



INSTYTUT
profilaktyki
zintegrowanej

SKRÓT RAPORTU

Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje dla wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego.

SZYMON GRZELAK, DOROTA ŻYRO
INSTYTUT PROFILAKTYKI ZINTEGROWANEJ



**Raport oparty na wynikach badań,
przeprowadzonych wśród
uczniów, rodziców i nauczycieli
w okresie 04.2020 – 01.2021**



Jak wspierać uczniów po roku epidemii?

dr Szymon Grzelak, mgr Dorota Żyro



ZESPÓŁ BADAWCZY:

dr Ewa Siellawa-Kolbowska,
mgr Agata Balcerzak,
dr Krzysztof Szwarc,
mgr Marcin Łuczka,
dr Szymon Czarnik



INSTYTUT
profilaktyki
zintegrowanej

BADANIA INSTYTUTU PROFILAKTYKI ZINTEGROWANEJ W CZASIE PANDEMII

Ogólnopolski sondaż online „Akcja Nawigacja – chroń siebie wspieraj innych” – N=2475 młodzieży (13–19 lat), kwiecień 2020

Badania środowisk szkolnych N=1671 (młodzież 12–16 lat, rodzice, nauczyciele) maj – czerwiec 2020

Stacjonarne badania ankietowe N=1990 (młodzież 13–15 lat) jesień 2020, w tych samych szkołach, co we wrześniu 2019

Badania online środowisk szkolnych N=2848 i badania młodzieży N=2082 listopad–grudzień 2020

Łącznie w okresie epidemii badania IPZIN objęły N = 11 326 respondentów.

Na zlecenie

Ministerstwa Edukacji i Nauki

DOSTĘP DO RAPORTU

https://www.ipzin.org/images//pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf



WNIOSEK PODSTAWOWY Z BADAŃ:

Czas epidemii COVID-19 (zwłaszcza aspekt izolacji społecznej) doprowadził do znaczącego osłabienia kondycji psychicznej uczniów.

Zjawisko to może się nadal pogłębiać – i to nawet w optymistycznym przypadku szybkiego wygaśnięcia epidemii.

SKRÓT RAPORTU:
JAK WSPIERAĆ UCZNIÓW PO PANDEMII | WWW.IPZIN.ORG

REKOMENDACJA GŁÓWNA

Działania na rzecz wsparcia psychicznego dzieci i młodzieży powinny stać się priorytetem systemu edukacji zarówno w obecnej fazie pandemii, jak w okresie bezpośrednio po jej wygaśnięciu.

Przywrócenie od dawna zaburzonej równowagi między przewartościowanym nauczaniem a niedowartościowanym wychowaniem uzupełnianym o profilaktykę nie powinno mieć charakteru tymczasowego lecz pozostać jako trwała zmiana w systemie edukacji.

01

sukcesywne pogarszanie się kondycji psychicznej uczniów w kolejnych fazach epidemii

02

najważniejszym czynnikiem chroniącym zdrowie psychiczne uczniów jest sieć wsparcia (rodzina, rówieśnicy, nauczyciele i wychowawcy, specjaliści)

03

obniżenie kondycji psychicznej uczniów w czasie epidemii jest czynnikiem sprzyjającym wzrostowi zachowań ryzykownych

04

im gorsza kondycja psychiczna, tym słabsze przestrzeganie zasad sanitarnych

Wnioski z badań IPZIN 2020-2021 →

wypełnianie roli wychowawczej przez rodziców i nauczycieli jest w czasie epidemii znacznie utrudnione

05

w relacjach między uczniami, rodzicami i nauczycielami dzieje się wiele wzajemnego dobra

06

lekcja wychowawcza ważnym narzędziem oddziaływania wychowawczego

07

programy profilaktyczne online – są pierwsze dowody skuteczności

08

Przez co przeszliśmy?

Wyniki badań pokazują sukcesywne pogarszanie się kondycji psychicznej uczniów w kolejnych fazach epidemii.

u uczniów zaobserwowano WZROST:



osamotnienia



przygnębenia



stresu szkolnego

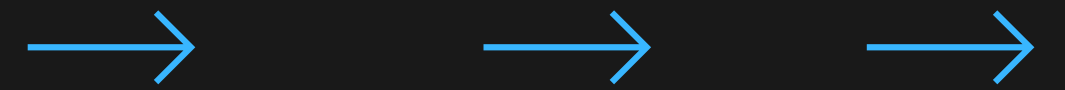


myśli samobójczych



cyberprzemocy

Rekomendacje IPZIN dla systemu edukacji, dotyczące obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego, opracowane pod kątem sytuacji w roku po wybuchu epidemii COVID-19



Rekomendacje IPZIN →



1. potrzeba troski o całą populację uczniów

Jest to podstawowy warunek uniknięcia zapaści systemu pomocy psychologiczno-pedagogicznej i psychiatrycznej. Aż 34% uczniów ma słabą kondycję psychiczną.



