

# سلامت روان در مدارس

اهمیت، ضرورت و موانع

دکتر غلامرضا گرمارودی

متخصص بهداشت مادر و کودک، دانشگاه علوم پزشکی تهران

وقتی از سلامت روان صحبت می کنیم، منظور چیست؟

حفظ و ادامه موفقیت آمیز کارکرد ذهنی

چگونه می توان از سلامت روان متعادل تا حدی اطمینان حاصل کرد؟ 

ارائه تعریف دقیق و مورد اجماع برای «سلامت روان» ساده نیست،  
لیکن مجموعه شاخص های عینی زیر برای ارزیابی کمک کننده اند:

- انجام تمرینات فعالیت های روزمره
- برقراری ارتباط مطلوب با دیگران (سازگاری خوب)
- توانایی تغییر برای تطابق و یا رویارویی با استرس
- شکوفایی و به منصفه ظهور رساندن استعدادها

“

کودکی و نوجوانی، یعنی دوره ای که رشد و تکامل مغز بسیار سریع است، مراحل حیاتی زندگی برای سلامت روان هستند. کودکان و نوجوانان مهارت های **شناختی** و **عاطفی - اجتماعی** که شکل دهنده وضعیت سلامت روان آتی است و نقشی که به عنوان بزرگسال در جامعه ایفا خواهند کرد را طی این دوره کسب می کنند.

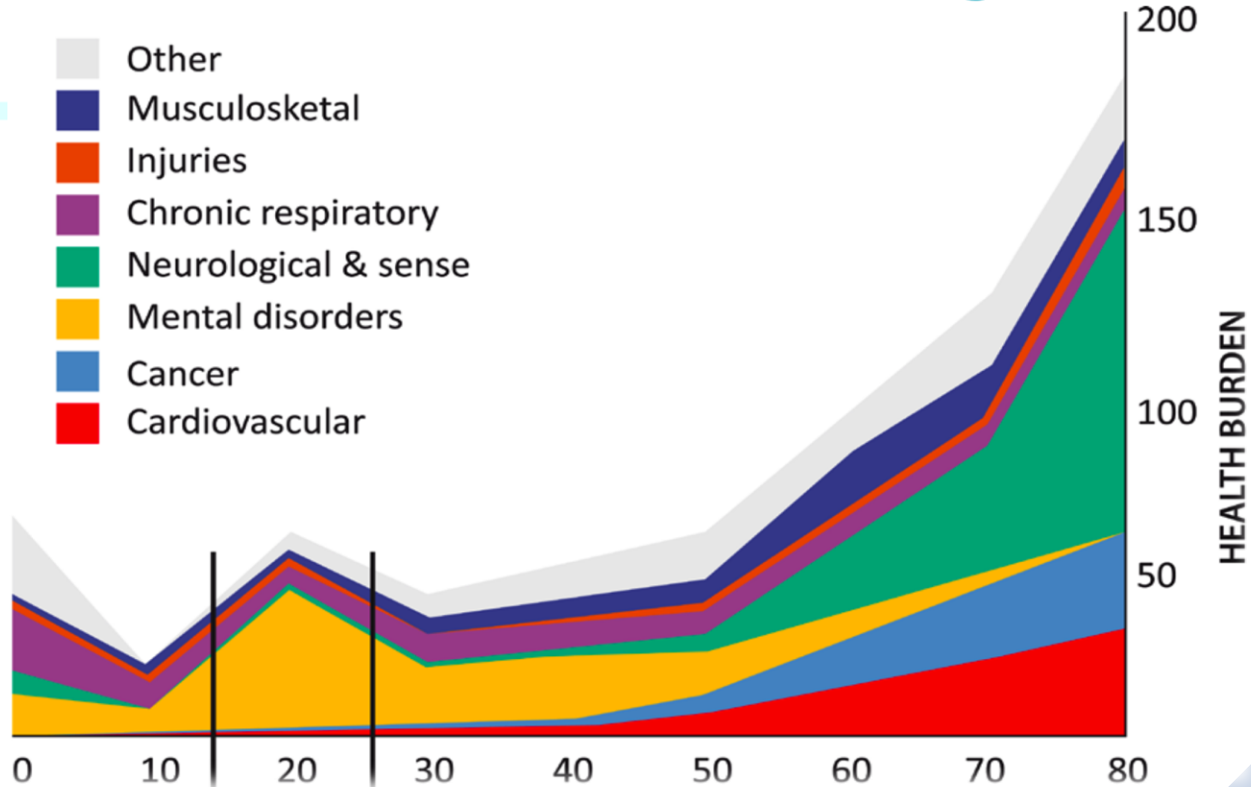


کیفیت محیط و بستری که کودکان و نوجوانان در آن می‌بالند، تعیین‌کننده نحوه تکامل و امکان شکوفایی پتانسیل‌های بالقوه است. هر گونه تجربه ناخوشایند در خانه، مدرسه و یا فضای دیجیتال مثل مواجهه با خشونت، بیماری روانی والدین، خانواده آشفته، قلدری در مدرسه و فقر خطر ابتلا به مشکلات سلامت روان را افزایش می‌دهد.

