

بی محلی کن، او فقط توجه طلبی می کند! مدرسه و نیازهای اساسی دانش آموزان

منا خاطری

تحقیر شدن به وسیله معلم، ترس از تنبیه، بی نظمی در کلاس و مدرسه؛ همه این ترس‌ها تأثیر ویرانگری بر یادگیری دارند. تنش و نگرانی حاصل از ترس و تهدید شدن، بر حافظه کوتاه مدت و بلندمدت تأثیر می‌گذارد. تنش بی‌روسته تعادل شیمیایی مغز را به هم می‌زند و این نبود تعادل، احتمال رفتارهای تکانشی و حتی خشونت را در فرد بالا می‌برد. به این ترتیب، او برای به دست آوردن کنترل دوباره زندگی می‌کوشد.

چگونه می‌توان در کلاس نیازهای غریزی دانش آموزان را برآورده کرد؟

نیازهای غریزی عبارت‌اند از:
آب: حدود ۷۸ درصد از مغز انسان را آب تشکیل می‌دهد. دانش آموزان را تشویق کنید در ساعات‌های استراحت آب بنوشند یا به آن‌ها اجازه دهید با خود آب به کلاس بیاورند. برای خودداری از به هم خوردن نظم کلاس می‌توانید نشانه‌ای برای رفتن به آبخوری تعیین کنید تا دانش آموزانی که به رفتن به آبخوری نیاز دارند، بتوانند به آرامی از کلاس خارج شوند.

جسمانی و روانی است. با این حال، از آنجا که ما انسان‌ها توانایی مجسم کردن آینده را در ذهن خود داریم، نیاز به بقا نیز فراتر از برآوردن نیازهای غریزی خواهد بود. به همین دلیل، برای بازنشستگی خود بیمه می‌خریم، تا در آینده ثبات مالی داشته باشیم، ورزش می‌کنیم تا با بالا رفتن سن سلامت بیشتری داشته باشیم... معلمان باید به این نکته توجه داشته باشند که گرچه نیاز به بقا امری ظاهراً جسمانی است اما مؤلفه‌های روان‌شناختی نیز دارد. که از جمله نیاز به داشتن حس امنیت و نظم است.

معلم در مدرسه و کلاس درس بر برخی از نیازهای دانش آموزان به بقا کنترل ندارد؛ از جمله غذایی که می‌خورند و لباسی که می‌پوشند. با این حال، می‌توان در مدرسه به مقوله روان‌شناختی این نیاز که همان داشتن حس امنیت است توجه داشت. گرچه برای بسیاری از دانش آموزان غذا و پوشاک مناسب فراهم می‌شود، اما بسیاری از آنان ترس و تهدید را هر روزه و هر ساعت به شیوه‌های گوناگونی تجربه می‌کنند؛ دشنام دادن و مسخره کردن همسالان، مورد قلدری قرار گرفتن،

چرا برخی از دانش آموزان با انگیزه و آمادگی به کلاس می‌آیند و گروهی برعکس، بی‌انگیزه‌اند؟ معلم و همه کارکنان مدرسه می‌توانند شرایطی ایجاد کنند تا همه دانش آموزان، نه تنها معدودی از آنان، با انگیزه به مدرسه بیایند و همه توانایی خود را برای آموختن به کار گیرند. کلید موفقیت برای ایجاد انگیزش یاری دادن دانش آموزان برای برآوردن نیازهای اساسی‌شان است.

برای داشتن کلاس درسی براساس نظریه انتخاب نخست باید این نظریه را به خوبی شناخت؛ نظریه‌ای که به چرایی و چگونگی رفتار در انسان می‌پردازد. برای نهادینه شدن این شیوه تفکر بهتر است دوباره باورهای بنیادی گلاس، بنیان‌گذار این نظریه، را با هم مرور کنیم: گلاس بر این باور است که دلیل همه رفتارهای ما برآورده کردن یک یا چند نیاز اساسی انسانی است. همان‌گونه که می‌دانیم، نخستین نیاز انسان، نیاز به بقاست. پرسش این است که چگونه می‌توان نیاز به بقا را در کلاس درس برآورده کرد؟ به طور حتم نیاز به بقا شامل نیاز به غذا، سرپناه، گرما، آسایش و امنیت

**تنش بی‌روسته تعادل
شیمیایی مغز را به
هم می‌زند و این
نبود تعادل، احتمال
رفتارهای تکانشی و
حتی خشونت را در
فرد بالا می‌برد**

بسیاری از دانش آموزان ترس و تهدید را هر روزه و هر ساعت به شیوه‌های گوناگونی تجربه می‌کنند؛ دشنام دادن و مسخره کردن همسالان، مورد قلدری قرار گرفتن، تحقیر شدن به وسیله معلم، ترس از تنبیه، بی‌نظمی در کلاس و مدرسه؛ همه این ترس‌ها تأثیر ویرانگری بر یادگیری دارند

آنان دوری می‌کنند. دوری دیگران فرصت آموختن مهارت‌های اجتماعی و هیجانی را از این افراد می‌گیرد و پیامد چنین واکنشی همان چرخه معیوب، رفتارهای چالش برانگیز و در نهایت نیاموختن مهارت‌های اجتماعی و از همه مهم‌تر برآورده نشدن نیاز به عشق و احساس تعلق خواهد بود.

