

arnes 

Neizogibni učinki šolanja na daljavo

Dr. Marija Anderluh, Pediatrična klinika, UKC Ljubljana
Mreža znanja 2020, 25. november 2020

Svet v spopadu s pandemijo COVIDa-19

20 Nov 2020 **57,890,071 primerov okužb**

1,376,763 smrti

- April 2020: zaprtje šol v 188 državah sveta z 1.6 milijarde otrok izven izobraževalnih inštitucij, tudi danes: milijoni otrok izven šol
- Zaprtje po izkušnjah pandemije gripe H1N1 iz 2009 v ZDA – vendar tam zaprtja lokalnejša in krajša

KAKŠNE BODO POSLEDICE NA OTROKE IN MLADOSTNIKE?

- **Nakazuje se, da se bodo lahko učinki te pandemije na otroke in mladostnike nadaljevali v primerjavi z odraslimi dalj v prihodnost**
Shen, World Journal of Pediatrics, 2020
- Da ne bodo za vse enako tvegani
- Da vodijo v poglobljanje razlik med otroki in mladostniki

Skupine najranljivejših v spopadu s pandemijo

- Otroci iz socialno depriviligiranih družin / revni
- Otroci s posebnimi potrebami
- Tisti s predhodnimi težavami v duševnem zdravju
- Otroci iz travmatogenih družinskih okolij
- Otroci in mladi s šibko vrstniško vključenostjo

OECD, Combating COVID-19 effect on children, 2020

Področja, ki se zdijo za populacijo otrok in mladih najbolj tvegana

- Posebej v nerazvitem svetu: vrnitev otrok v šole, množična nepreceptljivost, podhranjenost
- Izpostavljenost družinskemu nasilju
- Šolska neuspešnost
- Socialna izolacija, osamljenost in stres
- Izjemno povečan čas za zaslone
- Poslabšanje duševnega zdravja
- Telesna neaktivnosti in porast debelosti

SloFit, 2020

OECD, Combating COVID-19 effect on children, 2020

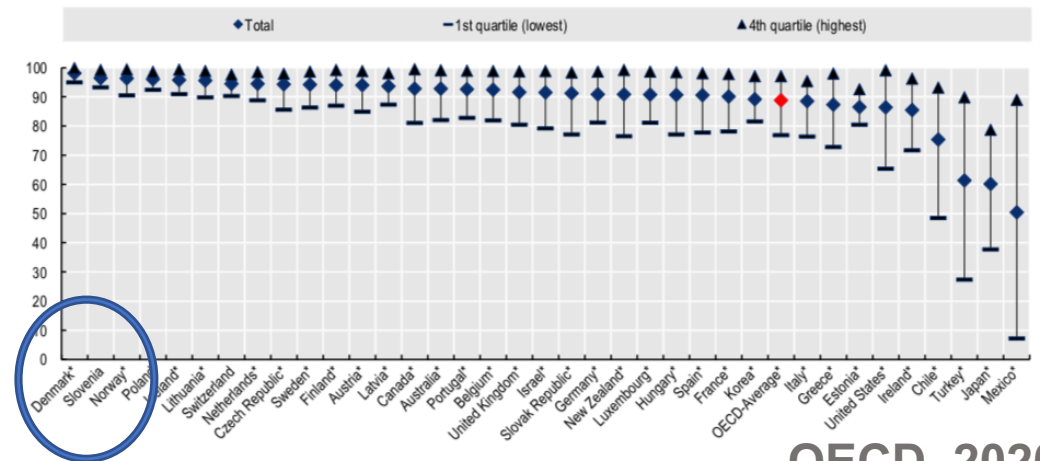
Tveganja za porast neenakosti v šolski uspešnosti

- Razpoložljivost opreme
- Primernost učnega okolja
- Posebne potrebe otrok
- Tesnoba, strah pred okužbo, okužbe v družini
- Izpostavljenost obremenjujočim odnosom v družini



