

# ADOLESCENTS AND COVID-19: SCHOOL RE-OPENINGS AND MENTAL HEALTH AND ACADEMIC CHALLENGES

Authors:

Bianca Levario, graduate student in Masters of Educational Policy

Eniola Idowu, graduate student in Masters of Public Health

Cynthia Blockburger, Ph.D. candidate in Educational Leadership & middle school teacher

Dr. Katharine Zeiders, Associate Professor in Norton School of Family & Consumer Sciences

Dr. Ada Wilkinon-Lee, Associate Professor in the Department of Mexican American Studies

DECEMBER 2021

Nearly a year and half later, the effects of COVID-19 continue to unfold; most youth have returned to in-person learning, but the ongoing stress of new COVID-19 variants and changes in school policies regarding safety protocols are posing serious academic and mental health challenges for youth and families. Advocating for adolescents who face these risks is needed as academic problems, depression, and anxiety can impact youths' daily functioning and long-term development.

## Background

School closures transformed face-to-face instructions into virtual remote learning during the pandemic. The transition raised concerns about adolescents' access to technology and their educational progress. Less obvious was the impact of remote learning on adolescents' mental health, including anxiety and depression.



## Academic Challenges During School Closures

### National Data

Barriers to virtual learning (e.g. access to technology) disproportionately affected youth of marginalized backgrounds. According to an ASU Morrison Institute poll, about 53% of parents reported their concerns about their children falling behind in their classes and these concerns were highest among Black and Latinx parents (Longhi, 2020). In addition to parental concern, school closures also had implications for school engagement, particularly for students from low-income backgrounds. During the early stages of the pandemic, only 60% of lower income students not attending in-person school were logging on for online instruction; whereas for 90% of higher income students were logging online (Dorn, 2020).

### Local Community Data

The challenges that youth faced nationally were also seen here in our own Tucson community. In Pima County, thousands of high school and middle school students were failing classes during the transition to online remote learning. In Tucson Unified School District, there was an increasing failure rate in middle and high schools, with 32% of students obtaining a failing grade in at least one class (Khmara, 2021). In some schools, the percentage of students failing at least one course was even higher (e.g., 67%).

## Mental Health Challenges During School Closures

### National Data

During the pandemic we also saw alarming rates of mental health problems, including increased anxiety, depression, and suicidal ideations. In a national survey of parents of adolescents, 54% reported that their teens experienced emotional distress during virtual learning and 25% reported that their teens experienced worsened mental health, particularly depression during the pandemic (Verlenden et al, 2021). According to the CDC, the prevalence of suspected suicide attempts with Emergency Room visits were 50% higher among adolescent girls aged 12 to 17 years old from February to March, 2021 than in the previous year (Yard, 2021). School closures disrupted youths' daily opportunities to engage with peers, leading to high rates of loneliness due to quarantine (Loades et al., 2020).

### Local Community Data

Within our Tucson community, similar trends emerged. For instance, Pima County reported a 67% increase in suicide deaths since the transition to remote learning among youth ages 12-17 years old (Pima Country Health Department, 2020). The rates in suicide among Tucson youth continue to remain elevated due to limited mental health services within our city. School counselors at high schools in Tucson Unified School Districts have witnessed an increase in depression and anxiety symptoms among their students (Khmara, 2021).



Frances  
McClelland Institute  
Children, Youth, and Families



## Schools Reopening

Across the country, schools are navigating the best ways to support students as they return to in-person schooling. One of the biggest challenges faced by schools is the implementation of COVID-19 safety protocols. Infections are already driving large quarantines, and high incidence rates may once again endanger in-person education despite the tremendous cost to youth (Bazelon, 2021). In Arizona, legislation was passed to ban face coverings and vaccine mandates (SB1824) early in the 2021-2022 school year; however, recent legal challenges have ruled this unconstitutional and many school districts have continued mandating face coverings among their school campuses.

In addition to the concerns regarding students' transition to in-person learning, one of the major concerns is helping students with their mental health. Students are returning to school campuses in need of some guidance on how to navigate their emotional experiences and increased feelings of anxiety and depression.

