

افسردگی ۳۰ درصد خوابگاهی‌ها از دوری خانواده



زهرا رمانی
سرپرست گروه دانشگاه

معضلات اجتماعی از افسردگی و اعتیاد گرفته تا روابط بدون

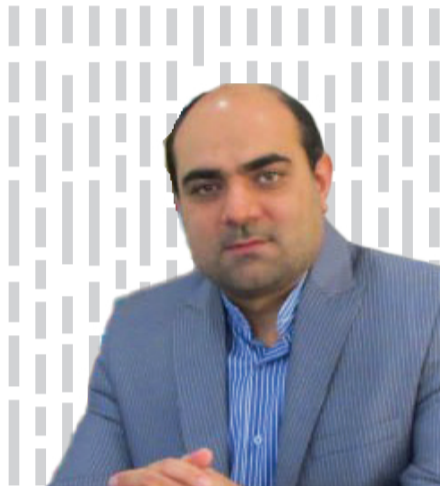
چهارچوب و افزایش میل به خودکشی در جامعه طی سال‌های اخیر روند افزایشی داشته است، معضلاتی که پای آن به جامعه دانشگاهی و به شکل ویژه‌تر میان دانشجویان خوابگاهی هم باز شده و در کنار آن ورود نسل Z به دانشگاه‌ها به دلیل نوع نگاه و

احصای دقیق معضلات امروز دانشجویان، به برنامه‌ریزی دقیق برای کنترل و کاهش آنها کمک کنند. در این گزارش به سراغ ۵ معاون دانشجویی دانشگاه‌های کشور رفتیم تا از اصلی‌ترین معضلات و راهکارهایشان بگویند.

معاون دانشجویی دانشگاه علامه طباطبائی:

عمده آسیب‌ها در فضای دانشگاهی متأثر از ناامیدی است

مهدی واحدی، معاون دانشجویی دانشگاه علامه طباطبائی با بیان اینکه عمده آسیب‌ها در فضای دانشگاهی دانشجویان خوابگاهی متأثر از فضای ناامیدی و کم‌امیدی به آینده است، گفت: «این مساله سرمنشأ برخی از آسیب‌های دیگر مانند افسردگی، اضطراب و اختلال در ارتباطات اجتماعی بوده و حتی به رفتارهای خودکشی نیز آسیب‌رسان خواهد بود. آسپیی که زیاد با آن مواجه هستیم همین موضوع افسردگی و گوشه‌گیری است.» او درباره اقدامات این دانشگاه در راستای کاهش تبعات معضلات اجتماعی به ویژه افسردگی در این دانشگاه گفت: «برای اینکه بتوانیم به دانشجویان کمک کنیم تا بتوانند با این مسائل مواجهه صحیح داشته باشند، مرکز مشاوره و سلامت و سبک زندگی ما، در تمامی خوابگاه‌ها اتاق مشاوره دارد و مشاوران در ساعات معینی خصوصاً بعد از ظهرها و شب‌ها حضور فعال دارند. به جای اینکه مشاوران مان در اتاق خود



