МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН

367001, г.Махачкала, ул. Даниялова, 32, тел.: (8722)67-18-48, e-mail: dagminobr@e-dag.ru

№06-10649/01-18/20 от 20.11.20г.

На №06-3324-м/20 от 12.11.2020г.

Руководителям муниципальных органов управления образованием

Об участии во Всероссийском онлайн-опросе обучающихся 8-10 классов

В соответствии с письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 12.11.2020 №07-6908, в целях изучения уровней тревожности у подростков во время и после режима вынужденной самоизоляции для дальнейшей подготовки рекомендаций сотрудникам образовательных организаций (педагогам-психологам, социальным педагогам, преподавателям, классным руководителям) по психологическому сопровождению обучающихся в период чрезвычайной эпидемиологической ситуации, проводится Всероссийский онлайн-опрос среди обучающихся 8-10 классов общеобразовательных организаций (далее - Опрос).

Опрос проводится Союзом специалистов в сфере охраны психического здоровья. Организация Опроса планируется с использованием электронного ресурса Google-формы. Ссылка на размещение в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FaIpQLSd9jzMaHoUCTLdA7xnTQP5wpJrbsCBUQjQYJLFe1Tpyh-QEug/viewform?vc=0&c=&w=1&flr=0

Просим Вас довести приложенную информацию до сведения руководителей образовательных организацийи оказать содействие участия обучающихся 8-10 классов в Опросе в срок до 4 декабря 2020г.

Контактное лицо по вопросам содержания и организации Опроса - директор Союза охраны психического здоровья Бачило Егор Вячеславович, адрес электронной почты:bachilo@mental-health-russia.ru.

Приложение: на 9 л. в 1 экз.

Первый заместитель министра **Ш. Алиев**

Исп.: Арсланбекова Л.Д.,
тел.: (8722) 67-84-71

Влияние последствий режима самоизоляции на психическое здоровье и психологическое благополучие подростков

Всероссийский онлайн опрос обучающихся 8-10 классов общеобразовательных организаций в субъектах Российской Федерации

Содержание и методы исследования

1. Введение

Согласно данным UNICEF (2019) в мире более 2,2 миллиарда детей и подростков, которые составляют примерно 28% населения мира, при этом люди в возрасте от 10 до 19 составляют порядка 16%[i]. Пандемия COVID-19 беспрецедентным образом повлияла на жизнь людей во всем мире, включая детей и подростков. Практически во всех странах важным инструментом профилактики инфекции были стратегии изоляции и социального дистанцирования для снижения риска заражения[ii]. Аналогичные шаги были предприняты и в России. В этой связи одной из основных мер, принятых во время режима изоляции, было закрытие школ и других учебных заведений. Данное обстоятельство, выходящее за рамки обычного жизненного опыта, приводит к стрессу, тревоге и чувству беспомощности[iii]. Группа французских исследователей (Guessoum S.B. at al., 2020) при изучении психических расстройств у подростков в период пандемии, отметила, что эта обстановка может привести к обострению психических расстройств, таких как посттравматическое стрессовое расстройство, депрессивные и тревожные расстройства, а также к возникновению психологических симптомов, связанных с проявлением горя, а нахождение в домашних условиях связано с ростом насилия в семье[iv]. Shen K. с соавторами (2020) указывают, что по сравнению со взрослыми влияние пандемии на детей и подростков, может иметь более серьезные долгосрочные неблагоприятные последствия[v]. Характер и степень воздействия на эту возрастную группу зависит от множества факторов: возраст, образовательный статус, наличие особых потребностей в связи с проблемами со здоровьем, психические расстройства в анамнезе, социально-экономические факторы, наличие у ребенка и/или родителя инфекции и помещение, в связи с этим, на карантин.

Для предотвращения долгосрочных последствий карантинных мероприятий для психического здоровья и психологического благополучия детей и подростков необходимо создание адекватной системы профилактики и своевременной

диагностики в деятельности общеобразовательных организаций Российской Федерации.

2. Цели и задачи:

Целью Всероссийского онлайн опроса обучающихся 8-10 классов общеобразовательных организаций в субъектах Российской Федерации (далее – опрос) является анализ психического состояния и психологического благополучия обучающихся 8-10 классов после периода карантинных мероприятий и вынужденной изоляции для подготовки рекомендаций психологическим службам школ по обеспечению условий, способствующих преодолению негативных психологических последствий пандемии COVID-19, развитию возрастных и индивидуальных возможностей учащихся, необходимых для решения задач в рамках федерального проекта «Современная школа» (национальный проект «Образование»).

