

# آموزشی ابتداری

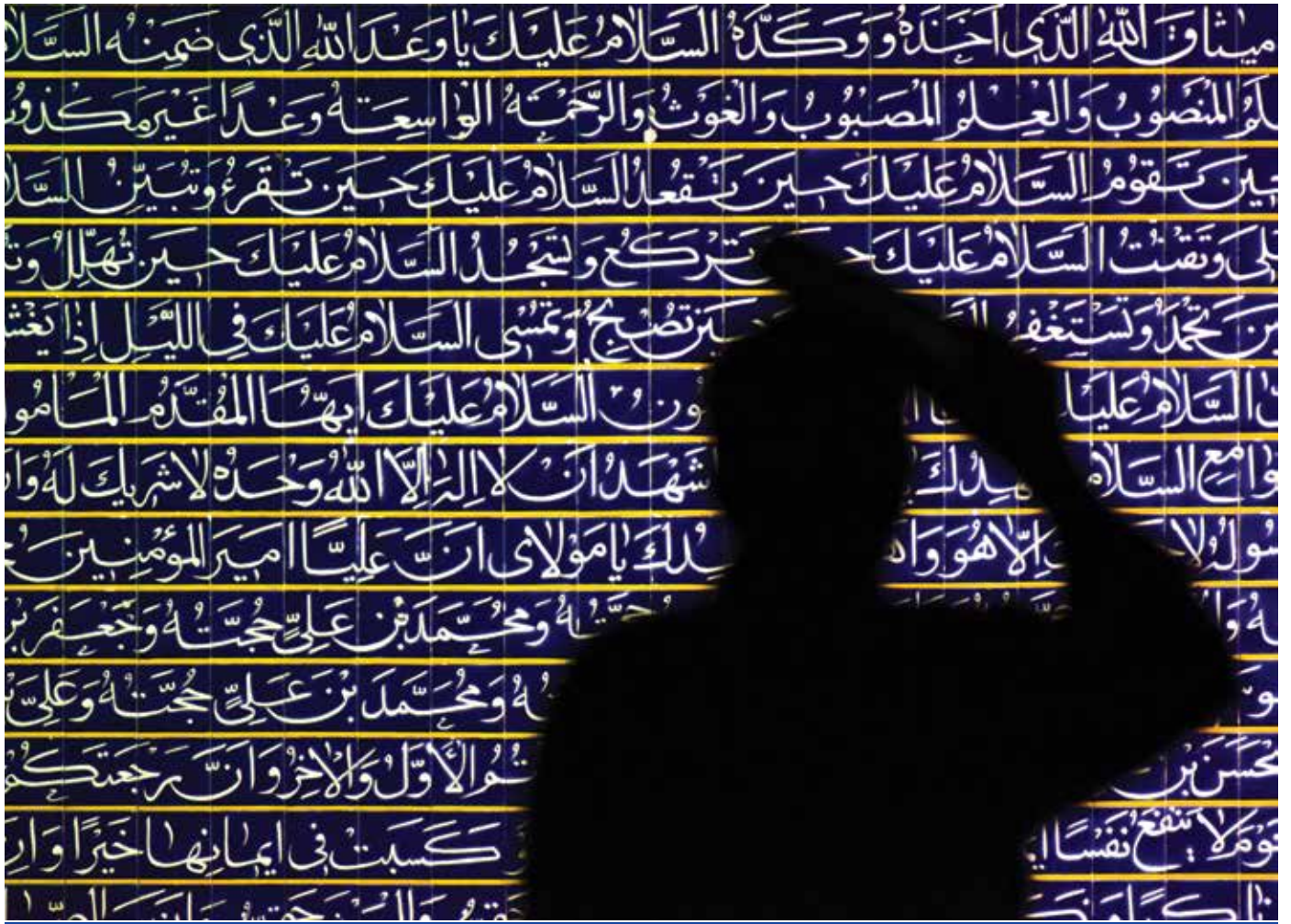
رشد

۷

ماهنامه‌ی آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی  
برای آموزگاران، دانشجو معلمان و کارشناسان وزارت آموزش و پرورش  
دوره‌ی بیست و چهارم | ۱۴۰۰ | شماره‌ی بی‌دربی ۱۹۶ | صفحه ۴۸  
www.roshdmag.ir | ۳۵۰۰۰ ریال

