П. А. Кисляков

Психологическая устойчивость студенческой молодежи к информационному стрессу в условиях пандемии COVID-19

Введение. Самоизоляция, сопровождаемая интенсивным включением в цифровую информационную среду привела к ухудшению психологического благополучия студенческой молодежи и возникновению информационного стресса. Информационный стресс связан с компульсивным использованием социальных сетей, просмотром агрессивного новостного контента, распространением дезинформации.

Цель исследования состояла в изучении особенностей информационного поведения, психологической устойчивости и способов совладания с информационным стрессом российских студентов в период пандемии COVID-19.

Участники исследования и методы. Выборку составили 218 студентов г. Москвы и г. Иваново в возрасте от 18 до 26 лет ($M=19,5$) (33% мужчин, 67% женщины). Для выявления особенностей информационного поведения студентов в период пандемии COVID-19 использовалась специально разработанная анкета; для оценки психологической устойчивости и определения копинг-стратегий в условиях информационного стресса использовалась методика «Опросник способов совладания» (ОСС) (Р. Лазарус, С. Фолкман, в русскоязычной адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой).

Результаты и научная новизна. С помощью кластерного анализа выделено четыре типа информационного поведения студентов в период пандемии COVID-19: фобическое (20%), познавательное (45%), нигилистическое (20%), циркулирующее (15%). В большей степени студенческая молодежь с целью совладания с информационным стрессом в период пандемии COVID-19 использует конструктивные копинг-стратегии планирования ($x_{cp} = 58,5 \pm 21,7$), положительной переоценки ($x_{cp} = 51,9 \pm 19,3$), самоконтроля ($x_{cp} = 47,5 \pm 17,8$), характеризующиеся целенаправленным анализом ситуации и возможных вариантов поведения, включая определение направлений личностного развития. Вместе с тем, значительная часть студентов прибегает к использованию деструктивных копинг-стратегий избегания, конфронтации, дистанцирования, вызванные негативными переживаниями, и приводящими к циркуляции неофициальной информации о пандемии. Половина респондентов нуждается в социальной поддержке. Регрессионный анализ позволил выявить предикторы психологической устойчивости (копинг-стратегий) к информационному стрессу в период пандемии COVID-19.

Практическая значимость. Выделенные типы информационного поведения можно использовать в воспитательной работе со студентами и их психологическом сопровождении с целью персонализации коммуникативного воздействия, а также в системе мониторинга психологического состояния студентов и восприятия ими рисков, уровня информированности и доверия к получаемой информации, принятия установленных правил и готовности им следовать.

Ключевые слова: информационный стресс, информационное поведение, пандемия COVID-19, психологическая устойчивость, копинг-стратегии, студенческая молодежь

Ссылка для цитирования:

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. doi: 10.32744/pse.2020.5.24

P. A. KISLYAKOV

Psychological resistance of student youth to information stress in the COVID-19 pandemic

Introduction. Self-isolation, accompanied by intensive inclusion in the digital information environment, has led to a deterioration in students' psychological well-being and the emergence of information stress. Information stress is associated with the compulsive use of social networks, viewing aggressive news content, disseminating misinformation.

The purpose of the study was to study the features of information behavior, psychological stability and ways to cope with information stress for Russian students during the COVID-19 pandemic.

Study participants and methods. The sample consisted of 218 students from Moscow and Ivanovo aged 18 to 26 ($M=19.5$) (33% men, 67% women). A specially developed questionnaire was used to identify the features of students' information behavior during the COVID-19 pandemic; to assess psychological stability and determine coping strategies in conditions of information stress, the methodology "Questionnaire of Coping Methods" (QCM) was used (R. Lazarus, S. Folkman, in Russian-language adaptation by T.L. Kryukova, E.V. Kuflyak, M.S. Zamyshlyayeva).

Results and scientific novelty. The cluster analysis allowed identifying four types of students' information behavior during the COVID-19 pandemic: phobic (20%), cognitive (45%), nihilistic (20%) and circulating behavior (15%). To a greater extent, in order to cope with information stress during the COVID-19 pandemic, student youth use constructive coping strategies for planning ($x_{ave} = 58.5 \pm 21.7$), positive reassessment ($x_{ave} = 51.9 \pm 19.3$), self-control ($x_{ave} = 47.5 \pm 17.8$), characterized by a purposeful analysis of the situation and possible behavior options, including the determination of personal development directions. Besides, a significant part of students resort to the use of destructive coping strategies of avoidance, confrontation, distancing, caused by negative experiences, leading to the circulation of unofficial information about the pandemic. Half of the respondents need social support. The regression analysis made it possible to identify predictors of psychological resistance (coping strategies) to information stress during the COVID-19 pandemic.

Practical significance. The identified types of information behavior can be used in educational work with students and their psychological support in order to personalize the communicative impact, as well as in the monitoring system of students' psychological state and their perception of risks, the level of awareness and trust in the information received, the adoption of established rules and the willingness to follow them.

