

Исследование поведения старших подростков в период пандемии в Италии

DURANTE LA PANDEMIA MIO PAPA' È RISULTATO POSITIVO AL COVID. SONO STATO MOLTO PREOCCUPATO PER LUI, MA ANCHE PER MIA MAMMA E IL MIO FRATELLINO. MIO PAPA' È RIMASTO SOLO IN CAMPAGNA PER 40 GIORNI. NOI A CASA PER TRE SETTIMANE. ABBIAMO FATTO IL TAMPONE 2 VOLTE, MA IO SONO STATO CORAGGIOSO. STARE SEMPRE A CASA È PESANTE E QUANDO ESCO DEVO INDOSARE LA MASCHERINA CORRETTAMENTE, SPESSO MI JECCA.

LE SCUOLE SONO CHIUSE CO
QUANDO CI SONO LE VACANZE
LL'INIZIO MI PIACEVA, OR
MI MANCANO UN PO' I MIE
COMPAGNI, LA RITRACAZIO
ON SEMPRE MI VA DI FAR
A VIDEO LEZIONI.
C. V.

Проект

Adolescents & pandemic

I.I.S.S. Carlo Maria Carafa,
Mazzarino/Riesi, a.s. 2020/21

Федерико Заннони

Università di Bologna
(federico.zannoni3@unibo.it)

Исследование

Учебный год 2020/2021

Были опрошены 200 обучающихся старших классов средней школы "С. М. Карафа" Маццарино-Риези

Он написали эссе по следующим вопросам:

1) Какие эмоции, настроения и чувства вызвала нынешняя пандемическая ситуация, связанная с новыми правилами и ограничениями (с февраля 2020г.)?

2) Я и другие: повлиял ли коронавирус на отношения со взрослыми и с собственным телом.





События в моменте

“Я помню, когда все началось, мы шутили, что мы не в Китае и невосприимчивы к КОВИД-19.

Но это было не так, и инфекции начались в Ломбардии, а затем постепенно по всей Италии. Я помню, что страх был велик, и, в частности, мы заперлись в доме, когда умер врач из моей деревни.

24 марта 2020 года - доктор умирает.

