

Н. О. Нікітіна

кандидат медичних наук,
доцент кафедри акушерства, гінекології та педіатрії
Міжнародний гуманітарний університет
м. Одеса, Україна

В. Н. Кукушкін

кандидат медичних наук,
доцент кафедри акушерства, гінекології та педіатрії
Міжнародний гуманітарний університет
м. Одеса, Україна

ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ ОНЛАЙН НАВЧАННЯ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ НА ФІЗИЧНИЙ, ПСИХІЧНИЙ ТА СОЦІАЛЬНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ

Анотація. Проведено дослідження стану фізичного, психічного та соціального розвитку підлітків у період вимушеного дистанційного навчання у поєднанні з військовими діями шляхом анкетування підлітків віком від 12 до 16 років. Результати показали відхилення фізичного та психічного здоров'я дітей, наявність психосоматичних розладів та складнощів ресоціалізації підлітків, які найбільш виражені у групі тимчасово переміщених осіб. На основі вивчення літератури та результатів анкетування підлітків розроблені основні напрямки щодо усунення та профілактики порушень фізичного, психічного та соціального розвитку підлітків.

Ключові слова: діти, дистанційне навчання, фізичний, психічний, соціальний розвиток.

Епідемія COVID-19, яка розпочалася у 2020 році, змінила життя суспільства. В Україні було введено локдаун, а навчання школярів та студентів переведено в дистанційний режим. Відомо, що дистанційне навчання не тільки негативно позначилося на стані здоров'я дітей, но також викликало втрату колективізму, почуття взаємовиручки та підтримки, що може спричинити зниження соціалізації дітей. Військові дії, що почалися в лютому 2022 року, призвели до усвідомлення безпосередньої загрози життю та благополуччю людей, і стали найбільш значущим психотравмуючим фактором, що вплинув на всіх людей, особливо підлітків [2; 3; 4].

Дослідження, що проводилися в різних місцях світу, де мали місце воєнні конфлікти, показали поширеність гострого стресового розладу у 13–50 % тих, хто пережив травмуючий досвід, зростання невротичних розладів на 40 %, а психотичних – на 20 %. Беззахисність та залежність від дорослих, підвищена емоційність та психічна незрілість, а також різка зміна звичного середовища сприяють розвитку у дітей психічних та поведінкових порушень [6–11]. У підлітків з'являються проблеми у навчанні та спілкуванні, поведінкові порушення від агресії до депресії з почуттям «вини, що вижив», труднощі з інтеграцією в соціум, різні соматичні скарги, які не мають органічної природи [1; 5].

Багато досліджень підкреслюють, що потужний негативний вплив на психіку множинних психотравмуючих чинників призводить до того, що довгострокові наслідки можуть бути більш руйнівними, ніж моментальні. За даними Американської психіатричної асоціації, приблизно у половини людей зі стресом розвиваються посттравматичні стресові розлади (ПТСР) [1–5].

У зв'язку з цим важливим є раннє виявлення у дітей скарг на фізичний стан, психічних та поведінкових відхилень, профілактика у них ПТСР на ранніх та віддалених етапах психотравми, їх своєчасна та повноцінна реабілітація та реінтеграція у суспільство. У доступній нам літературі ми не зустріли інформації щодо поєданого впливу дистанційного навчання та воєнних дій на підлітків.

Мета дослідження: провести аналіз впливу онлайн навчання під час воєнного стану на фізичний, психічний та соціальний розвиток дітей за результатами опитування дітей старшого шкільного віку, розробити основні напрямки усунення наявних проблем.

Задачі дослідження:

1. Провести огляд літературних даних, присвячених вивченню проблеми стресу, пов'язаного з воєнним станом та онлайн навчанням, та його впливу на теперішнє та майбутнє здоров'я дитини.
2. Розробити чек-лист и провести опитування дітей старшого шкільного віку.
3. Провести статистичну оцінку отриманих даних.
4. Створити рекомендації щодо реалізації шляхів зниження або уникнення потенційних ризиків наслідків онлайн навчання під час воєнного стану на фізичний, психічний та соціальний розвиток дітей.

Об'єкт дослідження: діти старшого шкільного віку.

