

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2021, №2, Том 9 / 2021, No 2, Vol 9 <https://mir-nauki.com/issue-2-2021.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/21PSMN221.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Федина Е.А., Тимофеева Ю.Н. Влияние вынужденного перехода на дистанционный режим работы в период пандемии коронавирусной инфекции // Мир науки. Педагогика и психология, 2021 №2, <https://mir-nauki.com/PDF/21PSMN221.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Fedina E.A., Timofeeva Ju.N. (2021). Impact of the forced transition to remote operation during the coronavirus pandemic. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 2(9). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/21PSMN221.pdf> (in Russian)

Федина Елена Анатольевна

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет», Иркутск, Россия
Юридический институт
Доцент кафедры «Международного права и сравнительного правоведения»
Кандидат филологических наук, доцент
E-mail: fedinairkutsk38@mail.ru

Тимофеева Юлия Николаевна

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации, Иркутск, Россия
Старший преподаватель кафедры «Иностранных языков с курсом латинского языка и РКИ»
E-mail: timofeevaun@rambler.ru

Влияние вынужденного перехода на дистанционный режим работы в период пандемии коронавирусной инфекции

Аннотация. В статье проводится анализ влияния вынужденного перехода на дистанционное обучение детей и подростков в результате пандемии Covid 19. В ходе исследования дважды проводился опрос школьников и их родителей. В период исследования в мае и октябре 2020 года опрашивались одни и те же люди. По результатам анализа выявлены как отрицательные, так и положительные последствия локдауна. К основным отрицательным последствиям можно отнести следующие: чрезмерная нагрузка на зрение, малоподвижность, переживания по поводу отсутствия интернет соединения, негативное воздействие электромагнитного излучения от электронных устройств. Среди положительных можно выделить: отсутствие необходимости тратить время и средства на дорогу, снижение затрат на одежду и возможность полноценного питания в домашних условиях, возможность проводить больше времени в кругу семьи. Автором установлено, что в начале локдауна и к его завершению, опрашиваемые в ходе исследования люди выражали разное мнение о негативных воздействиях введенных ограничений. Автор приходит к выводу, что к концу введенных ограничений опрашиваемые в ходе исследования дети и их родители находили больше положительных моментов в необходимости работать и учиться дистанционно. Автором проведен сравнительный анализ мнений по поводу необходимости введения ограничений, как в России, так и за рубежом. Предпринята попытка выработать алгоритм действий для родителей и для педагогов для минимизации рисков для семей с детьми, связанных с негативными психологическими и физиологическими последствиями перехода на дистанционное обучение.

Ключевые слова: дистанционное обучение; физическое здоровье; психоэмоциональное состояние; распространение вируса; последствия локдауна; введение ограничений; снятие ограничений

Введение

Сегодня достаточно сложно в полной мере оценить влияние связанного с эпидемией Covid19 локдауна или даже частичного ограничения социального общения на человечество в целом и на детей и подростков в особенности. Связанные с распространением вируса ограничения и изменения привычного образа жизни могут иметь самые различные последствия, и последствия эти не всегда отрицательны.

За последнее время проведено множество исследований, связанных с проблемами, вызванными пандемией коронавируса и ограничениями, которые в той или иной мере коснулись каждого из нас^{1,2}. Существует множество мнений, как со стороны ученых, так и со стороны педагогов и родителей, и мнения эти довольно неоднозначны. Особенно интересно, что изменение восприятия можно наблюдать у одних и тех же респондентов в начале и конце локдауна [1; 2]. Так, если изначально большинство обывателей испытывали шок от введенных ограничений, особенно тяжело было семьям с детьми, вынужденным оставаться дома и продолжать работать «на кухне», при этом самостоятельно контролировать течение учебного процесса у детей, делить один компьютер на всю семью. То к моменту снятия ограничений, настроения у многих изменилось и шоковым стало уже возвращение к некогда привычному образу жизни с его многочисленными командировками, пробками на дорогах и очередями в супермаркетах. Возможно, за счет того, что и образовательные технологии за время пандемии стали более совершенными и количество гаджетов в семьях резко возросло, каждый член семьи научился обустроить свое рабочее пространство.

Поскольку **целью** нашего исследования является не только сам анализ сложившейся ситуации, но и попытка выработать некоторые практические рекомендации, которые помогли бы родителям и детям справиться со сложившейся необходимостью жизни и работы в условиях пандемии и необходимостью вынужденного перехода на дистанционное обучение, мы обратились к опыту зарубежных исследований в данной области.

