

EFECTELE PANDEMIEI COVID-19 ASUPRA SĂNĂTĂȚII ȘI STĂRII  
DE BINE A COPIILOR

ANDA RODIDEAL\*  
VALENTINA MARINESCU\*\*

ABSTRACT

CONSEQUENCES OF COVID-19 PANDEMIC ON CHILDREN  
WELL-BEING AND DEVELOPMENT

Considering the restriction of social interactions and the shift to the online school due to the COVID 19 pandemic, this article highlights the potential harmful consequences of this shift. Based on the results of researches conducted before and during the pandemic, the consequences of social isolation and prolonged use of digital technology by children and adolescents can be serious, affecting their long-term physical, cognitive and socio-emotional development. Numerous studies have shown that the main risks concern: (1) access to online content: addiction, cyberbullying, age-inappropriate information, personal data security issues; (2) lack of physical activity and social interaction: diseases, altered sleep patterns, sedentarism, unhealthy eating habits, obesity, diabetes, anxiety, depression, suicide risk and low social skills in the future. All these should be further researched by redesigning and conceptualising technostress, a concept used to bring together the undesirable effects that occur for adults who use intensively the digital technologies for professional purposes.

The comparative research carried out with parents in two secondary Romanian schools has highlighted that parents are still confused, while the socio-economic and educational status of the family influences the emergence of risks related to the online content accessed by children, but not the risks related to social isolation and prolonged use of technology by children.

**Keywords:** COVID-19 pandemic, online school, children physical and psychological health, technostress.

---

\* PhD, teacher, school counselor, e-mail: [a\\_rodideal@yahoo.com](mailto:a_rodideal@yahoo.com).

\*\* Professor. habil. PhD., Faculty of Sociology and Social Work, University of Bucharest, e-mail: [vmarinescu9@yahoo.com](mailto:vmarinescu9@yahoo.com).



## INTRODUCERE

Starea de urgență datorată pandemiei COVID-19, ce a impus limitarea drastică a deplasărilor și interacțiunilor umane, a determinat și în România închiderea tuturor instituțiilor educaționale (formale și non-formale) și transferarea procesului educațional în mediul online (în momentul de vârf al pandemiei, 90 % dintre elevii lumii erau afectați de închiderea școlilor, iar în septembrie 2020, jumătate dintre ei încă nu aveau voie să revină la școală (EEAS, 2020)). Deși se dorește revenirea la educația clasică, în format fizic, după aproape un an de școală online, în România toți actorii educaționali (profesori, părinți și copii) au fost nevoiți să se adapteze, formându-și noi competențe digitale și încercând prin toate mijloacele să păstreze dinamica interacțiunilor și ritmicitatea programului școlar. În analizele realizate în acest interval asupra consecințelor acestei mutații disruptive asupra elevilor s-a pus accentul în special asupra măsurii în care se realizează educația online, iar standardele curriculare și finalitățile educaționale mai pot fi atinse, încercându-se a se remedia pierderile (CNPEE, 2020, Florian, Țoc, 2020, Botnariuc, Cucos *et al.*, 2020). O mai mică atenție s-a acordat efectelor mai puțin vizibile asupra elevilor ale micilor ecrane digitale ale diverselor aparate conectate la internet, respectiv cercetarea modurilor în care sănătatea și starea lor de bine este afectată. De aceea, în articolul de față vom detalia aceste aspecte, ce țin de starea de bine a copiilor, un concept-umbrelă complex, ce include o serie de factori din mediul proximal în corelație cu structura socio-culturală și economică a întregii societăți (Ben-Arieh *et al.*, 2014) structurat pe patru dimensiuni: fizic, psihic, social și material (Minkkinen, 2013).

Ținând cont de faptul că pandemia COVID-19 a afectat toate instituțiile și structurile sociale prin impunerea distanțării sociale, limitarea interacțiunilor și transformarea comunicării directe în comunicare mediată în toate sferele socio-economice în care a fost posibil, efectele asupra stării de bine a copiilor sunt diverse, situându-se la confluența micro-, mezo- și macro-mediului lor social. În acest context, vom analiza percepțiile părinților asupra efectelor școlii online asupra copiilor, în calitate lor de adulți reprezentativi și responsabili a le asigura starea de bine și dezvoltarea armonioasă. Astfel deschidem calea spre înțelegerea efectelor emergente cu caracter negativ ale pandemiei asupra copiilor, în scopul ghidării procesului de luare a unor măsuri ameliorative.

### SITUAȚIA PREZENTĂ ȘI CONSECINTELE PANDEMIEI ASUPRA EDUCAȚIEI ÎN ROMÂNIA

În România, închiderea școlilor și mutarea educației în mediul online în martie 2020 a fost percepută de toți actorii educaționali (elevi, părinți și profesori) ca o situație justificată, temporară, la care fiecare s-a adaptat funcție de propriile

resurse materiale, fizice și psihice. La nivel central-instituțional au fost luate numeroase măsuri, s-au încercat diferite variante și scenarii, în speranța că noul an școlar (ce a început în septembrie 2020) să se desfășoare în condiții cât mai apropiate de o normalitate în care amenințarea bolii era și este încă prezentă. La mai puțin de o lună de la începerea noului an școlar, evoluția pandemiei a impus pentru a doua oară trecerea totală la predarea și învățarea în mediul online, de această dată așteptările vizavi de buna funcționare a proceselor educative în sistem online fiind mult mai mari.

Deoarece în perioada martie – iunie 2020 a fost identificată o serie de factori ce au generat blocaje și inechități în atingerea finalităților educaționale și au influențat negativ „școala online” (accesul inegal la tehnologie, la rețeaua internet și competențele digitale diferit dezvoltate în rândul profesorilor, elevilor și părinților) (CNPEE, 2020, Florian, Țoc, 2020, Consiliul Elevilor, 2020a, 2020b, Botnariuc, Cucos *et al.*, 2020), pentru noul an școlar s-au făcut eforturi de minimizare a acestora. Se constată că măsurile implementate au vizat în special două planuri: planul financiar – logistic, respectiv dotarea școlilor cu tehnologie (în vederea asigurării învățământului hibrid și online) și a elevilor cu tablete conectate la internet (oferite tuturor elevilor care nu dispuneau de acces la tehnologie); planul educațional – curricular, printr-o bogată ofertă de cursuri și oportunități de formare (online) pentru cadrele didactice, în scopul familiarizării lor cu tehnologia și dezvoltării competențelor necesare pentru a desfășura procesele educaționale în format online (Săgeată, 2020, CNPEE, 2020, Florian, Țoc, 2020, Consiliul Elevilor, 2020a, 2020b, Botnariuc, Cucos *et al.*, 2020). În ceea ce privește părinții, pe de o parte au rămas simpli spectatori la măsurile luate la nivel instituțional, pe de altă parte au fost responsabilizați să faciliteze accesul copiilor la educația online, conform OMEC 5545 / 2020. În acest sens, datele arată că 20 % dintre familii au achiziționat noi dispozitive digitale (Velicu, 2020), iar părinții s-au implicat activ în procesul educațional online: peste 75 % dintre părinți au declarat că au oferit copiilor oportunități educative extra-școlare și peste 40 % dintre ei au urmărit îndeaproape derularea proceselor educaționale online de către profesori (Velicu, 2020, Dalu, Noveanu, 2020).

Cercetările realizate în țara noastră (Florian, Țoc, 2020, Botnariuc, Cucos, Glava *et al.*, 2020, IRES, 2020a, Consiliul Național al Elevilor, 2020) au demonstrat că în perioada martie – iunie 2020, cca. 40 % dintre elevi nu au avut parte de educație online (fie pentru că profesorii lor de la clasă nu au oferit-o, fie din cauza lipsei accesului la tehnologie), fapt „remediat” în perioada septembrie – decembrie 2020, când o parte dintre elevi a primit tablete conectate la internet, astfel încât procentul elevilor care nu au participat la orele online (care au devenit obligatorii a fi oferite de către profesori) a scăzut la 18 % în luna ianuarie 2021, potrivit declarațiilor ministrului educației (Peticilă, 2021).

De la închiderea școlilor pe 11 martie 2020 până în prezent, a fost realizată o serie de studii la nivel național, sondându-se opiniile părinților față de modul în

care sunt afectați de măsurile luate în domeniul educației (IRES, 2020a, 2020b, 2021, CNPEE, 2020, Salvați Copiii, 2020b, Velicu, 2020, 2021, Dalu, Noveanu, 2020), dar și ale elevilor (Consiliul Elevilor, 2020a, 2020b, CNPEE, 2020, Salvați Copiii 2020a, 2020b, Velicu, 2020, 2021) și ale profesorilor (Botnariuc, Cucuș, 2020, CNPEE, 2020, Salvați Copiii, 2020b, Velicu, 2020, 2021). Cele mai multe dintre studii au utilizat metode online de culegere a datelor, în afara celor realizate de IRES (2020a, 2020b, 2020c) și Salvați Copiii (2020b) care au utilizat CATI și interviuri față în față. Tot prin interviuri față în față a fost realizat studiul coordonat de UNICEF asupra situației copiilor din mediile vulnerabile, cu mențiunea că acest studiu s-a realizat în patru runde, intervievându-se actorii-cheie reprezentativi din comunitățile defavorizate vizate (UNICEF, 2020a, 2020b, 2020c, 2020d). Au mai fost publicate și analize asupra situației educației din țara noastră în perioada pandemiei, bazate pe analiza de conținut a datelor oficiale, publice (Florin, Țoc, 2020, Săgeată, 2020). Un sumar al aspectelor metodologice ale acestor cercetări se regăsește în *Tabelul nr. 1*.

*Tabelul nr. 1*

Sumar studii realizate la nivel național în perioada pandemiei COVID-19

Nr . crt	Autor	Perioada realizării studiului	Eșantion				Metoda colectare date
			elevi	părinți	profesori	alte categorii	
1	Botnariuc, Cucuș <i>et al.</i> , 2020	25–31 martie 2020	național		6436		chestionar online
2	Florin, Țoc, 2020	aprilie 2020					analiza documente oficiale
3	IRES, 2020a	27–30 aprilie 2020	național	1319			CATI
4	IRES, 2020 b	10–14 august 2020	național	1175			CATI
5	IRES, 2021	18–22 ianuarie 2021	național	1428			CATI
6	Consiliul Elevilor, 2020 a	mai 2020	național	11958			chestionar online

7	Consiliul Elevilor, 2020 b	august 2020		13000				chestionar online
8	CNPEE, 2020	mai-iunie 2020	național	219.073	316.492	65.309	6166 directori	chestionar online
9	Salvați Copiii, 2020a	iunie-iulie 2020	național	4792				chestionar online
10	Salvați Copiii, 2020b	2–14 oct 2020	național	400	400	400		CATI si FtF
11	Velicu, A. 2020	martie-iunie 2020	național	518	518			interviu online
12	Velicu, A., 2021	iulie 2020	național	518	518			interviu online
13	Dalu, Noveanu, 2020	26 iulie – 3 august	național		1067			chestionar online
14	UNICEF, 2020a, 2020b, 2020c, 2020d	aprilie, mai, iunie, iulie 2020					125 - actori relevanți	interviu FtF / 4 runde
15	ISMB, CMBRAE, 2020	1–15 mai, 2020	București	33.505	34.791	4.505		chestionare online
16	Săgeată, R., 2020	octombrie, 2020						analiza documente oficiale

Analizând rezultatele acestor cercetări asupra modului în care actorii educaționali (elevi, părinți, profesori) s-au raportat și adaptat la această situație nemaiîntâlnită, constatăm o serie de efecte emergente ale măsurilor impuse de autorități în vederea prevenirii infectării cu virusul SARS-COV2 a populației.

