



گزارشی از اقدامی مبارک

مسیر پیشگیری و سیر درمان

نگاهی به دوره‌های کوتاه مدت توانمندسازی مدیران و مشاوران

گزارش از محمدحسین دیزجی

ارتقای «سواد سلامت روانی و اجتماعی دانش‌آموزان»، انگیزه و دلیلی است که این افراد را دور یک میز جمع کرده است. از همه جای تهران آمده‌اند تا در کنار آنچه که سال‌ها اندوخته‌اند، دانش خود را به‌روز کنند و ضمن تبادل تجربه، حاصل این سه روز دوره را، برای دیگر مشاوران و مربیان به ارمغان ببرند. مدرسانی از وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی طی این مدت، ضمن ارائه تازه‌ترین نکته‌ها، به پرسش‌های تک‌تک این مدیران مراکز مشاوره مناطق شهر تهران نیز پاسخ می‌دادند. این همه پرسش و پاسخ، آموزش، تلاش، برنامه و جلسه، سعی دارد به یک نتیجه ارزشمند که همانا برقراری آرامش روحی، روانی و سلامت جسمی دانش‌آموزان است، نزدیک و نزدیک‌تر شود. ما نیز به منظور آشنایی بیشتر با این فعالیت به «مرکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی توحید» در تهران قدم می‌گذاریم تا از این فعالیت گزارشی را تقدیم شما کنیم. با ما همراه باشید.



موضوع جلسه «کوتاه‌کردن مسیر پیشگیری و سیر درمان» است و استاد و فراگیرندگان دور یک میز بزرگ جمع شده‌اند. صدای مدرس به وضوح شنیده می‌شود. در فاصله‌های کوتاهی نیز صدای مدیران منطقه‌های آموزش و پرورش شهر تهران که پرسشی را مطرح می‌کنند و یا تجربه‌ای را با حاضران در میان می‌گذارند، به گوش می‌رسد. ترجیح می‌دهیم ابتدا با مدیر مرکز، سرکار خانم زهرا مستدام، گفت‌وگو کنیم و در فرصتی مناسب به جمع حاضران در جلسه بپیوندیم. او که مدارک کارشناسی و کارشناسی ارشد خود را در رشته‌های روان‌شناسی و مشاوره خانواده دریافت کرده و در حال گذراندن دوره دکترای روان‌شناسی مشاوره است، بسیار صمیمانه از ما استقبال می‌کند و به پرسش‌های ما پاسخ می‌دهد. روبه‌روی میز محل کارش، کتابخانه‌ای مملو از کتاب‌های حوزه روان‌شناسی قرار دارد و روی تخته سفید اتاقش، کلی طرح و برنامه یادداشت کرده است. او مسئولیت مجموعه‌ای را عهده‌دار است که از سال ۱۳۷۰ با هدف ارائه خدمات روان‌شناختی به دانش‌آموزان کل استان تهران ایجاد شده است. در ادامه متن این گفت‌وگو را می‌خوانید:

حادثه را به درمانگاه (کلینیک) توحید می‌فرستند. امیدوارم بتوانیم با تقویت مرکزهای مشاوره منطقه‌ها، مسیر پیشگیری و سیر درمان را برای دانش‌آموزان و والدین کوتاه‌تر کنیم.

از هدف‌های برگزاری این برنامه، مدت زمان دوره، صرف‌فصل‌ها، مخاطبان و استادان بر ایمان بگویید. نام برنامه «ارتقای سواد سلامت روانی و اجتماعی

از این مرکز بر ایمان بفرمایید.

به لطف پروردگار و با درایت و کارهای ارزنده و زحمات رئیس‌ان پیشین مجموعه، هدف‌های اولیه این مرکز تاکنون محقق شده است و من هم تلاش می‌کنم به کمک دوستان و همکارانم مسیر رو به رشدی داشته باشیم. اکنون مرکز مشاوره استان تهران (توحید) راهبری مرکزهای مشاوره منطقه‌های آموزش و پرورش تهران را بر عهده دارد. این مرکزها موارد فوری (اورژانس) و

بگیرند؟

در همهٔ زمان‌ها و روزهای سال در خدمت مدیران مراکز مشاوره و اعضای تخصصی و همهٔ والدین و دانش‌آموزان خواهیم بود و هیچ روزی خدمات مشاوره‌ای ما متوقف نخواهد شد. امید است با تداوم این دوره‌ها، ریل‌گذاری ثابتی در زمینهٔ دانش و نگرش ارتقایی سلامت روان ایجاد کنیم.



