اخبار

ایجاد بسته انگیزشی برای معلمان

ایران/ شهرام یزدانی، مشاور آموزشی رئیس جمهور و رئیس مرکز ملی تحقیقات راهبردی آموزش علوم پزشکی در پاسخ به سؤال خبرنگار «ایران» در خصوص تغییر محتوای کتب درسی دانش‌آموزان گفت: جدای از تأکید رئیس جمهوری بر تأمین فضای فیزیکی مدارس برای دانش‌آموزان، بحثی برای تغییر در محتوای آموزشی و روش تدریس داریم، به این صورت که در موضوع روش تدریس دوره ابتدایی و متوسطه شیوه «تدریس تعاملی» جایگزین شود و اکنون آموزش معلمان برای فراگیری این روش جایگزین شروع شده است. وی ادامه داد: اکنون بحث شأن، درآمد، جایگاه و صلاحیت معلم مدنظر دولت چهاردهم است. دو دهه قبل کشور فنلاند انقلابی در آموزش دانش‌آموزان ایجاد کرد. این انقلاب در تغییر کتب درسی نبود بلکه در شأن و جایگاه معلم صورت گرفت تا انتخاب شغل معلمی گزینه اول برای بهترین‌ها باشد. تا زمانی که بهترین‌های ایران شغل معلمی را انتخاب نکنند نمی‌توانیم انتظاری از تغییر سطح آموزش کشور داشته باشیم. اکنون در حال ایجاد برنامه‌هایی برای انگیزه‌سازی هستیم و روی بسته انگیزشی کار می‌کنیم چرا که پایین‌ترین میانگین درآمدی برای معلمان است.

کمبود مراکز درمان سرپایی برای بیماران اعصاب و روان

ایران/ به مناسبت ۹۰ سالگی دانشگاه علوم پزشکی تهران و ۱۷۳ سال تجربه بیمارستان روانپزشکی در راستای گسترش سطح علمی و تاریخ روانپزشکی ایران، همایش مروری بر دستاوردهای بیمارستان روزبه همچنین یکصدمین سال تولد استاد هارطون داویدیان از چهره‌های ماندگار این حوزه برگزار شد. دکتر شاهین آخوندزاده معاون تحقیقات و فناوری وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در این مراسم با بیان اینکه دو گروه بیماران اعصاب و روان و بیماران سوختگی طی سال‌های گذشته نتوانسته‌اند سهم خودشان را از سیستم بهداشت و درمان کشور دریافت کنند، گفت: با توجه به کمبود تخت‌ها و مراکز درمان سرپایی در حوزه بیماران اعصاب و روان، نیازمند حضور خیرین در حوزه‌های جدید از این دست هستیم. دکتر امیرحسین جعفری رئیس بیمارستان روزبه نیز گفت: «این رویداد فرصتی ارزشمند برای نمایش تاریخچه درخشان بیمارستان روزبه و ارائه دستاوردهای برجسته آن در زمینه روانپزشکی است. ما در تلاشیم تا نقش تأثیرگذار این بیمارستان در ارتقای سلامت روان جامعه و آموزش علمی را به‌خوبی به تصویر بکشیم.»

پزشکی در آینده از مرز درمان فراتر می رود

ایران/ دکتر مصطفی قانعی، دبیر ستاد زیست فناوری سلامت و فناوری‌های پزشکی، در مراسم ششمین کنگره بین‌المللی پروبیوتیک و غذاهای فراسودمند به آینده پزشکی و تحولات آن پرداخت و گفت: پزشکی در آینده به درمان بیماری‌ها محدود نمی‌شود، پزشکی آینده باید قادر باشد به فرد بگوید که در سنین خاص چه بیماری‌هایی به سراغش می‌آید و از این طریق، درمان‌های شخصی‌سازی‌شده و پیشگیرانه ارائه دهد. قانعی افزود: پزشکی آینده متفاوت از امروز خواهد بود و در ۱۰ سال آینده، این تحولات به طور کامل مشاهده خواهد شد. صنایع باید برای این تغییرات آماده شوند و در جهت پیشرفت حرکت کنند، به‌طوری‌که پروبیوتیک‌ها می‌توانند در جلوگیری از بیماری‌ها مؤثر باشند، اما در کنار اینها، تغییرات در سبک زندگی افراد نقش حیاتی دارد.

