© Autor(rzy) 2021. Artykuł opublikowany na zasadach otwartego dostępu, rozpowszechniany na warunkach licencji Creative Commons Attribution (CC BY), wydany przez Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

STAN PSYCHICZNY PIELĘGNIAREK I PIELĘGNIARZY W DOBIE PANDEMII COVID-19

NURSES' PSYCHOLOGICAL STATE DURING COVID-19 PANDEMIC

Damian Durlak

Radomska Szkoła Wyższa
Faculty of Health Sciences, Radom College, Poland

[a] https://orcid.org/0000-0001-8978-1162

DOI: https://doi.org/10.20883/pielpol.2022.12

STRESZCZENIE

Wstęp. Epidemia COVID-19 wpłynęła na sytuację zawodową wielu pracowników w Polsce i na świecie. Niepewność dotycząca przyszłości, możliwości utrzymania pracy i stałej pensji sprawia, że także pracownikom medycznym zaczyna towarzyszyć stres i niepokój.
Cel. Celem badania była ocena stanu psychicznego pielęgniarek i pielęgniarzy pracujących w szpitalu podczas trwania pandemii COVID-19.
Materiał i metody. Badanie ankietowe przeprowadzono w grupie 101 pielęgniarek i pielęgniarzy. W badaniu wykorzystano autorski formularz ankiety zawierający pytania dotyczące obecnego stanu psychicznego badanych.
Wyniki. Większość personelu pielęgniarskiego była przytłoczona obecną sytuacją pandemiczną, głównie ze względu na konieczność wykonywania bardziej wyczerpującej pracy. Badane pielęgniarki oraz pielęgniarze obawiali się zachorowania, chcieliby uzyskać dodatkowy płatny urlop na odpoczynek. Uważali, że pandemia może negatywnie wpłynąć na organizację pracy na oddziałach szpitalnych. Na tamten moment nie byli również zadowoleni z warunków pracy.
Wnioski. Pracodawcy mimo trudnej sytuacji powinni zadbać o lepsze samopoczucie psychiczne swoich pracowników. Bez wsparcia wśród medyków szybko może pojawić się wypalenie zawodowe i przypadki rezygnacji z pracy.

SŁOWA KLUCZOWE: pielęgniarki, stan psychiczny, pandemia COVID-19.

ABSTRACT

Introduction. The COVID-19 pandemic impacted the professional situation of many employees in Poland and the world. Uncertainty about the future, being able to keep the job, and a stable salary brings a lot of stress and anxiety to employees.
Aim. This research was focused on the assessment of nurses' and physiotherapists' physical states during the COVID-19 pandemic.
Material and Methods. The survey was conducted on a group of 101 nurses. The author's custom survey form was used, consisting of questions about respondents' current psychological state.
Results. The majority of the respondents were overwhelmed by the pandemic situation, mostly due to a need to do more strenuous work. Nurses questioned worried about getting sick, and they would like to receive additional paid leave for rest. They believed that the pandemic will negatively affect hospital wards. At that moment, they were unsatisfied with their working conditions.
Conclusions. Employers, despite the difficult situation, should care about their employees' better psychical state. Without support, medical staff might show symptoms of burnout and resign from work.

KEYWORDS: nurses, psychical state, COVID-19 pandemic.

Wprowadzenie

Pandemia COVID-19 w sposób nagły wpłynęła na sytuację ekonomiczną większości krajów na świecie. Zwolnienia i obniżki wynagrodzenia dotknęły wiele zawodów, co doprowadziło do stresu i niepokoju o przyszłość wśród wciąż pracujących osób [1]. Obywatele starali się radzić sobie z niepewnością, szykując się na najgorsze możliwe scenariusze i zgadując, kiedy sytuacja zacznie się poprawiać [2]. Badania wskazują, że prawie 30% badanych osób odczuwało stres, prawie 32% niepokój, a nieco mniej niż 34% zauważyło u siebie objawy depresji z powodu sytuacji wywołanej przez pandemię [3]. Obawy te skorelowane były z poziomem wykształcenia i sytuacją zdrowotną najbliższych. Głównie niepokój związany był z możliwością zachorowania i zarażenia najbliższych, niezależnie od wykonywania zawodu medycznego czy pozamedycznego [4]. Nie można zapominać, że pandemia stała się globalnym problemem i także na sytuację psychiczną obywateli należy patrzeć z szerszej perspektywy [5]. Konieczne

