

جلسه هفتم استاد حسینی ۲۰ آذر ۱۴۰۳

در بحث مشاوره کودک و نوجوان اگر خاطرتون باشه ما قول دادیم این جلسه رو در مورد نوجوانان و جوانان صحبت کنیم. شاید به یک جلسه و یا دو جلسه هم مطالب در مورد جوانان و نوجوانان تموم نشه و بعد از اینکه اینا رو گفتیم بریم سراغ اختلالات و مشکلاتی که گریبان گیر حالا کودک نوجوان و جوان است. اول از همه من تفاوت بین مشکل و اختلال رو بگم، ببینید ما وقتی بچه مون یک مسئله ای داره که اون موضوع و مسئله قابل حل هستش و کمتر از سه یا شش ماه دووم بیاره و اختلالی در عملکردش ایجاد نمی کنه بهش میگیم مشکل، مثل اضطراب، استرس، خشم افسردگی و ... پس دو تا فاکتور و یک آیت رو ما می گیم در موردش: یک زمانش خیلی طولانی نباشد و دوم که با صحبت کردن یا تغییری در سبک زندگی اون مسئله را بتوانیم حل کنیم حالا اگر که اون مشکل بچه بیش از سه ماه یا در بعضی از اختلالات بیش از شش ماه دوام داشت دیگه عنوان اختلال رو بهش میدیم. حتماً نیاز به درمان داره و ما باید کمک بگیریم از روان پزشک یا روانشناس تا درمان بشه و پیگیری های خاص خودش رو نیاز داره. خب در مورد جوانان و نوجوانان مشکلات و اختلالاتی مثل استرس و اضطراب یا اختلالات و مشکلات روانی دیگه بعضی مواقع شایع میشه. مثلاً بعضی وقتا حس می کنیم که خیلی بی منطق هستن خب این خصلت زمان نوجوانی هستش و جز خصوصیات محسوب میشه. ما وقتی به یک سنی رسیدیم سعی می کنیم بر اساس عقل و منطق صحبت کنیم ولی اونا بیشتر تحت تأثیر هیجانات شون عمل می کنن. مشکلات تحصیلی بچه ها کم و بیش از پايك ابتدایی که شروع میشه و هر چقدر به سمت بالا میرن و بعد می خوان کنکور بدن و دانشگاه برن همراه میشه با همون اضطراب و استرس و نگرانی هایی که در مورد آینده تحصیلی و شغلشون دارن و بعضی وقتا با افت تحصیلی و عدم انگیزه هم همراه میشه. عوارض مخربی هم گاهی براشون داره مثل اینکه انگیزه ندارن، ضعف تحصیلی دارن، استفاده از مواد مخدر و سیگار، اعتیاد به فضای مجازی و شبکه های اجتماعی، فقر و محرومیت الان بسیاری از خانواده ها نگرانی و مشکلی که با جوونا و نوجوون ها شون دارن که می گن کار براشون نیست و آینده ای رو در پیش چشم خود شون نمی بینند خیلی اوقات هم خانواده ها دسترسی ندارن که بخوان امکانات مادی رو اونجوری که باید و شاید در اختیار بچه هاشون بذارن و فراهم کنن براشون و اونا رو بفرستن حالا به کلاس های مهارت آموزی که مهارت یاد بگیرن یا حتی کلاس کنکور واقعاً هزینه خیلی از خانواده ها نمیره، رفتارهای جنسی زود هنگام چه در مورد دخترها چه در مورد پسرها، کم تحرکی، اضافه وزن و بلوغ زودرس که نتیجه کم تحرکی و استفاده از مواد غذایی که حالا ترا ریخته میگن ولی ما میگیم مواد شیمیایی داره.



مطلب بعدی فشارهای محیطی هستش اون فشارهایی که از جامعه و از محیط به بچه ها وارد میشه که اونا رو تحت تنش قرار میده و منجر به ناامیدی بچه ها میشه منجر به افسردگی بچه ها میشه حتی گاهی منجر به خودکشی هم ممکنه بشه.

