

ВОПРОСЫ ДИАГНОСТИКИ, ЛЕЧЕНИЯ И РЕАБИЛИТАЦИИ В ПСИХИАТРИИ

УДК 616.89-008.4+159.96+616.9:578.834.1-036.21]-053.7

Голоденко О.Н., Абрамов В.Ал.

ИССЛЕДОВАНИЕ СУБЪЕКТИВНЫХ КОГНИТИВНЫХ РЕПРЕЗЕНТАЦИЙ И ВЫРАЖЕННОСТИ ПОВСЕДНЕВНЫХ СТРЕССОРОВ ПРИ ПАНДЕМИИ COVID-19 У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА

Государственная образовательная организация высшего профессионального образования «Донецкий национальный медицинский университет имени М. Горького», Донецк, ДНР

Актуальность проблемы стресса вследствие коронавирусной инфекции COVID-19 в настоящее время обусловлена многочисленными факторами, вызванными пандемической ситуацией распространения. Для миллионов людей, заставшая врасплох необычайной силы эпидемия, обрушила привычный образ жизни, обесценила то, что считалось важным.

Предполагается, что на ранних стадиях стресса люди пытаются сражаться с продолжающимися стрессорами путем интенсивного вложения личных ресурсов, направленного на преодоление (копинг) разрушающего стресс-фактора. В случае дефицита ресурсов люди переключаются на защитное (пассивное) поведение для сохранения и восполнения своих персональных ресурсов проактивного преодоления стресса.

Пандемический стресс – это масштабная угроза существованию, распространяется значительно быстрее самого вируса, подготавливая для него благоприятную «почву» и повышая восприимчивость человека к возникновению инфекционного заболевания. Наиболее чутким индикатором пандемического стресса на начальных этапах его развития является уровень психической адаптации [1].

Для развития пандемического стресса важным фактором является состояние мотивационно-потребностной, эмоционально-волевой и когнитивной сфер личности, которое обуславливает субъективную, личностную значимость экстремальной ситуации, наличие готовности и возможности к ее преодолению, способность выбора рациональной стратегии поведения в этих условиях и т. д. [2].

Субъективное отношение к CoV-стрессору, зависящее от неповторимого индивидуального опыта, личностных особенностей, характера когнитивных процессов и психического состояния, представляет собой важный психологический механизм, определяющий особенности и уровень стресса.

Следовательно, анализ психологического стресса требует учета таких факторов, как значимость ситуации для субъекта, ее интенсивность и продолжительность, когнитивные процессы, личностные особенности [3].

На фоне большого количества исследований, посвященных стрессу и ресурсным возможностям, особенно актуальной эта проблема становится в отношении лиц молодого возраста. Учитывая недостаточный жизненный опыт, молодые люди чаще используют защитную стратегию в затруднительных ситуациях. Защитное поведение считается пассивным способом реагирования на стресс, в отличие от совладающего – активного. Совладающая и защитная позиции оказывают противоположное воздействие на субъективную оценку трудных жизненных ситуаций и, как следствие, качество жизни. У молодых людей, использующих защитную позицию при противостоянии длительному эмоциональному стрессу, значительно снижается успеваемость, нарушаются взаимоотношения с социумом, развивается страх потерпеть поражение и неуверенность в себе, развивается тревожность. Использование защитных стратегий способствует возникновению беспокойства, неудовлетворенности собой, результатом чего становится неудовлетворенность качеством жизни во всех сферах [4].

Исходя из этого, целью нашей работы явилось исследование субъективных когнитивных репрезентаций и выраженности повседневных стрессоров при пандемии COVID-19 у молодых людей, и выявление различия в зависимости от гендерной принадлежности и пандемической ситуации в мире.

Материал и методы исследования

Набор материала для настоящего исследования проводился в период сентябрь-декабрь 2020 года. В исследовании приняли участие 209 лиц молодого возраста, средний возраст составил 21 ± 4 года, мужчины – 54 человека (25,8%), женщины – 155 человек (74,2%). Для выявления различий проявления коронавирусного стресса в зависимости от пандемической ситуации в мире все респонденты были разделены на временные подгруппы обследования: сентябрь (81 человек – 38,8%), октябрь (52 человека – 24,9%), ноябрь (36 человек – 17,2%) и декабрь (40 человек – 19,1%).

