



آواربرداری

از ریزش اعتماد در یک سال

دولت چگونه توانست امید و اعتماد مردم را بعد از دورمای یاس و سرخوردگی احیا کند

۱۰



۴۰ هزار میلیارد تومان

برای دانش بنیان‌ها

جزئیات قانونی شدن سرمایه‌گذاری بانک‌ها در استارت‌آپ‌ها

۱۱



بدرقه مسافران بهشت از مصلی

اجتماع بزرگ اربعینی‌ها همراه با تشییع بیکر مطهر ۴ شهید گمنام وبدرقه نیروهای خدمات شهری

۱۲

هلمشهری یک جامعه



عکس همشهری از احمد عباس‌نژاد

دنیای دیجیتال یک نسل مضطرب

همشهری در گفت‌وگو با متخصصان روان، شایع‌ترین اختلالات کودکان و نوجوانان ایران را در سال‌های اخیر بررسی کرد

گزارش

یکتا فراهانی

روانشناس

داشته‌باشند.» به‌گفته‌کیان‌رثی، اضطراب جدایی اغلب در کودکی شکل می‌گیرد. البته ممکن است در دوره نوجوانی یا بزرگسالی هم دیده شود؛ اما نشانه‌های آن معمولاً همان دوره کودکی دیده می‌شود.

شیوع کرونا، به‌گفته متخصصان حوزه روان، بیشترین آسیب را دیدند. از یک سو، آنها که دانش‌آموز بودند، برای مدت طولانی، در خانه درس می‌خواندند و آنها که کوچک‌تر بودند، به‌دلیل ترس از ابتلا و آخیری که در باره شیوع ویروس در میان کودکان منتشر می‌شد، از قرار گرفتن در جمع و بازی‌های کودکانه در محیطی که هم‌سنن و سالانشان می‌توانستند حضور داشته باشند، محروم شدند. چهار دیواری خانه، مهد کودک، پارک و زمین بازی‌شان شد. ماجرا اما اینجا تمام نمی‌شود. کودکان پیش از این هم تحت‌تأثیر شرایط زندگی و مدرنیته، وضعیت متفاوتی از کودکی را تجربه می‌کردند. دایره روابط و دوستی‌هایشان با آنچه پدر و مادرانشان تجربه کرده‌اند متفاوت است، بازی‌ها دیجیتال شده، والدین اغلب هر دو خارج از خانه کار می‌کنند و آنها ناچارند بخش قابل توجهی از روز را در خانه مادر بزرگ یا مهد کودک و یا کنار فرزند بزرگ‌تر خانه، بگذرانند. از دو سال و نیم پیش هم، پاندمی کرونا، شرایط را وخیم‌تر کرده است. در این وضعیت، متخصصان روانشناس و روانپزشک، از این مهم‌ترین اختلالات شایع در کودکان و نوجوانان می‌گویند.

اختلالات رفتاری در کودکان زیر ۵سال



فرحناز کیان‌رثی، روانشناس تربیتی و عضو انجمن روانشناسی کانادا درباره اختلالات مهم دوره کودکی

و نوجوانی توضیحاتی می‌دهد و به همشهری می‌گوید: «در مورد اختلالات مهم در این دوره، می‌توان به گروه اختلالات رشدی عصبی اشاره کرد. ناتوانی‌های ذهنی، اختلالات ارتباطی، اختلال نقص توجه و تمرکز یا بیش‌فعالی (ADHD)، اتیسم (ASD)، اضطراب، افسردگی و اختلالات رفتاری از جمله اختلالات رایج در کودکان زیر ۵سال به‌شمار می‌روند.» کیان‌رثی، شیوع اختلال بیش‌فعالی، نقص توجه و تمرکز را بیشتر از اختلالات دیگر می‌داند. «البته تشخیص این اختلال معمولاً در پایه کلاس اول خیلی پررنگ‌تر می‌شود. اما جزو اختلال‌هایی به‌شمار می‌رود که به‌تدریج در تا پنج‌سالگی شکل می‌گیرند. این روانشناس تربیتی از اختلالات اضطرابی، به‌ویژه اضطراب جدایی به‌عنوان یکی دیگر از مهم‌ترین اختلالات کودکان نام می‌برد. او می‌گوید: «از جمله نشانه‌های این اختلال می‌توان به نگرانی افراطی کودک در ارتباط با جدایی از مادر نام برد. این بچه‌ها معمولاً مشکلات جسمی هم دارند، یعنی ممکن است هنگام رفتن به مدرسه و جداشدن از مادر دچار سردرد، دل‌درد، تهوع و... شوند. یا ترس از تنها‌خوابیدن هنگام شب