## REFERENCES

1. Dorn E, Hancock, B., Sarakatsannis, J., & Viruleg, E. (2020, December 14). COVID-19 and student learning in the United States: The hurt could last a lifetime, McKinsey & Company. <https://www.mckinsey.com/industries/public-and-social-sector/our-insights/covid-19-and-student-learning-in-the-united-states-the-hurt-could-last-a-lifetime>.
2. Khmara, D. (2021, February 5). Thousands of Tucson students failing at 'alarming rate' during COVID-19. Arizona Daily Star. [https://tucson.com/news/local/thousands-of-tucson-students-failing-at-alarming-rate-during-covid-19/article\\_f0750d1c-7a3d-5bf6-beae-7ab82ced969c.html](https://tucson.com/news/local/thousands-of-tucson-students-failing-at-alarming-rate-during-covid-19/article_f0750d1c-7a3d-5bf6-beae-7ab82ced969c.html).
3. Verlenden, J. V., Pampati, S., Rasberry, C. N., Liddon, N., Hertz, M., Kilmer, G., Viox, M. H., Lee, S., Cramer, N. K., Barrios, L. C., & Ethier, K. A. (2021). Association of Children's Mode of School Instruction with Child and Parent Experiences and Well-Being During the COVID-19 Pandemic – COVID Experiences Survey, United States, October 8–November 13, 2020. *MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report*, 70(11), 369–376. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm7011a1>
4. Yard, E. (2021, June 17). Emergency department visits for suspected suicide attempts among persons Aged 12–25 years before and during the Covid-19 Pandemic – United STATES, January 2019–MAY 2021. Centers for Disease Control and Prevention. [https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/70/wr/mm7024e1.htm?s\\_cid=mm7024e1\\_w](https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/70/wr/mm7024e1.htm?s_cid=mm7024e1_w).
5. Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M. N., Borwick, C., & Crawley, E. (2020). Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218–1239.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>
6. Khmara, D. (2021, March 9). With teen suicide on the rise, Tucson educators struggle to prioritize mental health. Arizona Daily Star. [https://tucson.com/news/local/with-teen-suicide-on-the-rise-tucson-educators-struggle-to-prioritize-mental-health/article\\_7ab1b000-c0aa-5066-931f-fed3443e0102.html](https://tucson.com/news/local/with-teen-suicide-on-the-rise-tucson-educators-struggle-to-prioritize-mental-health/article_7ab1b000-c0aa-5066-931f-fed3443e0102.html).
7. Bazelon, E. (2021, September 10). What will school really look like this fall? The New York Times. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2021/09/08/magazine/how-will-america-recover-from-a-broken-school-year.html?referringSource=articleShare>.
8. Longhi, L. (2020, May 21). The Arizona Republic. Poll: Minority and low-income parents most worried about their students' success. Arizona Republic. <https://eu.accentral.com/story/news/local/arizona-education/2020/05/21/asu-morrison-institute-poll-minority-low-income-parents-student-access-coronavirus-pandemic/5224710002/>

## How Can Parents Support Youth?

- Normalize talking with your teen about mental health and how the pandemic has been stressful.
- Look out for possible symptoms of anxiety and depression. This includes, tiredness and loss of energy, insomnia or sleeping too much, changes in appetite, or agitation or restlessness. Do not be afraid to seek professional help when needed. La Frontera Arizona can provide mental health treatment services to children, youth, and adults in Pima County. You can reach them directly at: (520) 838-3804.
- If you start noticing more serious signs of mental health problems including self-harm, or if your adolescent talks about suicide, seek help immediately. The 24/7 Crisis Response Center can provide immediate help: (520) 301-2400. Also, the National Suicide Prevention Lifeline: 1-800-273-TALK (8255) or text "Hopeline" to 741-741.
- Communicate with your adolescent's teachers regularly to understand how your adolescent is doing at school. This communication will help you understand what may be challenging or enjoyable for your adolescent. If there is a language barrier, seek a translator (that can be provided by your adolescent's school) to help you navigate these conversations.
- Be proactive and advocate for your adolescent. You should ask to meet with school counselors/staff if you have concerns about your child's mental health so that you can work collaboratively with the school to set up an optimal learning environment for your student.

