

ماه‌های دور از مدرسه

گفت‌وگو با فوق‌تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان

ماه‌های دور از مدرسه

حدود 3.5 میلیون دانش‌آموز که به وسایل ارتباطی مثل گوشی هوشمند و تبلت دسترسی ندارند، مشکلات تاخیر در یادگیری دارند

□ زهرا چوپانکاره

روز گذشته پنجمین اطلاعیه وزارت آموزش‌وپرورش در خصوص بازگشایی مدارس به موضوع ضرورت تشکیل شوراهای آموزش‌وپرورش برای «اقناع افکار عمومی» اختصاص یافت. در این اطلاعیه آمده است: «با توجه به رویکرد دولت نسبت به «بازگشایی مدارس به شیوه حضوری»، سیاست‌های ستاد مقابله با کرونا و جهت‌گیری‌های وزارت آموزش‌وپرورش و ایجاد همگرایی بیشتر میان نهادها و مقامات محلی و مشارکت مسوولانه آنان در برنامه‌ها و بهره‌مندی بیشتر از حمایت‌های مادی و معنوی در فرآیند بازگشایی مدارس، به ویژه جلب همکاری فکری و عاطفی ارکان سهیم در نظام تعلیم‌وتربیت و موضوع شروع و گسترش آموزش‌های حضوری در مدارس، ضروری است در اسرع وقت جلسات «شوراهای آموزش‌وپرورش» در دو سطح «استانی» و «منطقه‌ای» تشکیل و اقناع افکار عمومی درخصوص «ضرورت از سرگیری آموزش‌های حضوری»، با استفاده از ظرفیت‌های استانی در دستور کار قرار گیرد.»

از آن بهمن‌ماه 98 که شیوع کرونا کرکره مراکز آموزشی و اول از همه مدارس را پایین کشید، بیش از یکسال‌ونیم می‌گذرد. ایران بهار و تابستان سهمگین 1400 را تازه دارد پشت سر می‌گذارد، ماه‌هایی که هجوم سویه دلتا، تمام کشور را به رنگ قرمز درآورد و روزانه جان صدها نفر را گرفت و پسرلرزه‌هایش هنوز هم که هنوز است ادامه دارد و آمار مرگ را سه رقمی نگه داشته. در عین حال با سرعت گرفتن روند

واکسیناسیون، در هفته‌های گذشته مسوولان مختلف آموزش‌وپرورش و سایر مسوولان دولتی در مورد ضرورت بازگشت دانش‌آموزان به مدرسه صحبت می‌کنند. هفته گذشته رضا کلانتری، سرپرست پژوهشکده آموزش‌وپرورش روستایی، عشایری و چندزبانه پژوهشگاه مطالعات آموزش‌وپرورش به ایسنا گفت که ایران یکی از بالاترین آمارها در میزان تعطیلی مدارس را در این مدت داشته است: «کشور ما جزو کشورهایی است که بیشترین تعطیلی مدارس را در زمان همه‌گیری کرونا داشتند. اگر مقایسه‌ای داشته باشیم، میزان عدم حضور دانش‌آموزان در مدارس ایران که ۵۳ هفته است، مشابه کشورهای امریکای جنوبی و برخی کشورهای آسیایی است. درحالی‌که بسیاری از کشورهای اروپایی، امریکای شمالی و آسیایی وضعیت خیلی بهتری دارند. به عنوان مثال عموماً کشورهای اروپایی کمتر از ۳۰ هفته تعطیلی داشته‌اند و حتی مدارس کشورهایمانند روسیه، سوئد، فرانسه و اسپانیا حدود ۱۵ هفته تعطیل بوده‌اند.»

این میزان از تعطیلات (همان‌طورکه متخصصان بارها هشدار داده‌اند) از نظر آموزشی، روانی، رشد اجتماعی و حتی در مواردی امنیت فیزیکی در محیط‌های پرخشونت خانگی تاثیر بسیار اسفباری بر دانش‌آموزانی داشته که مهم‌ترین مرکز تعاملات اجتماعی خود را به صورت فیزیکی از دست داده‌اند. در این مدت چه اختلالات حسی و رفتاری گسترش پیدا کرده است؟ اگر قرار به بازگشت دوباره به مدارس باشد معلمان و کادر مدرسه باید انتظار چه چیزی را داشته باشند و اصولاً این بازگشت باید چطور صورت پذیرد تا این فاصله دو ساله میان درس خواندن از خانه تا درس خواندن در کلاس، با آرامش پر شود؟ دکتر مهشید رابطیان، فوق‌تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان در گفت‌وگو با «اعتماد» به این سوالها پاسخ داده است.