Keywords: information stress, information behavior, COVID-19 pandemic, psychological stability, coping strategies, student youth

For Reference:

Kislyakov, P. A. (2020). Psychological resistance of student youth to information stress in the COVID-19 pandemic. *Perspektivy nauki i obrazovaniya – Perspectives of Science and Education*, 47 (5), 343-356. doi: 10.32744/pse.2020.5.24

Введение

Коронавирусная инфекция 2019 года (COVID-19), объявленная в качестве чрезвычайной ситуации в области общественного здравоохранения, создала серьезную угрозу жизни людей, а также их физическому и психическому здоровью. Страх перед инфекцией, финансовая неуверенность, недостаточная физическая активность, ограниченное или отсутствующее личное пространство в доме и пр. стали причинами возникновения психологических проблем в виде тревоги, гнева, замешательства и симптомов посттравматического стресса [1; 2; 3].

Информационное поведение и информационный стресс в период пандемии COVID-19

В условиях карантинных ограничений информационное поведение человека стало не только основным способом доступа к информации и услугам, но и одним из немногих средств реализации экономической, образовательной и досуговой деятельности, осуществления социального взаимодействия.

Информационное поведение может уменьшить беспокойство, вызванное неуверенностью во время вспышки болезни или стихийного бедствия [4]. Вместе с тем, будучи полезным, освещение в СМИ может создать психологические проблемы. Большой объем информации усиливает восприятие риска, а сообщения в СМИ, основанные на страхе, имеют негативное влияние, выраженное в неспособности людей отличить настоящие новости от фейков [5]. Проведенные исследования показали, что обилие неоднозначной и неточной информации во время пандемии COVID-19 привело к информационному стрессу и усилению беспокойства людей о своем здоровье (киберхондрии) [6].

На фоне пандемии COVID-19 во всем мире наблюдается всплеск использования виртуальных социальных сетей [7]. Социальные сети дают возможность людям обмениваться информацией, общаться, строить отношения, привлекать внимание других и создавать социальный имидж [8; 9].

Проведенные исследования, показывают, что информационное поведение в период пандемии COVID-19, связанное с компульсивным использованием социальных сетей и просмотром новостного контента, может выступать как защитным психологическим механизмом, так и признаком аддиктивного поведения [10]. При этом значение имеет как содержание, так и интенсивность использования информационных ресурсов. Исследования, проведенные в Китае, показали, что просмотр новостного контента, содержащего описание серьезности пандемии и отчетов из больниц, способствовал возникновению депрессии. С точки зрения теории стресса, чрезмерное внимание к информации о текущей пандемии приводит к альтернативной травме через механизмы эмпатии и интуитивного опыта [11; 12]. Просмотр же историй о героических поступках медиков, выступлений экспертов об изучении вируса и способах профилактики ассоциировались с позитивным аффектом [10]. Снижению информационной перегрузки и депрессии также способствовали ресурсы, содержащие юмор в отношении пандемии [13]. Чрезмерное увлечение социальными сетями приводило к росту тревоги и депрессии. Умеренное же использование социальных сетей с целью получения объективной информации и поддержки друзей и близких способствовало смягчению ущерба психическому здоровью, нанесенного пандемией [14].

Восприятие пандемии в условиях информационного стресса имеет большое психологическое значение, как усиливая тревогу и опасения людей, так и выступая в качестве основного фактора выполнения превентивных мер [15; 16; 17].

Во время системного «коронакризиса» весной 2020 года виртуальные социальные сети стали одним из основных источников обновления информации о COVID-19. Однако их безответственное и неконтролируемое использование создало проблему «инфодемии», то есть ситуации, когда быстро распространяющаяся дезинформация оказала существенное влияние на мышление и последующее поведение людей [18]. Всемирная организация здравоохранения предостерегла людей от слухов в социальных сетях, которые приводят к панике, стигме и иррациональному поведению. Помимо прямого воздействия на поведение, инфодемия может иметь косвенные и отсроченные эффекты [19].

Хотя для подавляющего большинства людей использование виртуальных цифровых технологий является необходимым и адаптивным информационным поведением, существует риск возникновения психологических проблем. Неупорядоченное использование интернет-ресурсов и новостного контента может вызывать нарушения в личной, семейной, общественной, образовательной, профессиональной сферах деятельности [20]. Поэтому, крайне важно поддерживать информационное поведение на умеренном и контролируемом уровне, особенно во время пандемии.

Психологическая устойчивость студенческой молодежи в период пандемии COVID-19

Во время пандемии колледжи и университеты во всем мире полностью перешли на обучение с применением цифровых дистанционных технологий, включая онлайн-лекции, телеконференции, электронные книги, онлайн-экзамены, взаимодействие в виртуальных средах [21; 22; 23]. Карантин, сопровождаемый интенсивным включением в цифровую информационную среду, привел к ухудшению психологического благополучия студенческой молодежи. Исследование, проведенное в мае 2020 года среди 25 тысяч российских студентов, показало, что 66% респондентов чаще стало ощущать состояние стресса и беспокойства. Около 40% отметили наличие у себя признаков депрессии и утомления. В ходе исследования выявлены изменения в информационном поведении студентов – они чаще стали проводить время в социальных сетях (56%), общаться онлайн (55%), просматривать видео в интернете (55%), отслеживать новости в мире (52%) [24].

