Distansundervisning under COVID-19 pandemin

Lisa B Thorell & Lotta Borg Skoglund
Institutionen för klinisk neurovetenskap
Karolinska Institutet

Karolinska Institutet

“Det känns som att jag är död på insidan. Det går inte att komma igång med någonting”

Mira 13 år

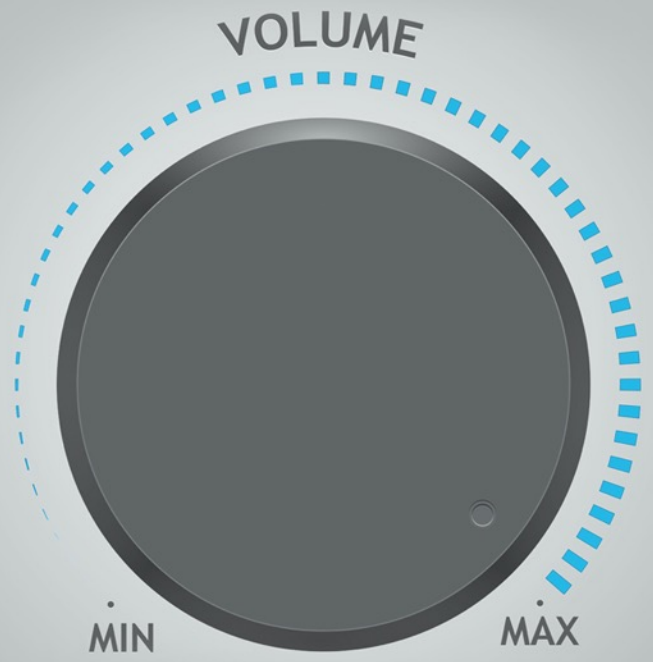
Exekutiva Funktioner

Hjärnans kontrolltorn

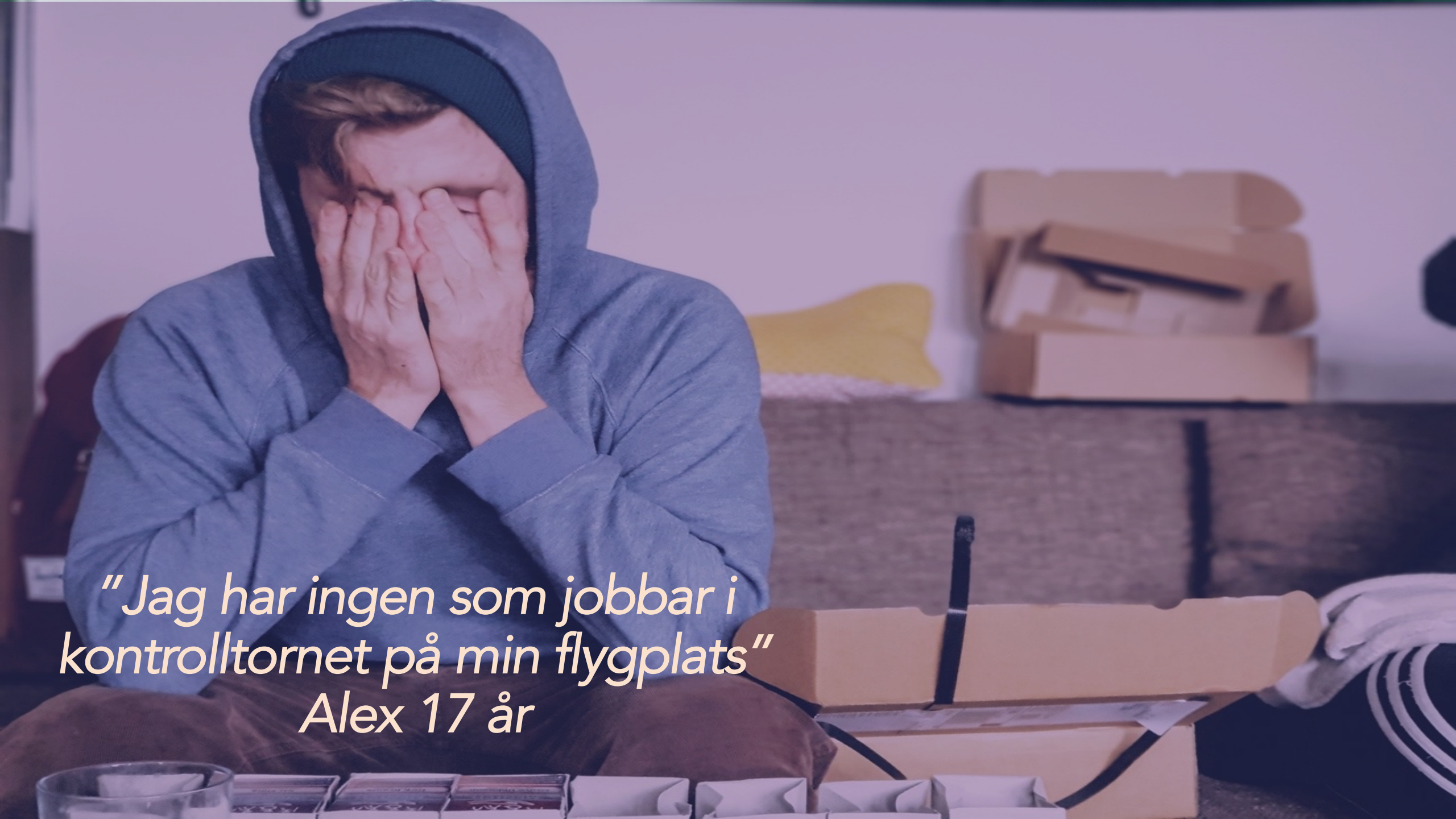
- Planera
- Strukturera
- Organisera
- Prioritera
- Byta strategi
- Komma igång
- Slutföra