- غفلت نکنیم
- ریشه‌رانشانه بگیر
- قفل گنج‌ها را بگشا





رَبَّنَا عَلَيكَ تَوَكَّلْنَا وَإِلَيْكَ أَنبَأْنَا وَإِلَيْكَ الْهَمِيرُ. (البیتحنه/۴)

پروردگارا! تنها بر تو توکل می‌کنیم و فقط به تو رو می‌آوریم و بازگشت ما تنها به نزد توست

کجا روم که در لطف تو به من باز است      شها ز توست در عالم هر آنچه آواز است  
 کسبوتری که وطن کرد بر در حرمت      کجا دگر به سراوه‌سوی پرواز است  
 کسی که از دم گرم تو ذوق صحبت یافت      کجا دگر به دم سرد خلق دمساز است

عارف تهرانی



# آموزشی ابتدایی

ماهنامه‌ی آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی برای آموزگاران، دانشجویان معلمان و کارشناسان وزارت آموزش و پرورش  
دوره‌ی بیست‌و‌چهارم | ۱۴۰۰ | شماره‌ی پی‌درپی | ۱۹۶ | ۴۸ صفحه | ۳۵۰۰ ریال | www.roshdmag.ir

## فهرست

- ۲ آموزگاران متشکریم / اصغر ندیری
- ۴ خودش به سرش کلاه گذاشت / عصومه حبیب‌پور
- ۶ خطر در روبه‌رو / ابراهیم اصلانی
- ۸ غفلت نکنیم / دکتر فریبرز بیات
- ۱۱ حالت پرواز / دکتر سیدحسین‌الله مرتضوی‌زاده
- ۱۲ روشن ساختن کلاس / احمدرضا اعرابی
- ۱۴ او فقط خوب نمی‌تواند... / صتاب خسروشاهی
- ۱۶ خواب و بیداری / دکتر حسین اسکندری
- ۱۸ ای کیو / دکتر یاسین حیات‌ابدی
- ۲۰ ادامه در جهانی جدید / منصور ملک‌عباسی
- ۲۲ قفل گنج‌ها را بگشا / دکتر احمدرضا آذربایجانی
- ۲۴ در بیخجال را ببند! / ژاها جواهری‌پور
- ۲۶ شادی‌سازی / مریم ریحانی
- ۲۸ ریشه‌رانشانه بگیر! / دکتر لیلا سلیقه‌دار
- ۳۲ بلا به دور! / بهاره جلالوند
- ۳۴ شادی هنری / سپیده ولی‌زاده
- ۳۶ خوابم را پراندی! / محمدحسن بهروزیان
- ۳۸ پرسه‌های بر خط / محسن آریزنی
- ۴۱ در یازده / جئده ارشدراد
- ۴۲ چرخ‌مانی چرخد! / اکرم طالبی
- ۴۴ بسته‌های کارساز / صدی علیپور
- ۴۵ جعبه‌ی اعداد / بولک یعقوبی
- ۴۸ شادی مسری است! / اعظم لاریجانی

## به نام خدا

اللهم صل علی محمد و آل محمد

مدیر مسئول: محمدابراهیم محمدی  
سرمدیر: اصغر ندیری  
شورای برنامه‌ریزی: احمدرضا آذربایجانی  
لیلا سلیقه‌دار، مقصود رزم‌آرای شرق  
مدیر داخلی: مریم شهرآبادی  
ویراستار: کبری محمودی  
مدیر هنری: کوروش پارسنازاد  
طراح گرافیک: وحیدحقی  
دبیر عکس: پرویز قراگوزلی  
نشانی دفتر مجله: تهران، ایرانشهر شمالی، پلاک ۲۶۶  
تلفن: ۸۸۸۳۹۱۷۸ - ۰۲۱  
۹ - ۸۸۸۳۱۱۶۱ - ۰۲۱ (داخلی ۴۲۹)  
نمابر: ۸۸۳۰۱۴۷۸ - ۰۲۱  
وبگاه اختصاصی: www.eb.roshdmag.ir  
وبگاه: www.roshdmag.ir  
رایانامه: ebtedayi@roshdmag.ir  
چاپ و توزیع: شرکت افست  
صندوق پستی امور مشترکین: ۱۵۸۷۵/۳۳۳۱  
تلفن امور مشترکین: ۸۸۸۶۷۳۰۸ - ۰۲۱



عکس آرشیبوی، مربوط به قبل از شیوع بیماری کرونا است.

