

پیامدهای روانشناختی اپیدمی کووید-۱۹ در کودکان و نوجوانان

زهرا گلی زاده^۱، معصومه عبداللهی^{۲*}

abdollahi57.323@gmail.com

چکیده

شیوع گسترده بیماری کووید-۱۹، وضعیت اضطراری را برای پیشگیری از این بیماری در سراسر جهان اعمال کرده است. تعطیلی مدارس و قرنطینه خانگی از تمهیداتی است که سبک زندگی و سلامت جسمی و روانی کودکان و نوجوانان را به شدت تحت تاثیر قرار داده است. از طرفی به وجود آمدن محرک های استرس زا در منزل مانند ترس از ابتلا به بیماری، کمبود ارتباط با همکلاسی ها، دوستان و معلمان، کمبود فضای مناسب در منزل و در مواردی مشکلات مالی و اقتصادی والدین می تواند اثرات ماندگار بر سلامت روان کودکان و نوجوانان داشته باشد. این پژوهش با هدف مرور سیستماتیک پیامدهای روانشناختی اپیدمی کووید-۱۹ در کودکان و نوجوانان انجام گردید. بدین صورت که یافته های پژوهشی از سال های ۲۰۲۰ تا ۲۰۲۱ میلادی در پایگاههای اطلاعاتی داخلی و خارجی (Sid, Magiran, PubMed, google schohar, Science direct, Springer) با جستجوی کلید واژه های: سلامت روان، پیامدهای روان شناختی، کووید-۱۹، اضطراب، افسردگی، قرنطینه، کودکان و نوجوانان مورد بررسی قرار گرفت که در نهایت بر اساس معیارهای ورود از بین ۴۰ مقاله ی مورد بررسی ۱۴ مقاله وارد پژوهش گردید و نتایج طبقه بندی، خلاصه و گزارش شد. نتایج این مرور سیستماتیک، نشان داد که پیامدهای روانشناختی کووید-۱۹ در کودکان و نوجوانان، در قالب اضطراب، استرس پس از سانحه، افسردگی، ناسازگاری و اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری نمایان شده است. از آنجایی که این گروه سنی در معرض خطرات محیطی قرار دارند و سلامت جسمی و روانی و بهره وری آنها در زندگی آینده ریشه در سالهای کودکی دارد، توجه جدی و تلاش فراوان جهت جلوگیری از عواقب طولانی مدت تعطیلی مدارس و قرنطینه خانگی امری اجتناب ناپذیر است. پیشنهاد می شود علاوه بر کودکان و نوجوانان، به والدین و معلمان نیز راهبردهای مقابله با استرس و مهارت های تاب آوری نیز آموزش داده شود.

واژه های کلیدی: کووید-۱۹-کودک-نوجوان-پیامدهای روانشناختی.

۱-کارشناسی ارشد، روانشناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور، تفت، یزد، ایران.

۲- (نویسنده مسئول) دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی و مدرس، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بافق، یزد، ایران.

