



# Психо-социальные аспекты пандемии COVID-19

---

НАБОЙЧЕНКО ЕВГЕНИЯ СЕРГЕЕВНА

доктор психологических наук, профессор главный  
внештатный клинический психолог Министерства  
здравоохранения Свердловской области

Психо-  
соматическое  
состояние 1210  
респондентов  
30.04.2020:  
**Он-лайн опрос**

- ✓ Стресс
- ✓ Депрессия
- ✓ Тревога

Психологические аспекты переживания Covid – 19

☐ Тревога – страх

Восприятие себя как потенциально больного. Страх перед неизвестностью.

☐ Социальная и ауто агрессия

Сбой регулятивных механизмов агрессивного поведения – синдром «ожидания беды».

☐ Психосоматические реакции

Формирование панических реакций и состояний, психо-эмоциональная нестабильность.

# Кем я хочу быть во время эпидемии Covid-19?

Автор: Robert L. Leahy  
Перевод: Павел Плясов



Ассоциация  
когнитивно-поведенческой  
психотерапии



# Основания исследования

---

Письмо «Руководителям медицинских организаций Свердловской области» No 03-01-82 от 27.05.2020 г.

## **ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ**

– изучение качественных показателей психосоциального здоровья медицинских работников (врачей и среднего медперсонала), оказывающих помощь пациентам в условиях пандемии коронавирусной инфекции COVID-19, в рамках профилактики возникновения патологических стресс-реакций и невротических расстройств

# База исследования

---

Проведено с 24.05.2020 г. по 08.06.2020 г.

## **«КОВИДНЫЕ» ОТДЕЛЕНИЯ СТАЦИОНАРОВ**

- ГБУЗ СО «Свердловский областной клинический психоневрологический госпиталь для ветеранов войн»,
- ГАУЗ СО «Свердловская областная клиническая больница N 1»,
- МБУЗ «Центральная городская клиническая больница N 6»,
- МАУЗ «Центральная городская больница N 20»,
- МБУЗ «Центральная городская клиническая больница N 24»,
- МАУЗ «Городская клиническая больница N 40» (г. Екатеринбург),
- ГБУЗ СО «Городская инфекционная больница города Нижний Тагил»,
- ГАУЗ СО «Городская больница города Асбест»,
- ГАУЗ СО «Верхне-пышминская центральная городская больница имени П.Д. Бородина».

# Электронная анкета

---

В основу положен сокращенный Симптоматический опросник А.Н. Волкова, Н.Е. Водопьяновой «Самочувствие в экстремальных условиях»

- 30 вопросов-утверждений, требующих однозначного ответа, выраженного в дихотомии «да/нет»
- 6 вопросов-утверждений «шкалы лжи», ориентированных на оценку искренности и правдивости утверждений респондентов

373 респондента

- Врачи – 86 человек
- Средний медперсонал – 287 человек

# Субъективное восприятие нарушения самочувствия

---

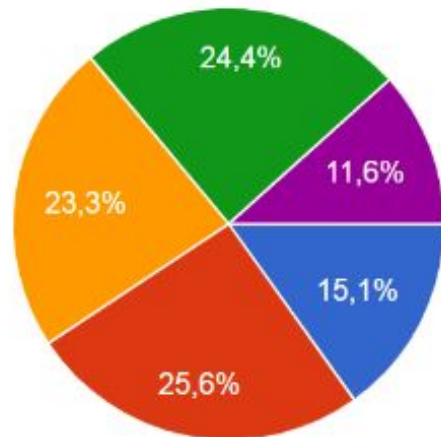
Анкета позволяет выявить

- психофизическое истощение (сниженная психическая и физическая активность)
- нарушение волевой регуляции
- неустойчивость эмоционального фона и настроения (эмоциональная неустойчивость)
- нарушение сна
- тревога и страхи
- шкала «лжи»

