

## تأثیر بازگشت به مدرسه بر سلامت روان نوجوانان

محققان دانشگاه "آکسفورد" در مطالعه اخیرشان دریافته‌اند که در حین قرنطینه، سلامت روان نوجوانان در مقایسه با والدین‌شان دچار مشکل شده است.



محققان دانشگاه "آکسفورد" در مطالعه اخیرشان دریافته‌اند که در حین قرنطینه، سلامت روان نوجوانان در مقایسه با والدین‌شان دچار مشکل شده است.

به گزارش ایسنا و به نقل از مدیکال اکسپرس، محققان دانشگاه "آکسفورد" انگلیس در مطالعه اخیرشان دریافتند که نوجوانان طی قرنطینه به طور مداوم سطح بالاتری از اضطراب و افسردگی را نسبت به والدین تجربه کرده‌اند.

محققان که مطالعه خود را از ماه مه آغاز کرده‌اند گفتند بنابر یافته‌های آنها حدود ۲۵ درصد نوجوانان می‌گویند که اغلب یا بیشتر اوقات احساس تنهایی می‌کنند، در حالی که این میزان در والدین آنها ۱۷ درصد است. در همان زمان، حدود ۴۰ درصد والدین اظهار کرده‌اند که هرگز احساس تنهایی نمی‌کنند، در حالی که تنها ۲۰ درصد از نوجوانان این احساس را داشته‌اند.

از ماه مه، نوجوانان به طور مداوم گزارش می‌کردند که احساس می‌کنند نتوانسته‌اند نکات مهم زندگی خود را کنترل کنند و ماه گذشته نیز این میزان به ۶۰ درصد رسیده بود.

اکنون میلیون‌ها نوجوان در حال بازگشت به مدرسه هستند. جدا از بازگشت دانش‌آموزان به مدرسه پس از پایان تعطیلات تابستان، امسال دانش‌آموزان تجربیات، نگرانی‌ها و آسیب‌های منحصر به فرد ناشی از قرنطینه به دلیل شیوع این بیماری را نیز با خود به مدرسه خواهند برد.

"الینا توماس جونز" (Elina Thomas Jones) از هیئت مشاوره جوانان شبکه TRIUMPH گفت: شخصاً، سلامت روانی من در طول قرنطینه بالا و پایین شده است. در آغاز شیوع این بیماری و قرنطینه، این واقعیت مرا تحت تأثیر قرار داده بود که گویی همه چیز به یک باره از بین رفته است. با این حال در این زمان، عدم اطمینان از آنچه در آینده رخ می‌دهد، بیشترین تأثیر منفی را بر سلامت روان من دارد. اضطراب در مورد بازگشت به دانشگاه همراه با فشار سیستم آموزش و پرورش برای رسیدن به نمرات سطح A، تأثیر منفی عمده‌ای بر سلامت روانی من داشته است و من فکر می‌کنم که این برای اکثر جوانان اتفاق افتاده باشد.

محققان دانشگاه "آکسفورد" طی این مطالعه که از ماه مه آغاز شده و همچنان ادامه دارد بررسی خواهند کرد که چه چیزی به جوانان در حل این مسائل کمک خواهد کرد. محققان گفتند بیش از ۱۰۰۰ نوجوان و والدین آنها در این مطالعه شرکت کرده‌اند، اما ما برای دستیابی به بهترین تصویر در مورد چگونگی ارتقای حال روحی در جوانان، به تعداد زیادی از داوطلبان نیاز داریم. نتایج این مطالعه اطلاعات حیاتی را ارائه می‌دهد که می‌تواند به ما کمک کند تا بهتر به نیازهای بهداشت روان نوجوانان در حال و آینده پاسخ دهیم.

"الین فاکس" (Elaine Fox)، استاد روانشناسی و علوم اعصاب عاطفی در دانشگاه آکسفورد، گفت: بسیار مهم است که ما صدای جوانان را در درک تأثیر همه گیر کووید-۱۹ بر سلامت روان و سلامتی آنها در نظر بگیریم. درباره اینکه چه عواملی باعث انعطاف پذیری و سلامت روان در زمان عدم اطمینان می‌شوند، اطلاعات کمی در دست است و مطالعه آکسفورد برای پاسخ به این سوال طراحی شده است. اکنون که مدارس شروع به بازگشایی کرده‌اند، فوراً به جوانان زیادی نیاز داریم تا در این مطالعه شرکت کنند تا بتوانیم درک کنیم که بیشتر جوانان چه نگرانی‌هایی دارند.

برای جزئیات بیشتر و نحوه شرکت، لطفاً به این وبسایت مراجعه کنید.