

DOI: 10.12731/2658- 6649-2021-13-5-285-306

УДК 159.9: 316.6

ОСОБЕННОСТИ СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ И СУТОЧНОГО СТРУКТУРИРОВАНИЯ ЗАНЯТОСТИ СТУДЕНТОВ, ПЕРЕБОЛЕВШИХ COVID-2019

Н.А. Цветкова, П.А. Кисляков, Е.А. Володарская

Обоснование. Пандемия COVID-19 и связанная с ней массовая самоизоляция оказала существенное влияние на сформировавшиеся у студентов к ее началу особенности смысловой сферы личности. И чем сильнее изменившиеся условия жизнедеятельности отразились на жизни и здоровье самих студентов, тем, вероятно, сильнее изменились их смысложизненные ориентации, базисные убеждения, а также практика заполнения времени собственной жизни. Важно определить, какие различия по данным параметрам наблюдаются у тех студентов, которые переболели этой вирусной инфекцией, при сравнении с теми студентами, кто ею не болел.

Цель исследования заключалась в выявлении особенностей смысложизненных ориентаций личности, базисных убеждений и суточного структурирования времени жизни в период самоизоляции студентов, переболевших вирусной инфекцией COVID-2019.

Материалы и методы. Выборка состояла из 180 студентов, обучавшихся на 4-ом курсе нескольких московских вузов (МГППУ, РГСУ, МГОУ и др.) на факультетах социально-гуманитарной направленности. Из этой, случайным образом составленной студенческой выборки, была выделена группа студентов, переболевших COVID-19. Сравнивались две студенческих группы: 1) студенты, переболевшие COVID-19; 2) студенты, не болевшие им. Эмпирические данные собраны на основе теста «Смысложизненные ориентации» (СЖО) Д.А. Леонтьева, шкалы базисных убеждений (WAS) Р. Янова-Бульмана в адаптации М.А. Падун и А.В. Котельниковой и специально разработанной методики самооценки студентами структуры и объема суточной занятости в период действия ограничительных мер, связанных с пандемией COVID-19. Перечень видов суточной занятости был разработан студентами 4-ого курса факультета экстремальной психологии Московского государственного психолого-педагогического университета во время учебных занятий в онлайн-формате. Он включал следующие виды суточной занятости: сон,

учебная деятельность, работа по дому, время за компьютером с вне учебной целью, лежание в горизонтальном положении, поддержание физической формы, просмотр телевизора, другая занятость – свой вариант, который мог включать работу, волонтерскую деятельность и др. Участвовавшим в исследовании студентам в роли испытуемых давалась инструкция: «Вспомните, пожалуйста, чем именно Вы обычно были заняты в течение суток в период самоизоляции и выразите это в % соотношении, исходя из общей суммы 100%. В строке: «Другая занятость» – перечислите то, чем именно вы занимались».

Математико-статистическая обработка данных осуществлена на основе пакета MS Office Excel, IBM SPSS Statistics 23. Достоверность различий в показателях двух студенческих групп определялась по U-критерию Манна-Уитни.

Результаты. *Установлено, что переболевшие вирусом COVID-19 студенты отличаются от студентов, не болевших им, более высоким общим уровнем осмысленности жизни; хотя структура общего уровня осмысленности жизни у них совпадает (на первом месте находятся цели жизни, за ними следуют: локус контроля «жизнь», процесс жизни, результат жизни; завершает эту иерархию локус контроля «Я»), однако студенты, переболевшие вирусом COVID-19, живут с более выраженным ощущением результативности жизни и являются более целеустремленными людьми; они также имеют относительно более высокие показатели локуса контроля «жизнь», процесса жизни, локуса контроля «Я»; переболевшие вирусом COVID-19 студенты имеют сходный уровень убежденности в доброжелательности мира и подконтрольности происходящих в их жизни событий с не болевшими им студентами. В то же время в их когнитивных моделях мира сформировался более высокий, но не выходящий за пределы нормативных значений, уровень базисных убеждений – в собственной удачливости и везении, ценности и значимости собственного «Я», наличии справедливости; студенты, переболевшие вирусом COVID-19, более разнообразно структурируют свою занятость в течение суток, по сравнению с не болевшими им студентами.*

Заключение. *Полученные эмпирическим путем данные подтверждают наличие различий между студенческими выборками: студенты, переболевшие вирусной инфекцией COVID-19, отличаются от своих сверстников, не болевших ею, как особенностями смысловой сферы личности, так и особенностями структурирования времени собственной жизни. Чтобы научно объяснить эти выявленные различия, требуются дополнительные исследования с большим охватом студентов.*

Ключевые слова: студенты, переболевшие COVID-19; смысложизненные ориентации; базисные убеждения; суточная занятость студентов; ограничительные меры; сравнительный анализ

Для цитирования. Цветкова Н.А., Кисляков П.А., Володарская Е.А. Особенности смысловой сферы личности и суточного структурирования занятости студентов, переболевших COVID-2019 // *Siberian Journal of Life Sciences and Agriculture*. 2021. Т. 13, № 5. С. 285-306. DOI: 10.12731/2658-6649-2021-13-5-285-306

FEATURES OF THE SEMANTIC SPHERE OF PERSONALITY AND DAILY STRUCTURING OF EMPLOYMENT OF STUDENTS WHO HAVE HAD COVID-2019

N.A. Tsvetkova, P.A. Kislyakov, E.A. Volodarskaya

Background. *The COVID-19 pandemic and the mass self-isolation associated with it had a significant impact on the features of the semantic sphere of personality formed by students at its beginning. And the more the changed living conditions affected the life and health of the students themselves, the more likely their life-meaning orientations, basic beliefs, as well as the practice of filling the time of their own life have changed. It is important to determine what differences in these parameters are observed in those students who have had this viral infection, when compared with those students who have not had it.*

The purpose of the study was to identify the features of the meaning-of-life orientations of the individual, basic beliefs and the daily structuring of life time during the period of self-isolation of students who were ill with the COVID-2019 viral infection.

