

# Doświadczanie pandemii COVID-19 w Polsce



UNIWERSYTET  
IM. ADAMA MICKIEWICZA  
W POZNANIU  
Wydział Psychologii i Kognitywistyki

czwartek 17 września 2020

godz. 14.00-15.00

## SESJA POSTEROWA

### SPIS POSTERÓW

**Radzenie sobie ze stresem przez nastolatków w czasie domowej kwarantanny spowodowanej pandemią wirusa COVID-19. Badanie jakościowe**

**prof. UO dr hab. Anna Bokszczanin, prof. UO dr hab. Aleksandra Rogowska**

Institut Psychologii Uniwersytetu Opolskiego

**mgr Olga Gładysz**

Institut Psychologii PAN

**Dynamika doświadczania pandemii covid-19 przez pacjentów z zaburzeniami lękowymi**

**dr Izabela Stankowska-Mazur**

Wydział Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

**dr Anita Machaj**

Institut Psychologii i Psychoterapii Proaktywnej proPORT

**Odporność psychiczna i jej związek z czynnikami ryzyka depresji poporodowej w czasie pandemii COVID-19**

**mgr Anna Studniczek**

Wydział Filozofii Chrześcijańskiej Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie

**dr Karolina Kossakowska**

Institut Psychologii Uniwersytetu Łódzkiego

**Wypatrując drugiej fali zdalnego nauczania - ocena stopnia przygotowania do kontynuacji pracy zdalnej wśród dydaktyków wszystkich szczebli edukacji**

**mgr Ewa Hewiak**

Fundacja Badań Społecznych w Szczecinie

**mgr Anna Starkowska**

Institut Psychologii Uniwersytetu SWPS we Wrocławiu, Institut Psychologii Uniwersytetu Opolskiego, Fundacja Badań Społecznych w Szczecinie

**Czynniki ryzyka dla zdrowia psychicznego podczas pandemii COVID-19 w populacji Polaków**

**mgr Karolina Mudło-Głagolska, mgr Pavel Larionov**

Wydział Psychologii Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy

**Rola pasji pracy i poznawczej regulacji emocji a symptomy depresyjne u osób aktywnych zawodowo w okresie pandemii COVID-19**

**mgr Karolina Mudło-Głagolska, mgr Pavel Larionov**

Wydział Psychologii Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy

**Perspektywa czasu i wartości życiowe a zachowania studentów w okresie zawieszenia zajęć dydaktycznych związanych z epidemią COVID-19**

**mgr Kamil Janowicz, Paweł Ciesielski**

Wydział Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

**Polak mądry przed szkodą, czyli związek zapobiegawczości z poziomem lęku w czasie pandemii**

**mgr Aleksandra Frydrysiak, Mateusz Biniś**

Wydział Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

**Ocena zmian stylu życia kobiet ciężarnych w czasie pandemii koronawirusa**

**mgr Kinga Kalita-Kurzyńska**

Fundacja na Rzecz Wspierania Położnych

**dr Barbara Baranowska**

Zakład Późnictwa Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego 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

# Doświadczanie pandemii COVID-19 w Polsce



czwartek 17 września 2020

godz. 14.00-15.00

## SESJA POSTEROWA

### OPIS POSTERÓW

#### Radzenie sobie ze stresem przez nastolatków w czasie domowej kwarantanny spowodowanej pandemią wirusa COVID-19. Badanie jakościowe

prof. UO dr hab. Anna Bokszczanin, prof. UO dr hab. Aleksandra Rogowska

Institut Psychologii Uniwersytetu Opolskiego

mgr Olga Gładysz

Institut Psychologii PAN

**Cel:** Pandemia wywołana przez zagrożenie wirusem COVID-19 spowodowała zamknięcie szkół i konieczność bezterminowej kwarantanny/społecznej izolacji. Dostosowanie się do przymusowej izolacji było dla wielu młodych ludzi stresujące i wprowadziło wiele zmian w ich życiu, jak np. konieczność dostosowania się do nowych warunków nauki, spędzania czasu wolnego i ograniczenia bezpośrednich kontaktów towarzyskich. Nasze badanie miało na celu sprawdzenie jak z sytuacją kwarantanny poradzili sobie nastolatki. Chcieliśmy się dowiedzieć, co sprawiało im największą trudność, jakie strategie zaradcze stosowali, aby złagodzić psychiczny dystres oraz czy wystąpiły objawy postresowego wzrostu.