Datele demonstrează în primul rând decalajele dintre accesul și calitatea învățământului online în funcție de statusul socio-economic și educațional al familiilor, cei mai dezavantajați fiind elevii provenind din medii vulnerabile: familii sărace, de etnie romă, copiii cu cerințe educaționale speciale și cei care locuiesc în locuințe supraaglomerate (UNICEF, 2020a). Decalajul dintre educația în mediul rural și urban se menține, lucru evident în special în ceea ce privește accesul la tehnologie (aparatură și rețea internet performante) (IRES, 2020b), atât în familie, cât și la nivelul școlilor și al profesorilor. Studiile au urmărit și evidențierea modului în care are loc educația online (cine participă, ce platforme se folosesc, cum este percepută adaptarea predării – evaluării în context online) și ce obstacole se întâlnesc prin prisma nivelului de dezvoltare a competențelor digitale

ale profesorilor, părinților și copiilor (CNPEE, 2020, Consiliul Elevilor (2020b), Dalu, Noveanu, 2020, Salvați Copiii, 2020a). Raportul KiDiCoTi (Velicu, 2021) evidențiază suplimentar schimbarea pattern-urilor de consum digital în rândul familiilor, accentuând asupra problematicii riscurilor și oportunităților internetului pentru copii și a strategiilor de mediere digitală utilizate de părinți, în această direcție. De menționat că și acest raport evidențiază diferențele dintre percepțiile părinților funcție de statusul socio-economic al familiei, cei cu venituri sub medie având mai puține competențe digitale, identificând mai puține oportunități ale tehnologiei pentru copiii lor și mediind mai puțin comportamentul digital al copiilor (Velicu, 2021). Același raport demonstrează însă că în ceea ce privește nivelul competențelor digitale ale copiilor nu există diferențe decât în funcție de vârstă, iar percepția părinților vizavi de utilizarea excesivă a internetului și majoritatea riscurilor online pentru copii nu variază funcție de statusul socio-economic și educațional al familiei (Velicu 2021).

Sumarizând, constatăm că în perioada aprilie 2020 – ianuarie 2021 s-au cules (prin metode de cercetare aplicate preponderent mediat – online, sau telefonic –, dar și față în față), numeroase date vizavi de modul în care educația online s-a implementat și este acceptată de actorii educaționali în țara noastră. Cu toate acestea, cercetările au vizat în mai mică măsură efectele emergente profunde ale pandemiei, cu impact asupra stării de bine, sănătății fizice și mentale a elevilor și familiilor, deși la nivel internațional se atrage atenția asupra potențialelor efecte negative în plan socio-afectiv și emoțional, stresul generat de riscul îmbolnăvirii și restricțiile de contact generând probleme suplimentare, cu efecte negative asupra dezvoltării copiilor și adolescenților pe termen lung (Araujo *et al.*, 2020, Kiliñel *et al.* 2020, Xie, Xue *et al.*, 2020, Lopez-Bueno *et al.*, 2020).

#### **EFFECTE NEGATIVE ALE ȘCOLII ONLINE ȘI ALE RESTRIȚIUNĂRII INTERACȚIUNILOR SOCIALE**

Cercetările realizate la nivel internațional în perioada pandemiei cu privire la efectele măsurilor restrictive luate de majoritatea țărilor lumii asupra stării de bine și sănătății copiilor și adolescenților demonstrează o realitate îngrijorătoare, cu efecte complexe, greu de anticipat. Cercetărilor realizate în perioada martie – aprilie 2020 la nivel internațional demonstrează că măsurile restrictive adoptate au condus la creșterea nivelului de stres în familie, având drept consecință creșterea nivelului de anxietate, a numărului cazurilor de depresie, întreaga experiență din timpul pandemiei considerându-se a avea efecte comparabile cu cazurile de stres post-traumatic, respectiv întârzieri în dezvoltarea copiilor și probleme de sănătate (Araujo *et al.*, 2020, Kiliñel *et al.* 2020, Xie, Xue *et al.*, 2020, Wang, Pan *et al.*, 2020). Similar, alți cercetători atrag atenția asupra faptului că datorită restricțiilor și închiderii școlilor, copiii devin unul dintre cele mai dezavantajate grupuri sociale,

datorită izolării sociale și a limitării activităților zilnice uzuale, fiindu-le afectate activitățile fizice, obiceiurile de somn și alimentare (Lopez-Bueno *et al.*, 2020). Acești autori demonstrează, printr-o analiză sistematică a numeroase date de cercetare, că referitor la sănătatea copiilor pe termen scurt, mediu și lung, lipsa activității fizice și a relaționării socio-afective sunt cele mai mari două probleme generate de pandemie la nivel general, cu atât mai mult în rândul categoriilor dezavantajate socio-economic. Izolarea socială are impact negativ asupra sănătății mintale a tuturor indivizilor, vulnerabilitatea fiind mărită pentru cei care aveau anterior pandemiei probleme de sănătate mentală, prin prisma limitării accesului la rețelele de suport (Simon *et al.*, 2020, Serafini, Parmigiani *et al.*, 2020), motiv pentru care copiii cu cerințe educative speciale (tulburări de învățare sau din spectrul autist etc.) sunt și mai puternic afectați.

Alți cercetători, analizând efectele pandemiilor și vulnerabilitățile pe care le generează în rândul copiilor, atrag atenția asupra apariției problemelor comportamentale: copiii sunt mai puțin activi, sunt nefericiți, plictisiți, limitați la spațiul casei sau al camerei lor, lipsiți de motivație și spațiu personal pentru relaționare cu prietenii, colegii sau profesorii lor (Parimala, Nagalakshmi, 2020).

Referitor la utilizarea prelungită a internetului pentru activități educaționale, trebuie avut în vedere *tehnostres*-ul (technostress), un concept introdus încă din 1984 de Craig Brod (Brod, 1984, în Molino, Ingusci, *et al.*, 2020) pentru a defini problemele generate de contactul în exces cu tehnologia, supra-expunere la ecrane și conexiune internet, ce se manifestă în plan fizic (probleme cardiovasculare, gastrointestinale, musculare, insomnie, dureri de cap și oboseală cronică, dureri cervicale, dereglări hormonale și la nivelul epidemiei), dar și mental și socio-emoțional (iritabilitate, anxietate și depresie, schimbări comportamentale și apatie) (Boonjing, Chanvarasuth, 2016, Chiappetta, 2017). În anul 2007, sindromul tehnostres-ului a fost recunoscut drept boală ocupațională, în rândul celor care utilizau frecvent tehnologia digitală în activitatea profesională (Chiappetta, 2017). Cercetările succesive au demonstrat că în special angajații din domeniul IT suferă de acest sindrom, ce include alături de efectele negative în plan fizic, mental și psiho-social și afectarea satisfacției față de muncă, a eficienței și a calității îndeplinirii sarcinilor (Bondanini, Giorgi *et al.*, 2020, Boonjing, Chanvarasuth, 2016).

Cumulând toate aceste date ce înfățișează o realitate îngrijorătoare pentru copii în perioada pandemiei, date fiind riscurile polivalente ce emerg, se consideră că starea de bine a copiilor este amenințată (Viner, Russell, 2021, Grechyna, 2020, Berasategi *et al.*, 2020, Achterberg, Dobbelaar *et al.*, 2021). Conceptul de „stare de bine a copiilor” este utilizat ca termen-umbrelă, multi-dimensional, referindu-se la dezvoltarea lor în plan fizic, emoțional și social, atât în prezent, cât și referitor la cum le va influența viitorul (Statham, Chase, 2010). Deși termenul este deseori utilizat în cercetări, nu există o definiție unanim acceptată, starea de bine a copiilor fiind deseori asociată cu „calitatea vieții” (Rees *et al.*, 2010), măsurată atât prin indicatori obiectivi, cât și subiectivi, din perspectiva copiilor, sau a adulților

responsabili – părinții, luând în considerare contextul de viață al copiilor și mediul socio-cultural (Statham, Chase, 2010). Deseori se folosește dihotomia subiectiv – obiectiv în operaționalizarea conceptului, luându-se în considerare diferența dintre opiniile copiilor și ale adulților vizavi de stare de bine și integrându-se în ecuație atât perspectiva copiilor, cât și a părinților (operaționalizate prin indicatori legați de satisfacerea nevoilor, a respectării drepturilor, nivelului de sărăcie și calitatea vieții) (Axford, 2009). În aceeași ecuație se introduc și datele obiective ce influențează starea de bine și pot fi măsurate cantitativ: starea de sănătate, structura familiei, factorii economici și politici (Amerijckx, Humblet, 2014). Datele obiective, independente de evaluarea personală, sunt nefiltrate de percepțiile indivizilor, pe când cele subiective exprimă explicit percepțiile și preferințele indivizilor, fiind important a se analiza acest concept din perspective multiple și multidisciplinare, pentru a echilibra rezultatele studiilor asupra stării de bine a copiilor (Lewis, 2019). În acord cu literatura de specialitate, în lipsa unei definiții și a unei scale general-valabilă, acceptată pentru a măsura starea de bine a copiilor, în cercetarea de față vom utiliza indicatori subiectivi și obiectivi, urmărind cele cinci dimensiuni ce compun multi-dimensional „starea de bine” a copiilor: planul fizic, psihic, social, educațional și material (Minkinen, 2013, Berasategi, Idoiaga *et al.*, 2020).

Deși din punct de vedere medical amenințarea bolii generate de coronavirus nu este considerată a fi mare pentru copii, principalul risc fiind faptul că ei pot răspândi virusul în rândul populației adulte (Fischer, 2020), măsurile de limitare a interacțiunii dintre copii și cu copiii la nivel social generează efecte negative asupra dezvoltării și stării lor de bine: a sănătății fizice, prin inactivitate și sedentarism, prelungirea timpului de utilizare a diverselor ecrane, afectarea somnului și alimentației, ce conduce la creșterea în greutate, scăderea capacității cardio-respiratorii, probleme cu vederea, musculatura, postura și scăderea densității masei osoase; a sănătății psihice, prin apariția sentimentelor de frică, îngrijorare, tristețe, anxietate, însingurare, stres, iritabilitate și nervozitate, intoleranță la reguli și schimbări frecvente de dispoziție (Grechyna, 2020, Medrano, Cadenas-Sanchez *et al.*, 2020, Berasategi *et al.*, 2020).

Mai mult decât atât, cercetările anterioare asupra utilizării prelungite de către copii și adolescenți a internetului și diverselor ecrane au dovedit că generează o serie de efecte negative asupra dezvoltării lor: 1. dependență psihologică (stres, anxietate, depresie, idei suicidare) și probleme comportamentale (Sinkkonen, Puhakka *et al.*, 2014, Kardefelt-Winther, 2017, 2019, Laconi *et al.*, 2018, Smahel, Machackova *et al.*, 2020); 2. în planul sănătății, prin scăderea activității fizice: dureri de cap, oase și mușchi, reducerea orelor de somn, obezitate, diabet și probleme cardiace (Lapousis, 2016, Al Majali, 2020). Și alți cercetători au demonstrat afectările fizice generate de utilizarea excesivă a tehnologiei: ochi uscați, scăderea vederii, dureri cervicale (Zheng *et al.*, 2016), probleme de alimentație, scăderea masei musculare și obezitatea, specifice sedentarismului



(Canan *et al.* 2014, Matusitz, McCormick, 2012), dureri de spate (Alaca, 2019), scăderea energiei fizice, a imunității și alte disfuncții fiziologice (Cao, Sun *et al.*, 2011). În ceea ce privește riscurile referitoare la obezitate, studiile au demonstrat că fiecare oră petrecută zilnic în plus pe internet determină o creștere cu 8 % a riscului de creștere în greutate și obezitate (Aghasi *et al.* 2019).