Materials and methods. *The sample consisted of 180 students who studied at the 4th year of several Moscow universities (MSPPU, RSSU, MSOU, etc.) at the faculties of social and humanitarian orientation. A group of students who had been ill with COVID-19 was selected from this randomly compiled student sample. Two student groups were compared: 1) students who have had COVID-19; 2) students who have not had it. Empirical data are collected on the basis of the test "Life orientations" by D.A. Leontiev, the scale of basic beliefs (WAS) by R. Yanov-Bulman in the adaptation of M.A. Padun and A.V. Kotelnikova and a specially developed methodology for students 'self-assessment of the structure and volume of daily employment during the period of restrictive measures related to the COVID-19 pandemic. The list of types of daily employment was developed by students of the*

4th year of the Faculty of Extreme Psychology of the Moscow State Psychological and Pedagogical University during training sessions in an online format. It included the following types of daily employment: sleep, educational activities, housework, time at the computer for non-educational purposes, lying in a horizontal position, maintaining physical fitness, watching TV, other employment-its own version, which could include work, volunteer activities, etc. The students participating in the study were given instructions as subjects: "Please remember what exactly you were usually busy with during the day during the period of self-isolation and express it in % ratio, based on the total amount of 100%. In the line: "Other employment" – list what exactly you were doing."

Mathematical and statistical data processing is carried out on the basis of the MS package Office Excel, IBM SPSS Statistics 23. The reliability of the differences in the indicators of the two student groups was determined by the Mann-Whitney U-criterion.

Results. *It is established that ill virus COVID-19 students differ from students without a history of them, the higher the overall level of meaningfulness of life; although the structure of the General level of meaningfulness of life in them is the same (in first place is the goal of life, followed by: locus of control life, the process of life, the result of life; this completes the hierarchy of locus of control, "I"), but the students had been ill with the virus COVID-19, live with a more pronounced sense of the efficiency of life and are more motivated people; they also have a relatively higher indicators of locus of control life, the process of life, locus of control "I"; ill with the virus COVID-19 students have similar levels of belief in the benevolence of the world and control the events in their life events without a history of them students. At the same time in their cognitive models of the world was formed more than a high, but not beyond the normative values, the level of basic beliefs – in their own luck and luck, the value and significance of their own "I", there is justice; students who recover from the virus COVID-19, more varied structure of his employment during the day, compared to without a history of them students.*

Conclusion. *The data obtained empirically confirm the presence of differences between the student samples: students who have had the COVID-19 virus infection differ from their peers who have not had it, both by the peculiarities of the semantic sphere of the individual and by the peculiarities of structuring the time of their own life. In order to scientifically explain these identified differences, additional research is required with a large coverage of students.*

Keywords: *students who have been ill with COVID-19; life-meaning orientations; basic beliefs; daily employment of students; restrictive measures; comparative analysis.*

***For citation.** Tsvetkova N. A., Kislyakov P. A. Features of the semantic sphere of personality and daily structuring of employment of students who have been ill with COVID-2019. Siberian Journal of Life Sciences and Agriculture, 2021, vol. 13, no. 5, pp. 285-306. DOI: 10.12731/2658-6649-2021-13-5-285-306*

Введение

11 марта 2020 г. Всемирная организация здравоохранения объявила вспышку заболеваемости коронавирусом SARS-CoV-2 пандемией COVID-19. В конце марта 2020 г. в Москве ввели режим полной самоизоляции. Казалось, что к лету 2021 г. ситуация улучшилась – режим самоизоляции, пропуска и график прогулок отменили с 9 июня. Однако уже в конце июня стало ясно, что период неопределенности продолжится. В нем, с той или иной долей успешности, адаптируются различные категории российского населения. Студенчество – самая активная и, на наш взгляд, самая уязвимая из них. От социального поведения студенческой молодежи во многом зависят социальная безопасность в стране, а также перспективы развития государства в плане сохранения и повышения качества человеческого капитала.

Социальное поведение людей зависит от того, какими смыслами и убеждениями оно детерминируется. Возможно предположить, что сформировавшиеся у студентов к началу пандемии COVID-19 представления о мире, ценности и смысле жизни, ее целях, о себе и своем будущем в затянувшейся ситуации неопределенности претерпевают значительные изменения. И чем сильнее отражается пандемия на самих студентах, их семьях и близких людях, тем, вероятно, сильнее трансформируется их смысловая сфера личности – смысловые ориентации, базисные убеждения, а также практика заполнения времени собственной жизни.

Согласно Д.А. Леонтьеву, смысловые ориентации представляют собой перечень сугубо индивидуальных целей и ценностей, которые человек положил в основу своего жизнеосуществления [9]. В силу значимости для регуляции социального поведения смысловые ориентации у студентов довольно активно исследовались отечественными психологами в XXI веке. С.В. Шкилев рассмотрел их как фактор социально-психологической адаптации к процессу обучения в вузе [24]. Они изучались у студентов разных направлений подготовки [2; 4; 6; 7; 16; 27]. Опубликованы эмпирические исследования, отражающие связь смысловых ориентаций с уверенностью студентов в себе [5], с их жизнестойкостью [12] и самоактуализацией [27].

Базисные убеждения как компонент смысловой сферы личности – имплицитные, глобальные, устойчивые представления людей о себе и о мире, влияющие на мышление, эмоциональные состояния и восприятие происходящих событий, в соответствии с которыми формируется их социальное поведение [3; 15], также изучались на студенческих выборах. Базисные убеждения студентов анализировались как ресурс межкультурной адаптации [10]. Выявлена их роль в интенсивности проявления студенческих страхов [23]. Установлены взаимосвязи между базисными убеждениями студентов и их моделями мира [11], со стратегиями сетевой активности [19], со смысложизненными ориентациями [18].

В 2020-2021 гг. в России появились исследования психологических особенностей студентов в период пандемии COVID-19: изучались организация физической активности [25], понимание ситуации самоизоляции [17], психологическое состояние в условиях выхода из нее [1]. Проблемы смысла жизни, смысложизненного ориентирования, стратегий жизни, базисных убеждений, актуализировавшиеся в период неопределенности – пандемии COVID-19, также стали предметами научного анализа психологов [15; 26], однако они пока остаются слабо разработанными.

