



**Vilnius
University**

Karantino ir nuotolinio ugdymo įtaka vaikų sveikatai

Prof. dr. Roma Jusienė
VU Filosofijos fakultetas, Psichologijos institutas
www.mediavaikai.lt

Moksliniai tyrimai pandemijos metu

- **E-VAIKAI: Nuotolinis vaikų ugdymas pandemijos dėl Covid-19 metu: grėsmės bei galimybės ekosisteminiu požiūriu** (finansavo LMTLT, sut.nr. S-COV-20-11), 2020 metų birželio – gruodžio mėn. VU Filosofijos fakulteto (Psichologijos instituto, Sociologijos ir socialinio darbo instituto, Ugdymo mokslų instituto) ir Medicinos fakulteto (Vaikų ligų klinikos) mokslininkai
- **VAIKŲ SVEIKATA: Ilgalaikis ekranų poveikis vaikų fizinei ir psichikos sveikatai** (finansuoja VSSF, sut.nr. (1.80 E) SU-2498), 2020 metų gruodžio – 2022 lapkričio mėn.; VU Filosofijos fakulteto (Psichologijos instituto) ir Medicinos fakulteto (Vaikų ligų klinikos) mokslininkai, psichologai ir vaikų ligų gydytojai
- **6-14 metų vaikai, jų sveikata ir ugdymas;** www.mediavaikai.lt
- **MOPAS: Mokymosi pasiekimus sąlygojantys ir psichosocialines rizikas mažinantys mokyklos bendruomenės ir lyderystės veiksniai** (finansuoja LMTLT, sut.nr. P-DNR-21-20), 2021 m. balandžio – gruodžio mėn.; VU Medicinos fakulteto ir Filosofijos fakulteto mokslininkai
- **11-18 metų mokiniai, jų tėvai, mokytojai, mokyklos administracija, jų savijauta ir mokymosi sėkmė**

