

## СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ УРОВНЯ СИТУАТИВНОЙ И ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ И ДРУГИХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ – COVID-19

<sup>1</sup>Одарущенко О.И., <sup>1</sup>Кузюкова А.А., <sup>2</sup>Еремушкина С.М.

<sup>1</sup>Национальный медицинский исследовательский центр реабилитации и курортологии Минздрава России, Москва, Россия

<sup>2</sup>Московский государственный медико-стоматологический университет имени А.И. Евдокимова, Москва, Россия

### РЕЗЮМЕ

Во время пандемии растут угрозы и риски психическому здоровью людей. Однако на сегодняшний день недостаточно научных данных об особенностях эмоциональной сферы и отношении к изменяющимся условиям жизни различных групп населения. Особенно актуальны данные о тревожности, депрессивных состояниях в условиях новой коронавирусной инфекции для оказания своевременной психологической помощи медицинским работникам, как работающим непосредственно с зараженными, так и непосредственно с ними не взаимодействующими.

В работе описаны и представлены результаты онлайн-мониторинга особенностей проявления тревожности и устойчивых эмоциональных состояний у медицинских работников, не работающих на передовой с заболевшими Covid-19, и других групп населения в условиях пандемии коронавируса. В проведенном мониторинге приняли участие 102 человека (средний возраст испытуемых –  $38,91 \pm 11,07$  (от 23 лет до 70 лет), 32 мужчины, 70 женщин. По результатам обследования двух групп: медицинские работники, не имеющие непосредственного взаимодействия с заболевшими Covid-19 (I группа, n=55 человек) и работающие в других областях (II группа, n=47 человек), определено, что самый высокий уровень стресса в группе медицинских работников (результаты статистически достоверны, уровень значимости  $p \leq 0,01$ ).

У этих испытуемых на момент обследования выражены относительно устойчивые индивидуальные переживания тревожно-депрессивного комплекса. Они испытывают беспокойство, подвержены страхам, испытывают психоэмоциональное напряжение. Проведенное исследование позволяет отнести к группе риска не только медицинских работников, непосредственно работающих с заболевшими, но и медицинских работников непосредственно с ними не взаимодействующих, а также подтверждает необходимость оказания этой группе населения своевременной клинико-психологической помощи.

**Ключевые слова:** тревожность, стресс, психоэмоциональное напряжение, дистресс, копинг-стратегии, Covid-19.

**Для цитирования:** Одарущенко О.И., Кузюкова А.А., Еремушкина С.М. Сравнительный анализ уровня ситуативной и личностной тревожности медицинских работников и других групп населения в условиях пандемии новой коронавирусной инфекции – Covid-19. Вестник восстановительной медицины. 2020; 97 (3): 110-116. <https://doi.org/10.38025/2078-1962-2020-97-3-110-116>

## COMPARATIVE ANALYSIS OF THE LEVEL OF SITUATIONAL AND PERSONAL ANXIETY OF MEDICAL WORKERS AND OTHER POPULATION GROUPS IN A PANDEMIC OF A NEW CORONAVIRUS INFECTION – COVID-19

<sup>1</sup>Odarushenko O.I., <sup>1</sup>Kuzyukova A.A., <sup>2</sup>Eremushkina S.M.

<sup>1</sup>National Medical Research Center of Rehabilitation and Balneology, Moscow, Russian Federation

<sup>2</sup>A.I. Yevdokimov Moscow State University of Medicine and Dentistry, Moscow, Russian Federation

### ABSTRACT

During a pandemic, threats and risks to people's mental health are growing. However, to date, there is insufficient scientific data on the characteristics of the emotional sphere and attitude to the changing living conditions of various population groups. The data on anxiety, depressive conditions in the context of a new coronavirus infection are especially relevant for providing timely psychological assistance to medical workers, both working directly with the infected and not directly interacting with them.

The paper describes and presents the results of online monitoring of the manifestations of anxiety and persistent emotional states in medical workers who are not at the forefront with Covid-19 patients and other populations in the context of the coronavirus pandemic. 102 people took part in the monitoring (the average age of the subjects was  $38.91 \pm 11.07$  (from 23 years to 70 years), 32 men, 70 women. According to the results of the survey of four groups: medical workers who do not directly interact with patients with Covid-19 (group I,  $n = 55$  people), who work in other areas (group II,  $n = 47$  people), it is determined that the highest level of stress is in the groups of medical workers and residents receiving higher professional medical education (the results are statistically significant, the significance level is  $p \leq 0,01$ ). At the time of the examination, these subjects expressed relatively stable individual experiences of the anxiety-depressive complex. They experience anxiety, are prone to fears, and experience psycho-emotional stress. The study allows us to attribute to the risk group not only medical workers directly working with patients, but also medical workers who do not directly interact with them, and also confirms the need for timely clinical and psychological assistance to these groups.

