

Апухтина А.А.

*студент, 1 курс, 1 группа отделения клинической психологии
лечебного факультета и факультета клинической психологии*

ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского

Россия, г. Саратов

Попова С.В.

*студент, 1 курс, 1 группа отделения клинической психологии
лечебного факультета и факультета клинической психологии*

ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского

Россия, г. Саратов

Камнос А.Д.

кандидат философских наук

доцент кафедры философии, гуманитарных наук и психологии

ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского

Россия, г. Саратов

ВЛИЯНИЕ ДИСТАНЦИОННОГО ФОРМАТА ОБУЧЕНИЯ ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ COVID-19 НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Аннотация: в статье были выделены и проанализированы основные результаты воздействия дистанционного формата обучения на психологическое состояние участников образовательного процесса. Также были рассмотрены объективные преимущества и трудности дистанционного обучения.

Ключевые слова: социальная психология, клиническая психология, пандемия, образование, дистанционное обучение.

Apoukhina A. A.

*1th year student of the 1 group of the Faculty of General Medicine and
Faculty of Clinical Psychology*

Saratov State Medical University n.a. V.I. Razumovsky

Russia, Saratov

Popova S. V.

*1th year student of the 1 group of the Faculty of General Medicine and
Faculty of Clinical Psychology*

Saratov State Medical University n.a. V.I. Razumovsky

Russia, Saratov

Campos A.D.

*Ph.D. in Philosophy Department of Philosophy,
humanitarian science and psychology*

Saratov State Medical University n.a. V.I. Razumovsky

Russia, Saratov

THE IMPACT OF DISTANCE LEARNING DURING THE PANDEMIC ON THE PSYCHOLOGICAL STATE OF PARTICIPANTS OF THE EDUCATIONAL PROCESS

***Abstract:** he article highlights and analyzes the main results of the impact of distance learning on the psychological state of participants of the educational process. The objective advantages and difficulties of distance learning were also considered.*

***Key words:** social psychology, clinical psychology, pandemic, education, distance learning.*

2020 год стал годом беспрецедентного системного вызова здравоохранению, экономике, науке, внешней и внутренней политике; также этот год запомнится внедрением дистанционного режима обучения в экстремально сжатые сроки.

В связи с этим нововведением правительством, дабы восполнить «пробелы» в российском законодательстве, были приняты некоторые поправки в закон «Об образовании в Российской Федерации», касающиеся утверждения правового статуса дистанционной формы обучения наравне с традиционной. Как правило, дистанционное обучение представляет собой не «живое» общение (аудиторная работа) преподавателя и обучающегося, а общение на расстоянии, которое осуществляется с помощью современных информационных технологий и различных интернет-ресурсов. Еще до пандемии О.Н. Ефремова отмечала, что «внедрение в образовательный процесс дистанционных технологий становится необходимостью для вуза, поскольку таковые не только создают ему имидж, но и служат своего рода пропуском на мировой рынок»¹.

Множество исследований прошлого года были посвящены особенностям данного формата образования, его достоинствам и недостаткам, рискам трансформации классических, традиционных моделей и методов. Так, в исследовании И.Э. Соколовской были выявлены факторы психологической удовлетворенности студентов условиями дистанционного обучения в период пандемии. Основополагающими среди них являются «интерес к учебе в дистанционном формате» и «эффективность обучения, связанная с положительными сторонами дистанционной работы». Иными словами, плюсами дистанционного обучения для студента можно назвать отсутствие привязанности к конкретному месту во время занятия, возможность осваивать материал с удобной для него скоростью и большое количество доступных материалов.

Несмотря на большое количество очевидных преимуществ, было выявлено немало отрицательных характеристик данного формата образования. Одной из проблем стало недостаточное техническое оснащение вузов и студентов (семей студентов), «перегруженность»

¹ Ефремова О.Н., Плотникова И.В., Павлик Н.Б. Оценка использования дистанционных технологий в образовательном процессе с позиции удовлетворенности студентов // Alma mater (Вестник высшей школы). 2017. № 5. С. 72.

электронных ресурсов, чрезмерная длительность занятий у экрана (что нарушает санитарно-гигиенические нормы и правила), а также нехватка мотивации со стороны студентов, тенденция к лени и откладыванию выполнения заданий «на потом», списывание, формирование скепсиса по отношению к системе образования в целом и др. Говоря о преподавателях как об участниках учебного процесса, можно отметить невысокий уровень владения цифровыми ресурсами у многих представителей старшего поколения. Многие преподаватели испытывали трудности с организацией «обратной связи», адекватного контроля включенности в работу студентов, обновлением и трансформацией используемых методик, инструментов.

Вынужденное снижение физической активности (и увеличение времени, проводимого за работой у экрана) сказывалось на психосоматическом состоянии многих участников образовательного процесса: проблемы с пищеварением, опорно-двигательным аппаратом, сердечнососудистой системой оказывали резко негативное влияние на психику. Переживания о здоровье близких, их материальном благополучии в условиях экономического кризиса, рисках заражения сказывались на формировании симптомов нервно-психических нарушений в поведенческой сфере, обсессивно-фобических состояний, неустойчивость настроения, подавленность. Психоэмоциональное состояние обучающихся характеризовалось преобладанием негативных эмоций: на этапе адаптационного периода к новой системе обучения проявлялся высокий уровень тревожности. Ощущение опасности продуцировало эскалацию невротической симптоматики. В результате учебный процесс в дистанционном режиме терял эмоциональную привлекательность, «расчеловечивался» — поскольку эмоциональная составляющая «дистанционки» заметно отличается от живой аудиторной работы. Н.П. Абаскалова, говоря об изменениях психологического состояния педагогов, подчеркивает, что они зачастую не способны справляться со стрессами: «Ухудшение психологического здоровья педагога оказывает

влияние на качество работы: повышается конфликтность, нервозность, раздражительность и, как следствие, у педагога проявляется синдром профессионального выгорания»². Не стоит забывать и о долгосрочных последствиях «дистанта»: «рынок труда в перспективе 20-30 лет будет менее качественным, что в свою очередь негативно скажется на уровне ВВП и уровня образованности населения» – «недоученные» студенты станут в определенном смысле обузой и для экономики.

Таким образом, вопросы психологической готовности к внедрению дистанционного формата образования актуализировали проблемы массовой психологической поддержки участников образовательного процесса – распознать проблему, оказать помощь (а в тяжелых ситуациях привлечь к работе не только клинического психолога, но и психиатра). Осознана необходимость укрепить систему коррекции трудностей в обучении и социальной адаптации студентов и педагогов, определены пробелы в формировании коммуникативных навыков, критического мышления, эмоционального интеллекта студентов, обучавшихся дистанционно.

Использованные источники:

1. Абаскалова Н.П. Проблемы психологического здоровья обучающихся в современной кризисной ситуации COVID // Международный научно-исследовательский журнал. 2021. № 2 (104). С. 87-90.
2. Ефремова О.Н., Плотникова И.В., Павлик Н.Б. Оценка использования дистанционных технологий в образовательном процессе с позиции удовлетворенности студентов // Alma mater (Вестник высшей школы). 2017. № 5. С. 70-74.

² Абаскалова Н.П. Проблемы психологического здоровья обучающихся в современной кризисной ситуации COVID // Международный научно-исследовательский журнал. 2021. № 2 (104). С. 88.