

W odpowiedzi na rosnący problem pogarszającego się stanu zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, spowodowany zmianami formy nauczania na skutek pandemii oraz w celu zbadania dokładniej tej kwestii, aby móc rozważyć możliwe rozwiązania i zaproponować potrzebną pomoc, stowarzyszenie Młoda Lewica z okręgu 18. Siedlce - Ostrołęka stworzyło i przeprowadziło ankietę dotyczącą tego zagadnienia, skupioną na jakości samopoczucia uczniów w trakcie nauki zdalnej i stacjonarnej, a także powodach jego pogorszenia i innych czynnikach z tym związanych. Wyniki ankiety, tak jak można było się spodziewać, nie napawają optymizmem i są jasnym sygnałem, że polskie szkoły nie były odpowiednio przygotowane ani na naukę zdalną, ani na powrót do stacjonarnej formy nauczania.

W ankiecie wzięło udział 186 osób, głównie uczniowie szkół średnich (83,9%), lecz również wyższych (12,9%) oraz podstawowych (3,2%). Swój stan zdrowia psychicznego podczas nauki w trybie zdalnym w skali od 1 do 10 ankietowani oceniali bardzo różnie. Odpowiedzi w kolejności od największej do najmniejszej ilości głosów wyglądają następująco: 8 (15,6%), 3 i 4 (po 12,9%), 7 (11,3%), 6 i 10 (po 9,1%), 5 (8,6%), 9 (8,1%), 2 (7%), 1 (5,4%).

Na pytanie czy stan zdrowia psychicznego respondentów uległ poprawie podczas nauczania zdalnego zdecydowana większość z nich odpowiedziała przecząco - 47,3% zaznaczyła odpowiedź nie, a 21% - zdecydowanie nie. 24,2% uczniów wybrało odpowiedź tak, a 7,5% - zdecydowanie tak. Natomiast w kwestii poprawy stanu zdrowia psychicznego po powrocie do nauki stacjonarnej, zaledwie 29,6% uczestników ankiety odpowiedziało twierdząco. Natomiast aż 47,3% ankietowanych wybrało odpowiedź przeczącą, pozostałe 23,1% nie odczuło żadnej różnicy.

Najbardziej niepokojącym jest, że aż 36,6% ankietowanych miało myśli samobójcze w czasie nauki zdalnej. Zaletwie 16,1% uczestników ankiety korzystało z pomocy specjalistów zdrowia psychicznego (psychologa, psychiatry, psychoterapeuty itp.), 21,5% rozważało taką możliwość. Zwykle jednak, bo w 55,4% przypadków, szkoła zapewniała uczniom możliwość zasięgnięcia konsultacji z psychologiem czy pedagogiem.

7% respondentów szukało pomocy w Telefonie Zaufania, jednak prawie połowa z nich nie mogła się tam dodzwonić, część osób bała się skorzystać z tej opcji, a Ci, którym się to udało spotykali się z różnymi innymi trudnościami, takimi jak np. niezrozumienie, brak okazania jakiegokolwiek wsparcia, nieudzielenie pomocy. Zaletwie około 1/3 ankietowanych otrzymała potrzebną pomoc po kontakcie z Telefonem Zaufania.

Jako główne powody pogorszenia się samopoczucia uczestnicy ankiety podawali najczęściej: ograniczony kontakt z rówieśnikami (54,3%), zbyt duże wymagania w kwestii

nauki (38,7%), problemy rodzinne (31,7%), obostrzenia sanitarno-epidemiologiczne (30,6%), a także brak warunków do nauki zdalnej (19,9%) czy strach przed zarażeniem się (7%). Wśród pozostałych powodów respondenci wskazywali również między innymi izolację społeczną, zbyt dużą presję i stres związane ze szkołą, brak motywacji, strach przed powrotem do nauki stacjonarnej, problemy z samoakceptacją oraz odrzucenie i niezrozumienie ze strony bliskich.

W ostatnim pytaniu, podsumowującym ankietę, 43,5% ankietowanych wybrało naukę stacjonarną jako preferowaną formę nauczania, 33,3% natomiast naukę zdalną, a 23,2% stwierdziło, że jest to dla nich bez różnicy.

Wnioskując więc z wyników ankiety, przeważająca część uczniów miała istotne problemy ze zdrowiem psychicznym, zarówno podczas nauki zdalnej, jak i stacjonarnej, które jednak uległy znacznemu pogorszeniu na skutek dynamicznie zachodzących zmian przy jednoczesnym braku odpowiedniego wsparcia. Młodzież potrzebowała specjalistycznej pomocy, jednak nie miała możliwości jej otrzymać, bądź też z różnych powodów, takich jak np. łamanie przez szkolnych psychologów zasady tajemnicy zawodowej oraz, wskutek czego, powstawanie nieprzyjemnych plotek i niezręcznych sytuacji, bała się o nią poprosić.

W odpowiedzi na te i inne potrzeby uczniów, jednym z priorytetów Lewicy w kwestii edukacji jest inicjatywa obecności wykwalifikowanych specjalistów ds zdrowia psychicznego młodzieży, w postaci psychologa, w każdej szkole. Takie rozwiązanie znacznie ułatwiłoby młodzieży znalezienie wsparcia, tak potrzebnego w trudnym czasie, oraz przyczyniłoby się w pewnym stopniu do normalizacji dbania o zdrowie psychiczne.