



با همه گیری کرونا و آنلاین شدن کلاس ها، سلامت روان دانشجویان به یکی از معضلات دانشگاه ها تبدیل شده است

سایه بحران روحی کرونا روی سر دانشگاه های دنیا



ندا اظهاری

مترجم

از شروع همه گیری کرونا ماه های گذرد و تداوم این ویروس باعث شده بسیاری از دانشگاه های دنیا همچنان تعطیل شوند و بیشتر کلاس های درس را به طور آنلاین و در موارد محدودی، به طور حضوری ادامه دهند. اما همین دور ماندن دانشجویان از محیط دوستان، دانشگاه و کلاس های درس و قرنطینه های گاه و بگاهی گاه سبب شده از نظر روحی و روانی دچار آزردهی و خستگی شوند که در برخی موارد منجر به بروز افسردگی می شود. این مساله بیش از هر چیز در روزهای کرونایی که دنیا با آن دست و پنجه نرم می کند، اهمیت پیدا کرده و با توجه به این مساله، رنگ خطر برای دانشگاه ها به صدا درآمده است. به طوری که مدیران دانشگاهی باید راهکاری برای مقابله با این معضل اساسی پیدا کنند. قطعاً با بر هم خوردن تعادل سلامت روانی دانشجویان، کیفیت آموزشی تا حد زیادی کاهش می یابد که تبعات فراوانی را به دنبال دارد.

متوقف کنند که می تواند مشکل را تشدید کند. اما سخنگوی دانشگاه تاکید کرده که هیچ محدودیتی در استفاده از جلسات مشاوره وجود ندارد. مشاوره هایی که اغلب مدل راه حل محورند، در کوتاه مدت پاسخ می دهند و اختصاص زمان بیشتر برای مشاوره گزینه ای است که در موارد خاص از سوی مشاور یا فرد مراجع کننده مطرح می شود. مشاوران حتی می توانند به انتقال دانشجویان به برنامه های مراقبت از جامعه کمک کنند. استادان دانشگاهی که بیش از هر چیز نقش حمایتی دارند، دانشجویان را به استفاده از اپلیکیشن های برای اتصال به متخصصان مشاوره هدایت می کنند، اما زمان انتظار برای استفاده از مشاوره حداقل به ۴۵ دقیقه می رسد و دانشجویان مجبور می شوند اپلیکیشن را فعال نگه دارند تا نوبت به آنها برسد و بتوانند از مشاوره استفاده کنند. در این حالت، روشن ماندن اپلیکیشن باعث خالی شدن باتری گوشی دانشجویان می شود. با آنلاین شدن سیستم یادگیری و آموزش های دانشگاهی در دوران همه گیری کووید-۱۹ برخی با افزایش حجم بار کلاس های درس و نگرانی نسبت به سلامت روان دانشجویان مواجه شده اند که حمایت بیشتر دانشگاه ها را می طلبد تا دانشجویان راحت تر بتوانند با این مشکل دست و پنجه نرم کنند و بی خطر و با کمترین تبعات از آن عبور کنند.

حال دانشجو و استاد خوب نیست

یک روانشناس بالینی در مرکز سلامت روان Silm در نورث بورک گفته است: «دانستن این مساله اهمیت دارد که همه گیری کرونا، تمام دانشجویان را به یک اندازه تحت تاثیر قرار نمی دهد. برخی دانشجویان سیاه پوست و بومی، دانشجویان رنگین پوست و نیز دانشجویان معلولی که به دلیل مشکلی که دارند و نیز قرنطینه و تعطیلی دانشگاه ها از همکلاسی ها و دوستان خود دور افتاده اند، بیشترین تاثیر را در این روزهای کرونایی متحمل می شوند. حتی پیش از شروع همه گیری کرونا هم دانشگاه ها و کالج ها در دنیا با اعمال فشارهایی به دانشجویان باعث تخریب سلامت روان آنها شده بودند، اما همه گیری کرونا هم تیر خلاصی بود بر همه این اتفاقات. بسیاری از دانشجویان اظهار می کنند که علاقه و اشتیاق آنها نسبت به آموزش آنلاین نسبت به روزهای نخست همه گیری کاهش چشمگیری داشته است. حتی استادان و اعضای هیات علمی دانشگاه هم بر این مساله تاکید دارند که اوضاع و شرایط تدریس آنلاین هم مانند روزهای نخست آموزش نیست و دیگر علاقه ای به این کار در آنها وجود ندارد و جذابیت خود را از دست داده است. استادان معتقدند که آشنایی با دانشجویان و شناخت آنها