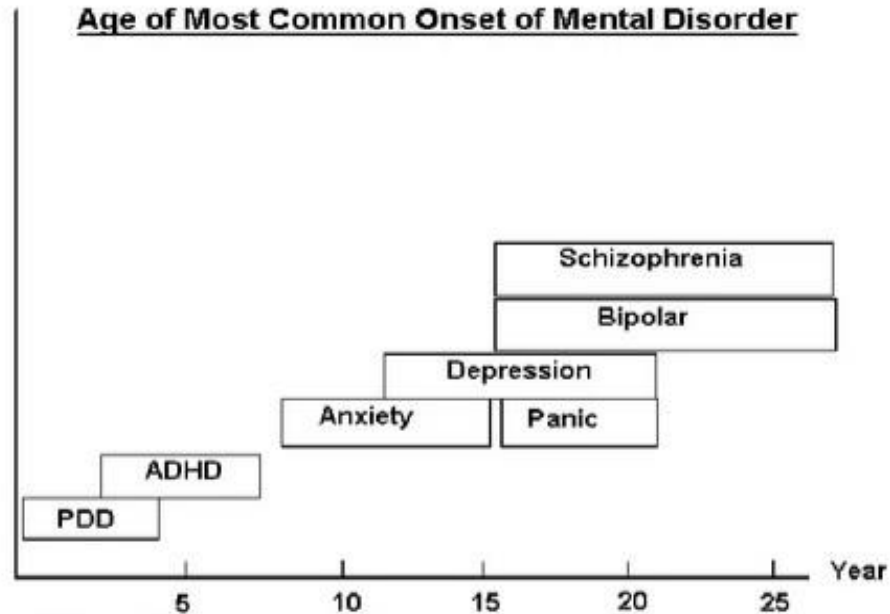
# شواهد

یکی از هر پنج \_ هفت کودک در دنیا مبتلا به نوعی از مشکلات سلامت روان هستند. در ایران بر اساس گزارش وزارت بهداشت، شیوع اختلالات روانپزشکی در بین کودکان و نوجوانان ۲۲ تا ۲۳ درصد گزارش شده است.

# Disease Burden across Age



Many of the mental disorders begin at the **exact time** that youth are in or entering Jr. High, High School or University





## عواقب رایج مشکلات سلامت روان در دانش آموزان 📌

سلامت روان دانش آموز ارتباط مستقیمی با عملکرد تحصیلی وی دارد و مشکلات آن ممکن است منتهی به عواقب زیر شود:

ترک تحصیل

غیبت های  
مکرر از  
مدرسه

افت تحصیلی

مشکلات  
رفتاری

اختلالات  
یادگیری

## چرا مدرسه بهترین محیط برای خدمات سلامت روان است؟ 📌

- گروه جمعیتی با تعداد معلوم و مشخص.
- در دسترس هستند، نیاز به مراجعه به ایشان نیست.
- آماده فراگیری مطالب جدید هستند.
- بیشترین اختلالات روان در سنین بلوغ بروز پیدا می کنند.
- فرآیند بلوغ به خودی خود نیاز به خدمات سلامت روان را افزایش می دهد.
- شناسایی زودرس و مداخله به هنگام.

در مقایسه با تبعات درازمدت و ماندگار  
مشکلات سلامت روان در صورت عدم  
تشخیص و رسیدگی لازم،

**به طور شگفت انگیزی**

ارائه خدمات سلامت روان در مدارس هزینه  
ناچیزی دارد.