همه موارد یعنی قاطعیت، جدیدت، مهربانی و محدودیت همه باهم وجود دارد.»

این روانشناس تربیتی می‌گوید که درایک‌کورس (رئالکو)، یکی از کسانی که به‌سبک فرزندپروری دمکراتیک کار می‌کند عقیده دارد این روزها بچه‌ها از جنس «نسل من» هستند. یعنی همه چیز را برای خودشان می‌خواهند و کاملاً خودخواهند. احساس همدلی بسیار کمی دارند و مسئولیت‌پذیر هم نیستند. آنها به‌تنها چیزی که اهمیت می‌دهند رسیدن به خواسته‌های خودشان است. درایک‌کورس پیشنهاد می‌کند پس از سبک‌های مستبدانه و آسان‌گیر می‌توان به سبک فرزندپروری دمکرات روی آورد. البته وقتی ارزش‌ها و چارچوب‌های کودکان و خانواده‌ها در تضاد باشند، والدین خود را ناتوان احساس می‌کنند.

ردپای کرونا بر روان کودکان

به‌عقیده او، کرونا تأثیر بسیار جدی بر سلامت روان تمام خانواده‌ها و همچنین بر فرزندپروری آنها گذاشته است. بسیاری از خانواده‌هایی که چارچوب‌ها و قاعده و قوانینی داشته‌اند، نمی‌خواستند به این زودی گوشه‌تلفن همراه دست بچه‌های خود بدهند و بگذاردن آنها تا این حد در مقابل شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی قرار بگیرند. در صورتی که به واسطه شرکت در کلاس‌های مجازی مجبور شدند، چنین امکاناتی در اختیار فرزندان خود قرار دهند. کیان‌رثی می‌گوید کرونا باعث شد اسکرین‌تایم بچه‌افزایش پیدا کند. منظور از اسکرین‌تایم مدت‌زمانی است که آنها در مقابل رسانه‌ها یا هر صفحه‌نمایشی قرار می‌گیرند، مثل تلفن همراه، بازی‌های کامپیوتری و دیگر محتواهایی که در دنیای مجازی وجود دارد؛ «این موضوع مخاطرات زیادی برای خانواده‌ها ایجاد کرده؛ به‌گونه‌ای که شما می‌توانیم کاملاً فرزندپروری قبل و بعد از کرونا را از همدیگر جدا کنیم و به‌صورت جدی مشکلات مربوط به اسکرین‌ها را به فرزندپروری بعد از کرونا اضافه کنیم. یعنی در نظر داشته باشیم با شیوع کرونا خانواده‌ها درگیر ۲ اتفاق مهم شده‌اند، یکی بحث پیدا کرده‌اند و آنها را در معرض آسیب قرار داده است و موضوع مهم دیگر اینکه بر اثر این اعتیاد، میزان افسردگی افزایش پیدا کرده، سن پورنوگرافی بچه‌ها کاهش یافته و کنترل کمتری هم نسبت به تحصیل و عملکرد آنها توسط والدین وجود دارد.