**Metoda:** Badanie miało charakter jakościowy. Przeprowadzono 17 wywiadów telefonicznych, w okresie od marca do kwietnia 2020 r., z osobami w wieku od 13-17 lat. Tematem rozmowy było „samopoczucie nastolatków w czasie pandemii”. Wywiady telefoniczne, ustrukturyzowane, przeprowadzali studenci psychologii, po uzyskaniu zgody rodziców i samych badanych. Rozmowy były nagrywane i trwały od 12 do 45 minut.

**Rezultaty:** Wstępne analizy wyników wskazują na występowanie podczas kwarantanny wielu stresorów, głównie związanych z brakiem kontaktów z rówieśnikami. Większość badanych doświadczała smutku i żalu i stosowała strategie aktywne, społecznie akceptowane, np. gra na instrumencie muzycznym. Badana młodzież wskazała także pozytywne strony pandemii, np. więcej czasu spędzanie z rodzicami.

#### Dynamika doświadczania pandemii covid-19 przez pacjentów z zaburzeniami lękowymi

dr Izabela Stankowska-Mazur

Wydział Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

dr Anita Machaj

Institut Psychologii i Psychoterapii Proaktywnej proPORT

**Cel:** Celem badania była analiza indywidualnej dynamiki doświadczania pandemii covid-19 przez pacjentów z zaburzeniami lękowymi, będących w procesie psychoterapii w momencie ogłoszenia stanu zagrożenia epidemicznego w Polsce.

**Metoda:** Do prezentacji zagadnienia wykorzystano analizę jakościową danych na temat subiektywnego doświadczania pandemii przez pacjentów z rozpoznaniem zespołu lęku uogólnionego, zespołu lęku napadowego i agorafobii. Materiał empiryczny uzyskano w okresie od 16 marca do końca czerwca 2020 r. za pomocą pogłębionych wywiadów indywidualnych prowadzonych z 12 pacjentami, w tym od czterech pacjentów cierpiących z powodu zaburzeń lęku uogólnionego, od czterech pacjentów doświadczających zespołu lęku napadowego i od czterech pacjentów ze zdiagnozowaną agorafobią.

**Wyniki:**

1. Wśród badanych pacjentów zaobserwowano reakcje specyficzne dla faz stresu Hansa Selyego o zróżnicowanej dynamice w zależności od rozpoznania.
2. Zaobserwowano skrajne reakcje na pandemię – od wzmożonych ataków paniki do poczucia zadowolenia.
3. Zaobserwowano odmienne sposoby radzenia sobie w zależności od rozpoznania.
4. Zaobserwowano, że doświadczanie pandemii zależne było od aktualnego etapu procesu zdrowienia w zakresie podstawowego rozpoznania.
5. Zaobserwowano szybsze uzyskiwanie równowagi psychofizycznej przez pacjentów będących w procesie psychoterapii trwającym pół roku i dłużej w porównaniu z pacjentami będącymi w procesie krócej niż pół rok, bez względu na rodzaj zaburzenia lękowego.
6. Dokonano wstępnej analizy skuteczność poszczególnych interwencji psychoterapeutycznych w wyróżnionych grupach pacjentów.

**Wnioski:** Prezentowany obraz subiektywnego doświadczania pandemii przez pacjentów z zaburzeniami lękowymi może stać się dopełnieniem badań ilościowych, pozwalającym na lepsze zrozumienie specyfiki zjawiska, jak też może być użyteczny w projektowaniu interwencji psychoterapeutycznych skierowanych na rozwój kompetencji radzenia sobie w sytuacjach długotrwałego doświadczania trudności.

### 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-Świągół  
mgr Monika Wysota  
mgr Kamil Janowicz

# Doświadczanie pandemii COVID-19 w Polsce



czwartek 17 września 2020

godz. 14.00-15.00

## SESJA POSTEROWA

### Odporność psychiczna i jej związek z czynnikami ryzyka depresji poporodowej w czasie pandemii COVID-19

**mgr Anna Studniczek**

Wydział Filozofii Chrześcijańskiej Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie

**dr Karolina Kossakowska**

Instytut Psychologii Uniwersytetu Łódzkiego

**Wprowadzenie:** Badanie ma odpowiedzieć na pytania czy stres przeżywany w czasie ciąży, zwłaszcza w czasie pandemii, odbije się depresją u kobiet po porodzie, czy wysoki poziom odporności psychicznej jest w stanie mu zapobiec.

