

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, пилотажное исследование показало, что специфика спортивной деятельности и свойственные ей эмоциональные проявления существенно влияют на адаптивность в жизни спортсменов-студентов. Требуются дальнейшие исследования в детализации этих влияний и выявлении закономерностей с целью понимания рационализации деятельности для тренера и психологической помощи нуждающимся спортсменам.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / Дэниел Гоулман. – Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 560 с.
2. Деревянко С.П. Роль эмоционального интеллекта в психологическом благополучии молодых людей / С.П. Деревянко, Я.С. Скорик // Вестник Полоцкого государственного университета. Серия Е. Педагогические науки. – 2018. – № 7. – С. 95–98.
3. Кузьменко Г.А. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности. Учебное пособие / Г.А. Кузьменко. – Москва : Советский спорт, 2017. – 905 с.
4. Меренкова В.С. Исследование феномена «удовлетворенность жизнью» / В.С. Меренкова, О.Е. Солодкова // Комплексные исследования детства. – 2020. – №1. – С. 4–13.
5. Савченко Т.Н. Субъективное качество жизни. Подходы, методы оценки, прикладные исследования / Т.Н. Савченко, Г.М. Головина. – Москва : Институт психологии РАН, 2006 – 234 с.
6. Сергиенко Е.А. Роль эмоционального интеллекта в эффективности деятельности и психологическом благополучии человека / Е. А. Сергиенко, Е. А. Хлевная, Т. С. Киселева // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2020. – Т. 26, № 1. – С. 46–53.
7. Стейн С. Преимущества EQ: Эмоциональный интеллект и ваши успехи / С. Стейн. – Москва : Баланс Бизнес Букс, 2019. – 929 с.

REFERENCES

1. Goleman, D. (2013), *Emotional intelligence. Why it may matter more than IQ*, Mann, Ivanov and Ferber, Moscow.
2. Derevianko, S.P. (2018), “The role of emotional intelligence in the psychological well-being of young people”, *Pedagogical Sciences*, No. 7. pp. 95–98.
3. Kuzmenko, G.A. (2017), *Methods for the development of social, emotional and practical intelligence of a young athlete in the system of significant personality qualities*, Soviet Sport, Moscow.
4. Merenkova, V.S. (2020), *Study of the phenomenon “life satisfaction”*, Complex studies of childhood, No. 1, pp. 4–13.
5. Savchenko, T.N. (2006), *Subjective quality of life. Approaches, assessment methods, applied research*, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, Moscow.
6. Sergienko, E.A. (2020), “The role of emotional intelligence in the effectiveness of activity and the psychological well-being of a person”, *Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, Vol. 26, No. 1, pp. 46–53.
7. Stein, S. (2019), *Benefits of EQ: Emotional intelligence and your success*, Balance Business Books, Moscow.

Контактная информация: vkar52@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 07.11.2023

УДК 159.9.072:613.6.015

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ПРИВЕРЖЕННОСТИ МЕРАМ ПРОФИЛАКТИКИ COVID-19

Екатерина Геннадьевна Курбатова, старший преподаватель, Самарский государственный медицинский университет, Самара

Аннотация

В статье представлены результаты исследования психологических факторов, детерминирующих соблюдение населением мер профилактики распространения COVID-19 в нашей стране.

Выборку исследования составили 58 человек в возрасте 36–60 лет (30 мужчин и 28 женщин), перенесшие коронавирусную инфекцию «средней» степени тяжести в течение текущего года и лечившиеся амбулаторно. По результатам структурированного интервью группа была разделена на две подгруппы «приверженные» (26 человек) и «неприверженные» (32 человека) мерам профилактики коронавирусной инфекции. Методы: структурированное интервью, тестирование, методы статистического анализа различий и взаимосвязей.

Было установлено, что лица, приверженные мерам профилактики COVID-19, более эмоционально неустойчивы и чувствительны к средовым воздействиям по сравнению с теми, кто не склонен соблюдать меры профилактики. У них обнаруживается более высокий уровень личностной тревожности и эмоциональной комплаентности, они значимо чаще выбирают в качестве стратегии совладания положительное переосмысление негативных переживаний, связанных со стрессогенной ситуацией, рассмотрение последней, как стимула для личностного роста.

Тот факт, что выделенные психологические параметры характеризуют лиц, соблюдающих противоковидные меры, возможно, объясняется не только спецификой заболевания, но и отчасти тем, в какой форме транслируется информация о необходимости профилактических мероприятий.