jest zadbanie o pomoc psychologiczną dla pacjentów, jak również pracowników, którzy na co dzień spotykają się z cierpieniem chorych osób. Ciągła niepewność o przyszłość silnie wpływa na psychikę pracownika i może wpływać na jakość wykonywanych zadań i wypalenie zawodowe [6]. Brak dbałości o poziom stresu wśród pracowników skutkować może ich brakiem satysfakcji z pracy i zmianą miejsca pracy, co z kolei wpływa na możliwość wykonania celów organizacyjnych i zwiększa koszty pracownicze [7]. Odpowiednia pomoc, chociażby w wypracowaniu schematów radzenia sobie ze stresem, może wesprzeć pracowników medycznych w tej trudnej sytuacji [8].

Ze względu na wpływ stanu psychicznego na jakość pracy pracownika, zwłaszcza pracownika medycznego, takiego jak pielęgniarka lub pielęgniarz, istotne jest zapewnienie przez pracodawcę spokoju psychicznego. W niniejszym badaniu dokonano oceny obecnego stanu psychicznego pielęgniarek i pielęgniarzy w trakcie trwania pandemii COVID-19.

Cel pracy

Celem pracy była ocena stanu psychicznego pielęgniarek i pielęgniarzy w okresie pandemii COVID-19.

Materiał i metoda

W celu zbadania stanu psychicznego pielęgniarek i pielęgniarzy w dobie pandemii COVID-19 wykorzystano autorski formularz ankiety. Badanie ankietowe zostało przeprowadzone w terminie 16.08.–30.08.2021 w grupie 101 pielęgniarek i pielęgniarzy czynnych zawodowo. Badana grupa składała się z pielęgniarek pracujących na oddziałach Samodzielnego Publicznego Zespołu Zakładów Opieki Zdrowotnej w Kozienicach. Oddziały te nie pełniły funkcji tzw. oddziałów covidowych.

Wśród przebadanych osób przeważały kobiety (95%), osoby w wieku 46–55 lat (53%), respondenci mieszkający w mieście (83%), osoby o wykształceniu wyższym (79%), stażu pracy wynoszącym 0–10 lat (37%), a także osoby posiadające od 1 do 4 kursów specjalistycznych (63%) i nieposiadające specjalizacji (46%). **Tabela 1** przedstawia zestawienie częstotliwości występowania wybranych cech socjodemograficznych w badanej grupie.

Tabela 1. Zestawienie cech socjodemograficznych respondentów
Table 1. List of sociodemographic characteristics of the respondents

Cecha socjodemograficzna *Sociodemographic characteristic*		N	%
Płeć/ *Gender*	Kobieta/ *Woman*	96	95
	Mężczyzna/ *Man*	5	5
Wiek/ *Age*	18–25	6	6
	26–35	10	10
	36–45	21	21
	46–55	54	53
	56–65	10	10
Miejsce zamieszkania/ *Place of residence*	Miasto/ *City*	84	83
	Wieś/ *Village*	17	17
Poziom wykształcenia/ *Education level*	Średnie/ *Secondary*	11	11
	Wyższe/ *Higher*	80	79
	Podyplomowe/ *Postgraduate*	10	10
Staż pracy/ *Job seniority*	0–10	37	37
	11–20	31	31
	21–30	12	12
	31–40	18	18
	>40	3	3
Liczba posiadanych kursów/ *Number of courses completed*	0	4	4
	1–4	64	63
	4–8	14	14
	>8	19	19
Liczba posiadanych specjalizacji/ *Number of specializations obtained*	0	46	46
	1	38	38
	2	17	17