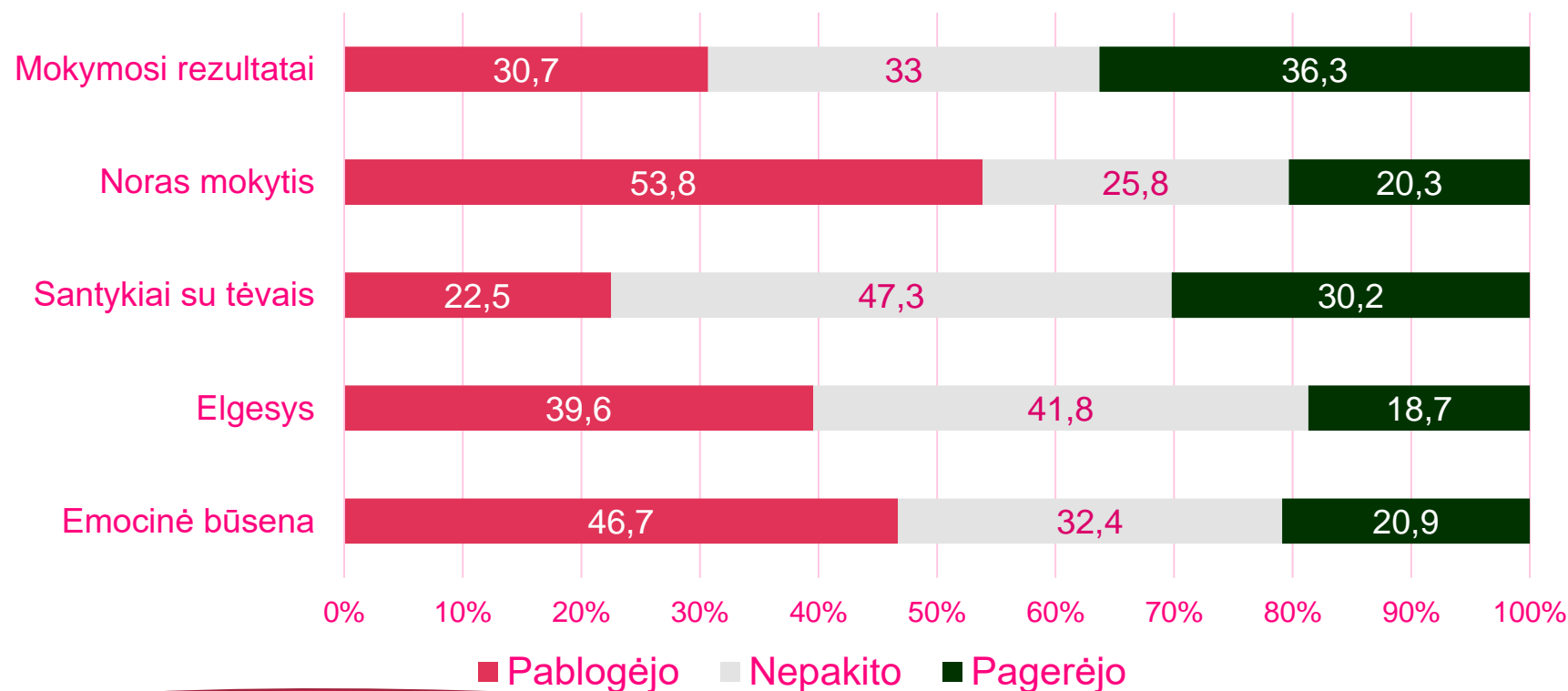


Finansuojama
Europos Sąjungos



ŠVIETIMO,
MOKSLO
IR SPORTO
MINISTERIJA

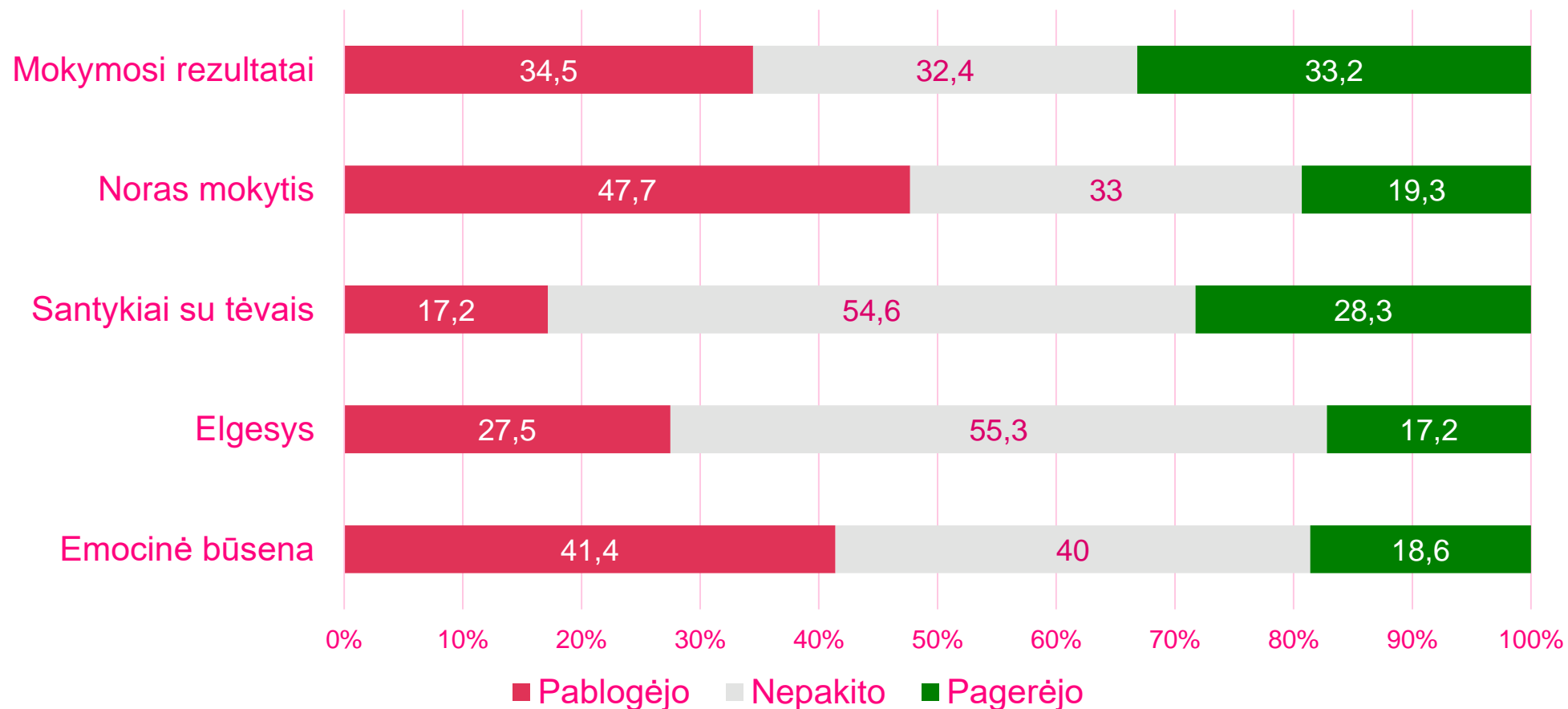
Pokyčiai pirmojo karantino metu (E-VAIKAI)



Kada nuotolinis tapo
nuostoliniu?
Kada ugdymas tapo
žlugdymu?
Vaikų saugumo,
sveikatos, ugdymo
prasmė

Absoliučiai daugumai šalių tokių rezultatų užteko, kad nuspręstų, jog net ir esant prastai epidemiologinei situacijai **būtina išlaikyti kontaktinį ar mišrų ugdymą**. Nuotolinis negali tęstis ilgiau nei 2 mėnesius! O Lietuvai?

Pokyčiai antrojo – ilgojo – karantino metu (MOPAS)



Emocinė savijauta ir elgesys

Ar vaikai (6-14 metų) turi elgesio arba emocinių sunkumų?

Elgesio/emocijų problemos	2020 m. pavasaris Pirmasis karantinas (N – 320)	2020 m. ankstyvas ruduo: Grįžimas į mokyklą (N – 1303)	2020 m. vėlyvas ruduo – 2021 m. žiema: Antrasis karantinas (N – 450)	2021 m. pavasaris: Užsitęsęs antrasis karantinas (N – 1483)
Neturi	46 proc.	68 proc.	46 proc.	57 proc.
Taip, nedidelių	39 proc.	24 proc.	36 proc.	25 proc.
Taip, tam tikrų, didelių	15 proc.	8 proc.	18 proc.	18 proc.

