

Co już wiemy o funkcjonowaniu dzieci i młodzieży w okresie pandemii i zdalnego nauczania? *- przegląd badań i kierunki wsparcia*

Dr Wiesław Połeszak

Ośrodek Rozwoju Edukacji

Wyższa Szkoła Ekonomii i Innowacji w Lublinie

Z czym się mierzymy w rozumieniu psychologicznym?

- To z czym się mierzymy w psychologii określamy jako kryzys
- **Kryzys** w rozumieniu psychologicznym, to załamanie linii życiowej, na skutek zdarzenia, które jest dla nas przeszkodą w realizacji celów życiowych i w konsekwencji budzi silne emocje.
- Jak podają James i Gilliland (2006, s. 25) jest to reakcja na „przeszkodę, która w tym czasie jest nie do pokonania za pomocą zwyczajowych metod rozwiązywania problemów”.
- Z kolei, Brammer (1984, s. 145) uważa, że jest to stan dezorganizacji, w którym człowiek doświadcza poczucia lęku, szoku i trudności związanych z przeżywaniem określonej sytuacji. Kryzysy są ograniczane w czasie (trwają zwykle nie dłużej niż kilka tygodni) ale gdy nie zostały przepracowane, mogą prowadzić do poważnych zaburzeń zachowania (z samobójstwem włącznie) albo na nowo otworzyć występujące już wcześniej (ale np. zaleczone) zaburzenia (por. James i Gilliland, 2006).

Założenia, jak dzieci i młodzież poradzi sobie z sytuacją kryzysu wywołanego pandemią (przyjęte na początku pierwszej fali), koncentrowały się na tym - jakimi zasobami osobistymi, rodzinnymi i środowiskowymi będą dysponować (por. Poleszak, Pyżalski 2020).

Bezpłatny e-book:

zdalnie.edu-akcja.pl

Edukacja w czasach pandemii wirusa COVID-19

Z dystansem o tym, co robimy obecnie jako nauczyciele

Redakcja: Beata Krawiec

Jacek Pyżalski



Co już wiemy?

A czego nie?

Raport Fundacji
Dajemy
Dzieciom Siłę
pod tytułem
*Negatywne
doświadczenia
młodzieży w
trakcie pandemii.*

- Badania przeprowadzono metodą CAWI, między pierwszą a drugą falą pandemii Covid-19, to jest we wrześniu 2020 roku. Badania były przeprowadzone na próbie 500 młodych ludzi w wieku 13-17 lat.
- Wyniki mają charakter danych ilościowych (2020) wskazują na duże zagrożenia dla dzieci i młodzieży w środowisku rodzinnym, gdzie występuje choroba psychiczna lub uzależnienie (albo jedno i drugie). Około 27% młodych osób przyznało się do jakiejś z form krzywdzenia. Częściej taki problem zgłaszają dziewczęta niż chłopcy. Częściej takie sytuacje mają miejsce na wsi niż w mieście i dotyczą zwłaszcza młodzieży w wieku 16-17 lat.

Badania
międzyuczelnianego
zespołu Ptaszek,
Dębski, Bigaj, Pyżalski,
Stunża (2020).

Polskie Towarzystwo
Edukacji Medialnej

Zdalnenauczanie.org

- Badanie te były wykonane w maju i czerwcu 2020 roku, metodą sondażu diagnostycznego na próbie 2934 badanych (uczniowie N = 1284, rodzice N = 979 i nauczyciele N = 671).
- Nauczanie zdalne obciążało czasowo wszystkie grupy społeczne zaangażowane w edukację, to jest nauczycieli i uczniów, ale i rodziców.
- Według tych badań ponad **jedna czwarta** uczniów przeżywała trudności z opanowaniem materiału przekazywanego zdalnie. Na te trudności składały się zarówno deficyty koncentracji, zrozumieniu przekazywanego materiału i wykonywaniem na czas zadań w czasie trwania lekcji.
- Dla 90% nauczycieli zdalna edukacja wiązała się z poświęceniem dodatkowego czasu na przygotowanie się do prowadzonych lekcji. Taki problem zgłosiło jedynie 62% uczniów i co drugi rodzic.

Badania
międzyuczelnianego
zespołu Ptaszek,
Dębski, Bigaj, Pyżalski,
Stunża (2020).

Polskie Towarzystwo
Edukacji Medialnej

Zdalnenauczanie.org

- Połowa uczniów ocenia zdalny sposób nauczania jako mniej atrakcyjny niż tradycyjny. Te same uczniowie wskazują też na pogorszenie się relacji z kolegami i koleżankami z klasy (przy czym jest też 5% uczniów, którzy wskazują na poprawę relacji w zdalnym nauczaniu).
- Reasumując, badania te wskazują, że 13% uczniów skarży się na pogorszenie relacji z rodzicami lub opiekunami. Główne problemy młodzieży (jeszcze w większym stopniu nauczycieli) to pozostawanie w ciągłej gotowości do odbierania połączeń i powiadomień (63% uczniów), zmęczenie wywołane siedzeniem przy komputerze bądź smartfonie (57%) oraz przeładowanie informacjami (51%).