Źródło: opracowanie własne
Source: own study

Wykorzystany formularz ankiety zawierał 10 pytań zamkniętych jednokrotnego wyboru dotyczących samopoczucia respondentów w czasie pandemii COVID-19. Dodatkowo w formularzu zawarto 8 pytań dotyczących cech socjodemograficznych respondentów. W badaniu wykorzystano następujące pytania:

1. Jak ocenia Pan/i swój obecny stan psychiczny?
2. Czy obawia się Pan/i zachorowania na COVID-19?
3. Czy obawia się Pan/i utraty pracy ze względu na pandemię COVID-19?
4. Czy korzystał/a Pan/i z pomocy psychologicznej w przeciągu ostatniego roku?
5. Czy jest Pan/i zadowolony/zadowolona z Pana/Pani obecnych warunków pracy?
6. W jaki sposób stara się Pan/i radzić ze stresem w dobie pandemii COVID-19?
7. Czy ze względu na pandemię COVID-19 jest Pan/i zmuszony/zmuszona do bardziej wyczerpującej pracy?
8. W przypadku przedłużenia pandemii COVID-19, jak wg Pan/i wpłynie to na oddziały szpitalne?
9. Czy w związku z pandemią COVID-19 chciałby/chciałaby Pan/i otrzymać dodatkowy płatny urlop wypoczynkowy?

10. W przypadku przedłużenia pandemii COVID-19, jak wg Pana/Pani wpłynie to na bezrobocie wśród pielęgniarek?

Wyniki

Uzyskane w badaniu ankietowym wyniki zebrano w **Tabeli 2**, uwzględniając zarówno liczbę, jak i odsetek uzyskanych odpowiedzi na dane pytanie.

Tabela 2. Wyniki badania ankietowego
Table 2. Results of the survey

Pytanie/*Question*	Odpowiedź/*Answer*	N	%
Jak ocenia Pan/i swój obecny stan psychiczny?/ *How do you assess your current mental state?*	Czuję dużo optymizmu/ *I feel a lot of optimism*	10	10
	Czuję się przeciętnie/ *I feel average*	60	59
	Często odczuwam smutek/ *I often feel sad*	17	17
	Czuję niepokój i brak motywacji/ *I feel anxious and unmotivated*	14	14
Czy obawia się Pan/i zachorowania na COVID-19?/ *Are you concerned about getting COVID-19?*	Tak/ *Yes*	85	84
	Nie/ *No*	16	16
Czy obawia się Pan/i utraty pracy ze względu na pandemię COVID-19?/ *Are you concerned about losing your job due to the COVID-19 pandemic?*	Tak/ *Yes*	11	11
	Nie/ *No*	90	89
Czy korzystał/a Pan/i z pomocy psychologicznej w przeciągu ostatniego roku?/ *Have you received psychological help in the last year?*	Tak/ *Yes*	21	21
	Nie/ *No*	80	79
Czy jest Pan/i zadowolony/ zadowolona z Pana/Pani obecnych warunków pracy?/ *Are you satisfied with your current working conditions?*	Tak/ *Yes*	19	19
	Nie/ *No*	82	81
W jaki sposób stara się Pan/i radzić ze stresem w dobie pandemii COVID-19?/ *How are you dealing with stress during COVID-19 pandemic?*	Spacery/ *Walks*	60	59
	Rozmowa z bliskimi/ *Conversation with loved ones*	10	10
	Uprawianie hobby/ *Practicing a hobby*	17	17
	Czytanie książek, słuchanie muzyki, oglądanie filmów/ *Reading books, listening to musing, watching movies*	14	14
Czy ze względu na pandemię COVID-19 jest Pan/i zmuszony/zmuszona do bardziej wyczerpującej pracy?/ *Are you forced to work more exhaustively due to the COVID-19 pandemic?*	Tak/ *Yes*	86	85
	Nie/ *No*	15	15
W przypadku przedłużenia pandemii COVID-19, jak wg Pan/i wpłynie to na oddziały szpitalne?/ *If the COVID-19 pandemic is prolonged, how do you think it will affect hospital wards?*	Pozytywnie/ *Positively*	9	8
	Bez zmian/ *No change*	11	11
	Negatywnie/ *Negatively*	81	80
Czy w związku z pandemią COVID-19 chciałby/ chciałaby Pan/i otrzymać dodatkowy płatny urlop wypoczynkowy?/ *Would you like to receive additional paid annual leave due to COVID-19 pandemic?*	Tak/ *Yes*	90	89
	Nie/ *No*	11	11
W przypadku przedłużenia pandemii COVID-19, jak wg Pana/Pani wpłynie to na bezrobocie wśród pielęgniarek?/ *If the COVID-19 pandemic is prolonged, how do you think it will affect the unemployment among nurses?*	Wzrośnie/ *It will increase*	9	9
	Pozostanie bez zmian/ *It will remain the same*	81	80
	Zmaleje/ *It will decrease*	11	11

