

Doświadczenie pandemii COVID-19 w Polsce



UNIWERSYTET
IM. ADAMA MICKIEWICZA
W POZNANIU
Wydział Psychologii i Kognitywistyki

środa 16 września 2020

godz. 11.00-13.00

SESJA 2: PANDEMIA JAKO ŹRÓDŁO STRESU

przewodniczenie: prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera

SPIS REFERATÓW

Sposoby radzenia sobie ze stresem w sytuacji pandemii COVID-19, w Polsce i na świecie (Rosja, Gruzja, Turcja, Niemcy, Serbia, Kosowa, Albania, Rumunia, Wielka Brytania)

prof. UAM dr hab. Ewa Karmolińska-Jagodzik, dr Anna Gulczyńska

Wydział Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

lek. med. Ewa Dobiąła

World Association for Positive and Transcultural Psychotherapy

dr Joanna Ławicka

Fundacja Prodeste

Polina Efenova, Ivan Kirillov

WAPP

Podstawowe potrzeby psychologiczne, stres i radzenie sobie – analiza porównawcza doświadczeń okresu przedepidemicznego i epidemicznego

prof. dr hab. Ryszard Poprawa, dr Bianka Lewandowska, mgr Marta Rokosz, mgr Katarzyna Tabiś, Maciej Barański

Institut Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego

Funkcjonowanie dorosłych podczas pandemii covid-19 z perspektywy reagowania na stres, orientacji pozytywnej i poczucia sensu w życiu

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera, dr Izabela Stankowska-Mazur, mgr Kamil Janowicz

Wydział Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Zdrowie psychiczne, czynniki stresowe i sposoby radzenia sobie w grupie osób objętych obowiązkową kwarantanną – doniesienie wstępne

dr Marta Mrozowicz-Wrońska, Marta Koczurek

Wydział Filozoficzny Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie

mgr Katarzyna Ślosarczyk

Szpital Uniwersytecki w Krakowie

dr Katarzyna Cyranka

Katedra Psychiatrii Uniwersytetu Jagiellońskiego - Collegium Medicum

Lęk w koronie. Ocena związków pomiędzy wybranymi zasobami odpornościowymi, lękiem przed SARS-CoV-2, uporczywym myśleniem nt. COVID-19 a skutkami traumy

mgr Sebastian Skalski

Institut Psychologii Polskiej Akademii Nauk w Warszawie

mgr Patrycja Uram, dr Paweł Dobrakowski

Institut Psychologii Wyższej Szkoły Humanitas w Sosnowcu

prof. dr hab. Anna Kwiatkowska

Institut Psychologii Polskiej Akademii Nauk w Warszawie

Patronaty Honorowe



Patronat Honorowy
REKTORA UNIWERSYTETU
IM. ADAMA MICKIEWICZA
W POZNANIU



MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA
WIELKOPOLSKIEGO
MAREK WOŹNIAK

POZnań*

Patronat Honorowy
Prezydenta Miasta Poznania



Komitet Naukowy

prof. dr hab. Władysław Jacek Paluchowski

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera

prof. dr hab. Eleonora Bielawska Batorowicz

prof. UO dr hab. Anna Bokszczanin

prof. SWPS dr hab. Ewa Gruszczyńska

prof. dr hab. Władysław Łosiak

prof. dr hab. Piotr Oleś

prof. dr hab. Helena Sęk

prof. dr hab. Jan F. Terelak

prof. dr hab. Bogdan Zawadzki

Komitet Organizacyjny

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera

dr Izabela Stankowska-Mazur

mgr Szymon Bręński

mgr Joanna Matuszczak-Świgoń

mgr Monika Wysota

mgr Kamil Janowicz

Doświadczenie pandemii COVID-19 w Polsce



środa 16 września 2020

godz. 11.00-13.00

SESJA 2: PANDEMIA JAKO ŹRÓDŁO STRESU

OPIS REFERATÓW

Sposoby radzenia sobie ze stresem w sytuacji pandemii COVID-19, w Polsce i na świecie (Rosja, Gruzja, Turcja, Niemcy, Serbia, Kosowa, Albania, Rumunia, Wielka Brytania)

prof. UAM dr hab. Ewa Karmolińska-Jagodzik, dr Anna Gulczyńska

Wydział Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

lek. med. Ewa Dobiąła

World Association for Positive and Transcultural Psychotherapy

dr Joanna Ławicka

Fundacja Prodeste

Polina Efrenova, Ivan Kirillov

WAPP

Wprowadzenie: Sytuacja pandemii wywołanej przez Covid-19 w znaczący sposób wpłynęła na funkcjonowanie ludzi w Polsce i na całym świecie. Będąc aktualnym wyzwaniem współczesnego człowieka, uruchomiła potrzebę radzenia sobie z kryzysem zarówno całych społeczeństw jak i poszczególnych osób. Globalne zagrożenie zdrowia ludności spowodowało włączenie przez doświadczające go osoby różnych reakcji adaptacyjnych i sposobów radzenia sobie ze stresem.