Современные зарубежные и отечественные исследователи смысложизненных ориентаций и базисных убеждений личности преимущественно опираются на теоретико-методологическую базу экзистенциально-гуманистического подхода [20; 21; 22; 30], что позволяет им поставить новые исследовательские вопросы и побудить к поиску ответов на них [28; 29; 30; 32].

В этом отношении данная статья обогащает научные представления об особенностях смысложизненных ориентаций, базисных убеждений и суточной занятости студентов, переболевших COVID-19, а также показывает необходимость психологической помощи в период восстановления после болезни.

Цель исследования заключалась в выявлении особенностей смысложизненных ориентаций личности, базисных убеждений и суточного структурирования времени жизни в период самоизоляции студентов, переболевших вирусной инфекцией COVID-2019.

Исследовательские вопросы: 1) какие особенности в смысловой сфере личности отличают студентов, переболевших COVID-2019, от их сверстников, избежавших этого заболевания? 2) существуют ли различия в структурировании суточной занятости у сравниваемых студенческих групп? 3) возможно ли считать выявленные различия психологическими последствиями перенесенного заболевания COVID-2019?

Гипотеза: студенты, переболевшие COVID-2019, отличаются от своих сверстников-студентов, избежавших этого заболевания, по таким параметрам смысловой сферы личности, как смысложизненные ориентации и базисные убеждения, а также по практике структурировании суточной занятости, сформировавшейся в период самоизоляции. Причем эти отличия будут свидетельствовать о более высоком уровне личностного развития студентов, переболевших COVID-2019.

Материалы и методы исследования

В эмпирическом исследовании, которое проводилось с марта по июнь 2021 г., приняли участие 180 студентов, подавляющее большинство из которых обучалось на 4-ом курсе нескольких московских вузов (МГППУ, РГСУ, МГОУ и др.) на факультетах социально-гуманитарной направленности. Из этой, случайным образом составленной студенческой выборки, была выделена группа студентов, переболевших вирусом COVID-19. В ходе исследования сравнивались две студенческих группы: 1) студенты, переболевшие вирусом COVID-19 (40 чел.); 2) студенты, не болевшие им (140 чел.).

Эмпирические данные собраны на основе следующих методик психодиагностики: 1) тест «Смысложизненные ориентации» (СЖО) Д.А. Лентьева, позволяющий определить «источник» смысла жизни, который усматривается человеком либо в будущем (цели), настоящем (процесс), прошлом (результат), либо во всех трех измерениях жизни, а также общий уровень осмысленности жизни [9]; 2) шкала базисных убеждений (WAS) Р. Янова-Бульмана в адаптации М.А. Падун и А.В. Котельниковой [13]. На ее основе анализировались убеждения студентов относительно доброжелательности окружающего мира, справедливости, Я-образа, удачи, убеждения о контроле; методика также позволяет судить об особенностях их когнитивных моделей мира; 3) самооценка студентами структуры и объема суточной занятости в период действия ограничительных мер, связанных с пандемией COVID-19, исходя из 100%. Перечень видов суточной занятости был составлен студентами 4-ого курса факультета экстремальной психологии Московского государственного психолого-педагогического университета в ходе проведенной фокус группы. Он включил следующие виды суточной занятости: сон, учебная деятельность, работа по дому, время за компьютером с вне учебной целью, лежание в горизонтальном положении, поддержание физической формы, просмотр телевизора, другая занятость (свой вариант). Свой вариант мог включать работу по найму,

волонтерскую деятельность и другое. Участвовавшим в исследовании студентам в роли испытуемых давалась инструкция: «Вспомните, пожалуйста, чем именно Вы обычно были заняты в течение суток в период самоизоляции и выразите это в % соотношении, исходя из общей суммы 100%». В строке: «Другая занятость» – перечислите то, чем именно вы занимались, помимо тех видов занятости, что указаны в перечне».

Математико-статистическая обработка данных осуществлена на основе пакета MS Office Excel, IBM SPSS Statistics 23. Достоверность различий в показателях двух студенческих групп определялась по U-критерию Манна-Уитни.

Результаты исследования

1. Результаты определения общего уровня осмысленности жизни и его частных структурных компонентов в двух сравниваемых студенческих группах

Данные об общем уровне осмысленности жизни, полученные в выборках переболевших вирусом COVID-19 и не болевших им студентов, представлены ниже в таблице 1.

Таблица 1.

Результаты анализа данных по интегративному параметру «Общий уровень осмысленности жизни», полученных в выборках переболевших вирусом COVID-19 и не болевших им студентов

Студенческие выборки	Общий уровень осмысленности жизни (средние значения)	Распределение выборок по уровням осмысленности жизни					
		высокий		средний		низкий	
		чел.	%	чел.	%	чел.	%
Переболевшие	138,3	14	35,0	22	55,0	4	10,0
Не болевшие	129,6	43	30,7	71	50,7	26	18,6

Таблица 1 отражает тот факт, что общий уровень осмысленности жизни явно выше в группе студентов, переболевших вирусом COVID-19. В этой группе больше процентная доля студентов с высоким и средним общим уровнем осмысленности жизни и значительно меньше доля тех, у кого он на низком уровне. Поясним, что максимальное значение общего уровня осмысленности жизни – 189 баллов. Интервал от 113 до 140 баллов является областью высоких значений. Из этого следует, что обследованная студенческая выборка в целом характеризуется как имеющая высокий общий уровень осмысленности жизни, причем в группе переболевших вирусом COVID-19 он заметно выше.

Результаты анализа данных по отдельным структурным компонентам общего уровня осмысленности жизни представлены ниже в таблице 2.

Таблица 2.