**Cel:** Celem badania jest określenie prenatalnych czynników ryzyka depresji poporodowej (m.in. stres przeżywany w związku z możliwością zarażenia wirusem COVID-19, izolacją, niepewnością jutra) oraz związku pomiędzy odpornością psychiczną a objawami depresji poporodowej.

**Metody:** Badanie zostało przeprowadzone wśród kobiet w ciąży. Użyto następujących narzędzi pomiarowych: Kwestionariusz stresu prenatalnego związanego z pandemią COVID-19, Skala Elastyczności Psychiczej Connora-Davidsona 10, Edynburska Skala Depresji Poporodowej, Mini-COPE, Skala Lęku Przed Porodem.

**Rezultaty:** Ciąża i poród w czasie pandemii koronawirusa (SARS-CoV-2) powodującego COVID-19 jest związana z ograniczeniami, które wpływają na przyszłych rodziców przeżywających ten szczególnie czas. Oczekujemy, że badanie przyniesie interesujące i ważne wyniki, które pomogą rozwijać programy efektywnego wsparcia kobietom oczekującym dziecka w tym szczególnym okresie.

### Wypatrując drugiej fali zdalnego nauczania - ocena stopnia przygotowania do kontynuacji pracy zdalnej wśród dydaktyków wszystkich szczebli edukacji

**mgr Ewa Hewiak**

Fundacja Badań Społecznych w Szczecinie

**mgr Anna Starkowska**

Instytut Psychologii Uniwersytetu SWPS we Wrocławiu, Instytut Psychologii Uniwersytetu Opolskiego, Fundacja Badań Społecznych w Szczecinie

**Cel:** Nagłe wprowadzenie stanu pandemii i związana z tym konieczność reorganizacji pracy, wymusiła na dydaktykach szybkie poznanie nowych metod i technik nauczania na odległość. Celem badania była ocena poczucia efektywności zdalnego nauczania wśród nauczycieli wszystkich szczebli edukacji, w kontekście znajomości narzędzi e-learningu i własnych przekonań co do przyszłych form edukacji podstawowej, średniej i wyższej.

**Metoda:** 213 nauczycieli różnych przedmiotów i szczebli edukacji poddano badaniu on-line w dniach 16-29.07.2020. Zapytano o stosowane narzędzia, metody, techniki nauczania i oceniania oraz o subiektywną ocenę własnego przygotowania do nauczania zdalnego, efektywności takiej formy edukacji oraz przewidywanej strategii nauczania w roku szkolnym 2020-2021. Badanie było dobrowolne i anonimowe.

**Wyniki:** Efektywność nauczania zdalnego jako porównywalną do stacjonarnego oceniło 14.6 % nauczycieli, 67.1 % uznało e-nauczanie za mniej efektywne, a 18.3 % za bardziej. Efektywność najwyższej oceniali wykładowcy akademicki, zaś najniżej - nauczyciele szkół średnich. Brak było różnic w ocenie własnych kompetencji - 62.4% czuło się przygotowanych do dalszej edukacji zdalnej, przy czym tylko 13.1 % było zdecydowanie gotowych. Trzech na czterech nauczycieli deklarowało potrzeby szkoleniowe. Co czwarty nauczyciel nie miał zdania w kwestii przyszłej formy nauczania, 40.8% skłaniało się ku powrotowi do pracy stacjonarnej, a 33.5 % do zdalnej. Wykładowcy akademicki istotnie bardziej oczekiwali powrotu nauki zdalnej niż nauczyciele szkolni ( $Z = -1.965$ ;  $p = 0.049$ ). Wraz ze wzrostem samooceny własnego przygotowania rosła też ocena efektywności e-nauczania ( $\rho = 0.478$ ;  $p < 0.001$ ).

**Wnioski:** Nauczanie zdalne to nie efekt uboczny pandemii, tylko przyszłość nauczania. Rozpoznanie potrzeb edukacyjnych i podnoszenie kompetencji dydaktyków w zakresie nauczania na odległość staje się niezbędne i naglące.

