

# Impactul pandemiei asupra bunăstării emoționale

date din cazuistica Centrelor de Consiliere ale  
Salvați Copiii România



București

mai 2021

**Tipul analizei:** analiză a datelor privind cazuistica centrelor de consiliere ale Organizației Salvați Copiii

**Grupuri țintă:** copii și părinți beneficiari ai serviciilor de consiliere ale Salvați Copiii România

**Eșantionare:** Eșantion neprobabilistic

**Mărimea eșantionului:** 628 de cazuri aflate în evidența celor 5 centre de consiliere ale Organizației Salvați Copiii:

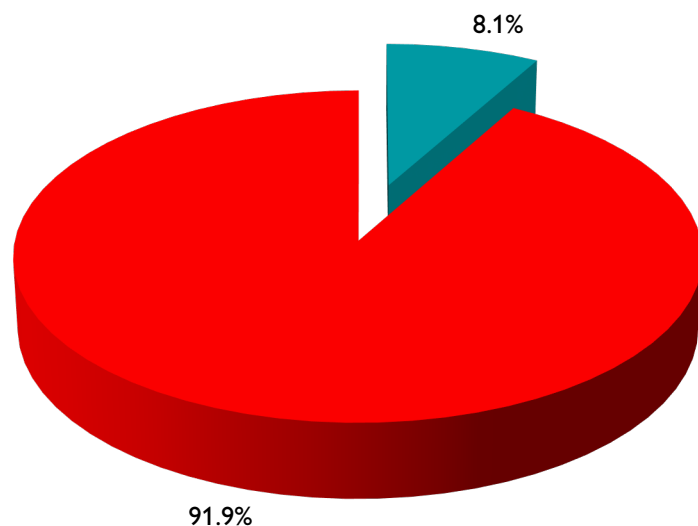
București, Timișoara, Iași, Suceava și Târgu Mureș

**Analiza datelor:** Procedee specifice statisticii descriptive sau inferențiale

**Perioada de referință (cazuri preluate):** martie 2020 – martie 2021

# Date despre cazuistică – posibilul impact al contextului pandemic

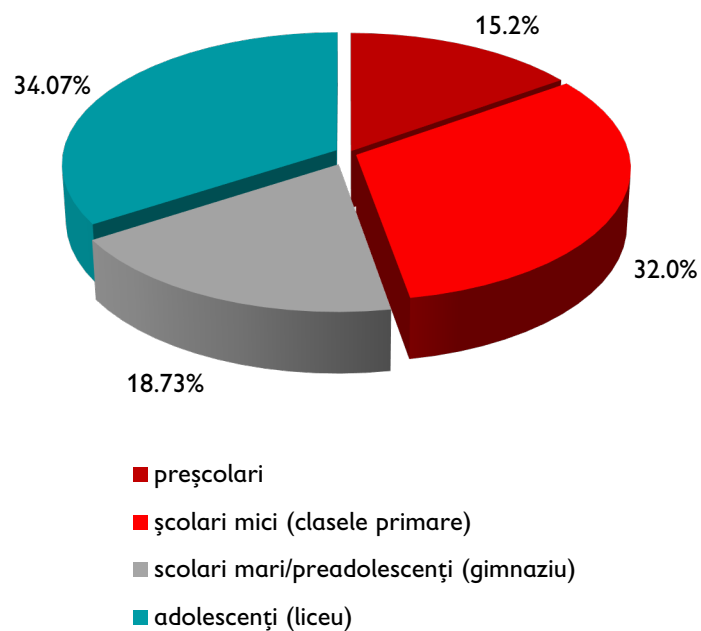
## Tipuri de cazuri:



- diagnostice independente de consecințele pandemiei
- diagnostice care pot avea legătură cu impactul pandemiei

În perioada de referință (martie 2020, martie 2021), centrele de consiliere ale Organizației Salvați Copiii au preluat un număr total de 678 de cazuri. În 8,1% dintre acestea, diagnosticele sunt independente de contextul pandemic (opoziționism, ADHD/ADD, tulburări de vorbire, intelect liminar sau tulburări de neurodezvoltare).