و توانمندی هایشان دشوارتر از روزهای نخست شده و همین امر، تدریس و تعامل با دانشجویان را سخت تر کرده است.» آلانی ورجی، یکی از استادان دانشگاه تورنتو گفته است: «در ماه مارس که به دلیل کرونا دانشگاه تعطیل و کلاس ها به طور آنلاین فعالیت خود را ادامه دادند، دانشجویان ایمیل های زیادی به او فرستادند که همگی آنها حکایت از استرس و نگرانی آنها نسبت به امتحانات و دروسی داشت که باید به صورت آنلاین و از راه دور پشت سر می گذرانند. او هم در پایان ترم، دوره دو چهار دوره کلاس های آنلاین خود را به صورت امتحانات نهایی اختیاری برگزار کرد و بر این اساس، نمرات دانشجویان را تعیین کرد که بتوانند تا حدی از استرس و نگرانی آنها بکاهد.» به نظر این استاد دانشگاه، آنچه استادان باید از آن مطلع باشند، این است که باید به خاطر داشته باشیم که دانشجویان هم انسان هستند و در حال مبارزه و تنها به صرف اینکه ما می توانیم از عهد هر چیزی برآییم، به این معنا نیست که باید همین انتظار را از دیگران هم داشته باشیم.»

خطراتی که سلامت روان را تهدید می کنند

یکی از مهم ترین عواملی که سلامت روان دانشجویان را تحت تاثیر قرار می دهد، استرس ها و فشارهای مالی است. بسیاری از دانشجویان که همزمان مشغول به کار و فعالیت بودند در دوران همه گیری کرونا و از رونق افتادن و ورشکسته شدن بسیاری از مشاغل، شغل خود را از دست داده و بیکار شده اند و نگرانی از پرداخت کرایه محل سکونت و شهریه و هزینه های زندگی از اصلی ترین مشکلاتی است که به مرور فشارهای روانی را به آنها وارد کرده و باعث بروز افسردگی و حتی در موارد حادتر اقدام به خودکشی در آنها شده است. بیش از نیمی از دانشجویان مورد مطالعه که حدود ۵۳ درصد رانشکیلی می دهند، اظهار داشته اند که همه گیری کرونا شرایط مالی آنها را به شدت تحت تاثیر قرار داده است. پیش از شیوع ویروس کرونا، دانشگاه ها راه هایی برای ارزیابی دانشجویان از نظر سلامت روانی داشتند که در دوران همه گیری کرونا و تعطیلی دانشگاه ها، به حالت تعلیق درآمد که با توجه به شرایط خاصی که برای دانشجویان ایجاد شده، به نظر می رسد باید برنامه ای درازمدت در نظر گرفت تا دانشگاه ها بعد از پایان همه گیری کرونا بتوانند در کمترین زمان ممکن حمایت های خود را اعمال کرده و به وضعیت روحی و روانی دانشجویان رسیدگی کنند.

فواید آموزش آنلاین برای برخی دانشجویان

برخی دانشجویان به دنبال راه های برای مدیریت سلامت روان خود در دوران کرونا هستند و با وجود اینکه شمار زیادی از دانشجویان با توجه به آنلاین شدن آموزش های دانشگاهی از نظر روحی دچار افسردگی و انزوا شده اند، اما در این میان مواردی هم پیدا می شود که از آنلاین شدن آموزش ها استقبال کرده و آن را برای بهبود

وضعیت روانی خود مفید دانسته اند. یکی از دانشجویان سال چهارمی رشته میکروبیولوژی و ایمنی شناسی دانشگاه بریتیش کلمبیا معتقدند است که آنلاین شدن دانشگاه ها در این دوران برای بهبود کیفیت سلامت روح و روان من بسیار مفید بوده است. او می گوید: «روزانه باید چهار ساعت برای رفت و آمد به دانشگاه اختصاص می دادم که این امر هم روی خواب من تاثیر گذاشته بود و هم زمان زیادی را باید از خانواده دور می بودم. در سال های قبل، حتی زمانی برای گذراندن با خانواده و دوستانم داشتم. اما حالا با وجود شیوع کرونا و تعطیلی دانشگاه ها و آنلاین شدن کلاس های درس، زمان بیشتری دارم تا بتوانم از طریق تلفن با دوستانم در ارتباط باشم، بازی ویدیویی انجام دهم و زمان بیشتری را با خانواده ام بگذرانم؛ کارهایی که روزی آرزویم را داشتم و همین امر باعث شده روحیه بهتری پیدا کنم.»

