

Jakie będą konsekwencje pandemii COVID-19 dla zdrowia psychicznego i edukacji dzieci i młodzieży

Młodzi ludzie są mniej narażeni na zachorowanie i powikłania spowodowane COVID-19. Skutki pandemii, które odczuwają, to edukacyjne braki i pogorszenie się stanu zdrowia psychicznego. Te konsekwencje są widoczne dopiero po czasie – mogą pojawić się dużo później niż powikłania po chorobie.

Jakie będą konsekwencje epidemii COVID-19 w przypadku dzieci i młodzieży?

Uczniowie w dobie wirusa są silnie narażeni na stres, który wraz z izolacją spowodowaną zdalnym nauczaniem negatywnie wpływa na ich rozwój zarówno w sferze biologicznej, jak i społecznej. „Doświadczanie przez osoby młode różnych form stresu, tak jak to się dzieje w pandemii, może prowadzić do pojawienia się lub nasilenia szeregu chorób psychicznych, jak depresja lub zaburzenia psychotyczne” – czytamy we wniosku na stronie PAN.

Izolacja od rówieśników, konieczność zmiany nawyków towarzyszących nauce stacjonarnej, utrata bezpiecznej rutyny oraz monotonia związana z przebywaniem w domu przed komputerem wzmagają lęk i niepewność. Codzienna intensywna ekspozycja na wszechobecne, negatywne informacje dotyczące pandemii i jej skutków potęguje stres związany z naturalnymi dla młodzieży zmianami rozwojowymi w sferach – biologicznej, społecznej oraz psychologicznej. „Młodzież, szczególnie ta u progu dojrzałości, może niepokoić się także gorszymi perspektywami na przyszłość: pandemia może zniweczyć ich marzenia, dążenia i nadzieje na sukces. Dodatkowo w sytuacji, gdy wielu rodziców i opiekunów boryka się z poważnymi trudnościami, osoby młode mogą stać się ofiarami przemocy słownej, psychicznej i fizycznej, doświadczanej bezpośrednio lub pośrednio”. Przeprowadzane badania wskazują na szczególnie negatywny wpływ na psychologiczną kondycję osób młodych, którzy coraz więcej czasu spędzają w sieci.

Coraz bardziej online

Internet umożliwia naukę, zabawę i podtrzymanie relacji z rówieśnikami. Należy mieć przy tym świadomość możliwych negatywnych konsekwencji wynikających z wielogodzinnego korzystania z sieci bez nadzoru dorosłych. Obecnie wiele aktywności przeniesiono do świata online. Niestety do sieci trafiła również przemoc rówieśnicza.

W przygotowanym przez UNICEF dokumencie eksperci zwracają uwagę na to, że podczas pandemii COVID-19 dynamicznie wzrasta liczba małych dzieci korzystających z narzędzi internetowych, takich jak komunikatory oraz gry. Młodzi użytkownicy są mniej świadomi i odporni na niekorzystne, często krzywdzące zachowania innych w internecie. Rodzice i opiekunowie powinni być zatem szczególnie wyczuleni na sygnały sugerujące, że dzieci oraz młodzież doświadczają nękania w internecie. Warto też zadbać o prywatność, zagrożoną przez aplikacje, z których korzystają dzieci (np. Facebook czy Instagram). Należy zwrócić uwagę na ochronę wrażliwych danych osobowych (data urodzenia, numer telefonu, adres

itd.). 9 lutego – obchodzony jest Dzień Bezpiecznego Internetu. Jest to dobra okazja do rozmowy na temat bezpiecznego dostępu dzieci i młodzieży do zasobów internetowych. Więcej na ten temat przeczytaj Państwo

<https://operon.pl/Aktualnosci/Edukacja-w-Polsce/Tydzien-pelen-szczegolnych-dni>

Zachęcamy Państwa do zapoznania się z pełną treścią stanowiska PAN dotyczącego konsekwencji pandemii COVID-19 dla zdrowia psychicznego i edukacji dzieci i młodzieży.

Źródło:

PAN, [Stanowisko 10. zespołu ds. COVID-19 przy Prezesie PAN:Konsekwencje pandemii COVID-19 dla zdrowia psychicznego i edukacji dzieci i młodzieży](#)