

ANKSIOZNOST, STRES I DEPRESIJA KOD STUDENATA U VREME PANDEMIJE COVID-19

Jasmina Kovačević¹, Zora Jačova², Lidija Ristovska³, Vesna Radovanović⁴

^{1,4}Univerzitet u Beogradu, Fakultet za specijalnu edukaciju i rehabilitaciju, Beograd, Srbija

²Univerzitet u Skoplju „Kirilo i Metodije“, Filozofski fakultet, Institut za specijalnu edukaciju i rehabilitaciju Skoplje, Severna Makedonija

³Gradska opšta bolnica „8. septembar“, Odeljenje za otorinolaringologiju, Odsek za audiologiju, Skoplje, Severna Makedonija

¹kovacjasmina@gmail.com, ²zorajacova@hotmail.com, ³lidijaristovska@yahoo.com, ⁴radovanovic3@yahoo.com

Kratak sadržaj: Cilj istraživanja je bio da se ispita stepen anksioznosti, stresa i depresije kod studenata Univerziteta u Beogradu u vreme pandemije COVID-19. Uzorak je činilo 315 ispitanika koji pohađaju visokoškolske ustanove. U odnosu na pol u uzorku je bilo 253 (80,63%) ispitanika ženskog i 62 (19,68%) ispitanika muškog pola, starosnog uzrasta od 18 do 30 godina. U odnosu na naučna polja u uzorku je bilo ispitanika iz polja društveno-humanističkih nauka 242 (76,82%), tehničko-tehnoloških nauka 42 (13,33%), medicinskih nauka 21 (6,66%) i prirodno-matematičkih nauka 10 (3,17%), dok je u odnosu na stepen studija bilo 80,63% (254) ispitanika osnovnih akademskih studija, 15,23% (48) ispitanika master akademskih studija i 4,13% (13) ispitanika doktorskih akademskih studija Univerziteta u Beogradu. Za prikupljanje podataka korišćena je srpska verzija Skale depresivnosti, anksioznosti i stresa-DASS-21 (Lovibond & Lovibond, 1995). Rezultati pokazuju da su oblici anksioznosti, depresije i stresa prisutni kod studenata Univerziteta u Beogradu. U odnosu na polne razlike, rezultati su pokazali da su kod ispitanika ženskog pola prisutniji anksioznost i stres, dok je kod ispitanika muškog pola prisutnija depresija. U odnosu na nivo studija, ispitanici osnovnih akademskih studija su skloniji anksioznom, depresivnom i stresnom ispoljavanju od studenata master akademskih studija, dok je prisustvo depresije i stresa značajnije prisutno kod ispitanika doktorskih akademskih studija u odnosu na ispitanike osnovnih i master akademskih studija. U odnosu na naučno polje, rezultati su pokazali da su ispitanici Društveno – humanističkih nauka skloniji anksioznom ispoljavanju, dok su depresija i stres približno jednako prisutni kod svih grupa fakulteta. Dobijeni rezultati upućuju na zaključak da iako su dobijeni na ograničenom uzorku, neophodno je unapređivati postojeće i razvijati nove mere prevencije i na organizovanom i sistematskom nivou pružati podršku i pomoć studentima, kako bi u uslovima pandemije očuvali kvalitet mentalnog zdravlja

Ključne reči: Anksioznost, Stres, Depresija, Studenti, Pandemija COVID-19

ANXIETY, STRESS, AND DEPRESSION IN STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Jasmina Kovacevic¹, Zora Jachova², Lidija Ristovska³, Vesna Radovanovic⁴

^{1,4}University of Belgrade, Belgrade, Faculty of Special Education and Rehabilitation, Belgrade, Serbia

²Ss. Cyril and Methodius University in Skopje, Faculty of Philosophy, Institute of Special Education and Rehabilitation, Skopje, North Macedonia

³City General Hospital "8th September", Department of Otorhinolaryngology, Division of Audiology, Skopje, North Macedonia

¹kovacjasmina@gmail.com, ²zorajacova@hotmail.com, ³lidijaristovska@yahoo.com, ⁴radovanovic3@yahoo.com

