

۲	یادداشت سردبیر / نقش و نقش گذار
۴	گفت و گو / مشاوره در مدارس و سند تحول بنیادین / نصرالله دادار
۹	گزارش / بر این مژده گر جان فشانم رواست! / فرزانه اسلامی
۱۰	مقاله / زنبور عسل هم می تواند استاد تو باشد / سید صادق نبوی
۱۶	گزارش / سنگ صبور بچه ها باشیم! / محمد دشتی
۲۰	مقاله / دنیای کم آموزان / دکتر مهناز استکی، زهره اصغریور
۲۴	مقاله نویسی / ارائه منابع مقاله / امیرحسین سمائی
۲۸	تمثیل / ما همه با هم تفاوت داریم / مهدی حاجی اسماعیلی
۳۰	خانواده / انواع خانواده / نرگس نفر
۳۲	راهبردهای روان شناختی / راهبردهای افزایش انگیزه / مژگان درویش محمدی
۳۳	برنامه درسی / ارزشیابی از برنامه درسی روان شناسی / محمود اوحدی
۳۴	تحلیل فیلم / روان شناسی سینما / رضا شهلا
۳۸	مشاوره گروهی / مداخلات درمانی شناختی- رفتاری CBT / دکتر حسین سلیمی
۴۰	ابزارهای روان شناختی / پرسش نامه خودآزمایی کودکان و نوجوانان / دکتر آدیس کراسکیان
۴۲	مهارت های مشاوره ای / مشاور مدرسه و چالش رازداری / عفت میراحمدیان
۴۴	مقاله / یک تجربه / مهسا قزوینی
۴۸	معرفی کتاب / روان شناسی کاربردی برای معلمان / رضا شهلا



وزارت آموزش و پرورش
سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی
دفتر انتشارات و تکنولوژی آموزشی

مدیر مسئول: محمد ناصری
سردبیر: نرگس نفر
مدیر داخلی: فرزانه اسلامی
هیئت تحریریه:
دکترحسین سلیمی بجستانی،
محمود اوحدی، مهدی حاج اسماعیلی،
دکتر محمدحسین سالاری فر
دکتر مجید یوسفی لویه، ابوالفضل نفر
ویراستار: افسانه طباطبایی
طراح گرافیک: محمد فلاح
نشانی دفتر مجله:
تهران، ایرانشهر شمالی، پلاک ۲۶۶
صندوق پستی ۱۵۸۷۵ / ۶۵۸۵
تلفن ۹ - ۸۸۳۱۱۶۱ - ۰۲۱ (داخلی ۳۷۴)
نمابر: ۸۸۴۹۰۱۰۹

وبگاه: www.roshdmag.ir

پیام نگار: moshaveremadrese@roshdmag.ir

تلفن پیام گیر نشریات رشد: ۸۸۳۰۱۴۸۲

کد مدیر مسئول: ۱۰۲

کد دفتر مجله: ۱۱۳

کد مشترکین: ۱۱۴

تلفن امور مشترکین:

۷۷۳۳۶۶۵۵ و ۷۷۳۳۶۶۵۶ - ۰۲۱

شمارگان: ۱۲۸۰۰ نسخه

چاپ: شرکت افست (سهامی عام)

قابل توجه نویسندگان و مترجمان:

- مقاله هایی که برای درج در مجله می فرستید، باید با اهداف و رویکردهای آموزشی تربیتی فرهنگی این مجله مرتبط باشند و نباید قبلاً در جای دیگری چاپ شده باشند. ● مقاله های ترجمه شده باید با متن اصلی همخوانی داشته باشند و متن اصلی نیز همراه آن باشد. چنانچه مقاله را خلاصه می کنید، این موضوع را قید بفرمایید. ● مقاله یک خط در میان، در یک روی کاغذ و با خط خوانا نوشته یا تایپ شود. مقاله ها می توانند با نرم افزار word و بر روی CD یا از طریق رایانامه مجله ارسال شوند. ● نفر مقاله باید روان و از نظر دستور زبان فارسی درست باشد و در انتخاب واژه های علمی و فنی دقت لازم مبذول شود. ● محل قراردادن جدول ها، شکل ها و عکس ها در متن مشخص شود. ● مقاله باید دارای چکیده باشد و در آن هدف ها و پیام نوشتار در چند سطر تنظیم شود. ● کلمات حاوی مفاهیم نمایه (کلید واژه ها) از متن استخراج و روی صفحه های جداگانه نوشته شوند. ● مقاله باید دارای تیتراصلی، تیتراهای فرعی در متن و سوتیتر باشد. ● معرفی نامه کوتاهی از نویسنده یا مترجم همراه یک قطعه عکس، عناوین و آثار وی پیوست شود. ● مجله در رد، قبول، ویرایش و تلخیص مقاله های رسیده مختار است. ● مقالات دریافتی بازگردانده نمی شود. ● آرای مندرج در مقاله ضرورتاً مبین رأی و نظر مسئولان مجله نیست.

نقش و

چراکه، کمترین کوتاهی و مسامحه ما بیشترین خسارت را برای خودمان و امانت‌هایمان به‌بار خواهد آورد.

سخت‌ترین کارها و پرچالش‌ترین رسالت‌ها

در این میان، چنانچه با دقت نظر و انصاف به رسالت تربیتی کارگزاران این میدان بنگریم، آن را پیچیده، جان‌فرسا، در هم تنیده و پرمشقت خواهیم یافت. در واقع، مغز و اعصاب مشاوران، مدیران، معلمان و سایر نقش‌گذاران تربیتی مدارس فرسایش بیشتری را تحمل می‌کند اما ارزش عمر به‌قول ابن‌سینا به کیفیت آن است نه به درازایش! کیفیت عمر به سعی، همت، سخت‌کوشی، تاب‌آوری، تدبیر و هدف‌داری و غایت زندگی که برمی‌گزینیم بستگی دارد.

به بیان بزرگان، ارزش عمر انسان به ارزش چیزی است که گوهر عمر را برایش هزینه می‌کند و گرنه «گر در طلب لقمه نانی، آنی و گر در طلب گوهر کانی، آنی». عمر مشاور، معلم و مدیر از آن‌رو با معنا و ارزش است که برای انسان صرف می‌شود.

ما به همان نسبت که برای زندگی خودمان در جست‌وجوی معنا هستیم و می‌خواهیم عمر با ارزشی داشته باشیم، به تبع برای فرزندان نَسبی و معنوی‌مان نیز زندگی را معنادار می‌کنیم. در میان نقش‌های اجتماعی اثربخش‌ترین نقش تربیتی در معنی بخشیدن به زندگی را بعد از خانواده، صاحبان نقش‌ها در مدرسه دارند. به گفته دویبی، مدرسه همچون جامعه است و باید یک جامعه کوچک شده را در مدرسه داشته باشیم. مدرسه باید بچه‌ها را برای حضور در جامعه بزرگ‌تر و برای زندگی با معنا بیرواند. ویلیام گلاسبر مکتب «نظریه انتخاب» معتقد است که مدرسه باید به نیازهای فعلی معلمان و دانش‌آموزان و سایر کارکنان پاسخ دهد و گرنه تحمل آن برای افراد سخت می‌شود. به قول ویکتور فرانکل، نویسنده کتاب پرفروش «انسان در جست‌وجوی معنا»؛ برای زندگی کردن باید دلیل داشته باشیم. تنها کسی که دلیل دارد، می‌تواند با هر چیز و به هر شکل زندگی کند. بنابراین، مدارس باید جایی باشند که حضور در آن‌ها معنی‌دار باشد. مدرسه را کارکنان انگیزه‌مندش معنادار می‌کند.

در سال‌های اخیر پژوهش‌های بسیاری حکایت از کاهش انگیزه تحصیلی در دانش‌آموزان دارد. افت تحصیلی، ترک تحصیل و پایین بودن میزان شایستگی خروجی‌های آموزش و پرورش، علت‌های متعددی دارد اما تأثیر کمتر علتی به قوت و شدت «انگیزه» است. و کیست که نداند معلمان و همه کارگزاران مدرسه مسئول این پدیده‌اند.

مشاوران، مربیان تربیتی و سپس مدیران یاریگران اصلی معلمان در انجام رسالت تربیتی و آموزشی هستند. همگان در تقویت انگیزه تحصیلی و پیشرفت بچه‌ها در مدارس اثر گذارند اما مشاوران افرادی متخصص‌اند! آن‌ها صاحب صلاحیت‌ترین کارشناسان تشخیص‌گر پدیده‌های روانی تربیتی در مدارس هستند.

به تماشا سوگند
و به آغاز کلام
و به پرواز کبوتر از ذهن
آفتابی لب درگاه شماس
که اگر در بگشایید به رفتار شما می‌تابد
در کف دست زمین گوهر ناپیدایی است که رسولان همه از تابش آن
خیره شدند!

تابستانی دیگر از راه رسید تا در پرتو تابش بی‌واسطه خورشید و بی‌هیچ فاصله‌ای سنگ خارا در بدخشان لعل گردد و عقیق اندر یمن. دانه‌ها و میوه‌ها به کمال رسش خویش رسند، صعوبت و سرسختی صخره‌ها بشکند و از شکاف تخته‌سنگ‌ها آب‌های بی‌تاب زندگی بخش محبوس در زیرزمین در فواره چشمه‌های کوهستان بجوشند و در دامن دشت‌ها بخروشند و بخرامند تا به کام تشنگان آب حیات بریزند. اینک که ما نه ماه فعالیت تربیتی را به پایان برده‌ایم، خوب است با مشاهده مزرع سبز فلک و داس مه‌نو، از کشته خویش و داشته چندین ماهه خود یاد کنیم. انسان را حاصل همان است که از قبل مساعی^۱ خویش فراچنگ آورده است و هر آن‌کس که سعی کند^۲، در حالی که تقوا را رعایت می‌کند خداوند به‌زودی او را آسانی و راحتی بخشد و وی را بر انجام سختی‌ها پیروز گرداند. مربیان بزرگ به استناد سختی و طاقت‌فرسا بودن امر تربیت انسان، معتقدند تربیت انگیزه‌ای از جنس عشق و ایثار و احسان می‌خواهد. ابن‌سینا می‌گفت شریف‌ترین علوم و کارها آن است که موضوعش شریف‌تر باشد. آیا مگر از انسان آفریده‌ای شریف‌تر در جهان خلقت هست که آفریدگارش او را کرامت^۳ و فضیلت و برتری بخشیده باشد؟

از تو می‌پرسند!

حال در آغاز فصل برداشت محصول، ما نقش‌گذاران عرصه ارزشمند و شریف تربیت نسل انسانی که سالی (بالغ بر دویست روز کاری) را با به‌کار بستن همت و سعی بسیار بر تربیت شریف‌ترین آفریده‌های خداوند و در سایه احسان او پشت‌سر گذاشته‌ایم، در آستانه ماه مبارک رمضان هستیم؛ با روزها و شب‌هایی که بعضاً از هزار ماه پر ارج‌ترند (شب‌های قدر).

در ماه با برکتی که به توصیف پیامبر خدا(ص) چون در دوره تاب‌سوز فصل تابستان است، ارزش روزه و خودسازی‌اش چندین برابر دیگر ماه‌ها است. اگر به بهترین عبادت‌ها که سرآمد آن‌ها تفکر در کشته خویش و اندیشه در آتیه فرزندان معنوی‌مان است مشغول باشیم، در اینصورت همه خوبی‌ها را یکجا فراچنگ آورده‌ایم؛ یعنی، بهترین بندگان به بهترین خدمات در بهترین ساعت‌های سال در فکر بهترین چیزها (سعادت دنیا و آخرت) برای بهترین آفریده‌های خداوند اشتغال داشته‌اند! آفریده‌ای که احیای یک فردش با احیای مجموعه آن‌ها برابری می‌کند. با این حال، در قیامت مورد پرسش قرار می‌گیریم.



نقش گذار

ابوالفضل نفر، عضو تحریریه مجله

به مشاوران و مراکز مشاوره حکایت از باور خانواده‌ها به یاریگری و مشورت‌دهی و خیررسانی و خدمات‌پردازی موفق مشاوره دارد. آیا با این همه وقت آن نرسیده است که مشاوران در نقش‌گذاری کم‌نظیر خود بازنگری کنند و بر خودباوری و توانمندی خویش بیفزایند؟

کار تربیت سخت است و کار تربیت اخلاقی بسیار سخت‌تر. در جامعه انسانی اسلامی نقش‌ها و واگذاری و عهده‌داری آن‌ها باید بر پایه آموزه‌های قرآن و سنت و بر مدار فطرت بشری باشد. تاب‌آوری مشاور علاوه بر تخصص، تنها بر پایه جذب عشق خدایی به متری ممکن است. معلم به وظیفه فطری پیامبری مشغول است و مشاور طبیب دوار و دوستدار انسان‌هاست. این هر دو (تخصص و انگیزه الهی)، با توکل به خداوند نتیجه مثبت می‌دهد. ارزش کار ما در باورهای شایع در میان مردم جهان پیداست:

با گشودن یک مدرسه، در چند زندان بسته می‌شود. بچه‌ها معلمان و مسئولان مدرسه را بیش از پدر و مادرها قبول دارند، سیلی (تنبيه) آموزگار از نوازش پدر ارزشمندتر است. معلم (مدیر، مشاور، مربی) مدرسه پدر (یا مادر) معنوی و همیشگی بچه‌هاست. بچه‌ها در مدرسه اجتماعی می‌شوند و... هم از این‌روست که:

ز بوسیدنی‌های این روزگار
یکی هم بود دست آموزگار
و باز نقش خود را بازگو می‌کنیم که:
... و اینک: من پر از نورم،
و پر از دار و درخت،
پرَم از راه،
از پُل،
از رود،
از موج،
و آشتی خواهم داد
آشنا خواهم کرد
راه خواهم رفت
نور خواهم خورد
دوست خواهم داشت!^۱

پی‌نوشت

۱. و ۶. روان‌شاد سهراب سپهری

۲. لیس لائسان الا ما سعی

۳. سورة لیل، آیات ۵، ۶، ۷

۴. لقد کَرَّمنا بنی‌ادم، و فضلنا هم علی کثیر مَن خلقتنا تفضیلاً (۷۰ اسراء).

۵. دکتر غلامحسین شکوهی، اولین وزیر آموزش و پرورش جمهوری اسلامی ایران و استاد پیش‌کسوت در فلسفه، مبانی و اصول آموزش و پرورش، در کتابش با همین عنوان می‌نویسد: «اداره مدارس باید با نظر متخصصان باشد»

مشاوران متخصصان^۵ مسائل روحی، روانی رفتاری در مدارس‌اند. اگر تعلیم و تربیت بزرگ‌ترین و دشوارترین مسائل مبتلا به انسان باشد (امانوئل کانت)، کار تربیت کاری تخصصی‌تر، پر مشقت‌تر و ظریف‌تر از سایر مشاغل است و هیچ نقشی در جامعه با آن برابری نمی‌کند.

امروزه علاوه بر افت تحصیلی، پدیده‌های فردیت، انزواء، تکروری، پرخاشگری، وندالیسم (تخریب‌گری هرج و مرج طلبانه)، درماندگی‌های خودآموخته، مسئولیت‌گریزی، شکاف نسلی، هنجارشکنی، ناسازگاری، بازماندگی از ادامه تحصیلات متوسطه و عالی، گرایش به عرفان‌های کاذب، روی‌آوری به گروه‌های مسئله‌دار، تمایل به زورگویی و زورگیری و مصرف سوء مواد مخدر و... در کلان‌شهرهای دنیا رو به افزایش است و راستی چه کسی بهتر از مشاوران توان‌راهنمایی و ارائه مشاوره‌های پیشگیرانه به خانواده‌ها، مدیران، مربیان تربیتی و معلمان را دارد؟

اکنون یک فرصت مطالعاتی سه ماهه با پیش‌درآمد ماه خودسازی پیش‌روی مشاوران است. مهلتی به قافله عمر ما داده‌اند تا آن را به کالاهایی پرارزش و منفعت اختصاص دهیم. امام صادق (ع) فرموده‌اند: "اگر حکومت (تدبیر امور سیاسی، اجتماعی، فرهنگی، تربیتی و...) دست ما بود، شب‌ها را به تهیه طرح و برنامه‌ریزی سپری می‌کردیم و روزها را به عمل و اقدام." راستی ما در برنامه‌ریزی پیشگیرانه چه کرده‌ایم؟ مشاوران مدارس بیش از هر کارگزار دیگری نیازمند مطالعه شرایط پیچیده اجتماعی، وضعیت خانواده‌ها، سبک‌های زندگی، سبک‌های رایج فرزندپروری خانواده‌ها، آگاهی از جریان‌های فرهنگی آسیب‌زای آن سوی مرزها، فرار مغزها، آشفتنی‌ها و به هم ریختگی‌های هویتی، روابط بین‌فردی و درون‌فردی، جنگ روانی و تهاجم نرم هستند.

آن‌ها باید از کالاهای مصرفی فرهنگی، هنری، احساسی، ذوقی و روانی که در بسته‌بندی‌های ویژه به رایگان در سبد مصرف بچه‌ها گذاشته می‌شود یعنی آنچه از طریق اینترنت، شبکه‌های ماهواره‌ای، رمان‌های تولیدشده در زیرزمین‌های عوامل بیگانه و در جهت به انحراف کشاندن فرزندانمان و تهی کردن آن‌ها از هویت ارزشی خودی تولید می‌گردد و به دست نسل جدید می‌رسد و حکایت از آینده‌ای نامطمئن دارد آگاه شوند. امروز آگاهی ولو اجمالی از پدیده‌های پیرامونی و شرایط جهان فرهنگی و فرهنگ دهکده جهانی و مطالعه فشرده دانش‌های بین‌رشته‌ای مرتبط با مجموعه علوم تربیتی در جهت تجهیز خود و سایر دغدغه‌مندان امر خطیر تربیت ضروری است.

اگر مدیران را رهبران و مربیان تربیتی را راهبران و معلمان را کارگزاران تربیت رسمی مدرسه‌ای بدانیم، ما باید آگاه باشیم که مشاوران، راهنمایان، تشخیص‌گران تربیت‌های آسیب‌زای پنهان و آشکار و تسهیل‌گران تربیت صحیح و ارزشی هستند.

خانواده‌ها از مشاوران حرف‌شنوی دارند مشاور فردی مؤتمن و مورد اعتماد و تکیه‌گاه مشورتی مردم است. آمار روزافزون مراجعه مردم

مشاوره در مدارس و سند تحول بنیادین

نگاه سند تحول بنیادین به جایگاه مشاوره در مدارس، راهکارهای هدایت تحصیلی و هدایت شغلی دانش‌آموزان، مهم‌ترین آسیب‌ها و مسائل مبتلا به مدارس کشور، برنامه‌های سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره و انجمن مشاوره ایران برای مشاوران مدارس، محورهای اصلی گفت‌وگوی این شماره مجله با عزت‌الله فولادی، عضو هیئت مدیره و رئیس کمیته تخصصی مشاوران مدارس انجمن مشاوره ایران، است.

فولادی، دانش‌آموخته مشاوره، دارای چندین سال سابقه کار در آموزش و پرورش و مؤلف چندین کتاب مانند «مشاوره همتایان»، «برنامه آموزشی همیار مشاور» و «استراتژی‌ها و برنامه‌های پیشگیری از خودکشی با تأکید بر نوجوانان و جوانان» است.

وی علاوه بر تجربه کردن سطوح مختلف مشاوره در دوره‌های راهنمایی، دبیرستان و پیش‌دانشگاهی، به عنوان کارشناس مسئول، معاون و سرپرست دفتر مشاوره تربیتی- تحصیلی در وزارت آموزش و پرورش انجام وظیفه کرده است. آنچه در ادامه می‌آید، حاصل گفت‌وگو با ایشان است.

● محور اصلی صحبت‌های ما جایگاه مشاوره در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش است. نگاه سند تحول بنیادین به جایگاه مشاوره در مدارس کشور چیست؟

○ تحول بنیادین آموزش و پرورش همواره یکی از مطالبات جدی مقام معظم رهبری، جامعه فرهنگی و مردم ما بوده است. پیش از این، آموزش و پرورش بیشتر وارداتی بوده اما امروزه براساس منابع و مبانی اسلامی و فرهنگ خودی و متناسب با نیاز روز و شرایط زمان و با توجه به ضرورت‌ها و نیازها، به عنوان یک مطالبه مطرح شده است. خوشبختانه با کار عظیمی که در آموزش و پرورش انجام شده، این سند هم به جهت مبانی و حیانی، فلسفی، علمی و هم به جهت تصویب، از مراجع ذی‌صلاح عبور کرده و اجرای آن آغاز شده است. می‌توان گفت سند تحول بنیادین، قانون اساسی آموزش و پرورش است.

البته باید به این نکته توجه کرد که وقتی سندی تدوین و تصویب می‌شود، بی‌درنگ باید اجرایی شود نه اینکه راکد، معطل و ایستا باشد بلکه باتوجه به تغییر و نیازهای جدید، آن را باید سندی پویا و رو به جلو دانست. به نظر من، مشاوره در سند تحول بنیادین از جایگاه خوبی برخوردار است. اگر به کلیات سند نگاه کنیم، معلم معادل مربی دیده شده و مربی پرورش‌دهنده است اینکه موضوع اصلی تربیت را «هویت» عنوان کرده‌اند و شایستگی‌های خروجی آموزش و پرورش را تعقل، تفکر، ایمان، عمل، علم و اخلاق لحاظ کرده‌اند یعنی دغدغه مشاوره محور جهت‌گیری عملی سند است. این سند ویژگی‌های مهمی دارد؛ مانند بحث نظام‌مند بودن، یکپارچگی و توجه به نیازهای دانش‌آموزان. جایگاه مشاوره هم به شکل مستقیم و هم غیرمستقیم در سند دیده شده است.

● واضح تر و مستند بگویید!

○ در ۱۲ راهکار به مشاوره اشاره شده و از میان آن‌ها پنج راهکار به‌طور مشخص به ارائه خدمات مشاوره در همه پایه‌های تحصیلی، طراحی و استقرار نظام جامع هدایت تحصیلی و استقرار نظام راهنمایی و مشاوره تربیتی اشاره کرده است. این نشان می‌دهد که در سند تحول، جایگاه نظام راهنمایی و مشاوره کشور در سطح آموزش و پرورش به خوبی دیده شده است. در واقع، در سندی که جهت‌گیری‌های اساسی آموزش و پرورش را فطرت توحیدی هر فرد تعیین می‌کند، به خدمات مشاوره توجه شده است. سند تحول بنیادین در مواردی هم به شکل غیر مستقیم به خدمات



گفت‌وگو با عزت‌الله فولادی

رئیس کمیته تخصصی مشاوران مدارس انجمن مشاوره ایران

گفت‌وگو: نصرالله دادار

مشاوره اشاره کرده است؛ آنجا که به انتظارات از نظام آموزش و پرورش، نیازهای دانش‌آموزان، انعطاف‌پذیری و طراحی برنامه‌های تربیتی و آموزشی اشاره شده است. در اینجا به‌طور طبیعی مشاور به عنوان یک عامل انسانی مؤثر، متعهد و با دانش می‌تواند نقش راهنما، تسهیل‌گر، مشورت‌گر، تشخیص‌دهنده وضعیت و موقعیت، برنامه‌ریز، و آسیب‌شناس را ایفا کند. شاید برخی از این راهکارها نیازمند مشارکت و دقت نظر صاحب‌نظران این رشته باشند و در آنجا مشاوران برای خود نقشه‌ای ترسیم کنند و کمک کنند که این تحول اتفاق بیفتد.

من فکر می‌کنم در هدف عملیاتی ۲۱ بازنگری و باز مهندسی ساختارها و رویه‌ها و روش‌هاست و در راهکار ۳-۲۱ و ۴-۲۱ به بحث مشاوره و نظام راهنمایی و مشاوره به شکل اساسی پرداخته شده است. راهکار ۳-۲۱ به طراحی و استقرار نظام جامع هدایت تحصیلی و استعدادیابی به‌منظور هدایت دانش‌آموزان به سوی رشته‌ها، و مهارت‌های مورد نیاز حال و آینده کشور متناسب با استعدادها، علاقه‌مندی و توانایی آنان اشاره دارد.

به نظر من، استقرار نظام هدایت تحصیلی و استعدادیابی یکی از کارهای بزرگ، اساسی و پیچیده است و در حال حاضر در نظام آموزشی و نظام آموزش عالی دچار چالش‌های اساسی در این زمینه هستیم. اگر به برخی از ترک تحصیل‌ها و عدم کارآمدی دانش‌آموختگان در برخی از رشته‌ها دقت کنیم، می‌بینیم که منشأ آن‌ها عدم شناسایی استعداد و رغبت و علاقه و عدم هدایت تحصیلی درست و دقیق است.

در راهکار ۴-۲۱ آمده است: «استقرار نظام راهنمایی و مشاوره تربیتی براساس مبانی اسلامی و افزایش نقش معلمان در این زمینه و به‌کارگیری مشاوران متخصص برای انجام وظایف تخصصی در همه پایه‌های تحصیلی.» این راهکار چند نکته دارد: اول اینکه استقرار نظام راهنمایی فراتر از طراحی و تدوین است. یعنی همه مراحل باید پشت‌سر گذاشته شوند تا به استقرار نظام راهنمایی و مشاوره در تمام دوره‌های تحصیلی برسیم.

نکته بعد، به‌کارگیری مشاوران متخصص برای انجام وظیفه تخصصی در همه پایه‌های تحصیلی است.

نکته آخر بحث مشارکت معلمان است که در نظام راهنمایی و مشاوره می‌تواند مفید و اثرگذار باشد.

● آیا سند برای محقق ساختن هدایت تحصیلی و شغلی در مدارس کشور هم راهکارهای خاصی ارائه کرده است؟

تفاوت تغییر با تحول در این است که تحول، عمیق، مستمر و پویاست. اینکه شما انتظار داشته باشید کار آموزش و پرورش طی یک دوره کوتاه شش ماهه، یک ساله و حتی چند ساله جواب بدهد، واقعاً امکان‌پذیر نیست. به هر حال، یکی از ویژگی‌های آموزش و پرورش زمان‌بر بودن آن است. آنچه مهم و قابل توجه است، این است که سند جهت‌گیری‌های اساسی و کلی نظام آموزش و پرورش را مشخص می‌کند. یکی از ارکان و مؤلفه‌هایی که در این سند به آن توجه شده، نظام راهنمایی و مشاوره در آموزش و پرورش برای ارائه خدمات تخصصی به دانش‌آموزان است.

پاسخ این سؤال که آیا وضعیت موجود ما همان وضعیت مطلوب ماست،

طبیعتاً منفی است. ما تا رفع پیچیدگی‌ها، تحقق اهداف سند و دستیابی مسئولان آموزش و پرورش به این اهداف فاصله زیادی داریم.

یکی از مؤلفه‌های اساسی تحول بنیادین نیروی انسانی است. شما اگر برنامه‌ای قوی یا ضعیف را به نیروی انسانی کارآمد و پویا بدهید، می‌توانید انتظار داشته باشید که برخی از ضعف‌های عمده آن گرفته شود اما اگر یک برنامه خیلی قوی و همه‌جانبه‌نگر را به گروهی از نیروی انسانی بدهید که انگیزه و مهارت کافی نداشته باشند، نباید انتظار داشته باشید که اهداف برنامه محقق شود. در این سند یکی از زیر نظام‌ها بحث نیروی انسانی است؛ باید به این نکته توجه کرد که برای تحول بنیادین باید نیروی انسانی تربیت شود و برای همکاران، معلمان و مدیران دوره‌های آموزشی ویژه برگزار گردد. علاوه بر این خودشان هم باید تلاش داشته باشند که جهت‌گیری‌های سند را به‌خوبی درک کنند. یکی از مسئولیت‌های همه افرادی که در آموزش و پرورش خدمت می‌کنند، این است که این سند را خوب درک کنند، بشناسند و زوایای پیدا و پنهان آن را خوب شناسایی کنند؛ چون تک‌تک افرادی که به‌عنوان عامل انسانی در آموزش و پرورش فعالیت می‌کنند، در این سند می‌توانند نقش ایفا کنند. بنابراین، بعضی از چیزهایی که در برخی از مدارس مثلاً غیردولتی‌ها یا مدارس خاص قابل مشاهده است، ممکن است با سند همخوانی نداشته باشد ولی در جهت‌گیری‌های اصلی تلاش بر این است که با سند همسو شود.

طبیعتاً این سند نیازمند طراحی برنامه‌های اجرایی است؛ به‌طوری که برخی از ساختارها مجدداً بازنگری و باز مهندسی شوند. در راهکار ۴-۲۱ به صراحت به استقرار نظام راهنمایی و مشاوره تربیتی و به‌کارگیری نیروی متخصص اشاره شده است. رسیدن به این هدف و موقعیت نیازمند زمان و طرح‌های جامعی است که بتواند در بحث تربیت نیروی انسانی مشاور مؤثر باشد. اگر این اتفاق بیفتد، طبیعتاً می‌توانیم امیدوار باشیم که به محتوا و ماهیت سند، که تحول بنیادین است، برسیم.

● براساس دانش و تجربی که در زمینه مشاوره در مدارس دارید، چه راهکارهایی را به مشاوران مدارس پیشنهاد می‌کنید؟

○ راهنمایی و مشاوره سه بعد اصلی و اساسی دارد. «راهنمایی و مشاوره سازگاری»، «راهنمایی و مشاوره تحصیلی» و «راهنمایی و مشاوره شغلی». این سه در هم تنیده‌اند و خدمات مشورتی که مشاوران می‌توانند در مدرسه به اولیای مدرسه و اولیای دانش‌آموزان ارائه دهند، ذیل این سه بعد قرار می‌گیرند. برای راهنمایی و مشاوره تعاریف و خصیصه‌های مشخصی وجود دارد. ما زمانی که می‌خواهیم به‌عنوان مشاور به دانش‌آموزان یا مراجعتمان مشاوره دهیم، طبیعتاً باید مهارت‌هایی داشته باشیم یا کسب کنیم. بخشی از این مهارت‌ها و فنون را در رشته‌های دانشگاهی و دوره‌های بازآموزی و کارورزی که در دوران تحصیل و حین اشتغال می‌گذرانیم، به‌دست می‌آوریم. بخشی از مهارت‌ها هم دانش و اطلاعاتی است که ما به‌عنوان مشاور باید نسبت به محیط و اجتماع داشته باشیم. اگر این شناخت وجود نداشته باشد، مشاور نمی‌تواند راهنمای خوبی برای دانش‌آموزان در هر سه بعد باشد؛ یعنی، چه در بعد سازگار شدن دانش‌آموزان با خودشان و محیط اطرافشان و



عکس: غلامرضا بهرامی

راهنمایی و مشاوره سه بعد اصلی و اساسی دارد: راهنمایی و مشاوره سازگاری، راهنمایی و مشاوره تحصیلی، و راهنمایی و مشاوره شغلی که این سه درهم تنیده‌اند

دیگرانی که با آن‌ها در ارتباط‌اند، چه در حوزه تحصیل، خصوصاً که با توجه به پیچیدگی‌های امروز جامعه ما و دنیا و بحث جهانی شدن و سیر جهانی اطلاعات، یک نوجوان نمی‌تواند براساس اطلاعات چند سال گذشته خود عمل کند.

پس نیازمند آن است که به‌روز باشد. بسیاری از صاحب‌نظران از مشاوران به عنوان کارشناس اجتماعی یاد می‌کنند. پس مشاور باید در زمینه مسائل اجتماعی هم آگاهی و شناخت کافی داشته باشد تا بتواند محیط اجتماع خود را خوب بشناسد و خوب تجزیه و تحلیل کند و تغییرات و تحولات پیش رو را پیش‌بینی کند و در زمان مناسب دانش‌آموزان را راهنمایی کند تا اهداف مشاوره‌ای محقق شوند.

طبیعتاً این پیچیدگی اجتماع و سرعت روزافزون دانش و مهارت در جامعه انسانی نقش مشاوران را بسیار اساسی و پیچیده و حساس می‌کند. اگر نتوانیم متناسب با تغییرات، پیش‌بینی‌های لازم را در حوزه راهنمایی و مشاوره بکنیم، نمی‌توانیم به شکل خوب و دقیق و صحیح به مراجعان خود راهنمایی یا مشاوره ارائه کنیم.

وظایفی که برشمردم، بیشتر به رابطه مشاور و دانش‌آموز برمی‌گردد اما مشاوران ما همان‌طور که در پاسخ پرسش قبلی اشاره کردم، نقش‌های دیگری هم دارند. مثلاً اینکه بتوانند به‌عنوان تسهیل‌گر در فرایند رشد همه‌جانبه دانش‌آموزان در فضای مدرسه نقش ایفا کنند. آن‌ها باید برای اولیای مدرسه هم مشورت‌گری داشته باشند و به مجموعه همکاران مدرسه مشورت دهند و زمانی می‌توانند در این نقش موفق باشند که سطوح دانشی و مهارتی بالا و به‌روزی داشته باشند. اگر دانش و مهارت نداشته باشند، نمی‌توانند بر فرایند آموزش و پرورش در مدرسه و اجتماع تأثیری مثبت داشته باشند.

● مشاوران مدارس چگونه می‌توانند از آسیب‌های اجتماعی در دانش‌آموزان پیشگیری کنند؟

○ مشاوره علاوه بر اینکه یک خدمت مبتنی بر یابوری است، مبتنی بر پیشگیری هم هست و پیشگیری هم مبتنی بر اطلاعات است. مشاوران زمانی می‌توانند در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی موفق باشند که این آسیب‌ها را بشناسند و از وضعیت موجود و پدیده‌های نامطلوب اجتماعی آگاهی داشته باشند. اگر این آگاهی وجود داشته باشد، می‌توانیم به سمت پیشگیری در سطوح مختلف برویم. پس لازمه موفقیت مشاوران در امر پیشگیری این است که در وهله اول خود به پیشگیری توجه کافی داشته باشند و ضمن شناسایی آسیب‌های فردی و اجتماعی، برای رفع آن‌ها برنامه‌ریزی کنند.

● مهم‌ترین آسیب‌ها و مسائل اجتماعی که امروز گریبان‌گیر مدارس ماست، چیست؟

○ مشکلات فردی و اجتماعی در همه دوره‌ها وجود داشته است. ما جامعه‌ای در حال تحول هستیم و همین موضوع آسیب‌هایی را پیش روی ما قرار داده است. شتابی که امروز در علم و فناوری وجود دارد، یکی از معضلات اساسی است که می‌تواند آسیب‌زا باشد و برای گروه کودک، نوجوان و جوان ما دشواری‌هایی ایجاد کند. مشاوران ما برای سازگار شدن یا کنترل برخی از این آسیب‌ها و چالش‌ها باید برنامه‌ریزی داشته باشند و نسبت به آن حساس باشند.

از جمله این آسیب‌ها می‌توانم به، بحث فناوری‌های نو اشاره کنم که

زمینه‌ساز برخی آسیب‌ها در گروه هدف ماست. بحث برخی از تعارضاتی که در خانواده وجود دارد. برخی از موضوعات هم به فاصله بین نسل‌ها مربوط است. با توجه به اینکه کودکان، نوجوانان و جوانان ما تجارب جدیدی دارند یا فضای جدیدی را تجربه می‌کنند، طبیعتاً ممکن است والدین اشراف کافی نسبت به برخی از این تغییرات اجتماعی نداشته باشند. عدم مدیریت و راهبری برخی از این تغییرات می‌تواند زمینه‌ساز برخی از آسیب‌های روانی و اجتماعی برای دانش‌آموزان باشد.

این آسیب‌ها متعدّدند. آمارها و تحقیقات به برخی از آن‌ها اشاره کرده‌اند. ولی من نمی‌خواهم وارد اعداد و ارقام شوم.

رفتارهای پرخطر و پرخاشگرانه هم در سطوح اجتماعی دیده می‌شود. برخی موضوعات نیز که به فرایند تحصیلی مربوط می‌شوند، نیازمند توجه جدی برنامه‌ریزان و مشاوران هستند.

اگر بخواهم جمع‌بندی کنم، یکی از آسیب‌ها، بحث مشکلات ارتباطی و روابط انسانی است. آسیب دیگر بحث عزت نفس بیرونی است که به‌ویژه در برخی از دختران دیده می‌شود. اگر عزت نفس منشأ درونی داشته و مبتنی بر توانمندی‌های ما باشد، مثبت است ولی امروزه ما مفهومی را می‌بینیم که مصادیق آن قابل مشاهده هم هست و آن این است که ما به‌دنبال خود ارزشمندی در بیرون از خود هستیم. زمانی که این اتفاق می‌افتد، از ظاهر فرد تا اینکه در چه محلی زندگی می‌کند یا چه نوع وسیله و منزلی دارد، همه را می‌تواند شامل شود. این خود می‌تواند زیربنای برخی آسیب‌های اجتماعی باشد. بنابراین، فکر می‌کنم باید به مسئله عزت‌نفس مشروط یا بیرونی به‌عنوان یک چالش جدی توجه شود.

مسئله دیگر، موضوع کنکور و دانشگاه است. ما در دوره کارشناسی رقابت بیش از یک میلیون نفر را داشتیم اما با افزایش پذیرش دانشگاه‌ها، این رقابت به دوره‌های تکمیلی منتقل شده است.

در بحث کنکور، ما با پذیرش ۶۰ به ۴۰ دختران نسبت به پسران روبه‌رو هستیم. این هم نکته‌ای است که باید به آن توجه کرد. نه اینکه تحصیل دختران چیز بدی است؛ نه، خیلی خوب است و با توجه به نقشی که زنان و مادران در آینده دارند یک حسن است اما اینکه با برخی از مسائل فرهنگی ما گره می‌خورد و می‌تواند هرم اشتغال و تحصیل را تحت تأثیر قرار دهد، باید آن را آسیب‌شناسی کرد.

عدم توجه به مهارت‌آموزی یکی دیگر از چالش‌های اساسی است. با توجه به

خود ارزشمندی بیرونی می‌تواند زیربنای برخی از آسیب‌های اجتماعی باشد

می‌گیریم، خود ارزشمندی یا عزت نفسمان بیشتر خدشه‌دار می‌شود. پس بخشی از این موضوع به هنجارها و قواعد حاکم بر نظام آموزش و پرورش ما برمی‌گردد. در نظام آموزشی ما بیش از آنکه به فرایندها و به چگونگی انجام فعالیت‌ها یا مشارکت‌ها توجه شود، به خروجی توجه می‌شود و اینجا «فقدان خود ارزشمندی» خود را نشان می‌دهد. زمانی که تأکید ما بر نمرات عالی و شماره یک بودن است، این اضطراب و فشار روانی می‌تواند آسیب‌هایی بر ما وارد کند.

زمانی که ما مورد قضاوت‌های مستقیم قرار می‌گیریم، آماده می‌شویم که از این قضاوت‌ها جان سالم به در ببریم. پس اگر می‌خواهیم از بخشی از این آسیب که به هسته اصلی شخصیت وارد می‌شود جلوگیری کنیم، باید فضای روانی و اجتماعی حاکم بر خانواده، مدرسه و دانشگاه بر اساس روابط انسانی و ارزش وجودی خود فرد باشد تا اینکه چه پوششی دارد، چه امکانات و چه نمره‌ای دارد. در مورد این قضیه باید کار بیشتری صورت بگیرد، اما مشاوران ما چگونه می‌توانند به این موضوع بپردازند، طبیعتاً چون مشاور رویکردی انسانی دارد و به همه استعدادها و توانمندی‌های دانش‌آموزان توجه می‌کند، می‌تواند با شناسایی توانمندی‌ها، زمینه شکوفایی و بروز آن‌ها را در فضای اجتماعی و مدرسه فراهم آورد.