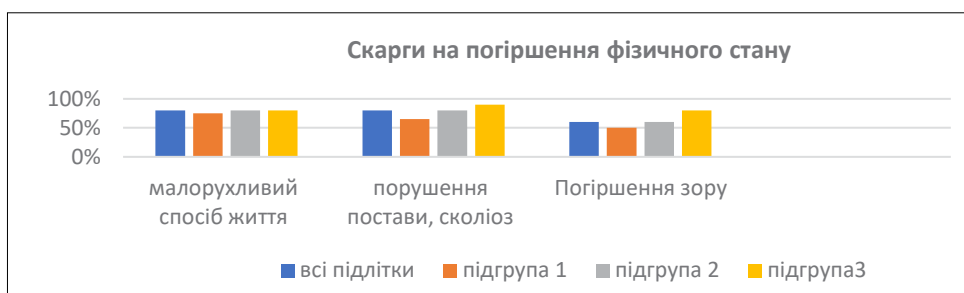
Предмет дослідження: відповіді на запитання у розроблених нами чек-листах на тему дослідження.

Результати дослідження.

На основі вивчення даних літератури був розроблений чек-лист з питаннями щодо можливих негативних ефектів стресу, викликаного воєнним станом та необхідністю онлайн-навчання. Для оцінки психічного стану була взята Госпітальна шкала тривоги та депресії [12].

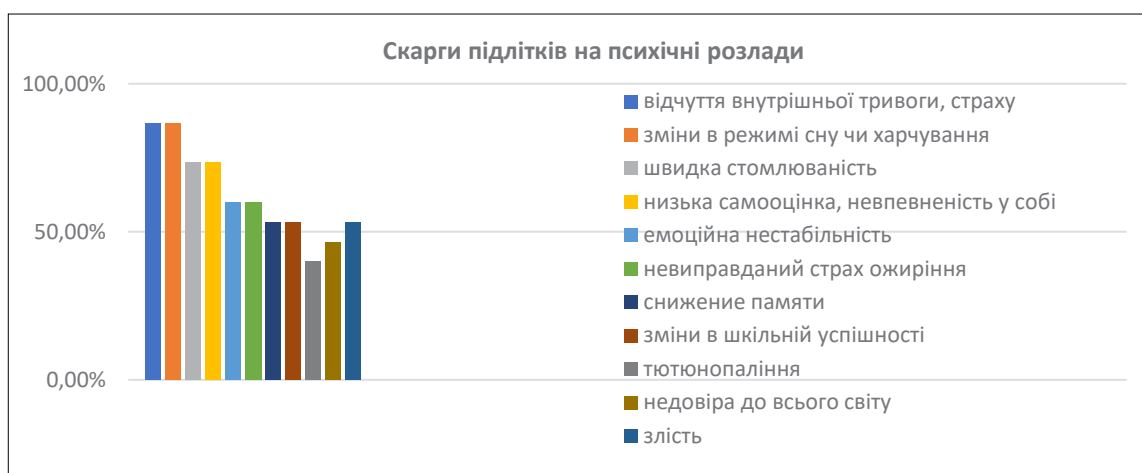
Були виділені підгрупи дітей, які постійно проживають в Одесі з початку воєнних дій (1 підгрупа), діти, що виїхали за кордон (2 підгрупа), та ті, що евакуйовані з окупованих територій – ТПО (тимчасово переміщені особи) (3 підгрупа). Проведено анкетування 45 дітей віком від 12 до 16 років, з них дівчаток – 23, хлопчиків – 22, 1 підгрупа склала 20, 2 підгрупа – 15, 3 підгрупа – 10 дітей відповідно.

Результати опитування подано на діаграмах.



