

**ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ ПАНДЕМИИ COVID-19
НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ УЧАЩИХСЯ
ШКОЛ Г. БИШКЕК**

**Р.А. Бейшенкулова, Э.С. Жангазиева, А.С. Турсунбекова,
Ч.К. Байбосова, А.С. Султанбекова**

Кыргызская Государственная медицинская академия имени И.К.Ахунбаева
(ректор-д.м.н., проф. Кудайбергенова И.О.)
Кафедра общей гигиены
г. Бишкек, Кыргызская Республика

E-mail: Aijanatosh@mail.ru

Резюме. Настоящее исследование было направлено на изучение родительских коррелятов регуляции эмоций у детей во время изоляции от COVID-19 учащихся школы-гимназии №62 и средней школы №10 весной 2020-года. Родительская самоэффективность и эмоциональное состояние опосредует связь между психологическим стрессом родителей и эмоциональной регуляцией детей, а также лабильностью или негативностью детей. В общей сложности 300 родителей детей в возрасте от 10 до 13 лет прошли онлайн-опрос, в ходе которого оценили их общее состояние.

Ключевые слова: психоэмоциональное состояние, школа, карантин, пандемия, родители и дети, взаимоотношение в семье, стресс.

**COVID-19 ПАНДЕМИЯНЫН БИШКЕКТЕГИ МЕКТЕП ОКУУЧУЛАРЫНЫН
ПСИХОЭМОЦИОНАЛДЫК АБАЛЫНА ТИЙГИЗГЕН ТААСИРИНЕ
ГИГИЕНАЛЫК БАА БЕРҮҮ**

**Р.А. Бейшенкулова, Э.С. Жангазиева, А.С. Турсунбекова,
Ч.К. Байбосова, А.С. Султанбекова**

И.К. Ахунбаев атындагы Кыргыз Мамлекеттик медициналык академиясы,
(ректору-м.и.д., проф. Кудайбергенова И.О.)
Жалпы гигиена кафедрасы
Бишкек ш., Кыргыз Республикасы

Корутунду Бул изилдөө 2020-жылдын март айынан май айына чейин № 62 гимназия мектептин жана №10 орто мектептин окуучуларынын COVID-19 карантин учурунда балдардын эмоциясын жөнгө салуунун ата-эне корреляциясын таасирин изилдөөгө багытталган. Ата-энелердин өзүн-өзү натыйжалуулугу жана эмоционалдык абалы, ата-энелердин психологиялык стресси менен балдардын эмоционалдык жөнгө салынышынын, ошондой эле балдардын лабилдүүлүгүнүн же негативдүүлүгүн ортосундагы байланышка ортомчулук кылат. 10дон 13 жашка чейинки балдардын 300

ата-энеси алардын жалпы абалын баалаган онлайн сурамжылоону аякташты.

Негизги сөздөр: психоэмоционалдык абал, мектеп, карантин, пандемия, бала жана ата-эне, үй-бүлөдөгү мамиле, стресс.

ASSESSMENT OF THE IMPACT OF THE COVID-19 PANDEMIC ON THE PSYCHOEMOTIONAL STATE OF SCHOOLCHILDREN IN BISHKEK

**R.A. Beishenkulova, E.S. Jangazieva, A.S. Tursunbekova,
Ch.K. Baibosova, A.A. Sultanbekova**

I.K. Akhunbaev Kyrgyz State Medical Academy,
(rector- d.m.s.prof. Kudaibergenova I.O.)

Department of General Hygiene
Bishkek, Kyrgyz Republic

Summary. The present study was aimed at examining the parental correlates of emotion regulation in children during isolation from COVID-19 in gymnasium №62 and high school №10 from March to May 2020. Parental self-efficacy and emotional state mediates the relationship between the psychological stress of the parents and the emotional regulation of children, as well as the lability or negativity of children. A total of 300 parents of children between the ages of 10 and 13 completed an online survey that assessed their general condition.

Key words: psycho-emotional state, school, quarantine, pandemic, children and parents, family relationship, stress.

Введение

Распространение пандемии COVID-19 в Кыргызстане весной 2020-года и последующая чрезвычайная ситуация в стране привели к ряду ограничений. Школы и университеты были закрыты по всей республике. Закрылись почти все государственные и частные предприятия. Дети и семьи были лишены возможности учиться, работать и заниматься спортом, а также всех дружеских контактов. Родителям пришлось находиться со своими детьми дома 24 часа в сутки, и в то же время большинству из них пришлось начать работать из дому, продолжая заниматься со своими детьми школьной программой. Многим родителям также приходилось

справляться с трудностями и болью, связанными с наличием больных или умерших родственников, сокращением заработной платы или, в некоторых случаях, потерей работы. Легко понять, как семьи подвергались очень сильному эмоциональному и психологическому стрессу.