Metoda: Wystąpienie obejmuje analizę badań przeprowadzonych w Polsce i na świecie (w krajach: Rosja, Gruzja, Turcja, Niemcy, Serbia, Kosowa, Albania, Rumunia, Wielka Brytania), tym samym narzędziem, przy użyciu metody sondażu online (CAWI), z zastosowaniem techniki ankiety autorskiej oraz wystandaryzowanych testów: Test Becka – skala depresji i Testu PSS-10 Autorstwa: Cohen, Kamarck, Mermelstein. Polska adaptacja: Juczyński, Ogińska-Bulik.

Wnioski: Analiza przedstawionych wyników badań stanowić będzie ciekawy obraz reakcji poszczególnych grup społecznych, w różnych krajach na sytuację pandemii i związanego z nią doświadczanego stresu.

Podstawowe potrzeby psychologiczne, stres i radzenie sobie – analiza porównawcza doświadczeń okresu przedepidemicznego i epidemicznego

dr hab. Ryszard Poprawa, dr Bianka Lewandowska, mgr Marta Rokosz, mgr Katarzyna Tabiś, Maciej Barański

Instytut Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego

Wprowadzenie: Globalna epidemia wywołana koronawirusem SARS-CoV-2 spowodowała na całym świecie, a także w Polsce, deprywację i zagrożenia oraz wymusiła wprowadzenie drastycznych restrykcji.

Cel: Celem badania było poznanie skutków epidemii dla zaspokajania i frustracji podstawowych potrzeb psychologicznych, poziomu doświadczanego stresu i stosowanych strategii radzenia sobie.

Metoda: Porównano wyniki grupy kontrolnej (N = 626; wiek od 18 do 40) z okresu bezpośrednio poprzedzającego epidemię, z wynikami grupy epidemicznej (N = 282; w wieku od 17 do 44). Użyto BPNS&FS Chen i in. (2015), PSS Cohena i in. (1983) oraz COPE Carvera i in. (1989).

Wyniki: U kobiet z grupy epidemicznej potrzeby autonomii i kompetencji były słabiej zaspokajane i bardziej sfrustrowane niż w grupie kontrolnej, natomiast mężczyźni z grupy epidemicznej różnili się od grupy kontrolnej jedynie wyższą frustracją autonomii. Kobiety z grupy epidemicznej doświadczały wyższego poziomu stresu niż w grupie kontrolnej, ale tendencja ta nie pojawiła się u mężczyzn. Stwierdzono istotne różnice między porównywanymi grupami w preferencjach strategii radzenia sobie. Grupa epidemiczna charakteryzowała się wyjątkowym nasileniem strategii: akceptacji, psychicznego uwalniania się, powstrzymywania się, pozytywnego przewartościowania, wykorzystywania emocjonalnego wsparcia i humoru.

Wnioski: Stwierdzone tendencje są zgodne z wcześniej udokumentowanymi reakcjami na niekontrolowane, krytyczne stresory oraz wskazują na adaptacyjność podejmowanych wysiłków radzenia sobie. Dyskutowane są kwestie różnic w doświadczaniu stresu, strategiach radzenia sobie oraz w zaspokojeniu i frustracji podstawowych potrzeb psychologicznych między kobietami i mężczyznami.