Для достижения указанной цели планируется:

– оценить субъективное восприятие подростком сферы коммуникации и своего состояния в период карантина и после него;

– проанализировать уровень тревожности подростков после периода самоизоляции;

– проанализировать уровень депрессивных симптомов после периода самоизоляции;

– подготовить рекомендации психологическим службам школ по обеспечению условий для преодоления негативных психологических последствий пандемии COVID-19, развитию возрастных и индивидуальных возможностей подростков в процессе обучения.

Методы и основное содержание опроса

Основой для исследования является опросник для самостоятельного заполнения учащимися 8-10 классов общеобразовательных организаций. С помощью онлайн платформы – Google формы) опросник предоставляется для общего доступа.

Авторами опросника являются: В.И. Бородин, доктор медицинских наук, профессор методического отдела, член Проблемного совета по клинической и социальной психиатрии ФГБУ «ФМИЦПН им. В.П. Сербского» Минздрава России, врач-психиатр высшей категории; Е.В. Бачило, к.м.н., директор Союза охраны психического здоровья.

При составлении опросника были учтены рекомендации Всемирной организации здравоохранения и накопленный международный опыт в проведении аналогичных исследований. Используемые в опроснике скрининговые инструменты (шкалы) имеют широкое применение, как в общей популяции, в том числе русскоязычной (Zhang Y.L., 2013; Wang W. C соавт., 2014; Погосова Н.В. с соавт., 2014)[vi vii viii], так и у подростков (Liu Yang ZW, Cai J., 2017; Alharbi R. C соавт., 2019; Tiirikainen K. с соавт., 2019), включая оценку состояния в период карантина (Zhou S.-J. с соавт., 2020)[ix].

Опросник включает следующие тематические блоки:

1. социально-демографический блок (населенный пункт, пол, возраст, тип семьи по составу) (пункты с 1 по 5);

2. блок субъективного восприятия подростком сферы коммуникации и своего состояния в период карантина и после него (пункты с 6 по 14);

3. блок субъективной оценки эмоционального состояния (пункты с 15 по 25):

опросник генерализованного тревожного расстройства – ГТР-7 (GAD-7). Участникам опроса предлагается ответить на вопросы и оценить свое состояние за последние 2 недели, выбирая один из ответов: «никогда», «несколько дней», «более половины дней», «почти каждый день». Далее баллы суммируются (сумма баллов может быть от 0 до 21) и по итоговой сумме баллов производится расчет. Минимальный уровень тревоги – 0-4 балла; умеренный – 5-9 баллов; средний – 10-14 баллов; высокий уровень тревоги – 15-21 баллов.

После получения заполненных анкет подростками, данные структурируются в таблицы, подвергаются статистическому анализу, который включает описательный анализ полученных данных для понимания социально-демографических характеристик опрошенных подростков. Будет изучена распространенность тревожных симптомов в зависимости от пола, возраста и других факторов. Для сравнения различий между группами будет использован критерий хи-квадрат ($\chi 2$) (значения P менее 0,01 считаются статистически значимыми). Для сравнения количественных переменных будет использован тест Краскела-Уоллиса, для качественных – тест $\chi 2$ с аппроксимацией распределения статистики с помощью метода Монте-Карло. Различия будут считаться статистически значимыми при $p < 0,05$.

[i] UNICEF Global population of children 2100. Statista. 2019. https://www.statista.com/statistics/678737/total-number-of-children-worldwide/

[ii] Shen K., Yang Y., Wang T., Zhao D., Jiang Y., Jin R., Zheng Y., Xu B., Xie Z., Lin L., Shang Y., Lu X., Shu S., Bai Y., Deng J., Lu M., Ye L., Wang X., Wang Y. Diagnosis, Treatment, And Prevention Of 2019 Novel Coronavirus Infection In Children: Experts' Consensus Statement. World Journal of Pediatrics: WJP; 2020. Global Pediatric Pulmonology Alliance; pp. 1–9. PubMed.

[iii] Singh S, Roy D, Sinha K, Parveen S, Sharma G, Joshi G. Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations [published online ahead of print, 2020 Aug 24]. Psychiatry Res. 2020; 293:113429. doi:10.1016/j.psychres.2020.113429

[iv] Guessoum SB, Lachal J, Radjack R, et al. Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. Psychiatry Res. 2020; 291:113264. doi:10.1016/j.psychres.2020.113264

[v] Shen K., Yang Y., Wang T., Zhao D., Jiang Y., Jin R., Zheng Y., Xu B., Xie Z., Lin L., Shang Y., Lu X., Shu S., Bai Y., Deng J., Lu M., Ye L., Wang X., Wang Y.… . Diagnosis, Treatment, And Prevention Of 2019 Novel Coronavirus Infection In Children: Experts' Consensus Statement. World Journal of Pediatrics : WJP; 2020. Global Pediatric Pulmonology Alliance; pp. 1–9. PubMed.