نوسازی بیش از ۱۰ هزار دستگاه تاکسی در تهران

ایران/ شادی مالکی، مدیرعامل سازمان تاکسیرانی تهران گفت: در دوره جدید مدیریت شهری، سقف وام نوسازی از ۱۵۰ میلیون به ۳۰۰ میلیون تومان افزایش یافته که موجب رشد ۲۳ درصدی در نوسازی تاکسی‌ها شده است. تاکنون بیش از ۱۰ هزار دستگاه تاکسی در تهران نوسازی شده است. به گفته وی، اولین جلسه بین شهرداری، تاکسیرانی و سازمان تأمین اجتماعی، نویدبخش اتفاقات خوب برای وضعیت بیمه تاکسیرانان بود. تمام تاکسیرانان بالای ۷۰ سال را تحت پوشش قرار دادیم. بیش از نیمی از تاکسی‌های تهران دچار فرسودگی هستند که این مسأله منجر به افزایش آلایندگی، کاهش ایمنی و تحمیل هزینه‌های تعمیرات می‌شود. در حال حاضر ۱۷۲ دستگاه تاکسی برقی در فرودگاه‌ها، ترمینال‌ها و محدوده بازار فعال است و به‌زودی ۲ هزار دستگاه دیگر وارد ناوگان می‌شود. مالکی درباره هوشمندسازی تاکسیرانی گفت: برای اولین بار، پروانه‌های الکترونیک تاکسیرانی صادر شده و تاکنون ۳۰ هزار راننده این پروانه را دریافت کرده‌اند.

نگرانی از افزایش شمار مصدومان تصادفات

ایرنا/ جعفر میعادفر، رئیس سازمان اورژانس کشور در جلسه کمیته هماهنگی طرح‌های ترافیکی نوروز ۱۴۰۴ با تأکید بر اینکه روند افزایش شمار مصدومان و معلولان حوادث ترافیکی نگران‌کننده است، گفت: تلاش ما باید معطوف به جلوگیری از تصادفات باشد. وی با تأکید بر اینکه پویش «نه به تصادف» منجر به همگرایی خوبی در کشور خواهد شد، به کاهش ۱۰ درصدی مرگ‌ومیر در بهار امسال نسبت به سال قبل اشاره و اظهار کرد: مصدومان ترافیکی رو به افزایش است که نیازمند اقدامات جدی است. میعادفر، کاهش واژگونی در ۳۰ کیلومتری مناطق شهری را ناشی از ایجاد استراحتگاه و تفرجگاه دانست و افزود: این مسأله باید تقویت شود.

ویروس خطرناک برای کودکان در افغانستان وپاکستان افزایش ۶ برابری داشته است

فلج اطفال، پشت مرزهای ایران

گزارش خبری

محدثه جعفری
خبرنگار

سال‌هاست مهاجرت‌های قانونی و غیرقانونی به دلیل تحولات و ناآرامی‌های سیاسی از سوی کشورهای همسایه به ایران صورت می‌گیرد. مهاجرت‌های گسترده جدای از تحمیل هزینه‌های مختلف به کشور، می‌تواند سبب شیوع و گسترش بیماری‌هایی شود که سال‌هاست در کشور ریشه‌کن شده است. به گفته مسئولان در سال‌های اخیر دو کشور همسایه که اتفاقاً بیشترین تردد را با ایران دارند با گسترش ویروس فلج اطفال روبه‌رو بودند. طبق آخرین آمار که از سوی وزارت بهداشت منتشر شده است، پاکستان افزایش ۱۲برابری و افغانستان افزایش ۴ برابری ابتلا به بیماری فلج اطفال را در سال ۲۰۲۴ به نسبت سال ۲۰۲۳ داشتند و این امر زنگ خطر ورود ویروس فلج اطفال به ایران را به صدا درآورده است. «برنامه جهانی ریشه‌کنی بیماری فلج اطفال از سال ۱۹۸۸ میلادی آغاز شد. حدود ۳۶ سال از زمان اجرای این برنامه جهانی می‌گذرد و طی این سال‌ها مقرر شده بود کشورها با اجرای کامل برنامه‌های واکسیناسیون این بیماری را ریشه‌کن کنند، چرا که تنها راه انتقال بیماری فلج اطفال، انسانی است. به همین دلیل اگر چرخه واکسیناسیون به درستی و با گستردگی بالا صورت گیرد این ویروس جایی برای چرخش نخواهد داشت. در دهه ۹۰ میلادی، سالانه نزدیک به ۱۵۰ هزار کودک، مبتلا به بیماری فلج اطفال می‌شدند. این بیماری مرگ یا فلج دائمی برای کودکان ایجاد می‌کند.» اینها بخشی از صحبت‌های دکتر سید محسن زهرایی، رئیس اداره بیماری‌های قابل پیشگیری با واکسن وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و متخصص بیماری‌های عفونی است. او به «ایران» می‌گوید: «برنامه واکسیناسیون عمومی توانست بسیاری ازکشورها را از شر این بیماری خلاص کند؛ از جمله ایران که آخرین مورد بیماری فلج اطفال که باز منشأ آن از کشورهای همسایه بود در سال ۱۳۷۹ یا دسامبر ۲۰۰۰ میلادی دیده شد. از آن سال به بعد هیچ موردی از بیماری فلج اطفال تا به حال در کشور دیده نشده است. اما متأسفانه دو کشور افغانستان و پاکستان به دلایل مختلف نتوانستند بیماری فلج اطفال را کنترل و ریشه‌کن کنند.»

