**УДК 316.6:613.86 / ББК 60.561.6**

**Разварина Ирина Николаевна**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ 7 ЛЕТ**

**В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19 В ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Аннотация:** *Рассмотрено влияние пандемии COVID-19 на семьи с детьми 7-лет, представлен обзор проблем, с которыми столкнулись родители и дети во время самоизоляции в 2021 году.* *Исследование представляет практическую значимость для разработки мер поддержки семей с детьми в постковидный период, для профилактики снижения уровня психического здоровья детей.*

*Ключевые слова: дети, родители, пандемия, самоизоляция, психологические проблемы, психическое здоровье.*

Развитие России в значительной степени предопределяется здоровьем, образованием, социальной адаптацией подрастающего поколения. На здоровье детского населения оказывают влияние множество факторов информационная доступность, трансформация семейных отношений, социальные и экономические преобразования, чрезвычайные ситуации[2].

В январе 2020 года Всемирной Организацией Здравоохранения ситуация в связи с распространением коронавируса 2019-nCoV была объявлена международной. Чрезвычайная ситуация всегда связана с риском для жизни и здоровья человека. Это закономерно вызывает чувство страха, растерянности. Эмоциональные реакции, возникающие в связи с опасениями за свою жизнь и жизнь близких людей, способствуют нарушению адаптации. Могут быть отсроченные реакции на стрессовые ситуации, негативные последствия для психического здоровья ребенка, которые проявятся в старшем возрасте. «Это были чрезвычайно долгие полтора года для всех нас, особенно для детей. Учитывая общенациональные режимы изоляции и ограничения свободы передвижения в связи с пандемией, дети проводят самые незабываемые годы жизни вдали от своих семей, друзей, одноклассников, товарищей по играм – ключевых составляющих самого детства»[3]. Поэтому, особую значимость представляет изучение проблем психологического характера для детей и их родителей в условиях родительской депривации, или, наоборот, длительном совместном нахождение в период самоизоляции. Подтверждается важность изучения и материалами Доклада Организации Объединенных Наций (ООН) от 13 мая 2020 г., в котором детский возраст отнесен к «группам, вызывающим озабоченность» во время пандемии [6].

Экспертами ООН по проблемам здоровья детей в связи с вспышкой коронавирусной инфекции определены также автономные группы риска детей младенческого, дошкольного и младшего школьного возраста[7].

Учеными доказано, что существует связь с негативными установками взрослых членов семьи и причиной неврозов у детей[5]. С другой стороны научными исследованиями подтверждено, что возросла роль родителей в профилактике нарушений детской психики (тревожности, беспокойства, чрезмерного погружения в социальные сети и др.) во время пандемии [1]. Поэтому важно изучение детско-родительских отношений, психологического климата семьи для выявления причин, обоснования психотерапевтического воздействия, повышения воспитательного потенциала родителей, разработки рекомендаций по здоровьесбережени детского населения в «постковидный период».

Исходя из этого, целью данного исследования стало изучение мнения матерей детей 7 летнего возраста о психологических проблемах у родителей и детей в период пандемии в 2021 году.

Информационную базу исследования составили материалы когортного мониторингового наблюдения «Изучение условий формирования здорового поколения», проводимого ФГБУН ВолНЦ РАН с 1995 года[4] В данной статье проведен анализ выборочных результатов опроса 2021 года. Выборка составила 111 семей с детьми 7-летнего возраста, проживающих на территории Вологодской области в городах областного значения Вологде и Череповце, районных центрах: Кириллове и Великом Устюге и поселке городского типа Вожеге.

В анкеты для опроса родителей наряду с такими блоками, как: состав семьи, трудовая деятельность и образ жизни родителей, питание ребенка, воспитание, отношения в семье, жилищные условия были включены вопросы о материальных, психологических трудностях, проблемах физического и психического здоровья родителей и детей во время карантина и самоизоляции[[1]](#footnote-1).

Характеризуя выборку исследования, нужно отметить, что в 91,% – это полные семьи; 4,5% одиноких матерей, в разводе – 4,5%, 1,8% – семьи, где мать-вдова. По количеству детей: с одним ребенком – 23,4 % ,с двумя – 55,9,с тремя – 18,0%,с четырьмя – 2,7%.

Состояние здоровья отца и матери респонденты оценивают, как хорошее и удовлетворительное (в 69% и 76% соответственно). Половина из них занимаются регулярно спортом и физкультурой.