**Keywords:** anxiety, stress, psychoemotional stress, distress, coping strategies, Covid-19.

**For citation:** Odarushenko O.I., Kuzyukova A.A., Eremushkina S.M. Comparative analysis of the level of situational and personal anxiety of medical workers and other population groups in a pandemic of a new coronavirus infection – Covid-19. Bulletin of rehabilitation medicine. 2020; 97 (3): 110-116. <https://doi.org/10.38025/2078-1962-2020-97-3-110-116>

## Введение

В связи с возникшей пандемией Covid-19 в настоящее время большое внимание уделяется психическому состоянию населения. Отмечается, что главные психологические последствия пандемии выражаются в повышенном уровне стресса и тревожности [1–3].

К общим изменениям, влияющим на психоэмоциональный фон населения, относят связанные с введением новых противоэпидемических мер ограничительные мероприятия – в первую очередь, карантин, который сказывается на привычных для людей видах деятельности, повседневном укладе и основных источниках средств к существованию. На фоне ограничений может расти распространенность одиночества, депрессии, пагубного употребления алкоголя и употребления наркотиков, равно как и распространенность самоповреждений или суицидального поведения [1]. В несколько раз возросла частота семейного насилия и конфликтности [4]. По данным Американской психиатрической ассоциации (АПА) Covid-19 серьезным образом повлиял на психическое здоровье американцев: половина взрослого населения демонстрирует высокий уровень тревожности. Президент АПА В.В. Schwartz приводит следующие результаты проведенного 18–19 марта 2020 г. анкетирования населения (1004 респондента): почти половина опрошенных (48%) испытывает страх заражения Covid-19, 40% – опасается серьезно заболеть или умереть от вируса. Намного больше опрошенных (62%) высказывает озабоченность по поводу возможного заболевания своих близких. Более трети (36%) респондентов указали, что Covid-19 серьезно повлиял на их психическое благополучие, и большинство (59%) отметило существенное нарушение своего повседневного функционирования [5]. По данным Федосеенко Е.В., в результате проведенного в нашей стране с 30 марта по 5 апреля 2020 г. анкетирования 784 человек по специально разработанной анкете «Психологические ресурсы человека в условия вынужденной изоляции», в первую тройку вошли следующие реакции: страх (выявлен у 47,3% респондентов), апатия (у 22,2% респондентов) и ступор (14,5%) [6].

У лиц, которые непосредственно работают с заболевшими Covid-19 (медсестры, врачи, водители скорой помощи и др.), дополнительные стрессовые факторы могут быть связаны со: стигматизацией, обусловленной контактами с больными Covid-19; необходимостью строгого соблюдения мер биобезопасности (физическое напряжение от защитного снаряжения; физической изоляцией, создающей трудности для обеспечения комфорта

для больных и находящихся в горе; необходимостью нахождения в состоянии постоянной осведомленности и бдительности; строгостью процедур препятствующих спонтанности и автономии); высокими требованиями к работе, включающими длительный рабочий день, увеличивающееся количество пациентов, необходимостью обладать новейшей информацией о пандемии Covid-19 [3]. Проведенное в Китае исследование поставщиков медицинской помощи, работающих с больными Covid-19 показало, что у 50,4% обследованных выявляются симптомы депрессии, у 44,6% – тревоги, у 34% – нарушения сна и у 71,5% – проявления общего дистресса. Подчеркивается, что наибольшая выраженность измеряемых показателей регистрировалась у медсестер, женщин, работников передовой, и тех, кто работал в г. Ухань, в сравнении с другими медработниками [7, 8].

Вышеизложенные данные свидетельствуют о высокой актуальности проблемы сохранения психического здоровья населения в целом и необходимости дальнейшего более дифференцированного изучения реагирования людей на стрессовую ситуацию в зависимости от занимаемой сферы деятельности [9–11].

На сегодняшний день важным становится вопрос изучения особенностей проявления тревожности у медицинских работников в условиях пандемии коронавируса, тех кто осуществляет свою профессиональную деятельность, непосредственно взаимодействуя с заболевшими Covid-19, а также у медицинских работников, непосредственно не взаимодействующих с заболевшими и у ординаторов, получающих высшее профессиональное медицинское образование, тем не менее находящихся в группе риска.

## Цель исследования

Изучить особенности проявления ситуативной и личностной тревожности у медицинских работников, не работающих на передовой с заболевшими Covid-19, и лиц, работающих в других областях в условиях пандемии коронавируса.

## Материалы и методы

Для этой цели была создана специальная анкета, которая включала в себя биометрические показатели: возраст, пол – ряд вопросов, оценивающих отношение респондентов к пандемии Covid-19 и шкалу Спилберга-Ханина (State-Trait Anxiety Inventory – STAI), позволяющую дифференцировано измерять тревожность, как личностное свойство – устойчивую черту характера, об-

**Таблица 1.** Результаты мониторинга показателей тревожности (Тест Spielberger-Ханина)  
**Table 1.** Anxiety Monitoring Results (Spielberger-Hanin Test)

Наименование параметра Parameter Name		Группа I (медицинские работники n=55) Group I (health workers n = 55)	Группа II (работающие в др. областях n=47) Group II (working in other areas n = 47)
ИСТ IST	высокий уровень (из них пограничный уровень) (%) high level (of which the border level) (%)	64 (15)	11
	средний уровень (%) middle level (%)	27	42
	низкий уровень (%) low level (%)	9	47
ИЛТ ILT	высокий уровень (из них пограничный уровень) (%) high level (of which the border level) (%)	42 (11)	9
	средний уровень (%) middle level (%)	34	70
	низкий уровень (%) low level (%)	24	21

**Обозначения:** ИСТ – ситуативная тревожность, ИЛТ – личностная тревожность.

**Designations:** IST – situational anxiety, ILT – personal anxiety.

улавливающую определенный тип реагирования, и как состояние отражающее реакцию индивида на текущую ситуацию [12, 13, 14]. Набор данных происходил с 26 марта по 5 апреля 2020 года путём онлайн-скрининга, где желающим предлагалось пройти тестирование.

