

DOI: 10.21802/artm.2021.4.20.56
УДК 37.01/09:61

СОЦІАЛЬНИЙ СТРЕС У ДІТЕЙ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА РОЗВИТОК ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК

Н.П. Махлинець¹, З.Р. Ожоган², М.В. Пюрик³

Івано-Франківський національний медичний університет:

¹*кафедра терапевтичної стоматології,*

²*кафедра ортопедичної стоматології,*

³*кафедра хірургії ФПО,*

м. Івано-Франківськ, Україна,

ORCID ID: 0000-0002-1199-8086,

ORCID ID: 0000-0003-4220-2658,

ORCID ID: 0000-0002-6065-831X,

e-mail: makhlynets11@yahoo.com

Резюме. Вивчення проблеми соціального емоційного хронічного стресу в навчальній діяльності учнів за умов дистанційного навчання та його вплив на формування порушень зі сторони зубо-щелепної системи є актуальним.

В основу статті покладено кількісне дослідження, проведене серед пацієнтів шкільного віку, які мають шкідливі звички (смоктання пальця чи чужорідних предметів, дихання ротом, спирання голови на руки під час прослуховування онлайн заняття) шляхом таємного анкетування, яке збирало інформацію про найбільш стресові сфери життя та дистанційного навчання за умови карантину. За результатами досліджень, це може бути результатом адаптації особи до наявного хронічного стресу.

Стрес стає більш глобальною проблемою, особливо серед дітей, оскільки негативно позначається на їхньому житті та здоров'ї, на прогресуванні шкідливих звичок і, у свою чергу, на розладах зубо-щелепної системи. Тому актуальним є вивчення проблеми соціального емоційного хронічного стресу в навчальній діяльності дітей в умовах дистанційного навчання та його впливу на формування порушень зубо-щелепної системи.

У статті наведені результати анонімного опитування 60 пацієнтів з наявними зубо-щелепними аномаліями, де включені періоди появи та прогресування хронічної звички, наявність різних стресових чинників, причин незадовільної успішності.

Висновки. Отримані результати таємного анкетування свідчать про стан хронічного напруження учнів, їх перебування у стані соціального стресу, що зумовлений новими умовами життя через онлайн навчання, частими змінами між періодами живого спілкування, умовами дистанційного навчання та психологічними проблемами у родині, відчуття емоційного полегшення у період застосування шкідливої звички.

Ключові слова: соціальний стрес, хронічний стресор, дистанційне навчання, шкідливі звички.

Вступ. На сьогоднішній день діти – найбільш незахищена ланка у суспільстві, яка піддається впливу стресових чинників. Науковцями доведено, що соціальний стрес є невід'ємною складовою повсякденного життя, і останні роки його вивчають у контексті комплексних систематичних взаємин і впливу на перебіг чи розвиток патологічних станів [1, 2, 3, 4, 5]. Часте перебування у стресових умовах (дистанційне навчання за умови пандемії, ізоляція у власному домі, нечасті зустрічі з друзями, інформаційний тиск щодо рівня захворюваності) чи переживання гострого стресу (хвороба, смерть рідних) стимулюють розвиток шкідливих звичок [6, 7, 8, 9, 10].

Стрес стає дедалі глобальнішою проблемою, особливо серед молодих осіб, і негативно позначається саме на їхньому житті та здоров'ї [11, 12, 13]. Щоденне життя в умовах карантину наповнене великою кількістю стресорів, як гострих, так і хронічних, що може відображатись і на якості життя пацієнтів. Протягом останніх двох років ми часто простежуємо у

дітей емоційну нестабільність через тривале життя у хронічному стресі, що зумовлене наявністю пандемії.

Для зменшення впливу стресових чинників діти використовують шкідливі звички: смоктуть пальці, кусають нігті, олівці чи ручки, сидять перед монітором з відкритим ротом, незважаючи на позитивну дихальну пробу (наявність носового дихання), в одній і тій же позі спирають голову на руки, зумовлюючи хронічну травму в цій ділянці. За результатами багатьох досліджень, це може бути результатом адаптації особи до наявного хронічного стресу [1, 11].