Źródło: opracowanie własne
Source: own study

Z przedstawionych badań wynika, że badane pielęgniarki i pielęgniarze w czasie trwania pandemii COVID-19 najczęściej czuły się przeciętnie (59%) lub odczuwały smutek (17%). Większość (84%) badanych obawiała się zachorowania na COVID-19. Na podstawie udzielonych odpowiedzi stwierdzono, że przeważająca większość (89%) pielęgniarek i pielęgniarzy nie obawiała się utraty pracy ze względu na pandemię COVID-19. Badany personel pielęgniarski w większości (79%) nie korzystał z pomocy psychologicznej w czasie trwania pandemii. Badane pielęgniarki i pielęgniarze radzili sobie ze stresem, wybierając spacery (59%) lub uprawianie hobby (17%). Badani zgłaszali swoje niezadowolenie z ówczesnych warunków pracy (81%). Ze względu na pandemię COVID-19 badani czuli się zmuszani do bardziej wyczerpującej pracy (85%). Uważali, że przedłużenie pandemii COVID-19 wpłynie negatywnie na oddziały szpitalne (80%). Przeważająca większość (89%) osób chciała uzyskać dodatkowy płatny urlop wypoczynkowy w związku z pandemią COVID-19. Wśród badanych przeważało przekonanie (80%), że przedłużenie pandemii nie wpłynie na bezrobocie wśród pielęgniarek.

Dyskusja

Niepokojąco duży odsetek badanych pielęgniarek i pielęgniarzy odczuwał smutek lub niepokój (31%), a ponad połowa badanych czuła się przeciętnie, co może być związane z trudną sytuacją pracowników medycznych, obciążonych przez pandemię COVID-19 dodatkowymi zadaniami.

Pracując na co dzień na różnych oddziałach, badane pielęgniarki i pielęgniarze podobnie obawiali się zachorowania. Gdy tylko pojawiły się szczepionki przeciwko COVID-19, pracownicy placówek medycznych jako jedni z pierwszych zostali poddani szczepieniom. Prawdopodobnie część z badanych osób także skorzystała z tej możliwości (na ten temat nie zbierano dokładnych informacji w czasie badania). Być może początkowy okres stosowania tych działań mógł tłumaczyć obawy pielęgniarek i pielęgniarzy przed zachorowaniem.

Liczba zachorowań na COVID-19 oraz liczba pacjentów w szpitalach sprawiła, że jeszcze bardziej były odczuwane braki w personelu pielęgniarskim. Znaczny odsetek badanych pielęgniarek i pielęgniarzy nie odczuwał obawy przed utratą pracy. To może nie dziwić, ze względu na duże zapotrzebowanie na usługi medyczne w czasach pandemii. Niedobór pielęgniarek oraz pielęgniarzy, a także zwiększona liczba pacjentów sprawiła, że zdecydowana większość badanych osób była zmuszona do dużo cięższej pracy. Prawdopodobnie ta sytuacja, pośród innych, sprawiła, że pielęgniarki i pielęgniarze nie byli zadowoleni ze swoich ówczesnych warunków pracy.

