

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Współczesny kontakt z dzieckiem - doświadczenia świadomego rodzica

Hanna Micińska

Uniwersytet Ekonomiczny w Katowicach
15 listopada 2021 roku

Organizatorzy



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

1

Raport „Corona generation. Growing up in a pandemic” – Polski Instytut Ekonomiczny

- Koszty pandemii COVID-19 dla młodego pokolenia zostały przedstawione w trzech obszarach: edukacja, zdrowie oraz rynek pracy.
- W kontekście ograniczenia dostępu do edukacji spodziewany jest spadek wynagrodzeń o 6,2 proc., który obejmie cały okres zatrudnienia młodego pokolenia, czyli ok. 45 lat.
- Z kolei długoterminowe oddziaływanie na rynek pracy to niższe przez 15 lat pensje młodych pracowników o 4 proc. względem „normalnych” czasów.
- Analitycy wskazali też na problemy m.in. z dostępem do specjalistów: psychiatrów, psychologów i terapeutów.
- “Wśród szacowanych na 44 bln dol. kosztów długoterminowych najważniejszym elementem jest wynikający z ograniczenia dostępu do edukacji i obliczany na 21 bln dol. spadek przyszłych dochodów mierzony na przestrzeni 45-letniej kariery zawodowej młodych pracowników” – czytamy w raporcie.

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

2

Covid i co dalej?


Psychologiczne i edukacyjne skutki COVID-19 mogą trwać dłużej niż sama pandemia - oceniają eksperci Polskiej Akademii Nauk.

Jak podkreślają, to właśnie dzieci i młodzież są grupą najbardziej narażoną na negatywne skutki **izolacji, destabilizacji życia rodzinnego i szkolnego oraz ekspozycję na negatywny medialny przekaz dotyczący wirusa SARS-CoV-2 i rozmiarów pandemii.**

<https://pulsmedycyny.pl/eksperci-pan-o-negatywnych-skutkach-pandemii-covid-19-dla-zdrowia-psychicznego-dzieci-i-mlodziezy-1106431>



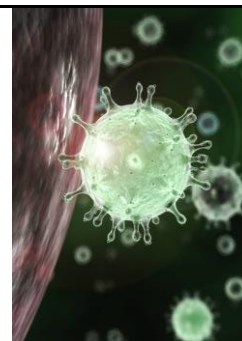
3

- 
- Przeniesienie wielu aktywności szkolno-społecznych do sfery online - specjaliści uczulają na zagrożenie jakim są wszelkiego rodzaju nadużycia w Internecie (np. nękanie lub inne formy cyberprzemocy).
 - Młodym ludziom udziela się również ogólny niepokój dotyczący wpływu pandemii na sytuację gospodarczą i socjoekonomiczną - młodzież bardzo niepokoi się tym, w jaki sposób wpłynie to na ich zawodową przyszłość.
 - Kluczową rolę w łagodzeniu lęków odgrywa rozmowa o pandemii (...) oraz psychoedukacja (dostarczanie informacji na temat tego jak żyć w pandemii, czy jak radzić sobie ze stresem).
 - Ważne jest też promowanie wiedzy na temat tego, jak ważne są: wprowadzenie i pilnowanie rutyn, aktywność fizyczna, dbanie o dostarczanie pozytywnych doświadczeń i dowartościowanie samego siebie. (...) Konieczne jest wsparcie psychiatrii dziecięcej.

4

COVID i co dalej?

- COVID-19 wpłynął na życie wielu ludzi – zwłaszcza dzieci i nastolatków – w sposób, jakiego świat jeszcze nie widział.
- Konieczność **izolacji**, dystansu społecznego i obowiązek noszenia maseczki, to nie tylko sposoby ochrony przed ryzykiem zakażenia, ale również czynniki sprzyjające rozwojowi schorzeń psychicznych.
- **Chroniczny stres, niepokój i poczucie bezradności** wpływają degeneracyjnie na rozwój społeczny u najmłodszych.



To zdjęcie, autor: Nieznany autor, licencja: CC BY

Zdrowie psychiczne dziecka w izolacji zależy od:

- wieku rozwojowego dziecka,
- statusu edukacyjnego,
- szczególnych potrzeb,
- stanu zdrowia psychicznego,
- sytuacji ekonomicznej,
- kwarantanny dziecka/rodzica



Skutki społecznej izolacji dla dzieci m.in.:

- przewlekły stres (zagrożenie m.in.: PTSD, depresją, zaburzeniami lękowymi)
- ograniczenie kontaktów z rówieśnikami, rodziną – izolacja, lęk społeczny
- brak ruchu, dostępu do kin, teatrów
- nauka zdalna – przestymulowanie – problemy z koncentracją uwagi
- traumatyczne przeżycia związane z chorobą własną i/lub rodziny
- zaburzenie bezpieczeństwa, brak zasad- zmiany- nieprzewidywalność
- konieczność do szybkiej adaptacji do nowych warunków
- doświadczanie przemocy rodzinnej
- trudności z nauką, koncentracją uwagi, pamięcią
- problemy emocjonalne

