

آنوتا- آموزش، نوآوری و توسعه انسانی-، نام وبلاگ متعلق به آموزش و پرورش استان زنجان است که به وسیله **محمد علی احمدی**، کارشناس آن اداره مدیریت می شود. عمده مباحث و مطالب وبلاگ آنوتا در حوزه معلمی و آموزش و پرورش است و در ضمن، از مطالب ذوقی کوتاه نیز بی بهره نیست. چند مطلب کوتاه از این وبلاگ انتخاب کرده ایم که می خوانید.

رمز شادابی و آرامش قابلیت های ذهن سالم

شاید اگر از هر کسی بخواهید سلامت جسمی را برای شما تعریف کند، از عهده این کار برآید، ولی ذهن و روان هم چنان برای بیشتر مردم عنصری ناشناخته است. اصولاً ذهن سالم ذهنی است که قابلیت های خاصی داشته باشد.

۱. **توان دوست داشتن و دوست داشته شدن:** فقدان این توانایی و عدم دوست داشته شدن از سوی دیگران می تواند در رشد و سلامت روحی انسان اختلال ایجاد کند.

۲. **توان پذیرش تغییر:** داشتن روحیه مثبت گرا با کمک گرفتن از عقل و منطق به انسان کمک می کند تا بتواند با تغییرات کنار آید و حتی شرایط بد را نیز تحمل کند.

۳. **توان رویارویی با خطر یا به اصطلاح ریسک کردن در راستای رسیدن به هدف های زندگی:** البته در این ریسک کردن، نباید مدام منتظر وقوع پیامدهای ناگوار باشید.

۴. **نشان دان احساسات:** همان طور که خطری را حس می کنید، می توانید احساساتتان را نیز به شکل یک نمود خارجی نشان دهید؛ حتی نشان دادن احساسات منفی مانند خشم.

۵. **دیدن واقعیت ها به اندازه لازم:** خوش بینی و بدبینی بیش از حد، هر دو به روحیه انسان آسیب می رسانند. اما امید، ایمان و احساس حمایت شدن از غیب، همگی در تطابق با شرایط سخت به حفظ سلامت روح انسان کمک می کنند.

۶. **داشتن قدرت تخیل و آزاد گذاشتن این قوه برای تولیدات ذهنی:** یعنی همان روندی که به خلاقیت می انجامد.

۷. **آگاهی از توان خود:** داشتن شناخت صحیح از توانایی هایمان، به ما کمک می کند تا بتوانیم با مشکلات روبه رو شویم.

۸. **قدرت اعتراف به اشتباه:** این عنصر یکی از ظریف ترین عامل های سلامت روان است که به انتقاد از خود و آموختن از تجربه گذشته خود مربوط می شود. بر خلاف آن چه ابتدا به ذهن می رسد دستیابی به سلامت روان در این بعد کار ساده ای نیست.

عبادات، قرائت قرآن، ادعیه، مطالعه های گوناگون، گوش کردن به اخبار، قدم زدن، نرمش (حرکت های ورزشی که طبق نظر پزشکان معالج الزاماً به منظور حفظ سلامتی انجام می دهند)، رسیدگی و پاسخ گویی به امور شرعی و اجازات و استجازات و قبض و جوجه، ملاقات ها، معاشرت و انسی با افراد خانواده، خوراک و استراحتشان، هر کدام به صورتی منظم و در موعد خود انجام می گرفت. همین نظم، در برنامه هفتگی شان حاکم بود. حضرت امام، هیچ گاه کار امروز را به فردا مؤکول نمی کردند. کارها و زندگی و همه شئون و امور ایشان منظم و مشخص بود. در زندگی حضرتش، هر چیز سر جایش قرار داشت و هر کاری دور از شتاب زدگی و عجله و بدون دلزدگی و تأخیر، در موعد مقرر آن انجام می گرفت. با کثرت کارها و تعداد امور و گزارش ها و چیزهای دیگر هیچ نشانه ای از شلوغی و تراکم و کارهای به جا مانده، در زندگی حضرتش مشاهده نمی شد» [رحیمیان: ۱۸۴-۱۸۳]

پیشنهاد برای پذیرش رعایت انضباط در دانش آموزان

برای این که بتوانید دانش آموز را به رعایت نظم و انضباط مقید کنید: -مقررات را چنان برقرار کنید که احترام شما و دانش آموز، هر دو، محفوظ بماند.

-مقررات و محدودیت ها از روی هوس یا سلیقه شخصی نباشد، بلکه بر اصول تربیتی و سازنده شخصیت نوجوان مبتنی باشد.

-دانش آموز را در رعایت قوانین، چه از لحاظ عاطفی و چه از لحاظ احساسی و رفتاری، یاری کنید.

-مقررات ساده و برای دانش آموز قابل درک باشند.

-در اجرای انضباط همیشه علاقه و محبت خود را به دانش آموز نشان دهید و او را از محبت سیراب کنید. انضباط و محدودیتی که تعیین کرده اید، نباید میان شما و دانش آموز رنجشی پدید آورد. باید با پاداش و محبت، او را به اجرای قوانین وادارید.

جمع بندی

برای آن که نظم و انضباط بر محیطی حکم فرما شود، به استواری و پایداری نیاز است. از امام باقر (ع) روایت است که امام اسجاد (ع) می فرمود:

«همانا من مداومت بر عمل را دوست دارم؛ اگر چه آن عمل کوچک باشد» [اصول کافی، ج ۲: ۸۲].