Обґрунтування дослідження. В останні два роки більшість дітей зіткнулася з навчанням онлайн через наявність пандемії. Вир технічних технологій поглинув людство і ще більше “скував” молодь, яка втрачає здатність до живого спілкування через життя у моніторах. Дітям важко адаптуватися до постійного перебування вдома, безперервної зміни платформ навчання та нововведень. Спілкування з однокласниками та друзями перейшло переважно в онлайн режим.

Таким чином, молода особа повинна постійно пристосовуватися до нового ритму життя та динаміки навчання. Життя за комп'ютером зумовлює нашарування цілої низки психологічних труднощів за умов дистанційного навчання, що, у свою чергу, призводить до постійного напруження та стану хронічного стресу.

Стрес стає дедалі глобальнішою проблемою, особливо серед дітей, бо він негативно позначається саме на їхньому житті та здоров'ї, прогресуванні розвитку шкідливих звичок. Учені наголошують, що шкідливі звички відіграють важливе місце у появі багатьох ортодонтичних аномалій прикусу або погіршують умови лікування такого пацієнта, однак батьки часто цим нехтують. Потрібно пам'ятати, що у всіх звичках є приховані небезпеки. Тривале смоктання язика чи пальців чинить тиск на піднебіння та зубні ряди і в результаті зумовлює деформацію. Вчені наголошують, що такі звички призводять до формування відкритого прикусу, постійного травмування фронтальної групи зубів та тканин пародонта, а додатково перебування в ротовій порожнині чужорідних тіл зумовлює постійне інфікування ротової порожнини, що підтверджено підвищеним відсотком інфекційних захворювань ротової порожнини в осіб з відкритим прикусом [9, 10]. Особливо ми наголошуємо на звичному положенні голови і погоджуємося з думкою інших науковців, що тривале систематичне підкладання руки під щоку чи іншу частину лицевого черепа зумовлює його несиметричний розвиток, часте одностороннє звуження щелеп або їх зсув в той чи інший бік [9, 10]. Як наслідок, простежується недорозвиток щелепових кісток, звуження та деформація зубних дуг. За наявності такої шкідливої звички розвивається перехресний чи глибокий прикус. Ще однією частою шкідливою звичкою є сидіння перед монітором з відкритим ротом за умови наявного носового дихання (дихальна проба позитивна). За умов наявності такого стану у дитини часто розвивається відкритий прикус.

Мета дослідження: вивчити наявність хронічного соціального стресу в дітей з наявними зубо-щелепними аномаліями; дослідити взаємозв'язок між шкідливими звичками та наявністю стресових чинників.

Матеріали і методи. Проведено таємне анкетування серед 60 учнів, які проживають у задовільних соціальних умовах. В анкету були включені пункти про наявність чи відсутність шкідливої звички, періоди появи та прогресування хронічної звички, наявність різних стресових чинників, успішність протягом двох років, наявність болю у шийному відділі хребта.

Результати дослідження та їх обговорення. Отримані нами результати таємного анкетування свідчать про те, що у 98,3% опитаних наявний стан хронічного напруження учнів, 75,0% дітей вважають, що перебувають у стані соціального стресу, який зумовлений новими умовами життя, частими змінами між періодами живого спілкування та умовами дистанційного навчання, 48,3% всіх учнів панічно переживають через вихідний рівень знань за умов дистанційного навчання, а 86,6% – низько оцінюють рівень знань та вказують на динаміку до погіршення, 51,7% опитаних мають страх інфікування COVID-19, 35,0% учнів вказують на психологічні проблемами у родині, 73,3% всіх

опитаних наголошують на відчутті емоційного полегшення у період застосування шкідливої звички.

Висновки. Отже, діти, які проживають в умовах хронічного стресу, втрачають мотивацію до навчання. Вони не дістають від нього задоволення, а, у свою чергу, шукають допомоги в звичках, які, на думку наших пацієнтів, допомагають зменшити вплив стресу на якість життя та власний емоційний стан. Взаємозв'язок між хронічними шкідливими звичками у дітей за умови наявного соціального стресу пояснюється формуванням адаптивних реакцій організму на стресовий фактор (Е. Геллорн, У. Кенон) [1, 12].

