

معرفی دانشآموز

احمد دانشآموز ۹ ساله به دلیل انجام ندادن تکالیف روزانه‌اش در مدرسه، بی‌نظمی و بی‌انضباطی در آوردن کتاب و وسایل شخصی، ناسازگاری با دیگر دانشآموزان در کلاس درس، ناتوانی در پاسخ‌گیری به سوالات معلم در کلاس، مشاجره با دانشآموزان دیگر پایه‌ها در مدرسه و سرویس، نامرتب بودن پوشش، دیر آماده شدن برای سوار شدن به سرویس که گاهی منجر به دیر رسیدن سرویس به مدرسه می‌شد. تلفن زدن از مدرسه به والدین خود که وسایل اورا برایش بیاورند و... مکرر از کلاس به دفتر مدرسه فرستاده می‌شد. او گاهی در کارهای بچه‌ها، به قصد کمک، دخالت می‌کرد که آن هم منجر به آزار دیگران می‌شد.

مشخصات دانشآموز

دانشآموز، اولین فرزند خانواده و دارای یک برادر هفتماهه است.

مشخصات والدین

مادر: ۳۱ ساله، دارای تحصیلات دانشگاهی، کارمند پاره و وقت شرکت خصوصی همسرش.
پدر: ۳۶ ساله، فوق دیپلم، کارمند یک شرکت بین‌المللی.

فضای خانه و روش تربیتی خانواده با توجه به دغدغه‌های پدر و سفرهای خارج از کشور او تربیت احمد به عهده مادر است. مادر که دارای یک نوزاد نیز هست مقندر و سخت‌گیر بوده و معتقد است چون احمد دیگر بزرگ شده خودش باید کارهایش را انجام دهد. باید خودش وسایلش را آماده کند، خودش صبحانه بخورد و برای رفتن به مدرسه آماده شود. به نظر مادر، با توجه به اینکه همسرش شغل پر دغدغه‌ای دارد و گاهی وی باید همراه پدر باشد، در این موقع، وظیفه مراقبت از برادر کوچک نیز به عهده احمد است. مادر احمد فرزندش را شلخته، بی‌نظم و بی‌انضباط، لجباز، بی‌مسئولیت و فضول خطاب می‌کند. پدر هم در برخورد با فرزند منفعلانه - پرخاشگرانه برخورد می‌کند و البته گاهی مادر را مقصراً اشتباهاهات احمد می‌داند. با این حال بعضی اوقات با کتک زدن، و فحاشی و داد زدن با احمد برخورد کرده و در عین حال برای جبران این کار خود با خرید وسایل غیرضروری برای احمد محبت خود را به او نشان می‌دهد!

مرا دریاب با یک توجه!



فاطمه السادات شاهزادی
کارشناس ارشدمشاوره مدرسه

فرایند حل مشکل احمد

از احمد دعوت کردم به اتاق مشاوره مدرسه بیاید و پس از معرفی خودم سعی کردم با او ارتباط دوستانه برقرار کنم و به او گفتم می‌خواهم به او کمک کنم تا بتواند مشکل خود را حل کند. او هم خوشحال شد و گفت من مدت‌هاست به دنبال کسی هستم که بتواند به من کمک کند، سپس شروع به صحبت درباره مشکلاتش کرد.

در اولین جلسه، از شرایط خانوادگی و تحصیلی احمد سؤال کردم. بعد از پدر و مادرش نیز دعوت کردم که به مدرسه بیایند که به دلیل عدم مراجعته به خاطر زمان نامناسب به صورت جداگانه جلسات مشاوره با آن‌ها ترتیب دادم. در فرایند درمان از معلمین دروس عمومی، ورزش، هنر و قرآن نیز استفاده کردم. مجموعاً ۳۵ جلسه مشاوره (به طور میانگین ۳۰ دقیقه‌ای) برگزار شد که ۵ جلسه آن با والدین احمد، ۵ جلسه با معاونین و معلمین تخصصی مدرسه و بقیه جلسات با حضور دانش آموز و معلم و یا دانش آموز به تنها بی بود. این جلسات طی دو سال تحصیلی برگزار شد؛ از او سط سال تحصیلی پایه سوم تا پایان سال تحصیلی پایه چهارم.

محورهای برنامه درمانی

افزایش اعتمادبه نفس در احمد، افزایش احساس خودآرزوشمندی، کمک به کاهش اضطراب، آموزش برنامه‌ریزی شخصی به اواباتوجه به شرایط وی، آموزش در ایجاد نظم، آموزش شیوه‌های مطالعه و افزایش تحمل شرایط مبهم، محورهای فرایند حل مشکل احمد بود.

نکته: کمبود احساس خودآرزوشمندی در احمد و بی تحمل

شرایط خانوادگی

بنا به گفته مادر چون وی هم عهده‌دار رسیدگی به امور منزل و دو فرزند خود و هم اداره محیط کار همسر در غیاب اوست خسته می‌شود؛ از این رو هرگاه مدرسه مشکلات رفتاری احمد را به آن‌ها اطلاع می‌دهد این موضوع منجر به مشاجره لفظی پدر و مادر و گاهی حتی موجب کتک خوردن او از همسرش می‌شود.