۱- مقدمه

در دسامبر ۲۰۱۹ یک بیماری تنفسی بوسیله یک کرونا ویروس جدید در چین شیوع پیدا کرد و اکنون در بیش از ۱۵۰ کشور جهان منتشر شده است (۱). این نوع از بیماری تنفسی جدید بوسیله انتقال سریع انسان به انسان و همه گیری گسترده جهانی مشخص می شود (۲). بحران هایی مانند همه گیری جهانی کرونا ویروس موجب بروز طیف وسیعی از پاسخ ها در افراد می شود که بر سلامتی جسمی و روانی آن ها تاثیر می گذارد (۳). این بیماری نه تنها سبب نگرانی های سلامت همگانی می گردد بلکه سبب بروز تعدادی از بیماری های روانشناختی می شود، که شامل اضطراب، ترس، افسردگی، برچسب زنی، رفتارهای اجتنابی، تحریک پذیری، اختلال خواب، و اختلال استرس پس از سانحه می باشد (۴). از مهمترین نشانه های این بیماری، علائم حاد تنفسی است که در ۲ درصد موارد منجر به مرگ بیمار میشود. با توجه به قدرت شیوع و انتقال بیماری، سازمان بهداشت جهانی در ۴ فوریه، وضعیت اضطراری اعلام و توصیه نمود تا کشورها انتقال فرد به فرد این بیماری را از طریق کاهش تماس افراد بخصوص افراد مبتلا و کارکنان بخشهای مراقبتی و درمانی بیماران کاهش داده و گسترش جهانی آن را کنترل نمایند (۵). متأسفانه، این ویروس ایران را همچون سایر کشورهای جهان آلوده کرده و مبارزه با این ویروس به طور سراسری و همه جانبه در کل کشور در حال انجام است. گرچه با توجه به جدید بودن این ویروس و میزان اطلاعات موجود در مورد بیماری زایی ویروس و همچنین روشهای کنترل و درمان این بیماری محدود بوده ولی در حال حاضر مهمترین روش مقابله با آن پیشگیری و جلوگیری از انتشار ویروس است (۳). سازمان بهداشت جهانی (۲۰۲۰) این بیماری را به عنوان یک تهدید بزرگ برای سلامت جسمانی و روانی معرفی کرده است. چرا که شیوع بیماری کووید-۱۹ منجر شده است تا، زندگی عادی و روزانه خانواده ها تغییر یابد و به شکل ویژه ای بر سبک زندگی خانواده ها تاثیر گذاشته است (۷ و ۶). با توجه به وضعیت عالمگیر (پاندمی) بیماری کووید-۱۹ که تقریباً تمامی جنبه های مهم اقتصادی، سیاسی، اجتماعی و حتی نظامی تمامی کشورهای جهان را تحت تاثیر قرار داده، و به عبارت دیگر فلج کرده، بحث آثار روانشناختی این بیماری و پیروسی بر روی بهداشت سلامت روان افراد در سطوح مختلف جامعه از اهمیت به سزایی برخوردار است (۳). تعطیلی مدارس و مشاغل، احساسات منفی که افراد تجربه می کردند را بیشتر می کرد بطور مثال در حین شیوع سارس، عوارض روانی قابل توجهی به خصوص در افراد جوان نسبت به افراد با سن بالاتر گزارش گردید (۸). همچنین تعطیلی مدارس و قرنطینه خانگی به دلیل شیوع بیماری عفونی و مسری مانند کووید ۱۹ بر سلامت جسمانی و روانی کودکان و نوجوانان تاثیر گذار است (۹). به طور کلی تمامی مطالعاتی که اختلالات روانشناختی افراد در قرنطینه رو مورد بررسی قرار داده اند نشانه های زیادی از آسیب روان مثل اختلال هیجان، افسردگی، استرس، کاهش خلق، تحریک پذیری، بیخوابی، کاهش توجه، اختلال استرس بعد از سانحه، خشم، کرختی عاطفی را گزارش کرده اند (۱۰). قرنطینه و روشهای مهار بیماری به عنوان روش برای پیشگیری از انتقال شیوع بیماری های واگیر به کار می رود (به نقل از ۱۱). اغلب تحمل قرنطینه های طولانی مدت برای افراد مختلف به ویژه کودکان و نوجوانان یک تجربه ناخوشایند و استرس زا است و تغییراتی را در روند زندگی آنان ایجاد می کند (۱۰). علاوه بر قرنطینه آثار مخرب استرس ناشی از احتمال ابتلا به بیماری های همه کودکان و نوجوانان را مانند گروه های سنی دیگر درگیر می کند بر همین اساس توجه به سلامت روان کودکان و نوجوانان به عنوان ضرورتی انکارناپذیر مورد توجه متخصصان قرار گرفته است (۱۱). قرنطینه منجر به از دست دادن آزادی کودکان و نوجوانان می شود به علاوه عدم اطمینان از وضعیت بیماری اثرات منفی چشمگیری بر آن بر جای می گذارد (۱۰). به علاوه کودکان و نوجوانان از احساس تنهایی به ویژه تک فرزندان و کاهش فعالیت بدنی و محدود شدن تفریحات رنج می برند. براساس پژوهش های انجام شده کودکان در زمان شیوع این بیماری، احساس ترس و اضطراب، کاهش اشتها، انزوای جسمی و اجتماع ی را تجربه میکنند و مشکلات هیجانی و رفتاری (حواس پرتی و تحریک پذیری) زیادی را نشان میدهند. ژیا ژیاو همکاران (۱۲) معتقدند کودکان در جریان شیوع بیماری کووید ۱۹ اغلب به دلیل انزوای اجباری و بسته شدن مدرسه، مجبور هستند برای مدت طولانی در خانه بمانند، که این امر باعث شده است ارتباط محدود با هم کلاسی هایشان داشته باشند و فعالیتهای فیزیکی در بین آنها کاهش یابد و در نتیجه مشکلات رفتاری و هیجانی بیشتری از خود

نشان بدهند (به نقل از؛ ۷). اکثر مطالعات منتشر شده در زمینه بهداشت روان و اختلالات روانپزشکی مرتبط با همه گیری و یا عواقب اقدامات کنترل، و یا عواقب عفونت، مربوط به جمعیت های بالغ است. برای جمعیت کودکان، ادبیات، اگرچه از میزان کمتری برخوردار است، اما رشد مشابهی را تجربه می کند (۱۳).

