

## واکسن سلامت روان

به کوشش: کارگروه بررسی‌های فوری پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش

نبود یا کاستی اقدامات پیشگیرانه و درمانی استاندارد و از پیش موجود برای اختلالات روانی و رفتاری ممکن است مشکل و معضل مهمی در مدرسه و نظام‌های آموزشی در شرایط بحرانی کنونی باشد. دانش‌آموزان در شرایط عادی طیفی از اختلالات روانی مانند اضطراب، افسردگی، بیش‌فعالی و نقص توجه، اختلال رفتار ایذایی، اختلال سلوک، مشکلات رفتاری و عاطفی مانند خشونت و پرخاشگری، مشکلات سازگاری، خودکشی، مصرف مواد و مشکلات روان‌شناختی دیگر را تجربه می‌کنند. بر اساس مطالعات علمی، شیوع اختلالات و مشکلات وابسته به سلامت روان در میان دانش‌آموزان بالاست. از طرف دیگر، توقف آموزش‌های حضوری در مدرسه و برقراری برنامه‌های یادگیری از راه دور در شرایط اضطراری، برنامه روزمره دانش‌آموزان و همین‌طور تعاملات آن‌ها با هم‌سالان را سخت‌دگرگون کرده است. در عین حال، به سبب همه‌گیری بیماری کرونا، بسیاری از خانواده‌ها با شرایط بد اقتصادی، از دست‌دادن شغل و اضطراب فراگیر ناشی از این همه‌گیری، مواجه شده‌اند. با توجه به بحران‌های اقتصادی و اجتماعی، می‌توان انتظار داشت اختلالات و مشکلات وابسته به سلامت روان در بین دانش‌آموزان تشدید شوند و مشکلات روان‌شناختی جدیدی مانند واکنش به استرس، سوگ و روان‌آسیب (تروما) و همین‌طور افزایش وابستگی به اینترنت و فضای دیجیتال نیز به مسائل پیشین افزوده شوند. در کنار این موارد، افزایش استرس‌های اقتصادی در خانواده‌ها، انتظار سوء رفتار و اهمال در رابطه با دانش‌آموزان را افزایش داده است.



پایگاه اینترنتی  
پژوهشگاه مطالعات  
آموزش و پرورش



رشد مدیریت مدرسه  
دوره ۲۰  
شماره ۲  
آبان ۱۴۰۰

یکی از پیامدهای مهم و مثبت بحران موجود این است که دیگر نمی‌توان به‌سادگی از موضوع سلامت روان دانش‌آموزان در نظام آموزشی چشم‌پوشید. زیرا اگر در سنین پایین به مسائل سلامت روان کودکان توجه کافی نشود، این مسائل به سایر دوره‌های زندگی آن‌ها تسری و تعمیم پیدا می‌کنند و سرمایه‌انسانی جامعه را در آینده با چالشی بزرگ مواجه خواهند کرد. درک این خطر و پیشگیری از آن از طریق طراحی و اجرای مداخلات ناظر بر سلامت روان همه‌گروه‌های هدف، در وهله نخست بر عهده مسئولان نظام رسمی آموزش و پرورش است. سلامت روان و در رأس آن یادگیری اجتماعی و هیجانی (عاطفی) عبارت است از تزریق اصول این دسته از مداخلات در سیستم ایمنی مدرسه که برنامه درسی، دانش‌آموزان، کارکنان، معلمان و خانواده‌ها را هدف قرار می‌دهد. به اختصار می‌توان گفت، بحران همه‌گیری بیماری کرونا، بازاندیشی و بازآرایی خدمات سلامت روان در وزارت آموزش و پرورش را بیش از پیش به اولوی اساسی و ضرورتی ملی تبدیل کرده است. برای انجام این مأموریت مهم، کارگروه مطالعات فوری پژوهشگاه، توصیه‌هایی را به این شرح ارائه کرده است:

## توصیه‌های سیاستی برای ارتقای سلامت روان

### ● ساختارسازی‌ها

بحران موجود ضرورت تعمیم و گسترش اقدامات چند لایه (لایه اول آموزش‌ها و مداخلات همگانی، لایه دوم آموزش‌ها و مداخلات برای گروه‌های در معرض خطر و لایه سوم آموزش‌ها و مداخلات برای گروه‌های مشکل‌دار) را برای ارتقای خدمات سلامت روان برای تمامی گروه‌های هدف شامل دانش‌آموزان، معلمان، کارکنان و والدین در نظام آموزشی، بیش از پیش روشن کرده است. با توجه به خلأ اساسی این نوع مداخلات در نظام آموزشی و گستردگی و اهمیت حیاتی این حوزه در پرورش نسلی و سرمایه‌انسانی آینده‌کشور، توصیه می‌شود معاونت سلامت و تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش به دو بخش بهداشت و سلامت جسمی و سلامت روان تقسیم شود و کلیه خدمات و مداخلات سه لایه سلامت روانی گروه‌های هدف، ذیل حوزه سلامت روان قرار گیرند. ساختار فعلی آموزش و پرورش برای پاسخگویی و ارائه خدمات تخصصی، جامع و معتبر سلامت روان به تمامی گروه‌های هدف وافی به مقصود نیست.