Оценивая материальное положение и несмотря на то, что. в основном, взрослые члены семьи работают, только 11,7% считают свое финансовое положение достаточно благополучным, чтобы ни в чём себе не отказывать;12,6% отметили трудности материального характера и возможность приобретать только продукты питания. Доля затрат на питание составляет достаточно большой процент, почти половину семейного бюджета (42%), расход на питание ребенка в месяц 46,8%.

Имеют благоустроенное жилье 92% респондентов, 73% характеризуют жилищные условия, как хорошие и удовлетворительные.

Здоровье ребенка в возрасте 7 лет родители оценивают как хорошее и удовлетворительное (57,7% и 40,5%), только 1,0%, по их мнению, имеет серьезные проблемы. Аналогичные данные представляют и участковые педиатры. Мы можем предположить, что у родителей данной выборки достаточно высокий уровень медицинской активности, так как они достаточно грамотно оценивают актуальное состояние физического и нервно-психического развития своих детей. Важно, что 82% из них своевременно обращаются за врачебной помощью и начинают лечение своевременно.

Медицинским обслуживанием детей родители в большем проценте случаев удовлетворены, но основной проблемой считают дороговизну лекарств –36%,что еще раз подтверждает приоритетность финансовых проблем семей.

Несмотря на то, что по основным показателям выборку семей с 7 летними детьми можно назвать «благополучной», в период вспышки коронавирусной инфекции у детей и родителей возникали серьезные психологические проблемы.

По данным исследования три четверти респондентов испытали лично воздействие коронавирусной инфекции (табл.1).

Таблица 1.

Распределение ответов на вопрос: Столкнулись ли Вы с новой коронавирусной инфекцией?

|  |  |
| --- | --- |
| Вариант ответа | Среднее |
| Да, я сам переболел | 16,2 |
| Некоторые или все члены моей семьи переболели | 18,9 |
| Да, в кругу моих знакомых есть такие люди | 45,9 |
| Нет, лично не коснулось ни меня, ни моих знакомых | 25,2 |

Здесь и далее. Источник: мониторинг «Изучение условий формирования здорового поколения», 2021г.

В основном межличностные отношения в семьях с детьми остались на прежнем уровне, только в 5,4% ухудшились (табл.2).

Таблица 2.

Распределение ответов на вопрос: «Как изменились отношения в Вашей семье в период пандемии?»

|  |  |
| --- | --- |
| Вариант ответа | Среднее |
| Остались прежними | 88,3 |
| Ухудшились | 5,4 |
| Улучшились | 2,7 |

Физическое и психическое здоровье, по мнению респондентов, осталось неизменным (88,3%). Воздействие пандемии у 18,0% матерей и 11% детей ухудшило психическое состояние (табл.3).

Таблица 3.

Распределение ответов на вопрос: «Как изменилось физическое здоровье и психологическое самочувствие Ваше и Вашего ребёнка за последний год?» (вариант ответа: «скорее ухудшилось» и «значительно ухудшилось»)

|  |  |
| --- | --- |
| Вариант ответа | % |
| Физическое здоровье матери | 17,1 |
| Физическое здоровье ребенка (детей) | 8,1 |
| Психическое здоровье матери | 18,0 |
| Психическое здоровье ребенка (детей) | 10,8 |

По мнению родителей легко перенесли время карантина и самоизоляции дети 7 лет 28,8%, тяжело – 10%, крайне тяжело 4,5% (табл.4)..По сравнению с взрослыми членами семьи, дети перенесли легче. Учитывая, что они находились длительное время с близкими людьми, которые страдали, априори это отразилось на их психологическом состоянии(табл.5).

Таблица 4.

Распределение ответов на вопрос: «Оцените, пожалуйста, насколько тяжело Вы и Ваша семья пережили (переживаете) время пандемии COVID-19, используя 5-бальную шкалу(вариант ответа 5 баллов «крайне тяжело».

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вариант ответа | Очень легко | Тяжело | Крайне тяжело |
| Мать | 18,0 | 11,7 | 2,7 |
| Отец | 18,0 | 14,4 | 3,6 |
| Дети | 28,8 | 9,9 | 4,5 |
| Пожилые родственники | 7,2 | 19,8 | 7,2 |

Основными проблемами которые испытали семьи во время пандемии стали рекреационные и материальные: взрослые и дети не смогли провести совместный отпуск, у каждой пятой ухудшилось материальное положение. В 8% семей чаще стали происходить ссоры, конфликты, нарушились межличностные отношения,7% отметили, что они тяжело перенесли режим самоизоляции (табл. 5).