> عملیات ایمن‌سازی تکمیلی در مناطق پرخطر کشور برای گروه سنی زیر ۵ سال به خصوص در استان‌های جنوب شرق کشور، همچون سیستان و بلوچستان، هرمزگان و کرمان است. این استان‌ها بیشترین ریسک ورود مجدد بیماری و مواجهه با بیماری را دارند

راه‌های پاکسازی بیماری

دکتر زهرایی توضیح می‌دهد: «از دلایلی که این دو کشور همسایه نتوانستند تاکنون موفق به پاک کردن بیماری شوند، ناآرامی‌ها و تنش‌های داخلی بویژه در مناطق مرزی است، همچنین آنها نتوانستند آن طور که باید خدمات واکسیناسیون را به مردم ارائه کنند. همین امر سبب شده تعدادی از کودکان در این کشورها نسبت به این بیماری همچنان حساس باقی بمانند. یکی از سیاست‌هایی که در همه کشورها به پاک شدن فلج اطفال کمک کرد علاوه بر واکسیناسیون معمول و جاری که کودکان طبق جدول سنی واکسن‌ها را دریافت می‌کردند، انجام عملیات تکمیلی است. در این دوره به این نگاه نمی‌شود که کودک واکسن فلج اطفال را گرفته یا نه، در این عملیات‌ها همه بچه‌ها به صورت خانه به خانه پوشش داده می‌شوند و این امر کمک می‌کند تا اگر در جایی پوشش واکسن به درستی صورت نگرفته این نقص رفع شود.»

احتمال انتقال فلج اطفال

به دلیل کامل نبودن پوشش معمول واکسیناسیون در کشورهای افغانستان و پاکستان این دو همسایه همچنان بومی بیماری فلج اطفال محسوب می‌شوند و عملیات‌های تکمیلی هم که در روزهای ملی ایمن‌سازی یا به صورت منطقه‌ای برگزار می‌کنند به دلیل همان تنش‌ها و ناآرامی‌ها به درستی برگزار نمی‌شود. رئیس اداره بیماری‌های قابل پیشگیری با واکسن وزارت بهداشت در مورد احتمال انتقال بیماری فلج اطفال از این کشورها به «ایران» می‌گوید: «تا زمانی که بیماری در هر نقطه‌ای از دنیا وجود داشته باشد به راحتی با سفرها توان انتقال بین انسانی هم وجود دارد. در بیماری کووید ۱۹ دیدید که یک بیماری ویروسی چطور از چین به کل دنیا منتقل شد. در مورد فلج اطفال هم همین اتفاق به راحتی می‌تواند رخ دهد. اکنون که ایران در همسایگی این دو کشور قرار دارد و روزانه شاهد تردد بالای مردم از این کشورها هستیم، احتمال انتقال و سرایت وجود دارد.»