В проведенном мониторинге приняли участие 102 респондента (средний возраст испытуемых – 38,91±11,07 (от 23 лет до 70 лет), 32 мужчины, 70 женщин, которые в дальнейшем были разделены на две группы: медицинские работники, не имеющие непосредственного взаимодействия с заболевшими Covid-19 (I группа, n=55 человек), работающие в других областях (II группа, n=47 человек).

В соответствии с целью исследования сравнивались показатели ситуативной (ИСТ) и личностной (ИЛТ) тревожности, для этого был использован t-критерий Стьюдента, анализировались ответы на вопросы:

Как пандемия вируса Covid-19 изменила Вашу повседневную жизнь?

Пользуетесь ли Вы средствами индивидуальной защиты (маски, антисептики и т.д.)?

Стали ли Вы чаще и тщательнее мыть руки?

Посещаете ли Вы места скопления большого количества людей?

### Результаты

В проведенном онлайн-скрининге выявлены особенности проявления ситуативной (ИСТ) и личностной (ИЛТ) тревожности по двум группам испытуемых.

Так, в группе II (работающие в др. областях, n=47 человек) имели средний уровень ситуативной тревожности (ИСТ) самый оптимальный для адекватного реагирования на ситуацию 42% испытуемых (20 человек), что свидетельствует об отсутствии существенных изменений в эмоциональном фоне этих респондентов. С высоким уровнем ИСТ испытуемых в группе II – 11% (5 человек). Эти респонденты испытывали беспокойство, психоэмоциональное напряжение, нервозность. Низкий показатель ситуативной тревожности имели в группе II – 47% (22 человека), что можно охарактеризовать и как вытеснение беспокойства и тревоги, и как проявление депрес-

сивных состояний в условиях пандемии. При этом показатель ИЛТ в этой группе имеет следующие значения: со средним уровнем ИЛТ – 70% (33 человека), что свидетельствует о том, что большая часть испытуемых этой группы не склонны к невротическим срывам.

Результаты изучения ИСТ и ИЛТ в выборке медицинских работников (группа I, n=55 человек) показали, что наибольшее количество медицинских работников имеют высокий уровень тревожности: количество испытуемых I группы с высоким уровнем ситуативной тревожности (ИСТ) – 64% (35 человек), из них у 8 человек выявлен пограничный уровень, когда тревожность достигает клинического уровня, а значит напряжение, беспокойство и нервозность мешают осуществлять профессиональную деятельность, так как нарушаются внимание, процессы тонкой координации движений. Выявленный высокий уровень ИЛТ – 42% (23 человека), из них у 6 человек – пограничный уровень тревоги, отражает склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие и коррелирует с эмоциональными и невротическими срывами. Эти данные свидетельствуют о том, что испытуемые группы I находятся под воздействием стрессовой ситуации и о высокой интенсивности этого воздействия.

Таким образом, можно говорить о высоком уровне стресса, который испытывают медицинские работники, не находящиеся в непосредственном взаимодействии с заболевшими, в условиях новой коронавирусной инфекции Covid-19. При этом различия показателей тревожности в группах статистически достоверны ( $t_{\text{эмп}}(\text{ИСТ})=6,7$ ;  $t_{\text{эмп}}(\text{ИЛТ})=3,1$  уровень значимости  $p \leq 0,01$ ).

Результаты изучения тревожности в группах испытуемых представлены в таблице 1 и таблице 2.

Испытуемые обследуемых групп отмечали влияние пандемии на повседневную жизнь. Результаты оценки испытуемыми этих изменений представлены на рисунке 1.

Так, в I и II-ой группах лишь 9–11% респондентов отметили отсутствие влияния пандемии на повседневную жизнь, тогда как остальные 89–91% испытуемых указали на изменения и существенные изменения (34–36%).

При оценке соблюдения мер безопасности испытуемыми (анализ ответов на вопрос: «Пользуетесь ли Вы

**Таблица 2.** Анализ показателей ситуативной и личностной тревожности  
**Table 2.** Analysis of indicators of situational and personal anxiety

Наименование параметра Parameter Name	Группа I (медицинские работники n=55) Group I (health workers n=55)	Группа II (работающие в др. областях n=47) Group II (working in other areas n=47)
ИСТ IST	48,38±10,92	36,26±6,13*
ИЛТ ILT	42,85±11,27	37,23±5,72*

**Примечание:** Данные представлены в виде среднего и стандартного отклонения. \* – Анализ различий представлен критерием Стьюдента,  $p \leq 0,01$ .  
**Note:** Data are presented as mean and standard deviation. \* – Analysis of differences is presented by student criterion,  $p \leq 0,01$ .

