

DOI: <https://doi.org/10.31089/1026-9428-2020-60-11-804-806>

УДК 331.45 + 613.62

© Королева А.М., Сачкова О.С., 2020

Королева А.М.¹, Сачкова О.С.²

Влияние пандемии COVID-19 на трудовую деятельность работников пассажирских вагонов с учетом психофизиологических показателей

¹ФГБОУ ВО «Российский университет транспорта», ул. Образцова, 9/9, Москва, Россия, 127994;

²ФГУП «Всероссийский научно-исследовательский институт железнодорожной гигиены» Роспотребнадзора, Пакгаузное шоссе, 1/1, Москва, Россия, 125438

Введение. Представлены материалы исследования по влиянию пандемии COVID-19 на трудовую деятельность, проведенные в период активного развития распространения эпидемии во всем мире.

Цель исследования — анализ трудовой деятельности работников в период пандемии с учетом психофизиологических показателей.

Материалы и методы. Проведен сравнительный анализ данных анкетирования (использован опросник, разработанный преподавателями кафедры «Управления безопасностью в техносфере» Российского университета транспорта) работников железнодорожного транспорта в период пандемии COVID-19, рассмотрены вопросы психологического состояния, а также изучен уровень стрессовости работников и прогнозирование влияния пандемии на состояние психологического здоровья работников железнодорожного транспорта. В анкетировании приняли участие 50 женщин-проводников, основную долю составляли женщины (около 70%), имеющие непрерывный трудовой стаж в этой профессии.

Результаты. Проводники в целом адекватно оценивают риск воздействия COVID-19 на состояние здоровья. Однако присутствует несколько человек, которые «недооценивают риск воздействия фактора» (около 20%), при этом их число возросло, в период снятия карантина. Сравнительный анализ показал, что в период карантина работники ощущали психоэмоциональное напряжение, возросло количество тревог, депрессий, нервных расстройств. Полученные данные подтверждают целесообразность проведения дальнейших исследований в данном направлении, необходимость нормирования труда работников в условиях развития пандемии и сохранения его здоровья.

Выводы. Необходимо переждать и приложить все усилия для борьбы с COVID-19. Также необходимо контролировать психологическое состояние, если оставлять без внимания страх работников того, что они могут заразиться, то от этого могут открыться болезни другого характера.

Ключевые слова: пандемия; COVID-19; проводник пассажирского вагона; страх; психологическая тревожность; стресс

Для цитирования: Королева А.М., Сачкова О.С. Влияние пандемии COVID-19 на трудовую деятельность работников пассажирских вагонов с учетом психофизиологических показателей. *Мед. труда и пром. экол.* 2020; 60(11): 804–806. <https://doi.org/10.31089/1026-9428-2020-60-11-804-806>

Для корреспонденции: Королева Анна Михайловна, старший преподаватель ФГБОУ ВО «Российский университет транспорта». E-mail: annakoroleva@list.ru

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Дата поступления: 04.09.2020 / Дата принятия к печати: 19.10.2020 / Дата публикации: 03.12.2020

Anna M. Koroleva¹, Oksana S. Sachkova²

The impact of the COVID-19 pandemic on the labor activity of passenger car employees, considering psychophysiological indicators

¹Russian University of Transport, 9/9, Obraztsova str., Moscow, Russia, 127994;

²All-Russian Research Institute of Railway Hygiene, 1/1, Pakgauznoye highway, Moscow, Russia, 125438

Introduction. The article presents research materials on the impact of the COVID-19 pandemic on labor activity, conducted during the period of active development of the epidemic spread around the world.

The aim of study is to analyze the labor activity of employees during the pandemic, taking into account psychophysiological indicators.

Materials and methods. Comparative analysis of questionnaire data (used the questionnaire developed by the teachers of the Department "Management of safety in technosphere" Russian University of transport) railway workers during a pandemic COVID-19, considered the issues of psychological state, but also studied a stress level of employees and predicting the impact of a pandemic on the state of mental health of railway workers. 50 female guides took part in the survey, most of them were women (about 70%) with continuous work experience in this profession.

Results. Guides generally adequately assess the health risk of COVID-19 exposure. However, there are several people who "underestimate the risk of exposure to the factor" (about 20%), and their number has increased during the period of lifting the quarantine. Comparative analysis showed that during the quarantine period, employees felt psychoemotional stress, increased the number of anxieties, depression, and nervous disorders. The obtained data confirm the expediency of further research in this direction, the need to normalize the work of employees in the context of the development of the pandemic and the preservation of their health.

Conclusions. It is necessary to wait and make every effort to fight COVID-19. It is also necessary to control the psychological state, if you ignore the fear of employees that they may become infected, then this may open up diseases of a different nature.