2. wykorzystanie naturalnych zasobów wsparcia dostępnych w najbliższym otoczeniu dzieci i młodzieży

rodzice i rodzina, nauczyciele i wychowawcy, pedagog i psycholog szkolny, poradnie psychologiczno-pedagogiczne, sprawdzone programy profilaktyczne



3. obniżenie wymagań w zakresie realizacji podstawy programowej

troska o kondycję psychiczną dzieci i młodzieży powinna mieć pierwszeństwo przed troską o pełną realizację podstawy programowej

Rekomendacje IPZIN →



4. więcej relacji, mniej dokumentacji

Nadmierna presja na dokumentowanie i sprawozdawczość nie prowadzi do podnoszenia efektywności działań lecz do kierowania dużej ilości wysiłku na tworzenie alternatywnej, fikcyjnej rzeczywistości. Celem nie jest tu dobro ucznia, a samoobrona przed kontrolami.



5. równowaga między priorytetem reżimu sanitarnego a priorytetem ochrony zdrowia psychicznego

Skutki zakażenia COVID-19 nie są jedynym zagrożeniem czasu epidemii, a jeśli chodzi o dzieci i młodzież nie są nawet głównym zagrożeniem. Największe niebezpieczeństwo dla uczniów wiąże się z konsekwencjami psychicznymi i rozwojowymi.



6. najszybszy możliwy powrót do nauczania stacjonarnego

W szczególności wskazany jest powrót do szkół uczniów klas maturalnych i klas ósmych, które poddane są silniejszej presji i mają większe obawy o przyszłość niż inne roczniki.

Rekomendacje IPZIN →



7. wykorzystanie potencjału wychowawców

odbudowa etosu wychowawcy
i godziny wychowawcze
proste sposoby: zwykłe rozmowy,
zainteresowanie przeżyciami uczniów,
proste zabawy integracyjne,
wstępne rozpoznanie dotyczące liczby uczniów o bardzo złej kondycji psychicznej



8. potrzeba współpracy poziomej i wsparcia dla dorosłych pomagających uczniom

dwustronna współpraca nauczycieli i wychowawców (którzy są najbliższymi uczniów) z pedagogiem/psychologiem szkolnym;
konieczne wspieranie również rodziców i nauczycieli: szkolenia, superwizje.



9. skuteczne programy profilaktyczne dostosowane do potrzeb czasu epidemii

np. "Nawigacja w kryzysie",
"Archipelag Skarbów – Wyspa Odkrywców"

Rekomendacje IPZIN →



10. konieczność "uderzeniowej dawki" działań wspierających i profilaktycznych po powrocie do nauczania stacjonarnego

potrzebna jest maksymalna intensyfikacja działań mających na celu: – podniesienie kondycji psychicznej uczniów, – zbudowanie dobrych relacji i ponowną integrację klas, – pomoc w adaptacji do rytmu nauki stacjonarnej lub hybrydowej (a być może także pomoc w adaptacji do kolejnego okresu zamknięcia szkół)



11. znaczenie dobrych relacji wewnątrz środowisk szkolnych

dostrzegać i podkreślać wszelkie dobre inicjatywy, doświadczenia i zdarzenia we współpracy nauczyciele-rodzice-uczniowie



12. potrzeba zorganizowanej wymiany dobrych praktyk

potrzebne jest zbieranie dobrych praktyk dotyczących konkretnych działań i sposobów wsparcia wychowawczego, profilaktycznego oraz zorganizowanie ich wymiany na poziomie ogólnopolskim, regionalnym i lokalnym

Rekomendacje IPZIN →



13. potrzeba elastyczności działań i decyzyjności dyrektorów szkół

Spółeczności szkolne różnią się pod wieloma aspektami: np. charakterystyką socjo-demograficzną społeczności lokalnych, – to może istotnie rzutować na potrzebę zastosowania nietypowych rozwiązań.



14. potrzeba refleksji nad sytuacją wielu grup uczniów o szczególnej sytuacji życiowej, rodzinnej, prawnej lub zdrowotnej

np. dzieci z ADHD, zespołem Aspergera, autyzmem, z placówek opiekuńczo-wychowawczych, z rodzin dysfunkcyjnych, niepełnosprawne



INSTYTUT
profilaktyki
zintegrowanej



Istotne cechy programów profilaktycznych dostosowanych do czasu epidemii



skoncentrowane bardziej na wsparciu psychicznym i emocjonalnym dzieci i młodzieży, niż na podejmowaniu zagadnień szczegółowych związanych z konkretnymi zagrożeniami (takimi jak alkohol, narkotyki, przemoc).



zwiększanie odporności na negatywne skutki sytuacji kryzysowej poprzez uczenie sposobów radzenia sobie opartych na zasobach wewnętrznych (np. marzenia i cele życiowe, podstawowe wartości ogólnoludzkie, ważne więzi z innymi)



wzmacnianie naturalnych zasobów wsparcia dostępnych w najbliższym otoczeniu dzieci i młodzieży (rodzice i rodzina, wychowawcy, pedagog szkolny, itd.)



modelowania przez profesjonalistów postaw i rozwiązań, które dorośli z najbliższego otoczenia dzieci i młodzieży (rodzice i nauczyciele) będą mogli wykorzystać w swoich własnych działaniach wspierających