

WPŁYW PANDEMII COVID – 19 NA FUNKCJONOWANIE RODZINY

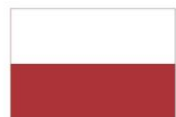


Autorka: Ewa Ambroziak

Publikacja współfinansowana w ramach
Regionalnego Programu Operacyjnego
Województwa Łódzkiego na lata 2014-2020



Fundusze
Europejskie
Program Regionalny



Rzeczpospolita
Polska

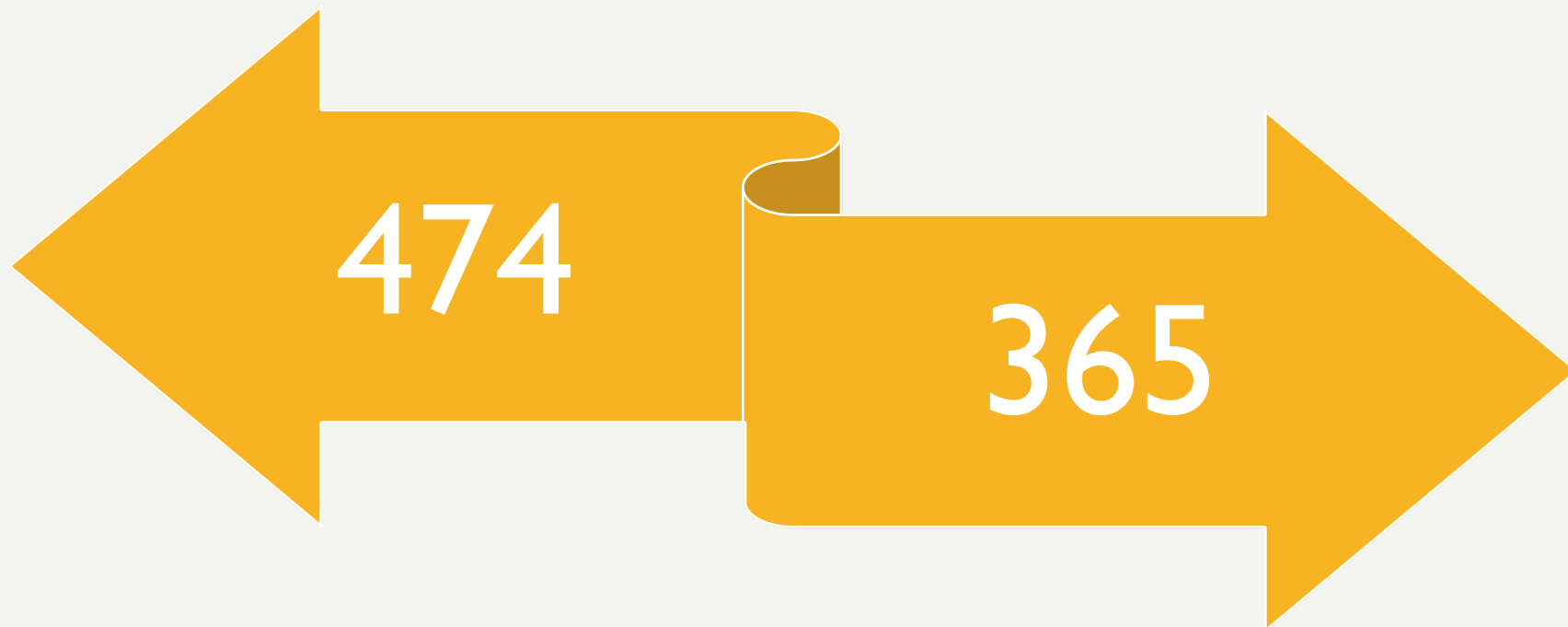


województwo
łódzkie

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



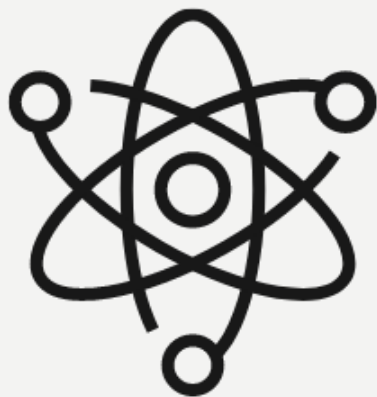
TYTUŁEM WSTĘPU



RODZINA PRZED PANDEMIA

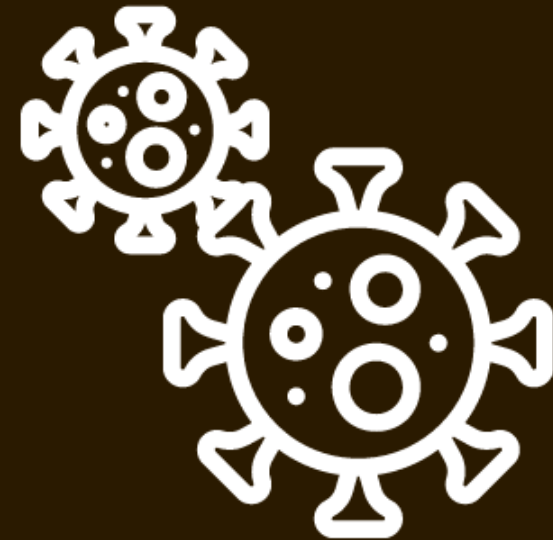
KILKA DEFINICJI





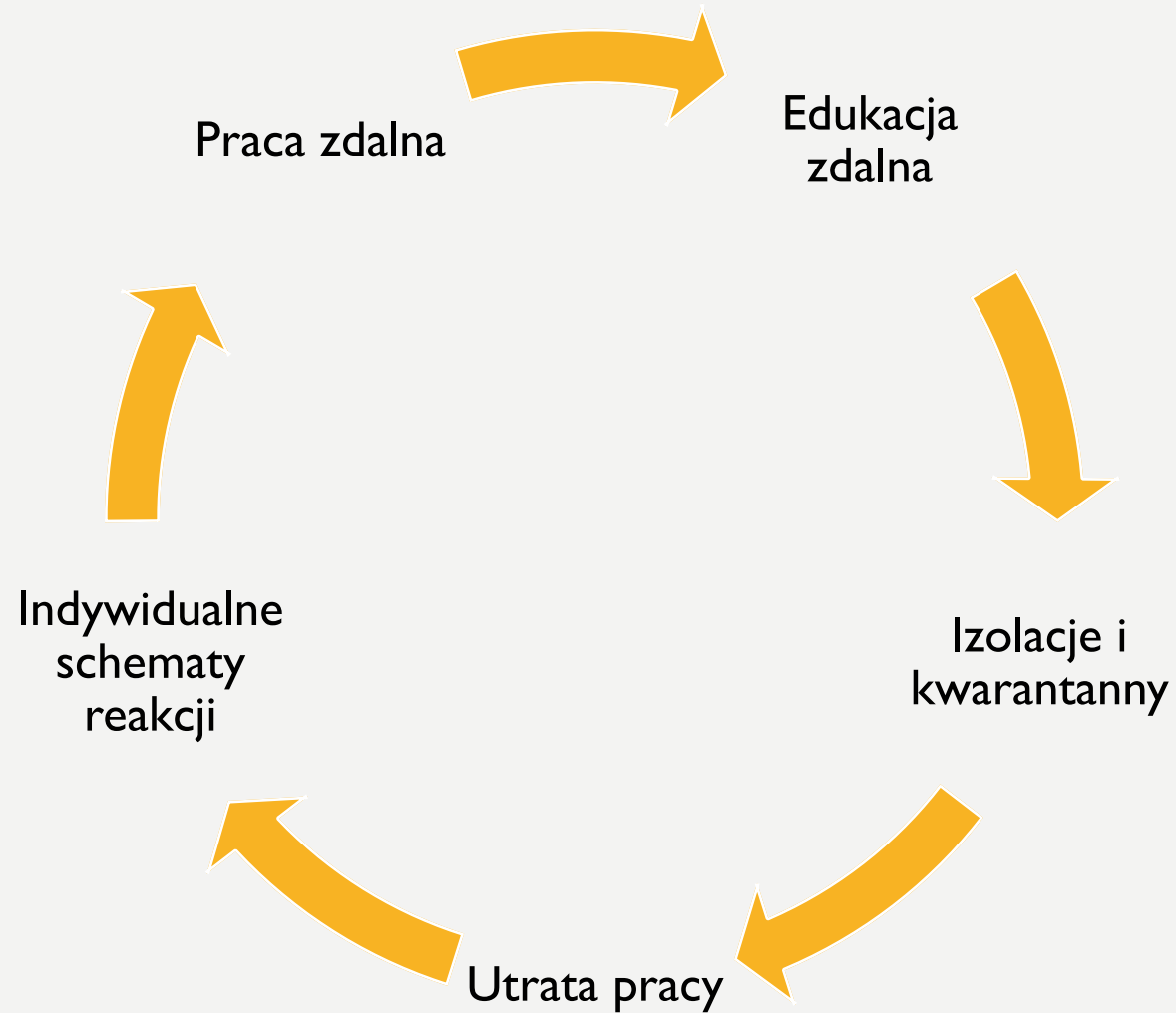
SŁOWA KLUCZOWE

- Rodzina nuklearna
- Kohabitacja