بنابراین از آنجایی که کودکان و نوجوانان جز اقشار آسیب پذیر جامعه هستند نه تنها لزوم رفع مشکلات روان شناختی برای آنان در طی این اپیدمی پر اهمیت است، بلکه اصول علمی را نیز در اختیار محققان قرار می دهد تا مداخلات هدفمند را بر اساس عوامل تأثیرگذار مهم تدوین کنند. لذا شناخت جنبه های مشکلات روانشناختی شیوع کووید ۱۹ می تواند زمینه برای پیشگیری، آموزش، مداخله و درمان موثر را برای خانواده ها، متخصصان و روانشناسان فراهم آورد. همچنین مرور نظام مند یافته های علمی در حوزه پیامدهای روانشناختی بیماری کووید ۱۹ با توجه به همه گیری بالا در بین افراد جامعه ضرورتی دو چندان دارد. بنابراین در این پژوهش، یافته های علمی در مورد پیامدهای روانشناختی کووید ۱۹ در کودکان و نوجوانان به صورت نظام مند، بررسی شده است.

۲- روش

روش پژوهش حاضر از نوع مطالعه مروری نظام مند است. با استفاده از این روش به مرور نظام مند یافته های علمی انجام شده در زمینه تأثیر روانشناختی کووید ۱۹ بر کودکان و نوجوانان پرداخته شده است. به منظور انجام مطالعه مرور نظام مند، یافته های پژوهشی منتشر شده از زمان شیوع کووید ۱۹ (سالهای ۲۰۱۹ و ۲۰۲۰) در پایگاههای اطلاعاتی داخلی و خارجی Sid, Magiran, Science direct, Google Scholar, Springer, PubMed مورد بررسی قرار گرفتند. در پایگاههای اطلاعاتی ذکر شده جهت جستجو از کووید ۱۹، از کلید واژه های تأثیرات روانشناختی، سلامت روان، افسردگی، اضطراب، قرنطینه، کودکان و نوجوانان استفاده شد. مقالات مرتبط با این کلیدواژه ها دانلود شده و موارد تکراری حذف شدند. پژوهش های مرتبط براساس عنوان و چکیده شناسایی شدند.

۲-۱- معیارهای انتخاب مقالات

مطالعاتی که وارد پژوهش شدند کلیدواژه های مورد جستجو را شامل و مستقیماً به تأثیر شیوع کووید ۱۹ در کودکان و یا نوجوانان پرداخته بودند. این مقالات در سالهای ۲۰۱۹ و ۲۰۲۰ به زبان انگلیسی، فرانسوی، ایتالیایی و فارسی در نشریات معتبر منتشر شده بودند. مقالاتی که امکان دسترسی به متن کامل آنها فراهم نبود و به پیامدهای روانشناختی کووید ۱۹ در کودکان یا نوجوانان نپرداخته بودند از پژوهش خارج شدند. محتوای مقالات استخراج شده براساس چند مولفه مورد ارزیابی پژوهشگران در پژوهش حاضر قرار گرفت.

۲-۲- سنجش کیفیت مقالات

ابتدا کلیدواژه ها در پایگاههای اطلاعاتی مورد نظر براساس محدوده زمانی تعیین شده، جستجو شد. مقالاتی که با کلیدواژه های پژوهش هماهنگی داشت انتخاب شدند. البته جستجو در پایگاههای اطلاعاتی نشان داد که پژوهش های داخلی اندکی، در این زمینه انجام شده است. در ابتدا ۴۰ مقاله مورد بررسی قرار گرفت که در نهایت ۱۴ مورد از پژوهش ها (شامل ۴ پژوهش داخلی و ۱۰ پژوهش خارجی) انتخاب گردید.

