

# 1ο Γενικό Λύκειο Νέας Μάκρης

Παρουσίαση της εργασίας που περιλαμβάνει:

- Βιβλιογραφική έρευνα
- Πρωτότυπη έρευνα των μαθητών
- Το σχέδιο της ασπίδας



**Μάιος 2021**

# Ψυχικές Επιπτώσεις της Πανδημίας του Κορονοϊού στους Εφήβους

Τα περιοριστικά μέτρα των ετών 2020-2021 εξαιτίας του κορονοϊού και η εκτενείς περιόδους καραντίνας έφεραν αρνητικές επιπτώσεις στη συμπεριφορά και στον ψυχισμό των παιδιών και των εφήβων. Το φαινόμενο ανησυχεί πολλούς ειδικούς που κάνουν λόγο για μια επερχόμενη «πανδημία ψυχικών νοσημάτων», ενώ συνάδελφοί τους σημειώνουν ότι «ο αντίκτυπος της πανδημίας στην ψυχική υγεία είναι πιθανό να διαρκέσει πολύ περισσότερο από τον αντίκτυπο της στη σωματική υγεία».



Σύμφωνα με έρευνες, παρατηρείται ότι η πλειοψηφία των εφήβων συμμορφώνεται και ακολουθεί τα μέτρα, τα οποία όμως έχουν μεγάλο κόστος στη σωματική και ψυχική τους υγεία.

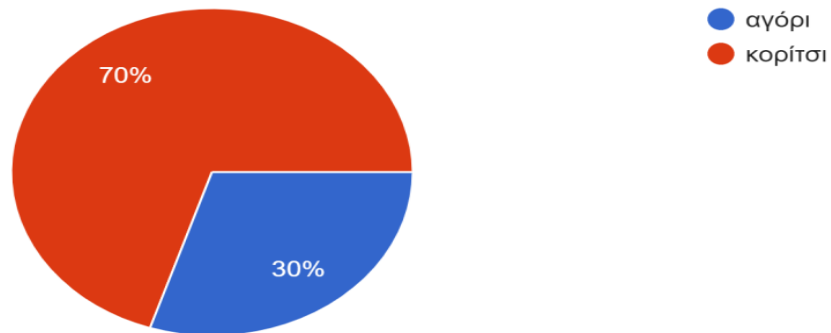
### Συγκεκριμένα:

- παραμελούν και τη σωματική τους υγεία, ευεξία και υγιεινή
- εξαρτώνται όλο και περισσότερο από τις οθόνες
- παρατηρούνται διατροφικές διαταραχές, αλλά και οι διαταραχές ύπνου
- έχουν επηρεαστεί και οι κοινωνικές και φιλικές τους σχέσεις, αλλά και οι σχέσεις με το άλλο φύλο
- αναφέρουν συναισθήματα ανίας και αίσθηση κενού
- μετά την πολύμηνη καραντίνα, με δυσκολία καταφέρνουν να ανταπεξέλθουν πλέον στις σχολικές τους υποχρεώσεις
- αναφέρονται αρνητικά συναισθήματα, όπως η σύγχυση, ο θυμός, ο φόβος της λοίμωξης, η πλήξη, η απογοήτευση