### ● ایجاد پلت‌فرم‌های مجازی خدمات سلامت روان

تمهید و تدارک ارزیابی روان‌شناختی از راه دور دانش‌آموزان، معلمان، مدیران، کارکنان و حتی والدین، از اقدامات اولیه و اساسی است. ایجاد سامانه‌ای با

نظارت متخصصان حوزه سلامت روان در ساختارهای مورد بحث، به‌منظور ارزیابی و شناسایی دانش‌آموزان، مدیران، معلمان، کارکنان و والدین در معرض خطر و مشکل‌دار در حوزه‌های وابسته به سلامت روان، و ارائه خدمات روان‌شناختی مناسب به آن‌ها، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. این سامانه باید حاوی ابزارهای معتبر و شناخته‌شده علمی و تخصصی در این حوزه باشد و غربالگری و شناسایی دانش‌آموزان، معلمان، مدیران، کارکنان و والدین در معرض خطر و مشکل‌دار را هدف قرار دهد. نظر به تشدید مشکلات روان‌شناختی پیشین دانش‌آموزان و سایر گروه‌های هدف در بحران کنونی و افزوده شدن مشکلات جدیدی در این حوزه، مانند تشدید تجربه‌های استرس‌زا، روان‌آسیب (تروما)، تجربه‌های سوگ، خودکشی و مواردی از این دست، تمهید و ایجاد پلت‌فرم‌هایی حاوی منابع گوناگون مانند خطوط تلفنی فوری، مشاوره برخط، تولید کارافزارهای مبتنی بر موبایل یا رایانه با همکاری بخش خصوصی در زمینه آموزش روش‌های مدیریت استرس و هیجان، آموزش دانش‌آموزان، آموزش روان‌شناختی معلمان و والدین از نظر علائم خطر و هشداردهنده و همین‌طور سایر آموزش‌های لازم به شکل تخصصی در حوزه سلامت روان ضروری و بسیار مهم است.

### ● آموزش حرفه‌ای معلمان، مشاوران، مدیران و کارکنان آموزشی مدرسه

ارتقای دانش و مهارت حرفه‌ای معلمان، مدیران، مشاوران و کارکنان آموزشی در زمینه سلامت روان و مداخلات عاطفی-اجتماعی، مدیریت استرس، مقابله با اضطراب و کمک‌های اولیه روان‌شناختی، ایجاد روابط قوی و ایجاد محیط‌های یادگیری حمایتی و پشتیبانی از دانش‌آموزان دارای مشکلات وابسته به سلامت روان و همین‌طور دانش‌آموزانی که تجربه سوگ یا روان‌آسیب (تروما) داشته‌اند، و تشویق و ترغیب دانش‌آموزان به فعالیت‌های ورزشی، از اقدام‌های اساسی در این حوزه است. فرایند ارتقای دانش و مهارت در این زمینه می‌تواند از طریق تدوین بسته‌های آموزشی معتبر و علمی ویژه معلمان، مشاوران، مدیران مدرسه‌ها و کارکنان آموزشی، به کمک متخصصان سلامت روان و برگزاری برخط و غیربرخط آموزش‌های ضمن خدمت برای مشاوران و متخصصان مربوط در استان‌ها و مناطق آموزش و پرورش و استفاده از آن‌ها به‌منظور آموزش معلمان، مدیران و کارکنان و همین‌طور به‌عنوان مربیان و ناظران مداخلات سلامت روان در مدرسه‌ها در دوره همه‌گیری بیماری کرونا صورت گیرد و در دوران آموزش حضوری پساکرونا نیز تداوم یابد.



### ● توجه تخصصی و حرفه‌ای مستمر به حوزه‌های گوناگون سلامت روان

همان‌طور که پیش‌تر بحث کردیم، در میان دانش‌آموزان طیفی گسترده از اختلالات، مشکلات روان‌شناختی و آسیب‌های روانی اجتماعی شیوع دارند. از طرف دیگر، برای اقدامات پیشگیرانه و مداخله‌ای، لایه‌های سه‌گانه‌ای از مداخلات وجود دارند. در بسیاری از جوامع برای چنین اقدامات پیشگیرانه و مداخله‌ای، مراکز پژوهشی و مطالعاتی، و انجمن‌های تخصصی مانند انجمن روان‌شناسی مدرسه یا دیگر انجمن‌های مرتبط وجود دارند که بین نظریه و عمل پیوند ایجاد می‌کنند و راهگشا و راهنمای جامعه علمی و اجرایی هستند. در جامعه ما این انجمن‌ها و مراکز پژوهشی و مطالعاتی، بنا به دلایل گوناگون، یا وجود ندارند یا مورد توجه و رجوع سیاست‌گذاران اجرایی قرار نمی‌گیرند! در چنین شرایطی، آموزش و پرورش ذیل معاونت سلامت و با همکاری مراکز پژوهشی وابسته، باید به‌عنوان یکی از دو ستون مهم ساختاری، به شکل جدی موضوع سلامت روان را بازسازی کند. به این منظور، برای پوشش جامع علمی، تخصصی و حرفه‌ای، اهم موضوعات این حوزه به‌طور خاص نیازمند کمیته‌های علمی ویژه هر موضوع (مثلاً کمیته علمی روان‌آسیب‌ها، کمیته مصرف مواد، کمیته خودکشی، کمیته اختلالات درون‌نمود، کمیته اختلالات برون‌نمود و غیره) است تا به‌طور مستمر به انباشت دانش تخصصی، کاربردی کردن این دانش تخصصی با ایجاد جهت‌گیری‌های علمی، اجرایی و راهبردی و همین‌طور آماده‌کردن مداخلات معتبر شناخته‌شده، به توسعه علمی و عملی آن حوزه در نظام آموزش و پرورش کمک کنند. بدون چنین جهت‌گیری علمی و تخصصی مستمر، کوشش‌های عمومی و گسسته، پیامدهای مورد انتظار را به‌دنبال نخواهند داشت. مدیریت اجرایی به سبب فزونباری فعالیت‌های اجرایی و نبود فرصت و نیروی کافی، پاسخگوی چنین راهبردی نیست. بنابراین، مراکز مطالعاتی و پژوهشی وابسته و غیروابسته، از بازوهای مهم تحقق چنین راهبردی محسوب می‌شوند.