

---

**Іваніцький Денис Іванович**

здобувач вищої освіти факультету  
ветеринарної медицини і технологій у тваринництві  
Подільський державний університет, Україна

**Науковий керівник: Іваніцька Тетяна Іванівна** 

асистент кафедри психіатрії, наркології та медичної психології  
Тернопільський національний медичний університет імені І.Я. Горбачевського, Україна

---

## **ЯК ЛОКДАУН ТА КАРАНТИННІ ОБМЕЖЕННЯ ПІД ЧАС ПАНДЕМІЇ COVID-19 ВПЛИНУЛИ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ: ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ**

**Анотація:** Пандемія COVID-19 призвела до закриття університетів різних країн та переведення студентів в умови соціальної ізоляції. Ми порівняли дані літератури про психічне здоров'я (депресія, тривога, соматичні скарги) студентів різних країн та визначили вплив пандемії і повсякденного стресу на їхнє психічне здоров'я. Спостерігалось підвищення середньої оцінки депресії, тривожності та інших соматичних скарг. Результати свідчать про те, що студенти вищих навчальних закладів представляють групу ризику щодо довгострокових психосоціальних наслідків пандемії та соціальної ізоляції.

**Актуальність теми:** У березні 2020 року інфекційне захворювання COVID-19 було оголошено пандемією, політичні адміністрації в усьому світі вжили багато заходів для стримування захворювання, таких як дотримання фізичної дистанції. Спочатку основна увага приділялася людям похилого віку, які мали високий ризик більш небезпечного або навіть летального перебігу захворювання, а молодь вважалася групою низького ризику щодо госпіталізації та смертності від COVID-19 [1]. Під час пандемії все більше уваги приділялося наслідкам для психічного здоров'я. Нові дані вказують на пов'язане зі стресом підвищення рівня тривоги та депресії, а також інших симптомів психічних розладів, підкреслюючи, що пандемічна ситуація є стресовою подією, яка впливає на людей різного віку та різних життєвих ситуацій [2]. У численних онлайн-опитуваннях на ранній стадії пандемії молодший вік [3, 4, 5] і студентський статус [6] виявилися факторами ризику посилення стресу під час пандемії разом із жіночою статтю [6, 7, 8].

Правила карантину (наприклад, необхідність перебувати вдома, фізичне дистанціювання) можуть перешкоджати важливим засобам спілкування, пошуку партнера та побудові значущих стосунків, які мають ключове значення в ранньому дорослому віці згідно з теоріями розвитку особистості [9, 10]. Таким чином, соціальна ізоляція, слабка підтримка однолітків і самотність можуть сприяти виникненню симптомів депресії у молодих людей під час пандемії [3, 11]. Оскільки більшість психічних розладів проявляються на другому та третьому десятиліттях життя, а також існує вища поширеність психічних розладів серед студентів коледжів та університетів, ніж серед населення в цілому [12, 13], існує потреба уважніше розглянути дану групу суспільства.

З огляду на вищезазначені проблеми, був розроблений поточний огляд, щоб узагальнити наявну літературу, присвячену проблемам психічного здоров'я у студентської молоді, пов'язаним з пандемією COVID-19 та перебуванням в умовах вимушених карантинних обмежень.

**Мета:** У літературі на доступних медичних ресурсах знайти дані щодо впливу пандемії COVID-19 та карантинних обмежень, пов'язаних з нею, та їхнього впливу на психічний стан студентів. Описати актуальні відмінності психічного відреагування на потребу перебувати в умовах соціальної ізоляції серед студентів різних країн та навчальних закладів.

**Матеріали і методи:** Поточна стаття є описовим оглядом існуючої літератури про симптоми психічного здоров'я та втручання, пов'язані з пандемією COVID-19 у студентської молоді. Пошук в електронній базі даних PubMed було здійснено за пошуковими термінами «коронавірус», «COVID-19», «nCoV», «самоізоляція», «карантин», «локдаун», «психічне здоров'я», «психіатрія», «психологія», «тривога», «депресія», «стрес» та «студенти» англійською мовою у різних перестановках і комбінаціях. Загалом за допомогою цього методу було отримано 24 цитати іноземних дослідників, які ми використали у написанні статті.