Hjärnans volymknapp

Svårt att reglera: Motivation – Energi – Aktivitet - Känslor – Aptit - Sömn



SMART psykiatri



”Jag har ingen som jobbar i kontrolltornet på min flygplats”
Alex 17 år

DISTANSUNDERVISNING UNDER COVID-19

Ett samarbete med forskargrupper från sju europeiska länder

Sverige: Lisa Thorell, Lotta Borg Skoglund & Matilda Sörlin

Tyskland: Ricarda Steinmayr, Hanna Christiansen

Belgien: Dieter Baeyens, Saskia van der Oord

Storbritannien: Madeleine J. Groom, Iman Idrees

Italien: Irene C. Mammarella, Giulia Crisci, Ughetta M. Moscardino

Spanien: Almudena Giménez de la Peña, Juan Luis Luque, Maja Roch

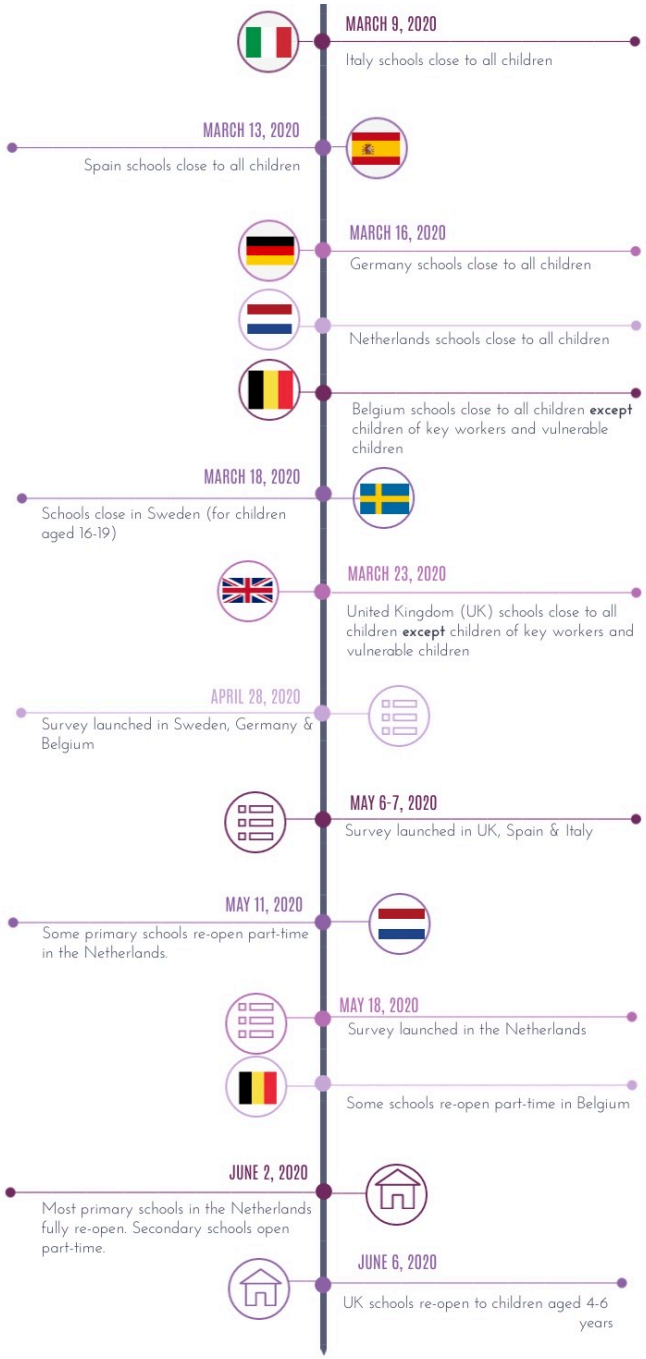
Nederländerna: Anselm B. M. Fuermaier, Barbara J. van den Hoofdakker, Marjolein Luman

