

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ И КОПИНГ-РЕСУРСЫ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19

Савеньшева Светлана Станиславовна, owlsveta@mail.ru, к.п.с.н., доцент, доцент кафедры психологии развития и дифференциальной психологии Санкт-Петербургского государственного университета. Санкт-Петербург, Россия.

Аникина Варвара Олеговна, v.anikina@spbu.ru, к.п.с.н., доцент, доцент кафедры психического здоровья и раннего сопровождения детей и родителей Санкт-Петербургского государственного университета. Санкт-Петербург, Россия.

Блох Мария Евгеньевна, blohme@list.ru, к.м.н., ст. преподаватель кафедры психического здоровья и раннего сопровождения детей и родителей. Санкт-Петербург, Россия.

Грандилевская Ирина Владимировна, grandira@inbox.ru, к.п.с.н., доцент, доцент кафедры клинической психологии Санкт-Петербургского государственного университета. Санкт-Петербург, Россия.

Аннотация. Статья посвящена исследованию особенностей и взаимосвязи психического здоровья (тревожности, психических расстройств, ПТСР) и копинг-стратегий у беременных женщин в период пандемии коронавируса COVID-19. В исследовании приняло участие 120 беременных женщин 19-43 года, на сроке беременности от 8 до 40 недель. Методики: шкала психологического функционирования (Adult ASR/18-59); шкала реактивной тревожности; способы совладающего поведения; шкала оценки влияния травматического события (Impact of Events Scale-Revised). Исследование выявило более высокий уровень тревожности, большую частоту ПТСР и депрессивных расстройств у беременных женщин в период пандемии по сравнению с нормативными данными до пандемии; наиболее выраженными копинг-стратегиями у беременных женщин являются поиск социальной поддержки и планирование решения проблем. Анализ взаимосвязей копинг-ресурсов и психического здоровья у беременных женщин показал негативное влияние на психическое здоровье таких неконструктивных копинг-стратегий как стратегия избегания, дистанцирования и конфронтации.

Ключевые слова: беременность, психическое здоровье, эмоциональное состояние, копинг-стратегии, пандемия коронавируса COVID-19.

Стресс, связанный с пандемией коронавируса COVID-19, воздействует на все слои населения по всему миру. Беременные женщины являются одной из наиболее уязвимых групп страдающих от целого комплекса негативных переживаний и страхов. Это, как показывают зарубежные исследования, привело к существенному ухудшению их психического здоровья: повышению уровня тревоги, депрессии, ПТСР [1]. В связи с этим для профилактики и коррекции нарушений психического здоровья необходимо понимать, что может выступать ресурсом совладания со стрессом. В психологии одним из значимых ресурсов являются копинг-стратегии. Отечественные исследования копинг-стратегий во время беременности указывают на связь воспринимаемого стресса с копинг-стратегией «избегания» [2]. Зарубежные исследования также показали связь избегания и нарушений психического здоровья у беременных женщин, включающего депрессию, тревожность, высокий уровень воспринимаемого стресса [3-6; 8]. Была также обнаружена положительная связь позитивной переоценки и психического здоровья (более низким уровнем депрессии, общего стресса и стресса связанного с беременностью) [7; 10]. Тогда как данные о связях проблемно-ориентированного копинга и психического здоровья являются противоречивыми: так в нескольких исследованиях копинг планирования решения проблемы был связан с более высоким уровнем стресса связанного с беременностью [3; 5; 10], тогда как в другом исследовании активное совладание было связано с меньшим уровнем депрессивных симптомов [9]. Однако, ранее исследования совладания со стрессом у беременных не проводились в период длительного стресса связанного с пандемией.

В связи с этим целью данного исследования является изучение взаимосвязи психического здоровья (тревожности, депрессии, ПТСР) и копинг-ресурсов у беременных женщин в период пандемии COVID-19. Гипотезой исследования является предположение, что неконструктивные копинг стратегии, особенно стратегия избегания, будут тесно связаны с более высоким уровнем тревожности, депрессии и ПТСР у беременных женщин в период пандемии.

Выборка: в исследовании приняло участие 120 беременных женщин 19-43 года (среднее — 28,7 лет), на сроке беременности от 8 до 40 недель (в среднем 28 недель), проживающих в разных городах России

Методики: шкала психологического функционирования (The Achenbach System of Empirically Based Assessment, Adult ASR/18-59; Achenbach, T., Rescorla, L., 2003, в адаптации Е.П. Слободской); шкала реактивной тревожности Спилбергера-Ханина; способы совладающего поведения (Р. Лазарус, С. Фолкман, ад. Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой, 2004); шкала оценки влияния травматического события (Impact of Events Scale-Revised (Weiss, Marmar, 1997; Тарабрина, 2001).