### قابل توجه نویسندگان و مترجمان:

- مقاله‌هایی که برای درج در مجله می‌فرستید، باید با اهداف و رویکردهای آموزشی- تربیتی و فرهنگی این مجله مرتبط باشند و نباید قبلاً در جای دیگری چاپ شده باشند.
- مقاله‌های ترجمه شده باید با متن اصلی هم‌خوانی داشته باشند و متن اصلی نیز همراه آن‌ها باشد. چنانچه مقاله را خلاصه می‌کنید، این موضوع را قید بفرمایید. ● مقاله یک خط در میان، بر یک روی کاغذ و با خط خوانا نوشته یا تایپ شود. مقاله‌ها می‌توانند با نرم‌افزار «ورد» و روی «الوح فشرده» و یا از طریق پیام‌نگار مجله ارسال شوند. ● نثر مقاله باید روان و از نظر دستور زبان فارسی درست باشد و در انتخاب واژه‌های علمی و فنی دقت لازم مبذول شود. ● محل قراردادن جدول‌ها، شکل‌ها و عکس‌ها در متن مشخص شود. ● مقاله باید دارای چکیده باشد و در آن هدف‌ها و پیام نوشتار در چند سطر تنظیم شود. ● کلمات حاوی مفاهیم نمایه (کلید واژه‌ها) از متن استخراج و روی صفحه‌ی جداگانه نوشته شوند. ● مقاله باید دارای تیتراژ اصلی، تیتراژ فرعی در متن و سوتیتر باشد. ● معرفی‌نامه‌ی کوتاهی از نویسندگان یا مترجم، عناوین و آثار وی پیوست شود. ● لازم به ذکر است مجله در رد، قبول، ویرایش و تلخیص مقاله‌های رسیده مختار است. ● مقالات دریافتی بازگردانده نمی‌شود. ● آرای مندرج در مقاله ضرورتاً مبین رأی و نظر مسئولان مجله نیست. ● علاوه بر این نکات، ضروری است به نکات مهم‌تری که در صفحه‌ی ۴۶ درج شده، توجه فرمایید.



# آموزگاران متشکریم



اصغر ندیری

## آموزگاران در زمان شیوع کرونا

همچنان که پیش‌تر می‌رویم و هم‌زمان با برقراری آموزش مجازی و تعطیلی موقت کلاس‌ها، می‌بینیم آموزگاران کوشا و نوآراز قافله عقب‌نمانده و در کنار برنامه‌های شبکه‌ی شاد، برای خود برنامه‌ی آموزش فعال راه انداخته‌اند از جمله:

با برنامه‌های مدرسه‌ی تلویزیونی همراه شده‌اند. به منظور استفاده‌ی مناسب از زمان، از روش‌های یادگیری معکوس و ظرفیت تلویزیونی استفاده می‌کنند، یا در مواقع نیاز به خانواده‌ها اعلام می‌کنند که برای مثال تدریس درسی خاص و بررسی تکالیف و تمرین را در بستر شاد انجام می‌دهند، یا برعکس، از مدل تدریس در شبکه‌ی شاد و کلاس حضوری برای رفع تکلیف و اشکالات استفاده می‌کنند. این تنوع زیرساخت‌ها و ترکیب آن‌ها، آموزش و یادگیری را ماندگار می‌کند.

خانواده‌ها نیز انتظارات خود را متناسب با الگوی یادگیری آموزگار تنظیم می‌کنند. در این شکل و به واسطه این مدل از یادگیری، آموزگار با تنظیم مناسب برنامه‌ی خود می‌تواند از زمان در دسترس به نحو بهینه استفاده کند.

بدین ترتیب، آموزگاران مادر شرایط خاص جوهره‌ی خود را نشان می‌دهند و از جمله در شرایط کرونایی کارکردهای آموزشی خود را با توجه به اوضاع رصد می‌کنند و نسبت به گذشته آن را تغییر می‌دهند و به‌روزرسانی می‌کنند. آنان در تولید محتوای آموزشی در این ایام خوش‌درخشیدند. در این وضعیت، خلاقیت، نوآوری آموزشی و مسئولیت‌پذیری این گروه به ظهور رسید.