صحبت‌های اولیه و دریافت اطلاعات برنامه از مدیر مرکز مشاورهٔ توحید که به انتها می‌رسد، حوالی ساعت استراحت بین دو کلاس است. در این فاصله می‌توانیم صحبت کوتاهی با علی اسدی، روان‌شناس بالینی و کارشناس وزارت بهداشت و یکی از مدرسان دوره داشته باشیم:

◀ شما بر اساس سرفصل‌های مشخص شده در این دوره به آموزش می‌پردازید. اما به یقین حاضران در جلسه نیز مباحث و مشکلاتی را با شما در میان گذاشته‌اند و امید دارند از طریق این دوره‌ها به نوعی کمک شود تا آن معضلات کاهش پیدا کنند. از این نکات برایمان بفرمایید.

یکی از مباحثی که دوستان در صحبت‌هایشان مطرح کردند، بحث کاهش انگیزه‌های تحصیلی است. الان در وجود تعدادی از دانش‌آموزان انگیزه و علاقه‌مندی به درس و تحصیل، آن‌طور که باید و شاید دیده نمی‌شود. همین موضوع باعث یک سلسله تنش‌ها میان دانش‌آموزان، اولیای مدرسه و خانواده‌های آنان شده است. موضوع بعدی وابستگی‌های دانش‌آموزان به چیزهایی نظیر اینترنت، گوشی تلفن همراه، بازی‌های رایانه‌ای و مانند این‌هاست که خیلی وسعت پیدا کرده. میزان وابستگی در حدی است که شاید بتوان در برخی موارد به آن عنوان اعتیاد را داد. این موضوع سبب ایجاد اختلال در عملکرد دانش‌آموز می‌شود.

بحث دیگر، اختلالاتی از جنس افسردگی است. در خصوص افسردگی، اضطراب و مواردی از این قبیل در مدرسه‌ها گزارش‌هایی داشته‌ایم. مثلاً گرایش به مصرف سیگار در نوجوانان از جمله مواردی است که به سلامت روان ارتباط دارد. برخی از این موارد آسیب‌های اجتماعی و روانی را به دنبال دارد. البته بر اساس تجربه‌های خودم که با بچه‌ها در ارتباط هستم نیز باید عرض کنم، برخی از این موارد به فشارهایی برمی‌گردد که از سمت مدرسه و خانواده روی دانش‌آموزان می‌آید.

◀ لطفاً مثال بزنید.

برای مثال می‌توان به تأکیدهای بیش از حد به دانش‌آموزان در خصوص درس خواندن اشاره کرد. بسیاری از بچه‌ها مثل روزگار ما، خیلی حال و حوصلهٔ کتاب دست‌گرفتن و خواندن محتواهای آن‌ها را ندارند. یعنی حاضر نیستند وقت بگذارند،

دانش‌آموزان» و هدف آن «افزایش دانش و سواد بهزیستی روانی در دانش‌آموزان، تشخیص به‌هنگام آسیب و مشکل دانش‌آموزان، و پیشگیری از تداوم اختلال‌های روان‌شناختی در دانش‌آموزان با اولویت دانش‌آموزان دورهٔ ابتدایی» است. مدت زمان دوره سه روز از تاریخ ۲۶ تا ۲۸ دی ماه ۱۴۰۱ از صبح تا ساعت ۱۶ بعدازظهر است. برخی سرفصل‌های آموزشی دوره عبارتند از: مشکلات بیش‌فعالی، اختلالات یادگیری، رشد روانی، عاطفی و اجتماعی کودکان و نوجوانان، اختلالات اضطرابی، اختلالات افسردگی، شناسایی و مدیریت مشکلات نافرمانی، و ناتوانی ذهنی. البته هدف نهایی دانش‌آموزان و مدیران مراکز مشاورهٔ منطقه‌های آموزش و پرورش شهر تهران بوده‌اند. استادان نیز از وزارت بهداشت دعوت شده‌اند.

