
Аксиологическая и личностно-ориентированная основа сотрудничества и взаимодействия субъектов образовательной среды

Axiological and Personality-Oriented Basis for Cooperation and Interaction of Subjects of the Educational Environment

Влияние переходов на дистанционную и очную формы обучения в период пандемии на психологическое состояние студентов колледжа

Красноборова В.С.

Свердловское музыкальное училище им. П.И. Чайковского (колледж) (ГБПОУ СО «Свердловское музыкальное училище им. П.И. Чайковского (колледж)»), г. Екатеринбург, Российская Федерация

ORCID <https://orcid.org/0000-0001-8742-1155>, e-mail: Krasnoborovavar@yandex.ru

Работа направлена на анализ психологического состояния студентов музыкального училища в связи с несколькими переходами на очное и дистанционное обучение в период пандемии COVID-19 в течение 2020/2021 учебного года. В исследовании приняли участие 95 студентов, обратившихся за индивидуальной психологической помощью к педагог-психологу училища. Всего за учебный год проведено 302 психологические консультации. В рамках настоящего исследования предполагается, что напряженная эпидемиологическая ситуация и постоянные изменения в формате обучения могут ухудшить психологическое состояние студентов. Был произведен анализ количества консультаций в каждый месяц учебного года и сопоставлены эти данные с переходом к той или иной форме обучения. Также определены наиболее популярные темы психологических консультаций в каждый месяц учебного года.

Ключевые слова: пандемия, COVID-19, психологическая консультация, педагог-психолог, дистанционное обучение.

Для цитаты: Красноборова В.С. Влияние переходов на дистанционную и очную формы обучения в период пандемии на психологическое состояние студентов колледжа [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2021. Том 18. № 2. С. 82–89. DOI:10.17759/bppe.2021180209

The Impact of Transitions to Distance and Full-Time Education during a Pandemic on the Psychological Condition of College Students

Varvara S. Krasnoborova

College of Music of the Sverdlovsk region n.a. P.I. Tchaikovsky, Ekaterinburg, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8742-1155>, e-mail: krasnoborovavar@yandex.ru

The work is aimed at analyzing the psychological state in the students of the college of music in connection with several transitions to full-time and distance learning during the COVID-19 pandemic during the 2020-2021 academic year. The study involved 95 students who applied for individual psychological help from a teacher-psychologist of the school. A total of 302 psychological consultations were conducted during the academic year. Within the framework of this study, it is assumed that the tense epidemiological situation and constant changes in the training format can worsen the psychological state of students. The analysis of the number of consultations in each month of the academic year was carried out and these data were compared with the transition to a particular form of education. The most popular topics of psychological consultations in each month of the academic year are also identified.

Keywords: *pandemic, COVID-19, psychological consultation, teacher-psychologist, distance learning.*

For citation: Krasnoborova V.S. The Impact of Transitions to Distance and Full-Time Education during a Pandemic on the Psychological Condition of College Students. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2021. Vol. 18, no. 2, pp. 82–89. DOI:10.17759/bppe.2021180209 (In Russ.).

Введение

Большинство современных исследований исходит из предположения, что ситуация пандемии COVID-19 является стрессогенной. Само заболевание коронавирусом потенциально смертельно, что может вызывать у людей страх за собственную жизнь. Герасимова А.А. [2] отмечает, что в марте 2020 года в 2,5 раза увеличилось количество обращений на телефон доверия с тревожными состояниями. Рост тревожности и депрессии в период пандемии показывают и зарубежные авторы [5].

Ениколопов С.Н. и соавт. [3] показали в своем исследовании, что возрастает необходимость в помощи специалистов по контейнированию аффекта. Авторы видят предпосылки ухудшения психического здоровья населения при пролонгировании воздействия пандемии. Как мы видим из настоящей ситуации (июнь 2021), заболеваемость коронавирусом в некоторых регионах России продолжает расти, также вводятся новые ограничения на массовые мероприятия.

Ермолова Т.В. обращает особое внимание на то, что учащаяся молодежь в период пандемии COVID-19 не является группой риска, и многие исследования не сосредоточивали свое внимание на данной возрастной группе. Но именно учащиеся «должны быть охвачены долгосрочным мониторингом психического и нервно-психического статуса наряду с академическими показателями эффективности обучения», потому что эффект влияния пандемии на психическое здоровье подростков может быть отсрочен и сработает в будущем [цит. по 4, с. 87].

Весной 2020 года все студенты и школьники России, как и обучающиеся во многих других странах, были вынуждены резко перейти на дистанционную форму обучения. При этом в обзоре «Молодежь и COVID-19: воздействие на занятость, образование, права и ментальное благополучие» [6] о молодежи в 112 странах указано, что «13% молодых людей 18–29 лет оказались совершенно не подготовленными к быстрому переходу на дистанционное обучение, а 51% ожидают затруднений в обучении» [цит. по 4, с. 82].