Abstract: The aim of the research was to examine the degree of anxiety, stress, and depression among students of the University of Belgrade during the COVID-19 pandemic. The sample consisted of 315 respondents attending higher education institutions. In terms of the gender, there were 253 (80.63%) female respondents and 62 (19.68%) male respondents in the sample, aged 18 to 30 years. In terms of the scientific fields, the sample included 242 (76.82%) respondents from the fields of social sciences and humanities, 42 (13.33%) from technical and technological sciences, 21 (6.66%) from medical sciences, and 10 (3.17%) from natural sciences and mathematics, while in terms of the degree of the studies, there were 80.63% (254) respondents from basic academic studies, 15.23% (48) respondents from master academic studies, and 4.13% (13) respondents from doctoral academic studies at the University of Belgrade. The Serbian version of the Depression, Anxiety and Stress Scale-DASS-21 (Lovibond & Lovibond, 1995) was used to collect data. The results show that the forms of anxiety, depression, and stress are present in students of the University of Belgrade. In terms of the gender differences, the results showed that anxiety and stress were more common in female respondents, while depression was more common in male respondents. In terms of the level of the studies, respondents from basic academic studies are more prone to anxious, depressive and stressful manifestation than students of master academic studies, while depression and stress are significantly present in respondents from doctoral academic studies than respondents from basic and master academic studies. In terms of the scientific field, the results showed that the respondents from the social sciences and humanities are more prone to

anxious manifestation, while depression and stress are approximately equally present in all groups of the faculty. The results show that the new situation requires additional help and support from students.

Key Words: Anxiety, Stress, Depression, Students, COVID-19 pandemic

1. UVOD

Pandemija COVID-19 predstavlja globalnu krizu koja, se pored ugrožavanja fizičkog integriteta ljudi, zajedno sa uvedenim merama, neminovno projektovala i na mentalno zdravlje stanovništva [1]. U dostupnoj literaturi još uvek ne postoji znatan broj istraživanja koja bi potvrdila posledice pandemije po mentalno zdravlje, ali iskustva i literatura iz ranijih sličnih epidemija, upozoravaju da se i tom segmentu zdravlja posveti adekvatna pažnja. Na to ukazuje i činjenica da su sporadična istraživanja rađena na globalnom nivou pokazala da se **pojava depresije i anksioznosti kod mladih osoba** tokom pandemije **udvostručila** i da svaki četvrti adolescent u svetu pati od simptoma depresije, dok svaki peti od simptoma anksioznosti [2]. Istraživanja mentalnog zdravlja i svakodnevnog funkcionisanja studenata u uslovima „Covid-19 mera“, na uzorku studenata američkih univerziteta, ukazala su da je među njima zastupljen umeren do ozbiljan stepen depresivnosti (48%), anksioznosti (oko 38%) i suicidalnih misli (18%). Čak 71% ispitanika je izvestilo o intenziviranju nivoa stresa i anksioznosti tokom pandemije, dok je manje od polovine ispitanika (oko 43%) navelo da su bili u stanju da adekvatno prevladaju stres [3]. U studiji koja je ispitivala stres povezan sa ispunjavanjem akademskih obaveza pri prelasku na online nastavu, 41% studenata se izjasnilo da su pod većim pritiskom i stresom nego u uslovima tradicionalne nastave [4], dok studija koja se bavila analizom ispita koji se održavaju online kao mogućeg stresora, pokazuje da trećina ispitanika izveštava o povećanom doživljaju stresa, pri čemu se izvori stresa uglavnom odnose na skraćeno trajanje ispita, tehničke probleme vezane za stabilnost internet veze i platforme korišćene za ispite [5]. Povećan psihološki stres usled fizičkog distanciranja i smanjenja socijalnih kontakata, zakoni o karantinu, finansijske brige, frustracije, dosada, nedostatak zaliha i loša komunikacija, dovodi do besa, konfuzije, anksioznosti i depresije [6,7,8,9]. Fizičko distanciranje kao jedna od najučestalijih mera, doprinela je prekidanju lanca prenošenja zaraze međutim, na drugoj strani proizvela je niz negativnih psiholoških uticaja u vidu brige, strahova, anksioznosti, pa čak i novih pojava mentalnih bolesti [10]. Ako se tome dodaju izazovi sa kojim se mladi suočavaju tokom studiranja, opravdano je da će briga za sam ishod studija, snalaženje tokom online nastave, kvalitet znanja, kvalitet stečenih praktičnih veština neophodnih za obavljanje profesionalnih aktivnosti i niz drugih pitanja, ostaviti dovoljno prostora za aktiviranje latentnih emocija koje mogu da dovedu do afektivnog reagovanja [11]. Zato je cilj ovog rada bio da se ispita stepen anksioznosti, stresa i depresije kod studenata Univerziteta u Beogradu u vreme pandemije COVID-19.