Так, наше внимание привлекла онлайн платформа коллаборативного обучения и кросскультурной коммуникации iDialogue, на которой дети и подростки из разных уголков мира на протяжении месяца высказывали свое мнение о необходимости соблюдения карантинных мер. По данным iDialogue можно выделить ряд проблем, которые оказались наиболее актуальными для детей и подростков исследуемой нами возрастной группы из разных стран. Среди этих проблем наиболее актуальными на наш взгляд являются: ограничение свободы, одиночество, нехватка живого общения с друзьями, неопределенность, беспомощность, новый распорядок и ритм жизни, трудности онлайн-обучения, негативное и нерациональное поведение взрослых.

¹ Баранников К.А., Лешуков О.В., Назайкинская О.Л., Суханова Е.А., Фрумин И.Д. (ред.) (2020) Уроки «стресс-теста» [Электронный ресурс] / К.А. Баранников // Вузы в условиях пандемии и после нее (июнь 2020). Аналитический доклад. https://drive.google.com/file/d/1GMcBl0P8ITzE_WDVh4nFksX6lceotZY3/view (дата обращения 20.01.2021).

² Lederman D. (2020) The Shift to Remote Learning: The Human Element [Электронный ресурс] / D. Lederman // Inside Higher Ed. <https://www.insidehighered.com/digital-learning/article/2020/03/25/how-shift-remote-learning-might-affect-students-instructors-and> (дата обращения 05.11.2020).

Согласно данным, опубликованным в американском издании «Nature Neuroscience», ученые Масачуссетского университета выяснили, что потребность в общении, которого так не хватает во время самоизоляции и дистанционного обучения, является такой же базовой, как и потребность в еде [3–5]. Так, оказывается, что при десятичасовой изоляции у человека активируются нейроны в тех же областях мозга, что и при десятичасовом голоде [6].

Призыв к минимизации мер социального дистанцирования для детей и подростков, в связи с низким риском заражения и тяжелых последствий для этой возрастной группы был опубликован в «The Sunday Times». Профессор психологии Ноттингемского университета Эллен Таунсенд, которая стала организатором этого обращения, заявила: «проблемы с психическим здоровьем, такие как повышенная тревожность, уже были у молодых людей и до изоляции». Она также заявила Би-би-си, что «есть доказательства того, что нарастающее чувство одиночества и социальной изоляции в результате закрытия школ во время пандемии может усугубить это, особенно среди подростков». В письме также приводятся доказательства того, что дети подвергаются более низкому риску заболевания Covid-19. «Суицидальные наклонности» по заявлению Эллен Таунсенд «уже являются ведущей причиной смерти среди детей в возрасте 5–19 лет в Англии и второй ведущей причиной смерти среди молодежи во всем мире; к счастью, Covid-19 никогда не унесет столько молодых жизней».

При этом, в ходе опроса британской компанией по анализу рынка YouGov, проведенного уже в ноябре 2020 года в Великобритании выяснилось, что только 9 процентов родителей школьников хотят, чтобы жизнь вернулась в «нормальное русло». Это означает, что 91 процент надеются изменить свой привычный образ жизни [7]. Ведущий исследователь YouGov профессор Том Макмиллан заявил: «...эти данные отчетливо демонстрируют появление реального аппетита к переменам, мы только должны извлечь правильные уроки из этого кризиса...» [8]. Так, британцы «оценили более чистый воздух, появление в пригородных лесах диких животных и возможность ценить все это выбираясь вместе с детьми на прогулки».

Британские ученые предлагают использовать опыт психологической помощи населению после стихийных бедствий для снижения стресса и уровня тревоги в период пандемии и вынужденного локдауна [9; 10]. Среди таких мер наиболее интересными в практическом плане являются:

1. Запуск онлайн платформы, на которой дети и их родители могут получать бесплатную консультативную помощь для решения психосоциальных проблем.
2. Выезд на дом специалистов для проведения очных психологических консультаций в наиболее сложных ситуациях.
3. Информирование населения о том, что острая психологическая реакция в стрессовых ситуациях это нормальная реакция организма.
4. Предоставление социальных мер поддержки нуждающимся.

Методы исследования

Для оценки влияния, связанного с эпидемией Covid19, локдауна или даже частичного ограничения социального общения на семьи с детьми был проведен дистанционный опрос (онлайн-анкетирование), позволяющий дистанционно охватить необходимое количество респондентов независимо от места их нахождения.