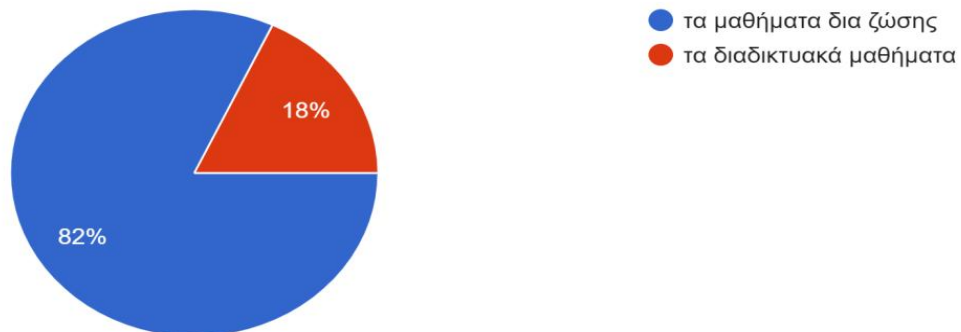


# Απαντήσεις της πρωτότυπης έρευνας της ομάδας σε 100 μαθητές της Α' ΓΕΛ

φύλο  
100 responses

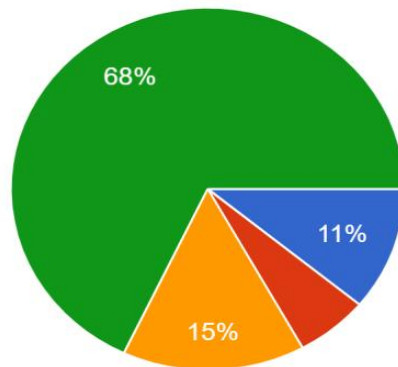


Όσον αφορά την σχολική σου επίδοση προτιμάς:  
100 responses



ΠΡΙΝ την καραντίνα πόσο συχνά γυμναζόσουν;

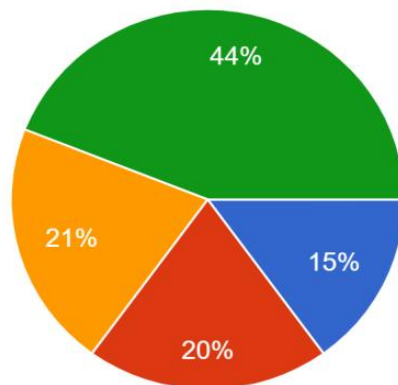
100 responses



- καθόλου
- μια φορά τον μήνα
- μια φορά την εβδομάδα
- περισσότερο

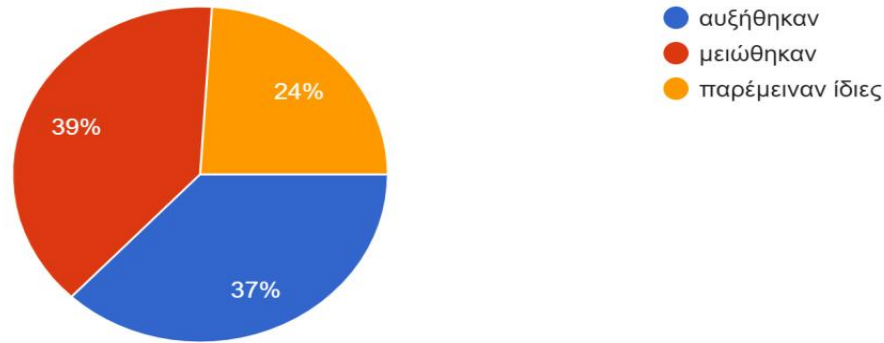
ΌΣΟ καιρό ήμασταν σε καραντίνα, σε τι βαθμό ασχολήθηκες με την σωματική σου άσκηση;