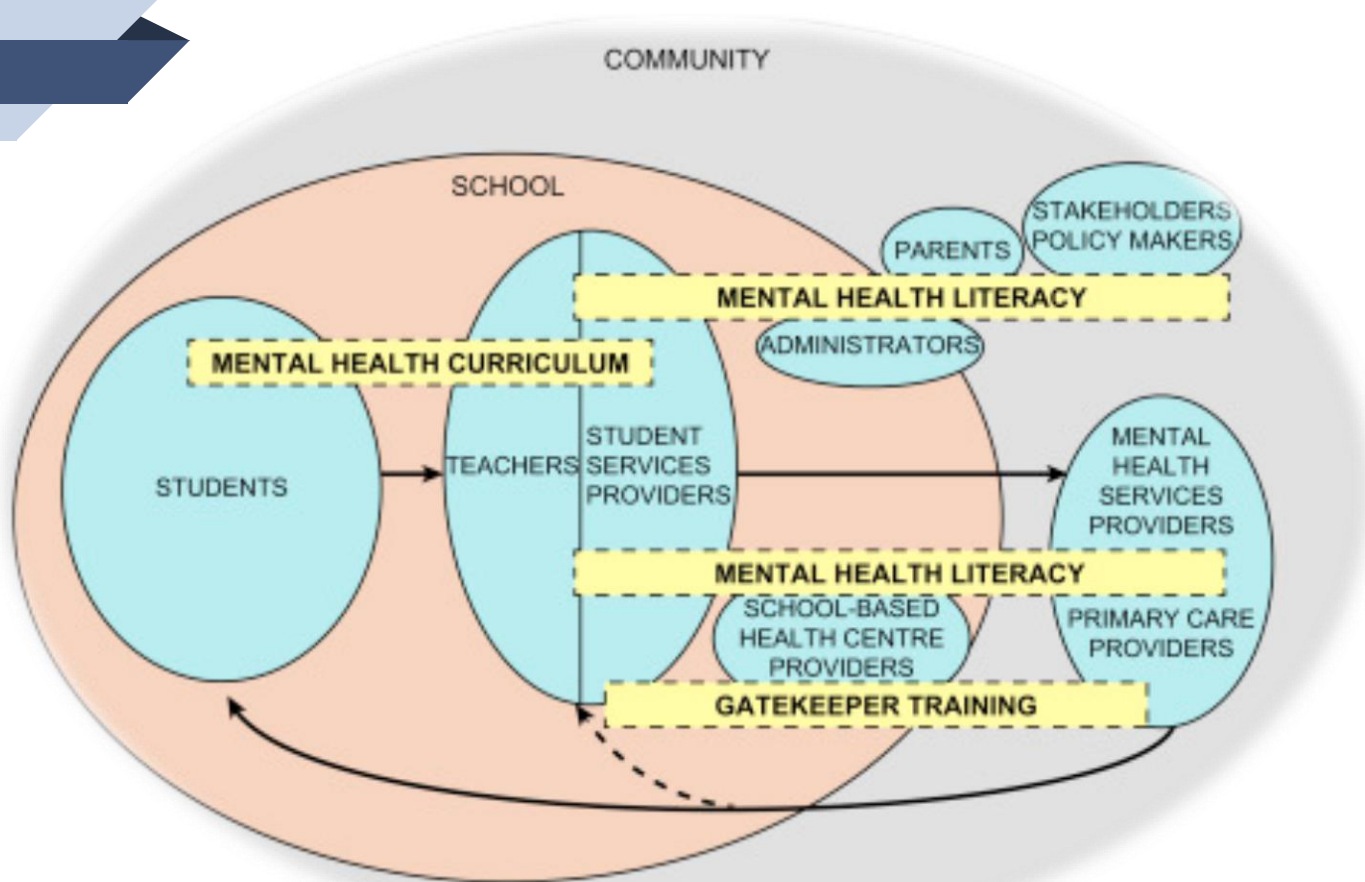
“ عدم توجه و یا نادیده گرفتن مسئله بسیار مهم سلامت روان کودکان و نوجوانان به صورت اساسی و راهبردی یک **فرصت سوزی غیرقابل جبران** برای سلامت عمومی، پیشرفت و توسعه جامعه است و منجر به بازتولید و تحویل شخصیت های بزرگسالی به جامعه خواهد شد که توانایی لازم برای پیشبرد و مدیریت مسائل پیچیده انسانی را نخواهند داشت.

# موانع کلان:

- فقدان نگرش همه جانبه «سلامت عمومی» و پیوستار «ارتقا سلامت» در سیاستگذاری های کلان.
- آسیب جدی به «اعتماد عمومی» جامعه که ممانعت از مشارکت و عدم همراهی عمومی را به دنبال دارد.
- ناتوانی تامین معیشت حداقلی اکثریت جامعه که بدون تردید مقولات مهمی نظیر «سلامت روان» را در انظار عمومی از اولویت و اهمیت ساقط خواهد کرد.

# موانع دیگر:

- دوگانگی در تولید « سلامت در مدارس » بین دو وزارتخانه.
- یکجانبه نگری در متولیان وزارت آموزش و پرورش که موجب انسداد در آشنایی و اشراف معلمان زحمتکش با مسائل سلامت روان کودکان و نوجوانان از یک سو و عدم ارائه آموزش ها و خدمات سلامت بویژه سلامت روان به شکل موثر به دانش آموزان می گردد.



Our model to address mental health in schools



**THANKS!**