

هنرمشاوره در فردای کرونا

اسماعیل ارباب

دانشجوی کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان زاهدان

مجتبی‌دهدار

دانشجوی دکترای برنامه‌ریزی آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک

مقدمه

آموزش و پرورش این است که علاوه بر تدریس محتوای کتاب‌ها به دانش‌آموزان، به بحث مشاوره از ابعاد مختلف آن، از جمله مشاوره تحصیلی، شغلی، عاطفی، روانی و ... نیز توجه بشود. در دوران همه‌گیری کرونا این نیاز بیش از پیش احساس شد. به‌طور کلی در زمان شیوع همه‌گیری جهانی ویروس کرونا، شاهد کاهش سلامت روانی افراد به‌خصوص قشر پرتحرک جامعه و محصلان هستیم.

برای مثال، دانش‌آموزان در نتیجه بیماری کرونا و قرنطینه، در بعد فردی مشکلات روان‌شناختی، مانند اضطراب، افسردگی، استرس پس از آسیب، ناکامی، ترس، خشم، احساس تنهایی و بی‌حوصلگی را تجربه کرده‌اند. در بعد اجتماعی دانش‌آموزان با مشکلاتی مانند مشکل در ارتباط با اعضای خانواده، محدودیت ارتباطی با دوستان و معلمان، حمایت‌های اجتماعی ناکافی، و کاهش درآمد خانواده مواجه شدند.

در بعد آموزشی نیز مشکلاتی مانند حضور شناختی و اجتماعی ضعیف دانش‌آموزان در فرایند آموزش برخط، افزایش بار شناختی، ضعف انگیزه، مشکلاتی در مدیریت زمان، و نگرانی از ارزشیابی بروز کردند.

بر این اساس و طبق تحقیقات به عمل آمده، یکی از پیامدهای مهم و مثبت بحران موجود این است که دیگر نمی‌توان به‌سادگی از موضوع سلامت روان دانش‌آموزان در نظام آموزشی چشم‌پوشی کرد. 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 سرمایه انسانی جامعه را در آینده با چالشی بزرگ مواجه خواهند ساخت. تمامی این عوامل و یافته‌ها ضرورت و اهمیت کار مشاوره و وجود گروه‌های مشاوران را در مدرسه‌ها بیان می‌کنند. به‌اختصار می‌توان گفت، بحران همه‌گیری بیماری کرونا، بازاندیشی و بازآرایی خدمات سلامت روان در وزارت آموزش و پرورش را بیش از پیش به یک اولویت اساسی و ضرورت ملی تبدیل کرده است.

شیوع و همه‌گیری بیماری کووید-۱۹ با مشکلات و آسیب‌های جدی در حوزه‌های شغلی، تحصیلی، روابط کاری و اجتماعی و ... همراه بود. در واقع نظام بهداشتی کشورها برای مقابله با چنین بیماری همه‌گیری آمادگی لازم را نداشتند و آموزش‌های لازم را ندیده بودند. در ابتدای همه‌گیری این بیماری و برای جلوگیری از شیوع گسترده آن بین مردم، سیاست‌گذاران بهداشتی و نظام‌های آموزشی شروع به تعطیلی مراکز تحصیلی از جمله مدرسه‌ها و دانشگاه‌ها کردند. در واقع کرونا ساخت نظام تعلیم و تربیت را با چالش جدی مواجه کرد.

در این دوران، دانش‌آموزان با انواع چالش‌ها، از ابتلا به کرونا و آسیب‌هایش تا آموزش مجازی، دوری از هم‌سالان و بحران‌های کودکی و نوجوانی روبه‌رو شدند، اما هنوز آموزش و پرورش به‌صورت جدی به موضوع رفع چالش‌های تربیتی و آسیب‌های دانش‌آموزان نپرداخته است. با آنکه در آموزش و پرورش عملاً دفتری برای مشاوره و آسیب‌های اجتماعی وجود دارد، لیکن خروجی آن مشخص نیست. در این جستار کوتاه به دنبال آن هستیم که به تبیین دستاوردهای کرونا برای افزایش کیفی و کمی جایگاه مشاوره و حضور مشاوران در مراکز آموزشی و تحصیلی بپردازیم.