## Structura pe vârste a beneficiarilor de consiliere (total cazuri):

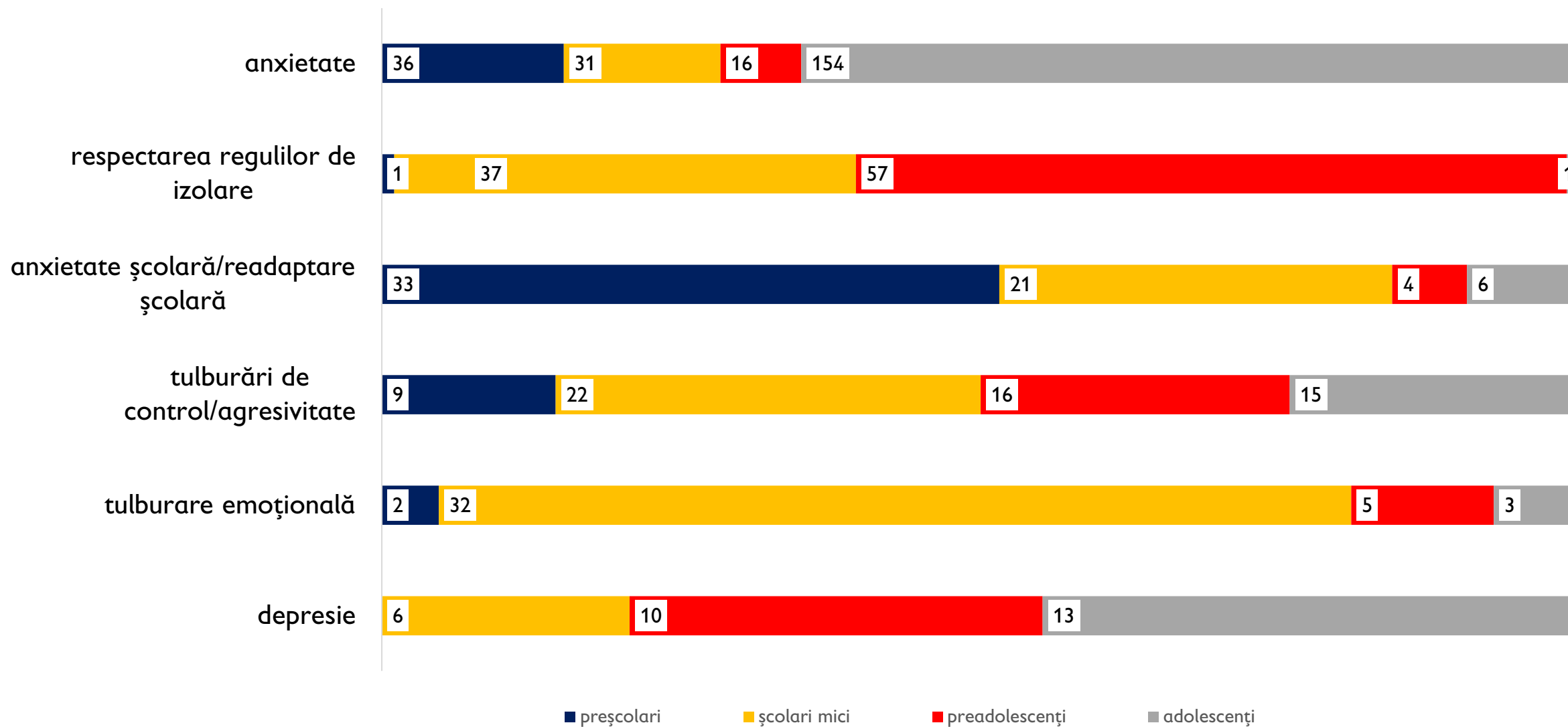


Adolescenții/liceenii reprezintă grupul de vârstă cu cea mai mare reprezentare la nivelul beneficiarilor serviciilor de consiliere (peste o treime), fiind urmați de școlarii mici (32%), preadolescenți (18,8%) și preșcolari (15,2%).