В работе были использованы следующие психодиагностические методики: Шкала оценки трудности и неопределенности ситуации (ОТНС) [5] и Опросник повседневных стрессоров (ОПС) [6, 7].

Расчеты проводились с использованием лицензированных пакетов статистического анализа – «Statistica 5.5» (StatSoft), «MedStat» (Альфа) на IBM PC/AT. Для количественного анализа полученных в исследовании данных использовались статистические методы и Пакет анализа табличного процессора MS Excel.

Сравнение средних по параметрическому критерию t-Стьюдента и непараметрическому критерию Манна-Уитни дало одинаковые результаты.

Результаты исследования и их обсуждение

При заполнении обеих шкал всем респондентам было рекомендовано за стрессогенную ситуацию принимать CoV-стресс. В таблице 1 представлены общие результаты исследования по всей выборке, полученные с помощью шкалы ОТНС. Средние значения по большинству субшкал указывают на пониженную степень стрессогенности, а по субшкалам «степень вызова или несправедливости», «автономность ситуации» и общему «интегральному показателю» выявлена средняя степень стрессогенности. Полученные результаты свидетельствуют о средней степени угрозы COVID-19 ситуации, с субъективной когнитивной репрезентацией, выражающейся в снижении веры в позитивную изменчивость, со снижением ресурсных возможностей с обостренным чувством несправедливости.

В таблице 2 представлены средние показатели, и их процентное отношение к максимально возможной выраженности повседневных стрессоров (ПС). Ранговый анализ выявил наиболее насыщенные стрессогенными переживаниями факторы ПС: «Общее самочувствие» (14,4 баллов (28,8%), 1 ранг), «Работа-Дела» (28,2 баллов (28,2%), 2 ранг) и «Семейные проблемы» (16,0 баллов (26,7%), 3 ранг). Следовательно, за весь исследуемый

Таблица 1

Средние показатели стрессогенности ситуации COVID-19 по методике «Шкала оценки трудности и неопределенности ситуации» в общей выборке

№	Субшкалы ОТНС	М ± σ (n=209)
1.	Степень угрозы	2,9±1,6
2.	Степень утраты/потери	2,5±1,6
3.	Степень вызова или несправедливости	4,7±2,0
4.	Возможность контроля	3,1±1,7
5.	Сложность понимания и управления ситуацией	3,2±1,5
6.	Автономность ситуации	4,5±1,8
7.	Повторяемость	2,9±1,6
8.	Осведомленность (опыт)	2,9±1,6
9.	Интегральный показатель	3,9±0,9

Таблица 2

Средние показатели и ранговый анализ качественной оценки повседневных стрессоров в ситуации COVID-19 по методике «Опросник повседневных стрессоров» в общей выборке

№	Факторы ПС	М (%) (n=209)	Ранговый анализ
1.	Работа-Дела	28,2 (28,2)	2
2.	Взаимоотношение с окружающими	16,8 (18,7)	10
3.	Нарушение планов	10,7 (21,4)	6
4.	Финансы	15,1 (25,2)	4
5.	Планирование	11,4 (19,0)	9
6.	Семейные проблемы	16,0 (26,7)	3
7.	Окружающая действительность	10,4 (20,8)	7
8.	Самочувствие-Одиночество	11,8 (23,6)	5
9.	Общее самочувствие	14,4 (28,8)	1
10.	Конкуренция	9,8 (19,6)	8

период CoV-стресса повседневные стрессоры у лиц молодого возраста выражались в общем недомогании, связанном с физическим дискомфортом, озабоченностью внешним видом, огорчением по поводу информационной составляющей, тревожностью неопределенности; нехватке времени на отдых, большом количестве необходимых дел, помехами во время выполнения работы/учебы, необходи-

мости соблюдении сроком выполнения работы; проблемных ситуациях с родственниками, беспокойством за здоровье членов семьи, внутрисемейными ссорами.