Недавние исследования, проведенные в Китае, Бангладеш, Франции, также показали, что у студентов, находящихся в период пандемии COVID-19 в условиях самоизоляции, наблюдались такие психологические проблемы, как тревога, депрессия, посттравматическое стрессовое расстройство (от 8 до 65 процентов в разных странах) [25; 26; 27].

При этом психологическая устойчивость студентов зависела и от особенностей информационного поведения. Так, чрезмерный просмотр китайскими студентами информации о пандемии COVID-19 (более 3 часов в день) приводил к снижению адаптационного потенциала и высокому риску психических заболеваний [28; 29]. Среди способов совладания с тревогой во время пандемии COVID-19 филиппинские студенты наряду с прочими назвали различные виды информационного поведения: получение информации о вирусе COVID-19, его профилактике и механизме передачи (69%); использование социальных сетей Facebook, Twitter, Tiktok, Youtube (59%); онлайн-игры

(29%); избегание сообщений СМИ о распространении COVID-19 и связанных с ним смертельных случаев (15%) [30].

Консультирование студентов, позволяющие им эффективно сохранять психологическую устойчивость за счет выбора конструктивных копинг-стратегий во время пандемии COVID-19, стало одной из ключевых задач для колледжей и университетов во всем мире [31]. Важно понимать, как информационный стресс влияет на восприятие риска и поведенческую динамику и какие способы совладания (психологической устойчивости) выбирает студенческая молодежь в условиях пандемической угрозы и социальной депривации [32; 33].

Цель нашего исследования состояла в изучении особенностей информационного поведения, психологической устойчивости и способов совладания с информационным стрессом российских студентов в период пандемии COVID-19.

Материалы и методы

Участники исследования. Выборку составили 218 студентов г. Москвы и г. Иваново в возрасте от 18 до 26 лет ($M=19,5$) (33% мужчины, 67% женщины).

Методический инструментарий. Для выявления особенностей информационного поведения студентов в период пандемии COVID-19 использовалась специально разработанная анкета, состоящая из двух частей. Респондентам предлагалось оценить степень согласия с утверждениями по 5-тибальной шкале Лайкерта (от 1 – совершенно не согласен, до 5 – полностью согласен). Первая часть анкеты (пункты 1-11) направлена на оценку восприятия угрозы пандемии (Альфа Кронбаха = 0,702); вторая часть анкеты (пункты 12-17) оценивает степень интереса к информации, связанной с пандемией COVID-19 (Альфа Кронбаха = 0,784). Для оценки психологической устойчивости и определения копинг-стратегий в условиях информационного стресса использовалась методика «Опросник способов совладания» (ОСС) (Р. Лазарус, С. Фолкман, в русскоязычной адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой). Инструкция к тесту была модифицирована следующим образом: «Подумайте о том, как Вы себя ведете, оказавшись в ситуации информационного стресса во время пандемии COVID-19» (Альфа Кронбаха = 0,864). Опрос проводился в мае 2020 года в сети Интернет с использованием Google Form.

Анализ данных. Полученные эмпирические данные осмысливались и обрабатывались с помощью количественных методов анализа: описательные статистики, анализ процентных соотношений, иерархический кластерный анализ (метод межгрупповой связи), линейный регрессионный анализ (метод шагового отбора), U-критерий Манна-Уитни, ранговая корреляция Спирмена. Расчеты производились с помощью пакета статистических программ SPSS 23.

Результаты исследования и их обсуждение

Результаты диагностики особенностей информационного поведения и психологической устойчивости студенческой молодежи к информационному стрессу в условиях пандемии COVID-19 представлены в таблицах 1, 2 и на рисунках 1, 3. Из таблицы 1 видно, что почти по всем пунктам анкеты (кроме пп. 1, 5) наблюдается примерно нормальное распределение (значения асимметрии и эксцесса варьировались от -1 до +1).

Таблица 1

Описательные статистики особенностей информационного поведения студенческой молодежи в период пандемии COVID-19

Пункты анкеты / Шкалы	Среднее	Среднекв. откл.	Асимметрия	Эксцесс
1. Я считаю себя информированным о пандемии COVID-19 и способах борьбы с ней	4,0	1,0	-1,254	1,481
2. Пандемия COVID-19 представляет огромную опасность для человечества	3,4	1,1	-0,604	-0,229
3. Когда я задумываюсь о последствиях пандемии COVID-19, мне становится страшно	2,9	1,2	-0,001	-0,746
4. Меня очень тревожат новости об эпидемиологической угрозе COVID-19	3,0	1,1	-0,064	-0,484
5. Я очень переживаю за своих близких в связи с новостями о распространении пандемии	3,8	1,1	-1,026	0,690
6. Шумиха в СМИ по поводу COVID-19 используется для отвлечения внимания общества от более важных проблем	3,1	1,2	0,123	-0,800
7. Я не доверяю прогнозам распространения пандемии COVID-19, которые публикуются в СМИ	3,1	1,2	0,088	-0,790
8. Чтобы не допустить паники, нужно пресекать распространение новостей, отличающихся от официальных сообщений штаба по борьбе с пандемией в РФ и рекомендаций ВОЗ	3,6	1,2	-0,624	-0,380
9. Нагнетание тревоги в СМИ по поводу глобальных катастроф только мешает поиску путей их предотвращения	3,4	1,1	-0,189	-0,664
10. Я стараюсь быть в курсе новостей о развитии пандемии	3,7	1,1	-0,939	0,472
11. Я пересылаю своим близким и знакомым любую интересную информацию о COVID-19, даже если не уверен в ее правдивости	2,2	1,2	0,732	-0,449
12. Интерес к информации: медицинская информация (пути заражения, вакцина, способы защиты и пр.)	3,6	1,1	-0,888	0,342
13. Интерес к информации: статистика распространения (в мире, в России, в городе)	3,6	1,1	-0,929	0,331
14. Интерес к информации: об ограничительных мерах, применимых государством (режим самоизоляции, штрафы, электронный пропуск и пр.)	3,6	1,1	-0,975	0,561
15. Интерес к информации: о том, как организовать жизнь в условиях самоизоляции (учеба, досуг, дополнительное образование, забота о психическом здоровье и пр.)	3,3	1,2	-0,541	-0,475
16. Интерес к информации: экономическая информация (падение доходов, инфляция и пр.)	3,2	1,2	-0,247	-0,656
17. Интерес к информации: неофициальная информация, разоблачающая истинные причины и последствия пандемии COVID-19 (заговор фармакологических компаний, биологические войны, заговор глобалистов, тотальная слежка за населением, экономический кризис и пр.)	2,6	1,3	0,281	-0,932