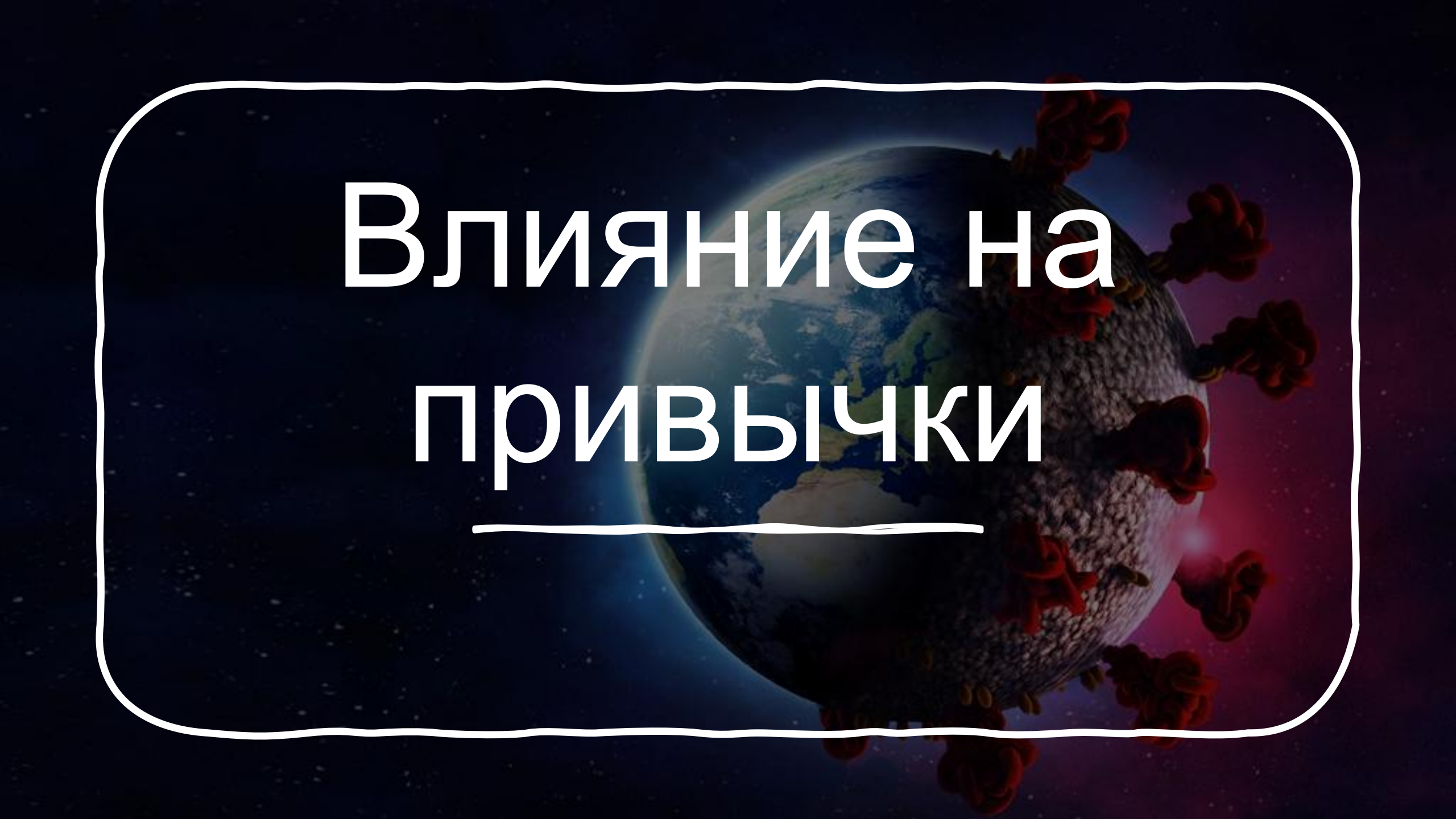
В деревне царили страх, тоска; никто больше не ходил по улицам. Врача хоронили без процессии, без родственников, без приходского священника, который не мог впустить никого в свою церковь, а только осенил крестным знаменем. Деревня отвернулась от доктора после всего хорошего, что он сделал стольким людям”

"Мы не можем забыть тот проклятый день 18 марта 2020 года, когда около семидесяти армейских грузовиков увезли из больниц тела людей, умерших от COVID-19".

"Закрытие школ и начало дистанционного обучения ознаменовали новую реальность во всей Италии".



Влияние на привычки



Изменения и трансформации



"Я все еще не могу поверить, что маленький невидимый вирус изменил наш образ жизни".

"Этот вирус отнял у меня, возможно, лучшие годы моей жизни, годы, полные легкости и беззаботности".

"Я скучаю по теплу человеческого общения, по возможности встречаться со своими друзьями, по вечерам на дискотеке, но также и по тем, когда мы собирались, чтобы просто посмотреть фильм, я скучаю по свежему и чистому воздуху, я скучаю по обычной поездке домой - в школу, я скучаю по своим учителям, по возможности путешествовать ...

В нескольких простых словах я скучаю по нормальности, я бы хотел, чтобы все это было просто кошмаром, но, к сожалению, это не так".

Пустота, тишина, паника и страх



"Пребывание в "пустом пространстве", в котором нет занятий, привычек, отношений, улыбок и объятий ... "

"То, что я чувствовал, было конкретной и осязаемой тишиной, но именно эта тишина определяет смысл происходящего".

"Мои дни скучны, пусты, полны паники и страха".

