

STAREA PSIHOLOGICĂ A ELEVILOR CLASELOR LICEALE ÎN CONDIȚIILE PROCESULUI EDUCAȚIONAL LA DISTANȚĂ

Diana COȘCODAN, dr., conf. univ.

Lora MOȘANU-ȘUPAC, dr., conf. univ.

Catedra Biologie Animală, Universitatea de Stat din Tiraspol

Rezumat. În articol sunt prezentate datele referitoare la impactul procesului educațional la distanță asupra unor funcții fiziologice și stării emoționale ale elevilor claselor liceale. S-a stabilit creșterea numărului de elevi cu dereglări funcționale cardiace și respiratorii și cu simptome subclinice ale anxietății.

Cuvinte-cheie: funcție fiziologică, stare emoțională, proba ortostatică, probe funcționale respiratorii Ștanghe și Ghence, nivel de anxietate.

Summary. The article presents data on the impact of the distance learning process on some physiological and emotional state of high school students. It has been established that the number of students with functional cardiac and respiratory disorders and subclinical symptoms of anxiety has increased.

Keywords: physiological function, emotional state, orthostatic test, Ștanghe and Ghence respiratory function tests, anxiety level.

Viața introduce regulile sale în toate aspectele existenței omului. În prezent ne confruntăm cu o nouă realitate – pandemia COVID-19. Marea majoritate a economiilor globale nu au fost pregătite pentru a înfrunta pandemia fără pierderi. În situația aceasta s-a pomenit și sistemul de învățământ, care a fost nevoit în termeni foarte mici să se adapteze la realitatea nouă, să o confrunte și să continue procesul educațional.

O dată cu dezvoltarea noilor tehnologii folosirea calculatorului permite mari avantaje în toate domeniile de activitate, în special, învățământul. Pentru unele țări dezvoltate ca SUA, Canada, Japonia nu este o noutate studiul la distanță. Folosind internetul, computerul, mii de oameni capătă studii. Pentru Republica Moldova aceasta este o noutate, care trebuie implementată în practică, în caz contrar riscăm să rămânem în urmă de progres [1].

Un curs de educație la distanță trebuie să vină în întâmpinarea și a altor probleme specifice cu care se confruntă studentul (elevul) la distanță, cum ar fi: starea de izolare a studentului (care nu permite menținerea unui nivel corespunzător al motivației pe termen lung); dificultăți de organizare a studiului și de rezervare a timpului necesar pentru acesta; găsirea echilibrului; lipsa motivației; lipsa resurselor de învățare cu care este obișnuit studentul; dificultatea în dezvoltarea unor deprinderi speciale [1].

În procesul educațional la distanță, conform opiniei lui Socolov G. [2], elevii manifestă mai puține emoții negative, asociate cu stresul de la examene.

Studiile la distanță sunt accesibile, labile, fiindcă permit prezența elevului chiar și fiind bolnav, presupun sarcini concrete, economii de surse financiare, fiindcă nu este necesitatea de a procura manuale, lucrări metodice etc., confortabile. Totodată există dezavantaje – libertatea în acțiuni - poate fi permisă preponderent elevilor claselor mari, deoarece copiii mai

mici necesită un control din partea adulților, insuficiența contactelor fizice cu colegii și pedagogii, lipsa unor momente pozitive – de exemplu, a necesității de a scrie, care contribuie la dezvoltarea memoriei mecanice, alte lucruri neprevăzute – deconectarea serviciilor de internet, energiei electrice etc. [3].

Dat fiind faptul că opiniile cercetătorilor cu referire la impactul educației la distanță asupra elevului și studentului sunt contradictorii, în prezentul articol ne-am trasat drept **scop** studierea funcțiilor fiziologice și a stării emoționale a elevilor claselor a XI-a din IPLTR Aristotel, Chișinău.

În studiu au fost incluși 57 elevi de vârstă 17 - 18 ani.

Metodele de investigații: 1. Determinarea gradului de dezvoltare fizică a cordului – proba ortostatică [4]. 2. Evaluarea parametrilor funcționali ai aparatului respirator - probele funcționale respiratorii Ștanghe și Ghencem [5]. 3. Determinarea gradului de anxietate (Spilberg) [6].