Результаты. Изучение особенностей психического здоровья у беременных женщин в период пандемии COVID-19 выявило у 39% беременных женщин высокий уровень ситуативной тревожности, у 16% беременных женщин уровень ПТСР, превышающий критический, наличие различных синдромов и DSM-ассоциированных расстройств, в том числе депрессивного расстройства (10,3%) в сочетании с избеганием проблемы психического расстройства (9,7%) в период пандемии COVID-19.

Изучение копинг-ресурсов у беременных женщин выявило, что наиболее выраженные копинг-стратегиями у беременных женщин являются поиск социальной поддержки и планирование решения проблем. Анализ взаимосвязей копинг-ресурсов и психического здоровья у беременных женщин показал, что наиболее тесные положительные связи обнаруживаются у копинг-стратегии избегания: с ПТСР ($p < 0,001$), ситуативной тревожностью ($p < 0,001$), синдромами и DSM-ассоциированными расстройствами ($p < 0,001$) (особенно с тревожным и депрессивным, $p < 0,001$), а также с различными субъективно оцениваемыми типами стрессов (за здоровье свое, ребенка и своих близких, из-за социальной изоляции, проблем в системе здравоохранения) ($p < 0,05$). Стратегия дистанцирование обнаружила менее тесные связи с ПТСР ($p < 0,05$), а также связи с различными синдромами ($p < 0,05$), включая тревожно-депрессивный ($p < 0,01$), DSM-ассоциированными расстройствами ($p < 0,01$) (наиболее тесные с тревожным и депрессивным, $p < 0,01$), но не с ситуативной тревожностью. Стратегия конфронтации положительно связана с отдельными синдромами ($p < 0,01$), из DSM-ассоциированных расстройств только с тревожным ($p < 0,01$), СДВГ ($p < 0,01$) и

антисоциальным ($p < 0,01$); связей с ПТСР и ситуативной тревожностью не обнаружено. Другие копинг-стратегии связей практически не обнаружили. Таким образом, результаты исследования согласуются с полученными ранее в отечественных и зарубежных исследованиях данными о наиболее негативном влиянии стратегии избегания на психическое здоровье беременных женщин. При этом не была обнаружена связь с конструктивными копинг-стратегиями положительной переоценки и планирования решения проблем.

Выводы. Исследование выявило более высокий уровень тревожности, большую частоту ПТСР и депрессивных расстройств у беременных женщин в период пандемии по сравнению с нормативными данными до пандемии; наиболее выраженными копинг-стратегиями у беременных женщин являются поиск социальной поддержки и планирование решения проблем. Анализ взаимосвязей копинг-ресурсов и психического здоровья у беременных женщин показал негативное влияние неконструктивных копинг-стратегий на психическое здоровье. При этом наиболее негативное влияние оказывает копинг-стратегия избегания; стратегии дистанцирования и конфронтации связаны с различными расстройствами и не связаны с тревожностью и ПТСР. Связей с конструктивными копинг-стратегиями не обнаружено.

Исследование выполнено при поддержке гранта РФФИ № 20-04-60386.

Литература

1. Аникина В.О., Савенышева С.С., Блох М.Е. Психическое здоровье женщин в период беременности в условиях пандемии коронавируса covid-19: обзор зарубежных исследований. Современная зарубежная психология. – 2021. – Т. 10. – №1. – С. 70-78.
2. Бурина Е.А., Капранова С.В., Пазарацкас Е.А., Абабков В.А. Особенности совладающего со стрессом поведения женщин во время беременности и после родов. // В сборнике: Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие. Материалы V Международной научной конференции Кострома: в 2 томах. 2019. С. 145-147.
3. Faisal-Cury A., Savoia M.G., Menezes P.R. Coping style and depressive symptomatology during pregnancy in a private setting sample. The Spanish Journal of Psychology. 2012; 15(1): 295–305.
4. Giurgescu C., Penckofer S., Maurer M.C., Bryant F.B. Impact of uncertainty, social support, and prenatal coping on the psychological well-being of high-risk pregnant women. Nursing Research. 2006; 55(5): 356–365.
5. Hamilton J.G., Lobel M. Types, patterns, and predictors of coping with stress during pregnancy: Examination of the Revised Prenatal Coping Inventory in a diverse sample. Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology. 2008; 29(2): 97–104.
6. Lobel M., Hamilton J.G., Cannella D.T. Psychosocial perspectives on pregnancy: Prenatal maternal stress and coping. Social and Personality Psychology Compass. 2008; 2(4): 1600–1623.
7. Pakenham K.I., Smith A., Rattan S.L. Application of a stress and coping model to antenatal depressive symptomatology. Psychology, Health, & Medicine. 2007; 12(3): 266–277.
8. Rudnicki S.R., Graham J.L., Habboushe D.F., Ross R.D. Social support and avoidant coping: Correlates of depressed mood during pregnancy in minority women. Women and Health. 2001; 34(3): 19–34.
9. Wells J.D., Hobfoll S.E., Lavin J. Resource loss, resource gain, and communal coping during pregnancy among women with multiple roles. Psychology of Women Quarterly. 1997; 21(4): 645–662.
10. Yali A.M., Lobel M. Stress-resistance resources and coping in pregnancy. Anxiety Stress and Coping. 2002; 5(3): 289–309.