## How Can Teachers & Schools Support Youth?

- Check-in and communicate often with students and their families. Also, be flexible in the approaches used to connect with families. This can be through the school's online website, emails, phone calls, online platforms for parents to log on to, handouts, or visual announcements that are accessible to parents.
- Don't allow language barriers to limit the communication with families. Be prepared to seek additional support for families who are not comfortable speaking English.
- Be flexible on attendance policies. Students are now strongly encouraged to stay home with any signs of sickness. Consider online learning accommodations when needed.
- Consider extending office hours or availability after school during the week to allow students to ask questions on assignments or address other concerns they might have.
- Create informational sheets or lessons about challenges that are being experienced by students. Include local resources for families, and be willing to discuss with parents.

# ADOLESCENTES Y COVID-19: REAPERTURAS ESCOLARES Y DESAFÍOS ACADÉMICOS Y DE SALUD MENTAL

Autores:

Bianca Levario, estudiante de posgrado en Maestría en Política Educativa

Eniola Idowu, estudiante de posgrado en Maestría en Salud Pública

Cynthia Blockburger, candidata a doctorado en liderazgo educativo y maestra de secundaria

Dra. Katharine Zeiders, Profesora Asociada de la Escuela Norton de Ciencias de la Familia y el Consumidor

Dra. Ada Wilkinson-Lee, Profesora Asociada del Departamento de Estudios Mexicoamericanos

DICIEMBRE 2021

Casi un año y medio después, los efectos del COVID-19 continúan desarrollándose; la mayoría de los jóvenes han regresado al aprendizaje en persona, pero el estrés continuo de las nuevas variantes de COVID-19 y los cambios en las políticas escolares con respecto a los protocolos de seguridad plantean serios desafíos académicos y de salud mental para los jóvenes y sus familias. Es necesario defender a los adolescentes que enfrentan estos riesgos, ya que los problemas académicos, la depresión y la ansiedad pueden impactar en el funcionamiento diario y el desarrollo a largo plazo de los jóvenes.

## Antecedentes

Los cierres de escuelas transformaron las instrucciones presenciales en aprendizaje remoto durante la pandemia. La transición generó preocupaciones sobre el acceso de los adolescentes a la tecnología y su progreso educativo. Menos obvio fue el impacto del aprendizaje remoto en la salud mental de los adolescentes, incluidas la ansiedad y la depresión.



## Desafíos académicos durante el cierre de escuelas

### Datos nacionales

Las barreras al aprendizaje virtual (por ejemplo, el acceso a la tecnología) afectaron de manera desproporcionada a los jóvenes de los grupos de antecedentes marginados. Según una encuesta del Instituto Morrison de ASU, alrededor del 53% de los padres informaron que les preocupaba que sus hijos se retrasaran en sus clases (Longhi, 2020). Además de la preocupación de los padres, el cierre de escuelas también tuvo implicaciones para la participación escolar, en particular para los estudiantes de bajos ingresos. Durante las primeras etapas de la pandemia, solo el 60% de los estudiantes de bajos ingresos que no asistían a la escuela en persona estaban conectándose para recibir instrucción en línea; mientras el 90% de los estudiantes de mayores ingresos se conectaban en línea (Dorn, 2020).

### Datos de la comunidad local

Los desafíos que enfrentan los jóvenes a nivel nacional fueron también vistos aquí en nuestra propia comunidad de Tucson. En el condado de Pima, miles de estudiantes de secundaria y preparatoria estaban reprobando clases durante la transición al aprendizaje en línea. En el Distrito Escolar Unificado de Tucson, hubo una tasa de reprobación cada vez mayor en las escuelas secundarias y preparatorias, con el 32% de los estudiantes obteniendo una calificación reprobatoria en al menos una clase (Khmara, 2021). En algunas escuelas, el porcentaje de estudiantes que reprobaron al menos un curso fue aún más alto (por ejemplo, 67%).