افزایش ۷ برابری فلج اطفال در همسایگی ایران

این متخصص بیماری‌های عفونی با اشاره به اقدامات وزارت بهداشت برای جلوگیری از ورود و شیوع بیماری در ایران بیان می‌کند: «یکی از راهکارهای وزارت بهداشت که با همراهی مردم عملیاتی شد، پوشش بالای واکسیناسیون کودکان است به طوری که پوشش واکسیناسیون فلج اطفال در کشور ۹۹ درصد است و جزو بهترین پوشش واکسیناسیون در دنیا محسوب می‌شود. برای تقویت طرح واکسیناسیون علاوه بر واکسن خوراکی فلج اطفال که تولید داخل است در پنج سال اخیر از واکسن تزریقی فلج اطفال وارداتی هم استفاده می‌کنیم. برای همین کودکان در دو نوبت واکسینه می‌شوند. با ترکیب برنامه واکسیناسیون، بالاترین سطح ایمنی را برای کودکان فراهم کردیم. سیاست دوم، عملیات ایمن‌سازی تکمیلی در مناطق پرخطر کشور برای گروه سنی زیر ۵ سال به خصوص در استان‌های جنوب شرق کشور، همچون سیستان و بلوچستان، هرمزگان و کرمان است. این استان‌ها بیشترین ریسک ورود مجدد بیماری و مواجهه با بیماری را دارند. در این متد، تیم‌های بهداشتی با اطلاع‌رسانی قبلی به منزل مردم مراجعه می‌کنند و بچه‌های زیر ۵ سال چه ایرانی و چه غیرایرانی را به صورت یکسان با واکسن خوراکی فلج اطفال که به صورت قطره است واکسینه می‌کنند. اجرای سیاست‌های یادشده منجر به افزایش ایمنی کودکان مناطق حساس شده است. متأسفانه طی سال‌های گذشته موارد بیماری فلج اطفال در افغانستان و پاکستان به طور متوسط ۶ تا ۷ برابر افزایش پیدا کرده و این میزان نشان می‌دهد نباید بیماری فلج اطفال را به عنوان یک بیماری تمام شده در سطح دنیا و در کشور خودمان در نظر بگیریم.»

واردات سالانه ۲٫۵ میلیون دوز واکسن تزریقی

قطعاً طرح واکسیناسیون عمومی که به صورت رایگان برای همه مردم انجام می‌شود، هزینه‌هایی را سالانه بر سیستم بهداشت و سلامت کشور وارد می‌کند. دکتر زهرایی دراین باره می‌گوید: «خوشبختانه واکسن خوراکی فلج اطفال تولید داخل است و هزینه بالایی را بر سیستم بهداشت ندارد اما واکسن تزریقی فلج اطفال که تکنولوژی تولید آن را در کشور نداریم، باید وارد شود. به طور معمول هر کودک دو نوبت واکسن دریافت می‌کند. به تعبیری برای کل کشور حدود ۲٫۵ میلیون دوز واکسن تزریقی با قیمت هر دوز حدود ۴ دلار باید هزینه شود. طبیعتاً اجرای عملیات واکسیناسیون به صورت معمول یا عملیات تکمیلی آن هزینه‌بر است که برای حفظ سلامت کودکان سال‌هاست انجام می‌شود.»

یادداشت

دکتر قباد مرادی
مدیر مرکز بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت

درباره نگرانی های اخیر

فلج اطفال یکی از بیماری‌هایی است که امکان ریشه‌کنی آن مانند آبله وجود دارد. ویژگی‌های این ویروس، در دسترسی به واکسن و مخازن آن سبب می‌شود که امکان ریشه‌کنی فراهم شود. برنامه سازمان بهداشت جهانی با پوشش حداکثری واکسیناسیون علیه این بیماری باعث شد ریشه‌کنی فلج اطفال تا سال ۲۰۰۰ میلادی در دستور کار کشورها قرار گیرد. متأسفانه ۲۵ سال از این طرح همگانی گذشت اما این هدف به طور کامل محقق نشده است. این می‌تواند ناکامی در سطح دستاوردهای بین‌المللی بشر باشد. مهم‌ترین دلیل دست نیافتن به این ریشه‌کنی چند کشور هستند که نتوانستند همراستا با سایر کشورهای دنیا با پوشش بالای واکسیناسیون علیه فلج اطفال هدف را محقق سازند. کشورهای افغانستان و پاکستان که در مرز شرقی ایران قرار دارند از مهم‌ترین آنها هستند. خوشبختانه با اینکه در طول همه این سال‌ها در این کشورها بیماری فلج اطفال کماکان وجود دارد، اما کشور ما توانسته است با پوشش بالای ۹۵ درصد واکسیناسیون فلج اطفال و بسیج فلج اطفال در مرزهای شرقی از ورود این بیماری به کشور جلوگیری کند. بیش از ۲۷ سال از گزارش آخرین مورد فلج اطفال در کشور می‌گذرد و پس از آن موردی از این بیماری در ایران نداشته‌ایم. پوشش بالای واکسیناسیون علیه فلج اطفال اطمینان خاطری برای توقف گردش بیماری در کشور ایجاد می‌کند، اما همسایگی با دو کشور که موارد فلج اطفال بومی دارند و با ایران مراودات بسیاری دارند نگرانی‌هایی ایجاد می‌کند. امیدواریم که کشورهای دنیا دست به دست هم دهند و با حمایت واکسیناسیون همگانی از کشورهایی که هنوز موارد بیماری را دارند، نسبت به دستیابی ریشه‌کنی این بیماری در دنیا متعهد شوند.

روانشناسان از تبعات مخرب دوگانه عصر دیجیتال می گویند

محدودیت در دنیای واقعی رهاشدگی در دنیای مجازی

گزارش

راضیه خوئینی
خبرنگار

شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی در کنار مزایای فراوانی که برای ما داشته، منجر به افزایش اضطراب و افسردگی در نسل جوان شده است؛ نسلی که با پلتفرم‌ها به دنیا آمد. این نتیجه پژوهش‌هایی است که اخیراً تأثیرات عمیق استفاده از شبکه‌های اجتماعی روی سلامت روانی جوانان را بررسی و اثبات کرده است. اگرچه این پلتفرم‌ها به منظور تسهیل ارتباطات اجتماعی طراحی شده‌اند، اما استفاده مفرط از آن‌ها بی‌ضرر نبوده است. به گفته محققان ما از ترس حضور احتمالی تعداد کمی از مهاجمان در محله خود، کودکان را از زمین‌های بازی بیرون کردیم. فرزندان ما دیگر اجازه ندارند مسیر مدرسه تا خانه را تنهایی بروند؛ همه فعالیت‌ها، تعاملات و زمان فراغت آنها در دنیای واقعی تحت نظارت دقیق ما قرارگرفته است. اما برعکس خیلی ساده و ناآگاهانه، آنها را در معرض انبوه تعاملات تهاجمی در فضای مجازی آزاد گذاشتیم. بنابراین دوره کودکی مبتنی بر تلفن و فضای مجازی، جای کودکی مبتنی بر بازی‌های کودکانه را گرفت. در صورتی که کودکان برای شکوفایی بیشتر و سلامت جسم و روان به بازی در دنیای واقعی نیاز دارند.

محمدرضا شالبافان، روانپزشک و سرپرست دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد وزارت بهداشت، اخیراً به تأثیرات منفی فضای مجازی بر سلامت روان افراد به خصوص جوانان و نوجوانان اشاره می‌کند و می‌گوید: «فناوری به بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی روزمره ما تبدیل شده است؛ از محیط کار گرفته تا زندگی شخصی. اما از چالش‌های اصلی عصر جدید، ایجاد تعادل در استفاده از فناوری و کاهش تأثیرات منفی آن بر سلامت روان است. این اواخر نگرانی‌ها درباره تأثیرات منفی رسانه‌های اجتماعی بر سلامت روان افراد افزایش یافته است.»

به گفته شالبافان، تحقیقات نشان داده که استفاده بیش از حد از پلتفرم‌ها، به ویژه در میان کودکان و نوجوانان، می‌تواند منجر به کاهش عزت‌نفس، انزوا، افسردگی و اعتیاد به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی شود.