Субъективная когнитивная репрезентация у женщин по отношению к CoV-стрессу находилась на более низком уровне, чем у мужчин. Об этом свидетельствуют показатели субшкал «степень угрозы» ($3,7 \pm 1,7$ балла), «слож-

Таблица 3

Средние показатели стрессогенности ситуации COVID-19 по методике «Шкала оценки трудности и неопределенности ситуации» в гендерных подгруппах

№	Субшкалы ОTHС	Гендерные подгруппы (n=209)		Достоверность различий между мужчинами и женщинами
		женщины М ± σ (n=155)	мужчины М ± σ (n=54)	
1.	Степень угрозы	3,7±1,7	2,3±1,5	p≤0,05
2.	Степень утраты/потери	2,6±1,6	2,4±1,7	-
3.	Степень вызова или несправедливости	4,8±2,0	4,2±2,1	p≤0,05
4.	Возможность контроля	3,2±1,8	3,0±1,7	-
5.	Сложность понимания и управления ситуацией	3,8±1,6	2,1±1,3	p≤0,05
6.	Автономность ситуации	4,6±1,8	4,0±1,9	p≤0,05
7.	Повторяемость	2,9±1,6	2,8±1,7	-
8.	Осведомленность (опыт)	2,9±1,6	2,7±1,7	-
9.	Интегральный показатель	3,6±0,8	3,0±1,0	p≤0,05

Средние показатели качественной оценки повседневных стрессоров в ситуации COVID-19 по методике «Опросник повседневных стрессоров» в гендерных подгруппах

№	Факторы ПС	Гендерные подгруппы (n=209)		Достоверность различий между мужчинами и женщинами
		женщины М (%) Ранг (n=155)	мужчины М (%) Ранг (n=54)	
1.	Работа-Дела	28,5 (28,5) 2	27,5 (27,5) 1	-
2.	Взаимоотношение с окружающими	17,6 (19,6) 9	14,5 (16,1) 10	p≤0,05
3.	Нарушение планов	10,6 (21,2) 7	10,8 (21,6) 5	-
4.	Финансы	15,4 (25,7) 4	14,4 (24,0) 3	-
5.	Планирование	11,4 (19,0) 10	11,2 (18,7) 7	-
6.	Семейные проблемы	16,5 (27,5) 3	14,3 (23,8) 4	p≤0,05
7.	Окружающая действительность	11,2 (22,4) 6	8,2 (16,4) 9	p≤0,05
8.	Самочувствие-Одиночество	12,6 (25,2) 5	9,5 (19,0) 6	p≤0,05
9.	Общее самочувствие	15,0 (30,0) 1	12,9 (25,8) 2	p≤0,05
10.	Конкуренция	10,0 (20,0) 8	9,3 (18,6) 8	-
11.	Общий показатель стрессоров	148,8(24,0)	132,7(21,4)	p≤0,05

ность понимания и управления ситуацией» ($3,8 \pm 1,6$ балла) и «интегральный показатель» ($3,6 \pm 0,8$ балла), их уровень стрессогенности имел среднюю степень выраженности. По субшкалам «степень вызова или несправедливости» ($4,8 \pm 2,0$ балла) и «автономность ситуации» ($4,6 \pm 1,8$ балла) данные указывают на повышенную степень стрессогенности. Следовательно, когнитивная оценка ситуации COVID-19 характеризуется средней степенью угрожающего характера, со снижением ресурсных возможностей в плане управления и контроля ситуации, с пониженной верой в позитивную изменчивость.

В подгруппе мужчин была выявлена средняя степень стрессогенности по субшкалам «степень вызова или несправедливости» и «автономность ситуации» ($4,2 \pm 2,1$ и $4,0 \pm 1,9$ баллов, соответственно). Что говорит о менее выраженной когнитивной оценке угрозы CoV-ситуации и ресурсного снижения автономности. Все различия в подгруппах подтверждались достоверностью ($p \leq 0,05$) (табл. 3).

Сравнение средних показателей стресса у молодых мужчин и женщин с применением однофакторного дисперсионного анализа

показало, что общий уровень переживаемого стресса достоверно выше у женщин, по сравнению с мужчинами ($p \leq 0,05$) (табл. 4). Изучение видов повседневных стрессоров у мужчин и женщин исследуемой выборки показало следующее. Наибольшая выраженность повседневного стресса наблюдается в сферах работы-учебы, финансов, семьи и самочувствия. Сравнительный анализ интенсивности стрессоров у мужчин и женщин выявил достоверные различия по большей части групп стрессоров (их уровень выше у женщин): отношений с окружающими, семейных, окружающей действительности, одиночества, самочувствия ($p \leq 0,05$). Можно отметить различия, связанные с полом: у женщин наиболее выражены стрессоры, касающиеся самочувствия (15,0 баллов (30,0%), 1 ранг), работы-учебы (28,5 баллов (28,5%), 2 ранг) и семьи (16,5 баллов (27,5%), 3 ранг), у мужчин – работы-учебы (27,5 баллов (27,5%), 1 ранг), самочувствия (12,9 баллов (25,8%), 2 ранг) и финансов (14,4 баллов (24,0%), 3 ранг).