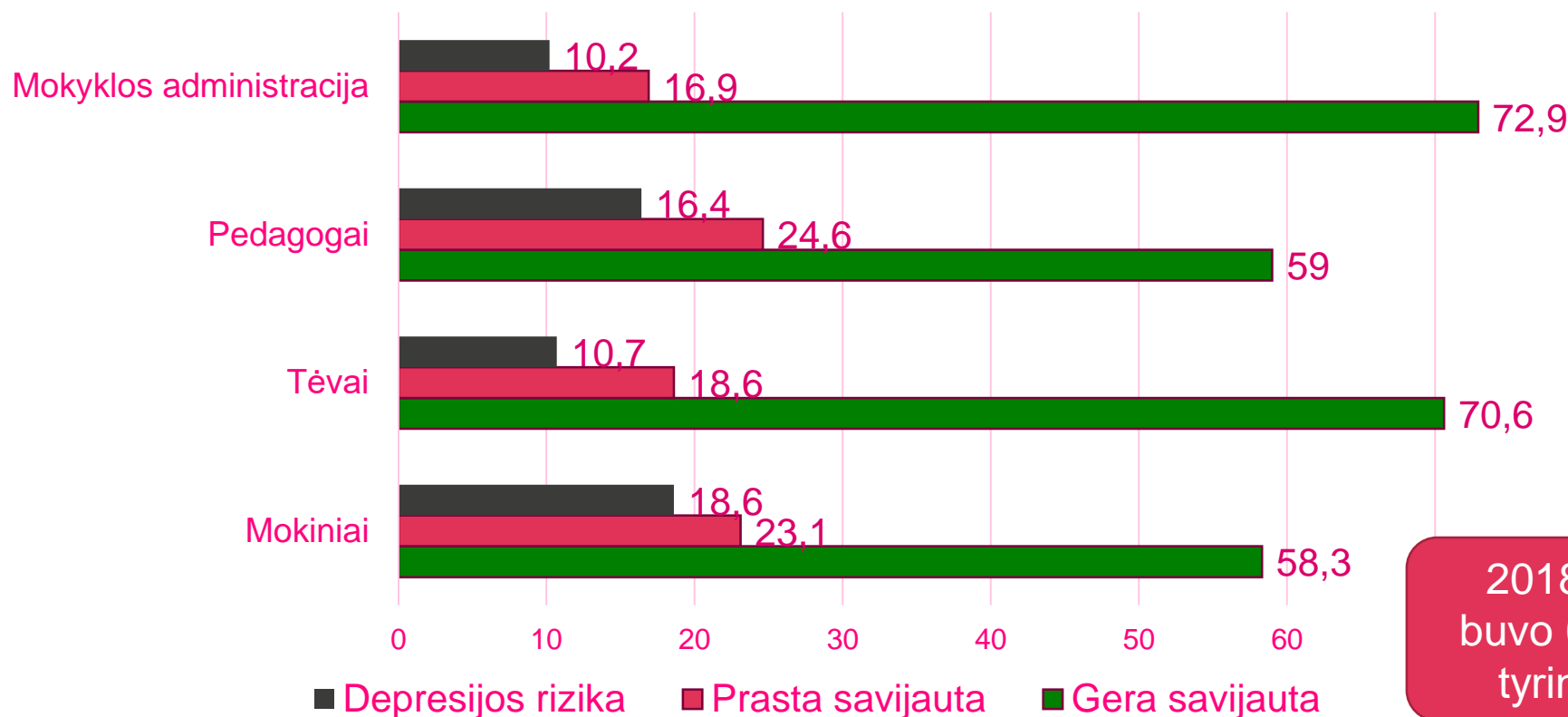
Ar yra psichiatrinio (klinikinio) sutrikimo tikimybė?

Sutrikimo diagnozė	7-16 m. (Lesinskienė et al., 2018)	7-14 m. (Jusienė et al., 2021)
Nėra	56.5 proc.	55.4 proc.
Yra galimybė (riba)	28 proc.	13.1 proc.
Labai tikėtina (klinika)	12.5 proc.	31.6 proc.

2021 m. pavasarį lygiai trečdalis paauglių (11-14 m.) turėjo klinikinio lygio emocinių ir elgesio problemų – sutrikimų rizika!

Gera savijauta ar depresijos rizika? (MOPAS)

Mokyklos bendruomenės psichologinė gerovė (proc.); PSO-5



2018 metais gera savijauta buvo 69 proc. mokinių (HBSC tyrimas; Šmigelskas ir kt.)

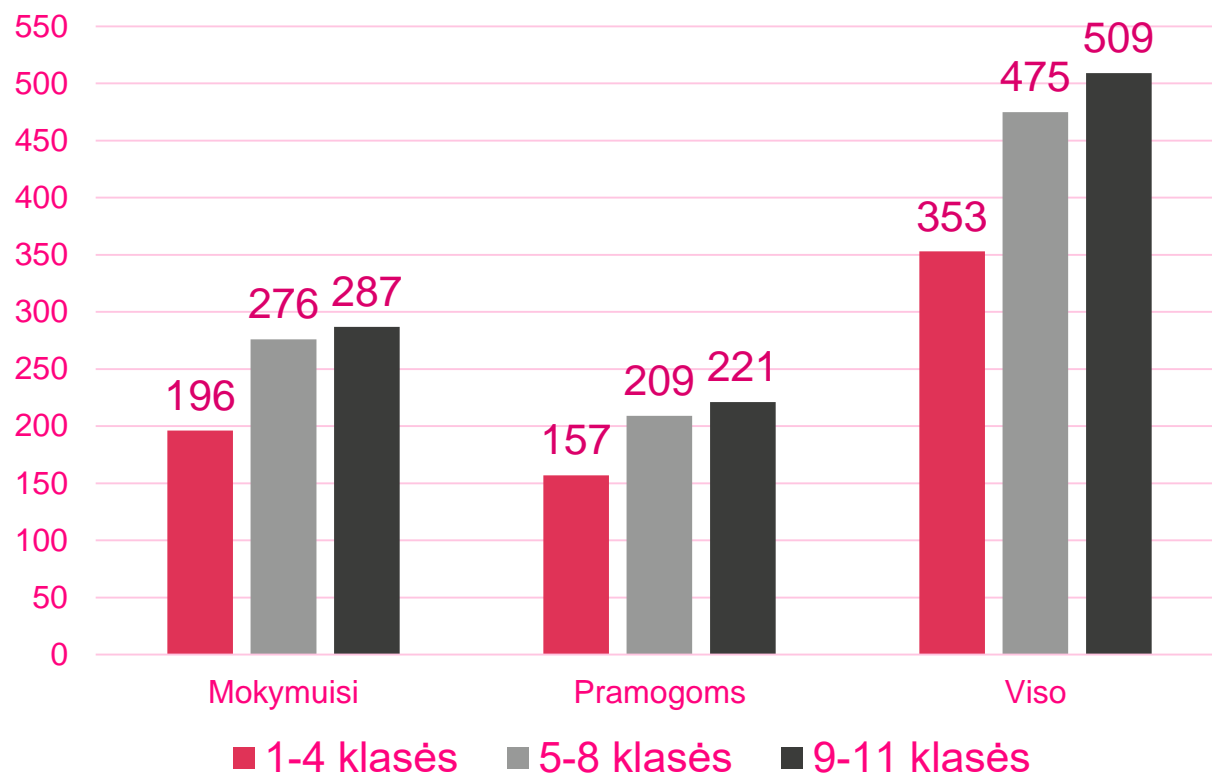
Sveikata (E-VAIKAI; VAIKŲ SVEIKATA)