- Rodzina patchworkowa/zrekonstruowana
- Samodzielne rodzicielstwo
- Bezdzielnosc



RODZINA W PANDEMII ...

... I PO PANDEMII



SŁOWA KLUCZOWE

- Edukacja/praca zdalna
- Izolacja
- Aktywność zawodowa
- Kryzys ekonomiczny
- Wykluczenie
- Efekt blizny
- Automatyzacja
- Pokolenia
- Ubożenie

- Nadmiar obowiązków zawodowych
- Utrata kontaktów z dziadkami/ciociami/wujkami
- Konieczność zaangażowania się w edukację dzieci
- Brak możliwości korzystania z zajęć wspierających procesy edukacyjne i wychowawcze
- Zakaz swobodnego przemieszczania się dla młodzieży

COVID-19:

Jak wyzwania pandemii wpływają na przeciążenie obowiązkami domowymi?

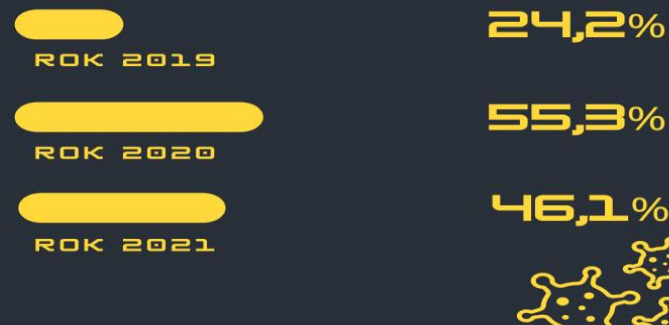


Jak wynika z raportu Human Power "Stresoodporni", na początku pandemii przeciążenie obowiązkami deklarowało 55,3 % badanych. Po roku jest nieco lepiej. Przeciążenie zadeklarowało 46,1 % badanych.

Dane są szokujące, gdy zestawimy je z raportem HP z roku 2019 ...



W ciągu roku liczba osób deklarujących przeciążenie obowiązkami domowymi podwoiła się.



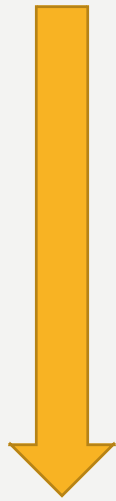
Spadek między rokiem 2020 a początkiem 2021 oznacza, że nastąpiła nieznaczna adaptacja do wyzwań pandemii.

Należy jednak się spodziewać, że przewlekłe zmęczenie i napięcie powodowane ogromną ilością obowiązków prowadzić będzie do nasilających się problemów rodzinnych.