100 responses

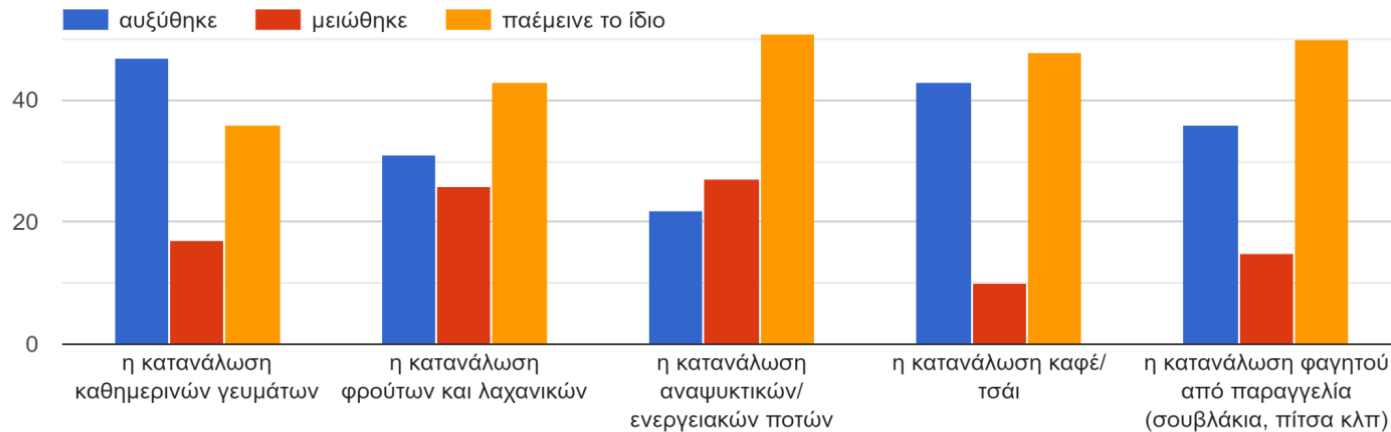


- καθόλου
- μια φορά τον μήνα
- μια φορά την εβδομάδα
- περισσότερο

Τον καιρό που ήμασταν σε καραντίνα οι ώρες ύπνου:  
100 responses

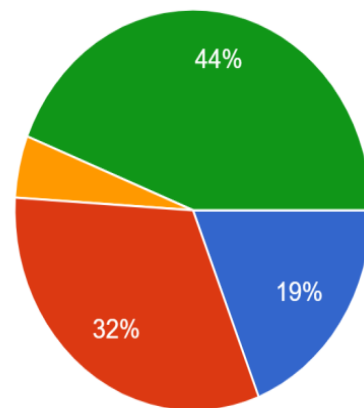


Όσον αφορά τη διατροφή σου, ποια από τα παρακάτω ισχύουν



Επιρεάστηκαν οι σχέσεις σου με τους φίλους σου λόγω της απουσίας επικοινωνίας πρόσωπο με πρόσωπο κατά την διάρκεια της καραντίνας;

100 responses



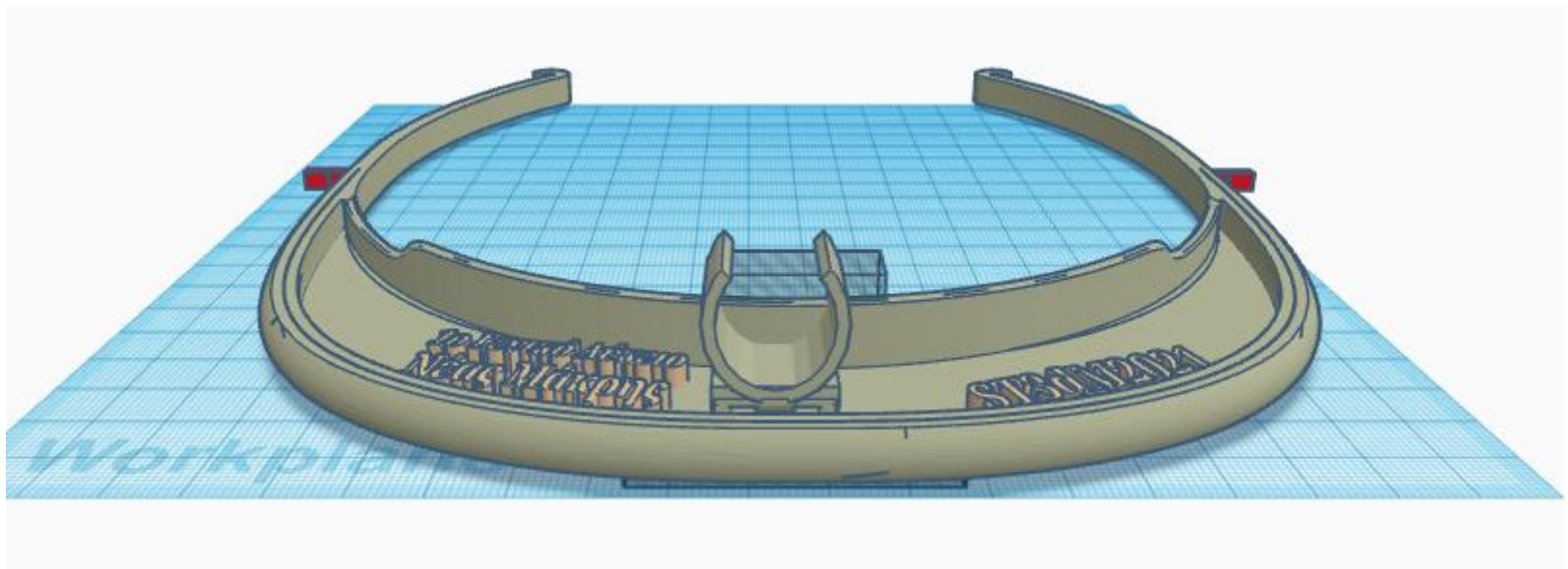
- έχασα επαφή με αρκετούς
- έχασα επαφή με ελάχιστους
- δεν έχασα επαφή με 1 ή 2 άτομα
- οι σχέσεις μου παρέμειναν ίδιες