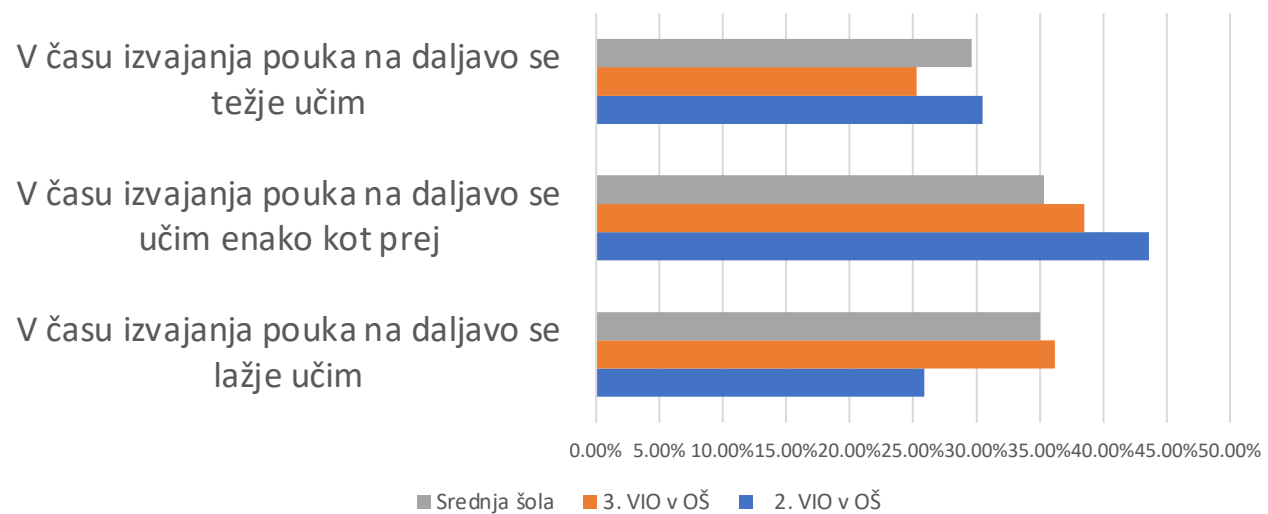
- Velike razlike v podpori staršev
- Stres ob nepoznanih in negotovih načinih dela

Percent of 15-year-old students who report having a computer they can use for school-work and a link to the internet in their home, by ESCS quartiles