از دلایل این امر می‌توان به حضور چهره‌های بی‌نقص بلاگرها اشاره کرد که شاید کاهش اعتماد به نفس نوجوانان و به‌ویژه دختران را به دنبال داشته باشد. از طرفی پرسه زدن دائمی در فضای مجازی و حس وابستگی به شبکه‌های اجتماعی باعث کم آمدن زمان برای بازی، تعامل واقعی و فعالیت‌های بدنی می‌شود و آن حس نشاطی را که باید، کمتر از قبل در جوانان یا کودکان می‌بینیم. از دیگر موارد مهم مقایسه زندگی‌ها و ترویج تجمل‌گرایی در این فضاست. ماجرایی که باعث می‌شود جوانان احساس کنند فرصت‌های خوب را از دست داده و زندگی آنها در مقایسه با دیگران آن طور که باید مفید و راحت نیست. البته این پدیده فقط گریبانگیر ایرانیان نیست و پهنه جغرافیایی آن به اکثر نقاط جهان رسیده است.

از دلایل اصلی این امر، برقراری روابط اجتماعی صرفاً از طریق فضای مجازی است. روابطی که به مراتب ضعیف‌تر از ارتباطات واقعی به نظر می‌رسد و در درازمدت به انزوای اجتماعی، افسردگی و آسیب به سلامت روان افراد منجر می‌شود. این آسیب‌ها ممکن است به شکل ناخودآگاه سلامت روان ما و جامعه را تهدید کند و حتی خودمان از آن بی‌خبر باشیم. جاناتان هایت، روانشناس اجتماعی در دانشگاه نیویورک، محقق و نویسنده کتاب مشهور «نسل مضطرب» می‌گوید: «اضطراب به اختلال غالب نسلی تبدیل شده که با رسانه‌های اجتماعی به دنیا آمده‌اند. نوجوانان امروزی در زندگی روزمره بیش از حد محدود شده و تحت محافظت قرار می‌گیرند، ولی در مقابل نمایشگرها آزادانه بدون مراقبت رها می‌شوند. نتیجه این روند افزایش حس اضطراب و افسردگی در میان آنان است و سلامت روان نسل جدید را بیش از پیش نشانه گرفته است.»

جاناتان هایت درباره علت تحقیقات گسترده‌اش روی سلامت روان «نسل زد» یا جوانان و نوجوانان زیر ۳۰ سال، می‌گوید: «تحقیقات من از ده سال پیش در دانشگاه شروع شد، درست زمانی که با همکارانم متوجه ورود گروه‌هایی از دانشجویان با رفتارهایی عجیب شدیم. آنها نه با کنجکاوی، بلکه با نگرانی و استرس به دنیا و حتی علم نزدیک می‌شدند. همه چیز برای آنها تهدید و استرس‌زا بود؛ از خواندن یک کتاب گرفته تا ارائه کنفرانس‌ها و رویدادهای خاص!»

> پژوهشگران معتقدند افزایش اضطراب در نسل جوان تنها پدیده‌ای انفرادی به شمار نمی‌آید، بلکه تأثیرات قابل توجهی بر سلامت روان کل جامعه خواهد داشت. جوانانی که از اضطراب رنج می‌برند در تمرکز، ایجاد روابط سالم و در رویارویی با چالش‌های روزمره مشکل خواهند داشت

از نظر هایت رفتار آن‌ها نوعی هشدار بود که اخطار می‌داد شاید در برهه‌ای خاص از تاریخ، شاهد بروز آسیب‌های روانی در جوانان باشیم؛ نسلی که درخواست ایجاد «فضاهای امن» یا جاهایی برای دورهمی گروه‌ها بر اساس وابستگی‌های قومیتی یا جنسیتی را ضروری می‌دانست و خواستار مکان‌هایی برای تعامل و تبادل نظر بدون هیچ نقطه‌نظر مخالف بود. از همان جا علاقه‌مند شدیم دریابیم چه چیزی این شرایط را رقم زده است!

هایت و تیم او شروع به جمع‌آوری اطلاعات از سراسر ایالات متحده درباره سلامت روان جوانان کردند. سپس متوجه بروز یک پیک بزرگ از اضطراب و افسردگی بین سال‌های ۲۰۱۲-۲۰۱۵ شدند، روندی که به شدت «نسل زد» را درگیر می‌کرد. این روند از آن زمان در میان همه کشورهای انگلیسی‌زبان و اروپایی تأیید شد. شمار نوجوانانی که به اختلالات اضطراب و افسردگی مبتلا بودند، به ترتیب ۱۳۵ و ۱۰۶ درصد افزایش را گزارش می‌داد. اضطراب طی یک دهه به اختلال غالب این نسل تبدیل شد؛ آنقدر که نزدیک به ۲۵ درصد از دانش‌آموزان دوره راهنمایی یا متوسطه اول از آن رنج می‌بردند و به دنبال آن (۲۰ درصد) دچار افسردگی و اختلالات توجه بودند. فراتر از این موارد مشاهده حالت‌هایی از بی اشتهایی یا حتی اسکیزوفرنی بود. احساس غمگینی، پوچی و بی فایدگی، از دست دادن‌ها، بی‌علاقگی به فعالیت، علائم روانی مرتبط با مشکلات وزنی، مشکلات خواب و خستگی مزمن در میان نسل جوان رو به افزایش بود. دختران به طور قابل توجهی بیشتر از پسران تحت تأثیر این روند قرار داشتند.