بنشینند و دانشجویان به آنها مراجعه کنند، از روش پیامبر اعظم که طیبیٓ ذرّاً یطیبهٓ بودند، استفاده می‌کنند. همچنین لیست تعدادی از دانشجویان هر خوابگاه را به هر مشاور داده‌ایم و در طول ترم این مشاور حتماً به آنها مراجعه می‌کند. حتی اگر دانشجویان مراجعه‌ای نداشته باشند نیز باز مورد پایش اولیه از سوی مشاور قرار گرفته و مشکلاتشان تشخیص داده می‌شود. معاون دانشجویی دانشگاه علامه طباطبائی افزود: «علاوه بر این هم معاونت فرهنگی برای پرکردن اوقات فراغت دانشجویان به شکل مثبت، برنامه‌هایی برگزار می‌کند که بتواند فضای مثبت و امیدآفرین را نسبت به آینده فضای شغلی و زیست در آینده برای جوان فراهم کند. باید این مساله را هم بگویم ما تنها دانشگاهی هستیم که تمام ورودی‌های کارشناسی مان باید به صورت اجباری درس مهارت‌های زندگی را طی کنند و جزء دروس الزامی است. تمام اساتید ما در این کلاس از متخصصان روانشناسی هستند و در کنار گفت‌وگو و تدریس مهارت‌های زندگی به نووروی‌ها، موضوع پایش روانشناختی دانشجویان را در همین کلاس‌ها انجام می‌دهند.» واحدی با تاکید بر اینکه ما ۱۲ خوابگاه فعال در ۱۲ نقطه شهر و حدود ۴ هزار دانشجوی خوابگاهی داریم، خاطرنشان کرد: «در این کلاس با مهارت‌هایی که مدرسان دارند به این تشخیص می‌رسند که کدام دانشجوی نیاز به مشاوره دارد و همچنین روند به‌گونه‌ای دنبال می‌شود که دانشجویان به مرحله‌ای می‌رسند که خود را معرفی کرده و از مشاور کمک می‌گیرند. همین کار را در کلاس‌های تربیت بدنی ۱ که همان سال اول ارائه می‌شود هم دنبال می‌کنیم. یعنی سلامت تن دانشجوی هم برای ما مهم است و این موضوع هم در آماده کردن دانشجویان در فضای چهارساله‌ای که در دانشگاه هستند و هم در شناسایی افرادی که ممکن است مسائلی داشته باشند و ترجیح دهند که در معرض مشاور قرار بگیرند، کمک کرده است.»

معاون دانشجویی دانشگاه شهید باهنر کرمان:

ظرفیت مرکز مشاوره دانشگاه را ارتقا دادیم

اسماعیل شریفیان، معاون دانشجویی دانشگاه شهید باهنر کرمان با اشاره نحوه رسیدگی به وضعیت آسیب‌های اجتماعی میان دانشجویان خوابگاهی این دانشگاه گفت: «طرح‌هایی که مرکز مشاوره و سبک زندگی دانشگاه کرمان به صورت روزانه انجام می‌دهد، جزء طرح‌ها و وظایف ذاتی این بخش از وظایف حوزه دانشجویی است ولی با توجه به اینکه آسیب‌های اجتماعی در سنوات اخیر زیاد شده، ما با استفاده از ظرفیت‌های استان کرمان، مرکز مشاوره و سبک زندگی جدیدی را با ظرفیت فضای فیزیکی و امکانات رفاهی در دانشگاه راه‌اندازی کرده‌ایم، به‌گونه‌ای که وقتی دانشجوی به مرکز مشاوره مراجعه کند با محیطی آرامش‌بخش روبه‌رو شود.» او با بیان اینکه مرکز مشاوره دانشگاه در گذشته ۴ اتاق داشت که امروز به ۱۷ اتاق ارتقا پیدا کرده است، بیان داشت: «در گذشته ممکن بود دانشجوی وضعیت اورژانسی داشته باشد



ولی به دلیل محدودیت فضا و مشاوران، در صف منتظر بماند اما امروز این مشکل برطرف شده است. علاوه بر مشاوران مرکز، از روانشناسان و روانپزشکان سطح شهر نیز کمک می‌گیریم و سعی می‌کنیم تا حد امکان دانشجویان را به خارج از مرکز ارجاع ندهیم. این طرح باعث شده تعداد دانشجویانی که عملکرد تحصیلی مناسبی نداشته‌اند هم کمتر شود.» معاون دانشجویی دانشگاه شهید باهنر کرمان درباره مهم‌ترین آسیب اجتماعی دانشجویان خوابگاهی گفت: «انواع اختلالات مانند افسردگی وجود دارد که خوشبختانه تعدادشان کم است، اما همان مقدار کم نیز به دلیل اهمیت اعداد در حوزه روانشناسی، خود دارای اهمیت بالایی است. در حوزه سیگار و اعتیاد هم سعی کرده‌ایم با ارائه آموزش‌ها و برگزاری کارگاه‌های مختلف، این مساله و تبعاتش را به دانشجویان آموزش دهیم.» شریفیان گفت: «خوشبختانه آمار اعتیاد و سیگار در این دانشگاه بالانست، همچنین سعی کردیم دسترسی دانشجویان را به مواد اعتیادآور مشکل کنیم. خوابگاه‌ها و بوفه‌های ما به هیچ عنوان توزیع سیگار ندارند و حتی با شورای تأمین هم صحبت کردیم تا به فروشگاه‌هایی که در اطراف دانشگاه هستند تذکرات لازم داده شود.» او به حضور نسل Z در دانشگاه‌ها اشاره و خاطرنشان کرد: «کاری که در دانشگاه شهید باهنر کرمان انجام شده است، بحث درگیر کردن و مشارکت دانشجویان خود دانشگاه‌ها در فعالیت‌های مختلف است. ما قرار نیست به جای دانشجوی فکر کنیم؛ از طرف دیگر باید این را هم بپذیریم که بین ما و دانشجویان شکاف نسلی بسیار زیاد شده و نوع نگاه‌ها و نیازها متفاوت است. به جای اینکه بدانیم دانشجویان چه مشکلات و نیازهایی دارند خود آنها را با مسائل دانشجویی درگیر کرده‌ایم؛ به عنوان نمونه خود آنها برگزاری برخی از اردو‌ها را پیشنهاد و برنامه‌ریزی می‌کنند و ما تنها از آنها حمایت می‌کنیم.»

