

بهداشت روان در مدارس

هر عاملي که باعث ايجاد ناتواني در انسان شود، از مصاديق بيماريها محسوب مي شود. يادگرفتن بخصوص در دوران تحصيل يك توانايي است و مشکلات بهداشت روان که باعث درجه اي از ناتواني در انسان و گاهی اضطراب بيش از حد می شود، بيماري است و باید براي درمان آن نزد درمانگر توانا رفت. بين 10 تا 20 درصد افراد جامعه ممکن است درجاتي از مشکلات رواني داشته باشند، که درمان آن نیازمند مراجعه به پزشک است. توجه به این نکته ضروری است که هر بيماری روانی به منزله ديوانگی نیست و

زمينه‌هاي فردي يا ارثي، عوامل رفتاري و عوامل محيطي از علل بروز بيماري‌هاي رواني مي‌باشند .

همه دانش آموزاني که وارد مدرسه مي‌شوند آرزوي مشترکي دارند و آن ورود به دانشگاه و ادامه تحصيل است ولي امکان اينکه همه بتوانند در رشته مورد علاقه خود قبول شوند وجود ندارد. اگر انحصاراً ورود به دانشگاه براي دانش‌آموزان معيار موفقيت و ارزش شود مي‌تواند موجبات افسردگي آنها را فراهم کند.

واقع گرا نبودن و داشتن آرزوهاي بزرگ و عدم توجه به محدوديت‌هاي جامعه از زمينه‌هاي ديگر بروز افسردگي است که مهار آنها تلاش همه جانبه اي را از طرف مسئولين و احاد جامعه مي‌طلبد.

کنترل عوامل محيطي، فردي، ژنتيکي و شناختن توانايي‌هاي هر فرد در داشتن احساس خوشبختي، از عوامل مي‌باشند که با تغيير آنها مي‌توان يك زندگي خوب و سالم در جامعه ايجاد کرد.

امروزه در نقش و وظائف مدارس بسياري از کشورهاي جهان دگرگوني‌هاي عظيمي رخ

داده است. این تحولات باعث شده تا علاوه بر نقش سنتی مدرسه یعنی آموزش صرف و رشد مهارت‌هایی مانند خواندن و نوشتن و اکتساب دانش، نقش پرورش روان و تکامل انسان نیز مورد توجه قرار گیرد.

در حال حاضر در بسیاری از کشورها فعالیت‌های پرورشی و بهداشتی وسیعی به عهده مدارس گذاشته شده است که مطالعات حکایت از نتایج و پیامدهای مثبت آن دارد.

در کشور ما نیز با توجه به خیل عظیم دانش‌آموزان و همچنین نقش بهداشت روان در پرورش کودکان و نوجوانان، توجه بیشتر به نقش پرورشی مدارس ضرورت تام دارد. حال زمان آن است که با ایجاد زمینه‌های مناسب به ارتقای بهداشت روان و سطح سلامت در مدارس پرداخته و شرایطی فراهم شود تا مسئولان مدارس، برنامه‌ریزان، مشاوران، روان‌شناسان و دیگر دست‌اندرکاران آموزش و پرورش از طریق آشنایی با موضوعات بهداشت روان، نونهالان این آب و خاک را برای دست‌یابی به روان سالم یاری دهند. بهداشت روان صرفاً در محیط سالم فیزیکی به دست نمی‌آید بلکه محیط سالم روانی نیز یک اصل مهم است. چه بسا که محیط فیزیکی کودکان، سالم و آرام باشد اما محیط روانی آنها از درون ناامن و اضطراب‌انگیز باشد