### 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 Bokszczyńska  
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

# Doświadczanie pandemii COVID-19 w Polsce



czwartek 17 września 2020

godz. 14.00-15.00

## SESJA POSTEROWA

### Czynniki ryzyka dla zdrowia psychicznego podczas pandemii COVID-19 w populacji Polaków

**mgr Karolina Mudło-Głagolska, mgr Pavel Larionov**

Wydział Psychologii Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy

**Cel:** Celem badania jest ocena subiektywnego poczucia dyskomfortu związanego z wybuchem COVID-19, ustalenie poziomu stresu, objawów lękowych i depresyjnych oraz identyfikacja czynników ryzyka złego samopoczucia psychicznego w populacji Polaków. Stanowi ono replikację badania przeprowadzonego w Chinach.

**Metoda:** W badaniu wzięto udział 926 respondentów. Badani wypełnili zestaw kwestionariuszy składający się z pytań obejmujących obszary dotyczące COVID-19 w ciągu ostatnich 14 dni.

**Wyniki:** Największy procent respondentów stanowią osoby wykazujące silny poziom poczucia dyskomfortu związanego z wybuchem COVID-19 (44,06%), normalne nasilenie objawów depresyjnych (52,38%), lękowych (56,05%) oraz stresu (56,48%). Płeć żeńska, status rodzica, bycie w związku, prowadzenie co najmniej dwuosobowego gospodarstwa domowego wiążą się z wyższym wynikiem poczucia dyskomfortu mierzonego za pomocą IES-R oraz niektórymi podskalami DASS-21. U największego procenta badanych nie występuje żaden z objawów COVID-19 (25,05%). Większość objawów fizycznych, wizyta lekarska, kwarantanna, negatywna ocena stanu zdrowia oraz choroby przewlekłe są związane z wyższym wynikiem poczucia dyskomfortu IES-R. Podobnie wiedza na temat wzrostu liczby zakażonych i liczby zgonów. Czerpanie informacji z telewizji, przekonanie o wysokim prawdopodobieństwie zachorowania na COVID-19, niskim przeżyciu w sytuacji zachorowania oraz obawy o bliskich są związane z wyższym wynikiem poczucia dyskomfortu. Część podejmowanych środków ostrożności oraz zapotrzebowanie na dodatkowe informacje dotyczące COVID-10 są związane z wyższym wynikiem poczucia dyskomfortu IES-R.

**Wnioski:** Zaprezentowane ustalenia dotyczące czynników ryzyka mogą być użyteczne w projektowaniu interwencji psychologicznych skierowanych na poprawę zdrowia psychicznego.

### Rola pasji pracy i poznawczej regulacji emocji a symptomy depresyjne u osób aktywnych zawodowo w okresie pandemii COVID-19

**mgr Karolina Mudło-Głagolska, mgr Pavel Larionov**

Wydział Psychologii Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy

**Cel:** W prezentowanym badaniu przetestowano zależności między kluczowymi procesami motywacyjnymi i samoregulacyjnymi, a mianowicie pasją pracy i strategiami regulacji emocji (RE), oraz ich związek z występowaniem symptomów depresji w okresie pandemii COVID-19 u osób aktywnych zawodowo.

**Metoda:** Przeprowadzono dwa badania łącznie w próbie 317 pracowników. Wykorzystano *Skalę Pasji*, *Kwestionariusz Poznawczej Regulacji Emocji* (CERQ) oraz *Kwestionariusz Zdrowia Pacjenta-9* (PHQ-9).

**Wyniki:** W badaniu nr 1 potwierdzono, że strategie RE stanowią mediator w związku pomiędzy pasją pracy a występowaniem symptomów depresji. Zostało to potwierdzone w badaniu nr 2 oraz poszerzone o modyfikującą rolę subiektywnej oceny zmiany w dotychczasowej aktywności zawodowej. Potwierdzono, że pasja harmonijna pracy była związana z adaptacyjnymi strategiami RE (np. pozytywne przewartościowanie, stwarzanie perspektywy), które wiązały się z mniejszym nasileniem depresji. Z kolei pasja obsesyjna pracy była pozytywnie związana z nieadaptacyjnymi strategiami RE (np. katastrofizacja, ruminação), co wiązało się z większym nasileniem depresji. Ponadto wykazano, że związek pomiędzy harmonijną pasją pracy a występowaniem symptomów depresji jest mediowany adaptacyjnymi strategiami RE wtedy, gdy ocena zmiany w aktywności zawodowej, zdaniem pracowników, jest co najmniej średnia.