Ключевые слова: психологические факторы приверженности, приверженность мерам профилактики, комплаентность, совладание, новая коронавирусная инфекция, COVID-19, SARS-CoV-2, пандемия.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.11.p513-518

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF ADHERENCE TO COVID-19 PREVENTION MEASURES

Ekaterina Gennadievna Kurbatova, senior teacher, Samara State Medical University

Abstract

The article presents the results of a study of psychological factors that determine the population's adherence to COVID-19 prevention measures in our country. The study sample consisted of 58 people aged 36–60 years (30 men and 28 women), who had a coronavirus infection of “moderate” severity during the current year and were outpatient treated. Based on the results of a structured interview, the group was divided into two subgroups: “adherent” (26 people) and “non-adherent” (32 people) to measures to prevent coronavirus infection. Methods: structured interview, testing, methods of statistical analysis of differences and relationships.

It has been found that individuals who are adhered to COVID-19 prevention measures are more emotionally unstable and sensitive to environmental influences compared to those who are not inclined to comply with prevention measures. They show a higher level of personal anxiety and emotional compliance. They are significantly more likely to choose as a stress-coping strategy a positive rethinking of negative experiences associated with a stressful situation, considering the latter as a stimulus for personal growth.

The fact that the identified psychological parameters characterize individuals who adhere to anti-Covid measures may be explained not only by the specifics of the disease, but also partly by the form in which information about the need to adhere to anti-Covid measures is transmitted.

Keywords: psychological factors of adherence, adherence to prevention measures, compliance, coping, Coronavirus Disease 2019, COVID-19, SARS-CoV-2, pandemic.

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире задача сохранения здоровья, как одной из самых больших индивидуальных ценностей и одновременно одного из важнейших условий развития обществ и государств, имеет первостепенное значение. Особое место в охране общественного здоровья отводится профилактике инфекционных заболеваний в связи с высокой скоростью их распространения, большим социальным ущербом, связанным с ними, и их опасностью для жизни людей и животных.

Эпидемия ранее неизвестного заболевания COVID-19 («Coronavirus disease 2019»), начавшаяся в конце 2019 года в КНР, уже в марте 2020 года достигла стадии пандемии, и хотя считается, что сейчас COVID-19 приобретает черты сезонной инфекции, население планеты пережило уже несколько ее волн (от «уханьского» штамма до актуальной «Пиролы»). К настоящему времени эпидемия, вызванная вирусом SARS-CoV-2, затронула более 750 миллионов человек, повлекла за собой, по разным данным, от 6,9 до 31,4 миллионов человеческих смертей, вызвала локдауны по всему миру и вторую по величине глобальную рецессию в новейшей истории [6].

Эпидемия COVID-19 была обозначена ВОЗ как контролируемая, однако, общегосударственные профилактические мероприятия и мероприятия, проводимые специалистами различных ведомств (органов здравоохранения, СМИ) с привлечением широких слоев населения, направленные на разрыв путей передачи и повышение невосприимчивости населения к инфекции, сталкиваются с целым рядом проблем реализации. Важнейшая из этих проблем – неготовность большой доли населения к принятию факта эпидемии и изменению в связи с этим привычного образа жизни [1, С. 20–24; 2, С. 100].

Вместе с пандемией COVID-19 возникло даже новое понятие «ковид-диссидентство». По данным социологических опросов в 2020 году ковид-диссиденты составляли около 12% населения РФ [3]. Другая достаточно многочисленная группа граждан, не соблюдающих ограничительные меры и не прививающихся от COVID-19, – лица, субъективно уверенные в собственной резистентности к инфекции, вызываемой SARS-CoV-2. Кроме того, неясный прогноз развития эпидемии, динамичная смена строгости ограничительных мер, усиливающиеся потоком негативной информации из СМИ, создают пугающую многих неопределенность.

Приверженность лечению и профилактике определяется множеством факторов, большинство из которых трудно изменяемы (факторы, связанные с системой оказания медицинской помощи, социально-экономическим положением пациента и др.), тем большую значимость приобретают факторы приверженности, поддающиеся регуляции, в том числе психологические, направленная коррекция и учет которых позволит повысить число лиц, соблюдающих меры профилактики COVID-19 [4, 5, С. 1750–1751].

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Цель проведенного исследования – выявление психологических факторов приверженности мерам профилактики COVID-19.