۳- یافته ها

یافته های پژوهش هایی که ملاک های ورود را داشتند به دقت مورد بررسی قرار گرفتند. خلاصه مطالب مقالات (نویسنده، سال پژوهش، موضوع و نتیجه گیری) در جدول شماره ۱ و ۲ به تفکیک بر اساس پژوهش های انجام شده در ایران و خارج از کشور ارائه گردید و در ادامه مولفه های استخراج شده به طور تفصیلی مورد بررسی قرار گرفت.

جدول ۱. پژوهش های انجام شده در داخل کشور

ردیف	نویسنده	سال پژوهش	موضوع	نتیجه گیری
۱	ابوالمعالی الحسینی	۱۳۹۹	پیامدهای روانشناختی و آموزشی بیماری کرونا در دانش آموزان و راهکارهای مقابله با آنها	دانش آموزان در نتیجه بیماری کرونا و قرنطینه، در بعد فردی مشکلات روانشناختی مانند اضطراب، افسردگی، ناکامی، ترس، خشم، احساس تنهایی و در بعد بین فردی، مشکل در ارتباط با اعضاء خانواده، محدودیت ارتباطی با دوستان و معلمان، در بعد آموزشی مشکلاتی مانند، ضعف انگیزه، مشکلاتی در مدیریت زمان، و نگرانی از ارزشیابی شناسایی شد.
۲	ایمانی جاجرمی	۱۳۹۹	پیامدهای اجتماعی و شیوع ویروس کرونا در جامعه ایران	این بحران در حوزه هایی چون خانواده و آموزش روابط کار و برخی گروههای اجتماعی مانند زنان کودکان صاحبان مشاغل خرد و مهاجران بیشترین پیامد را داشته است.
۳	شهابی کاسب و همکاران	۱۳۹۹	همه گیری بیماری کووید-۱۹: بررسی کیفی تجارب زیسته دانش آموزان سال دوازدهم در قرنطینه خانگی	بر اساس تحلیل یافته های این پژوهش، نه مضمون اصلی شامل: مهارت های اجتماعی، مهارت های زندگی، هوش معنوی، اضطراب تحصیلی، اضطراب از وضعیت اقتصادی خانواده، ترس از مرگ خود و عزیزان، ترس از بیماری و آلوده شدن، احساس دلتنگی و وسواس های فکری عملی بدست آمد. همچنین نتایج این پژوهش نشان داد که قرنطینه خانگی به دلیل شیوع بیماری کووید-۱۹ آثار مثبت و منفی روانی و اجتماعی بر دانش آموزان داشته است
۴	چوبداری و همکاران	۱۳۹۹	پیامدهای روان شناختی کرونا ویروس جدید (کووید ۱۹) در کودکان	افزایش مشکلات رفتاری، مشکلات مربوط به خودتنظیمی، اضطراب و ترس، مشکلات مربوط به سازگاری و راهبردهای مقابله ای، تجربه بد رفتاری و آزار هیجانی، افزایش شدت اختلال های روانی و افسردگی و استرس پس از آسیب از پیامدهای روان شناختی شیوع بیماری کووید ۱۹ برای کودکان بشمار می رود