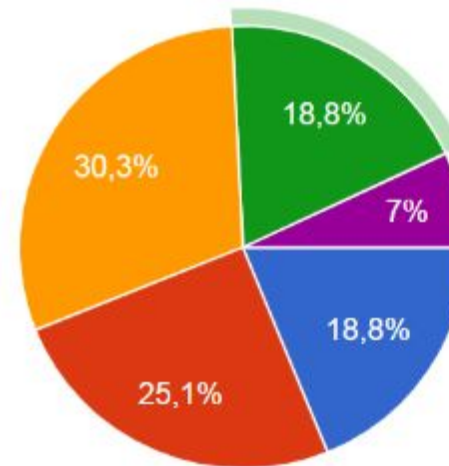
# Распределение по возрасту

---

ВРАЧИ



СРЕДНИЙ МЕДПЕРСОНАЛ





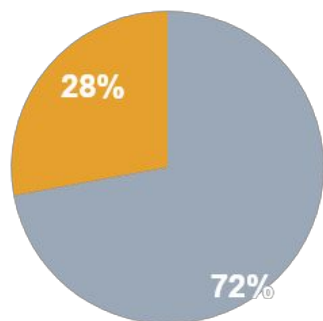
# Результаты по шкале «ЛЖИ»

---

Каждый четвертый опрошенный врач (**24 чел., 27,9%**) дает необъективную самооценку своего психологического состояния

## Врачи

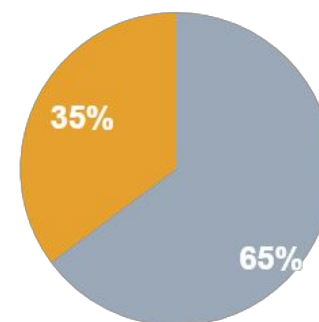
- менее 3 совпадений со шкалой
- более 3 совпадений со шкалой



Более трети опрошенных **средних медработников (101 чел., 35,2%)** дает необъективную самооценку своего психологического состояния

## Средний медперсоl

- менее 3 совпадений со шкалой
- более 3 совпадений со шкалой



# Общая оценка показателей психологической устойчивости

---

- все опрошенные оценивают свой уровень психологической устойчивости как «высокий» (диапазон набранных баллов – от 0 до 1)
- состояние адаптированности к экстремальным ситуациям – как «хорошее»

Медицинские работники переоценивают уровень стабильности своего психосоциального состояния, что свидетельствует о необходимости развития психологической службы в лечебно-профилактических учреждениях, ориентированной на работу с врачами и средним медицинским персоналом, задействованными в лечении и уходе за больными COVID-19

# Оценка показателей невротизации по шкалам

---

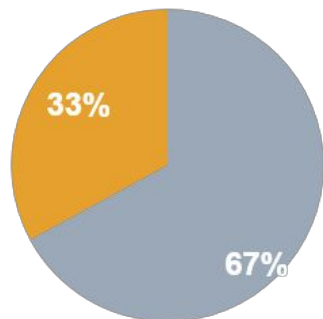
# Психофизиологическая усталость

---

Психофизиологическая усталость по усредненному показателю присутствует почти у трети опрошенных врачей – 28 чел. (32,9%)

## Врачи

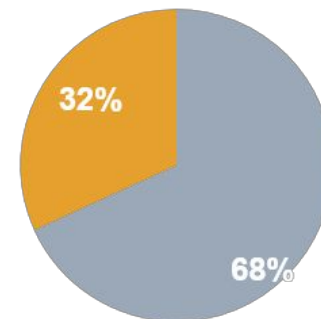
- нет признаков психофизиологической усталости
- есть признаки психофизиологической усталости



психофизиологическая усталость по усредненному показателю присутствует у чуть менее трети опрошенных средних медицинских работников – 91 чел. (31,8%)

## Средний медперсонал

- нет признаков психофизиологической усталости
- есть признаки психофизиологической усталости



## Психофизическая усталость

является одним из основных признаков профессионального выгорания, возникающего в результате внутренней аккумуляции отрицательных эмоций без соответствующей «разрядки», или «освобождения» от них и ведущего к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов человека и притуплению положительных эмоций