Показатели отдельных компонентов общего уровня осмысленности жизни обследованных студентов, переболевших и не болевших COVID-19

Структурные компоненты общего уровня осмысленности жизни	Группа студентов, переболевших COVID-19	Группа студентов, не болевших COVID-19
	Средние значения по группам	
1. Цели в жизни	31,8	29,6
2. Локус контроля «Жизнь»	30,2	28,6
3. Процесс жизни	29,0	27,6
4. Результат жизни	26,5	24,1
5. Локус контроля «Я»	20,8	19,6

Таблица 2 свидетельствует о совпадающей структуре общего уровня осмысленности жизни, но при этом о несколько более высоких показателях в группе студентов, переболевших вирусом COVID-19, по сравнению с группой студентов, не болевших им. Показатели четырех структурных компонентов общего уровня осмысленности жизни обеих групп (цели в жизни, локус контроля «Жизнь», процесс жизни, локус контроля «Я») находятся на среднем уровне сформированности. Что касается параметра «результат жизни», то его показатель в группе переболевших вирусом COVID-19 находится на высоком уровне, а в группе не болевших им студентов – на среднем.

2. Результаты определения различий в когнитивных моделях мира по системе базисных убеждений двух сравниваемых студенческих групп

Показатели пяти базисных убеждений каждой из сравниваемых групп представлены ниже в таблице 3.

Таблица 3 показывает явное различие в когнитивных моделях мира двух студенческих групп по параметру «удача»: если группа студентов, переболевших вирусом COVID-19, демонстрирует высокий уровень базисной убежденности в собственной удачливости и везении, то группа не болевших им студентов – средний. Есть различие и по параметру «образ «Я»»: убеждение в ценности и значимости собственного «Я», в том, что они хорошие и достойные люди, также несколько выше у переболевших вирусом COVID-19 студентов; а также по параметру «справедливость»: убеждение в том, что в мире действуют справедливые законы, поэтому

каждый человек получает то, что заслуживает, сильнее выражено в группе переболевших вирусом. В то же время группы сходны в убеждениях относительно доброжелательности мира и возможности контролировать жизни события.

Таблица 3.

**Показатели базисных убеждений студентов,
переболевших и не болевших COVID-19**

Система базисных убеждений	Группа студентов, переболевших COVID-19	Группа студентов, не болевших COVID-19
	Средние значения в стенах (максимально – 10)	
1. Удача	8,1	7,1
2. Образ «Я»	7,9	7,3
3. Убеждения о контроле	6,9	6,6
4. Доброжелательность мира	6,4	6,2
5. Справедливость	5,1	4,3

Проверка достоверности выявленных межгрупповых различий по этим двум интегративным параметрам показала наличие одного различия на уровне достоверности $p \leq 0,01$ – по общему уровню осмысленности жизни и ряд различий на уровне достоверности $p \leq 0,05$ (на этом уровне различаются два частных параметра смысловых ориентаций – «локус контроля «жизнь» ($U = 2228,0$ при $p = 0,049$) и «результат жизни» ($U = 2176,0$ при $p = 0,031$)). В системе базисных убеждений отмечается различие такого же уровня достоверности по параметру «справедливость окружающего мира» ($U = 2220,0$ при $p = 0,044$).

Обнаруженное межгрупповое различие по общему уровню осмысленности жизни и тенденции к различиям в смысловых ориентациях и когнитивной картине мире позволили предположить наличие различий в том, как студенты обеих групп структурируют свое время жизни в течение суток в условиях текущей пандемии коронавирусной инфекции, вызванной коронавирусом SARS-CoV-2, и действия ограничительных мер.

3. Результаты анализа самооценок студентов, переболевших и не болевших COVID-19, по параметру «Суточная занятость в период действия ограничительных мер».

Результаты анализа эмпирических данных по этому интегративному параметру представлены в таблице 4.

Таблица 4.

**Результаты анализа самооценок студентов обеих групп по параметру
«Суточная занятость в период действия ограничительных мер»**

Структура суточной занятости студентов в период действия ограничительных мер	Группа студентов, переболевших COVID-19	Группа студентов, не болевших COVID-19
	Средние значения по группам (в %)	
1. Сон	25,0	26,2
2. Учебная деятельность	21,2	25,1
3. Работа по дому	12,6	9,7
4. Время за компьютером с вне учебной целью	11,1	13,8
5. Лежание в горизонтальном положении	10,0	9,1
6. Поддержание физической формы	9,7	9,6
7. Другая занятость	6,2	2,8
8. Просмотр телевизора	4,2	3,7

Таблица 4 показывает заметные различия между группами по параметрам: «сон», «учебная деятельность», «время, проводимое за компьютером с вне учебными целями» (процентные доли этих структурных компонентов суточной занятости выше в группе студентов, не болевших вирусом COVID-19); различия также наблюдаются по параметрам: «работа по дому», «лежание», «просмотр телевизора», «другая занятость» (показатели по ним выше в группе студентов, переболевших вирусом COVID-19). Проверка достоверности выявленных межгрупповых различий показала, что они находятся на уровне достоверности $p \leq 0,05$, то есть между сравниваемыми группами имеется тенденция к различию по параметрам: «учебная деятельность», «другая занятость», «за компьютером с вне учебной целью».

Обсуждение

Результаты исследования особенностей смысловой сферы студентов, переболевших COVID-19 и не болевших им, а также их опыта структурировании суточной занятости в период самоизоляции позволяют вынести на обсуждение следующие положения:

1) переболевшие вирусом COVID-19 студенты имеют не только в целом высокий общий уровень осмысленности жизни, но и более высокий по сравнению со своими сверстниками, не переболевшими этим вирусным заболеванием. Возможно, этот результат объясняется осознанием ценно-

сти собственной жизни в ситуации угрозы ее потерять, усилившейся потребностью анализировать происходящее в стране и мире;

2) у переболевших вирусом COVID-19 студентов и студентов, не болевших им, совпадает структура общего уровня осмысленности жизни (на первом месте находятся цели жизни, за ними следуют: локус контроля «жизнь», процесс жизни, результат жизни; завершает эту иерархию локус контроля «Я»). Это вполне объяснимо возрастными особенностями: целей много, а уверенности в собственных силах и самообладания не хватает.