Цель настоящего исследования — мониторинг психологического состояния студентов в течение 2020/2021 учебного года в связи с несколькими переходами на дистанционную и очную форму обучения в период пандемии COVID-19. Исследование проводилось в рамках психолого-педагогического сопровождения обучающихся в ГБПОУ СО «Свердловское музыкальное училище им. П.И. Чайковского (колледж)», г. Екатеринбург. В нем приняли участие 95 студентов, которые обращались за индивидуальной психологической помощью к педагогу-психологу училища, что составляет 27% от общего числа студентов колледжа. Всего в течение учебного года проведено 302 консультации.

Гипотеза исследования: напряженная эпидемиологическая ситуация и постоянные изменения в формате обучения могут ухудшить психологическое состояние студентов.

Задачи исследования:

- отследить динамику изменения количества обращений за психологической консультацией в период пандемии;
- проанализировать тематику консультаций в разные месяцы обучения.

Результаты исследования

Предыдущий учебный год (2019/2020) студенты заканчивали обучение в дистанционной форме. Затем произошло некоторое ослабление ситуации пандемии по сравнению с весной 2020, и после летних каникул в сентябре 2021 студенты приступили к обучению очно. Но эпидемиологическая ситуация в Свердловской области и в самом училище постепенно ухудшилась. Поэтому в октябре 2020 обучающиеся вернулись на дистанционное обучение. То есть с перерывом на сентябрь с весны 2020 до февраля 2021 обучение происходило в удаленном режиме. Окончательное возвращение к очному формату произошло в феврале 2021 года.

Как видно из табл. 1, переход второй раз на дистанционное обучение в октябре 2020 значимо не повлиял на количество обращений к педагогу-психологу училища. Из чего можно сделать вывод, что студенты уже адаптировались к такой форме обучения и без особых проблем снова вернулись к ней. В декабре прошла зачетная неделя и сессия, что традиционно поднимает тревожность обучающихся, поэтому логично, что несколько увеличилось количество обращений за психологической помощью в этом месяце.

Самый напряженный месяц данного учебного года — март 2020. В этот период в музыкальном училище проходила полусеместровая аттестация, то есть зачетные мероприятия, по результатам которых оценивается текущая успеваемость. Эта аттестация никак не влияет на стипендию и не служит поводом для отчисления из колледжа. Но, тем не менее, субъективно студенты отмечали, что она дается им тяжелее, чем сессия. Само возвращение к очному обучению не изменило психологического состояния студентов в феврале 2021, тогда как **зачетные мероприятия**

(пусть даже промежуточные и ни на что не влияющие) стали сильным стрессогенным фактором. Возможно, очные формы проверки знаний оказались для ребят значительно труднее, чем дистанционные.

Табл. 1. Количество консультаций педагога-психолога в каждый месяц 2020/2021 учебного года

Месяц уч.г.	Количество консультаций	% от общего числа за год	Смена формы обучения и зачетные мероприятия
Сентябрь	18	6,0%	Начало учебного года в очной форме
Октябрь	20	6,6%	Переход на дистанционное обучение
Ноябрь	22	7,3%	
Декабрь	33	10,9%	Сессия в дистанционной форме
Январь	12	4,0%	10 дней каникулы
Февраль	25	8,3%	Возвращение к очной форме обучения
Март	62	20,5%	Проведение промежуточной аттестации в очной форме
Апрель	46	15,2%	
Май	33	10,9%	
Июнь	31	10,3%	Зачетная неделя и сессия. Государственная итоговая аттестация выпускников
Итого	302	100%	

Для качественного анализа содержания психологических консультаций применялась классификация запросов, похожая на ту, что используется на телефоне доверия [1; 2].

Табл. 2. Темы психологических консультаций студентов колледжа

Тема психологической консультации	Всего за год	%
Учебные проблемы	96	31,8%
Проблемы принятия себя, самооценка	49	16,2%
Семейная проблематика	38	12,6%
Взаимоотношения полов	34	11,3%
Проблемы социальной адаптации	23	7,6%
Отношения со сверстниками	20	6,6%
Проблемы здоровья, в том числе депрессия и тревожность	17	5,6%
Антивитальное переживание, суицидальное поведение	10	3,3%
Проблемы сексуальной сферы	7	2,3%
Травматические ситуации	4	1,3%
Употребление ПАВ и зависимости	4	1,3%
Итого:	302	100%

Как видно из табл. 2, **самые популярные темы психологических консультаций студентов колледжа: учебные проблемы, принятие себя и самооценка, семейная проблематика и взаимоотношения полов.**

Темы «проблемы принятия себя, самооценка» и «учебные проблемы» очень трудно разграничить из-за специфики обучения музыкальным специальностям. Трудности в обучении музыкантов тесно связаны с вопросами собственного таланта и актуализируют проблемы неустойчивой самооценки. Данная группа тем лидирует по количеству среди всех прочих в течение всего учебного года.