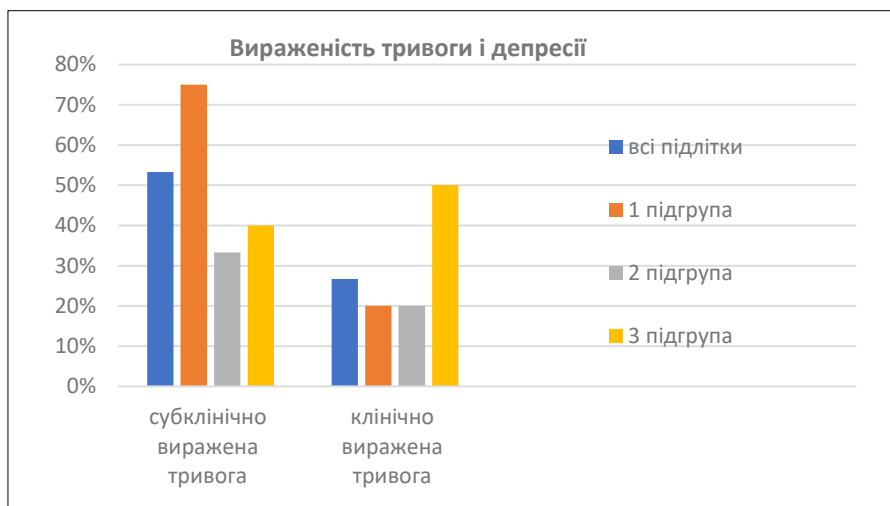
Діаграма 1. Скарги підлітків на погіршення фізичного стану здоров'я

Скарги на погіршення стану здоров'я висували всі підлітки. Частіше відзначалися малорухливий спосіб життя (80%), порушення постави, сколіоз (66,7%), погіршення зору (60%), закрепи, діарея, метеоризм, болі в животі і нудота (66,7%).



Діаграма 2. Скарги підлітків на психічні розлади

Психічні розлади також спостерігалися практично в усіх дітей. Як видно на діаграмі 2, найчастішими були відчуття внутрішньої тривоги, страху (86,7%), зміни в режимі сну чи харчування; (86,7%), швидка стомлюваність (73,4%), низька самооцінка, невпевненість у собі (73,4%), емоційна нестабільність (60%), невинуватий страх ожиріння (60%).



Діаграма 3. Результати опитування згідно Госпітальній шкалі тривоги і депресії

За результатами опитування згідно з Госпітальною шкалою тривоги та депресії, субклінічно виражена тривога виявлена у 53,3 %, а депресія у 13,3 %; клінічно виражена тривога 26,7 %, а депресія – 6,7 %. При цьому у дітей у підгрупі ТПО ступінь тяжкості тривоги був вищий, ніж у дітей перших двох підгруп.



Діаграма 4. Скарги підлітків на соціальний розвиток

Проблеми соціального розвитку полягали, переважно, у складності міжособистісних взаємин (73,4 %) та партнерстві з однолітком та дорослим (73,4 %).

Зміни фізичного, психічного та соціального розвитку дітей не залежали від статі, проте, більш вираженими вони були у 2 та 3 підгрупах.

Висновки та рекомендації.

Таким чином, наші дослідження, які були проведені серед підлітків у період вимушеного дистанційного навчання, пов'язаного з карантинном у зв'язку з епідемією COVID-19, що посилювалося впливом воєнного стану, показали наявність відхилень фізичного та психічного здоров'я дітей, психосоматичних розладів, а також соціальної дезадаптації, труднощів ресоціалізації у новому суспільстві, які були найбільш виражені в групі ТПО.

Усунення та попередження перелічених вище проблем мають вирішуватися комплексно: у сім'ї, у школі, у ЗМІ. У сім'ї необхідно більше часу приділяти спілкуванню з дітьми, використовуючи спільні ігри, прогулянки, заняття фізкультурою, читання книг з подальшим обговоренням, організація різноманітних ігрових, емоційних заходів тощо. В онлайн-школі для відчуття згуртованості, розвитку соціального та емоційного інтелекту рекомендуємо використовувати сучасні педагогічні практики: гейміфікацію, тимбілдінг, тощо. Значним чинником попередження негативного впливу онлайн навчання є підготовка медичного, педагогічного та допоміжного персоналу щодо методів викладання та спілкування з дітьми, робота з батьками.