الان به واسطه شبکه های اجتماعی عدم تمرکز در جوونا و نوجوونا خیلی دیده میشه، طفلکی ها ساعت ها درس می خونن ولی بعد میان میگن که من این همه دیشب تا صبح بیدار بودم دو سه روز قبلش هم درس خوندم ولی نمره ام این شد. خودشون رضایت ندارند از عملکرد تحصیلی خودشون موضوع فشارهای محیطی، فشاری که از طرف جامعه از طرف خانواده و کل جهان داره به بچه ها میاد که آینده شغلشون مشخص نیست آینده تحصیلشون مشخص نیست طلاق و غیبت والدین متأسفانه این نسل نسلی هستش که گاهی می بینیم بعد از چند وقت که به سن جوانی و نوجوانی رسیدن می بینی هنوز پدر و مادر به اون توافق نرسیدن گره عاطفی رو که از خیلی وقت پیش داشتن الانم تازه یادشون افتاده خانم یادش افتاده من جوونی نکردم آقا یادش افتاده که من هیچی از زندگیم نفهمیدم کاری نداره جدا می شیم تو دنبال کار خودت من دنبال کار خودم بچه ها بیرون بیرون و متصف طلاق و غیبت والدینم یکی از مسائل و مشکلاتی که بچه ها و نوجوانان گاهی درگیرش هستند، بحث رفتارهای خشونت آمیز که منجر به جرح و قتل و این جور چیزا میشه یک خورده با هم درگیر میشن نوجوونا می زنن همدیگه رو کتک کاری می کنن که از قدیم الایام هم بوده این جووری نیست که چیز جدیدی باشه حالا به اقتضای اون سن و سال نوجوونی که گفتیم بیشتر تحت تأثیر هیجانات خودشون تا اینکه مثل ماها به سنی رسیده باشن که بر اساس عقل و منطق بخوان تصمیم بگیرن خب منجر به تصمیم گیری های ناگهانی میشه و آسیب به خودشون یا به بقیه میشه و خب خودکشی هم که متأسفانه هست، دوستان ببخشید بحث خودکشی از اون بحث هاست که شاید درست نباشه خیلی اینجا بازش کنیم ولی حواستون باشه که در کمین نسل جوان نشسته و اینا رو نادیده نگیرید اینا رو حتماً جدی بگیرید چون جامعه درگیرش شده توی اخبار و توی مطالبی که بچه ها باهاش سر و کار دارن اعلام نمی کنن، تو مدارس اعلام نمی شه ولی درگیرش هست. تو همین منطقه چهارده خودمون چندین مورد در ماه های قبل بوده دلش این بوده که مدیر مدرسه دانش آموزی که لاک زده بوده که یا نمی دونم خودش یک وسیله آورده بوده تویخ می کنه و بعد بچه میره خودشو از طبقه سوم میندازه از بین میره، در بین دانش آموزان ما خودکشی زیاد داریم حالا در بین دانشجویان که دیگه داستان خاص خودش رو داره و شما می بینید حتی حتی دانشجویهای متخصص هم صداس در میاد فلان خانم دکتر یا فلان آقای دکتر خودکشی کرد یعنی این موضوع خودکشی یکی از اون مباحثی که براش یک فرآیند حمایتی تشکیل شده. شاید شنیده باشین شما از بچه هاتون که می گن ما باید وارد سامانه نماد بشیم یک سری سوالات خوداظهاری پر کنیم براشون میذارن این تست آزمون رو میدن. نماد نظام مراقبت اجتماعی دانش آموزان است من باب اطلاع شما می گم خدمتون سامانه نماد بر این اساس طراحی شده که ما یک سری مراقبت ها و آموزش های رشد مدار باید از طریق حالا اون سامانه که داره یک سری پی دی اف یک سری کتاب ها داره یک سری محتواها داره از طریق اون محتواها این آموزش رشد



مدار رو به دانش آموزان بدیم، از طرف یک سری پیشگیری ها رو هم خود مدرسه باید انجام بده یعنی مهارت های خود ارتقایی به بچه ها یاد بده. یک سری از این آموزش ها هم مربوط به والدین میشه حتی بقیه ارگان ها هم در قبال مراقبت از دانش آموزان به نحوی سهم دارن.