جدول شماره ۲. پژوهش های انجام شده در خارج از کشور

ردیف	نویسنده	سال پژوهش	موضوع	نتیجه گیری
۱	مدا و همکاران	۲۰۲۰	مشکلات بهداشت روان دانش آموزان قبل ، حین و بعد از قرنطینه در ایتالیا	دانش آموزان به طور متوسط علائم افسردگی را بدتر از ۶ ما قبل از انزوا در حین قرنطینه گزارش کردند.
۲	سروان و همکاران	۲۰۲۱	پیامدهای قرنطینه کووید ۱۹ در اضطراب ، خواب و عملکردهای اجرایی کودکان و نوجوانان در اسپانیا	نتایج این پژوهش نشان داد که از نظر سن مشکلات اضطراب بیشتر در گروه سنی ۹ تا ۱۲ سال و اختلالات خواب بیشتر در زمینه ۱۳ تا ۱۸ سال مشاهده شد.
۳	وانگ و و همکاران	۲۰۲۰	کاهش مشکلات ناشی از در خانه ماندن برای کودکان در دوران شیوع کووید ۱۹	کودکانی که در خانه می مانند با مشکلاتی مانند افزایش وزن به علت کم تحرکی و مشکلات خواب مواجهه می شوند.
۴	دی فیگوئیدروو همکاران	۲۰۲۱	تاثیر همه گیری کوید ۱۹ بر سلامت روان کودکان و نوجوانان	برخی از کودکان و نوجوانان شاهد خشونت خانگی بوده اند. استرسی که به آنها وارد می شود به دلیل افزایش اضطراب ، تغییر در رژیم های غذایی و پویایی مدرسه ، ترس مستقیماً بر سلامت روان آنها تأثیر می گذارد.
۵	گریچینا	۲۰۲۰	مشکلات سلامت روان در کودکان در زمان تعطیلی مدارس به علت شیوع کووید ۱۹	نتایج این پژوهش نشان داد که کمبود فعالیتهای بدنی و حضور اجتماعی می تواند سلامت روان کودکان را به شکل منفی تحت تاثیر قرار دهد.
۶	بهن	۲۰۲۰	بیماری کوید ۱۹ ، تعطیلی مدارس و بهداشت روانی کودکان	نتایج این پژوهش نشان داد که تعطیلی مدارس در کاهش سرایت بیماری رابطه مثبت و اما با سلامت روان رابطه منفی دارد.
۷	توسین فیلیپ اویتونجی و همکاران	۲۰۲۰	درک خطر ، اضطراب و رفتارهای محافظتی مرتبط با کوید ۱۹	درک خطر هم بر اضطراب و هم بر رعایت رفتارهای محافظتی تأثیر دارد.
۸	شیائو بو ژانگ و همکاران.	۲۰۲۰	پاسخ به نیازهای جسمی و روحی کودکان در طول شیوع کوید ۱۹	استفاده از آموزش ها آنلاین مناسب کودکان از نظر جسمی و روانی رشد خواهد داشت.
۹	خوچن هان و همکاران	۲۰۲۱	افسردگی ، اضطراب و عوامل مرتبط با آن در میان نوجوانان چینی	نتایج این پژوهش نشان داد که: در طول کوید ۱۹، شیوع افسردگی و اضطراب در نوجوانان پس از شیوع به طور قابل توجهی افزایش یافت.
۱۰	شیجو جان جوزف	۲۰۲۰	تعطیلات مدارس و نگرانی های بهداشت روان برای کودکان و بزرگسالان در طول پاندمی کوید ۱۹	آموزش رسمی متخصصان مراقبت های بهداشتی و تعامل مطلوب والدین با فرزندان در بالا بردن سلامت روانی مناسب است.

۴- پیامدهای روانشناختی حاصل از کوید ۱۹

شیوع کووید ۱۹، میتواند با پیامدها و مشکلات روان شناختی در کودکان همراه باشد. بررسی پژوهش های منتشر شده در این زمینه نشان دهنده برخی از این پیامدهاست که در ادامه ذکر می شود.

۴-۱. اعتیاد به اینترنت

تعطیلی مدارس و فاصله گذاری اجتماعی تغییراتی در نحوه تعامل کودکان و نوجوانان با خویشاوندان، گروه همسالان و معلمان ایجاد می کند. محدودیت رابطه با گروه همسال در محیط های اجتماعی، شبکه های حمایت اجتماعی را در کودکان و نوجوانان محدود کرده و تمایل آنان را با استفاده از فضاهای مجازی بیشتر کرده است این مسئله ممکن است به اعتیاد آنان به اینترنت منجر شود. به علاوه در شرایط قرنطینه حضور مستمر افراد خانواده در کنار یکدیگر نزاع بین والدین و یا مشکلات نوجوانان با والدین منجر به ناسازگاری های رفتاری و احساسات منفی نسبت به افراد خانواده می شود بدون تردید انطباق موفقیت آمیز با تغییرات روانی اجتماعی ناشی از این ویروس نوظهور، می تواند فرصت های جدیدی برای تجربه رشد در ابعاد مختلف زندگی فردی اجتماعی ایجاد کند (۱۱).

۴-۲. مشکلات رفتاری

بسته شدن مدارس و قرنطینه شدن در خانه منجر به کاهش فعالیت بدنی و تعاملات اجتماعی در کودکان می شود. که این امر می تواند به افزایش مشکلات رفتاری منجر شود (۷). بر اساس پژوهش دی فیگوئیدروو همکاران (۱۵) عوامل استرس زا در بیماری همه گیر کووید ۱۹ میتواند باعث التهاب عصبی و اختلالات رفتاری شود.