نظم و انضباط در کارها تحقق نمی یابد، مگر با پایداری و استواری. معلم توانا می کوشد با پایداری، کارها را پی گیرد و نظم و انضباط را بر محیط کلاس خویش حاکم سازد تا کارها به سامان و فرجام رسد. هنر معلم موفق آن است که به کارها استمرار بخشد، نه آن که کاری را آغاز کند و سپس رها سازد.

منابع

- لغت نامه دهخدا.
- فرهنگ دانشگاهی، ترجمه المنجد.
- غررالحکم، ترجمه محمد علی انصاری، ج ۲.



سیروس درخشان
(۱۳۳۵)
آموزگار موفق زنجان

۳۱ سال سابقه خدمت دارد و اینک بازنشسته است. طی سال های خدمت با علاقه بسیار به فعالیت های آموزشی و پرورشی می پرداخت. رابطه بسیار خوبی بین او و دانش آموزان برقرار بود. وی در دانش افزایی بسیار جدی بود و کلاس های خود را به شیوه فعال اداره می کرد. طی سال های خدمت، بیش از بیست بار موفقیت های چشم گیری در امتحانات، مسابقات و همایش ها به دست آورد و اغلب اوقات رتبه های اول یا دوم را احراز می کرد؛ از آن جمله: کسب مقام های اول مسابقات الگوهای برتر تدریس در درس های علوم تجربی، جغرافی، ریاضی و هنر، تربیت بدنی، مسابقات علمی، ورزش های همگانی و بومی و محلی.

معلمان

1434.blogfa

۹. احترام و شخصیت قائل بودن برای خود.

۱۰. توان همراهی و برآورده کردن انتظاراتی جمع (مانند خانواده، همکاران یا همسایگان): البته برای همراهی و هم‌دردی، باید به خود اجازه انتخاب دهید. به این ترتیب، در صورتی که تصمیم به عدم همکاری بگیرید، می‌توانید این کار را انجام ندهید.

۱۱. احساس آزادی در نشان دادن افکار و عقاید خود و به اصطلاح ابراز وجود: این ابراز کردن می‌تواند از طریق کلام، نوع لباس و پیام‌های غیرکلامی باشد.

۱۲. توان نشان دادن شادی و هیجان و تعجب واقعی: متأسفانه در برخی فرهنگ‌ها، این ابراز شادی و هیجان در اجتماع، شایسته شمرده نمی‌شود.

۱۳. توان متعارف پاسخ‌گویی به نیازهای منطقی خود و دیگران.

۱۴. داشتن روحیه شوخ طبعی و بذله‌گویی: اصولاً توان دیدن روی خنده‌دار حوادث و در نظر گرفتن آن‌ها خصوصاً در مواقعی که با مشکل روبه‌رو می‌شویم، یکی از قابلیت‌های بسیار کمک‌کننده ذهن سالم به ماست.

منبع: مقاله «قابلیت‌های ذهن سالم»: نویسنده: دکتر ولی‌الله سلامی.

نظرات تعدادی از فلاسفه مشهور تعلیم و تربیت جهان در ارتباط با آموزش و پرورش

۱- بزرگ‌ترین عیب آموزش و پرورش امروز، فراموش کردن

انسان و ارج اوست (کارل یاسپرس آلمانی).

۲- بهترین روش آموزش، به کار بردن روش پژوهش علمی از سوی خود دانش‌آموز است (جان دیویی).

۳- انسان تنها کتاب من است. نخستین کار مربی باید شناخت طبیعت انسان باشد. نه کتاب، نه فن، بلکه خود زندگانی باید پایه تعلیم و تربیت باشد. بی‌عشق، انسان بی‌خداست و اگر عشق و خدا نباشد، انسان چیست؟ (یوهان هاینریش پستالوزی سوئیسی).

۴- همه شکوه آدمی به سه چیز است: دانش، اخلاق و دین. آموزش و پرورش باید حرکتی باشد گام‌به‌گام از قلمرو حس به قلمرو فهم (یوهان آموس کومنیوس چک).

معرفی کتاب

در زمینه آموزش و پرورش کتاب‌های زیر بسیار مفیدند و مطالعه آن‌ها را توصیه می‌کنم. خواهشمندم شما نیز کتاب‌های خوب را برای معرفی در وبلاگ، با مشخصات کامل برایم بفرستید:

۱. مغز و آموزش. مؤلف اریک جنسن. مترجمان لیلی محمدحسین و سپیده رضوی. انتشارات مدرسه. قیمت ۱۳۸۰ تومان.

۲. هوش‌های چندگانه. مؤلف توماس آرمسترانگ. مترجم مهشید صفری. انتشارات مدرسه. قیمت ۱۵۵۰ تومان.

۳. یاددهی هوشمند (پرورش استعداد در کلاس درس و بیرون مدرسه). مؤلفان جانیس لروکس و ادنا مک‌میلون. مترجمان علی رؤف و حمیدرضا فاطمی‌پور. انتشارات منادی تربیت. قیمت ۹۰۰ تومان.



یوسف
سلیمان زاده
(۱۳۵۴)

دبیر زیست‌شناسی، اهل قلم،
کردستان

وی دبیر شاغل در مدارس کردستان است و در رشته خود تدریس می‌کند. اهل قلم نیز می‌باشد و تاکنون دو کتاب تألیف کرده است: «بررسی علمی و دینی سیر تحول در انسان»، و «آزادی در اسلام». کتاب سیر تحول نگاهی دارد به خلقت انسان، تجزیه و تحلیل نظریه داروین و بررسی علمی و دینی مراحل خلقت انسان. کتاب آزادی در اسلام نیز به شبهاتی که پیرامون مسئله آزادی در اسلام مطرح می‌شود، پرداخته است.