کار دیگری که مشاوران می‌توانند انجام دهند و جزء وظایف آن‌ها هم هست، آموزش مهارت‌های مختلف حتی طراحی آزمون، شیوه‌های پرسشگری، مطالعه، تدریس و مدیریت کلاس به برخی از همکاران است. به هر حال، اگر مشاور یک فرد متخصص و صاحب‌نظر در زمینه مسائل روانی، تربیتی و حتی اجتماعی باشد، خیلی راحت می‌تواند برخی از این مهارت‌ها و ویژگی‌های دانش‌آموزان را برای همکاران تبیین کند. شوراهایی که در مدرسه‌ها بین همکاران برگزار می‌شود، فضا و بستر خوبی است برای طرح این موضوعات و آسیب‌هایی که ممکن است به دلیل غفلت یا عدم تخصص یا دخالت و اظهار نظر افراد غیرمتخصص یعنی برخی از همکاران غیر روان‌شناس و غیرمشاور ایجاد شده باشد. مشاوران می‌توانند این موضوعات را گوشزد کنند.

نکته دیگر خود خانواده‌ها هستند که رکن اساسی در تعلیم و تربیت‌اند. اگر خانواده‌ها به شکل حقیقی به مشارکت گرفته شوند و شرایطی فراهم شود که هر از گاهی به مدرسه سرکشی کنند، برخی از زمینه‌هایی که به عزت نفس در خانواده و دانش‌آموز آسیب می‌زند، شناسایی می‌شوند. باید این زمینه‌ها را با والدین در میان گذاشت تا خانواده هم بتواند نقش اثرگذار خود را در این زمینه ایفا کند.

● شما فرمودید عضو هیئت مدیره انجمن مشاوره ایران هستید. این انجمن در کنار سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره، چه برنامه‌هایی برای تسهیل مشاوره و رفع مشکلات مشاوران در مدارس دارند؟ از انگیزه‌های تأسیس آن‌ها و اهدافشان هم بگویید.

○ هم «انجمن مشاوره ایران» و هم «سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره»، سازمان‌هایی مردم‌نهاد یا ان‌جی‌ا (NGO) هستند. البته سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره دارای ساختار علمی و گستردگی بیشتری است. متخصصان در حوزه‌های صنفی خود نیازهایی دارند؛ از جمله ارتقای علمی و مهارتی و دفاع از برخی از حقوق صنفی خود. یعنی این انجمن‌ها چندوجهی



اینکه ماهیت استخدامی مدرک دیپلم تغییر یافته و استخدام نیروی انسانی به تحصیلات دانشگاهی گرایش پیدا کرده است، بحث رشته‌های تحصیلی و توجه به رشته‌های مهارتی باید جدی‌تر گرفته شود. خوشبختانه در برنامه پنجم به این موضوع توجه شده است و بحث مهارت‌آموزی (حداقل یک مهارت برای دانش‌آموزان) می‌تواند به مؤثر بودن و کارآمدی فارغ‌التحصیلان هم کمک کند. اگر به این موضوع توجه جدی نشود، در آینده با برخی مشکلات مواجه می‌شویم.

مشکلات تحصیلی و گرایش به مدرک هم وجود دارد. در واقع خیلی از علاقه‌مندان به دانشگاه بیشتر به قبولی در دانشگاه فکر می‌کنند. در حالی که علاوه بر بحث قبولی، بحث استعداد و رغبت فرد برای ادامه تحصیل و اشتغال می‌تواند مورد توجه قرار گیرد. این تلاش برای صرفاً قبول شدن، باید به سمتی برود که دانش‌آموزان براساس استعداد و رغبت، رشته‌ها را انتخاب کنند تا هم برای خودشان مفید باشند و هم از به هدر رفتن سرمایه اجتماعی جلوگیری شود. این هم از مسائلی است که مشاوران و برنامه‌ریزان کلان ما باید به آن توجه داشته باشند.

● به نکته خیلی مهمی اشاره کردید که به نظر من شاید امری شایع در جامعه ایران است و آن بحث خود ارزشمندی است. گاهی ضعف این موضوع را در نخبگان و کسانی که از تحصیلات بالایی هم برخوردارند، مشاهده می‌کنیم. من احساس می‌کنم عزت نفسی که در قدیمی (نسل اولی)‌ها هست، قابل مقایسه با بعدی (نسل سومی)‌ها نیست. آن‌ها عزت نفس بیشتری داشتند و از زندگی بهتر لذت می‌بردند چون خودشان را قبول داشتند. خودباختگی و وادادگی برخی عناصر ضعیف را ما داریم! ریشه این موضوع چیست؟ چرا ما در جامعه خود چنین مشکلی داریم؟ در مدرسه، مشاوران چگونه می‌توانند عزت نفس بچه‌ها را تقویت کنند؟

○ سؤال خیلی خوب و گسترده‌ای را مطرح کردید. در فرهنگ، ادبیات، قرآن و روایات ما به موضوع «خود ارزشمندی» توجه شده است و این مسئله جایگاه رفیعی دارد. فضای خانه و بعد مدرسه و فضای آموزش و پرورش ما می‌تواند این عزت نفس را ایجاد کند و رشد و توسعه دهد. اگر در هر مرحله‌ای در این دو فضا (خانواده و مدرسه) مشکلاتی وجود داشته باشد، طبیعتاً بر «عزت نفس» و «خود ارزشمندی» افراد تأثیر مستقیم می‌گذارد. اما به شکل کلی، زمانی که ما بیشتر مورد قضاوت و ارزشیابی مستقیم قرار

این دو نهاد خود را به لحاظ علمی به‌روز کنند. نظر شما در این زمینه چیست؟

○ دقیقاً همین‌گونه است. شاید مهم‌ترین هدفی که در انجمن‌ها دنبال می‌شود، بحث ارتقای حرفه‌ای و مهارتی ذی‌نفعان است. البته اهداف دیگری هم هست؛ مثل رعایت اصول حرفه‌ای، شرایط احراز و نیز استانداردهای لازم، حقوق مراجعان و چگونگی ارائه خدمات که در انجمن‌ها پیگیری می‌شوند. همان‌طور که شما گفتید، این نهادها منابع معتبری هستند که می‌توانند به ارتقای حرفه‌ای و تخصصی مشاوران کمک کنند.

● چه پیامی برای مشاوران مدارس دارید؟

○ جا دارد در اینجا و با توجه به تجارب چندین ساله‌ام در حوزه مشاوره، به‌ویژه در وزارت آموزش و پرورش، به‌عنوان یک کارشناس بگویم که به‌دلیل برخی نوسانات و تغییر برنامه‌هایی که وجود دارد، مشاوران ما گاهی دچار خستگی و نگرانی‌هایی می‌شوند. جا دارد از زحمات و تلاش‌های صادقانه آن‌ها تشکر کنم و بگویم که هویت یک گروه حرفه‌ای به اعضای آن و رعایت اصول و چارچوب‌های حرفه‌ای وابسته است. ما در جامعه‌ای با فرهنگ و مختصات فرهنگی اسلامی زندگی می‌کنیم. رویکرد مشاوره کاملاً انسانی و یاورانه و مبتنی بر اصول فرهنگی است. بنابراین، در این زمینه از همه مشاوران می‌خواهم تلاش کنند و با ارائه خدمات مشاوره حرفه‌ای و بهینه، زمینه ارتقای روزافزون این حرفه را در سطح اجتماع و مدارس کشور بیش از پیش فراهم آورند تا با ارتقای این خدمات و نگاه تخصصی و حرفه‌ای و با پشتیبانی سند تحول، شاهد آن باشیم که مشاوران از جایگاه اساسی و تأثیرگذار بیشتری برخوردار می‌شوند.

هستند؛ هم بحث مسائل صنفی و هم مباحث حرفه‌ای و تخصصی دارند. اعضای «انجمن مشاوره ایران» را مشاورانی تشکیل می‌دهند که مدرک کارشناسی ارشد و دکترا دارند و به‌عنوان اعضای پیوسته فعالیت می‌کنند. هدف عمده این انجمن ارتقای حرفه‌ای مشاوران در سطوح مختلف است. اما «نظام روان‌شناسی و مشاوره» با توجه به قانونی که در مجلس مصوب شده است، ساختار و تشکیلات گسترده‌تری دارد و علاوه بر مشاوران، روان‌شناسان هم عضو آن هستند. بحث صدور پروانه، نظارت بر فعالیت‌های حرفه‌ای مشاوران و پیگیری برخی از موضوعات صنفی مشاوران و روان‌شناسان و همچنین حمایت از حقوق مراجعان بر عهده این سازمان است. هر دوی این نهادها مردم نهاد هستند و فعالیت‌هایشان را از طریق دریافت حق عضویت اعضا و برخی هدایایی که ممکن است از طرف دولت هم باشد، سازماندهی و اداره می‌کنند.

«انجمن مشاوره ایران» جزء انجمن‌های زیرمجموعه انجمن‌های علمی وزارت علوم است. اعضای هیئت مدیره‌اش توسط اعضا و با رأی مستقیم آن‌ها انتخاب می‌شوند. تلاش عمده این انجمن در جهت ارتقای حرفه‌ای مشاوران و حمایت‌های صنفی است. اخیراً کار خوبی که در این انجمن با ریاست خانم دکتر نوایی‌زاد صورت گرفته، ایجاد کمیته‌های تخصصی انجمن است. یکی از این کمیته‌ها که مسئولیت آن بر عهده من است، کمیته تخصصی مشاوران مدرسه است که حدود ۲۰ نفر از مشاوران کشور مستقیماً در آن حضور دارند. من از همین‌جا از همه مشاوران، علاقه‌مندان و متخصصان این رشته که به حوزه مشاوره مدرسه علاقه‌مندند، دعوت می‌کنم که با حضور در این کمیته، بر غنای علمی و حرفه‌ای این کمیته بیفزایند و به رفع برخی از مشکلات حرفه‌ای مشاوران، به‌ویژه مشاوران مدرسه، کمک کنند.

امیدوارم «سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره» که اعضای شورای مرکزی ریاست آن به‌تازگی منصوب شده‌اند، از تجارب دوره‌های گذشته بیشترین بهره را ببرند و از انجمن‌های علمی مشاوره و روان‌شناسی هم استفاده بهتر و بهینه را در جهت ارتقای خدمات حرفه‌ای مشاوره و روان‌شناسی در کشور ببرند. بیشترین کاری که به‌نظر می‌رسد این نظام انجام داده، در زمینه هم شکل کردن یا صدور پروانه یا نظارت‌های این‌چنینی است اما به‌نظر می‌رسد این خدمات یا فعالیت‌ها باید قدری گسترده‌تر شوند و برخی از موضوعات صنفی مشاوران و روان‌شناسان را پوشش دهند و هر دو نهاد هم به آن‌ها بپردازند.

● مشاوران مدارس چگونه می‌توانند عضو «انجمن مشاوره ایران» یا «سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره» شوند؟ شرایط عضویت در این انجمن و سازمان چیست؟

○ در انجمن مشاوره ایران عضویت‌های مختلف شامل عضویت پیوسته، دانشجویی و افتخاری داریم. کسانی که در رشته‌های مشاوره و حتی برخی شاخه‌های روان‌شناسی تحصیل کرده باشند، می‌توانند عضو انجمن مشاوره ایران شوند. سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره هم به همین شکل است و کسانی که دارای تحصیلات کارشناسی ارشد یا بالاتر در رشته‌های مشاوره و روان‌شناسی هستند، می‌توانند عضو شوند. البته کارشناسان هم می‌توانند عضو شوند اما نوع عضویتشان متفاوت است.

● فکر می‌کنم این انجمن و سازمان محل خوبی برای به‌روز کردن دانش مشاوران است؛ یعنی مشاوران می‌توانند با برقراری رابطه با



تشکیل اولیه کمیته تخصصی مشاوره مدرسه‌ای در انجمن علمی مشاوره ایران

منظور تحقق هدف‌های «انجمن مشاوره ایران» تشکیل می‌شوند. در حال حاضر، بعضی کمیته‌های تخصصی انجمن عبارت‌اند از: (۱) «مشاوره مدرسه»، (۲) «مشاوره زناشویی و خانواده»، (۳) «مشاوره شغلی»، (۴) «مشاوره نوتوانی»، (۵) «کمیته دانشجویی».

۲. هدف‌ها: هر گروه/کمیته تخصصی در جهت رشد و توسعه ارائه خدمات راهنمایی و مشاوره در زمینه تخصص‌های مربوط در راستای گسترش و نیل به هدف‌های علمی و تخصصی انجمن مشاوره ایران تلاش می‌کند.

۳. وظایف: وظایف هر گروه/کمیته تخصصی به شرح زیر است: (۱) معرفی کاربردهای مشاوره در زمینه تخصصی، (۲) طراحی و پیشنهاد انجام تحقیق تخصصی برای توسعه نظری و علمی مشاوره، (۳) طراحی و پیشنهاد برگزاری کلاس‌های آموزشی بر حسب نیاز جامعه، (۴) تهیه و تنظیم مطالب تخصصی برای انتشار مجله تخصصی، (۵) طراحی و پیشنهاد برگزاری سمینارها و نشست‌های علمی، (۶) برقراری ارتباط با انجمن‌ها، وزارت‌خانه‌ها و مؤسسات علمی داخلی و خارجی از طریق انجمن، و (۷) برنامه‌ریزی برای توسعه زمینه تخصصی گروه/کمیته ذی‌ربط.

۴. سازماندهی: برای تحقق هدف‌ها، هر کمیته تخصصی به سازمان مشخصی نیاز دارد. عضویت در گروه‌های تخصصی به صورت پیوسته، وابسته، دانشجویی، مؤسساتی، و افتخاری با توجه به مفاد اساسنامه انجمن مشاوره ایران امکان‌پذیر خواهد بود. هیئت رئیسه هر کمیته تخصصی مرکب است از رئیس، قائم مقام و دبیر کمیته. داشتن مدرک دکتری یا کارشناسی ارشد مشاوره یا روان‌شناسی بالینی برای رئیس و معاون کمیته تخصصی لازم است. رئیس گروه از بین اعضای گروه تخصصی ذی‌ربط با احرار اکثریت آرا انتخاب می‌گردد و حکم او توسط رئیس انجمن صادر می‌شود. معاون و دبیر پس از تأیید رئیس انجمن، با حکم رئیس کمیته تخصصی منصوب می‌گردند.

۵. پشتیبانی: هر گروه تخصصی برای رسیدن به هدف‌های تعیین شده، از بخش‌های مختلف انجمن مشاوره ایران بنا به اقتضا کمک می‌گیرد. دریافت کمک از بخش‌های گوناگون با درخواست رئیس گروه تخصصی و موافقت هیئت مدیره انجمن ممکن خواهد بود.

۶. ارتباط با سایر بخش‌ها: برقراری ارتباط با بخش‌های مختلف «انجمن مشاوره ایران» از جمله امور اداری، امور مالی، انتشارات، کتابخانه و مرکز اسناد، و روابط عمومی و... در مواقع ضروری برای نیل به هدف‌های گروه تخصصی از جانب رئیس گروه تخصصی انجام می‌پذیرد.

تشکیل کمیته تخصصی مشاوره مدرسه‌ای در انجمن علمی مشاوره ایران، نویدبخش جدی‌تر گرفته شدن جایگاه مشاوره در مدرسه است. این کمیته توسط جمعی از متخصصان مشاوره روان‌شناسی و به ریاست عزت‌الله فولادی، نایب رئیس انجمن علمی مشاوره ایران شکل گرفته و دو جلسه آن در مهرماه و آبان‌ماه ۱۳۹۱ برگزار شده است.

در این جلسات علاوه بر معرفی اعضای کمیته، دبیر و معاون دبیر انتخاب و سپس اهداف انجمن و کمیته‌های تخصصی ذی‌ربط بررسی شدند. سپس اعضا در مورد مسائل و مشکلات مشاوره در مدرسه صحبت کردند که شاخص‌ترین محور این بحث‌ها جدی نبودن جایگاه مشاوره در مدرسه بود. این کمیته سعی دارد علاوه بر بررسی مسائل و مشکلات موجود در زمینه مشاوره مدرسه در پیدا کردن راهکارهای اثربخش فعالیت‌های پویا و مداوم داشته باشد و صدای مشاور مدرسه را به گوش‌های شنوا برساند. از همکاران و مخاطبان عزیز فصل‌نامه رشد آموزش مشاور مدرسه درخواست می‌شود تا با وبلاگ کمیته تخصصی مشاوره مدرسه در ارتباط باشند و نظرات، پیشنهادات و مسائل خود را مطرح کنند:

Counseling school.blogfa.com

اهداف انجمن

۱. ارائه آگاهی‌های دقیق و درست در مورد خدمات و فعالیت‌های راهنمایی و مشاوره به افراد جامعه؛
۲. تبیین و تعیین ویژگی‌های راهنمایان و مشاوران و مسئولان؛
۳. برقراری ارتباط حرفه‌ای، تخصصی و علمی بین اشخاص، مؤسسات، مراکز و انجمن‌هایی که به نحوی با خدمات راهنمایی و مشاوره در سطح ملی و بین‌المللی سروکار دارند؛
۴. تبیین سیاست‌ها و خط‌مشی‌های اساسی مربوط به برنامه‌ریزی و ارائه خدمات تخصصی راهنمایی و مشاوره در کشور.
۵. تهیه و تدوین و پیشنهاد و تلاش برای به تصویب رساندن قوانینی که مقوم مشاوره، مشاوران و حافظ مصالح کلیه مراجعان و کسانی باشد که از خدمات مشاوره‌ای برخوردار می‌شوند؛
۶. تلاش و اهتمام برای پیشبرد برنامه‌های صحیح پژوهشی، آموزشی و بازآموزی مشاوران (ماده ۴ اساسنامه انجمن).

گروه‌های تخصصی یا کمیته‌ها:

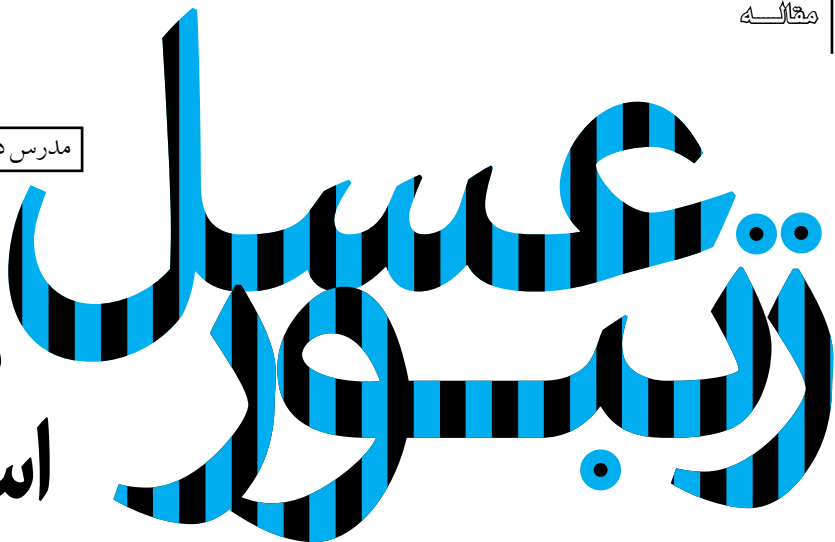
۱. تعریف: گروه‌های تخصصی بخشی از «انجمن مشاوره ایران» هستند که از تعدادی افراد متخصص در رشته مشاوره در زمینه مشخص به

سید صادق نبوی

مدرس دانشگاه فرهنگیان، پردیس شهید مفتاح شهر ری

دانشجوی دکترای روان‌شناسی

هم می‌تواند استاد تو باشد



نقش هنر در پرورش خلاقیت و ارتقای سلامت روانی دانش‌آموزان

مقدمه

اغلب با حرکت‌های موزون بدنی همراه است. کودک از همان هنگام که لب به سخن می‌گشاید، از تکرار کلام موزون لذت می‌برد. تلاش کودکان در کاربرد واژه‌ها و عبارت‌های آهنگین و قافیه‌پردازی در گفتار روزمره آنان، از ویژگی‌های عمده زبان در سال‌های کودکی است. اهمیت این نکته هنگامی بیشتر به نظر می‌رسد که به تلاش آنان در آفرینش عبارات موزون توجه داشته باشیم که این نمایانگر استعداد و علاقه‌مندی آن‌ها در زمینه‌های خاص ادبی و کلامی است.

کودکان همچنین به شنیدن قصه‌ها و مشاهده فیلم‌های داستانی تمایل زیادی دارند. دقت نظر در حال و هوای کودک در لحظه‌های بحرانی و هیجانی (از داستان‌هایی که به آن گوش فرا داده یا فیلم‌های داستانی که به تماشایش نشسته‌اند) حاکی از جذابیت و تأثیر عمیق قصه و داستان بر این گروه سنی است.

شعر و سرود در دوران نوجوانی نیز از تأثیرات لازم برخوردار است. نوجوان به مطالعه داستان‌های عاطفی، اخلاقی و اجتماعی علاقه‌مند است؛ به‌خصوص داستان‌های متنوع ماجراجویی که ضمن ارضای حس کنجکاوی و ماجراجویی نوجوان و پاسخ دادن به برخی پرسش‌هایی که در ذهنش مطرح شده است، شور و تحرک خاصی به زندگی وی می‌بخشند. شعر و سرود علاوه بر جنبه‌های پرورشی و ارضای حس زیبایی دوستی و ذوق هنری، از تأثیرات درمانی نیز برخوردار است. نمایش نیز از سال‌های اولیه در زندگی کودک نقشی آشکار دارد. کودک از طریق بازی و نمایش و بازسازی صحنه‌های مورد نظر در افزایش مهارت‌ها و تکوین شخصیت خویش و رشد ابعاد مختلف آن نقشی فعال به عهده می‌گیرد.

کودکان در نمایش‌های خود به اشیاء جان می‌بخشند. با آن‌ها سخن می‌گویند: دختر خردسال به عروسک خود تحکم می‌کند، به تنبیهش می‌پردازد یا نوازشش می‌کند. پسر خردسال ماشین کوچک خود را سوار می‌شود و در عالم خیال به گردش می‌رود. در این گونه بازی‌هاست که شناخت و نگرش کودک به زندگی، برداشت او از محیط اطراف خود و نظر وی نسبت به دیگران نمایان می‌گردد و تمایلات و عواطف کودک، محدودیت‌ها و مشکلات و عوامل آزاردهنده روانش رخ می‌نمایند. چنین مواردی در بازی‌های کودکان و نمایش‌های شخصی آنان می‌تواند راهنمای مناسبی برای والدین، مربیان و مشاوران کودک باشد.

این مقاله به بررسی نقش هنر در پرورش خلاقیت و ارتقای سلامت روانی دانش‌آموزان می‌پردازد و هدف آن، نشان دادن پیوند میان مفاهیم کاربردی هنر، خلاقیت و سلامت روانی دانش‌آموزان در جهان امروز و مطرح ساختن راهکارهایی برای شکوفایی احساسات عالی انسانی و جلوگیری از رخوت فکری و مشکلات عاطفی و روانی است. از این رو، ابتدا به بررسی آثار پرورشی هنر از جمله ایجاد آرامش، خلاقیت و شکوفایی ارزش‌های انسانی و جایگاه و اهمیت هنر در نظام آموزش و پرورش به طور خاص می‌پردازیم. هنرهای تجسمی (طراحی و نقاشی)، ادبیات (شعر، قصه، داستان و...)، موسیقی، کارهای دستی (گل‌رایی، گل‌کاری، منبت و...) و هنرهای نمایشی (سینما و تئاتر) در درک زیبایی طبیعت و شگفتی‌های زندگی، و به تبع آن بالا بردن قدرت درک دانش‌آموزان و قرار دادن آن‌ها در جریان رشد خلاقیت‌های ادبی و هنری نقش بسزایی دارند و نیز با ایجاد آرامش، باعث کاهش پریشانی‌های فکری و عاطفی و اختلالات روانی می‌شوند. ایجاد تعامل و هماهنگی و پی بردن به آداب و رسوم، ارزش‌های انسانی و... از دیگر آثار هنر در تعلیم و تربیت دانش‌آموزان است. هنر را می‌توان یکی از کارآمدترین ابزار و روش‌های تربیت آدمی در عصر امروز به شمار آورد که نتایج و آثارش در ابعاد گوناگون، به‌ویژه در زمینه خلاقیت و سلامت روانی، از مهم‌ترین آن‌هاست. با توجه به اینکه هنر می‌تواند با در نظر گرفتن نیازهای عالی آدمی وی را به مراحل نهایی تکامل رهنمون گردد، ضرورت بهره‌گیری از آن در مدارس به منظور رشد خلاقیت و ارتقای سلامت روانی دانش‌آموزان بیش از پیش احساس می‌شود و از آنجایی که هنر مورد علاقه دانش‌آموزان است و جایگاه والایی در روش‌های تربیتی دارد، می‌تواند به‌عنوان یک ابزار در خدمت آموزش و پرورش دانش‌آموزان در دوره‌های مختلف تحصیلی قرار گیرد و اهداف کلی و غایی نظام تعلیم و تربیت را محقق سازد.

کلیدواژه‌ها: خلاقیت، هنر، سلامت روانی، نمایش روانی

رابطه هنر و روان‌شناسی

کودکان از سال‌های آغاز تولد در برابر صداهایی چون سرود و موسیقی به هیجان می‌آیند و اغلب نسبت به آن‌ها واکنش نشان می‌دهند. این واکنش

هنر را می‌توان یکی از کارآمدترین ابزار و روش‌های تربیت آدمی در عصر امروز به شمار آورد که نتایج و آثارش در ابعاد گوناگون، به‌ویژه در زمینه خلاقیت و سلامت روانی، از مهم‌ترین آن‌هاست

با توجه به اینکه هنر می‌تواند با در نظر گرفتن نیازهای عالی آدمی وی را به مراحل نهایی تکامل رهنمون گردد، ضرورت بهره‌گیری از آن در مدارس به منظور رشد خلاقیت و ارتقای سلامت روانی دانش‌آموزان بیش از پیش احساس می‌شود

بهداشت روانی مستلزم بهره‌گیری از شرایط، عوامل و روش‌های مناسب است که در این میان هنر و فعالیت‌های خلاقانه نقشی در خور توجه دارند. نقش هنر در حفظ سلامت روانی و پیشگیری از بیماری‌های روانی بر عواملی چون موارد زیر مبتنی است:

- پاسخ به نیازهای روانی کودک؛
- ایجاد شرایط مناسب جهت اشتغال به فعالیت‌های خلاقانه و هنری و بهره‌مندی از تأثیرات سازنده آن؛ در این خصوص می‌توان به پالایش روانی و کاهش فشارهای هیجانی در اثر بیان مشکلات اشاره کرد.
کاربرد نقاشی، قصه، داستان و نمایش در تشخیص مشکلات عاطفی و نابسامانی‌های روانی، خصوصاً در روان‌درمانی کودک و نوجوان مورد تأکید قرار دارد؛ زیرا هنر شیوه‌ای مناسب برای بیان غیرمستقیم است. در مرحله درمان، کاربرد هنر از طرق مختلف انجام می‌شود و در رهاسازی هیجانات، کاهش فشارهای روانی، کسب بینش و بصیرت نسبت به خود نقشی سازنده دارد (میرزاییگی، ۱۳۷۶: ۹۶).

مشارکت کودک در بیان قصه و گفتن داستان‌هایی با زبان خودش، علاوه بر پرورش نیروی تخیل و قدرت خلاقیت وی، در تشخیص و درمان اختلالات روانی تأثیرات مناسبی دارد. به خصوص اینکه گاه کودک از این طریق به بحث‌های مستقیم و توضیح و تشریح مشکلات خود می‌پردازد.

از جمله عوامل مؤثر در نقش تربیتی و درمانی قصه می‌توان به مکانیزم‌های تلقین‌پذیری و همانندسازی اشاره کرد. کودک با شخصیت‌های مورد علاقه خود همانند می‌شود و از رفتارها و ویژگی‌های شخصیتی آنان نقش می‌پذیرد. شعر کودک همچون انواع دیگر هنر، عاملی کارآمد در شناخت نیازها، تمایلات، مشکلات، ناکامی‌ها و فشارهای عاطفی و روانی است. اشعار کودکان، همچون آینه شخصیت او را نمایان می‌سازد. در این آثار، علاوه بر وجود تأثیرات فرهنگی و شرایط اجتماعی و محیط زندگی، عواطف و هیجانات نقش بارزی دارد و تمایلات و نیازهای کودک جلوه‌ای آشکار پیدا می‌کند. (میرزاییگی، ۱۳۷۶: ۱۰۳)

بازی‌های نمایشی از سویی بر تقلید، تلقین‌پذیری و همانندسازی کودک با بزرگ‌ترها مبتنی است و از سوی دیگر، تلاش کودک را در رهایی از محدودیت‌ها و فشارهای محیط بیان می‌کند و خواسته‌ها، تمایلات و توانایی‌های وی را آشکار می‌سازد.

پرداختن به بازی‌های هیجانی، نظر به ارضای نیازهای روانی و توأم بودن با تحرک بدنی می‌تواند از عوامل مفید در سلامت روانی محسوب گردد. (همان: ۱۰۴)

امروزه نمایش روانی (پسیکودرام) در روان‌درمانی گروه‌های مختلف سنی مورد استفاده قرار می‌گیرد. با استفاده از این روش، مراجع در بیان مشکلات عاطفی و نابسامانی‌های روانی خود، مقاومت کمتری نشان می‌دهد؛ چرا که بیان آن می‌تواند مستقیم نباشد و در قالب نمایش‌های آزاد انجام گیرد. این عامل، درمانگر را در تشخیص و درمان یاری می‌بخشد.

نقاشی و طراحی از مهم‌ترین عوامل در بیان مقاصد، افکار، عقاید و نیازهای درونی بشر محسوب می‌شود و از دیرباز مورد استفاده او قرار داشته است. اشتغال به این فعالیت خلاقه، اعم از آفرینش نقاشی یا کاربرد آن، می‌تواند علاوه بر پرورش حس زیبایی‌دوستی و ذوق هنری انسان، نقش مؤثری در رشد شخصیت، شناخت مشکلات و اختلالات روانی و درمان وی داشته باشد.

کودک خردسال از حدود دو سالگی که قادر به ترسیم خطوط اتفاقی بر روی کاغذ یا دیوار می‌شود، از مشاهده آنچه در ایجاد آن دخالت داشته است، لذت می‌برد. به تدریج، نقاشی کودک از مرحله خط‌خطی کردن و رسم خطوط مبهم به سطوح بالاتری رشد می‌یابد و حالتی آگاهانه‌تر و کامل‌تر به خود می‌گیرد. وی از طریق نقاشی سخن می‌گوید، به بیان افکار، عقاید و عواطف خویش می‌پردازد و نیازها، تمایلات، مشکلات و محدودیت‌های زندگی‌اش را بازگو می‌کند. از این رو از طریق نقاشی کودکان نیز می‌توان در تشخیص چگونگی رشد ذهنی، عقلانی و مشکلات عاطفی استفاده کرد و همچنین در ارتقای بهداشت روانی و درمان مشکلات روانی - عاطفی آن‌ها اقداماتی مؤثر به عمل آورد. (میرزاییگی، ۱۳۷۶: ۳۶)

هنر از مدت‌ها پیش مورد توجه روان‌کاوان و روان‌شناسان برجسته بوده و مطالعات و تحقیقات متعددی توسط آنان در خصوص بررسی حالات روانی هنرمند و تحلیل روان‌شناختی آثار هنری به عمل آمده است. فروید در طول فعالیت خود، آثار هنری متعدد در قالب شعر، نمایش و داستان را از دید روان‌کاوی مورد بررسی و تحلیل قرار داده و حاصل اولین تلاش‌های او در این خصوص، در کتاب «تعبیر رویا» ارائه شده است. پس از فروید روان‌شناسان متعددی از جمله بروئر، آدلر و یونگ به تحقیقاتی در زمینه روان‌شناسی هنری و تحلیل و بررسی آثار هنرمندان پرداخته‌اند. (معنوی و همکاران، ۱۳۶۳: ۲۳)

اهمیت آثار هنری نزد روان‌شناسان و روان‌کاوان به گونه‌ای است که یونگ برای هنرمند به‌عنوان هاتف و غیب‌گوی آنچه او ناخودآگاه جمعی مشترک می‌نامید، احترامی خاص قائل بود. هنر و روان‌شناسی به تدریج از تأثیرات متقابل سود جستند. نقش آثار هنری در روان‌شناسی را می‌توان در کاربرد آن جهت تحقیقات روان‌شناسی به‌عنوان نمونه‌های مناسبی در تبیین حالات و مکانیسم‌های خاص روانی و ناهنجاری‌های رفتاری ملاحظه کرد.

روان‌شناسی نیز در خلق آثار متعدد و سبک‌های خاص هنری نقش داشته است. چنانکه توجه نویسندگان را به خود معطوف داشته است و آن‌ها از آن تأثیر پذیرفته‌اند. از جمله تأثیرات روان‌شناسی در خلق آثار هنری، می‌توان به مواردی چون سبک جریان آزاد فکری یا تداعی آزاد در ادبیات به وسیله جیمز جویس و در نقاشی به وسیله تصویر اشیا با تکنیک کوبیستی (کارهای پیکاسو) و به وسیله انعکاس رؤیاهای زمان بیداری در سورئالیسم (نقاشی‌های دالی) و عبارت‌پردازی‌های بی‌معنی توسط پیروان مکتب دادائیسم اشاره کرد. (معنوی و همکاران، ۱۳۶۳: ۱۲).

فروید فعالیت‌های هنری را مبتنی بر محرومیت‌های زندگی و امیال واپس‌زده می‌داند. وی از سویی اعتقاد دارد که لذت ناشی از ادبیات و هنر ناشی از رها شدن فشارها و تعارض‌های روانی فرد است و از سویی دیگر، نقش آفرینی هنری را در پالایش امیال سرکوفته، که با مخالفت‌های اخلاقی و اجتماعی روبه‌رو بوده است، به سوی هدف‌های اجتماعی برتر می‌داند. بنابراین، به باور او پالایش روانی ناشی از آفرینش آثار هنری، موجب رهاسازی هیجانات، تعدیل فشارهای روانی و آرامش هنرمند است. (همان: ۹).

رابطه هنر و سلامت روانی

سلامت و بهداشت روانی از دو جنبه «پیشگیری» و «درمان» نابسامانی‌های روحی، اختلالات عاطفی و ناسازگاری‌های رفتاری حائز اهمیت است.

امروزه نمایش روانی (پسیکودرام) در روان درمانی گروه‌های مختلف سنی مورد استفاده قرار می‌گیرد. با استفاده از این روش، مراجع در بیان مشکلات عاطفی و نابسامانی‌های روانی خود، مقاومت کمتری نشان می‌دهد؛ چرا که بیان آن می‌تواند مستقیم نباشد و در قالب نمایش‌های آزاد انجام گیرد. این عامل، درمانگر را در تشخیص و درمان یاری می‌بخشد

در نقاشی‌های کودکان می‌توان اطلاعات مناسبی از ویژگی‌های شخصیت کودک به دست آورد. توانایی‌های ذهنی، ویژگی‌های عاطفی، ناکامی‌ها، فشارها و تمایلات درونی کودک را می‌توان از طریق نقاشی‌های او باز شناخت. (همان: ۱۰۸)

رابطه هنر و خلاقیت

از ویژگی‌های دنیای کودک، خیال‌پردازی است که به گونه‌ها و اشکال مختلف صورت می‌گیرد چنانکه گاه زندگی کودکان بین واقعیت و خیال نوسان دارد. تخیل با گذشت سن کودک تغییرات محسوسی پیدا می‌کند. نقش تخیل در دنیای کودک را می‌توان در بازی‌های نمایشی آن‌ها به خوبی مشاهده کرد. تمایل کودک به بازی‌های تخیلی موجب آن می‌شود که گاهی کودک یک مورد سمبلیک را به نمونه اصلی آن ترجیح دهد (میرزاییگی، ۱۳۷۶: ۵۳). بازی‌های نمایشی و تخیلی علاوه بر نقش درمانی، در رشد ابعاد مختلف شخصیت تأثیر در خور توجهی دارند؛ از جمله می‌توان به رشد اجتماعی، تقویت اعتمادبه‌نفس و رشد قدرت تکلم کودک اشاره کرد. به علاوه، پرورش نیروی تخیل در کودکان در رشد ذهنی و پرورش قدرت خلاقیت و استعدادها هنری اهمیت ویژه‌ای دارد و در حل مسائل و مشکلات و انجام فعالیت‌های ابتکاری و ابداعات گوناگون می‌تواند مؤثر واقع شود. (همان: ۵۴) هنر به کودکان امکان می‌دهد تا با کارهای عملی، «ساختن» و «طراحی کردن» را تجربه کنند و این خود موجب پرورش خلاقیت و نمونه‌سازی مشاهده‌ای مستقیم آنان می‌شود. (جان لنکستر، ۱۳۷۷: ۲۱)

رابطه هنر و نیازهای روانی

ادبیات و هنر وسیله‌ای مؤثر جهت پاسخ دادن به نیازهای روانی محسوب می‌شود. کودکان می‌توانند با بهره‌گیری از آثار هنری و شرکت در فعالیت‌های متنوع آن، به ارضای حس زیبایی دوستی و ذوق هنری و پرورش استعدادها و توانایی‌های مربوط به آن بپردازند و درونیات خود را به گونه‌ای آزاد و مطابق با میل درونی‌شان بیان کنند. همچنین کسب تجربیات لازم در زمینه‌های گوناگون هنری، مطابق با استعداد و علاقه‌مندی خود آنان را قادر می‌سازد تا به شیوه‌ای مثبت به «براز خود» بپردازند و توانایی و کارایی خویش را آشکار سازند. بدین ترتیب، مقبولیت فرد توسط دیگران به میزان چشمگیری افزایش می‌یابد و نیاز به «عزت نفس» و احساس ارزش آنان ارضا می‌شود. مشارکت و همکاری کودکان در ارائه یک نمایش یا سایر کارهای ادبی و هنری، وسیله‌ای مناسب برای ارضای تمایلات «تعلق به گروه» و تقویت روح تعاون و حس همکاری در آنان به شمار می‌رود. این عامل شرایط مناسبی جهت ابراز محبت متقابل و بهره‌گیری از محبت یکدیگر فراهم می‌آورد. علاوه بر این، آثار هنری موجب افزایش میزان دانش و اطلاعات، راهنمایی غیرمستقیم در حل مشکلات و آشکار نمودن نحوه نگرش نسبت به امور می‌شود. لذا هنر تأثیرات مطلوبی در نیازهای شناختی و پرورش ذهن و عقلانی فرد دارد.