بحران اصلی روحی برای استادان

بررسی ها نشان می دهد که حدود دوسوم اعضای هیات علمی دانشگاه ها یعنی حدود ۶۳ درصد از آنها نگران آن هستند که با شیوع تدریس آنلاین به خوبی نتوانند دروس را به دانشجویان بفهمانند. یافته ها نشان می دهد که حدود ۷۷ درصد از اعضای هیات علمی مجبور شده اند مدت زمانی که به طور مستقیم با دانشجویان در ارتباط بوده یا آنها را راهنمایی می کردند، کاهش دهند. در این میان ۸۳ درصد هم اعلام کرده اند که حجم کاری آنها در مقایسه با دوران قبل از کرونا بیشتر شده است. همه این موارد را که کنار هم می گذاریم، نتیجه این می شود که آموزش های آنلاین دوران همه گیری کرونا، اصلی ترین عاملی است که سلامت روان استادان دانشگاهی را تحت تاثیر قرار می دهد. استادان حتی در دوران کرونا و دورکاری هم تلاش می کنند تعامل خوبی با دانشجویان داشته باشند، اما حجم کاری بالایی که به آنها تحمیل می شود، گاهی آنقدر بالاست که نمی توانند به تک تک خواسته ها و نیازهای دانشجویان پاسخ دهند. گاهی برخی استادان با ۲۰۰ تا ۴۰۰ دانشجو در ارتباط هستند و تعامل با این حجم بالای دانشجو تنها از طریق فضای مجازی واقعا کار دشواری است. از سوی دیگر، به دلیل مشکلات مالی ایجاد شده برای برخی دانشگاه های کانادا مانند دیگر کشورهای دوران کرونا، حقوق برخی استادان به تعویق افتاده و بعضی از آنها بیکار شده اند و حتی در صورت ارائه واحدهای کمتر، بعضی ممکن است شغل خود را از دست بدهند. این بی ثباتی و وضعیت نامشخصی که پیش رو است، فشار روحی سنگینی را به آنها تحمیل می کند.



چارسوی فناوری

ترس از محدودیت های مشاوره ای

به گزارش Huffpost، دانشجویانی که از این خدمات مشاوره ای استفاده می کنند، عنوان کرده اند که به گفته مرکز مشاوره، در دو ترم، تنها استفاده از پنج جلسه به طور رایگان است و پس از آن، دانشجویان باید برای ادامه جلسات مشاوره، هزینه آنها را هم پرداخت کنند. مساله ای که اینجا به وجود می آید، این است که دانشجویان بعد از طی پنج جلسه، به دلیل مشکلات مالی و عدم توانایی در پرداخت هزینه مشاوره، به طور ناگهانی آن را

اختراع جدید «آی بی ام» برای آموزش شبکه های عصبی هوش مصنوعی

به گزارش ایسنا به نقل از ای ای، فناوری «یادگیری عمیق» به مصرف بالای انرژی مشهور است، چیزی که کاربردهای آن را محدود کرده است. اما اگر این فناوری بتواند با بهره وری انرژی بیشتر کار کند، چه می شود؟ این پرسشی است که بسیاری از محققان پرسیده اند و ممکن است تیم جدیدی در شرکت IBM پاسخی برای آن پیدا کرده باشد. تحقیق جدیدی که این هفته در همایش «NeurIPS» سیستم های پردازش اطلاعات عصبی (بزرگترین کنفرانس تحقیقاتی هوش مصنوعی) ارائه شده است، فرآیندی را به نمایش می گذارد که به زودی تعداد بیت های مورد نیاز برای نمایش داده ها در یادگیری عمیق را بدون از دست رفتن دقت، از ۱۶ به چهار کاهش دهد. محققان در چکیده مقاله خود نوشته اند که آموزش چهاربیتی در ترکیب با راه حل های پیشنهادی قبلی نشان می دهد دقت را پایین نمی آورد، ضمن اینکه شتاب سخت افزاری قابل توجهی را نیز به دنبال دارد. محققان IBM آزمایش هایی را با استفاده از آموزش چهاربیتی جدید خود برای انواع مدل های یادگیری عمیق در حوزه هایی مانند بینایی رایانه ای، گفتار و پردازش زبان طبیعی انجام داده اند. آنها در یافته ها که در دقت عملکرد مدل ها اندکی کاسته می شود، در حالی که این فرآیند بیش از هفت برابر سریع تر و هفت برابر با مصرف انرژی کمتری همراه است.