در يكسالونيم گذشته و شیوع کرونا، ایران یکی از بالاترین آمارها را در زمینه دور ماندن دانش‌آموزان از کلاسهای درس (به صورت فیزیکی) داشته. آیا شاهد مطالعه یا بررسی‌های علمی در این مدت بوده‌اید که این میزان دوری از کلاس درس و اجتماع دانش‌آموزی بر بچه‌ها چه اثری داشته یا در این حوزه تنها باید مبتنی بر حدس و گمان باشیم؟

من مطالعه از سوی موسسه خاصی ندیده‌ام اما چون روانپزشک کودک هستم معمولاً موارد اختلالات یادگیری، نقص توجه و تمرکز و طیف اوتیسم را به مراکز کاردرمانی یا مراکز اختلالات یادگیری ارجاع می‌دهیم. در اوایل کرونا این مراکز ناگهان همه تعطیل شدند چون بحث همه‌گیری

مطرح بود چون بچه‌ها در آن مراکز باید با حضور درمانگر یا در کنار هم روند یادگیری را پیش می‌بردند. برای همین به خصوص مراکز دولتی این حوزه همه تعطیل شدند و عملاً نه فقط حضور در مدرسه بلکه این دسته از بچه‌ها از آموزش‌هایی که برای اختلالات یادگیری باید می‌دیدند محروم شدند و نه آموزش عمومی که آموزش اختصاصی‌شان تعطیل شد. به مرور از حوالی مهرماه سال گذشته یادم هست که این مدارس دوباره بازگشایی شدند اما این‌بار خانواده‌ها چون ترس داشتند که بچه‌ها مبادا درگیر بیماری شوند، مراجعه‌شان به حداقل رسید. اما عدد و رقم و درصدی اگر بخواهید جوابی ندارم. ندیدم مطالعه‌ای شده باشد شاید مراکز دانشگاهی کارهایی کرده باشند. اما آنچه می‌دانم این است که خیلی از بچه‌هایی که سال قبل کلاس اول بودند به صورت آنلاین شروع کردند و بعد خانواده‌ها دیدند اصلاً نمی‌توانند این شیوه را ادامه دهند چون یا شاغل بودند یا اینکه روش تدریس به کلاس اولی را نمی‌دانستند. توجه داشته باشید که این بچه کلاس اولی دوره پیش‌دستانی را دو، سه ماهی گذرانده بود که (با شیوع کرونا) مراکز تعطیل شدند و از مهرماه باید سر کلاس اول می‌نشست. خیلی از این بچه‌ها اصلاً ذهنیتی از ساختار کلاس درس نداشتند. برای همین موارد، بسیاری یا نیمه‌کاره رها کردند و مجدداً امسال برای پایه اول ثبت‌نام کردند.

بنا به تجربه حرفه‌ای‌تان در چنین شرایطی که به آن اشاره کردید، به خصوص در میان بچه‌های دبستانی یا نوجوانان که در سنین حساسی هستند و عملاً از بزرگ‌ترین بخش زندگی اجتماعی که در مدرسه برای دانش‌آموزان فراهم می‌شود، محروم شده‌اند باید منتظر احتمال بروز چه نوع اختلالات احساسی یا رفتاری در آنها باشیم؟

خود آموزش‌وپرورش اعلام کرده است که حدود 3.5 میلیون دانش‌آموز به وسایل ارتباطی مثل گوشی هوشمند و تبلت دسترسی ندارند. خب در چنین مواردی مشکلات تاخیر در یادگیری پیش می‌آید. طبق تجربه خودم متأسفانه برای یکسری از خانواده‌ها و بچه‌ها، این آموزش مجازی، آن جدی بودن آموزش رودررو را نداشت. خیلی وقت‌ها می‌دیدم که بچه‌ها شب دیر می‌خوابند، صبح نمی‌توانند به موقع بیدار شوند و والدین به