Проекты
отменены или
приостановлены

CANCELLED

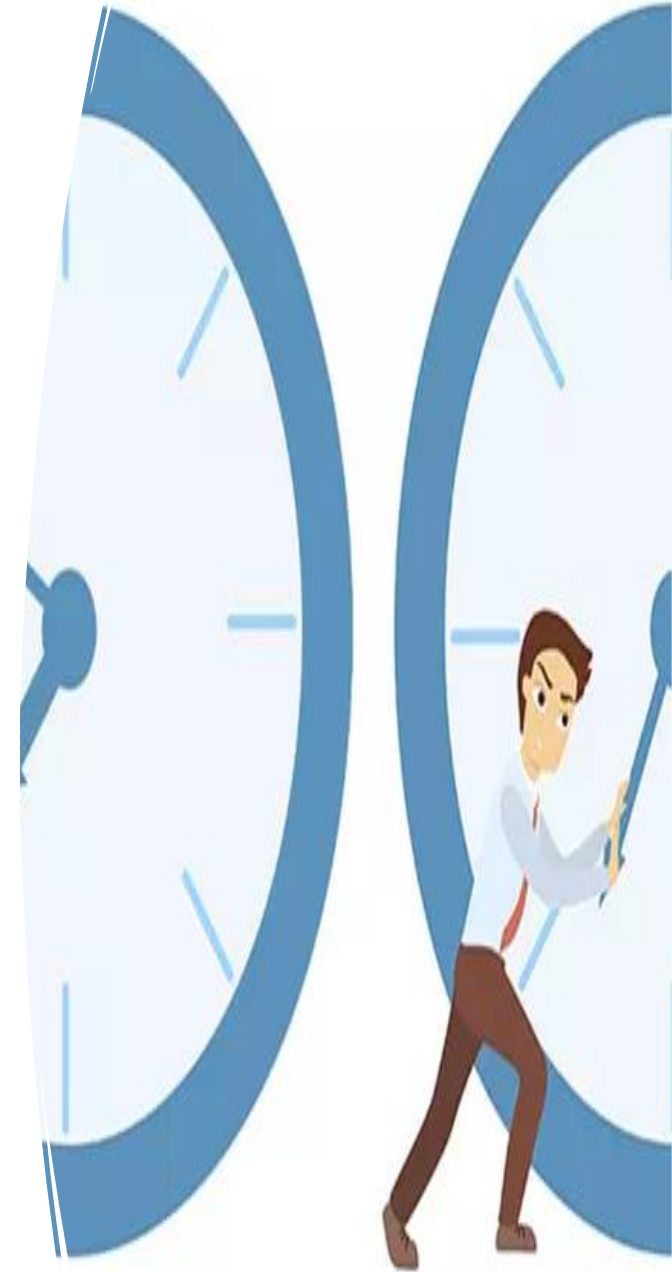
"Теперь все планы на будущее
или на настоящее больше
ничего не значат."



Стресс

Эскалация

- “Как обычно, в январе и феврале мы жаловались, что наша жизнь монотонна, не подозревая, что настоящее однообразие вот-вот наступит. Когда школы внезапно закрылись на две недели, чтобы предотвратить распространение вируса – нас охватила радость. Тогда мы не понимали, что будем скучать по той школе, которую считали "занозой". По мере того как проходили месяцы заперти, эта первоначальная радость становилась все более эфемерной, пока не превратилась в настоящую печаль”.
- "Почти год назад это было началом пандемии коронавируса. С каждым днем я все больше и больше нервничал и испытывал стресс из-за изоляции, которая не позволяла нам выходить на улицу”.





Психика

"Моим врагом все эти месяцы был не вирус, а чувство психического и физического стеснения, которое преследовало меня каждый день".

"Это было темное время. Это был я, только я.

Музыка была лучшей вещью.

Я ненавидел свой характер, свое тело, самого себя. Каждый день, каждую ночь я плакал. Я чувствовал печаль и презрение к себе".

"Долгое время я проводил свои дни, постоянно думая об одном и том же и о невозможности вернуть "прежнего себя", и вместо того, чтобы найти решение и улучшить свое положение, я наблюдал за жизнью через социальные сети.

Меня словно выключили! "



- "Я чувствовал, что у меня отняли лучшие годы моей жизни и собственно желание жить".
- "Я кардинально изменился, я больше не могу общаться с людьми, выражать то, что я чувствую, и внутри меня есть гнев".

“Тот факт, что я не одевалась и не красилась, чтобы пойти в школу или еще куда-нибудь, привел меня к другому, менее строгому видению себя, заставив меня поверить, что это была настоящая я.

Излишне говорить, что это также повлияло на мое психическое здоровье: меня мутило, ничего не хотелось делать, и те немногие вещи, которые было необходимо делать, воспринимались, как нечто недостижимое.

Я провела последние несколько недель с отцом, плача, так как чувствовала умственное истощение, словно мой мозг был в режиме ожидания“.