**Обозначения:** ИСТ – ситуативная тревожность, ИЛТ – личностная тревожность.

**Designations:** IST – situational anxiety, ILT – personal anxiety.

средствами индивидуальной защиты (маски, антисептики и т.д.)», установлено следующее: 65% респондентов I группы и 60% – II группы, регулярно пользовались средствами индивидуальной защиты. Во всех группах невелико количество испытуемых, полностью игнорирующих средства индивидуальной защиты, так в I группе таких испытуемых – 13%, во второй группе – 19.

Во всех группах испытуемые ответственно отнеслись и к другим мерам безопасности в условиях пандемии. Так на вопрос: «Стали ли Вы чаще и тщательнее мыть руки?», утвердительно ответили: 80% медицинских работников (группа I), 72% группы II (работающие в других областях).

Во всех группах большинство респондентов отказалось посещать места скопления людей: 60% респондентов I группы, 68% – II группы. Посещали вынужденно места скопления людей 38% респондентов I группы, 28% – II группы. Единичные случаи игнорирования ограничительных мероприятий отмечались лишь в группах медработников и работающих в другой сфере (2–4% соответственно).

Результаты оценки ответов испытуемых на вопросы: «Пользуетесь ли Вы средствами индивидуальной защиты (маски, антисептики и т.д.)?», «Стали ли Вы чаще и тщательнее мыть руки?», «Посещаете ли Вы места скопления большого количества людей?», представлены на рисунках 2, 3.

### Обсуждение

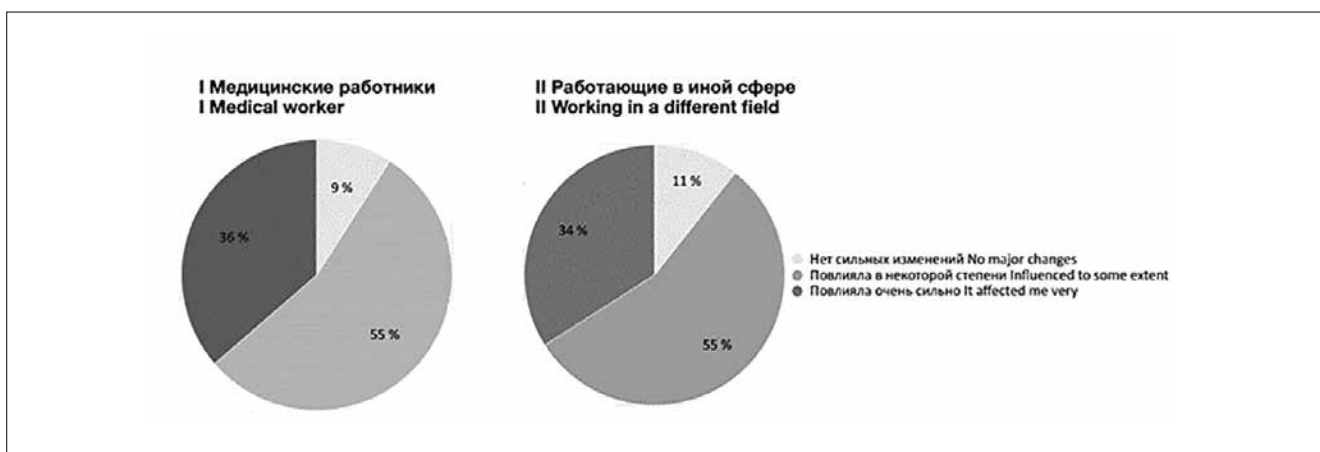
Проведенное нами исследование показало, что медицинские работники, даже не находясь в непосредственном взаимодействии с заболевшими Covid-19, переживают сильное беспокойство и испытывают сильное пси-

хоэмоциональное напряжение на момент обследования. Это отчасти подтверждает выводы, сделанные и другими исследователями, что работники здравоохранения испытывают сильный стресс во время пандемии [8] и велика вероятность развития у них тревожного расстройства [11]. Повышение уровня тревоги у этой группы испытуемых отражает ответственное отношение к своей профессиональной направленности, включенности, погруженности в деятельность в условиях пандемии.