[vi] Wang W, Bian Q, Zhao Y, Li X, Wang W, Du J, Zhang G, Zhou Q, Zhao M. Reliability and validity of the Chinese version of the Patient Health Questionnaire (PHQ-9) in the general population. Gen Hosp Psychiatry. 2014;36(5):539–544. doi:10.1016/j.genhosppsych.2014.05.021.

[vii] Zhang YL, Liang W, Chen ZM, Zhang HM, Zhang JH, Weng XQ, Yang SC, Zhang L, Shen LJ, Zhang YL. Validity and reliability of Patient Health Questionnaire-9 and Patient Health Questionnaire-2 to screen for depression among college students in China. Asia Pac Psychiatry. 2013;5(4):268–275. doi: 10.1111/appy.12103.

[viii] Погосова Н.В., Довженко Т.В., Бабин А.Г., Курсаков А.А., Выгодин В.А. Русскоязычная версия опросников PHQ-2 И 9: чувствительность и специфичность при выявлении депрессии у пациентов общемедицинской амбулаторной практики. Кардиоваскулярная терапия и профилактика. 2014; 13(3):18-24. https://doi.org/10.15829/1728-8800-2014-3-18-24.

[ix] Zhou S.-J., Zhang L.-G., Wang L.-L., Guo Z.-C., Wang J.-Q., Chen J.-C., Liu M., Chen X., Chen J.-X. Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. Eur. Child Adolesc. Psychiatr. 2020;29:749–758. doi: 10.1007/s00787-020-01541-4.

Анкета
Всероссийский онлайн опрос обучающихся 8-10 классов общеобразовательных организаций Российской Федерации «Влияние последствий режима самоизоляции на психическое здоровье и психологическое благополучие подростков»

Дорогой друг!

В январе 2020 года Всемирная организация здравоохранения признала вспышку нового коронавирусного заболевания чрезвычайной ситуацией в области общественного здравоохранения, имеющей международное значение. В настоящий момент проводятся научные исследования вопросов возможного влияния карантинных мер и вынужденной самоизоляции на психологическое благополучие человека. Предлагаем Вам стать участником Всероссийского онлайн-опроса обучающихся 8-11 классов общеобразовательных организаций в субъектах Российской Федерации «Влияние последствий режима самоизоляции на психическое здоровье и психологическое благополучие подростков» (далее – опрос).

ИНФОРМИРОВАННОЕ СОГЛАСИЕ

Ответив на вопросы анкеты, Вы поможете изучить степень влияния пандемии на психологическое здоровье подростков и внесете свой вклад в разработку действенных мер по его сохранению. Благодарим за сотрудничество!

Какова цель данного опроса?

Цель опроса – подготовка рекомендаций психологам, в том числе в общеобразовательных организациях, по оказанию помощи в преодолении возможных негативных психологических реакций последствия пандемии COVID-19.

Кто может принять участие в опросе?

В опросе может принять участие любой школьник 8-10 классов общеобразовательной организации в субъекте Российской Федерации.

Сколько времени занимает опрос?

Участие в опросе займет не более 10 минут. Пожалуйста, постарайтесь ответить на все вопросы максимально честно.

Как это работает?

Вам необходимо ответить на предложенные вопросы. Каждый вопрос предполагает выбор только одного варианта ответа. Опрос может быть прерван в любой момент. После того, как опрос завершен, предоставленная информация не может быть отозвана.

О чем будут вопросы?

Вопросы посвящены изучению того, как Вы чувствовали себя в период режима самоизоляции и в течение последних двух недель.

Как мои личные данные будут защищены?

Опрос полностью АНОНИМНЫЙ. НИКАКИЕ персональные данные в опросе не собираются и не хранятся. Вы не сможете быть идентифицированы ни по каким из предоставленных Вами сведений.

Если у вас возникли какие-либо вопросы об опросе, Вы можете направить их на адрес электронной почты bachilo@mental-health-russia.ru.

БЛАГОДАРИМ ВАС!!

В соответствии с действующим законодательстом, проведение психологических исследований для обучающихся возможно при наличии согласия их родителей (законных представителей). Пожалуйста, пригласите Вашего родителя (законного представителя) для ознакомления с вопросами и высказывания своей позиции.