Рисунок 1 Процентное распределение респондентов по степени проявления особенностей информационного поведения в период пандемии COVID-19

Из рисунка 1 видно, что большинство студентов демонстрируют конструктивное (адаптивное) информационное поведение в период пандемии COVID-19: считают себя информированными о пандемии и способах борьбы с ней (77,4%) и стараются быть в курсе новостей о развитии пандемии (66,4%), высказываются за пресечение распространения неофициальной информации (58,1%), не интересуются ей (46,4%) и не пересылают ее своим близким и знакомым (63,2%), осознают опасность пандемии для человечества (54,8%) и переживают за своих близких (70,3%), интересуются медицинской информацией (62,6%), статистикой распространения (65,8%) и ограничительными мерами в период пандемии (65,9%). Вместе с тем, от 27 до 54 процентов респондентов по указанным показателям демонстрируют деструктивное (неадаптивное) информационное поведение.

Проведенный нами иерархический кластерный анализ (метод межгрупповой связи) позволил выделить четыре типа информационного поведения студентов в период пандемии COVID-19 (см. рис. 2):

- Фобическое поведение (пп. 3, 4, 12, 13, 10, 14, 2, 5, 15, 16), детерминированное базовой потребностью в безопасности и характеризующееся страхом и тревогой перед коронавирусной инфекцией за себя и за своих близких и, как следствие, проявлением интереса к информации о пандемии, ограничительных мерах и самоизоляции. Проведенные ранее исследования показали, что страх перед заражением COVID-19 является предиктором превентивного поведения (социальное дистанцирование, улучшение гигиены рук и пр.) [34, 35] (около 20% респондентов).
- Познавательное поведение, основанное на информированности о пандемии COVID-19 и способах борьбы с ней (п. 1), носит объективно обусловленный характер и направлено на оптимизацию взаимодействия человека с внешним миром [36] (около 45% респондентов).

- Нигилистическое поведение (пп. 6, 7, 8, 9), возникающее на фоне информационного стресса и характеризующееся с одной стороны недоверием СМИ и власти, с другой стороны – раздражением по поводу чрезмерного распространения неофициальной информации о пандемии (около 20% респондентов).
- Циркулирующее поведение (инфодемия) (пп. 11, 17), возникающее на фоне информационного стресса и характеризующееся интересом к слухам, фейкам и неофициальной информации о пандемии и активным распространением данных сведений среди своих близких и знакомых (около 15% респондентов).

Рисунок 2 Классификация респондентов по особенностям информационного поведения в период пандемии COVID-19 (иерархическая кластеризация по переменным – пункты анкеты 1-17)

Таблица 2

Описательные статистики способов совладания студенческой молодежью с информационным стрессом в период пандемии COVID-19

Шкалы	Среднее	Среднекв. откл.	Асимметрия	Эксцесс
Шкала «Конфронтация» ОСС	36,9	16,4	0,240	-0,183
Шкала «Дистанцирование» ОСС	45,3	17,4	-0,050	-0,058
Шкала «Самоконтроль» ОСС	47,5	17,8	0,095	-0,289
Шкала «Поиск социальной поддержки» ОСС	43,1	20,8	0,116	-0,709
Шкала «Принятие ответственности» ОСС	35,1	21,4	0,107	-0,470
Шкала «Бегство-избегание» ОСС	43,8	14,5	0,094	0,219
Шкала «Планирование решения проблемы» ОСС	58,6	21,7	-0,425	-0,279
Шкала «Положительная переоценка» ОСС	51,9	19,3	-0,273	-0,302

Рисунок 3 Процентное распределение респондентов по уровням проявления способов совладания с информационным стрессом в период пандемии COVID-19

Чем больше баллов набрал респондент по конкретным шкалам способов совладания, тем чаще он руководствуется ими в жизни. На рисунке 4 представлено процентное распределение респондентов по доминирующим способам совладания с информационным стрессом в период пандемии COVID-19.