## Desafíos de salud mental durante el cierre de escuelas

### Datos nacionales

Durante la pandemia, también vimos tasas alarmantes de problemas de salud mental, incluido un aumento de la ansiedad, la depresión y las ideas suicidas. En una encuesta nacional de padres de adolescentes, el 54% informaron que sus adolescentes experimentaron angustia emocional durante el aprendizaje virtual y el 25% informó que sus adolescentes experimentaron un empeoramiento de la salud mental, en particular depresión durante la pandemia (Verlenden et al, 2021). Según los del CDC, la prevalencia de sospechas de intentos de suicidio con visitas a urgencias es un 50% mayor entre los adolescentes de 12 a 17 años de febrero a marzo de 2021 que en el año anterior (Yard, 2021). Los cierres de escuelas interrumpieron las oportunidades diarias de los jóvenes para interactuar con sus compañeros, lo que provocó altos índices de soledad debido a la cuarentena (Loades et al., 2020).

### Datos de la comunidad local

Dentro de nuestra comunidad de Tucson, tendencias similares emergieron. Por ejemplo, el condado de Pima informó un aumento del 67% en las muertes por suicidio desde la transición al aprendizaje a distancia entre jóvenes de 12 a 17 años (Departamento de Salud del Condado de Pima, 2020). Las tasas de suicidio entre los jóvenes de Tucson continúan siendo elevadas debido a los limitados servicios de salud mental dentro de nuestra ciudad. Los consejeros escolares de las preparatorias del Distrito Escolar Unificado de Tucson han sido testigos de un aumento en los síntomas de depresión y ansiedad entre sus estudiantes (Khmara, 2021).



Frances  
McClelland Institute  
Children, Youth, and Families



## Reapertura de escuelas

En todo el país, las escuelas están buscando las mejores formas de apoyar a los estudiantes a medida que regresan a la educación en persona. Uno de los mayores desafíos que enfrentan las escuelas es la implementación de los protocolos de seguridad COVID-19. Las infecciones ya están provocando grandes cuarentenas, y las altas tasas de incidencia pueden volver a poner en peligro la educación en persona, a pesar del grande costo para la juventud (Bazelon, 2021). En Arizona, se aprobó una legislación para prohibir los cubrebocas y los mandatos de vacunas (SB1824) a principios del año escolar 2021-2022; sin embargo, desafíos legales recientes han dictaminado que esto es inconstitucional y muchos distritos escolares han continuado exigiendo cubrebocas en sus campus escolares.

Además de las preocupaciones sobre la transición de los estudiantes al aprendizaje en persona, una de las principales preocupaciones es ayudar a los estudiantes con su salud mental. Los estudiantes están regresando a los campus escolares en necesidad de alguna orientación sobre cómo navegar sus experiencias emocionales y mayores sentimientos de ansiedad y depresión.

## REFERENCIAS

- Dorn E, Hancock B, Sarakatsannis J, & Viruleg E. (2020, December 14). COVID-19 and student learning in the United States; The hurt could last a lifetime. McKinsey & Company. <https://www.mckinsey.com/industries/public-and-social-sector/our-insights/covid-19-and-student-learning-in-the-united-states-the-hurt-could-last-a-lifetime>.
- Khmara, D. (2021, February 5). Thousands of Tucson students failing at 'alarming rate' during COVID-19. Arizona Daily Star. [https://tucson.com/news/local/thousands-of-tucson-students-failing-at-alarming-rate-during-covid-19/article\\_f0750d1c-7a3d-5bf6-beae-7ab82ced969c.html](https://tucson.com/news/local/thousands-of-tucson-students-failing-at-alarming-rate-during-covid-19/article_f0750d1c-7a3d-5bf6-beae-7ab82ced969c.html).
- Verlenden, J. V., Pampati, S., Rasberry, C. N., Liddon, N., Hertz, M., Kilmer, G., Viox, M. H., Lee, S., Cramer, N. K., Barrios, L. C., & Ethier, K. A. (2021). Association of Children's Mode of School Instruction with Child and Parent Experiences and Well-Being During the COVID-19 Pandemic — COVID Experiences Survey, United States, October 8–November 13, 2020. *MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report*, 70(11), 369–376. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm7011a1>
- Yard, E. (2021, June 17). Emergency department visits for suspected suicide attempts among persons Aged 12–25 years before and during the Covid-19 Pandemic - United States, January 2019–MAY 2021. Centers for Disease Control and Prevention. [https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/70/wr/mm7024e1.htm?s\\_cid=mm7024e1\\_w](https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/70/wr/mm7024e1.htm?s_cid=mm7024e1_w).
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M. N., Borwick, C., & Crawley, E. (2020). Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218–1239.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>
- Khmara, D. (2021, March 9). With teen suicide on the rise, Tucson educators struggle to prioritize mental health. Arizona Daily Star. [https://tucson.com/news/local/with-teen-suicide-on-the-rise-tucson-educators-struggle-to-prioritize-mental-health/article\\_7db1b000-c0aa-5066-931f-fed3443e0102.html](https://tucson.com/news/local/with-teen-suicide-on-the-rise-tucson-educators-struggle-to-prioritize-mental-health/article_7db1b000-c0aa-5066-931f-fed3443e0102.html).
- Bazelon, E. (2021, September 10). What will school really look like this fall? The New York Times. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2021/09/08/magazine/how-will-america-recover-from-a-broken-school-year.html?referringSource=articleShare>.
- Longhi, L. (2020, May 21). The Arizona Republic. Poll: Minority and low-income parents most worried about their students' success. Arizona Republic. <https://eu.azcentral.com/story/news/local/arizona-education/2020/05/21/asu-morrison-institute-poll-minority-low-income-parents-student-access-coronavirus-pandemic/5224710002/>