بلوغ محتوایی زودهنگام

براساس اعلام این روانشناس، کرونا باعث شده خانواده‌ها در معرض بلوغ محتوایی زودهنگام و ناپخته بچه‌ها قرار بگیرند؛ یعنی فرزندان‌شان درگیر محتواهایی شده‌اند که والدین برای این سوره، یعنی توافقی و گفت‌وگو کردن با بچه‌ها رایج نبوده. اما در جامعه فرزندسالاران، خواسته فرزندان بر خواسته والدین ارجح است. در صورتی که در سبک فرزندپروری درست و اصولی

همچنان برای آنها وجود دارد. یعنی بسیاری از نوجوانان درگیر رابطه‌های زودهنگام با جنس مخالف شده‌اند و خانواده‌ها هم ممکن است کاملاً از اینگونه روابط فرزندان‌شان بی‌اطلاع باشند. ضمن اینکه بسیاری از بچه‌ها ترجیح می‌دهند در همان دنیای مجازی باقی بمانند؛ چیزی که کنترل خانواده‌ها را به‌حداقل می‌رساند.» از نظر این روانشناس تربیتی، داستان اسکرین‌ها بزرگ‌ترین بحرانی بود که خانواده‌ها در دوران کرونا در سراسر دنیا با آن مواجه شدند که شاید تأثیرات آن تا سال‌های زیادی بر زندگی بچه‌ها و خانواده‌ها باقی بماند.

شیوع ۲۰ درصدی اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی در کودکان قبل مدرسه



مehشید رابیطیان، فوق تخصص روان‌پزشکی کودک و نوجوان است و درباره شایع‌ترین اختلال رفتاری کودکان توضیحاتی به همشهری می‌دهد. او می‌گوید: «اختلال روانی در کودکان براساس عملکرد آنها تشخیص داده می‌شود. اینکه آیا نشانه‌هایی که در آنها می‌بینیم مانند علائم اضطرابی، وسواسی، پر تحرکی، ضعف یادگیری و همچنین مشکلات در توجه و تمرکز، ارتباطی با رابطه‌هایی که در آنها می‌بینیم مانند علائم سن‌شان باشند، عملکرد در حوزه ارتباطات اجتماعی که با توجه به سن کودکان در چند حوزه جای می‌گیرد، یعنی در حلقه ارتباطات در خانه یا با همسن و سالان و همچنین عملکرد درسی و تحصیلی آنها که هر کدام از این عملکردها مختل شده باشند می‌توانند برای تشخیص اختلالات روان‌پزشکی یا رفتاری بررسی شوند.

به‌گفته این فوق تخصص روان‌پزشکی کودک و نوجوان، اختلال‌هایی که در کودکان قبل و بعد از شیوع کرونا رایج بود، اختلال رشدی تکاملی است. پس از اختلالات رشدی تکاملی، شایع‌ترین اختلالی که در کودکان مشاهده می‌شود، مربوط به اختلال نقص توجه و تمرکز یا بیش‌فعالی است که حدود ۲۰ درصد بچه‌ها در سنین قبل از مدرسه درگیر آن می‌شوند. اختلالات اضطرابی هم مانند اضطراب جدایی از والدین، اختلال اضطراب‌فراگیر یا اختلالات ترس اجتماعی هم از دیگر اختلالات مربوط به بچه‌ها به‌شمار می‌رود. رابیطیان می‌گوید: «اختلالات خلقی هم در کودکان شایع است. یعنی آنها مانند بزرگسالان دچار حالات افسردگی می‌شوند. البته اختلالات مربوط به وسواس و مشکلات رفتاری مثل اختلالات رفتار مقابله‌ای و اختلال سلوک هم مانند همه‌جای دنیا در ایران هم شیوع بالایی بین کودکان دارد.»