- Padaugėjo **regėjimo sutrikimų**
- Padaugėjo vaikų, turinčių viršsvorį ar nutukimą
- **Antsvoris:** 2018 m. – 15,8 proc.; 2020 m. rudenį – 23,8 proc.
- **Nutukimas:** 2016 m. – 5 proc.; 2020 m. pavasaris – 6,8 proc., 2020 m. rudenį – 8,8 proc.
- Padaugėjo **galvos skausmų** – 11-14 metų amžiaus grupėje nuo 37 proc. (2018 m.) iki 55 proc. (2020 m. pavasaris) ir 63 proc. (2021 m. pavasaris)
- Pilvo skausmai (53 proc.), kvėpavimo sutrikimai, kiti skausmai (36 proc.)...
- Pablogėjo **miego kokybė**
- Paauglių **valgymo sutrikimai, savižala**
- *Lėtinėmis ligomis sergančių vaikų situacija nepablogėjo*
- *Sumažėjo sergančių infekcinėmis kvėpavimo ligomis*

Profilaktinis vaikų ir paauglių sveikatos tikrinimas – nevyksta, vyksta nuotoliniu būdu, atmesintai...
Būtina sustiprinti ir papildomai į jį investuoti

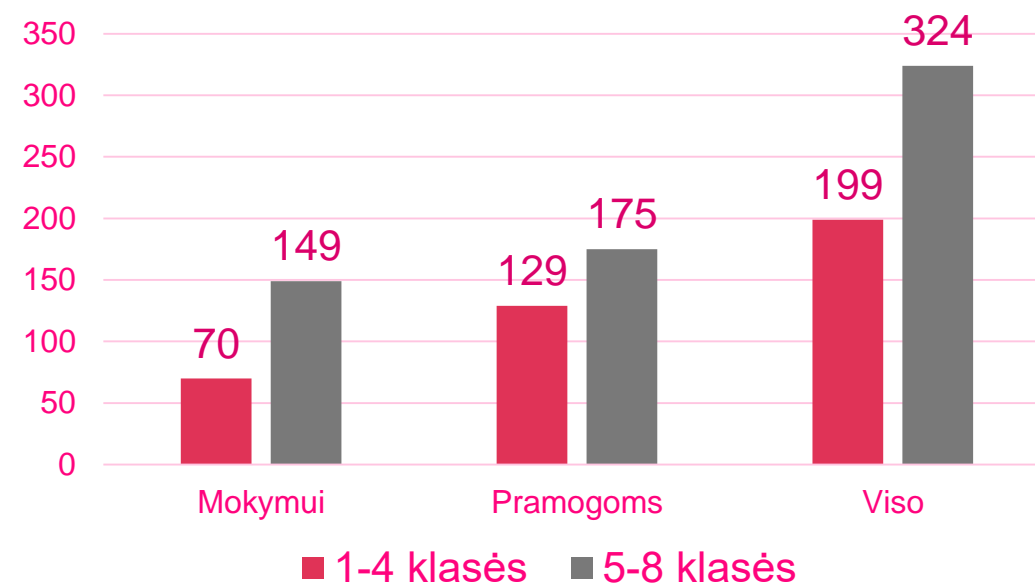
Ekranų laikas (E-VAIKAI, VAIKŲ SVEIKATA, MOPAS)

