



Wydział Psychologii
Uniwersytetu Warszawskiego

100

Akademia Pedagogiki Specjalnej
im. Marii Grzegorzewskiej
1922–2022



UNIWERSYTET
WARSZAWSKI



Nastolatki wobec pandemii

Raport nr 11 z badania przeprowadzonego w Instytucie Psychologii Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej we współpracy z Wydziałem Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego podczas epidemii COVID-19 w 2020 r.

BADANIE

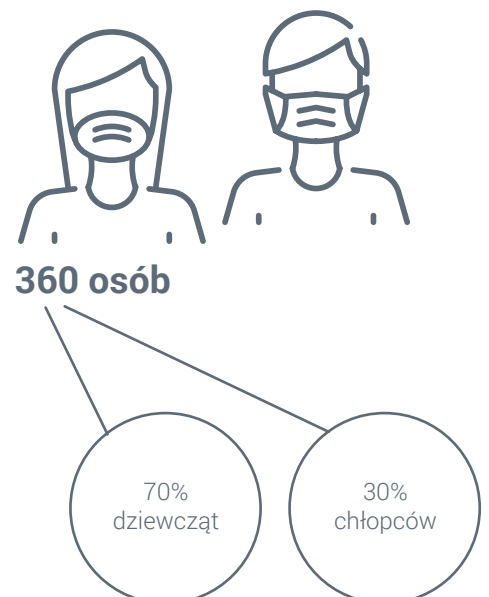
Młodzież w wieku 16-18 lat wobec pandemii COVID-19

CEL

Celem projektu było zbadanie nasilenia objawów lęku uogólnionego i depresji oraz doświadczanych trudności u młodzieży w okresie późnej adolescencji (16-18 lat) w czasie trwania pandemii.

METODA

Badanie zostało przeprowadzone trzykrotnie w sierpniu, wrześniu i listopadzie 2020 roku za pomocą panelu internetowego z udziałem tej samej grupy adolescentów. Terminy kolejnych pomiarów były wybrane ze względu na sytuację epidemiologiczną, jak i cykl roku szkolnego. Pierwszy pomiar miał miejsce w wakacje i wzięło w nim udział 360 nastolatków. W drugiej fali badania przypadającej na okres po rozpoczęciu nauki stacjonarnej w szkołach we wrześniu uczestniczyło 281 osób. W ostatnim pomiarze dokonanym w okresie trwającej około miesiąca nauki zdalnej w listopadzie wzięło udział 228 adolescentów. Dziewczęta stanowiły ok. 70% badanej próby. W badaniu zastosowano kwestionariusze służące do oceny nasilenia lęku uogólnionego i depresji oraz autorską ankietę dotyczącą trudności doświadczanych w czasie pandemii, która obejmowała zarówno pytania dotyczące obostrzeń, jak i problemów związanych z relacjami z najbliższymi osobami.



WYNIKI

Zaobserwowano zbliżony do liniowego wzrost nasilenia objawów lęku uogólnionego i depresji w kolejnych pomiarach. Najniższe nasilenie objawów lęku i depresji badana młodzież przejawiała w sierpniu, a najwyższe w listopadzie. We wrześniu po rozpoczęciu roku szkolnego i powrocie do nauki stacjonarnej wzrósł u nastolatków poziom odczuwanego lęku uogólnionego, a w listopadzie po prawie miesięcznym okresie nauki zdalnej nastąpił wzrost nasilenia objawów depresji. We wrześniu po powrocie do szkoły i nauki stacjonarnej zarówno nasilenie objawów lęku uogólnionego, jak i objawów depresji u młodzieży najsilniej wiązało się z trudnościami w relacjach z nauczycielami, zwiększoną liczbą codziennych obowiązków oraz problemami w relacjach z najbliższymi w domu i przyjaciółmi czy kolegami.

Najbardziej pozytywnym aspektem powrotu do nauki stacjonarnej we wrześniu wskazywanym przez nastolatków była możliwość bezpośredniego kontaktu z rówieśnikami.

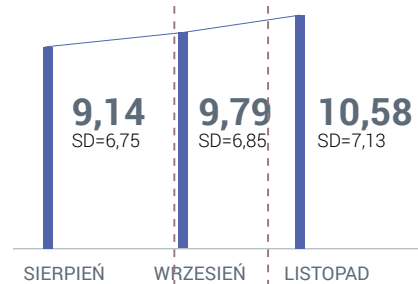
W listopadzie podczas trwania nauki zdalnej nasilenie objawów lęku i depresji u młodzieży przede wszystkim związane było z trudnymi relacjami z najbliższymi w domu. Ponadto występował istotny związek nasilenia objawów ze zwiększoną liczbą codziennych obowiązków czy ograniczeniami w realizacji pasji i zainteresowań oraz ograniczonymi możliwościami uprawiania aktywności fizycznej.