Karolinska Institutet

STUDIEUPPLÄGG

I studien svarar föräldrar till barn som distansundervisats under COVID-19 pandemin under minst 2 veckor på en anonym, digital enkät. Rekryteringen skedde via kontakt med skolor, patientorganisationer och social media.

- **MARS 2020:** Skolor stängs ned
- **APRIL 2020:** Studien påbörjas i Sverige, Tyskland och Belgien
- **MAJ 2020:** Studien påbörjas i UK, Spanien, Italien och Nederländerna
- **JUNI/JULI 2020:** Studien avslutas (exakt datum utifrån terminsavslutning i de olika länderna)



COVID-19 Distansundervisning

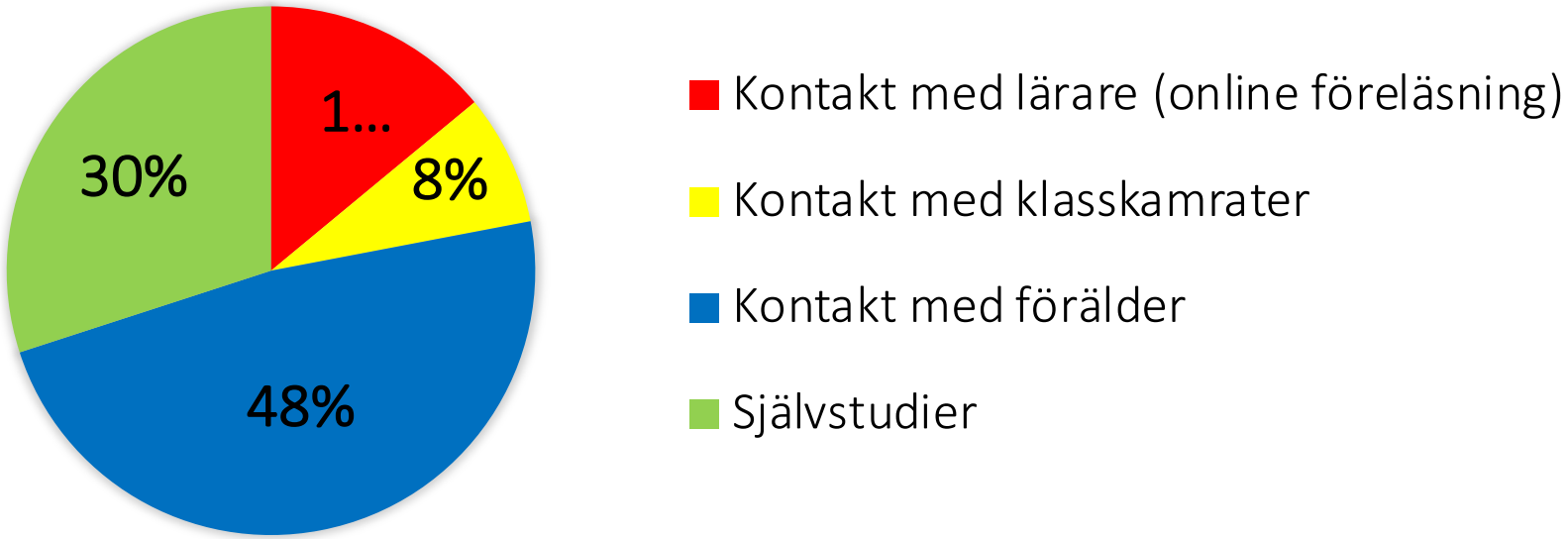
Karolinska Institutet

- Föräldrar till barn med pågående distansundervisning i åldern 5-19 år n = 6720
- Familjer där barn har psykiatrisk diagnos n = 2002 (extra fokus på denna grupp)