۴-۳. اضطراب و ترس

گسترده ای وجود دارد که نشان می دهد کودکان و نوجوانان در شرایط استرس طولانی مدت، فوراً یا دراز مدت با مشکلات روانی رو به رو شوند. قرنطینه یا بستری شدن کودک یا اعضای خانواده آنها از شرایطی است که می تواند سطح بالایی از استرس ایجاد کند (۱۴). زمانی که بچه ها در خانه محدود شوند و فعالیت خارج از منزل نداشته باشند از طرفی و به وجود آمدن محرک های استرس زا در منزل مانند: ترس طولانی مدت از مبتلا شدن به بیماری، افکار ناخوشایند و کسالت، کمبود ارتباط با همسالان، دوستان و معلمان، کمبود فضای مناسب در خانه و در مواردی مشکلات مالی و اقتصادی والدین می تواند اثرات ماندگار بر سلامت روان کودکان و نوجوانان داشته باشد (۱۰).

۴-۴. اختلال خواب

با ورود کوید ۱۹ و در شرایط قرنطینه اختلال خواب در کودکان دیده شد. اولیویرو و همکاران (۱۶) در پژوهشی نشان داد که در زمان قرنطینه در اکثر گروهها میزان خواب افزایش می یابد. در نوجوانان شیوع افزایش مشکل در خواب، اضطراب هنگام خواب، بیدار شدن از خواب در هنگام شب، کابوس و وحشت خواب افزایش داشته است. این مطالعه نشان داد که COVID-19 و قرنطینه باعث تغییر زیادی در برنامه خواب و بیداری کودکان در همه گروه های سنی می شود و همچنین افزایش اختلالات خواب در همه گروه ها مشهود بوده است. اختلالات خواب اضطراب و اختلال افسردگی رابطه پیچیده و دو طرف با اختلالات خواب دارد. خواب یک فرایند تکاملی و فعال است که در نتیجه تعادل پویا روان شناختی اجتماعی پیش از تولد آغاز می شود و تعادل آن به هماهنگی بین این سه عامل بستگی دارد وضعیت بی سابقه ای که ما در اثر همه گیری کووید ۱۹ تجربه کردیم بر روان شناختی اجتماعی اثر می گذارد (۱۴). همچنین در مطالعه طولی که نیکولا و همکاران انجام دادند افزایش احتمال علائم

افسردگی و اضطراب و همچنین اختلالات خواب در حین قرنطینه با توجه به شرایط اولیه ارزیابی شده قبل از اقدامات محدود کننده، محرز شد.

۴-۵. پرخاشگری

با توجه به اینکه در ایام قرنطینه به دلیل شیوع بیماری کرونا کودکان بخش عمده‌ای از زمان خود را در منزل سپری می‌کند بنابراین به دلیل بروز خستگی و فقدان مهارت والدین جهت پر کردن اوقات فراغت کودکان اغلب کودکان به خودی خود در معرض پرخاشگری قرار می‌گیرند که اگر این موضوع با اضطراب مادران توأم شود می‌تواند نتایج شدیدترین برجای بگذارد چون سطوح بالای اضطراب والدین به خصوص مادر باعث می‌شود تا آنها گرایش بیشتری به استفاده از شیوه‌های انعطاف ناپذیر، سختگیرانه و تهدیدآمیز والدگری داشته باشند و این هم تاثیر منفی در رشد کودک گذاشته و رفتارهای مخرب بیشتر را منجر می‌شود. بر این اساس به نظر می‌رسد در دوران شیوع ویروس کرونا نیز اضطراب بالای مادران از ترس ابتلا خود و فرزندانشان به این بیماری موجب اعمال و رفتارهای سختگیرانه‌ای نسبت به کودکان در زمینه رعایت بهداشت و بیرون رفتن از منزل شده که این امر می‌تواند در پیدایش رفتارهای مقابله‌ای و لجبازی در کودک شود (۱۷).

