

# 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%<sup>i</sup>. 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<sup>ii</sup>. 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<sup>iii</sup>. 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<sup>iv</sup>. Shen K. с соавторами (2020) указывают, что по сравнению со взрослыми влияние пандемии на детей и подростков, может иметь более серьезные долгосрочные неблагоприятные последствия<sup>v</sup>. 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. С соавт., 2014; Погосова Н.В. с соавт., 2014)<sup>vi vii viii</sup>, так и у подростков (Liu Yang ZW, Cai J., 2017; Alharbi R. С соавт., 2019; Tiirikainen K. с соавт., 2019), включая оценку состояния в период карантина (Zhou S.-J. с соавт., 2020)<sup>ix</sup>.

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 Р 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  $p < 0,05$ .

- 
- <sup>i</sup> UNICEF Global population of children 2100. Statista. 2019. <https://www.statista.com/statistics/678737/total-number-of-children-worldwide/>
- <sup>ii</sup> 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.
- <sup>iii</sup> 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
- <sup>iv</sup> 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
- <sup>v</sup> 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.
- <sup>vi</sup> 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.genhosppsy.2014.05.021.
- <sup>vii</sup> 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.
- <sup>viii</sup> 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>.
- <sup>ix</sup> 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.