Instytut Sana, Dzieci w pandemii, Justyna Wronka -Klimczuk

- *„Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę” we wrześniu przeprowadziła badanie wśród nastolatków, pytając o to, jak znoszą pandemię. Jedna trzecia dzieci w wieku 13-17 lat określiła swój stan psychiczny jako zły.”*
- *„Warto zauważyć, że jest wiele spraw, na które nie mamy wpływu, np. pogoda, nakazy siedzenia w domu, samopoczucie, ale mimo wielu ograniczeń są też sprawy na które możemy mieć wpływ, np. wybór planszówki, pora wstawania, mycia i ubierania się, ułożenie planu pracy na każdy dzień, ustalenie w czym pomogę dziś w domu, wybór deseru, książki do czytania.”*

- „Aż 57% dzieci w wieku 7-12 lat zwiększyło czas korzystania z Internetu w okresie pandemii, i była to aktywność niezwiązana z nauką zdalną, ale dla rozrywki i przyjemności.”
- „Podczas trwającej pandemii stwierdzono, że młodsze dzieci (3-6 lat) częściej niż starsze (6-18 lat) wykazywały objawy przywiązania (rodzice) i lęku przed zakażeniem członków rodziny.”

Bezpośrednie skutki pandemii dla dzieci to:

- Utrata poczucia bezpieczeństwa
- Uczucie bezradności i braku wpływu na sytuację
- Zaburzenie dotychczasowego porządku
- Doświadczanie silnego niepokoju o bliskich np. choroba rodziców, dziadków
- Śmierć kogoś bliskiego
- Samotność – rozłąka z rodziną
- Przeżywanie silnych negatywnych emocji
- Oddziaływania psychologiczne powinny być ukierunkowane na: pracę terapeutyczną z myślami, uczuciami dziecka, rozmowę na temat traumatycznych wydarzeń.

Szkoła ponownie czy szkoła od nowa?

Jak wygląda powrót do stacjonarnej edukacji?



Raport Centrum Edukacji Obywatelskiej

- Badanie, w którym wzięło udział prawie 4 000 uczennic i uczniów oraz ponad 1 600 nauczycielek i nauczycieli, pozwala na sformułowanie wielu ważnych stwierdzeń dotyczących obecnej sytuacji w szkołach.
- Najważniejsze wyzwania, które przed nimi stoją to:
 - odbudowa motywacji i zaangażowania uczniów zniechęconych do powrotu do szkoły,
 - praca nad wyrównywaniem większych niż dotychczas różnic w poziomie wiedzy pomiędzy uczniami,
 - zapewnienie dostępności psychologów i pedagogów szkolnych oraz elementów wsparcia psychologicznego dla nauczycieli,
 - odpowiedzenie na potrzeby grupy nastolatków, którzy docenili elastyczność edukacji zdalnej, a teraz sceptycznie patrzą na powrót do szkoły.

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

11

Parę opinii uczniów zawartych w raporcie

- Uczniowie wracają do szkół pełni obaw. **U 73 proc. badanych dominują negatywne emocje:** stres, niepewność, strach i zniechęcenie.
- Sytuacja w szkołach średnich jest trudniejsza niż w szkołach podstawowych.
- Istnieje istotny **rozdźwięk pomiędzy deklarowanym stanem emocjonalnym uczniów a tym, jak emocje młodych ludzi odczytują nauczyciele.**
- Społeczny aspekt bycia w szkole jest dla uczniów w momencie powrotu najważniejszy – **ponad 70 proc. docenia kontakt z rówieśnikami i możliwość wyjścia z domu.**

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

12

- Obie grupy potrzebują teraz wyjątkowego wsparcia, ograniczenia wcześniejszych zobowiązań i pomocy.
- **77 proc. uczniów z próby postuluje obniżenie wymagań egzaminacyjnych.**
- **25 proc. uczniów i 53 proc. badanych nauczycieli** chcieliby otrzymać specjalistyczne wsparcie psychologiczne lub móc porozmawiać ze szkolnym psychologiem.
- Naukę zdalną **najbardziej utrudniał uczniom brak bezpośredniego kontaktu - z nauczycielami** (65 proc. badanych) i z **rówieśnikami** (47 proc.).
- **Dla 47 proc. młodych** badanych edukacja stacjonarna jest trudniejsza niż zdalna.

Pamiętajmy!!!

- Bądźmy w kontakcie z dzieckiem – pytajmy, jak się czuje, co u niego słychać, jak możemy pomóc
- Słuchajmy uważnie, okazujmy zrozumienie i akceptację.
- Okazujmy uczucia i przytulajmy
- Unikajmy mówienia, że „to nic takiego”, „inni dają sobie radę” „zajmij się czymś”
- Nie nazywajmy dziecka „leniem”, jeśli nie znamy powodów
- Jako rodzice starajmy się zachować spokój niezależnie od tego, co się dzieje
- Rozmawiajmy z dzieckiem o możliwościach rozwiązania problemu
- Celebруем bycie razem, szanujmy bycie samemu
- Informacje dotyczące koronawirusa przedstawiamy ostrożnie

Szanowni Państwo, jakie macie swoje doświadczenia i przemyślenia dotyczące obecnego funkcjonowania Waszych dzieci?

Co uległo zmianie w Waszych kontaktach z dziećmi?

Życzę Państwu i Waszym Dzieciom szybkiego powrotu do „normalności” i spokojnego, zdrowego przejścia przez kolejną falę pandemii.

Skorzystajcie wszyscy ze swego doświadczenia, zarówno Państwo , jak i Wasze Dzieci.

Hanna Micińska