## ¿Cómo pueden los padres apoyar a los jóvenes?

- Normalice hablar con su adolescente sobre la salud mental y cómo la pandemia ha sido estresante.
- Esté atento a los posibles síntomas de estrés, ansiedad o depresión. Esto incluye, cansancio y pérdida de energía, insomnio o dormir demasiado, cambios en el apetito, agitación o inquietud. No tenga miedo de buscar ayuda profesional cuando sea necesario. La Frontera Arizona puede brindar servicios de tratamiento de salud mental a niños, jóvenes y adultos en el condado de Pima. Puede comunicarse con ellos directamente al: (520) 838-3804.
- Si comienza a notar señales más graves de problemas de salud mental, incluida la autolesión, o si su adolescente habla de suicidio, busque ayuda de inmediato. El Centro de Respuesta a Crisis 24/7 puede brindar ayuda inmediata: (520) 301-2400. Además, la Línea Nacional de Prevención del Suicidio: 1-800-273-TALK (8255) o envíe un mensaje de texto con "Hopeline" al 741-741
- Comuníquese con los maestros de su adolescente con regularidad para comprender cómo le está yendo a su adolescente en la escuela. Esta comunicación le ayudará a saber qué puede ser desafiante o agradable para su adolescente. Si existe una barrera del idioma, busque un traductor (la escuela de su adolescente puede proporcionarlo) para que le ayude a navegar por estas conversaciones.
- Sea proactivo y defienda a su adolescente. Si tiene inquietudes sobre la salud mental de su hijo/a, debe solicitar reunirse con los consejeros o el personal de la escuela para poder trabajar en colaboración con la escuela para establecer un entorno de aprendizaje óptimo para su hijo/a.

## ¿Cómo pueden los maestros y las escuelas apoyar a los jóvenes?

- Póngase al contacto y comuníquese a menudo con los estudiantes y sus familias. Además, sea flexible en los enfoques utilizados para conectarse con las familias. Por ejemplo, esto puede ser a través del sitio web en línea de la escuela, correos electrónicos, llamadas telefónicas, plataformas en línea para que los padres inicien sesión, folletos o anuncios visuales que sean accesibles para los padres.
- No permita que las barreras del idioma limiten la comunicación con las familias. Esté preparado para buscar apoyo adicional para las familias que no se sienten cómodas hablando inglés.
- Sea flexible con el reglamento de asistencia. Ahora se recomienda encarecidamente a los estudiantes que se queden en casa con cualquier signo de enfermedad. Considere adaptaciones de aprendizaje en línea cuando sea necesario.
- Considere extender el horario de oficina o la disponibilidad después de la escuela durante la semana para permitir que los estudiantes hagan preguntas sobre las asignaciones o aborden otras inquietudes que puedan tener.
- Cree hojas informativas o lecciones sobre los desafíos que están experimentando los estudiantes. Incluya recursos locales para las familias y esté dispuesto a hablar con los padres.