Распределение количества индивидуальных встреч с психологом по месяцам учебного года видно из табл. 3. Для удобства восприятия ячейки со значением 0 оставлены пустыми.

Табл. 3. Распределение разных тем психологических консультаций по месяцам 2020-2021 учебного года

Тема психологической консультации	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Учебные проблемы	6	2	6	6	1	4	18	18	16	19
Проблемы принятия себя, самооценка	4	6	5	8	2	6	3	9	4	2
Семейная проблематика		4		5	3	6	8	7	3	2
Взаимоотношения полов	1	2	4	5	5	4	8		3	2
Проблемы социальной адаптации	2	1		2		3	5	3	5	2
Отношения со сверстниками	4	1	1	4		2	4	3		1
Проблемы здоровья, в том числе возможное депрессивное и/или тревожное расстройство		1	2				7	4	1	2
Антивитальное переживание, суицидальное поведение			1	2			6			1
Проблемы сексуальной сферы		1	2				2	1	1	
Травматические ситуации	1	1	1		1					
Употребление ПАВ и зависимости		1		1			1	1		

В марте произошло резкое увеличение количества консультаций, посвященных учебным трудностям. Ослабления переживаний относительно обучения не произошло до конца 2020/2021 учебного года.

Но учебные трудности не единственная тема, частота обращений с которой резко выросла весной 2021 года. **В марте актуализировались практически все темы. Так 6 из 10 консультаций по теме «Антивитальное переживание и суицидальное поведение» приходится также на март.**

Теме **«Проблемы здоровья, в том числе возможное депрессивное и/или тревожное расстройство»** посвящены единичные консультации в октябре (1) и ноябре (2), тогда как в **марте таких консультаций было уже 7**, а в апреле 4. Это были встречи с психологом, посвященные физическому состоянию и психическому здоровью. По результатам данных консультаций

выдавались рекомендации педагога-психолога о необходимости обследоваться у профильного специалиста и/или психиатра для уточнения диагноза. В нескольких случаях предположение о депрессивном или тревожном расстройстве подтверждалось и психиатром назначалось лечение. В рамках работы педагога-психолога училища практически не поднимались вопросы переживаний относительно COVID-19.

Можно предположить, что в марте сработал кумулятивный эффект: стресс от учебных трудностей наложился на другие сложности в жизни студентов и обострил их.

Выводы

1. Стрессовым фактором для студентов музыкального училища стало возвращение на обычный очный формат обучения после длительного периода дистанционного обучения.

2. Очные зачетные мероприятия значительно усилили переживания обучающихся. Возможно, дистанционные сессии и полусеместровые аттестации были более простыми, чем таковые на очном обучении.

3. Самым субъективно трудным месяцем для студентов стал март 2021, то есть через месяц после возобновления очного обучения обострились не только трудности обучения (из-за полусеместровой аттестации), но и актуализировались сложности практически во всех сферах жизни обучающихся: семейная проблематика, взаимоотношения полов и др.

4. Наибольшее количество консультаций, посвященных суицидальным намерениям, приходится также на март 2021 года.

5. Вопросы физического и психического здоровья чаще обсуждались на консультациях весной 2021 года, уже после возвращения к обычной для училища очной форме обучения. В следующем учебном году будет возможно сопоставить данные и определить, что является причиной увеличения запросов на данную тему именно весной — пандемия, смена формата обучения или такая сезонность типична для студентов из года в год.

Заключение

Необходимо продолжение исследования тематик психологических консультаций и динамики их количества в следующем учебном году, чтобы отследить, адаптировались ли студенты обратно к режиму очного обучения.

Ситуация пандемии на июнь 2021 никак не разрешилась. Периодически нарастает напряженность из-за уровня заболевших, также снова вводятся ограничения, похожие на те, что были в период тотального локдауна весной 2020. Поэтому необходимо постоянно мониторить психологическое состояние учащейся молодежи и обеспечивать доступность психологической помощи, в том числе и в образовательных учреждениях.

В качестве отдельного направления работы педагога-психолога образовательного учреждения выделяется профилактика суицидоопасного поведения. Поэтому необходимо уделять особое внимание теме антивитального переживания в периоды аттестаций, сессий и переходов на другую форму обучения из-за пандемии (дистант или возвращение с него).