Выборку исследования составили 58 человек в возрасте 36–61 года (30 мужчин и 28 женщин) с уровнем образования от среднего специального до оконченного высшего, перенесшие коронавирусную инфекцию «средней» степени тяжести в течение этого года и лечившиеся амбулаторно. По результатам структурированного интервью группа была разделена на две подгруппы «приверженные мерам профилактики коронавирусной инфекции» (ПМПК) – 26 человек и «неприверженные мерам профилактики коронавирусной инфекции» (НПМПК) – 32 человека. Подгруппу «неприверженных» составили лица, не соблюдавшие общеизвестные меры профилактики, или соблюдали меры профилактики коронавирусной инфекции (МПК) не добровольно, а под влиянием каких-либо внешних факторов (требования извне при посещении общественных мероприятий, угроза штрафа и т.п.). В подгруппу «приверженных» вошли респонденты, добровольно и строго соблюдавшие МПК.

В исследовании были использованы следующие методики: пятифакторный опросник личности SPFQ (Х. Теуйн, 1996; адаптация А.Б. Хромова, 1999); опросник «Уровень коплаентности» (Р.В. Кадыров, С.А. Ковальчук, О.Б. Асриян, 2014); «Интегративный тест тревожности» (А.П. Бизюк, Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев, 2005); опросник «Способы совладающего поведения» (Р. Лазарус, С. Фолкман, 1988; адаптация Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой, 2004); тест рисуночной фрустрации (С. Розенцвейг, 1944;

адаптация: Н.В. Тарабриной, 1984).

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Данные исследования с помощью пятифакторного опросника личности указывают на то, что исследованные ПМПК значимо более эмоционально неустойчивы, импульсивны, чем опрошенные, не соблюдающие мер профилактики, их поведение во многом обусловлено ситуацией, они зачастую чувствуют себя неспособными справиться с жизненными трудностями (59,3 и 36,9; $U=12,5$ при $p \leq 0,001$). Не приверженных МПК можно охарактеризовать как более склонных соблюдать спокойствие и хладнокровие в неблагоприятных ситуациях, не поддающихся случайным колебаниям настроения, более самодостаточных, уверенных в своих силах, чувствующих себя хорошо приспособленными.

Сравнение структуры тревожности представителей подгрупп ПМПК и НПМПК показало наличие статистически значимо более высоких уровней общей личностной тревожности (5,9 и 2,7; $U=7,0$ при $p \leq 0,001$), ее астенического компонента (6,1 и 3,1; $U=20,0$ при $p \leq 0,001$), реакций социальной защиты (4,4 и 2,3; $U=55,5$ при $p \leq 0,029$), эмоционального дискомфорта (5,1 и 3,8; $U=52,0$ при $p \leq 0,020$) и тревожной оценки перспективы (5,4 и 2,5; $U=31,0$ при $p \leq 0,001$) у лиц, приверженных МПК. Это свидетельствует об их эмоциональной напряженности, общей озабоченности будущим на фоне повышенной эмоциональной чувствительности и пассивности.

Анализ копинг-стратегий показал, что в подгруппе ПМПК чаще всего ведущими стратегиями совладания являются «положительная переоценка» и «конфронтация», а в подгруппе НПМПК – «конфронтация» и «бегство-избегание».

Оценка среднегрупповой напряженности копинг-стратегий позволяет утверждать, что в обеих подгруппах она не выходит за рамки умеренной (от 40 до 60 Т-баллов). В подгруппе НПМПК в наибольшей степени напряжена неконструктивная стратегия «бегство-избегание» – реагирование по типу уклонения (отрицания проблемы, фантазирования, неоправданных ожиданий, отвлечения и т.п.) с возможностью быстрого снижения эмоционального напряжения в ситуации стресса, но невозможностью разрешения проблемы и вероятностью накопления трудностей. Наиболее напряженной в подгруппе ПМПК является относительно конструктивная копинг-стратегия «положительная переоценка», что значимо отличает их от НПМПК (57,4 и 42,1; $U=40,0$ при $p \leq 0,004$). Респонденты подгруппы ПМПК склонны преодолевать проблему за счет положительного переосмысления негативных переживаний, рассмотрения ее, как стимула для личностного роста, что в то же время снижает вероятность действенного разрешения ситуации.