آثار و فعالیت‌های هنری علاوه بر ارضای نیازهای روانی، در سلامت جسمی نیز می‌تواند مؤثر واقع شود و همچنین با معطوف ساختن توجه و انرژی روانی فرد در زمینه‌های سازنده‌ای چون فعالیت‌های خلاقانه ادبی و هنری، عامل سودمندی در تعدیل تمایلات جنسی انسان نیز باشد. (میرزاییگی، ۱۳۷۶: ۶۶)

نقش تربیتی هنر

بسیاری از صاحب‌نظران به جنبه تربیتی هنر معتقدند. به نظر آن‌ها، در حقیقت نه تنها کار، بلکه هنر هم می‌تواند بهترین نمایش‌دهنده درون انسان باشد (فرویل، ۱۹۴۰: ۶۷) و مسلماً نقش اساسی در رشد عاطفی و روانی او ایفا کند. شیلر هم به جنبه تربیتی هنر معتقد است و هم به جنبه شناسایی آن. در نظر او، انسان می‌تواند خود را با هنر مشغول دارد و در آن لحظه کاملاً

انسان باشد. وی درباره مقام هنر چنین می‌گوید: «از نظر فعالیت، زنبور عسل می‌تواند استاد تو باشد و از جهت زندگی کرمی می‌تواند معلم تو گردد، ولی هنر را تو ای انسان، تنها تو می‌توانی مالک باشی.» یعنی فقط انسان است که با خلق هنر می‌تواند به مقام انسانیت نائل گردد. (الهی، ۱۳۵۴: ۲۰۵)

نقش تربیتی هنر را می‌توان در چند محور خلاصه کرد:
(الف) ایجاد آرامش: ارسطو اعلام کرد که «همه هنرها - از جمله نمایش - وسیله‌ای است برای تسکین آشوب‌های روانی و شنیدن آهنگ‌های موسیقی یا تماشای تابلوهای نقاشی یا حضور در صحنه تئاتر، سبب سبک‌باری و آرامش - یعنی کاتارسیس - می‌گردد.» (انصاری، ۱۳۶۸: ۲۰۵).

(ب) توانایی پالایش روانی: در آموزش هنر، پس از طی یک دوران طبیعی با گذر سریع فرد از بازی‌های بی‌هدف به سوی مطالعه و کار هدفمند، همراه با آموزش بنیادین، هیچانی مداوم از رشد و توسعه شکل می‌گیرد (جونز و دیگران، ۱۳۶۶: ۱۵۵). علاوه بر این، قدرت انعطاف‌پذیری و تلطیف روحی افزایش می‌یابد. فروید می‌نویسد: «هنرمندان صاحب قوه و استعداد نیرومند تلطیف و پالایش‌اند و در واپس‌زدگی‌هایشان انعطاف‌پذیری دارند.» این انعطاف‌پذیری را که فروید از آن نام می‌برد، شاید بتوان به نیروی عظیمی تعبیر کرد که کودکان آن را در بالاترین حد دارند، اما بعدها در جهان ماشینی امروزی می‌آموزند که بی‌اعتنا از کنار زیبایی‌ها و شگفتی‌های مادی و معنوی بگذرند که نتیجه آن با خلاقیتی مخرب همراه با آشفتگی‌های روحی و روانی و یا رخوت و سستی است. در حالی که با آموزش هنر می‌توان هم نیروی عظیم ابتدایی کودک را حفظ کرد و هم این نیرو و هیجان را در جهت صحیح هدایت کرد. (آل اسحاق، ۱۳۶۹: ۱۶۶).

(پ) داشتن نقش اصلاحی: از آنجا که تمرکز فکر، توجه، دقت و یادگیری، حرکت کردن برخلاف طبیعت ضمیر آشکار است، تعلیم و تربیت بر مذاق ذهن ناگوار است و باید با ترفند و لطافت‌الحیل آن را رام کرد و زیر یوغ کشید. از سوی دیگر، هر نکته مستقیم و هر سخن اندرزگونه واکنشی تدافعی در کودکان، به خصوص کودکان نااهل و بزهکار، ایجاد می‌کند و روش غیرمستقیم، این حالت تدافعی را کاهش می‌دهد (جوزف آلبر، ۱۳۶۸: ۹۸). دکتر رجبعلی مظلومی می‌نویسد: «فرزند نااهل را تنها از راه ورزش و هنر (نقاشی، تئاتر، کارهای دستی) می‌توان به اصلاح آورد؛ زیرا در این‌ها هیچ درس صریح اخلاقی و انسانی نیست و عالی‌ترین موارد تعلیم و تربیت با همان دو درس ورزش و هنر به‌طور غیرمستقیم قابل ارائه هستند.» (مظلومی، ۱۳۶۴: ۱۱۴).

(ت) شکوفایی ارزش‌های اصیل انسانی: احترام به دیگر انسان‌ها در وهله نخست مستلزم داشتن بینش و گرایش مطلوب نسبت به انسانیت و ارزش‌های اصیل انسانی است. ضروری است که ایجاد چنین نگرش و گرایشی از سال‌های آغازین کودکی، از طریق آثاری در خور فهم و متناسب با علائق کودکان دنبال گردد (محدثی، ۱۳۷۶: ۹۹).

هنر اسلامی از جمله هنرهایی است که این نقش مهم را به خوبی بر عهده می‌گیرد. «هنر اسلامی در جهت شناختن ابعاد گوناگون انسان و جنبه‌های مثبت و منفی و لحظات هبوط و عروج او، بینشی همه‌سویگر دارد و در عین حال که لحظه‌های سقوط انسان را می‌پذیرد، سعی در ارائه جلوه‌های متعالی

در نقاشی های کودکان می توان اطلاعات مناسبی از ویژگی های شخصیت کودک به دست آورد. توانایی های ذهنی، ویژگی های عاطفی، ناکامی ها، فشارها و تمایلات درونی کودک را می توان از طریق نقاشی های او باز شناخت

که دانش آموز در طول برنامه تحصیلی تنها یک بار یا حداکثر دو سه بار با آن ها برخورد می کند. (همان: ۵۴). ماکارنکو نیز در این باره می نویسد: وظیفه ما تربیت انسانی است که سرشار از احساسات عالی بشر برای انجام کارهای شگرف و فداکارانه باشد؛ انسانی که قهرمان دوران ما باشد نه ساده لوحی که دار و ندارش را بدهد و بعد از باب خودستایی بگوید، نگاه کنید چه آدم مطلوب و شجاعی هستیم! (ماکارنکو، ۱۳۷۰: ۱۲۵).

نقش هنرهای تجسمی (نقاشی) در تربیت

نقاشی و طراحی از مهم ترین عوامل در بیان مقاصد، افکار، عقاید و نیازهای درونی بشر محسوب شده است. «اشتغال به این فعالیت خلاقه اعم از آفرینش نقاشی یا کاربرد و استفاده از آن می تواند علاوه بر پرورش حس زیبایی دوستی و ذوق هنری انسان، نقش مؤثری در رشد شخصیت، شناخت مشکلات و نابسامانی های روانی و درمانی وی داشته باشد.» (میرزابیگی، ۱۳۷۶: ۱۰۸). به خصوص، این امر در کم کردن مشکلات روحی و روانی کودکان بسیار مؤثر است. «در این زمینه، کودکان باید یاد بگیرند چگونه جزئیات را بشکافند که اگر آن ها این چیزها را با نقاشی ها نشان دهند، نتیجه تربیت آن ها و برداشت فکری شان نسبت به اشیا و دنیای خارج آشکار می شود و در نتیجه توانایی فکری آن ها، رشد و تکامل می یابد و قدرت در کشان قوی تر می شود.» (داداش زاده، ۱۳۵۶: ۱۷).

گرایش به سمت اجسام رنگی فقط در انسان ها دیده نمی شود، بلکه حتی حیوانات نیز نسبت به رنگ ها عکس العمل نشان می دهند. (آل اسحاق، ۱۳۶۹: ۷۲).

استروسکایا با ارائه مثال ششم از برخورد مربی کودکستانی با کودکان حین دیدن تابلو نقاشی سخن می گوید. او با تماشای دقیق این گونه تصاویر، و پرسش و پاسخ حین مشاهده حس زیبایی شناسانه را در کودکان برمی انگیزد.

نقش موسیقی در تربیت

استفاده از وسایل صوتی مانند رادیو، صفحه گرامافون، ضبط صوت، آزمایشگاه های زبان و غیره در آموزش شنیداری اطلاعات بسیار مؤثر است. (لویی پورشه، ۱۳۶۶: ۱۰).

البته غرض از نقش موسیقی در تربیت، تأثیرات خاصی است که موسیقی بر روان انسان می گذارد. شنیدن صدای گرم و دلنشین مادر بزرگ حین خواندن یک ترانه محلی در سکوت حاکم بر فضا دارای آثار تربیتی مطلوبی است. کودکان اغلب با شنیدن این اصوات و هماهنگ با آن، عروسک را تکان می دهند و زیر لب شعر را زمزمه می کنند. استروسکایا معتقد است که هنر موسیقی کودک را یاری می دهد که واقعیت ها را واضح تر درک کند و به نیک سیرتی، خیرخواهی و مهربانی روی آورد. در نتیجه، به نظر او وظیفه ما کمک به انسان های در حال رشد برای باز کردن در جهان زیبایی هاست. موسیقی بنا به محتوای خود سبب بروز عکس العمل های مثبت می شود: مثلاً گوش کردن به موسیقی در ترکیب لالایی های آرام و دلنشین سبب آرامش، شنیدن ترانه های محلی موجب تحرک و فعالیت، خواندن سرودهای ملی و میهنی مایه نشاط، و گوش دادن به موسیقی آرام و شاعرانه سبب اندوه



ذات انسانی دارد. نقش هنر اسلامی تعدیل غرائز و اعتلا بخشیدن به عواطف و هماهنگ ساختن این گونه شوق ها با ناموس خلقت و آهنگ هستی است نه پهای بیش از حد دادن به آن ها (شریعتمداری، ۱۳۷۴: ۱۰۸).

ث) ایجاد خلاقیت و اعتماد به نفس: یکی از نقش های اصلی هنر ایجاد و تقویت نیروی شگفتی و هیجان است که اگر با تلطیف و پالایش روحی همراه گردد، منجر به ایجاد خلاقیتی مثبت و سازنده خواهد گردید و از سویی، به تأمین نیازهای اساسی و روانی کودک، مانند نیاز به ابراز خود، کمک شایانی می کند. فرد از طریق به وجود آوردن اشکال مختلف هنری، افکار و عقاید و احساسات خود را ظاهر می سازد. از این راه قوه ابتکار نیز پرورش می یابد و این اعتماد به نفس و خلاقیت در تمام سطوح یادگیری نقشی مؤثر دارند. در میان صاحب نظران تعلیم و تربیت، نظرات بلوم در مورد نقش هنر در بالا بردن توانایی ها و مهارت های ذهنی قابل تأمل است.

بنجامین بلوم عقیده دارد تعداد بسیار کمی از معلمان فقط به بازده آموزشی می اندیشند و بقیه می کوشند تا دانش آموز فنون کلی روبه رو شدن با مشکلات را عملاً بیاموزد. بعضی از روان شناسان این جریان را تفکر انتقادی و جان دویبی و دیگران، آن را تفکر عمقی و حتی بعضی دیگر آن را حل مسئله نامیده اند. (بلوم، ۱۳۷۰: ۵۰).

بلوم اصطلاح توانایی و مهارت های ذهنی (هنرها) را به کار می برد. از نظر او توانایی ها، حاصل دانش به علاوه هنرها یا مهارت هاست. از نظر بلوم، «هنرها و مهارت ها فرایند ذهنی سازماندهی و بازسازی مورد نیاز برای رسیدن به منظوری معین را مورد تأکید قرار می دهند. توانایی های ذهنی ترکیبی از دانش، مهارت ها و هنرهای ذهنی است.» (همان: ۵۱).

وی معتقد است نقش توانایی ها و مهارت های ذهنی (هنرها) در درجه اول کارآمدی در یادگیری است؛ زیرا:

۱. توانایی ها و مهارت های ذهنی ارزش انتقالی بیشتر و کاربرد وسیع تری از دانش دارند.

۲. دلیل دوم کارآمدی توانایی ها و مهارت های ذهنی در یادگیری، دوام آن هاست. طبق نظریه یادگیری، از آن دسته از بازده های پرورشی که بتوان آن ها را به موقعیت های متفاوتی تعمیم داد و به کار گرفت، دوام بیشتری می توان انتظار داشت تا آن بازده های پرورشی که آن قدر جزئی و مشخص اند



می‌شود. با وجود این، طبق نظر بسیاری از محققان، در استفاده از موسیقی نباید افراط کرد و در انتخاب آن نیز باید دقت لازم را داشت. موسیقی به صورت آوازهای محلی در بسیاری از مناطق مرسوم است اما از آنجا که در خانواده‌های امروزی به نوع موسیقی و مدت‌زمان آن اکثراً توجه نمی‌شود، این امر سبب بروز نتایج منفی می‌گردد (استروسکایا، ۱۳۷۲: ۲۴۰).

شهیدمطهری در کتاب «تعلیم و تربیت در اسلام» موسیقی‌هایی را که موجب سبکی عقل می‌گردند، دارای قدرت عظیم و فوق‌العاده‌ای در جهت پاره کردن پرده تقوا و عفت انسان می‌داند (مطهری، ۱۳۷۷: ۷۳) که کودکان نیز از این قاعده مستثنا نیستند. علاوه بر موسیقی، سرودها و آهنگ‌های پرمحتوا روح همکاری و هم‌صدایی را در کودکان زنده می‌کند و تمرینی عملی برای تعاون و وحدت و هماهنگی و پرهیز از تکراری است. (محدثی، ۱۳۷۶: ۱۹۲).

نقش ادبیات (داستان و شعر) در تربیت

خواندن قطعات ادبی، مانند شعر و داستان، با صدای بلند در خانواده‌های قدیمی مرسوم بوده است. در این خانواده‌ها، کودکان قسمتی از شعری را که حفظ کرده بودند، همراه با شخصی بزرگ‌تر یا به تنهایی زمزمه می‌کردند. البته «اگرچه ممکن است برخی از قسمت‌های این قطعات ادبی از نظر کودک نامفهوم باشد، ولی خوش‌آهنگی و شیوایی و روانی اشعار و زبان شاعرانه و پراستعاره آن‌ها سبب شکوفایی احساس عالی در کودک و آشنایی او با ظرافت‌های کلمات و سوق یافتن او به سوی خلاقیت‌های هنری و ادبی خواهد شد.» (استروسکایا، ۱۳۷۲: ۲۳۶).

شعر و داستان از دیدگاه اسلام قابل بحث و بررسی زیاد است. علامه امینی در «الغدير» می‌گوید: «تأثیر شعر خوب و زیبا را بالاتر از هر دعوت و تبلیغی می‌یابی...» (محدثی، ۱۳۷۶: ۱۷۷).

حال اگر شعر به صورت سرود - که دارای آهنگ است - ارائه گردد، علاوه بر موارد مذکور روح هم‌فکری، همکاری، تعاون و وحدت را تقویت می‌کند. در هنر ایران به داستان و داستان‌سرایی به‌خصوص در دوره اسلامی توجه زیادی مبذول شده و پیش‌زمینه غنی اساطیری ایران نیز بر غنای آن افزوده است. (همان: ۲۵۵).

داستان نیز در تربیت کودک آثار مهم و ویژه‌ای دارد. اگر کودک از ابتدای زندگی با ادبیات و هنر آشنا گردد، در بزرگسالی انسانی دانش‌دوست و خوش‌مشرّب و آشنا با فرهنگ خواهد شد. و.ک بلینسکی با تأکید بر ضرورت آشنایی کودکان با بهترین نمونه‌های آثار کلاسیک می‌نویسد: «بگذارید گوش کودک به آهنگ زبان مادری مأنوس شود و قلب او از احساس ظرافت و زیبایی لبریز گردد. بگذارید شعر نیز مانند موسیقی از طریق قلب و مغز کودک بر احساس او نفوذ کند تا بتواند در موقع خود الهام‌بخش او شود.» (استروسکایا، ۱۳۷۲: ۲۳۶).

علاوه بر این، «داستان سبب بیداری احساسات و پرورش فکری کودک می‌شود اما آن‌ها باید با مفاهیم ساده آغاز گردند.» هم‌زمان با استفاده از مفاهیم ساده، اگر داستان‌ها در قالب عاطفی پیاده شوند، تأثیر فوق‌العاده‌ای در روح انسان خواهند داشت (قائمی، ۱۳۷۰: ۲۲۰).

نقش کارهای دستی در تربیت

به‌طور کلی، کارهای دستی تمرین خلاقیت است و بیشتر از طریق جمع‌آوری اشیاء حاصل می‌شود. به نظر می‌رسد که میان فعالیت‌های مغزی و فعالیت‌های دستی مناسب نسبت معکوسی وجود دارد. طبق گفته آلفرد نورت وایتهد: «عدم استفاده از کارهای دستی، یکی از علل رخوت فکری آریستوکرات‌هاست.» (اسبورن، ۱۳۶۸: ۴۱).

کارهای دستی، حتی عملیات بدنی، بافندگی، گلدوزی، دوزندگی، نقاشی همه و همه در کودک اثر دارد؛ ناراحتی‌های حسی، فکری و عاطفی او را

برطرف می‌سازد، از هیجاناتش می‌کاهد، برای او آرامش می‌آورد و موجبات رشد شخصیت و اتکالی به نفسش را فراهم می‌کند. کارهای دستی خلاقیت فرد را افزایش می‌دهند؛ چون خود او هم طرح را به‌وجود می‌آورد و هم آن را اجرا می‌کند. این مطلب در مورد سیدسازی، تکه‌دوزی، منبت‌کاری، فلزکاری، مدل‌سازی و تعداد زیادی از کارهای دیگر صادق است. به همین ترتیب، تبدیل وسایل خراب و بی‌مصرف به اشیاء مفید تزیینی در خلاقیت بسیار مؤثر است. بسیاری از خلاقان بزرگ سرگرمی‌های خلاق داشته‌اند مانند ویکتور هوگو که هم اثاثیه خانه می‌ساخت و هم آن‌ها را طراحی می‌کرد (قائمی، ۱۳۷۰: ۲۲۵).

نقش سینما و تئاتر در تربیت

تأثیر سینما و تولیدات آن بر فرایند تعلیم و تربیت کودک در جهان امروز بر کسی پوشیده نیست. کودک «جریان تلویزیون و سینما را با هیجان و احساس دنبال می‌کند، از طریق آن آداب و رسوم و سنت‌ها و طرز برخوردها را می‌آموزد، ارزش‌ها را یاد می‌گیرد و از ضوابط اخلاق اجتماعی آگاه می‌شود.» (همان: ۲۲۴).

در نگرشی وسیع‌تر، حج مسلمانان از دید روان‌شناسان یک تئاتر دسته‌جمعی است که قسمتی از زندگی حضرت ابراهیم و هاجر و اسماعیل را در برمی‌گیرد و پیام آن عشق و پرستش و ایثار و تسلیم انسان در برابر فرمان‌های خداست. محمد آل اسحاق ارائه تئاترهای مفید (مثلاً تئاتری که نیروهای عقل و نیروهای شیطان را در برابر هم قرار می‌دهد) را روشی مؤثر برای ارائه مفاهیم عقلی می‌داند. از نظر او، در فیلم جلوه حیات و ظرافت‌های هنر بیشتر است و فیلم نسبت به سایر ابزارهای تربیت کارایی بیشتری دارد. منظور از فیلم هنری است که بتواند وجدان انسان‌ها و جامعه را شکل دهد و هدایت کند (آل اسحاق، ۱۳۶۹: ۶۰).

نقش گل‌کاری و گل‌آرایی در تربیت

گل‌کاری از هنرهای زیبا به‌شمار نمی‌آید ولی گل‌آرایی و پیوندهای تزیینی به نوعی حس زیبایی‌شناسی را تقویت می‌کنند. کودکی که با پدرش در گل‌کاری شرکت می‌کند و می‌کوشد گل‌ها را در یک ردیف معین بکارد تا در دوره شکوفایی زیبا و منظم به نظر برسند، از رشد بُعد زیبایی‌شناسی برخوردار می‌شود. این عمل در تربیت فردی و اجتماعی او نیز نقش مهمی دارد؛ به این صورت که وقتی کودک به‌تدریج پی می‌برد که زیبایی نتیجه تلاش انسان‌هاست و منظور از آفرینش آن مجذوب کردن همه مردم است، به درکی عالی دست می‌یابد و این مقدمه ورودش به دنیای خلاقیت‌ها می‌شود

بازی‌های نمایشی و تخیلی علاوه بر نقش درمانی، در رشد ابعاد مختلف شخصیت تأثیر در خور توجهی دارند؛ از جمله می‌توان به رشد اجتماعی، تقویت اعتماد به نفس و رشد قدرت تکلم کودک اشاره کرد

که در تعلیم و تربیت اهمیت بسزایی دارد. زیرا به نظر استروسکایا پرورش احساس زیبایی‌شناسی در کودک تنها تقویت درک و تشخیص زیبایی‌ها در او نیست، بلکه ایجاد میل به شرکت در جریان خلق زیبایی‌هاست. (استروسکایا، ۱۳۷۲: ۲۳۴).

ماکسیم گورگی، نویسنده مشهور روس، در نامه خود به پسرش می‌نویسد: «تو سفر کرده‌ای، ولی گل‌هایی که به دست تو کاشته شده‌اند، باقی مانده و رشد می‌کنند. زمانی که آن‌ها را نگاه می‌کنم، می‌اندیشم که پسر من چه یادگارهای زیبایی از خود به جا نهاده است. اگر در دوران زندگی خود نیز همواره و همه‌جا برای مردم یادبودهای نیک و زیبایی از افکار و اعمال و کردار خود به جا بگذاری، سالیان زندگی تو دلنشین و لذت‌بخش سپری خواهد شد... و این احساس تو را از روح عالی برخوردار خواهد کرد. همیشه به یاد داشته باش که هدیه دادن لذت‌بخش‌تر از هدیه گرفتن است.» (همان: ۲۳۵).

بحث و نتیجه‌گیری

هنر به‌عنوان یکی از ابزارهای مؤثر و کارآمد تربیتی می‌تواند نقش بسیار ممتازی در تعلیم و تربیت کودکان و نوجوانان کشور ایفا نماید بنابراین، شناسایی استعدادها و مختلف دانش‌آموزان و پرورش آن‌ها در مسیر صحیح و مطلوب، مسئولیتی است که مربیان و معلمان با استفاده از هنر می‌توانند به خوبی بدان بپردازند و با ارائه برنامه‌های جذاب هنری، دانش‌آموزان با علایق و سلیقه‌های متفاوت را جذب و در دستیابی آن‌ها به اهداف غایی تعلیم و تربیت کمک مؤثری کنند. با توجه به اینکه هنر می‌تواند نقش بسزایی در پرورش خلاقیت دانش‌آموزان و ارتقای سلامت روانی آن‌ها در مدارس داشته باشد، پیشنهادهایی به شرح زیر برای استفاده کارشناسان، معلمان و مربیان مدارس ارائه می‌شود. به امید اینکه مفید واقع گردد و در آینده شاهد دانش‌آموزانی خلاق و برخوردار از سلامت روانی بالا باشیم.

۱. با توجه به نقش و اهمیت هنر در تعلیم و تربیت دانش‌آموزان مدارس، بر بهره‌گیری مناسب از آن در روش‌های آموزشی توسط معلمان و مربیان توصیه می‌شود؛

۲. برنامه‌های هنری برای دانش‌آموزان دوره‌های مختلف تحصیلی در برنامه آموزشی هفتگی متناسب با ویژگی‌ها و نیازهای سنی آن‌ها توسط صاحب‌نظران و کارشناسان ذی‌ربط تهیه و تدوین شود و جهت اجرا به مدارس ابلاغ گردد؛

۳. ایجاد و توسعه کارگاه‌های هنری در مدارس با توجه به علاقه‌مندی دانش‌آموزان دوره‌های مختلف تحصیلی به منظور غنی‌سازی اوقات فراغت آن‌ها خصوصاً در تعطیلات تابستان؛

۴. تشکیل نمایشگاهی از آثار هنری دانش‌آموزان در مدارس به مناسبت‌های گوناگون در طول سال تحصیلی به‌منظور تشویق دانش‌آموزان به فعالیت‌های هنری و خلاقانه؛

۵. سازماندهی فعالیت‌های پرورشی در مدارس ابتدایی با بهره‌گیری از قالب‌های متنوع هنری که بر جذابیت فعالیت‌های پرورشی بیفزاید.

۶. برگزاری مسابقات در رشته‌های مختلف هنری و تجلیل و تقدیر شایسته از برگزیدگان در مدارس؛

۷. آموزش منسجم و مستمر مربیان و معلمان مدارس در زمینه شناخت، بررسی و انتخاب آثار هنری ویژه کودکان و نوجوانان در قالب آموزش‌های ضمن خدمت؛

۸. ایجاد و توسعه مراکزی برای شناسایی و پرورش استعدادها و هنری دانش‌آموزان دوره‌های دبستان و راهنمایی و متوسطه؛

۹. به‌کارگیری هنر در برنامه‌های درسی، از جمله در تنظیم محتوا و انتخاب روش‌های آموزشی و تربیتی مدارس؛

۱۰. نظرخواهی از دانش‌آموزان دوره‌های مختلف تحصیلی در زمینه ارائه برنامه‌های هنری؛

۱۱. هنر امروزی باید با توجه به نیازهای جامعه خود و نه در ارتباط با نیازهای جامعه‌ای دیگر طراحی گردد؛

۱۲. با توجه به تأثیر هنرها در رشد شخصیت کودکان، پرورش قوه ابتکار و حس اعتماد به نفس آن‌ها، در کنار هنرهای زیبا دروسی چون گل‌کاری، گل‌آرایی، کار دستی و مدل‌سازی از سنین خردسالی در مدارس به‌طور جدی تدریس شود؛

۱۳. پاره‌ای داستان‌ها حتی داستان‌های عارفانه (مثلاً داستان‌های هفت گنبد نظامی) یا اساطیر ایران باستان به زبانی ساده و قابل فهم برای بالا بردن هیجان، جذابیت و تحرک کلاس‌های درس در کتاب‌های درسی گنجانده شود؛

۱۴. اختصاص دادن زمان ویژه‌ای در ساعات درسی به بازخوانی ترانه‌ها و سرودهای بومی و محلی با آهنگ؛ مثلاً از ترانه‌های محلی برای تحرک و فعالیت بیشتر و از سرودهای ملی برای ایجاد نشاط استفاده شود.

۱۵. اختصاص دادن ساعات بیشتر به طراحی و نقاشی برای بالا بردن توانایی‌های فکری و رشد و تکامل خلاقیت در محیط آزاد (طبیعت).

منابع

۱. فروب؛ «تربیت انسان»، مجله هایدلبرگ، مقالات مربوط به تاریخ فلسفه، شماره ۳۵، ۱۹۴۰.
۲. الهی، محمودرضا؛ فلسفه هنر، تهران، انتشارات مدرسه عالی ورزش، ۱۳۵۴.
۳. انصاری، جابر؛ مردم‌شناسی و روان‌شناسی هنری، تهران، انتشارات اسپرک، ۱۳۶۸.
۴. جونز، ارنست و دیگران؛ رمز و مثل در روانکاوی، مترجم: جلال ستاری، تهران، انتشارات توس، ۱۳۶۶.
۵. آل اسحاق، محمد؛ اسلام و روان‌شناسی؛ به همت حجت‌الاسلام محلاتی، شیراز و دیگران، قم، نشر روح، ۱۳۶۹.
۶. آلبر، جوزف؛ تأثیر متقابل رنگ‌ها، مترجم: عربعلی شروه، تهران، نشر نی، ۱۳۶۸.
۷. مظلومی، رجبعلی؛ کلیدهای تربیتی، تهران، کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، ۱۳۶۴.
۸. محدثی، جواد؛ هنر در قلمرو مکتب، قم، دفتر تبلیغات حوزه علمیه قم، ۱۳۷۶.
۹. شریعتمداری، علی؛ رسالت تربیتی و علمی مراکز آموزشی، تهران، سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی، ۱۳۷۴.
۱۰. بلوم، بنجامین؛ طبقه‌بندی هدف‌های پرورشی، مترجم: علی اکبر سیف و خدیجه علی‌آبادی، تهران، انتشارات رشد، ۱۳۷۰.
۱۱. معنوی، عزالدین و همکاران، هنر از دیدگاه روان‌پزشکی، تهران، انتشارات چهر، ۱۳۶۳.
۱۲. ماکارنکو، آنتون یمونویچ، انسان مربی و نویسنده، چ هفتم، مترجم: ب کیوان، تهران، انتشارات شباهنگ، ۱۳۷۰.
۱۳. ل. ف. استروسکایا، تأثیر تعلیم و تربیت در شخصیت کودک، مترجم: نازلی اصغرزاده، تهران، نشر دنیای نو، ۱۳۷۲.
۱۴. میرزابیگی، علی؛ نقش هنر در آموزش و پرورش و بهداشت روانی کودکان، تهران، انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۳۷۶.
۱۵. داداش‌زاده، کاوه؛ نقاشی و دنیای بچه‌ها، تهران، انتشارات توکا، ۱۳۵۶.
۱۶. لویی پورشه؛ به سوی آموزش شنیداری و دیداری، مترجم: پیروز سیار، تهران، انتشارات سروش، ۱۳۶۶.
۱۷. مطهری، مرتضی؛ تعلیم و تربیت در اسلام، تهران، انتشارات صدرا، چ ۳۲، ۱۳۷۷.
۱۸. قائمی، علی؛ زمینه تربیت، چ ۷، تهران، انتشارات امیری، ۱۳۷۰.
۱۹. اسبورن، الکس اس؛ پرورش استعداد همگانی ابداع و خلاقیت، مترجم: حسن قاسم‌زاده، تهران، انتشارات نیلوفر، ۱۳۶۸.
۲۰. جان لکنستر؛ هنر در مدرسه، مترجم: میرمحمد سیدعباس‌زاده، تهران، انتشارات مدرسه، ۱۳۷۷.



گزارش از همایش «هفته بهداشت روان»
و «روز مشاور» در منطقه ۵ تهران

سنگ صبور بچه‌ها باشیم!

محمد دشتی

▲ اشاره

نیاز انسان به راهنمایی و مشورت گرفتن از دیگران در تصمیم‌گیری، انتخاب و به‌کارگیری راه‌حل‌های مناسب در زندگی بر کسی پوشیده نیست. خصوصاً در سنینی که فرد ناچار از انتخاب‌های مهمی است؛ مسلماً چنین مشاوره‌ها و راهنمایی‌هایی کمک شایان توجهی در اقدامات درست و مناسب او خواهد داشت و از رفتن او به راه خطا و تصمیم‌گیری‌های شتاب‌زده جلوگیری خواهد کرد. از آنجا که بیشتر عدم موفقیت‌ها، شکست‌ها و در نیمه راه ماندن‌ها ناشی از نداشتن اطلاعات کافی و انتخاب‌های نادرست است، مشاوره در زمینه‌های مختلف اهمیت فراوان دارد.

امسال در روز ۲۶ مهرماه و در هفته بهداشت روان و روز مشاور، کارشناسی مشاوره آموزش و پرورش منطقه ۵ تهران همایشی را با حضور مشاوران مدارس این منطقه برگزار کرد. در این همایش که حاشیه‌های جذابی نیز داشت، به مدعوینی که سالروز ازدواجشان، با سالروز ازدواج مولای متقیان حضرت علی (ع) و حضرت فاطمه صدیقه (س) هم‌زمان شده بود، هدایایی تقدیم و از تلاش‌های کارشناس مسئولان قبلی کارشناسی مشاوره منطقه و همچنین همکاران مشاوره که در سال گذشته تحصیلی بازنشسته شده بودند، قدردانی شد.

گزارش پیش‌رو، شامل گزیده‌ای از مطالب عنوان شده در سخنرانی‌های این همایش است.

تا کسی خودش را دوست نداشته باشد، دیگران را هم دوست نخواهد داشت

در ابتدای مراسم آتشک، معاون متوسطه آموزش و پرورش منطقه ۵ تهران، در سخنانی گفت: مشاوران اعتقاد دارند که ذهن انسان‌ها کارگاه تحول‌سازی است. خوشا به حال آنان که در کار خود تحول و اندیشه مثبت می‌سازند و قبل از آنکه دیگران از این تحول بهره‌مند شوند، خود از آن بهره می‌برند. پس تفکر مثبت نقش مهمی در کار مشاوران دارد. از سوی دیگر، این عزیزان اعتقاد دارند تا کسی خودش را دوست نداشته باشد، دیگران را هم دوست نخواهد داشت؛ بنابراین، دوستی و محبت به خود و دیگران از مؤلفه‌های اصلی کار مشاوره است. در حقیقت، مشاوران پرچم‌داران فراهم کردن شرایطی هستند که بتوانند با آوردن انرژی مثبت فضای مدرسه، خانه و اجتماع را که بی‌ارتباط با هم نیستند، شاداب نگه دارند و از آسیب‌های فردی و اجتماعی جلوگیری کنند.

مشاور اساساً باید اهل دانش، درک و فهم عمیق و سواد تحقیق و پژوهش باشد و خوشحالیم که امروزه مشاوران ما افرادی تحصیل کرده، مثبت‌اندیش و با پشتکارند و فضای مدارس را برای فعالیت‌های ارزشمند خود انتخاب کرده‌اند.

می‌گویند اولین موجودی که به نعمت آب پی برد، یقیناً ماهی نیست؛ زیرا او خود در آب غرقه است و قدر آب را نمی‌داند، اما اگر لحظه‌ای از آب خارج شود، قدر و اهمیت آب را که زندگی او بسته به آن است، از هر موجود دیگری بیشتر خواهد دانست.

ما هم اکنون این گونه‌ایم و شاید قدر نعمت‌های فراوانی را که خداوند متعال در اختیارمان گذاشته است، آن گونه که شایسته است ندانیم، اما من مطمئنم که با بودن شما همکاران خوب و پر تلاش، فضای قدر دانستن از این نعمت‌ها و آنچه داریم، در بین دانش‌آموزان و همکاران فراهم خواهد آمد و از این بابت هم خداوند بزرگ را شاکر و سپاسگزاریم.

تلاش‌های گروهی و مشارکتی آثار ارزشمندی در مدارس و در میان دانش‌آموزان داشته است

سال گذشته شما فعالیت‌های ارزشمند و پرباری را انجام دادید. همکاران ما در هسته مشاوره منطقه، به خصوص کارشناس مسئول مشاوره خانم نجفی زحمات زیادی را متقبل شدند که از همه عزیزان صمیمانه تشکر و قدردانی می‌کنیم. این امر نشانگر آن است که گروه مشاوره آموزش و پرورش منطقه ۵ تهران گروهی منسجم و همدل و همراه است که رمز موفقیت را در تلاش‌های گروهی و مشارکتی می‌داند و خوشبختانه این نوع نگاه و تفکر آثار ارزشمندی هم در مدارس و در میان دانش‌آموزان داشته است.

با عنایت به موضوع طرح تحول بنیادین در آموزش و پرورش و استقرار طرح ۳-۶ که از امسال آغاز شده است، معتقدیم که برای نهادینه‌شدن و موفقیت این طرح، که کارشناسی و تدوین آن سال‌های زیادی طول کشیده است، مشاوران مدارس نقش بسیار مهمی دارند. شما خوب می‌دانید که اگر یک طرح خوب، بد اجرا شود هیچ‌گاه به اهداف نهایی خود نخواهید رسید. به همین دلیل، عرض می‌کنم که نقش مشاوره‌ای و پشتیبانی مشاوران در این تحولات بسیار مهم و اثرگذار است. خوشبختانه همکاران مشاور ما اطلاعات مناسبی دارند و از این موضوعات هم آگاه هستند و می‌توانند در راهنمایی همکاران و پاسخ‌دادن به پرسش‌های آن‌ها - که در ابتدای اجرای هر طرح مهمی به‌طور طبیعی وجود دارد - پیش‌گام و راهنما باشند.

پس انتظار ما این است که همکاران مشاور ما، مانند سال‌های گذشته که در هر کار بزرگی در کنار ما و یار و یاور مدارس بوده‌اند، در این طرح مهم و اساسی که تغییر و تحول بنیادین در آموزش و پرورش را هدف قرار داده است، نیز همکاری لازم را داشته باشند و اگر نیاز به جلسه توجیهی، کارگاه‌های آموزشی و برنامه‌های دیگری وجود دارد آن را بررسی و تبیین کنند و به‌اجرا بگذارند. دوستان در صحبت‌هایشان اشاره کردند که شعار «خواهی نشوی رسوا! هم‌رنگ جماعت شو!» را قبول ندارند و استدلال کردند که حضرت محمد(ص) پیامبر خوبی‌ها، هم‌رنگ جماعت نشدند، بلکه با آموزه‌های وحیانی و دینی جامعه روزگار خود را به وضعیت دلخواه و مطلوب دین مقدس اسلام درآوردند. این حرف بسیار بزرگ و ارزشمندی است و خداوند بزرگ را شاکریم که همکاران مشاور ما در کارشان الگویی مانند پیامبر اعظم(ص) دارند و تلاش می‌کنند تا در حد وسع و امکان خود، در مسیر اهداف و خواسته‌های ائمه معصومین(ع) و پیامبر اکرم(ص) گام بردارند. ان‌شاءالله تلاش خواهیم کرد جلساتی مانند جلسات محوری مدیران را که در سطح منطقه برگزار می‌شود، برای مشاوران هم برگزار کنیم تا بتوانیم با هماهنگی و همدلی بیشتر و با بهره‌گیری از نظرات و تجربیات شما همکاران محترم این موضوعات را به شکلی بهتر و مؤثرتر سامان بخشیم.»

هیچ گفت‌وگو و هیچ کلامی جز سلامتی و شادابی را بر زبان جاری نکنیم

خانم نجفی، کارشناس مسئول مشاوره منطقه ۵ تهران، سخنران بعدی این

همایش بود. ایشان هم طی سخنانی اظهار داشت:

هفته بهداشت روان را به همه همکاران عزیز تبریک می‌گویم و آرزو می‌کنم که همیشه سلامت و بانشاط باشید. امروز و در هفته بهداشت روان تصمیم گرفتیم نگاهی به گذشته داشته باشیم و حداقل ده سال گذشته خودمان را در حوزه مشاوره در این منطقه مرور کنیم. ضمن گرامی‌داشت و قدرشناسی از کسانی که در همه این سال‌ها چراغ این کار را روشن نگه داشته‌اند، مروری بر تجربیات، مشکلات و توفیقات به‌دست آمده داشته باشیم تا ان‌شاءالله گذشته را چراغ راه آینده قرار دهیم.

ما به‌عنوان مشاور، عادت کرده‌ایم که حرف و کلامان را با صحبت‌های مشاوره‌ای آغاز کنیم و امروز هم من حرف‌هایم را در جمع عزیزان مشاور همین گونه آغاز می‌کنم. بیایید آن قدر قوی شویم که هیچ چیز آرامش ذهنمان را برهم نزنند، در هر گفت‌وگویی و هر کلامی جز سلامتی و شادابی بر زبان جاری نکنیم، از به‌کار بردن واژه‌های منفی دوری کنیم، همواره توانایی‌های دوستانمان را به آنان یادآوری شویم و با خود پیمان ببندیم که نیمه روشن هر چیزی را ببینیم. با خود پیمان ببندیم به بهترین‌ها فکر کنیم، به بهترین شیوه کار کنیم و فقط بهترین‌ها را بخواهیم. مشتاق موفقیت‌های دیگران باشیم؛ آن گونه که گویی موفقیت از آن خودمان است. مشکلات گذشته را فراموش کنیم و به سوی هدف‌های بزرگ آینده گام برداریم. با خودمان پیمان ببندیم به تمام موجودات زنده با لبخند نگاه کنیم. آن قدر برای رشد و تعالی خود وقت صرف کنیم تا دیگر زمانی برای انتقاد کردن از دیگران نداشته باشیم. در ناراحتی‌ها صبور، در برابر ترس‌ها قوی و در برابر خشم متین باشیم. به قول یکی از شهدای بزرگوار: تا هستیم دوست بدریم سال‌ها را، فصل‌ها را، ساعت‌ها، دقیقه‌ها و ثانیه‌ها را. آن گونه باشیم که چون در گذشتیم، مرگمان تولدی دوباره باشد.