За период исследования, методом случайной выборки, нами были опрошены 70 родителей и законных представителей школьников из 40 семей, проживающие на территории

Иркутска и Иркутского района. В данном исследовании мы провели опрос родителей детей и подростков в возрасте от 10 до 16 лет и попросили их ответить на следующие вопросы:

1. Испытывали ли они затруднения при выходе на дистанционное обучение.
2. Испытывали ли затруднения дети при выходе на дистанционное обучение.
3. Есть ли положительные моменты в дистанционном формате работы.
4. Есть ли отрицательные моменты в дистанционном формате работы.
5. Оказывает ли необходимость длительной работы с электронными устройствами негативное влияние на физическое и психоэмоциональное здоровье детей.

Результаты и их обсуждение

Опрос проводился дважды, первый раз в мае 2020 года, второй раз в октябре 2020 года.

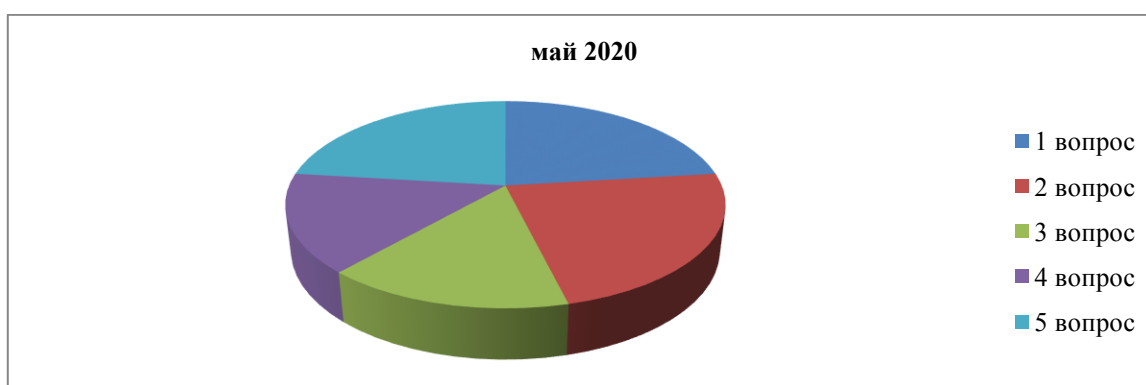


Рисунок 1. Результаты опроса, проведенного в мае 2020 года (составлено автором)



Рисунок 2. Результаты опроса, проведенного в октябре 2020 года (составлено автором)

По результатам опроса, большая часть опрошиваемых родителей (65 человек из 70 опрошенных) подтверждает наличие риска, как для физического, так и для психоэмоционального здоровья детей. Среди наиболее распространенных ответов о факторах риска можно выделить следующие: чрезмерная нагрузка на зрение (50 человек из 70 опрошенных), малоподвижность (38 опрошенных), переживания по поводу отсутствия интернет соединения (29 опрошенных), отсутствие достаточного количества необходимых для дистанционной работы образовательных программ (45 опрошенных), отсутствие необходимой для работы техники дома (52 человека) негативное воздействие электромагнитного излучения от электронных устройств (42 человека). Однако в результате опроса были выявлены не только негативные, по мнению родителей, факторы, но и положительные аспекты пребывания дома. Так по мнению опрошенных, можно выделить следующие «позитивные моменты» совместного

пребывания дома: отсутствие необходимости тратить время и средства на дорогу (53 человека), снижение затрат на одежду и возможность полноценного питания в домашних условиях (49 человек).

По нашему мнению, особое внимание следует обратить на то, что количество негативных отзывов по поводу необходимости дистанционного обучения снизилось во время проведения второго опроса, который был проведен в октябре. Так количество негативных отзывов по поводу «технических проблем» таких как отсутствие необходимого количества электронных устройств, позволяющих всем членам семьи вести работу дистанционно, снизилось с 52 до 39 человек, на отсутствие интернет соединения и страх связанный с такой ситуацией в октябре пожаловались лишь 15 опрошенных.

Так же мы считаем немаловажным тот факт, что негативное отношение к дистанционному обучению и попытки противостоять ему, носят несистемный характер. Возможно, это обусловлено тем, что опрос проводился среди родителей, детей разных возрастных групп, обучающихся в различных учебных заведениях.