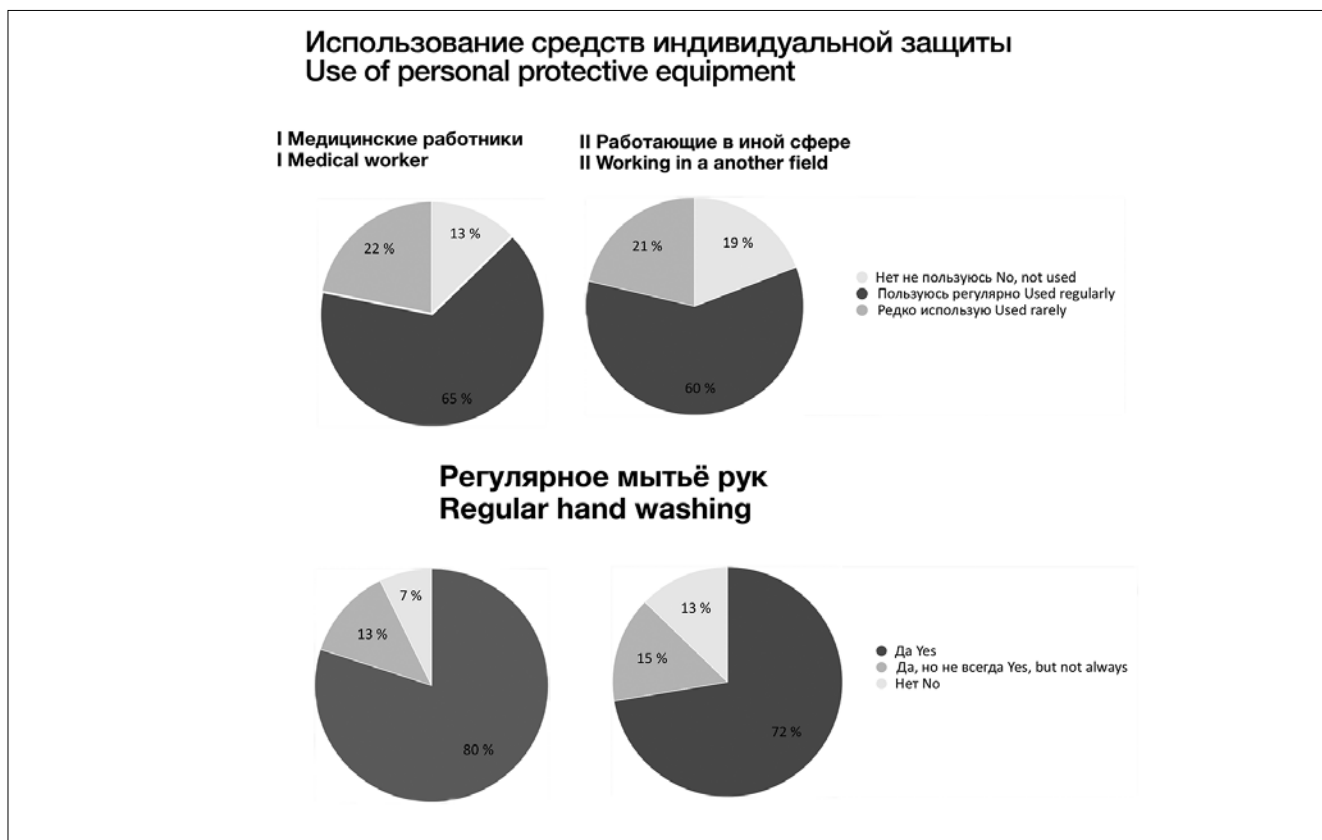
В то же время в другой группе (работающие в других областях), испытуемые не испытывают сильного стресса, высокие показатели ситуативной тревожности выявлены лишь у 11%. В этих группах выявлены средние показатели ситуативной и личностной тревожности у большого количества испытуемых. Значительное количество испытуемых с низким уровнем ситуативной тревожности в группах (работающие в других областях) – 47% можно интерпретировать как возможность оценки параметра реактивности личности в смысле ее включенности, погруженности в деятельность, а значит правомерно говорить о слабо развитой ответственности и низкой заинтересованности в результатах решения различных жизненных задач этими испытуемыми или как вытеснение тревоги (и то, и другое – свидетельство использования неадекватного механизма психологической защиты в условиях стресса, вызванного пандемией).

### Выводы

Таким образом, анализ уровня тревожности и устойчивых эмоциональных состояний медицинских работников, не работающих на передовой с заболевшими Covid-19 и других групп населения в условиях пандемии



**Рис. 1.** Отношение испытуемых в группах к изменениям в повседневной жизни  
**Fig. 1.** The ratio of subjects in groups to changes in everyday life



**Рис. 2.** Результаты оценки испытуемыми использования индивидуальных средств защиты  
**Fig. 2.** The results of the assessment of the use of personal protective equipment by subjects



**Рис. 3.** Результаты оценки испытуемыми соблюдения режима самоизоляции  
**Fig. 3.** The results of the assessment of the subjects compliance with the regime of self-isolation

новой коронавирусной инфекции – Covid-19 выявил самый высокий уровень стресса в группе медицинских работников (результаты статистически достоверны, уровень значимости  $p \leq 0,01$ ), что означает необходимость оказания этой группе населения своевременной клинико-психологической помощи.

В целом можно говорить о том, что пандемия разрушает привычные стереотипы поведения, ведет к выбору неадекватных копинг-стратегий, что проявляется либо в увеличении беспокойства и перенапряжения (как у медицинских работников), у которых выявлены показатели ситуативной тревожности высокого уровня (64% испытуемых), либо ведет к вытеснению тревоги, отрицанию происходящего, растерянности (как у работающих в других областях), у которых выявлены показатели ситуативной тревожности низкого уровня (47% испытуемых).

### Заключение

В связи с пандемией Covid-19 медицинские работники, не находящиеся в непосредственном взаимодействии с заболевшими, более подвержены стрессовому фактору в сравнении с лицами других сфер занятости.

В странах и регионах, которые существенно пострадали от пандемии предметом серьезной озабоченности стали вопросы бесперебойного доступа к услугам для людей с развивающимися и уже имеющимися нарушениями психического здоровья, а также вопросы поддержания психического здоровья и благополучия работников здравоохранения, находящихся на переднем крае борьбы с пандемией [1].