به‌اعتقاد این روان‌پزشک، به‌دلیل شیوع کرونا و همچنین مشکلات دیگری که در سال‌های اخیر

گریبانگیر کشور شده و همچنین با وجود آموزش مجازی و دوری از محیط‌های آموزشی و اجتماعی به‌طور واضح، افت تحصیلی و پایین رفتن عملکرد تحصیلی کودکان قابل مشاهده است. به‌گونه‌ای که سواد دانش‌آموزان متناسب با پایه و مقطع تحصیلی که در آن قرار دارند، نیست و معمولاً بسیار ضعیف‌تر است.» براساس آماری که وزارت آموزش و پرورش اعلام کرده در دوران کرونا حدود یک میلیون دانش‌آموز به دلایل مختلف مانند وجود مشکلاتی از قبیل نداشتن لپ‌تاپ، تبلت یا موبایل و به‌طور کلی دسترسی نداشتن به فضای مجازی از تحصیل با مانده‌اند. البته درگیری خانواده‌ها با مشکلات مربوط به بیماری کرونا یا فوت عزیزان و همچنین مشکلات معیشتی و اقتصادی نیز به این مشکلات دامن رده است.»

افت رشد جسمی و روانی کودکان

به‌اعتقاد این روان‌پزشک، طبق مطالعات زیادی که در دنیا از جمله ایران انجام‌شده کودک‌ان پس از دوران کرونا از نظر رشد کلامی به‌ویژه در سنین قبل از مدرسه، دچار مشکلات زیادی شده‌اند و در مجموع می‌توان گفت رشد و تکامل بچه‌ها در ۲ سال اخیر به‌وضعیت فزاینده است. رابیطیان می‌گوید کرونا باعث شده بود تغییرات کودکان از ورزش و جست‌وخیز در پارک‌ها و کلاس‌های ورزشی، محدود به گشت و گذار در فضاهای مجازی شود. همین موضوع باعث کم‌تحرکی آنها و مشکلات اضافه وزن یا چاقی شده است: «عوطرشدن کودکان در سنین مختلف در انواع بازی‌های کامپیوتری و ساعت‌ها وقت گذشتن در صفحه‌های مختلف مجازی به نوعی باعث بروز مشکلات رشدی، جسمانی، ارتوپدی و ستون فقرات در آنها شده است. همچنین بازی‌های مختلف کامپیوتری باعث شده کودکان به‌اینگونه بازی‌ها اعتیاد بیپایا کنند؛ اتفاقی که منجر به‌شدت گرفتن خشونت و پر خاشگری می‌شود.»

مشکل تأمین هزینه اختلالات حوزه روان

رابیطیان می‌گوید با توجه به دوران کرونا و متعاقب آن مشکلات اقتصادی، در خانواده‌ها با اختلالات روان مواجهیم. به‌اینکه بسیاری از خانواده‌ها، متوجه مشکلات خود و فرزندان‌شان در این زمینه هستند اما توانایی لازم برای درمان چنین مشکلاتی ندارند. ضمن اینکه بیمه‌ها هم بخشی از هزینه‌های مربوط به درمان مشکلات موجود در این خصوص را تقبیل نمی‌کنند: «بسیاری از والدین با مراجعه به روان‌پزشکان و روانشناسان نمی‌توانند از عهده هزینه‌های غیردارویی و روان‌درمانی برآیند و پس از مراجعه به متخصص ناچار می‌شوند، درمان را نیمه‌کاره رها کنند. بنابراین اگر قرار است کار مهم و اصولی در مورد مشکلات مربوط به روان و اختلالات کودکان و نوجوانان صورت گیرد، مهم‌ترین بخش آن می‌تواند کمک به تأمین هزینه‌های درمان باشد.»

خلاصه گزارش

فرحناز کیان‌رثی عضو انجمن روان‌شناسی کانادا:

از اختلالات مهم دوره کودکی و نوجوانی می‌توان به ناتوانی‌های ذهنی، اختلالات ارتباطی، اختلال نقص توجه و تمرکز یا بیش‌فعالی (ADHD)، اوتیسم (ASD)، اضطراب، افسردگی و اختلالات رفتاری از جمله اختلالات رایج در کودکان زیر ۵ سال اشاره کرد و شیوع اختلال بیش‌فعالی، نقص توجه و تمرکز بیشتر از اختلالات دیگر است

یکی از مشکلات شایع بین کودکان که شیوع بیماری کرونا هم به آن دامن زد، مشکل نافرمانی مقابله‌ای آنهاست.