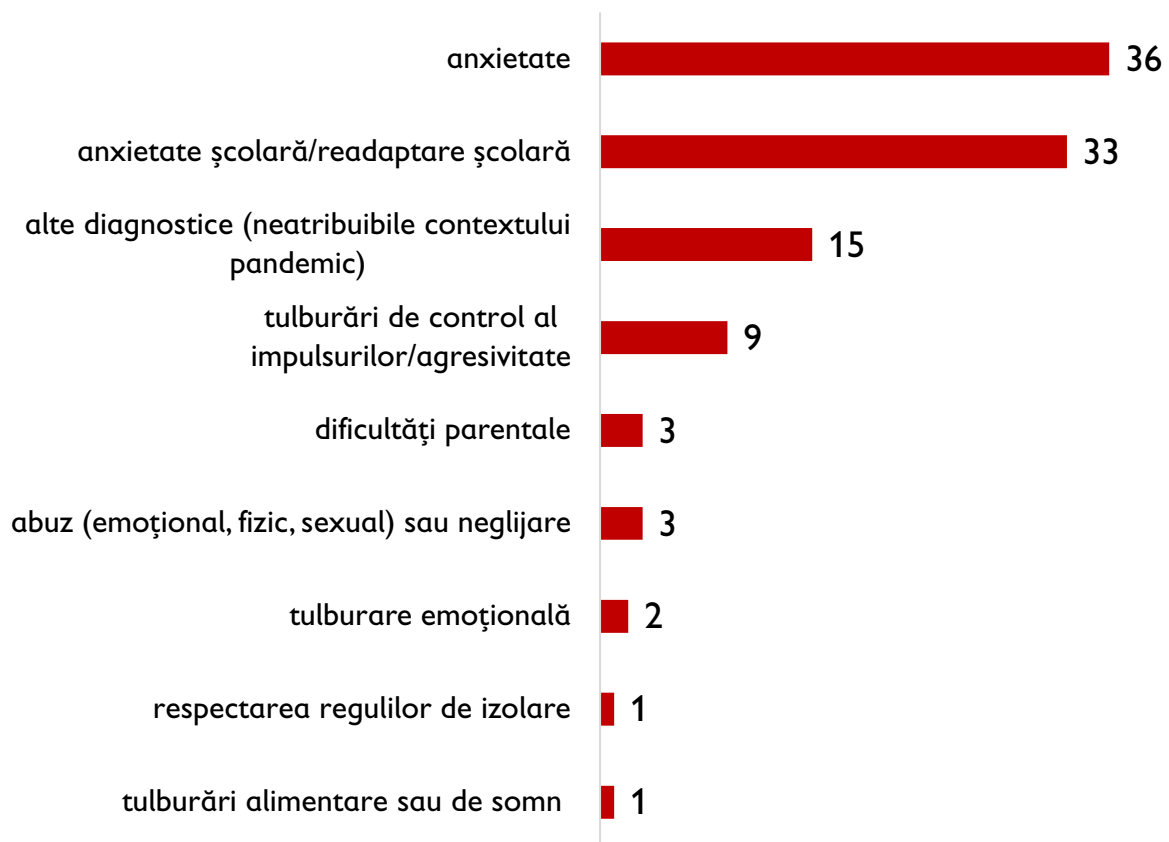
# Tipuri de diagnostic



# Structura pe grupe de vârstă – cele mai frecvente diagnostice



# Cazuistică preșcolari – cele mai frecvente diagnostice

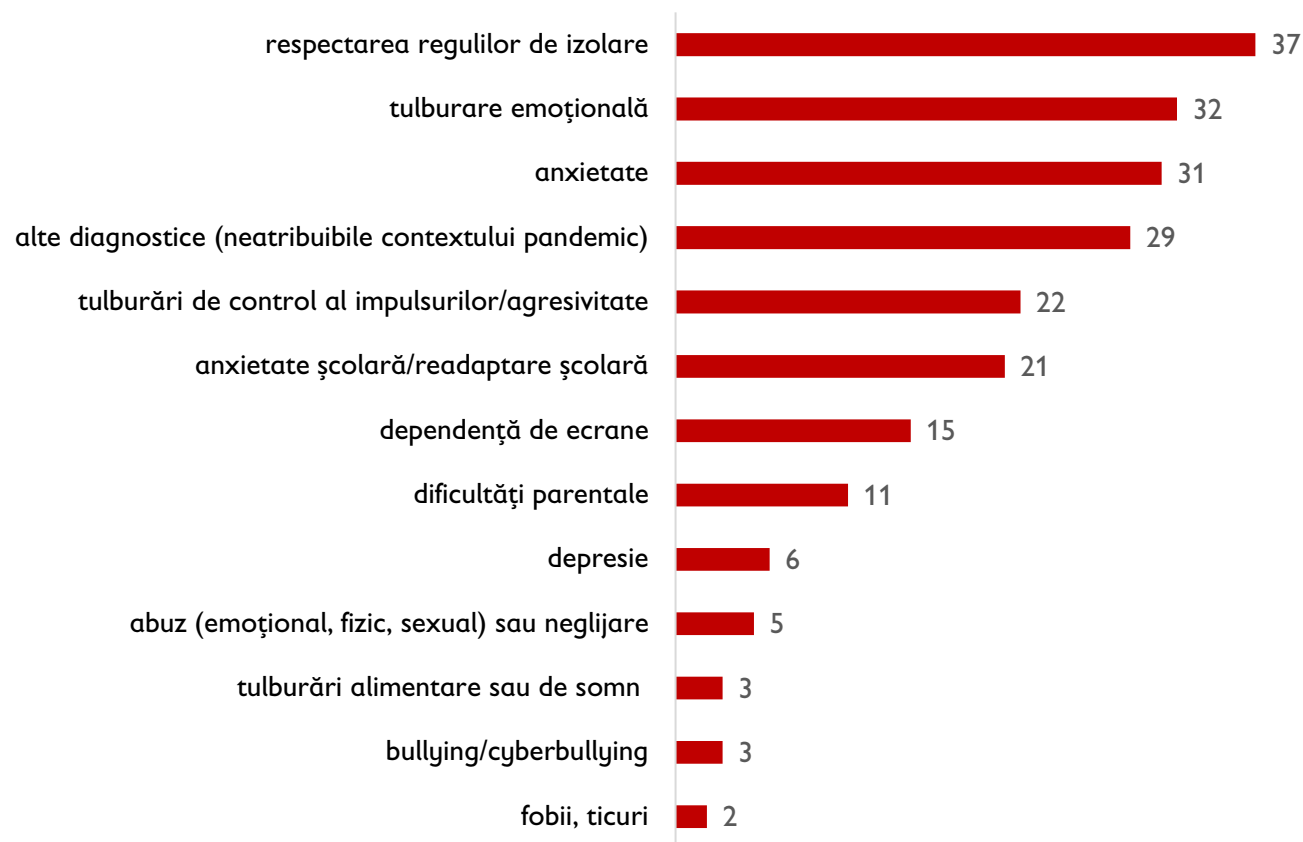


Cele mai frecvente diagnostice în cazul preșcolarilor au fost reprezentate de anxietate și anxietatea școlară (dificultățile de readaptare școlară).

Diminuarea concentrării la orele online, precum și scăderea abilităților și a interacțiunilor sociale au condus la multiplicarea episoadelor de furie și irascibilitate.

Imposibilitatea de a face activități în aer liber și de a ieși în afara casei a intensificat comportamentele de tip anxios.