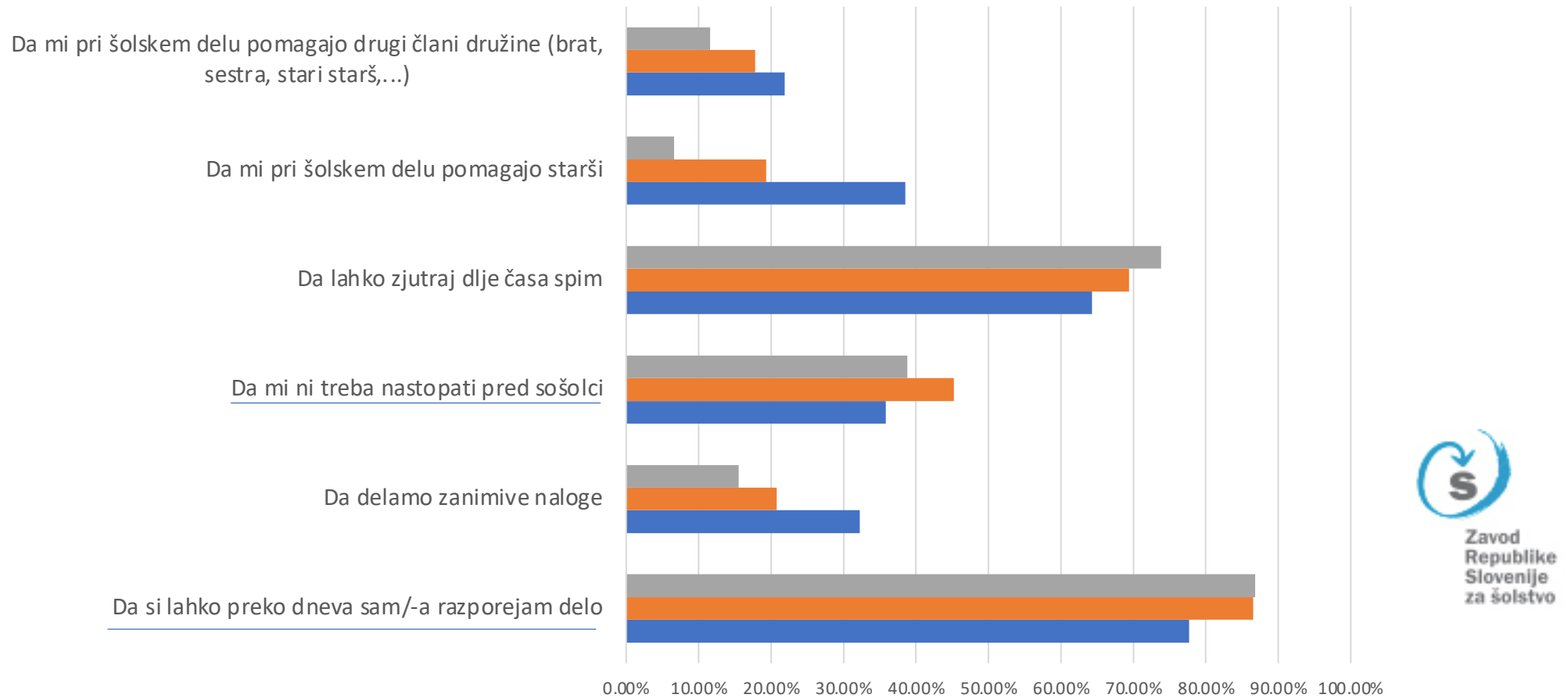
OECD, 2020

Prvi val: Skoraj tretina otrok poročala, da se je težje učila kot v razredu



Rupnik Vec in sod., 2020

Prvi val: Pozitivne izkušnje otrok s šolanjem na daljavo



Rupnik Vec in sod., 2020

Šolanje na daljavo – pogled na drugo stran

26.10.2020: Sedmošolka iz ene od ljubljanskih OŠ, iz poročila bolnišnične šole

Opažamo, da

- vsem šolskim obveznostim ne zmore slediti,
- ne zmore časovne organizacije in načrtovanja učnega dela,
- pri učnem delu je manj učinkovita (za posamezno učno delo porabi veliko časa),
- s posameznimi nalogami se ni zmoгла in ni znala spopadati (spis pri TJA, naloge pri FIZ),
- je zelo obrambna in najino pomoč z učiteljico odklanja,
- veliko je umikanja in izogibanja, saj prikriva svoje šibko in pomanjkljivo znanje,
- si ne želi pomoči v svoji šoli, razen dopolnilnega pouka z učiteljico slovenščine,

- JE KAR SE TIČE ŠOLSKEGA DELA OGROŽENA.

Tveganja zaradi manjše zunanje strukture

- Posebej - otroci s posebnimi potrebami
 - mlajši
 - tisti s šibko zmožnostjo organizacije dela
- Manj možnosti osebnega stika z učiteljem
- Neurejen ritem spanja
- Prekomeren čas za zaslone
- Nizka raven telesne aktivnosti
- Tesnoba

Lee in sod., 2020 Lancet Child & Adolescent Health

Report Card: Sample Daily Routine for Student Grades 3 to 5

Grades 3 to 5

Morning

8:00 to 9:00	Wake up, get dressed, wash up, eat breakfast
9:00 to 9:30	Start assigned schoolwork
9:30 to 10:00	Play outside or complete an Online PE Network physical activity
10:00 to 10:30	Continue assigned schoolwork
10:30 to 11:00	Reading time
11:00 to 11:30	Play outside or complete an Online PE Network physical activity
11:30 to noon	Continue assigned schoolwork

Afternoon/evening

Noon to 1:00	Eat lunch
1:00 to 2:00	Continue assigned schoolwork
2:00 to 8:00	Relax, play outside, family time, help cook, eat dinner
8:00 to 9:00	Bedtime

Note. Adapted from [Khan Academy \(2020\)](#).