Однако студенты, переболевшие вирусом COVID-19, живут с более выраженным ощущением результативности жизни и являются более целеустремленными людьми, чем студенты, не болевшие этим вирусом; переболевшие вирусом COVID-19 студенты также имеют относительно более высокие показатели локуса контроля «жизнь», процесса жизни, локуса контроля «Я». Вполне вероятно, что совладание с этим инфекционным заболеванием студенты ставят себе в заслугу и надеются достичь большего, чем до болезни. Возможно также, что в период болезни у обследованных студентов актуализировались механизмы развития, продвигающие личность по пути к зрелости (болезнь ускорила темп взросления);

3) переболевшие вирусом COVID-19 студенты имеют сходный уровень убежденности в доброжелательности мира и подконтрольности происходящих в их жизни событий с не болевшими им студентами. В то же время в их когнитивных моделях мира сформировался более высокий, но не выходящий за пределы нормативных значений, уровень базисных убеждений – в собственной удачливости и везении, ценности и значимости собственного «Я», наличии справедливости. Возможно, что победа над опасной для жизни болезнью поспособствовала оптимизации их мировоззрения;

4) студенты, переболевшие вирусом COVID-19, более разнообразно структурируют свою занятость в течение суток, по сравнению с не болевших им студентами. Об этом свидетельствует показатель «другая занятость», который у них более чем в два раза выше. Этот результат отчасти можно объяснить тем фактом, что в группе студентов, переболевших COVID-19, 26 чел. (65%) в период действия ограничительных мер совмещали учебу с работой; в группе не болевших им делали это 83 чел. (59,3%). Студенты, переболевшие вирусом COVID-19, меньше спят, меньше занимаются учебной деятельностью, меньше проводят времени за компьютером с вне учебными целями, однако они больше времени уделяют домоводству, а также больше просто лежат в горизонтальном положении и смотрят телевизор (заметим, что просмотр телепередач – мало характерное времяпрепровождение для

студентов обеих групп). Возможно, что, сохраняя более широкий диапазон проявления активности, студенты, переболевшие вирусом COVID-19, испытывают некоторую слабость и нуждаются в отдыхе больше тех, кто не переболел этим инфекционным заболеванием.

Эти положения дают основание для резюме о том, что выдвинутая в начале исследования гипотеза нашла свое подтверждение: студенты, переболевшие COVID-2019, отличаются от своих сверстников-студентов, избежавших этого заболевания, как по ряду параметров смысловой сферы личности, так и по практике структурировании суточной занятости, сформировавшейся в период самоизоляции; эти отличия свидетельствуют о более высоком уровне личностного развития студентов, переболевших COVID-2019.

Если сравнивать полученные нами данные с данными других исследований, сходных по тематике и выборке, то отметим, что они немногочисленны [1; 8; 14; 17; 19; 25; 26].

В 2020 году проблема затрагивалась на Международном XXV симпозиуме «Психологические проблемы смысла жизни и акме», проходившем Психологическом институте РАО. Преподаватели вузов и работники научных центров России, а также других стран обсуждали проблемы образования и различные аспекты смысла жизни. В частности, Е.В. Фесенко в докладе «Жизнь после карантина: психология смыслов и коронавирус COVID-2019» сделала обзор зарубежных исследований, анализирующих психологическое воздействие карантина, а также раскрыла предкарантинные демографические и социально-психологические предикторы воздействия самоизоляции [14, с. 34-47]. Однако о трансформации смысловой сферы студентов под влиянием пандемии COVID-2019 речь не шла.

В этом же году Р.Т. Абдрашитов, А.М. Абакаров и А.С. Кубекова опубликовали статью «Психологическое состояние студентов в условиях выхода из самоизоляции» [1], в которой охарактеризовали психологический статус студентов медицинского вуза в период ослабления ограничительных мер. Авторы сделали заключение о том, что значительная часть студентов находилась в состоянии стресса и социальной фрустрированности, а следовательно, нуждалась в психологической помощи.

П.А. Кисляков, изучая психологическую устойчивость студенческой молодежи к информационному стрессу в условиях пандемии COVID-19, пришел к выводу, что половина из 218 студентов, обучающихся в вузах города Москвы и города Иваново, нуждается в социальной поддержке [8].

Группа исследователей (Е.А. Сорокоумова и др.), изучавших, как студенты воспринимают ситуацию самоизоляции в период пандемии COVID-19,

установила, что в процессе самоизоляции большинство студентов приобретают новые знания о мире и о себе в нем. Это новое знание создает общее смысловое поле, порождающее новые личностные смыслы [17].

В текущем году были опубликованы результаты исследований Н.Л. Сунгуровой и М.В. Цвекс «Базисные убеждения и стратегии сетевой активности студентов». Базисные убеждения изучались ими как детерминанты поведения в сетевой коммуникации [19].

Ближе всего по постановке проблемы оказалась работа С.А. Эркеновой и А.А. Симакиной, раскрывающая особенности смысложизненных ориентаций, возникшие в период неопределенности – пандемии COVID-19. Авторы также пришли к выводу о существовании различий в смысложизненных ориентациях у людей, перенесших коронавирусную инфекцию, и людей, не заразившихся ею [26].

В целом поиск данных для сравнения с полученными нами результатами показал дефицит искомых научных публикаций. Таким образом, наше исследование восполняет пробел в знаниях об особенностях смысловой сферы личности студентов, переболевших COVID-19, а также об особенностях заполнения ими времени собственной жизни в период самоизоляции. Его результаты позволяют выдвинуть новую гипотезу – предположить формирование позитивных психологических последствий у болевших студентов, но при этом возможное их физическое ослабление (переболевшие студенты больше времени проводят в горизонтальном положении, т. е. лежат «без дела» и дольше смотрят телевизор).

Заключение

Таким образом, обследованные нами студенты, в отличие от не болевших студентов, характеризуются: более высоким общим уровнем осмысленности жизни, большей степенью осознанности своих жизненных целей; более высокой степенью контролируемости своей жизни и удовлетворенности тем, что они получают в результате; они считают себя везучими и удачливыми; проблема справедливости их волнует больше, чем тех, кто не болел вирусом COVID-19; их жизнь относительно более разнообразна; они меньше спят и меньше занимаются учебной деятельностью, но более домовитые, а также больше времени проводят в «ничегонеделании» (лежат в горизонтальном положении, смотрят телевизор).