Для снятия психоэмоционального напряжения, выравнивания эмоционального фона, могут быть использованы разнообразные методы психотерапии (аутогенная

тренировка, прогрессивная мышечная релаксация, арт-терапия, телесно-ориентированная психотерапия, и др.) [15, 16, 17, 18, 19].

В случаях выраженных психоэмоциональных нарушений медицинским работникам должна оказываться специализированная психологическая помощь под контролем врача-психотерапевта/психиатра, которая помимо психотерапевтического сопровождения при необходимости включает в себя соответствующую психофармакологическую поддержку.

Проведенное исследование подтверждает необходимость своевременной клинико-психологической

помощи медицинским работникам, непосредственно не взаимодействующими с заболевшими Covid-19, которые тем не менее демонстрируют высокий уровень тревожных реакций на текущую стрессовую ситуацию и являются группой риска в плане развития психических расстройств тревожного спектра. В условиях пандемии важно не только ответственно относиться к происходящему, но и все возможное делать для сохранения психического и психологического здоровья, используя доступные сейчас рекомендации, разработанные и для медицинских работников, и для других групп населения [20].

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- ВОЗ. Психическое здоровье и COVID-19. Available at: [www.euro.who.int/ru/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/novel-coronavirus-2019-ncov-technical-guidance/coronavirus-disease-covid-19-outbreak-technical-guidance-europe/mental-health-and-covid-19?](http://www.euro.who.int/ru/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/novel-coronavirus-2019-ncov-technical-guidance/coronavirus-disease-covid-19-outbreak-technical-guidance-europe/mental-health-and-covid-19?) (дата обращения 27.04.2020)
- Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. 18 March 2020 Available at: [https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf?sfvrsn=6d3578af\\_10](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf?sfvrsn=6d3578af_10) (дата обращения 27.04.2020).
- Информационная записка Межведомственного постоянного комитета. Работа с вопросами психического здоровья и психосоциальными аспектами вспышки COVID-19. Available at: <https://interagencystandingcommittee.org/system/files/2020-03/IASC>. (дата обращения 27.04.2020)
- Голубева Н.В., Иванов Д.В., Троицкий М.С. Панические расстройства во внутрисемейных отношениях, как последствия воздействия коронавирусной инфекции (обзор литературы). *Вестник новых медицинских технологий*. 2020; 2: 32-38. DOI:10.24411/2075-4094-2020-16629
- Anderson P. «High Anxiety in America Over COVID-19». *Medscape*. March 28.2020 Available at: <https://www.medscape.com/viewarticle/92771> (дата обращения 13.05.2020)
- Федосенко Е.В. Жизнь после карантина: психологи смыслов и коронавирус COVID-19. Психологические проблемы смысла жизни и акме. 2020; XXV: 34-47. DOI:10.24411/9999-042A-2020-00040
- Jianbo Lai, MSc1; Simeng Ma, MSc2; Ying Wang, MSc2; et al. Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. Available at: <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2763229> (дата обращения 12.05.2020). March 23, 2020. DOI:10.1001/jamanetworkopen.2020.3976
- Падун М.А. COVID-19: риски психической травматизации среди медицинских работников. Available at: [www.ipras.ru/cntnt/rus/institut\\_p/covid-19/kommentarii-eksp/m-a-padun-covid-19-riski-psihih.html](http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/covid-19/kommentarii-eksp/m-a-padun-covid-19-riski-psihih.html) (дата обращения 12.05.2020).
- Справочник по профилактике и лечению COVID-19. Первая клиническая больница. Медицинский Факультет университета Чжэцзян. Available at: [www.ng.ru/upload/medialibrary/e4d/doc.pdf](http://www.ng.ru/upload/medialibrary/e4d/doc.pdf) (дата обращения 20.05.2020)
- Психические реакции и нарушения поведения у лиц с COVID-19 (информационное письмо, подготовленное МНИИП). Available at: <https://psychiatr.ru/download/4701?view=1&name=реакции.pdf> (дата обращения 20.05.2020).
- Мосолов С.Н. Актуальные задачи психиатрической службы в связи с пандемией COVID-19. Современная терапия психических расстройств. 2020; 2. DOI:10.21265/PSYPH.2020.53.59536.
- Хусаинова Р.М., Гредюшко О.П. Особенности ситуативной и личностной тревожности в учебной и педагогической деятельности. Современные проблемы науки и образования. 2012; 5. Available at: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=7234> (дата обращения: 08.05.2020).
- Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Психологические технологии управления состоянием человека. М. Смысл. 2009: 311 с.
- Одарущенко О.И., Самсонова Г.О., Нувахова М.Б. Клинико-психологические критерии диагностики актуального эмоционального состояния пациентов с цереброваскулярной патологией в практике стационара. *Вестник восстановительной медицины*. 2020; 1: 19-26.
- Ланберг О. А., Гигинейшвили Г.Р., Котенко Н. В. Фелт-терапия в работе с эмоциональным состоянием пациентов. Авторская методика «Обитель ресурсов». *Вестник восстановительной медицины*. 2020; 1: 76-80.
- Одарущенко О.И., Шакула А.В., Павлов А.И. Психологическая диагностика и реабилитация пациентов с гастроэзофагеальной рефлюксной болезнью. *Вестник восстановительной медицины*. 2019; 3: 59-64.
- Барашков Г.Н., Котенко Н. В., Гигинейшвили Г.Р., Ланберг О.А. Применение гидродинамических фитоароматических ванн в сочетании с пеллоидотерапией у женщин в период менопаузального перехода. *Вестник восстановительной медицины*. 2019; 6: 17-21.
- Гигинейшвили Г.Р., Котенко Н.В., Ланберг О.А. Применение арт-психотерапии у женщин после мастэктомии по поводу рака молочной железы. *Вестник восстановительной медицины*. 2019; 6: 22-26.
- Одарущенко О.И., Шакула А.В. Психологическая реабилитация студентов с функциональными нарушениями осанки на основе методов телесно-ориентированной психотерапии. *Вестник восстановительной медицины*. 2016; 6: 82-86.
- Рекомендации специалистов МГППУ и НИИ им. Н.В. Склифосовского пациентам, медицинским работникам и гражданам, находящимся в самоизоляции. Available at: <http://pk.mgppu.ru/item/833-рекомендации-специалистов-мгппу-и-нии-им-нвскифосовского-пациентам-медицинским-работникам-и-гражданам-находящимся-в-самоизоляции> (дата обращения 20 мая 2020)