Nenadoma izjemno povečana izpostavljenost otrok digitalnim tehnologijam

Z zaprtjem šol digitalne tehnologije postale neobhodne za

- Šolanje
- Socializacijo z vrstniki
- Igro
- Zabavo
- Samoizražanje

OECD Report, 2020

Potreba po aktivnem naslavljanju odločevalcev:

- Zagotavljanje ustreznega dostopa do digitalne tehnologije vsem
- Zagotavljanje varnosti otrok pred zasloni
 - Sovražna vsebina
 - Porast izsiljevanja, pornografije FBI, 2020; Ecpat International, 2020
 - Strah vzbujajoče vsebine
 - Lažne informacije v zvezi s širjenjem COVID-19 Livingston, 2020
 - Izpostavljanje zasebnosti

**During COVID, it became important
for us to look how the kids are doing,
and our kids are not all right**

Dr. Koplewitz, Child Mind Institute

**Uporabljam TikTok, neumen je,
ampak lahko drsiš čez
posnetke ure, pa nimaš
občutka, da je minilo več kot 15
minut**

15-letna



Digitalna tehnologija – tveganje za duševno zdravje?

Mladi uporabljajo internet na različne načine

Čas na socialnih omrežjih dokazano povezan s

- poslabšanjem depresivnosti pri tistih z že prisotno depresijo (bolj pri dekletih, kot fanih)
- Več zaskrbljenosti glede telesnega videza Royal College of Psychiatrists, 2020; Rich, 2019
- Pogosteje žrtve na spletu otroci, ki so tudi sicer v življenju ranljivejši Burns & Gottschalk, 2019

POTREBA PO RAZISKAVANJU

Tveganja socialne izoliranosti

*"The need to connect is apparently as
fundamental as our need to eat."*

Tomova, March 2020



Kakšne so lahko posledice prikrajšanosti v socialnih stikih?

Adolescenca - obdobje s povečano občutljivostjo na socialne dražljaje in potrebo po interakciji z vrstniki, dramatičnih razvojnih sprememb

"The need to connect is apparently as fundamental as our need to eat."

Tomova, March 2020

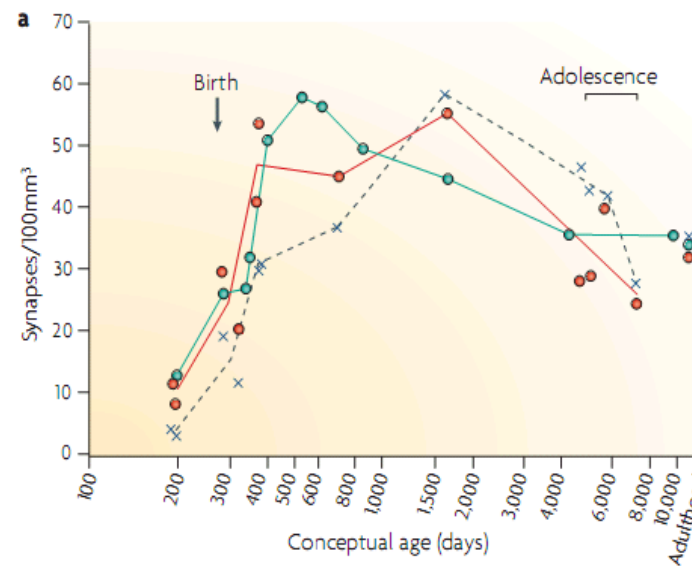
Raziskave na živalih: Pomanjkanje socialnih odnosov času adolescence spreminja zgradbo možganov

Makinodan in sod., 2012; Orben & Blakemore, 2020

Posledice socialne izoliranosti bodo lahko daljše od časa omejevanja, lahko se bodo nadaljevale v prihodnja leta

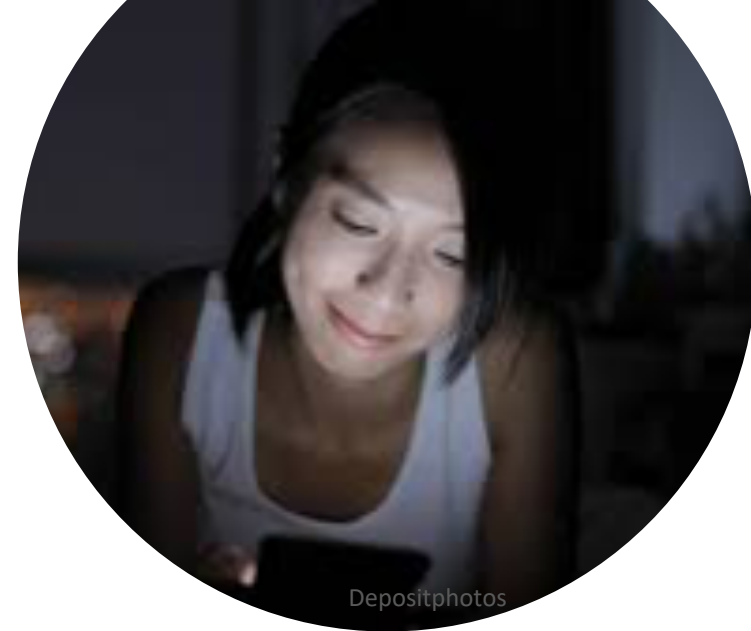
Prikrajšanost v stikih z vrstniki lahko v izziv za njihovo zmožnost povezovanja z njimi