Тело

"С течением дней при минимизации физического движения, наши тела все больше и больше уставали, ничего не делая".

"Мое тело меняется и очень страдает, у меня болят мышцы, спина, и каждый раз, когда я встаю, у меня темнеет в глазах".

"Мое тело, зажатое между этими четырьмя стенами, все больше и больше превращалось в поле битвы, на котором изливались тревога, гнев, тоска, печаль, нетерпение, стресс; фактически, оно посылало мне сигналы тревоги, которые я больше не мог игнорировать: временами я даже чувствовал одышку".

"До изоляции я регулярно тренировался, и это вызывало у меня желание питаться здоровой пищей, в то время как во время карантина я попал в ловушку перекусов и различной нездоровой еды (от стресса, но и от скуки).

Это не принесло ничего, кроме негативного влияния на тело.

И отражение в зеркале говорит мне, что, возможно, что-то изменилось к худшему".





Общественная жизнь



"Не имея возможности встречаться с людьми, я потерял так много друзей! Сидеть дома, делая уроки по видео, и быть одному было слишком плохо".

"Нельзя отрицать, что эта пандемия каким-то образом оттолкнула нас друг от друга.

Нас оторвали от реальности, у людей больше нет контактов, отношения полностью разрушились".

“Хорошо, что есть технологии.

Конечно, это не похоже на обычную жизнь, когда есть зрительный контакт. В конце концов, мы видим друг друга через экран, это лучше, чем ничего“.

"Все немного упростилось благодаря наличию технологий, но в этот период плоскость и холодность социальных сетей все больше контрастируют с любовью, теплом и простотой объятий".





Школа



-
- "Для нас, молодых людей, это был тяжелый удар, но благодаря учителям нам с большим трудом удалось пережить учебный год".
 - "В этом году мы должны были отправиться в школьную поездку, мы ждали этого долгое время, но из-за этого вируса все отменили".
 - "Для меня школа-это не просто парта, где я буду сидеть за уроком, но это скорее место, где я общаюсь со своими одноклассниками и учителями. Хотя дистанционное обучение может удовлетворить школьные потребности и вопросы, оно никогда не сможет заполнить пустоту, оставшуюся после потери прямого контакта как между нами, учениками, так и с учителями".



“Школа стала только учебой и вопросами, учебой и оценками, учебой и домашними заданиями. В моем случае это имело эмоциональные последствия.

Я чувствую постоянное давление, ноющую тревогу...

Во время некоторых простых вопросов меня одолевает страх, что связь может прерваться, и учитель может подумать, что мы сделали это нарочно, из-за нервозности, которая уже присутствует, независимо от тестов”.

“Школа и учителя внесли свой вклад в то, чтобы сделать этот момент еще более трудным, соревнуясь в том, кто поставил больше задач (“ты все равно дома, и тебе нечего делать”), и оценивать, как будто завтра не наступит.

В середине июня мое психическое здоровье серьезно пошатнулось, пока с наступлением лета и возвратом некоторой свободы выхода, оно не восстановилось”.



Семья

Счастлиное время



- "Положительной стороной этой ситуации, безусловно, является близость к членам нашей семьи.
- Многие в этот период поняли истинное значение того, чтобы быть семьей; вынужденное заточение дома привело нас к тому, что мы делили больше моментов дня друг с другом, обсуждали, играли, смотрели вместе телевизор или просто шутили, и это, безусловно, укрепило эмоциональные связи между членами семьи".
- "Карантин ставит семьи в нетипичную ситуацию. Мы не привыкли жить все время в одном и том же пространстве с нашей семьей, вынужденное сосуществование может укрепить семейные узы".



"Мысль о том, чтобы весь день оставаться дома со своей семьей, я не скрываю, меня немного беспокоила. Первые несколько дней были приятными и веселыми, потому что это было что-то новое, мы никогда не были всей семьей вместе так долго, как за весь тот период. Советы и поддержка моих родителей были драгоценны и важны для меня".

"Этот опыт произвел радикальные изменения, когда я пришел к пониманию истинного значения семьи, поскольку примерно год назад у меня не было серьезного диалога с родителями или особенно с сестрами, так как я проводил большую часть своего времени вдали от дома".