Итак, опираясь на результаты нашего исследования и принимая во внимание накопленный за этот период опыт зарубежных исследователей, мы предлагаем некоторые практические рекомендации, применение которых может помочь минимизировать стресс вызванный необходимостью внезапного перехода от очного режима работы к дистанционному и наоборот:

1. Оснащение школ едиными образовательными платформами с бесплатным доступом к онлайн-программам.
2. Разработка специализированных обучающих программ по работе с электронными ресурсами для детей и родителей.
3. Создание образовательных программ позволяющих планировать учебный процесс, как в очном, так и в дистанционном формате, с учетом возможной необходимости дальнейшего перехода к смешанному формату обучения.
4. Выработка образовательных стратегий допускающих вероятность быстрой смены формата обучения.
5. Разработка программ психологической помощи детям и родителям, испытывающим стресс при необходимости внезапной перемены образа жизни.
6. Дополнительное образование учителей и обеспечение их необходимыми средствами для проведения занятий в дистанционном формате.
7. Запуск онлайн платформы, на которой дети и их родители могут получать бесплатную консультативную помощь для решения психосоциальных проблем.
8. Предоставление социальных мер поддержки нуждающимся.

Заключение

Итак, вынужденный тотальный переход на дистанционный режим работы для взрослых и детей в период пандемии коронавирусной инфекции стал стрессовым не только для жителей России, но и для людей во всем мире. В период пандемии обострились дискуссии, которые и без того существовали вокруг системы школьного образования как в нашей стране, так и за рубежом. Наиболее актуальными, на наш взгляд являются вопросы психологической и физической готовности населения к внезапному переходу к новому образу жизни.

Одним из самых позитивных последствий социальных ограничений опрошенные в ходе нашего исследования родители считают возможность больше времени проводить с близкими людьми, общаться с детьми. Более того, многие хотели бы сохранить эту тенденцию в дальнейшем. Многие опрошенные считают, что пандемия помогла им пересмотреть систему ценностей и по-другому взглянуть на вопросы воспитания, научиться перераспределять рабочее и личное время в пользу второго.

Во многих семьях родители вспомнили о том, что пищу можно и нужно готовить самостоятельно, а не покупать готовую и принимать ее на семейных ужинах и обедах, а не перекусывать на ходу и в одиночестве.

Но если с взрослыми людьми все более или менее понятно, и очевидно, что они способны приспосабливаться, адаптироваться и даже находить положительные стороны даже при смене привычного образа жизни и самым сложным для них является только сам период адаптации к новым условиям, то с детьми вопрос обстоит иначе. Дети не принимают самостоятельных решений и не несут ответственности за происходящее вокруг них, поэтому в подсознании большинства из них впоследствии останется не информация об опасном вирусе, а то, как их родители вели себя во время пандемии. Дети учатся реагировать на стресс, наблюдая за взрослыми. Именно поэтому ключевая роль родителей и педагогов должна заключаться в обучении детей и подростков позитивному восприятию и поведению, даже в условиях неопределенности и постоянных изменений в образе жизни. Для этого необходимо создание максимально стабильной среды и образовательных программ позволяющих планировать учебный процесс, как в очном, так и в дистанционном формате. Возвращение к очному формату обучения не должно исключать возможности обновления образовательных программ с учетом возможной необходимости дальнейшего перехода к смешанному формату обучения. Важнейшей задачей в период спада эпидемии должна стать работа по модернизации системы образования, которая при необходимости позволила бы максимально быстро и комфортно переходить от одного формата работы к другому как детям, так и учителям и родителям.

ЛИТЕРАТУРА

1. Uddin, L.Q. Cognitive and behavioural flexibility: neural mechanisms and clinical considerations [Электронный ресурс] / L.Q. Uddin // *Nat Rev Neurosci* 22, 167–179 (2021). <https://doi.org/10.1038/s41583-021-00428-w> (дата обращения 15.10.2020).
2. Klaiber P., Wen J.H., DeLongis A. et al. The ups and downs of daily life during COVID-19: Age differences in affect, stress, and positive events [Электронный ресурс] // *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*. 2020. URL: <https://academic.oup.com/psychsocgerontology/advance-article/doi/10.1093/geronb/gbaa096/5872612> (дата обращения: 21.07.20). DOI: 10.1093/geronb/gbaa096.
3. Pierce M., Hope H., Ford T. et al. Mental health before and during the COVID-19 pandemic: a longitudinal probability sample survey of the UK population [Электронный ресурс] / M. Pierce // *The Lancet Psychiatry*. 2020. Available at: [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(20\)30308-4/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(20)30308-4/fulltext) (дата обращения: 21.07.2020). DOI: 10.1016/S2215-0366(20)30308-4184.

