



Wydział Psychologii
Uniwersytetu Warszawskiego



UNIwersytet
Warszawski

Pracownicy ochrony zdrowia w trakcie pandemii

Raport nr 21 z badania przeprowadzonego na Wydziale Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego podczas epidemii COVID-19 w 2020 r.

BADANIE

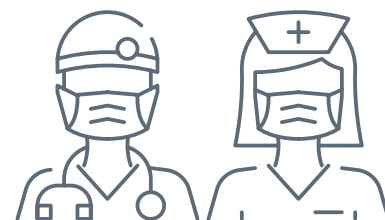
Funkcjonowanie emocjonalne i zawodowe pracowników służby zdrowia w trakcie pandemii COVID-19

CEL

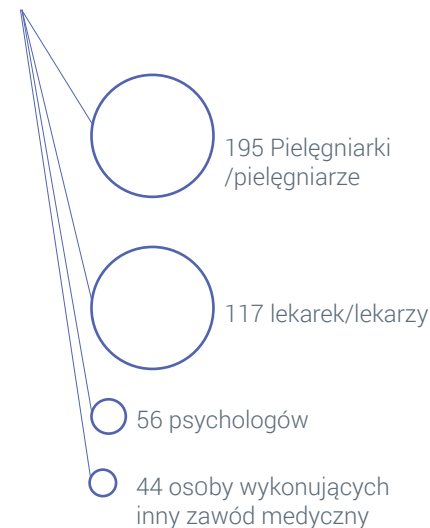
Pandemia COVID-19 wiąże się poważnymi zagrożeniami dla zdrowia i życia oraz negatywnymi konsekwencjami psychologicznymi. Szczególnie zagrożona jest grupa pracowników ochrony zdrowia ze względu na skalę wyzwań, poziom obciążenia psychicznego i presji w pracy. Celem niniejszego projektu było zbadanie uwarunkowań i nasilenia objawów depresji i lęku u pracowników ochrony zdrowia.

METODA

W badaniu wzięło udział 412 pracowników ochrony zdrowia, o średniej wieku 36,63 (odchylenie standardowe 11,76). Najliczniejszą grupą przebadanych osób były pielęgniarki/pielęgniarze (n = 195), a następnie lekarki/lekarze (n = 117), psychologowie (n = 56) oraz osoby wykonujące inny zawód medyczny (np. ratownicy medyczni, diagności; n = 44). Większość osób badanych pracowała w oddziale szpitalnym i miała umowę o pracę oraz określiła, że w ich miejscu pracy dokonano znacznych reorganizacji, co wiązało się ze znaczącymi dodatkowymi obciążeniami i obowiązkami. Nasilenie objawów depresji i lęku w okresie letnim i jesiennym 2020 roku porównano z próbą z populacji generalnej zbadaną w ramach panelu internetowego.



412 osób



WYNIKI

Wśród przebadanych osób z ochrony zdrowia aż 88 osób (24%) znajdowało się w grupie ryzyka klinicznego nasilenia objawów depresji¹ i aż 116 osób (34%) znajdowało się w grupie ryzyka klinicznego nasilenia zespołu lęku uogólnionego.

24%
ryzyko klinicznego nasilenia depresji

34%
ryzyko klinicznego nasilenia lęku uogólnionego

W całej badanej grupie pracowników ochrony zdrowia **wyższy poziom obaw, jak i przeżywanych trudności w pracy wiązały się z wyższym nasileniem negatywnych emocji**, objawów depresji i lęku uogólnionego.

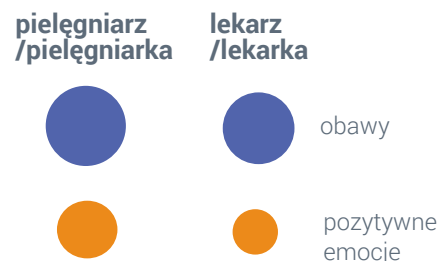


Poziom obaw oraz poczucie przeżywanych trudności w pracy wiązały się ujemnie ze współczuciem do siebie (łagodność, wyrozumiałość i życzliwość wobec siebie), wyczerpaniem (objawem wypalenia zawodowego) i emocjami pozytywnymi (tylko w przypadku trudności, czyli np. im wyższe współczucie do siebie, tym niższy poziom obaw i niższe poczucie przeżywanych trudności w związku z pracą).



Okazało się również, że im wyższe jest współczucie do siebie u badanych pracowników służby zdrowia, tym słabszy jest związek obaw i trudności z objawami depresji. Innymi słowy, **zdolność do przeżywania współczucia do siebie mogła chronić pracowników ochrony zdrowia przed doświadczaniem objawów depresji** w czasie pandemii COVID-19.

Pielęgniarki/pielęgniarze przejawiali najwyższy poziom zarówno obaw (poczucia zagrożenia), jak i depresyjności oraz lęku uogólnionego (istotnie wyższy niż lekarze); co ciekawe, przejawiali jednak istotnie więcej pozytywnych emocji niż lekarze/lekarki.



Nasilenie objawów depresji i lęku uogólnionego w okresie wakacyjnym u pielęgniarek/pielęgniarzy było istotnie wyższe niż w populacji generalnej. Dodatkowo, pielęgniarki/pielęgniarze przejawiali wyższe nasilenie objawów lęku uogólnionego w okresie jesiennym niż osoby z populacji ogólnej.

Poziom objawów depresji u psychologów był niższy w porównaniu do tego prezentowanego przez populację generalną w okresie wakacyjnym i jesiennym.



¹ Jako punkt odcięcia klinicznie istotnego nasilenia objawów depresji przyjęto wynik w kwestionariuszu PHQ-9 > 12 punktów, kierując się polskimi wynikami badań (Kokoszka i in., 2016).



Wydaje się, że interwencje psychologiczne, które rozwijają i podnoszą poziom współczucia do siebie (życzliwości i łagodności do samego siebie) u pracowników ochrony zdrowia, takie jak interwencje oparte na uważności (np. Terapia Poznawcza Oparta na Uważności, MBCT), mogą chronić ich przed negatywnymi emocjonalnie skutkami stresorów związanych z takimi wyzwaniami, jak pandemia COVID-19. Potrzeba dalszych badań w tym zakresie.

ZESPÓŁ

Kierownik projektu: dr hab. Paweł Holas

Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski

dr hab. Małgorzata Gambin, prof. dr hab. Ewa Pisula,
dr hab. Karolina Hansen, dr hab. Grażyna Kmita,
prof. dr hab. Emilia Łojek, dr hab. Kamila Matusiewicz,
dr Monika Prusik oraz studentki Angelika Szypulska
i Weronika Kowalska

PRZECZYTAJ WIĘCEJ

Na podstawie wyników opisywanego badania aktualnie przygotowane są publikacje.

KONTAKT



dr hab. Paweł Holas

✉ pawel.holas@psych.uw.edu.pl

**WYDZIAŁ PSYCHOLOGII
UNIwersYTETU WARSZAWSKIEGO**

✉ promocja@psych.uw.edu.pl

f [WydzialPsychologiiUW](https://www.facebook.com/WydzialPsychologiiUW)

🏠 psych.uw.edu.pl

**BIURO PRASOWE
UNIwersYTETU WARSZAWSKIEGO**

✉ media@uw.edu.pl

f [fanpageUW](https://www.facebook.com/fanpageUW)

🏠 uw.edu.pl

Więcej informacji na: covid.psych.uw.edu.pl



Wydział Psychologii
Uniwersytetu Warszawskiego



UNIwersYTET
WARSZAWSKI