MENTAL HEALTH AND COPING RESOURCES FOR PREGNANT WOMEN DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Savenysheva Svetlana Stanislavovna, owlsveta@mail.ru, Ph.D., Associate Professor, Associate Professor of the Department of Developmental Psychology and Differential Psychology, St. Petersburg State University.

Anikina Varvara Olegovna, v.anikina@spbu.ru, Ph.D., Associate Professor, Associate Professor, Department of Mental Health and Early Support of Children and Parents, St. Petersburg State University.

Blokh Maria Evgenievna, blohme@list.ru, Ph.D., Art. Lecturer at the Department of Mental Health and Early Support of Children and Parents.

Grandilevskaya Irina Vladimirovna, grandira@inbox.ru, Ph.D., Associate Professor, Associate Professor, Department of Clinical Psychology, St. Petersburg State University.

Annotation. The article is devoted to the study of the characteristics and relationship of mental health (anxiety, mental disorders, PTSD) and coping strategies in pregnant women during the COVID-19 coronavirus pandemic. The study involved 120 pregnant women 19-43 years old, at a gestational age of 8 to 40 weeks. Methods: The Achenbach System of Empirically Based Assessment (Adult ASR / 18-59); State anxiety scale; Way of coping; Scale for assessing the impact of a traumatic event (Impact of Events Scale-Revised). The study revealed a higher level of anxiety, a higher incidence of PTSD and depressive disorders in pregnant women during the pandemic compared with the pre-pandemic normative data; the most pronounced coping strategies in pregnant women are seeking social support and planning for problem solving. Analysis of the relationship between coping resources and mental health in pregnant women showed a negative impact on mental health of such non-constructive coping strategies as strategies of avoidance, distancing and confrontation.

Keywords: pregnancy, mental health, emotional state, coping strategies, COVID-19 coronavirus pandemic.

References

1. Anikina V.O., Savenysheva S.S., Bloh M.E. Psichicheskoe zdorov'e zhenshchin v period beremennosti v usloviyah pandemii koronavirusa covid-19: obzor zarubezhnyh issledovaniy [Mental health of women during pregnancy in the context of the covid-

- 19 coronavirus pandemic: a review of foreign studies]. *Sovremennaya zarubezhnaya psihologiya* [Contemporary foreign psychology], 2021, vol. 10., no. 1, pp. 70-78.
2. Burina E.A., Kapranova S.V., Pazarackas E.A., Ababkov V.A. Osobennosti sovladayushchego so stressom povedeniya zhenshchin vo vremya beremennosti i posle rodov [Features of stress coping behavior in women during pregnancy and after childbirth] In: *Psihologiya stressa i sovladayushchego povedeniya: vyzovy, resursy, blagopoluchie. Materialy V Mezhdunarodnoj nauchnoj konferencii* [Psychology of stress and coping behavior: challenges, resources, well-being. Book of abstract of V International Scientific Conference]. Kostroma, 2019, pp. 145-147.
 3. Faisal-Cury A., Savoia M.G., Menezes P.R. Coping style and depressive symptomatology during pregnancy in a private setting sample. *The Spanish Journal of Psychology*. 2012; 15(1): 295–305.
 4. Giurgescu C., Penckofer S., Maurer M.C., Bryant F.B. Impact of uncertainty, social support, and prenatal coping on the psychological well-being of high-risk pregnant women. *Nursing Research*. 2006; 55(5): 356–365.
 5. Hamilton J.G., Lobel M. Types, patterns, and predictors of coping with stress during pregnancy: Examination of the Revised Prenatal Coping Inventory in a diverse sample. *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*. 2008; 29(2): 97–104.
 6. Lobel M., Hamilton J.G., Cannella D.T. Psychosocial perspectives on pregnancy: Prenatal maternal stress and coping. *Social and Personality Psychology Compass*. 2008; 2(4): 1600–1623.
 7. Pakenham K.I., Smith A., Rattan S.L. Application of a stress and coping model to antenatal depressive symptomatology. *Psychology, Health, & Medicine*. 2007; 12(3): 266–277.
 8. Rudnicki S.R., Graham J.L., Habboushe D.F., Ross R.D. Social support and avoidant coping: Correlates of depressed mood during pregnancy in minority women. *Women and Health*. 2001; 34(3): 19–34.
 9. Wells J.D., Hobfoll S.E., Lavin J. Resource loss, resource gain, and communal coping during pregnancy among women with multiple roles. *Psychology of Women Quarterly*. 1997; 21(4): 645–662.
 10. Yali A.M., Lobel M. Stress-resistance resources and coping in pregnancy. *Anxiety Stress and Coping*. 2002; 5(3): 289–309.