# Cazuistică școlari mici – cele mai frecvente diagnostice

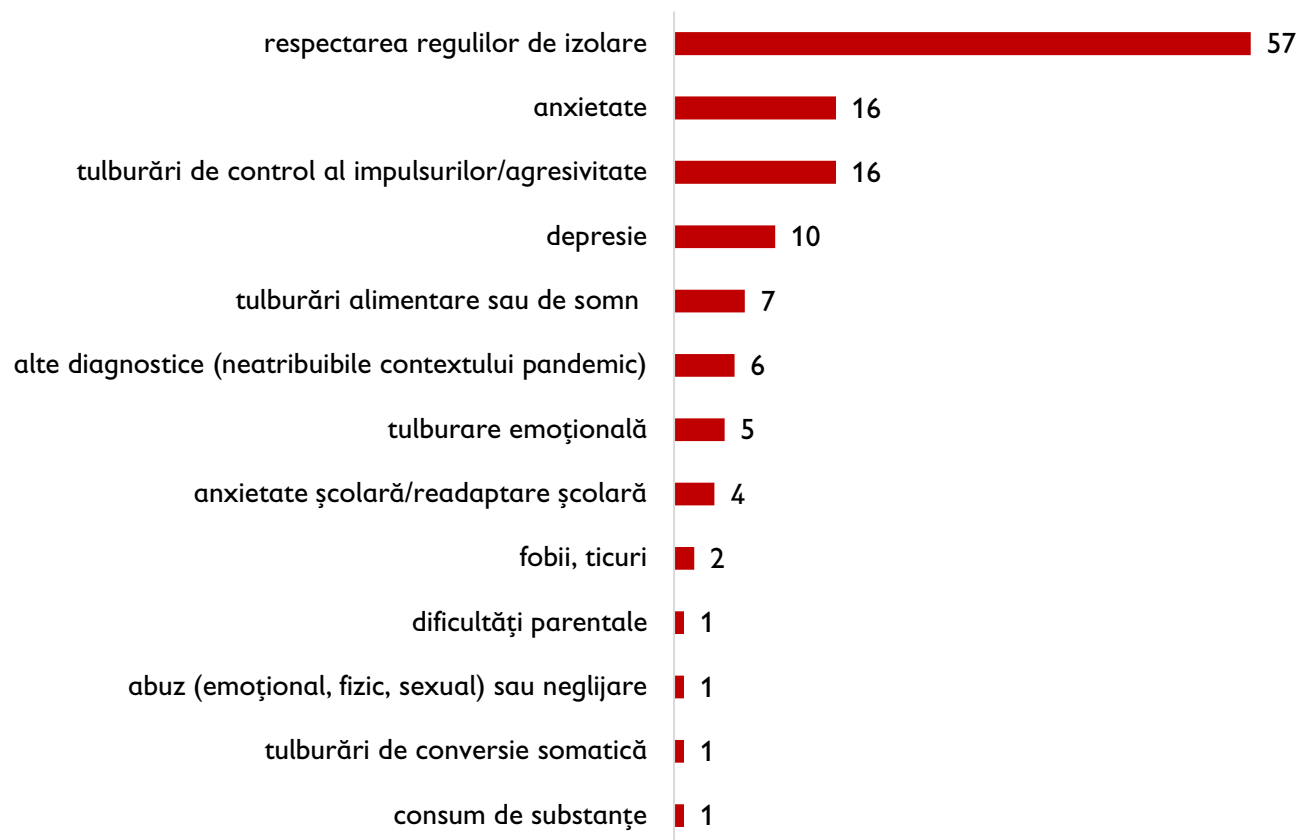


În cazul școlarilor mici, cazuistica este dominată de respectarea regulilor de izolare, tulburări emoționale și anxietate, urmate de tulburările de control al impulsurilor și anxietate școlară.

Organizarea orelor în format online, lipsa interacțiunilor directe, imposibilitatea diversificării activităților de timp liber, au produs dificultăți de respectare a regulilor și rutinelor. Emoțiile puternice au devenit dificil de echilibrat.



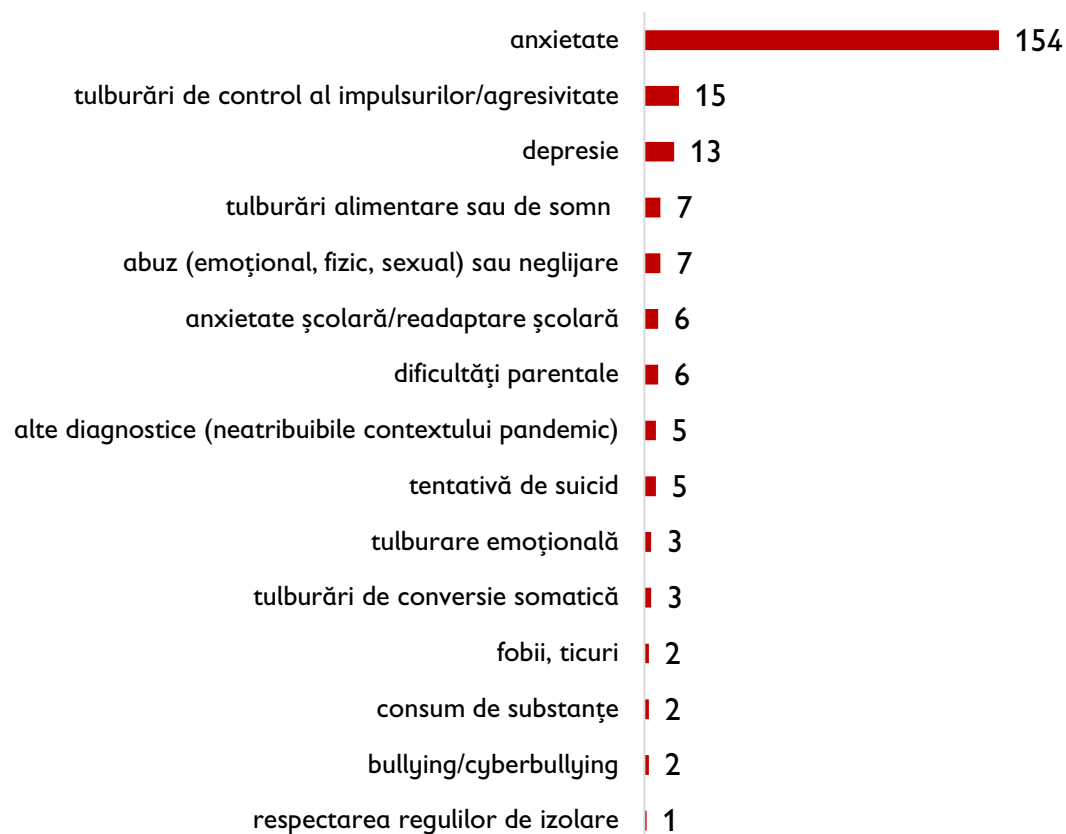
# Cazuistică preadolescenți– cele mai frecvente diagnostice