* Обязательно

Я даю согласие на участие в опросе моего ребенка (ребенка, законным представителем которого я являюсь) *

Да
Нет

Укажите, пожалуйста, регион Вашего проживания

1 Укажите, пожалуйста, Ваш возраст

13 лет
14 лет
15 лет
16 лет
17 лет
18 лет

2 Укажите, пожалуйста, Ваш пол:
Мужской
Женский

3 Вы живете с родителями?
Да, с мамой и папой
Да, только с мамой
Да, только с папой
Нет, с тетей/дядей/бабушкой/дедушкой/ другое

4 Кто-нибудь из Ваших родственников или близких людей перенес COVID-19?
Да
Нет

5 В каком населенном пункте Вы живете?
Город с населением свыше 1 млн чел.
Город с населением от 250 тыс. чел. до 1 млн чел.
Город с населением от 100 тыс. до 250 тыс. чел.
Город с населением от 50 тыс. до 100 тыс. чел.
Город/поселок городского типа с населением до 50 тыс. чел.
Сельское поселение (деревня, село, другое)

6 Считаете ли Вы, что пандемия и карантинные мероприятия повлияли на Ваше здоровье?
Да, повлияли негативно
Да, повлияли позитивно
Нет, никак не повлияли

7 Изменились ли отношения с родителями (близкими людьми, с которыми Вы проживаете вместе) в период пандемии и карантинных мероприятий?
Да, стали лучше
Да, стали хуже
Нет, никак не изменились

8 Были ли случаи в период пандемии и карантинных мероприятий, когда родители или другие близкие люди, с которыми Вы проживаете,
без достаточных на то оснований повышали на Вас голос, оскорбляли
или наказывали Вас?
Да, часто
Да, чаще, чем обычно
Нет, как обычно

9 Как Вы относитесь к дистанционным формам образования?
Положительно
Скорее положительно
Скорее отрицательно
Отрицательно

10 Легко ли Вами усваивается материал в дистанционном (онлайн) формате?

Да
Скорее да
Скорее нет
Нет

11 Стало ли Вам сложнее общаться со своими одноклассниками/друзьями/знакомыми в настоящее время по сравнению с этим же временем прошлого года?

Да
Скорее да
Скорее нет
Нет

12 Стали ли Вы более беспокойными/тревожными в настоящее время по сравнению с этим же временем прошлого года?

Да
Скорее да
Скорее нет
Нет

13 Оцените Ваше стремление (желание) учиться по сравнению с аналогичным периодом прошлого года:

Не изменилось
Снизилось
Повысилось

14 Испытывали ли Вы негативные эмоции в период карантина по поводу того, что не могли лично общаться со своими одноклассниками/друзьями/знакомыми?

Да
Скорее да
Скорее нет
Нет

15 Переживали ли Вы за последние 2 недели события, которые сильно повлияли на Ваше эмоциональное состояние (серьезный конфликт в семье, школе, с друзьями, потеря близкого человека, неудачи в учебе и др.)?

Да
Нет

16 Как часто за последние 2 недели у Вас было плохое настроение, Вы были подавлены или испытывали чувство беспокойства?

Ни разу
Несколько дней
Большую часть времени
Почти каждый день

17 Как часто за последние 2 недели Вам было трудно заснуть, у Вас был прерывистый сон или Вы слишком много спали?

Ни разу
Несколько дней
Большую часть времени

Почти каждый день

18 Как часто за последние 2 недели Вы плохо о себе думали: считали себя неудачником (неудачницей), или были в себе разочарованы, или считали, что подвели свою семью?
Ни разу
Несколько дней
Большую часть времени
Почти каждый день

19 Как часто за последние 2 недели Вас беспокоили нервная возбудимость, раздражительность, беспокойство?
Никогда
Несколько дней
Более половины дней
Почти каждый день

20 Как часто за последние 2 недели Вы не могли справиться со своим волнением?
Никогда
Несколько дней
Более половины дней
Почти каждый день

21 Как часто за последние 2 недели Вы испытывали чрезмерное беспокойство по разным поводам?
Никогда
Несколько дней
Более половины дней
Почти каждый день

22 Как часто за последние 2 недели Вам было трудно расслабиться?
Никогда
Несколько дней
Более половины дней
Почти каждый день

23 Как часто за последние 2 недели Вы испытывали крайнюю степень беспокойства: «не могу найти себе места»?
Никогда
Несколько дней
Более половины дней
Почти каждый день

24 Как часто за последние 2 недели Вы легко поддавались чувству беспокойства или раздражительности?
Никогда
Несколько дней
Более половины дней
Почти каждый день

25 Как часто за последние 2 недели Вы испытывали опасения чего-то страшного?
Никогда
Несколько дней
Более половины дней
Почти каждый день

Спасибо!