4. Артеменков М.Н., Сухова Е.Е. (2020) Трансформация образовательных стратегий выпускников школ в условиях распространения коронавируса COVID-19: региональный аспект [Электронный ресурс] / М.Н. Артеменков // Региональные исследования. №2 (68). С. 111–120 <https://www.who.int/ru/emergencies/diseases/novel-coronavirus> (дата обращения: 21.07.2020).
5. Омельченко Е. (2020) Образование детей из семей международных мигрантов в условиях пандемии [Электронный ресурс] / Е. Омельченко // Этнодиалоги. №3 (61). С. 54–64 <http://mpgu.su/staff/omelchenko-elena-aleksandrovna> (дата обращения: 21.01.2021).
6. Bao W. (2020) COVID-19 and Online Teaching in Higher Education: A Case Study of Peking University [Электронный ресурс] / W. Bao // Human Behavior and Emerging Technologies. Vol. 2. No 2. P. 113–115 www.mdpi.com (дата обращения: 15.12.2020).
7. Iivari N., Sharma S., Ventä-Olkkonen L. (2020) Digital Transformation of Everyday Life – How COVID-19 Pandemic Transformed the Basic Education of the Young Generation and Why Information Management Research Should Care? [Электронный ресурс] / N. Iivari // International Journal of Information Management. Vol. 55. December. Art. No 102183. www.ncbi.nlm.nih.gov (дата обращения: 18.11.2020).
8. Mishra L., Gupta T., Shree A. (2020) Online Teaching-Learning in Higher Education during Lockdown Period of COVID-19 Pandemic [Электронный ресурс] / L. Mishra // International Journal of Educational Research Open. Vol. 1. Art. No 100012 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7832355/> (дата обращения: 02.01.2021).
9. Reimer D., Smith E., Gran Andersen I., Sortkær B. (2021) What Happens When Schools Shut Down? Investigating Inequality in Students' Reading Behavior during COVID-19 in Denmark [Электронный ресурс] / D. Reimer // Research in Social Stratification and Mobility. Vol. 71. February. Art. No 100568 <https://www.hse.ru/data/2021/03/16/1399043096/VO%201%202021%20Web.pdf> (дата обращения: 21.02.2021).
10. Thompson T.J.U., Collings A.J., Earwaker H., Horsman G., Nakhaeizadeh S., Parekh U. (2020) Forensic Undergraduate Education during and after the COVID-19 Imposed Lockdown: Strategies and Reflections from India and the UK [Электронный ресурс] / T.J.U. Thompson // Forensic Science International. Vol. 316. November. Art. No. 110500. www.ncbi.nlm.nih.gov (дата обращения: 12.01.2021).

Fedina Elena Anatolievna

Irkutsk state university, Irkutsk, Russia
Institute of law
fedinairkutsk38@mail.ru

Timofeeva Julia Nikolaevna

«Irkutsk state medical university» Ministry of health of the Russian Federation, Irkutsk, Russia
E-mail: timofeevaun@rambler.ru

Impact of the forced transition to remote operation during the coronavirus pandemic

Abstract. The article analyzes the impact of the forced transition to distance learning of children and adolescents as a result of the Covid 19 pandemic. During the study, students and their parents were interviewed twice. The same people were interviewed during the study period in May and October 2020. The analysis revealed both negative and positive consequences of the lockdown. The main negative consequences include the following: excessive stress on vision, inactivity, worries about the lack of an Internet connection, the negative impact of electromagnetic radiation from electronic devices. Among the positive ones, one can single out: the absence of the need to spend time and money on the road, reducing the cost of clothing and the possibility of good nutrition at home, the ability to spend more time with the family. The author found that at the beginning of the lockdown and towards its end, the people interviewed during the study expressed different opinions about the negative effects of the restrictions imposed. The author comes to the conclusion that by the end of the restrictions imposed, the children and their parents interviewed in the course of the study found more positive moments in the need to work and study remotely. The author carried out a comparative analysis of opinions on the need to introduce restrictions, both in Russia and abroad. An attempt was made to develop an algorithm of actions for parents and teachers to minimize the risks for families with children associated with the negative psychological and physiological consequences of the transition to distance learning.

Keywords: distance learning; physical health; psycho-emotional state; dissemination of the virus; the consequences of Lokdanun; the introduction of restrictions; removal of restrictions