آموزش مجازی شاید با همه‌ی نواقص، فرصت‌هایی جدید پیش روی آموزگاران، دانش‌آموزان و خانواده‌ها قرار داده است. از جمله‌ی این چالش‌ها می‌توان به نداشتن دسترسی همه‌ی دانش‌آموزان به امکانات فناوری و پیامدهای روحی آن برای این دسته و نبود امکان حمایت برخی از خانواده‌ها به دلیل نمایان شدن بیش از پیش نابرابری شرایط دانش‌آموزان اشاره کرد و شاید این سوی منفی کار باعث شود ما از مسئول آموزش بودن به مسئول یادگیری شدن تغییر نگرش دهیم و طبعاً برای آن دسته از دانش‌آموزان که یادگیری برایشان به شکل مطلوب محقق نشده است، طرح داشته باشیم.

بنابراین، آموزگاران می‌توانند با ارائه‌ی راهکارهای بهینه و عملی برای این رویه، همراهان خود را در رفع مشکلات و چالش‌های موجود یاری کنند. کوشش فرهنگیان برای ارائه‌ی آموزش‌ها در این شرایط سخت، از همت بالای آن‌ها در عرصه‌ی تعلیم و تربیت حکایت دارد و آن‌ها همواره تلاش دارند از این آزمایش سربلند بیرون بیایند.





دقیق‌ترین تقویم جهان است. اکنون این تقویم در کشورهای افغانستان و ایران تقویم رسمی است. در ایران با تصویب مجلس شورای ملی وقت، در ۱۱ فروردین ۱۳۰۴، گاه‌شماری هجری شمسی به‌عنوان تقویم رسمی کشور معرفی شد.

لحظه‌ی تحویل سال با عبور خورشید از نقطه‌ی اعتدال بهاری مقارن است. این لحظه که اول برج حمل است، نوروز نامیده می‌شود و همیشه بر روز اول بهار منطبق است.

تقویم هجری شمسی تنها تقویم متداول در جهان است که علاوه بر کیسه‌های چهارساله، کیسه‌ی پنج‌ساله نیز دارد. وجود کیسه‌های پنج‌ساله، انطباق دائمی و دقیق‌تر تقویم هجری شمسی با فصل‌های طبیعی را سبب می‌شود.

اما امسال آخرین سال قرن ۱۴ شمسی نیست و به گفته‌ی اهل فن، امسال نود و نهمین سال قرن است و سال ۱۴۰۰ آخرین سال قرن ۱۴ محسوب می‌شود. بنابراین، سده‌ی نواز سال ۱۴۰۱ آغاز خواهد شد. این تاریخ‌گذاری به‌صورت قراردادی است و با توجه به اینکه سال صفر نداریم، تقویم‌ها، مخصوصاً هجری شمسی، از ۱/۱/۱ (قرن اول) شروع می‌شود و صد سال بعد ۱۰۱/۱/۱ است. با تیریک سال نو و پیشاپیش قرن نو به آموزگاران و همکارانمان، از آن‌ها می‌پرسیم برای سده‌ی جدید چه برنامه‌هایی داریم و روی چه محورهایی باید بیندیشیم؟



احاطه‌ی نویسنده بر لغت بیشتر باشد، قدرت او در ادای مفاهیم و معانی بیشتر خواهد شد، چه، وسعت دامنه‌ی تعبيرات، با اندازه‌ی تسلط نویسنده بر واژه‌ها ارتباط زیادی دارد.»

### ویژگی‌های نوشته‌ی خوب

۱. نثر ساده و روان باشد. یعنی روشن و به ادبیات امروزی بیان شود.
۲. قواعد درست نویسی را رعایت کند. از قواعد دستور زبان استفاده‌ی درست کرده باشد.
۳. پویا و بانشاط باشد و خواننده را خسته نکند.
۴. آموزنده باشد. یعنی مفاهیم تازه‌ای را به خواننده انتقال دهد.
۵. اقتصاد کلام داشته باشد. یعنی در به‌کارگیری کلمات معتدل باشد.
۶. ساختار مناسب داشته باشد. یعنی اجزای نوشته در لفظ و معنا ساختار و هماهنگی داشته باشند.
۷. نویسنده به نوشته‌ی خود اعتقاد داشته باشد.