Zarówno we wrześniu, jak i w listopadzie nasilenie objawów lęku uogólnionego i depresji u młodzieży nie wiązało się istotnie z obawą przed zakażeniem się koronawirusem. Jedynie we wrześniu obawa przed zakażeniem, jak i niepewność dotycząca zmian w formie nauki była predyktorem nasilenia objawów depresji w badanej grupie.

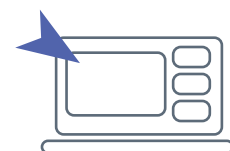
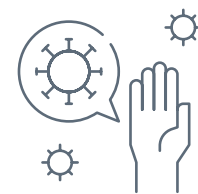
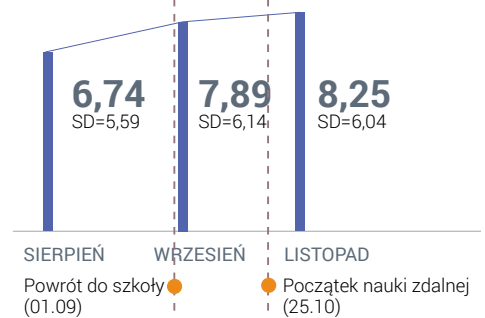
Nastolatki wśród największych trudności związanych z nauką zdalną wskazywali: problemy techniczne (brak dobrego sprzętu do nauki i słabe połączenie internetowe), ograniczony kontakt z rówieśnikami, ograniczony i utrudniony kontakt z nauczycielami, trudności ze zrozumieniem materiału w trakcie lekcji online oraz dużą ilość czasu spędzanego przed komputerem.

Nastolatki dostrzegali również pozytywne strony nauki zdalnej, takie jak: brak konieczności dojazdów do szkoły; więcej czasu wolnego, swobody, spokoju czy wygody oraz możliwość spędzenia większej ilości czasu w domu.

Objawy depresji (skala 0-27)



Lęk uogólniony (skala 0-21)





Czas podwyższonych restrykcji i nauki zdalnej był szczególnie trudny dla nastolatków, którzy doświadczali problemów w relacjach rodzinnych. Z kolei w trakcie powrotu do szkoły grupa nastolatków doświadczająca kłopotów w relacjach z nauczycielami była najbardziej narażona na doświadczanie lęku, niepokoju i obniżonego samopoczucia. Na podstawie otrzymanych wyników można sądzić, że nasilenie objawów depresji i lęku jest związane w tej grupie wiekowej z ograniczeniami w realizacji potrzeb rozwojowych. Uzyskane dane są zbieżne z wynikami otrzymanymi przez badaczy z innych krajów. Skłaniają do refleksji nad tym, w jaki sposób wspierać nastolatków w radzeniu sobie z trudnymi emocjami i wyzwaniami, jakich doświadczają w trakcie trwania epidemii.

ZESPÓŁ

Kierownik projektu: dr Małgorzata Woźniak-Prus^a
dr hab. Małgorzata Gambin^b, dr Andrzej Cudo^c

- a – Instytut Psychologii, Akademia Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej
- b – Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski
- c – Wydział Nauk Społecznych, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

PRZECZYTAJ WIĘCEJ

Na podstawie zebranych danych opracowywany jest artykuł w czasopiśmie naukowym.

Projekt został sfinansowany ze środków Akademii Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej.



Akademia Pedagogiki Specjalnej
im. Marii Grzegorzewskiej
1922–2022

KONTAKT



dr Małgorzata Woźniak-Prus

✉ mwozniak@aps.edu.pl

**WYDZIAŁ PSYCHOLOGII
UNIwersYTETU WARSZAWSKIEGO**

✉ promocja@psych.uw.edu.pl

f [WydzialPsychologiiUW](https://www.facebook.com/WydzialPsychologiiUW)

🏠 psych.uw.edu.pl

**BIURO PRASOWE
UNIwersYTETU WARSZAWSKIEGO**

✉ media@uw.edu.pl

f [fanpageUW](https://www.facebook.com/fanpageUW)

🏠 uw.edu.pl

Więcej informacji na: covid.psych.uw.edu.pl



Wydział Psychologii
Uniwersytetu Warszawskiego



UNIwersYTET
WARSZAWSKI