Рисунок 4 Распределение респондентов по доминирующему способу совладания с информационным стрессом в период пандемии COVID-19 *

**Примечание:* общая сумма больше 100% т.к. возможно одновременное доминирование нескольких способов совладания

Из рисунков 3 и 4 видно, что в большей степени студенческая молодежь с целью совладания с информационным стрессом в период пандемии COVID-19 использует конструктивные копинг-стратегии планирования и положительной переоценки. У каждого пятого студента доминирует копинг-стратегия дистанцирования, половина респондентов нуждается в социальной поддержке, каждый второй демонстрирует неготовность принимать ответственность при возникновении трудностей, обусловленных режимом самоизоляции и информационным стрессом.

Для определения предикторов психологической устойчивости (копинг-стратегий) к информационному стрессу в период пандемии COVID-19 была проведена серия регрессионных анализов (метод шагового отбора). Также с использованием метода ранговой корреляции Спирмена выявлялись взаимосвязи между типами информационного поведения и способами совладания с информационным стрессом. В результате были получены следующие модели:

1. Конфронтация ($R^2 = 0,124$, $F = 10,736$, $p < 0,001$). Стратегия характеризуется импульсивностью в поведении и трудностью планирования действий, выраженной в страхе о возможных последствиях пандемии ($\beta = 0,208$) и, как следствие, в проявлении интереса к неофициальной информации, якобы разоблачающей истинные причины и последствия пандемии ($\beta = 0,259$). Коррелирует с фобическим ($r = 0,211$, $p = 0,008$) и циркулирующим поведением ($r = 0,344$, $p < 0,001$).

2. Дистанцирование ($R^2 = 0,124$; $F = 7,142$, $p < 0,001$). Человек, стремясь быть в курсе событий о развитии пандемии ($\beta = 0,192$), демонстрирует раздражительность от чрезмерного освещения пандемии в СМИ ($\beta = 0,207$) и, как следствие снижает значимость ее опасности для человечества ($\beta = -0,273$). Коррелирует с нигилистическим поведением ($r = 0,288$, $p < 0,001$).

3. Самоконтроль ($R^2 = 0,15$, $F = 8,425$, $p < 0,001$). Стратегия характеризуется высоким контролем поведения в условиях самоизоляции, выраженным в проявлении интереса к информации об ограничительных мерах, применимых государством в период пандемии ($\beta = 0,185$) и информации о том, как организовать жизнь в условиях самоизоляции ($\beta = 0,193$). Коррелирует с фобическим поведением ($r = 0,259$, $p = 0,001$).

4. Поиск социальной поддержки ($R^2 = 0,192$; $F = 18,081$, $p < 0,001$). Стратегия проявляется в поиске информационной и эмоциональной поддержки за счет изучения информации о том, как организовать жизнь в условиях самоизоляции (учеба, досуг, дополнительное образование, забота о психическом здоровье и пр.) ($\beta = 0,353$) и общения с близкими и знакомыми посредством пересылки любой информации о COVID-19 ($\beta = 0,176$). Коррелирует с фобическим ($r = 0,345$, $p < 0,001$) и циркулирующим поведением ($r = 0,272$, $p = 0,001$).

5. Принятие ответственности ($R^2 = 0,162$; $F = 9,148$, $p = 0,002$). Человек в условиях социальной депривации берет на себя ответственность за благополучие близких и знакомых, информируя их о любой значимой с их точки зрения информации о COVID-19 (способы лечения, предостережения и пр.) ($\beta = 0,218$), в связи с этим сам проявляет интерес к неофициальной информации, связанной с пандемией COVID-19 ($\beta = 0,249$). Коррелирует с циркулирующим поведением ($r = 0,29$, $p < 0,001$).

6. Бегство-избегание ($R^2 = 0,101$; $F = 8,523$, $p < 0,001$). Проявляя интерес к медицинской информации (пути заражения, вакцина, способы защиты и пр.) ($\beta = 0,24$), человек пытается преодолеть негативные переживания, связанные с пандемией, с помощью отвлечения, в том числе, пересылая своим близким и знакомым любую значимую ин-

формацию о COVID-19 ($\beta = 0,171$). Коррелирует с фобическим ($r = 0,268$, $p = 0,001$) и циркулирующим поведением ($r = 0,216$, $p = 0,007$).

7. Планирование решения проблемы ($R^2 = 0,164$; $F = 14,877$, $p < 0,001$). Адаптивный копинг, характеризующийся целенаправленным анализом ситуации и возможных вариантов поведения. Формируется на основе информированности о пандемии COVID-19 и способах борьбы с ней ($\beta = 0,249$), а также способах организации жизни в условиях самоизоляции ($\beta = 0,339$). Коррелирует с фобическим ($r = 0,297$, $p < 0,001$) и познавательным поведением ($r = 0,223$, $p = 0,005$).

8. Положительная переоценка ($R^2 = 0,216$; $F = 20,992$, $p < 0,001$). Адаптивный копинг, связанный с переосмыслением сложившейся ситуации, выявлением возможных направлений личностного развития (учеба, досуг, дополнительное образование, забота о психическом здоровье и пр.). Формируется на основе информированности о пандемии COVID-19 и способах борьбы с ней ($\beta = 0,156$), а также способах организации жизни в условиях самоизоляции ($\beta = 0,451$). Коррелирует с фобическим поведением ($r = 0,34$, $p < 0,001$).