خدا را شاکرم که توانسته‌ایم، همدل، همراه، امین و سنگ‌صبور بچه‌ها باشیم

من هم مثل شما عزیزان که سابقه طولانی خدمت را دارید، ۲۶ سال سابقه و توفیق خدمت دارم. اولین روزی که به مدرسه پا گذاشتم، در حالی که از پله‌های مدرسه بالا می‌رفتم دانش‌آموزانی را دیدم که با همه، سرزندگی و نشاط خود مدرسه را در شادابی و شور غرقه کرده بودند. با دیدن آن صحنه احساسی در وجودم شکل گرفت که هنوز هم رهایم نکرده است؛ احساس خوب خدمت به بچه‌ها و نوگلانی که امیدهای آینده این کشور اسلامی و بزرگ هستند. خدا را شاکرم که بعد از این همه سال در خدمت مشاوران عزیز منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران همه ما در کنار هم همان حس خوب بودن، زندگی کردن و همراهی با بچه‌ها را داریم و این توفیق نصیبمان شده است که همدل، همراه، امین و سنگ‌صبور بچه‌ها و حتی همکاران خود باشیم. ما دوره‌های سخت و شیرین زیادی را از سرگذرانده‌ایم و این گذشت زمان در خود پیمایی دارد. پیام آن این است که زندگی به‌سرعت در حال گذر است و همه باید تلاش کنیم از این لحظاتی که به سرعت برق و باد می‌گذرند، به بهترین شکل و مؤثرترین شیوه بهره ببریم و ان‌شاءالله به‌خوبی به وظایف خود عمل کنیم.

ما امسال در هفته بهداشت روان و در روز مشاور، این عنوان را برای سال پیش‌رو انتخاب کرده‌ایم: «خطر افسردگی را جدی بگیریم». لازمه تحقق این شعار این است که مقابله با افسردگی را از خودمان شروع کنیم. ما برای عملی‌شدن این شعار تلاش کردیم در حد مقدرات و امکانات، شروعی متفاوت را در کنار هم تجربه کنیم و امیدواریم این تجربه کوچک خوشایند و ماندنی باشد و بتوانیم در روزهای پیش‌رو، زمینه‌ای را فراهم آوریم که هیچ دانش‌آموز و همکار افسرده‌ای در میان ما نباشد و فراتر از آن، در خانواده و اجتماع ما کسی افسرده و نگران نباشد.

ما امسال در هفته بهداشت روان و در روز مشاور، این عنوان را برای سال پیش رو انتخاب کرده ایم: «خطر افسردگی را جدی بگیریم»

ما ادعا نداریم که می خواهیم دنیا را زیرو رو کنیم؛ مشکلات زیاد است و امکانات ما کم و محدود، اما اعتقاد داریم با توجه به ظرفیتی که در دوستان هست، می توانیم کارهای مؤثر و بزرگی انجام دهیم

سیر در انفس و آفاق و دیدن جهان افقی تازه به روی ما می گشاید

آرزوی من برای همه همکاران عزیز این است که توفیق پیدا کنند و شرايطی فراهم شود که بتوانند دنیا را ببینند و با راز و رمزهای خلقت و آفرینش و گستردگی جهان پیرامون خود در سطحی وسیع تر آشنا شوند. این موضوع که عرض کردم هم از آرزوهای شخصی خودم است و هم اعتقاد دارم که آموزه های دینی ما و دین مبین اسلام، نیز ما را به این امر توصیه کرده است. سیر در آفاق و انفس و دیدن جهان به ما و همه کسانی که خانه و کاشانه امن خود را ترک می کنند و سختی های راه را - که اکنون و به مدد پیشرفت های بشر نسبت به گذشته بسیار کمتر شده است - می پذیرند دید و نگاه تازه ای نسبت به انسان ها و جهان می دهد. این نگاه تازه برای من و شما که کار مشاوره به دیگران و به خصوص دانش آموزان را برعهده داریم، خیلی مفید و مؤثر است. پس امیدوارم سفری به دور دنیا داشته باشید و از ثمرات آن در کار خود بهره ببرید.

اعتقاد من این است که امر مشاوره باید از دوره ابتدایی شروع شود، در دوره راهنمایی ادامه یابد و در دوره متوسطه کامل شود. البته ما با حمایت های انجام شده و توکل بر خداوند متعال توانسته ایم این کار را در حد محدودی از مدارس ابتدایی شروع کنیم و آن را در دوره راهنمایی هم تداوم بخشیم، اما لازمه تأثیرگذاری و تداوم این کار حمایت بیشتر مسئولان محترم و همکاری بیشتر مشاوران محترم است که امیدواریم وسعت و عمق بیشتری پیدا کند.

امسال با برنامه ای که تدوین شده است، همکاران مشاور ما از مدارس همدیگر بازدید خواهند کرد. هدف این برنامه آشنایی بیشتر مشاوران با یکدیگر و استفاده از تجربیات و امکاناتی است که در اختیار همکاران عزیز قرار دارد و می تواند باعث همدلی و همکاری بیشتر مشاوران مدارس با یکدیگر در سطح منطقه شود.

ما ادعا نداریم که می خواهیم دنیا را زیرو رو کنیم اما اعتقاد داریم که می توانیم کارهای مؤثر و بزرگی انجام دهیم.

شاید برخی صحبت هایی که گفته می شود تکراری باشد اما توجه داشته باشیم که همین تکرار ثمرات زیادی دارد و باعث می شود ما توجه بیشتر و عمیق تری به برخی امور داشته باشیم. در آموزه های دینی ما هم به مداومت در برخی امور تأکید شده است. برای مثال، ما در طول شبانه روز به طور مداوم نمازمان را در نوبت هایی مشخص به جا می آوریم و این امر در طول هفته و ماه و سال و در تمام عمرمان انجام می شود. شاید ظاهر این کار تکراری به نظر برسد اما تأثیرات مثبت آن از این نظر که به طور مداوم در یاد خدا هستیم و پیوسته خود را در محضر الهی احساس می کنیم، بسیار زیاد و درخور توجه است.

ما ادعا نداریم که می خواهیم دنیا را زیرو رو کنیم؛ مشکلات زیاد است و امکانات ما کم و محدود، اما اعتقاد داریم با توجه به ظرفیتی که در دوستان هست، می توانیم کارهای مؤثر و بزرگی انجام دهیم، کما اینکه اگر فعالیت های دلسوزانه این عزیزان نبود، ما در مدارس و در اجتماع با مشکلات بیشتر و آسیب های شدیدتری روبه رو بودیم.

الهی چنان کن سرانجام کار
تو خشنود باشی و ما رستگار»

دکتر اصغر نژاد سخنران پایانی مراسم همایش بود که در سخنان خود به موضوعاتی درباره افسردگی اشاره کرد و گفت: «همان گونه که اعلام شد، موضوع بحث امروز ما افسردگی و مسائل مرتبط با آن است. دوستانی که قبل از من صحبت کردند، در اشاراتی که به موضوع افسردگی داشتند، به خوبی وضع ما را در این خصوص روشن کردند. ماحصل کلام ایشان این بود که متأسفانه زمینه های افسردگی در اجتماع، مدرسه و در بین دانش آموزان و همکاران وجود دارد و ما باید نسبت به این موضوع دقت و حساسیت بیشتری داشته باشیم. من در این فرصت کوتاه اشاراتی در زمینه اقدامات پیشگیرانه در کوتاه مدت و درازمدت خواهم داشت.

۵۰ درصد اختلالات اسکیزوفرنی، مربوط به دوران بلوغ و نوجوانی است

براساس برآورد سازمان بهداشت جهانی، یک تا دو درصد افراد در جامعه به طور طبیعی مشکلات شدید روانی دارند که به افسردگی منجر می شود. آن ها دچار مشکلاتی مانند اسکیزوفرنی هستند و شما حتما اطلاع دارید که ۵۰ درصد اختلالاتی که به صورت اسکیزوفرنی بروز پیدا می کند، مربوط به دوران بلوغ و نوجوانی است. همچنین اختلالات شدید روانی دیگر، مانند فکر خودکشی، در این دوره دیده می شود.

براساس همین آمار بین ۱۰ تا ۲۰ درصد افراد هم اشکالات خفیف روانی مانند اضطراب، افسردگی و مسائلی از این دست دارند. تقریباً ۳۵ تا ۵۰ درصد جمعیت هم به مشاوره نیازمندند. این مشاوره ها شامل مشاوره تحصیلی، مشاوره شغلی، مشاوره خانوادگی و مشاوره ازدواج و مسائلی از این نوع است.

جالب است که بدانیم ۱۰۰ درصد انسان ها نیازمند آموزش مسائل بهداشت روانی هستند.

آن ها باید یاد بگیرند تا بتوانند خود، عواطف، روابط و مهم تر از آن، خلاقیت خویش را کنترل و مدیریت کنند. پس من و شما مشتریان زیادی داریم که نمی دانند به مشاور نیاز دارند و به دلیل همین ندانستن، به جای یادگرفتن شیوه مقابله با مشکلات با آشنایی قبلی و شناخت لازم، دست به تجربیاتی می زنند که نتیجه آن ها از قبل مشخص است. آن ها در صورت گرفتن مشاوره مناسب می توانند این تجربه ها را انجام ندهند و از آسیب های احتمالی آن ها هم محفوظ بمانند.

چو شادی بکاهد، بکاهد روان خرد گردد اندر میان ناتوان!

از نگاه من سرمایه یعنی مایه ای که در سر قرار دارد و فرد می تواند با بهره گیری از خلاقیت و توان و هنر خود آن را به آورده ای تبدیل کند که سرمایه او محسوب می شود. چنین فردی توانایی حل مسئله را خواهد داشت و قادر خواهد بود از موقعیت هایی که برای او فراهم می شود، بهترین نتیجه و بهره را کسب کند.

بین خلق و خلاقیت هم رابطه مثبت وجود دارد؛ یعنی هرچه خلق و روحیه افراد بهتر باشد، آن ها ایده های خلاق بیشتری هم خواهند داشت. فردوسی در این خصوص تعبیر زیبایی دارد و به عنوان یک حکیم می گوید:

بین خلق و خلاقیت هم رابطه مثبت وجود دارد؛ یعنی هرچه خلق و روحیه افراد بهتر باشد، آن‌ها ایده‌های خلاق بیشتری هم خواهند داشت

بیشتری داشته باشیم تا بتوانیم به‌عنوان مشاور و آگاه و امین و اثرگذار، طرف مشورت و مراجعه دیگران قرار بگیریم.

مهم این است که ما به‌عنوان مشاور و راهنما بتوانیم مشکل مراجعه‌کننده را به کمترین حد ممکن کاهش دهیم

در موضوع افسردگی هم که ابتدا بدان اشاره کردم، همین‌گونه است. ما باید ابتدا خودمان هیچ نشانه و اثری از افسردگی نداشته باشیم تا بتوانیم به دیگران در این خصوص کمک کنیم. در هر صورت، مشکلات و مسائل با شدت و ضعف‌های مختلف وجود دارند و باعث بروز مسائلی مانند نگرانی و افسردگی در میان افراد و جامعه می‌شود. اصل وجود آن‌ها قابل رفع نیست، اما مهم این است که ما به‌عنوان مشاور و راهنما بتوانیم با شناخت و همراهی با مراجع، مشکل او را به کمترین حد ممکن کاهش دهیم و زمینه‌های افزایش افسردگی و توسعه آن را در جامعه از بین ببریم.

در این زمینه صحبت‌های زیادی وجود دارد که در این فرصت مختصر جای بیان همه آن‌ها نیست اما شما دوستان به‌عنوان مشاورانی باتجربه و مسلط بیشتر این صحبت‌ها را می‌دانید و ان‌شاءالله در کارتان موفق هستید. به‌همین جهت من به نکاتی کوتاه اشاره و دامنه بحث را جمع می‌کنم.

خلق و خوی ما در ارتباط با مخاطب بسیار تأثیرگذار است؛ یعنی شخصیت، منش و برخورد ما با مراجعه‌کننده، مهم‌تر از حرف‌هایی است که به او می‌زنیم. بسیاری از اوقات شاید مشاور کار آن چنان سختی انجام ندهد، اما همین‌که بتواند اعتماد و اطمینان مراجع را جلب و او را متقاعد کند که از صمیم قلب می‌خواهد برایش کاری انجام دهد، تأثیر زیادی بر مخاطب می‌گذارد. این امر موضوع کوچکی نیست و اگر به‌خوبی به آن توجه شود، می‌تواند کلید حل بسیاری از مشکلات باشد.

برای مبارزه با افسردگی و کاهش آن راهی جز آموزش، همدلی و امیددادن نیست

موضوع خیلی مهم دیگر این است که در امر مشاوره علاوه بر برخورد درست و مناسب با مراجع، باید ذهنیت او را هم نسبت به خودش ترمیم و تصحیح کنیم. اگر فردی که به ما مراجعه کرده است این نگاه را به خود داشته باشد که آدم ناموفقی است و توان هیچ کاری را ندارد و ما نتوانیم با هنر مشاوره او را به این حقیقت که هر کسی در زمینه‌های خاصی توانایی دارد آشنا کنیم، نخواهیم توانست برایش کاری انجام دهیم. پس امیددادن و گشودن دریچه‌ای تازه به روی مخاطب که او به‌درستی احساس کند، موجود بی‌خاصیتی نیست و نسبت به خودش نگاه مثبتی داشته باشد، خیلی مهم است. البته او باید این امر را در رفتار و عمل ما ببیند و به ما عمیقاً اعتماد کند تا بتوانیم کمکش کنیم. از بین بردن احساس درماندگی و بی‌خاصیتی در افراد بسیار مهم است و من و شما باید به‌عنوان مشاور به آن توجه داشته باشیم. به اعتقاد من تمام چرخه زندگی و همه فعالیت‌ها در تمام لحظات آموختنی است و افراد می‌توانند براساس آموزش‌های دریافت شده، راه درست و اصولی را پیدا کنند. برای مبارزه با افسردگی و کاهش آن هم جز آموزش، همدلی و امیددادن به افراد و مراقبت از آن‌ها تا رسیدن به نقطه امید و بازگشت به زندگی راه دیگری وجود ندارد و شایسته است این موضوع به‌دقت و با حساسیت مورد توجه مشاوران محترم قرار گیرد.



چو شادی بکاهد، بکاهد روان خرد گردد اندر میان ناتوان!

این حکیم دانشمند به‌خوبی اشاره می‌کند که اگر ما شادی و نشاط را از افراد بگیریم، خرد و دانش آنان هم نقصان پیدا خواهد کرد. به‌همین دلیل، هم بهداشت روان و سلامت روانی نقش بسیار مهمی در سلامت جسمانی و روحانی افراد دارد.

پس اگر انتظار داریم افراد بتوانند به‌عنوان عناصری کارآمد و مفید در جامعه ظاهر و حاضر شوند، باید زمینه شادی و نشاط آنان را فراهم کنیم و تلاش کنیم که آن‌ها بتوانند به سلامتی موردنیاز خویش دست پیدا کنند. زمینه‌های بروز افسردگی نسل حاضر را تا حد ممکن کاهش دهیم و مهم‌تر از آن، زمینه‌های شادی، بروز خلاقیت و کارآمدی آنان را تا حد ممکن ارتقا بخشیم.

پس اگر قرار است به دیگران کمک کنیم تا سالم و مؤثر زندگی کنند، باید به آن‌ها یاد بدهیم که چگونه شاد باشند و از موقعیت‌های زندگی و انرژی و توان بالقوه خود هرچه بیشتر بهره بگیرند.

اگر قرار است شما به فردی کمک کنید تا با افسردگی مقابله کند، باید با ذهنیت، افکار، نگاه و برداشت‌های او از زندگی پیرامونش آشنا باشید.

می‌دانید که تبعات خلق و خوی افراد مسری است و جریان مثبت یا منفی آن به دیگران هم سرایت می‌کند. اگر ما جلسه‌ای را با نشاط و شادی و انرژی مثبت آغاز کنیم، مخاطب ما با نشاط و انرژی با ما همراهی می‌کند. برعکس، اگر فضا گرفته و سنگین باشد، ارتباط لازم بین ما و مراجعه‌کننده برقرار نخواهد شد و خلق و خوی منفی او را هم در همان موضع سنگین و نامطلوب قرار خواهد داد.

همین است که افرادی که از این مسائل و تأثیر آن بر خلق و خوی خود آگاهی دارند، مسیری را انتخاب می‌کنند که در کمترین حد ممکن با افرادی که خلق و خوی تند و منفی دارند، سروکار پیدا کنند.

با این نوع نگاه اگر من و شما هم به‌عنوان مشاور قرار است تأثیر خوب بگذاریم، باید تصمیم بگیریم که خلق و خوی منفی خودمان را کم کنیم و نکات مثبتی را که می‌تواند در دیگران تأثیر مثبت و سازنده داشته باشد، ارتقا دهیم و وسعت بخشیم. ما به‌عنوان مشاور باید نسبت به افکار و اعمالمان آگاه باشیم. البته تصور ما این است که این‌گونه هستیم، اما اگر فرصتی پیش بیاید و از رفتار و اعمال ما فیلم تهیه شود و بتوانیم خودمان آن را ببینیم و نسبت به رفتار خود قضاوت کنیم، خواهیم پذیرفت که باید دقت و حساسیت و مراقبت



زهره اصغرپور

کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی و مربی مرکز اختلالات یادگیری مراغه

دکتر مهناز استکی

استادیار دانشگاه آزاد واحد تهران مرکز

چکیده

کامل انجام نمی‌دهد، به‌راستی چگونه می‌تواند از نظر تحصیلی موفق باشد؟ بچه‌های کم‌آموز امروز بچه‌هایی هستند که دیروز آشکارا می‌درخشیده‌اند. اغلب آن‌ها بچه‌هایی هستند که در سن دبستان، از نظر کلامی رشدی بسیار عالی داشته‌اند ولی به‌دلیل برخی مشکلات، اشتیاق آن‌ها به یادگیری و رضایتشان از نقشی که داشته‌اند، تغییر کرده است. ظهور این سندرم در عده‌ای تدریجی و در عده‌ای دیگر یکباره و ناگهانی است (اسدی، ۱۳۸۸).

کم‌آموزی تحصیلی چیست؟

عملکرد ضعیف تحصیلی و کم‌آموزی اختلافی است بین ظرفیت یا توانایی بالقوه فرد و عملکرد وی که منجر به گرفتن نمرات پایین‌تر از آنچه هوش قادر به اکتساب آن است، می‌شود. این تعریف شامل نمرات پایینی که ناشی از هوش محدود باشد نمی‌شود و تنها افرادی را دربرمی‌گیرد که از لحاظ هوش متوسط یا بالا هستند ولی از لحاظ تحصیلی کمتر موفق‌اند و به‌طور عجیب و غیرمنتظره‌ای عملکرد ضعیف تحصیلی از خود نشان می‌دهند.

امروزه میلیون‌ها کودک که هیچ‌گونه ناتوانی جدی در یادگیری ندارند یا کودکان بالای متوسط یا حتی تیزهوشانی که مهارت‌های هوشی ویژه‌ای دارند و در گذشته درخششی عالی داشته‌اند، یکباره روند موفقیت‌شان معکوس می‌شود و دچار افت تحصیلی می‌گردند و نمی‌توانند به اندازه ظرفیت خود عمل کنند و خود را آن‌چنان که شایسته است نشان دهند. در حالی که ظرفیت واقعی این بچه‌ها برای معلمان و والدین‌شان بسیار روشن است. آن‌ها که ممکن است خیلی خلاق یا از هوش کلامی، هوش ریاضی یا استعداد بسیار بالا دیگری برخوردار باشند، نمی‌توانند در مدرسه به‌خوبی ایفای نقش کنند. این‌ها همان کودکان باهوشی هستند که از سندرم کم‌آموزی رنج می‌برند و آن‌ها را بچه‌های کم‌آموز می‌نامند (ریم، ۱۳۸۴).

پژوهش حاضر با هدف شناسایی رابطه اضطراب و انگیزش پیشرفت و سطح تحصیلات والدین در بین دانش‌آموزان کم‌آموز انجام شد. جامعه آماری این تحقیق شامل دانش‌آموزان کم‌آموز دختر پایه‌های اول تا سوم دبیرستان‌های شهر مراغه بود. نمونه مورد تحقیق ۱۲۳ دانش‌آموز کم‌آموز بودند. روش پژوهش از نوع هم‌بستگی بوده و برای جمع‌آوری داده‌ها از دو پرسش‌نامه انگیزه پیشرفت هرمنس و اضطراب کتل استفاده شده است. با استفاده از مدل‌های آماری رگرسیون چندمتغیری و تحلیل واریانس دوطرفه، به آزمون فرضیه‌های پژوهش پرداخته شد و نتایج نشان داد که رابطه معنی‌داری بین برخی مؤلفه‌های اضطراب وجود دارد؛ بدین ترتیب که با افزایش فقدان انسجام هشیاری، نوروگرایی و گرایش به گناهکاری، انگیزه پیشرفت کاهش می‌یابد و به عکس. در حالی که بین سطح سواد والدین با اضطراب و انگیزش پیشرفت، رابطه معنی‌داری مشاهده نشد.

کلیدواژه‌ها: کم‌آموزی، اضطراب، انگیزه پیشرفت و سطح سواد والدین

مقدمه و ادبیات پژوهش
سندرم کم‌آموزی چیست؟

سندرم کم‌آموزی چیست؟ چه چیزی عامل آن است؟ تاکنون هیچ ژن و هیچ توضیح زیستی عصب‌شناختی برای آن پیدا نشده است و ما هنوز علت خاصی برای کم‌آموزی کودکانی که توانمند در بین کودکان توانمند دیگر نمی‌شناسیم. تنها به نظر می‌رسد که این‌گونه کودکان روند موفقیت را به‌درستی نیاموخته‌اند. نکته مسلم این است که بچه‌های مورد بحث یاد گرفته‌اند که کمتر از ظرفیت‌های خود موفق شوند. کودکانی که به درس گوش نمی‌دهد، خوب مطالعه نمی‌کند، خوب یاد نمی‌گیرد و تکالیف درسی‌اش را

مشخصات کودکان کم‌آموز

کودکان کم‌آموز گرایش به بی‌نظمی دارند. اتلاف وقت می‌کنند، تکالیفشان را از یاد می‌برند یا گم می‌کنند، کتاب‌هایشان را در مکان‌های دیگر جای می‌گذارند، طی روز با خیال‌بافی زندگی می‌کنند، به خاطر حواس‌پرتی در کلاس به درس گوش نمی‌دهند، مرتب از پنجره کلاس بیرون را تماشا می‌کنند، دائم با بچه‌های دیگر صحبت می‌کنند و مهارت‌های یادگیری در آنان بسیار ضعیف است یا اصلاً وجود ندارد.

سندرم کم‌آموزی به‌طور وحشتناکی بر کودک و کل خانواده تأثیر می‌گذارد. این مشکل مرتباً تقویت می‌شود و تا وقتی که کسی یا چیزی به عمد یا خود به خود دست به معکوس کردن چرخه آن نشود، به رشد خود ادامه خواهد داد. دخالت‌های برنامه‌ریزی نشده معلمان، دوستان، مربیان یا دیگر افراد مهم که در اطراف کودک کم‌آموز هستند، ممکن است به سرعت و روند شکل‌گیری اعتماد به نفس در او کمک کند یا این روند را معکوس سازد. این افراد گاهی برای کودک حکم الگو را دارند اما در بعضی موارد حمایت آن‌ها شرایط را بحرانی‌تر می‌کند. اصولاً کودکان موفق، ظرفیت موفقیت‌های بیشتر و بالاتری را دارند و ممکن است گام‌های بزرگی در ابراز مهارت‌های جدید بردارند. نمونه‌هایی که تبدیل به بچه‌های کاملاً موفق می‌شوند، شاگردانی هستند که یکبار پس از دوره دبیرستان در دانشگاه نمرات عالی می‌گیرند یا مشاغل مهمی به‌دست می‌آورند. متأسفانه تنها درصد اندکی از این «دیررس‌های آینده» توان خود را به مرحله فعالیت می‌رسانند و استعداد‌هایشان شکوفا می‌شود ولی در جامعه افراد بسیاری هستند که در این چرخه مارپیچی به پایین فرو می‌غلطند و سرانجام در دبیرستان یا دوره پیش‌دانشگاهی ترک تحصیل می‌کنند (صفری، ۱۳۸۶). عوامل به‌وجودآورنده کم‌آموزی بسیار متعدد و گوناگون‌اند؛ از جمله عوامل اقتصادی، فرهنگی، اختلالات هیجانی و عاطفی، ناتوانی‌های یادگیری، اضطراب، نبود انگیزه پیشرفت، سطح سواد والدین، ترتیب تولد بچه‌ها، طلاق و... به‌دلیل کثرت متغیرها فقط متغیر اضطراب و انگیزه پیشرفت و سطح سواد والدین انتخاب شدند تا رابطه بین متغیرها را با یکدیگر در بچه‌های کم‌آموز بررسی کنیم. از جمله مواردی که باعث کم‌آموزی در کودکان می‌شود، اضطراب است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که اضطراب علاوه بر آنکه آثار سوئی بر رفتار فرد می‌گذارد، بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان نیز اثر منفی دارد.

دانش‌آموزی داشتم که از لحاظ بهره هوشی حدود ۱۲۱ بود که این میزان ضریب هوشی بالاتر از حد طبیعی بود. او از نظر معلومات عمومی نیز نسبت به دانش‌آموزان دیگر خیلی عالی بود ولی در درس دیکته ضعیف بود. پس از بررسی‌های لازم و آموزش‌های انجام شده در مرکز اختلالات یادگیری، این دانش‌آموز در درس دیکته تقریباً مسلط شد ولی مشکلی که وجود داشت این بود که او در کلاس درس و همراه هم‌کلاسی‌های خود قادر به نوشتن دیکته نبود. در حضور مادر و پدرش و مربی اختلالات یادگیری دیکته را بدون غلط می‌نوشت ولی در مدرسه و در کلاس درس دیکته‌هایش پر از اشتباهات گوناگون بود و این خیلی عجیب به‌نظر می‌رسید. پس از بررسی‌های انجام یافته متوجه شدیم که چون این دانش‌آموز قبلاً در املا ضعیف بوده و مورد تحقیر دوستان و هم‌کلاسی‌هایش قرار می‌گرفته است، موقع نوشتن دیکته در کلاس درس دچار اضطراب شدید می‌شود. بنابراین، با معلم و مشاور مدرسه صحبت کردیم و تصمیم گرفتیم مدرسه او را عوض کنیم. حدود یک هفته بیشتر طول نکشید که این دانش‌آموز باهوش که می‌خواست ترک تحصیل کند دیکته را بدون اشتباه نوشت و دوباره به دامن تعلیم و تربیت برگشت و سندرم کم‌آموزی به کلی از وجودش رخت بربست. نبود انگیزه نیز از جمله عواملی است که می‌تواند باعث کم‌آموزی شود.

انگیزه در واقع موتور حرکت هر فرد است اما بعضی از دانش‌آموزان این انگیزه را بر اثر تلقین منفی از دست می‌دهند. مثلاً می‌گویند من در فلان درس ضعیفم، توان حفظ کردن ندارم و... سلیگمن این‌گونه عدم یادگیری را درماندگی آموخته شده نامیده است (شریفی، ۱۳۷۹).

از جمله آسیب‌هایی که کم‌آموزی به پیکره نظام آموزشی می‌زند، خطر افت تحصیلی است که همه ساله مقادیر زیادی از امکانات مالی و نیروی انسانی آموزش و پرورش به این معضل اختصاص می‌یابد. سه متغیر در بررسی علل کم‌آموزی در میان دانش‌آموزان دبیرستان‌های دخترانه مراغه انتخاب شد که شامل اضطراب، انگیزه پیشرفت و سطح سواد والدین است. به این ترتیب، سؤال اصلی بدین صورت مطرح می‌شود: آیا بین مؤلفه‌های اضطراب، انگیزه پیشرفت و سطح سواد والدین در بین دانش‌آموزان کم‌آموز رابطه وجود دارد؟ در راستای سؤال اصلی تحقیق، سؤال‌های فرعی به شرح زیر عنوان می‌شوند:

آیا بین مؤلفه‌های اضطراب و انگیزه پیشرفت در دانش‌آموزان کم‌آموز رابطه وجود دارد؟

آیا بین انگیزه پیشرفت و سطح سواد والدین در دانش‌آموزان کم‌آموز رابطه وجود دارد؟

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی و از نوع هم‌بستگی بوده است؛ زیرا هیچ کدام از متغیرهای تحقیق دست‌کاری نشده‌اند و تنها به بررسی ارتباط بین آن‌ها پرداخته شده است. جامعه تحقیق حاضر را تمامی دانش‌آموزان کم‌آموز دختر پایه‌های اول تا سوم دوره متوسطه مدارس شهر مراغه تشکیل می‌دهند که از بین آن‌ها تعداد ۱۲۳ دانش‌آموز از طریق غربالگری و تشخیص معلمان از میزان هوش و استعداد دانش‌آموزان شناسایی شده و مورد بررسی قرار گرفته‌اند. بدین ترتیب که حدود ۱۰ دبیرستان از منطقه مراغه انتخاب شد. در هر دبیرستان، به دبیران در مورد مشخصات و ویژگی‌های دانش‌آموزان کم‌آموز توضیح داده شد و از آن‌ها درخواست گردید که دانش‌آموزانی را که به‌نظر می‌آید باهوش‌اند ولی انگیزه‌ای برای درس خواندن ندارند یا در ابتدا نمرات و معدل‌های خوبی داشته ولی بعداً افت کرده‌اند، به آزمونگر معرفی کنند. ابزارهای مورد استفاده در تحقیق حاضر عبارت بودند از انگیزه پیشرفت هرمنس (۱۹۷۰) و آزمون مقیاس و اضطراب کتل.

آزمون انگیزه پیشرفت هرمنس شامل ۲۹ سؤال است. برای محاسبه اعتبار از دو روش آلفای کرونباخ و آزمون-آزمون مجدد استفاده شد که ضریب محاسبه شده به میزان ۰/۸۴ به‌دست آمد. با استفاده از روش آزمون-آزمون مجدد در مطالعه اصلی، پرسش‌نامه‌ها بعد از گذشت سه هفته مجدداً در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت و ضریب پایینی به‌دست آمده ۰/۸۲ محاسبه شد (عزیزی، ۱۳۸۲).

در راستای روایی پرسش‌نامه نیز مطرح می‌شود که هرمنس سؤالات پرسش‌نامه را براساس پژوهش‌های قبلی درباره انگیزه پیشرفت طراحی و ضریب هم‌بستگی هر سؤال را با رفتارهای پیشرفت محاسبه کرده و از این نظر آزمون دارای روایی است. ضریب‌های هم‌بستگی که برای سؤالات پرسش‌نامه گزارش شده، به ترتیب سؤالات پرسش‌نامه در دامنه‌ای از ۰/۵۷ تا ۰/۳۰ است. علاوه بر این، در یک مطالعه، هرمنس به وجود ضریب هم‌بستگی بین این پرسش‌نامه و آزمون TAT اشاره دارد.

مقیاس سنجش اضطراب: مقیاس سنجش اضطراب کتل (۱۳۶۹) شامل ۴۰ سؤال است و شاید بتوان گفت که از معتبرترین ابزار (به‌صورت یک پرسش‌نامه کوتاه) برای سنجش اضطراب محسوب می‌شود. مقیاس

سندرم کم‌آموزی به‌طور چشمگیری بر کودک و کل خانواده تأثیر می‌گذارد. این مشکل مرتباً تقویت می‌شود و تا وقتی که کسی یا چیزی به عمد یا خود به خود دست به معکوس کردن چرخه آن نزنند، به رشد خود ادامه خواهد داد. دخالت‌های برنامه‌ریزی نشده معلمان، دوستان، مربیان یا دیگر افراد مهم که در اطراف کودک کم‌آموز هستند، ممکن است به سرعت و روند شکل‌گیری اعتماد به نفس در او کمک کند یا این روند را معکوس سازد

از جمله آسیب‌هایی که کم‌آموزی به پیکره نظام آموزشی می‌زند، خطر افت تحصیلی است که همه ساله مقادیر زیادی از امکانات مالی و نیروی انسانی آموزش و پرورش به این معضل اختصاص می‌یابد

کتل پرسش‌نامه‌ای است که می‌تواند مکمل تشخیص بالینی باشد (کراز به نقل از دادستان، ۱۳۸۶). این مقیاس در سال ۱۳۶۸ توسط دادستان و دیگران در جمعیت دانشجویان ایرانی هنجاریابی شده است. در این هنجاریابی ۸۹۴ آزمودنی دانشجویان مورد ارزیابی قرار گرفته‌اند. اعتبار این آزمون، که از طریق اجرای مجدد آن و به دفعات متعدد صورت گرفته، همیشه بالاتر از ۰/۷۰ درصد به‌دست آمده است. این ابزار قابلیت تمایز بین افراد مضطرب و طبیعی را دارد (گنجی، ۱۳۸۰).

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

روش‌های آماری مورد استفاده در تحقیق حاضر عبارت‌اند از رگرسیون چند متغیری و تحلیل واریانس دو طرفه؛ از طریق جدول آماری رگرسیون چند متغیری به بررسی ارتباط بین مؤلفه‌های اضطراب با انگیزش پیشرفت و از مدل آماری تحلیل واریانس دو طرفه به بررسی ارتباط بین سطح تحصیلات والدین با انگیزش پیشرفت پرداخته شد. شایان گفتن است که مدل‌های آماری یادشده پس از بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها از طریق شاخص‌های آماری گرایش مرکزی، پراکندگی و شاخص‌های توزیع مورد استفاده قرار گرفته‌اند.

جدول شماره ۱: شاخص‌های آماری مرتبط با متغیرهای «اضطراب» و «انگیزه پیشرفت»

متغیر	شاخص‌های گرایش مرکزی			شاخص‌های پراکندگی			شاخص‌های توزیع	
	نما	میان	میانگین	دامنه تغییرات	واریانس	انحراف معیار	خطای معیار	ضریب کجی
فقدان توحید یافتگی یا انسجام هشیاری	۱۱	۱۱	۱۰/۲۳	۱۵	۱۴/۳۷	۳/۷۹	۰/۳۴	-۰/۲۱
فقدان نیروی من یا نوروزگرایی عمومی	۷	۷	۶/۳۰	۱۱	۵/۵۲	۲/۳۵	۰/۲۱	-۰/۳۱
ناایمنی پارانویایی	۵	۵	۴/۴۳	۸	۵/۱۱	۲/۲۶	۰/۲۰	۰/۱۰
گرایش به احساس گنهکاری	۱۱	۱۰	۸/۹۵	۱۱	۱۰/۰۴	۳/۱۶	۰/۲۸	-۰/۳۱
تنش‌گرایی فشار بن	۱۴	۱۴	۱۳/۷۶	۱۳	۵/۸۵	۲/۴۱	۰/۳۱	۰/۰۵
انگیزه پیشرفت	۱۰۳	۱۰۳	۸۹/۵۲	۱۱۴	۱۰۰۶/۶۹	۳۱/۷۲	۲/۸۶	-۰/۲۸

ضرایب رگرسیون مربوط به جدول شماره ۲

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بینی‌کننده	میزان B	ضریب بتا	میزان t	سطح معنی‌داری
انگیزش پیشرفت	فقدان توحید یافتگی یا انسجام هشیاری	-۲/۳۴	-۰/۶۸	۰/۲۸	۰/۰۰۱
	فقدان نیروی من یا نوروزگرایی عمومی	-۲/۹۷	-۱/۱۰	۰/۲۲	۰/۰۰۸
	ناایمنی پارانویایی	۱/۵۶	۱/۱۴	۰/۱۱	۰/۱۷۵
	گرایش به احساس گنهکاری	-۲/۸۱	۰/۸۲	-۰/۲۸	۰/۰۰۱
	تنش‌گرایی فشار بن	۱/۳۱	۱/۰۸	۰/۱۰	۰/۲۲۸

باتوجه به ضرایب رگرسیون چندمتغیری با روش ورود هم‌زمان و هم‌چنین ضرایب رگرسیون به‌دست آمده، می‌توان مطرح کرد که ارتباط منفی معنی‌داری بین «فقدان توحید یافتگی یا انسجام هشیاری»، «فقدان نیروی من یا نوروزگرایی عمومی» و «گرایش به احساس گنهکاری» با «انگیزش پیشرفت»، مشاهده می‌شود. بدین ترتیب که با افزایش «فقدان توحید یافتگی یا انسجام هشیاری»، «فقدان نیروی من یا نوروزگرایی عمومی» و «گرایش به احساس گنهکاری»، «انگیزش پیشرفت» کاهش می‌یابد و با کاهش آن‌ها «انگیزش پیشرفت» افزایش می‌یابد.

با تأکید بر اینکه تفاوت اندکی بین نما، میان‌ه و میانگین وجود دارد و از آنجا که میزان ضریب کجی و ضریب کشیدگی کمتر از رقم ۱ است، می‌توان گفت که توزیع فوق، مفروضه نرمال بودن را داراست و می‌توان از میانگین به‌عنوان معرف شاخص گرایش مرکزی استفاده کرد و از مدل‌های آمار پارامتریک استفاده به عمل آورد.

سؤال ۱: آیا بین مؤلفه‌های اضطراب و انگیزه پیشرفت در دانش‌آموزان کم‌آموز رابطه وجود دارد؟

جدول شماره ۲: رگرسیون چند متغیری جهت پیش‌بینی «انگیزه پیشرفت» از طریق «مؤلفه‌های اضطراب»

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	میزان F	سطح معنی‌داری
رگرسیون	۲۷۶۷۴/۹۰	۵	۵۵۳۴/۹۸	۶/۸۰	۰/۰۰۱
باقی‌مانده	۹۵۱۴۱/۸۰	۱۱۷	۸۱۳/۱۷		

با تأکید بر میزان F به‌دست آمده، مطرح می‌شود که بین «مؤلفه‌های اضطراب» با «انگیزه پیشرفت» در سطح $\alpha=0/01$ ارتباط معنی‌داری مشاهده می‌شود و توان پیش‌بینی «انگیزه پیشرفت» از طریق «مؤلفه‌های اضطراب» وجود دارد. برای شناسایی و تبیین ضرایب رگرسیون، ضروری است که جدول ضرایب رگرسیون عنوان شود.

