

Медведєва Ольга Вікторівна,
кандидатка соціологічних наук,
доцентка кафедри педагогіки
та психології факультету №3
Харківського національного
університету внутрішніх справ,
м. Харків, Україна

ПРОБЛЕМА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ У ПАНДЕМІЧНОМУ СВІТІ

Діти – не обличчя пандемії COVID-19. Але вони ризикують опинитися серед її найбільших жертв, оскільки життя дітей у пандемічному світі зазнає глибоких деструктивних змін. Зіткнувшись з більш ніж чотирма мільйонами смертей і більш ніж двохстами мільйонами випадків захворювання, більшість країн вжили широких заходів щодо профілактики інфекцій у галузі охорони здоров'я.

Дітям та підліткам сьогодні доводиться миритися з правилами соціального дистанціювання та масовою соціальною ізоляцією, «масковим режимом», тимчасовим закриттям шкіл та дистанційним навчанням, суворим обмеженням сфер позашкільного дозвілля, а також звуженням соціальних можливостей та якості життя загалом.

Експерти по всьому світі висловлюють глибоку стурбованість тим, що ці заходи мають величезний негативний вплив на психічне здоров'я підростаючого покоління, зокрема й внаслідок посилення факторів фінансового стресу родин, зменшення соціального піклування, зростання батьківського стресу й сімейних конфліктів, ризиків жорстокого поводження з дітьми (емоційного, фізичного чи сексуального), що також пов'язано з короткостроковими чи довгостроковими наслідками для психічного здоров'я дітей.

Страх захворіти, потрапити до лікарні, померти чи втратити близьких (чи наявні фактичні ситуації), вкорінені «протиепідемічні» сценарії поведінки, у тому числі сімейно обумовлені специфічні фобії (як то гіперконтроль, надмірна дезінфекція чи миття рук, страх зняти маску, контактувати з близька зі сторонніми, виходити на вулицю чи відвідувати певні місця тощо), також залишили свій відбиток на посиленні загального психічного дистресу у дітей та підлітків. Усе це змушує багатьох з них відчувати цілий спектр негативних переживань: самотність, страх, тривогу, нерозуміння, відчуженість, безпорадність, психосоціальну невпевненість тощо.

У своїй доповіді «The State of the World's Children 2021» ЮНІСЕФ зазначає, що наслідки для психічного здоров'я дітей та підлітків матимуть свій прояв упродовж довгих років, а для деяких з них і усе подальше життя.

Так само три провідні групи з охорони психічного здоров'я дітей та підлітків США заявили про національний надзвичайний стан для молоді країни

в сфері психічного здоров'я. «Як медичні працівники, які опікуються дітьми та підлітками, ми були свідками різкого зростання кількості проблем із психічним здоров'ям серед дітей, підлітків та їхніх сімей у ході пандемії COVID-19.

Пандемія завдала удару по безпеці та стабільності сімей. Більш як 140 000 дітей у США втратили основного та/або додаткового опікуна, а по всій країні ми стали свідками різкого збільшення кількості відвідувань відділень невідкладної допомоги у зв'язку з усіма надзвичайними ситуаціями в галузі психічного здоров'я, включаючи ймовірні спроби самогубств», – йдеться у спільній декларації Американської академії дитячої та підліткової психіатрії, Американської академії педіатрії та Асоціації дитячих лікарень [1].

У дослідженні, опублікованому в Американському журналі психіатрії, Нед Х. Калін наводить загальні психіатричні симптоми, які спричинені феноменом COVID-19. У переліку налічуються:

- тривога,
- депресії,
- безсоння,
- фобії,
- посттравматичні стресові розлади,
- соціальне дистанціювання,
- збільшення зловживання психоактивними речовинами,
- суїцидальні нахили,
- психози та обсесивно-компульсивні розлади [2, с. 471].

Проведений метааналіз, присвячений проблемам психічного здоров'я безпосередньо дітей та підлітків, виявив глобальну поширеність депресивних та тривожних симптомів внаслідок пандемії. Об'єднані оцінки (з 29 досліджень та 80 879 учасників) вказують, що кожна четверта молода людина у світі відчуває клінічно підвищені симптоми депресії (25,2 %), а кожна п'ята – клінічно підвищені симптоми тривоги (20,5 %). Також було підраховано, що ступінь депресії та тривожності у дітей старшого віку був удвічі вищим, ніж можна було б очікувати до пандемії [3, с. 1144].