Keywords: pandemic; COVID-19; passenger car conductor; fear; psychological anxiety; stress

For citation: Koroleva A.M., Sachkova O.S. The impact of the COVID-19 pandemic on the labor activity of passenger car employees, considering psychophysiological indicators. *Med. truda i prom. ekol.* 2020; 60(11): 804–806. <https://doi.org/10.31089/1026-9428-2020-60-11-804-806>

For correspondence: Anna M. Koroleva, senior lecturer of Russian University of Transport. E-mail: annakoroleva@list.ru

Information about authors: Koroleva A.M. <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57211197820>

Sachkova O.S. <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57204017548>**Funding.** The study has no funding.**Conflict of interests.** The authors declare no conflict of interests.

Received: 04.09.2020 / Accepted: 19.10.2020 / Published: 03.12.2020

Введение. Пандемия COVID-19 оказала значительное влияние на железнодорожную отрасль всего мира. Большинство железнодорожных пунктов были закрыты не было пропуска через границы. Пандемия COVID-19 повлияла на устойчивость работы практически всех сегментов мировой экономики. С момента возникновения пандемии роль ведущей организации, координирующей действия всех мировых железнодорожных компаний по предотвращению распространения инфекции, взял на себя Международный союз железных дорог (МСЖД), в деятельности которого ОАО «РЖД» принимает непосредственное участие. Сотрудничество не прекращается ни на минуту.

Железнодорожные перевозки всё чаще рассматриваются как жизнеспособной и безопасной, в том числе с точки зрения эпидемиологической ситуации, альтернативы автомобильным перевозкам на большие расстояния, особенно с пересечением государственных границ.

Однако главной задачей, безусловно, остаются исследование и сбор информации о последствиях пандемии COVID-19 для развития мирового железнодорожного транспорта, а также повсеместное внедрение лучших практик для эффективного противостояния этой угрозе.

Пандемия COVID-19 оказывает значительное влияние на мир труда в условиях, когда свыше 80% рабочей силы в мире пострадали от мер по ограничению занятости. По мере того, как экономики начинают вновь открываться, ускорение цифровизации и автоматизации, вероятно, будет происходить в целом ряде отраслей и секторов, что приведет к огромным потрясениям на рынках труда. Все это требует новых и незамедлительных инвестиций в повышение квалификации, в том числе в области цифровых навыков.

Снижение спроса и нарушение системы поставок, вызванные кризисом COVID-19, ставят под угрозу существование рабочих мест в нескольких областях экономической деятельности в краткосрочной и среднесрочной перспективе.

Меры, направленные на недопущение развития кризиса в связи с распространением COVID-19, включают в себя социальное дистанцирование и прекращение работы ритейла, транспорта, ресторанов, отелей и других индустрий в сфере услуг. По данным ОЭСР, в этих обстоятельствах наиболее уязвимыми оказываются работники с низким уровнем дохода (работники, которые получают $\frac{2}{3}$ от медианной заработной платы в стране при полном рабочем дне).

Цель исследования — провести анализ трудовой деятельности работников в период пандемии с учетом психофизиологических показателей.

При исследовании было выявлено, что большое влияние оказывает COVID-19 на работников пассажирских вагонов при пандемии. Большое давление на психологическое состояние оказывает пандемия. Проводники каждый день сталкиваются с психологическими нагрузками. Большое количество людей пользуются услугами РЖД. Проводники рискуют заразиться вирусом и этот фактор давит на каждого сотрудника при пандемии с каждым днем все сильнее и сильнее.

Материалы и методы. Проведен сравнительный ана-

лиз данных анкетирования (использован опросник, разработанный преподавателями кафедры «Управления безопасностью в техносфере» Российского университета транспорта) работников железнодорожного транспорта в период пандемии COVID-19, рассмотрены вопросы психологического состояния, а также изучен уровень стрессовости работников и прогнозирование влияния пандемии на состояние психологического здоровья работников железнодорожного транспорта. В анкетировании приняли участие 50 женщин-проводников, основную долю составляли женщины (около 70%), имеющие непрерывный трудовой стаж в этой профессии.

Таким образом, если в случае угрозы человек, в первую очередь, переживает тревогу, страх, ужас, панику (это все разные варианты эмоции «страх»), то в случае с угрозой самооценке и самоуважению, мы имеем дело с виной, стыдом, отвращением. В этом случае можно говорить о моральной травме, поэтому требует исследование.

Существует достаточно обоснованное мнение о том, что протоколы психотерапии ПТСР должны учитывать наличие моральной травмы. Данные о ПТСР после войны говорят о том, что значительная часть диагностированных случаев (по разным данным, от 25 до 34%) являются последствиями моральной травматизации.

В крайних случаях можно наблюдать развитие психических расстройств (депрессии, ПТСР, усиления зависимостей), а также повышение суицидального риска.