کودکانی که زیاد جروبحث می‌کنند، از قواعد و قوانین پیروی نمی‌کنند و محدودیت‌ها را نمی‌پذیرند؛ اما اصرار دارند که به خواسته‌های خود برسند در شمار کودکان با همین اختلال جای می‌گیرند.

این مشکل معمولاً به سبک فرزندپروری والدین برمی‌گردد



یادداشت

شیوع اختلال

نقص توجه و تمرکز

از بین مشکلاتی که کودکان بیشتر دچار آن می‌شوند، می‌توان از نقص توجه و تمرکز نام برد که به‌طور کلی از اختلالات شایع در کودکان به‌شمار می‌رود که البته در دوران اخیر بیشتر هم شایع شده است.

یکی از دلایل مهم آن هم وقت‌گذراندن زیاد بچه‌ها در فضاهای مجازی است. شیوع بیماری کرونا و آموزش مجازی باعث شده آنها نتوانند مانند گذشته و حضور در کلاس و برقراری ارتباط چشمی با معلم توجه و تمرکز لازم را داشته باشند و به این بی‌توجهی عادت کرده‌اند.

نداشتن ارتباط چهره‌به‌چهره و مستقیم با مربیان و معلمان و آموزش به روش مجازی و بدون وجود ناظر و مراقب مانع از آن می‌شود که کودک احساس کند یک نفر حواسش به او است.

همین موضوع می‌تواند مشکل توجه و تمرکز را به‌ویژه در کودکانی که از قبل سابقه کمبود توجه داشته‌اند تشدید کند. در سال‌های اخیر بسیاری از کودکان دچار بی‌نظمی شده‌اند و توجه کمتری به رعایت قوانین نشان می‌دهند. ضمن اینکه خانواده‌ها هم اهمیت کمتری به وضع قوانین و پیروی از آنها توسط فرزندان‌شان می‌دهند.

همچنین وقتی کودک کان در محیط‌های آموزشی و اجتماعی قرار می‌گیرند در این محیط‌ها توجه به رعایت انضباط و آداب اجتماعی هم بیشتر خواهد شد؛ به‌گونه‌ای که آنها به‌مرور یاد می‌گیرند کلاس درس یا هر محیط اجتماعی دیگری قواعد و قاعده خاص خود را دارد.

به این ترتیب حتی انجام تکالیف آنها هم تحت‌الشعاع قرار می‌گیرد و با توجه به اینکه در آموزش مجازی لازم نبوده بچه‌ها مانند قبل در کلاس حضور داشته باشد، هر زمان دلشان خواست از جای خود بلند می‌شدند و صحبت می‌کردند و همین موضوع باعث شده قانون‌پذیری آنها کمتر شود. مجموعه این عوامل باعث بروز مشکلاتی در یادگیری کودکان و نوجوانان شده است. یعنی مراحل یادگیری در آنها کندتر شده و سخت‌تر و دیرتر یاد می‌گیرند.

مشکل وضع قواعد و قوانین به‌ویژه در خانواده‌هایی که در آنها کودکان توجه لازم را دریافت نمی‌کنند و همچنین در اجرای قوانین نیز ضعیف عمل می‌شود، بیشتر است. البته چنین مشکلاتی همیشه وجود داشته، اما بی‌توجهی خانواده‌ها به وضع قوانین در سال‌های اخیر باعث هرج و مرج بیشتر در رفتارهای فرزندان‌شان شده است. می‌توان گفت حضور کودکان و نوجوانان در محیط‌های آموزشی و دریافت توجه درست، به‌اندازه و مطلوب از اینگونه محیط‌ها ارتباط مستقیمی با عملکرد و توجه بیشتر آنها به مواد درسی دارد.