С целью изучения влияния переменных «пол» и «регион проживания» на особенность информационного поведения и психологической устойчивости студенческой молодежи к информационному стрессу в условиях пандемии COVID-19 нами было проведено сравнение соответствующих групп с использованием критерия U-Манна-Уитни.

Проведенные расчеты показали, что женщины в большей степени по сравнению с мужчинами испытывают страх, когда задумываются о последствиях пандемии COVID-19 ($U = 1719$, $p < 0,001$), их в большей степени тревожат новости об эпидемиологической угрозе COVID-19 ($U = 2082,5$, $p = 0,039$), а также они в большей степени считают важность пресечения распространения неофициальной информации о COVID-19 ($U = 1788,5$, $p = 0,001$). Полученные данные согласуются с тем, что у женщин по сравнению с мужчинами более выражена потребность в безопасности [37].

Восприятие риска является социокультурным феноменом: на него влияет структура взаимодействия между людьми и возникающие в результате мировоззрение [38, 39]. В провинциальном городе люди более включены в межличностные отношения, они в большей степени идентифицируют себя с социально-территориальной общностью и демонстрируют просоциальное поведение [40]. В связи с этим студентов ивановских вузов в большей степени по сравнению с московскими студентами тревожат новости об эпидемиологической угрозе COVID-19 ($U = 2267,5$, $p = 0,035$), они в большей степени стараются быть в курсе новостей о развитии пандемии ($U = 2067,5$, $p = 0,003$) и пересылают своим близким и знакомым значимую информацию о COVID-19 ($U = 2222,5$, $p = 0,022$).

В заключении отметим, что в ходе анкетирования было также определено, что студенты проводят в социальных сетях и мессенджерах от 1 до 20 часов ежедневно ($M = 7,5$, $SD = 4,5$). При этом проведенный анализ ранговой корреляции Спирмена не выявил зависимости между переменной «время в сети» и показателями информационного поведения и психологической устойчивости (способов совладания с информационным стрессом). Что указывает на то, что цифровая информационная среда и виртуальное общение являются атрибутами современной жизни студенческой молодежи и в карантинных условиях социальной изоляции выступают альтернативой реального общения не зависимо от интенсивности их применения.

Выводы и заключение

Социальная самоизоляция в период пандемии COVID-19 во всем мире обусловила необходимость широкого использования цифровых и информационных технологий с целью поддержания активного взаимодействия, реализации образовательной, общественной, досуговой и профессиональной деятельности. Проблема личности не только в том, чтобы изменить образ жизни в сложившейся ситуации, но в том чтобы сохранить психологическую устойчивость и мировоззренческие ценности [41]. Информационный стресс, обусловленный интенсивным включением студенческой молодежи в дистанционное образование и виртуальную коммуникационную среду в период пандемии COVID-19, требует выработки конструктивных способов совладания и реализации безопасного информационного поведения.

Проведенное исследование показало, что большинство студентов демонстрируют конструктивное информационное поведение в период пандемии COVID-19, основанное на познавательном интересе (познавательный тип поведения) или страхе и тревоге перед коронавирусной инфекцией (фобический тип поведения). Вместе с тем, по ряду показателей студенты проявляли деструктивные формы информационного поведения: испытывали чрезмерный интерес к неофициальной информации о пандемии, распространяли слухи и фейковые новости среди своих близких (циркулирующее поведение – инфодемия); демонстрировали недоверие власти и СМИ, испытывали раздражение от избыточной информации (нигилистическое поведение). Выделенные нами типы информационного поведения необходимо использовать в воспитательной работе со студентами и их психологическом сопровождении с целью персонализации коммуникативного воздействия. Студентам необходимо показывать, что манипуляция их сознанием осуществляется не только и не столько через реализацию глобальных проектов. В значительно большей степени она оказывается результатом того, что происходит с ними ежедневно.

В большей степени студенческая молодежь с целью совладания с информационным стрессом в период пандемии COVID-19 использует конструктивные копинг-стратегии планирования, положительной переоценки, самоконтроля, характеризующиеся целенаправленным анализом ситуации и возможных вариантов поведения, включая определение направлений личностного развития. Вместе с тем, значительная часть студентов прибегает к использованию деструктивных копинг-стратегий избегания, конфронтации, дистанцирования, вызванные негативными переживаниями, и приводящими к циркуляции неофициальной информации о пандемии. Половина респондентов нуждается в социальной поддержке.

В ближайшей перспективе перед вузами стоит задача решения проблем обеспечения психологической устойчивости студентов, испытывающих информационный стресс в период чрезвычайных ситуаций. Важную роль при этом играет регулярный мониторинг данных по психологическому состоянию студентов и восприятию ими рисков, уровню информированности и доверию к получаемой информации, принятию установленных правил и готовности им следовать [42]. Такой мониторинг может осуществляться, как с помощью опросов подобных нашему, так и путем сбора информации из социальных сетей и анализа цифровых следов их пользователей.

Финансирование

Статья подготовлена в рамках гранта Президента РФ для государственной поддержки молодых российских ученых (№МД-83.2020.6).