Эти результаты побуждают задуматься над причинами выявленных значимых различий между обеими студенческими выборками, особенно по общему уровню осмысленности жизни. Возникает вопрос: общий уро-

вень осмысленности жизни значительно повысился у студентов вследствие перенесенного заболевания COVID-19 или же данному заболеванию больше оказались подвержены те представители студенческой молодежи, которые отличаются высоким общим уровнем осмысленности жизни и ведут деятельно более разнообразную и более насыщенную межличностными контактами жизнь? Собственно говоря, это тот же исследовательский вопрос, который был поставлен во введении. В рамках данного исследования он не нашел однозначного ответа, поэтому в заключении его целесообразнее переопределить следующим образом: возможно ли считать выявленные различия психологическими последствиями перенесенного заболевания COVID-2019? В такой формулировке он открывает перспективу дальнейших исследований проблемы трансформации личности под влиянием неочевидной для жизни и здоровья человека угрозы.

В заключение обратим внимание медицинских психологов, оказывающих помощь людям, переболевшим COVID-19, на возможность использования полученных нами результатов в практической работе с пациентами:

– с целью оптимизации смысловой сферы тех из них, кто оказался застрявшим в позиции «жертвы вынужденного положения» (сравнительный анализ данных двух студенческих выборок показал, что люди, прошедшие через серьезное испытание, не только страдали и теряли, но и что-то приобрели, зачастую, нечто более ценное и ранее недостижимое);

– с целью психологической помощи этой категории пациентов в суточном структурировании времени их жизни, чтобы она воспринималась ими как результативная и имеющая смысл. Для организации такой работы на начальном этапе может быть использована содержащаяся в статье наша методика самооценки структуры и объема суточной занятости.

Благодарности. Авторы благодарят за помощь в сборе и первичной обработке эмпирических данных студентов 4 курса факультета экстремальной психологии, обучающихся в МГППУ по программе «Психология служебной деятельности», а также студентов факультета психологии МГОУ и РГСУ.

Список литературы

1. Абдрашитов Р.Т., Абакаров А.М., Кубекова А.С. Психологическое состояние студентов в условиях выхода из самоизоляции // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2020. Т. 9. № 4А. С. 98-105. <https://doi.org/10.34670/AR.2020.25.61.01>

2. Андрейченко А.А., Васюнина Л.М., Зуева В.С. Смысложизненные ориентации студентов разных направлений бакалавриата // Вопросы науки и образования. 2018. № 1 (13). С. 184-188.
3. Денисова Е.Г., Сарелайнен А.И. Базисные убеждения как компонент ценностно-смысловой сферы личности // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2016. Т. 5. № 5А. С. 34-43.
4. Долгова В.И. Исследование смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии // Современные проблемы науки и образования. 2016. № 6. С. 283-289.
5. Дудина М.Н. Проблема уверенности в себе в контексте смысложизненных ориентаций студентов: результаты эмпирического исследования // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2017. № 8. С. 117-125.
6. Зарубко Е.Ю. Смысложизненные ориентации у студентов разных направлений подготовки // Интернет-журнал «Мир науки». 2018. № 4. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/33PSMN418.pdf>
7. Левшанова В.В., Катунцова В.В. Тенденции индивидуальных различий смысложизненных ориентаций у студентов-психологов // Мир педагогики и психологии. 2017. № 4 (9). С. 22-28.
8. Кисляков П.А. Психологическая устойчивость студенческой молодежи к информационному стрессу в условиях пандемии COVID-19 // Перспективы науки и образования. 2020. № 5 (47). С. 343-356. <https://doi.org/10.32744/pse.2020.5.2>
9. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. М.: Смысл, 2006. 18 с.
10. Маслова О.В. Базовые убеждения личности как ресурс межкультурной адаптации // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и Педагогика. 2011. № 3. С. 12-18.
11. Мельничук А.С. Взаимосвязь базисных убеждений и моделей мира у студентов // Психологические проблемы смысла жизни и акмэ: Электронный сборник материалов XXIV Междунар. симпозиума, посвященного 95-летию со дня рождения В.Э. Чудновского, г. Москва, 10–11 апреля 2019 года. М.: ПИ РАО, 2019. С. 261-264.
12. Одинцова М.А. Жизнестойкость и смысложизненные ориентации студенческой молодежи в условиях энтропии современного российского общества // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2012. № 2(108). С. 90-96.
13. Падун М.А., Котельникова А.В. Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман // Психологический журнал. 2008. № 4. Т. 29. С. 98-106.