کلیدواژه‌ها: راهبرد، مشاوره، همه‌گیری کرونا، مشاور مدرسه، مدارس نوآور

کرونا و تبیین ضرورت برنامه مشاوره در مدرسه‌ها

وزارت آموزش و پرورش به‌منظور داشتن جامعه‌ای سالم، به همان اندازه که برای کسب علم و دانش تلاش می‌کند، سلامت جسم و روان دانش‌آموزان را نیز مدنظر دارد. یکی از هدف‌های عالی نظام

مشاوران با تسهیل جریان رشد همه‌جانبه فردی، آموزش مهارت‌های زندگی فردی و اجتماعی، کاهش و حذف موانع رشد، خودشناسی و محیط‌شناسی و ارائه سایر خدمات یاورانه روان‌شناختی در مدرسه‌ها نقش بسیار حساسی دارند

تحلیل نظام مشاوره و راهبردهای پسا‌کرونايي

با توجه به شروع تدريجي بازگشايي مدرسه‌ها در سطح کشور و با در دست داشتن یافته‌های علمی و پژوهشی در حیطه اثرات کرونا بر وضعیت سلامت روان دانش‌آموزان و مشکلات تحصیلی و تربیتی به وجود آمده و همچنین سیاست‌گذاری دقیق و درست برای دوران پسا‌کرونايي، نیاز است وضع موجود با وضع مطلوب مقایسه شود. برای تبیین دقیق مواضع موجود در قبال موضوع مشاوره، ابتدا به دو نقش عمده مشاوره در آموزش و پرورش نگاهی می‌اندازیم.

اولین نقشی که مشاوره ایفا می‌کند کمک به فرد فرد دانش‌آموزان به منظور سازگاری با محیط، حل مسائل و مشکلات شخصی، بروز و ظهور استعدادها و رشد و تکامل آنان است.

با توجه مطالعات گسترده‌ای که در زمینه شناسایی مشکلات روان‌شناختی و روانی دانش‌آموزان در دوران کرونا انجام شده است، این موضوع آشکار می‌شود که اکثر محصلان رفتار منفی از خود بروز داده‌اند و با توجه تنهایی و نداشتن روابط اجتماعی، مشکلات شناختی آنان افزایش یافته است. این موضوع مبین آن است که این نقش از مشاوره در مدرسه‌ها و مراکز آموزشی نادیده گرفته شده است. در واقع ضروری است که ما محصلان را برای قرارگیری در هر شرایطی و پذیرش هرگونه وقایع اتفاقی آماده کنیم تا با خطرات تحصیلی، روانی و جسمی کمتری مواجه شوند.

دومین نقشی که مشاوره ایفا می‌کند کمک به دانش‌آموزان در انتخاب مناسب‌ترین راه از نظر رشته تحصیلی و انتخاب مناسب شغلی و برنامه‌ریزی و آمادگی برای زندگی است.

به نظر می‌آید در نظام راهنمایی و مشاوره ایران، موضوع‌های سلامت روانی مشاوره فدای هدایت تحصیلی شده است. حقیقتاً لازم است این موضوع که دانش‌آموزان در قرنطینه به سر بردند و با جامعه ارتباط محدودتری داشتند، از وضعیت توانایی و ظرفیت‌های خود کمتر آگاه بودند و اعتمادبه‌نفس آنان با توجه به انزوا کمتر شده است، به‌دقت مورد توجه قرار گیرد.