- " В этот критический момент точкой отсчета были мои родители, которые, как я обнаружил, были недалеко от моего мира. я пережил с ними карантин, и смог установить еще более прочные отношения ... Они не были сварливы и строги, как я ожидал, но скорее они были близки мне в моменты уныния и печали и были способны поддерживать здоровое и уравновешенное состояние, передавая уверенность в период незащищенности.

Поэтому я заново открыл для себя ценность семьи, которую всегда недооценивал и принимал как должное, и именно это помогло мне вырасти и повзрослеть".

- "Во время изоляции мои родители стали моими друзьями".

-
- “Находясь все вместе дома, мы имели возможность лучше узнать родителей, часто слушая анекдоты и истории из их юности и, таким образом, могли приблизиться к их миру и их взгляду на вещи.
 - Это также помогло мне больше открыться им и укрепить наши отношения, сделав их более вовлеченными в мою жизнь”.
 - "Мы пробовали быть как повара, садовники, я даже привела в порядок свой дом и свою комнату, чего раньше не делала".



Конфликты

- "Нам, подросткам, трудно делиться эмоциями с родителями, потому что даже взрослые отвлекаются на новые технологии".
- "В начале изоляции я часто ссорился со своими родителями".





Бабушка с дедушкой

- “Больше всего меня поразила невозможность видеться с бабушкой, так как я связан с ней тесными узами. Я привык навещать ее каждый день, поэтому эта радикальная изоляция породила настоящее страдание, которое закончилось только тогда, когда появилась возможность навестить ее”.



ПОЗИТИВНЫЕ МЫСЛИ



ОПТИМИЗМ

- "Я убежден, что возможность может возникнуть из любого риска и ограничения. Приглашение состоит в том, чтобы принять его".
- "Чтобы придать заряд позитива, мне нравится вспоминать фразу из песни Чезаре Кремонини: "Как далеко еще предстоит зайти, вам понравится финал".
- "Дождь прояснял мои мысли, иногда уносил их прочь, освобождая место для новых. Солнце дарило мне спокойствие и тепло. Я старалась оставаться на крыше весь день, наслаждаясь видом горизонта".



Стратегии душевного спокойствия

- "Я спокойно переживал различные ситуации, я старался всегда быть счастливым и безмятежным, так как никто не виноват в том, что мы оказались в такой ситуации, и злиться или грустить бесполезно".
- "Занятие любимым делом позволяет негативным мыслям покинуть ваш разум. Это терапия для самого себя. Итак, я начал различать каждый божий день и находить в этом смысл".
- "Я заново открыл для себя радость "одиночества", удовольствие от ежедневного чтения, письма и рисования, которым по той или иной причине у меня раньше не было возможности наслаждаться".

-
- "Я использовал все свободное время, чтобы заниматься своими хобби, экспериментировать с рецептами, играть новые мелодии на скрипке и заниматься спортом, чтобы поддерживать себя в форме".
 - "Я научился сосредотачиваться на деталях своего внутреннего "Я" и на том, что меня окружает.

Мой глаз был способен увидеть что-то художественное даже в самых скучных уголках дома.

Я фотографировал все, что угодно: растения, картины, кресла, небо, лампы, но моим любимым объектом, несомненно, была моя кошка, культовая модель.

Я экспериментировал с гитарой, пел, рисовал, и с помощью множества фильмов, которые я смотрел, я подтвердил свою страсть к кино".



Самоанализ





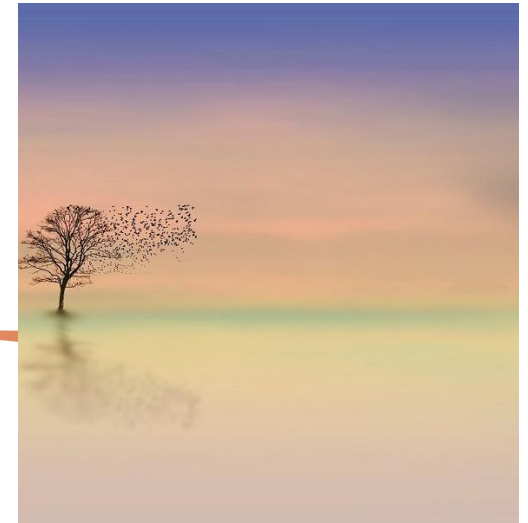
Рефлексия

- "Эта ситуация заставила меня немного подумать обо всем, в том числе и потому, что я не думал обо всем этом раньше".
- "Я дал время единственному человеку, который может глубоко понять меня, то есть самому себе".