Таким образом, наибольшей выраженностью повседневных стрессоров характеризовались молодые женщины. В отличие от молодых мужчин, им свойственна насыщенность

Средние показатели стрессогенности ситуации COVID-19 по методике «Шкала оценки трудности и неопределенности ситуации» во временных подгруппах

Субшкалы ОTHС	Временные подгруппы (n=209)			
	Сентябрь M ± σ (n=81)	Октябрь M ± σ (n=52)	Ноябрь M ± σ (n=36)	Декабрь M ± σ (n=40)
Степень угрозы	3,0±1,9*	2,3±1,4	2,5±1,6	2,3±1,4
Степень утраты/потери	2,7±1,7	2,4±1,6	2,5±1,5	2,5±1,5
Степень вызова или несправедливости	4,8±2,1*	4,4±2,1	3,9±1,7	4,8±1,9*
Возможность контроля	2,7±1,7	3,1±1,8	3,3±1,7*	3,9±1,8*
Сложность понимания и управления ситуацией	2,5±1,5	2,9±1,6*	2,8±1,1	3,1±1,7*
Автономность ситуации	4,2±2,1	4,1±1,7	4,4±1,7	4,5±1,6*
Повторяемость	2,7±1,8	3,0±1,4	3,1±1,3*	3,0±1,6
Осведомленность (опыт)	2,6±1,7	2,8±1,5	3,1±1,6*	3,3±1,6*
Интегральный показатель	3,1±0,9	3,2±0,8	3,2±1,0	3,4±0,9*

Примечание: * - отмечены высокие показатели с достоверностью различия между подгруппами ($p \leq 0,05$) (подробное описание в тексте).

ПС фактора «семейных проблем»: беспокойство за здоровье членов семьи, конфликты и ссоры с родственниками. Мужчин отличала насыщенность ПС фактора «финансы»: материальная неопределенность будущего, разочарование в получении денежных доходов, необходимость в непредвиденных расходах.

Исходя из того, что пандемическая ситуация стремительно менялась, вся выборка респондентов было разделена на временные подгруппы по месяцам. Как видно из таблицы 5, в сентябрьской подгруппе достоверно высокие показатели были выявлены только по двум субшкалам «степень угрозы» (3,0±1,9 балла) и «степень вызова или несправедливости» (4,8±2,1 балла) ($p \leq 0,05$). Что характеризует первичную когнитивную оценку угрожающего характера стрессогенной ситуации.

Подгруппа «октябрь» отличалась достоверностью с сентябрьской подгруппой показателем субшкалы «сложность понимания и управления ситуацией» (2,9±1,6 балла) ($p \leq 0,05$). Эти данные уже указывают на понижение ресурсных возможностей.

Ноябрьская подгруппа характеризовалась появлением трех субшкал с показателями достоверно превышающими показатели

предыдущих месяцев: «возможность контроля», «повторяемость» и «осведомленность» (3,3±1,7; 3,1±1,3; 3,1±1,6 балла, соответственно) ($p \leq 0,05$). Все эти субшкалы относятся к вторичной когнитивной оценке ситуации, т.е. понижению ресурсных возможностей.

Показатели декабрьской подгруппы значительно отличались от предыдущих, ее показатели по шести субшкалам были самыми достоверно высокими: «степень вызова или несправедливости» (4,8±1,9 балла), «возможность контроля» (3,9±1,8 балла), «сложность понимания и управления ситуацией» (3,1±1,7; 3,1±1,7 балла), «автономность ситуации» (4,5±1,6 балла), «осведомленность (опыт)» (3,3±1,6 балла) и «интегральный показатель» (3,4±0,9 балла). В этой подгруппе уже наблюдался повышенный уровень стрессогенности, причем, практически все показатели указывали на понижение ресурсных возможностей.