În aceste condiții, în perioada școlii online cu atât mai mult trebuie ținut cont de riscurile în plan fizic și psihic asociate utilizării prelungite a internetului pentru copii și adolescenți, ținând cont că aceștia petrec într-o zi obișnuită în medie 7,11 ore online, în această perioadă (Velicu, 2021). Alte studii anterioare au atras atenția și asupra efectelor negative asupra capacității cognitive datorate utilizării excesive a ecranelor: scăderea capacității de gândire critică, a imaginației, creativității și profunzimii în analiza și rezolvarea problemelor, o dată cu creșterea capacității vizuale (Wolpert, 2009), ceea ce conduce la îngrijorări legate de efectele digitalizării educației pe scară largă. Tuturor acestora li se adaugă o serie de riscuri legate de conținutul pe care copiii îl accesează online, printre cele mai uzuale riscuri demonstrate a fi inerente consumului digital pentru copii fiind: accesul la informații și conținut nepotrivite vârstei, cyberbullying, mesaje cu caracter sexual, mesaje incitatoare la ură, violență extremă, contact cu persoane necunoscute, dependența de rețele sociale sau / și jocuri, furt de date personale și probleme de securitate a datelor și aparatelor (Smahel *et al.* 2020, Velicu, 2021). Este important de menționat că numeroase studii arată creșterea expunerii la acest tip de riscuri online pentru copii, în perioada pandemiei (Velicu, 2021).

Ținând cont de toate aceste rezultate și de faptul că și copiii din țara noastră utilizau și utilizează internetul și tehnologia mobilă în foarte mare măsură (86 % dintre copiii 9–16 ani foloseau deja zilnic internetul pe mobil în România în 2018) (Smahel *et al.*, 2020), odată cu pandemia și mutarea școlii în mediul online este important să se cerceteze riscurile emergente ce îi pot afecta în plan fizic, psihic, social și educațional, alterându-le starea de bine pe termen lung, cu atât mai mult cu cât restricțiile și școala exclusiv online sunt încă în vigoare, pentru o mare parte dintre copii (UNICEF, 2020).

#### **PROBLEMELE DE SĂNĂTATE ALE COPIILOR DIN ROMÂNIA**

Înțelegerea acestor aspecte ce țin de starea de sănătate fizică și psihologică a tinerei generații este cu atât mai importantă în prezentul digitalizat, știind că vulnerabilitățile din mediul offline se prelungesc în cel online (Haddon, Livingstone, 2014). Copiii din România aveau încă dinainte de declanșarea crizei sanitare COVID-19 un nivel de sănătate spre mediu. Cele mai vulnerabile aspecte vizau activitatea fizică, obezitatea, diabetul, bolile cronice (îndeosebi viciile de refracție), dar nici problemele de sănătate mentală nu erau de neglijat (INSP, 2018, 2020, INSP și CNEPSS, 2017, 2019a, 2019b).

Potrivit cerințelor OMS, copiii trebuie să facă zilnic minim 60 de minute efort fizic de intensitate moderată sau intensă (Organizația Mondială a Sănătății, 2019). Conform „Eurobarometrului special pentru activitate fizică” (European Commission, 2018), în urmă cu trei ani copiii din România în vârstă de 11–15 ani făceau mai puțină activitate fizică decât omologii lor din alte țări ale Uniunii Europene. Datele Institutului Național pentru Sănătate Publică (INSP, 2020) arătau că în România, în anul 2018, procentul copiilor de 11–15 ani care au raportat participarea la activități fizice în conformitate cu recomandările OMS, a fost îngrijorător de scăzut (17,8 % dintre băieți și 10,4 % dintre fete). În contrast, media europeană pentru acel an indica faptul că 23 % din băieții și 16 % din fetele de 11–15 ani îndeplineau recomandările OMS pentru activitatea fizică (INSP, 2020). În rândul adolescenților din România ratele excesului de greutate și obezității sunt mai scăzute decât media UE, dar s-au dublat în ultimii ani, crescând de la 7 % în 2005–2006, la 16 % în 2013–2014 (INSP și CNEPSS, 2017). Pentru anul 2015–2016, același raport indica faptul că la copiii din mediul urban, atât la fete, cât și la băieți, dezvoltarea dizarmonică prin plus de greutate a fost mai mare decât cea prin minus de greutate. Totodată, în mediul rural, la fete a fost mai mare dizarmonia prin plus de greutate, iar la băieți a predominat dizarmonia prin minus de greutate (INSP și CNEPSS, 2017).

În România, incidența diabetului la copii (la 100.000 locuitori) se află pe un trend ascendent, evoluția lui fiind următoarea: 7,7 la copiii 0–14 ani în 2006; 7,9 la copiii din grupa de vârstă 0–14 ani în 2009 și 13,3 la copiii 0–14 ani, în anul 2015 (INSP, 2018).

În anul 2015, procentul elevilor care declarau că suferă de o boală cronică pentru care aveau un diagnostic medical a fost de 9,2 % (Asociația de Psihologia Sănătății din România, 2015). Conform Studiului HSBC 201 / 2015, nu au existat diferențe semnificative între diferitele categorii de vârstă, fiind declarați cu boli cronice 9,3 % copii de 11 ani, 7,7 % dintre cei de 13 ani și 10,5 % copii de 15 ani. Nu s-au observat diferențe semnificative statistic între fete și băieți în acest caz (8,4 % pentru băieți și 9,9 % la fete) (Asociația de Psihologia Sănătății din România, 2015).

Dintre afecțiunile cronice cele mai importante în anii 2015–2016 în rândul copiilor din mediul urban, au fost viciile de refracție cu 23,7%, urmate de obezitatea de cauză neendocrină cu 10,1 % și deformările coloanei vertebrale cu 8,8 %, în timp ce în mediul rural acestea au fost viciile de refracție (11,7 %), obezitatea neendocrină (10,1 %) și hipotrofia ponderală (8,4 %) (INSP și CNEPSS, 2017).

Din perspectiva problemelor legate de sănătate mentală, în anii 2018–2019, conform Raportului național „Evaluarea nivelului de dezvoltare fizică și a stării de sănătate pe baza examenelor medicale de bilanț la copiii și tinerii din colectivitățile școlare din mediul urban și rural – an școlar 2018–2019” (INSP și CNEPSS, 2019<sup>a</sup>), prevalența incidenței la 100 000 de locuitori pentru tulburărilor mentale și de comportament era de 323 (0–4 ani), 784,2 (5–9 ani) și 745 (10–14 ani). În

același timp, pentru copiii dispensarizați în cabinetele medicale școlare în anul școlar 2018–2019, prevalența tulburărilor de adaptare școlară a fost de 0,36 %, tulburările nevrotice au avut o incidență de 0,43 %, retardul psihic și intelectual a avut o prevalență de 0,46 %, iar tulburările de vorbire de 0,59 % (INSP și CNEPSS, 2019a).

În ceea ce privește depresia, prevalența acestei afecțiuni a fost redusă în anul 2019 pentru copiii de 5–14 ani – numai 355,15 cazuri la 100.000 locuitori (INSP și CNEPSS, 2019b). Și mai redusă a fost incidența altor afecțiuni (identificate ca parte integrantă a DALY – „Disability Adjusted Life Years”): anxietatea (cu o incidență de 237 la 100 000 de copii) și migrena (cu o incidență de 207 la 100 000 de copii) (INSP și CNEPSS, 2017). Putem astfel concluziona că din punctul de vedere al sănătății mentale, situația copiilor din România era cu mult superioară stării lor de sănătate pur fiziologică.

#### **CERCETARE COMPARATIVĂ: PERCEPȚIA PĂRINȚILOR ASUPRA EFECTELOR ȘCOLII ONLINE**

Având în vedere toate aceste date și faptul că acum, în condițiile generate de pandemie, mai mult ca oricând, familia și părinții rămân singurii responsabili de asigurarea unei dezvoltări armonioase și echilibrate din punct de vedere fizic și psihologic a copiilor (școala și instituțiile educaționale fiind limitate de mediul online în a-și manifesta influența), cercetarea de față a urmărit să identifice măsura în care părinții conștientizează potențialele riscuri ce emerg o dată cu mutarea școlii în mediul online.

#### **METODOLOGIA CERCETĂRII**

Ca urmare a restricțiilor de distanțare socială, de limitare a interacțiunilor și mutare a școlii în mediul online, impuse ca măsură de prevenție a răspândirii pandemiei COVID-19, în scopul identificării percepțiilor părinților vizavi de școala online, metoda de cercetare aleasă a fost aplicarea unui chestionar online, realizat pe platforma Google Forms și distribuit de profesorii diriginți prin grupurile de WhatsApp cu părinții fiecărei clase. De menționat că majoritatea cercetărilor realizate pentru investigarea adaptării actorilor educaționali la școala online în anul 2020 a folosit această metodă de cercetare, fiind rapidă, eficientă și singura posibilă, în lipsa prezenței fizice la școală (Botnariuc, Cucos *et al.*, 2020, CNPEE, 2020, Velicu, 2020, Dalu, Noveanu, 2020, Salvați Copiii 2020a, Erlina, Santoso *et al.*, 2020, Sari, Maningtyas, 2020, Warlenda, Marlina *et al.*, 2021, Brom, Lukavski *et al.*, 2020, Radha, Mahalakshmi *et al.*, 2020, Wang, Pan *et al.*, 2020, Xie, Xue *et al.*, 2020). Această metodă de cercetare facilitată de dezvoltarea tehnologică are o

serie de avantaje, precum: trimiterea – completarea – înregistrarea foarte rapidă, prin diverse aplicații de mesagerie digitală, eludând distanțele, timpul și tipul de tehnologie (fiind funcțională pe orice aparat conectat la internet), varietatea tipurilor de itemi ce pot fi utilizați, înregistrarea răspunsurilor în timp real și anonimatul respondenților. Există și dezavantaje, riscul erorilor și bias-urilor mai ales în ceea ce privește eșantionarea, deoarece sunt excluși cei care nu au acces la internet, iar reprezentativitatea eșantionului este deseori problematică. Cu toate acestea, metoda chestionarelor online este tot mai des utilizată și validată ca și metodă de cercetare și de colectare a datelor cu ajutorul internetului (Kumar, Naik, 2016).

Cercetarea de față s-a desfășurat după încheierea semestrului I al anului școlar 2020–2021 (perioada 8 – 15 februarie 2021) în două școli gimnaziale din București, alese deoarece sunt situate la polul opus în clasamentul școlilor din București (în funcție de notele la evaluarea națională din anul școlar precedent ([www.admitereliceu.ro](http://www.admitereliceu.ro)). Deși sunt localizate geografic în proximitatea centrului Bucureștiului, la circa 1 km distanță una de cealaltă, cele două școli sunt foarte diferite, atât în ceea ce privește populația școlară, cât și rezultatele obținute, datele sintetice fiind prezentate în *Tabelul nr. 2*. Eșantionul total a avut un volum de 527 părinți.