## REFERENCES

- WHO. Mental health and COVID-19. Available at: [www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/novel-coronavirus-2019-ncov-technical-guidance-OLD/coronavirus-disease-covid-19-outbreak-technical-guidance-europe-OLD/mental-health-and-covid-19](http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/novel-coronavirus-2019-ncov-technical-guidance-OLD/coronavirus-disease-covid-19-outbreak-technical-guidance-europe-OLD/mental-health-and-covid-19) (accessed 27.04.2020).
- Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. 18 March 2020 Available at: [https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf?sfvrsn=6d3578af\\_10](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf?sfvrsn=6d3578af_10) (accessed 27.04.2020)
- Interim Briefing Note Addressing Mental Health and Psychosocial Aspects of COVID-19 Outbreak (developed by the IASC's Reference Group on Mental Health and Psychosocial Support)/ Available at: <https://interagencystandingcommittee.org/system/files/2020-03> (accessed 27.04.2020)
- Golubeva N.V., Ivanov D.V., Troitsky M.S. Panicheskie rasstrojstva vo vnutrisemejnyh otnosheniyah, kak posledstviya vozdejstviya koronavirusnoj infekcii (obzor literatury) [Panic disorders in family relations as consequences of the coronavirus effects (literature review)]. *Vestnik novykh medicinskih tekhnologij*. 2020; 2: 32-38. DOI:10.24411/2075-4094-2020-16629 (In Russ.).
- Anderson P. High Anxiety in America Over COVID-19. *Medscape*. March 28.2020. Available at: <https://www.medscape.com/viewarticle/92771> (accessed 13.05.2020)
- Fedosenko E.V. Zhizn' posle karantina: psihologi smyslov i koronavirus COVID-19. [Life after the quarantine: psychology of sense and coronavirus COVID-19]. *Psihologicheskie problemy smysla zhizni i acme*. 2020; XXV: 34-47. DOI:10.24411/9999-042A-2020-00040 (In Russ.).