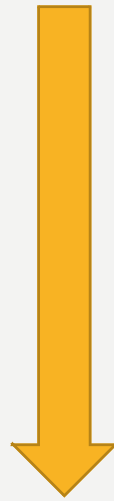
Dowiedz się więcej na humanpower.pl

„ZNACZENIE PRACY DLA SPOŁECZNEGO FUNKCJONOWANIA DOSTRZĘGLI JUŻ KLASYCY SOCJOLOGII: E.DURKMEIN, UPATRUJĄC W ZMIANACH "RYNKU PRACY" ŹRÓDŁO PRZEMIAN SOLIDARNOŚCI SPOŁECZNEJ. M. WEBER, GŁOSZĄC POGLĄD, ŻE ZMIANY STOSUNKU PRACY STAŁY SIĘ JEDNĄ Z GŁÓWNYCH PRZYCZYN FORMOWANIA SIĘ KAPITALIZMU”.

MARIA ADAMSKA, „BANKRUCTWO GOSPODARSTW DOMOWYCH. PERSPEKTYWA EKONOMICZNA I SPOŁECZNA”(2008)



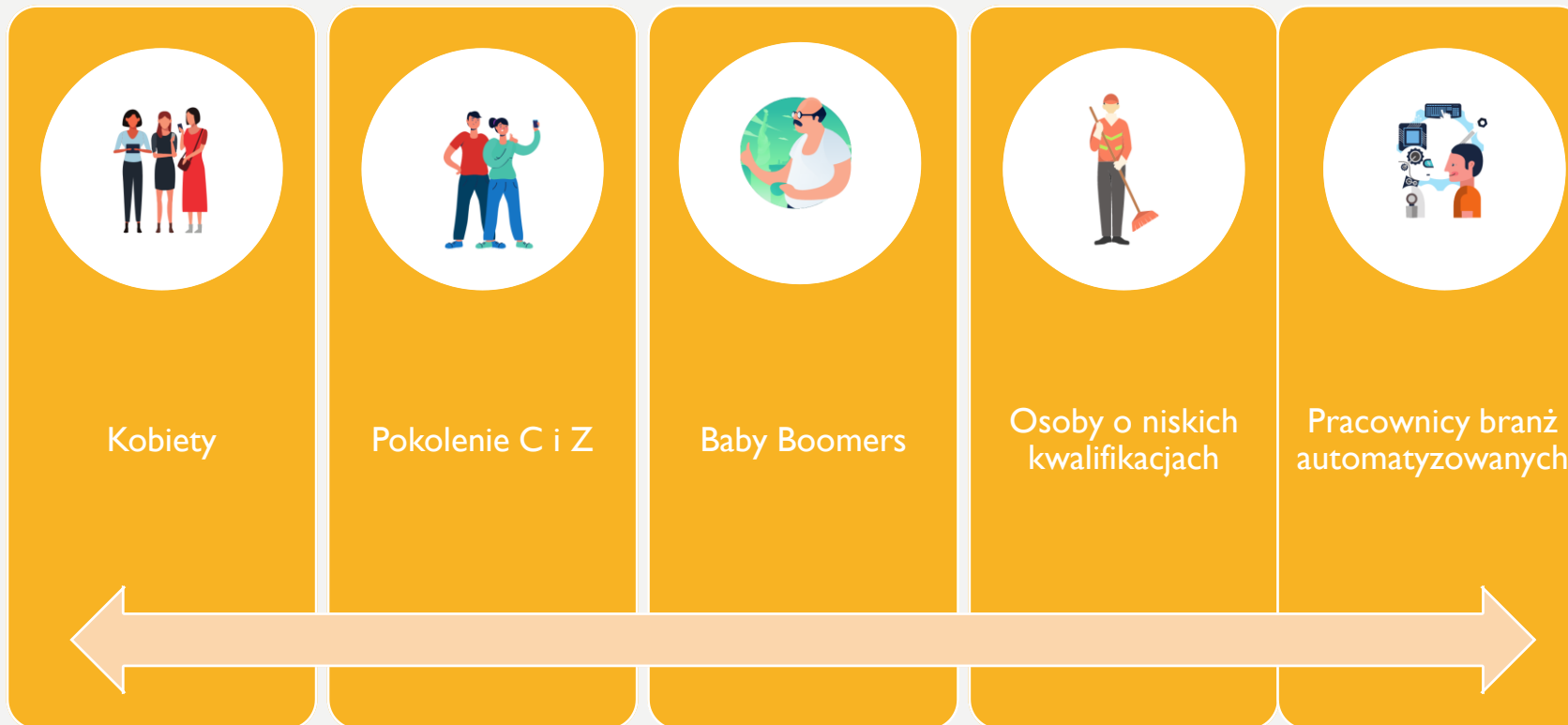
Spadek aktywności
zawodowej kobiet



Masowy upadek branży
eventowej, usługowej,
HORECA, turystycznej

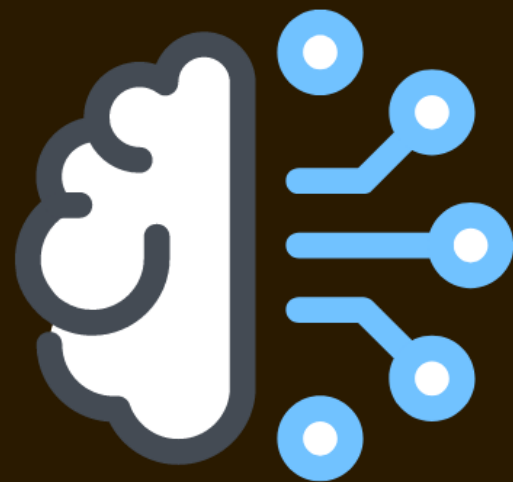
CO Z TEGO WYNIKA NA PRZYSZŁOŚĆ?

Spodziewać możemy się nasilającego rozwarstwienia ekonomicznego i kryzysu na rynku pracy. Osoby o wysokich kwalifikacjach, doświadczeniu potencjale intelektualnym i adaptacyjnym, sprawne technologicznie, będą prawdopodobnie łatwiej dostosowywać się do wyzwań przyszłego rynku pracy. W ciągu roku rynek pracownika, na którym obserwowaliśmy istotny niedobór osób chętnych do pracy, zmienił się w rynek pracodawcy, w