Ekranų laikas minutėmis: 2021 m. pavasaris



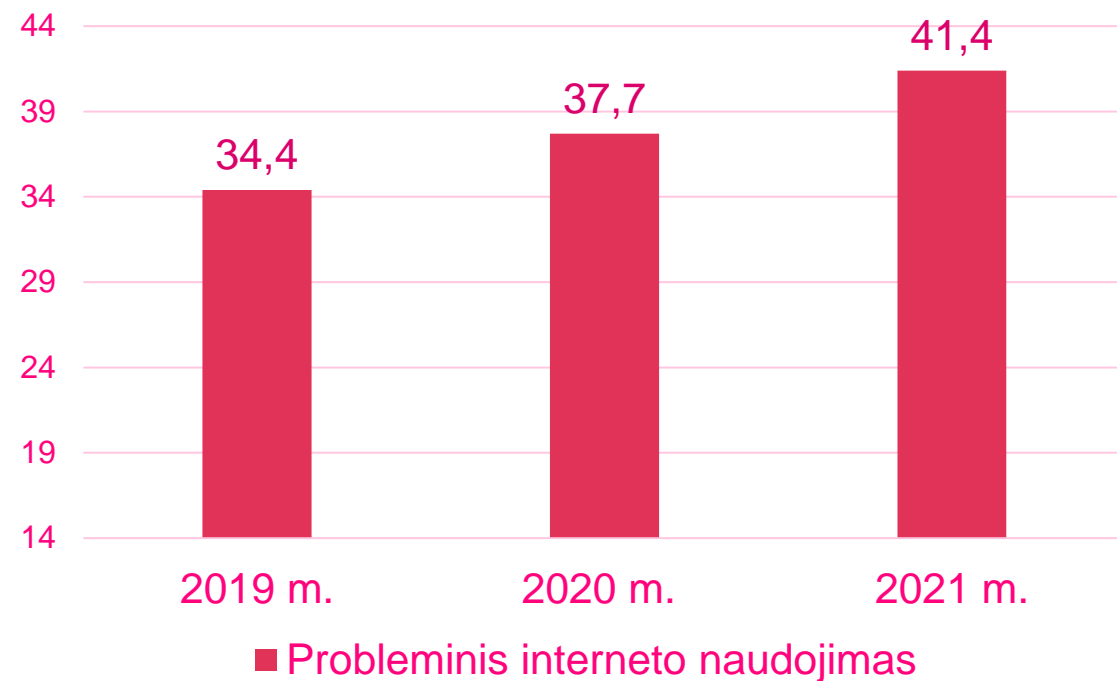
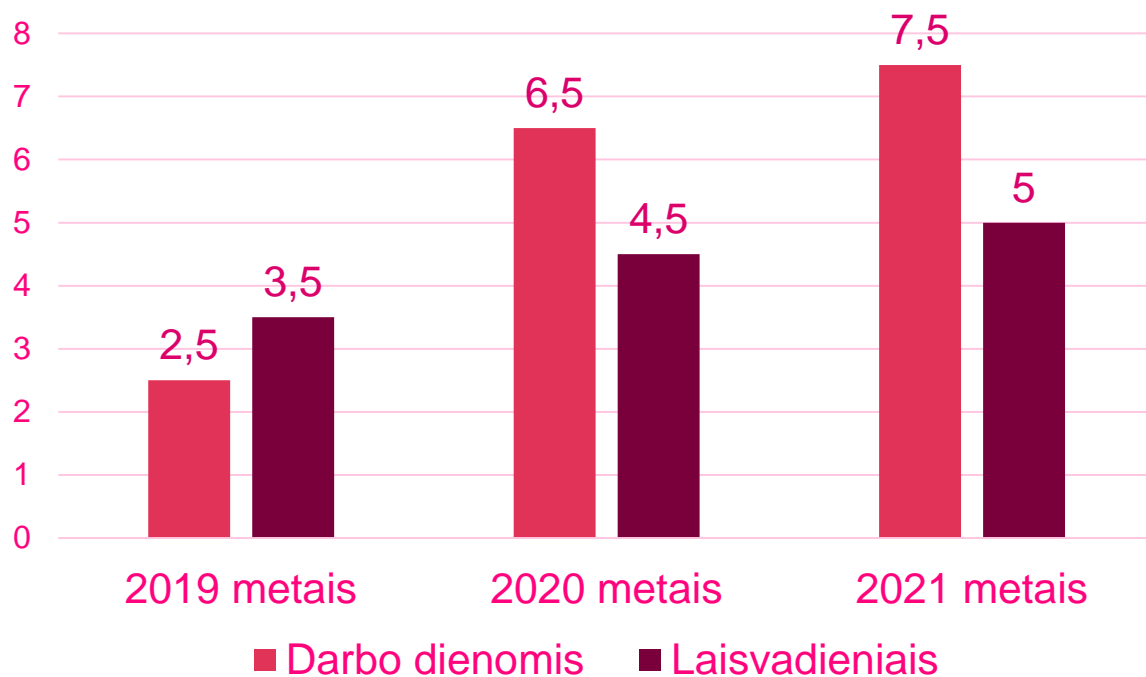
Vidutiniškai (!) nuo 6 val. (pradinukai) iki 8,5 val. (vyresni) per dieną prie ekranų