پاکسازی اقیانوس ها با شناورهای رفتگر

به گزارش ایسنا به نقل از ای ای، شرکت «اوشن کلین آپ» به معنی «پاکسازی اقیانوس» نام خود را به امید انجام یک پروژه فوق العاده برای پاکسازی زباله های پلاستیکی از اقیانوس ها گرفته است. این سازمان غیرانتفاعی دارای چندین شناور است که اقیانوس ها را به وسیله پاکسازی رودخانه های آلوده که زباله ها را به دریا می ریزند، پاکسازی می کنند. اکنون این شرکت اعلام کرده است که تولید این شناورهای موسوم به «Interceptors» را با هدف استقرار آنها در هزار رودخانه به شدت آلوده افزایش داده است. در حال حاضر شرکت «اوشن کلین آپ» دارای سه شناور است که در رودخانه های مالزی، اندونزی و جمهوری دومینیک مستقر شده اند. چهارمین شناور نیز در راه است و اوایل سال آینده قرار است در ویتنام مشغول به فعالیت شود. این شناورهای پس از شناور شدن در رودخانه ها، در بستر رودخانه لنگر می اندازند، سپس زباله های پلاستیکی را با دریچه ای که در دهانه آنها قرار دارد و یک نوار نقاله به سطل های زباله درون شناور منتقل و جمع آوری می کنند. هنگامی که این سطل ها به تخلیه احتیاج داشته باشند، حسگرهای موجود در شناور به اپراتورها هشدار می دهند. پس از تخلیه نیز زباله های پلاستیکی برای بازیافت به تأسیسات محلی منتقل می شوند.



تست فضایی برای «ویرجین گالاکتیک» ناتمام ماند

تست فضایی برای ویرجین گالاکتیک به دلیل روشن نشدن موتور آن طی پرواز ناتمام ماند. به گزارش مهر به نقل از انگجت، جدیدترین آزمایش فضایی برای شرکت ویرجین گالاکتیک پایان ناخوشایندی داشت. این شرکت اعلام کرد موتور «اسپیس شیب ۲» طی تست روشن نشد و در نتیجه کل ماشین دوباره به زمین برگشت. البته موتورهای پشتیبان روشن شدند و اکنون موشک و خدمه آن سالم هستند. سی جی استارکو ویدیو کمی در این پرواز حضور داشتند. هر چند هنوز درباره تشخیص دلیل روشن نشدن موتور زود است، اما ویرجین گالاکتیک قول داده به زودی یک آزمایش دیگر انجام شود. اگرچه پایان ناخوشایندی این آزمایش به تأخیر چندانی در برنامه های شرکت منجر نمی شود، ولی یک مانع در این زمینه به حساب می آید. طبق اطلاعات موجود قرار بود این آخرین تست «اسپیس شیب ۲» قبل از آغاز مرحله جدید آزمایش ها باشد. در مرحله جدید آزمایش ها متخصصان در کابین فضایی سامواری می شوند تا تجربه سفر مسافران را بهبود دهند. این تست های بخشی از گام های نهایی قبل از آغاز سرویس تجاری ویرجین گالاکتیک به حساب می آید. همچنین این تست نخستین پرواز سرشنین دار از مقر «اسپیس پورتر آمریکا» در ایالت نیومکزیکو نیز بود.



درمان نابینایی افراد مسن با کمک شبکه مصنوعی

به گزارش ایسنا به نقل از مدیکال اکسپرس، یک پژوهش بین المللی به سرپرستی «دانشگاه کمپلوتنسه مادرید» پژوهشگران را یک قدم به حل مشکل نابینایی ناشی از «تباهی لکه زرد» یا «دژنراسیون ماکولا» (AMD) نزدیک تر کرده است. این گروه پژوهشی، نخستین شبکه مصنوعی بیوهیبریدی را با استفاده از فیبروئین ابریشم و سلول های شبکه ایبداع کرده اند. دژنراسیون ماکولا مشکلی است که طی آن، تخریب عصبی صورت می گیرد و به از بین رفتن تدریجی بینایی مرکزی و حتی بروز پیشرفته ترین مراحل نابینایی منجر می شود. علت اصلی بروز این عارضه، مکانیسم های ناهمگن و پیچیده ای هستند که درک ناچیزی از آنها وجود دارد. دژنراسیون ماکولا، دلیل اصلی کاهش برگشت ناپذیر بینایی در افراد بالای ۶۵ سال به شمار می رود. سلول های شبکه مصنوعی باید به یک لایه زیستی بسیار نازک از جنس فیبروئین ابریشم پیوندند. این لایه زیستی، یک ماده بیولوژیکی است که با بافت های انسانی، صد درصد سازگاری دارد. این لایه می تواند از سلول های شبکه مصنوعی محافظت کند و با بافت های اطراف ادغام شود. روی این لایه با لای پوشانده شده است که می تواند پس از پیوند تا مدتی باقی بماند.