  - Tyskland (n = 1662)
  - Spanien (n = 1491)
  - Sverige (n = 1436)
  - Italien (n = 794)
  - Storbritannien (n = 508)
  - Belgien (n = 508)
  - Nederländerna (n = 324)

Publikation: Thorell, L.B., Skoglund C., et al. 2020 Parental experiences of homeschooling during the COVID-19 pandemic: Differences between seven European countries and between children with and without mental health conditions, *European Journal of Child and Adolescent Psychiatry https://doi.org/10.1007/s00787-020-01706-1*

FÖRÄLDRARNA HAR GJORT ALLT JOBB I MÅNGA ANDRA LÄNDER!



Sverige har haft en enorm fördel av att skolorna så snabbt kunnat gå över till digital undervisning. Detta har inte varit möjligt i många andra länder p.g.a. brist på datorer. Vissa länder har tidigare motarbetat att barn ska arbeta med datorer i skolan, vilket nu fått stora konsekvenser

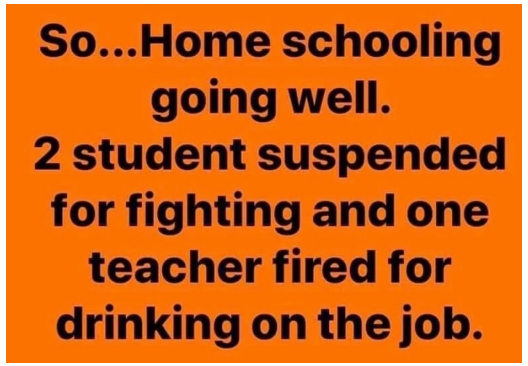
Sannolikt har familjer som redan är utsatta (föräldrar som är utlandsfödda, har låg utbildningsnivå och/eller psykiatriska svårigheter) särskilt drabbade av skolnedstängningen. Detta har varit svårt att undersöka i denna studie p.g.a. lågt deltagande i dessa grupper.

FÖRÄLDRARNA GÖR ALLT JOBB!

Karolinska Institutet

- Även i Sverige har föräldrar till barn med NPF många gånger fått dra ett tungt lass. I vissa fall dock lägre tröskel för barn med NPF att delta i digital undervisningen jämfört med vanlig skolgång.

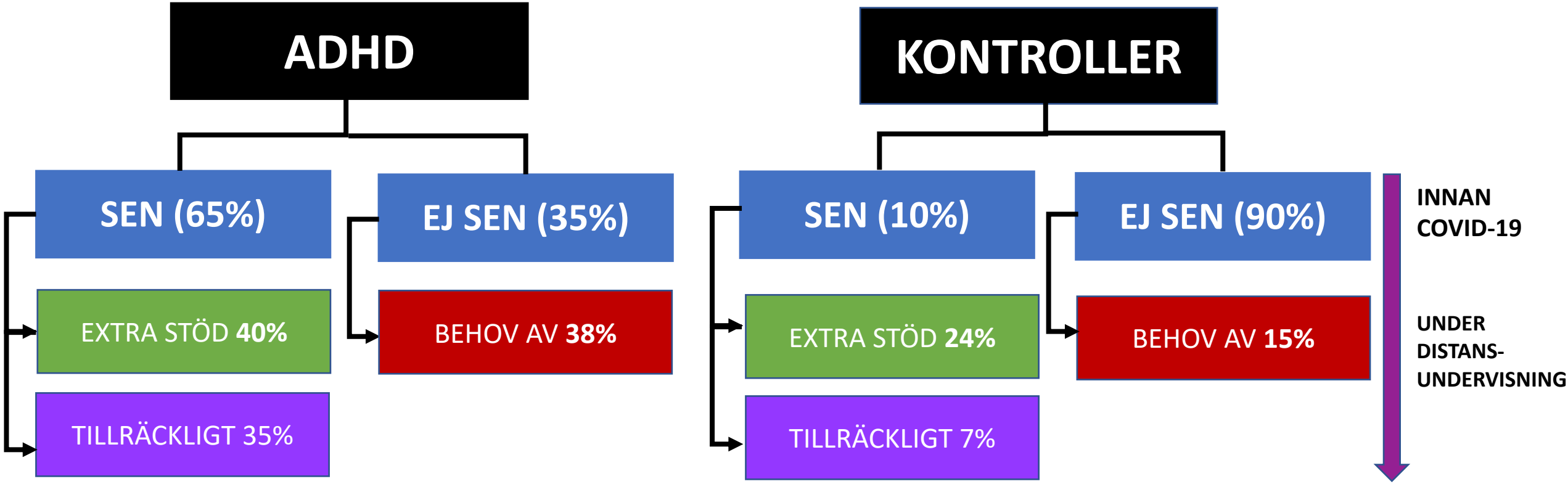
- Föräldrar rapporterade ökade konflikter med barnen (30%), mellan föräldrar (15%), och ökad alkoholkonsumtion i hemmet (genomsnitt 5% men upp till 16-19% i Storbritannien). Viktigt för skolan att tänka på att en hel del barn har haft en tuff hemmasituation under pandemin.