۵- نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی پیامدهای روانشناختی بیماری کوید ۱۹ در بین کودکان و نوجوانان بود. بررسی پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد که یک بیماری همه گیر نوظهور ممکن است مانند یک فاجعه در نظر گرفته شود زیرا یک فاجعه متشکل از ویژگی‌های غیرطبیعی است که بیش از ظرفیت عادی برای پاسخگویی به آن است و باعث تغییر جامعه، دولت و پشتیبانی فردی و زیرساختی می‌شود و بر ثبات جامعه تأثیر می‌گذارد (۱۸). در این شرایط با وجود به کارگیری منابع و امکانات ممکن است هم چنان پشتیبانی کافی فراهم نشود و از تأثیرات اپیدمی بیماری، جلوگیری بعمل نیاید. این مسایل زمانی مشهود است که بسیاری از مسائل روحی روانی کودکان و نوجوانان به حداکثر می‌رسند و برخی از مشکلات و چشم اندازهای جدید پدیدار می‌شوند (۱۹). تحقیقات گوناگون نشان داد با شیوع بیماری کوید ۱۹ و به دنبال آن دوران قرنطینه، تقریباً کودکان و نوجوانان در تمام مراحل رشد، میزان بالایی از افسردگی، اضطراب و علائم استرس پس از سانحه را نشان داده اند (۳، ۱۵، ۷، ۶). بررسی مطالعات حاکی از این بود که به دنبال گذشت زمان از ابتدای شروع اپیدمی و شدت اقدامات فاصله گذاری اجتماعی، ممکن است پیامدهای روانشناختی اثرات متفاوت و متنوعی را در گروه‌های مختلف سنی نشان دهد. که حاکی از اثرات استرس جمعی و افزایش حساسیت فردی در برابر اپیدمی کوید ۱۹ می‌باشد. این مسایل با در نظر گرفتن این نکته که کودکان تحت تأثیر شرایط خانواده، از جمله استرس در خانواده، درگیری امور مالی و آسیب‌های روانی والدین قرار دارند، اهمیت بررسی تأثیرات احتمالی و درک دقیق‌تر این مسئله را پررنگ تر می‌نماید (۴). طبق تحقیقات میانگین شاخص استرس پس از سانحه در کودکان قرنطینه شده چهار برابر کودکان غیر قرنطینه است (۳). بررسی مطالعات حاکی از این بود که به دنبال گذشت زمان از ابتدای شروع اپیدمی و شدت اقدامات فاصله گذاری اجتماعی، ممکن است پیامدهای روانشناختی اثرات متفاوت و متنوعی را در گروه‌های مختلف سنی نشان دهد. که حاکی از اثرات استرس جمعی و افزایش حساسیت فردی در برابر اپیدمی کوید ۱۹ می‌باشد. این مسایل با در نظر گرفتن این نکته که کودکان تحت تأثیر شرایط خانواده، از جمله استرس در خانواده، درگیری امور مالی و آسیب‌های روانی والدین قرار دارند، اهمیت بررسی تأثیرات احتمالی و درک دقیق‌تر این مسئله را پررنگ تر می‌نماید (۴). همچنین ابوالمعالی الحسینی (۱۱) نشان داد که دانش آموزان در نتیجه بیماری کرونا و قرنطینه، در بعد فردی مشکلات روانشناختی مانند اضطراب، افسردگی، اختلال استرس پس از آسیب، استرس، ناکامی، ترس، خشم، احساس تنهایی و بی‌حوصلگی را تجربه کرده‌اند. در بعد بین فردی، دانش آموزان با مشکلاتی مانند مشکل در ارتباط با اعضاء خانواده، محدودیت ارتباطی با دوستان و معلمان، حمایت‌های

اجتماعی ناکافی، کاهش درآمد خانواده را تجربه کرده اند. در بعد آموزشی مشکلاتی، مانند حضور شناختی و اجتماعی ضعیف دانش آموزان در فرآیند آموزش آنلاین، افزایش بار شناختی، ضعف انگیزه، مشکلاتی در مدیریت زمان، و نگرانی از ارزشیابی شناسایی شده. به طور کلی اگرچه تحقیقات پزشکی نشان می دهد که: کودکان به بیماری کووید ۱۹، نسبت به بزرگسالان به لحاظ جسمانی حساسیت کمتری دارند اما آنها به لحاظ روانی و اجتماعی از بزرگسالان آسیب پذیر ترند. و همانطور که پژوهش چوبداری و همکاران (۷) نشان داد، قرنطینه و کاهش فعالیت در فضای باز، تغییر در ساعت و عادات غذایی و خواب احتمالاً سبک زندگی معمول کودکان و نوجوانان را تغییر می دهد. و به طور بالقوه باعث افزایش یکنواختی، پریشانی، نا شکیبایی، ناراحتی و تظاهرات عصبی و روانی گوناگون می شود.