którym to pracownik stara się o możliwość zatrudnienia, a nie pracodawca zabiega o pracownika. Najprawdopodobniej grupami, które najbardziej odczują konsekwencje tej zmiany będą:



WPŁYW PANDEMII NA PROKREACJĘ





PSYCHOLOGICZNE I SPOŁECZNE KONSEKWENCJE PANDEMII COVID – 19

I ICH WPŁYW NA RELACJE RODZINNE

„W jednym z nich (uzupełnienie: badań) naukowcy z Department of Psychological Medicine King's College London poddali metaanalizie 3163 publikacji dotyczących wpływu kwarantanny na psychikę, które znajdują się w bazach danych. Do badania zakwalifikowano ponad 20 artykułów.

11 badań dotyczyło epidemii SARS, 5 badań - Eboli, 3 badania - grypy H1N1 (2009/2010), a 2 badania MERS.

Z przeprowadzonej przed brytyjskich naukowców analizy wynika, że większość osób poddanych kwarantannie prezentowała psychologiczne objawy stresu, takie jak: wyczerpanie emocjonalne, zaburzenia depresyjne, stres, drażliwość, bezsenność, cechy PTSD.

W przypadku epidemii SARS badani odczuwali: 20 proc. strach, 18 proc. niepokój, 10 proc. poczucie winy, 5 proc. poczucie zadowolenia, 4 proc. poczucie ulgi.