Instytut Profilaktyki Zintegrowanej (Szymon Grzelak, 2020)

- Badania realizowano poprzez wysyłanie ankiety poprzez maile i media społecznościowe. Próba badawcza wyniosła 2079 osób w wieku 13-19 lat, a badania wykonano w kwietniu 2020 roku.
- Z badań wynika, że większość uczniów, to jest 62% dobrze sobie radzi z nastrojem w okresie pandemii.
- Jednakże jedna piąta badanej młodzieży wskazuje na przeżywanie złego samopoczucia i trudności w poradzeniu sobie z sytuacją.
- Kolejne 18% sygnalizuje umiarkowane przygnębienie.
- W grupie młodzieży, która przeżywa nastrój przygnębienia nieznacznie dominują dziewczęta.
- Z badań wynika prawidłowość, że z zdalnym nauczaniem i izolacją gorzej sobie radzą jedynacy i osoby nie praktykujące religijnie.
- Bardzo źle znoszą pandemię młodzi ludzie z chorobą przewlekłą, może to wynikać zarówno z większego lęku o zdrowie, jak i trudnościami w dostępie do służby zdrowia.

Instytut Profilaktyki Zintegrowanej (Szymon Grzelak, 2020)

- Badania realizowano poprzez wysyłanie ankiety poprzez maile i media społecznościowe. Próba badawcza wyniosła 2079 osób w wieku 13-19 lat, a badania wykonano w kwietniu 2020 roku.
- Wśród osób przeżywających przygnębienie jest więcej osób, którzy nie rozmawiają ze swoimi rodzicami. Czynnikiem chroniący w postaci wsparcia rodziców jest u nich o wiele słabszy.
- Innym czynnikiem sprzyjającym negatywnemu nastrojowi jest słabsza sieć kontaktów rówieśniczych (on-line). Młodzi ludzie nawiązujące kontakty rówieśnicze lepiej sobie radzą z poczuciem przygnębienia wynikającym z pandemii.
- Młodzież, która źle ocenia swój stan psychiczny przeżywa statystycznie więcej emocji o ładunku negatywnym, a nasilenie tych emocji nie da się wytłumaczyć jedynie zmianami rozwojowymi. Koncentracja na negatywnych stanach emocjonalnych, nie pozwala też im dostrzec pozytywów płynących z doświadczanego kryzysu.
- Dodatkowym czynnikiem ryzyka jest doświadczany stres wynikający z realizacji obowiązków szkolnych, który dla jednej trzeciej badanych z grupy bardzo przygnębionej jest codziennością.

Powyższe badania, niezwykle wartościowe, bo nieliczne, mają jednak pewnego rodzaju słabość. Otóż, opisują doświadczenia młodzieży jedynie z pierwszej fali pandemii.

- Obostrzenia były silniejsze, ale też rodzaj doświadczeń mógł być inny niż podczas drugiej fali pandemii Covid-19. Założenia te wydają się potwierdzać podłużne badania na młodzieży ponad licealnej (Poleszak, Kata, 2021). Uzyskane wyniki wskazują, że w pierwszej fali młodzież głównie obawiała się zachorowania osób bliskich, zwłaszcza dziadków. Natomiast w drugiej fali młodzi ludzie sygnalizowali lęk o swoje zdrowie i zgłaszali trudności emocjonalne w radzeniu sobie z negatywnym samopoczuciem. Potwierdzałoby to założenia sformułowane we wstępie opracowania, a mianowicie, że pierwsza fala przeżywana była jako kryzys psychologiczny. Natomiast przydłużanie się pandemii przyjęło postać permanentnego stresu, który nadszarpnął siły i umiejętności adaptacyjne młodzieży. Podobnych problemów można się też spodziewać u uczniów młodszych, choć brak badań obrazujących to zjawisko.

Zalecenia do pracy z dziećmi i młodzieżą

- Ze względu na nadmierne korzystanie z komputera, zarówno dla celów edukacyjnych, jak i rozrywkowych wskazane są następujące działania profilaktyczne.
- Od wielu lat głównym czynnikiem ryzyka w środowisku dzieci i młodzieży jest stres szkolny. Do tego dochodzą statystyki zaburzeń emocjonalnych w tym środowisku. Dochodzi do tego czas pandemii, które generuje dodatkowe obciążenia emocjonalne. Wskazane są wszelkie programy ukierunkowane na rozumienie świata emocji oraz zarządzanie nimi, także w kontakcie z innymi – tak zwane programy społeczno-emocjonalnego uczenia się (CEL). Na rynku polskim nie ma wiele takich propozycji – warto tu otworzyć się na programy autorskie, realizowane w wielu szkołach przez pedagogów i psychologów (pod warunkiem, że spełniają podstawowe standardy profilaktyczne).
- Należy uzupełnić działania profilaktyczne o programy adaptacyjne, które na nową pomogą wejść w grupę oraz usprawnią integrację i klimat społeczny grup i klas.
- Koniecznym wydaje się wprowadzenie do repertuaru działań profilaktycznych interwencji kryzysowej jako formy wsparcia i korekcji problemów dzieci i młodzieży.
- Wreszcie koniecznym wydaje się objęcie pomocą i wsparciem psychologicznym dzieci i młodzieży, która nie poradziła sobie z pandemią albo doświadczyła jakiejś formy traumy. Nie zamknięte konstruktywnie traumatyczne doświadczenia prowadzą do zachowań ryzykownych i utrwalenia dysfunkcyjnych sposobów zaspakajania potrzeb, a w dalszych konsekwencjach do uzależnienia.

Dziękuję za uwagę