معاون دانشجویی دانشگاه یزد:

۳۰ درصد از دانشجویان به دلیل دوری از خانواده دچار افسردگی می‌شوند

اکبر غفوری، معاون دانشجویی دانشگاه یزد با بیان اینکه ما تلاش کرده‌ایم تا نگاه مان به دانشجویان نگاه فرزند محوری باشد، گفت: «نسلی که ما امروزه در دانشگاه‌ها داریم که اصطلاحاً می‌گویند نسل Z ویژگی خاص خود را دارد و از لحاظ توقعات با ما فرق می‌کند. از طرفی هم دشمنی می‌داند کجا را هدف قرار دهد. امام می‌گوید دانشگاه اگر اصلاح شود، جامعه اصلاح می‌شود» و همچنین می‌گوید «دانشگاه محل سعادت و شقاوت جامعه است»؛ این مساله نشان از اهمیت دانشگاه در اصلاح وضعیت است.» او افزود: «در حال حاضر دانشگاه یزد ۱۴ هزار دانشجو و ۶ هزار دانشجوی خوابگاهی دارد و اکثر دانشجویان خوابگاهی از اصفهان و شیراز



... هستند. این دانشجویان وقتی وارد خوابگاه می‌شوند، احساس می‌کنند آقا بالاسری ندارند و همین زمینه آسیب می‌شود. ما برای پیشگیری از آسیب‌ها برنامه‌هایی داریم. برای مثال جلساتی داریم که حضور دانشجویان در آنها اجباری است و حتی دادن کارت دانشجویی آنها منوط به گذراندن این دوره‌هاست. در این جلسات نووروی‌ها با مشاوران صحبت می‌کنند و قوانین خوابگاه، قوانین انضباطی و قوانین دانشگاه به دانشجویان اطلاع‌رسانی می‌شود.» معاون دانشجویی دانشگاه یزد بیان داشت: «مشاوران ما هم در خوابگاه‌ها و مرکز مشاوره فعالیت دارند و در صورت رخ دادن اتفاقی می‌توانند حضور میدانی داشته باشند، با این حال باید این نکته را هم بگویم نسبت به دانشگاه‌های دیگر ما آسیب‌های کمتری داشته‌ایم. با این حال نمی‌توان این مساله را اکتفا کرد که طبیعتاً حدود ۳۰ درصد از دانشجویان به دلیل اینکه قبلاً در خانه و کنار پدر و مادر بوده‌اند، اما حالا در محیط خوابگاهی قرار گرفته‌اند، دچار افسردگی می‌شوند. در این رابطه هم سعی می‌شود رسیدگی‌های لازم انجام شود.» غفوری درباره برخورد با معضلات اجتماعی مانند سیگار کشیدن دانشجویان گفت: «چون یزد دارالایمان است در بحث سیگار پسران و حجاب دختران برخورد جدی می‌کنیم. اگر کسی سیگار بکشد و گزارش به ما برسد سریع لغو اسکان پیدا می‌کند. در بحث کشف حجاب نیز اگر کسی کشف حجاب کند، لغو اسکان پیدا می‌کند. نکته دیگری که باید بگویم آن است که خوشبختانه تا به حال مورد خودکشی در دانشگاه نداشته‌ایم، اما با پایش سلامت روان دانشگاه به کسانی که این موارد را در کارنامه دارند، دقت بیشتری می‌کنیم. این دانشجویان دائماً با مشاور در ارتباطند و اگر تمایل داشته باشند به شهر خودشان منتقل می‌شوند.»