از مشکلات شایع دیگری که در چند سال اخیر بیشتر در بچه‌ها دیده می‌شود، مشکلات مربوط به خلق و خوی آنهاست. بر خاشگری و حالت‌های افسردگی در نوجوانان در این سال‌ها شدت پیدا کرده و تعداد مراجعات زیادی برای درمان این حالات وجود دارد. دلیل آن هم وجود مشکلات زیادی است که در خانواده و روابط بین اعضای خانه دیده می‌شود و رابطه بین کودکان با والدین را هم شامل می‌شود.

آموزش مجازی مدارس و مانندن کودکان در خانه و همچنین ابتلا به بیماری کرونا و مشکلات ناشی از آن هم بر پر خاشگری و خلق و خوی کودکان و نوجوانان تأثیر مستقیمی دارد و باعث شدت پیدا کردن چنین اختلالی می‌شود. وقتی نوجوانان ساعت‌های زیادی از اینترنت، گوشی موبایل، لپ‌تاپ و اینگونه ابزارها استفاده می‌کنند چرا که فرزندان‌شان اغلب به‌بهبانه انجام تکالیف، ساعت‌ها بسیار زیادی از وقت‌شان را صرف این بخش می‌کردند.

توجه داشته باشیم اگر بازی‌های آنلاین گشت و گذارهای متعدد در صفحه‌های مجازی به خوبی مدیریت نشوند، مشکلات مختلفی مانند اختلال یادگیری، کمبود خلاقیت

موضوع بسیار مهمی که در ۲سال کرونا شاهد آن بودیم تأخیر در رشد اجتماعی و کلامی کودکان است. ارتباط داشتن با همسن و سالان و قرار گرفتن در محیط‌های اجتماعی مختلف باعث آشنایی کودک با محیط بیرون از خانه می‌شود. ولی شیوع کرونا باعث شد کودکان به‌ویژه آنها که قرار بود وارد مهد کودک یا دبستان شوند، نتوانند چنین ارتباطی را تجربه کنند و تعاملات کمتری با دیگران داشته باشند. همین موضوع باعث می‌شود نتوانند اصول و قواعد اجتماعی شدن، مهارت برقراری ارتباط، توانایی مشارکت و همکاری گروهی و همچنین همدلی را یاد بگیرند. بسیاری از کودکان در دوران کرونا از نظر روابط اجتماعی هم دچار ضعف شده‌اند و در مواجهه با دیگران و برقراری ارتباط دچار اضطراب می‌شوند.

مهشید رابیطیان فوق تخصصی روان‌پزشکی کودک و نوجوان:

به دلیل شیوع کرونا و همچنین مشکلات دیگری که در سال‌های اخیر گریبان‌گیر کشور شده و همچنین با وجود دسترسی به طور واضح، افت تحصیلی و پایین رفتن عملکرد تحصیلی کودکان قابل مشاهده است.

کودکانی که زیاد جروبحث می‌کنند، از قواعد و قوانین پیروی نمی‌کنند و محدودیت‌ها را نمی‌پذیرند؛ اما اصرار دارند که به خواسته‌های خود برسند در شمار کودکان با همین اختلال جای می‌گیرند.

این مشکل معمولاً به سبک فرزندپروری والدین برمی‌گردد

بر اساس آماری که وزارت آموزش و پرورش اعلام کرده در دوران کرونا حدود یک میلیون دانش‌آموز به دلایل مختلف مانند وجود مشکلاتی از قبیل نداشتن لپ‌تاپ، تبلت یا موبایل و به‌طور کلی دسترسی نداشتن به فضای مجازی از تحصیل با مانده‌اند.

البته درگیری خانواده‌ها با مشکلات مربوط به بیماری کرونا یا فوت عزیزان و همچنین مشکلات معیشتی و اقتصادی نیز به این مشکلات دامن زده است