

Писаренко А.С. (Научный руководитель – Косаревская Т.Е.,
канд. психол. наук, доцент)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ СОТРУДНИКОВ КОЛЛЕКТИВА В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ

Введение. Проблема эмоционального благополучия становится всё более актуальной в сегодняшней действительности. Интерес к проблеме эмоционального благополучия личности возник в конце XX века и связан с происходящими в данный период в мире изменениями, связанными с развитием рыночной экономики и профессиональной конкуренции, более жёсткой оценкой и аттестацией персонала, возникновением новых социальных ролей и групп.

Вызовы, возникающие в XXI веке, которые можно назвать вызовами непредсказуемости, вновь испытывают психологическое здоровье многих специалистов на прочность. В марте 2020 года Всемирная организация здравоохранения объявила пандемию в связи с распространением нового типа коронавирусной инфекции, официально получившей название COVID-19 [1, с. 118].

В период пандемии COVID-19 ежедневно люди подвергаются сильнейшему стрессу в связи со страхом за здоровье (своё и близких), неопределённостью и неуверенностью в собственном будущем, а также в связи с необходимостью перестраивать свою трудовую деятельность или искать новые способы заработка. Справиться со стрессом привычными способами, такими как прогулка, посещение спортзалов, общение с искусством в реальном формате, в период пандемии не всегда представляется возможным. Повышенный уровень стресса, в свою очередь, способствует возникновению конфликтных и кризисных ситуаций в межличностных отношениях, что оказывает отрицательное влияние на все остальные сферы жизнедеятельности человека. Отсутствие возможности вести привычный образ жизни, приводит к конфликтам даже в самых сплочённых и любящих семьях [2].

Материал и методы. Методы исследования включают: теоретический анализ научной литературы; психодиагностические методы, а именно: методика «Шкала субъективного благополучия» (Н.П. Фетискин), методика «Шкала ситуативной и личностной тревожности» Спилбергера-Ханина; методы качественного и количественного анализа результатов исследования; методы статистической обработки данных исследования.

Исследование проводилось на базе государственного учреждения «Витебский городской архив». В диагностике участвовали 20 сотрудников в возрасте от 25 до 50 лет.

Результаты и их обсуждение. В процессе исследования ситуативной и личностной тревожности у сотрудников Витебского городского архива были получены следующие результаты (таблица 1):

Таблица 1 – Уровни ситуативной и личностной тревожности сотрудников

Показатель	Низкая		Умеренная		Высокая	
	количество человек	%	количество человек	%	количество человек	%
Личностная тревожность	4	20	10	50	6	30
Ситуативная тревожность	5	25	12	60	3	15

Из данных таблицы 1 видим, что низкий показатель личностной тревожности выявлен у 20% сотрудников архива (4 человека); низкий показатель ситуативной тревожности – у 25% опрошенных (5 человек); умеренный показатель личностной тревожности

выявлен у 50% респондентов (17 человек); умеренный показатель ситуативной тревожности у 60 % сотрудников (12 человек); высокая личностная тревожность была выявлена у 30 % опрошенных (6 человек) и высокая ситуативная тревожность у 15% (3 человека). Таким образом, большинство сотрудников архива имеют умеренный уровень ситуативной тревожности (60% респондентов) и умеренный уровень личностной тревожности (50% респондентов). Самым низким является количество респондентов с высокой ситуативной тревожностью (15% опрошенных) и с низкой личностной тревожностью (20%). Также количество респондентов по показателям высокой личностной тревожности – 30% и низкой ситуативной тревожности – 25% являются промежуточными. Средний балл личностной тревожности – 44 балла; средний балл показателя ситуативной тревожности – 39,4 балла.

Далее рассмотрим результаты, полученные по методике «Шкала субъективного благополучия» (Н.П. Фетискин) (таблица 2).

Таблица 2 – Уровни субъективного благополучия сотрудников

Уровень субъективного благополучия	Стены	Кол-во испытуемых	%
Высокий	1 стен	4	20
	2–3 стены		
Средний	4–7 стены	10	50
Низкий	8–9 стены	6	30
	10 стен		

Из данных таблицы 2 можно видеть, что среди сотрудников Витебского городского архива высокий уровень субъективного благополучия имеют 20% опрошенных (4 человека), средний уровень – 50% (10 человек) и, наконец, низкий уровень субъективного благополучия имеют 30% сотрудников (6 человек). Таким образом, можно сделать вывод о том, что среди сотрудников Витебского городского архива преобладает средний уровень субъективного благополучия.

Заключение. В период пандемии COVID-19 на эмоциональное благополучие сотрудников отрицательно повлияют многие факторы: психоэмоциональные (повышенная тревожность, депрессия, нарушение сна, гнев, раздражительность, симптомы посттравматического синдрома), психоневрологические (вследствие воздействия вируса на центральную нервную систему), физиологические, поведенческие реакции (агрессивное поведение, алкоголизация, игромания, суицидальные мысли, избегающее поведение). Настораживает тот факт, что все эти реакции возникают не только на период пандемии, но и становятся «долгоиграющим» бременем, растянутым на годы и даже всю жизнь человека.

Проведенное нами среди сотрудников Витебского городского архива исследование показало, что у многих из них в период пандемии выявляется повышенный уровень ситуативной и личностной тревожности; треть сотрудников имеют низкий уровень субъективного благополучия.

Список использованной литературы:

1. Авдеева, А.П. Психологическое благополучие преподавателей ВУЗа при пандемии / А.П. Авдеева, А.К. Журавлев, Ю.В. Нечушкин, Ю.А. Сафонова, О.С. Цыганенко // Современные наукоемкие технологии. – 2021. – № 4. – С. 117–23.
2. Васильева, А.В. Психические нарушения, связанные с пандемией COVID-19 (международный опыт и подходы к терапии) / А.В. Васильева // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2020. – №120(9). – С.121–129.