Как указано во Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), такая ситуация может иметь долгосрочные негативные последствия для психологического благополучия, и существует необходимость инвестировать в службы психического здоровья и другие услуги. Как международные, так и отечественные исследования показали, что во время

изоляции у детей было несколько проблем, таких как тревожность, эмоциональные и поведенческие расстройства [1, 2]. В отчете от 13-мая 2020-года Организация Объединенных Наций также подчеркнула, как во время пандемии COVID-19 эмоциональные проблемы детей и подростков усугублялись семейным стрессом, социальной изоляцией, перебоими в учебе и образовательной деятельности, а также неопределенностью будущего, которое наступило в критические моменты их эмоционального развития (United Nations, 2020) [3].

Цель исследования: Дать гигиеническую оценку влияния пандемии и дистанционного обучения на психоэмоциональное состояние родителей и детей во время карантина COVID-19.

Материал и методы исследования

Объектом исследования были учебно-воспитательный комплекс школы-гимназии №62 и средняя общеобразовательная школа №10 г. Бишкек. Работа осуществлялась с помощью онлайн анкетирования

родителей и детей, а также для диагностики внимания детей, было использовано тест Бурдона (корректирующая проба) и обработано более 300 анкет.

Результаты и обсуждения

В период изоляции на школьника оказывает влияние комплекс факторов окружающей среды: внутрисемейное окружение, усиление социально-эмоционального напряжения, увеличение учебной и компьютерной нагрузок, повышение ответственности за выполнение домашних заданий, что, несомненно, влияет на психоэмоциональную и поведенческую сферу. Этому свидетельствует рисунок 1, из числа опрошенных большинство родителей занимались с ребенком 1-2 часа в день до карантина. В период онлайн обучения, преобладающая часть респондентов уделяли больше 6-часов совместным занятиям. Исходя из этого, можно увидеть резкое увеличение нагрузки на родителей и детей во время карантина, что отражается на их психоэмоциональном состоянии.

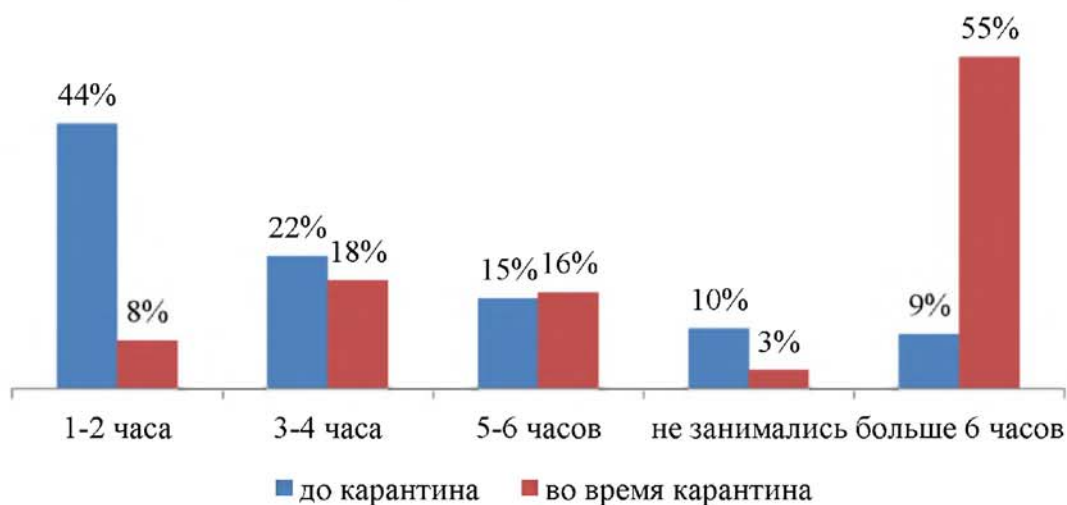


Рис. 1. Сколько времени родители затрачивали на занятие с детьми до и во время карантина.

На рисунке 2 демонстрируется, 48% респонденты отметили, что они сблизилась с детьми во время карантина, но в то же время на рисунке 3 отражено, что 45% часто начали ссориться со своими детьми. Это может быть в

результате недопонимания родителями своего ребенка, из-за снижения концентрации внимания во время обучения, вследствие смены учебной обстановки, а так же из-за проблем с объяснением школьной программы.