جایشان آنلاین می‌شدند. مخصوصاً اگر مدرسه حواسش نباشد و معلم به خاطر ازدیاد دانش‌آموزان نتواند همه را چک کند. وقتی می‌گفتم فقط فیزیک مدرسه رفتن حذف شده اما آموزش که حذف نشده، جواب‌هایی که می‌شنیدم این بود که «خانم دکتر ولش کن! امسال را این‌طوری می‌گذرانیم» و مهم‌ترین نکته این بود که یادگیری‌شان دیگر آن یادگیری سر کلاس نیست. رک و پوست‌کنده‌اش می‌شود؛ افت تحصیلی. نکته دیگر حذف‌شدن محیطی به نام مدرسه است که برای رشد اجتماعی و تعاملات ارتباطی بچه‌ها لازم است. این آماري که می‌خواهم بگویم براساس مشاهدات خودم از کسانی است که ویزیت کرده‌ام. شاید حدود 95 درصد بچه‌ها چه در دوران ابتدایی، چه راهنمایی و دبیرستان وقتی ازشان می‌پرسیدم که آیا با دوستان در ارتباط هستی و جایی هست که آنها را ببینی، می‌گفتند نه. چون ارتباطات مجازی است یا اصلاً (هم‌کلاسی‌ها) را نمی‌شناسند یا خانواده اجازه بیرون رفتن و دیدن را نمی‌دهد یا اینکه اصلاً فرصتی برای این دید و بازدید نیست. اغلب بچه‌ها از برنامه شاد استفاده می‌کنند یا تک به تک با معلم در ارتباط هستند یا مباحث به صورت ضبط‌شده برای‌شان ارسال می‌شود؛ یعنی حتی به صورت مجازی هم بچه‌ها دورهم نبودند. بنابراین تعاملات اجتماعی و رشد اجتماعی بچه‌ها هم قاعدتاً آسیب دیده. یک موضوع خیلی جالب هم قلب بیش از اندازه بچه‌هاست. یا والدین کنارشان می‌نشستند و جواب‌ها را به آنها می‌رساندند چون کسی نبود که نظارتی داشته باشد. در دوره دبیرستان و بچه‌های بزرگ‌تر هم بچه‌ها معمولاً گروه واتساپ تشکیل می‌دادند و سوال را یکی حل می‌کرد و همه از رویش کپی می‌کردند. گاهی هم توی پارک قرار می‌گذاشتند و همانجا دور هم جواب‌ها را می‌نوشتند و می‌فرستادند. از موارد خارق‌العاده دیگر هم این بود که به یکی پول می‌دادند که جای بچه‌ها امتحان بدهند.

مواردی که اشاره کردید مثل جدی نگرفتن مدرسه یا تقلب و کمک پدر و مادرها آیا به لحاظ روانی و رفتاری هم روی شکل‌گیری بچه‌ها تاثیر می‌گذارد؟

در درجه اول خب زیر پا گذاشتن اخلاق است و تقلب نوعی بزهکاری حساب می‌شود. در واقع آن بچه‌ای که خودش جواب سوال‌ها را می‌نویسد و نمره 16 یا 17 می‌گیرد و آن بچه‌ای که تقلب می‌کند در درجه اول اخلاق را زیر پا گذاشته است. بچه‌ها تنبل بار می‌آیند چون فکر می‌کنند آخرش یکی هست که به دادم برسد. یعنی با این روند مسوولیت‌پذیری بچه‌ها

هم زیر سوال می‌رود. جالب است، خیلی وقت‌ها خانواده‌ها مراجعه می‌کنند که خانم دکتر به این بچه بگویند هر شب مسواک بزند. بعد وقتی از آنها می‌پرسم وضعیت درسش چطور است مثلاً مادرش می‌گوید: من جای او سر کلاس حضوری می‌زنم! به آنها می‌گویم شما اساسی‌ترین تکلیف این بچه که درسش هست را دارید خودتان انجام می‌دهید و بعد از من می‌خواهید به او مسوولیت‌پذیری در مقابل سلامت خودش را بیاموزم؟ این خیلی تناقض بزرگی است؛ از یک طرف جوی حاکم است که بچه من در درس عقب نماند و جلوی معلم و هم‌کلاسی‌ها آبرویش نرود، از آن سمت از بچه‌ام یک آدم مسوولیت‌پذیر می‌خواهم. علاوه بر این مشکلات خیلی وقت‌ها راحت می‌گویم که بچه‌ها بی‌سواد بار می‌آیند. گاهی مطلبی می‌نویسم، می‌گویم معلمان وقتی انشاءالله مدرسه حضوری شد، بچه‌ها را یک پایه پایین‌تر از آن پایه‌ای که سر کلاسشان حاضر شده‌اند در نظر بگیرند.