حال با توجه به هدف‌ها و نقش‌هایی که برای مشاوره بیان شد و همچنین عمده چالش‌های موجود نظام مشاوره در دوران کرونا، به ارائه راهبردهایی کاربردی و عملی برای پیشبرد این هدف‌ها در عصر پسا‌کرونا می‌پردازیم:

۱. ایجاد بسترهای 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 قبل به منظور 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 بسترهایی حاوی منابعی مانند خط‌های تلفنی فوری، مشاوره برخط، تولید کارافزارهای مبتنی بر تلفن همراه یا رایانه با همکاری بخش خصوصی در زمینه آموزش

در عصر کرونا، ارتباط فیزیکی مشاوران با دانش‌آموزان کمرنگ شده و اکنون بعد از دو سال تعطیلی مدرسه‌ها، شروع به بازگشایی یکباره مدرسه‌ها کرده‌ایم، می‌طلبید برای دستیابی به این هدف‌ها و همچنین کاهش مشکلات روان‌شناختی دانش‌آموزان از طریق این برنامه راهکارهای مؤثری در نظر بگیریم

روش‌های مدیریت استرس و هیجان‌ها، آموزش دانش‌آموزان، آموزش روان‌شناسی به معلمان و والدین از نظر علامت‌های خطر و هشداردهنده، و نیز سایر آموزش‌های لازم به شکل تخصصی در حوزه سلامت روان ضروری و بسیار مهم است [پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش، ۱۳۹۹].



۲. برگزاری آزمون‌های هوش، استعداد تحصیلی و سلامت روان: مجازی‌شدن آموزش‌ها و به تبع آن، استفاده طولانی‌مدت از رسانه‌های مجازی و برخط، مشکلات عدیده‌ی هوشی، تحصیلی و تربیتی را به وجود آورده است. برای شناسایی این گروه از دانش‌آموزان و ارائه مشاوره‌های لازم به آنان، والدین و معلمان‌شان، ضرورت دارد مشاوران ما این آزمون‌ها را برگزار کنند.

نوآوری پساکرونايي مشاوران و برنامه‌های مشاوره‌ای

مشاوران با تسهیل جریان رشد همه‌جانبه فرد، آموزش مهارت‌های زندگی فردی و اجتماعی، کاهش و حذف موانع رشد، خودشناسی و محیط‌شناسی و ارائه سایر خدمات یاورانه روان‌شناختی در مدرسه‌ها نقش بسیار حساسی دارند. عمده‌ترین هدف‌هایی که می‌توان از طریق خدمات راهنمایی و مشاوره به آن‌ها دست یافت عبارتند از:

الف) رشد و توسعه قوای فکری، معنوی و عقلی دانش‌آموزان؛

ب) رشد و توسعه مهارت‌های شغلی و حرفه‌ای دانش‌آموز؛

ج) رشد و توسعه شخصیت دانش‌آموز.

علاوه بر موارد گفته شده، مشاوران هم در امور تحصیلی دارای نقش هستند و هم در تأمین بهداشت روانی دانش‌آموزان جایگاه ویژه‌ای دارند. حال که در عصر کرونا، ارتباط فیزیکی مشاوران با دانش‌آموزان کم‌رنگ شده و اکنون بعد از دو سال تعطیلی مدرسه‌ها، شروع به بازگشایی یکباره مدرسه‌ها کرده‌ایم، می‌طلبید برای دستیابی به این هدف‌ها و همچنین کاهش مشکلات روان‌شناختی دانش‌آموزان از طریق این برنامه راهکارهای مؤثری در نظر بگیریم.

آموزش حرفه‌ای معلمان، مشاوران، مدیران و کارکنان آموزشی مدرسه‌ها

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 برقراری محیط‌های یادگیری حمایتی و پشتیبانی از دانش‌آموزان دارای مشکلات وابسته به سلامت روان و همچنین دانش‌آموزانی که تجربه‌های 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 توسط متخصصان سلامت روان، برگزاری برخط و غیربرخط آموزش‌های ضمن خدمت برای مشاوران و متخصصان مربوط در استان‌ها و منطقه‌های آموزش و پرورش، و استفاده از آن‌ها به‌منظور آموزش معلمان، مدیران و کارکنان و همین‌طور مربیان و ناظران مداخلات سلامت روان در مدرسه‌ها در دوره همه‌گیری بیماری کرونا صورت گیرند و در دوران آموزش حضوری پساکرونا نیز تداوم یابند. در ادامه چند توصیه عملی برای اجرای بهتر برنامه‌های مشاوره‌ای ارائه می‌دهیم:

۱. توجه خاص به دانش‌آموزان از طریق:

□ ایجاد ارتباط دوجانبه و ایجاد احساس تعلق عاطفی و جمعی بین

مشاور و دانش‌آموزان؛

□ شناسایی دانش‌آموزان پرچالش و حمایت و پشتیبانی از آن‌ها؛

□ تهیه و تدوین محتوای آموزشی، مهارتی و روان‌شناختی برای دانش‌آموزان همه دوره‌های تحصیلی به‌منظور ارتقای آگاهی آنان از تهدیدها و آسیب‌های فضای مجازی (انواع آسیب‌های فرهنگی، اخلاقی، روانی، اجتماعی، سلامت جسمانی و تحصیلی)؛

□ فعال کردن بخش مشاوره در شبکه شاد و بسترهای آموزشی موجود.

۲. ایجاد شبکه مشاوره سراسری برای والدین، خانواده‌ها و ...: صداوسیما برای انطباق آموزش با پرورش و دستیابی به دو هدف عمده تحصیلی و روانی مشاوره و مشاوران، به ارائه برنامه‌های آموزشی و حتی راه‌اندازی شبکه سراسری مشاوره همت گمارد.

۳. تهیه بسته‌های برون‌خط مشاوره‌ای برای والدین

۴. ایجاد زنگ مشاوره: این زنگ کلاسی می‌تواند با حضور مدیران، معاونان، معلمان و والدین پر بارتر شود.

۵. ارائه مشاوره تحصیلی: با توجه به آنکه دانش‌آموزان به مدت دو سال به‌صورت برخط تحصیل کردند، قطعاً با مشکلات آموزشی و تحصیلی عدیده‌ای دست و پنجه نرم می‌کنند. از این رو ضروری است، مشاوره‌های لازم در زمینه بهسازی حافظه و شیوه‌های صحیح مطالعه، نحوه آزمون‌دادن، راهکارهای کنترل استرس و اضطراب، جبران افت تحصیلی و راهنمایی شغلی به ایشان ارائه شود.

سخن پایانی

یکی از نهادهای اجتماعی، نهاد آموزش و پرورش است که مسئولیت مهمی در تربیت کودکان، نوجوانان و جوانان بر عهده دارد. دانش‌آموزان یکی از قطب‌های جریان آموزش و پرورش هستند. آموزش و پرورش زمانی مؤثر و مفید خواهد بود و به‌درستی انجام خواهد پذیرفت که دانش‌آموزان از آمادگی کافی در ابعاد جسمی، ذهنی، روانی، اجتماعی و اخلاقی برخوردار باشند. چنانچه دانش‌آموزان از نظر جسمی ناراحت و بیمار باشند، آموزش و پرورش آنان به‌درستی عملی نخواهد شد و مطالب ارائه‌شده را به‌خوبی نمی‌آموزند. در این مورد، با توجه به آنچه که گذشت، از طریق راهنمایی و مشاوره می‌توان دانش‌آموزان و خانواده‌های آنان را با نکات ضروری در زمینه‌های متفاوت و چگونگی رفع مشکلات و نارسایی‌ها آشنا کرد. از طریق راهنمایی و مشاوره می‌توان به پیشگیری و رفع بسیاری از موارد و مشکلات مبادرت ورزید و دانش‌آموزان را برای آموزش و پرورش آماده ساخت.

منابع

۱. الحسینی، خ (۲۰۲۰). «پیامدهای روان‌شناختی و آموزشی بیماری کرونا در دانش‌آموزان و راهکارهای مقابله با آن‌ها». فصلنامه روان‌شناسی تربیتی. شماره ۵۵.
۲. سلیمانی، مجید؛ سعدی‌پور، اسماعیل؛ اسدزاده، حسن (۱۳۹۵). «رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی و تلفن همراه با اهمال کاری تحصیلی، احساس تنهایی و سلامت روان دانش‌آموزان». فصلنامه فناوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی. سال ششم. شماره چهارم. تابستان.
۳. کارگروه مطالعات فوری پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش (۱۳۹۹). توصیه‌نامه سیاستی شماره ۵. ارتقای سلامت روان در نظام آموزش و پرورش در دوره همه‌گیری بیماری کرونا و پساکرونا.