



SPRÁVA PRE MÉDIÁ

Výskum košických psychologov: Slovenskí seniori emocionálne prežívajú koronakrízu skôr pozitívne, väčšina sa cíti dobre

- Na prieskume sa zúčastnilo 525 seniorov z celého Slovenska vo veku 61 až 93 rokov.
 - Náklady sa obáva 19,2 % a žiadne či minimálne obavy z ochorenia má až 29 % opýtaných.
 - Aktuálnu situáciu vôbec nedokáže zvládnuť len 4,2 % seniorov.
 - Až 86 % slovenských seniorov nakupuje iba vo vyhradenom čase, teda medzi 9. a 12. hod.
 - Lekára kontaktuje telefonicky a e-recepty využíva až 83,2 % slovenských seniorov.
- KOŠICE 21. APRÍLA 2020

Seniori sú najohrozenejšou skupinou obyvateľstva pri šírení ochorenia Covid-19. Pre starších ľudí môže byť súčasná situácia navyše zdrojom stresu, a to nielen z obavy o vlastné zdravie, ale aj z dôvodu vynútenej zmeny doterajšieho životného štýlu, ktorú si vyžiadali preventívne opatrenia vlády. Mnohí seniori sú nedobrovoľne izolovaní od svojich blízkych, čo môže viesť k zvýšenému pocitu osamelosti a negatívne ovplyvniť ich psychické zdravie.

Výskumný tím z **Katedry psychológie Filozofickej fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach** od začiatku koronakrízy na Slovensku realizuje výskum s cieľom zistiť, ako občania SR vnímajú a prežívajú aktuálnu situáciu, ako ju zvládajú a aké preventívne opatrenia dodržiavajú. Hlavný výskumný zámer v týchto dňoch rozšírili o novú líniu pod názvom **Psychologické aspekty vnímania hrozby koronavírusu u senioriek a seniorov**.

„Jej cieľom je objasniť, ako vzniknutú situáciu vnímajú, prežívajú a zvládajú práve dôchodcovia a seniori. Výskum robíme online formou a doteraz sa na ňom zúčastnilo 525 senioriek a seniorov z celého Slovenska vo veku od 61 do 93 rokov,“ informuje členka vedeckého tímu **Mgr. Miroslava Köverová, PhD.** Na tejto etape výskumu sa ďalej podieľajú aj **doc. PhDr. Beáta Ráczová, PhD.**, a **PhDr. Bibiána Kováčová-Holevová, PhD.**

„Podľa predbežných zistení sa nákazy obáva 19,2 % seniorov, žiadne či len minimálne obavy z nákazy má 29 % opýtaných. Približne 20 % seniorov si zhodne myslí, že ochorenie Covid-19 je veľmi nebezpečné pre nich osobne aj pre ich rodinu, známych a ľudí na Slovensku.“

Positívnym zistením je, že takmer všetci respondenti – až 98,9 % – dodržiavajú preventívne opatrenia: používajú ochranné rúško, dodržiavajú vzdialenosť najmenej jeden meter od iných ľudí (98,3 %), vyhýbajú sa účasti na verejných podujatiach, napr. aj na svätej omši (98,3 %), miestam s vysokou koncentráciou ľudí, napr. mestskej hromadnej doprave (97,6 %), ale aj kontaktu s tými, ktorí vykazujú príznaky chrípky či nádchy (96,8 %).

Až 93,3 % účastníkov výskumu uviedlo, že chodí nakupovať iba v nevyhnutnom prípade – 86 % v čase vyhradenom pre seniorov, teda medzi 9. a 12. hodinou. Zaujímavým zistením je, že lekára kontaktuje telefonicky a e-recepty využíva až 83,2 % seniorov.



„Z výsledkov výskumu ďalej vyplýva, že pre viac ako dve tretiny oslovených nie je dodržiavanie preventívnych opatrení vôbec obťažujúce (69,7 %) ani náročné (68,8 %). Necelé 4 % vnímajú dodržiavanie preventívnych opatrení za veľmi obťažujúce a veľmi náročné,“ uvádza M. Köverová a dodáva, že približne tretina seniorov negatívne prežíva izoláciu spojenú s karanténou – 31,8 % chýba spoločnosť a 26,3 % sa cíti izolovane od ostatných. Naopak, až 23 % seniorov uviedlo, že spoločnosť im nechýba a dokonca až 35,4 % sa necíti izolovane.

V emocionálnom prežívaní prevažovali pozitívne emócie nad negatívnymi, väčšina seniorov sa cíti dobre.

„Uvádza, že často alebo takmer stále prežívajú pokoj (76,2 %), spokojnosť (75,6 %), uvoľnenie (68,3 %) a šťastie (65,5 %). Časté alebo takmer neustále prežívanie negatívnych emócií priznalo výrazne nižšie percento opýtaných – napätie 17,9 %, smútok 13,8 %, nervozitu 13,3 %, podráždenie 11,3 %, úzkosť 10,7 %, rozrušenie pripustilo 9,3 % opýtaných seniorov,“ prezrádza psychologička.

Pozitívnym zistením je, že až 70,5 % seniorov je presvedčených, že situáciu dokážu zvládnuť a 61,9 % sa necíti bezmocne. Väčšiu mieru pomoci okolia potrebujú seniori, ktorí priznávajú, že pociťujú bezmocnosť (5,9 %). Aktuálnu situáciu vôbec nedokáže zvládnuť len 4,2 % seniorov.

„Ďalšie etapy nášho výskumu budú zamerané na analýzu vybraných osobnostných charakteristík seniorov vo vzťahu k prežívaniu a zvládaniu situácie spojenej s koronavírusom. Zaujímajú nás budú aj zdroje stresu u seniorov v aktuálnej situácii, spôsoby jeho zvládania a ich názory na poskytovanú aj chýbajúcu pomoc zo strany okolia v karanténnom období. Tieto údaje by mohli byť nápomocné pri optimalizácii pomoci a psychologických intervencií pre túto skupinu obyvateľstva,“ pripúšťa psychologička Mgr. Miroslava Köverová, PhD.

Táto tlačová správa nadväzuje na informácie zverejnené 23. a 28. marca 2020:

- <https://www.upjs.sk/public/media/15147/spm-vyskum-KPS-koronavirus.pdf>
- <https://www.upjs.sk/public/media/15147/spm-prve-vysledky-vyskumu-KPS-covid19.pdf>

■ MÉDIÁM SPROSTREDKOVAL

PhDr. Marián Gladiš, PhD.
Filozofická fakulta UPJŠ v Košiciach