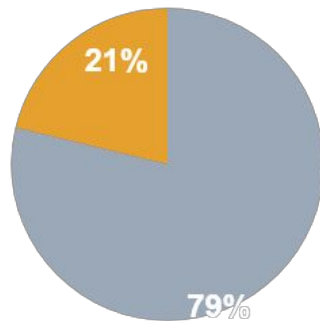
# Нарушения воли

---

нарушение воли по усредненному показателю присутствует у каждого пятого опрошенного врача – 18 чел. (20,9%)

## Врачи

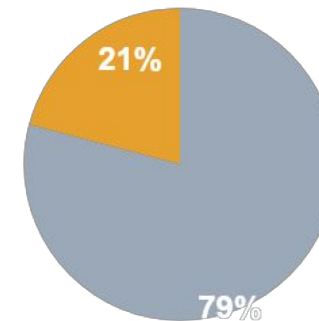
- нет признаков нарушения воли
- есть признаки нарушения воли



нарушение воли по усредненному показателю присутствует у пятой части опрошенных средних медработников – 61 чел. (21,2%)

## Средний медперсонал

- нет признаков нарушения воли
- есть признаки нарушения воли



# Нарушения ВОЛИ

Тенденция в испытывать трудности в управлении своими мыслями и желаниями, а также при необходимости сконцентрироваться на одном деле или действиях

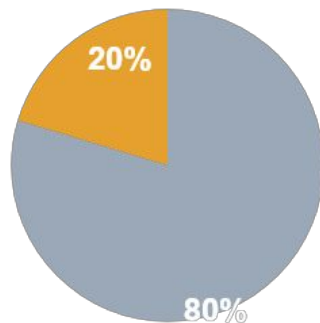
# Эмоциональная неустойчивость

---

Эмоциональная неустойчивость по усредненному показателю присутствует у каждого пятого опрошенного врача – 17 чел. (20,35%)

## Врачи

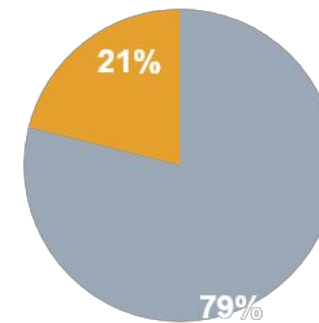
■ нет признаков неустойчивости  
■ есть признаки неустойчивости



Эмоциональная неустойчивость по усредненному показателю присутствует у каждого пятого опрошенного среднего медработника – 60 чел. (21,1%)

## Средний медперсонал

■ нет признаков неустойчивости  
■ есть признаки неустойчивости





# Эмоциональна я неустойчивость

Характерны перепады настроения, импульсивные поступки и слова, ослабленный контроль над собой

Свойственны следующие признаки

- повышенная раздражительность (человек может вывести из себя любая мелочь)
- спонтанные вспышки гнева, так называемое состояние аффекта
- частые, порой абсолютно неосознанные, перепады настроения
- неспособность себя контролировать и управлять своим поведением

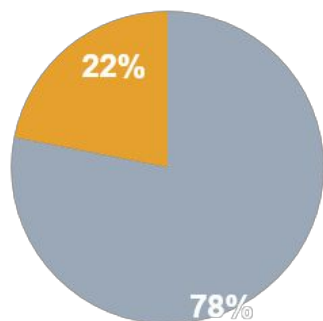
# Нарушения сна

---

нарушения сна по усредненному показателю присутствуют более чем у пятой части опрошенных врачей – у 18 чел. (21,9%)

## Врачи

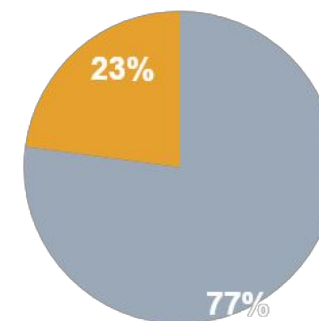
■ нет признаков нарушения сна  
■ есть признаки нарушения сна