Co piąta przebadana osoba korzystała z pomocy psychologicznej na przestrzeni ostatniego roku. Wskazuje to, że sytuacja w służbie zdrowia miała wpływ na psychikę personelu. Dodatkowo pielęgniarki i pielęgniarze wybierali spokojne sposoby na radzenie sobie ze stresem i na odpoczynek psychiczny – spacery oraz uprawianie hobby. Wybór czynnego wypoczynku, mimo zmęczenia po wyczerpującej pracy, jest dosyć zaskakujący, ponieważ bardziej spodziewać by się można wyboru wyciszenia i odpoczynku fizycznego.

Z odpowiedzi badanych pielęgniarek i pielęgniarzy można wyciągnąć pesymistyczne wnioski – uważali oni, że pandemia COVID-19 wpłynie negatywnie na sytuację na oddziałach szpitalnych. Zauważyć można również przepracowanie medyków, ponieważ większość respondentów chciałaby uzyskać dodatkowy płatny urlop wypoczynkowy. Mimo dużego zapotrzebowania na pracę medyków w czasach pandemii, większość respondentów uważa, że pandemia COVID-19 nie zmieni stopy bezrobocia wśród pielęgniarek.

Pandemia COVID-19 wpłynęła na sytuację ekonomiczną większości państw na świecie [9]. Pracownicy wielu zawodów zaczęli obawiać się o warunki zatrudnienia i stałość wynagrodzenia. Ciągły stres i niepewność negatywnie oddziałują na stan psychiczny pracowników. To z kolei wpływa na jakość wykonywanych obowiązków. Nowa sytuacja wpłynęła na podejście pielęgniarek i pielęgniarzy do wykonywanego zawodu, wymusiła zdobywanie nowych kwalifikacji i kompetencji, nauczenia się wykonywania obowiązków w nowy sposób, przy zmienionych zasadach panujących w miejscu pracy. Zadania pozostały podobne – niesienie pomocy medycznej chorym pacjentom. Zmieniło się jednak całkowicie otoczenie pracownika medycznego [10]. Dodatkowo pojawiają się inne aspekty, jak problem wypalenia zawodowego oraz ogólnego przemęczenia, co podkreślają inni autorzy [11], a które w tym badaniu nie były szczegółowo analizowane. Trudna sytuacja w systemie ochrony zdrowia, związana z wciąż rosnącymi oczekiwaniami społeczeństwa i pracodawców, przy niezmiennym niedofinansowaniu pogłębia problemy. Badane pielęgniarki i pielęgniarze nie byli zadowoleni z ówczesnych warunków pracy. Sytuacja ta niepokoi, ponieważ badania wskazują na ryzyko wypalenia zawodowego ze względu na konflikty oraz niesprawiedliwość organizacyjną w miejscu pracy pielęgniarek i pielęgniarzy [12]. Odpowiednie programy wsparcia dla medyków mogą pomóc im poradzić sobie psychicznie z obecną sytuacją. Wśród pracowników medycznych pojawiają się negatywne skutki stresu wynikającego z pandemii. Coraz więcej medyków obserwuje u siebie objawy depresji i syndrom stresu pourazowego [13]. W niniejszym badaniu respondenci wskazywali na potrzebę zapewnienia większego odpoczynku oraz poprawy warunków pracy. Pielęgniarki i pielęgniarze potrzebują również sposobu by radzić sobie z negatywnymi emocjami i przeżyciami. Respondenci niniejszego badania korzystali z pomocy psychologa, ale również odpoczywali poprzez spacery oraz uprawianie hobby. Inne badania wskazywały, że pielęgniarki i pielęgniarze radzili sobie ze stresem dzięki metodom opartym na planowaniu oraz działaniu, podczas gdy studenci pielęgniarstwa woleli bardziej emocjonalne wsparcie [14]. Z tego względu tak istotne jest poznanie obecnego stanu psychicznego pielęgniarek i pielęgniarzy oraz odpowiednia, szybka reakcja ze strony kierownictwa. Wsparcie psychiczne pielęgniarek oraz pielęgniarzy przynieść może lepsze efekty.