Динамика выраженности повседневных стрессов за период проводимого исследования представлена в таблице 6. Наибольшая насыщенность стрессорами повседневной жизни наблюдалась в октябре (160,8 баллов (25,9%)), общий показатель стрессоров до-

Средние показатели качественной оценки повседневных стрессоров в ситуации COVID-19 по методике «Опросник повседневных стрессоров» во временных подгруппах

Факторы ПС	Временные подгруппы (n=209)			
	Сентябрь М(%)Ранг (n=81)	Октябрь М(%)Ранг (n=52)	Ноябрь М(%)Ранг (n=36)	Декабрь М(%)Ранг (n=40)
Работа-Дела	27,3(27,3)1	30,5(30,5)2*	25,9(25,9)3	29,3(29,3)2
Взаимоотношение с окружающими	14,5(16,1)9	19,3(21,4)9	20,6(22,9)7*	14,7(16,3)10
Нарушение планов	9,8(19,6)6	10,1(20,2)10	11,9(23,8)6*	11,9(23,8)5*
Финансы	15,2(25,3)2	15,8(26,3)5*	15,5(25,8)4	13,8(23,0)6
Планирование	11,2(18,7)7	13,1(21,8)8*	10,3(17,2)10	10,5(17,5)9
Семейные проблемы	13,8(23,0)4	18,2(30,3)3*	16,4(27,3)2	17,1(28,5)3
Окружающая действительность	8,8(17,6)8	13,4(26,8)4*	10,6(21,2)9	9,9(19,8)8
Самочувствие-Одиночество	10,7(21,4)5	13,0(26,0)6*	12,3(24,6)5	12,0(24,0)4
Общее самочувствие	12,1(24,2)3	15,7(31,4)1	15,3(30,6)1	16,8(33,6)1*
Конкуренция	7,7(15,4)10	11,7(23,4)7*	11,4(22,8)8*	10,4(20,8)7
Общий показатель стрессоров	131,1(21,2)	160,8(25,9)*	150,2(24,2)*	146,2(23,6)

Примечание: * - отмечены высокие показатели с достоверностью различия между подгруппами ($p \leq 0,05$) (подробное описание в тексте).

статистически выше по сравнению с остальными временными подгруппами ($p \leq 0,05$). Вероятно, это связано с тем, что с конца сентября наблюдался резкий скачок заболевших коронавирусом, люди столкнулись с этим заболеванием непосредственно (в семьях, среди знакомых), информация поступала неопределенная и угрожающая. В октябрьский период можно наблюдать достоверно высокие показатели практически по всем факторам ПС ($p \leq 0,05$). Особенно насыщенными ПС стали сферы жизни: самочувствие (15,7 баллов (31,4%) 1 ранг), работа-дела (30,5 баллов (30,5%) 2 ранг) и семья (18,2 баллов (30,3%) 3 ранг).

В ноябре общий показатель стрессоров несколько снизился (150,2 баллов (24,2%)), но имел достоверную разницу только с сентябрьской подгруппой ($p \leq 0,05$). В этот период выраженность ПС наблюдалась в тех же сферах жизни, как и в октябре: самочувствие (15,3 баллов (30,6%) 1 ранг), семья (16,4 баллов (27,3%) 2 ранг) и работа-дела (25,9 баллов (25,9%) 3 ранг). В этом месяце семейные

проблемы приобретают большую стрессогенность, чем профессиональная сфера жизни.

К декабрю, несмотря на то, что заболеваемость COVID-19 продолжала увеличиваться, показатели выраженности ПС снижаются до достоверно низких, по сравнению с октябрем и ноябрем (146,2 баллов (23,6%)). Вероятно, это стало следствием защитного (пассивного) способа реагирования, учитывая понижение ресурсных возможностей в декабре. В этот период на первое и достоверное ($p \leq 0,05$) место по выраженности ПС вышла сфера общего самочувствия (16,8 баллов (33,6%) 1 ранг), профессиональная (29,3 баллов (29,3%) 2 ранг) и семейная (17,1 баллов (28,5%) 3 ранг) сферы сохраняли свою преобладаемость и в октябре, и ноябре.