### تقویم

دوستان! با رسیدن به سال ۱۴۰۰ سوالی پیش می‌آید که آیا امسال آخرین سال قرن ۱۴ شمسی است یا نه؟ توضیح زیر شاید بتواند در این زمینه روشن‌گر باشد.

تقویم روشی برای نگه‌داشتن حساب روزها و مجموعه قواعدی است که بتوان شرح و قیاسی را به ترتیب زمانی و گاه‌شماری بر آن مبنا بنا نهاد. مبنای تقویم هجری شمسی (خورشیدی) مانند گاه‌شماری هجری قمری، هجرت پیامبر اسلام (ص) از مکه به مدینه در تاریخ ۲۴ تیرماه سال ۱ هجری خورشیدی (۱۶ ژوئیه ۶۲۲ میلادی) است. این گاه‌شماری از ۳۶۵ روز در قالب ۱۲ ماه تشکیل شده و

دوره‌ی ابتدایی دوره‌ای سرنوشت‌ساز در زندگی انسان است؛ دستگاه تعلیم و تربیت ما باید به طرف مهارت‌هایی برود که در حال و آینده‌ی زندگی کودکان ما تأثیرگذار باشند. از این رو، تقویت مهارت‌های چهارگانه‌ی زبانی که شامل نوشتن، خواندن، صحبت کردن و گوش کردن است و تلفیق آن با سه مهارت پایه‌ی جرئت‌ورزی، مسئولیت‌پذیری و ادب، که سرمایه‌های زندگی انسان هستند، می‌تواند تحولی شگفت‌به وجود آورد.

### نوشتن و نویسندگی

نوشتن یک ضرورت است. پیامبر اسلام (ص) فرمود: «علم را با نوشتن حفظ کنید». در ایران پیش از اسلام، به‌ویژه در عصر ساسانیان، خط و نوشتن چنان از عرصه‌ی جامعه به دور بود که یک کفشگر ثروتمند - چنان‌که در شاهنامه‌ی فردوسی شاهد مثل آن آمده است - حاضر بود بخش اعظم ثروت خود را به انوشیروان بدهد تا فرزندش اجازة‌ی سوادآموزی بیابد. در روزگار ما عبارت «آموختن برای زیستن» به شعاری همگانی بدل شده است. نویسندگان بزرگ با آفرینش آثار ماندگار، بذره‌های امید به حیات و زیستن آگاهانه را در دل انسان‌ها می‌افکنند و موجب تعالی جامعه می‌شوند. نوشتن به همراه خواندن، سخن گفتن و گوش دادن، از ارکان چهارگانه‌ی آموزش زبان است. نوشتن، بیان درست اندیشه با استفاده از نشانه‌های قراردادی الفباست. نویسندگی، هم از راه خواندن انجام می‌گیرد و هم از راه نوشتن.

مجتبی مینوی، از استادان رشته‌ی ادبیات فارسی و نویسنده‌ای پرتلاش، می‌گوید: «هر قدر



# خودش به سرش کلاه گذاشت

## پای صحبت فاطمه دانشور، آموزگار پایه‌ی اول

معصومه حبیب‌پور

■ خانم دانشور از سوابق تحصیلی و شغلی تان بفرمایید.

در حال حاضر آموزگار پایه‌ی اول مدرسه‌ی ابتدایی سادات در منطقه‌ی ۱۲ تهران هستم. حدود ۲۵ سال سابقه‌ی کار در آموزش و پرورش دارم که بیش از ۱۹ سال آن به صورت رسمی و به تدریس در دوره‌ی ابتدایی سپری شده است. نزدیک به پنج سال نیز به صورت حق التدریس، به عنوان مربی امور تربیتی فعالیت کرده‌ام. با مدرک تحصیلی کارشناسی آموزش ابتدایی، در ابتدای کار نیز به مدت یک سال در نهضت سوادآموزی تدریس می‌کردم.