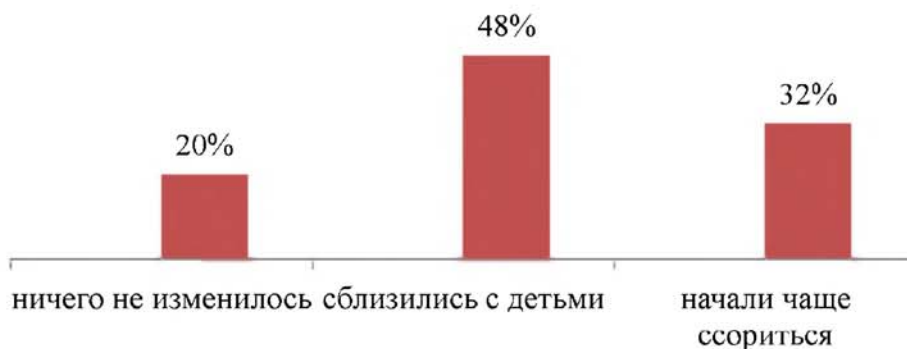


Рис. 2. Как карантин повлиял на взаимодействие родителей с детьми.

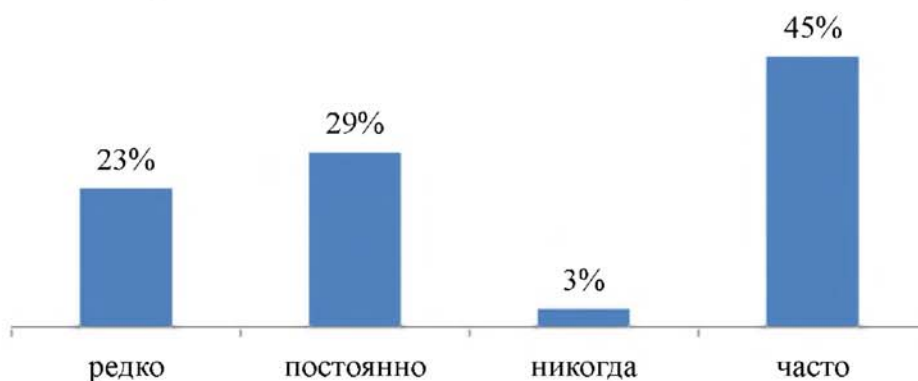


Рис. 3. Возникновение конфликтов между родителями и детьми.

Пандемия показала, что система школьного образования во многих странах, в том числе и в Кыргызстане, совершенно не приспособлена к современной жизни (онлайн обучению). Из-за карантина родители получили возможность самостоятельно понаблюдать за учебным процессом своих детей. И во время анкетирования

выяснилось (рис 4), что у многих родителей 43% были трудности с пониманием школьной программы. В связи с этим родители сами не понимая школьной программы, испытывали трудности во время выполнения задания вместе с детьми. В результате частые конфликты родителей со своими детьми были неизбежны.

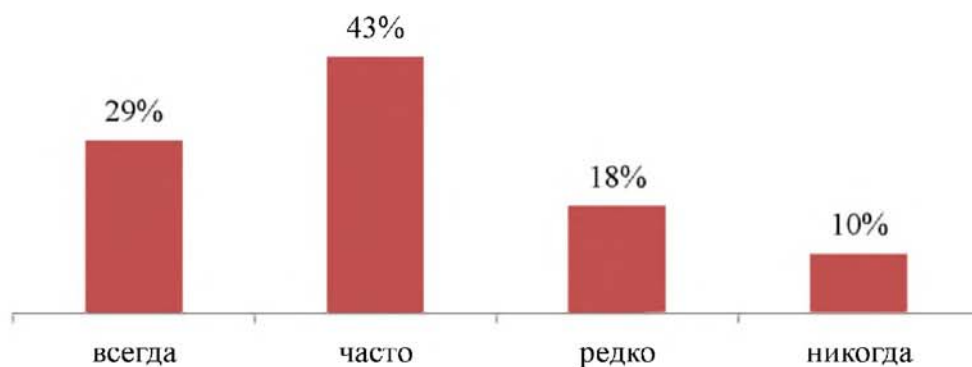


Рис. 4. Удельный вес респондентов, у которых были трудности в понимании школьной программы.

Очевидно, что внимание в учебном процессе является одним из главных психологических факторов, влияющих на успешность учебной деятельности младших школьников. При оценке концентрации внимания детей корректурной пробой, выявили, что во время карантина и дистанционного

обучения, у детей младшего школьного возраста концентрация внимания намного снизилась. Как видно на рисунке 5, у 35% тестированных респондентов концентрация внимания низкая, 21% очень низкая, 19% средняя, 15% высокая, и 10% очень высокая.