Сентябрьская подгруппа молодых людей отличалась самым низким общим показателем ПС (131,1 баллов (21,2%)), он был достоверно ниже октябрьских и ноябрьских показателей ПС ($p \leq 0,05$). Ранговый анализ факторов ПС имеет существенные различия

по сравнению с остальными подгруппами. В сентябре самая высокая насыщенность повседневными стрессорами наблюдалась в профессиональной сфере жизни (27,3 баллов (27,3%) 1 ранг), также выраженную стрессовую окраску имели финансовая сфера (15,2 баллов (25,3%) 2 ранг), и сфера общего самочувствия (12,1 баллов (24,2%) 3 ранг).

Результаты сентябрьской подгруппы приближены к результатам других исследований, проводимых до пандемии COVID-19 [8], этот период можно обозначить «повседневный». Эти данные подтверждаются начальным этапом пандемической ситуации в мире осенью 2020 года.

Таким образом, можно сделать вывод, что затянувшаяся пандемия с ее неопределенностью и угрозой для жизни, с информационной составляющей снижает ресурсные возможности лиц молодого возраста, что мешает справляться со стрессогенной ситуацией, потерей надежды на ее изменение, с ощущением неконтролируемости ситуации и снижением адаптационных возможностей. Особенно трудности в субъективной когни-

тивной репрезентации испытывают молодые женщины, их когнитивная оценка ситуации COVID-19 характеризуется средней степенью угрожающего характера, со снижением ресурсных возможностей в плане управления и контроля ситуации, с пониженной верой в позитивную изменчивость и склонностью к защитному (пассивному) способу реагирования на пандемическую стрессовую ситуацию.

Особые трудности, в плане выраженности повседневных стрессоров, у лиц молодого возраста возникали в сферах профессиональной деятельности/учебы, общего самочувствия и семьи. Повседневные стрессоры характеризовались общим недомоганием, связанным с физическим дискомфортом, озабоченностью внешним видом, огорчением по поводу информационной составляющей, тревожностью неопределенности; нехваткой времени на отдых, большим количеством необходимых дел, помехами во время выполнения работы/учебы, необходимостью соблюдения сроков выполняемой работы; проблемными ситуациями с родственниками, беспокойством за здоровье членов семьи, внутрисемейными ссорами.

Голоденко О.Н., Абрамов В.Ал.

ИССЛЕДОВАНИЕ СУБЪЕКТИВНЫХ КОГНИТИВНЫХ РЕПРЕЗЕНТАЦИЙ И ВЫРАЖЕННОСТИ ПОВСЕДНЕВНЫХ СТРЕССОРОВ ПРИ ПАНДЕМИИ COVID-19 У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА

Государственная образовательная организация высшего профессионального образования «Донецкий национальный медицинский университет имени М. Горького», Донецк, ДНР

В ситуации пандемии COVID-19 лица молодого возраста, так же, как и взрослые подвержены влиянию экстремального психологического стресса, но, несмотря на достаточно высокую распространенность непсихотических расстройств в молодом возрасте, эта проблема остается недостаточно изученной. Целью работы явилось исследование субъективных когнитивных репрезентаций и выраженности повседневных стрессоров при пандемии COVID-19 у молодых людей, и выявление различия в зависимости от гендерной принадлежности и пандемической ситуации в мире.

Материал и методы исследования. Набор материала для настоящего исследования проводился в период сентябрь-декабрь 2021 года. В исследовании приняли участие 209 лиц молодого возраста. Для выявления различий проявления коронавирусного стресс в зависимости от пандемической ситуации в мире все респонденты были разделены на временные подгруппы. В работе были использованы психодиагностические методики: Шкала оценки трудности и неопределенности ситуации и Опросник повседневных стрессоров.

Результаты исследований и их обсуждение. Наибольшей выраженностью повседневных стрессоров характеризовались молодые женщины. В отличие от молодых мужчин, им свойственен насыщенность фактор «семейных проблем» повседневных стрессоров. Мужчины отличались насыщенностью фактора «финансы» повседневных стрессоров.

Наибольшая насыщенность стрессорами повседневной жизни наблюдалась в октябре. Вероятно, это связано с тем, что с конца сентября наблюдался резкий скачок заболевших коронавирусом, люди столкнулись с этим заболеванием непосредственно (в семьях, среди знакомых), информация поступала неопределенная и угрожающая. Особенно насыщенными факторами повседневных стрессоров стали сферы жизни.