W jednym z badań porównano bliskie i odległe psychologiczne skutki kwarantanny z powodu epidemii SARS. 7 proc. osób prezentowało objawy zespołu lękowego, 17 proc. wyrażało złość, po 4-6 miesiącach od zakończenia kwarantanny częstość występowania tych objawów zmniejszyła się do odpowiednio 3 i 6 proc.

Badacze przeanalizowali także wpływ epidemii i związanej z nią kwarantanny na stan psychiczny pracowników ochrony zdrowia. Okazało się, że 3 lata po epidemii SARS stwierdzono u nich większą częstość stosowania SPA i alkoholu.”

Źródło: <https://pulsmedycyny.pl/psychospoleczne-skutki-covid-19-wplyw-izolacji-i-pracy-zdalnej-na-psychike-994607>

SŁOWA KLUCZOWE

- Dekompensacja psychiczna
- PTSD
- Zmęczenie
- Wypalenie zawodowe
- Agresja
- Bezsenność
- Wsparcie psychologiczne
- Uzależnienia
- Przemoc

NADUŻYWANIE ALKOHOLU I LEKÓW USPOKAJAJĄCYCH



Brak diagnostyki psychiatrycznej/psychoterapeutycznej/psychologicznej



PANDEMIA A DZIECI

- Dzieci niewidzialne dla systemu
- Możliwość ukrywania przez opiekunów prawdy na temat sytuacji domowej – min. na wskutek braku kontaktu z lekarzami rodzinnymi i pediatrami
- Dzieci nie mają bieżących, codziennych kontaktów z pedagogami i wychowawcami
- Dzieci symulują dobre samopoczucie
- Wycofanie z kontaktów rówieśniczych skutkuje regresją rozwojową lub utratą całych etapów rozwojowych
- Dzieci stają się zakładnikami sytuacji między rodzicami

STRATEGIE DZIAŁANIA

Ponieważ możemy spodziewać się dalszego wzrostu częstotliwości występowania u dzieci i młodzieży zaburzeń psychicznych, środki finansowe i energia instytucji wspierających dzieci i młodzież powinna zostać skierowana na działania takie jak:

- **skuteczne kampanie psychoedukacyjne**, ukierunkowane na dostarczanie dzieciom i młodzieży informacji, podanych w przystępny i zrozumiały sposób, o objawach problemów w sferze psychicznej i emocjonalnej, które warto zgłaszać zaufanym osobom dorosłym w otoczeniu
- **prowadzenie telefonów zaufania**, które są często instytucją ostatniej szansy dla młodzieży planującej akt samobójczy
- tworzenie w szkołach systemów wspierania dzieci poprzez **dyżury i konsultacje on – line**, dostępne także poprzez komunikację pisaną (np. przez komunikator facebooka lub instagram)
- **programy psychoedukacyjne dla rodziców i opiekunów**, zwiększające wiedzę i umiejętności w zakresie rozpoznawania symptomów zaburzeń u dzieci i młodzieży
- **rozbudowę programów pomocy psychologicznej**, ofert świetlic środowiskowych, ośrodków socjoterapeutycznych, poradni zdrowia psychicznego i pedagogiczno – psychologicznych
- **wyposażanie w wiedzę i kompetencje pracowników socjalnych, asystentów rodziny i kuratorów**, zwłaszcza w obszarze wiedzy psychologicznej i pedagogicznej.