Wnioski

1. W czasie pandemii COVID-19 1/3 badanych zgłaszała smutek lub niepokój i brak motywacji.
2. W drugim roku trwania pandemii w Polsce przeważająca większość (84%) personelu pielęgniarskiego obawiała się zachorowania na COVID-19.

3. Większość (89%) badanych chciałaby otrzymać dodatkowy urlop wypoczynkowy, co może wskazywać na przemęczenie pracą.

Piśmiennictwo

1. Adamowicz E, Dudek S, Konat G, Majchrzak K, Ratuszny E, Walczyk K. Koniunktura gospodarcza w Europie Środkowo-Wschodniej w dobie epidemii COVID-19, Raport SGH i Forum Ekonomicznego, 2020.
2. Chandra C. Understanding COVID-19 to increase preparedness for the worst possible situation, Experimental Findings 2020.
3. Salari N, Hosseinian-Far A, Jalali R, et al. Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis, Glob Health. 2020; 16(57): 1–11.
4. Barzilay R, Moore T, Greenberg D, et al. Resilience, COVID-19-related stress, anxiety and depression during the pandemic in a large population enriched for healthcare providers, Trans Psychiatry. 2020; 10(291): 1–8.
5. Horesh D, Brown A. Traumatic stress in the age of COVID-19: A call to close critical gaps and adapt to new realities, Psychol Trauma. 2020; 12(4): 331–335.
6. Nowak-Starz G, Kozak B, Zdziebło K. Wpływ stresu związanego z pracą zawodową na występowanie zespołu wypalenia zawodowego u pielęgniarek pracujących w oddziałach zabiegowych i zachowawczych, Stud Med. 2013; 29(1): 7–13.
7. Imtiaz S, Ahmad M. Impact of Stress on Employee Productivity, Performance and Turnover An Important Managerial Issue, Int Rev Bus Res Pap. 2009; 5(4): 468–477.
8. Sun N, Wei L, Shi S, et al. A qualitative study on the psychological experience of caregivers of COVID-19 patients, Am J Infect Control. 2020; 48(6): 592–598.
9. Fernandes N. Economic Effects of Coronavirus Outbreak (COVID-19) on the World Economy, SSRN 2020.
10. Haines K, Berney S. Physiotherapists during COVID-19: usual business, in unusual times, J Physiother. 2020; 66(2): 67–69.
11. Pniak B, Leszczak J, Adamczyk M, Rusek W, Matłosz P, Guzik A. Occupational burnout among active physiotherapists working in clinical hospitals during the COVID-19 pandemic in south-eastern Poland, Work. 2021; 68: 285–295.
12. Soto-Rubio A, del Carmen Gimenez-Espert M, Prado-Gasco V. Effect of Emotional Intelligence and Psychosocial Risks on Burnout, Job Satisfaction, and Nurses' Health during the COVID-19 Pandemic, Int J Environ Res. 2020; 17(21): 1–14.
13. Chatzittofis A, Karanikola M, Michailidou K, Constantinidou A. Impact of the COVID-19 Pandemic on the Mental Health of Healthcare Workers, Int J Environ Res Public Health. 2021; 18(4): 1435.
14. Huang L, Lei W, Xu F, Liu H, Yu L. Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 ourbreak: A comparative study, PLOS ONE. 2020; 15(8): 1–12.

Artykuł przyjęty do redakcji: 04.09.2021.
Artykuł przyjęty do publikacji: 18.02.2022.

Źródło finansowania: Praca nie jest finansowana z żadnego źródła.
Konflikt interesów: Autorzy deklarują brak konfliktu interesów.

Adres do korespondencji:
Damian Durlak
e-mail: dam.durlak@gmail.com