14. Психологические проблемы смысла жизни и акме: Электрон. сб. материалов XXV Междунар. симпозиума / Отв. ред.: Г.А. Вайзер, Т.А. Попова, Н.В. Кисельникова. М.: ФГБНУ «Психологический институт РАО», 2020. 315 с.
15. Середа Е.И. Базисные убеждения личности как внутренний ресурс ее психологической безопасности // Фундаментальные и прикладные исследования: проблемы и результаты. 2013. № 8. С. 66-70.
16. Сладкова И.А. Динамика смысложизненных ориентаций будущих педагогов-психологов в процессе обучения в вузе // Интернет-журнал «Мир науки». 2016. Т. 4. № 2. URL: <http://mir-nauki.com/PDF/47PSMN216.pdf>
17. Сорокоумова Е.А., Чердымова Е.И., Пучкова Е.Б., Темнова Л.В. Студенты в период пандемии COVID-19: понимание ситуации самоизоляции // Научное обозрение. Серия 1. Экономика и право. 2020. № 3. С. 196-205. <https://doi.org/10.26653/2076-4650-2020-3-18>
18. Сулейманова А.И. Особенности смысложизненных ориентаций студентов и их взаимосвязь с базовыми смысловыми установками // Наука, образование и инновации: сб. ст. междунар. науч.-практ. конф., г. Екатеринбург, 15 октября 2016 года. Екатеринбург: Аэтерна, 2016. С. 206-211.
19. Сунгурова Н.Л., Цвекс М.В. Базисные убеждения и стратегии сетевой активности студентов // Казанский педагогический журнал. 2021. № 1(144). С. 267-271.
20. Франк С.Л. Смысл жизни: Антология. М.: Прогресс-Культура, 1994. 592 с.
21. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
22. Чудновский В.Э. Становление личности и проблема смысла жизни: Избранные труды. М.: МПСИ, 2006. 768 с.
23. Шаповалова В.С. Роль базисных убеждений в интенсивности проявления студенческих страхов // Научный результат. Серия: Педагогика и психология образования. 2015. Т. 1. № 2 (4). С. 35-41.
24. Шкилев С.В. Смысложизненные ориентации как фактор социально-психологической адаптации студентов в процессе обучения в вузе: дисс. ... канд. психол. наук. Курск, 2006. 178 с.
25. Шмелева Е.А., Кисляков П.А., Константинова Н.П., Пчелинова В.В. Цифровые технологии организации физической активности обучающихся в условиях удаленных образовательных коммуникаций в период пандемии COVID-19 // Теория и практика физической культуры. 2021. № 6. С. 67-70.
26. Эркенова С.А., Симакина А.А. Особенности смысложизненных ориентаций, возникшие в период неопределенности – пандемии COVID-19 // Психологические проблемы смысла жизни и акме. 2021. №1. <http://www.persev.ru/de/node/12593>

27. Яценко Е.Ф., Яценко Э.В. Особенности смысложизненных ориентаций студентов с разным уровнем самоактуализации на завершающем этапе обучения в вузе // Психология. Психофизиология. 2012. № 31. С. 25-34. <https://readera.org/147159769>
28. George L.S., Park C.L. Meaning in life as comprehension, purpose, and maturing: Toward integration and new research questions // Review of General Psychology. 2016. № 20. P. 205-220. <http://dx.doi.org/10.1037/gpr0000077>
29. Heintzelman S.J. Eudaimonia in the contemporary science of subjective well-being: Psychological well-being, self-determination, and meaning in life // Handbook of wellbeing / E. Diener, S. Oishi, L. Tay. Salt Lake City, UT: DEF Publishers, 2018. P. 168-180.
30. Leontiev D.A. Personal meaning: A challenge for psychology // The Journal of Positive Psychology. 2013. № 8. P. 459-470. <https://doi.org/10.1080/17439760.2013.830767>
31. Martela F., Steger M.F. The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance // The Journal of Positive Psychology. 2016. Vol. 11, № 5. P. 531-545, <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>
32. McKnight P.E., Kashdan T.B. Purpose in life as a system that creates and sustains health and well-being: An integrative, testable theory // Review of General Psychology. 2009. № 13. P. 242-251. <https://doi.org/10.1037/a0017152>

References

1. Abdrashitov R.T., Abakarov A.M., Kubekova A.S. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya*, 2020, vol. 9, no. 4A, pp. 98-105. <https://doi.org/10.34670/AR.2020.25.61.01>
2. Andreychenko A.A., Vasyunina L.M., Zueva V.S. *Voprosy nauki i obrazovaniya*, 2018, no. 1 (13), pp. 184-188.
3. Denisova E.G., Sarelaynen A.I. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya*, 2016, vol. 5, no. 5A, pp. 34-43.
4. Dolgova V.I. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya*, 2016, no. 6, pp. 283-289.
5. Dudina M.N. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*, 2017, no. 8, pp. 117-125.
6. Zarubko E.Yu. *Internet-zhurnal «Mir nauki»*, 2018, no. 4. <https://mir-nauki.com/PDF/33PSMN418.pdf>
7. Levshchanova V.V., Katunova V.V. *Mir pedagogiki i psikhologii*, 2017, no. 4 (9), pp. 22-28.
8. Kislyakov P.A. *Perspektivy nauki i obrazovaniya*, 2020, no. 5 (47), pp. 343-356. <https://doi.org/10.32744/pse.2020.5.2>

9. Leont'ev D.A. *Test smyslozhiznennykh orientatsiy (SZhO)* [Life Meaning Orientation Test (SJO)]. M.: Smysl, 2006, 18 p.
10. Maslova O.V. *Vestnik Rossiyskogo universiteta družby narodov. Seriya: Psikhologiya i Pedagogika*, 2011, no. 3, pp. 12-18.
11. Mel'nichuk A.S. *Psikhologicheskie problemy smysla zhizni i akme: Elektronnyy sbornik materialov XXIV Mezhdunar. simpoziuma, posvyashchennogo 95-letiyu so dnya rozhdeniya V.E. Chudnovskogo, g. Moskva, 10–11 aprelya 2019 goda* [Psychological problems of the meaning of life and acme: Electronic collection of materials of the XXIV International Symposium dedicated to the 95th anniversary of the birth of V.E. Chudnovsky, Moscow, April 10–11, 2019]. M.: PI RAO, 2019, pp. 261-264.
12. Odintsova M.A. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny*, 2012, no. 2(108), pp. 90-96.
13. Padun M.A., Kotel'nikova A.V. *Psikhologicheskiy zhurnal*, 2008, no. 4, vol. 29, pp. 98-106.
14. *Psikhologicheskie problemy smysla zhizni i akme: Elektron. sb. materialov XXV Mezhdunar. simpoziuma* [Psychological problems of the meaning of life and acme: Electron. Sat. Materials XXV Intern. symposium] / eds. G.A. Vayzer, T.A. Popova, N.V. Kisel'nikova. M.: FGBNU «Psikhologicheskiy institut RAO», 2020, 315 p.
15. Sereda E.I. *Fundamental'nye i prikladnye issledovaniya: problemy i rezul'taty*, 2013, no. 8, pp. 66-70.
16. Sladkova I.A. *Internet-zhurnal «Mir nauki»*, 2016, vol. 4, no. 2. <http://mir-nauki.com/PDF/47PSMN216.pdf>
17. Sorokoumova E.A., Cherdymova E.I., Puchkova E.B., Temnova L.V. *Nauchnoe obozrenie. Seriya 1. Ekonomika i pravo*, 2020, no. 3, pp. 196-205. <https://doi.org/10.26653/2076-4650-2020-3-18>
18. Suleymanova A.I. *Nauka, obrazovanie i innovatsii: sb. st. mezhdunar. nauch.-prakt. konf., g. Ekaterinburg, 15 oktyabrya 2016 goda* [Science, education and innovations: collection of articles of the Intern. scientific-practical. Conf., Yekaterinburg, October 15, 2016]. Ekaterinburg: Aeterna, 2016, pp. 206-211.
19. Sungurova N.L., Tsveks M.V. *Kazanskiy pedagogicheskiy zhurnal*, 2021, no. 1(144), pp. 267-271.
20. Frank S.L. *Smysl zhizni: Antologiya* [The meaning of life: An anthology]. M.: Progress-Kul'tura, 1994, 592 p.
21. Frankl V. *Chelovek v poiskakh smysla* [Man in search of meaning]. M.: Progress, 1990, 368 p.
22. Chudnovskiy V.E. *Stanovlenie lichnosti i problema smysla zhizni: Izbrannyye Trudy* [The Formation of Personality and the Problem of the Meaning of Life: Selected Works]. M.: MPSI, 2006, 768 p.

