

پژوهش‌ها درباره سلامت روان دانش‌آموزان چه می‌گویند؟

«هوش هیجانی» و دیگر نیازهای روانی مدارس

گزارش از فاطمه دوله

بر اساس پژوهش‌های انجام شده، پنج عامل محیط آموزشی، حمایت اجتماعی، هوش هیجانی، وضعیت اجتماعی-اقتصادی خانواده و نحوه مدیریت فشارهای تحصیلی به عنوان مهم‌ترین عوامل اثرگذار بر سلامت روان دانش‌آموزان شناخته می‌شوند.

عبور از این بحران خاموش به‌شمار می‌رود.

پارچابی تنش‌های روانی با تداوم وضعیت موجود

عرفسان عطارد و بدری عباسی در پژوهشی درباره دانش‌آموزان دختر تیزهوش و عادی به نکات مهمی اشاره کرده‌اند. براساس این پژوهش که روی ۱۶۴ نفر از دانش‌آموزان انجام شد، دانش‌آموزان دختر تیزهوش فقط از نظر دو مولفه شکایات جسمانی و سواسی-اجباری و وضعیت بدتری داشتند. این یافته‌ها نشان می‌دهد که فشارهای تحصیلی بیشتر از سوی مدرسه و خانواده باعث تجربه استرس و تنش بیشتر در این گروه از دانش‌آموزان می‌شود. (۱)

نکته قابل تامل اینکه بخش مهمی از مشکلات روانی دانش‌آموزان از عدم توجه به محیط آموزشی مناسب تا وضعیت اجتماعی-اقتصادی خانواده‌ها ناشی می‌شود.

زهر اخرمی و همکاران در پژوهشی گسترده‌روی ۲۰۳۸ دانش‌آموز دبیرستانی تهران عنوان داشتند: «تقریباً نیمی از دانش‌آموزان دبیرستانی از سلامت روان پایین‌بر برخوردار هستند. در این پژوهش ۹۸۲ نفر (۵۲.۱ درصد) از شرکت‌کنندگان احتمال اختلال روانی داشتند که میزان شیوع اختلالات اضطرابی ۹۱۹ نفر (۴۵.۷ درصد) از آزمودنی‌ها نسبت به سایر اختلالات بالاتر بود.» (۲).

علی‌رغم هشدارهای مکرر کارشناسان درباره وخامت وضعیت سلامت روان دانش‌آموزان، شرایط فعلی در حال تداوم است. دلایل متعددی برای این مقاومت در برابر تغییر وجود دارد: عدم وجود برنامه‌های جامع پیشگیری، نبود متخصصان کافی، کمبود بودجه برای اجرای طرح‌های سلامت روان مدارس و البته عدم آگاهی کافی مسئولان آموزشی از اهمیت این مسائل (۳).

به عبارتی، بخش مهمی از مشکلات سلامت روان دانش‌آموزان از عدم برنامه‌ریزی جامع، نبود حمایت‌های لازم برای ایجاد محیط‌های آموزشی مناسب و فقدان سیستم‌های مناسب مشاوره و حمایت روانی ناشی شده که ریشه در ضعف سیاست‌گذاری‌ها و نگاه غیرعلمی به این حوزه دارد.

عوامل موثر بر سلامت روان دانش‌آموزان

محیط آموزشی می‌تواند تاثیر چشمگیری بر سلامت روانی دانش‌آموزان داشته باشد. یک محیط آموزشی حمایتگر و موفق، می‌تواند بهبود عزت نفس و اعتماد به نفس دانش‌آموزان را تسهیل کرده و به تحقق پیشرفت تحصیلی آنها کمک نماید. از سوی دیگر، محیطی که با استرس و فشارهای زیاد مواجه باشد، ممکن است عواقب منفی مانند اضطراب، افسردگی و کاهش کارایی تحصیلی را برای دانش‌آموزان به دنبال داشته باشد.

عدم بهره‌گیری از روش‌های نوین آموزش، ضعف در سیستم‌های مشاوره مدرسه، فقدان آموزش‌های تخصصی به معلمان، نبود نظارت مؤثر بر سلامت روان دانش‌آموزان و ضعف در سیاست‌گذاری‌های کلان نقش مهمی در وضعیت فعلی دارند.

گروه علمی و آموزشی – در میانه دغدغه‌های پرشمار نظام آموزشی، از کیفیت تدریس و افت تحصیلی گرفته تا رقابت‌های نفس‌گیر کنکور، مسائلهای بنیادین و سرنوشت‌ساز به‌خاشیه‌رانده شده‌است؛ مسائله‌ای که بی‌توجهی به آن می‌تواند پیامدهایی عمیق‌تر از هر ضعف آموزشی به‌دنبال داشته باشد: سلامت روان دانش‌آموزان.

