

Аннотация

В статье представлены психологические аспекты пандемии COVID-19 у студентов, будущих дизайнеров. Описываются изменения эмоционально-личностной сферы, деятельности, а также прогнозирования будущего на этапе пандемии COVID-19 в раннем юношеском возрасте. Сделаны выводы о значимости изобразительного искусства, занятий арт-терапии для снижения тревоги, саморегуляции эмоциональных состояний у студентов

Введение

Ситуация пандемии COVID-19, согласно психологическим исследованиям, является качественно новой формой стрессора. В то же время, исследований субъективной картины пандемии COVID-19 и ее психологических аспектов в различные возрастные периоды крайне недостаточно. Исследователи, в основном, обращаются к психологическим последствиям кризиса пандемии у взрослых. В работах Семеновой Л.Э. с соавторами указывается на «негативный характер представлений старших дошкольников и младших школьников о коронавирусе, ярко выраженный у большинства из них дискомфорт, вызванный фрустрацией потребностей в безопасности, свободе, положительных эмоциях и социальных контактах, доминирование тревожного эмоционального фона с преобладанием чувства страха»

В экспериментальной работе Сергеева В.А., Липатовой Т.Е. указывается на влияние пандемии COVID-19 на снижение физической активности, изменение пищевого поведения, возникновение психологических проблем студентов-медиков (стресс, депрессия)

Каткова Е.Н., Ситяева С. М., Орлова О.А. отмечают наличие у студентов на этапе самоизоляции внутриличностного конфликта, выражающегося в депривации потребности в безопасности, общении, свободе, двигательной активности и т.д.

Таким образом, необходимо дальнейшее изучение субъективной картины пандемии COVID-19, а также её психологических последствий на этапах детства и юности.

В связи с этим, наше исследование направлено на изучение психологических аспектов пандемии COVID-19 у студентов, будущих дизайнеров.

Методы и материалы

Для достижения поставленной цели мы использовали арт-терапевтическую технику «Вид из окна». Испытуемым давалась инструкция: «Выполните рисунок на тему "Вид из окна". Постарайтесь передать в рисунке свое состояние здесь и сейчас. К рисунку необходимо составить текст-описание [. Опишите свои состояния во время работы, основную идею изображения. Дайте название рисунку».

При обработке текстов-описаний рисунка мы использовали метод контент-анализа. Для анализа текстов нами были выделены следующие смысловые категории: «ключевые темы», «ценности», «потребности», «психические состояния, эмоции», «деятельность», «образ будущего», «прогнозирование будущего».

В исследовании принимало участие 40 студентов. Первый этап исследования проходил в мае 2019 года, в период введения режима самоизоляции. На данном этапе исследования участниками эксперимента стали 20 студентов. Второй этап нашего исследования проходил в сентябре 2022 г. во время снятия ограничений. Участниками второго этапа стали 20 студентов.

Результаты и обсуждение

Тематика рисунков на первом этапе эксперимента связана со сменой времен года, природой («Времена года», «Первая оттепель», «Дерево», «Лунная ночь»). Сюжеты изображений чаще всего передают противоречивые, амбивалентные состояния

Анализ описаний показал, что «ключевой тематикой» выступает размышление о времени, его быстротечности.

Доминирующей категорией в словесных описаниях студентов стали «потребности» (38,5 %). Авторы чаще всего акцентируют внимание на фрустрированных потребностях: в свободном передвижении, путешествиях, деятельности и работе, материальном обеспечении.

Для многих авторов описаний оказалось значимым желание рефлексии, переосмысления собственной жизни, ретроспективного анализа.

На втором месте по частоте описаний- психические состояния, эмоции (20 %).

Доминируют негативные эмоциональные состояния- грусть, одиночество, скука, ощущение тяжести, скрытой угрозы.

Анализ категории «образ будущего» (11 %) показал, что представления о будущем у респондентов противоречивы. С одной стороны, видны устойчивые негативные ожидания «преград, сильных волнений и изменений порядка в жизни». С другой стороны, у большинства респондентов присутствуют представления о позитивном завершении пандемии

Рисунки респондентов на втором этапе исследования обращены к теме «Город».

Преобладают городские пейзажи с типовой застройкой, парками, скверами.

Анализ содержания описаний на первом и втором этапах исследования показал, что наиболее значимые статистические отличия имеются по категориям «ключевая тематика», «потребности», «деятельность», «образ будущего».

	В период пандемии (в %)	После пандемии (в %)
Ключевая тематика	11	33,3
Ценности	7,8	-
Потребности	38,5	13,3
Эмоции, психические состояния	20	20
Деятельность	-	26,7
Образ будущего	11	-
Прогноз будущего	12,3	6,7

Заключение

В ходе исследования были обнаружены внутриличностные противоречия между ценностями, потребностями студентов и доступностью основных сфер их жизни в период пандемии COVID-19.

Самоизоляция вызвала экзистенциальные переживания, подчеркнула необходимость пересмотра жизненных установок и принятия важных решений.

Активизируется рефлексия, связанная с формированием представлений о будущем, его прогнозированием. Таким образом, кризис использовался как возможность самопознания, личностного развития и переосмысления своей жизни.

В период пандемии COVID-19 респондентами подчеркивается роль творчества как инструмент канализации негативных эмоций, получения нового опыта и рефлексии, развития креативности, творческого воображения как личностного ресурса. Все участники отмечают значение арт-терапии для эмоциональной разгрузки, расслабления и борьбы со стрессом.

Контакты