2. METOD

Za prikupljanje podataka korišćena je srpska verzija Skale depresivnosti, anksioznosti i stresa-DASS-21 (adaptacija skale Lovibond & Lovibond iz 1995. godine). Skala se sastoji od 21 tvrdnje koje istovremeno ispituju simptome depresije (D), anksioznosti (A) i stresa (S). Svaka od ove tri subskale se sastoje od po sedam tvrdnji: depresija (npr. „Osećao sam da nemam čemu da se nadam“), anksioznost (npr. „Osećao sam se uplašeno bez razloga“) i stres (npr. „Primetio sam da se nerviram“). Zadatak ispitanika je bio da na skali Likertovog tipa, od 0 (nikada) do 3 (skoro uvek) označi koliko često je doživio stanje opisano u tvrdnji u poslednje dve godine. Skorovi na svakoj subskali se kreću u rasponu od 0 do 21. Za „D“ skalu ukupan skor od 0 – 4 je normalan; 5 – 6 blaga depresija; 7 – 10 umerena depresija; 11 – 13 teška depresija; ≥ 14 veoma teška depresija. Za skalu „A“ skor od 0 – 3 se smatra normalnim; 4 – 5 blaga anksioznost; 6 – 7 umerena anksioznost; 8 – 9 teška anksioznost; ≥ 10 veoma teška anksioznost. Za skalu „S“ je skor 0 – 7 normalan; 8 – 9 blagi stres; 10 – 12 umereni stres; 13 – 16 težak stres; ≥ 17 veoma težak stres.

Prikupljanje podataka realizovano je online.

Uzorak je činilo 315 ispitanika koji pohađaju visokoškolske ustanove. U odnosu na pol u uzorku je bilo 253 (80,63%) ispitanika ženskog i 62 (19,68%) ispitanika muškog pola, starosnog uzrasta od 18 do 30 godina. U odnosu na naučna polja u uzorku je bilo 242 (76,82%) ispitanika iz polja društveno-humanističkih nauka, 42 (13,33%), tehničko-tehnoloških nauka, 21 (6,66%) medicinskih nauka i 10 (3,17%) prirodno-matematičkih nauka, dok je u odnosu na stepen studija bilo 80,63% (254) ispitanika osnovnih akademskih studija, 15,23% (48) ispitanika master akademskih studija i 4,13% (13) ispitanika doktorskih akademskih studija Univerziteta u Beogradu.

3. REZULTATI SA DISKUSIJOM

Tabela 1 – Anksioznost, depresija i stres kod studenata u odnosu na pol

	Ženski pol	Muški pol
--	------------	-----------

Anksioznost	8,8	6,6
Depresija	11,6	12,8
Stres	15,0	12,4
Ukupno:	253	62

Dobijeni rezultati pokazuju da su oblici anksioznosti, depresije i stresa prosečno umerenog inteziteta prisutni kod studenata Univerziteta u Beogradu. U odnosu na polne razlike (Tabela 1), rezultati su pokazali da su kod ispitanika ženskog pola prisutniji anksioznost (8,8) i stres (15,0), dok je kod ispitanika muškog pola prisutnija depresija (12,8). Rezultati su pokazali prisustvo umerenog inteziteta anksioznosti, depresije i stresa što je generalno u skladu sa do sada sprovedenim istraživanjima [3], kao i rezultati koji pokazuju da su ispitanici ženskog pola skloniji stresu tokom COVID-19 pandemije [12].