معاون فرهنگی، اجتماعی و دانشجویی دانشگاه جندی شاپور دزفول:

کانون همیاران دانشجویان به کمک دانشگاه آمدند

حسام سیدکابلی، معاون فرهنگی، اجتماعی و دانشجویی دانشگاه جندی شاپور دزفول با بیان اینکه در بحث آسیب‌های اجتماعی مهم‌ترین موضوع پایش اولیه است، گفت: «ابتدا تمام دانشجویان ورودی را پایش می‌کنیم و به‌ازای آن پایش، دانشجویان در گروه‌های مختلفی قرار گرفته و تحت رصد مرکز مشاوره قرار می‌گیرند. به‌مرور اگر نیازی به مشاور داشته باشند؛ ساعتی برای مشاوره به آنها اختصاص می‌دهیم تا از هرگونه اتفاقی جلوگیری شود.» او افزود: «البته دانشجویان ورودی سال‌های گذشته با دانشجویان پرونده‌دار، به صورت مستمر و حتی در تابستان هم تلفنی پیگیری می‌شوند که اگر مشکلی وجود داشته باشد، برطرف شود یا به بخش‌های



مختلفی که نیاز است، ارجاع داده شوند؛ گاهی اوقات دانشجویان حمایت‌های مالی نیاز دارند و ما صندوق خیریه‌ای داریم که به دانشجویان نیازمند کمک می‌کنیم تا عدم توانایی مالی باعث آسیب اجتماعی نشود.» معاون فرهنگی، اجتماعی و دانشجویی دانشگاه جندی شاپور دزفول تصریح کرد: «ما بحث اعتیاد و سیگار را داریم که اعتیاد جزء معضلات‌های بزرگ ماست. این موضوع در دانشگاه خوابگاه رصد می‌شود. گاهی اوقات در موارد خاص دانشجویانی را که مشکل آموزشی دارند، رصد می‌کنیم و می‌بینیم مشکل اعتیاد هم دارند. همچنین بحث گسست خانوادگی را هم شاهد هستیم. امروز فاصله بین پدر و مادر و فرزند در دانشجویانی که پدر و مادرشان طلاق گرفته‌اند یا از هم جدا زندگی می‌کنند، بسیار نمود پیدا کرده است.» سیدکابلی گفت: «متأسفانه بحث خودکشی و اقدام به خودکشی هم داشته‌ایم ولی توانستیم آنها را کنترل کنیم و در این زمینه در دو سال گذشته اتفاق بدی نداشته‌ایم؛ البته مواردی بوده اما به موقع رصد شده و خوشبختانه اتفاق بدی نیفتاد. از طرف دیگر باید به این مساله اشاره کنم اعتیاد بیشتر بین دانشجویان پسر است و خودکشی و اقدام به خودکشی را نیز بیشتر در بین پسران داشته‌ایم. شاید به این دلیل باشد که تعداد دانشجویان پسر بیشتر از دانشجویان دختر است. ما دانشگاه صنعتی هستیم و دانشجویان متقاضی پسر بیشتر از دخترانند.» او به مشکلات مراکز مشاوره دانشگاهی اشاره و خاطرنشان کرد: «دانشگاه در مسائل مالی همیشه درگیر است و آن را نمی‌شود پنهان کرد؛ اما مهم‌ترین مشکل ما مشاوران بهره‌وقت ماست. تعداد کسانی که بتوانند به ما کمک کنند کمند و این کمی معضل است. کانون همیاران دانشجویان در این زمینه بسیار فعالند و سال گذشته و امسال در همدان جزء ایده‌های برتر کشور شده‌اند.