Blakemore, 2020



Blakemore, 2008

Lahko socialna omrežja blažijo negativne občutke v času socialne izolacije?



MORDA DA

Interakcije prek digitalnih medijev dajejo občutek povezanosti z vrstniki, omogočajo izmenjavo z različnimi skupinami vrstnikov, socialno podporo, ko jim je težko

Pew Research Center, 2020

KOMUNIKACIJA ON-LINE JIM OMOGOČA KLJUČNE KVALITETE OSEBNIH KONTAKTOV

zaupanje informacij, vzajemnost, socialno nagrajevanje, podpora

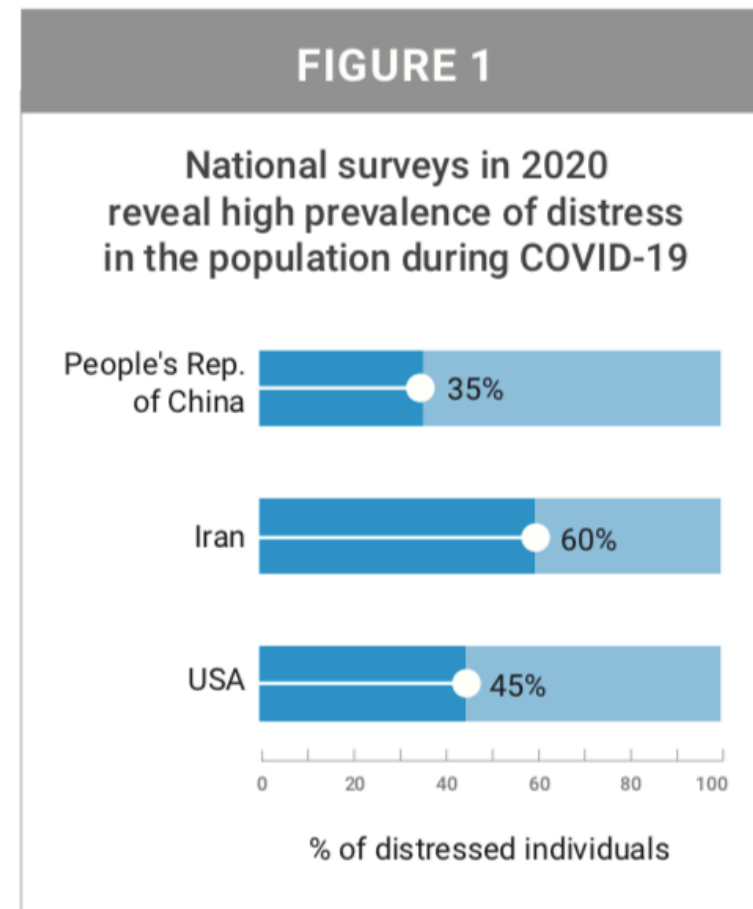
Knowles in sod., 2015



Vpliv epidemije COVID-19 na duševno zdravje odraslih

Zmeren do velik vpliv na duševno zdravje 40%-60% odraslih:
anksioznost, depresija

- Strah v zvezi z okužbo
- Izguba bližnjih
- Ekonomske, prostorske stiske
- Ponavljajoče se novice, pretresljive medijske objave
- Porast uporabe alkohola drugih PAS



UN Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental Health, 2020

Vpliv epidemije COVID-19 na duševno zdravje otrok in mladih

Vpliv na otroke raznovrsten, tveganja v:

SKUPNOSTI

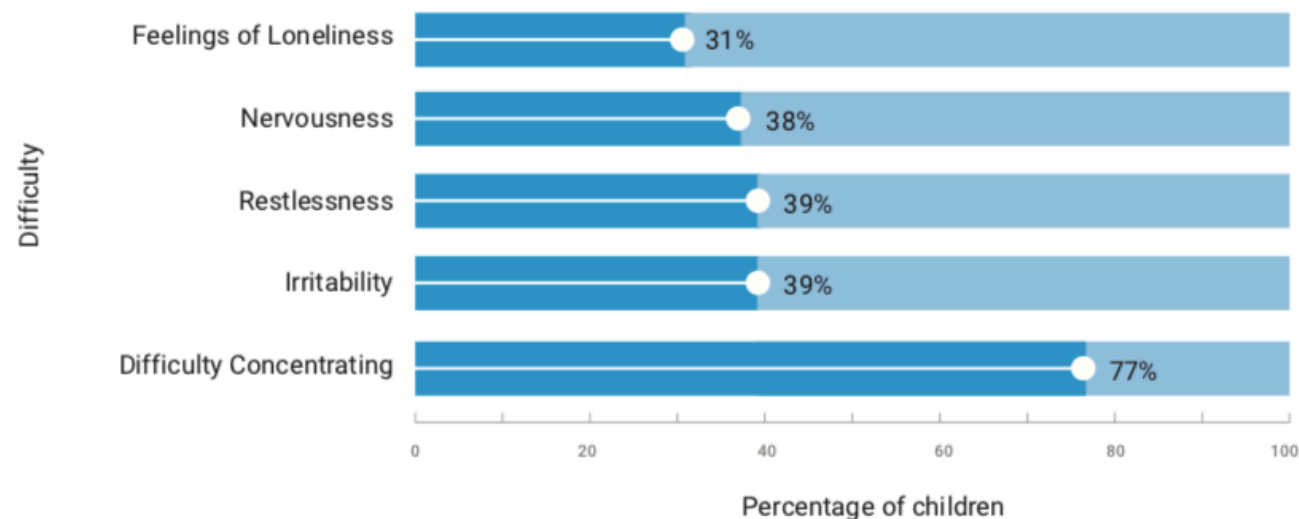
- Zaprtja vrtcev, šol, zmanjšan dostop do zdravstvenih storitev
- Prekinitev prostočasnih aktivnosti
- Prekinitev stikov z vrstniki

DRUŽINSKI STRUKTURI

- Stres staršev, delo od doma, prekinitev podpore širše družine, ekonomske obremenitve

NASILJU V DRUŽINI, ZLORABI IN ZANEMARJANJU OTROK

Parents' reports of children's difficulties during COVID-19 confinement (Italy and Spain)



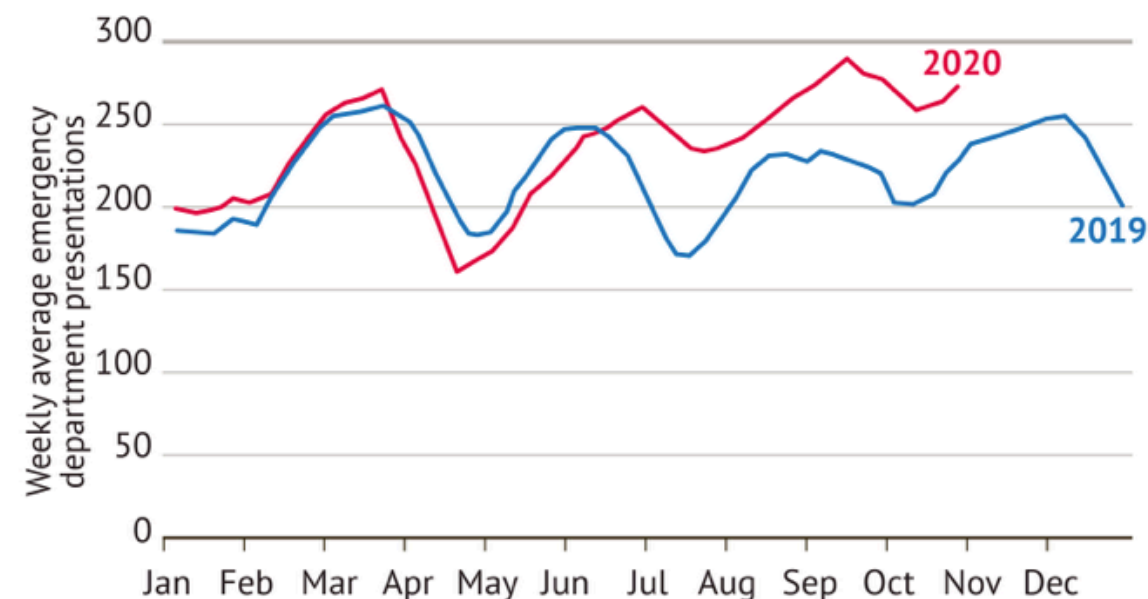
Vpliv 6-tedenskega zaprtja šol zaradi COVID-19 sept/okt v Avstraliji