Опыт разных стран показывает, что в ситуации с COVID-19 моральная травматизация работников связана, с одной стороны, с неспособностью оказать помощь и бить за жизнь своих родных и близких.

Таким образом, ситуация сегодняшнего дня имеет ряд особенностей, которые позволяют говорить о ней как о глобальном травматическом стрессоре.

Результаты. Проводники в целом адекватно оценивают риск воздействия COVID-19 на состояние здоровья. Однако присутствует несколько человек, которые «недооценивают риск воздействия фактора» (около 20%), при этом их число возросло, в период снятия карантина. Сравнительный анализ показал, что в период карантина работники ощущали психоэмоциональное напряжение, возросло количество тревог, депрессий, нервных расстройств. Полученные данные подтверждают целесообразность проведения дальнейших исследований в данном направлении, необходимость нормирования труда работников в условиях развития пандемии и сохранения его здоровья, как для проводников, так и для работников других сфер.

Обсуждение. Вместе с тем, в этой глобальной травматизации можно обозначить группы людей, которые испытывают наиболее интенсивную угрозу и психологический дистресс. Последствия этого дистресса мировое общество будет ощущать на себе еще годы и, вероятно, десятилетия.

Основные источники психологической травматизации работников проводников пассажирских вагонов:

1. психическая травматизация в связи с угрозой собственной жизни, а также в связи с угрозой жизни родных и близких;
2. моральная травматизация в связи с угрозой

заразить родных и близких;

3. переживание предательства со стороны системы здравоохранения, государства и общества.

Отдельно следует выделить возможные источники моральной травмы в связи с недостатком ресурсов для того, чтобы позаботиться о безопасности своих коллег.

Самый сложный вопрос связан с рекомендациями по профилактике психологического дистресса и отдаленных психологических последствий. Известно, что психологический дебрифинг (специально разработанная процедура, которая предполагает выражение переживаемых эмоций в группе людей, которые переживают сходный опыт) не доказал своей эффективности.

Выводы:

Таким образом, наиболее эффективными в процессе овладения со стрессом у работников проводников пассажирских вагонов, во время эпидемии COVID-19, могут быть психообразование или информирование, неформальная социальная поддержка, а также полная доступность психологической/психиатрической помощи.

Ниже приведем пример более конкретные предположения о том, что конкретно может быть сделано для сохранения психологического благополучия работников проводников пассажирских вагонов.

1. Все проводники пассажирских вагонов работники должны иметь средства индивидуальной защиты, а также информацию о том, что этих средств будет достаточно в будущем. Они также должны быть обеспечены возможностью изолироваться от своих семей, если видят в этом необходимость.

2. Проводники пассажирских вагонов должна быть известна информация о проявлениях острого и посттравматического стресса. Они также должны быть

информированы о повышении вероятности моральной травматизации в условиях ЧС и тех чувствах, которые переживают люди после моральной травмы. Эта информация дает возможность нормализации, т. е. отношения к собственным тяжелым чувствам как к адекватным в чрезвычайной ситуации.

3. Важным аспектом профилактики пост стрессовых расстройств является формирование убеждений о ценности заботы о себе в условиях, когда ситуация требует полной самоотдачи. Речь идет об усилении представлений о том, что внимание к себе и своим потребностям делает человека более устойчивым и сильным и расширяет его возможности помочь другим.

4. Однако проводники пассажирских вагонов, переживающие длительный стресс, должны иметь возможность оперативно обратиться за помощью, если негативные эмоции носят стабильно интенсивный характер, а также если эти эмоции приводят к нарушению сна, аппетита, соматическим симптомам.

Только от собственного эмоционального настроя каждого работника пассажирского вагона зависит защита и психологическое здоровье не только работников, но и людей в целом. Необходимо принять эту ситуацию и постараться обезопасить себя и своих коллег, чтобы этот вирус не смог навредить окружающим. Пройдет определенное количество времени и пандемии не станет. Необходимо переждать и приложить все усилия для борьбы с COVID-19. Если усугублять свое психологическое состояние накручивать и внушать себе боязнь и страх, то от этого могут открыться болезни другого характера. Не зря есть высказывание: «Все болезни от нервов». Необходимо не поддаваться паники и выполнять свою работу четко следуя рекомендациям и инструкциям.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Официальный сайт РЖД <https://old-www.rzd.ru> (дата обращения 09.06.2020)
2. Стандарт 1/15-2020 по проведению противоэпидемических мероприятий на объектах железнодорожного транспорта с целью профилактики коронавирусной инфекции.

REFERENCES

1. Official website of Russian Railways <https://old-www.rzd.ru> (accessed 09.06.2020)
2. Standard 1/15-2020 for carrying out anti-epidemic measures at railway transport facilities in order to prevent coronavirus infection.