PANDEMIA A ROZWODY

„Według Izy Komendołowicz, autorki książki „Rozwód po polsku”, pieniądze są jedną z głównych przyczyn rozpadu związków. Kłócą się o nie regularnie aż 3 na 4 pary w Polsce^[1]. Pandemia Covid-19 nasiliła ten problem. Nie tylko dlatego, że przez dłuższy czas siedzieliśmy zamknięci w domach i okazji do sprzeczek było więcej. Kryzys negatywnie wpłynął na nasze finanse. 62% polskich konsumentów uważa, że ich dobrobyt finansowy pogorszył się i tylko 16% oczekuje poprawy w tym obszarze. Dochody 7 na 10 gospodarstw domowych znacznie zmniejszyły się^[2]. Przybyło zatem powodów do kłótni o pieniądze, które kończą się rozstaniem. W maju, czyli pierwszym miesiącu po zakończeniu stanu wyjątkowego w Portugalii, liczba złożonych pozwów rozwodowych wzrosła ponad 5 razy^[3]. W Hiszpanii natomiast szacuje się, że w związku z pandemią liczba rozwodów może wzrosnąć w 2020 roku aż o 75%. Jedna z miejscowych kancelarii zaoferowała szybkie, 24-godzinne rozwody przeznaczone dla małżeństw, których nie dotyczy rozstrzygnięcie kwestii spornych. Fala rozwodów przechodzi właśnie przez Europę i dotrze także do Polski”.

Źródło: <https://businesswomanlife.pl/chce-rozvodu-czyli-o-tym-jak-koronawirus-wywrocil-do-gory-nogami-zycie-polakow/>

Zasadnym wydaje się zatem szybkie wsparcie rodzin w obszarze umiejętności rozwiązywania konfliktów, poprzez mediację, treningi komunikacji, edukację finansową oraz dostęp do bezpłatnego wsparcia psychoterapeutycznego dla par.

Dla pracowników pomocy społecznej najważniejszym zadaniem jest tutaj prowadzenie edukacji wśród podopiecznych, dotyczącej dostępności instytucji, organizacji i osób, udzielających wyżej wymienionej pomocy.



PRZEMOC W RODZINIE

KILKA FAKTÓW:

- „W marcu 2019 roku w Polsce policja założyła 6 373 Niebieskie karty. W całym pierwszym kwartale ubiegłego roku było ich 18 481. W analogicznym okresie 2020 roku było to 17 077. W samym marcu - 5307. Spadła zarówno liczba wypełnionych formularzy wszczynających procedurę (5235 w marcu 2019 do 4369 w marcu 2020) jak i liczba formularzy dotyczących kolejnych przypadków przemocy w rodzinie w trakcie trwającej procedury (1138 do 938)”

<https://prawo.gazetaprawna.pl/artykuly/1472020,przemoc-domowa-koronawirus-statystyki.html>

- Telefon zaufania Centrum Praw Kobiet w analogicznym okresie dzwonił 50 % razy częściej
- 17 letnia Krysia Paszko stworzyła fikcyjny sklep internetowy z kosmetykami „Rumianki i bratki”. Poprzez wysłanie „zamówienia” wg szablonu ofiary mogły zgłaszać przemoc domową

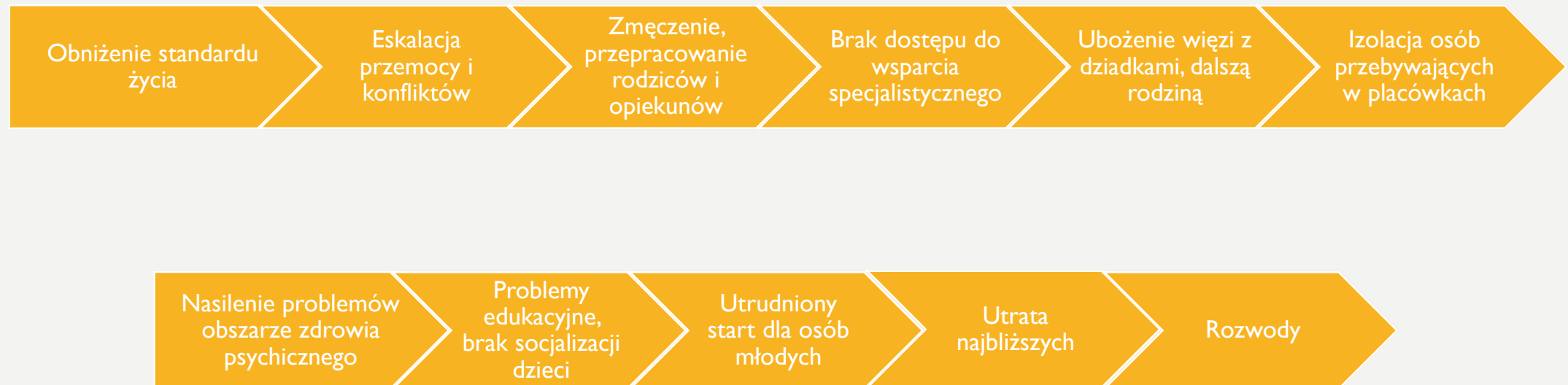
Źródło: <https://polskatimes.pl/fikcyjny-sklep-internetowy-pomoze-ofiarom-przemocy-domowej-mozecie-na-nas-liczyc/ar/c6-14918770>