Литература

1. Гаязова Л.А., Вихристюк О.В. Особенности запросов на дистанционную психологическую помощь в период самоизоляции (COVID-19) [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2020. Том 17. № 2. С. 118–129. DOI:10.17759/bppe.2020170211

2. Герасимова А.А. Анализ обращаемости на телефон неотложной психологической помощи в период пандемии и до нее // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Том 28. № 2. С. 109–119. DOI:10.17759/cpp.20202802062020170211
3. Ениколопов С.Н. [и др.]. Динамика психологических реакций на начальном этапе пандемии COVID-19 [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2020. Том 12. № 2. С. 108–126. DOI:10.17759/psyedu.2020120207
4. Ермолова Т.В. [и др.]. Covid-19 и психическое здоровье учащихся: зарубежные исследования [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2021. Том 10. № 1. С. 79–91. DOI:10.17759/jmfp.2021100108
5. Кочетова Ю.А., Климакова М.В. Исследования психического состояния людей в условиях пандемии COVID-19 [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2021. Том 10. № 1. С. 48–56. DOI:10.17759/jmfp.2021100105
6. Gonzalez Puerto et al. Youth and COVID-19: impacts on jobs, education, rights and mental well-being: survey report 2020 [Электронный ресурс]. Geneva, Switzerland: ILO, 2020. 55 p. URL: https://www.youthforum.org/sites/default/files/publication-pdfs/Youth-and-COVID-19-Survey-Report_English.pdf (дата обращения: 29.06.2021).

References

1. Gayazova L.A., Vikhristyuk O.V. Osobennosti zaprosov na distantsionnyuyu psikhologicheskuyu pomoshch' v period samoizolyatsii (COVID-19) = Peculiarities of Requests for Distance Psychological Assistance During the Period of Self-Isolation (COVID-19) [Elektronnyi resurs]. *Vestnik prakticheskoy psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2020, Vol. 17, no. 2, pp. 118–129. DOI:10.17759/bppe.2020170211 (In Russ.).
2. Gerasimova A.A. Analiz obrashchayemosti na telefon neotlozhnoy psikhologicheskoy pomoshchi v period pandemii i do nee = Patterns of Mental Health Hotline Calls during and before Pandemic [Elektronnyi resurs]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2020. Vol. 28, no 2, pp. 109–119. DOI: 10.17759/cpp.2020280206 (In Russ.).
3. Enikolopov S.N. et al. Dinamika psikhologicheskikh reaktsiy na nachal'nom etape pandemii COVID-19 = Dynamics of Psychological Reactions at the Start of the Pandemic of COVID-19 [Elektronnyi resurs]. *Psikhologo-pedagogicheskiye issledovaniya = Psychological-Educational Studies*, 2020, Vol. 12, no. 2, pp. 108–126. DOI:10.17759/psyedu.2020120207 (In Russ.).
4. Ermolova T.V. et al. COVID-19 i psikhicheskoye zdorov'ye uchashchikhsya: zarubezhnyye issledovaniya = COVID-19 and students' mental health: foreign studies [Elektronnyi resurs]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2021, Vol. 10, no. 1, pp. 79–91. DOI:10.17759/jmfp.2021100108 (In Russ.).
5. Kochetova YU.A., Klimakova M.V. Issledovaniya psikhicheskogo sostoyaniya lyudey v usloviyakh pandemii COVID-19 = Psychological State Researches in the Context of the COVID-19 Pandemic [Elektronnyi resurs]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2021, Vol. 10, no. 1, pp. 48–56. DOI:10.17759/jmfp.2021100105 (In Russ.).
6. Gonzalez Puerto et al. Youth and COVID-19: impacts on jobs, education, rights and mental well-being: survey report 2020 [Elektronnyi resurs]. Geneva, Switzerland: ILO, 2020. 55 p. URL: https://www.youthforum.org/sites/default/files/publication-pdfs/Youth-and-COVID-19-Survey-Report_English.pdf (Accessed 29.06.2021).

Информация об авторах

Красноборова Варвара Сергеевна

педагог-психолог, Свердловское музыкальное училище им. П.И. Чайковского (колледж) (ГБПОУ СО

«Свердловское музыкальное училище им. П.И. Чайковского (колледж)», г. Екатеринбург, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8742-1155>, e-mail: krasnoborovavar@yandex.ru

Information about the authors

Varvara S. Krasnoborova

Teacher-Psychologist, College of Music of the Sverdlovsk region n.a. P.I. Tchaikovsky, Ekaterinburg, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8742-1155>, e-mail: krasnoborovavar@yandex.ru

Получена 30.06.2021

Received 30.06.2021

Принята в печать 25.07.2021

Accepted 25.07.2021