مدرسه باید جایگاه پرورش همزمان عقل، احساس و شخصیت فردی و اجتماعی باشد؛ اما در بسیاری از موارد، خود به بسترى برای شکل‌گیری اضطراب، ترس، پرخاشگرى و احساس ناكامى تبدیل شده است.

روان‌دانش‌آموزان، بستر اولیه یادگیری، رشد اجتماعی و شکوفایی خلاقیت است. بدون آرامش روانی، نه تمرکز درسی امکان‌پذیر است نه مشارکت اجتماعی و نه حتی شکل‌گیری انگیزه برای ادامه مسیر زندگی.

مطالعات علمی متعدد در سال‌های اخیر نشان می‌دهد که اختلالات مانند افسردگی، اضطراب، بی‌انگیزگی و رفتارهای پرخطرانه در میان دانش‌آموزان در حال افزایش است. این اختلالات اغلب به‌صورت خاموش و تدریجی در ذهن و رفتار نوجوانان رشد می‌کنند، بی‌آن‌که توسط والدین، معلمان یا سیستم آموزشی شناسایی شوند.

بر اساس پژوهشی که سال ۱۴۰۰ منتشر شده، «تقریباً نیمی از دانش‌آموزان دبیرستانی تهران از سلامت روان پایین‌بر برخوردار بوده‌اند. در این پژوهش ۹۸۲ نفر (۵۲.۱ درصد) از شرکت‌کنندگان احتمال اختلال روانی داشتند که میزان شیوع اختلالات اضطرابی ۹۱۹ نفر (۴۵.۷ درصد) از آزمودنی‌ها نسبت به سایر اختلالات بالاتر بوده است»

فشارهای بیرونی مانند فقر اقتصادی، ناپایداری‌های خانوادگی، آسیب‌های اجتماعی و رقابت‌های تحصیلی، به‌همراه ساختار آموزشی خشک و فاقد پشتیبانی روانی، ترکیبی نگران‌کننده دانش‌آموزان به سلامت روانی نسل آینده را تهدید می‌کند.

در بسیاری از مدارس، به‌ویژه در مناطق محروم، نه روانشناس مستقر وجود دارد، نه برنامه آموزشی منسجمی برای آموزش مهارت‌های زندگی و مدیریت هیجانات. در چنین شرایطی، دانش‌آموزی که نیازمند حمایت عاطفی و روانی است، تنها راه می‌شود؛ در حالی‌که آینده‌اش زیر سایه ناپدیده گرفتن‌های بی‌دربی در حال شکل‌گیری است.

سلامت روان دانش‌آموز، موضوعی صرفاً فردی یا درون‌مدرسه‌ای نیست، بلکه یک مسأله ملی و آینده‌محور است که با توسعه انسانی، عدالت آموزشی و امنیت اجتماعی پیوندی مستقیم دارد. بازنگری در سیاست‌گذاری‌های آموزشی، افزایش دسترسی به خدمات مشاوره‌ای، توانمندسازی معلمان و والدین، و ارتقای فرهنگ گفت‌وگو درباره مسائل روانی در مدارس، اقداماتی اساسی برای

نحوه تحلیل آزمون‌های نهایی و ارزشیابی دانش‌آموزان



استانی که مشخص می‌کند هر استان به نسبت سایر استان‌ها وضعیتش چگونه است؛ در سطح مناطق که در این سطح باید به چند نکته توجه شود. استان‌های نیاز به توجه بیشتر و مناطق لازم توجه مشخص می‌شوند تا معلوم شود در استان چه مناطقی مسئله بیشتری دارد و چه مناطقی از میانگین کشوری پایین‌تر

رایانامه‌های هوش مصنوعی، کارمندان را نسبت به مدیران بی‌اعتماد می‌کند



می‌کنند، اعتمادپذیری خود را به خطر می‌اندازند.

یافته‌های این پژوهش نشان داد که اندکی کمک‌گرفتن از هوش مصنوعی، مثلاً در زمینه اصلاح دستور زبان یا ویرایش، عموماً برای کارمندان پذیرفتنی بود؛ اما اگر کارمندان، ادراک منفی ایجاد می‌کرد. هنگامی که کارمندان تشخیص می‌دادند مدیرشان برای نوشتن پیام، تا حد زیادی از هوش مصنوعی کمک گرفته است، اصالت، صداقت، دل‌نشوری و صلاحیت وی زیر سؤال می‌رود و اعتماد

منظم و حرفه‌ای به نظر برسد، اتکالی مکرر به آن می‌تواند اعتماد کارکنان به سرپرستان خود را کاهش دهد.