*Tabelul nr. 2*

Date comparative școli incluse în cercetare

	<b>Școala I</b>	<b>Școala II</b>
Număr de clase 0–8	23	7
Număr de elevi (zi)	735	127
Media admitere 2020 (rezultate Evaluare Națională 2020)*	8,50	4,85

\*[https://www.admitereliceu.ro/top-scoli-generale/2020?county\\_id=10&page=1](https://www.admitereliceu.ro/top-scoli-generale/2020?county_id=10&page=1)

Pentru a atinge obiectivul vizat, de identificare a gradului de conștientizare a părinților cu privire la potențialele riscuri asupra copiilor asociate mutării școlii în mediul online pentru o perioadă mare de timp, a fost realizat un chestionar cu întrebări preponderent închise, trimis de către profesorii diriginți și învățători către toți părinții elevilor din cele două școli, prin grupurile de WhatsApp. Deși nu a putut fi aplicată nici o metodă de eșantionare (tuturor părinților din fiecare școală li s-a trimis chestionarul), rata de răspuns s-a dovedit ridicată în Școala I (68 % dintre părinții copiilor care participă la orele online), față de cei din Școala II (32 % respondenți, dintre părinții copiilor care participă la orele online). De menționat că în Școala I doar câțiva elevi nu participă la orele online (1 %), spre deosebire de Școala II, unde acest procent este foarte ridicat (27 %).

În acord cu literatura de specialitate, în lipsa unei scale unanim acceptată pentru a măsura starea de bine a copiilor, în cercetarea de față vom urmări cele cinci dimensiuni ce compun multi-dimensional „starea de bine” a copiilor: planul fizic, psihic, social, educațional și material (Minkkinen, 2013, Berasategi, Idoiaga

*et al.*, 2020). În această direcție, tipurile de variabile testate, în afara celor demografice (vârstă, nivel de educație, status ocupațional, număr de copii înscriși în școală), au fost: percepția asupra nivelului de pregătire și adaptare a școlii și profesorilor la scenariile verde (față în față), galben (hibrid) și roșu (online); tipul de dispozitiv utilizat de copii în școala online; părerea părinților asupra continuării utilizării tehnologiei și după revenirea la școală – pentru a evidenția aspectele legate de planul educațional și material; percepția asupra aspectelor pozitive și negative ale școlii online pentru copii și părinți; conștientizarea riscurilor internetului pentru copii și strategiile de mediere utilizate – pentru a evidenția aspectele legate de planul fizic, psihic și social al stării de bine. Majoritatea itemilor au fost închiși, doar la sfârșitul chestionarului li s-a oferit posibilitatea de a face orice fel de remarci pe tema dată a condițiilor educative în perioada pandemiei, pentru a înregistra și opiniile „libere” ale părinților.

### REZULTATELE CERCETĂRII

Cercetarea a vizat identificarea percepțiilor părinților vizavi de modul în care a fost organizată școala online și efectele resimțite asupra propriilor copii, cu scopul de a reliefa măsura în care părinții conștientizează potențialele riscuri și efecte negative asupra stării de bine a copiilor, dar și existența diferențelor din perspectiva statusului socio-economic și educațional al părinților, dată fiind diferența mare, din acest punct de vedere, între Școala I și Școala II.

Specificul diferit al celor două școli se reflectă și în datele demografice ale respondenților, cei de la școala de top (arbitrar codată Școala I), având majoritar studii superioare, un loc de muncă (sunt angajați / salariați) și o vârstă mai mare decât a celorlalți (Școala II). Datele sunt prezentate în *Tabelul nr. 3*.

*Tabelul nr. 3*

Date demografice respondenți – părinți

<b>Respondenți</b>	<b>Școala I</b>	<b>Școala II</b>
Procent părinți care au răspuns la chestionar (calculat în raport cu numărul total al elevilor care au participat la orele online)	68 %	32 %
Mama	84 %	83 %
Tatăl	14 %	10 %
Alt adult reprezentativ	2 %	7 %
<b>Date demografice</b>		
Nivel educațional		
Maxim 10 clase	0 %	37 %
Absolvent liceu	18 %	50 %
Absolvent facultate	82 %	13 %
Vârsta		

	25–35 ani	12 %	33 %
	36–45 ani	68 %	40 %
	46–55 ani	20 %	27 %
Statut ocupațional			
	Angajat	95 %	63 %
	Șomer	5 %	37 %

Utilizându-se statistica descriptivă, au fost urmărite frecvențele răspunsurilor, structurate în funcție de problematicile conexe educației exclusiv online: **1.** competențe digitale și expunerea la riscurile internetului, **2.** probleme de ordin cognitiv (achiziții și rezultate educaționale), fizic și psihologic (socio-emoțional și relațional).

#### 1. COMPETENȚE DIGITALE ȘI EXPUNEREA LA RISCURILE INTERNETULUI

Mutarea școlii în mediul online a impus dezvoltarea competențelor digitale ale tuturor actorilor educaționali, indiferent de măsura în care acestea erau anterior formate, adaptarea educației la mediul online fiind reglementată formal printr-o metodologie-cadru publicată în Monitorul Oficial în data de 10 septembrie 2020 (OMEC 5545). Astfel, în ceea ce privește profesorii, s-a recomandat utilizarea platformelor pentru comunicare sincron (Zoom, Google Classroom etc.), și asincron (mesaje rapide, e-mail etc.), a resurselor digitale deschise și a unei serii de aplicații creativ-colaborative (Kahoot, Mentimeter, Canva, Padlet etc.) în scopul adaptării predării și evaluării la mediul digital. Același document prevede obligațiile părinților de a asigura accesul și ajuta copiii să utilizeze tehnologia și platformele, iar elevilor le revine obligația de a participa la orele online. Factorii decizionali (Ministerul Educației și Cercetării, inspectoratele școlare și conducerea unităților de învățământ preuniversitar) sunt responsabili de supervizarea proceselor educaționale online, securitatea datelor și alegerea acelor instrumente digitale ce se potrivesc specificului fiecărei școli, astfel încât să fie respectate și în mediul online principiile de bază ale educației – echitatea, calitatea, descentralizarea, egalitatea de șanse și centrarea educației pe elev (OMEC 5545 / 2020).

În plus, pe baza cererilor părinților, au fost distribuite tablete conectate la internet tuturor elevilor, astfel încât să fie redus decalajul datorat statusului socio-economic al familiei și demersurile educaționale online să se poată desfășura. Școlile (nu și profesorii) au fost dotate cu tehnologie (acces internet, laptop-uri, camere de filmat), astfel încât scenariile învățământului hibrid și online să fie funcționale. De menționat, profesorii nu au fost incluși între cei care au primit tehnologie pentru a o utiliza de acasă, ci, în cazul în care nu dispuneau de resurse proprii, indiferent de scenariul de învățare, au putut veni în școli pentru a beneficia de dotările tehnice și a asigura desfășurarea orelor online.

În aceste condiții, în cele două școli incluse în cercetare, a fost realizată o serie de investiții în dotarea tehnologică, toți elevii doritori primind tablete și toate

clasele fiind dotate cu tehnologie ce permitea realizarea orelor și în sistem online (calculator, cameră filmat, microfon). Au fost implementate platformele Kinderpedia, respectiv Google Classroom pentru asigurarea învățământului online, fiecare profesor, părinte și elev primind instrucțiuni detaliate pentru a le instala și utiliza. În *Tabelele nr. 4 și nr. 5* sunt prezentate răspunsurile părinților vizavi de percepția asupra acestor platforme și generic, asupra modului în care școala s-a adaptat învățământului hibrid și online.

*Tabelul nr. 4*

Percepția părinților asupra modului în care școala s-a adaptat educației online.

<b>Aprecieri părinți asupra:</b>	<b>Școala I</b>	<b>Școala II</b>
Pregătirii școlii pentru învățământul față în față și hibrid – „foarte bine”*	76 %	70 %
Adaptarea școlii la învățământul exclusiv online – „foarte bine”*	79 %	60 %

\* (Întrebări închise cu 3 variante de răspuns: „Școala s-a pregătit / adaptat foarte bine”, „Așa și așa”, „Nu am remarcat îmbunătățiri / măsuri speciale”)

*Tabelul nr. 5*

Percepția părinților asupra modului în care profesorii s-au adaptat educației online.

<b>Aprecieri părinți asupra*:</b>	<b>Școala I</b>	<b>Școala II</b>
Platforma aleasă pentru educație sincron – „mult” și „foarte mult”	87 %	90 %
Ușurința profesorilor în a utiliza platformele – „mare” și „foarte mare”	76 %	73 %
Accesul profesorilor la conexiune internet performantă - „mare” și „foarte mare”	76 %	47 %
Accesul profesorilor la tehnologie performantă – „mare” și „foarte mare”	80 %	60 %
Adaptarea lecțiilor pentru predare online – „mare” și „foarte mare”	66 %	57 %
Utilizare alte resurse online – „mare” și „foarte mare”	62 %	37 %
Corectitudinea evaluării – „mare” și „foarte mare”	72 %	67 %
Volumul temelor pentru acasă – „mare” și „foarte mare”	59 %	47 %

\* (Întrebări închise, codate în scala Likert cu 5 trepte)

Rezultatele arată că percepțiile părinților față de modul în care cele două școli s-au adaptat educației online sunt relativ similare, diferențele fiind mici la nivel de frecvențe. Principalele aspecte ce diferă sunt legate de calitatea și diversitatea tehnologiei și aplicațiilor digitale utilizate, fapt ce poate fi explicat prin faptul că în Școala II se utilizează mai rar astfel de resurse. Per total, nivelul de mulțumire al părinților din Școala I este mai ridicat față de cel din Școala II.

Posibile explicații pentru aceste răspunsuri pot fi găsite analizând răspunsurile părinților (*tabelul nr. 6*) vizavi de modul în care ei și copiii s-au adaptat școlii online, de aparatele utilizate și de efectele mutării învățării în mediul online asupra lor înșiși, în calitate de părinți.

Tabelul nr. 6

Răspunsuri părinți vizavi de propria adaptare la mutarea școlii în mediul online:

<b>Aprecieri părinți asupra:</b>		<b>Școala I</b>	<b>Școala II</b>
Aparate folosite de copii pentru accesul online <i>„Ce dispozitiv folosește cel mai frecvent copilul dvs. pentru a participa la orele online?”</i>	Telefon mobil	<b>5 %</b>	<b>37 %</b>
	Tableta primită la școală	<b>18 %</b>	<b>30 %</b>
	Tableta personală	12 %	20 %
	Laptop	<b>51 %</b>	<b>7 %</b>
	Calculator desktop	14 %	7 %
Modului în care copiii au învățat să utilizeze platforma <i>„Cum a învățat copilul dumneavoastră să utilizeze platforma .....?”</i>	A învățat din mers, mai mult singur	37 %	43 %
	I-am arătat la început, apoi s-a descurcat singur	51 %	33%
	L-a ajutat dirigintele / doamna învățătoare	<b>2 %</b>	13 %
	L-au ajutat colegii	<b>1 %</b>	7 %
	Îl ajutăm noi în continuare	<b>9 %</b>	3 %
Aspect negativ al învățării online pentru părinte <i>„În ceea ce vă privește pe dumneavoastră, ca și părinte, care considerați că este principalul aspect negativ al mutării școlii în online?”</i>	Obligația de a oferi acces sporit copilului la tehnologie	27 %	<b>7 %</b>
	Creșterea timpului alocat pentru sprijin la lecții	22%	<b>3 %</b>
	A trebuit să găsec soluții pentru a nu îl lăsa singur acasă	15 %	27 %
	A trebuit să îl ajut la lecțiile online	6 %	<b>17 %</b>
	NU a fost nici un aspect negativ	23 %	<b>47 %</b>
Măsuri luate pentru medierea digitală a copiilor <i>„Dumneavoastră, ați luat măsuri pentru limitarea accesului online al copilului dumneavoastră?”</i>	Da, utilizez aplicații de control parental	24 %	17 %
	Da, i-am impus anumite limite	30 %	<b>13 %</b>
	Da, am discutat cu el despre pericolele online, dar nu i-am impus restricții	31 %	33 %
	Nu este cazul, copilul meu utilizează foarte puțin internetul	7 %	<b>0 %</b>
	Nu este cazul, copilul meu se descurcă bine pe internet	7 %	<b>37 %</b>