■ بفرمایید در تدریس پایه‌ی اول با چه مشکلاتی مواجه هستید؟

اصلی‌ترین مشکل در تدریس ریاضی و فارسی در پایه‌ی اول ابتدایی، در شرایط فعلی، نبود امکان حضور دانش‌آموزان در کلاس و مجازی شدن آموزش است. در این سن، حضور فیزیکی، در یادگیری مفاهیم کمک فراوانی به دانش‌آموزان می‌کند. با توجه به اینکه دانش‌آموزان پایه‌ی اول ابتدایی با فضای

با اینکه کرونا بسیاری از ساختارهای اساسی زندگی ما را تحت تأثیر خود قرار داد، اما از منظری نتوانست همه‌ی فعالیت‌ها را زمین گیر کند. در این میان، آموزگاران در رویارویی با این مشکل دست از کار نکشیدند و از طریق ابزارهای فضای مجازی و با همت خود، فرایند آموزش و کلاس‌ها را به داخل خانه‌ها بردند و از تعطیلی دور کردند. در زمینه‌ی اهمیت آموزش بر خط برای دانش‌آموزان پایه‌ی اول ابتدایی، با فاطمه دانشور، آموزگار دبستان سادات منطقه‌ی ۱۲ تهران گفت‌وگویی ترتیب دادیم که نظر شما را به آن جلب می‌کنیم.



در ابتدای سال تحصیلی، با توجه به اینکه برخی اولیا با آموزش مجازی آشنایی کامل نداشتند، محدودیت‌هایی وجود داشت؛ به خصوص شرایط در پایه‌ی اول ابتدایی سخت‌تر است. در سال‌های اخیر، نظام آموزشی تغییرات بسیاری داشته است و آموزش‌های تکمیلی به کتاب‌ها اضافه شده‌اند. خود این تغییرات نیز نسبت به دوره‌ی گذشته مشکلاتی ایجاد کرده‌اند.

### ■ آیا اداره برای همکاری که با فناوری و تدریس آنلاین آشنایی ندارند، کلاس آموزشی گذاشته است؟

متأسفانه هیچ کلاسی در این باره برگزار نشده است. از طرف دیگر، امکانات مناسب نیز برای تدریس مجازی در اختیار آموزگاران قرار نگرفته است؛ امکاناتی مثل اینترنت رایگان به اندازه‌ی کافی، و تجهیزات الکترونیکی مورد نیاز فیلم‌برداری. در حال حاضر آموزگاران از وسایل شخصی برای تدریس و انجام امور دانش‌آموزان استفاده می‌کنند.

کلیپ‌های زیبایی که دانش‌آموزان می‌فرستند، بسیار جالب و برای ادامه‌ی شوق‌انگیز جریان یاددهی-یادگیری مؤثر است. به‌طور مثال، در آموزش درس آ اول، یکی از دانش‌آموزان نمایش بازی و فیلم آن را فرستاده است. در این نمایش، او خودش کلاه سرش کرده است که آ اول باشد و آ غیر اول نیز خواهرش است. هر دو با هم شعر می‌خوانند. این فیلم بسیار لذت‌بخش است. از طرف دیگر، میزان توجه خانواده به آموزش فرزندان و ایجاد محیطی پرنشاط بین فرزندان را برابرم بسیار خاطره‌انگیز کرد.

به‌طور کلی، زبان شیرین بچه‌ها و دیدن تصویرها و شنیدن صدای آن‌ها از نکات امیدبخش در فرایند کاری ماست.

سخت است، چرا که در این روش ارتباط آموزگار و دانش‌آموز تنها از طریق فیلم و صدا صورت می‌گیرد و درک شرایط واقعی دانش‌آموز در این حالت بسیار دشوار است. از طرف دیگر، ارزیابی رفتارهای اجتماعی و اخلاقی و شناخت شخصیت دانش‌آموز بسیار مشکل است.

### ■ اگر برای تدریس در فضای مجازی، از کسی کمک گرفته‌اید یا تجربه‌ای دارید، بفرمایید.

طبیعی است، تغییر رویکرد آموزش از حضوری به مجازی نیازمند به‌روزرسانی اطلاعات و افزایش توانایی آموزگاران بود. از سال گذشته، در همین راستا با مطالعه و یادگیری روش‌های گوناگون تدریس مجازی و با استفاده از نرم‌افزارهای مناسب، سعی کردم این تغییر خللی در آموزش دانش‌آموزان ایجاد نکند. در این راستا از منابع استاندارد و بعد نیز از پژوهش‌ها استفاده‌ی فراوان کردم.

