

## عنوان مقاله:

اختلال افسردگی در دانش آموزان و کودکان جامعه امروزی

## محل انتشار:

دهمین همایش ملی تازه های روانشناسی مثبت (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسنده:

مهدیه بهرامی - کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، مدیر دبستان پایاهور، ناحیه یک بندرعباس

## خلاصه مقاله:

یکی از اختلالات عمده و اساسی که در میان دانش آموزان همه گیر شده و شیوع پیدا کرده است اختلال افسردگی است. افسردگی در دانش آموزان و در تمامی سنین شیوع فراوان دارد و سبب شده نتوانند آنگونه که باید به درس و تحصیل بپردازند. افسردگی در دانش آموزان علل گوناگونی دارد و همچنین پیامدهای فراوانی در پی خود دارد. یکی از پیامدهای اساسی و بسیار مهم که افسردگی در دانش آموزان دارد ناامیدی است. ناامیدی سرمنشا بی انگیزگی و بی ارادگی است به گونه ای که افراد نمی توانند همانند قبل زندگی کنند و یا شاد باشند و از زندگی خودشان لذت ببرند. افسردگی در دانش آموزان آنچنان اساسی است و پیامدهای جدی بر روح، روان و جسم دانش آموزان و اولیا آنها دارد احساس تنهایی، تحریک پذیری و کاهش اعتماد به نفس از علایم شایع اختلال افسردگی اساسی است. دید منفی به خود که منجر به احساس بی ارزشی و گناه می شود، یکی از مشخصه های تعیین کننده در افسردگی است. شواهد تجربی نشان می دهد که افراد افسرده ارزیابی منفی غیر واقع بینانه ای از خودشان در مقیاسهای خود گزارشی دارند. این افراد عزت نفس پایینی داشته و کلمات منفی بیشتری برای توصیف خود انتخاب می کنند. وقتی اتفاقات منفی برای آنها رخ می دهد بیشتر از عوامل بیرونی، خود را مقصر می دانند و سرزنش کنند. حتی رویدادهای معمولی یا کم اهمیت روزمره را به عنوان شاهی دال بر کاستی ها و نواقص شخصی سوء تعبیر می کنند و در برابر رویدادهای ناگوار احساس مسوولیت مبالغه آمیزی دارند. هم چنین افراد افسرده گزارش می کنند که انگیزه کمی برای درگیری در فعالیت های افزایش دهنده ی خلق دارند. علاوه بر علایم جسمی و روان شناختی، علایم شناختی هم در افسردگی برجسته است. افراد افسرده ممکن است به راحتی دچار حواسپرتی شوند یا از مشکلات حافظه شکایت کنند. اشکال در تفکر، تمرکز و تصمیم گیری، تردید و توجه معیوب از علایم شناختی افسردگی به شمار می رود. هم چنین نقص در حل مساله با افسردگی و خودکشی در میان بزرگسالان مرتبط است ما. ا جدی ترین پیامد دوره ی افسردگی اساسی اقدام به خودکشی یا خودکشی کامل است که سالانه علت حدود ۱ میلیون مرگ در سراسر جهان است. ناامیدی یکی از ویژگی های اصلی بیماری افسردگی است که ارتباط مستقیم با خودکشی دارد. در اکثر موارد افسردگی ممکن است افکار مرگ، اندیشه پردازی در باره ی خودکشی یا اقدام به خودکشی وجود داشته باشد. همه ی انسانها در دورههایی از عمر خود غم و اندوه را تجربه می کنند. این احساس معمولاً به دنبال فقدان فرد یا شیء مورد علاقه و یا ناکامی ها ایجاد می شود و در شرایط طبیعی پس از چند ساعت یا چند روز از بین می رود. اما گاهی این حالت خلقی و احساسات تیره و تلخ تا مدتهای طولانی تداوم یافته و بر جنبه های مختلف زندگی فرد اثر می گذارد که در این صورت آن را اختلال افسردگی می نامند.

## کلمات کلیدی:

افسردگی، دانش آموزان، مدرسه، اختلال، معلمین

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2013266>