Studiile anterioare au arătat că practicile de utilizare ale internetului pentru învățare sunt influențate de dispozitivele folosite, laptopul sau tableta fiind în general preferabile smartphone-ului (Van Deursen, Van Dijk, 2019). Rezultatele studiului arată că sunt diferențe semnificative între cele două școli, în sensul în care calitatea orelor online (determinată și de dispozitivele preponderent utilizate de copii) este mult mai scăzută în Școala II (50 % tablete și 37 % telefon mobil) față de Școala I (51 % laptopuri și 30 % tablete). Deși în ambele școli copiii se descurcă în general singuri la orele online, în Școala I predomină cei care au fost ajutați la



început de părinți, dar ajutorul oferit de profesori este minimal în ambele școli. În ceea ce privește medierea parentală, se constată că deși părinții de la ambele școli practică cel mai mult medierea de tip activ, prin discuții cu copiii despre pericolele internetului, părinții de la Școala I utilizează și medierea restrictivă, 30 % impunând copiilor restricții de utilizare a internetului, în timp ce aproape un sfert se bazează pe aplicații digitale pentru restricționarea și / sau monitorizarea utilizării internetului de către copii. Pe de altă parte, în Școala II, 37 % dintre părinți consideră că nu e nevoie să se implice, medierea restrictivă fiind mult mai puțin utilizată (17 % utilizează aplicații de control parental și 13 % dintre părinți impun anumite limite). Mutarea școlii în mediul online nu a provocat disconfort pentru 47 % dintre părinții din Școala II (față de doar 23 % în Școala I), principalul aspect negativ semnalat fiind faptul că au trebuit să găsească soluții pentru a nu lăsa copiii singuri acasă, spre deosebire de cei din Școala I, unde îngrijorarea pentru creșterea accesului online oferit copiilor este prioritar. Aproape jumătate dintre părinții din Școala II (47 %) consideră că școala online nu le-a adus nici un dezavantaj, respectiv, dublu față de părinții din Școala I (23 %).

## 2. PROBLEME DE ORDIN FIZIC, COGNITIV ȘI PSIHOLGIC, EMOȚIONAL ȘI SOCIO-RELAȚIONAL

Chestionarul a vizat și identificarea măsurii în care părinții conștientizează riscul apariției unor efecte negative datorate izolării sociale și restricțiilor de interacțiune impuse, deoarece odată cu limitarea mersului la școală, emerge o serie de noi riscuri pentru copii, manifestate atât în plan fizic, cognitiv, cât și socio-emoțional și relațional, cu consecințe asupra stării de bine a copiilor și adolescenților. Datele (prezentate în *Tabelele nr. 7 și nr. 8*) reliefează percepțiile părinților atât asupra modului în care evoluția școlar-educatională este perturbată, cât și referitoare la dezvoltarea lor în plan fizic și socio-emoțional și relațional.

Tabelul nr. 7

Percepția părinților asupra derulării și efectelor învățării în mediul online

	Școala I			Școala II		
	Acord slab	Acord moderat	Acord puternic	Acord slab	Acord moderat	Acord puternic
„În legătură cu efectele școlii online pentru copilul dumneavoastră, care este părerea dvs., pe o scală de la 1 (nu sunt de acord) la 5 (total de acord)”:						
A învățat mai puțin decât înainte	37 %	30 %	33 %	37 %	30 %	33 %
A fost evaluat mai inexact decât înainte	47 %	26 %	27 %	50 %	30 %	20 %
Comunicarea cu colegii a rămas la fel	<b>53 %</b>	24 %	23 %	<b>43 %</b>	30 %	27 %
Comunicarea cu profesorii a rămas la fel	28 %	33 %	<b>39 %</b>	27 %	30 %	<b>43 %</b>

Volumul temelor a scăzut	47 %	35 %	18 %	47 %	20 %	33 %
Are mai mult timp liber	36 %	31 %	33 %	33 %	43 %	27 %
Petrece prea mult timp online	21 %	21 %	58 %	16 %	47 %	37 %
Este mai expus pericolelor online	37 %	23 %	40 %	47 %	23 %	30 %

Tabelul nr. 8

Percepția părinților asupra aspectelor pozitive și negative ale învățării online pentru copii

<b>Cel mai important aspect pozitiv:</b>	Școala I	Școala II
„Există și un aspect pozitiv al școlii online, pentru copilul dumneavoastră? Care este cel mai important?”		
Da, am putut petrece mai mult timp împreună, în familie	23 %	13 %
Da, s-a simțit în siguranță, ferit de riscul de îmbolnăvire	48 %	67 %
Da, s-a relaxat și jucat mai mult	4 %	0 %
Da, a putut să își dezvolte / descopere hobby-urile	4 %	3 %
Nu există nici un aspect pozitiv	16 %	17 %

<b>Cel mai important aspect negativ:</b>	Școala I	Școala II
„Există și un aspect negativ al școlii online pentru copilul dumneavoastră? Ce considerați că l-a deranjat cel mai tare?”		
Lipsa de mișcare fizică	17 %	43 %
Lipsa interacțiunii directe cu colegii	51 %	20 %
Lipsa interacțiunii directe cu profesorii	21 %	17 %
Lipsa de autonomie față de părinți	1 %	0 %
Nu l-a deranjat nimic	9 %	20 %

<b>După întoarcerea la școală:</b>	Școala I	Școala II
„Considerați că după întoarcerea la școală, în orele fizice cu elevii:”		
Profesorii trebuie să utilizeze în continuare tehnologia în învățare	49 %	23 %
Profesorii trebuie să renunțe la a utiliza resursele online	7 %	10 %
Elevii trebuie încurajați să folosească tehnologia pentru învățare (să vină cu tabletele la școală, să le utilizeze în ore, împreună cu profesorul)	19 %	23 %
Elevii trebuie să renunțe o perioadă la a mai utiliza tehnologia pentru învățare	26 %	43 %

<b>Cel mai bine învață copilul:</b>	Școala I	Școala II
„Unde considerați că învață copilul dumneavoastră cel mai bine:”		
Fizic în clasă	68 %	73 %
Online, de acasă	11 %	17 %
Combinat	21 %	10 %

Se constată similitudini, dar și discrepanțe între răspunsurile părinților elevilor din cele două școli: părinții nu dovedesc o conștientizare a scăderii calității învățării, procentele fiind egal împărțite, similar la ambele școli: aproape jumătate dintre ei nu sunt de acord că volumul temelor a scăzut (acesta fiind deseori considerat un indicator al calității actului educațional). Totuși ei remarcă diminuarea comunicării cu colegii, dar nu și cu profesorii (cu care fie sincron, fie

asincron comunicarea s-a menținut). În ceea ce privește timpul petrecut online, majoritatea părinților constată o creștere, 58 % părinți din Școala I, și 37 % părinți din Școala II, dar, surprinzător, referitor la înțelegerea problematicii riscurilor online pentru copii, nu se poate concluziona o tendință clară, răspunsurile părinților fiind similar împărțite la ambele școli, aproape același procent de părinți fiind de acord și împotriva faptului că „elevii sunt mai expuși riscurilor online” în această perioadă.

În ceea ce privește percepția efectelor pozitive ale școlii online pentru copiii lor, în ambele cazuri primează faptul că copiii s-au simțit în siguranță, feriți de riscul îmbolnăvirii, cei din Școala I apreciind mai mult și timpul câștigat pentru a îl petrece împreună în familie. Diferențele dintre răspunsurile părinților din cele două școli sunt semnificative în ceea ce privește aspectele negative, unde cei din Școala I accentuează problematica lipsei de relaționare cu colegii, pe când cei din Școala II remarcă lipsa activității fizice a copiilor. Nici unii dintre părinți nu acordă importanță problematicii lipsei de autonomie a copiilor, în condițiile realității izolării sociale și petrecerii timpului doar cu familia și cei foarte apropiați.

Diferențe semnificative între răspunsurile părinților de la cele două școli se remarcă și în ceea ce privește valorizarea utilității tehnologiei în educație și după întoarcerea la școală: cei din Școala I susțin importanța utilizării ei și după revenirea la școală, pe când în cazul Școlii II, părinții consideră în cea mai mare parte că e mai important ca elevii să renunțe o perioadă la a mai utiliza tehnologia în învățare, după ridicarea restricțiilor. În aceeași direcție, trebuie remarcat că deși majoritatea părinților valorizează învățarea în format fizic, în sala de clasă, mai mulți părinți din Școala I apreciază învățarea „combinată”, spre deosebire de cei din Școala II, care apreciază mai mult învățarea online.

În ceea ce privește răspunsurile la întrebarea deschisă, circa 20 % dintre respondenți au avut remarci, majoritar dintre cei de la Școala I. Acestea au vizat fie aspecte „logistice” legate de modul de organizare a școlii în format fizic și online (orele prea scurte la nivelul primar, corectitudinea evaluării, modul de organizare a intrării / ieșirii elevilor, utilizarea tehnologiei disponibile în școală – tablele inteligente, catalog electronic – și după revenirea la școală), fie și-au exprimat dorința de revenire la școala în format fizic.

Deși această cercetare realizată prin chestionar online, prin intermediul platformei Google (instrumentul Google Forms), are o serie de limitări, mai ales în ceea ce privește eșantionarea, neputând cuprinde cazurile celor care nu participă la școala online, ea se dovedește utilă în a semnala diferențele generate de statusul socio-economic și educațional al familiei în ceea ce privește modul în care părinții (și copiii) beneficiază de învățarea online în perioada pandemiei. Se poate astfel constata adâncirea decalajului și efectele diferite ale mutării învățării în mediul online asupra copiilor, cei din medii de risc fiind în mai mare măsură dezavantajați, atât prin prisma accesului la internet și a dispozitivelor utilizate, cât și a suportului oferit de părinți pentru a se adapta școlii online.

## DISCUȚII ȘI CONCLUZII

Distanțarea și izolarea socială a copiilor datorate pandemiei pot avea consecințe negative pe termen lung, afectându-le starea de bine și dezvoltarea, atât în plan fizic, fiziologic, cât și cognitiv și psihologic, socio-emoțional și relațional. Comportamentele nocive ce afectează menținerea sănătății (lipsa activității fizice și expunerea prelungită la ecrane), complicațiile socio-afective derivate din amenințarea bolii și probleme familiale de natură socio-economică pot genera întâzieri în dezvoltarea copiilor și amenințări serioase asupra sănătății lor, în special la preșcolari și școlarii mici: boli cardiovasculare, îmbătrânire precoce cu efecte profunde asupra dezvoltării cognitive, emoționale și motorii (datorate expunerii prelungite la ecrane) (Lopez-Bueno, în Drury *et al.*, 2012); pattern-uri de somn modificate, sedentarism și lipsa activității fizice, obiceiuri alimentare nesănătoase ce duc la creșterea obezității și riscului de diabet (cauzate de stres și lipsa legăturilor afective cu prietenii și familia); deprivarea psihosocială și lipsa activităților și jocurilor în aer liber se asociază cu creșterea problemelor comportamentale socio-emoționale în viitor (Lopez-Bueno *et al.*, 2020). În contextul închiderii instituțiilor educaționale, copiii de vârstă mică sunt printre cei mai afectați, din datele anterior colectate la nivel internațional se pot extrapola efectele negative ale restricțiilor asupra lor: complicații socio-afective în viitor (abilități sociale scăzute) și dificultăți fizice (motricitate scăzută, risc de răniri crescut) (Bremer, 2005, Soltani, 2010, Lopez-Bueno *et al.*, 2020).