Саме тому, на сьогоднішній день під час роботи з пацієнтами нам потрібно враховувати їхній психоемоційний стан. Ми повинні розглядати кожного хворого як такого, що перебуває у хронічному стресі, та звертати особливу увагу на наявність хронічних шкідливих звичок, які часто є першопричиною зубо-щелепної деформації і нерідко є перешкодою до ефективного результату комплексного лікування.

Перспективи подальших досліджень. Буде проведено повторне анкетування цих дітей після усунення впливу хронічного стресора.

References:

1. Naugolnuk LB. *Psikhologiya stresu*. Lviv: Lvivskyy derzhavnyy universytet; 2015. 324 p.
2. Grinberg G. *Upravlinnya stresom*. SPb: Piter; 2002. 496 p.
3. Garanyan NK, Kholmogorova AB, Yevdokimova YaG. Predekzamenitsioznyy stress I emotsyonalnaya adaptatsyya u studentov mladshykh kursov. *Sosyalnaya I klinicheskaya psikhiiatiya*. 2017; 2:38-42.
4. Loktyeva SA. Rozvytok osobystosti i adaptatsiya v stydentskomu seredovuschi. *Psikhologichni nauky*. 2009; 24:78-82.
5. McLeod. Expanding the stress process model. *Society and Mental Health. J. The meanings of stress*. 2012; 3:172-186.
6. Sapolsky R. The influence of social hierarchy on primate health. *Science*. 2005; 308:648-652.
7. Smirnov BA. *Psikhologiya diyalnosti v eksperymentalnykh sytuatsiyakh*. Kharkiv. Gumanitarnyy tsentr; 2007. 76 p.
8. Selin H, Davey G. Happiness across cultures: Views of happiness and quality of life in non-Western cultures. NY: Springer. 2012;6:107-120. DOI: <https://doi.org/10.1007/978-94-007-2700-7>.
9. Khoroshylkina FYa. *Ortodontiya*. M.: MIA; 2006. 544 p.
10. Joelijanto R. Oral Habits That Cause Malocclusion Problems. *IDJ*. 2012; 1(2):88-93.
11. Scherbatykh YuV. *Psikhologiya stresu*. M.: EKSMO; 2006. 304 p.
12. Kupriyanov RV. *Psikhodiagnostika stressa*. Kazan: KNITU; 2012. 212 p.
13. Hampton RS. Cultural changes in neural structure and function. 2018;3:1-22. DOI: <https://doi.org/10.31234/osf.io/52eg>.

УДК 37.01/09:61

**СОЦИАЛЬНЫЙ СТРЕСС У ДЕТЕЙ И ЕГО
ВЛИЯНИЕ НА РАЗВИТИЕ ВРЕДНЫХ
ПРИВЫЧЕК**Н.П. Махлинец¹, З.Р. Ожоган², М.В. Пюрик³*Ивано-Франковский национальный медицинский университет:*¹*кафедра терапевтической стоматологии,*²*кафедра ортопедической стоматологии,*³*кафедра хирургии ФПО,**г. Ивано-Франковск, Украина,**ORCID ID: 0000-0002-1199-8086,**ORCID ID: 0000-0003-4220-2658,**ORCID ID: 0000-0002-6065-831X,**e-mail: makhlynets11@yahoo.com*

Резюме. Изучение проблемы социального эмоционального хронического стресса в учебной деятельности учащихся в условиях дистанционного обучения и его влияния на формирование нарушений со стороны зубочелюстной системы актуально.

В основу исследования положено количественное исследование, проведенное среди пациентов школьного возраста, имеющих вредные привычки (сосание пальца или чужеродных предметов, дыхание ртом, опирание головы на руки во время прослушивания онлайн занятия) путем тайного анкетирования, которое собирало информацию о наиболее стрессовых сферах жизни и дистанционного обучения при карантине.

