**پیامدهای روان شناختی همه گیری کرونا ویروس (کووید 19) درکودکان:**

پژوهش های پزشکی حاکی از آن است که کودکان در برابر بیماری کووید 19، از بعد جسمانی آسیب پذیری کمتری را نشان میدهند، اما از بعد روانی - اجتماعی نسبت به بزرگسالان آسیب پذیرتر هستند (گاش و همکاران، 2020). اگرچه به نظر می رسد در قیاس با بزرگسالان، کودکان علایم ویروس کووید 19 را در سطح خفیف تری بروز می دهند، اما به دلیل بروز مشکلاتی که در دریافت حمایتهای نظام خانوادگی، افزایش ترس و اضطراب، از دست دادن عزیزان و در صورت فوت یکی از اعضا، آشفتگی در پروسه سوگواری و داغدیدگی به وجود می آیند، اختلالات قابل توجهی در فرآیند سازگاری در کودکان پدید آمده و شرایط را برای بروز زمینه های اختلالات افسردگی، استرس پس ازسانحه، و حتی در بعضی موارد افکار خودکشی در کودکان فراهم می کند (پارک و همکاران، 2020 به نقل از ژیائو و همکاران، 2020).

از آنجا که کودک موجودی آسیب پذیر است و به تنهایی قادر به مراقبت از خود نیست، حمایت و حفاظت از جانب والدین برای حفظ سلامت جسمانی و روانی کودک ضروری است ( شیرزادی، امینی شیرازی و اصغرپورلشکامی، 1399). در واقع يكي از اركان مهم زندگي، مادر می باشد که می تواند نقش کلیدی در افزايش يا كاهش ظرفیت تحمل اعضاء خانواده در مواجهه با رفتارهاي مشكل آفرين ایفا کند (صادق زاده، شاملي و خرمایی ، 1398). بنابراين بروز مشکلات در وضعیت سلامت روان مادران، با تهدیدهای پایدار یا كوتاه مدت براي کلیه ابعاد رشدی کودکان، اعم از فیزیکی-جسماني، شناختي و روانشناختی توام است (تاپا، مينالي، اسشوانك و آچاريا ، 2020) که این امر می تواند ارتباطات والد - كودك را تحت تأثير قرار دهد. در واقع رویه تعاملات اعضاي خانواده، نوع شخصيت، روش های تربيتي و کیفیت تعاملات والدین در نوع رفتار كودكان وچگونگی به کارگیری راهبردهای دفاعي-مقابله ای درکودکان نقش زیادی دارد (رياحي، اسمعيلي و كاظميان ،1395).

پژوهش ها نشان میدهند اضطراب ناشي از بيماري كرونا در مادران می تواند با تأثير بر افكار و رفتار آن ها بر كيفيت تعاملات والد ـ كودك مؤثر بوده و به بروز انواع اختلالات رفتاري و مقابله اي مانند پرخاشگري در فرزندان منجر شود. از اين رو با توجه به تداوم طول دوره بيماري كرونا ضروري است اين نوع اضطراب ها در افراد و به ویژه در مادران مورد توجه قرار گيرند. بنابراين پيشنهاد می شود روان شناسان در ايام قرنطينه آموزش خانواده ها به صورت مجازي را در برنامه خود قرار داده و در اين مسير ضمن تأكيد به خانواده ها بر پيگيري اخبار مربوط به ويروس كرونا از آمار مبتلايان و فوت شدگان، راه هاي انتقال ويروس و ... از منابع موثق و عدم پيگيري اخبار استرس زا، نسبت به آموزش روش هايي جهت نحوه سرگرم كردن خود و فرزندان و در نتيجه بهبود تعاملات افراد خانواده در ايام قرنطينه اقدام كنند تا خانواده ها بتوانند از اين دوران به عنوان یک فرصت مفید جهت تقويت روابط خانوادگي خود حداكثر بهره را ببرند (شیرزادی، امینی شیرازی و اصغرپورلشکامی، 1399).

همچنین اکثرکودکان در شرایط همه گیری بیماری کووید19 به دلیل منزوی شدن اجباری و تعطیلی مدارس، ضرورت دارد به صورت طولانی مدت درمنزل بمانند، که این اتفاق موجب شده است تعاملات اندک و محدودی با همکلاسیهایشان داشته باشند و فعالیتهای جسمانی و فیزیکی آنها کاهش پیدا کند و به تبع آن اختلالات هیجانی و رفتاری در آن ها رو به افزایش باشد (ژیاو و همکاران، 2020). قرنطینه خانگی و همراه شدن آن با دیگر عواملی چون اختلالات روانشناختی، اعتیاد والدین، سطح پایین اقتصادی- اجتماعی خانواده، مورد خشونت خانگی قرار گرفتن و کاهش بازی و فعالیت های سرگرم کننده میتواند تبدیل به یک تهدید جدی برای بهداشت روان کودکان در زمان شیوع کووید 19 شود )فگرت، ویتیلیو، پلنر و کلینز، 2020).