Patronaty Honorowe



Patronat Honorowy
REKTORA UNIWERSYTETU
IM. ADAMA MICKIEWICZA
W POZNANIU



MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA
WIELKOPOLSKIEGO
MAREK WOŹNIAK

POZnań*

Patronat Honorowy
Prezydenta Miasta Poznania



Komitet Naukowy

prof. dr hab. Władysław Jacek
Paluchowski

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera

prof. dr hab. Eleonora Bielawska Batorowicz

prof. UO dr hab. Anna Bokszczanin

prof. SWPS dr hab. Ewa Gruszczyńska

prof. dr hab. Władysław Łosiak

prof. dr hab. Piotr Oleś

prof. dr hab. Helena Sęk

prof. dr hab. Jan F. Terelak

prof. dr hab. Bogdan Zawadzki

Komitet Organizacyjny

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera

dr Izabela Stankowska-Mazur

mgr Szymon Bręński

mgr Joanna Matuszczak-Świgoń

mgr Monika Wysota

mgr Kamil Janowicz

Doświadczenie pandemii COVID-19 w Polsce



UNIWERSYTET
IM. ADAMA MICKIEWICZA
W POZNANIU
Wydział Psychologii i Kognitywistyki

środa 16 września 2020

godz. 11.00-13.00

SESJA 2: PANDEMIA JAKO ŹRÓDŁO STRESU

OPIS REFERATÓW

Funkcjonowanie dorosłych podczas pandemii covid-19 z perspektywy reagowania na stres, orientacji pozytywnej i poczucia sensu w życiu

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera, dr Izabela Stankowska-Mazur, mgr Kamil Janowicz

Wydział Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Wprowadzenie: Pandemia covid-19, która objęła wszystkie kontynenty poza Antarktydą, wywołuje szereg zmian społecznych i ekonomicznych (Nicola i in., 2020). Z perspektywy psychologicznej kojarzy się z sytuacją trudną lub stresogenną, co wynika przede wszystkim z braku równowagi między wyzwaniami przed którymi stoi jednostka (m.in. izolacja społeczna, praca zdalna, edukacja domowa, utrata lub zmniejszenie dochodu) a zasobami pozwalającymi na radzenia sobie z nimi. Sposób doświadczania pandemii ujawnia zróżnicowane reakcje – od silnego lęku w postaci coronafobii, po lekceważenie ryzyka i brak ostrożności (Asmundson i Taylor, 2020). Przewiduje się ponadto „równoległą pandemię” ostrych zaburzeń stresowych, szczególnie wśród pacjentów z wcześniejszymi zaburzeniami psychicznymi (Mucci i in., 2020).

Długotrwałe doświadczanie trudności ma znaczenie dla poczucia sensu życia (George i Park, 2016). Z kolei orientacja pozytywna, która stanowi ogólną skłonność do pozytywnego nastawienia wobec doświadczeń życiowych, wyraża tendencję do pozytywnego spostrzegania i oceniania życia oraz samego siebie, pomimo porażek i trudności. Dotychczasowe badania wskazują na szereg zależności między orientacją pozytywną a jakością życia, spostrzeganym wsparciem społecznym, stanem zdrowia, czy poczuciem sensu życia (Sobol-Kwapińska, 2019).

Cel: W referacie zostaną przedstawione niektóre wyniki pierwszego etapu badań longitudinalnych, których celem jest sprawdzenie czy, a jeśli tak to w jakim stopniu, po pandemii nastąpi zmiana w zakresie wybranych parametrów funkcjonowania dorosłych.

Metoda: Aktualne wyniki (N=590, 67% kobiet) odnoszą się do obaw i reakcji na stres, poczucia sensu w życiu i orientacji pozytywnej dorosłych w różnym wieku (M=29,9 SD=9,8) i o zróżnicowanym statusie rodzinnym (m.in. osoby w związkach intymnych n=225; rodzice n=187) w czasie pandemii (pomiar: 10.05.-10.06.2020). W badaniu zastosowano Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem Mini-COPE, Skalę Orientacji Pozytywnej i Kwestionariusz Poczucia Sensu w Życiu oraz pytania o doświadczenia związane z pandemią.

Wnioski: Uzyskane wyniki wskazują, że w związku z pandemią dorośli najbardziej obawiają się o zdrowie najbliższych i sytuację gospodarczą w kraju. Przeprowadzone analizy wykazały liczne zależności pomiędzy oceną samopoczucia i stanu zdrowia oraz zmianami w atmosferze w rodzinie a orientacją pozytywną, strategiami radzenia sobie i poczuciem sensu w życiu.