Rezultatele investigațiilor

Proba ortostatică înainte de pandemie a fost măsurată la orele de Biologie, extensie. Rezultatele sunt prezentate în fig.1

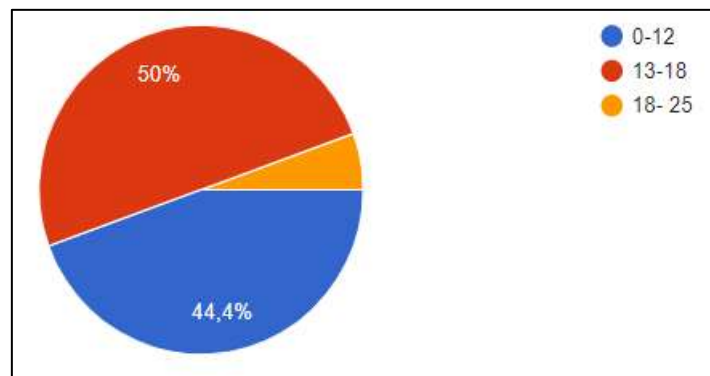


Figura 1. Rezultatele probei ortostactice înainte de pandemie

Astfel, rezultate foarte bune au manifestat 44,4% din elevi – diferența de puls în repaus și după ridicare în picioare a fost în limitele 0-12 bătăi. Jumătate de elevi au fost clasați în categoria de 13-18 bătăi, ce denotă lipsa de antrenament fizic, iar 0,6% din elevi au manifestat un rezultat prost – 18-25 bătăi.

Pentru a afla impactul carantinei asupra funcțiilor cordului, s-a repetat experimentul în condițiile de izolare (fig.2).

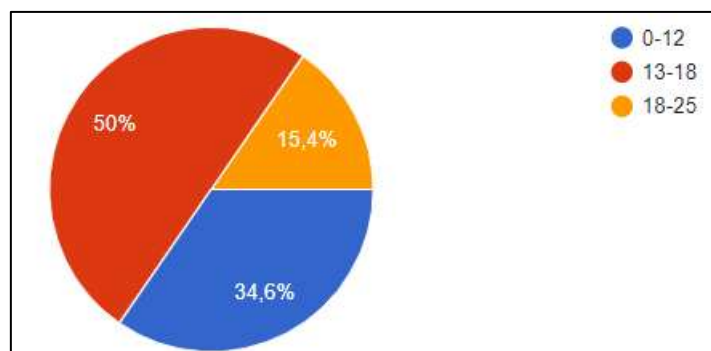


Figura 2. Valoarea probei ortostactice în carantină

Rezultatele demonstrează că numărul de elevi cu inimă neantrenată, însă cu activitate în limitele normei, a rămas același – 50%. Însă a crescut categoria de elevi cu dereglări vizibile cardiace – la care diferența de bătăi în repaus și în picioare a fost 18 - 25 – 15,4%.

Aparatul respirator, asemenea celui cardiovascular, este unul labil, care reacționează rapid la modificarea condițiilor mediului extern și intern. De aceea, a fost stabilită valoarea probelor funcționale respiratorii Ștanghe și Ghence înainte de pandemie (fig.3) și după (fig.4).

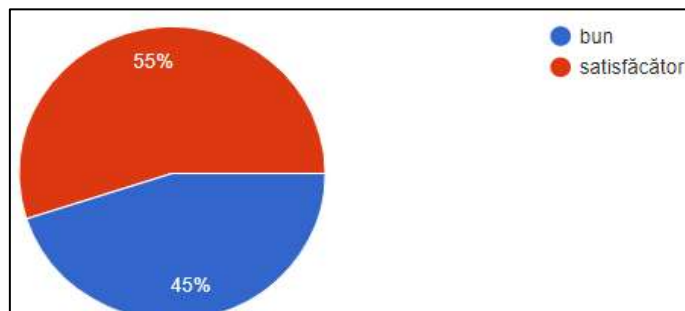


Figura 3. Raport valori ale probelor Ștanghe/Ghence până la carantină

Aceste probe au fost realizate în repaus și după efort fizic, după care s-a calculat raportul dintre valorile lor. S-a stabilit, că un raport bun, din punct de vedere fiziologic, îl aveau 45% elevi înainte de pandemie. 55% dintre elevi au manifestat un raport satisfăcător.

În condițiile de carantină numărul elevilor cu rezultat satisfăcător a crescut la 61,5%.

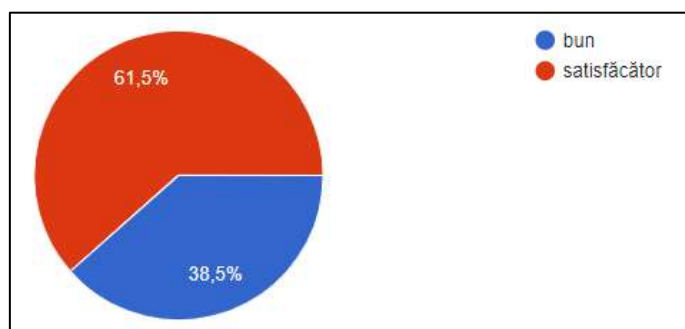


Figura 4. Valoarea raportului probelor Ștanghe/Ghence în carantină

Explicația apariției unor dereglări funcționale ale funcțiilor cardiace și respiratorii poate fi faptul că elevii timp de trei luni au avut preponderent un mod de viață sedentar.