سؤال ۲: آیا بین سطح تحصیلات والدین و انگیزه پیشرفت در دانش آموزان کم‌آموز رابطه وجود دارد؟

جدول شماره ۳: تحلیل واریانس دوطرفه مرتبط با بررسی ارتباط «سطح تحصیلات والدین» با «انگیزه پیشرفت»

منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	میزان F	سطح معنی‌داری
تحصیلات پدر	۶۰۵۴/۶۸	۲	۳۰۲۷/۳۴	۳/۰۷	۰/۰۶۰
تحصیلات مادر	۴۶۳۶/۷۶	۲	۲۳۱۸/۳۸	۲/۳۵	۰/۱۰۰
تعامل تحصیلات پدر و تحصیلات مادر	۳۵۹/۴۲	۲	۱۷۹/۷۱	۰/۱۸	۰/۸۳۴
خطا	۱۱۴۳۳۴/۳۵	۱۱۶	۹۸۵/۶۴		
کل	۱۱۰۸۵۲۵	۱۲۳			

باتوجه به جدول بالا و با تأکید بر میزان مقادیر F به‌دست آمده، مطرح می‌شود که بین «سطح تحصیلات والدین» و «انگیزه پیشرفت» در سطح $a = 0/05$ ارتباط معنی‌داری وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

کم‌آموزی در بچه‌های باهوش و تیزهوش علل بسیار زیاد و ناشناخته‌ای دارد. برخی از این متغیرها که به‌نظر می‌رسد با سندرم کم‌آموزی رابطه دارند، عبارت‌اند از اضطراب، انگیزه پیشرفت و سطح تحصیلات والدین. سندرم کم‌آموزی مشکلی همه‌گیر است و این مشکل در هر کلاسی وجود دارد و تنها با کمک والدین و معلمان حل می‌شود. عدم موفقیت فرزندان مشکلی است که زندگی خانواده‌ها را آشفته می‌کند. بازدهی کلاسی را به حداقل می‌رساند و انگیزه و احساس کنترل فردی را از دانش‌آموز می‌گیرد. داده‌ها نشان داد که بین برخی مؤلفه‌های اضطراب همچون «فقدان توحید یافتگی یا انسجام هشیاری»، «فقدان نیروی من یا نوروزگرایی عمومی» و «گرایش به احساس گنه‌کاری» با «انگیزش پیشرفت»، ارتباط منفی معناداری مشاهده می‌شود که این نتایج با تحقیقات النیال^۱ (۱۹۹۲)، ری^۲ (۱۹۹۰) و نوری (۱۳۸۶) هماهنگ و همسوست. بین مؤلفه‌های اضطراب و انگیزش پیشرفت رابطه معنادار دیده شد. این رابطه و هم‌بستگی منفی است؛ یعنی، هرچه اضطراب بالا می‌رود، انگیزه پیشرفت افت می‌کند. این رابطه هم در دانش‌آموزان کم‌آموز و هم در دانش‌آموزان عادی صادق است. دانش‌آموزان کم‌آموز به دلیل شکست‌ها و افت‌های تحصیلی پی در پی دچار اضطراب می‌شوند و این اضطراب اگر زیاد باشد، انگیزه پیشرفت دانش‌آموز را کم می‌کند و در نتیجه دانش‌آموز رغبتی به درس خواندن نشان نمی‌دهد و دچار سندرم کم‌آموزی می‌شود. سیلویا ریم به‌عنوان محقق برجسته که در زمینه کم‌آموزی تحقیقات گسترده‌ای دارد، در کتاب «چرا کودکان باهوش نمره‌های کم می‌گیرند» به یک نمونه اشاره می‌کند؛ ایزابل دختری فوق‌العاده باهوش با ضریب هوشی ۱۵۰ مورد توجه همگان بود. او در چهار سالگی به خواندن و نوشتن مسلط شد. در تمام کلاس‌ها رتبه اول را داشت، چنان‌که از طرف فامیل لقب دانشمند کوچک را به او دادند. بعدها او وارد دانشگاه شد و در رشته پزشکی درس خواند؛ در حالی‌که در تمام دروس نمره A می‌گرفت. در امتحان دیگری که برگزار شد ایزابل دچار اضطراب شدید بود. چنانچه در هنگام نوشتن سؤالات به‌نظرش رسید که جواب تمامی آن‌ها از ذهنش

پاک شده است. این اضطراب تمرکز او را فلج کرد و این بار ایزابل نمره C را گرفت. اضطرابش شدید شد و در نتیجه احساس کرد که دیگر انگیزه‌ای برای ادامه تحصیل ندارد. آری، ایزابل دچار سندرم کم‌آموزی شده و اضطراب او انگیزه پیشرفت را گرفته بود. چنان‌که در نتایج تحقیق هم دیده می‌شود، همه مؤلفه‌های اضطراب به یک اندازه با انگیزش پیشرفت رابطه معکوس ندارند و تنها بین مؤلفه Q_p (فقدان انسجام هشیاری) و مؤلفه C اضطراب (نوروزگرایی عمومی) و مؤلفه اضطراب O (گرایش به گنه‌کاری) و انگیزش رابطه معنادار دیده شد. بنابراین، عاملی که بیشترین تأثیر را در کم‌آموزی دارد، میزان اضطراب دانش‌آموزان است. از طرفی، تفاوت معناداری بین انگیزه پیشرفت با تأکید بر سطح تحصیلات والدین دیده نمی‌شود. این نتایج با تحقیقات دیکنز، فلین و لیر (۲۰۰۲) و صفری (۱۳۸۱) ناهم‌سوست و به‌نظر می‌رسد که این نتیجه ناشی از آن است که سطح سواد پایین والدین تأثیر چندانی در انگیزه پیشرفت دانش‌آموزان کم‌آموز نداشته است. انگیزه پیشرفت یک نیروی درونی است که می‌تواند به صورت خودانگیخته در بعضی از افراد وجود داشته باشد و سطح سواد والدین در به‌وجود آمدن آن تأثیر چندانی ندارد. سطح سواد پدر و مادر می‌تواند به عنوان یک عامل در ایجاد انگیزه پیشرفت تأثیرگذار باشد؛ چه بسا پدر و مادری که اکنون بی‌سوادند، در گذشته انگیزه پیشرفت بالایی داشته و مایل بوده‌اند که به پیشرفت‌های علمی و تحصیلی برسند ولی به دلیل مشکلات متعدد نتوانسته‌اند درس بخوانند. آن‌ها این انگیزه را به فرزندان خود انتقال داده و آن‌ها را تشویق به تحصیل کرده‌اند. با توجه به این‌که حوزه‌های پژوهش در این مورد ناگشوده مانده، به تحقیقات جدیدی نیاز است. از جمله:

- ✓ سطح اضطراب و انگیزش پیشرفت والدین با سطح اضطراب و انگیزش پیشرفت کودکان کم‌آموز مقایسه شود.
- ✓ تأثیر متغیرهای کم‌آموزی با سایر کشورهای جهان مقایسه شود تا نقش فرهنگ، نژاد و قوم مشخص گردد.
- ✓ بهتر است از طرف آموزش و پرورش دوره‌های ضمن خدمت برای آشنایی هرچه بیشتر دبیران با دانش‌آموزان کم‌آموز و چگونگی راهنمایی آنان برگزار شود.

پی‌نوشت

1. Alnayal
2. Ray

منابع

۱. اسدی، معصومه؛ «تیزهوش ولی کم‌آموز». 1388. www.Magiran.com
۲. امین‌فر، مرتضی؛ «علل و عوامل افت تحصیلی و چگونگی کاهش آن»، تهران، فصل‌نامه تعلیم و تربیت، شماره ۷ و ۸، ۱۳۸۵.
۳. ریم، سیلویا؛ «وقتی کودکان باهوش نمره‌های کم می‌گیرند»، مترجم: ناهید آزادمنش، تهران، نشر صابری، ۱۳۸۴.
۴. شریفی، حسن‌پاشا؛ «افت تحصیلی و عوامل مؤثر بر آن». تهران، مجله رشد سال نهم شماره ۱ تا ۶، دفتر انتشارات کمک‌آموزشی وزارت آموزش و پرورش، ۱۳۷۹.
۵. صفری، لیلا؛ «بررسی علل پدیده کم‌آموزی و افت تحصیلی در مدارس و راه‌های مقابله با آن». 1381. www.progress86.blogfa.com
۶. نوری، زهرا؛ «رابطه خودکارآمدی و حمایت اجتماعی با اضطراب امتحان در بین دانش‌آموزان سوم متوسطه شهر تهران»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی تهران، واحد مرکز، ۱۳۸۶.
۷. هومن، حیدرعلی؛ اندازه‌گیری روانی و تربیتی و فن تهیه تست، چاپ دهم، تهران، نشر سلسله، ۱۳۷۷.
8. Dickens, D., Flgmn. H.M. & Lareau, B (2002). The determinants of scholastic achievement: An appraisal of some recent evidence. Journal of Human Resources.

ارائه منابع مقاله

ترجمه: امیرحسین سمائی

اگر هر شماره نشریه از صفحه ۱ آغاز می شود، بعد از شماره نشریه شماره مطلب را در کمانک درج کنید.

۱.۱ مقاله نشریه دارای DOI
Herbst-Damm, K.L., & Kulik, J.A. (2005). Volunteer support, marital status, and the survival times of terminally ill patients. Health Psychology, 24, 225- 229. Doi: 10.37/0278- 6133. 24. 2. 225

۱.۲ مقاله نشریه دارای DOI، با بیش از هفت مؤلف
- بنا به ترتیب ذکر شده در خود مقاله، مؤلفان اول تا ششم و مؤلف آخر را درج کنید و بین نام مؤلف ششم و مؤلف آخر از سه نقطه استفاده کنید.

۱.۳ مقاله نشریه بدون DOI
- اگر نشریه مورد نظر فاقد DOI است اما به صورت برخط (آنلاین) قابل دسترسی است، نشانی خانه وبگاه نشریه را در این قالب درج کنید: یا بازآوری از <http://www.xxxxxxxxxx>

۱.۴ مقاله نشریه بدون DOI، عنوان ترجمه شده به فارسی، نسخه چاپی
- اگر منبع مورد استفاده شما به زبان فارسی نیست، می بایست عنوان اصلی مقاله را به همراه ترجمه فارسی عنوان در براکت «[]» درج کنید.
- اگر از ترجمه فارسی مقاله ای غیرفارسی استفاده کرده اید، کافی است عنوان فارسی مقاله را درج کنید (بدون نیاز به درج عنوان اصلی)

۱.۵ مقاله نشریه دارای DOI، انتشار پیش از موعد
- برخی از نشریات بر خط، بلافاصله پس از نهایی شدن مقاله و آماده شدن آن برای انتشار، اقدام به بارگذاری اینترنتی آن (خارج از قالب نشریه) می کنند. در این حالت، مقاله دارای DOI است اما شماره صفحه، نشریه و جلد ندارد.
- تعریف «پیش از موعد» در بین مجلات مختلف فرق می کند. عموماً این اصطلاح به مقالاتی که بازبینی دقیق قبل از چاپ^{۱۰} بر روی آن ها صورت گرفته است اما هنوز به قالب نهایی نشریه درنیامده یا نسخه پردازی^{۱۱} نشده اند، اطلاق می شود.

- اگر منبع شما نسخه ای پیش از موعد از مقاله است، عبارت «پیش از موعد» را قبل از نشانی وبگاه بازآوری درج کنید.
- حتی الامکان، پیش از انتشار مقاله خود به تمامی نسخه های نهایی منابع مقاله خود مراجعه کنید و ارجاعات مربوط به آن ها را در صورت لزوم به روز رسانی کنید.

در شماره پیش، اسلوب کلی ارجاع به منابع در داخل متن را (بر مبنای مدل پیشنهاد شده توسط انجمن روان شناسی آمریکا^۱) معرفی کردیم. مقاله حاضر مشتمل بر نمونه هایی از گونه های ارجاع به منابع در فهرست منابع (بر مبنای همان قالب) است. این نمونه ها، چنان که در زیر آمده، به ۷ گروه تقسیم شده اند. در بیشتر نمونه ها، ارجاع به نسخه های الکترونیک یا اینترنتی هر شکل منبع در خلال نمونه های ارجاع ها به نسخه های چاپی یا سایر انواع نسخه های مهیا شده^۲ درج شده اند.

در اینجا متداول ترین انواع منابع فهرست شده اند. با این حال، بعضاً ممکن است نیاز به ارجاع به منبعی داشته باشید که در اینجا مطرح نشده است. در چنین مواردی بهتر است نمونه ای را بیابید که بیشترین شباهت را به منبع مورد نظر داشته باشد و بر مبنای آن اقدام کنید. همچنین، می توانید با مراجعه به وبگاه انجمن مذکور^۳ نمونه های بیشتری را بیابید. در صورتی که درباره نحوه ارجاع دهی به منبعی خاص تردید دارید، بهتر است با فراهم آوری اطلاعات بیشتر، احتمال یافتن آن را توسط خواننده افزایش دهید. به بیان دیگر، ارائه نشانی مبسوط تر و دقیق تر بر خلاصه نویسی ارجحیت دارد. از آنجا که هدف عمده ذکر منابع در فهرستی جداگانه در انتهای متن، به یافتن آن ها کمک می کند، بیشتر مداخل مشتمل بر این موارد می شوند: مؤلف، سال انتشار، عنوان، و داده های مربوط به انتشار یا بازآوری^۴ منبع. در واقع، می بایست تمامی اطلاعاتی را که برای احراز هویت منبع، به صورت منحصر به فرد، در فرایند جست و جوی کتابخانه ای مورد نیازند، تدارک ببینیم.

۱. نشریات ادواری^۵

نشریات ادواری به تمامی مطالبی اطلاق می شود که به طور پیاپی منتشر می شوند. از قبیل روزنامه، هفته نامه، ماهنامه، فصلنامه، سالنامه، گاهنامه، ویژه نامه و خبرنامه است.

شیوه ارجاع نشریات ادواری:

مؤلف ۱، الف مؤلف، ب و مؤلف، ج، (سال). عنوان مقاله. عنوان نشریه، شماره نشریه، ص: ص. DOI xxxxxxxx. xx
- شماره DOI (نشانگر شیء دیجیتال^۶) را در صورتی که به نشریه اختصاص داده شده است، درج کنید.

۱.۶ مقاله در حال چاپ ارسال شده به آرشیو پیش - چاپ^{۱۲}

می‌بایست نشانی اینترنتی دقیق مقاله را درج کنید؛ چرا که این مقاله هنوز به‌طور رسمی منتشر نشده و در وبگاه هیچ نشریه‌ای فهرست نشده است. ناشرانی که نسخه پیش از موعد مقالات را منتشر نمی‌کنند، به مؤلف (ها) امکان می‌دهند که نسخه تأیید شده مقاله خود را در بایگانی دیگری ذخیره کنند

۱.۷ مقاله مجله‌ای

یوسفی لویه، م. (۱۳۸۷، پاییز). راهبردهای ارتقای سلامت روان مشاوران مدرسه. رشد مشاوره مدرسه، ۴ (۱)، ۴۹-۵۰

۱.۸ مقاله مجله‌ای بر خط

Clay, R. (2008, June). Science vs. ideology: Psychologists fight back about the misuse of research. Monitor on Psychology, 39 (6). Retrieved from <http://www.apa.org/monitor>

۱.۹ مقاله خبرنامه، بدون مؤلف

Six sites meet for comprehensive anti-gang initiative conference. (2006, November/ December). OJJDP News@a Glance. Retrieved from: http://www.ncjrs.gov/html/news_at_glance/216684/topstory.html.

- درج نشانی دقیق اینترنتی این گونه از مقالات اهمیت دارد؛ زیرا یافتن مقاله‌ای خاص در چنین وبگاه‌هایی به سادگی میسر نیست.
- آثاری را که دارای مؤلف مشخصی نیستند، بر حسب اولین کلمه مهم عنوانشان مرتب کنید. مثلاً در اینجا کلمه «Six» اولویت دارد.
- برای ارجاع به چنین مقاله‌ای در متن (در صورت بلند بودن عنوان) از صورت کوتاه شده عنوان در علامت نقل قول استفاده کنید: ("Six sites meet", 2006)

۱.۱۰ مقاله روزنامه‌ای

راست روان، ر. (۱۳۹۱، ۲۰ فروردین). استرس کمتر، مغز بزرگ‌تر. شرق، ص ۸.

- اگر مقاله‌ای در چند صفحه جداگانه (و نه پشت سر هم) چاپ شده بود، تمامی شماره صفحه‌ها را درج کنید و بین آن‌ها از ویرگول استفاده کنید (مثلاً: صص ۸، ۱۰، ۱۲-۱۳).

۱.۱۱ مقاله روزنامه‌ای بر خط

- نشانی وبگاه روزنامه را پس از نام روزنامه (به همراه عبارت «بازآوری از») درج کنید. استفاده از نشانی وبگاه روزنامه به جای نشانی دقیق محل مقاله در وبگاه، احتمال برخورد خواننده با نشانی‌های مسدود را (مثلاً وقتی که نشانی اینترنتی مقاله تغییر کرده است) از بین می‌برد.

۱.۱۲ شماره ویژه یا بخش ویژه یک مجله^{۱۳}

- برای ارجاع به تمامی منبع، نام سردبیر شماره یا بخش ویژه و عنوان آن را (به همراه عبارت «شماره ویژه» یا «بخش ویژه») پیش از عنوان مجله درج کنید.

۱.۱۳ یادداشت سردبیر بدون نام مؤلف

یادداشت سردبیر^{۱۴}: هویت پویا در گرو تحول [یادداشت سردبیر]. (۱۳۹۱). رشد مشاور مدرسه، ۲۹، ۲-۳

۲. کتاب‌ها، کتاب‌های مرجع، و فصل‌های کتاب

این بخش دربردارنده نحوه ارجاع به کتاب‌ها، کتاب‌های مرجع مانند «دایرةالمعارف، واژه‌نامه‌ها و واژه‌نامه‌های تخصصی است. به‌علاوه، در اینجا کتاب‌های صرفاً منتشر شده به صورت الکترونیکی، آثار مرجع، کتاب‌های همگانی^{۱۵} (فاقد حق انحصاری چاپ) و کتاب‌های نابایی که صرفاً به صورت بر خط قابل دسترسی هستند، نیز مطرح می‌شوند.

برای ارجاع به تمامی کتاب:

مؤلف، آ. ۱. (سال انتشار). عنوان اثر. محل: ناشر

مؤلف، آ. ۱. (سال انتشار). عنوان اثر. بازبایی شده از:

<http://www.xxxxxxxxxx>

مؤلف ا. (سال انتشار). عنوان اثر. Doi.xxxxx

ویراستار، ا. (ویراستار). (سال انتشار). عنوان اثر. محل: ناشر

برای ارجاع به فصلی از یک کتاب یا مدخلی در یک کتاب مرجع:

مؤلف، آ. و مؤلف، ب. (سال انتشار). عنوان فصل یا مدخل. در آ. ویراستار، و

ب. ویراستار (ویراستاران)، عنوان کتاب (صص. xx-x). محل: ناشر

مؤلف، آ. و مؤلف ب. (سال انتشار). عنوان فصل یا مدخل. در آ. ویراستار، و

ب. ویراستار (ویراستاران)، عنوان کتاب (صص. xx-x). بازبایی شده از: <http://www.xxxxxxxxxx>

مؤلف، آ. و مؤلف، ب. (سال انتشار). عنوان فصل یا مدخل. در آ. ویراستار، و

ب. ویراستار (ویراستاران)، عنوان کتاب (صص. xx-x)

Doi.xxxxx

برای مدخل‌هایی که فاقد نام مؤلف‌اند:

عنوان مدخل. (سال انتشار). در آ. ویراستار (ویراستاران)، عنوان اثر (ویراست

xx، جلد xx، صص xxx-xxx) محل: ناشر

عنوان مدخل. (سال انتشار). در آ. ویراستار (ویراستار)، عنوان اثر (ویراست

xx، جلد xx، صص xxx-xxx). بازآوری از:

<http://www.xxxxxxxxxx>

- وقتی که ناشر و مؤلف یکسان‌اند، به جای نام ناشر از مؤلف استفاده کنید.
- اطلاعات مربوط به ویراست‌ها، جلد‌ها، و شماره‌های صفحات را در کمانکی

بعد از عنوان کتاب درج کنید: (نسخه ویرایش شده) یا (جلد xx، صص. xxx-xxx).

درست مانند نشریات، اطلاعات نامتعارف ضروری را بعد از عنوان و در

براکت «[]» ذکر کنید.

- اگر تعداد ویراستاران اثر مرجع زیاد بود، کافی است نام سر ویراستار را به

همراه عبارت «و همکاران» درج کنید.

۲.۱ تمامی کتاب، نسخه چاپی

بهاری، ف. (۱۳۹۰) مبانی امید و امیددرمانی. تهران، ایران: دانژه.

۲.۲ تمامی کتاب، نسخه الکترونیکی کتابی چاپی

Shotton, M. A. (1989). Computer addiction? A study of computer

dependency [Dx Reader version]. Retrieved from <http://www.ebookstory.tandf.co.uk/html/index.asp>

Schiraldi, G. R. (2001). The post-traumatic stress disorder sourcebook: A

guide to healing, recovery, and growth [Adobe Digital Editions version]. doi:

10.1036/0071393722

۲.۳ کتاب‌های صرفاً الکترونیک

O'keefe, E. (n.d) Egoism & the crisis in Westrm values. Retrived

form.

<http://www.onlineoriginals.com/showitem.asp?itemID=135>

۲.۴ نسخه الکترونیکی کتابی باز چاپ شده

Freud, S. (1953). The method of interpreting dreams: An analysis of

a specimen dream. In J. Strachey (ED & Trans.), The standard edition

of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 4,

pp. 96- 121). Retrieved from <http://books.google.com/books> (Original

work published 1900)

۲.۵ کتاب یا تکنگاری با شمارگان محدود^{۱۶}، از یک پایگاه داده الکترونیکی

Thomas, N. (Ed.). (2002). Perspectives on the community college: A

journey discovery [Monograph]. Retrieved from <http://eric.ed.gov/>

۲.۶ چند جلد در یک مجلد

Koch, S. (Ed.) (1959-1963). Psychology: A study of science (Vols.

1-6). New York NY: McGraw-Hill.

instruction in higher education and continuing education (Doctoral dissertation). Retrieved from <http://www.ohiolink.edu/etd/>

۳.۳ پایان نامه، از اینترنت

Bruckman, A. (1997). *MOOSE Crossing: Construction, community, and learning in a networked virtual world for kids* (Doctoral dissertation, Massachusetts Institute of Technology). Retrieved from <http://www.static.cc.gatech.edu/~asb/thesis/>

۴. مجموعه‌های داده^{۱۲}، نرم‌افزارها، ابزارهای سنجش، و وسایل

این بخش دربردارنده داده‌های خام و ابزارهایی است که به ما در کارهایی نظیر سنجش یا تحلیل داده‌ها کمک می‌کنند. نیازی به ارجاع به نرم‌افزارها و زبان‌های برنامه‌نویسی استاندارد مانند Adobe Photoshop، Java، Microsoft Office، و حتی SAS و SPSS نیست. فقط کافی است که در متن پژوهش نام کامل نرم‌افزار و نسخه مورد استفاده را ذکر کنید اما برای برنامه‌های رایانه‌ای یا نرم‌افزارهای تخصصی، در فهرست منابع، مداخلی را لحاظ کنید. قالب پیشنهادی زیر می‌تواند راه‌گشا باشد:

صاحب برنامه، (سال انتشار)، عنوان برنامه (شماره نسخه) [نوع منبع]. محل: نام تولیدکننده.

یا

صاحب برنامه، (سال انتشار)، عنوان برنامه [نوع منبع]. بازیابی شده از: <http://xxxx>

- عنوان برنامه، زبان برنامه‌نویسی یا نرم‌افزار را ایتالیک نکنید. عنوان مجموعه داده را ایتالیک کنید.

- نوع منبع (برنامه، نرم‌افزار و...) را در براکت پس از عنوان و شماره نسخه (در صورت وجود) ذکر کنید.

۴.۱ مجموعه داده

Pew Hispanic Center. (2004). *Changing channels and crisscrossing cultures: A survey of Latinos on the news media* [Data file and code book]. Retrieved from <http://pewhispanic.org/datasets/>

۴.۲ ابزار سنجش

Friedlander, M. L., Escudero, V., & Heatherington, L. (2002). E-SOFTA: System for observing family therapy alliances [Software and training videos]. Unpublished instrument. Retrieved from <http://www.softa-soatf.com/>

۴.۳ نرم‌افزار

Comprehensive Meta-Analysis (Version 2) [Computer software]. Englewood, NJ: Biostat.

۴.۴ وسیله

Eyelink II [Apparatus and software]. (2004). Mississauga, Ontario, Canada: SR Research.

۵. تالارهای گفت‌وگو، فهرست‌های مکاتبات برخط و سایر اشکال برخط ارتباط

اینترنت گزینه‌های متعددی را برای افرادی از سرتاسر جهان که می‌خواهند در مورد موضوعی خاص بحث و تبادل نظر کنند، عرضه می‌کند. این گزینه‌ها عبارت‌اند از بلاگ‌ها^{۱۳}، گروه‌های خبری^{۱۴}، تالارهای گفت‌وگوی برخط^{۱۵} و گروه‌های مباحثه، و فهرست‌های مکاتبات برخط و غیره. قالب پیشنهادی: مؤلف، آ. (سال، ماه، روز)، عنوان پست [نوع پست]. بازیابی شده از: <http://www.xxx>

- اگر نام مؤلف در دسترس نبود و فقط نام کاربر قابل مشاهده بود، از آن به جای نام مؤلف استفاده کنید.

- نشانی اینترنتی دقیق محلی را که پست مورد نظر در آن قرار دارد، درج کنید. اگر این اطلاعات، بخشی از URL نیستند، نام فهرستی را که پیام به آن ارسال شده است ذکر کنید.

- برای ارجاع در متن، از این قالب استفاده کنید: (کخ، ۱۹۵۹-۱۹۶۳)

۲.۷ نسخه الکترونیک فصلی از یک کتاب در یک جلد از یک مجموعه
Strong, E. K., Jr., & Uhrbrock, R. S. (1923). Bibliography on job analysis. In Outhwaite (Series Ed.), *Personnel Research Series: Vol. 1. Job analysis at the curriculum* (pp. 140-146). doi: 10.1037/10762-000

- اگر محتوای مورد نظر دارای DOI بود، آن را در فهرست درج کنید. به نشانی اینترنتی یا پایگاه داده نیازی نیست.

۲.۸ فصلی از یک کتاب، نسخه چاپی
Haybron, D. M. (2008). Philosophy and the science of subjective well-being. In M. Eid & R. J. Larsen (Eds.), *The science of subjective well-being* (pp. 17-43). New York, NY: Guilford Press.

۲.۹ فصلی از یک کتاب، ترجمه فارسی، بازچاپ از منبعی دیگر
- اگر از ترجمه فارسی منبع استفاده شده است، ارجاع باید به ترجمه باشد. عنوان فارسی اثر را بدون قلاب درج کرده و پس از آن نام مترجم (مترجمان) را در کمانک ذکر کنید.

مارشال، ک. و راسمن، گ. د. (۱۹۹۵).

روش تحقیقی کیفی، پارسائیان، علی و اعرابی، سیدمحمد (مترجم) (۱۳۷۷). تهران، انتشارات دفتر پژوهش‌های فرهنگی.

۲.۱۰ کتاب مرجع

۲.۱۱ کتاب مرجع غیرفارسی، عنوان ترجمه شده به فارسی

- اگر از منبعی غیرفارسی استفاده می‌کنید، عنوان فارسی را پس از عنوان اصلی و در قلاب درج کنید.

۲.۱۲ مداخلی در کتاب مرجعی برخط

Graham, G. (2005). Behaviorism. In E. N. Zalta (Ed.), *The Stanford encyclopedia of philosophy* (Fall 2007 ed.). Retrieved from <http://plato.stanford.edu/entries/behaviorism/>

۲.۱۳ مداخلی در کتاب مرجعی بر خط، فاقد مؤلف یا ویراستار
- اگر نسخه بر خط به نسخه‌ای چاپی ارجاع می‌دهد، شماره ویراست را پس از عنوان درج کنید.

Heuristic. (n.d). In *Merriam-Webster's online dictionary* (11 th ed.). Retrieved from <http://www.m-w.com/dictionary/heuristic>

۳. رساله دکتری و پایان‌نامه کارشناسی ارشد

رساله‌های دکتری و پایان‌نامه‌های کارشناسی ارشد را می‌توان از وبگاه‌های شخصی، آرشیوهای مؤسسات و پایگاه‌های داده اشتراکی دریافت کرد.

برای رساله‌های دکتری و پایان‌نامه‌های کارشناسی ارشد که از طریق پایگاه‌های داده قابل دسترسی هستند، از قالب زیر استفاده کنید:

مؤلف، آ. آ. (سال انتشار)، عنوان (رساله دکتری یا پایان‌نامه کارشناسی ارشد)، دریافت شده از پایگاه داده: نام پایگاه داده. (شماره سفارش یا دسترسی). برای رساله‌های دکتری و پایان‌نامه‌های کارشناسی ارشد که چاپ نشده‌اند، از قالب زیر استفاده کنید:

مؤلف، آ. آ. (سال انتشار)، عنوان (رساله دکتری یا پایان‌نامه کارشناسی ارشد منتشر نشده)، نام مؤسسه، مکان.

- عنوان اثر را ایتالیک کنید.

- مشخص کنید که اثر، رساله دکتری یا پایان‌نامه کارشناسی ارشد است (در کمانکی بعد از عنوان اثر).

۳.۱ پایان‌نامه، از یک پایگاه داده تجاری

McNiel, D. S. (2006). *Meaning through narrative: A personal narrative discussion growing up with an alcoholic mother* (Master's thesis). Available from ProQuest Dissertations and Theses database. (UMI No. 1434728).

۳.۲ پایان‌نامه، از پایگاه داده‌ای وابسته به یک مؤسسه

Adams, R. J. (1973). *Building a foundation for evaluation of*



در صورتی که درباره نحوه ارجاع دهی به منبعی خاص تردید دارید، بهتر است با فراهم آوری اطلاعات بیشتر، احتمال یافت شدن آن را توسط خواننده افزایش دهید. به بیان دیگر، ارائه نشانی مبسوط تر و دقیق تر بر خلاصه نویسی ارجحیت دارد

شد، محل همایش

۷. گزارش های پژوهش و گزارش های فنی

این گونه گزارش ها مانند مقالات منتشر شده در نشریات اند اما ممکن است بازبینی دقیق قبل از چاپ روی آن ها صورت نگرفته باشد.

قالب کلی آن ها به این صورت است:

مؤلف، آ. عنوان اثر (گزارش شماره xxx). محل: ناشر.

- اگر گزارش به صورت بر خط در دسترس است، نام مؤسسه را به عنوان بخشی از نشانی اینترنتی درج کنید:

بازآوری شده از وبگاه سازمان الف: <http://www.xxxxxxxxxx>

۷.۱ مؤلف سازمانی، گزارش دولتی

معاونت مطالعات و تحقیقات سازمان ملی جوانان (۱۳۸۷). جوانان، روابط خانوادگی و نسلی. تهران: انتشارات سازمان ملی جوانان.

۷.۲ گزارش مؤلف، برای سازمان غیردولتی

Kessy, S. S. A., & Urio, F. M. (2006). *The contribution of microfinance institutions to poverty reduction in Tanzania* (Research Report No 06.3) from Research on Poverty Alleviation website: http://www.repoa.or.tz/documents_storage/Publications/Reports/06.3_Kessy-and-orio.pdf

۷.۳ گزارش برای بایگانی سازمانی

McDaniel, J. E., & Miskel, C. G. (2002). *The effect of groups and individuals on national decisionmaking: Influence and domination in the reading policymaking environment* (CIERA Report 3-025). Retrieved from university of Michigan, Center for Improvement of Early Reading Achievement website: <http://www.ciera.org/library/reports/inquiry-3/3-025/3-025.pdf>

۷.۴ گزارش عملکرد

Employee Benefit Research Institute. (1992, February). *Sources of Health Insurance and characteristics of the uninsured* (Issue Brief No. 123) Washington DC: Author.

پی نوشت

1. Publication manual of the American Psychological Association [6th ED.]
2. Fixed media versions
3. www.apastyle.org
4. retrieval
5. Volume number
6. Digital Object Identifier
7. Peer-review
8. Copy- editing
9. Preprint archive
10. Public domain books
11. Internet message board
12. Electronic mailing list
13. Blog
14. Newsgroup
15. Online forum
16. Discussion group
17. Video blog

۵.۱ پیام ارسال شده به یک گروه خبری، تالار گفت و گوی بر خط، یا گروه

مباحثه

Rampersad, T. (2005, June 8). Re: Traditional knowledge and traditional cultural expressions [Online forum comment]. Retrieved from http://www.wipo.int/roller/comments/ipisforum/Weblog/theme_eight_how_can_cultural#comments

۵.۲ پیام ارسال شده به یک فهرست مکاتبه بر خط

Smith, S. (2006, January 5). Re: Disputed estimates of IQ [Electronic mailing list message]. Retrieved from <http://tech.groups.yahoo.com/group/ForensicNetwork/message/670>

۵.۳ پست وبلاگ

PZ Myers. (2007, January 22). The unfortunate prerequisites and consequences of partitioning your mind [Web log post]. Retrieved from http://scienceblogs.com/pharyngula/2007/01/the_unfortunate_prerequisites.php

ارجاع دادن به کامنتی که در پای پستی گذاشته شده است:

MiddleKid. (2007, January 22). Re: The unfortunate prerequisites and consequences of partitioning your mind [Web log comment]. Retrieved from http://scienceblogs.com/pharyngula/2007/01/the_unfortunate-prerequisites.php

۵.۴ پست وبلاگ تصویری^{۲۵}

Norton, R. (2006, November 4). How to train a cat to operate a light switch [Video file]. Retrieved from <http://www.youtube.com/watch?v=Vja83KLQXZs>

۶. جلسات و گردهمایی ها^{۲۶}

صورت جلسه ها را می توان به شکل کتاب یا بخشی از یک نشریه منتشر کرد. در این حالت، باید از قالب های پیش گفته (برای کتاب و نشریه) استفاده کنید. برای مقالات عرضه شده یا ارائه شده در همایش ها از قالب های زیر استفاده کنید

همایش ها:

شرکت کننده، آ.، شرکت کننده، ب. ب. و شرکت کننده، ج. ج. (ماه، سال). عنوان مقاله شرکت داده شده. در د. د. مدیر همایش (مدیر)، عنوان همایش. همایش در جلسه نام مؤسسه الف برگزار شد، محل همایش ارائه مقاله: ارائه دهنده، آ. (سال، ماه). عنوان مقاله. مقاله در جلسه مؤسسه الف برگزار



مهدی حاجی اسماعیلی
کارشناس ارشد روان‌شناسی

▲ اشاره

در بخش تمثیل، در این شماره به نوع نگاه فرد، خوش‌بینی یا بدبینی و همچنین به اصل تفاوت‌های فردی و ضرورت درک دیدگاه خاص هر فرد می‌پردازیم.

🔑 **کلیدواژه‌ها:** خوش‌بینی، بدبینی، تفکر واگرا، تفاوت‌های فردی

آموختن پرواز به اسب

قلمرو تمثیل

- خوش‌بینی - بدبینی
- پذیرش فرصت‌هایی که زندگی فرا روی ما می‌گذارد.
- در جست‌وجوی نقاط مثبت هر چیز بودن

زمینه‌سازی برای اینکه

- خوب و بد ارزش‌هایی هستند که ما به وقایع زندگی نسبت می‌دهیم.
- دآوری نسبت به وقایع و امور، نگرش و طرز تلقی ما مهم‌ترین عامل است.

اثر مورد انتظار

- تفکر واگرا همواره امکانات بیشتری برای مقابله با وقایع و رویدادها می‌یابد.
- تغییر کانون توجه به نکات مثبت هر پدیده معنای آن را تغییر می‌دهد.
- همواره برای هر مسئله بیش از یک راه‌حل موجود است.

◀ واژه مرکب دل‌نگرانی از دو بخش «دل» و «نگرانی» تشکیل شده و معنای آن این است که پیش از رخ دادن حادثه‌ای، دل ما نگران آن باشد. یعنی سعی کنیم مشکلاتی را حل کنیم که هنوز فرصت ظهور نیافته‌اند. یعنی این تصور که آنچه در آینده رخ می‌دهد، همیشه نامطلوب است. البته در همه جا در کنار آدم‌های دل‌نگران، افراد متفاوتی هم هستند که یکی از آن‌ها، قهرمان این داستان کوتاه است:

در هندوستان، پادشاه پیری دستور داد مردی را به دار بیاویزند. همین که دادگاه تمام شد، مرد محکوم گفت: «علی‌حضرتا، شما مردی خردمند هستید و کنج‌کاوید بدانید که رعایاتان چه می‌کنند. به گوروها (رهبران مذهبی)، خردمندان، مارگیران، و مرتاضان احترام می‌گذارید. بسیار خوب؛ وقتی بچه بودم، پدر بزرگم به من یاد داد که چگونه اسب سفیدی را به پرواز درآورم. در این کشور هیچ‌کس نیست که این کار را بلد باشد. برای همین، باید مرا زنده نگه دارید.»

پادشاه بی‌درنگ دستور داد اسب سفیدی بیاورند.

مرد محکوم گفت: «باید دو سال در کنار این جانور بمانم.»

پادشاه گفت: «دو سال به تو وقت می‌دهم اما اگر بعد از این مدت اسب پرواز نکند، تو را به دار می‌آویزم.»

مرد با اسب از قصر بیرون رفت و خوشحال بود که سرش هنوز روی تنش است. وقتی به خانه رسید، دید که خانواده‌اش سیاه پوشیده‌اند.

همه جیغ زدند: «دیوانه شده‌ای؟ از کی تا حالا در این خانه کسی بلد بوده اسب را به پرواز دربیورد؟»



مرد پاسخ داد: «نگران نباشید. اول اینکه هیچ کس تا حالا سعی نکرده به اسبی پرواز کردن یاد بدهد. یک وقت دیدید که یاد گرفت. دوم اینکه پادشاه خیلی پیر است و شاید در این دو سال بمیرد. سوم اینکه شاید این حیوان بمیرد و من بتوانم دو سال دیگر وقت بگیرم تا به اسب دیگری پرواز کردن یاد بدهم. ممکن است انقلاب و شورش بشود، حکومت سرنگون بشود، جنگ بشود و... آخر اینکه اگر هیچ اتفاقی هم نیفتد، من دو سال دیگر زنده‌ام و می‌توانم هر کاری که دلم می‌خواهد بکنم. فکر می‌کنید همین کم است؟»

همه ما با هم تفاوت داریم

قلمرو تمثیل

- چشم‌انداز (نظرگاه) محدود و باریک خودمان
- عدم پذیرش برخوردار بودن از نگرش و طرز تلقی متمایز
- تحمل نکردن دیگران

زمینه‌سازی برای

- ایجاد فهم و درک متقابل بهتر
- نگرستن از چشم دیگران
- یادگیری پذیرش تفاوت‌های فردی

آثار مورد انتظار

- تحمل تفاوت‌ها و مدارا کردن با آن‌ها
- پذیرش طرز تلقی و اعمال دیگران
- باور این نکته که همیشه و همه‌جا «درست» و «غلط» وجود ندارد و داورهای شخصی بعضاً سلیقه‌ای است و بسته به طرز تلقی‌های متفاوت.
- مراعات کردن «حال دیگران» و کمک به آنان، که می‌تواند به گونه‌های مختلفی بیان شود.