◀ انتظار شما از این برنامه چیست و مخاطبان قرار است آموزش‌ها را چطور در حوزهٔ کار خودشان گسترش دهند و آن را به افراد بیشتری بیاموزند؟

پس از پایان این دوره، بنده انتظار دارم تمامی مطالب و اندوخته‌های علمی حاصل از این دورهٔ سه روزه، به‌علاوهٔ دانش حرفه‌ای مدیران، در منطقه به اعضای تخصصی مراکز آموزش داده شود تا اعضای تخصصی بتوانند، این آموزش‌ها را به مربیان منتخب در مدرسه‌ها انتقال دهند. در این صورت باید بتوانیم تأثیر آن را در تشخیص و پیشگیری اولیه به روش تات (tot) شاهد باشیم.

◀ از سوابق این نوع آموزش‌ها برایمان بگویید و اینکه به نظر شما این آموزش‌ها قرار است چه کمکی به دانش‌آموزان بکنند؟ در سال ۱۳۹۷ در دو منطقه این محتوا آموزش داده شد و اثربخشی خوبی را شاهد بودیم، ولی طرح به دلایل کمبود نیروی انسانی و ... ناتمام ماند.

اما نکتهٔ دوم سؤال مهمی است که شما پرسیدید. دغدغهٔ بنده در هر لحظه‌ای از نشست سه روزه، پاسخ به این سؤال بوده است. هر زمان فرصتی برای اندیشیدن می‌یافتم این سؤال در ذهنم طنین‌انداز می‌شد که: «چگونه این آموزش‌ها می‌توانند در ارتقای بهزیستی روانی و سواد سلامت روان دانش‌آموزان مؤثر باشند؟» پاسخ آن را بارها با مدیران مراکز مناطق مرور کرده‌ام. مطلوب همهٔ ما این است که در سطح مدرسه‌ها دانش‌آموزی نداشته باشیم که علامتی از به‌هم‌ریختگی و نوسانات خلقی و عملکرد پایین تحصیلی داشته باشد و شناسایی و ارجاع نشود. هدف تمامی ما این است که در حیطهٔ مدرسه، دانش‌آموزی را شاهد نباشیم که دچار بغض مکرر، خشم فراوان، نداشتن مهارت دوست‌یابی و تنها ماندن در فعالیت‌های علمی و ورزشی باشد و به مرکز مشاوره ارجاع نشود.

◀ از این دوره که بگذریم، افراد برای چه موضوع‌هایی می‌توانند با مرکز شما در ارتباط باشند و از شما خدمات

بخوانند و حفظ کنند. بلکه بیشتر مایل هستند که مثلاً با یک تلیک (کلیک) کردن پاسخ یک مسئله را بیابند و جواب بدهند. این موضوع به قول قدیمی‌ها خیلی مورد قبول و پسند خانواده‌ها و معلمان نیست.

◀ یعنی ممکن است به خاطر تغییر شرایط و آمدن فناوری و به‌روزبودن، بچه‌ها دیگر تمایل نداشته باشند با آن روش‌ها دنبال یادگیری باشند؟

به نظر می‌رسد با این ویژگی‌ها و شرایط، ما باید خودمان را کمی تغییر دهیم و به‌روزتر باشیم. شاید الان یکی از دغدغه‌های خیلی از خانواده‌ها و اولیای تحصیلی این باشد که چرا دانش‌آموز خیلی نمی‌نویسد یا خیلی کتاب دستش نیست. «چرا نمی‌خوانی؟» و «چرا جزوه ننداری؟» و نکته‌های نظیر این را مطرح می‌کنند. در حالی که دانش‌آموز معتقد است از روش‌های گوناگون در اینترنت، برنامه‌های کاربردی (اپلیکیشن‌ها) و سایر محتواها، اطلاعات لازم را دریافت کرده و یادگیری از نگاه او به قدر کفایت انجام شده است.

اگر این تطبیق‌ها انجام شوند، میزان تنش بین دانش‌آموزان و خانواده‌ها و حتی اولیای تحصیلی کاهش پیدا می‌کند. به‌علاوه، با عامل‌های بیرونی این موضوع، نظیر ترک تحصیل و مانند آن کمتر روبه‌رو می‌شویم.