В іншому системному дослідженні також виявлено високу сукупну поширеність депресії (28,6 %), тривоги (25,5 %), порушень сну (44,2 %) та симптомів посттравматичного стресу (48 %). Аналіз підгруп за віком демонструє, що поширеність депресії у підлітків 13-18 років вище (34,4 %) на противагу дітям ≤ 12 років (11,8 %), а у дівчат вище ніж у хлопців (33,9 % на противагу 28,9 % відповідно) [4, с. 81]. Крім інших проявів, у дитячому середовищі відзначаються значне підвищення гіперактивності/неуважності, поведінкові й емоційні проблеми.

Дані дослідження, проведеного дослідницькою академією Європейського товариства дитячої та підліткової психіатрії (ESCAP), мережею молодих клініцистів-науковців у галузі дитячої та підліткової психіатрії Європи та ради ESCAP свідчать, що на початку пандемії надання послуг пацієнтам, а саме дітям

й підліткам та їхнім сім'ям зазнало значного впливу (про це повідомили 68 % опитаних респондентів).

Частину послуг у сфері дитячої та підліткової психіатрії під час локдаунів і карантинних обмежень було припинено або обмежено (про це повідомили до 59 % респондентів із різних країн Європи), загальне скорочення сервісів сягнуло до 20 % проти докризового періоду. Серед психічних розладів привернули увагу зростання частоти суїцидальних спроб (83 %), тривожних розладів (70 %), розладів харчової поведінки (64 %), а також частоти тяжких епізодів депресії (61 %) [5]. Вчені констатують, що на сьогодні проведено мало лонгітюдних досліджень, і більшість із них порівнюють результати психічного здоров'я до та під час пандемії, а не у динаміці. Лідирують у цьому напрямку Великобританія, Німеччина, США. Подальші дослідження з моніторингу психічного здоров'я дітей та підлітків нині проводяться в Австралії, Канаді та Шотландії. На жаль, Україна у цьому напрямку досліджень дотепер не представлена, що унеможлиблює проведення відповідних змін в організації надання послуг у сфері охорони психічного здоров'я з урахуванням нагальних потреб.

Отже, сьогодні людство переживає колективну психічну травму.

Науковий аналіз механізмів психологічного впливу пандемії COVID-19 на дітей та підлітків забезпечить теоретико-методологічний базис для розробки заходів, планування ресурсів й ухвалення стратегічних політичних рішень, необхідних для протистояння новим викликам сьогодення та захисту молоді від факторів ризику у сфері психічного здоров'я у майбутньому.

Список використаних джерел

1. A declaration from the American Academy of Pediatrics, American Academy of Child and Adolescent Psychiatry and Children's Hospital Association. URL: <https://www.aap.org/en/advocacy/child-and-adolescent-healthy-mental-development/aap-aacap-cha-declaration-of-a-national-emergency-in-child-and-adolescent-mental-health/>
2. Ned H. Kalin COVID-19 та Stress-Related Disorders. *Am J Psychiatry*. 2021. 178 (6). P. 471-474. DOI: 10.1176/appi.ajp.2021.21040371.
3. Racine N, McArthur BA, Cooke JE, Eirich R, Zhu J, Madigan S. Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis. *JAMA Pediatr*. 2021. 175 (11), P. 1142-1150. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2021.2482.
4. Ma L, Mazidi M, Li K, Li Y, Chen S, Kirwan R, Zhou H, Yan N, Rahman A, Wang W, Wang Y. Prevalence of mental health problems among children and adolescents during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord*. 2021. Vol. 293, P. 78–89. DOI: 10.1016/j.jad.2021.06.021.
5. Revet A., Hebebrand J., Anagnostopoulos D. et al. Perceived impact of the COVID-19 pandemic on child and adolescent psychiatric services after 1 year (February/March 2021): ESCAP CovCAP survey. *European Child & Adolescent Psychiatry*. 29 Jul 2021. Vol. 30, № 8. P. 1-8. DOI: 10.1007/s00787-021-01851-1.