تو اون سامانه نماد یک سری مراقبت ها برای بچه ها هست یک سری تستا رو میدن، تو اون تست تو اون آزمون هایی که از بچه ها گرفته میشه البته در مقطع ابتدایی معلم اون آزمون ها رو پر می کنه برای بچه ها و معلم تشخیص می ده که بچه مشکل داره یا نه در سنین دبیرستان متوسطه اول و دوم خود بچه ها پر می کنن بنابراین متوجه میشن حالا کسانی که رصد می کنن سامانه نماد رو فضای این مدرسه رو وقتی رصد می کنن بین بچه ها تو اون تست آزمون هایی که دادن مثلاً آیتم افسردگی خیلی بالاست خب بعد از اینکه این رو شناسایی کردن در رصد گرفتن احساس می کنن باید این جایاد کلاسای آموزشی تشکیل بشه یا حالا برای خود بچه ها برای والدین یک سری مهارت ها رو آموزش بدن که فضا موضوع افسردگی پیشگیری بشه خدای نخواسته منجر به خودکشی نشه منجر به مسائل عدیده بعدی نشه همین هم که شما الان تشریف میارید و در این کلاس شرکت می کنید به نوعی دارین خود ارتقایی انجام می دین دیگه درسته یک سری آموزش های رشد مداره دارین آموزش می بینید و چقدر خوبه هم به خودتون کمک می کنید هم به دیگران حتی در ادامه اون بحث داشتم می گفتم، می گفتم اگر چنانچه کوچک ترین موردی از کار خودکشی شنیدید حتماً حسگرهاتون حساس بشه سریع بگین که این که اینجوری گفت پدرش کیه، مادرش کیه، چه جوریه، کی با کی زندگی می کنه، چه مشکلی داره و... یک جورایی سریع حساس بشیم و اگر خودتون می تونید از طریق حالا پسرتون اگر با خانوادش دوست هستید این ارتباط رو بگیرید. اگر می تونید به مشاور مدرسه یا به مدیر مدرسه اطلاع بدین و آسون از کنارش نگذریم چرا؟ به خاطر اینکه بچه ها توی این سن بیشتر با احساسات و عواطفشون تصمیم می گیرند و نمی تونن خیلی وقتاً یا مهارتش رو ندارن مهارت حل مسئله ندارن مهارت تفکر منتقد ندارن و به قول یکی از دوستان می گفت دلشون خیلی کوچیه اندازه گنجشک مثلاً یک دعوای عجیب و غریب پدر و مادر یا فقر اقتصادی یا مشکل با مدیر مدرسه پیش اومده با معلمش پیش اومده فکر می کنه دنیا براش تموم شده فکر می کنه که دیگه هیچ راه حلی نداره یا فرض کنید در سو استفاده های جنسی و یا کودک آزاری جنسی فرض کنید که می گن بچه ها دلشون کوچیه دختر خانمی که کیس خودکشی بود و با افکار خودکشی و اصلاً اقدام به خودکشی نجات پیدا کرده بود بعد که باهاش صحبت کردیم دیدیم این جوریه که این بچه با یک پسری حالا دوست بوده ارتباط داشته بعد یک کلیپ نه دقیقه ای از خودش می گیره می فرسته برای اون آقا پسر اون پسر هم میگه که خب حالا یا باید بیای از نزدیک با من رابطه داشته باشی یا اینکه من کلیپ پخش می کنم آبروت رو می برم و بعد این تن به اون ارتباط نزدیک نمیده و بعد آقا پسر هم پخش می کنه کلیپ شو و دختر خانم متوجه میشه و اقدام به خودکشی می کنه خب در حالی که اگه این بچه این دختر خانم آگاه می بود اگه خانواده به موقع به دانش می رسیدن و می گفتن خب حالا پخش کرد که کرده و از طریق پلیس فتا اقدام می کردن شاید اوضاع بهتر بود.



حالا خدا رحم کرد نجات پیدا کرد خلاصه که این بحث خودکشی و بحث ناامیدی رو در جوانان و نوجوانان خیلی خیلی جدی بگیرین هم شماها هم ماها به عنوان کسانی که متولی آموزش و پرورش بچه های تو مدرسه هستیم و البته در کنار اینکه مراقب و مواظب اون بچه هستیم بحث رازداری هم یادتون نره یعنی یک جواری نبا شه که بچه مشکلی هم اگر داره پشیمون بشه از اینکه اومده به پسر شما گفته شما طوری به مشاور منتقل کنید به مدرسه و به مدیر منتقل کنید که از ناحیه شما نباشه یعنی به مدیر بگین که بچه رو باهاش صحبت کنین باهاش ارتباط بگیرید ببینید مشکل بچه چیه من احساس می کنم این جواریه، البته خود مشاور یا خود مدیریت مدرسه بلدن راه رو. اما در مورد جوانان چه علائم هشدار دهنده ای می تونه به ما هشدار بده که این بچه مون در معرض خطر هستش، از کجا بفهمیم دچار این مشکلات شده، چه چیزایی علامت هشدار برای در معرض خطر بودن محسوب میشه؟ ناهنجاری رو تکرار کنه، تو خودش باشه، کناره گیری و گوشه گیری از جمع و قطع کردن ارتباط با دوستان و اطرافیان، بعضی وقتا جویدن ناخن خب اون می تونه نشانه اضطراب باشه، تیک های عصبی، تغییر در الگوی خواب و تغذیه، تغییر ظاهر فیزیکی مثلاً بعضی وقتا واقعاً رنگ رخساره خبر می دهد از سر درون مثلاً لبهاش تیره است و بدنش بوی سیگار میده یا حالا به هر حال اگر خدای نخواسته به ماده دیگه اعتیاد پیدا کرده باشه پس تغییر در ظاهر فیزیکی، تغییر شدید در خلق و خو ناسازگاری های عجیب و غریب، عدم تمرکز، اختلال در فعالیت ها، افت تحصیلی شدید، غیبت و تأخیر در مدرسه، فقدان یا کاهش علاقه به ورزش و فعالیت های فیزیکی بچه هایی که گوشه گیر میشن یا بچه ای که با بقیه تعامل نداره ورزش هم نمی کنه تکانشی بودن و خشونت و عصبانیتش افزایش پیدا میکنه که یک دفعه میشه مثل اسپند روی آتیش، رفتارهای سرکشی، طغیان می کنه، که مسئولیت هاش رو کنار می ذاره و کارایی که باید انجام بده رو انجام نمیده قبلاً اگه نون خونه رو می خرید یا کاری رو تو خونه به عنوان یک مسئولیت همیشگی انجام میداد الان انجام نمیده، احساس افسردگی غم اندوه عدم تمرکز و گیجی.

پایان مبحث جلسه هفتم استاد حسینی

۱۴۰۳/۹/۲۰