Анализ выраженности и структуры комплаентности в подгруппах приверженных и неприверженных мер профилактики COVID-19 показал существенно более выраженную эмоциональную комплаентность лиц ПМПК по сравнению с НПМПК (31,1 и 15,4; $U=8,0$ при $p \leq 0,001$). Они импульсивны, впечатлительны, излишне беспокоятся о последствиях, стремятся безоговорочно слушаться рекомендаций, в то время как НПМПК более независимы, ориентированы на собственные решения и часто не согласны с мнением других, даже когда речь идет о профессионалах.

По результатам исследования фрустрационного реагирования в подгруппе ПМПК преобладали экстрапунитивные и импунитивные реакции с фиксацией на удовлетворении потребности, в подгруппе НПМПК – экстрапунитивные реакции с фиксацией на Эго-защите. Сравнение подгрупп по типам и направлениям реакций в ситуации фрустрации, а также коэффициенту групповой конформности значимых различий не выявило.

Корреляционный анализ выявил значимые взаимосвязи изученных показателей. Эмоционально нестабильные тревожные личности демонстрируют высокую степень эмоциональной комплаентности в отношении медицинских мер и рекомендаций ($\rho=0.611^{**}$), а также склонны положительно переоценивать проблемные ситуации ($\rho=0.506^{**}$).

Высокая поведенческая комплаентность прямо коррелирует с напряженностью копинг-стратегии «планирование решения проблемы» ($\rho=0.554^{*}$) и реагированием с

фиксацией на удовлетворении актуальной потребности в ситуации фрустрации ($\rho=0.404^*$), и обратно связана с выраженностью «эмоционального дискомфорта» в структуре личностной тревожности ($\rho=-0.439^*$) и типом фрустрационного реагирования с фиксацией на препятствии ($\rho=-0.438^*$). В то же время фиксация на препятствии в ситуации фрустрации – фактор, уменьшающий вероятность использования копинг-стратегии «дистанцирование» ($\rho=-0.438^*$).

Копинг-стратегия «планирование решения» и тревожная оценка перспективы имеют отрицательную взаимосвязь ($\rho=-0.391^*$). Поиск социальной поддержки как стратегия совладания высоко вероятен у лиц с выраженным «фобическим компонентом» личностной тревожности ($\rho=0.420^*$) и низким показателем интропунитивных реакций в ситуации фрустрации ($\rho=-0.383^*$).

ВЫВОДЫ

1. Лица, приверженные мерам профилактики COVID-19, по сравнению с обследованными, не склонными соблюдать МПК, имеют более высокий уровень личностной тревожности ($p\leq 0,001$), склонны испытывать слабость, усталость, тревогу по поводу возможных будущих негативных событий ($p\leq 0,05$), более эмоционально неустойчивы и чувствительны к средовым воздействиям, более импульсивны, их поведение в среднем в большей степени обусловлено ситуацией ($p\leq 0,001$).

2. Приверженные МПК лица значимо чаще выбирают в качестве стратегии сесс-совладания положительное переосмысление негативных переживаний, связанных со стрессогенной ситуацией ($p\leq 0,05$).

3. Лицами, приверженными МПК, ситуация обращения за медицинской помощью субъективно воспринимается как очень серьезная, врач является для них эмоционально значимой фигурой, они стремятся регулярно проходить осмотры, сильно беспокоятся о возможных негативных эффектах или последствиях терапии, всячески способствуют лечению, строго следуют врачебным рекомендациям ($p\leq 0,001$).

4. Тот факт, что выделенные психологические параметры (эмоциональная неустойчивость, тревожность, высокая эмоциональная комплаентность, предпочтение позитивной переоценки ситуации в качестве копинг-стратегии) характеризуют лиц, соблюдающих противоковидные меры, возможно, объясняется не только спецификой заболевания, но и отчасти тем, в какой форме транслируется информация о необходимости соблюдения МПК. В то же время такая форма подачи информации оказывается неэффективной в отношении мотивации лиц с другими психологическими характеристиками.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бузина Т.С. Социально-психологические аспекты лечебного процесса. / Т.С. Бузина, В.Н. Бузин. // Профилактическая медицина. – 2018. – № 4. – С. 20–24.
2. Кутумова О.Ю. Информированность населения о профилактике коронавирусной инфекции / О.Ю. Кутумова, А.И. Бабенко, Е.П. Пухова [и др.] // Современные проблемы здравоохранения и медицинской статистики. – 2020. – № 3. – С. 100–115.
3. «Не верю!» – социологический портрет ковид-диссидента : [сайт] / Проект КоронаФОМ. – 2020. – URL: <https://covid19.fom.ru/post/ne-veryu-sociologicheskij-portret-kovid-dissidenta> (дата обращения: 22.10.2023).
4. Practice of COVID-19 Prevention Measures and Associated Factors Among Residents of Dire Dawa City, Eastern Ethiopia: Community-Based Study / B. Amsalu, A. Guta, Z. Seyoum [et al.] // Journal of Multidisciplinary Healthcare. – 2021. – No. 14. – P. 219–228.
5. Knowledge, attitudes, and practices towards COVID-19 among Chinese residents during the rapid rise period of the COVID-19 outbreak: a quick online cross-sectional survey. / B.-L. Zhong, W. Luo, H.-M. Li [et al.] // International Journal of Biological Sciences. – 2020. – Vol. 16, No. 10. – P. 1745–1752.
6. World Health Organization. Coronavirus (COVID-19) Dashboard : [website] – Geneva. – URL: <https://covid19.who.int> (date of access: 4 November 04 2023).