آنتونی کومن (Anthony Coman)، از کالج تجارت و اربینگتون دانشگاه فلوریدا، می‌گوید: ما شاهد تضاد میان ادراک کیفیت پیام و ادراک از فرستنده هستیم. حرفه‌ای‌بودن متونی که با کمک هوش مصنوعی نوشته می‌شوند، تأثیر مثبتی دارد؛ اما مدیرانی که برای وظایف می‌کنند، در عین حال، که هوش مصنوعی می‌تواند کاری کند رایانامه یک مدیر،

علمی و آموزشی



دانش‌جویان با فشار روانی بالایی مواجهند. امتحانات، انتخاب رشته و انتخاب شغل از موضوعاتی هستند که ذهن این قشر جوان

جامعه را درگیر کرده است.»

مطالعات مختلف نشان می‌دهند که مسئولیت بخش مهمی از آمار بالای مشکلات روانی در بین دانش‌آموزان به محیط‌های آموزشی نامناسب، عدم استفاده از روش‌های نوین تدریس، فقدان مدیریت صحیح فشارهای تحصیلی و ادامه روش‌های سنتی و فشارآور آموزش برمی‌گردد؛ مسأله‌ای که در کنار عوامل خانوادگی و اجتماعی، بحران عمیق‌تری را برای سلامت روان دانش‌آموزان رقم می‌زند.

جمع‌بندی

اغلب پژوهش‌ها مهم‌ترین عامل در مشکلات سلامت روان دانش‌آموزان را محیط آموزشی معرفی می‌کنند. اگرچه نقش عوامل خانوادگی در تعیین وضعیت روانی دانش‌آموزان یا عدم توجه مسئولان به اهمیت سلامت روان، بخش مهمی از این مشکلات را رقم می‌زند، ولی تمام مسئولیت و خامت وضعیت بر عهده خانواده‌ها یا خود دانش‌آموزان نیست.

مسئولیت بخش مهمی از آمار بالای مشکلات روانی در بین دانش‌آموزان به محیط‌های آموزشی نامناسب، عدم استفاده از روش‌های نوین آموزش، فقدان مدیریت صحیح فشارهای تحصیلی و ادامه سیستم‌های فشارآور آموزش برمی‌گردد؛ مسأله‌ای که در کنار عوامل اجتماعی-اقتصادی، بحران عمیق‌تری را برای سلامت روان دانش‌آموزان رقم می‌زند.

صدمات و آسیب‌های ناشی از بحران سلامت روان در بین دانش‌آموزان هر ساله تنها تعداد زیادی از دانش‌آموزان و خانواده‌های آنان را با رنج روانی و تحصیلی مواجه می‌کند، بلکه خسارات اجتماعی و اقتصادی بزرگی را به کشور وارد می‌کند؛ خسارتی که کاهش آن تنها با اصلاح محیط‌های آموزشی، توسعه روش‌های نوین مشاوره و حمایت روانی و اقدامات هماهنگ و یکپارچه نهاده‌ها و ارگان‌های ذیربط میسر می‌شود.

نیاز است که از سطح شعارها و بیانیه‌های آموزشی عبور کنیم و سلامت روان را به‌عنوان مسأله‌ای تمسذنی، در کانون تصمیم‌گیری‌های آموزشی، تربیتی و فرهنگی قرار دهیم. احیای روان جمعی در مدارس، نیازمند مداخلاتی ساختاری، علمی و بین‌نهادی است؛ پیش از آن‌که افسردگی، اضطراب، بی‌انگیزگی و گسست عاطفی، به هنجارهای ناپیدای نسل آینده بدل شوند.

یک جدول بادو شرح

جدول روز نامه دارای دو شرح عادی و ویژه است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرح ها را با مداد حل کرده، و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم پردازید.