Ekranų laikas minutėmis: 2020 m. rudenį



Probleminis interneto naudojimas, fizinis aktyvumas

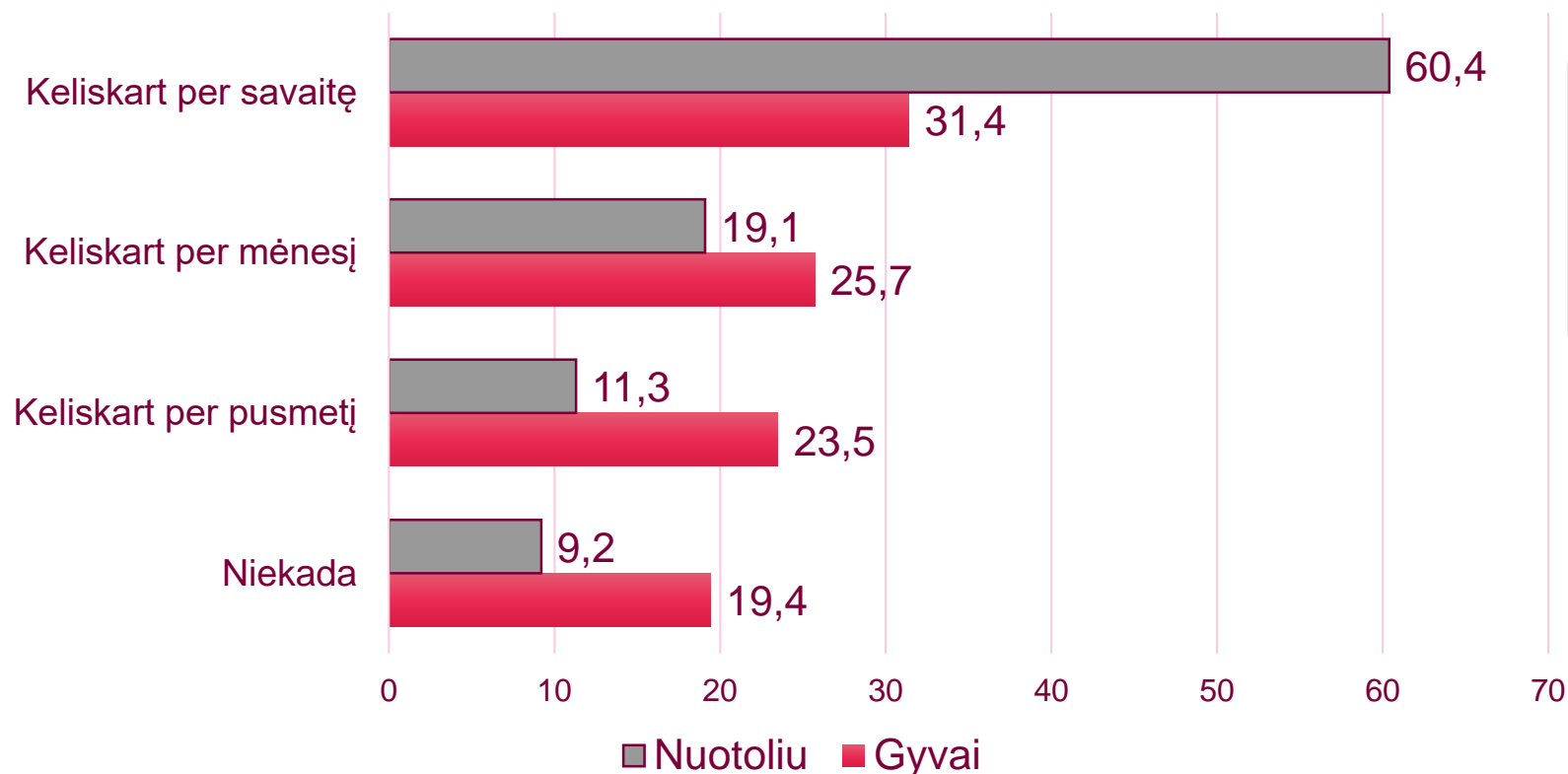
Trečiokų/ketvirtokų ekranų laiko
(valandomis) palyginimas 2019, 2020 ir
2021m.



Tik trečdalis 7-14 metų mokinių fiziškai aktyvūs rekomenduojamą bent 1 val./d.
Tik ketvirtadalis 11-18 metų mokinių fiziškai aktyvūs rekomenduojamą bent 1 val./d.

Socialiniai poreikiai, bendravimas (MOPAS)

Kaip dažnai bendravai? (procentais)



Kurie bendravo gyvai – visi savijautos ir sveikatos rodikliai geresni

Paaugliams gyvybiškai būtinas gyvas bendravimas su bendraamžiais!

**Papildomi rizikos veiksniai:
TĖVŲ IR MOKYTOJŲ
DISTRESAS**

**SPECIALISTŲ TRŪKUMAS IR
PERVARGIMAS**

Grėsmės

- Bendravimo ir socialinės aplinkos trūkumas!
- Mažas fizinis aktyvumas
- Padidėjęs ekranų laikas
- Probleminis interneto naudojimas
- Pasikeitę miego ir valgymo įpročiai
- Neformalaus ugdymo sumažėjimas
- Mokymosi sunkumai
- Turimi elgesio ir emocijų sutrikimai
- Socialinė atskirtis, socialinės ekonominės rizikos
- Tėvų distresas, patiriama įtampa
- Mokytojų distresas, specialistų pervargimas

Paklydom vertybėse ir komunikacijoje:

„Jūs atsakingi už tėvų ir senelių mirtis“

„Jūsų emociniai ir socialiniai poreikiai nesvarbūs“

„Mes nesugebame tinkamai jums pasirūpinti“

„Palaukite, pakentėkite (pusę metų) – nustokite augti, gyventi“

Didžiausi pavojai:

Kartojame klaidas

Taisydami vienas klaidas, darome naujas

Ir toliau investuojame į sienas ir technologijas, bet ne į žmones

Galimybės

- Kontaktinis ugdymas, blogiausiu atveju – mišrus ugdymas
- Dalis (ne mažiau kaip trečdalis) vaikų nuolat ugdomi kontaktiniu būdu
- Neformalaus ugdymo stiprinimas
- Gyvas bendravimas, ypač paauglystėje, ypač krizių atveju
- Žmogiškųjų resursų – ugdytojų – stiprinimas ir motyvacijos didinimas
- Darbo-šeimos derinimas (tėvų resursų stiprinimas)
- Sveikatai palankaus elgesio skatinimas – ypač fizinis aktyvumas, ekranų ir interneto ribojimas
- Nuolatinė vaikų ir paauglių sveikatos stebėsena
- Ankstyvas atpažinimas ir prieinama **profesionali** psichologų pagalba
- Bendradarbiavimas – visų mokyklos bendruomenės grupių, visų ekosistemos lygių
- SAM ir ŠMSM bendradarbiavimas

Šiuo metu vėl mažiausiai trečdalis paauglių iš dalies lieka „už borto“ - socialinio?