در برخی مطالبی که در مورد دوری بچه‌ها از مدرسه نوشته می‌شود در مورد امکان رشد اضطراب و افسردگی به خصوص در سنین نوجوانی هشدار می‌دهند. علایم خاصی می‌توانید بگویند که والدین با دیدن آنها متوجه بشوند که فرزندشان از این مرحله دیگر احتیاج به گرفتن کمک از متخصص دارد؟

اول از همه اینکه تغییر در خلق بچه‌ها پیش می‌آید. اگر بچه‌ای حالت افسردگی یا اضطراب داشته باشد معمولاً تحریک‌پذیر است یا به وضوح خلق افسرده دارد؛ گوشه‌گیر می‌شوند، ارتباطاتشان را حتی با خانواده هم به حداقل می‌رسانند، به فضای مجازی پناه می‌برند، رسیدگی به سر و وضعشان کم می‌شود یا دیر به دیر حمام می‌روند یا به صورت واضح زود گریه‌شان می‌گیرد، پرخاشگری می‌کنند، عصبانی می‌شوند. بزرگ‌ترها راحت‌تر می‌گویند حال من خوب نیست یا اینکه از زندگی لذت نمی‌برم اما برای بچه‌ها این نشانه‌ها را باید دید. بچه‌های مضطرب دایم سلامت خودشان یا والدینشان را چک می‌کنند، مدام اتفاقات اطراف را چک می‌کنند، خبرهای بد را زیاد می‌بینند. به صورت واضح در این مدت دیده‌ام که برخی از بچه‌ها در مورد صدمه‌زدن به خود یا افکار خودکشی صحبت می‌کنند. خانواده‌ها اگر اینها را دیدند، اگر دیدند عملکرد بچه‌شان در تحصیل، ارتباط با دوستان و خانواده دارد کم می‌شود و اختلال پیدا می‌کند هرچه زودتر باید مراجعه کنند.

مساله‌ای که همراه با گسترده‌تر شدن واکسیناسیون مطرح شده این است که احتمالاً مدارس به تدریج شروع کنند به باز شدن. آموزش‌وپرورش البته سازوکار مشاوره‌ای خودش را دارد اما شما به عنوان متخصص اگر بخواهید به کادر مدارس و معلمان توصیه‌هایی داشته باشید، اینکه پس

از بازگشایی باید مراقب چه نکاتی باشند یا اصولاً بچه‌ها چطور باید دوباره به کلاس درس برگردند، آن توصیه‌ها چیست؟ پس از دو سال دوری دانش‌آموزان از مدرسه، باید حواسشان به چه چیزهایی باشد؟