Более трети родителей отметили страх заражения коронавирусом, недовольство режимом самоизоляции, введения жестких мер контроля, штрафных санкций. Пятая часть респондентов отметила ухудшение психоэмоционального состояния, повышение тревожности, беспокойства, 18 % испытывали чувство вины за дефицит времени для общения с ребенком, у 4% респондентов умерли родственники или близкие люди, потеряли близких людей, 2% испытали психологическое и физическое насилие.

Здоровье детей 7-летнего возраста, за время пандемии, по мнению родителей, ухудшилось, как в физическом, так и психологическом плане. У 25% снизилась двигательная активность, у 18% отмечается набор лишнего веса, 40% испытывают повышенное увлечение гаджетами, у 22%, появились проблемы в период дистанционного обучения, 20% испытывали страх за здоровье (своё, родных), 6,% –психоэмоциональное напряжение.

Таблица 5.

Проблемы семьи, родителей и детей 7 летнего возраста в период карантина и самоизоляции в 2020-2021 гг.

|  |  |
| --- | --- |
| Вариант ответа | Среднее,% |
| Семья |  |
| Мы не смогли совместно провести отпуск | 27,9 |
| Материальное состояние нашей семьи ухудшилось | 21,6 |
| Мы реже стали видеться с членами семьи, совместно заниматься | 14,4 |
| В семье чаще стали происходить ссоры, конфликты, непонимание | 8,1 |
| Моя семья тяжело переносит (перенесла) режим самоизоляции | 7,2 |
| Мать |  |
| Ограничение моей свободы, введение жестких мер контроля (в т.ч. штрафов) за соблюдением режима самоизоляции | 38,7 |
| Очень боялся/боюсь заразиться сам(-а) и/или что заболеют мои близкие | 31,5 |
| Повышение уровня тревоги, беспокойства и/или появление симптомов депрессии | 21,6 |
| Однообразие, ощущение «дня сурка», невозможность получить новые впечатления | 19,8 |
| Я чувствую вину, что уделяю слишком мало внимания  своим детям, у меня не хватает на них времени и сил | 18,0 |
| Неверие в опасность вируса; ощущение, что нас обманывают | 16,2 |
| Я боюсь потерять доход или работу | 12,6 |
| Одиночество и невозможность личного общения с близкими мне людьми и /или разрыв отношений | 7,2 |
| Нечем заняться, скука | 6,3 |
| Гибель близкого человека и/или пациента и /или коллеги от коронавируса | 3,6 |
| Недоступность профессиональной психологической помощи | 3,6 |
| Домашнее психологическое и/или даже физическое насилие | 1,8 |
| Ребенок |  |
| Мой ребенок (дети) испытывал (-ет) в период пандемии повышенное увлечение гаджетами | 39,6 |
| Мой ребенок (дети) испытывал (-ет) в период пандемии снижение двигательной активности | 25,2 |
| Мой ребенок (дети) испытывал (-ет) в период пандемии проблемы в период дистанционного обучения | 21,6 |
| Мой ребенок (дети) испытывал (-ет) в период пандемии  страх за здоровье (своё, моё и родных) | 20,3 |
| Мой ребенок (дети) испытывал (-ет) в период пандемии набор лишнего веса | 18,0 |
| Мой ребенок (дети) испытывал(-ет) в период пандемии психоэмоциональное напряжение | 6,3 |

Выявленные негативные проявления у детей во время карантина и самоизоляции могут привести в будущем к посттравматическому стрессовому расстройству, что в свою очередь увеличит количество детей с низким уровнем психического здоровья. Полученные данные могут быть использованы при разработке мероприятий в сфере региональной демографической и семейной политике, а также в практике работы специалистов учреждений здравоохранения, образования и социального обслуживания населения региона в постковидный период.

**Библиографический список:**

1.Ермолова, Т.В. Сovid-19 и психическое здоровье учащихся: зарубежные исследования // Современная зарубежная психология. 2021. Том 10. № 1. C. 79–91. DOI: https://doi.org/10.17759/jmfp.2021100108

2.Медведева, Е. И. Современное детство и социально-экономические вызовы // Уровень жизни населения регионов России.2021.Т. 17. № 3. С. 358-371. DOI 10.19181/lsprr.2021.17.3.6

3.Психическое состояние: стимулирование, защита и забота о психическом здоровье детей» URL: <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2021?utm_source=referral&utm_medium=media&utm_campaign=sowc-web>)

4.Шабунова А.А., Нацун Л.Н. «Дети пандемии»: здоровье младенцев, рожденных в 2020 году // Социальное пространство. 2020. Т. 6. № 5. DOI: 10.15838/sa.2020.5.27.1 URL: <http://socialarea-journal.ru/article/28765>.