قرنطینه خانگی موجب تحمیل فشار روانی زیادی بر کودکان شده است که به احتمال زیاد تعطیلی مدارس، کاهش فعالیت در محیط های باز، بروز تغییرات در الگوهای خواب و تغذیه، سبک زندگی روزمره کودکان را با اختلال مواجهه ساخته و به طور بالقوه موجب افزایش آشفتگی، روزمرگی، عدم صبوری، ناراحتی و انواع جلوه های عصبی - روانی می شود (گاش و همکاران، 2020). حذف سفرهای از قبل برنامه ریزی شده، ماندن در منزل، ترس و ابهام درباره زمان اتمام بیماری نیز می تواند سبب ناامیدی در کودکان شود. کودکانی که در نواحی با همه گیری بالای بیماری کووید 19 زندگی می کنند، اختلالات روانشناختی شدیدتری را تجریه می کنند. (گاش و همکاران، 2020). در مطالعات نیز مشاهده شده که اگر کودکان شاهد وجود بیماری در دیگر افراد باشند، ممکن است اختلال هایی مانند اختلال استرس پس ازسانحه و بیخوابی را نشان دهند )روسلا، 2020).

به طور کلی همه گیری بیماری کووید 19 میتواند منجربه احساس عدم امنیت، افسردگی، اضطراب، ترس، بدخوابی بیخوابی، اختلالات رفتاری، فزون کنشی، اختلال استرس پس از سانحه و وسواس فکری -عملی در کودکان شود و سلامت روان فرد را درگیر مشکلات جدی نماید )گاش، دابی، چاترجی و دابی، 2020). بروز مشکل در بهداشت روان کودکان میتواند مشکلات فردی و اجتماعی و هزینه های سنگینی را برجامعه تحمیل کند )هولینگ و همکاران، 2014). به همین دلیل آگاهی از جنبه های مشکلات روانشناختی شیوع کووید 19 میتواند زمینه را برای پیشگیری، آموزش، مداخله و درمان موثر برای خانواده ها، متخصصان و روانشناسان فراهم آورد (چوبداری، نیکخو و فولادی، 1399).

منابع

1. چوبداری، عسگر؛ نیکخو، فاطمه؛ فولادی، فاطمه. پیامدهای روان شناختی کرونا ویروس جدید (کووید 19 )درکودکان: مطالعه مروری نظاممند.(1399).فصلنامه روانشناسی تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی، سال 16،شماره 56. ص 51تا 63.
2. Park, I., Oh, S. M., Lee, K. H., Kim, S., Jeon, J. E., Lee, H. Y., & Lee, Y. J. (2020). The moderating effect of sleep disturbance on the association of stress with impulsivity and depressed mood. Psychiatry Investigation, 17 (3), 243-433.
3. Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., Song, J., & Niu, P. (2020). A novel coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019. New England Journal of Medicine. 15, 1-6.
4. شیزادی، پرستو؛ امینی شیرازی، نرگس؛ اصغر پور لشکامی، زهرا. (1399).رابطه اضطراب كرونا در مادران با تعامل والد ـ كودك و پرخاشگري كودكان در ايام قرنطين فصلنامه خانواده پژوهی. سال16،شماره 62، ص 139 تا 154.
5. صادق زاده، مرضیه .، شاملي، لیلا .، و خرمايي، فرهاد . (1398 ).صبر مادر و پرخاشگري كودك : نقش ميانجي استرس والدگري . مطالعات آموزش و يادگيري. مطالعات آموزش و یادگیری دوره یازدهم بهار و تابستان 1398 شماره 1 (پیاپی 76/2)
6. Thapa, S. B., Mainali, A., Schwank, S. E., & Archaya, G. (2020). Maternal Mental in Time of the COVID-19 Panademic, Acta Obstetricia ET Gynecological Scandinavica, 99(7)،1-13.
7. رياحي موسي, اسمعيلي معصومه, كاظميان سميه.(1395). تاثير آموزش آگاهي سيال به مادران بر بهبود روابط والد- فرزند با همايندي خودکارآمدي در فرزندان. نشریه خانواده پژوهي. بهار 1395 , دوره 12 , شماره 45 ; ص 27 تا 52 .
8. Roccella, M. (2020). Children and Coronavirus Infection (Covid-19): What to Tell Children to Avoid Post-traumatic Stress Disorder (PTSD). The Open Pediatric Medicine Journal, 10 (1). 14-19.
9. Ghosh, R., Dubey, M. J., Chatterjee, S., & Dubey, S. (2020). Impact of COVID-19 on children: Special focus on psychosocial aspect. education, 31, 34-42.
10. Hölling, H., Schlack, R., Petermann, F., Ravens-Sieberer, U., Mauz, E., & KiGGS Study Group. (2014). Psychopathological problems and psychosocial impairment in children and adolescents aged 3-17 years in the German population: prevalence and time trends at two measurement points. Bundesgesundheitsblatt, 57(7), 807-812.
11. غلامرضا اسکندریان، ارزیابی پیامدهای ویروس کرونا بر سبک زندگی (با تاکید بر الگوی مصرف فرهنگ)1399).نشریه ارزیابی تاثیرات روانشناختی، اردیبهشت 1399 , دوره 1 , شماره 2 (ویژه نامه پیامدهای شیوع ویروس کرونا-کووید 19) ; از صفحه 65 تا صفحه 85 .
12. وب سایت سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور
13. جان بزرگی، مسعود؛ نوری، ناهید. شیوه های درمانگری اضطراب و تنیدگی. (1388). انتشارات سمت