SÄRSKILT STÖD I SKOLAN

Special Educational Needs (SEN)

Karolinska Institutet

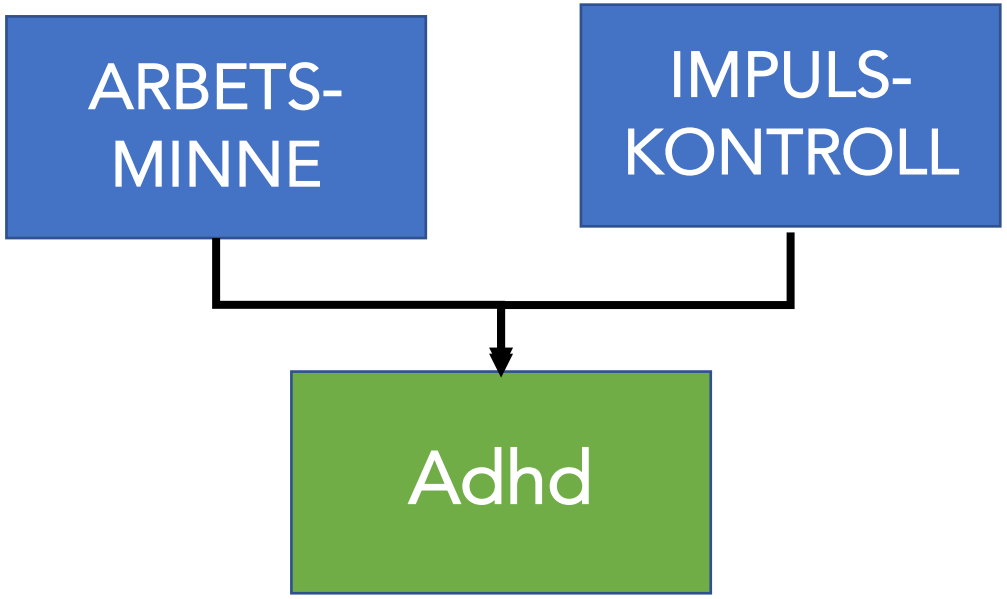


- Endast en minoritet av barn med SEN innan pandemin fick extra stöd under distansundervisningen.
- Få av de som fick stöd tyckte att detta stöd var tillräckligt för att klara av studierna.
- Vi identifierade en grupp barn som under normala omständigheter inte var i behov av särskilt stöd men som var i behov av det p.g.a. hemskolning.

ALLA MED ADHD HAR INTE SAMMA NEDSÄTTNINGAR

Karolinska Institutet

Beror effekterna av distansundervisning på underliggande adhd-symtom eller bristande exekutiva funktioner?



Exekutiva Funktioner (EF) = Impulskontroll och arbetsminne. Mäts via frågor från "Childhood Executive Functioning Inventory (CHEXI)"