**Результати:** Згідно даних літератури, закриття університетів під час пандемії COVID-19 призвело до різкої втрати особистих контактів з однолітками та викладачами, відкладення навчальних планів, досліджень, практичної роботи та програм обміну у студентів різних спеціальностей [14]. Раптовий і часто погано підготовлений перехід на онлайн-навчання міг додатково викликати стрес [15]. Крім того, втрата тимчасової роботи (як варіант додаткового підзаробітку в позанавчальний час) могла посилити фінансову невизначеність [16].

Нещодавні дослідження вказали на високий рівень психічного стресу серед студентів університетів на початку пандемії COVID-19: в онлайн-опитуванні в США 48,1% студентів університетів повідомили про збільшення показників депресії, а тривоги – 38,5% [4]. У великому онлайн-опитуванні серед студентів одного з китайських коледжів 41,1% повідомили про підвищену тривожність [17]. Подібні дані надійшли від студентів університетів із гарячих точок COVID-19, як-от звіти студентів у Нью-Джерсі з рівнем стресу майже 50% [7] і поширеністю посттравматичних стресових розладів 16,3% серед студентів у Ухані [18]. Подібні цифри були опубліковані в онлайн-опитуванні студентів французьких університетів: 43% страждали від депресії та 39% від тривоги [16]. Студенти-медики в Китаї сприймали загрозу здоров'ю від COVID-19 як більш серйозну, але також повідомили про менше тривоги та депресії, ніж студенти інших спеціальностей [19]. Систематичний огляд, здебільшого заснований на дослідженнях студентів китайських університетів, виявив поширеність тривоги у 28% серед студентів-медиків, які вважалися особливо обтяженими [20]. Серед студентів університетів з Німеччини цей тягар здається порівняно високим: наприклад, в одній з робіт дослідники виявили високу частку студентів з підвищеними симптомами депресії (37%) і порівняли середні рівні симптомів депресії між факультетами, причому гуманітарні науки мали найвищі бали, а студенти медицини – найнижчі [21]. На сьогоднішній день дослідження психічного здоров'я студентів під час пандемії COVID-19 здебільшого спиралися на дані, отримані в одній точці вимірювання під час пандемії, реалізуючи перехресний дизайн. Як виняток в одній з робіт дослідники двічі досліджували вибірку студентів університету, під час спалаху COVID-19 та його ремісії. У той час як симптоми гострого стресу зменшилися, тривожність і депресія зросли [22, 23, 24].

**Висновки:** Пандемія COVID-19 призвела до закриття університетів різних країн та переведення студентів в умови соціальної ізоляції та дистанційного навчання. Ми порівняли дані літератури про психічне здоров'я (депресія, тривога, соматичні скарги) студентів університетів у різних країнах та спеціалізаціях та визначили вплив пандемії і повсякденного стресу на психічне здоров'я студентів. Спостерігалось невелике підвищення середньої оцінки депресії, тривожності та інших соматичних скарг. Спостерігалось помірне зростання рівня самотності відносно показників до пандемії. Проаналізувавши за

допомогою регресійного аналізу, поточна самотність і передпандемічний дистрес представляли найсильніший зв'язок із психічним здоров'ям під час пандемії. Результати свідчать про те, що студенти вищих навчальних закладів представляють групу ризику щодо довгострокових психосоціальних наслідків пандемії.