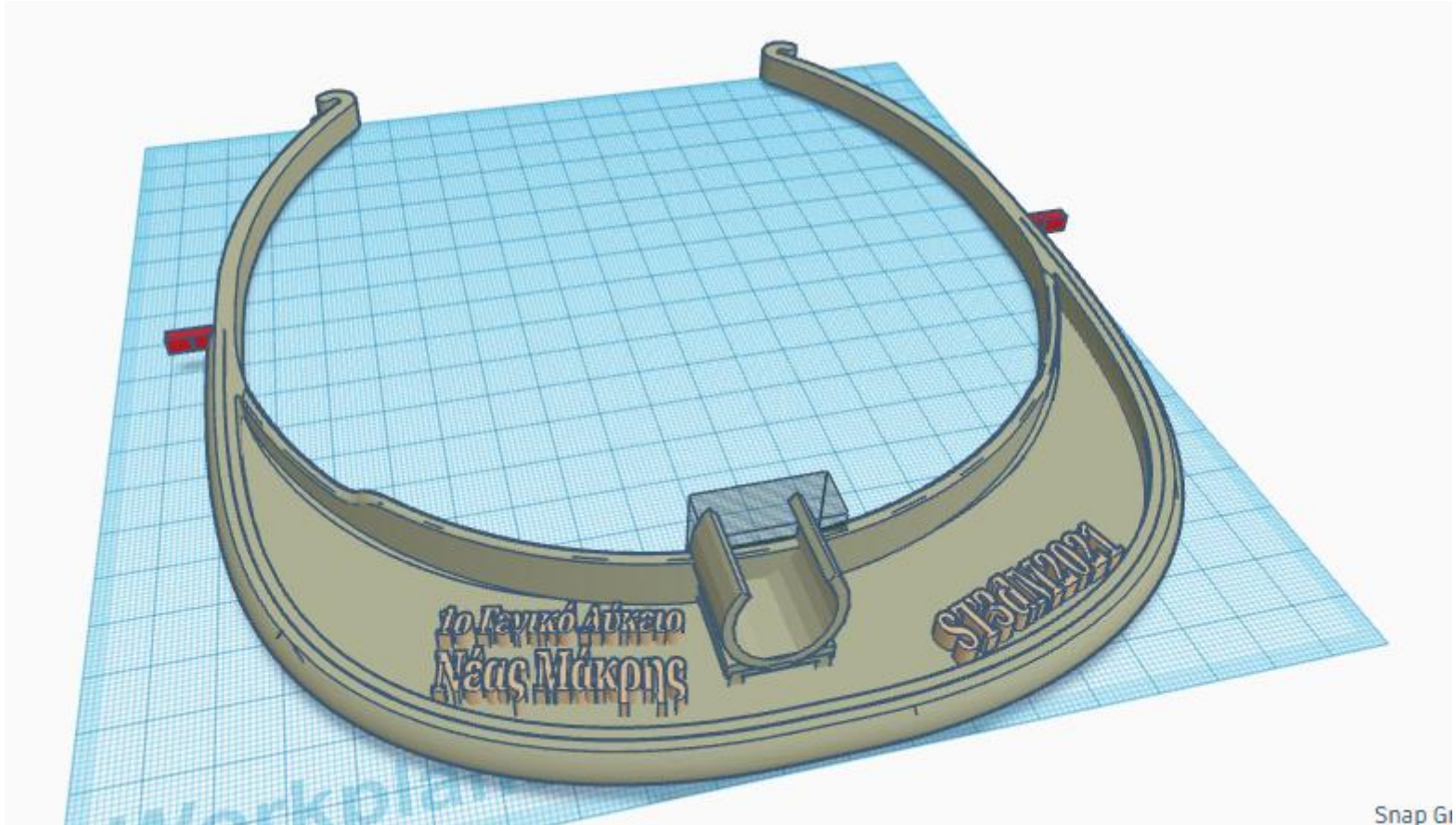
# Η ασπίδα που δημιουργήσαμε θα χρησιμοποιηθεί στο σχολείο:

- από τους εργαζόμενους στο κυλικείο
- από τις εργαζόμενες στην καθαριότητα
- από τον φύλακα

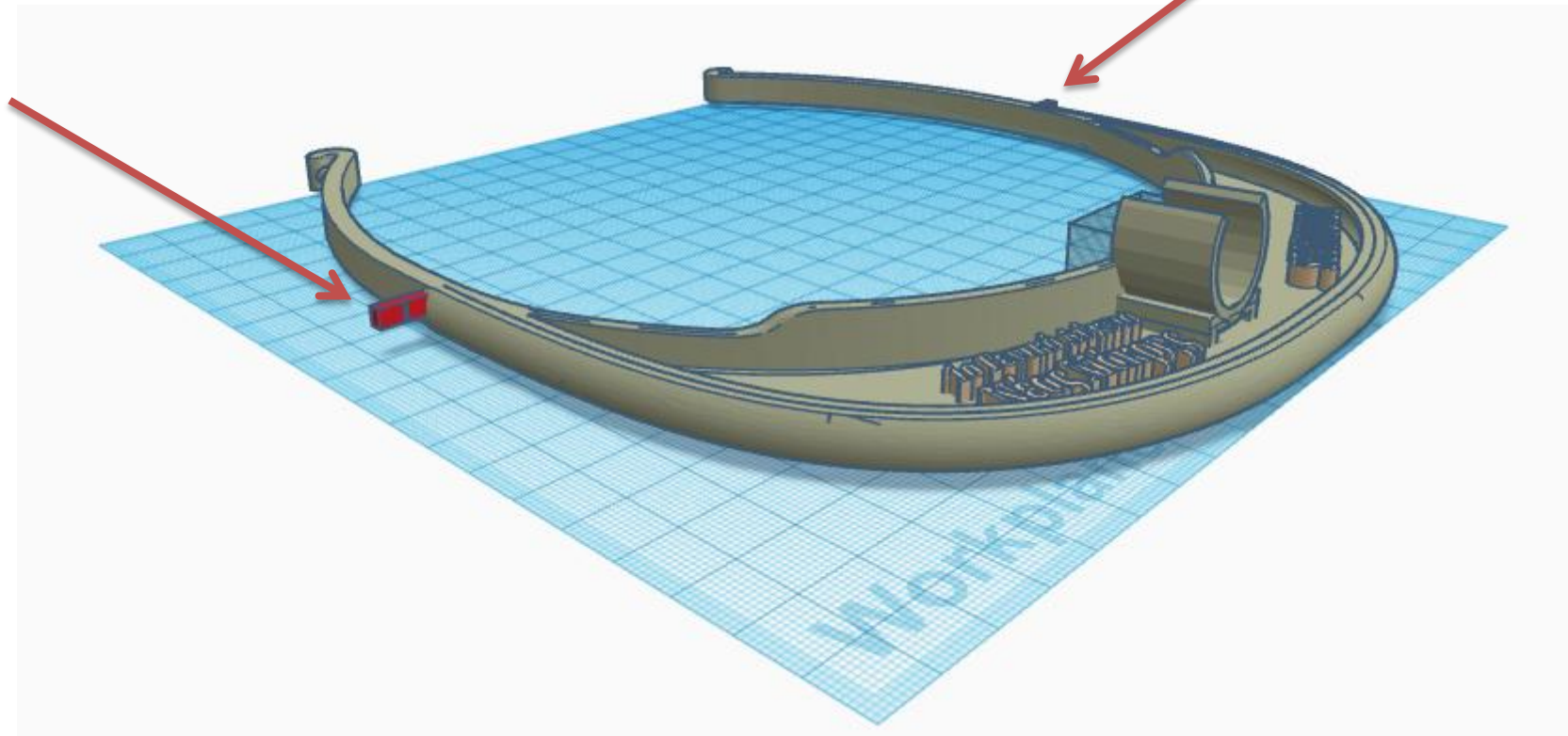


**Η ασπίδα μας**

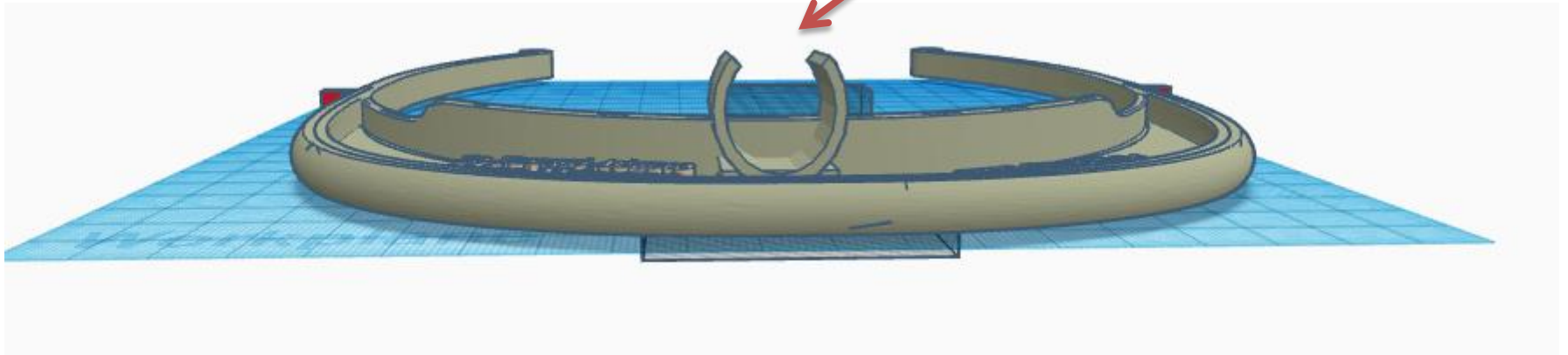




Θέσεις όπου θα κουμπώσει το κάλυμμα της ασπίδας και θα επιτρέπει σε αυτόν που τη φορά να σηκώνει το κάλυμμα όταν είναι απαραίτητο



Θέση που επιτρέπει την τοποθέτηση κάποιου βοηθητικού εξαρτήματος, όπως ένας φακός.



## Βιβλιογραφία:

- <https://www.skai.gr/news/opinions/paidia-se-karantina-to-oksygonotisroutinas-kai-to-sosivio-gia-kanonikotita>
- <https://www.ladylike.gr/women-today/paidia-kai-karantina-oi-epiptoseis-stinpsixiki-tous-igeia-kai-ta-tips-tis-eidikou-gia-na-ta-voithiseis/>
- <https://insidestory.gr/article/covid19-karantina-ki-o-rolos-ton-sholeion>
- <https://imedical.gr/anoigma-scholeion-ti-prokalese-kleisoyra-stin-psychikiygeia-ton-paidion-symvoyles-toys-goneis/>
- <https://www.kathimerini.gr/society/561249553/i-psychiki-exantlisi-kai-toagchos-mathiton/>