În aceste condiții restrictive, rolul instituțiilor educaționale – al profesorilor și al școlii – este diminuat în mediul online, părinții și familia rămânând singurii responsabili pentru prevenirea și diminuarea efectelor negative generate de pandemie. Din acest motiv este foarte important să fim corect informați asupra potențialelor riscuri, pentru a putea acționa în sens pozitiv. Cercetarea realizată în cele două școli, fără a avea pretenția de reprezentativitate, are rolul de a evidenția, pe de o parte, măsura în care părinții conștientizează (sau nu) unele dintre aspectele legate de menținerea sănătății și a stării de bine a copiilor, iar pe de altă parte, influența pe care statusul socio-economic și educațional al părinților o are asupra percepțiilor și deciziilor lor referitor la educația online a copiilor în pandemie. Datele adunate demonstrează că în ceea ce privește cele mai multe dintre aceste riscuri, nici unii dintre părinți nu sunt suficient de bine informați. Deși expunerea prelungită la ecrane reprezintă un motiv de îngrijorare pentru majoritatea părinților, cei din Școala I folosesc mai multe strategii de mediere digitală, spre deosebire de ceilalți, care acordă copiilor libertate pe internet, fiind încrezători în competențele lor digitale. Părinții din Școala I consideră că lipsa interacțiunii cu colegii reprezintă efectul negativ major al școlii online, pe când cei din Școala II conștientizează lipsurile legate de nevoia de activitate fizică a copiilor. Faptul că majoritatea părinților din ambele școli consideră că principalul efect pozitiv al școlii online este protejarea copiilor de efectele îmbolnăvirii și sentimentul de

siguranță oferit „acasă” dovedește faptul că stresul generat de pandemie este ridicat la nivelul familiilor. O dovadă suplimentară în această direcție poate fi considerată și aprecierea față de școala online, respectiv părinții care consideră că aceasta nu are nici un efect negativ asupra copiilor (dublu în Școala II (20 %) față de Școala I), aproximativ o treime dintre părinți afirmând că copiii învață chiar mai bine în sistem online sau combinat (similar în ambele școli).

Astfel, se dovedește o dată în plus importanța statusului socio-economic și educațional al părinților în ceea ce privește calitatea actului educațional mediat online: Școala I este mai apreciată de părinți pentru eforturile făcute de școală și profesori de a se adapta condițiilor pandemiei și mediului online, copiii din Școala I folosesc dispozitive ce oferă o experiență de învățare online superioară (laptopuri și tablete) față de cei din Școala II (tablete și telefoane mobile), și beneficiază de un mai mare sprijin din partea părinților în a se adapta formatului educațional online (51 % părinți din Școala I le-au arătat cum se utilizează platformele educaționale, față de 33 % părinți din Școala II, aici 37 % considerând că copiii lor se descurcă singuri, bine pe internet).

Concluzionând, pandemia COVID-19 adâncește „segregarea” digitală în rândul copiilor datorată statusului socio-economic și educațional al familiei, conceptualizată în discriminarea de nivel I, II, și III (Van Deursen, Helsper, 2016, Van Deursen, Van Dijk, 2019) ce se referă la problema accesului și modului de utilizare a tehnologiei, expunerea copiilor la riscurile conținutului online, și dezvoltarea competențelor digitale și cognitive (performanțele educaționale). În ceea ce privește problemele generate de utilizarea excesivă a internetului și izolarea socială a copiilor în școala online, majoritatea părinților (indiferent de situația lor socio-economică și educațională) se arată la fel de puțin cunoscători vizavi de riscul afectării sănătății fizice și psihice. Ce este interesant (chiar dacă nu poate fi explicat satisfăcător) este că în cazul părinților din medii dezavantajate răspunsurile au indicat că aceștia par a fi mai îngrijorați și totodată mai conștienți de riscurile lipsei activității fizice asupra sănătății copiilor.

Putem considera că pentru toți părinții, în vederea menținerii stării de bine în familie și mai ales a sănătății copiilor, se impune conștientizarea problemei „*technostress*”-ului. În condițiile actuale, ale mutării școlii în mediul online, conceptul de *technostress* trebuie regândit, redimensionat și adaptat astfel încât să surprindă în mod complex toate categoriile de utilizatori, inclusiv copiii și adolescenții. Numărul mare de ore petrecut de aceștia zilnic online, atât în scop educațional, cât și recreațional, necesită studii mult mai complexe și măsuri de prevenție a riscurilor adiacente. Cercetările anterioare au demonstrat că în cazul angajaților, în special din domeniul IT, sindromul *technostress*-ului include, alături de efectele negative în plan fizic, mental și psiho-social, și afectarea satisfacției față de muncă, eficienței și calității îndeplinirii sarcinilor (Bondanini, Giorgi *et al.*, 2020, Boonjing, Chanvarasuth, 2016). Deși câmpul cercetării este abia redeschis în acest domeniu, date fiind noile habitusuri sociale induse de nivelul ridicat de

dezvoltare a tehnologiei și utilitatea ei în a menține contactele sociale la distanță în perioada pandemiei COVID-19, în condițiile în care munca și școala de acasă au devenit obișnuință pentru o foarte mare parte a populației, problematica tehnostres-ului este mai actuală și acută decât oricând. Este necesar a fi aprofundată prin studii viitoare, cu atât mai mult cu cât s-a demonstrat că utilizarea tehnologiei pentru munca de acasă generează stres datorită conflictului de rol și ambiguității (Ayyagari *et al.*, 2011, Molino *et al.*, 2020). Efectele tehnostres-ului asupra tinerei generații școlarizată online pot fi cu atât mai nocive, cu cât le afectează nu doar calitatea vieții prezente, ci întreaga dezvoltare, generând efecte pe termen lung, cu repercusiuni pentru întreaga viață. Modul în care se raportează părinții din România la această boală ocupațională, ce se poate manifesta și la copiii școlarizați o mai mare perioadă de timp exclusiv online, poate constitui o viitoare temă de cercetare.

Deși această cercetare are limite inerente, în primul rând legate de utilizarea metodei chestionarului online, lipsa de reprezentativitate a eșantionului și excluderea tocmai a celor care nu au acces online, rezultatele obținute reprezintă un punct de pornire, un semnal de alarmă asupra nevoii de informare și educare în primul rând a părinților, dar și a celorlalți actori educaționali asupra problematicilor și riscurilor emergente pandemiei asupra copiilor. Efectele nocive ale tehnostres-ului sunt o realitate, și dată fiind gravitatea consecințelor asupra stării de bine și a dezvoltării copiilor și adolescenților, este necesar a se lua urgent măsuri la toate nivelurile instituționale pentru a fi prevenite.

#### BIBLIOGRAFIE

1. Achterberg, M., Dobbellaar, S., Boer, O.D., Crone, E.A., (2021). Perceived stress as mediator for longitudinal effects of the COVID19 lockdown on wellbeing of parents and children, *Nature Scientific Reports*, 11, Article number: 2971 (2021), <https://doi.org/10.1038/s41598-021-81720-8>.
2. Aghasi, M., Matinfar, A., Golzarand, M. *et al.*, (2019). Internet Use in Relation to Overweight and Obesity: A Systematic Review and Meta-Analysis of Cross-Sectional Studies, *American Society for Nutrition* 2019;00:1–8; DOI: <https://doi.org/10.1093/advances/nmz073>.
3. Alaca, N., (2019). The impacts of internet addiction on depression, physical activity level and trigger point sensitivity in Turkish university students, *Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation* –1 (2019) 1–8 DOI: 10.3233/BMR-171045.
4. Al Majali, S.A., (2020). The Digital World for Children and its Relationship with Personality Disorders: Exploring Emerging Technologies, *iJET* – Vol. 15, No. 1, 2020, <https://doi.org/10.3991/ijet.v15i01.11412>
5. Amerijckx, G., Humblet, P.C. (2013). *Child Well-Being: What Does It Mean?* *Children & Society*, 28(5), 404–415. DOI: 10.1111/chso.12003.
6. Araújo L.A., Veloso C.F., Souza M.C., Azevedo J.M., Tarro G. (2020). The potential impact of the COVID-19 pandemic on child growth and development: a systematic review. *Jornal de Pedia*, <https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2020.08.008>.
7. Asociația de Psihologia Sănătății din România (2015). Raport de cercetare. Comportamente de sănătate la copii și adolescenții din România-Studiu HSBC 2014/2015. Disponibil online: <https://insp.gov.ro/sites/1/wp-content/uploads/2014/11/Raport-HBSC-Romania-bun.pdf>.

8. Ayyagari, R., Grover, V., Purvis, R., (2011). Technostress: Technological antecedents and implications. *MIS Quart.*, 35, 831–858, <https://doi.org/10.2307/41409963>.
9. Axford, N., (2009). Child well-being through different lenses: why concept matters. *Child and Family Social Work* 14: 372–383. Diponibil online: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1365-2206.2009.00611.x>.
10. Ben-Arieh, A., Frones, I., Casas, F., (2014). Multifaceted Concept of Child Well-Being, DOI: 10.1007/978-90-481-9063-8\_134.
11. Berasategi N., Idoiaga N., Dosil M., Eiguren A. (2020) Design and Validation of a Scale for Measuring Well-Being of Children in Lockdown (WCL). *Frontiers Psychology*. 11:2225. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.02225.
12. Bondani, G., Giorgi, G., Ariza-Montes *et al.*, (2020). Technostress Dark Side of Technology in the Workplace: A Scientometric Analysis, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 8013; DOI:10.3390/ijerph17218013.
13. Boonjing V., Chanvarasuth, P., (2016). Risk of overusing mobile phones: Technostress effect, *Procedia Computer Science* 111 (2017) 196–202, DOI: 10.1016/j.procs.2017.06.053.
14. Botnariuc, P., Cucos C., Glaca C. *et al.*, (2020). S□coala online – elemente pentru inovarea educa□iei. Raport de cercetare evaluativ□, Bucure□ti, Mai 2020, editura Universit□tii din Bucure□ti. Disponibil online: <https://unibuc.ro/rezultatele-studiului-scoala-online-elemente-pentru-inovarea-educatiei-derulat-de-profesori-in-stiintele-educatiei-de-la-universitatea-din-bucuresti/>.
15. Bremer, J., (2005). The Internet and Children: Advantages and Disadvantages, *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America* 14 (2005) 405–428, DOI: 10.1016/j.chc.2005.02.003.
16. Brom, C., Lukavsk□y, J., Greger, D., *et al.*, (2020). Mandatory Home Education During the COVID-19 Lockdown in the Czech Republic: A Rapid Survey of 1st-9th Graders' Parents. *Frontiers in Education*, 5:103. DOI: 10.3389/educ.2020.00103.
17. Canan F., Yildirim, O. *et al.*, (2014). The Relationship Between Internet Addiction and Body Mass Index in Turkish Adolescents, *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*, Volume 17, Number 1, DOI: 10.1089/cyber.2012.0733.
18. Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., (2011). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction, *BMC Public Health* 2011, 11:802, <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/11/802>.
19. Chiappetta M., (2017). The Technostress: definition, symptoms and risk prevention, *Senses Sciences*, 2017: 4 (1) 358–361, DOI: 10.14616/sands-2017-1-358361.
20. CNPEE (Ministerul Educa□iei □i Cercet□rii), 2020. □nv□tarea la distan□a. Anchet□ cu privire la activit□tile educa□ionale desfa□s□urate □n Rom□nia, □n perioada suspend□rii cursurilor □colare fa□a □n fa□a. August, 2020. Disponibil la: <http://www.ise.ro/wp-content/uploads/2020/08/Invatarea-la-distanta-Raport-de-cercetare-august-2020.pdf>.
21. Consiliul Elevilor, (2020a). Raportul consult□rii privind sistemul de educa□ie online. Disponibil online: <https://consiliulelevilor.ro/wp-content/uploads/2020/04/Raport-privind-accesul-elevilor-la-educa□ie-in-mediul-online.pdf>.
22. Consiliul Elevilor, (2020b). Raport sumativ privind debutul anului □colar 2020-2021 din perspectiva elevilor. Disponibil online: <https://consiliulelevilor.ro/wp-content/uploads/2015/10/Raport-sumativ-privind-debutul-anului-□colar-2020-2021-din-perspectiva-elevilor.pdf>.
23. Criado, N., (2019). Digital Discrimination, capitol □n „Algorithmic Regulation”, Oxford University Press, 2019. Disponibil online: [https://www.researchgate.net/publication/336792693\\_Digital\\_Discrimination](https://www.researchgate.net/publication/336792693_Digital_Discrimination).
24. Dalu, A-M., Noveanu G., (2020). Back to School post-COVID. Rom□nia. August 2020. Disponibil online: <http://www.ise.ro/wp-content/uploads/2020/08/Raport-Back-to-School-2020-2021.pdf>.