### Список використаних джерел:

1. Bialek, S. et al. (2020) Severe outcomes among patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19)—United States, February 12–March 16, 2020. *MMWR Morb. Mortal Wkly. Rep.* 69, 343–346. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6912e2>
2. Beutel, M. E. et al. (2021) Mental health and loneliness in the German general population during the COVID-19 pandemic compared to a representative pre-pandemic assessment. *Sci. Rep.* 11, 14946. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-94434-8>
3. Bu, F., Steptoe, A. & Fancourt, D. (2020) Who is lonely in lockdown? Cross-cohort analyses of predictors of loneliness before and during the COVID-19 pandemic. *Public Health* 186, 31–34. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.06.036>
4. Wang, X. et al. (2020) Investigating mental health of US college students during the COVID-19 pandemic: Cross-sectional survey study. *J. Med. Internet Res.* 22, e22817. <https://doi.org/10.2196/22817>
5. Petzold, M. B. et al. (2020) Risk, resilience, psychological distress, and anxiety at the beginning of the COVID-19 pandemic in Germany. *Brain Behav.* <https://doi.org/10.1002/brb3.1745>
6. Haesebaert, F., Haesebaert, J., Zante, E. & Franck, N. (2020) Who maintains good mental health in a locked-down country? A French nationwide online survey of 11,391 participants. *Health Place* 66, 102440. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2020.102440>
7. Kibbey, M. M., Fedorenko, E. J. & Farris, S. G. (2021) Anxiety, depression, and health anxiety in undergraduate students living in initial US outbreak “hotspot” during COVID-19 pandemic. *Cogn. Behav. Ther.* <https://doi.org/10.1080/16506073.2020.1853805>
8. Tibubos, A. N., Otten, D., Ernst, M. & Beutel, M. E. (2021) A systematic review on sex- and gender-sensitive research in public mental health during the first wave of the COVID-19 crisis. *Front. Psychiatry* 12, 712492. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.712492>
9. Blatt, S. J. *Polarities of Experience: Relatedness and Self-Definition in Personality Development, Psychopathology, and the Therapeutic Process* 1st edn. (American Psychological Association, 2008).
10. Sun, Y., Lin, S. Y. & Chung, K. K. H. (2020) University students' perceived peer support and experienced depressive symptoms during the COVID-19 pandemic: The mediating role of emotional well-being. *Int. J. Environ. Res. Public Health.* <https://doi.org/10.3390/ijerph17249308>
11. Grobe, T., Steinmann, S. & Szecsenyi, J. *BARMER Arztreport 2018* (Müller Verlagsservice e.K., 2018).
12. Auerbach, R. P. et al. (2016) Mental disorders among college students in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Psychol. Med.* 46, 2955–2970. <https://doi.org/10.1017/S0033291716001665>
13. Kim, S. M., Park, S. G., Jee, Y. K. & Song, I. H. (2020) Perception and attitudes of medical students on clinical clerkship in the era of the Coronavirus Disease 2019 pandemic. *Med. Educ. Online* 25, 1809929. <https://doi.org/10.1080/10872981.2020.1809929>
14. Mheidly, N., Fares, M. Y. & Fares, J. (2020) Coping with stress and burnout associated with telecommunication and online learning. *Front. Public Health* 8, 574969. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.574969>
15. Essadek, A. & Rabeyron, T. (2020) Mental health of French students during the Covid-19 pandemic. *J. Affect. Disord.* 277, 392–393. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.042>
16. Fu, W. et al. (2021) Mental health of college students during the COVID-19 epidemic in China. *J. Affect. Disord.* 280, 7–10. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.11.032>
17. Li, X., Fu, P., Fan, C., Zhu, M. & Li, M. (2021) COVID-19 stress and mental health of students in locked-down colleges. *Int. J. Environ. Res. Public Health.* <https://doi.org/10.3390/ijerph18020771>
18. Xie, L. et al. (2020) The immediate psychological effects of Coronavirus Disease 2019 on medical and non-medical students in China. *Int. J. Public Health* 65, 1445–1453. <https://doi.org/10.1007/s00038-020-01475-3>

19. Lasheras, I. et al. (2020) Prevalence of anxiety in medical students during the COVID-19 pandemic: A rapid systematic review with meta-analysis. *Int. J. Environ. Res. Public Health* <https://doi.org/10.3390/ijerph17186603>
20. Kohls, E., Baldofski, S., Moeller, R., Klemm, S. L. & Rummel-Kluge, C. (2021) Mental health, social and emotional well-being, and perceived burdens of university students during COVID-19 pandemic lockdown in Germany. *Front. Psych.* 12, 643957. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.643957>
21. Li, Y. et al. (2021) Mental health among college students during the COVID-19 pandemic in China: A 2-wave longitudinal survey. *J. Affect. Disord.* 281, 597–604. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.11.109>
22. Lang FR, Lüdtke O, Asendorpf JB. (2001) Testgüte und psychometrische Äquivalenz der deutschen Version des Big Five Inventory (BFI) bei jungen, mittelalten und alten Erwachsenen. *Діагностика.* 47 (3): 111–121.
23. Holt-Lunstad J, Smith TB, Baker M, Harris T, Stephenson D. (2015) Loneliness and Social Isolation as Risk Factors for Mortality: A Meta-Analytic Review. *Perspectives on Psychological Science.* 10 (2): 227–237. pmid:25910392
24. Thompson B. (1995) Stepwise Regression and Stepwise Discriminant Analysis Need Not Apply here: A Guidelines Editorial. *Educational and Psychological Measurement.* 55 (4): 525–534.