پس چه باید کرد؟

– زمانی را به بودن با چنین دانش‌آموزی اختصاص دهید. می‌توانید ساعت‌های تفریح را با او بگذرانید. مطلبی را با هم بخوانید و در مورد موضوع‌های گوناگون گفت‌وگو کنید.

– شیوه‌های گرفتن توجه مثبت را به او آموزش دهید. می‌توانید این کار را در گروه‌های کوچک نیز انجام دهید.

– فرصت‌هایی فراهم کنید تا بتواند در تعامل با دیگران موفق شود. در فعالیت‌های گروهی می‌توانید او را با فردی هم گروه کنید که مهارت اجتماعی بالایی دارد.

– علاقه‌ها، عادت‌ها، ترس‌ها و امیدهای او را بشناسید.

– به او زمان بدهید. وقتی نیاز به تعلق در او برآورده شود تغییر رفتار به شیوه مثبت را در او مشاهده خواهید کرد. برای پیشرفت او در تغییر به او بازخورد دهید.

در بخش‌های بعدی به سه نیاز دیگر خواهیم پرداخت.

چنین جملاتی می‌توانند ترس از شکست را نیز در دانش‌آموزان کاهش دهند و توان ریسک‌پذیری را در آنان بیشتر کنند.

نکته دیگری که حس نیاز به بقا را در دانش‌آموزان برآورده می‌سازد، این است که بدانند در مدرسه قرار است چه کاری انجام دهند. انسان‌ها وقتی در محیطی به طور پیوسته با محرک‌ها و رویدادهای پیش‌بینی نشده روبه‌رو شوند، با گذشت زمان اعتماد خود را نسبت به محیط از دست می‌دهند و نیاز به بقا در آن‌ها به درستی برآورده نمی‌شود. به همین دلیل، وجود نظم و برنامه‌ریزی در مدرسه و کلاس امری ضروری است. دانش‌آموزان در مدرسه بیش از خانه به احساس امنیت نیاز دارند. بدون داشتن احساس امنیت یادگیری به حداقل میزان خود می‌رسد.

نیاز به عشق و احساس تعلق

چند بار این جمله را از معلم شنیده‌اید که «به او بی‌محلی کن، او فقط توجه‌طلبی می‌کند!» دانش‌آموز توجه‌طلب پیشینه خوبی در مدرسه ندارد و معمولاً رفتارش به کشمکش در کلاس و اختلال در مدیریت آن می‌انجامد. در حالی که توجه‌طلبی این دانش‌آموزان فقط برای برآوردن نیاز به عشق و احساس تعلق است.

گاهی به دلیل نداشتن مهارت‌های اجتماعی و ناتوانی در مدیریت هیجان‌ها در برخی از دانش‌آموزان به دشواری می‌توان با آن‌ها ارتباط برقرار کرد. این دانش‌آموزان گاهی حاضر جوابی می‌کنند، غر می‌زنند، سماجت به خرج می‌دهند و بر توقع هستند. گاهی به دلیل نداشتن آداب اجتماعی دیگران را تحقیر می‌کنند. به همین دلیل، معلم و دیگران از

غذا: پایین آمدن قند خون احساس خستگی ایجاد می‌کند. به این ترتیب، حواس فرد به آسانی پرت و او زودرنج و بداخلاق می‌شود. برای جلوگیری از این حالت می‌توانید زمان‌هایی را برای خوراک خوردن دانش‌آموزان تعیین کنید.

اکسیژن: ۵/۱ از اکسیژن بدن را مغز مصرف می‌کند. به همین دلیل کارهایی چون باز کردن پنجره یا نگه داشتن چند گلدان در کلاس می‌تواند سودمند باشد (می‌توانید از گیاهانی استفاده کنید که به آبیاری کمتری نیاز داشته باشند). انجام تمرین‌های کششی یا تنفس عمیق شکمی نیز خوب است. تمرین دیگر این است که دانش‌آموزان بدن خود را شل کنند و از کمر به سمت پایین خم شوند و دست‌ها را آویزان کنند. سپس خیلی آرام به سمت بالا حرکت کنند و در حین بالا آمدن نفس عمیق بکشند و تا دو شماره نفس را در سینه نگه دارند و سپس آن را خارج کنند. این کار را دو یا سه بار انجام دهند.

راه‌های ایجاد احساس امنیت و نظم در کلاس

* خوشامدگویی: سلام و خوشامدگویی در آغاز روز همراه با لبخند و نامیدن نام تک‌تک دانش‌آموزان این پیام را به آن‌ها می‌رساند که به ایشان اهمیت می‌دهید و می‌خواهید آرامش و آسایش داشته باشند.

* نصب پوسترهایی با جملات مثبت: می‌توانید دیوارهای کلاس را با پوسترهایی از جملات مثبت در مورد یادگیری پر کنید؛ جملاتی چون: اشتباه کردن اشکالی ندارد، ما از اشتباه‌های خود درس می‌گیریم؛ هر کسی با شیوه خودش یاد می‌گیرد؛ همه ما باهوش هستیم فقط شیوه باهوش بودنمان با هم متفاوت است.

منابع

1. www.teachingforexcellence.com/our-model/three-principles-and-six-keys/the-six-keys-for-fostering-and-maintaining-high-motivation-and-achievement.
2. www.scribd.com/doc/52278450/Classroom-Management-Resource-Guide
3. www.thepositiveclassroom.org/201201//are-you-meeting-love-and-belongingness.html