Patronaty Honorowe



Patronat Honorowy
REKTORA UNIWERSYTETU
IM. ADAMA MICKIEWICZA
W POZNANIU



MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA
WIELKOPOLSKIEGO
MAREK WOŹNIAK

POZnań*

Patronat Honorowy
Prezydenta Miasta Poznania



Komitet Naukowy

prof. dr hab. Władysław Jacek
Paluchowski

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera
prof. dr hab. Eleonora Bielańska Batorowicz
prof. UO dr hab. Anna Bokszczanin
prof. SWPS dr hab. Ewa Gruszczyńska
prof. dr hab. Władysław Łosiak
prof. dr hab. Piotr Oleś
prof. dr hab. Helena Sęk
prof. dr hab. Jan F. Terelak
prof. dr hab. Bogdan Zawadzki

Komitet Organizacyjny

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera
dr Izabela Stankowska-Mazur
mgr Szymon Bręński
mgr Joanna Matuszczak-Świgoń
mgr Monika Wysota
mgr Kamil Janowicz

Doświadczenie pandemii COVID-19 w Polsce



UNIWERSYTET
IM. ADAMA MICKIEWICZA
W POZNANIU
Wydział Psychologii i Kognitywistyki

środa 16 września 2020

godz. 11.00-13.00

SESJA 2: PANDEMIA JAKO ŹRÓDŁO STRESU

OPIS REFERATÓW

Zdrowie psychiczne, czynniki stresowe i sposoby radzenia sobie w grupie osób objętych obowiązkową kwarantanną – doniesienie wstępne

dr Marta Mrozowicz-Wrońska, Marta Koczurek

Wydział Filozoficzny Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie

mgr Katarzyna Ślosarczyk

Szpital Uniwersytecki w Krakowie

dr Katarzyna Cyranka

Katedra Psychiatrii Uniwersytetu Jagiellońskiego - Collegium Medicum

Wprowadzenie: W związku z epidemią COVID-19 w Polsce obecnie ponad 90 tysięcy osób podlega obowiązkowej kwarantannie. Ta liczba od wielu tygodni rośnie wraz z wykrywaniem kolejnych ognisk zachorowań. Sytuacja osób, które muszą odbyć nakazaną przez Sanepid kwarantanną jest szczególna. Muszą one poddać się całkowitej izolacji, od której nie ma wyjątków, co wyklucza samodzielne dbanie o podstawowe potrzeby i narzuca nowe reguły życia codziennego. Ponadto osoby te podlegają stałej kontroli policji, a za złamanie kwarantanny grożą im duże kary pieniężne oraz konsekwencje prawne. Często kwarantanną objęte są całe gospodarstwa domowe. Obecnie, większość z osób objętych kwarantanną miała kontakt z osobą zakażoną COVID-19, co dodatkowo wiąże się z niepewnością co do stanu własnego zdrowia.

Metoda: W ramach projektu badawczego poświęconego psychologicznym aspektom doświadczenia kwarantanny zebrano 31 nieustrukturyzowanych wywiadów z osobami, które na podstawie decyzji Sanepidu musiały przebywać w kwarantannie domowej. 18 osób odbywało kwarantannę po powrocie z zagranicy (12K, 6M), 9 po kontakcie z osobą zakażoną (7K, 2M) a 4 w związku z pozytywnym wynikiem testu na COVID-19 (3K, 1M). Wywiady (trwające od 45 do 90 minut) prowadzone były przez doświadczonych psychologów klinicznych. Badanych proszono o swobodne opowiedzenie o swojej kwarantannie – o jej przyczynach; o jej przebiegu; o tym, jakie wiązały się z nią odczucia. Badanych pytano także jak kwarantanna wpłynęła na ich samopoczucie psychiczne i fizyczne.

Wyniki: W referacie przedstawione zostaną wstępne dane dotyczące zgłaszanych przez badanych objawów subklinicznych związanych z kwarantanną. Omówione zostaną także potencjalne czynniki stresowe i możliwe sposoby radzenia sobie z nimi. Dane przygotowano na podstawie krótkich ankiet wypełnianych przez osoby prowadzące badanie w czasie wywiadu oraz na podstawie skróconych opisów każdego wywiadu przygotowanych po ponownym przesłuchaniu nagrań. Wstępne analizy tego materiału wskazują, że kwarantanna była dla części badanych stresującym doświadczeniem, które wiązało się z dużą niepewnością. Zgłaszali oni m.in. objawy o charakterze depresyjnym, nasilony lęk oraz pogorszenie samopoczucia fizycznego o możliwym podłożu psychosomatycznym. Ze względu na to, że projekt jest cały czas w toku i nadal prowadzone są wywiady, referat będzie miał charakter doniesienia wstępnego. Pełna analiza wszystkich transkrypcji planowana jest w dalszych etapach projektu.