**Wnioski:** Zidentyfikowano strategie RE jako mediator w relacji między pasją pracy a występowaniem symptomów depresji. Wraz ze wzrostem zmian w aktywności zawodowej pasjonaci harmonijni są skłonni stosować adaptacyjne strategie RE, co z kolei pozwala im odczuwać mniejsze nasilenie depresji. Te wyniki zapewniają wsparcie dla badania związku między procesami motywacyjnymi i samoregulacyjnymi w obszarze pracy, co z kolei stwarza nowe możliwości dla zrozumienia roli pasji w sytuacjach kryzysowych.

### 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

czwartek 17 września 2020

godz. 14.00-15.00

## SESJA POSTEROWA

### Perspektywa czasu i wartości życiowe a zachowania studentów w okresie zawieszenia zajęć dydaktycznych związanych z epidemią COVID-19

mgr Kamil Janowicz, Paweł Ciesielski

Wydział Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

**Cel:** W związku z epidemią COVID-19 i zawieszeniem stacjonarnych zajęć na polskich uczelniach, na początku marca znacznie zmieniła się sytuacja życiowa studentów. Celem niniejszego badania było zweryfikowanie zależności pomiędzy orientacją czasową i wartościami życiowymi a zmianami w funkcjonowaniu studentów w początkowym okresie epidemii oraz ich przewidywaniami dotyczącymi tych zmian.

**Metoda:** Badanie zrealizowano w planie podłużnym. Oba pomiary były oddzielone od siebie o tydzień i zostały przeprowadzone z wykorzystaniem formularza internetowego. W pierwszej części badania udział wzięło 602 studentów (85% kobiet) w wieku od 18 do 38 lat ( $M=21,80$ ;  $SD=2,98$ ). Spośród nich drugą część badania wypełniło 356 osób (83% kobiet) w wieku od 18 do 38 lat ( $M=21,90$ ;  $SD=2,09$ ). W badaniu wykorzystano Inwentarz Perspektywy Czasu Zimbardo (ZTPI), Portretowy Kwestionariusz Wartości Schwarza (PVQ-RR) oraz ankiety dotyczące zmian we własnym funkcjonowaniu w okresie zawieszenia stacjonarnych zajęć dydaktycznych – zarówno w odniesieniu do przewidywań, jak i faktycznych zmian ocenianych retrospektywnie.

**Wyniki:** Przeprowadzone analizy wykazały liczne zależności pomiędzy orientacją czasową i wartościami życiowymi a przewidywaniami studentów dotyczącymi zmian we własnym funkcjonowaniu i samymi zmianami w początkowym okresie epidemii. Zgodnie z hipotezami, większe zaangażowanie w aktywność związaną ze studiami pozytywnie korelowało z przyszłościową perspektywą czasową i wartościami ukierunkowanymi na wzrost oraz negatywnie z teraźniejszościową orientacją czasową. Przewidywania studentów dotyczące zmian we własnym funkcjonowaniu były dosyć trafne, choć nieco nadmiernie optymistyczne w odniesieniu do aktywności związanej ze studiami. W większym stopniu studenci poświęcili początkowy okres epidemii na odpoczynek, co z resztą sami przewidywali.

**Wnioski:** Wnioski z niniejszego badania mogą pomóc lepiej zrozumieć funkcjonowanie studentów w okresie epidemii wraz z jego uwarunkowaniami.

### Polak mądry przed szkodą, czyli związek zapobiegawczości z poziomem lęku w czasie pandemii

mgr Aleksandra Frydrysiak, Mateusz Biniś

Wydział Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

**Cel:** Gdy wybuchła pandemia, wielu ludzi odczuwało lęk. W oczekiwaniu na najgorsze rozpoczynali przygotowania: w pierwszych tygodniach w sklepach brakowało produktów spożywczych i higienicznych, a w aptekach trudno było o środki ochronne. Celem badania było sprawdzenie czy poziom przygotowania (od braku aż po czynne uczestnictwo w ruchu Preppersów) na różnego rodzaju katastrofy ma związek z obniżeniem lęku w tej trudnej sytuacji. Jako dodatkowe zmienne osobowościowe uwzględniono neurotyzm oraz rozważanie przyszłych konsekwencji.

