most striking psychological and physical symptoms. A wide range of different causes that make a human anxiety are noted. There are combination of innate nervous system functioning with exposure psychological and social factors. Authors emphasize that anxiety and concern are an actually problem in our days. The main disturbing news for humanity is possibility of poisoning of coronavirus infection. This worrying state of the population, in the view of the authors, is a reason of narrow thinking. This leads to long-term evaluation of measures taken by the state. The article also provides data on American Control and prevention of Disease Centers (CDC), where they are allocated the main components of stress conditions. There are reduced concentration of attention, exacerbation of chronic diseases, increased use of drugs, tobacco and other substances, because people are alarming. Authors described need about take care of your mental health. It is important that the mind prevails over feelings, but feelings are not suppressed by personality. Authors developed a questionnaire based on the issues. It allows to conduct a sociology survey to determine the population's attitude to dissemination of coronavirus infection and the influence of the media on the emergence of anxiety among of the students of the higher pedagogical institution. Authors presented qualitative and quantitative analysis based on the results of a questionnaire. They also noted, that before the pandemic began, many students were not worried about poisoning any infections. Quarantine measures affected their quality of their life and daily activities. Future educators liked distancing form of studying in self-isolation time. They allow the possibility of an outbreak of coronavirus infection after relaxing the restriction and removal of quarantine measures, their lives will change.

**Keywords:** pandemic; uneasiness; stress; the students of the higher pedagogical institution; frustration; psychological discomfort; quarantine measures; self-isolation; coronavirus infection