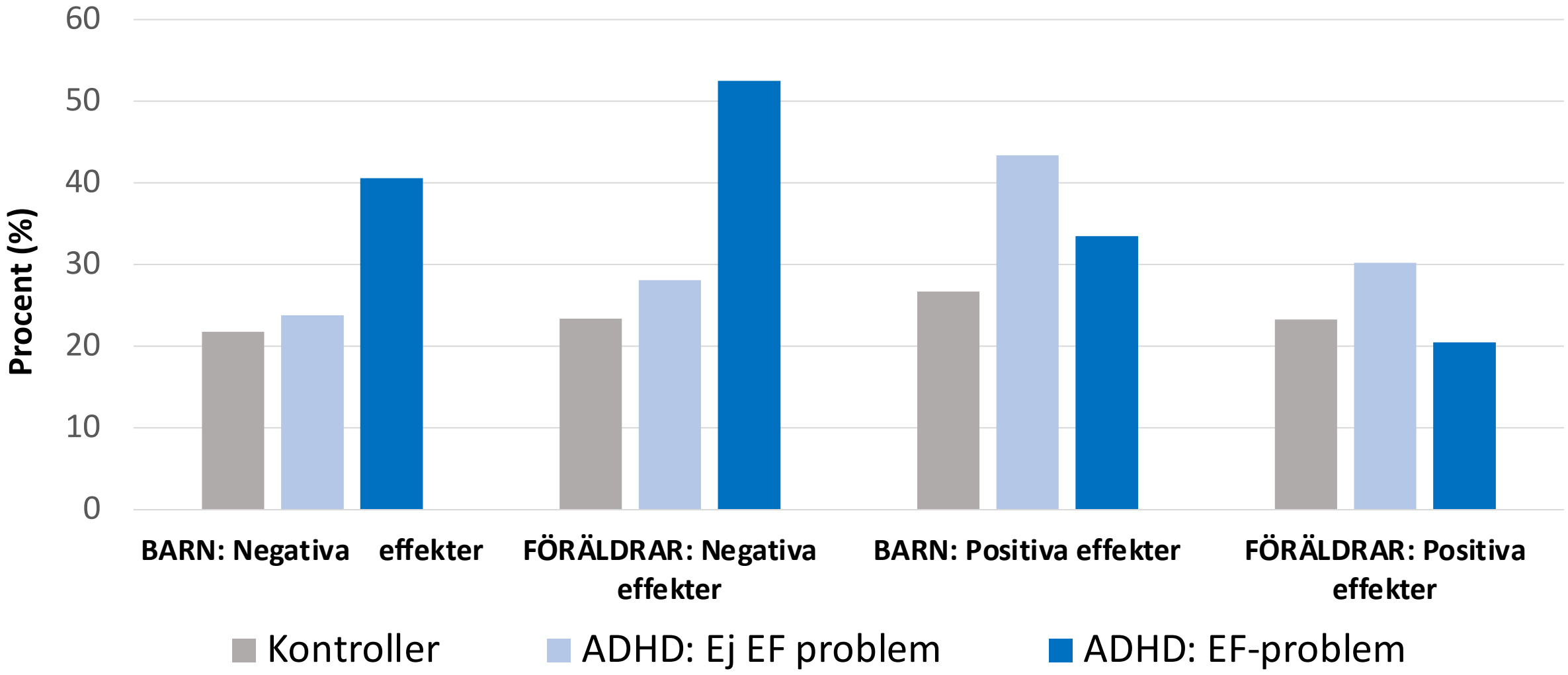
Barn med adhd-diagnos (n = 692)

Utan EF-problem (n = 183, 26%)
Med EF-problem (n = 509, 74%)