Patronaty Honorowe



Patronat Honorowy
REKTORA UNIWERSYTETU
IM. ADAMA MICKIEWICZA
W POZNANIU



MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA
WIELKOPOLSKIEGO
MAREK WOŹNIAK

POZnań*

Patronat Honorowy
Prezydenta Miasta Poznania



Komitet Naukowy

prof. dr hab. Władysław Jacek
Paluchowski

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera

prof. dr hab. Eleonora Bielawska Batorowicz

prof. UO dr hab. Anna Bokszczanin

prof. SWPS dr hab. Ewa Gruszczyńska

prof. dr hab. Władysław Łosiak

prof. dr hab. Piotr Oleś

prof. dr hab. Helena Sęk

prof. dr hab. Jan F. Terelak

prof. dr hab. Bogdan Zawadzki

Komitet Organizacyjny

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera

dr Izabela Stankowska-Mazur

mgr Szymon Bręński

mgr Joanna Matuszczak-Świgoń

mgr Monika Wysota

mgr Kamil Janowicz

Doświadczenie pandemii COVID-19 w Polsce



UNIWERSYTET
IM. ADAMA MICKIEWICZA
W POZNANIU
Wydział Psychologii i Kognitywistyki

środa 16 września 2020

godz. 11.00-13.00

SESJA 2: PANDEMIA JAKO ŹRÓDŁO STRESU

OPIS REFERATÓW

Lęk w koronie. Ocena związków pomiędzy wybranymi zasobami odpornościowymi, lękiem przed SARS-CoV-2, uporczywym myśleniem nt. COVID-19 a skutkami traumy

mgr Sebastian Skalski

Instytut Psychologii Polskiej Akademii Nauk w Warszawie

mgr Patrycja Uram, dr Paweł Dobrakowski

Instytut Psychologii Wyższej Szkoły Humanitas w Sosnowcu

prof. dr hab. Anna Kwiatkowska

Instytut Psychologii Polskiej Akademii Nauk w Warszawie

Cel: Celem niniejszego badania (Próba A: N = 515, Próba B: N = 356) była ocena związków pomiędzy: sprężystością psychiczną, wsparciem społecznym, lękiem przed SARS-CoV-2, uporczywym myśleniem na temat COVID-19, a także skutkami traumy.

Metoda: Na potrzeby projektu przeprowadzono polską standaryzację kwestionariuszy: Skala lęku przed koronawirusem ($\alpha = 0,86$) oraz Skala uporczywego myślenia nt. COVID-19 ($\alpha = 0,82$).

Wyniki: Modelowanie równań strukturalnych wykazało, że sprężystość psychiczna i wsparcie społeczne były ze sobą skorelowane oraz redukowały nasilenie lęku przed nowym koronawirusem. Ponadto poziom lęku przewidywał negatywne skutki traumy (Próba A). Analiza regresji wykazała, że lęk przed SARS-CoV-2 był częściowym mediatorem w związku pomiędzy uporczywym myśleniem na temat COVID-19 a negatywnymi skutkami traumy (Próba B).

Wnioski: Wyniki wskazują na potrzebę skoncentrowania się przez praktyków na interwencjach, które zwiększają sprężystość psychiczną i postrzegane wsparcie społeczne w celu poprawy zdrowia psychicznego podczas pandemii SARS-CoV-2. Uporczywe myślenie o pandemii może być dysfunkcyjne dla zdrowia psychicznego podczas rozprzestrzeniania się choroby zakaźnej.

Patronaty Honorowe



Patronat Honorowy
REKTORA UNIWERSYTETU
IM. ADAMA MICKIEWICZA
W POZNANIU



MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA
WIELKOPOLSKIEGO
MAREK WOŹNIAK

POZnań*

Patronat Honorowy
Prezydenta Miasta Poznania



Komitet Naukowy

prof. dr hab. Władysław Jacek
Paluchowski

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera

prof. dr hab. Eleonora Bielawska Batorowicz

prof. UO dr hab. Anna Bokszczanin

prof. SWPS dr hab. Ewa Gruszczyńska

prof. dr hab. Władysław Łosiak

prof. dr hab. Piotr Oleś

prof. dr hab. Helena Sęk

prof. dr hab. Jan F. Terelak

prof. dr hab. Bogdan Zawadzki

Komitet Organizacyjny

prof. UAM dr hab. Lucyna Bakiera

dr Izabela Stankowska-Mazur

mgr Szymon Bręński

mgr Joanna Matuszczak-Świgoń

mgr Monika Wysota

mgr Kamil Janowicz