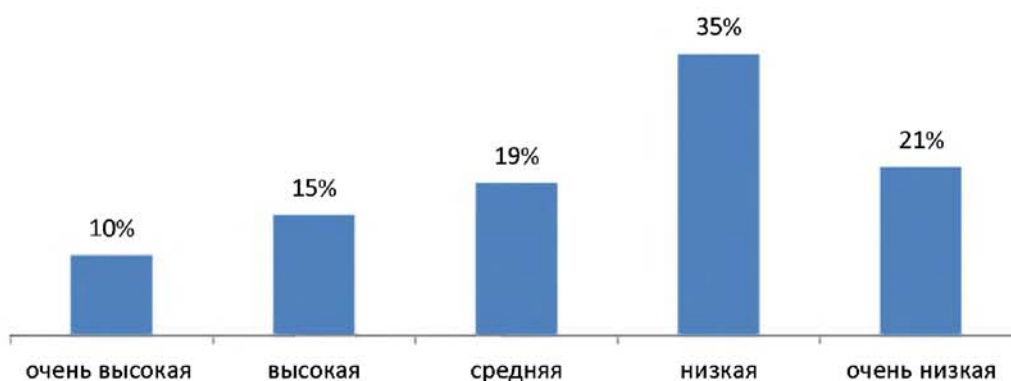


Рис. 5. Показатели оценки концентрации внимания детей во время карантина.

Заключение

В результате нашего исследования выявили, что пандемия и пребывание детей в изоляции долгое время, оказывает негативное влияние на здоровье и, прежде всего, на их психоэмоциональную сферу. Кроме этого, негативное влияние пандемии на доход, трудовую занятость, в том числе на уровень неоплачиваемого домашнего

труда, усугубило психологическое состояние родителей. В связи с этим, можно заметить влияние пандемии COVID-19 на отношение родителей с детьми. Благодаря карантину родители отметили, что сблизилась и больше времени проводили со своими детьми, но в то же время, наблюдались в некоторых семьях частые конфликты между родителями и детьми. Они отметили, что

у них были недопонимания с ребенком из-за снижения концентрации внимания ребенка, вследствие смены учебной обстановки, а также из-за проблем с объяснением школьной программы. Учащиеся младших классов нуждаются в пропедевтическом курсе, обеспечивающем адаптацию к новым

условиям учебной деятельности. Нужно совершенствовать регламенты дистанционного обучения, разрабатывать алгоритмы действий в аналогичных ситуациях. Тем самым мы снизим риски причинения вреда здоровью участников образовательного процесса.

Литература

1. Morelli M, Cattelino E, Baiocco R, Trumello C, Babore A, Candelori C, Chirumbolo A. *Parents and Children During the COVID-19 Lockdown: The Influence of Parenting Distress and Parenting Self-Efficacy on Children's Emotional Well-Being.* *Front. Psychol.* 2020;11:584645. doi: 10.3389/fpsyg.2020.584645
2. Дьяконов И.Ф., Дьяконова Т.И., Овчинников Б.В. *Практическая психогигиена: учебно-методическое пособие.* М., 2017. [D'yakonov IF, D'yakonova TI, Ovchinikov BV *Prakticheskaya psihogigiena: uchebno-metodicheskoe posobie.* М., 2017]
3. Бадаева Ю.А., Ковальчук Е.А., Силкина Л.А. *Коронавирус COVID-19: как пережить пандемию?* 2021. URL: <https://health.lenobl.ru/ru/about/koronavirus-s-covid-19-kak-perezhit-pandemiyu/>
4. Воликова С.В. *Советы психолога для родителей подростков, оказавшихся дома во время карантина из-за коронавируса.* 2020. URL: <https://psychiatr.ru/news/1102>
5. *Рекомендации по сохранению психологического здоровья населения в период коронавирусной эпидемии.* Агентство по профилактике и контролю заболеваний. Национальная комиссия здравоохранения КНР. Китайская ассоциация психического здоровья. Перевод: Ван Юе. 2020. URL: https://rci.bsu.by/images/docs/Psy_recomm endation.pdf
6. Сердюковская Г.Н., Гельниц Г. *Психогигиена детей и подростков.* М., 1985. [Serdyukovskaya GN, Gel'nic G. *Psihogigiena detej i podrostkov.* М., 1985] (In Russ.).