25. EEAS (European Union External Action Service), (2020). As classrooms for half the world's schoolchildren remain closed, UNICEF and EU urge countries to prioritise schools in re-opening plans, Brussels/New York, 23/09/2020 – 19:05, UNIQUE ID: 200923\_17. Disponibil online: [https://eeas.europa.eu/headquarters/headquarters-homepage/85693/classrooms-half-world%E2%80%99s-schoolchildren-remain-closed-unicef-and-eu-urge-countries-prioritise\\_en](https://eeas.europa.eu/headquarters/headquarters-homepage/85693/classrooms-half-world%E2%80%99s-schoolchildren-remain-closed-unicef-and-eu-urge-countries-prioritise_en).
26. Einhorn, E., (2020). Covid is having a devastating impact on children — and the vaccine won't fix everything, NBC News. Disponibil online: <https://www.nbcnews.com/news/education/covid-having-devastating-impact-children-vaccine-won-t-fix-everything-n1251172>.
27. Erlina, I.A.H., Santoso, D., Apriyanto, S., (2020). Perspective of Parents of Online Learning in Pandemic Covid-19. *Journal of Research in Business, Economics, and Education*, vol. 2, issue 6. Disponibil online: <http://e-journal.stie-kusumanegara.ac.id/index.php/jrbee/article/view/196>.
28. European Commission (2018). Sport and physical activity. Disponibil online: <https://ec.europa.eu/commfrontoffice/publicopinion/index.cfm/survey/getsurveydetail/instruments/special/surveyky/2164>
29. Fischer, A., (2020). Resistance of children to Covid-19. How?, *Mucosal Immunology* (2020) 13:563–565; <https://doi.org/10.1038/s41385-020-0303-9>.
30. Florian, B., Țoc, S., (2020). Policy note: Educația în timpul pandemiei. Răspunsuri la criza nesfârșită a sistemului educațional românesc. SNSPA, aprilie 2020. Disponibil la: <http://snspa.ro/policy-note-educatia-in-timpul-pandemiei-raspunsuri-la-criza-nesfarsita-a-sistemului-educational-romanes/>.
31. Grechyna, D., (2020). Health threats associated with children lockdown in Spain during COVID-19, (April 7, 2020). Disponibil online: SSRN <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3567670>.
32. Haddon, L., Livingstone, S. (2014). *The Relationship between Offline and Online Risks. Young people, media and health: risks and rights*, Nordicom Clearinghouse Yearbook 2014 (pp. 21–32). Eds. C. von Feilitzen and J. Stenersen. Goteborg: Nordicom. Disponibil online: [https://www.researchgate.net/publication/292047875\\_The\\_Relationship\\_between\\_Offline\\_and\\_Online\\_Risks](https://www.researchgate.net/publication/292047875_The_Relationship_between_Offline_and_Online_Risks).
33. Hill A., King, N., Armstrong, T., (2007). The Contribution of Physical Activity and Sedentary Behaviours to the Growth and Development of Children and Adolescents. *Sports Medicine*, 37(6), pp. 533–545. Disponibil la: <https://eprints.qut.edu.au/33696/>.
34. Institutul Național de Sănătate Publică și Centrul Național de Evaluare și Promovare a Stării de Sănătate București (2016). Raportul Național de Sănătate a Copiilor și Tinerilor din România 2016. Disponibil online: <http://insp.gov.ro/sites/cnepss/wp-content/uploads/2014/12/Raport-scolara-2016.pdf>.
35. INSP (Institutul Național de Sănătate Publică) (2017). State of Health in the EU –România, Profilul Sănătății în 2017. Disponibil online: [https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/state/docs/chp\\_romania\\_romanian.pdf](https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/state/docs/chp_romania_romanian.pdf).
36. INSP (Institutul Național de Sănătate Publică) (2018). Ziua Mondială a Diabetului – 14 Noiembrie 2018. Disponibil online: [https://insp.gov.ro/sites/cnepss/wp-content/uploads/2018/11/ANALIZA\\_Diabet\\_2018\\_rev.pdf](https://insp.gov.ro/sites/cnepss/wp-content/uploads/2018/11/ANALIZA_Diabet_2018_rev.pdf).
37. INSP (Institutul Național de Sănătate Publică) (2020). Campania „Luna Națională a Informării despre efectele activității fizice” – Septembrie 2020. Disponibil la: <https://insp.gov.ro/sites/cnepss/wp-content/uploads/2020/09/INFOGRAFIC-ACTIVITATE-FIZICA-2020.pdf>.
38. INSP și CNEPSS (Institutul Național de Sănătate Publică și Centrul Național de Evaluare și Promovare a Stării de Sănătate) (2019a). Raport Național de Sănătate a Copiilor și Tinerilor din România 2018. Disponibil online: <https://insp.gov.ro/sites/cnepss/wp-content/uploads/2021/01/Raport-National-de-Sanatate-a-Copiilor-si-Tinerilor-din-Romania-2019-2.pdf>.
39. INSP și CNEPSS (Institutul Național de Sănătate Publică și Centrul Național de Evaluare și Promovare a Stării de Sănătate) (2019b). Ziua Europeană Anti-Depresie 1 octombrie 2019. Analiză de situație. Disponibil online: <https://insp.gov.ro/sites/cnepss/wp-content/uploads/2017/04/Analiza-situatie-ZEAD-2019-.pdf>.



40. INSP și CNEPSS (Institutul Național de Sănătate Publică și Centrul Național de Evaluare și Promovare a Stării de Sănătate) (2017). Raportul Național de Sănătate a Copiilor și Tinerilor din România 2017. Disponibil la: <https://insp.gov.ro/sites/cnepss/wp-content/uploads/2018/02/RSC-2017.pdf>.
41. IRES, (2020a). ȘCOALA ÎN STARE DE URGENȚĂ – Provocările părinților. Aprilie 2020. Disponibil la: <https://ires.ro/articol/393/-coala-in-stare-de-urgenta-provocarile-parintilor>.
42. IRES, (2020b). Accesul copiilor școlari din România la educație online, Aprilie 2020, studio național. Disponibil online: <https://ires.ro/articol/394/accesul-copiilor-colari-din-romania-la-educație-online>.
43. IRES, (2020c). Înapoi la școală - școală în pandemie, August 2020. Disponibil online: <https://ires.ro/articol/408/inapoi-la-coala-scoala-in-pandemie>.
44. IRES, (2021d). Reînceperea școlii în context pandemic – policy paper. Ianuarie 2021. Disponibil la: <https://ires.ro/articol/419/reinceperea-colii-in-context-pandemic-policy-paper>.
45. ISMB (Inspectoratul Școlar al Municipiului București), CMBRAE (Centrul Municipiului București pentru Resurse și Asistență Educațională), (2020). Studiu privind percepția elevilor, părinților și a profesorilor asupra activităților zilnice în perioada de autoizolare. Disponibil online: [http://www.cmbrae.ro/2017/wp-content/uploads/2020/06/Raport\\_studiu\\_ISMB\\_CMBRAE\\_context\\_pandemie\\_2020-1.pdf](http://www.cmbrae.ro/2017/wp-content/uploads/2020/06/Raport_studiu_ISMB_CMBRAE_context_pandemie_2020-1.pdf).
46. Kardefelt-Winther, D., (2017), How does the time children spend using digital technology impact their mental well-being, social relationships and physical activity? an evidence-focused literature review, paper was developed as a background paper to UNICEF's State of the World's Children report for 2017. Disponibil online: [https://www.researchgate.net/publication/321724817\\_How\\_does\\_the\\_time\\_children\\_spend\\_using\\_digital\\_technology\\_impact\\_their\\_mental\\_well-being\\_social\\_relationships\\_and\\_physical\\_activity\\_An\\_evidence-focused\\_literature\\_review](https://www.researchgate.net/publication/321724817_How_does_the_time_children_spend_using_digital_technology_impact_their_mental_well-being_social_relationships_and_physical_activity_An_evidence-focused_literature_review).
47. Kardefelt-Winther, D., (2019), Children's time online and well-being outcomes, OECD. Disponibil online: <https://www.oecd-ilibrary.org/sites/1309ba3e-en/index.html?itemId=/content/component/1309ba3e-en>.
48. Kiliñel, S., Kiliñel, O., Muratdagı, G., Aydın, A., Usta M.B., (2020). Factors affecting the anxiety levels of adolescents in home-quarantine during COVID-19 pandemic in Turkey. *Asia Pac Psychiatry*. 2020; e12406. <https://doi.org/10.1111/appy.12406>.
49. Kumar, K., Naik, L., (2019). How To Create An Online Survey By Using Google Forms, *International Journal of Library and Information Studies*, vol. 6(3), Jul – Sep, 2016. Disponibil online: [https://www.researchgate.net/publication/333369585\\_HOW\\_TO\\_CREATE\\_AN\\_ONLINE\\_SURVEY\\_BY\\_USING\\_GOOGLE\\_FORMS](https://www.researchgate.net/publication/333369585_HOW_TO_CREATE_AN_ONLINE_SURVEY_BY_USING_GOOGLE_FORMS).
50. Laconi, S., Kaliszewska-C.K., Gnisci, A. (2018), Cross-cultural study of Problematic Internet Use in nine European countries, *Computers in Human Behavior*, vol. 84, p. 430–440, DOI: 10.1016/j.chb.2018.03.020.
51. Lapousis, X.G., (2016). The Relation between Physical Activity and the use of Internet in Schoolchildren Aged 13–15 Years Old, *The Swedish Journal of Scientific Research*, Vol. 3 / 11. Disponibil online: [https://www.researchgate.net/publication/315830971\\_The\\_Relation\\_between\\_Physical\\_Activity\\_and\\_the\\_use\\_of\\_Internet\\_in\\_Schoolchildren\\_Aged\\_13-15\\_Years\\_Old](https://www.researchgate.net/publication/315830971_The_Relation_between_Physical_Activity_and_the_use_of_Internet_in_Schoolchildren_Aged_13-15_Years_Old).
52. Lewis, A. (2019). Examining the concept of well-being and early childhood: Adopting multi-disciplinary perspectives. *Journal of Early Childhood Research*, 1476718X1986055. DOI:10.1177/1476718x19860553.
53. Lopez-Bueno, R., Lopez-Sanchez, G., Casajus, J.A et al., (2020). Potential health-related behaviors for pre-school and school-aged children during COVID-19 lockdown: A narrative review, *Preventive Medicine* (2020), <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2020.106349>.