◀ به نظر شما چه سازمان‌ها و نهادهایی باید دست‌به‌دست هم بدهند تا این مشکلات بهتر شناسایی و درمان شوند؟

با توجه به اینکه ۱۴ دستگاه اجرایی کشور مطابق «سند ائتلاف نماد»، باید در راستای ارائه خدمات به دانش‌آموزان تأمین و ارتقای سلامت روان و مراقبت اجتماعی از دانش‌آموزان نقش آفرینی کنند، سازمان‌ها و نهادهایی مانند بهزیستی، کمیته امداد امام (ره)، وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی، قوه قضائیه، فراجا، بنیاد برکت، وزارت کشور، سازمان برنامه و بودجه و سایر اعضای ائتلاف نماد همگی باید دست‌به‌دست هم بدهند و با محوریت آموزش و پرورش در راستای ارتقای سطح سلامت جسمی و روانی و مراقبت اجتماعی دانش‌آموزان قدم بردارند. در حوزه شناسایی مشکلات، آسیب‌ها و اختلالات روان‌شناختی دانش‌آموزان، وزارت بهداشت و مراکز مشاوره این دستگاه، همچنین سازمان بهزیستی کشور با ارائه خدمات حمایتی _ درمانی به دانش‌آموزان و خانواده‌هایی که از سوی آموزش و پرورش به این ارگان‌ها ارجاع داده می‌شوند، می‌توانند نقش مهمی در شناسایی مسائل و کمک به حل مشکلات دانش‌آموزان داشته باشند.

با توجه به تأکید
سند تحول بنیادین بر ایفای نقش
تربیتی معلمان و تمامی کارکنان
مدرسه، انتظار می‌رود رفته رفته
به سمت ارائه خدمات راهنمایی و
مشاوره‌ای به دانش‌آموزان به صورت
نظام‌مند و یکپارچه قدم برداریم و این
مهم‌جز با همکاری و همراهی تمامی
این عزیزان میسر نخواهد شد

◀ معلمان و مدیران مدرسه‌ها چطور می‌توانند در زمینه شناسایی و حل بحران‌ها و مشکلات روحی و روانی دانش‌آموزان به‌طور مثبت نقش آفرینی کنند؟

مدیران مدرسه‌ها در برنامه‌ریزی، تعیین اولویت و طرح‌ریزی نقشه راه مدرسه در طول سال تحصیلی، با ایجاد ساختار مناسب و اهمیت‌دادن به تأمین و ارتقای سلامت روانی دانش‌آموزان و برنامه‌ریزی تمامی ارکان مدرسه در این زمینه، نقش اصلی را در به‌ثمررساندن این مهم ایفا می‌کنند. معلمان و دبیران مدرسه‌ها هم به عنوان بازوان توانمند نظام تعلیم و تربیت و به عنوان افرادی که بیشترین ارتباط را با دانش‌آموزان در کلاس‌های درس دارند، در شناسایی به‌موقع دانش‌آموزان نیازمند دریافت خدمات راهنمایی و مشاوره و همچنین غربالگری و ارجاع دانش‌آموزان در معرض خطر و دارای شرایط پرخطر و انجام مداخلات مختصر در قالب برنامه درسی و غیردرسی، می‌توانند نقش آفرینی ارزشمندی در این حوزه داشته باشند. با توجه به تأکید سند تحول بنیادین بر ایفای نقش تربیتی معلمان و تمامی کارکنان مدرسه، انتظار می‌رود رفته رفته به سمت ارائه خدمات راهنمایی و مشاوره‌ای به دانش‌آموزان به‌صورت نظام‌مند و یکپارچه قدم برداریم و این مهم جز با همکاری و همراهی تمامی این عزیزان میسر نخواهد شد.