بنا بر این با توجه به آسیب پذیری این قشر در برابر فشار روانی همه گیری کوید-۱۹، ضروری است که رسیدگی به نیازهای روانشناختی کودکان و نوجوانان، بیش از پیش مورد توجه قرار بگیرد. لذا پیشنهاد می شود که در بحران های سلامت و ایام قرنطینه برنامه آموزش مهارت های حل مسئله و آموزش تاب آوری توسط مشاوران به کودکان و نوجوانان داده شود. همچنین برنامه هایی جهت آموزش خانواده ها در جهت به کارگیری مهارت های ارتباطی موثر تر و راهبرد های حل تعارض برای جلوگیری از اختلاف بین نوجوانان و والدین اتخاذ شود.

مراجع

1. Porcheddu R, Serra C, Kelvin D, Kelvin N, Rubino S. Similarity in case fatality rates (CFR) of COVID-19/SARS-COV-2 in Italy and China. *The Journal of Infection in Developing Countries*. 2020 Feb 29;14(02):125-8.
2. Yu J, Ouyang W, Chua ML, Xie C. SARSCoV-2 transmission in cancer patients of a tertiary hospital in Wuhan. *medRxiv*. 2020 Jan 1.
3. Shahyad S, Mohammadi MT. Psychological impacts of Covid-19 outbreak on mental health status of society individuals: A narrative review. *Journal of Military Medicine*. 2020 Feb 1;22(2). 4.
4. Chen N, Zhou M, Dong X, Qu J, Gong F, Han Y, et al. Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. *Lancet*. 2020 Feb 15;395(10223):507-513. Epub 2020 Jan 30. PMID: 32007143; PMCID: PMC7135076.
5. WHO. Novel coronavirus (2019-nCoV) situation report - 15. Feb 4, 2020.
6. Chen F, Zheng D, Liu J, Gong Y, Guan Z, Lou D. Depression and anxiety among adolescents during COVID-19: A cross-sectional study. *Brain, Behavior, and Immunity*. 2020.
7. choobdari, Asgar, Nikkhoo, Fatemeh, Fooladi, Fatemeh. (1399). Psychological consequences of the new coronavirus (Covid 19). *Children: A systematic review study. Journal of Educational Psychology*, 16 (55), 55-68.
8. Sim K, Chan YH, Chong PN, Chua HC, Soon SW outbreak of an infectious disease. *Journal of psychosomatic research*. 2010;68(2): 195-202
9. Wang G, Zhang Y, Zhao J, Zhang J, Jiang F. Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*. 2020; .945-7: 10228(395) .
10. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychologic impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*. 2020.

11. Abu al-Ma'ali al-Hosseini, Khadijeh (1399). Psychological and educational consequences of coronary heart disease in students and strategies to deal with them. Quarterly Journal of Educational Psychology, Allameh Tabatabai University 15 (56). 166- 153.
12. Zhao S, Chen H. Modeling the epidemic dynamics and control of COVID-19 outbreak in China. Quantitative biology (Beijing, China). 2020:1- 9.
13. Grechyna, D. (2020). Health threats associated with children lockdown in Spain during COVID-19. Available at SSRN, 1, 356-376.
14. Cerván and Costa-López ·Borja and Juárez-Ruiz de Mier ·Rocío and Real-Fernández ·Marta and Sanchez-Muñoz de León ·Marta and Navarro-Soria ·Ignasi (2021). Consequences of COVID-19 Confinement on Anxiety, Sleep and Executive Functions of Children and Adolescents in Spain.
15. de Figueiredo CS, Sandre PC, Portugal LCL, Mázala-de-Oliveira T, da Silva Chagas L, Raony Í, Ferreira ES, Giestal-de-Araujo E, Dos Santos AA, Bomfim PO. COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors. Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry. 2021 Mar 2; 106:110171. doi: 10.1016/j.pnpbp.2020.110171. Epub 2020 Nov 11. PMID: 33186638; PMCID: PMC7657035.
16. Oliviero B, Emanuela M, Mattia D, Elena F, Karen S, Maria G, Maria P, Raffaele F (2020) in sleep patterns and disturbances in children and adolescents in Italy during the Covid-19 outbreak.
17. Shirzadi, Parasto; Amini Shirazi, Narges, Asgharpour Leshkami, Zahra (1399) The relationship between coronary anxiety in mothers and the parent-child interaction and aggression of children during the 16th year quarantine. No. 62.
18. Anda HH, Braithwaite S. EMS, Criteria for Disaster Declaration. Stat Pearls Intern: Stat Pearls Publishing; 2019.
19. Miranda DM, da Silva Athanasio B, de Sena Oliveira AC, Silva ACS. How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents? International Journal of Disaster Risk Reduction. 2020:101845