REFERENCES

1. Buzina, T.S. and Buzin, V.N. (2018) "Social and psychological aspects of the treatment process", *The Russian Journal of Preventive Medicine*, No. 4, pp. 20–24.
2. Kutumova, O.Yu., Babenko, A.I., Pukhova, E.P. and Babenko, E.A. (2020) "Public awareness about the prevention of coronavirus infection", *Modern problems of health care and medical statistics*, No. 3, pp. 100–115.
3. "I don't believe it!" – sociological portrait of a Covid dissident" (2020), available at: <https://covid19.fom.ru/post/ne-veryu-sociologicheskij-portret-kovid-dissidenta> (accessed: 22 October 2023).
4. Amsalu, B., Guta, A., Seyoum, Z., Kassie, N. et al. (2021), "Practice of COVID-19 Prevention Measures and Associated Factors Among Residents of Dire Dawa City, Eastern Ethiopia: Community-Based Study", *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, No. 14, pp. 219–228.
5. Zhong, B.-L., Luo, W., Li H.-M., et al. (2020), "Knowledge, attitudes, and practices towards COVID-19 among Chinese residents during the rapid rise period of the COVID-19 outbreak: a quick online cross-sectional survey", *International Journal of Biological Sciences*, Vol. 16, No. 10, pp. 1745–1752.
6. World Health Organization. Coronavirus (COVID-19) Dashboard (2023), available at: <https://covid19.who.int> (accessed: 4 November 2023).

Контактная информация: e.g.kurbatova@samsmu.ru

Статья поступила в редакцию 13.11.2023

УДК 159.9.072:796.01

СПЕЦИФИКА СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ОСОБЕННОСТИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У СПОРТСМЕНОВ

Фанис Азгатович Мавлиев, кандидат биологических наук, старший научный сотрудник, **Дарья Константиновна Коровина**, студент, **Азат Мунирович Ахатов**, кандидат педагогических наук, профессор, Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Казань; **Наталья Викторовна Рылова**, доктор медицинских наук, профессор, заведующий лабораторией, Центр спортивной медицины и реабилитации им. А.И. Бурназяна, Москва; **Ильнар Марселевич Галиев**, кандидат технических наук, доцент, Казанский национальный исследовательский технологический университет, Казань

Аннотация

Специфика спортивной деятельности характеризуется соблюдением определенного режима питания, которое может сказываться на пищевом поведении спортсменов. Исследований, отражающих связь нарушения пищевого поведения с видом спорта и спортивным статусом недостаточно. В представленной работе изучались особенности пищевого поведения спортсменов разных видов спорта по трем шкалам, а также показателей тревожности, посредством анкетирования. Результаты позволили сделать вывод об отсутствии отличий между пищевым поведением действующих спортсменов разных видов спорта, но наличием отличий между группами видов спорта у бывших спортсменов. Наблюдалась положительная корреляция между пищевым поведением и тревожностью в группе бывших спортсменов.

Ключевые слова: пищевое поведение, спортсмены, неспортсмены, тревожность, голландский опросник пищевого поведения (DEBQ).

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.11.p518-522

SPECIFICITY OF SPORTS ACTIVITY AND PECULIARITIES OF EATING BEHAVIOR IN ATHLETES

Fanis Azgatovich Mavliev, candidate of biological sciences, senior researcher, **Daria Konstantinovna Korovina**, student, **Azat Munirovich Akhatov**, candidate of pedagogical sciences,