گل و لای کنار رودخانه به لباس و بدنش سرایت نکند. در همین حال، با خود گفت، «عجب چوب سودمندی! حالا به راحتی می‌توانم اینجا بنشینم و استراحت کنم.» آخر روز هم وقتی که می‌خواست رودخانه را ترک کند با خود اندیشید، «این چوب را همین‌جا می‌گذارم تا اگر کس دیگری برای ماهیگیری آمد، یک‌جای خشک برای نشستن داشته باشد.» چند ساعت بعد قایق‌رانی از رودخانه به سمت ساحل آمد. او در حالی که داشت به دنبال جایی می‌گشت که قایقش را ببندد، متوجه چوب خشک و تمیزی در کنار رودخانه شد. قایق‌ران نیز مانند مرد اسب‌سوار آن چوب را با سنگ محکم به زمین فرو کرد و قایق خود را به آن بست. آن وقت به دنبال کارش رفت. وقتی هم که می‌خواست برگردد، به این فکر کرد که ممکن است قایق‌سوار دیگری به آنجا بیاید و به آن قطعه چوب نیاز داشته باشد، بنابراین چوب را همچنان فرو رفته در زمین برای استفاده فرد دیگری رها کرد و پارو زنان از ساحل رودخانه به سوی مقصد خود رفت.

روز بعد هیزم‌شکنی از کنار رودخانه می‌گذشت که چشمش به چوب افتاد. با خود گفت، «عجب چوب خشک و تمیزی. این چوب خیلی خوب و راحت بدون دود خواهد سوخت و امشب اتاق مادر پیرم را گرم خواهد کرد.» هیزم‌شکن چوب را از زمین درآورد و روی شانه‌اش گذاشت و به خانه برد. بعد هم آن را با تبر قطعه‌قطعه کرد و در بخاری اتاق مادر پیرش گذاشت تا در آن شب سرد زمستان گرم و راحت باشد. همه این عابران از چوب به شکل سودمند استفاده کردند و هر کس با نیت خیر برای دیگری آن را مورد توجه قرار داد. کار هر کدام از این افراد هم عادلانه و هم کاملاً سودمند بوده است و هر کدام با توجه به نیاز و دیدگاه خود از آن قطعه چوب به بهترین وجه بهره برده‌اند.

آن‌ها از چوب برداشت‌های متفاوتی داشتند و نوع سودمندی و انتظاری نیز که از آن داشتند، کاملاً با هم متفاوت بود. به خاطر همین برداشت و انتظار متفاوت هر کدام کار خاص و متفاوتی با آن کردند. چه کسی می‌تواند قضاوت کند که کدام یک از آن‌ها از چوب بهتر استفاده کرده و کار کدام یک غلط بوده است؟ اصلاً آیا می‌توان گفت که کدام کار درست و کدام نادرست است؟

مردی اسب‌سوار به دشت هموار و پهناوری رسید. قصد داشت در آنجا کمی استراحت کند. پس از اسب پیاده شد و به دنبال جایی می‌گشت تا افسار اسبش را به آن ببندد. به اطراف نگاهی انداخت و قطعه چوب نسبتاً بزرگی یافت. با تبر یک سر قطعه چوب را کمی تراشید. آن‌گاه آن را بر زمین گذاشت و با تبر محکم روی آن کوبید. چوب در زمین فرو رفت. سپس افسار اسب را به آن بست و با خیال راحت شب را به استراحت پرداخت. صبح که می‌خواست به راه بیفتد، با خودش گفت، «من این چوب را پیدا کردم. آن را مثل میخ در زمین فرو کردم و اسبم را به آن بستم. حالا هم آن را همین‌طور می‌گذارم بماند؛ شاید آدم دیگری نیز بخواهد اسبش را به آن ببندد. بدین ترتیب به او هم کمکی می‌شود.»

اما نفر بعدی که از آنجا می‌گذشت، اسب سوار نبود بلکه مسافری بود که پیاده سفر می‌کرد. او وقتی به آن دشت پهناور رسید، دید که قطعه چوب بزرگی همانند میخ در وسط زمین فرو رفته است. با خود گفت، «اگر مردم شب یا نیمه‌شب از اینجا عبور کنند، این چوب را نمی‌توانند ببینند. پس پاهایشان به آن گیر می‌کند و زخمی می‌شوند یا به زمین می‌افتند.» بنابراین به خاطر حفظ سلامت دیگران، چوب را به زحمت از زمین درآورد و به کناری انداخت.

یکی دو روز بعد، مرد ماهیگیری از آن ناحیه می‌گذشت تا به کنار رودخانه برود و تور ماهیگیری‌اش را پهن کند. چشمش که به چوب افتاد، آن را برداشت و با خود به کنار رودخانه برد. او پس از پهن کردن تور ماهیگیری در کنار رودخانه روی چوب نشست و از آن به عنوان صندلی استفاده کرد تا



انواع خانواده

نرگس نفر



کلیدواژه‌ها: خانواده هسته‌ای، خانواده گسترده، خانواده سه نسلی، خانواده دارای فرزند ولی گونه

و از مزایایی برخوردارند و هم ضعف‌ها و کاستی‌ها و محدودیت‌هایی دارند. نکته شایان توجه، قابلیت‌ها و ظرفیت درونی خانواده است. اگر قابلیت‌های خانواده نادیده انگاشته شوند، محدودیت‌ها و ضعف‌ها زمینه اضمحلال و فروپاشی خانواده را فراهم می‌کنند.

در بررسی ساختار و تشخیص وضعیت خانواده شاید بتوانیم دو موضوع را مدنظر قرار دهیم: ۱. باتوجه به انواع مدل‌های خانواده، وضعیت ساختار فعلی خانواده را بررسی، و محدودیت‌ها و قابلیت‌های آن را شناسایی کنیم. ۲. روند رشد و تکامل و چرخه آن و همین‌طور سیر تاریخی درونی خانواده را مورد بررسی قرار دهیم و از طریق توصیف شرایط موجود، به کنترل و پیش‌بینی و پیشگیری، درمان و رشد آن بپردازیم.

معمولاً خانواده گسترده در مقابل خانواده هسته‌ای مطرح می‌شود. **خانواده گسترده:** بهترین تعریف از خانواده گسترده سنتی بودن آن است. این نوع خانواده سنتی‌ترین شکل خانواده است و بیشتر در مناطق روستایی، مناطق سنتی شهرها و اقشار متوسط و پایین جامعه دیده می‌شوند. معمولاً خانواده‌های گسترده نسبت به سایرین سطح فرهنگ پایین‌تری دارند و معمولاً با مشکلات اقتصادی و تنگ‌دستی مواجه‌اند. اعضای چنین خانواده‌هایی به دلیل گستردگی تقسیم مسئولیت‌ها و تفویض نقش‌ها با مشکلاتی روبه‌رو می‌شوند. به دلیل پیچیدگی واحد خانواده گسترده، امکان دارد بعضی مرزهای خانوادگی گنگ و مبهم و نامشخص یا مخدوش و به هم ریخته باشند که همین امر موجب به هم ریختگی، سردرگمی و استرس در خانواده می‌شود. وظایف می‌تواند به صورت اشتراکی (شراکتی) انجام شود. اغلب اعضای این خانواده‌ها دچار آشفتگی نقش می‌شوند و تکلیفشان با خود و خانواده مشخص نیست.

در شماره پیشین، خانواده را از جهت نقش‌هایی که اعضای آن در قبایل یکدیگر دارند، یعنی مکمل و قرینه بودن، میزان هم‌بستگی و انعطاف‌پذیری اعضا نسبت به هم و همین‌طور از حیث دوری و نزدیکی یعنی مرکزگرا و نامرکزگرا بودن اعضا، بررسی کردیم. در این نوشتار قصد داریم تقسیم‌بندی‌های دیگر خانواده را از جهت هسته‌ای و گسترده بودن، خانواده‌های سه نسلی، خانواده‌های دارای فرزند ولی گونه و... بررسی کنیم. خانواده‌های خاص و رایج‌ترین گونه‌های خانواده را مورد توجه قرار دهیم. گرچه تقسیم‌بندی‌های قبلی (مرکزگرا/نامرکزگرا، مکمل/قرینه، هم‌بسته/انعطاف‌پذیر) را در همه انواع ساختارهای خانوادگی می‌توانیم در نظر بگیریم. تشخیص مدل و ترکیب خانواده به روشن‌تر شدن تحلیل ساختی خانواده کمک می‌کند. هیچ‌یک از انواع خانواده به خودی خود به‌هنگار یا نابه‌هنگار، سالم یا ناسالم، کارآمد یا ناکارآمد نیستند. مسئله مهم، چگونگی عملکرد آن‌هاست. اینکه شبکه ارتباطات درونی و بیرونی آن‌ها چگونه است، آیا اعضا از ارتقا، بهزیستی و سلامت روان برخوردارند، آیا باتوجه به شرایط سنی و موقعیتی خویش عملکرد سالم و موافقی دارند، آیا اعضای خانواده چرخه‌های حیات مشترک خود را به سلامتی پشت‌سر گذاشتند، آیا قواعد و قوانین و راهبردهای موجود در خانواده پاسخ‌گوی نیازهای اعضای خانواده هست و... وجه تمایز هر خانواده از خانواده‌های دیگر، خاص خود آن است و به ترکیب خانواده، مرحله تکامل آن و خرده فرهنگی که خانواده به آن تعلق دارد، برمی‌گردد. در واقع، هر یک از مدل‌های خانواده هم کارایی و کارآمدی دارند

هیچ یک از انواع خانواده به خودی خود به‌هنگار یا نابه‌هنگار، سالم یا ناسالم، کارآمد یا ناکارآمد نیستند. مسئله مهم، چگونگی عملکرد آن‌هاست

هر یک از مدل‌های خانواده هم کارآیی و کارآمدی دارند و از مزایایی برخوردارند و هم ضعف‌ها و کاستی‌ها و محدودیت‌هایی دارند. نکته شایان توجه، قابلیت‌ها و ظرفیت درونی خانواده است

خانواده هسته‌ای: معمول‌ترین شکل خانواده در شرایط کنونی است و از زن و مرد (زن و شوهر یا والدین) و فرزندان تشکیل می‌شود. خانواده هسته‌ای اعضای محدودی دارد و به سمت کوچک‌تر شدن پیش می‌رود. در شکل سنتی خانواده هسته‌ای مرد شاغل است و وظایف بیرونی را برعهده دارد و زن خانه‌دار و عهده‌دار وظایف داخل خانواده و تربیت و مراقبت بچه‌هاست. در شکل امروزی‌تر آن، زن و مرد هر دو شاغل‌اند و هر دو برای پیشبرد خانواده تلاش می‌کنند. در نوع سالم‌تر خانواده هسته‌ای زن و مرد مسئولیت‌های درونی و بیرونی خانواده را برعهده می‌گیرند (نقش‌های قرینه دارند) و بچه‌ها نیز مسئولیت‌هایی را برعهده دارند. در صورتی که زن و مرد هر دو شاغل باشند و در عین حال به‌صورت سنتی هنوز همه مسائل مربوط به تربیت فرزندان و مراقبت از فرزندان آن‌ها و رتق و فتق امور خانواده برعهده زن باشد، فشار زیادی بر او وارد می‌آید. این بدان معناست که بخشی از خانواده به‌صورت مدرن و امروزی و براساس نیازهای امروز عمل می‌کند (یعنی شاغل بودن هر دو) و بخش دیگر هنوز سنتی باقی مانده (نقش‌های مکمل دارند) است و همین امر، فشار و تعارض ایجاد می‌کند.

خانواده سه نسلی: خانواده‌های گسترده‌ای هستند که در آن‌ها افراد نسل‌های مختلف در کنار هم زندگی می‌کنند. این نوع خانواده بیشتر در میان گروه‌های متوسط اجتماعی و گروه‌هایی که به لحاظ اقتصادی-اجتماعی پایین هستند، دیده می‌شوند.

خانواده‌های سه نسلی ترکیب‌ها و آرایش‌های مختلفی دارند؛ ترکیب حداقل یک والد، پدربزرگ یا مادربزرگ یا هر دو و نوه خانواده هسته‌ای (پدر و مادر و فرزندان) و پدربزرگ و مادربزرگ شبکه گسترده خویشاوندان درجه ۱ شامل، عمه، عمو، خاله، دایی اینکه خانواده واقعی (هسته‌ای) در این میان کدام است و چند عضو دارد و در چه سطح ارتباطی با شبکه گسترده خانواده قرار دارد، و تأثیر خانواده گسترده بر عملکرد خانواده هسته‌ای چگونه است، بسیار اهمیت دارد. این تأثیر هرگز نباید ناچیز تلقی شود.

نظام سلسله مراتب در این خانواده‌ها چگونه است؟ توزیع قدرت چگونه صورت می‌گیرد؟ زیر منظومه‌های خانوادگی و مرزهای بین آن‌ها چگونه است؟ مشاور باید به ائتلاف‌های بین نسلی که یکی از اعضا را سپر بلا می‌سازد و باعث ناکارآمدی زیرمنظومه‌های خاص خانواده می‌شود، توجه کند (مثل زیر منظومه والدینی). آیا قوانین و قواعد و راهبردها مشخص و روشن هستند؟ وظایف مربوط به تربیت و مراقبت از بچه‌ها تعریف شده است؟ آیا لازم است متمایزسازی و مرزسازی صورت پذیرد؟ آیا بین نسل‌ها شکاف وجود دارد؟ آیا پدر و مادر نقش اصلی را برعهده دارند یا در حاشیه هستند؟

یکی از مشکلات عمده این خانواده‌ها ساختار نابه‌هنگار و ناسالم آن‌هاست. پس لازم است مجدداً سازماندهی شوند و ساختار صحیح و سالمی پیدا کنند. این موجب خواهد شد که والدین وظایف و مسئولیت‌های خود را در قبال فرزندان انجام بدهند و پدربزرگ و مادربزرگ نقش حاشیه‌ای پیدا کنند.

مرزها مشخص شوند و هر کس نقش و موقعیت خود را مجدداً پیدا کند. موقعیت بزرگسالان در این خانواده‌ها چگونه است؟ آیا از قدرت برابر برخوردارند و یکی از آن‌ها والد اصلی است و نقش آفرینی می‌کند؟ آیا با هم همکاری می‌کنند یا رقابت دارند؟ در صورت همکاری، آیا حدود همکاری‌ها روشن و واضح است و حداقل قواعد و راهبردهای تلویحی شکل گرفته است یا هر کس باری به هر جهت می‌گذراند؟

خانواده‌های دارای فرزند ولی‌گونه

فرزند ولی‌گونه یعنی فردی که بخشی از قدرت، وظایف و مسئولیت‌های والدین به او تفویض می‌شود. در برخی از خانواده‌ها به لحاظ شرایط خاصی که وجود دارد، برای اینکه امور خانواده بگذرد و سیستم بتواند از عهده مسائل برآید، لازم است قدرت و مسئولیت‌ها به افراد دیگری به‌جز والدین واگذار شود. در خانواده‌های گسترده سه نسلی به لحاظ گستردگی‌ای که دارند و در خانواده‌هایی که والدین شاغل هستند یا خانواده‌های تک‌والدینی و یا خانواده‌ای که یکی از دو والد دور از خانواده زندگی می‌کند، یک یا چند نفر از فرزندان بزرگ‌تر مسئولیت مراقبت از فرزندان کوچک‌تر از خود و تربیت آن‌ها را برعهده می‌گیرند یا در غیاب والدین وظایف آن‌ها را انجام می‌دهند. این فرزندان در سلسله مراتب قدرت جای می‌گیرند و بخشی از قدرت و مسئولیت والدین به آن‌ها تفویض می‌شود.

ساخت این خانواده‌ها می‌تواند سالم و به‌هنگار باشد و مشکلی نداشته باشند. اما در صورتی که برخی از مسائل و شرایط لحاظ شوند، خانواده و فرزند ولی‌گونه مشکل پیدا می‌کنند.

محدودیت‌ها

- سطح انتظارات از فرزندان ولی‌گونه بیشتر و بالاتر از توان او باشد.
- مسئولیت‌هایی که از فرزند ولی‌گونه توقع دارند، با نیازهای سنتی و رشدی وی تداخل کند.
- اختیارات، قدرت، مسئولیت‌ها و وظایف فرزند ولی‌گونه واضح و روشن نباشد.
- حدود مرزهای والدین (زیر منظومه والدین) و فرزند ولی‌گونه کاملاً مشخص نباشند یا والدین کنار بکشند و در انجام وظایف خویش از خود سلب مسئولیت کنند.
- وقتی که موقعیت خاص فرزند ولی‌گونه او را از عضویت در زیرمنظومه خواهران و برادران باز دارد.

مزیت‌ها

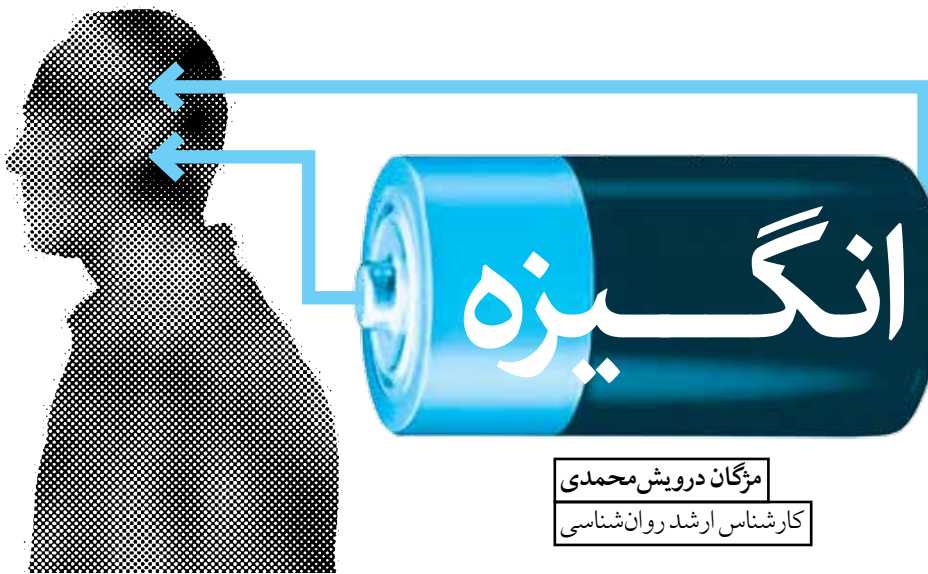
- مهارت‌های اجرایی فرزند ولی‌گونه افزایش پیدا می‌کند و مسئولیت‌های اجتماعی والدین به وی باعث رشد و کمال او می‌شود.
- بار روانی و همین‌طور بار اجرایی وظایف والدین کمتر می‌شود؛ در نتیجه، نشاط والدین و خانواده افزایش می‌یابد.

راهنمای افزایش

انگیزه

مژگان درویش محمدی

کارشناس ارشد روانشناسی



کلیدواژه‌ها: انگیزش، شخصیت، رفتار، انگیزه

بنابراین در افزایش انگیزه، نوع و شدت نیازهای فرد را بررسی می‌کنیم. سپس بررسی می‌کنیم که او برای اینکه نیازش را پاسخگو باشد، از چه روش‌هایی استفاده می‌کند و چگونه به نیازش پاسخ می‌دهد. بعد، پیامد آن روش را بررسی می‌کنیم که دریابیم آیا این شیوه پاسخ‌دادن پیامدهای درستی برای وی دارد، مفید است یا آسیب‌زا و چقدر به فرد احساس خوشایندی و ارزشمندی می‌دهد.

مورد دیگری که در افزایش انگیزه باید بدان توجه داشت، ارزش‌های فرد است. به عبارتی، چه چیزی برای فرد مطلوب است و چقدر از نظر احساسی، رفتاری و شناختی نیروی روانی صرف آن می‌کند.

بررسی نظام‌انتهاری راه دیگری برای افزایش انگیزه است. باید انتظارات فرد را بسنجیم و ببینیم که او چه انتظاراتی از خود و دیگران و شرایط و موقعیت زندگی دارد. هرچه انتظارات فرد معطوف به دنیای بیرون باشد، انگیزش وی کمتر می‌شود. در مقابل، اگر انتظارات فرد کمتر معطوف به دیگران و دنیای بیرون و متناسب با توانایی‌ها و ظرفیت‌های خودش و واقعیت‌ها باشد، میزان دریافت ناکامی‌های وی کمتر می‌شود و انگیزه بیشتری در او به وجود می‌آید. در افزایش انگیزه به بررسی نظام هدف‌ها نیز می‌پردازیم. آیا اهداف فرد روشن، یا کلی و مبهم‌اند؟ هدف‌های کوتاه‌مدت و درازمدت او کدام‌اند؟ هریک از هدف‌های او چقدر در دسترس و آسان و چقدر دور از دسترس، دشوار و تخیلی هستند؟ پیامدهای هر کدام را نیز بررسی می‌کنیم. سپس فرد را به این مسیر سوق می‌دهیم که بیشتر بر اهداف کوتاه‌مدت واقعی و چالش‌انگیز متمرکز شود.

در نهایت، به نظام اسنادی فرد توجه می‌کنیم. به عبارتی بررسی می‌کنیم که، سبک تبیین فرد چیست. او موفقیت‌ها و شکست‌ها و رویدادهای ناگواری را که با آن‌ها مواجه شده است، به چه چیزی نسبت می‌دهد؟ درونی یا بیرونی؟ پایدار یا ناپایدار؟ قابل کنترل یا غیرقابل کنترل؟ ابتدا باید بدانیم که اسنادهای فرد چه هستند و نشان‌دهیم که چه اسنادهایی دارد. او را آگاه می‌کنیم که چگونه این اسنادها به عنوان اظهارات مربوط به خود روی انواع دیگر گفت‌وگوهای خصوصی و دیگر ابعاد عملکرد او اثر می‌گذارد. وقتی فرد دید درستی در مورد ابعاد اسنادها و چگونگی تعامل آن‌ها به دست آورد، سبک اسنادی را با کمک خودش تغییر می‌دهیم. او را به این نتیجه می‌رسانیم که اسنادهای کلی، درونی و ثابت در شرایط مثبت به احساسات خوب منجر می‌شوند و اسنادهای خاص، بیرونی و غیر ثابت در شرایط منفی به احساسات خوب می‌انجامند.

منابع

۱. یوسفی لویه، مجید؛ کلاس‌های آموزشی، مرکز مشاوره آرمش، چاپ نشده، ۱۳۸۶.
۲. ریو، مارشال، انگیزش و هیجان، مترجم: یحیی سیدمحمدی، تهران، نشر ویرایش، ۱۳۸۵.
۳. هارتلی بروئر، الیزابت؛ ایجاد انگیزه در کودکان، مترجم: احمد ناهیدی، تهران، انتشارات رشد، ۱۳۸۴.

انگیزش همان چیزی است که اکثر ما احساس می‌کنیم به اندازه کافی آن را نداریم اما می‌دانیم که وجود آن حائز اهمیت است؛ چون به ما کمک می‌کند احساس رضایت خاطر کنیم، درباره خودمان احساس مسئولیت کنیم و بر زندگی خویش مسلط باشیم. انگیزش شرط اساسی رشد شخصیت، رضایت خاطر و موفقیت است. بدون انگیزش، نیروی بالقوه ما دست‌نخورده باقی می‌ماند یا به جایی می‌رسیم که هدایت ما، به عهده شانس و اقبال می‌افتد و دیگر خود بر زندگی خویش کنترل اعمال نمی‌کنیم. در هر دو مورد، ممکن است دچار ناامیدی شویم و احساس حسرت‌بار (فقط اگر...)، ممکن است احترام به خویش را در وجودمان به تدریج از بین ببرد.

انگیزه فرایندی درونی است که رفتار را نیرومند و هدایت می‌کند و بنابراین، اصطلاحی کلی برای مشخص کردن زمینه مشترک نیازها، شناخت‌ها و هیجان‌هاست. برای بالابردن انگیزه خود و دیگران، ابتدا باید به علت رفتارها و هیجان‌ها و افکار خود توجه کنیم و از آن‌ها شناخت به دست آوریم. به عبارتی، توجه کنیم که انگیزه فرد از فلان عمل، فکر یا احساسش چیست و چرا این رفتار یا این فکر را دارد؟ بنابراین، در وهله اول از مراجع می‌پرسیم چه چیزی باعث شده است که این گونه فکر کند یا این گونه عمل کند یا این گونه احساس کند. این امر باعث توجه فرد به خودش می‌شود و سطح هوشیاری او را افزایش می‌دهد.

پس از افزایش هوشیاری و خودآگاهی هیجانی در فرد، باید نیازهای او را بررسی کرد. نیازها انواع مختلفی دارند: از جمله نیازهای فیزیولوژیک همچون تشنگی، گرسنگی، و میل جنسی که به نحوه عمل سیستم‌های زیستی وابسته‌اند، نیازهای روان‌شناختی مانند خودمختاری، شایستگی، و ارتباط که به ماهیت انسان و رشد سالم وابسته‌اند، و نیازهای اجتماعی همچون پیشرفت، صمیمیت، و قدرت که از تاریخچه هیجانی و اجتماعی شدن ما فراگیری یا درونی شده‌اند.

نیازهای فیزیولوژیک به آب و غذا و غیره از کمبودهای زیستی ناشی می‌شوند. این نوع رفتار با انگیزه اصولاً واکنشی است؛ یعنی هدف آن واکنش نشان دادن به شرایط کمبود بدن و برطرف کردن آن است. نیازهای روان‌شناختی برای بررسی رفتار با انگیزه اهمیت دارند. نیازهای روان‌شناختی تمایل به جست‌وجو کردن محیطی را در ما ایجاد می‌کنند که انتظار داریم بتواند این نیازهایمان را پرورش دهد. نیازهای اجتماعی از تجربیات منحصر به فرد ما ناشی می‌شوند و بنابراین در افراد مختلف بسیار متفاوت‌اند. نیازهای اجتماعی، که آن‌ها را فرا می‌گیریم، به محیط اجتماعی‌ای که در آن بزرگ شده‌ایم، در حال حاضر در آن هستیم و می‌کوشیم برای آینده‌مان آن را به وجود آوریم، بستگی دارند.

ارزشیابی از برنامه درسه روانشناسی

بخش چهارم

محمود اوحیدی

کارشناس مسئول گروه روانشناسی، دفتر برنامه ریزی و تألیف کتب درسی

به نظر می‌رسد که در برنامه درسی روان‌شناسی در آینده بایستی به مفهوم سلامت، سلامت روانی و ارتباط آن با داشتن زندگی سالم بدون پرداختن به مباحث تخصصی توجه شود

کلیدواژه‌ها: سلامت روانی، اختلال روانی

در بخش سوم گزارش ارزشیابی (بهار ۹۲) نظرات اخذ شده درباره فصل سوم کتاب روان‌شناسی بررسی شد. در این شماره به بررسی نظرات دانش‌آموزان و دبیران درمورد فصل چهارم کتاب روان‌شناسی (سلامت روانی و اختلال روانی) می‌پردازیم. مباحثی که در فصل چهارم کتاب روان‌شناسی به‌عنوان مباحث مشکل برای دانش‌آموزان ذکر شد، عبارت‌اند از: (گزارش ارزشیابی برنامه درسی روان‌شناسی، صفحه ۲۰۰)

تا اختلالات روانی؛ زیرا بحث درمورد اختلالات از جمله اضطراب و وسواس، دانش‌آموزان را در جهت برچسب‌زدن به خود، پیش می‌برد. هر چند که در زیرنویس صفحه ۱۳۵ کتاب آمده است: «در صفحات آینده با بعضی از اختلالات روانی آشنا خواهید شد. لازم به ذکر است که داشتن یک یا چند نشانه به معنای داشتن آن اختلال روانی نیست، بلکه تشخیص هرگونه اختلال بایستی از طرف روان‌شناس و یا روان‌پزشک باشد.» با وجود این، به ویژه دانش‌آموزانی که در محیط‌های نامساعد خانوادگی و اجتماعی زندگی می‌کنند، ممکن است بدون توجه به این توضیحات، دچار مشکل شوند و تصور کنند که به یک اختلال روانی مبتلا شده‌اند.

به نظر می‌رسد که در برنامه درسی روان‌شناسی در آینده بایستی به مفهوم سلامت، سلامت روانی و ارتباط آن با داشتن زندگی سالم بدون پرداختن به مباحث تخصصی توجه شود. لازم است دانش‌آموزان در زمینه معیارهای سلامت روانی و راه‌های تأمین آن آمادگی ذهنی لازم را به دست آورند.

همان‌گونه که در قسمت‌های پیش نیز اشاره شد، نکته مهم در ارائه مطالب، استفاده از زبان ساده و قابل فهم با حداقل واژه‌ها و اصطلاحات علمی است که مانع افزایش چگالی مفاهیم ارائه شده در این فصل می‌شود.

امید است سلسله گزارش‌های ارزشیابی برنامه درسی روان‌شناسی که توسط آقای دکتر محمدحسینی و همکاران ایشان در چهار شماره گذشته ارائه گردید، مورد عنایت مشاوران و دبیران روان‌شناسی قرار گرفته باشد.

- درمان‌های مختلف اختلال روانی
- استقامت یا سخت‌رویی
- مراجع
- درمانگر
- الگوی رفتاری الف
- اختلال روانی و برخی از انواع آن مانند اضطراب هراس.
در تحلیل مشکلات یادگیری فصل چهارم کتاب روان‌شناسی، دبیران محترم روان‌شناسی دلایلی را در این‌باره مطرح کرده‌اند که در زیر به آن‌ها اشاره می‌شود:
- پیچیدگی مفاهیم اشاره شده
- عدم نگارش روان و سلیس متن
- کمبود وقت برای تشریح مطالب ارائه شده
- خلاصه شدن بیش از حد مباحث ارائه شده
لازم به ذکر است که دبیران محترم اذعان دارند که مشکلات یادگیری در فصل چهارم به مراتب کمتر از فصول دیگر است.
با عنایت به مسائل و مشکلاتی که دانش‌آموزان و دبیران محترم در رابطه با فصل چهارم کتاب مطرح کرده‌اند، گروه روان‌شناسی به این جمع‌بندی رسیده است که بایستی تعداد مفاهیم و اصطلاحات در این فصل کم شود. دوم اینکه تکیه بیشتر بر سلامت روانی باشد

روان‌شناسی سینما

رضا شهلا

کارشناس ارشد روان‌شناسی

ظواهر آدنیاب به دودسته آدم‌های خوب و بد تقسیم میشه. خوب‌ها شب‌رو راحت‌تر می‌خوابن، بد‌ها، روزاشونو جالب‌تر می‌گذرونن (وودی آلن)

از جمله شعب مهم دانش بشری شناسایی حالات نفسانی یا روان‌شناسی است. دانشمندان و محققان از روزگار قدیم به این جنبه از وجود آدمی توجه کامل داشته‌اند و در آرای هندیان و رومیان و یونانیان باستان مطالب بسیاری در این زمینه می‌توان یافت. روان‌شناسی، علم کاربردی مطالعه رفتار و فرایندهای ذهنی بر پایه یافته‌های علمی و تحقیق شده است. رفتار به فعالیت‌ها و اعمالی اشاره دارد که قابل مشاهده و اندازه‌گیری هستند؛ مانند صحبت کردن و راه رفتن، اما رخدادهای ذهنی به اعمال و فرایندهایی اشاره دارد که به‌صورت مستقیم قابل دیدن و درک کردن نیستند و نمود آن‌ها را می‌توان در رفتار و دیگر فرایندها مشاهده کرد؛ مانند تفکر یا هیجان و ترس. امروزه، روان‌شناسی از سنین خردسالی و نوجوانی گذشته و پا به مرحله جوانی و بزرگسالی گذاشته و به درجه‌ای از ثبات و استحکام رسیده است (شاملو، ۱۳۷۰). روان‌شناسی با در نظر گرفتن نیازهای طبیعی انسان و درک روح زمان، پرچمدار مطالعه پیچیدگی‌های رفتاری بشر امروز تلقی می‌شود. یکی از اهداف روان‌شناسی امروز حفظ بهزیستی روان‌شناختی افراد در زندگی پرتلاطم مدرن است؛ سلامت -چه به‌صورت فردی و چه جمعی- بی‌تردید از مهم‌ترین ابعاد مسائل حیات انسان و شرطی ضروری برای ایفای نقش‌های اجتماعی است. همه انسان‌ها در صورتی می‌توانند فعالیت کامل داشته باشند که هم خود را سالم احساس کنند و هم جامعه آن‌ها را سالم بدانند. سلامت روان تعبیری است که بیشتر برای بیماری روانی به کار برده می‌شود.

این اصطلاح در قانون‌گذاری، سیاست اجتماعی، پزشکی، روان‌پزشکی، جامعه‌شناسی، روان‌شناسی و در اجرا فراوان کاربرد دارد. تاریخچه جنون و بیماری روانی دو تعریف مشترک از سلامت روان را باز می‌نمایند؛ یکی عدم وجود بیماری روانی و دیگری حالت بهزیستی.

سینما همواره بازتاب‌دهنده اتفاقات جامعه و به‌دلیل سرشت رسانه‌ای و فراگیر بودنش -محل تعمق و کنجکاوی حوزه‌های گوناگون اندیشه بوده است و می‌تواند با استفاده از تأثیرگذاری بالا و همچنین تکنیک‌های خاصش نقشی مهم در ساختار جامعه داشته باشد. سینما از آن رسانه/هنرهایی است که جذابیتش منحصر به متن نیست و فرامتنش هم به اندازه‌ای چشمگیر مخاطب دارد. برخی از جنبه‌های عامه‌پسندانه سینما از قبیل پشت‌صحنه فیلم‌ها و سرک کشیدن به زندگی خصوصی ستاره‌ها و چهره‌های معروف، همواره خوراکی برای رسانه‌های به اصطلاح زرد بوده که با دامن‌زدن به این موارد مخاطب عام و آسان‌گیر را به خود جلب کنند و رونقی به دکان خود بدهند. البته آن وجه سینما هم که رویکردی اندیشمندانه دارد و حاوی درون‌مایه‌های ژرف‌تر و تأمل‌برانگیزتر است، مخاطبان خاص خود را دارد که مایل‌اند بیشتر درباره چگونگی شکل‌گیری چنین آثاری بدانند و با اندیشه نهفته در آن‌ها آشنا شوند. از این رهگذر، بسیاری از پیگیران جدی سینما می‌توانند پیچیدگی‌ها و پوشیدگی‌های فیلم مورد نظرشان را کنار بزنند، رابطه بی‌واسطه‌تری با فیلم برقرار کنند، و جنبه‌های تازه‌ای از متن برایشان مکشوف شود. اگر سینما و روان‌شناسی را دو گستره از مفاهیم

بدانیم که اولی در ساحت هنر و دومی در ساحت دانش استقرار می‌یابد، برهم‌کنش این دو ساحت را به شیوه‌های گوناگون می‌توانیم تقسیم‌بندی کنیم. البته بیش از این در یادداشتی چنین کوتاه نمی‌توان به این مقوله جذاب و اساسی پرداخت.

سینما به مثابه یک هنر، بستری مناسب و مطلوب برای خوانش‌های روان‌کاوانه است که در فصل مشترک فلسفه جسم و روان، امکان خوانش فلسفی را هم فراهم می‌کند. بسیاری از اندیشمندان حوزه‌های مختلف، در باب شیوه‌های اثرگذاری سینما نوشته‌اند. مثلاً تحلیل رولان بارت از اثر هیپنوتیک سینما بر تماشاگر، برآیند جامع و خواندنی آرای پرشماری است که هم سینماگران و هم تحلیلگران هنر، درباره جادوی سینما بیان کرده‌اند. کسانی چون اسلاوی ژیزک هم بوده‌اند که در کنار وجه هنری سینما، جنبه‌های روان/جامعه‌شناسانه آن را در جایگاه یک صنعت هنگفت و سودآور بررسی کرده‌اند. جنبش «سینمادرمانی» که در یک دهه گذشته سازوکار آکادمیک به خود گرفته و به زیرشاخه‌ای از علم روان‌شناسی بدل شده، حاصل روندی است که سینما را از باب اثرگذاری بر روان تماشاگر، گیراترین و کارآمدترین هنر ارزیابی می‌کند. سینما به‌عنوان «رسانه»‌ای مؤثر و بانفوذ محمل مناسبی برای تحلیل است.

روان‌شناسی گاه مظلوف سینما بوده است. حجم بالای هجو و تحقیر در تصویری که سینما از روان‌شناسی به دست می‌دهد، عمیقاً تأمل‌برانگیز است. روان‌شناس و روان‌درمانگر در سینما مانند باور غالب در توده‌های مردم، خود مجموعه‌ای از سستی‌ها و عقده‌ها، و فردی ترجمه‌برانگیز و مضحک است. فیلم‌سازها در همه جای دنیا به نمایش بیماری‌های روان‌شناختی و متخصصان آن علاقه‌مندند. حتماً می‌دانید



روان‌شناسی گاه مظلوف سینما بوده است. حجم بالای هجو و تحقیر در تصویری که سینما از روان‌شناسی به دست می‌دهد، عمیقاً تأمل‌برانگیز است. روان‌شناس و روان‌درمانگر در سینما مانند باور غالب در توده‌های مردم، خود واجد مجموعه‌ای از سستی‌ها و عقده‌ها، و فردی ترجمه‌برانگیز و مضحک است

از این دسته فیلم‌ها هستند. دسته دوم فیلم‌هایی هستند که نه تنها تلاشی برای ارائه نگاهی درست به مفاهیم روان‌شناختی نداشته‌اند بلکه با ناآگاهی از دانش روان‌شناسی و بی‌تجربگی، نقش روان‌شناس و حتی مراجع این علم را زیر سؤال برده‌اند. نگارنده معتقد است دلایل مختلفی باعث این بی‌توجهی در حوزه سینما شده است از جمله، عدم برنامه‌ریزی مدیران فرهنگی کشور در طول سالیان در تأکید بر مفاهیم روان‌شناسی و بهره‌گیری از روان‌شناسی برای بالا بردن سطح سلامت در جامعه، عدم شناخت و درک درست هنرمندان این عرصه از روان‌شناسی، پذیرفته نشدن روان‌شناسی به عنوان یک علم از طرف هنرمندان این حوزه، ناآگاهی از کارکردهای بی‌نظیر روان‌شناسی در سینما، بی‌سلیقه‌گی هنرمندان این عرصه و دوری دو گروه سینماگران و روان‌شناسان از هم.

نام بردن از نمونه‌های خوب نمایش بیماری‌های روانی در فیلم‌های ایرانی کار مشکلی است. در ادامه، شماری از فیلم‌های ایرانی را که به نوعی از داده‌ها و یافته‌های روان‌شناختی بهره جسته یا تصویری از روان‌شناس یا مشاور به بیننده انتقال داده‌اند، مرور خواهیم کرد.

شده و متداول در میان منتقدان ادبی و سینمایی سراسر جهان است که در کشور ما به دلایل مختلف جدی گرفته نشده است. یکی از این دلایل، فاصله پیدا کردن دو گروه سینماگران و روان‌شناسان از یکدیگر است. معمولاً افرادی که در یکی از این دو حوزه مشغول به کارند، تمایل و شوقی به آگاه شدن از اتفاقات حوزه دیگر نشان نمی‌دهند و هر کدام راه خودشان را می‌روند.