روش درمان

واقعیت‌درمانی و رفتار‌درمانی

تشخیص مشکل احمد

مادر بیافتنیم که کتک خوردن مادر اگرچه بسیار کم اتفاق می‌افتد ولی برای احمد اضطراب زیادی ایجاد کرده است. بخصوص که دیگران هم او را با صفات منفی خطاب می‌کنند تا جایی که این صفات را در خود پذیرفته و احساس ارزشمندی در او از میان رفته است البته گاهی برای ابراز احساس ارزشمندی اعتماد به نفس کاذبی از خود بروز می‌دهد. ما این را نیز در بیافتنیم که بعضی از رفتارهای احمد که منجر به اعتراض دیگران می‌شود ناشی از جست‌وجوگر بودن او و حتی احساس انسان دوستی اوست. زیرا گاهی در کارهای دیگران به قصد کمک دخالت می‌کرد که منجر به آزار دیگران می‌شد. احمد خود را فردی بدشانس می‌پنداشت و تلاش برای موفقیت در او از میان رفته بود. با این مقدمات و شناختی که از مشکل احمد پیدا کردم تلاش خود را به کار بستم تارا حلی برای آن پیدا کنم که در زیر به شرح آن می‌پردازم.



بودن او در شرایط مبهم مهمنترين مشکل او محسوب می شد و من انتظار داشتم که توجه به اين دو محور اثر مهمی در ساير محورهای آموزشی و درمانی او بگذارد.

ایجاد هویت موفق: زمانهایی که مراجع در انجام فعالیت هایش موفق بوده بیان شد.

آموزش برنامه ریزی: ابتدا از احمد خواستم به مدت يك هفته هر فعالیتی را که در منزل انجام می دهد، بدون سعی بر تغییر واقعیت با ذکر زمان صرف شده، یادداشت کند. سپس از او خواستم برنامه ارائه شده را ارزیابی کند و زمان هایی را که برای هر موضوع اختصاص می داده به طور هفتگی بیان کند. خودش متوجه شد که بیشترین زمان را به تلویزیون دیدن، خواب، بازی با برادر کوچک و صحبت با دوستان از طریق تلفن سپری کرده است. سپس از او خواستم جمع دقایقی را که به درس خواندن اختصاص می دهد مشخص کند.

از صحبت های احمد دریافتیم که شبها پس از انجام فعالیت های روزانه تازه به سراغ کتاب هایش می رود اما پس از اندک زمانی خسته می شود و کتاب ها را به همان حالت رها می کند و صبح که از خواب بیدار می شود مشغول جمع آوری آنها می شود که این مسئله منجر به جاگذاشتن وسایل و تأخیر شد رسانید به سرویس می شود.

از احمد خواستم زمان انجام تکالیف و مطالعه اش را دو قسمت کند؛ قسمتی را بعد از ظهر پس از ناهار و قبل از استراحت و قسمتی را بعد از ظهر و پس از بیدار شدن از خواب. پس از مدتی مشاهده کردم که دفعات انجام ندادن تکالیف کاهش پیدا کرده و موادی هم که تکلیفی را انجام نداده بود در حد چند خط بوده؛ در صورتی که قبل اکلیه تکالیف یک روز یا یک درس را انجام نمی داد. با توجه به عجول بودن احمد در جمع آوری و منظم کردن وسایل شخصی اش، از او خواستم هر روز وسایل خود را بر اساس یک برنامه روزانه کلاس همراه خود بیاورد. از وسایل دائمی او هم فهرستی تهیه کردم و گفتم هر شب قبل از خواب موظف است وسایل خود را بر اساس آن فهرست چک کند. این فهرست را

فهرست حضور و غیاب وسایل نام گذاری کردم. پس از مدتی مشاهده شد که دفعات تأخیر احمد در رسیدن به سرویس، نیاوردن وسایل، ولذا تلفن زدن به والدین برای درخواست آوردن وسایل او کمتر شد (لازم به ذکر است که پس از چند هفته احمد گفت که دیگر احساس می کند نیازی به فهرست حضور و غیاب وسایل ندارد و خودش تشخیص می دهد که چه وسایلی را باید بیاورد یا نیاورد).

با توجه به نیاز احمد به توجه دیگران به او و با توجه به امتیازاتی که کسب می کرد، مسئولیتی در کلاس به او سپرده می شد. اما اگر حسن انجام مسئولیت او در کلاس و مدرسه افت می کرد، حتی اگر امتیازات او رشد داشت، مجوز گرفتن مسئولیت برای دوره بعد را نداشت. لازم به ذکر است هر دوره شامل دو هفته از شنبه تا چهارشنبه بود. بدین ترتیب احمد هم بر شد علمی خود تأکید داشت و هم بر رشد فعالیت های جانبی خود در مدرسه افزود؛ یعنی استفاده از توانمندی در سر گروه شدن، مجری برنامه های صحیح، همیار معاون مدرسه و ...

وضعیت احمد در پایان جلسات مشاوره، بنابر آخرین گزارش های معلم، معاونین والدین احمد، از نظر نظم و مسئولیت پذیری در مدرسه و منزل در حد چشمگیری افزایش داشت. همچنین بنابر گزارش معلم پیشرفت تحصیلی، علاقه مندی به یادگیری بیشتر و مطالعه کتب غیر درسی، در وی بیش از پیش مشاهده شد. والدین نیز در منزل برخورد منطقی تری با احمد در پیش گرفتند. در خلال جلسات مشاوره تکنیک افزایش دقت و توجه، شیوه های مطالعه اثربخش، کنترل حواس پرتوی حین مطالعه به احمد آموزش داده شد که این موضوع با توجه به اظهارات وی منجر به افزایش احساس خود از شمشندی و کاهش اضطراب و نگرانی در او شد. بنابر گزارش مادر احمد، با کاهش گزارش های مدرسه درباره بی نظمی های احمد در طول این مدت، میزان مشاجره ها و اختلافات وی با همسرش نیز تاحد قابل ملاحظه ای کمتر شده است.