**Metoda:** Badanie przeprowadzono online z użyciem baterii testów. Wykorzystano zmodyfikowany kwestionariusz STA-I, z instrukcją dotyczącą sytuacji pandemii, kwestionariusz NEO-FFI oraz skalę rozważania przyszłych konsekwencji-14. Na koniec zadano badanym pytania o rodzaj, czas i sposób przygotowań na różne nagłe wydarzenia; o subiektywną ocenę znajdowania się w grupie podwyższonego ryzyka dla powikłań COVID-19; oraz o niezbędne dane demograficzne.

**Wyniki:** Poziom lęku związanego z pandemią wykazał istotną dodatnią korelację z neurotyzmem ( $r = 0,474$ ) oraz ujemną z ekstrawersją ( $r = -0,206$ ) i sumiennością ( $r = -0,166$ ). Nie wykryto żadnych związków pomiędzy lękiem a rodzajem czy stopniem wcześniejszych przygotowań oraz subiektywną oceną zagrożenia. Co ciekawe, rozważanie przyszłych konsekwencji swoich działań korelowało istotnie i ujemnie z poziomem zagrożenia finansowego domostwa respondentów.

**Dyskusja:** Ponieważ nie wykazano zmniejszenia lęku w związku z przygotowaniem na sytuacje kryzysowe, zakładamy, że wynika z to z nieadekwatnej konstrukcji pytań dotyczących zapobiegawczości. Problemem mogła być też niewielka grupa lub pominięcie czynnika mediującego zależność. Pogłębiona dyskusja na temat znaczenia wyników i ograniczeń badania zostanie zaprezentowana na plakacie.

## 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 Bokszczyńska  
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

# Doświadczanie pandemii COVID-19 w Polsce



czwartek 17 września 2020

godz. 14.00-15.00

## SESJA POSTEROWA

### Ocena zmian stylu życia kobiet ciężarnych w czasie pandemii koronawirusa

mgr Kinga Kalita-Kurzyńska

Fundacja na Rzecz Wspierania Położnych

dr Barbara Baranowska

Zakład Położnictwa Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego w Warszawie

**Wstęp:** W wielu państwach z powodu wybuchu pandemii koronawirusa wprowadzono ograniczenia związane ze swobodnym poruszaniem się. Społeczeństwo ma często ograniczony dostęp do świeżej, zdrowej żywności albo utrudnione podejmowanie aktywności fizycznej na świeżym powietrzu i w miejscach publicznych. Obostrzenia dotyczą również kobiet ciężarnych.

**Cel:** Ocena zmian związanych z odżywianiem i aktywnością fizyczną kobiet ciężarnych w czasie trwania pandemii koronawirusa.

**Materiał i metody:** W maju 2020 roku przeprowadzono sondaż diagnostyczny wśród 850 kobiet ciężarnych, które były w ciąży przed wprowadzeniem pierwszych obostrzeń w Polsce związanych z pandemią koronawirusa (przed 10.03). Narzędzie badawcze stanowił autorski kwestionariusz ankiety, który został udostępniony respondentkom w wersji elektronicznej. Udział w badaniu był anonimowy i dobrowolny.

**Wyniki:** Większość kobiet nie deklarowała zmian w liczbie spożywanych posiłków, ilości spożywanego mięsa, ryb oraz mleka, nabiału i jaj. Ponad 1/3 ankietowanych zwiększyła ilość spożywanych słodczy i słonych przekąsek, a prawie połowa respondentek zmieniła swoje nawyki żywieniowe w czasie pandemii poprzez zmniejszenie spożycia żywności typu fast-food. Większość ciężarnych (n=541) nie dostrzegała trudności w dostępie do wybranych produktów spożywczych. Pozostałe kobiety (n=309) deklarowały utrudniony dostęp m.in.: do świeżych produktów w okresie pandemii. Aktywność fizyczna w ciąży była podejmowana przez 62% respondentek przed pandemią i 51% kobiet w trakcie jej trwania.

**Wnioski:** Sytuacja epidemiologiczna w Polsce wpłynęła na styl życia kobiet w ciąży. Ciężarne zmieniły nawyki żywieniowe, zarówno na bardziej prozdrowotne, jak i antyzdrowotne. Kobiety całkowicie rezygnowały z aktywności fizycznej lub ograniczały niektóre jej formy.

### 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