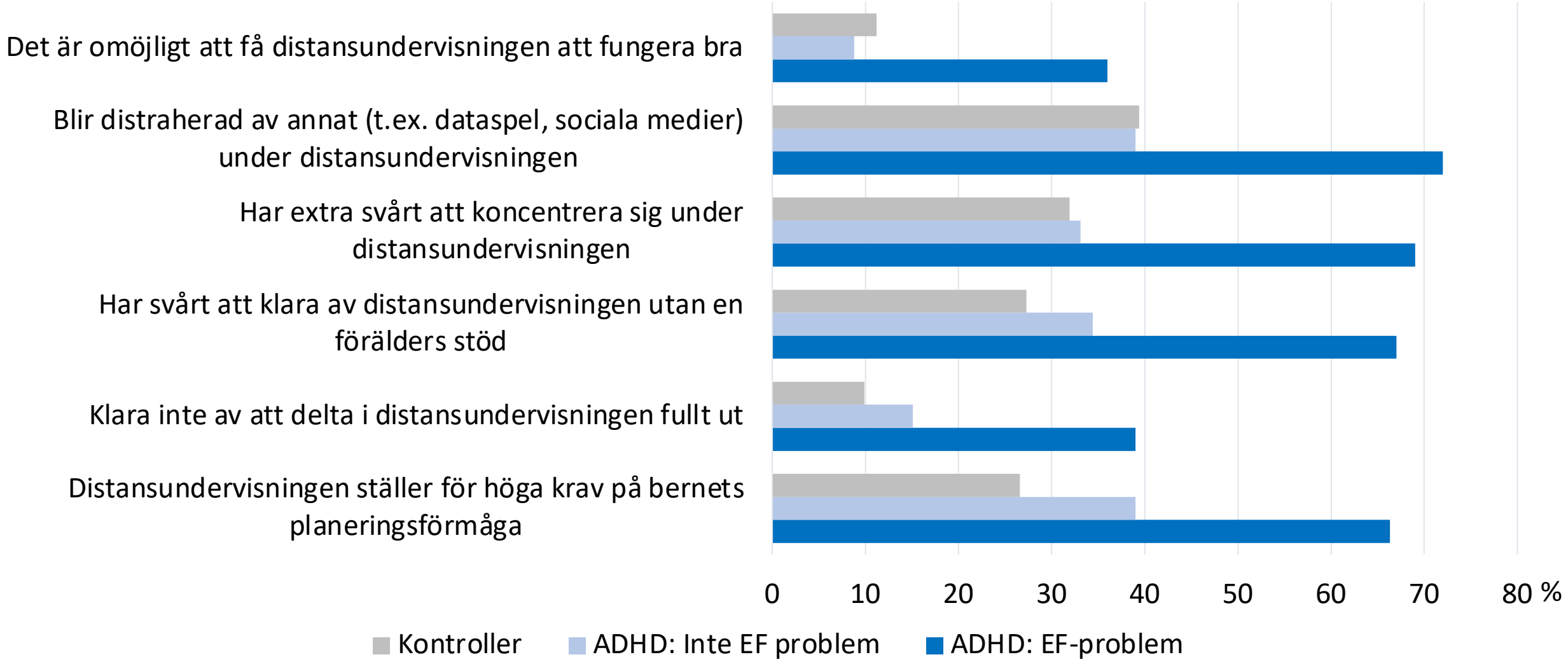
Matchade kontroller (n =692) barn utan psykiatriska diagnoser (ålder, kön, land)