Otroci < 18 let

- 72% več kot leto prej urgentnih obravnav zaradi samopoškodovanja in suicidalnosti
- 47% več kot leto prej sprejetih v službe za duševno zdravje
- 35% več triažno pregledanih potrebovalo strokovno pomoč

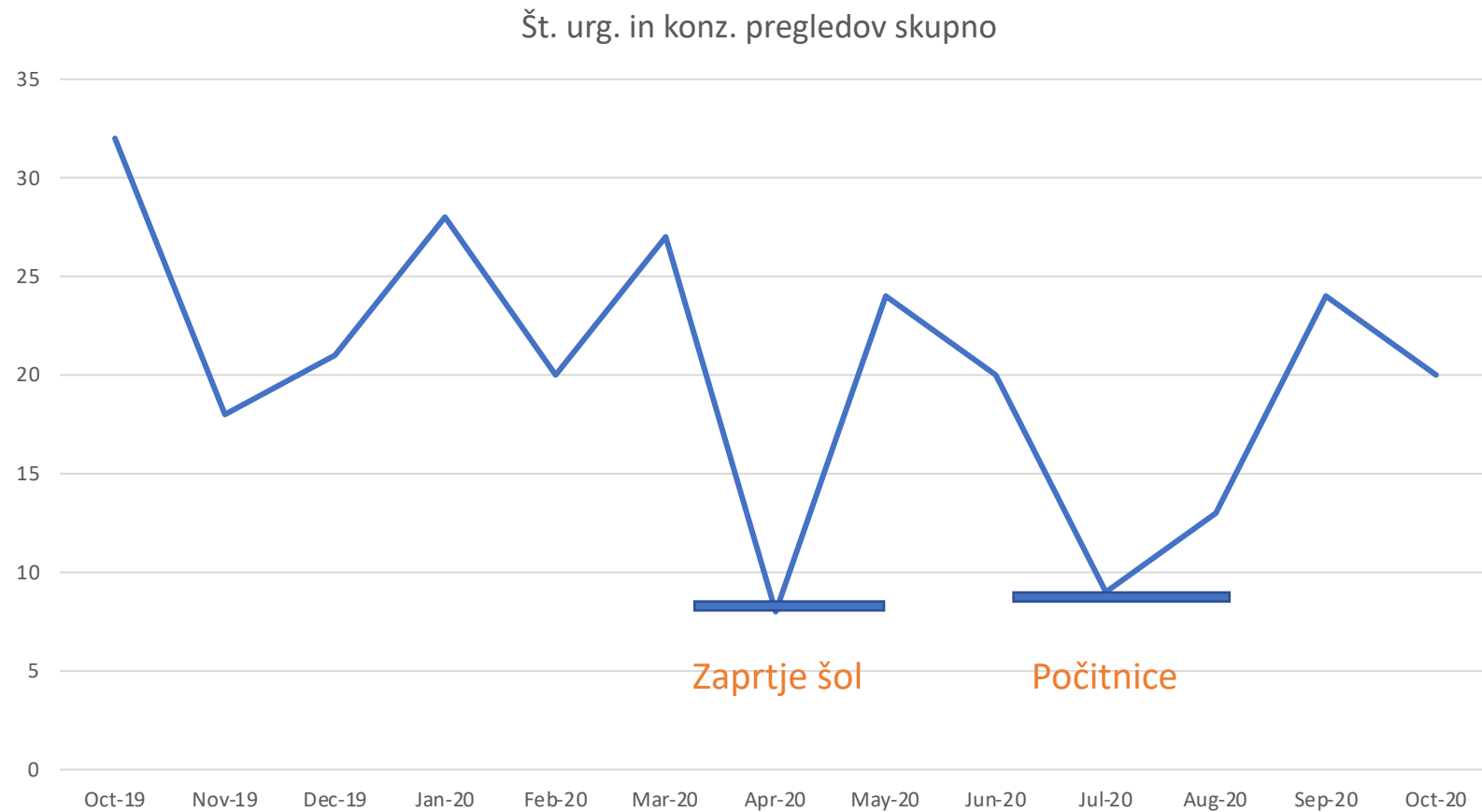
Victorian Agency for Health Information, 2020