ЛІТЕРАТУРА

1. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л. Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
2. Освіта України в умовах воєнного стану. Інноваційна та проектна діяльність : науково- методичний збірник / за заг. ред. С. М. Шкарлета. Київ – Чернівці : «Букрек». 2022. 140 с.
3. Освіта України в умовах воєнного стану. Інформаційно-аналітичний збірник / за заг. ред. С. М. Шкарлета. Київ, 2022. 358с.
4. Освіта України в умовах воєнного стану: управління, цифровізація, євроінтеграційні аспекти : збірник тез доповідей IV Міжнародної науково-практичної конференції (наукове електронне видання), 25 жовтня 2022 р. Київ : ДНУ «Інститут освітньої аналітики», 2022. 360 с.
5. Технології психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій / авт. кол. В. В. Байдик, Ю. С. Бондарук, Ю. П. Гопкало, Т. Б. Гніда, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, Р. А. Мороз, І. І. Ткачук; за наук. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр. 2021. 118 с.
6. Ainamani H.E., Elbert T., Olema D.K., Hecker T. PTSD symptom severity relates to cognitive and psycho-social dysfunctioning – a study with Congolese refugees in Uganda. *Eur J Psychotraumatol*. 2017. Vol. 8 (1). DOI: 10.1080/20008198.2017.1283086.
7. Aliról C. Management of minors returning from regions controlled by Islamic State. *Soins Pédiatr Pueric*. 2018. Vol. 39(304). P. 43–47. DOI: 10.1016/j.spp.2018.07.010.
8. Irene C. Felsman, Janice C. Humphreys, Rebecca Kronk. Measuring Distress Levels of Refugee Women to Enhance Community-Based Psycho-social Interventions. *Issues in Mental Health Nursing*. 2019. 40(4). P. 310–316. DOI: 10.1080/01612840.2018.1543744
9. Marcin Mamon M. The Lost Children of ISIS. *Foreign Policy*. 2018. 2 January. URL: <http://foreignpolicy.com/2018/01/02/the-lost-children-of-isis>
10. The Children of ISIS: The Indoctrination of Minors in ISIS-Held Territory / National Coordinator for Security and Counterterrorism (NCTV) and General Intelligence and Security Service (AVID). The Hague : Dutch Ministry of the Interior and Kingdom Relations, 2017.
11. Samara M., El Asam A., Khadaroo A., Hammuda S. Examining the psychological well-being of refugee children and the role of friendship and bullying. *British Journal of Educational Psychology*. 2020. 90(2). P. 301–329. DOI: 10.1111/bjep.12282
12. Госпітальна шкала тривоги і депресії (The Hospital Anxiety and Depression Scale, HADS). URL: <https://mozok.ua>

Додаток

Чек-лист для виявлення фізичних, психічних та соціальних розладів

Фізичні розлади:

часті скарги на фізичний стан

Погіршення зору:

болі в животі, і нудота; головний біль, мігрень; запори, діарея, скупчення газів, здуття живота; серцево-судинні розлади, гіпертонія, порушення серцевого ритму, хвороби органів дихання, виразкова хвороба, цукровий діабет

Психічні розлади:

низька самооцінка; втрата ілюзій; злість; недовіра до всього світу; бунтарська поведінка; часті прояви агресії або жорстокості; зміни в шкільній успішності; вживання алкоголю, тютюнопаління або наркотиків; зміни в режимі сну або харчування; одержимість питанням своєї ваги: невиправданий страх ожиріння

Соціальні розлади:

відсутність насиченої діяльності та взаємодії з однолітками і дорослими на умовах співпраці; труднощі міжособистісних взаємин; труднощі партнерства з однолітком, дорослим; девіантна поведінка – антидисциплінарна; відсутність відповідальності та почуття обов'язку

N. Nikitina, V. Kukushkin. Studying the impact of online education during marshal law on the physical, mental and social children's development. – Article.

Summary. The study of the state of physical, mental and social development of adolescents during the period of compulsory online education in combination with marshal law has been conducted by questionnaire of adolescents aged 12 to 16. The results showed deviations in the physical and mental health of children, the presence of psychosomatic disorders and the difficulties of resocialization of adolescents, which are most pronounced in the IDP group. Based on the study of the literature and the results of a survey of adolescents, we have developed the main directions for the elimination and prevention of the physical, mental and social development violations of adolescents.

Key words: teenagers, distant learning, physical, mental, social development.