

Długotrwałe zdalne nauczanie źle wpływa na psychikę uczniów

24 marca 2021

Skutki długotrwałego nauczania zdalnego w szkołach czy na uczelniach są ogromne, zwłaszcza jeśli chodzi o zdrowie psychiczne. Wiele młodych ludzi już teraz potrzebuje pomocy terapeuty czy psychologa – mówi PAP psycholożka dr Marta Znajmiecka z Instytutu Psychologii Uniwersytetu Łódzkiego.



Od poniedziałku wszyscy uczniowie w Polsce powrócili do nauki zdalnej. Do tej pory w większej części kraju uczniowie klas I-III uczyli się w szkołach. W formule zdalnej uczą się też studenci.

Psycholożka dr Marta Znajmiecka z Instytut Psychologii Uniwersytetu Łódzkiego zapytana o to, jakie są konsekwencje wielomiesięcznego nauczania w takiej formie, zwróciła uwagę przede wszystkim na aspekt zdrowia psychicznego.

„Proces nauczania obejmuje nie tylko kwestie przekazywania wiedzy i jej nabywania, ale również mieści się w nim

wychowanie i zaspokajanie potrzeb, m.in. kontaktu z drugim człowiekiem, bycia w grupie społecznej. Teraz te potrzeby nie są zaspokajane od roku” – zauważyła.

Mówiąc o skutkach długotrwałego nauczania zdalnego, wskazała na szkody w zdrowiu psychicznym.

„Myślę, że będziemy dotykać tych problemów coraz więcej. Wiele dzieci już teraz potrzebuje pomocy psychologa lub terapeuty” – zaznaczyła.

„Nasilają się różne lęki. Spotykamy się z takimi sytuacjami, że wieku młodych ludzi boi się wyjść z domu na ulicę. Gdy spotykają się w realu, to nie bardzo wiedzą, jak ze sobą być i o czym rozmawiać” – wyjaśniła.

Według ekspertki wiele konsekwencji związanych ze zdrowiem psychicznym dopiero się ujawni. „Będzie szereg negatywnych skutków tej izolacji” – podkreśliła.

Wskazała też na obniżoną efektywność nauczania. „Ona drastycznie spadnie, ci ludzie będą mieli deficyty, które gdzieś będą musieli nadrobić, na przykład w postaci korepetycji. To będzie z czasem wychodziło” – podkreśliła.

Jednak najgorszą konsekwencję lockdownu – według psycholożki – będą skutki społeczne dla rozwoju młodych ludzi, które są nie do nadrobienia: nabywanie kompetencji społecznych, doświadczenia w byciu z drugą osobą, komunikacji, rozwiązywania konfliktów.

„Jeśli tylko będzie to możliwe, należy rozważyć powrót do nauczania hybrydowego” – rekomenduje ekspertka.

Dr Znajmiecka dodała, że do młodych ludzi w procesie uczenia obecnie kierowany jest jednostronny przekaz.

„Nie mają możliwości współdziałania w zespole albo te możliwości są mocno ograniczone” – powiedziała. W jej ocenie oznacza to, że nauka odbywa się „bardzo wąskim kanałem”.

„Nauczyciel przekazuje, uczeń zwykle indywidualnie pracuje, coś też robi się w zespołach, ale to nie jest rodzaj interakcji jak w realu. Sfera społeczna jest w dużej mierze niezaspokojona” – zaznaczyła.

W ocenie dr Znajmieckiej nauczanie zdalne wymaga wielu kompetencji zarówno od prowadzącego, jak i od uczniów: umiejętności skupienia, samomotywacji, koncentracji.

„A przecież rozpraszaczy jest bardzo dużo. Obserwuję, jak młodzież się uczy. Często włączona jest muzyka w tle, telefon leży obok, obok jakaś gra. Efektywność procesu nauczania w sposób zdalny jest, z moich obserwacji, dużo mniejsza” – zaznaczyła.

Według niej konieczne jest stosowanie innych metod nauczania. „U mnie się sprawdzają na przykład krótkie prace oddawane w czasie zajęć, włączone kamerki, mimo że uczniowie czy studenci robią to niechętnie. Dzięki temu lepsza jest interakcja w czasie zajęć” – podkreśliła.

Autorstwo: Szymon Zdziebłowski

Zdjęcie: [KuzinaNatali \(pl.DepositPhotos.com\)](https://www.pl.depositphotos.com/KuzinaNatali)

Źródło: [NaukawPolsce.PAP.pl](https://naukawpolsce.pap.pl)