Новые открытия, в т.ч. себя



- “Я научился путешествовать внутри себя, открывая стороны своего характера, которых раньше не знал; я научился ценить и наслаждаться маленькими и замечательными вещами, которые всегда были у меня под носом и которые я всегда игнорировал и принимал как должное”.
- “Это время помогло мне поразмыслить, познать новые стороны своего характера, заново открыть себя хрупкой со своими страхами и неуверенностью, но в то же время сильной и решительной”.
- “Я превратил гнев в решимость, а инертность в движение”.
- “Пандемия сделала меня более упорядоченным и любящим человеком, но в то же время более беспокойным и параноидальным”.



- “Я закрылся в своем мире, научившись ценить одиночество”.

- "На мой взгляд, одиночество не следует понимать как нечто негативное, но в нем есть и свои плюсы ...

На самом деле, благодаря этой пандемии, у нас было больше времени подумать о себе, впервые я почувствовал, что контролирую то время, которое всегда было в руках других

...приятно отдавать себя другим, но я обнаружил, что прежде всего мы должны отдавать себя самим себе

...я приобрел новую концепцию своего мышления - я перестал заботиться о мыслях и суждениях других..

Я экспериментировал с новыми видами деятельности, такими как медитация, которая очень помогла мне освободить душу от всех тех негативных эмоций,

Время было потрачено с пользой, потому что оно значительно обогатило мою душу, когда я осознал свою ценность и, следовательно, самого себя“.



“Тонкая линия отделяла мимолетный взгляд, который я бросала на свою фигуру перед тем, как пойти в школу, от тщательного наблюдения в течение этих месяцев. Рост волос, изменения черт лица .. это характеристики, о которых вы даже не подозреваете, когда слишком заняты постоянными переездами из одного места в другое.

Все казалось таким же, как и в любой другой день, пока я внимательно не посмотрела сквозь этот слой стекла и не увидела, **ЧТО Я изменилась, как внутри, так и снаружи**”.

“Я должен в определенном смысле поблагодарить эту самоизоляцию, она помогла мне лучше осознать то, что меня окружает, и придать этому более важную ценность”.

“Я обнаружил, что холодная сторона меня изменилась в положительную сторону, я научился не держать зла и научился говорить о любви”.

Принятие

“Это было плохое время.

Однако я не могу сказать, что это не помогло.

Я научился быть более независимым.

И за эти месяцы я научился принимать все свои недостатки, как тела, так и характера”.



Принятие хрупкости, уязвимости, неопределенности и непредсказуемости



- "Этот вирус показал нам, что у нас не может быть уверенности или претензий в отношении нашего будущего, потому что оно не принадлежит нам и может быть отнято у нас в одно мгновение".
- "Это заставило меня взглянуть на вещи по-другому, заставило меня почувствовать благодарность и счастье за то, что у меня есть, а не принимать это как должное".

-
- “Мы нашли родственников, с которыми не встречались, мы прощали, мы спорили, мы думали, мы плакали, мы злились, но мы также были счастливы.
 - Мы поняли, что важно не количество времени, а качество, и что мы все уязвимы”.
 - "Я начал сомневаться в некоторых своих убеждениях, позволять себе паузы для размышлений, осознавать свои ограничения и слабости, но я и представить себе не мог, что за этим последуют такие трудные и мрачные моменты”.





Увидеть красоту

"Теперь все мы наблюдаем мир совершенно по-другому, более осознанно, признавая его настоящую красоту".

“Благодаря карантину я понял, насколько реальность лучше виртуальности.

Я часто часами просиживал перед экраном, и теперь, когда я больше не могу выйти за пределы дома, я понимаю, что совершал ошибку.

Выходить на улицу, быть с другими и жить по-настоящему имеют гораздо большую ценность, чем сидеть дома перед экраном, прячась от повседневной реальности.