REFERENCES

1. Brooks S.K., Webster R.K., Smith L.E., Woodland L., Wessely S., Greenberg N., Rubin G.J. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 2020, vol. 395(10227), pp. 912-920, DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8
2. Loginova I.O. Features of human life-world stability during the pandemic period related to COVID-19. *Bulletin of KSPU named after V.P. Astafiev*, 2020, vol. 52(2), pp. 183-196. DOI: 10.25146/1995-0861-2020-52-2-211 (in Russ.)
3. Enikolopov S.N., Boyko O.M., Medvedeva T.I., Vorontsova O.U., Kazmina O.U. Dynamics of psychological reactions at the start of the pandemic of COVID-19. *Psychological-Educational Studies*, 2020, T. 12, vol. 2, pp. 108-126 (in Russ.)
4. Lachlan K.A., Spence P.R., Seeger M. Terrorist attacks and uncertainty reduction: Media use after September 11. *Behavioral Sciences of Terrorism and Political Aggression*, 2009, vol. 1(2), pp. 101-110, DOI: 10.1080/19434470902771683
5. Kasperson R.E., Renn O., Slovic P., Brown H.S., Emel J., Goble R., Kasperson J. X., Ratick S. The social amplification of risk: A conceptual framework. *Risk Analysis*, 1988, vol. 8(2), pp. 177-187, DOI: 10.1111/j.1539-6924.1988.tb01168.x
6. Farooq A., Laato S., Islam A.K.M.N. Impact of online information on self-isolation intention during the COVID-19 pandemic: cross-sectional study. *Journal of Medical Internet Research*, 2020, vol. 22 (5), e19128
7. Cahapay M.B. Stranded College Students amid Corona Virus Disease 2019 Pandemic: An Existential Phenomenology. *Journal of Loss and Trauma*, 2020, vol. 25(6-7), pp. 598-604
8. Kietzmann J.H., Hermkens K., McCarthy I.P., Silvestre B.S. Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media. *Business Horizons*, 2011, vol. 54, pp. 241-251
9. Islam A.K.M.N., Mäntymäki M., Benbasat I. Duality of self-promotion on social networking sites. *Information Technology and People*, 2019, vol. 32(2), pp. 269-296
10. Singh S., Dixit A., Joshi G. Is compulsive social media use amid COVID-19 pandemic addictive behavior or coping mechanism? *Asian Journal of Psychiatry*, 2020, vol. 54, 102290
11. Merwe A., Hunt X. Secondary trauma among trauma researchers: lessons from the field. *Psychological Trauma*, 2019, vol. 11, pp. 10-18
12. Chao M., Xue D., Liuab T., Yang H., Halld B.J. Media use and acute psychological outcomes during COVID-19 outbreak in China. *Journal of Anxiety Disorders*. 2020, vol. 74, 102248, DOI:10.1016/j.janxdis.2020.102248
13. Kouzy R., Abi Jaoude J., Kraitem A., El Alam M.B., Karam B., Adib E., Baddour K. Coronavirus goes viral: quantifying the COVID-19 misinformation epidemic on twitter. *Cureus*, 2020, vol. 12(3), e7255, DOI: 10.7759/cureus.7255
14. Zhong B., Huang Y., Liu Q. Mental health toll from the coronavirus: Social media usage reveals Wuhan residents' depression and secondary trauma in the COVID-19 outbreak. *Computers in Human Behavior*, 2021, vol. 114, 106524, DOI: 10.1016/j.chb.2020.106524
15. Khan A.H., Sultana M.S. Hossain, S., Hasan M.T., Ahmed H.U., Sikder M.T. The impact of COVID-19 pandemic on mental health & wellbeing among home-quarantined Bangladeshi students: A cross-sectional pilot study. *Journal of Affective Disorders*, 2020, vol. 277, pp. 121-128
16. Kubrak T.A., Latynov V.V. Information policy in crisis situations: content formation and communication management. Available at: http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/covid-19/kommentarii-eksp/t-a-kubrak-v-v-latinov-informaci.html (accessed 6 July 2020) (in Russ.)
17. Ho C.S., Chee C.Y., Ho R.C. Mental Health Strategies to Combat the Psychological Impact of COVID-19 Beyond Paranoia and Panic. *Annals of the Academy of Medicine, Singapore*. 2020, vol. 49(1), pp. 1-3
18. Laato S., Islam A.K.M.N., Islam M.N., Whelan E. What drives unverified information sharing and cyberchondria during the COVID-19 pandemic? *European Journal of Information Systems*, 2020, vol. 29(3), pp. 288-305, DOI: 10.1080/0960085X.2020.1770632
19. Zarocostas J. How to fight an infodemic. *The Lancet*, 2020, vol. 395(10225), pp. 676
20. Rumpf H.-J., Achab S., Billieux J., Bowden-Jones H., Carragher N., et. al. Including gaming disorder in the ICD-11: The need to do so from a clinical and public health perspective. *Journal of Behavioral Addictions*, 2018, vol. 7(3), pp. 556-561, DOI: 10.1556/2006.7.2018.59
21. Strielkowski W. COVID-19 pandemic and the digital revolution in academia and higher education. *Preprints*, 2020, 2020040290. DOI: 10.20944/preprints202004.0290.v1.
22. Kumar D.N.S. Impact of Covid-19 on Higher Education. *Higher Education Digest*. Available at: <https://www.highereducationdigest.com/impact-of-covid-19-on-higher-education/> (accessed 6 September 2020)
23. Sokolovskaya I.E. Socio-psychological factors of students' satisfaction in the context of digitalization of education during the covid-19 pandemic and self-isolation. *Digital Sociology*, 2020, T. 3., vol. 2, pp. 46-54 (in Russ.)
24. Survey of Russian University students on distance learning conditions. Available at: <https://cim.hse.ru/covidsurvey> (accessed 6 September 2020) (in Russ.)