Šiuo metu mokyklose vaikų savijautą „taiso“ faktiškai bet kas...



**Vilnius
University**

AČIŪ JUMS



Ačiū tyrėjų komandoms!

E-SVEIKATA: Adomaitytė Subačienė I., Baukienė E., Breidokienė R., Būdienė V., Buzaitytė-Kašalynienė J., Dragūnevičius K., Gintilienė G., Girdzijauskienė S., Grabauskienė V., Praninskienė R., Speičytė-Ruschhoff E., Schoroškienė V., Stonkuvienė I., Urbonas V., Žėkaitė J.

VAIKŲ SVEIKATA: Baukienė E., Breidokienė R., Laurinaitytė I., Lisauskienė L., Praninskienė R., Urbonas V.

MOPAS: Miežienė B., Breidokienė R., Būdienė V., Buzaitytė-Kašalynienė J., Girdzijauskienė S., Emeljanovas A., Sabaliauskas S., Speičytė-Ruschhoff E., Žvirdauskas D.



**Lietuvos
mokslo
taryba**

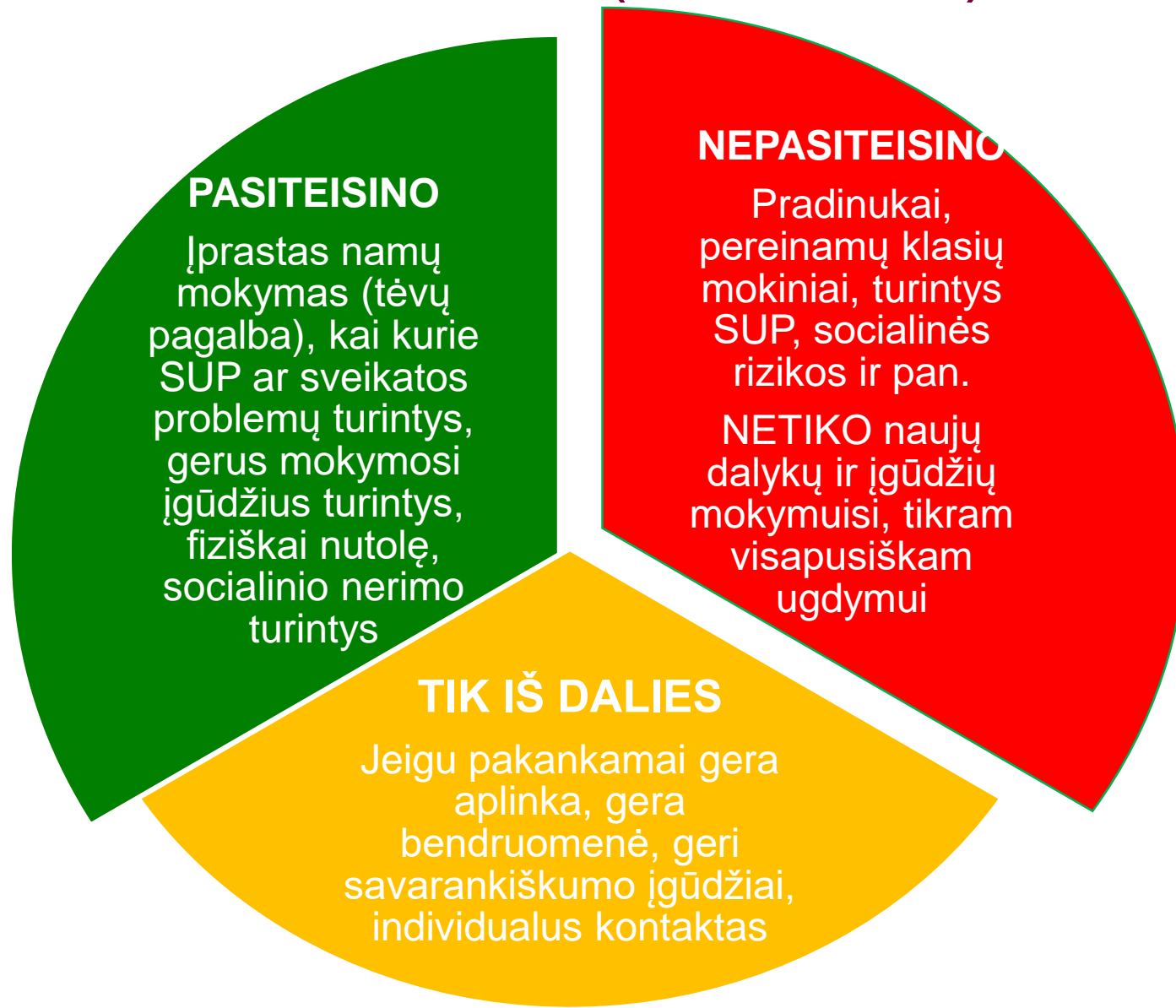


**Vilnius
University**

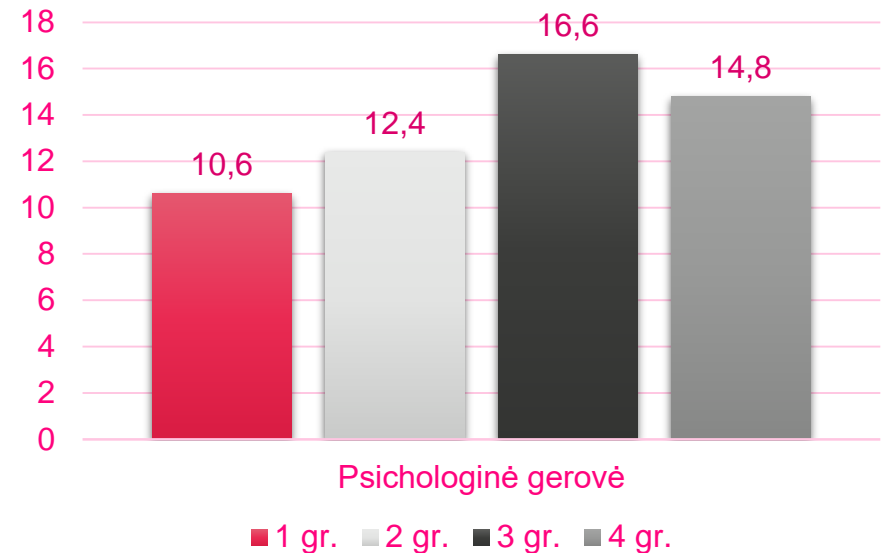
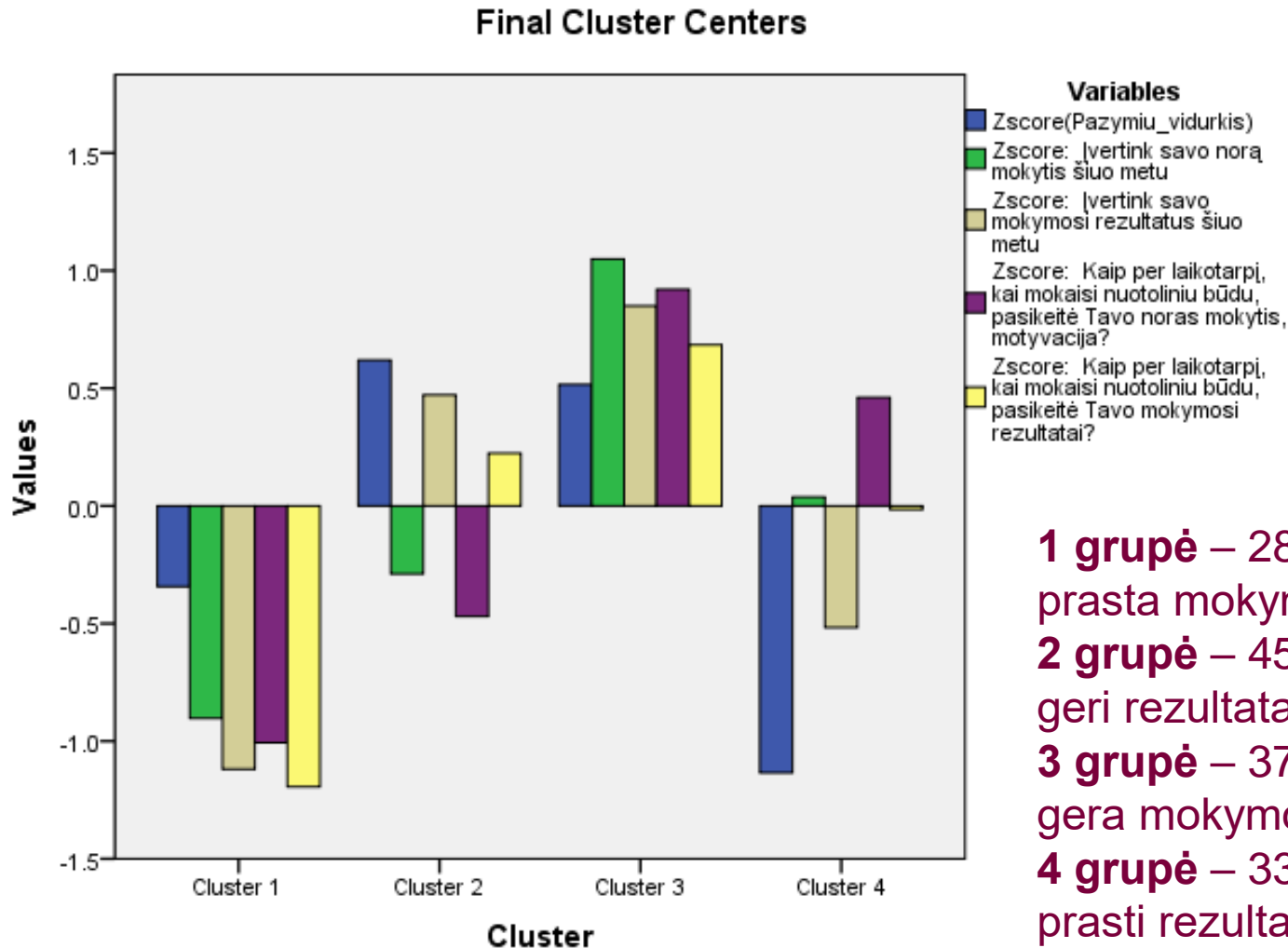


**Jeigu reikės,
papildomai**

Mokymosi sėkmė (E-VAIKAI)



Mokymosi sėkmė (MOPAS)



- 1 grupė** – 281 mokinys (**19,5 proc.**) – 7,1 (7,5)
prasta mokymosi sėkmė, prasti rezultatai ir motyvacija
- 2 grupė** – 454 mokiniai (**31,5 proc.**) – 8,5 (8,9)
geri rezultatai, bet prasta ir pablogėjusi motyvacija
- 3 grupė** – 372 mokiniai (**26 proc.**) – 8,4 (8,8)
gera mokymosi sėkmė, geri rezultatai ir gera motyvacija
- 4 grupė** – 332 mokiniai (**24 proc.**) – 6,1 (6,8)
prasti rezultatai, bet gera ir pagerėjusi motyvacija