من دیده‌ام که می‌گویند مثلاً اول آبان کلاسها را شروع می‌کنیم. نه، اجازه بدهید واکسیناسیون بچه‌ها کامل شود، دو هفته هم از دوز دوم بگذرد و عجله‌ای نداشته باشیم. بعد وقتی که بچه‌ها وارد میشوند باید بدانیم که در این مدت وضعیت خوابیدن بچه‌ها تغییر کرده؛ دیر می‌خوابند، دیر بیدار میشوند و وفق پیدا کردنشان با شرایط سخت است. ممکن است اضطرابشان بالا باشد. اوایل شروع مدرسه به خصوص در دوره سه سال اول ابتدایی مدرسه باید برایشان حالت مفرح داشته باشد. (پس از بازگشت به مدرسه) یکی، دو هفته‌ای بحث‌ها آموزشی را کنار بگذارند تا بچه با محیط مدرسه آشنا تر شود. همین الان خیلی وقتها والدین می‌گویند کاش مدرسه باز شود، تو را بفرستیم بروی و بعد تو میدانی با معلمت! یعنی خودمان داریم ناخواسته اضطراب مدرسه را در بچه‌ها بیدار می‌کنیم البته مادر و پدرها هم حق دارند؛ یک سال و نیم هم معلم بوده‌اند و هم پدر و مادر. اما اینها برای بچه‌ها هراس‌انگیز است، نمی‌دانند چه اتفاقی می‌خواهد بیفتد، شاید فکر کنند من دیگر نمی‌توانم بازی‌های روزمره‌ام را داشته باشم. پس باید به بچه‌ها زمان داد، هر تطابقی معمولاً دو تا چهار هفته زمان می‌برد. آن بحث آموزش را که پیش‌تر هم گفتم در نظر داشته باشند. تکلیف بچه‌های کلاس اولی که تازه وارد میشوند که مشخص است اما از بچه‌های کلاس دوم به بعد نباید انتظار داشت که همه درس‌های مربوط به پایه قبل را بدانند. سطح انتظارات معلمان باید پایین‌تر بیاید.

پروتکل‌های بهداشتی مثل پوشیدن ماسک حتی در مورد بچه‌های دبستان باید رعایت شود. معلم بهداشت مدرسه بهتر است این تست‌های سریع تشخیص را داشته باشند و چگونگی استفاده از آنها را یاد بگیرند. بچه اگر علامت‌دار شد تست بگیرند. اگر این تست‌ها رایگان باشد خانواده‌ها خیلی وقتها زیر بار تست دادن بچه‌ها می‌روند. در کشورهای دیگر میدانم که وقتی یکی از بچه‌ها مثبت میشود دیگر کلاس کامل قرنطینه میشود و آموزشها را مجازی ادامه می‌دهند. یک نکته جالب و اخلاقی هم این است که اسم بچه‌ای که تستش مثبت شده را هم اعلام نمی‌کنند که مورد سرزنش بچه‌های دیگر قرار نگیرد. یعنی وقتی مدرسه حضوری شد، باز هم آموزش مجازی در چنین مواردی باید مد نظر باشد، یعنی این‌گونه نباشد که وقتی حضوری شد دیگر فقط در آموزش حضوری خلاصه شود. این عوض کردن آموزش روی مدل حضوری و مجازی باید اتفاق

بیفتد.

نکته آخر گنجاندن ورزش در برنامه دانش‌آموزان است. الان مهم‌ترین درسی که حذف شده ورزش است که چون باشگاه‌ها و استخرها هم تعطیل بوده‌اند، در بچه‌ها به شدت شاهد افزایش وزن بوده‌ام، بی‌تحركی را می‌بینم و مشکلات اسکلتی و عضلانی که به دنبال این بی‌تحركی پیش می‌آید. می‌شود حتی از کلاس‌های دیگر کم کرد و به ساعت ورزش افزود؛ هم روحیه بچه‌ها بهتر می‌شود و نشاط سابق برمی‌گردد و هم از رخوت نجات پیدا می‌کنند.

این آماری که می‌خواهم بگویم بر اساس مشاهدات خودم از کسانی است که ویزیت کرده‌ام. شاید حدود 95 درصد بچه‌ها چه در دوران ابتدایی، چه راهنمایی و دبیرستان وقتی ازشان می‌پرسیدم که آیا با دوستان در ارتباط هستی و جایی هست که آنها را ببینی؟ می‌گفتند نه. چون ارتباطات مجازی است یا اصلاً (هم‌کلاسی‌ها) را نمی‌شناسند یا خانواده اجازه بیرون رفتن و دیدن را نمی‌دهد یا اینکه اصلاً فرصتی برای این دید و بازدید نیست. اغلب بچه‌ها از برنامه شاد استفاده می‌کنند یا تک به تک با معلم در ارتباط هستند یا مباحث به صورت ضبط‌شده برایشان ارسال می‌شد؛ یعنی حتی به صورت مجازی هم بچه‌ها دور هم نبودند. بنابراین تعاملات اجتماعی و رشد اجتماعی بچه‌ها هم قاعدتاً آسیب دیده.

منبع: روزنامه اعتماد 30 شهریور 1400 خورشیدی