Na eskalację przemocy domowej wpływają:

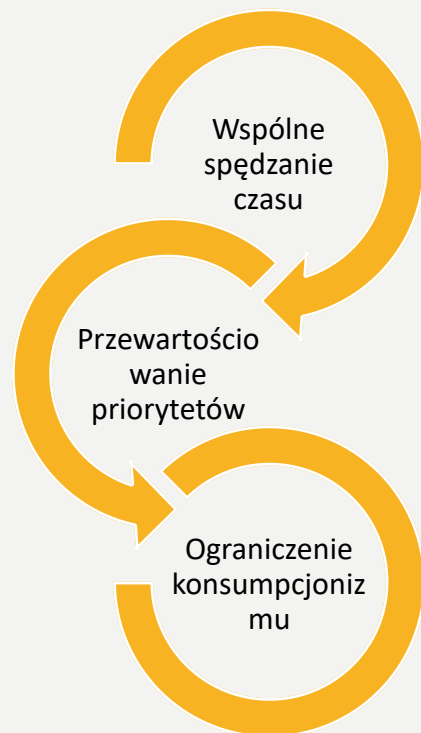
- Izolacja ofiar ze sprawcami w zamkniętych powierzchniach
- Nadużywanie substancji psychoaktywnych
- Problemy ekonomiczne, bankructwa, utrata pracy
- Eskalacja problemów sprzed okresu pandemii
- Permanentny lęk, niepokój, życie w przewlekłym stresie
- Nadmiar obowiązków
- Nie leczone zaburzenia psychiczne



NEGATYWNE KONSEKWENCJE DLA RODZIN



POZYTYWNE KONSEKWENCJE DLA RODZIN



Warunkiem zaistnienia pozytywnych efektów w rodzinie jest przede wszystkim świadome podejście rodziców/ opiekunów do ułożenia życia rodziny w ekstremalnej sytuacji pandemii, ich zdolność zarządzania własnymi emocjami i zapewnienia dzieciom bezpiecznych warunków do rozwoju. Sprzyja im także otwarta komunikacja i pozytywne nastawienia.

PODSUMOWANIE

Czas pandemii, będący wyzwaniem dla Nas wszystkich, będzie także skutkował wieloma konsekwencjami i wyzwaniami dla systemu opieki społecznej. W mojej opinii priorytetowymi obszarami powinno być zapobieganie wykluczeniu grup zagrożonych na rynku pracy oraz wspieranie rodzin w zapobieganiu eskalacji psychopatologii, rozwoju uzależnień oraz przemocy domowej.

Dla wielu z Państwa nadchodzące lata będą niosły wiele trudnych zawodowo wyzwań. Jako psycholog i specjalista zdrowia psychicznego gorąco zachęcam nie tylko do otaczania troską Państwa podopiecznych, ale także samych siebie. Wypalenie zawodowe, o którym wspomniałam w niniejszym opracowaniu, jest ryzykiem wszystkich osób, pracujących w obszarze pomocowym. Dlatego też zachęcam przede wszystkim do dbałości o sferę odpoczynku, pielęgnowania pasji, aktywności fizycznej i zdrowych sposobów radzenia sobie ze stresem.

Trzymam za Państwa kciuki,

Ewa Ambroziak

email: cureambroziak@gmail.com

www: curembroziak.pl