سینمای ایران با سابقه طولانی چندین ساله و با دریافت جوایز چشمگیر هنوز نتوانسته است گامی محکم در حیطه روان‌شناسی بردارد. هنوز جای خالی فیلمی که بتواند از مفاهیم تأثیرگذار نظریه‌های مختلف روان‌شناسی و تئوری‌های قابل دفاع در سینمای ایران بهره ببرد، به چشم می‌خورد. هنوز در آثار هنرمندان سینمای ایران فیلمی دیده نمی‌شود که با استفاده از علم روان‌شناسی برای مخاطب خود چاره‌اندیشی کند یا اگر هست، به دو دسته تقسیم می‌شود: دسته اول فیلم‌هایی هستند که نگاهی گذرا و سطحی به روان‌شناسی دارند و فقط به توصیف نشانه‌های اختلال پرداخته‌اند، بدون اینکه هیچ‌گونه راه‌کاری ارائه دهند؛ ساخته‌های فریدون جیرانی، پوران درخشنده و بهرام توکلی

که خیلی از فیلم‌های هیچ‌کاک در مورد همین بیماری‌هاست. استاد در یکی از سکانس‌های پایانی فیلم «روانی» حتی پای روانکاو را هم به صحنه می‌کشد و توضیحاتی کاملاً علمی به بیننده می‌دهد. کسانی چون او گاهی -یا بهتر بگوییم بسیاری اوقات- تنها به جذابیتی می‌اندیشند که بیمار یا متخصص اعصاب و روان به فیلم می‌بخشد و باعث فروش فیلم می‌شود. جذابیتی که با مبالغه در خشونت یا حماقت بیمار باعث موفقیت در گیشه می‌شود. به نظر می‌رسد در همه جای دنیا دل روان‌پزشکان و روان‌شناسان بالینی از کارگردان‌های تجاری خون است. در تحقیق جالبی که در استرالیا انجام شده است، پژوهشگران به تحلیل محتوای برنامه‌های تلویزیونی خودشان پرداخته‌اند. آن‌ها معتقدند که نمایش دروغین بیماری‌های روانی در فیلم‌ها تأثیر نامطلوبی دارد. این فیلم‌ها داغ ننگی را که بر پیشانی این گونه بیماران حک شده است، در ذهن ما پایدار می‌کند؛ یعنی دقیقاً برعکس کاری که وظیفه یک رسانه عمومی است. با دیدن این فیلم‌ها نگرش ما از بیماران به سطحی پایین‌تر و گاهی بالاتر از واقعیت تغییر می‌کند.

نقد روان‌شناسانه یکی از روش‌های پذیرفته



گاو (داریوش مهرجویی، ۱۳۴۹)

فیلم‌نامه براساس اطلاعات روان‌شناسی از دکتر غلامحسین ساعدی (روان‌پزشک) موقعیت بیماری را نشان می‌دهد که خویش را گم کرده و برای فرار از واقعیت دردآلود زندگی به‌طور ناخودآگاه گاو بودن را برگزیده است (اختلال تجزیه‌ای هویت). این فیلم جزئیات دقیق زندگی یک بیمار را به زیبایی به تصویر می‌کشد. در فیلم نمادها اهمیتی خاص دارند و هر یک از شخصیت‌های فیلم، خود نماد قشری از جامعه فرکرده و عقب‌مانده آن روز ایران است.



آرامش در حضور دیگران (ناصر تقوایی، ۱۳۴۷)

این فیلم براساس داستانی از مجموعه داستان‌های «واهمه‌های بی‌نام و نشان» نوشته دکتر غلامحسین ساعدی ساخته شده است. «سرهنک» یک بیمار پارانوئیدی و دارای توهم بینایی و شنوایی است و اطرافیان مجبور می‌شوند او را در بیمارستان بستری کنند. فیلم به‌طرز حیرت‌آوری، تلخ و سیاه است. این فیلم از جامعه شهری معاصر و روابط به‌بن‌بست رسیده آدم‌ها تصویری تلخ به دست می‌دهد. همه نسبت به یکدیگر در برزخ مطلق به سر می‌برند و هیچ‌کس در حضور دیگران از آرامشی در خور بهره‌مند نیست. سرهنک در انزوای آخر زندگانی خویش، گذشته خود را از دست رفته می‌بیند. بدون شک فیلم آرامش در حضور دیگران یک شاهکار است. این فیلم حکایت انسان‌هایی

است که به ظاهر در اوج قرار دارند و خود را مالک همه‌چیز و همه‌کس می‌دانند و فکر می‌کنند که دنیا بنابر تفکرات و امیال آنان می‌چرخد. فیلم تصویرگر بخشی از جامعه مدیریتی دیروز، امروز و حتی فردای ایران و هر کشوری است.

شاید وقتی دیگر (بهرام بیضایی، ۱۳۶۷)

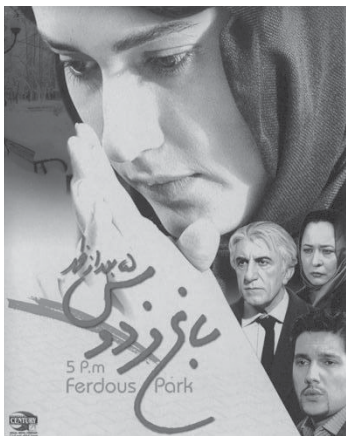
داستان «کیان» زن جوانی که ناراحتی مرموزی دارد. او احساس می‌کند نیمه گمشده‌ای دارد و از صدای سگ و تاریکی به‌شدت می‌ترسد. در «شاید وقتی دیگر» زمان مطرح نیست و همه اتفاقات برای مخاطب عام بسیار عجیب به نظر می‌رسد. این نشانه آن است که ما با یک فیلم سوررئالیستی مواجه هستیم. در این فیلم، بیننده با دو تم روبه‌رو می‌شود: تم حقیقت و تم گذشته. فیلم پر از نمادهاست؛ چیزی که باید انسانی و حقیقی باشد ولی نیست؛ چه چیزی واقعیت است؟ چه چیزی واقعیت نیست؟ بیضایی در فیلم راه‌حلی هم برای کشف هویت خود و جامعه به بیننده نشان می‌دهد که همان بازگشت به خود و گذشته خویش است.



پرسه در مه (بهرام توکلی، ۱۳۸۸)

این فیلم چه به لحاظ محتوایی - که تصویری از زندگی مبتلایان به ایدز را که به آخر خط رسیده‌اند، نشان می‌دهد - و چه به لحاظ ساختاری یکی از بهترین آثار زمان خود است. داستان در رابطه با مردی است که عاشق زنی شده است و در ادامه به خاطر درگیری ذهنی بر روی ساخت قطعه‌ای رویایی و بی‌نظیر به تدریج دچار وسواس‌های ذهنی و نوعی روان‌پریشی می‌شود. همسر او به نام رویا - (که خود امین (بیمار) هم می‌گوید رویای زندگی‌اش بود) - انگار بی‌گناه ماجراست و این امین است که با خواسته‌های زیاده از حد خود زندگی را به کام هر دو تلخ می‌کند. در انتها،

امین که با تصمیم رفتن همسرش مواجه می‌شود، مصمم می‌شود که یکی از مهم‌ترین قسمت‌های درگیر در نواختن پیانو انگشت اشاره را قطع کند؛ شاید افکار مختل‌کننده‌اش نیز همراه با آن قطع شوند. رویا او را پیدا می‌کند و امین که انگار تازه چشمش به زندگی باز شده است، سعی می‌کند به رویا محبت کند. خود همین پایان داستان پر از نکته‌های نامعلوم، مبهم و سؤال‌برانگیز است: یعنی چه؟ چطور همه چیز حل شد و همه مشکلات و ناراحتی‌های امین پایان یافت!



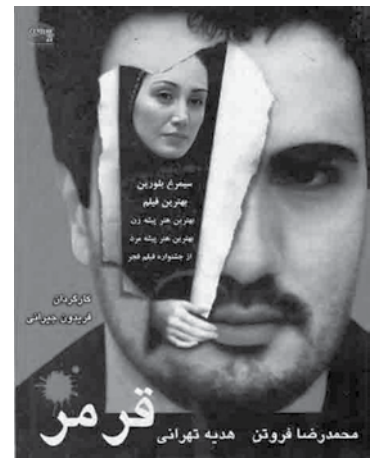
باغ فردوس، پنج‌بعد از ظهر (سیامک شایقی، ۱۳۸۴)

«دریا» دختری جوان، پرشور، با هوش و با استعدادهای فراوان است اما از مشکلات روانی رنج می‌برد. مشکلات روانی او که ریشه در شرایط خانوادگی‌اش دارند، به تدریج در رویارویی او با آدم‌های دور و برش در جامعه گسترش می‌یابد. با ورود یک دکتر روان‌شناس به زندگی دریا ماجراها شکلی دیگر به خود می‌گیرد و... باغ فردوس، پنج بعد از ظهر قرار بوده درامی روان‌شناسانه باشد اما بیشتر تبدیل به عاشقانه‌ای آرام و سرد شده است. فیلم‌ساز قصد داشته به فیلم وجهی روان‌شناسانه بدهد اما نتیجه‌ای که حاصل شده ناامیدکننده است. همه مشکلات دختری با سابقه خودزنی، مشکلات شدید عاطفی، درگیری با ناپدری و... در سایه عشق به روان‌پزشکش - که آن هم نوعی جبران عشق مادری است - حل می‌شود! کدام روان‌پزشک تا این حد در تمام لحظه‌ها همراه با مراجع خود گام‌به‌گام پیش می‌رود؟ کاش دست‌اندرکاران برای ساختن چنین فیلم‌هایی، برای دادن اطلاعات درست به بیننده و ارائه تصویری صحیح از مشکلات روانی و حداقل برای حفظ آبروی خود با متخصصان این حوزه اندکی مشورت کنند. در هر فیلم ایرانی چندین میلیون تومان صرف مشاوره‌های انتظامی و حقوقی و... می‌شود. چون اگر در آن حوزه‌ها اشتباهی صورت بگیرد، پای تهیه‌کننده گیر است اما انگار دیواری

سینما به مثابه یک هنر، بستری مناسب و مطلوب برای خوانش‌های روان‌کاوانه است که در فصل مشترک فلسفه جسم و روان، امکان خوانش فلسفی را هم فراهم می‌کند

نقد روان‌شناسانه یکی از روش‌های پذیرفته شده و متداول در میان منتقدان ادبی و سینمایی سراسر جهان است که در کشور ما به دلایل مختلف جدی گرفته نشده است

کوتاه‌تر از دیوار بیماران و متخصصان حوزه بهداشت روان در ایران وجود ندارد.



قرمز (فریدون جیرانی، ۱۳۷۷)

فریدون جیرانی از معدود فیلم‌سازان سینمای ایران است که در کارنامه کارگردانی‌اش، ردپای آشکار مسائل روانی و بیماران مبتلا به آن پیدا می‌شود. از این جهت، آثار جیرانی مجموعه نسبتاً در خور توجهی برای بررسی‌های موردی درباره این نوع معضلات محسوب می‌شود که فارغ از ضعف یا قوت خود آثار، نقطه عزیمت جدی است. در فیلم قرمز، شخصیت اصلی فیلم مردی مبتلا به پارانوئاست. سوءظن شدید او نسبت به همسرش تا حد مراقبت از او و نگرانی درباره شغلش - که پرستاری است - گسترش پیدا کرده است و همین مسئله موجب جدایی آن دو از یکدیگر و نهایتاً آسیب‌رساندن مرد به خانواده‌اش می‌شود. جیرانی در ریشه‌یابی وضع نابهنجار مرد، به عقبه شخصیتی او می‌نگرد و رفتار غلط پدر در خانواده را عامل از دست رفتن اعتماد به نفس شخصیت اصلی فیلم و در نتیجه سوءظن شدید او به محیط پیرامون از جمله همسرش می‌انگارد. جیرانی در فیلم «پارکوی» نیز صریح‌ترین رویکرد به موقعیت‌های روانی و آدم‌های روان‌پریش را دارد. البته این رویکرد از جنس علمی نیست. در پارکوی شخصیت‌های اصلی از بیماری روانی رنج می‌برند. مادری روانی، پسری روانی و نهایتاً عروسی روانی. شخصیت اصلی مرد فیلم «کوهیار» متکی بر گذشته‌ای است که در آن پدر از مادر جدا شده و با زنی دیگر به خارج رفته و مادر نیز مردان متعددی را با خود به منزل می‌آورده و پسر شاهد تمام این

ماجرایا بوده است. از این رو تا ۱۸ سالگی چنان روانش رنجور می‌شود که در تیمارستان بستری می‌گردد. متأسفانه فیلم پارکوی به‌عکس قرمز پر از مشکلات فیلم‌نامه‌ای در حوزه روان‌شناختی است و هیچ توضیحی درباره رفتارهای غلط شخصیت‌های بیمار به مخاطب نمی‌دهد.



آدم‌کش (رضا کریمی، ۱۳۸۸)

فیلم داستان دکتر روان‌پزشک جوانی است که برای نیروی انتظامی کار می‌کند و به کمک استادش مشغول انجام دادن تحقیقاتی است. او از طریق دوست قدیمی‌اش «مهندس حمید زاهدی» با زن جوانی به نام «رویا ملک‌زاده» که متهم و معترف به قتل است، آشنا می‌شود و تصمیم به نجات او می‌گیرد. دست آخر هم نجاتش می‌دهد. چیزی که فیلم از همان ابتدا به‌شدت به آن مبتلاست، نداشتن منطق داستانی است. چرا یک روان‌پزشک جوان که باهوش و متعهد و سالم و... معرفی می‌شود و نشانه‌ها حاکی از وجدان و مسئولیت‌پذیری و پاکی اوست، اصلاً باید درخواست غیرقانونی دوستی قدیمی - که سال‌ها از او بی‌خبر بوده است - را بپذیرد؟ در کجای دنیا روان‌پزشک برای نجات یک زن بیمار ریسک می‌کند و قانون را زیر پا می‌گذارد، بیمار را از تیمارستان فراری می‌دهد و پنهان می‌کند و در نهایت هیچ‌کس با این تخلف او برخوردی نمی‌کند؟ «آدم‌کش» دقیقاً به همان معضلی گرفتار است که فیلم «حس پنهان» (مصطفی رزاق کریمی، ۱۳۸۵) و خیابان بیست‌وچهارم (سعید اسدی، ۱۳۸۷)؛ معضلی که فیلم‌های

این‌چنینی با آن دست به گریبان‌اند، سردرگمی کارگردان در پرداخت سوژه و ناتوانی او در نمایش درست بیماران روانی و نقش و جایگاه روان‌شناسان.



خاطره (نادر طریقت، ۱۳۸۷)

خاطره فیلمی به ظاهر روان‌شناسانه در باب کودک‌آزاری و یک درام ناموفق است. قهرمان قصه زنی به نام «پریچهر» است که از یک‌سو مشغول نگارش رمانی با موضوع کودک‌آزاری توسط یک پدر و از سوی دیگر، در چالش با همسر دوشم است و تصور می‌کند او با سینا - پسر زن از ازدواج اولش - بد رفتاری می‌کند. در آخر متوجه می‌شویم که زن به بیماری روانی مبتلاست و اصلاً «سینا»یی وجود ندارد. فیلم‌ساز کوشیده است بنیاد داستان را بر مطالعات روان‌شناسانه چنین شخصیت‌هایی بنا کند تا فیلم بازتاب صحیحی از حقیقت باشد. اما افسوس با عدم آگاهی از نشانه‌های بیماری و همچنین قرار ندادن کدهایی برای بیننده تا به روایت داستان شک کند، «خاطره» هم تبدیل به نمونه‌ای دیگر از فیلم‌هایی می‌شود که فقط ژست روان‌شناسی و روشنفکری به خود می‌گیرند. نمونه بسیار موفق این نوع فیلم‌ها، فیلمی است به نام «نقشه پرواز» که چند سال پیش در سینمای آمریکا ساخته شد. داستان فیلم درباره زنی است که با دخترش سوار هواپیما می‌شود اما پس از مدتی او را گم می‌کند. پس به جست‌وجوی دختر برمی‌آید اما هیچ‌کس نشانی از او ندارد و به تدریج این ذهنیت شکل می‌گیرد که این زن دیوانه است و اصلاً بچه‌ای در کار نبوده است.

مداخلات درمانی شناختی- رفتاری CBT برای کاهش میزان اضطراب و افسردگی

ساختار جلسات

درمان شناختی، هیجانی، رفتاری برای کاهش
میزان افسردگی

دکتر حسین سلیمی بجستانی

سکینه عباسی

با همکاری:

نرجس کاظمی

کلیدواژه‌ها: خطاهای شناختی، افکار منفی،
افکار غیر منطقی، افکار منطقی

اشاره

در شماره‌های پیشین، شش جلسه مداخلات درمان شناختی- رفتاری CBT برای کاهش میزان اضطراب و افسردگی را بررسی کردیم. در آنجا موضوع هر جلسه را بیان و تمریناتی را مطرح نمودیم. سپس ضمن برشمردن اهداف حاصله تکالیف پیشنهادی را ارائه دادیم. در این شماره نیز با ارائه موضوع مابقی جلسات، جلسات بحث درمان CBT را پایان می‌بخشیم.

جلسه هفتم:

موضوع: آشنایی با افکار منفی و تفکرات غیر منطقی

۱. بررسی تکلیف و دادن بازخورد
۲. تشریح ارتباط بین تصور، فکر و احساسات و چگونگی کنترل افکار توسط احساسات
۳. تبیین خطاهای شناختی (۱۰ خطای شناختی) با مثال‌های ساده و روشن
۴. بیان چگونگی شناخت افکار منفی با استفاده از تغییر احساسات، شمارش افکار، یادداشت کردن
۵. تشریح کامل جدول سه‌ستونی شامل: تعیین هیجان‌ها، موقعیت ایجادکننده هیجان، افکار خودکار، پاسخ به افکار خودکار، نتیجه (درجه‌بندی مجدد باور به افکار خودکار و هیجان)
۶. خلاصه جلسه و دادن تکلیف.

اهداف:

- برقراری ارتباط بین تصور، فکر و احساس
- تبیین خطاهای شناختی و افکار منفی
- تغییر احساسات، شمارش افکار، جدول سه‌ستونی.

تکلیف پیشنهادی

جدول سه‌ستونی را در طول هفته تکمیل کنند

جلسه هشتم:

موضوع: چگونه می‌توان احساس خود را تغییر داد؟

۱. بررسی تکلیف و دادن بازخورد
۲. آشنا کردن اعضا با طرح‌واره‌های بنیادی فرد افسرده و ارزیابی‌های شناختی نامطلوب
۳. ادامه تمرین آشکارسازی افکار خودکار و خطاهای شناختی از طریق سؤال‌های مستقیم و استقرایی
۴. استفاده از تصویرسازی جهت آشکار ساختن افکار منفی
۵. تشریح برگ ثبت روحیه روزانه (مرحله اول شناسایی حادثه ناراحت‌کننده، ثبت احساسات منفی جدول سه‌ستونی)
۶. خلاصه کردن جلسه و دادن تکلیف جلسه بعد

اهداف حاصل:

- شناخت انواع طرح‌واره‌های بنیادی فرد افسرده و تأثیر این طرح‌واره‌ها در احساس تفکر فرد و چگونگی مقابله با آن‌ها و جایگزین‌سازی
- پی بردن به تفکرات منفی و غیرمنطقی خود، که در هنگام افسردگی دارند و عبارت‌های خود بیانی منفی که از خود داشته‌اند و در جدول سه‌ستونی نیز ثبت کرده‌اند
- بیان طرح‌واره‌ها توسط رهبر به صورت مثالی.

تکلیف پیشنهادی

برگه ثبت روحیه روزانه را تکمیل کنند. چند موقعیت از نقش طرح‌واره‌ها در برخورد با سایرین را مشخص کنند.





جلسه نهم

موضوع: آشنایی با نحوه ارزیابی و تغییر شناخت‌ها

۱. بررسی تکلیف و دادن بازخورد
۲. تمرین چالش کلامی برای جایگزین کردن افکار واقع‌گرایانه به جای افکار منفی
۳. استفاده از سؤالات بررسی شواهد (چه نگرش‌های دیگری وجود دارد؟ محاسن و معایب این شیوه تفکر چیست؟ خطاهای منطقی من کدام‌اند؟)
۴. تمرین جایگزین‌سازی و تعدیل افکار منطقی با استفاده از مهارت‌های بالا
۵. خلاصه کردن جلسه و دادن تکلیف.

اهداف حاصل:

۱. اعضا می‌توانند بفهمند که راه‌های زیادی برای نگرستن به یک موقعیت وجود دارد. بنابراین، تمامی احتمالات دیگری را که ممکن است تجربه آن‌ها را تبیین کنند، فهرست کرده و شواهدی را که بر له و علیه هر کدام از آن‌ها وجود دارد، مورد بررسی قرار دهند.
۲. می‌توانند شق‌های دیگری را که اثر مثبت‌تری دارند، پیدا کنند.
۳. تمرین این مهارت‌ها باعث می‌شود که در قضاوت‌های خود عینی‌تر عمل کنند و به مرور بتوانند این کار را در ذهنشان انجام دهند.

تکلیف پیشنهادی

وقتی دچار ناراحتی یا افسردگی می‌شوید، با مشخص کردن افکار منفی خود افکاری را جانشین آن‌ها کنید و با استفاده از مهارت‌های ذکر شده به بررسی غیرواقعی بودن افکار منفی بپردازید. با مشخص کردن موقعیت‌هایی که دچار ناراحتی و افکار منفی می‌شوید، تصویرسازی را تمرین کنید.

جلسه دهم

موضوع: مهارت‌ها و آزمایش‌های رفتاری

۱. بررسی تکلیف و دادن بازخورد
۲. ادامه تمرین جایگزینی افکار منطقی و تعدیل افکار غیرمنطقی
۳. تشریح آزمایش‌های رفتاری برای مقابله با افکار غیرمنطقی (پیش‌بینی، بررسی شواهد، آزمایش، اعتباریابی نتایج)
۴. تشریح عمل مقابله با انتقاد (معمولی، توافق نسبی، مذاکره)
۵. تمرین ادامه این مهارت‌ها، بیان مثال‌ها و موارد عینی
۶. خلاصه کردن جلسه و دادن تکلیف.

تکلیف پیشنهادی:

۱. در چند موقعیت خاص به‌طور عملی، گام‌های رفتاری را آزمایش کنید.
۲. راه‌های مقابله با انتقاد را به‌طور عملی در چندین موقعیت انجام دهید.

جلسه یازدهم

۱. بررسی تکلیف و دادن بازخورد
۲. ادامه تمرین جایگزین کردن افکار منطقی و آزمون آن
۳. آشنا شدن اعضا با چند تکنیک تشخیص فرض‌های ناکارآمد (تکنیک پیکان نزولی، خودارزیابی‌های کلی، خلق بالا، خاطرات و سخنان خانواده)
۴. تمرین این مهارت‌ها برای شناخت بیشتر اعضا با فرض‌های ناکارآمد و تشخیص آن‌ها
۵. خلاصه کردن جلسه و دادن تکلیف.

اهداف

۱. اعضا می‌توانند با نگرش‌های بنیادین افسرده‌ساز آگاه شوند و دریابند که چقدر افراطی و نامناسب‌اند. خود این فرایند توان آن‌ها را ضعیف می‌کند و برایشان سؤال‌هایی به‌وجود می‌آورد تا در مورد درستی آن‌ها به تحقیق بپردازند.
۲. وقتی با روش پیکان عمودی به افکار خودکار پاسخ دهند، باورها را به مبارزه می‌خوانند و آن‌ها را انعطاف‌پذیر ساخته و دایره شمول آن‌ها را محدودتر می‌کنند.
۳. با استفاده از الگوی مزایا و مضرات، اعضا متوجه می‌شوند که مزایا و مضرات نگرش‌های بنیادین و ناکارآمد چیست و برای اصلاح آن‌ها تمایل بیشتری خواهد داشت؛ گزاره‌ای که نه تنها موقعیت مسئله‌دار اصلی، بلکه سایر موقعیت‌هایی را که نیز تابع همان قاعده‌اند، در بر می‌گیرد.
۴. الگوی مضرات و مزایا؛ مضرات حفظ این قوانین خاص چه هستند؟ هزینه‌ها و سود آن‌ها چیست؟ همه باید من را دوست داشته باشند؛ اگر دیگران مرا دوست نداشته باشند، بدین معناست که فرد بی‌ارزشی هستم. بررسی مزایا و مضرات این باور.

تکلیف پیشنهادی

۱. چندین فرض بنیادین را با استفاده از این مهارت‌ها زیر سؤال ببرید.
۲. این مهارت‌ها را در چندین موقعیت تمرین کنید.

جلسه دوازدهم

۱. بررسی تکلیف و دادن بازخورد
۲. انعکاس افراد نسبت به کل جلسات گروه
۳. ارزشیابی از نتایج جلسات
۴. اختتام جلسه گروهی.





دکتر آدیس کراسکیان
عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج

کلیدواژه‌ها: خوداترمنده، سیستم‌های اجتماعی، کودکان، نوجوانان

شاید کامل‌ترین و از لحاظ بالینی سودمندترین و از جهت نظری پیچیده‌ترین مدل موجود در رفتاردرمانی معاصر، نظریه شناختی اجتماعی^۱ بندورا^۲ باشد (قاسم‌زاده، ۱۳۷۰). در این دیدگاه، رفتار، عوامل فردی و عوامل محیطی، همه به عنوان تعیین کننده‌های به هم وابسته عمل می‌کنند. افراد نه منحصرًا توسط نیروهای درونی به حرکت درمی‌آیند و نه برده محیط‌اند، بلکه تعاملی متقابل و مستمر میان تعیین کننده‌های فردی و محیطی وجود دارد (مدوکس^۳، ۱۹۹۵، به نقل از طهماسیان و فتی، ۱۳۸۵). در این دیدگاه تعاملی، فرد، اجتماع و عوامل درونی در شکل شناختی، عاطفی، رخدادهای بیولوژیک، رویدادهای محیطی و رفتار به عنوان تعیین کننده‌های متعامل عمل می‌کنند، بر روی یکدیگر تأثیر می‌گذارند و از هم تأثیر می‌پذیرند (بندورا، ۱۹۸۶، ۲۰۰۴، به نقل از طهماسیان و فتی، ۱۳۸۵).

از نظر بندورا (۱۹۹۹) انطباق انسان و تغییر او ریشه در سیستم‌های اجتماعی دارد و عاملیت انسانی^۴ در شبکه وسیع تأثیرات ساختار اجتماعی عمل می‌کند. در این نظریه عاملیت انسانی به اعمالی که با قصد و به طور ارادی انجام می‌شوند، اطلاق می‌گردد و باور به اثرمندی فردی عنصر کلیدی

در عاملیت انسانی است. اگر افراد باور نداشته باشند که می‌توانند و قدرت آن را دارند که نتایجی به بار آورند، سعی نخواهند کرد کاری انجام دهند. فرد برای آنکه موفق به شکل‌دهی مسیر خود باشد، می‌بایست درمورد توانمندی‌های خویش قضاوت کند، آثار احتمالی رفتارها و همچنین فرصت‌های اجتماعی فرهنگی را مشخص کند و مطابق آن رفتارها را تنظیم نماید (به نقل از طهماسیان و فتی، ۱۳۸۵).

در مکانیزم عاملیت انسانی، هیچ مفهومی محوری‌تر از مفهوم خوداترمنده^۵ نیست. خوداترمنده به معنای باور فرد به توانایی خود در انجام یک فعالیت، ایجاد یک پیامد، مقابله با موقعیت‌های خاص و به طور کلی اثرگذاری بر شرایط است (بندورا، ۱۹۹۷، ۲۰۰۵، به نقل از طهماسیان، جزایری، محمدخانی و قاضی طباطبایی، ۱۳۸۶).

نوجوانان به دلیل دوره رشدی خاص خود ناچارند با رویدادهای انتقالی بسیاری از نظر بیولوژیک، تحصیلی و اجتماعی روبه‌رو شوند. آن‌ها می‌بایست راه‌حلهایی برای مشکلات و مقابله با آن‌ها بیابند. موفقیت آنان در چالش‌های بی‌شمار این دوره رشدی، به میزان خوداترمنده آنان ارتباط دارد (موریس^۶؛ همکاران، ۲۰۰۱، ریچاردسون^۷، ۱۹۹۹، به نقل از طهماسیان و همکاران، ۱۳۸۶).

از نظر بندورا (۱۹۹۹) انطباق انسان و تغییر او ریشه در سیستم‌های اجتماعی دارد و عاملیت انسانی در شبکه وسیع تأثیرات ساختار اجتماعی عمل می‌کند. در این نظریه عاملیت انسانی به اعمالی که با قصد و به‌طور ارادی انجام می‌شوند، اطلاق می‌گردد و باور به اثرمندی فردی عنصر کلیدی در عاملیت انسانی است. اگر افراد باور نداشته باشند که می‌توانند و قدرت آن را دارند که نتایجی به بار آورند، سعی نخواهند کرد کاری انجام دهند

خوداثرمندی به معنای باور فرد به توانایی خود در انجام یک فعالیت، ایجاد یک پیامد، مقابله با موقعیت‌های خاص و به‌طور کلی اثرگذاری بر شرایط است

پرسش‌نامه خوداثرمندی کودکان و نوجوانان

پرسش‌نامه خوداثرمندی کودکان و نوجوانان^۸ توسط موریس (۲۰۰۱) برای ارزیابی خوداثرمندی کودکان و نوجوانان در چهار حیطه اجتماعی، تحصیلی، هیجانی و کلی تهیه شده و شامل ۲۳ ماده و سه خرده آزمون است. این پرسش‌نامه براساس پرسش‌نامه خوداثرمندی بندورا تهیه شده است. پرسش‌نامه بندورا دارای ۳۷ ماده است که هفت حیطه خوداثرمندی را می‌سنجد. پرسش‌نامه حاضر به‌صورت اختصاصی متمرکز بر سه حیطه طراحی شده است. نمونه‌ای از پرسش‌های پرسش‌نامه که در سه حیطه تهیه گردیده، در جدول زیر ارائه شده است.

حیطه	تعداد ماده‌ها	نمونه ماده‌ها	پاسخ‌ها				
			بسیار زیاد	زیاد	متوسط	کم	کمترین
خوداثرمندی اجتماعی	۸	چقدر خوب می‌توانی عقیده‌ات را زمانی که سایر همکلاسی‌ها مخالف تو هستند، بیان کنی؟	۵	۴	۳	۲	۱
خوداثرمندی تحصیلی	۸	چقدر خوب می‌توانی درس بخوانی، وقتی کارهای جالب دیگری وجود دارد؟	۵	۴	۳	۲	۱
خوداثرمندی هیجانی	۷	چقدر خوب می‌توانی زمانی که اتفاق ناخوشایندی افتاده است، خود را شاد کنی؟	۵	۴	۳	۲	۱

طهماسبیان (۱۳۸۶) به منظور بررسی شاخص‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه و هنجاریابی آن ۹۳۳ نفر از دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۸۴-۱۳۸۳ را به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب و پس از انجام پژوهش، نتایج زیر را گزارش کرده است:

اعتبار^۹

از طریق بازآزمایی^{۱۰} در فاصله دو هفته برای ۴۳ نفر از آزمودنی‌های پژوهش: اجتماعی (۰/۸۱)، تحصیلی (۰/۸۷)، هیجانی (۰/۸۸) و کلی (۰/۸۹)؛

- همسانی درونی^{۱۱} به روش محاسبه ضریب آلفای کرونباخ^{۱۲}: اجتماعی (۰/۶۶)، تحصیلی (۰/۷۴)، هیجانی (۰/۸۴) و کلی (۰/۷۳)؛
- دو نیمه کردن^{۱۳} از طریق محاسبه ضریب گاتمن^{۱۴}: اجتماعی (۰/۷۳)، تحصیلی (۰/۶۴)، هیجانی (۰/۸۱) و کلی (۰/۵۳).

روایی^{۱۵}

- روایی ملاکی واگرا^{۱۶} از طریق محاسبه هم‌بستگی نمره‌های آزمون با نمره‌های سیاهه افسردگی کودکان^{۱۷}: این ضریب هم‌بستگی در ۱۵۰ نفر از آزمودنی‌های گروه پژوهش ۰/۳۶ - (۰/۰۱) محاسبه شده است.
- روایی سازه^{۱۸} از طریق تحلیل عاملی^{۱۹} در کل پرسش‌نامه با حذف ماده‌های ۵ و ۱۱ که کمترین همخوانی را با عامل‌های دیگر داشتند، سه عامل اجتماعی، تحصیلی و هیجانی را نشان داد.

پی‌نوشت

1. social - cognitive theory
2. Bandura, A.
3. Maddux, L.E.
4. Human Agency
5. self- efficacy
6. Muris, P.
7. Richardson, E.D.
8. Self-Efficacy Questionnaire- Children (SEQ-C)
9. reliability
10. test- retest
11. internal consistency
12. Kronbakh- Alpha coefficient
13. split- half
14. Guttman
15. validity
16. divergent criterion- referenced validity
17. Child Depression Inventory (CDI)
18. construct validity
19. factor analysis

منابع

۱. طهماسبیان، کارینه؛ و فتی، لادن؛ نقش تحصیلات والدین در خوداثرمندی دختران و پسران نوجوان. فصل‌نامه خانواده‌پژوهی، شماره ۸، ۱۳۸۵.
۲. طهماسبیان، کارینه؛ جزایری، علیرضا؛ پروانه محمدخانی و محمود قاضی طباطبایی؛ مدل‌یابی خوداثرمندی جسمانی در افسردگی نوجوانان بر مبنای مدل عاملیتی بندورا از افسردگی. فصل‌نامه توان‌بخشی شماره ۲۹، ۱۳۸۶.
۳. طهماسبیان، کارینه؛ اعتبار، پایایی و هنجاریابی پرسش‌نامه خوداثرمندی کودکان و نوجوانان در تهران. فصل‌نامه روان‌شناسی کاربردی شماره ۴ و ۵، ۱۳۸۶.
۴. قاسم‌زاده، حبیب‌الله؛ رفتاردرمانی، تهران، انتشارات جهاد دانشگاهی، ۱۳۷۰.
5. Muris P. (2001). A Brief questionnaire for measuring Self- efficacy in youth. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23, 145-149.

مشاور مدرسه و چالشش

رازداری

کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی

عفت میراحمدیان

مقدمه

بخش عمده مشاوره این است که مشاور به شیوه‌های مختلف به مراجع کمک کند تا حرف‌زدن درباره مطالب بسیار شخصی و خصوصی برایش آسان شود. این فرایند، وظیفه دشواری برای مشاور و درمانگر می‌آفریند و بار سنگینی بر دوش او می‌گذارد. اصل زیربنایی در مشاوره هم رازداری و هم محرمانه نگه‌داشتن است، اما رازداری و محرمانه‌ماندن دارای موازین اخلاقی است و مطالبی وجود دارد که نمی‌توان در برابر آن‌ها ساکت ماند. برای اینکه مشاوره بیشترین میزان تأثیرگذاری را داشته باشد، مراجع باید از این موضوع اطمینان خاطر پیدا کند که مشاور با هر آنچه به او می‌گوید، در نهایت رازداری برخورد خواهد کرد. کمال مطلوب این



است که مراجع با رازداری کامل روبه‌رو شود و تنها در این صورت است که او به راحتی همراه با مشاور به کشف تاریک‌ترین زوایای ذهن خود و بحث در مورد جزئیات محرمانه‌ترین افکارش می‌پردازد.

برخی مشاوران تازه‌کار می‌پندارند که باید به مراجع این اطمینان را بدهند که آنچه در جلسه مشاوره میان آن‌ها و مراجع رد و بدل می‌شود، برای هیچ‌کس عنوان نمی‌گردد. این مسئله یک عقیده بسیار ایده‌آل است و در عمل حفظ رازداری کامل وجود ندارد. زمان‌هایی پیش می‌آید که شما به عنوان مشاور با برخی دشواری‌های شخصی در مورد رازداری روبه‌رو می‌شوید. پس باید به مراجعتان این اطمینان را بدهید که آنچه او می‌گوید، به شکل راز نزد شما باقی خواهد ماند؛ زیرا او در غیر این صورت با شما روراست نخواهد بود. با وجود این، باید از محدودیت‌های رازداری‌ای که پیشنهاد می‌کنید

نیز آگاه باشید. در صورتی که مراجع شما (مثلاً یک دانش‌آموز) در معرض هرگونه مشکل یا خطری قرار گیرد، حفظ اطلاعات او دیگر نه رازداری بلکه عدم آگاهی یا بی‌تعهدی نسبت به اخلاق حرفه‌ای تلقی خواهد شد. در ادامه، به بررسی کیفیت مفهوم رازداری و جنبه‌های مختلف آن در فرایند مشاوره خواهیم پرداخت.

کلیدواژه‌ها: رازداری، محرمانه نگه‌داشتن اطلاعات، رضایت آگاهانه

بحث از رازداری و رضایت آگاهانه: چه زمانی؟

ممکن است این سؤال مطرح شود که چه زمانی در فرایند مشاوره باید سخن از رازداری به میان بیاید؟ باید صبر کنیم تا مراجع نکته‌ای را که برایش حساس است، مطرح کند؟ چگونه باید مسئله رازداری را برایش توضیح دهیم؟

بسیاری از افراد (خصوصاً جوانان) نسبت به محرمانه‌ماندن مسائل شخصی خود حساس‌اند؛ بنابراین، باید در آغاز جلسه اول با آن‌ها درباره مسئله رازداری صحبت کنید. در واقع، باید دقیقاً پس از معارفه به توضیح مسئله رازداری بپردازید. آنچه در چند دقیقه اول مشاوره می‌گویید، باید متناسب با شخصیت شما باشد. اگر در استفاده از عبارت معارفه‌ای خود راحت نباشید، مراجعتان حتی اگر کودک باشند به سادگی می‌فهمند که تظاهر می‌کنید و به شما اعتماد نخواهند کرد. بنابراین، باید عبارت‌هایی را به کار ببرید که با شخصیت شما متناسب باشند. این عبارت‌ها باید تا حدودی جدی بوده ولی نباید ناخوشایند و آزاردهنده باشند. در این عبارات مسائل زیر باید لحاظ شوند:

مشاوران باید نحوه رازداری و محرمانه نگه داشتن مسائل خصوصی را برای مراجعان خود توضیح دهند.
ضمناً بیشتر والدین می پذیرند که فرزندانشان نیاز دارند مسائل خصوصی خود را با فردی خارج از خانواده در میان بگذارند

گاهی مشاوران گروه خاصی همچون کودکان را از اطلاع رسانی در مورد مسئله رازداری مستثنا می دانند.
به یاد داشته باشید که تحت هر شرایطی حدود رازداری را برای تمامی مراجعاتتان حتی کودکان بیان کنید

۱. معرفی خودتان به مراجع و احیاناً در صورت حضور والدین به خانواده وی؛
 ۲. توضیح رازداری و حدود آن برای آن‌ها؛
 ۳. تشریح دیگر ویژگی‌های مصاحبه و مشاوره.
- علاوه بر این، گاهی دانش‌آموزان مشاوران مدرسه را مأمور مخفی خانواده یا مسئولان مدرسه می‌دانند و برای همین، ممکن است بترسند که مسائل خصوصی‌شان برای مسئولان مدرسه یا والدینشان بازگو شود. به همین دلیل، لازم است در ابتدای جلسه اول، پس از ورود مراجع به دفتر مشاوره درباره مسئله رازداری با او صحبت کنید. حضور یا عدم حضور والدین در چنین شرایطی هیچ تغییری ایجاد نمی‌کند. در هر شرایطی پس از معارفه مسئله رازداری را توضیح دهید.