معاون دانشجویی دانشگاه گیلان:

اساتید با سابقه فاصله بین نسلی را کاهش می‌دهند

محمدرضا باغبان‌زاده، معاون دانشجویی دانشگاه گیلان با بیان اینکه خوابگاه‌های ما درگیر مشکلات سیگار و دخانیات است، گفت: «نکته اصلی اینکه دانشگاه از جامعه جدا نیست، چون این مساله در سطح جامعه هم وجود دارد و به صورت فرهنگی بسیار غلط بین جوانان ما نهادینه شده و خوابگاه هم از این موضوع تأثیر می‌پذیرد. در سطح دانشگاه نیز مسائل دخانیات و ارتباط بین دو جنس مخالف دیده می‌شود که برای مدیریت این موضوع باید دو کار عمده انجام شود.» او در همین زمینه افزود: «یکی از کارهای اصلی برای رفع این معضلات فعالیت‌های فرهنگی است و معاونت دانشجویی و معاونت فرهنگی و نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه باید در این حوزه بسیار فعال شوند. کار دوم از جنس بازدارندگی است که بحث کمیته انضباطی در این موضوع می‌تواند خیلی کمک‌کننده باشد؛ البته کمیته انضباطی را باید در مرحله آخر قرار داد نه اینکه به عنوان یک اهم اولیه و اساسی از آن استفاده

کرد.» معاون دانشجویی دانشگاه گیلان با تاکید بر اینکه اگر آموزش‌هایی درخصوص بحث‌های فرهنگی صورت گیرد، می‌تواند از به دام افتادن دانشجویانی که به سیگار علاقه‌ای نشان نداده‌اند جلوگیری کرد، اظهار داشت: «چون دانشجویانی که درگیر سیگار شده‌اند، درحقیقت این راه را انتخاب کرده‌اند و بحث‌های فرهنگی باید بیشتر به کاهش این موضوع کمک کند. این دو مورد در دانشگاه گیلان بسیار می‌تواند مهم باشد.»

باغبان‌زاده درباره نحوه تعامل با نسل Z گفت: «این نسل از آنجایی که با فرهنگ جدید از طریق وسایلی ارتباطاتی در ارتباط هستند، تفاوت فاحشی را با نسل قدیم دارند. اما نمی‌توان این مساله را اکتفا کرد که ما به لحاظ آفرینش فطرت پاک داریم و خداوند هم انسان‌ها را پاک آفریده و این تفاوت‌ها به دلیل محیط اجتماعی که در آن زندگی می‌کنیم، ایجاد می‌شوند. به همین دلیل اساتید باید در این زمینه ورود کنند.» او ادامه داد: «ما نیز به با جذب اساتید جوان و با آموزش اساتیدی که

سابقه طولانی‌تری دارند، سعی می‌کنیم این دوری فرهنگی که بین نسل جوان و نسل قدیم وجود دارد را کم کنیم. البته باید این را هم بگویم که معتقد نیستم آسیب‌های اجتماعی بین این نسل بیشتر است؛ چراکه آسیب‌ها همیشه وجود داشته و امروزه فقط رنگ و لعاب آنها عوض شده و به دلیل وجود رسانه‌ها بیشتر به چشم می‌آیند. در گذشته تعداد دانشجویان کمتر بود و این موضوعات نیز کمتر به چشم می‌آمد.» معاون دانشجویی دانشگاه گیلان افزود: «برای مثال امروزه امکان استفاده از سایت‌های غیراخلاقی بیشتر فراهم است، درحالی‌که ۱۰ سال پیش چنین مساله‌ای وجود نداشت. شاید در گذشته این موارد در قالب ویدئو و فیلم‌هایی بود که به سستی به دست می‌آمد اما با پیشرفت و افزایش امکانات دستیابی به مفاسد اجتماعی بیشتر شده و رنگ و لعاب این موضوعات را هم تغییر داده است. ما امروز ۴ هزار و ۱۲۵ نفر دانشجوی خوابگاهی داریم که نشان‌دهنده اهمیت کارهای فرهنگی برای این قشر است.»