- ۴- جدولوی چینی - مته برقی - واحد نمایش فیلم
- ۵- آزمایش - سرگذشت‌ها - همیشگی
- ۶- بنفش ملایم - ناله - مروراید
- ۷- بی‌نوشت - همان‌کت است - اشاره به دور - رنگ
- ۸- تجددگرایی
- ۹- گرو - دیک دهان‌گشاد - تنگ‌چشمی - از گروه‌های خونی
- ۱۰- نوعی از دیجیتال - مرکز شهرستان «طرم» زنجان خاک -
- ۱۱- شاد - فیلمی به کارگردانی «هلم هانت» - مواظلباش!
- ۱۲- والد - قاعده - شیوه - دیگر
- ۱۳- تاکسی به نفره - نوعی هورمون - سرکیسه کردن! - شله
- ۱۴- شبیه - معشوقه «بیژن» - کشوری در آسیا
- ۱۵- غذایی ایتالیایی - ناپخت‌کشور «مالی»

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
															۱
															۲
															۳
															۴
															۵
															۶
															۷
															۸
															۹
															۱۰
															۱۱
															۱۲
															۱۳
															۱۴
															۱۵

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	حل جدول ویژه شماره ۴۷۷۳
۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰	حل جدول عادی شماره ۴۷۷۳
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰	۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵	

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	حل جدول ویژه شماره ۴۷۷۳
۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰	حل جدول عادی شماره ۴۷۷۳
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰	۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵	

◀ **اقتی:**

- ۱- درشان و نورانی - گلر
- ۲- ورزش اول امریکا - جرات - پدر
- ۳- برهنه - نوعی آب‌نبات - باوقار - مخفف و از
- ۴- بیماری پوستی - سگال - نوعی هورمون
- ۵- ضایع و بیوهود - همراه - نمایان
- ۶- برکه - میکسر - یکی از بزرگراه‌های تهران
- ۷- دگرگون شدن - سوی راست - پسوند از بین برنده
- ۸- غذای مریض - تزو رساله دکتری - گدایی
- ۹- میوه زرد و خمیده - گلی زیبا و خوشه‌ای - نام دیگر غده
- ۱۰- مصون و سالم - جانشین - مظهر پلیدی
- ۱۱- نام تجاری کلرید آمونیوم - ضد «استناد» - قدر و مرتبه
- ۱۲- کشور «اسلو» - مرزبان و حاکم - موجود خیالی ترساک
- ۱۳- دایره - وسیله زمان سنج الکتریکی - عقیده انتخاباتی - گشاده
- ۱۴- پول حاصل از صادرات - کلمه تصدیق - پانسمان
- ۱۵- یازبگرم مرد فیلم فانتزی و کمدی «قیف» (روی پرده سینما) - وسطی

▼ **عمودی:**

- ۱- درویش به دست می‌گیرد - امین و درستکار
- ۲- کمربند فرضی زمین - دلشوره - گمان
- ۳- کوزه دهن‌تنگ - استعداد - بعد چهارم - رابیدین
- ۴- پشتگرمی - نقص فنی اتومبیل - کمیابی
- ۵- محل تقاطع دو خیابان - وسیله سنجش - رفت و آمدها و مرادوها
- ۶- برجی قلزی در «پاریس» - ایربشم مصنوعی - نام دخترانه
- ۷- عضو محبت - مظهر سبکی - سخت نیست - شهر استان فارس
- ۸- لقب کشور «کوبا»
- ۹- سنگینی - بیماری کهنه - بسیاری - از ارگان خانواده
- ۱۰- پاره‌آتش - اهداف - پدر حضرت ابراهیم
- ۱۱- موضوع و متن - نشان دادن - جماعت‌ها، آفت‌ها
- ۱۲- گاز کمیاب - نشانه فعل استمراری - کشور «طرابلس»
- ۱۳- اش - اخبار انگلیسی - ورزش چینی - بوی کهنگی
- ۱۴- نقطه‌ضعف - عادل - یاکیزگی چیزی را از بین بردن
- ۱۵- از محله‌های جنوب شهر تهران - یکی از حواس

◀ **اقتی:**

- ۱- روستایی کوهستانی از توابع «اپیک» در استان قزوین - لقب شهر «لایپزیک»
- ۲- جشن سنتی مغرب‌زمین - خورشید المتاب - دستگاهی در موسیقی
- ۳- یاربکت‌تر آن از نیست - از ورزش‌های تشویه شده - برگزیده - جنس خشن
- ۴- از جزایر دریچه ازمیه - رود «پاکستان» - ساختمان فرو ریخته
- ۵- میله کباب‌پزی - سرخرگ اصلی بدن - آنچه در شب بدرخشد
- ۶- ستودن - کشور «فایروبی» - واحد طول
- ۷- روان‌نژند - خشک - ساخته شده از ی

تولید و توزیع آب معدنی در سراسر جزیره، تحویل در محل

۴۴۴۷۳۴۲۱-۴۴۴۷۳۴۲۲

کیشی نوش