جلسه با حضور یکی دیگر از استادان مدعو دوباره ادامه پیدا می‌کند. استاد نکته‌ها را یک‌به‌یک شرح می‌دهد و حاضران در لابه‌لای آموزش، پرسش‌های خود را در کلاس مطرح می‌کنند و پاسخ می‌گیرند. در همین فرصت، دکتر طاهره فضالی، معاون دفتر مشاوره وزارت آموزش و پرورش نیز به مجموعه می‌آید. فرصت را غنیمت می‌شمیریم و چند پرسش را با او در میان می‌گذاریم و پاسخ می‌گیریم:

◀ حمایت‌های شما از برپایی این دوره‌های آموزشی برای مدیران مراکز و مشاوران مدرسه‌ها به چه نحو و ترتیب خواهد بود؟

با توجه به تأکید سند نظام جامع راهنمایی و مشاوره مبنی بر ایفای نقش تربیتی معلمان و کارکنان مدرسه‌ها و اهمیت برگزاری این دوره‌ها توسط مدیران مراکز برای مشاوران مدرسه‌ها، و همچنین آموزش رابطان و معلمان در مدرسه‌ها در راستای ایفای نقش مشاوره‌ای و تربیتی در کلاس‌های درس و لزوم شناسایی دانش‌آموزان دارای مشکلات و آسیب‌های اجتماعی و همچنین اختلالات روانی، از همکارانمان در حوزه مشاوره سراسر کشور حمایت خواهیم کرد و در این زمینه اعتبارات لازم تخصیص داده می‌شود و دستورالعمل‌های لازم ارسال خواهد شد.

در ادامه برنامه، دکتر عزیزالله بابلی، رئیس «اداره مشاوره آموزش و پرورش شهر تهران» و مسعود تقیانی، رئیس «اداره امور تربیتی مشاوره و مراقبت در برابر آسیب‌های اجتماعی

شهر تهران»، برای بازدید از دوره آموزشی به جمع حاضران می‌پیوندد، مدتی در کلاس می‌نشیند و نحوه برگزاری برنامه را از نزدیک مشاهده می‌کند. ایشان در بخشی از برنامه با حاضران در جلسه گفت‌وگو می‌کند و ضمن شنیدن صحبت‌های آنان، نظرات خود را نیز با مدیران مشاور مناطق تهران در میان می‌گذارد. در فرصتی مناسب نیز به پرسش‌های مجله رشد مشاور پاسخ می‌دهد. دکتر بابلی ابتدا می‌گوید: «ما باید نگاه پیشگیرانه داشته باشیم. مشاور مدرسه درمانگر نیست و باید بر اساس پایش و فراوانی مشکلات و آزمون‌های سلامت روان به دانش‌آموزان و خانواده‌ها، و به عنوان اتاق فکر سلامت روان حتی به همکاران، خدمات مشورتی ارائه بدهد. در صورت وجود موارد فوری هم باید موارد را به مراکز درمانی معرفی و ارجاع دهد.»

دکتر بابلی که خود حدود ۲۵ سال سابقه مشاوره در سطح مدرسه‌ها را دارد، در ادامه یادآور می‌شود: «ما در همه مدرسه‌ها مشاور نداریم. بنابراین کارکنان مدرسه‌ها باید توانمند شوند تا اگر نمونه‌های بارزی از افکار منفی را می‌بینند، از بروز حادثه جلوگیری کنند و آن فرد را ارجاع بدهند. افرادی که در این زمینه کار می‌کنند، باید چند سال سابقه کار مشاوره داشته باشند و حداقل مدارک لیسانس و فوق لیسانس داشته باشند که برخی از آن‌ها هم حتی مدرک دکترا دارند. بنابراین هدف دوره ما این است که این افراد توانمند شوند. خوشبختانه این دوره تا جایی که من تا این لحظه اطلاع دارم، برای اولین بار است که در کشور در سطح مدیران مراکز مشاوره برگزار شده است.»

در ادامه، تقیانی به موضوع همکاری سایر سازمان‌ها و نهادها با آموزش و پرورش در این زمینه اشاره می‌کند و می‌گوید: «برای کاهش آسیب‌های اجتماعی بین دانش‌آموزان، در سطح مدرسه‌ها و خانواده‌ها نیازمند همکاری سایر دستگاه‌ها هستیم تا این موضوع به مقصد و مقصود برسد. ما امروز این دوره را در مسیر دانش‌افزایی، با همکاری متخصصان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی برگزار می‌کنیم.»