Стресс становится более глобальной проблемой особенно среди детей, поскольку негативно сказывается на их жизни и здоровья, прогрессировании вредных привычек и, в свою очередь, на расстройствах зубочелюстной системы. Поэтому актуально изучение проблемы социального эмоционального хронического стресса в учебной деятельности детей в условиях дистанционного обучения и его влияния на формирование нарушений зубочелюстной системы.

В статье приведены результаты анонимного опроса 60 пациентов с имеющимися зубочелюстными аномалиями, где включены периоды появления и прогрессирования хронической привычки, наличие различных стрессовых факторов, причин неудовлетворительной успеваемости.

Выводы. Полученные результаты тайного анкетирования свидетельствуют о состоянии хронического напряжения учащихся, их пребывании в состоянии социального стресса, что обусловлено условиями жизни через онлайн обучение, частыми изменениями между периодами живого общения, условиями дистанционного обучения и психологическими проблемами в семье, ощущение эмоционального облегчения в период применения вредной привычки.

Ключевые слова: социальный стресс, хронический стрессор, дистанционное обучение, вредные привычки.

UDC 37.01/09: 61

**SOCIAL STRESS IN CHILDREN AND ITS
INFLUENCE ON THE DEVELOPMENT OF
BAD HABITS**N.P. Makhlynets¹, Z.R. Ozhogan², M.V. Piuryk³*Ivano-Frankivsk National Medical University:*¹*Department of Therapeutic Dentistry,*²*Department of Orthopedic Dentistry,*³*Department of Surgery, Faculty of Postgraduate Education,,**Ivano-Frankivsk, Ukraine,**ORCID ID: 0000-0002-1199-8086,**ORCID ID: 0000-0003-4220-2658,**ORCID ID: 0000-0002-6065-831X,**e-mail: makhlynets11@yahoo.com*

Abstract. Learning for children is a necessary stage in the development of personality, which helps the child to more easily acquire the necessary knowledge to further establish the individual. On the other hand it is a difficult stage in life of young people who lose the ability to communicate offline, especially during distance learning. It is difficult for children to adapt to the constant stay at home, to communicate with classmates and friends online, to adapt to the new rhythm of life and the dynamics of learning. Staying more than half of the time at the computer with a layer of psychological difficulties in the conditions of distance learning leads to constant stress and chronic stress. The modern educational system has changed so much in the last two years that the student must constantly adapt to new learning platforms and innovations. And the inability to clearly see and do laboratory classes in many subjects, self-study, even physical education classes leads to chronic stress.

Stress is becoming an increasingly global problem, especially among children, because it negatively affects their lives and health, the progression of bad habits, and in turn, disorders of the dental system. Therefore, it is important to study the problem of social emotional chronic stress in the educational activities of students in terms of distance learning and its impact on the formation of disorders of the dental system.

To reduce the impact of stressors, children use bad habits: sucking fingers, biting nails, pencils or pens, sitting in front of a monitor with his mouth open, despite a positive breath test (presence of nasal breathing), in the same position resting his head on his hands, causing chronic injury in this area. According to many studies, this may be the result of a person's adaptation to existing chronic stress.

Our study was based on a quantitative study conducted among school-age patients who have bad habits (sucking a finger or other objects, breathing through their mouths, resting their heads on their hands while listening to an online lesson) through a secret questionnaire that collected information on the most stressful areas of life and distance learning under quarantine.

The article presents the results of an anonymous survey of 60 patients, which includes periods of onset and progression of a chronic habit, the presence of various

stressors, the reasons for poor performance. Our results of a secret survey indicate the state of chronic stress of students, their being in a state of social stress due to new living conditions, frequent changes between periods of live communication and distance learning, psychological problems in the family, emotional relief during the habit. Due to the fact that children live in conditions of chronic stress, they lose motivation to learn. They do not get pleasure from it, but in turn seek help in habits that, according to

our patients, help reduce the impact of stress on quality of life and their own emotional state. The results of the study explain the formation of adaptive responses of the body to the stress factor (E. Gelgorn, W. Canon) and confirm the relationship between chronic bad habits in children under social stress.

Keywords: social stress, chronic stressor, distance learning, bad habits.

Стаття надійшла в редакцію 03.11.2021 р.
Стаття прийнята до друку 07.12. 2021 р.