В ноябре общий показатель стрессоров несколько снизился, но имел достоверную разницу только с сентябрьской подгруппой. В этом месяце семейные проблемы приобрели большую стрессогенность, чем профессиональная сфера жизни.

К декабрю, хоть и заболеваемость COVID-19 продолжала увеличиваться, показатели выраженности повседневных стрессоров снижались до достоверно низких по сравнению с октябрём и ноябрем. Вероятно, это стало следствием защитного (пассивного) способа реагирования, учитывая понижение ресурсных возможностей в декабре.

Сентябрьская подгруппа молодых людей отличалась самым низким общим показателем. Результаты сентябрьской подгруппы приближены к результатам других исследований, проводимых до пандемии COVID-19, этот период можно обозначить «повседневный».

Затянувшаяся пандемия с ее неопределенностью и угрозой для жизни, с информационной составляющей, снижает ресурсные возможности лиц молодого возраста, что мешает справляться со стрессогенной ситуацией, потерей надежды на ее изменение, с ощущением неконтролируемости ситуации, и снижением адаптационных возможностей. Особенно трудности в субъективной когнитивной репрезентации испытывают молодые женщины, их когнитивная оценка ситуации COVID-19 характеризуется средней степенью угрожающего характера, со снижением ресурсных возможностей в плане управления и контроля ситуации, с пониженной верой в позитивную изменчивость и склонностью к защитному (пассивному) способу реагирования на пандемическую стрессовую ситуацию.

Особые трудности, в плане выраженности повседневных стрессоров, у лиц молодого возраста возникали в сферах профессиональной деятельности/учебы, общего самочувствия и семьи.

Ключевые слова: COVID-19, лица молодого возраста, субъективные когнитивные репрезентации, выраженность повседневных стрессоров

Golodenko O.N., Abramov V.A.I.

A STUDY OF SUBJECTIVE COGNITIVE REPRESENTATIONS AND EXPRESSION OF EVERYDAY STRESSORS DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN YOUNG AGE

State educational institution of higher professional education

«M. Gorky Donetsk national medical university», Donetsk, DPR

In the context of the COVID-19 pandemic, young people, just like adults, are affected by extreme psychological stress, but despite the rather high prevalence of non-psychotic disorders at a young age, this problem remains insufficiently studied. The aim of the work was to study subjective cognitive representations and the severity of everyday stressors during the COVID-19 pandemic in young people, and to identify differences depending on gender and the pandemic situation in the world.

Material and Methods. The material for this study was collected in the period September-December 2020. The study involved 209 young people. To identify differences in the manifestation of coronavirus stress depending on the pandemic situation in the world, all respondents were divided into temporary subgroups. Psychodiagnostic methods were used in the work: the Scale for assessing the difficulty and uncertainty of the situation and the Questionnaire of everyday stressors.

Research results and discussion. Young women were characterized by the greatest severity of everyday stressors. Unlike young men, they are characterized by the saturation of everyday stressors, the factor of «family problems». Men were distinguished by the saturation of everyday stressors with the «finance» factor. The greatest saturation with stressors of everyday life was observed in October. This is probably due to the fact that since the end of September there has been a sharp jump in cases of coronavirus, people have come across this disease directly (in families, among friends), information has been vague and threatening. Spheres of life have become especially saturated with everyday stressors.

In November, the overall indicator of stressors slightly decreased, but had a significant difference only with the September subgroup. This month, family problems become more stressful than the professional sphere of life. By December, although the incidence of COVID-19 continued to increase, the severity of everyday stressors decreased to significantly lower levels compared to October and November. Probably, this was the result of a protective (passive) way of responding, taking into account the decrease in resource capabilities in December. The September subgroup of young people had the lowest overall score. The results of the September subgroup are close to the results of other studies conducted before the COVID-19 pandemic, this period can be called «everyday».

A protracted pandemic with its uncertainty and threat to life, with an informational component, reduces the resource capabilities of young people, which makes it difficult to cope with a stressful situation, loss of hope for its change, with a sense of uncontrollability of the situation, and a decrease in adaptive capabilities. Young women experience especially difficulties in subjective cognitive representation, their cognitive assessment of the COVID-19 situation is characterized by a medium degree of threatening nature, with a decrease in resource capabilities in terms of managing and controlling the situation, with reduced faith in positive variability and a tendency to a protective (passive) way of responding to pandemic stress.