COVID-19 DISTANSUNDERVISNING

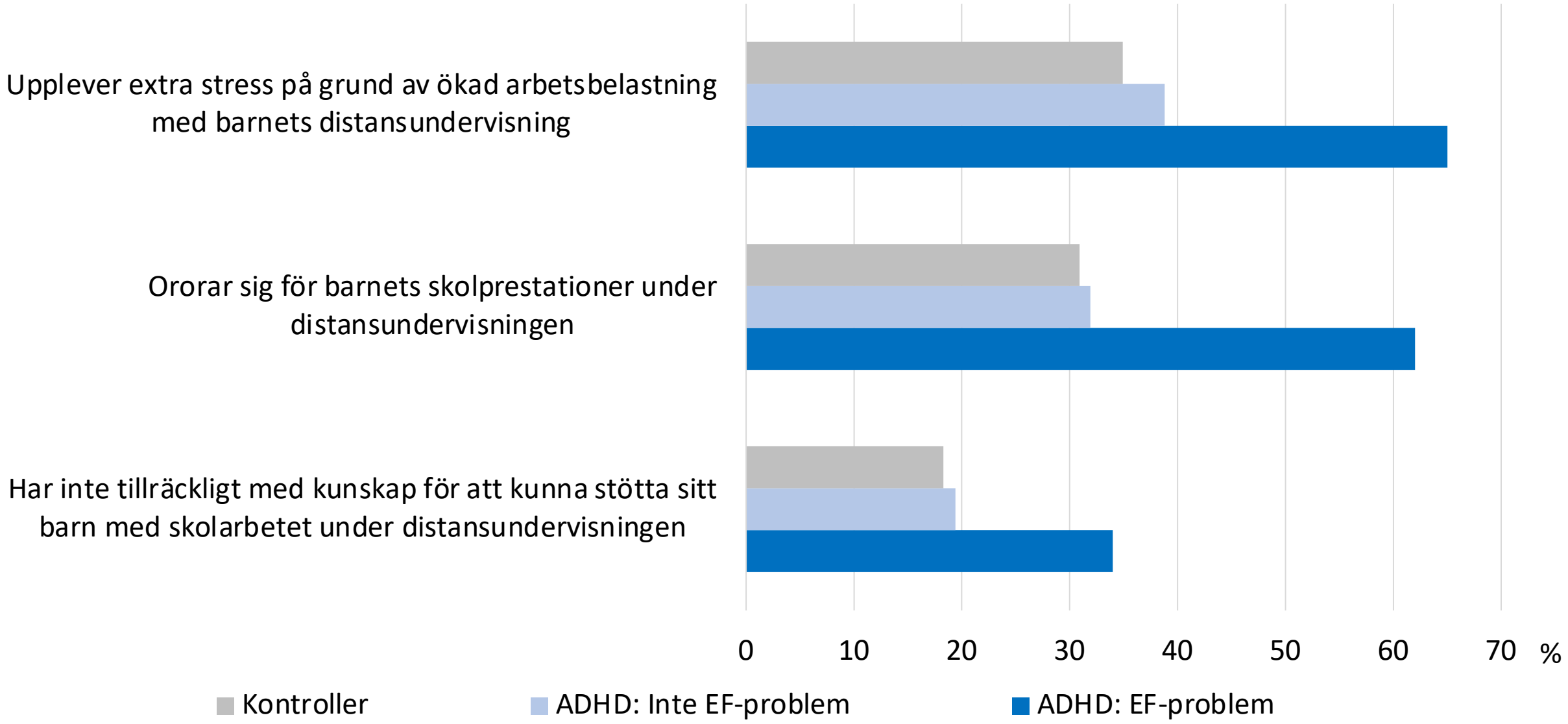
Allmänna upplevelser



Barnens förmåga att delta i distansundervisningen



Hur påverkas föräldrarna av distansundervisningen?



KVALITATIVA SVAR

Karolinska Institutet

- Många gånger fann vi samma kategorier av svar när vi frågade om positiva respektive negativa effekter av distansundervisning under COVID-19 (d.v.s. det som vissa familjer uppfattade som positivt upplevde andra som negativt)

KONCENTRATION

Svårare att koncentrera sig hemifrån

Lättare att koncentrera sig hemifrån

TIDSBESPARANDE

Allt tar mycket längre tid hemifrån

Sparar in restid som kan läggas på motion

LUNCH

Dyrt och svårt att fixa lunch

Kul och mysigt att äta lunch tillsammans

SOCIALA KONTAKTER

Saknar kompisarna

Skönt att slippa klasskamretarna

Adhd & autism

En stor utmaning under pandemin

Sammanfattning

- Distansundervisningen under Covid-19 pandemin har haft många negativa konsekvenser för både barn och föräldrar.
- De flesta länder har inte haft fungerande online-undervisning.
- Mer negativa effekter i familjer där ett barn har adhd, men även familjer utan barn med NPF rapporterade mycket påfrestningar och svårigheter.
- Störst negativa konsekvenser om barnet har EF-problem (arbetsminne och impulskontroll)
- Vi har sannolikt underskattat de negativa konsekvenserna eftersom särskilt utsatta familjer (utlandsfödda, låg utbildning) inte representerades.

SMART psykiatri

Kunskap, kunskap, kunskap…

- Pedagogiska råd för NPF är som diabeteskost - Bra för alla!
- Tydliga förväntningar, förutsägbarhet, förberedelser. Förklara vid förändring.
- Information i tal, skrift och bild. Vad händer under dagen?
- Strukturera och avgränsa information som ges fortlöpande
- Nära kontakt med föräldrar
  - Berätta att du har basal kunskap om NPF och samtidigt förstår att varje barn är unikt
  - Fråga föräldrar om vanliga problem och barnets styrkor
  - Fråga specifikt om barnets egna förväntningar och farhågor
  - Fråga vad som fungerar bäst vid konflikter och låsningar ?

SMART psykiatri

TACK FÖR ATT NI LYSSNAT!

FRÅGOR?

LISA THORELL PHD
KAROLINSKA INSTITUTET

LISA.THORELL@KI.SE
https://medarbetare.ki.se/people/listho

LOTTA BORG SKOGLUND MD PHD
SMART Psykiatri

WWW.SMARTPSYKIATRI.SE
INFO@SMARTPSYKIATRI.SE
INSTAGRAM:@lottaborgskoglund
FACEBOOK: LOTTA BORG SKOGLUND
WWW.LINKEDIN.COM/IN/LBS001