Tabela 2 – Anksioznost, depresija i stres kod studenata u odnosu na nivo studija

	I nivo studija	II nivo studija	III nivo studija
Anksioznost	11,7	9,5	11,3
Depresija	13	11,6	15,0
Stres	16,5	14	17,9
Ukupno:	254	48	13

U odnosu na nivo studija, ispitanici osnovnih akademskih studija su skloniji anksioznom, depresivnom i stresnom ispoljavanju od studenata master akademskih studija, dok je prisustvo depresije i stresa značajnije prisutno kod ispitanika doktorskih akademskih studija u odnosu na ispitanike osnovnih i master akademskih studija (Tabela2). Rezultati su pokazali da su ispitanici osnovnih akademskih studija ispoljili umeren stepen depresije, dok su anksioznost i stres ušli u zonu teškog inteziteta (anksioznost 11,7, stres 16,5). Ispitanici master akademskih studija su u odnosu na ispoljavanje depresije i stresa ostali u zoni umerenog inteziteta, dok su u odnosu na ispoljavanje anksioznosti bili na granici umerene ka teškoj anksioznosti. Ispitanici doktorskih akademskih studija su na sve tri subskale bili na nivo teške anksioznosti, depresije i stresa.

Tabela 3 – Anksioznost, depresija i stres kod studenata u odnosu na naučno polje

	Društveno-humanističke nauke	Tehničko-tehnološke nauke	Medicinske nauke	Prirodno-matematičke nauke
Anksioznost	12,1	10,8	11,5	9,7
Depresija	11,7	12,0	12,2	12,4
Stres	17,5	17,2	18,0	17,5
Ukupno:	242	42	21	10

Rezultati su pokazali (Tabela 3) da je kod ispitanika iz polja Društveno – humanističkih nauka prisutnija anksioznost, dok su depresija i stres približno jednako prisutni kod svih grupacija fakulteta. U odnosu na intezitet, kod ispitanika svih grupacija prisutna je teža anksioznost kao i stres, dok se depresija kretala u okvirima umerenog inteziteta.

Rezultati pojedinačnih tvrdnji pokazuju da je depresija najviše povezana sa osećajem beznađežnosti (tvrdnja 10), besmisla (tvrdnja 21) i negativne percepcije sopstvene vrednosti (tvrdnja 17). U odnosu na anksioznost, najviše odgovora skoncentrisano je oko tvrdnje 19 (osećaj malaksalosti) i tvrdnje 20 (osećaj straha bez razloga, paničnog stanja, drhtavice i disajnih teškoća). Kod stresa dominiraju tvrdnje 11 i 8, koje se vezuju za percepciju nervoze, nakon kojih slede tvrdnje 12 („Teško mi je da se opustim“) i tvrdnja 6 („Preterano reagujem u nekim situacijama“).

4. ZAKLJUČAK

Pandemija Covid-19 je potpuno promenila svet, posebno u prvoj polovini 2020.godine. Izmenjen kontekst obrazovanja, rada, kretanja, okupljanja, ponašanja, provođenja slobodnog vremena, života sa porodicom, partnerima i slično je sigurno uticalo na gotovo celokupnu populaciju kako u svetu, tako i u Srbiji [13]. Strah od nepoznatog u uslovima pandemije negativno utiče na sve sfere života, pa tako i na mentalno zdravlje dece i odraslih. U takvim situacijama narušava se kvalitet života pojedinaca, porodice i društvene zajednice i javljaju se osećanja beznađežnosti, očaja, tuge i gubitka svrhe [14].

Iznenadne i dalekosežne promene nastale kao posledica situacije u kojoj smo se našli dovele su do negativnog društvenog ponašanja koje se manifestuje neadekvatnim odgovorom na strah i nižim pragom tolerancije na neizvesnost situacije[15]. Rezultati prikazanog istraživanja pokazuju da je studiranje u uslovima pandemije uticalo na kvalitet života studenata. Novonastala situacija dovela je do intenziviranja nivoa anksioznosti, depresije i stresa što ukazuje na potrebu unapređivanja postojećih i razvijanja novih mera prevencije i na organizovanom i sistematskom nivou pružanje podrške i pomoći studentima, a sve u cilju očuvanja kvaliteta mentalnog zdravlja. Kako bi se stekao sveobuhvatniji uvid u proučavani problem neophodna su istraživanja složenijeg dizajna i na većim broju ispitanika.