23. Shapovalova V.S. *Nauchnyy rezul'tat. Seriya: Pedagogika i psikhologiya obrazovaniya*, 2015, vol. 1, no. 2 (4), pp. 35-41.
24. Shkilev S.V. *Smyslozhiznennye orientatsii kak faktor sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii studentov v protsesse obucheniya v vuze: diss. ... kand. psikhol. nauk* [Meaningful orientations as a factor in the socio-psychological adaptation of students in the process of learning at the university: diss. ... cand. psychol. Sciences]. Kursk, 2006, 178 p.
25. Shmeleva E.A., Kislyakov P.A., Konstantinova N.P., Pchelinova V.V. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury*, 2021, no. 6, pp. 67-70.
26. Erkenova S.A., Simakina A.A. *Psikhologicheskie problemy smysla zhizni i acme*, 2021, no. 1. <http://www.persev.ru/de/node/12593>
27. Yashchenko E.F., Yashchenko E.V. *Psikhologiya. Psikhofiziologiya*, 2012, no. 31, pp. 25-34. <https://readera.org/147159769>
28. George L.S., Park C.L. Meaning in life as comprehension, purpose, and maturing: Toward integration and new research questions. *Review of General Psychology*, 2016, no. 20, pp. 205-220. <http://dx.doi.org/10.1037/gpr0000077>
29. Heintzelman S.J. Eudaimonia in the contemporary science of subjective well-being: Psychological well-being, self-determination, and meaning in life. *Handbook of wellbeing / E. Diener, S. Oishi, L. Tay*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers, 2018, pp. 168-180.
30. Leontiev D.A. Personal meaning: A challenge for psychology. *The Journal of Positive Psychology*, 2013, no. 8, pp. 459-470. <https://doi.org/10.1080/17439760.2013.830767>
31. Martela F., Steger M.F. The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 2016, vol. 11, no. 5, pp. 531-545, <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>
32. McKnight P.E., Kashdan T.B. Purpose in life as a system that creates and sustains health and well-being: An integrative, testable theory. *Review of General Psychology*, 2009, no. 13, pp. 242-251. <https://doi.org/10.1037/a0017152>

ДАнные ОБ АВТОРАХ

Цветкова Надежда Александровна, доктор психологических наук, доцент, главный научный сотрудник

Федеральное казенное учреждение «Научно-исследовательский институт Федеральной службы исполнения наказаний» (ФКУ НИИ ФСИН России)

*ул. Житная, 14, г. Москва, 119991, ГСП-1, Российская Федерация
TsvetkovaNA@yandex.ru*

Кисляков Павел Александрович, доктор психологических наук, доцент, профессор факультета психологии
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение «Российский государственный социальный университет»
ул. Лосиноостровская, 24, г. Москва, 107150, Российская Федерация
pack.81@mail.ru

Володарская Елена Александровна, доктор психологических наук, доцент, ведущий научный сотрудник Центра организации науки и инноваций
Институт истории естествознания и техники им. С.И. Вавилова Российской Академии наук (ИИЕТ РАН)
ул. Балтийская, 14, Москва, 125315, Российская Федерация
eavolod@gmail.com

DATA ABOUT THE AUTHORS

Nadezhda A. Tsvetkova, Dr. Sci. (Psychology), Associate Professor, Chief Scientific Officer
Federal state Institution “Research Institute of the Federal Penitentiary Service” (FKU Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia)
14, Zhitnaya Str., Moscow, 119991, GSP-1, Russian Federation
TsvetkovaNA@yandex.ru
SPIN-code: 1681-2189
ORCID: 0000-0003-0967-205X
Researcher ID: V-1958-2017
Scopus Author ID: 57190443351

Pavel A. Kislyakov, Dr. Sci. (Psychology), Associate Professor, Professor of the Department of Psychology
Russian State Social University
24, Losinoostrovskaya Str., Moscow, 107150, Russian Federation
pack.81@mail.ru
SPIN-code: 1375-5625
ORCID: 0000-0003-1238-9183
Researcher ID: E-4701-2016
Scopus Author ID: 56348736600

Elena A. Volodarskaya, Dr. Sci. (Psychology), Associate Professor, Leading Researcher

S.I. Vavilov Institute for the History of Science and Technology of the Russian Academy of Sciences (IHST RAS)

14, Baltiyskaya Str., Moscow, 125315, Russian Federation

eavolod@gmail.com

SPIN-code: 7770-5084

ORCID ID: 0000-0001-9879-0336

ResearcherID: G-5028-2016

Scopus ID: 16242998700

Поступила 02.10.2021

После рецензирования 15.10.2021

Принята 21.10.2021

Received 02.10.2021

Revised 15.10.2021

Accepted 21.10.2021