تقیانی در پاسخ به این سؤال که: «ما در حال حاضر در تمام مدرسه‌ها مشاور نداریم و موضوع سلامت روان دانش‌آموزان نیز اهمیت دارد و قرار است چطور این موضوع را پوشش بیشتری بدهیم» می‌گوید: «ما در قدم اول از آموزش مدیران مراکز مشاوره تهران شروع کردیم و به یقین این افراد به توانمندسازی منطقه خودشان می‌پردازند. ما تلاش می‌کنیم این شبکه‌سازی در سطح رئیس‌ان مناطق آموزش و پرورش، مدیران مدرسه‌ها و سپس معلمان و آموزگاران وسعت پیدا کند.»



در پایان یکی از جلسه‌های روزانه این دوره سه روزه که شرکت‌کنندگان از فرصت بیشتری برخوردارند، سؤال‌هایی را با

تسی چند از آنان در میان می‌گذاریم تا از نگاه آنان نیز مطلع شویم؛ سؤال‌هایی نظیر اینک:

- ◀ این دوره‌ها چه کمکی به شما می‌کنند؟
- ◀ مهم‌ترین نکته‌هایی که در این دوره از نگاه خودتان جذاب بود و یاد گرفتید، چه بودند؟
- ◀ خودتان چه زمانی قرار است نکاتی را به دیگر همکاران آموزش بدهید و چه نکاتی خواهند بود؟
- ◀ مهم‌ترین دغدغه‌ها و مشکلاتی که در حوزه خودتان با آن‌ها برخورد داشتید، شامل چه مواردی هستند؟
- ◀ چه مشکلاتی را تا به حال در حوزه خودتان برطرف کرده‌اید؟
- ◀ اصولاً این نوع آموزش‌ها چقدر از نگاه شما مفید هستند و چقدر تداوم آن‌ها را ضروری می‌دانید؟



الهام سیفی، مدیر «کلینیک مهرآوا» در منطقه یک در جواب می‌گوید: «این دوره بازآموزی یادگرفته‌های قبلی بود و مهارت برخورد با مراجعان در عمل، و دانش و توانایی مواجهه با مورد‌های نوپدید را به فراگیرندگان آموزش داد. همچنین هماهنگی بین دستگاهی (آموزش و پرورش و وزارت بهداشت)، با بهره‌گیری از استادان دانا و توانا از ویژگی‌های ممتاز این دوره بود. دوره از کیفیت لازم و کافی برای یادگیری برخوردار بود، به طوری که هیچ پرسشی بی‌پاسخ نماند. به عبارت دیگر، آموزش اثربخش به معنی واقعی کلمه اتفاق افتاد. در اولین فرصت ممکن آموخته‌هایم را به مربیان و فراگیرندگان منطقه یک انتقال خواهم داد.»

راضیه ریسی می‌گوید: «من مشاور تحصیلی نوجوان هستم و در زمینه برنامه‌ریزی هدایت تحصیلی آزمون سراسری و مشکلات نوجوانان کار کرده‌ام. معتقدم با توجه به کمبود نیروی مشاوره در مدرسه‌های ابتدایی و دوره دوم متوسطه، توانمندسازی معلمان و رابطانی که با دانش‌آموزان در ارتباط هستند، ضرورت دارد. از طرف دیگر، به سبب تنوع و پیچیدگی مشکلات نوجوانان، به‌روزرسانی اطلاعات مشاوران ضروری است. پیشنهاد می‌کنم که این دوره‌ها حداکثر هر سه ماه یک‌بار به صورت کارگاهی و مختصرتر برگزار شوند.»

صدیقه قلندری، دارای مدرک دکترای روان‌شناسی و ۱۵ سال سابقه به عنوان درمانگر اختلالات که در حال حاضر به عنوان مدیر «مرکز مهر» منطقه ۵ فعالیت دارد، می‌گوید: «ساده بیان کردن نشانه‌ها توسط یکی از استادان به نظرم جذاب بود. چون ما بعد از سال‌ها تدریس و درمان، کمی نشانه‌ها را تخصصی‌تر بیان می‌کنیم که شاید برای کسانی که تخصص ندارند، سنگین باشد. همچنین مهم‌ترین دغدغه به نظرم این است که آموزش‌ها باید در شش ماهه دوم سال برگزار شوند تا بتوان بازخورد بهتری برای سال تحصیلی از آن گرفت.»

و سرانجام این گزارش به امید برداشتن گامی مفید در مسیر بهبود سلامت بهداشت و روان دانش‌آموزان کشورمان به پایان می‌رسد.