هایت معتقد است: علاوه بر افزایش استفاده از گوشی‌های هوشمند و رسانه‌های اجتماعی، «محافظت بیش از حد در دنیای واقعی و عدم محافظت در دنیای مجازی» که از سوی والدین اعمال می‌شود، به سلامت روان افرادی که بعد از سال ۱۹۹۵ میلادی متولد شده‌اند، آسیب رسانده است. اگر فردی دوران کودکی خود را در محیطی مبتنی بر بازی و تعاملات واقعی گذرانده باشد، به احتمال زیاد در فضای مجازی قدرت بیشتری برای محافظت از خود دارد. برعکس کسانی که در دوران کودکی بازی‌های آزاد نداشته و از تعاملات اجتماعی واقعی چندان بهره نبرده‌اند، به عنوان نسلی آسیب‌پذیر و در معرض خطر شناخته می‌شوند. این نسل به دلیل کمبود تجربیات مثبت و تعاملات اجتماعی واقعی، دچار چالش‌های بیشتری است.

اضطراب نسل جدید

این پژوهشگر آمریکایی معتقد است افزایش اضطراب در نسل جوان تنها پدیده‌ای انفرادی به شمار نمی‌آید، بلکه تأثیرات قابل توجهی بر سلامت روان کل جامعه خواهد داشت. جوانانی که از اضطراب رنج می‌برند در تمرکز، ایجاد روابط سالم و در رویارویی با چالش‌های روزمره مشکل خواهند داشت. این وضعیت می‌تواند منجر به مشکلات جسمی مانند اختلالات خواب، مشکل گوارشی و افزایش احتمال ابتلا به بیماری‌های مزمن شود. هایت فرهنگ آموزشی جدید که به ویژه در دوران پاندمی کرونا رایج شد را مقصر بروز این فاجعه می‌داند؛ هرچند که این سیستم به ظاهر نیتی خیر داشت. او تأکید می کند: «این سیستم با اعمال محدودیت بیش از حد، کودکان را از کسب تجربیات سازنده با بازی‌ها و رویارویی با خطر در دنیای بیرونی دور کرد. یکی از نشانه‌های گویای این پدیده کاهش شکست‌های این نسل و افزایش میزان شکنندگی آنهاست. در عصر جدید دوره کودکی مبتنی بر گوشی هوشمند و فضای مجازی، جای کودکی مبتنی بر بازی‌های کودکانه را گرفته است؛ در صورتی که کودکان برای رشد و شکوفایی به بازی و فعالیت نیاز دارند.»

بنابراین شاهدیم که کاهش تعاملات اجتماعی واقعی در جامعه، یکی از دلایل افزایش اضطراب در میان نسل جدید است. وقت‌گذرانی بیش از حد در شبکه‌های اجتماعی و کاهش تعاملات رو در رو باعث افزایش حس انزوا در جوانان شده است. هایت به مقایسه سبک زندگی اقشار مختلف و نمایش تفاوت‌های طبقاتی و تبلیغ زندگی لاکچری روی شبکه‌های اجتماعی اشاره می‌کند که باعث افزایش احساس بی‌کفایتی و فشار روانی روی جوانان می‌شود. محققان همچنین به انتقاد از والدین محافظه‌کار و تلاش آنها برای ایجاد فضاهای امن می‌پردازند و معتقدند که این روند ممکن است باعث ایجاد محدودیت‌هایی برای بحث‌های آزاد و انتقادی شود و نسل جوان به دلیل محافظت بیش از حد هنگام مواجهه با چالش‌ها و تجربیات سخت دچار ضعف شود.