Mental health-related emergency department presentations among young people



Data source: Victorian Agency for Health Information

Število urgentnih pregledov v času pred in med edpidemijo v Službi za otroško psihiatrijo na Pediatrični kliniki



COVID-19 in duševno zdravje otrok in mladih

TESNOBA

MOTNJE HRANJENJA

DEPRESIJA

OSAMLJENOST

Več kot tretina mlajših adolescentov, več kot pol 18-24 letnikov

Oxford ARC study, 2020

- Pregled raziskav: jasna povezava osamljenosti in težav v duševnem zdravju otrok in mladih, posebej depresijo – tudi še 9 let kasneje
 - več težav pri dekletih, fantih s socialno tesnobo
 - kadar izolacija kot prisila težav do petkrat več, PTSD
- Trajanje izolacije napoveduje težave v prihodnosti
- Pri mlajših (4-10 let) več strahov, pri starejših več občutkov depresije

Loades in sod., JACAP, 2020

Pandemija COVID-19 - obdobje priložnosti za krepitev
odpornosti in prilagodljivosti, sočutja in soodgovornosti
mladih

The Lancet Child and Adolescent Health, 2020



KAJ STORITI

- Vzdrževati strukturo socialnih kontaktov
- Pomagati otrokom in mladim občutiti socialno nagrajevanje, pripadnost skupini, kam se lahko obrnejo po pomoč
- Vzpodbuditi, da dajo vrednost nadomestnim aktivnostim
- Razumeti pomen časa za zaslone, tudi zaščitno vlogo socialnih omrežij
- Razvijati digitalne intervencije: za zdaj omejeni dokazi učinkovitosti

Loades in sod., JAACAP, Nov 2020

Kako zmanjševati nastajajoče razlike med otroki zaradi epidemije

- **Vsi otroci v stiski, prepoznati otroke, ki posebej potrebujejo pozornost**

- **Odprtje šol - prednostni ukrep & poziv odraslim k odgovornemu ravnanju**

Zaprtje šol po ocenah zmanjšuje smrtnost COVID-a-19 za 2-4%

Viner in sod., Lancet Child Adolescent Health, 2020

- Iskati načine za dodatno učno pomoč otrokom z učnimi zaostanki
- Mnogi otroci bodo potrebovali pomoč pri vračanju v šolo
- **Podpora učiteljem, da bodo lahko naslavljali novo nastale čustvene**
- Zagotavljanje dostopa do strokovne pomoči v službah za duševno zdravje, programa duševnega zdravja 2018-2028





School teacher Maura Silva, 47, visited her students in Rio de Janeiro wearing protective gear. Photo courtesy Maura Silva

STORIES FROM THE FIELD

Brazilian Teacher Creates 'Hug Kit' to Visit Students

Tired of seeing her students only through the screen of a computer, a Brazilian elementary school teacher Maura Silva, 47, decided to act. She bought dozens of plastic raincoats, gloves and face masks to safely visit 55 children in Rio de Janeiro.

On two separate visits in July, she hugged dozens of students who live in the peripheral neighborhoods of Rio — always protecting herself and the children to avoid being infected by COVID-19. Her warmth left students, fathers and mothers emotional.



Hvala za vašo pozornost

marija.anderluh@kclj.si

arnes 