5. LITERATURA

- [1] Maggu, G., Jaishy, R., Srivastava, M., Chaudhury, S., Saldanha, D., and Sharma, S.(2021). Effect of COVID-19 and sociocultural milieu on the psychopathology of mental health disorders: A hospital-based study, *Industrial Psychiatry Journal*, Published online 2021 Oct 22. doi: [10.4103/0972-6748.328785](https://doi.org/10.4103/0972-6748.328785)
- [2] <https://rs.n1info.com/zdravlje/pojava-depresije-i-anksioznosti-kod-mladih-udvostrucila-se-tokom-pandemije/> pristupljeno 06.01.2022.god.
- [3] Wang, X., Hegde, S., Son, C., Keller, B., Smith, A., & Sasangohar, F. (2020). Investigating mental health of US college students during the COVID-19 pandemic: cross-sectional survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), e22817. <https://doi.org/10.2196/22817>
- [4] Kovačević, J., Radovanović, V., Radojević, T., i Kovačević, B.J. (2021). Efekti online nastave na visokoškolskim ustanovama za vreme pandemije covid-19. U v. Katić (ur.) *Trendovi razvoja: on-line nastava na univerzitetima*, (35-39). Univerzitet u Novom Sadu i Fakultet tehničkih nauka Novi Sad
- [5] Elsalem, L., Al-azzam, N., Jum'ah, A. A., Obeidat, N., Sindiani, A. M., & Kheirallah, K. A. (2020). Stress and behavioral changes with remote e-exams during the Covid-19 pandemic: a cross-sectional study among undergraduates of medical sciences. *Annals of medicine and surgery*, 60, 271-279. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2020.10.058>
- [6] Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al.(2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *Lancet*, 395:912–20 [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- [7] Ahmed MZ, Ahmed O, Aibao Z, Hanbin S, Siyu L, Ahmad A.(2020). Epidemic of COVID-19 in China and associated psychological problems. *Asian J Psychiatr*, 51:102092 <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102092>
- [8] Vindegaard N, Benros ME. COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence. *Brain Behav Immun*. 2020;89:531–42. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.048>
- [9] Kumar A, Somani A.(2020). Dealing with corona virus anxiety and OCD. *Asian J Psychiatr*. 51:102053. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102053>
- [10] Jahangir MA, Muheem A, Rizvi MF. Coronavirus (COVID 19) (2020).History, current knowledge, and pipeline medications. *Int J Pharm Pharmacol*. 4:140. doi:[10.31531/2581-3080.1000140](https://doi.org/10.31531/2581-3080.1000140)
- [11] Lazarević, M.(2020).Anksioznost kod zdravstvenih radnika u vreme pandemije COVID-19.*Medicinski časopis*, 54(1): 14-17 doi: 10.5937/mckg54-27871
- [12] De la Fuente, J., Pachón-Basallo, M., Santos, F. H., Peralta-Sánchez, F. J., Gonzáleztorres, M. C., Artuch-Garde,R., Paoloni, P. V., & Gaetha, M. L. (2021). How has the COVID-19 crisis affected the academic stress of university students? The role of teachers and students. *Frontiers in Psychology*, 12, 626340. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.626340>
- [13] Stojanović,B., i Vukov, T. (2020).*Život mladih u Srbiji: uticaj Covid-19 pandemije*. Beograd: Misija OEBS-a u Srbiji
- [14] Levin, J. (2019). Mental health care for survivors and healthcare workers in the aftermath of an outbreak. In D. Huremovic (ed), *Psychiatry of pandemics* (pp. 127–141). Springer
- [15] Rubin, G. J. & Wessely, S. (2020). The psychological effects of quarantining a city. *British Medical Journal*, 368, m313. <https://doi.org/10.1136/bmj.m313>