5.Юнг, К.Г. «Божественный ребенок» Москва. Олимп, 1997г. стр. 23, 19-59(55), 89-99(91), 206.5.

6.(Specific Populations of Concern) Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental / Health. United Nations. NewYork: United Nations, 2020. 17 p, URL: https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un\_policy\_brief-covid\_and\_mental\_health\_final.pdf

7.Policy Brief: Impact of COVID-19 on children / United Nations. New York: United Nations, 2020. 17p,URL: https://unsdg.un.org/sites/default/files/2020-04/160420\_Covid\_Children\_Policy\_Brief.pdf

**Информация об авторе**

**Разварина Ирина Николаевна**, научный сотрудник, Федеральное государственное бюджетное учреждения науки «Вологодский научный центр Российской академии наук», ул. Горького, д. 56, 160014, Вологда, Россия; irina.razvarina@mail.ru, ORCID ID: 0000-0002-9377-1829

Пустая строка

**Razvarina Irina Nikolaevna**

**PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF PARENTS AND CHILDREN 7 YEARS OLD**

**DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN THE VOLOGDA REGION**

**Abstract:** *The impact of the COVID-19 pandemic on families with children of 7 years old is considered, an overview of the problems faced by parents and children during self-isolation in 2021 is presented. The study is of practical importance for the development of support measures for families with children in the post-COVID period, for the prevention of a decrease in the level of mental health of children.*

**Key words**: *children, parents, pandemic, self-isolation, psychological problems, mental health.*

**Razvarina Irina Nikolaevna,** Researcher of theFederal state budgetary institution of science «Vologda scientific center of the Russian Academy of Sciences», 56 Gorky street, 160014, Vologda, Russia; irina.razvarina@mail.ru, ORCID ID: 0000-0002-9377-1829

**Bibliography:**

1. Ermolova, T.V. Сovid-19 and mental health of students: foreign studies // Modern foreign psychology. 2021. Volume 10. No. 1. C. 79–91. DOI: https://doi.org/10.17759/jmfp.2021100108

2. Medvedeva, E. I. Modern childhood and socio-economic challenges // Living standards of the population of regions of Russia. 2021. Vol. 17. No. 3. S. 358-371. DOI 10.19181/lsprr.2021.17.3.6

3. Mental Health: Promoting, Protecting and Caring for Children's Mental Health URL: https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2021?utm\_source=referral&utm\_medium=media&utm\_campaign=sowc-web)

4. Shabunova A.A., Natsun L.N. "Children of the pandemic": the health of babies born in 2020 // Social space. 2020. V. 6. No. 5. DOI: 10.15838/sa.2020.5.27.1 URL: http://socialarea-journal.ru/article/28765.

5. Jung, K.G. "Divine child" Moscow. Olympus, 1997 pp. 23, 19-59(55), 89-99(91), 206.5.

6. (Specific Populations of Concern) Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental / Health. United Nations. NewYork: United Nations, 2020. 17 p, URL: https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un\_policy\_brief-covid\_and\_mental\_health\_final.pdf

7. Policy Brief: Impact of COVID-19 on children / United Nations. New York: United Nations, 2020. 17p,URL: <https://unsdg.un.org/sites/default/files/2020-04/160420_Covid_Children_Policy_Brief.pdf>

1. – Столкнулись ли Вы с новой коронавирусной инфекцией?

   – Испытываете ли Вы страх снижения доходов и потери работы членами Вашей семьи вследствие коронавируса?

   – С какими значимыми для Вас проблемами психологического характера Вы столкнулись в период вспышки новой коронавирусной инфекции, карантина и самоизоляции?

   – Если Вы испытывали повышенный страх и/или тревогу, вызванные коронавирусом, какие способы их преодоления Вы использовали?

   – Как изменились отношения в Вашей семье в период пандемии?

   – Как изменилось физическое здоровье и психологическое самочувствие Ваше и Вашего ребёнка за последний год? [↑](#footnote-ref-1)