нарушения сна по усредненному показателю присутствуют почти у четверти опрошенных средних медработников – у 66 чел. (22,9%)

## Средний медперсонал

■ нет признаков нарушения сна  
■ есть признаки нарушения сна



# Нарушения сна

Могут существенно ухудшать качество жизни

- человек становится раздражительным
- теряет работоспособность
- полноценно не высыпается
- испытывает упадок сил
- вынужден пользоваться стимуляторами энергии или, наоборот, снотворными средствами

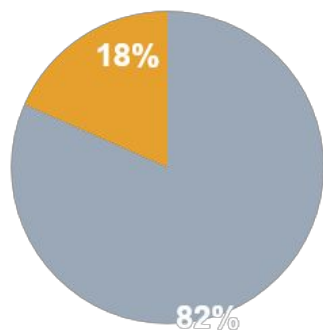
# Тревога и страхи

---

тревога и страхи по усредненному показателю присутствуют почти у пятой части опрошенных врачей – у 15 чел. (18,4%)

## Врачи

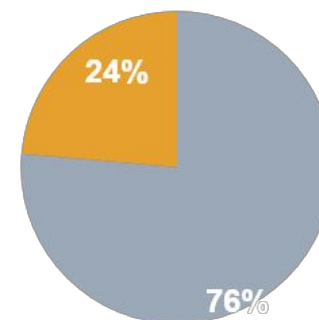
- нет признаков тревоги и страхов
- есть признаки тревоги и страхов



тревога и страхи по усредненному показателю присутствуют почти четверти опрошенных средних медработников – у 68 чел. (23,6%)

## Средний медперсонал

- нет признаков тревоги и страхов
- есть признаки нарушения сна



# Тревога и страхи

Тревога является естественным чувством опасения относительно угрозы, которое позволяет ее заметить и принять необходимые меры

Патологические состояния характеризуются переживаниями, несоответствующими причине, которые являются источником страданий и нарушают функционирование

# Выводы

---



# Общая оценка

---

В психосоциальной помощи и психокоррекционных мероприятиях по различным показателям нарушений и невротизации нуждается от 1/5 до 1/3 медицинских работников

Опрошенные склонны к чувству вины за происходящее, имеют повышенный уровень личностной и ситуационной тревожности, что неизбежно приводит к снижению стрессоустойчивости, и способствует возникновению у них в обозримом будущем ряда психосоматических заболеваний



# Общая оценка

---

Как врачи, так и средний медицинский персонал переоценивают уровень стабильности своего эмоционального состояния, недооценивают степень психофизического истощения

Уровень психологической устойчивости у врачей и средних медицинских работников достаточно низкий: состояние адаптированности к экстремальным ситуациям неудовлетворительно

# Общая оценка

---

У трети испытуемых зафиксирована повышенная истощаемостью и невротизация, утрата важнейших ориентиров и ценностей, что сопровождается крайне негативными и интенсивными внешними и внутренними эмоциями

В наибольшей степени показатели невротизации выражены у средних медицинских работников (психофизическая усталость, тревога, страхи), что во многом обусловлено спецификой выполняемых должностных обязанностей

# 55 человек перенесших Covid -19

---

1. СТРАХ снова заболеть и заразить своих близких, дышать;
2. Повышенную раздражительность и эмоциональная лабильность;
3. Когнитивные нарушения: внимание и память.

# Общая оценка: выводы

---

1. Социальное неравенство, социальная незащищенность, социальные связи.
2. Психологические проблемы не только личности, но и в обществе в целом (ментальная инфекция).
3. Цифровой разрыв.
4. СМИ: польза или вред?
5. Отдаленные последствия (психологические, экономические, физические).

СТРАДАЕТ **КАЧЕСТВО ЖИЗНИ**: ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ + ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ + МАТЕРИАЛЬНОЕ + МЕНТАЛЬНОЕ (метафизически-духовный компонент).

# Спасибо за внимание!

---