Reieșind din faptul că studiile la distanță au fost dictate de necesitatea de izolare din cauza pandemiei, în societate a crescut gradul de încordare psihică, frică, anxietate, fobii. De aceea a fost studiat nivelul de anxietate la elevi înainte de pandemie și în timpul carantinei. Rezultatele sunt reflectate în figurile 5-8.

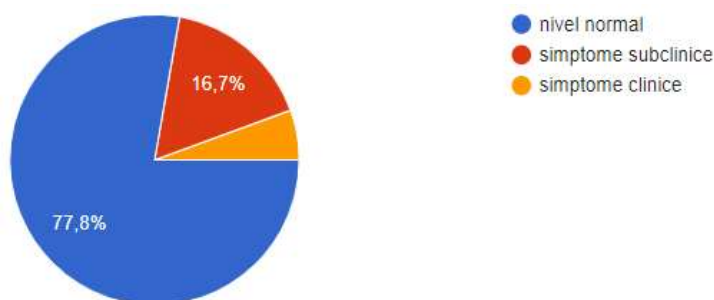


Figura 5. Nivelul de anxietate înainte de pandemie

În timpul anului școlar, în condiții de studii tradiționale, 77,8% elevi au manifestat un nivel normal de anxietate, 16,7% din elevi – simptome subclinice, și 5,5% - simptome clinice.

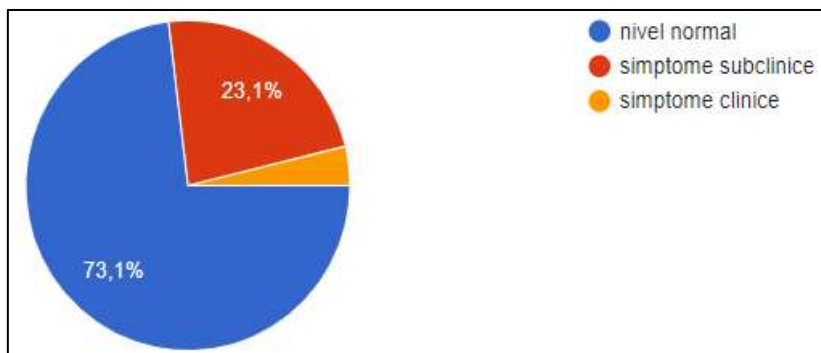


Figura 6. Nivelul de anxietate în condiții de izolare

În condițiile de carantină numărul de elevi cu nivel normal de stres și cu simptome subclinice a scăzut nesemnificativ – respectiv, la 73,1% și 3,8%. Însă, a crescut numărul de elevi cu simptome subclinice – 23,1%.

Concluzii

Astfel, conchidem, că pandemia COVID-19 și procesul de educație la distanță a avut un impact asupra stării psihofiziologice a elevilor liceeni. A crescut numărul de elevi cu grad scăzut de dezvoltare fizică a inimii și dereglări funcționale respiratorii. A crescut numărul de elevi cu simptome subclinice ale anxietății, deși numărul de copii cu nivel normal de anxietate a rămas practic constant.

În acest context este necesară studierea în continuare a statutului psihofiziologic al elevilor în condiții de studii la distanță pentru a elabora recomandări cu scopul diminuării impactului negativ al izolării asupra organismului copilului.

Bibliografie

1. Cazacu V., Cazacu A. Studii la distanță – o nouă perspectivă a învățământului în Republica Moldova. v.5, p.115-122, 2017. https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/Studii%20la%20distan%20o%20noua%20perspectiva%20a%20invatamintului%20in%20ORM.pdf
2. Соколов Г.А. Особенности психоэмоциональных состояний студента при дистанционной форме обучения. În: Современное образование, 2014. № 1, с. 1-13. DOI: 10.7256/2306-4188.2014.1.10921 URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=10921
3. <https://infourok.ru/statya-na-temu-distancionnoe-obuchenie-v-shkole-plyusy-i-minusy-4210313.html>
4. <https://zdse.ru/diagnostika/ortostaticheskaya-proba>
5. <https://www.zubova-fit.ru/proba-shtange-i-proba-genchi-s-zaderzhkoj-dyhaniya/>
6. https://www.b17.ru/blog/uroven_trevognosti/