25. Husky M.M., Kovess-Masfety V., Swendsen J.D. Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. *Comprehensive Psychiatry*. 2020, vol. 102, 152191, DOI: 10.1016/j.comppsy.2020.152191
26. Wang Z.H., Yang H.L., Yang Y.Q., et al. Prevalence of anxiety and depression symptom, and the demands for psychological knowledge and interventions in college students during COVID-19 epidemic: A large cross-sectional study. *Journal of Affective Disorders*, 2020, vol. 275, pp. 188-193, DOI:10.1016/j.jad.2020.06.034
27. Huang L., Lei W., Xu F., Liu H., Yu L. Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 outbreak: A comparative study. *PLoS One*, 2020, vol. 15(8), e0237303, DOI: 10.1371/journal.pone.0237303
28. Huang Y., Zhao N. Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 epidemic in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 2020, vol. 288, 112954
29. Chen, R.-N., Liang, S.-W., Peng, Y., et al. Mental health status and change in living rhythms among college students in China during the COVID-19 pandemic: A large-scale survey. *Journal of Psychosomatic Research*, 2020, vol. 137, 110219
30. Baloran E.T. Knowledge, Attitudes, Anxiety, and Coping Strategies of Students during COVID-19 Pandemic. *Journal of Loss and Trauma*, 2020, vol. 25(8), pp. 635-642
31. Cao W, Fang Z, Hou G, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 2020, vol. 287, 112934, DOI:10.1016/j.psychres.2020.112934
32. Cinelli M., Quattrocioni W., Galeazzi A., Valensise C.M., Brugnoti E., Schmidt A.L., Zola P., Zollo F., Scala A. The COVID-19 social media infodemic. 2020, arXiv: preprint: 200305004
33. Sharot T., Sunstein C.R. How people decide what they want to know. *Nature Human Behaviour*, 2020, vol. 4(1), pp. 14-19, DOI: 10.1038/s41562-019-0793-1
34. Harper C.A., Satchell L., Fido D., Latzman R. Functional fear predicts public health compliance in the COVID-19 pandemic. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 2020, 1-14, DOI: 10.31234/osf.io/jkfu3
35. Erceg N., Ružojić M., Galic Z. Misbehaving in the Corona Crisis: The Role of Anxiety and Unfounded Beliefs. Preprint, 2020. DOI: 10.31234/OSF.IO/CGJW8
36. Zhuravlev A., Kitova D. Attitude of residents of Russia to information on the coronavirus pandemic (on the example of users of the internet search systems). *Psikhologicheskii Zhurnal*, 2020, T. 41, vol. 4, pp. 5-18 (in Russ.)
37. Zotova O. Yu. Need for safety with different social and economic groups. *Moscow University Psychology Bulletin*, 2011, vol. 4, pp. 84-91 (in Russ.)
38. Marris C., Langford I.H., O'riordan T. A quantitative test of the cultural theory of risk perceptions: comparison with the psychometric paradigm. *Risk Analysis*, 1998, vol. 18(5), pp. 635-647
39. Gore M.L., Wilson R.S., Siemer W.F., Wieczorek Hudenko H., Clarke C.E., Sol Hart P., Maguire L.A., Muter B.A. Application of risk concepts to wildlife management: special issue introduction. *Human Dimensions of Wildlife*, 2009, vol. 14(5), pp. 301-313
40. Kislyakov P.A., Shmeleva E.A. Analysis of Russians' views on personal qualities as a basis for prosocial safe behavior factors' identification. *Open Psychology Journal*, vol. 13(1), pp. 40-48, DOI: 10.2174/1874350102013010040
41. Kislyakov P.A. Retro-Innovation of 21st Century Education as a Resource for Ensuring National Security. *Russian Education and Society*, 2015, vol. 57(11), pp. 979-990
42. Kislyakov P.A. Ecopsychology of educational environment: Design and monitoring approaches. *Human Ecology (Russian Federation)*, 2017, vol. (4), pp. 42-50 (in Russ.)

Информация об авторе

Кисляков Павел Александрович
(Россия, г. Москва)

Доцент, доктор психологических наук, профессор
факультета психологии
ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный
университет»
E-mail: pack.81@mail.ru
ORCID ID: 0000-0002-4698-5226
Scopus ID: 56375922700

Information about the author

Pavel A. Kislyakov
(Russia, Moscow)

Associate Professor,
Doctor of Psychology,
Professor of the Faculty of Psychology
Russian State Social University
E-mail: pack.81@mail.ru
ORCID ID: 0000-0002-4698-5226
Scopus ID: 56375922700