بحث از رازداری و رضایت آگاهانه: چگونه؟

در کار با کودکان و نوجوانان، که به‌طور عمده مراجعان مشاوران مدرسه را تشکیل می‌دهند، پیشنهاد می‌شود بدین طریق عمل کنید.
«الان می‌خوام در مورد مسئله رازداری صحبت کنم. ممکنه قبلاً با این کلمه برخورد کرده باشی اما می‌خوام چند دقیقه‌ای در این باره با شما صحبت کنم. رازداری یعنی محرمانه نگه داشتن مسائل شخصی. یعنی چیزهایی که در اینجا می‌گی محرمانه و خصوصی می‌مونه. البته من گفته‌های تو رو در پرونده‌ها یادداشت می‌کنم و پرونده‌ها هم توی کمد نگهداری می‌شن و جاشون امنه.»

در صورتی که والدین حضور داشته باشند، می‌توانید چنین جملاتی را به کار ببرید:

«(در حالی که به مراجع نگاه می‌کنید) یکی از مهم‌ترین مسائل اینه که آیا من باید حرف‌هایی رو که بین ما رد و بدل می‌شه، با پدر و مادر و مسئولان مدرسه در میون بذارم یا نه؟ (سپس رو به والدین کنید)، می‌خوام شیوه کارم رو براتون بازگو کنم و ببینم نظر شما چیه. به نظر من فرزند شما باید به من اعتماد کنه. بنابراین تنها چیزی که می‌تونم با شما در میون بذارم، سیر کلی پیشرفت کاره؛ یعنی، به جز سیر کلی پیشرفت مشاوره، نمی‌تونم از اونچه فرزندتون به من می‌گه، چیزی به شما بگم. البته استثنایهایی هم وجود داره؛ مثلاً اگر بخواد کار خطرناکی بکنه یا به خودش یا شخص دیگه‌ای آسیب برسونه، حتماً شما رو با خبر می‌کنم. در چنین مواردی، به فرزندتون (به مراجع نگاه کنید) می‌گم که کاری که می‌خواد انجام بده به نظر من خطرناکه و بعد از اون (رو به والدین می‌کنید) ازش می‌خوام که با هم در مورد نتیجه اون کار خطرناک حرف بزنیم. همه با این شیوه موافقید؟»

مشاوران باید نحوه رازداری و محرمانه نگه داشتن مسائل خصوصی را برای مراجعان خود توضیح دهند.

ضمناً بیشتر والدین می‌پذیرند که فرزندانشان نیاز دارند مسائل خصوصی خود را با فردی خارج از خانواده در میان بگذارند. در موارد خاصی که والدین اصرار دارند که مشاوره به‌طور تمام‌وقت در تمامی جلسات حضور داشته باشند، بهتر است جلسات مشاوره خانواده یا در صورت امکان خانواده درمانی برای این گروه برگزار گردد.

گاهی اوقات برای اینکه بتوانیم مفهوم رازداری را برای دانش‌آموزان قابل درک کنیم، می‌توانیم از زبان بسیار ساده‌تر از آنچه گفته شد یا حتی طنز استفاده کنیم. به مثال زیر توجه کنید:

«پس اگه بخوای کار خطرناک یا مخربی انجام بدی، مثلاً سرایدار مدرسه رو گروگان بگیری، ممکنه با والدینت یا مسئولان مدرسه در این باره صحبت کنم و از لحاظ اخلاقی و انسانی هم موظفم به سرایدار مدرسه خبر بدم، اما در مورد مسائل روزمره‌ای که تو رو ناراحت می‌کنه و سعی داری اونارو تلافی کنی، حتی اگه این مسائل در مورد والدینت یا معلمان یا هرکس دیگه‌ای باشه، وضع فرق می‌کنه و می‌تونیم اونارو پیش خودمون نگه داریم.»

مشاوران مدرسه باید به صراحت محدودیت‌های حرفه‌ای خود را برای مراجعاتشان بیان کنند. بیشتر مراجعان کودک و نوجوان زندگی خود را یک کتاب باز تلقی می‌کنند. اطمینان دادن به آن‌ها در مورد رعایت اصل رازداری و توضیح دقیق محدودیت‌های آن سبب می‌شود که آن‌ها بیش از پیش احساس کنند که رابطه‌شان با درمانگر رابطه‌ای مبتنی بر احترام متقابل است. تعیین حدود رازداری ممکن است امری بحث‌برانگیز باشد، اما تمامی مشاوران باید در همان جلسه اول تعیین کنند که اگر مطلع شوند مراجع آن‌ها قصد ارتکاب رفتاری خطرناک (گریز از مدرسه، آسیب رساندن به خود یا دیگران به هر شکلی، انواع رفتارهای تلافی جویانه و...) را دارد یا در صورتی که بد سرپرست است و مورد انواع سوءرفتار قرار گرفته (اعم از اینکه آسیبی دیده است یا نه)، چه موقع و چطور این مسئله را به اطلاع اشخاص ذی صلاح خواهد رساند.

گاهی مشاوران گروه خاصی همچون کودکان را از اطلاع رسانی در مورد مسئله رازداری مستثنا می‌دانند. به یاد داشته باشید که تحت هر شرایطی حدود رازداری را برای تمامی مراجعاتتان حتی کودکان بیان کنید. اما این کار را با توجه به میزان درک مراجعتان و با زبانی که برای او کاملاً قابل درک باشد، انجام دهید؛ زیرا رازداری یکی از ابعاد منحصر به فرد شکل‌گیری رابطه درمانی است. علت تأکید بر بیان مفهوم و حدود رازداری برای کودکان این است که همین امر باعث تفهیم این مسئله به کودک می‌شود که رابطه درمانی با رابطه‌ای با سایر بزرگسالان بسیار متفاوت است و افکار و اعمال او آن قدر اهمیت دارد که حتی تصور آن را هم نمی‌کرده است.

انواع رازداری

به‌طور کلی دو نوع رازداری وجود دارد: رسمی و شخصی. رازداری رسمی به قوانین محیط کارتان و توافقات اولیه شما با مسئولان مدرسه یا مؤسسه‌ای که در آن فعالیت می‌کنید، بستگی دارد اما رازهای شخصی را خودتان بدون توجه به خط‌مشی‌های محیطی که در آن مشغول کارید، وضع می‌کنید. به عبارت دیگر، اگر به دلیل شرایط محیط کار خود (مدرسه یا مراکز وابسته به آموزش و پرورش)، قادر نیستید اطلاعات مراجعان را محرمانه نگه دارید، پیش از آنکه مراجع نگرانی‌هایش را با شما در میان بگذارد، باید این موضوع را برای او روشن سازید. پس از این کار، مراجع می‌تواند انتخاب کند که مسائل بحث‌انگیزش را با شما در میان بگذارد یا خیر. اگر می‌توانید رازداری شخصی را تضمین کنید، باید به آن عمل کنید و تحت هیچ شرایطی مطالب گفته شده را فاش نکنید. موقعی که با کودکان یا نوجوانان مشاوره می‌کنید، باید به آن‌ها بگویید که چه نوع اطلاعاتی را با والدین یا معلمانشان در میان خواهید گذاشت و چه اطلاعاتی را نه. به‌طور معمول، مشاوران در موارد ویژه لازم است اطلاعاتی را در اختیار اشخاصی چون خانواده مراجع، هیئت مدیره مدرسه، مدیر مدرسه، معاونت آموزشی یا معاونت پایه مدرسه قرار دهند.

پیش

چگونگی افشای اطلاعات

در مواردی که مسئله امنیت مطرح است یا احتمال آسیب و آزار وجود دارد، بررسی نگرش شما نسبت به این موضوع امری ضروری است. اگر در شرایطی قرار گرفتید که لازم بود موضوع را با شخص دیگری در میان بگذارید، چگونه این کار را انجام می‌دهید؟ آیا به فرد خواهید گفت مسائلی را که با شما در میان گذاشته است، باید به دیگران بگویید؟ اگر به او نگوید، به‌طور قطع باید بپذیرید که اعتماد گذشته‌ی وی نسبت به خودتان را از دست خواهید داد. هر چند ممکن است گاهی این کار را برای امنیت، چه امنیت شخصی و چه امنیت شغلی خودتان، انجام دهید. به‌هر حال بهتر است مسئله را با مراجع در میان بگذارید.

حالا به جملات زیر توجه کنید؛

«خیلی غمگین و افسرده‌ام، از زندگی خسته و دل‌زده‌ام. تصمیم گرفتم کاری کنم که بار این روزگار تلخ رو از دوش خانواده‌ام بردارم... می‌خوام خودمو بکشم، همه‌چیز آماده است، آخر هفته خانواده‌ام می‌رن مهمونی...»
«پدرم معتاده، برای اینکه مواد تهیه کنه، به جاهای خیلی دور افتاده می‌ره، برای استتار منو هم با خودش می‌بره...»

در چنین مواردی باید رازداری را کنار گذاشت و موضوع را با مسئولان (خانواده، مدیر مدرسه یا مسئولان قانونی و...) در میان گذاشت.

حفظ رازداری در زمینه سوابق مراجعان

رازداری فقط به اطلاعاتی که میان مراجع و مشاور ردوبدل می‌شود، محدود نمی‌گردد. اینکه شما بتوانید اطلاعات مراجع را در شکل نوشتاری هم به‌طور محرمانه نگهداری کنید، رازداری محسوب می‌شود. گاهی مسئولان مدرسه میزان رازداری مشاوران را بیش از حد لزوم می‌پندارند و کل اطلاعات پرونده مشاوره‌ای دانش‌آموزان را برای مطالعه مطالبه می‌کنند. در چنین شرایطی، یک روش خوب برای نگهداری سوابق مراجعان این است که فقط اطلاعات عینی و رفتاری را ثبت کنید و از ثبت اطلاعات ذهنی - مانند ارزش‌ها، نگرش‌ها و از همه مهم‌تر تفسیرهای شخصی - بپرهیزید. چرا که «آنچه نوشته نشده اصلاً اتفاق نیفتاده است». همچنین باید نسبت به آثار آسیب‌زننده هر نوع اطلاعاتی که ثبت می‌کنید، حساس باشید. برخی از مشاوران اطلاعات شخصی خاص و یادداشت‌های شخصی کدگذاری‌شده خود را در فایل‌های خاصی نگهداری می‌کنند. در صورتی که نمی‌توانید به حافظه خود جهت حفظ اطلاعات به‌طور کامل تکیه کنید، می‌توانید برای مراجع خود به‌جای نام از کد استفاده کرده و در دفتری که تنها در اختیار خود شماست، در مقابل هر کد نام شخص موردنظر را یادداشت کنید. به‌خاطر داشته باشید که بدون اجازه شفاهی مراجع با هیچ‌کس از اعضای خانواده یا سایر کارکنان مدرسه مانند معلم، مدیر و... درباره مراجع صحبت نکنید. این احتیاط برای جلب اعتماد مراجع و نشان دادن علاقه مشاور به کیفیت زندگی او ضروری است.

منابع

۱. فلنگن، جان سامرز. فلنگن، ریتا سامرز؛ مصاحبه بالینی، مترجمان: هامایاک آوادیس یانس و همکاران، تهران، رشد، ۱۳۸۹.
۲. اوکان، باربارا. اف؛ تکنیک‌های مصاحبه و مشاوره، مترجم: شهرام محمدخانی، تهران، انتشارات طلوع دانش، ۱۳۸۶.
۳. گلدار، دیوید؛ مفاهیم بنیادی و مباحث تخصصی در مشاوره، مترجم: سیمین حسینیان، تهران، کمال تربیت، ۱۳۸۶.
۴. گلدار، کاترین. گلدار، دیوید؛ مهارت‌های مشاوره در زندگی روزمره، مترجمان: مجید یوسفی لویه و همکاران، تهران، زرباف اصل، ۱۳۸۷.

■ **مقدمه:** در آسیب‌شناسی روانی و طبقه‌بندی اختلالات رفتاری، پرخاشگری را از اختلالات سلوک ذکر کرده‌اند. در چهارمین مجموعه تشخیص آماری انجمن روان‌پزشکی آمریکا، اختلال سلوک این‌گونه تعریف شده است: «الگوی رفتاری مکرر و بادوام که در آن حقوق اساسی دیگران یا هنجارهای اجتماعی متناسب با سن فرد مورد بی‌حرمتی قرار گرفته و با وجود حداقل یک معیار از معیارهای زیر طی شش ماه گذشته مشخص شده باشد.»

الف) پرخاشگری نسبت به اشخاص (تهدید کردن، کتک زدن، قلدری کردن، ایجاد درگیری و...)

ب) تخریب اموال (آتش‌افروزی عمدی برای ایجاد آسیب جدی)

پ) تقلب یا دزدی

ت) قانون‌شکنی‌های جدی.

پرخاشگری می‌تواند از کودکی آغاز شود و تا دوره بلوغ هم ادامه یابد. در صورت درمان نشدن، فرد پرخاشگر به شخصیتی ضداجتماعی تبدیل خواهد شد. این اختلال در میان پسران شایع‌تر است.

عوامل مؤثر در پرخاشگری: غیبت پدر، اعتیاد والدین، طرد از سوی والدین یا جدایی از آن‌ها، ناکامی در رسیدن به هدف، یادگیری از طریق الگو، عوامل ژنتیکی، صدمات مغزی و...^۱

این تحقیق محدود به کلاس زبان انگلیسی است.

پرویز دانش‌آموز کلاس دوم راهنمایی است که مشکل پرخاشگری دارد. این تحقیق شرح خلاصه‌ای است که در سه بخش تنظیم شده است: ۱. ارائه شواهد لازم درباره مشکل رفتاری پرویز، ۲. راهکارهای انجام شده توسط من، ۳. شواهد مبنی بر تغییر رفتار در پرویز.

۱. **ارائه شواهد لازم درباره مشکل رفتاری پرویز** ← اولین روزی که وارد مدرسه شدم، مراسم صبحگاهی آغاز شده بود. پسری که گوشه حیاط نشسته بود و سوت می‌زد، توجه مرا جلب کرد. بعد از ورود به کلاس دوم راهنمایی متوجه شدم که همان پسر - که نامش پرویز بود - در ردیف آخر نشسته است. پس از معارفه و توضیح در مورد روش تدریس و انتظاراتم از دانش‌آموزان، تأکید کردم که

تجربه

مehsاقزوینی

کارشناس ارشد روان‌شناسی

دانش‌آموزان خواستم تا بعد از من لغات را تکرار کنند. پرویز با قصد ایجاد بی‌نظمی لغات را بعد از همه تکرار می‌کرد. در نتیجه تکرار دسته‌جمعی لغات به‌صورت ناهماهنگ در کلاس انجام شد. با نارضایتی تدریس گرامر درس جدید را آغاز کردم. حین تدریس پرویز سرش را روی میز گذاشته بود و هر چند وقت یکبار با صدای بلند می‌خندید. با عصبانیت به پرویز گفتم: «جملاتی را که روی تخته‌سیاه نوشتم، در دفترت بنویس». پرویز پاسخ داد: «دفتر و کتابم را نیاورده‌ام.» با ناراحتی تدریس را ادامه دادم. زنگ تفریح اول دو دانش‌آموز به مدیر مدرسه گفتند که پرویز به آن‌ها متلک گفته است. زنگ تفریح دوم یکی از همکاران خانم با ناراحتی گفت که پرویز به او ناسزا گفته است. مدیر پرویز را تنبیه کرد و از او تعهد کتبی گرفت. سپس جلسه دبیران در مورد رفتار پرویز برگزار شد. موضوع جلسه رفتار بد پرویز نسبت به دانش‌آموزان و دبیران، ناسازگاری اخلاقی و نارضایتی همه دبیران بود. من و سایر دبیران از مدیر تقاضا کردیم تا او را از مدرسه اخراج کند. مدیر عمومی پرویز را به مدرسه فراخواند و در مورد ناسازگاری اخلاقی پرویز و نارضایتی دبیران با او صحبت کرد. چون پدر پرویز فوت کرده بود، عمومی پرویز به‌عنوان سرپرست او معرفی شده بود. مدیر از عمومی پرویز درخواست کرد تا پرویز را به بخش مشاوره آموزش و پرورش ببرد ولی متأسفانه او نپذیرفت.

جلسه ششم: در این جلسه اولین امتحان زبان کلاس دوم را گرفتم. در شروع امتحان یادآوری کردم که در صورت تقلب، نمره دانش‌آموز صفر خواهد بود. در طول امتحان پرویز با خشم و نفرت به من نگاه می‌کرد. او برگاهش را سفید و مچاله شده تحویل داد. زنگ تفریح میثم به من گفت: «چون در امتحان به پرویز تقلب نرساندم، کتابم را پاره کرد.»

جلسه هفتم: هنگام ورود به کلاس مشاهده کردم که پرویز و چند نفر دیگر دور بخاری نفتی چکه‌ای جمع شده‌اند. سپس همه سر جای خود نشستند. هنوز چند دقیقه از شروع کلاس نگذشته بود که بخاری آتش گرفت و دود همه جا را پر کرد.

من و دانش‌آموزان با عجله کلاس را ترک کردیم. در حالی که ترسیده بودم، به دفتر مدرسه رفتم تا موضوع را به مدیر اطلاع دهم. ظهر همان

دانش‌آموز بی‌ادب و بی‌انضباط را به کلاس راه نخواهم داد. بلافاصله پرویز گفت: «از کجا معلوم؟ شاید هم ما شما را به کلاس راه ندهیم». کلاس با خنده دانش‌آموزان متشنج شد. با عصبانیت به پرویز گفتم که به دفتر مدرسه برود و در مورد رفتار بی‌ادبانه‌اش به مدیر توضیح دهد. او در حالی که با صدای بلند می‌خندید، کیفش را برداشت و هنگام خروج در کلاس را محکم بست و تا آخر زنگ به کلاس نیامد.

جلسه دوم: هنگامی که به کلاس وارد شدم، پرویز و میثم مشغول کتک‌کاری و ناسزاگویی بودند. وقتی علت را پرسیدم، پرویز جواب داد: «به تو ربطی ندارد. چرا در کار دیگران دخالت می‌کنی؟» با عصبانیت فریاد زدم: «برو بیرون». پرویز در حالی که از ناراحتی من لذت می‌برد، هنگام خروج از کلاس جملاتی به لهجه محلی گفت که متوجه نشدم. همه دانش‌آموزان با صدای بلند خندیدند و کلاس متشنج شد. فوراً نزد مدیر رفتم و بعد از گفتن ماجرا اعلام کردم که آن جلسه و جلسه آینده پرویز را به کلاس راه نخواهم داد.

جلسه سوم: کلاس بدون پرویز آرام و عادی بود.

جلسه چهارم: مدیر پس از گرفتن تعهد کتبی، پرویز را به کلاس فرستاد. او دوباره با گفتن جملاتی به لهجه محلی نظم کلاس را به هم ریخت. بلافاصله مدیر را صدا زدم. پس از ورود مدیر به کلاس، پرویز سر جایش نشست. مدیر گفت: «اگر بخواهی مانند سال گذشته بی‌ادبی و بی‌انضباطی کنی، اخراج خواهی شد.» پرویز جواب داد: «من از تهدیدهای تو نمی‌ترسم. هر کاری که دوست داری انجام بده.»

سپس کیفش را برداشت و هنگام خروج در کلاس را محکم بست؛ به‌طوری که شیشه شکست. زنگ تفریح اول پسرچله‌ای گریان وارد دفتر مدرسه شد و پایش را نشان داد که بر اثر ضربه لگد پرویز کبود شده بود. زنگ تفریح دوم، سه دانش‌آموز با ناراحتی به مدیر گفتند: «پرویز از ما خوراکی خواست؛ چون از دادن خوراکی امتناع کردیم، به ما ناسزا گفت.» مدیر در مورد رفتار پرویز از او توضیح خواست ولی طبق معمول، او ماجرا را انکار کرد.

جلسه پنجم: در این جلسه لغات درس جدید را تدریس کردم. سپس از

روز بعد از رسیدن به شهر به اداره آموزش و پرورش رفتم تا در صورت موافقت، مدرسه‌ام را عوض کنم ولی درخواستم مورد قبول واقع نشد.

آخرین جلسه در مهرماه: هنگام ورود به کلاس باز هم پرویز و چند نفر دیگر دور بخاری نفتی چکه‌ای جمع شده بودند. بعد از نشستن همه دانش‌آموزان، برای اطمینان شیر منبع نفت بخاری را کنترل کردم و مشغول وارسی تکالیف دانش‌آموزان شدم. چون دو دانش‌آموز تمرینات درس را اشتباه نوشته بودند، حواسم به آن‌ها معطوف شد. یک‌دفعه از صدای بلند بخاری از جا پریدم. باز هم بخاری آتش گرفت و کلاس تعطیل شد. چند دانش‌آموز به مدیر گفتند که پرویز این کار را کرده است. آن‌ها پرویز را دیده بودند که برای تراشیدن مداد به طرف سطل زباله - که کنار بخاری قرار داشت - رفته بود. مدیر به مدت یک هفته پرویز را اخراج کرد. چون در کلاس درس هیچ کنترلی روی رفتار پرویز نداشتیم، احساس شکست و ضعف در مدیریت کلاس می‌کردم. این سؤال‌ها ذهنم را مشغول کرده بود که چگونه می‌توانم کلاسی را با داشتن دانش‌آموزی مانند پرویز اداره کنم. آیا روشی وجود دارد که با در پیش گرفتن آن بتوان رفتار پرویز را در کلاس عوض کرد؟

یک هفته با آرامش و بدون پرویز سپری شد. در طول این هفته با خواندن چند کتاب اطلاعات مفیدی در مورد اختلالات رفتاری نوجوانان، به‌خصوص پرخاشگری، به‌دست آوردم. همچنین به قسمت مشاوره آموزش و پرورش مراجعه کردم و از کارشناسان روان‌شناسی راهنمایی خواستم. از اینترنت هم مطالب آموزنده‌ای درباره نحوه رفتار با دانش‌آموزان ناسازگار پیدا کردم. بهترین نتیجه‌ای که از مجموعه مطالعات و راهنمایی‌های کارشناسان گرفتم، نادیده گرفتن رفتارهای غیرعادی دانش‌آموز ناسازگار و تشویق و دادن مسئولیت به او بود. تصمیم گرفتم این نتیجه‌گیری را در مورد پرویز آزمایش کنم.

۲. راهکارهای انجام شده توسط من ← ۱۱ آبان: سرانجام بعد از یک هفته پرویز به مدرسه برگشت و در کلاس من دوباره بی‌نظمی ایجاد کرد. این بار خنده‌ها و رفتارهای غیرعادی‌اش را نادیده گرفتم و با خونسردی به تدریس ادامه دادم.

۱۶ آبان: هنگام تدریس ناگهان پرویز با دانش‌آموزی که کنارش نشسته بود، دعوا کرد و به او ناسزا گفت. تدریس را قطع کردم و برای دانش‌آموزان توضیح دادم که دعوا کردن کار خوبی نیست و بهتر است اختلافاتشان را از طریق صحبت کردن حل کنند. در حالی که به پرویز نگاه می‌کردم، گفتم: «دانش‌آموزان خوب و مؤدب هرگز به دوستانشان ناسزا نمی‌گویند.» سپس تدریس را ادامه دادم. پس از پایان تدریس کارت‌های تشویقی از قبل آماده شده را به دانش‌آموزان نشان دادم و گفتم: «این کارت‌ها را فقط به دانش‌آموزان مؤدب، پرتلاش، بانضباط و درس‌خوان می‌دهم که تکالیفشان را انجام می‌دهند، مقررات کلاس را رعایت می‌کنند و پیشرفت اخلاقی و درسی دارند. به ازای سه کارت تشویقی، نیم نمره به امتحان نوبت اول اضافه خواهد شد. محدودیتی هم در دادن کارت‌ها وجود ندارد؛ هر چقدر بیشتر تلاش کنید، کارت‌های تشویقی بیشتری خواهید گرفت. از این پس آخر هر ماه کارت‌ها را به دانش‌آموزان شایسته خواهیم داد.»

تا زمان دادن کارت‌های تشویقی دو هفته باقی‌مانده بود. طی این مدت احساس می‌کردم رفتار پرویز کمی بهتر شده است. من هم سعی می‌کردم خطاهایش را نادیده بگیرم و به‌صورت غیرمستقیم او را نصیحت کنم. پرویز هر جلسه کتاب و دفترش را به من نشان می‌داد و می‌گفت: «خانم، کتاب و دفترم را آورده‌ام و تکالیف را کامل نوشته‌ام. به من هم کارت تشویقی بدهید.» من هم در جواب می‌گفتم: «اگر تا آخر آبان مثل امروز

پسر خوب و مؤدبی باشی، حتماً کارت خواهی گرفت.» پرویز در کلاس خیلی مواظب رفتارش بود و در پایان کلاس هم از من سؤال می‌کرد که آیا پسر خوبی بوده است یا نه.

پرویز پسری کم‌تحمل، عصبی و مضطرب بود. اگر کسی به حرفش گوش نمی‌کرد یا چیزی مطابق میلش نبود، فوراً عصبانی می‌شد و پرخاشگری می‌کرد. با اینکه برای آوردن گچ و تمیز کردن تخته سیاه بین دانش‌آموزان نوبت گذاشته بودم، پرویز این کار را انجام نمی‌داد و من هم اعتراضی نمی‌کردم. بیشتر به فکر خودش بود و رعایت حال دیگران را نمی‌کرد؛ مثلاً هنگام توزیع تغذیه رایگان بدون توجه به صف دانش‌آموزان، خارج از نوبت تغذیه‌اش را می‌گرفت. هنگام مطالعه پرونده تحصیلی پرویز متوجه شدم که او در سال‌های اول و دوم راهنمایی مردود شده است.

از مدیر مدرسه وضعیت خانوادگی پرویز را پرسیدم. مدیر گفت: «پدر پرویز فوت کرده و مادرش بی‌سواد است و نفوذ زیادی روی پسرانش ندارد. برادر بزرگ‌تر پرویز ترک تحصیل کرده و کار می‌کند.»

از مدیر درباره نحوه رفتار دبیران با پرویز سؤال کردم. ایشان گفتند: «چون رفتار پرویز غیرقابل تحمل است، همکاران معمولاً از روش‌های تبییی مانند جریمه، اخراج از کلاس، تعهد گرفتن و... استفاده می‌کنند و بعضی از همکاران پس از بی‌احترامی پرویز قهر کرده کلاس را ترک می‌کنند.»

آخرین جلسه از ماه آبان کارت‌های تشویقی را به دانش‌آموزان واجد شرایط و از جمله پرویز دادم. خیلی خوشحال شد و کارت را با دقت به کتاب زبانش چسباند.

طبق گفته من پرویز دفتر مشق دیگری داشت که علاوه بر تکالیف گفته شده، مشق و تمرین اضافه هم می‌نوشت. در طول کلاس‌های آذرماه پس از تدریس معمولاً در مورد مسائلی چون گذشت، رعایت نوبت و حقوق دیگران، درس و... صحبت می‌کردم و تأکید می‌کردم که همه دانش‌آموزان با تلاش و تمرین می‌توانند در درس انگلیسی پیشرفت کنند. احساس می‌کردم که پرویز با دقت زیادی به حرف‌هایم گوش می‌کند. پیشرفت او در درس انگلیسی خوب بود.

نمرات پرویز در ماه مهر: حفظ مکالمه و لغت درس ۱ ← ۰-۰

دیکته درس ۱ ← ۰-۰

نمرات او در ماه آبان: حفظ مکالمه و لغت درس‌های ۲ و ۳ ← ۸-۸

دیکته درس‌های ۲ و ۳ ← ۳-۳

نمرات او در ماه آذر: حفظ مکالمه و لغت درس‌های ۴ تا ۵ ← ۱۴/۵

دیکته درس‌های ۴ و ۵ ← ۶-۶

امتحان شفاهی نوبت اول: حفظ مکالمه و لغت درس‌های ۱ تا ۵ ←

۱۵-۱۵

دیکته لغات درس‌های ۱ تا ۵ ← ۷-۷

میانگین ← ۱۱-۱۱

نمره امتحان شفاهی نوبت اول ← ۱۱-۱۱

امتحان کتبی از درس‌های ۱ تا ۵ جهت آمادگی برای امتحان نوبت

اول ← ۷-۷

در پایان آذرماه پرویز سه کارت تشویقی گرفت و او را برای دریافت جایزه به دفتر مدرسه بردم. چشم‌هایش از خوشحالی می‌درخشید.

۳. شواهد مبنی بر تغییر رفتار ← در ماه دی تغییر رفتار در پرویز مشخص و محسوس شد.

اولین جلسه در ماه دی: هنگامی که وارد کلاس شدم، دانش‌آموزان همچنان مشغول سروصدا بودند. ناگهان پرویز به دانش‌آموزان گفت: «ساکت باشید، معلم سر کلاس است.» هنگامی که می‌خواستم گرامر درس جدید را تدریس کنم، گچ نبود و تخته‌سیاه هم پاک نشده بود. برای



با مجله‌های رشد آشنا شوید

مجله‌های رشد توسط دفتر انتشارات و تکنولوژی آموزشی سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی وابسته به وزارت آموزش و پرورش تهیه و منتشر می‌شوند:

مجله‌های دانش‌آموزی

(به صورت ماه‌نامه و هشت شماره در هر سال تحصیلی منتشر می‌شوند):

رشد کودک (برای دانش‌آموزان آمادگی و پایه اول دوره دبستان)

رشد نوجوان (برای دانش‌آموزان پایه‌های دوم و سوم دوره دبستان)

رشد دانش‌آموز (برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم، پنجم و ششم دوره دبستان)

رشد نوجوان (برای دانش‌آموزان دوره راهنمایی تحصیلی)

رشد جوان (برای دانش‌آموزان دوره متوسطه و پیش‌دانشگاهی)

مجله‌های بزرگسال عمومی

(به صورت ماه‌نامه و هشت شماره در هر سال تحصیلی منتشر می‌شوند):

♦ رشد آموزش ابتدایی ♦ رشد آموزش راهنمایی تحصیلی ♦ رشد تکنولوژی

آموزشی ♦ رشد مدرسه فردا ♦ رشد مدیریت مدرسه ♦ رشد معلم

مجله‌های بزرگسال و دانش‌آموزی تخصصی

(به صورت فصل‌نامه و چهار شماره در هر سال تحصیلی منتشر می‌شوند):

- ♦ رشد برهان راهنمایی (مجله ریاضی برای دانش‌آموزان دوره راهنمایی تحصیلی)
- ♦ رشد برهان متوسطه (مجله ریاضی برای دانش‌آموزان دوره متوسطه) ♦ رشد آموزش قرآن
- ♦ رشد آموزش معارف اسلامی ♦ رشد آموزش زبان و ادب فارسی ♦ رشد آموزش هنر
- ♦ رشد آموزش مشاور مدرسه ♦ رشد آموزش تربیت بدنی ♦ رشد آموزش علوم اجتماعی
- ♦ رشد آموزش تاریخ ♦ رشد آموزش جغرافیا ♦ رشد آموزش زبان ♦ رشد آموزش ریاضی
- ♦ رشد آموزش فیزیک ♦ رشد آموزش شیمی ♦ رشد آموزش زیست‌شناسی
- ♦ رشد آموزش زمین‌شناسی ♦ رشد آموزش فنی و حرفه‌ای ♦ رشد آموزش پیش‌دستانی

مجله‌های رشد عمومی و تخصصی، برای معلمان، مدیران، مربیان، مشاوران و کارکنان اجرایی مدارس، دانش‌جویان مراکز تربیت معلم و رشته‌های دبیری دانشگاه‌ها و کارشناسان تعلیم و تربیت تهیه و منتشر می‌شوند.

♦ نشانی: تهران، خیابان ایرانشهر شمالی، ساختمان شماره ۴

آموزش و پرورش، پلاک ۲۶۶، دفتر انتشارات و تکنولوژی آموزشی.

♦ تلفن و نمابر: ۸۸۳۰۱۴۷۸ - ۲۱

اولین بار پرویز برایم گچ آورد و تخته‌سیاه را تمیز کرد.
هفته دوم دی‌ماه: پرویز را مسئول کنترل تکلیف‌های دانش‌آموزان کردم. او با دقت تکالیف را کنترل کرد. زنگ تفریح او را به دفتر مدرسه بردم و به‌عنوان دانش‌آموز مؤدب، با انضباط و پرتلاش معرفی کردم. همه دبیران و حتی مدیر تعجب کردند.

هفته سوم دی‌ماه: پرویز عقب‌ماندگی درس زبان را جبران و دفتر تمرین و گرامرش را کامل کرده بود. در کلاس بی‌نظمی ایجاد نمی‌کرد. داوطلبانه گچ می‌آورد و تخته‌سیاه را تمیز می‌کرد. رفتار غیرعادی‌ای از او در کلاس مشاهده نشد.

۱۹ دی‌ماه: میثم غایب بود. هنگامی که علت را پرسیدم، پرویز جواب داد: «دبیر بعد از ظهر من و میثم در کوچه فوتبال بازی می‌کردیم. ناگهان یک سگ به طرف میثم آمد. او ترسید، تعادلش را از دست داد و به زمین افتاد. چون دستش درد می‌کرد، او را به مرکز بهداشت روستا بردم.»
۲۶ دی‌ماه: امتحان کتبی زبان انگلیسی نوبت اول برگزار شد. نمره پرویز ۸/۵- شد که با اضافه کردن نمرات کارت‌های تشویقی به ۱۰ رسید.
۲۸ دی‌ماه: خبر قبولی پرویز را در امتحان نوبت اول به او گفتم. خیلی خوشحال شد و برای اولین بار از من تشکر کرد و ادامه داد: «به شما قول می‌دهم که نوبت دوم نمره بهتری کسب کنم.» سپس با خوشحالی به طرف حیاط مدرسه رفت.

■ ارائه شواهد لازم در مورد رفتار غیرعادی دانش‌آموز

- در کلاس زبان انگلیسی
- شرح رفتار غیرعادی دانش‌آموز در اولین جلسه، عکس‌العمل من و واکنش او؛
- بی‌احترامی به من و بر هم زدن نظم کلاس هنگام تدریس؛
- انجام ندادن تکالیف زبان انگلیسی؛
- بدرفتاری با سایر دانش‌آموزان.
- هنگام زنگ تفریح
- اذیت و آزار دانش‌آموزان؛
- رفتار دانش‌آموز با مدیر مدرسه و سایر دبیران

■ راهکارها

- تحت‌نظر گرفتن دانش‌آموز جهت آشنایی با خصوصیات اخلاقی او؛
- جمع‌آوری اطلاعات درباره خانواده دانش‌آموز و بررسی سوابق تحصیلی او؛
- مطالعه در زمینه اختلالات رفتاری نوجوانان
- بهره‌گیری از توصیه‌های کارشناسان روان‌شناسی در بخش مشاوره آموزش و پرورش؛
- تجدیدنظر در نحوه رفتارم با دانش‌آموز.

■ شواهد مبنی بر تغییر رفتار دانش‌آموز

- پیشرفت در درس زبان انگلیسی؛
- متعادل شدن رفتار دانش‌آموز؛
- ارائه یک مثال در مورد تغییر رفتار دانش‌آموز.

پی‌نوشت

۱. کتاب راهنما (۴)، فصل چهارم (راهنمایی و مشاوره)، صفحات ۶۵ و ۶۴، تهیه‌کننده: گروه آموزش و پرورش راهنمایی تحصیلی، استان خراسان، زمستان ۱۳۸۲.



برگ اشتراک مجله‌های رشد

نحوه اشتراک:

شما می‌توانید پس از واریز مبلغ اشتراک به شماره حساب ۳۹۶۶۲۰۰۰ بانک تجارت، شعبه سهراب آزمایش کد ۳۹۵، در وجه شرکت افست از دوروش زیر، مشترک مجله شوید:

۱. مراجعه به وبگاه مجلات رشد: نشانی: www.roshdmag.ir و تکمیل برگه اشتراک به همراه ثبت مشخصات فیش واریزی.
۲. ارسال اصل فیش بانکی به همراه برگ تکمیل شده اشتراک با پست سفارشی (کپی فیش را نزد خود نگه‌دارید).

♦ نام مجلات درخواستی:

.....
.....
.....

♦ نام و نام خانوادگی:

.....

♦ تاریخ تولد:

.....

♦ تلفن:

.....

♦ نشانی کامل پستی:

.....

استان: شهرستان: خیابان:

شماره فیش: مبلغ پرداختی:

پلاک: شماره پستی:

♦ در صورتی که قبلاً مشترک مجله بوده‌اید، شماره اشتراک خود را ذکر کنید:

.....

امضا:

♦ نشانی: تهران، صندوق پستی امور مشترکین: ۱۶۵۹۵/۱۱۱

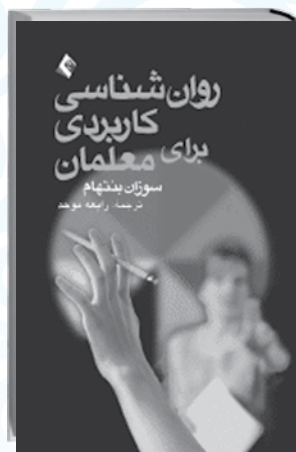
www.roshdmag.ir

♦ وبگاه مجلات رشد:

♦ اشتراک مجله: ۰۲۱-۷۷۳۳۶۶۵۶/۷۷۳۳۵۱۱۰/۷۷۳۳۹۷۱۳-۱۴

♦ هزینه اشتراک یکساله مجلات عمومی (هشت شماره): ۱۲۰۰۰۰ ریال

♦ هزینه اشتراک یکساله مجلات تخصصی (چهار شماره): ۸۰۰۰۰ ریال



کارشناس ارشد روان‌شناسی
رضا شهلا

روان‌شناسی کاربردی برای معلمان

نویسنده: سوزان بنته‌م

مترجم: رابعه موحد

ناشر: کتاب ارجمند

کتاب حاضر مقدمه‌ای است بر روان‌شناسی تربیتی که به علت سادگی، قابل استفاده همگان است. این کتاب شامل تئوری‌های روان‌شناسی و کاربرد عملی آن‌ها در آموزش و پرورش است. موضوع کتاب روان‌شناسی تربیتی و راهکارهای آموزشی برای معلمان است. در این پژوهش دیدگاه‌های رفتارگرا و انسان‌گرا درباره یادگیری بررسی شده است. همچنین، آثار و تئوری‌های «پیازه»، «ویگوتسکی» و «برونر» و نحوه کاربرد این تئوری‌ها در کلاس، سنجش نتایج آموزشی و عوامل فرهنگی تأثیرگذار در پیشرفت تحصیلی ارزیابی شده است. سپس از موانع آموزشی، نیازهای آموزش ویژه، کودکان مستعد، و رفتار بیش‌فعالی سخن به میان آمده است. روش‌های مخرب در مدارس، اوتیسم، نارساخوانی و یادگیری و روش‌های تدریس و طراحی محیط آموزشی از دیگر موضوعات مطرح شده در این کتاب است.