7. Jianbo Lai, MSc1; Simeng Ma, MSc2; Ying Wang, MSc2; et al. Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. Available at: <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2763229> (accessed 12.05.2020). March 23, 2020. DOI:10.1001/jamanetworkopen.2020.3976
8. Padun M.A. COVID-19: risc psichicheskoi travmatizacii sredi medicinskih rabotnikov [COVID-19: risks of mental trauma among medical professionals]. Available at: [www.ipras.ru/cntnt/rus/institut\\_p/covid-19/kommentarii-eksp/m-a-padun-covid-19-riski-psihich.html](http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/covid-19/kommentarii-eksp/m-a-padun-covid-19-riski-psihich.html) (accessed 12.05.2020). (In Russ.).
9. Handbook of prevention and treatment COVID-19. Chairman of The First Affiliated Hospital, Zhejiang University. Available at: [https://www.researchgate.net/publication/339998871\\_Handbook\\_of\\_COVID19\\_Prevention\\_and\\_Treatment](https://www.researchgate.net/publication/339998871_Handbook_of_COVID19_Prevention_and_Treatment). (accessed 20.05.2020)
10. *Psichicheskie reakcii i narusheniya povedeniya u lic s COVID-19 (informacionnoe pismo, podgotovlennoe MNIIP)* [Mental reactions and behavioral disorders in people with COVID-19 (Information letter prepared by MNIIP)]. Available at: <https://psichiatr.ru/download/4701?view=1&name=реакции.pdf> (accessed 20.05.2020).
11. Mosolov S.N. Aktual'nye zadachi psichiatricheskoi sluzhby v svyazi s pandemiei COVID-19 [Current tasks of the psychiatric service in connection with the pandemic COVID-19] *Sovremennaya terapiya psichicheskikh rasstroistv*. 2020; 2. DOI:10.21265/PSYPH.2020.53.59536. (In Russ.).
12. Husainova R.M., Gredyushko O.P. Osobennosti situativnoj i lichnostnoj trevozhnosti v uchebnoj i pedagogicheskoj deyatel'nosti [Features of situational and personal anxiety in educational and pedagogical activities] *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya*. 2012; 5. Available at: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=7234> (accessed: 08.05.2020).
13. Leonova A.B., Kuznecova A.S. Psichologicheskie tekhnologii upravleniya sostoyaniem cheloveka [Psychological technologies of human state management]. M.Smysl. 2009: 311 p. (In Russ.).
14. Odarushenko O.I., Samsonova G.O., Nuvahova M.B. Kliniko-psichologicheskie kriterii diagnostiki aktual'nogo emocional'nogo sostoyaniya pacientov s cerebrovaskulyarnoj patologiej v praktike stacionara [Psychological rehabilitation of students with functional impairment of posture based on the methods of body-oriented psychotherapy]. *Vestnik vosstanovitel'noj mediciny*. 2020; 1: 19-26. (In Russ.).
15. Lanberg O.A., Giginejshvili G.R., Kotenko N.V. Felt-terapiya v rabote s emocional'nim sostojaniem pacientov. Avtorskaja metodika "Obitel resursov" [Felt therapy in working with the emotional state of patients. Author's technique "Resident Resource"]. *Vestnik vosstanovitel'noj mediciny*. 2020; 1: 76-80. (In Russ.).
16. Odarushenko O.I., Shakula A.V., Pavlov A.I. Psichologicheskaya diagnostika i reabilitaciya pacientov s gastroezofageal'noj refluksoj bolezni [Psychological diagnosis and rehabilitation of patients with gastroesophageal reflux disease]. *Vestnik vosstanovitel'noj mediciny*. 2019; 3: 59-64. (In Russ.).
17. Barashkov G.N., Kotenko N.V., Giginejshvili G.R., Lanberg O.A. Primenenie gidrodinamicheskikh fitoaromaticeskikh vann v sochetanii s peloidoterapiej u zhenshchin v period menopauzal'nogo perekhoda [The use of hydrodynamic phytoaromatic baths in combination with peloid therapy in women during the menopausal transition]. *Vestnik vosstanovitel'noj mediciny*. 2019; 6: 17-21. (In Russ.).
18. Giginejshvili G.R., Kotenko N.V., Lanberg O.A. Primenenie art-psichoterapii u zhenshchin posle mastektomii po povodu raka molochnoj zhelezy [The use of art psychotherapy in women after mastectomy for breast cancer]. *Vestnik vosstanovitel'noj mediciny*. 2019; 6: 22-26. (In Russ.).
19. Odarushenko O.I., Shakula A.V. Psichologicheskaya reabilitaciya studentov s funkcional'nymi narusheniyami osanki na osnove metodov telesno-orientovannoj psichoterapii [Psychological rehabilitation of students with functional impairment of posture based on the methods of body-oriented psychotherapy]. *Vestnik vosstanovitel'noj mediciny*. 2016; 6: 82-86. (In Russ.).
20. *Rekomendacii specialistov MGPPU i NII im. N.V. Sklifosovskogo pacientam, medicinskim rabotnikam i grazhdanam, nahodyashchimsya v samoizoljacii* [Recommendations of specialists of the Moscow State Pedagogical University and the N.V. Sklifosovsky Research Institute to patients, medical workers and citizens who are in self-isolation] Available at: <http://pk.mgppu.ru/item/833-rekomendacii-specialistov-mgppu-i-nii-im-nvsklifosovskogo-pacientam-medicinskim-rabotnikam-i-grazhdanam-nahodyashchimsya-v-samoizoljacii> (accessed 20.05.2020).

**Контактная информация:**

**Одарущенко Ольга Ивановна**, старший научный сотрудник отдела нейрореабилитации и клинической психологии, кандидат психологических наук, e-mail: [olgaodar@yandex.ru](mailto:olgaodar@yandex.ru), ORCID ID 0000-0002-0416-3558

**Кузюкова Анна Александровна**, ведущий научный сотрудник отдела нейрореабилитации и клинической психологии, кандидат медицинских наук, e-mail: [anna\\_kuzjukova@mail.ru](mailto:anna_kuzjukova@mail.ru)

**Еремущкина Софья Михайловна**, студент факультета клинической психологии, e-mail: [sofiyaer@yandex.ru](mailto:sofiyaer@yandex.ru)

**Contact information:**

**Olga I. Odarushenko**, senior researcher of Neurorehabilitation and Clinical Psychology Department, candidate of psychological sciences, e-mail: [olgaodar@yandex.ru](mailto:olgaodar@yandex.ru), ORCID ID 0000-0002-0416-3558

**Anna A. Kuzjukova**, leading researcher of Neurorehabilitation and Clinical Psychology Department, candidate of medical sciences, e-mail: [anna\\_kuzjukova@mail.ru](mailto:anna_kuzjukova@mail.ru)

**Sofia M. Eremushkina**, student of clinical psychology, e-mail: [sofiyaer@yandex.ru](mailto:sofiyaer@yandex.ru)