Particular difficulties, in terms of the severity of everyday stressors, among young people arose in the areas of professional activity/study, general well-being and family.

Keywords: sCOVID-19, young people, subjective cognitive representations, severity of everyday stressors

Литература

1. Абрамов В.А. Коронавирусный стресс: риски для психического здоровья человека. Журнал психиатрии и медицинской психологии. 2020; 3 (51): 4-15.
2. Ожерельева Т.А. Когнитивная репрезентация. Информационные технологии в науке, образовании и управлении. 2019. 3: 9-17.
3. Мельникова М.Л. Психология стресса: теория и практика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. Урал. гос. пед. ун-т; науч. ред. Л.А. Максимова. Электрон. дан. Екатеринбург: [б. и.]; 2018. URL: elar.uspu.ru/uch00293.pdf (дата обращения: 12.08.2020).
4. Либина А.В. Совладающий Интеллект: успешное разрешение сложных жизненных ситуаций. М.: ЭКСМО; 2008. URL: <https://e-libra.ru/read/402833-sovladayushchiy-intellekt-chelovek-v-slozhnoy-zhiznennoy-situacii.html> (дата обращения: 27.11.2019)
5. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер; 2009. 336.
6. Maybery D.J., Graham D. Hassles and uplifts: including interpersonal events. Stress and health. 2001; 17 (2): 91–104.
7. Савеньшева С.С., Головей Л.А., Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю. Самоактуализация, психологическое благополучие и повседневный стресс в период взрослости. Вестник Кемеровского государственного университета. 2019; 21(1): 130-140.
8. Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю., Головей Л.А., Савеньшева С.С. Опросник повседневных стрессоров. Психологическое исследование. 2018; 11(57): 5.

References

1. Abramov V.A. Koronavirusnyi stress: riski dlya psikhicheskogo zdorov'ya cheloveka [Coronavirus stress: mental health risks]. Zhurnal psikhiatrii i meditsinskoj psikhologii. 2020; 3 (51): 4-15 (in Russian).
2. Ozherel'eva T.A. Kognitivnaya reprezentatsiya [Cognitive representation]. Informatsionnye tekhnologii v nauke, obrazovanii i upravlenii. 2019. 3: 9-17 (in Russian).
3. Mel'nikova M.L. Psikhologiya stressa: teoriya i praktika [Elektronnyi resurs]: uchebno-metodicheskoe posobie [Psychology of stress: theory and practice [Electronic resource]: teaching aid]. Ural. gos. ped. un-t; nauch. red. L.A. Maksimova. Elektron. dan. Ekaterinburg: [b. i.]; 2018. Available at: elar.uspu.ru/uch00293.pdf (accessed: 12.08.2020) (in Russian).
4. Libina A.V. Sovladayushchii Intellekt: uspeshnoe razreshenie slozhnykh zhiznennykh situatsii [Cooperating Intellect: successful resolution of difficult life situations]. Moscow: EKSMO; 2008. Available at: <https://e-libra.ru/read/402833-sovladayushchiy-intellekt-chelovek-v-slozhnoy-zhiznennoy-situacii.html> (accessed: 27.11.2019) (in Russian).
5. Vodop'yanova N.E. Psikhodiagnostika stressa [Psychodiagnosics of stress]. Saint Petersburg: Piter; 2009. 336 (in Russian).
6. Maybery D.J., Graham D. Hassles and uplifts: including interpersonal events. Stress and health. 2001; 17 (2): 91–104.
7. Savenysheva S.S., Golovei L.A., Petrash M.D., Strizhitskaya O.Yu. Samoaktualizatsiya,

psikhologicheskoe blagopoluchie i povsednevnyi stress v period vzroslosti [Self-actualization, psychological well-being and everyday stress in adulthood]. Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta. 2019; 21(1): 130-140 (in Russian).

8. Petrash M.D., Strizhitskaya O.Yu., Golovei L.A., Savenysheva S.S. Oprosnik povsednevnykh stressorov [Questionnaire of everyday stressors]. Psikhologicheskoe issledovanie. 2018; 11(57): 5 (in Russian).

Поступила в редакцию 25.06.2021