Pentru preadolescenți, respectarea regulilor de izolare pare să fi generat cele mai mari dificultăți, următoarele diagnostice ca prevalență în cazuistică fiind anxietatea și tulburările de control al impulsurilor.

Nevoia rapidă de adaptare la școala online, imposibilitatea menținerii interacțiunilor directe, dereglarea rutinelor cotidiene, au produs disconfort emoțional greu de gestionat. Părinții, la rândul lor, s-au simțit epuizați psihic și emoțional, nemaigăsind soluții adecvate pentru a oferi suport copiilor.

# Cazuistică adolescenți– cele mai frecvente diagnostice



În cazul adolescenților, peste jumătate dintre cazurile înregistrate de centrele de consiliere ale Salvați Copiii reprezintă cazuri de anxietate.

Îngrijorător este și faptul că, la această grupă de vârstă, s-au înregistrat și tentative de suicid (5).

Absența interacțiunilor directe cu grupul de prieteni, timpul crescut petrecut în fața ecranelor, avalanșa de emoții și intensitatea trăirii acestora, au afectat capacitatea de autoreglare emoțională în rândul adolescenților. De asemenea, se remarcă o scădere a interesului pentru activitățile școlare.

- 1.** Impactul pandemiei asupra sănătății mentale și a echilibrului emoțional este unul moderat spre sever, iar cele mai frecvente simptome descrise au fost cele din sfera depresiei și anxietății.
- 2.** La nivel familial, reorganizarea rutinei cotidiene și respectarea regulilor de izolare au provocat un stres considerabil și au creat tensiuni în procesul de comunicare.
- 3.** Copiii și adolescenții care au trecut prin experiențe negative înainte de debutul pandemiei au fost în mod evident mai vulnerabili la consecințele acestei perioade.
- 4.** În perioada pandemiei, cumularea factorilor de risc a condus la accentuarea comportamentelor abuzive și a comportamentelor de risc. Vulnerabilitățile psihoemoționale s-au accentuat și s-au remarcat modificări la nivel psihosocial.
- 5.** Capacitatea de autoreglare emoțională și coping adaptativ a scăzut în cadrul climatului familial.
- 6.** Se remarcă nevoia de suport psihologic pentru copii, adolescenți și părinți, în vederea dezvoltării rezilienței și a capacității de echilibrare și autoreglare emoțională.
- 7.** Există numeroase riscuri în ceea ce privește sănătatea mentală a copiilor și adolescenților în timpul unei pandemii, efectele evidențiindu-se longitudinal.

- 1.** În context pandemic, este nevoie de suport psihologic de specialitate pentru gestionarea stărilor de anxietate și depresie întâlnite în principal în rândul preadolescenților și adolescenților;
- 2.** Părinții trebuie să acorde o mai mare atenție echilibrării rutinelor copiilor, orelor de somn din timpul nopții, stilului de viață sănătos, conectat la natură, aer curat, care să includă mișcare și diversitate alimentară, metode care pot contribui la diminuarea manifestărilor depresive și anxioase.
- 3.** Copiii și adolescenții au nevoie de suport în ceea ce privește managementul timpului petrecut în fața ecranelor și menținerea atenției în timpul orelor la școală.  
Recomandarea către părinți este de a le oferi copiilor oportunități alternative de petrecere a timpului liber, care să-i țină departe de ecrane și să le îndrepte atenția spre activități care includ mișcare.
- 4.** Copiii au nevoie de disponibilitatea și acceptare necondiționată din partea părinților, de suport emoțional și de validarea avalanșei de emoții prin care au trecut și încă trec împreună.
- 5.** Părinții au nevoie de timp de calitate pentru a-și reface resursele și a face față stresului. Atunci când se simt epuizați, trebuie să apeleze la ajutor de specialitate (medic de familie, psiholog) sau la sprijin din partea familiei extinse.

**VĂ MULȚUMIM**



**Salvați Copiii**