54. Matusitz, J., McCormick, J., (2012). Sedentarism: The Effects of Internet Use on Human Obesity in the United States, *Social Work in Public Health*, 27:3, 250–269, DOI: 10.1080/19371918.2011.542998.
55. Medrano, M., Cadenas-Sanchez, *et al.*, (2020). Changes in lifestyle behaviours during the COVID-19 confinement in Spanish children: A longitudinal analysis from the MUGI project, *Pediatric Obesity*, <https://doi.org/10.1111/ijpo.12731>.
56. Minkinen, J., (2013). The Structural Model of Child Well-Being, *Child Indicators Research* (2013) 6:547–558, DOI 10.1007/s12187-013-9178-6.
57. OMEC 5545/2020, (2020). ORDIN Nr. 5545/2020 din 10 septembrie 2020 pentru aprobarea Metodologiei-cadru privind desfășurarea activităților didactice prin intermediul tehnologiei și al internetului, precum și pentru prelucrarea datelor cu caracter personal, Ministerul Educației și Cercetării publicat în: Monitorul Oficial nr. 837 din 11 septembrie 2020. Disponibil online: [https://www.edu.ro/sites/default/files/\\_fișiere/Legislatie/2020/OMEC%205545.pdf](https://www.edu.ro/sites/default/files/_fișiere/Legislatie/2020/OMEC%205545.pdf).
58. Organizația Mondială a Sănătății (2019). ACTIVE – A technical package of increased physical activity. Disponibil online: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/275415/9789241514804-eng.pdf>.
59. Parimala, K., Nagalakshmi, J., (2020). A Detailed Review of Impact of SARS2 on the Children, *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*, Volume 07, Issue 07. Disponibil online: [https://ejmcm.com/article\\_5857.html](https://ejmcm.com/article_5857.html).
60. Peticilă, M., (2021). Peste 2,9 milioane de elevi încep școala luni – cursurile sunt 100 % online pentru următoarele trei săptămâni. Cum se încheie mediile după noul regulament și care sunt regulile de predare online și de evaluare. Disponibil la: <https://www.edupedu.ro/peste-29-milioane-de-elevi-incep-scoala-luni-cursurile-sunt-100-online-pentru-urmatoarele-trei-saptamani-cum-se-incheie-mediile-dupa-noul-regulament-si-care-sunt-regulile-de-predare-online-si-de-ev/>.
61. Rees, G., Bradshaw, J., Goswami, H., & Keung, H. (2010). Understanding Children’s Well-Being: A National Survey of Young People’s Well-Being. London: The Children’s Society. Disponibil online: <https://www.york.ac.uk/inst/spru/research/pdf/Understanding.pdf>.
62. Radha, R., Mahalakshmi, K., Sathish Kumar, V. *et al.*, (2020). E-Learning during Lockdown of Covid-19 Pandemic: A Global Perspective, *International Journal of Control and Automation*, Vol. 13, No. 4, (2020), pp. 1088–1099. Disponibil online: [https://www.researchgate.net/publication/342378341\\_E-Learning\\_during\\_Lockdown\\_of\\_Covid-19\\_Pandemic\\_A\\_Global\\_Perspective](https://www.researchgate.net/publication/342378341_E-Learning_during_Lockdown_of_Covid-19_Pandemic_A_Global_Perspective).
63. Salvați Copiii, (2020a). Studiu privind opiniile partenerilor educaționali cu privire la condițiile de începere a anului școlar 2020-2021 în condițiile pandemiei COVID 19 în România. Disponibil online: <https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/files/6c/6c17fec7-a1a0-4ec1-9163-2cac5ae3a99b.pdf>.
64. Salvați Copiii, (2020b). Opinia elevilor cu privire la educația on-line și efectele perioadei de izolare, Iulie 2020. Disponibil la: <https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/files/d3/d376f652-4ed3-43cc-8947-347265fe6e7e.pdf>.
65. Sari, D.K., Maningtyas, R.T., (2020). Parents’ Involvement in Distance Learning During the Covid-19 Pandemic, *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, vol. 487. Disponibil online: <https://doi.org/10.2991/assehr.k.201112.018>.
66. Săgeată, R., (2020). Școala în pandemie. Provocări și incertitudini. Cazul României, DOI: 10.13140/RG.2.2.28578.04804.
67. Serafini, G., Parmigiani, B., Amerio, A. *et al.*, (2020). The psychological impact of COVID-19 on the mental health in the general population, *QJM: An International Journal of Medicine*, 2020, 529–535, Oxford University Press, doi: 10.1093/qjmed/hcaa201.
68. Simon, J., Helter, T.M., White, R.G. *et al.*, (2020). Impacts of the Covid-19 lockdown and relevant vulnerabilities on capability well-being, mental health and social support: an Austrian survey study, *BMC Public Health* (2021) 21:314. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10351-5>.

69. Sinkkonen, H.M., Puhakka, H., Meriläinen, M., (2014), Internet use and addiction among Finnish Adolescents (15-19years), *Journal of Adolescence*, vol. 37/2, p. 123–131, DOI: 10.1016/j.adolescence.2013.11.008.
70. Soltani, M., (2010). Evaluation of Destructive and Negative Effects of using Computers, the Internet and Computer Games on Students, *International Journal of Computer and Network Security*, 113 Vol. 2, No. 9, September 2010. Disponibil online: [https://www.researchgate.net/publication/47685457\\_Evaluation\\_of\\_Destructive\\_and\\_Negative\\_Effects\\_of\\_using\\_Computers\\_the\\_Internet\\_and\\_Computer\\_Games\\_on\\_Students](https://www.researchgate.net/publication/47685457_Evaluation_of_Destructive_and_Negative_Effects_of_using_Computers_the_Internet_and_Computer_Games_on_Students).
71. Smahel, D., Mascheroni, G., Dedkova, L. *et al.*, (2020), EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries, London School of Economics and Political Science, London, UK, February 2020, DOI: 10.21953/lse.47fdeqj01ofo.
72. Statham J., Chase E., (2010) Child wellbeing: a brief overview. [report on the Internet]. London (UK): Loughborough Childhood Wellbeing Research Centre. Disponibil online: [http://www.cwrc.ac.uk/documents/CWRC\\_Briefing\\_paper.pdf](http://www.cwrc.ac.uk/documents/CWRC_Briefing_paper.pdf).
73. UNICEF România, (2020a). Evaluare rapidă a situației copiilor și familiilor, cu accent pe categoriile vulnerabile, în contextul epidemiei de covid-19 din România – runda 1, aprilie 2020. Disponibil online: <https://www.unicef.org/romania/ro/documents/evaluare-rapidă-situației-copiilor-și-familiilor-cu-accent-pe-categoriile-vulnerabile-1>.
74. UNICEF România, (2020b). Evaluare rapidă a situației copiilor și familiilor, cu accent pe categoriile vulnerabile, în contextul epidemiei de covid-19 din România – runda 2, mai 2020. Disponibil online: <https://www.unicef.org/romania/ro/documents/evaluare-rapidă-situației-copiilor-și-familiilor-cu-accent-pe-categoriile-vulnerabile>.
75. UNICEF România, (2020c). Evaluare rapidă a situației copiilor și familiilor, cu accent pe categoriile vulnerabile, în contextul epidemiei de covid-19 din România – runda 3, iunie 2020. Disponibil online: <https://www.unicef.org/romania/ro/documents/evaluare-rapidă-situației-copiilor-și-familiilor-cu-accent-pe-categoriile-vulnerabile-0>.
76. UNICEF România, (2020d). Evaluare rapidă a situației copiilor și familiilor, cu accent pe categoriile vulnerabile, în contextul epidemiei de covid-19 din România – runda 4, iulie 2020. Disponibil online: <https://www.unicef.org/romania/ro/documents/evaluare-rapidă-situației-copiilor-și-familiilor-cu-accent-pe-categoriile-vulnerabile-2>.
77. UNICEF, (2020). COVID-19 and Children. UNICEF data hub, October 2020. Disponibil online la: <https://data.unicef.org/covid-19-and-children/>
78. Van Deursen J., Van Dijk J., (2019). The first-level digital divide shifts from inequalities in physical access to inequalities in material access, în *New media & society* 2019, Vol. 21(2) 354–375, Disponibil online: [sagepub.com/journals-permissions](https://sagepub.com/journals-permissions), DOI: 10.1177/46/444818797082.
79. Van Deursen, J., Helsper E.J., (2016). The third-level digital divide: who benefits most from being online? *Communication and Information Technologies Annual: Digital Distinctions and Inequalities Studies in Media and Communications*, Volume 10, 29–52; ISSN: 2050-2060/DOI:10.1108/S2050-20602015000010002.
80. Velicu, A., (2020). *Școala la distanță (primăvara 2020) și folosirea tehnologiilor digitale de către copii. Opiniile părinților și ale copiilor din România. Raport KiDiCoTi*. București: Institutul de Sociologie. Disponibil online: [https://www.insoc.ro/institut/Raport\\_Scoala\\_KiDiCoTi%20\\_RO.pdf](https://www.insoc.ro/institut/Raport_Scoala_KiDiCoTi%20_RO.pdf).
81. Velicu, A. (2021). Vietțile digitale ale copiilor în timpul COVID-19 (primăvara 2020). Riscuri și oportunități. Raport KiDiCoTi pentru România. București: Institutul de Sociologie. Disponibil online: [https://www.insoc.ro/institut/Raport\\_kidicoti\\_final\\_RO.pdf](https://www.insoc.ro/institut/Raport_kidicoti_final_RO.pdf).
82. Viner, R., Russell, S. *et al.*, (2021). Impacts of school closures on physical and mental health of children and young people: a systematic review, *MedRxiv*, <https://doi.org/10.1101/2021.02.10.21251526>.

83. Xie, X., Xue, Q., Zhou, Y. *et al.*, (2020). Mental Health Status Among Children in Home Confinement During the Coronavirus Disease 2019 Outbreak in Hubei Province, China, *JAMA Pediatrics*, September 2020 Volume 174, Number 9. Disponibil online: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/article-abstract/2765196>.
84. Zheng, Y., Wei D., Li, J. *et al.*, (2016). Internet Use and Its Impact on Individual Physical Health, *IEEE Access*, vol. 4 / 2016, DOI 10.1109/ACCESS.2016.2602301.
85. Wang C., Pan R., Wan X., Tan Y., Xu. L., Ho C.S., Ho. R.C. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020; 17(5):1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>.
86. Warlenda, S.V., Marlina, H., Ismainar, H., (2021). Parents' perceptions of implementation of distance learning in elementary school during the Covid-19, *International Journal of Multidisciplinary Research and Growth Evaluation*, Volume 2, Issue 1, January-February 2021, Page No. 106–107. Disponibil online: <https://www.allmultidisciplinaryjournal.com/archivesarticle/2021.v2.i1.92.pdf>.
87. Wolpert S., (2009). Is technology producing a decline in critical thinking and analysis?. UCLA Newsroom. Disponibil online: <https://newsroom.ucla.edu/releases/is-technology-producing-a-decline-79127>.