Я узнал, что мы не ценим вещи, пока не потеряем их, и что самые обыденные вещи могут оказаться самыми важными в нашей жизни“.



Дружба

- "В этой ситуации я поняла, кем на самом деле являются люди, которые хотят быть рядом, я узнала, что лучшие друзья могут оказаться совершенно незнакомыми людьми, что великие вещи видны в маленьких жестах".
- "В этот период ограничений я осознала важность моих спутников и друзей, как сильно я скучаю по тому, чтобы быть с ними, обнимать их, не боясь причинить какой-либо ущерб".

Свобода

- "Никогда раньше я не осознавал важность свободы, которой мы наслаждались до прихода этой пандемии".
- "Свобода подобна воздуху, и ты понимаешь, чего она стоит, когда ее отбирают!"

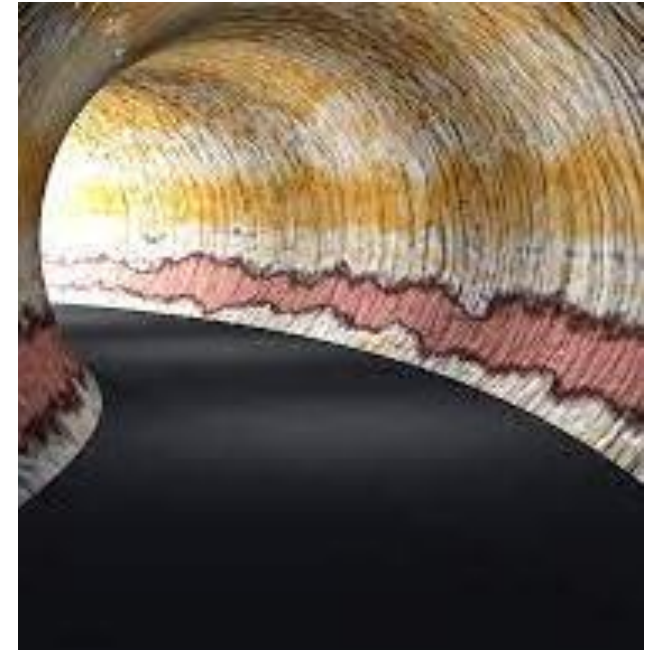





Страх перед будущим

-
- “Такое ощущение, что мы почти на съемочной площадке научно-фантастического фильма, но это совсем не так.
 - Помимо тревоги, есть страх, вызванный не столько тем, что я могу заразиться, сколько тем, что я могу заразить свою семью.
 - **И настоящий страх перед неизвестностью, перед неопределенностью моего будущего.**
 - Если раньше я представлял себя в городе, далеко от моей деревни, погруженным в университетскую среду, окруженным новыми знакомыми, то теперь это "видение" немного изменилось.
 - Уже не так легко представить себя в большом городе, с осознанием текущей ситуации”.

“Эпидемия лишила нас свободы, простого объятия, контакта, привязанности, возможности мыслить масштабно и думать о будущем, которое неопределенно и нестабильно”.





Защита поколений



- "2020 год для большинства из нас должен был стать годом радости, началом нашего путешествия во взрослую жизнь. Все цели, которые мы поставили в начале этого года, были полностью разрушены глобальной пандемией “.
- “Я испытываю сильный гнев, когда слышу, что наше поколение безответственных, грубых, некультурных людей, потому что не мы стали причиной этого.
- Я разочарован, когда слышу, что мы будем поколением в депрессии, людей, которые недоверчивы и испытывают трудности в общении.
- Я совсем не согласен, потому что мы все готовы встретиться лицом к лицу с тем, что ждет нас впереди, и мы первые, кто с нетерпением ждет возможности снова обняться и больше не носить маски“.



- “Мои отношения и мое уважение к взрослому поколению изменились; это было вызвано недобрыми и немотивированными суждениями, особенно пожилых людей, по отношению к нам, молодым людям, которые считаются основной причиной распространения инфекции после наших так называемых "собраний", отношение, которое я считаю чрезмерно лицемерным, учитывая тот факт, что они сами носили маски, держа носы открытыми”.
- "Я также понял, что распространение этого вируса произошло из-за большой безответственности не только среди молодежи, но и среди взрослых”.

Спасибо за
внимание