### ■ پیش آمده است دانش‌آموزی در درسی کمک بخواهد و نیاز باشد از نزدیک تدریس کنید؟

با توجه به مشکلات به‌وجود آمده در دوران شیوع ویروس کرونا و شرایط متفاوت آموزش، در صورتی که دانش‌آموزی نیاز داشته باشد، برای بهبود شرایطش، با او همکاری می‌شود و برنامه‌ی آموزشی متناسب با شرایط خودش در اختیارش قرار می‌گیرد. این برنامه ممکن است به‌صورت آموزش حضوری یا ایجاد ارتباط تصویری مستقیم یا سایر روش‌ها باشد. در نهایت، هدف تمام آموزگاران، یادگیری مناسب در انتهای یک سال آموزشی است و در این راه از هیچ کاری دریغ نخواهند کرد.

### ■ آیا همه‌ی دانش‌آموزان شما گوشه‌ی هوشمند دارند؟

خوشبختانه در کلاس بنده تمام دانش‌آموزان گوشه‌ی هوشمند دارند. البته مواردی هم داشته‌ایم که در این خصوص مشکلاتی به وجود آمده باشد.

### ■ نظر و عکس‌العمل اولیا در رابطه با آموزش مجازی و اینکه درگیر آموزش شده‌اند، چیست؟ با آن‌ها چگونه و در چه حد در ارتباط هستید؟



مدرسه و کلاس آشنایی ندارند، آموزش آن‌ها در یک ماه اول بسیار مشکل است. برای مثال، دست‌گرفتن مداد برای بسیاری از دانش‌آموزان سخت است. بسیاری از آن‌ها سال قبل نیز به کلاس پیش‌دبستانی نرفته‌اند و این در آموزش پایه‌ی اول ابتدایی مشکلاتی ایجاد می‌کند. همچنین، تدریس لوحه‌ها، نشانه‌ها و حروف الفبا نیز حتماً باید به‌صورت حضوری صورت گیرد، چرا که در آموزش هر نشانه، برای درک مناسب مطلب، آن نشانه باید دست‌کم یک روز کامل آموزشی و به‌طور مداوم تکرار شود. البته با تمام این مشکلات، با همکاری خیلی خوب اولیا، معمولاً مسائل برطرف می‌شوند. در آموزش ریاضی نیز به همین شکل باید حتماً برای دانش‌آموزان از وسایل کمک‌آموزشی استفاده شود و این هم در شرایط فعلی نیازمند همکاری مناسب اولیاست.

### ■ آیا ارزشیابی توصیفی در فضای آموزش مجازی امکان‌پذیر است. چرا؟ در تدریس مجازی، ارزشیابی توصیفی بسیار

# خطر در روبرو!

## اشتباهات انگیزشی در تربیت

■ ابراهیم اصلانی  
روانشناس تربیتی

در این شماره از مقاله‌های «اشتباهات انگیزشی در تربیت»، نویسنده چند موضوع را مطرح کرده است. هدف عمده در این نکات، یادآوری خطاهای دانشی و نگرشی والدین و مربیان است. گاهی تصور می‌کنیم کاری برای انگیزش مؤثر است، اما از ابعاد و تبعات منفی آن غافل می‌مانیم. ساده‌انگاری در انگیزش اقدامات و نتایجی در پی دارد که اهداف اصیل تربیت را مخدوش می‌کند. بنابراین، تلاش انگیزشی خوب است، اما نه با هر روشی و به هر قیمتی!

### کلیدواژه‌ها: انگیزش، هدف، موفقیت

#### انگیزش فقط وسیله نیست

انگیزش، به‌طور معمول، وسیله یا ابزاری تلقی می‌شود که کودکان و نوجوانان را به یادگیری و انجام فعالیت‌های موردنظر ترغیب می‌کند. برای همین، در خانه و مدرسه دنبال ابزارهایی می‌گردیم که انگیزه را برای تلاش و جدیت تقویت کنند.

از نظر پرورشی، انگیزش هم هدف است و هم وسیله. به‌عنوان هدف، ما از دانش‌آموزان می‌خواهیم نسبت به موضوع‌های گوناگون علمی و اجتماعی

علاقه کسب کنند. تمام برنامه‌های درسی که در آن‌ها فعالیت‌های مربوط به جنبه‌های عاطفی وجود دارند، هدف‌های انگیزشی هستند. به‌عنوان وسیله، انگیزش یک پیش‌نیاز یادگیری به حساب می‌آید و تأثیر آن بر یادگیری کاملاً آشکار است. اگر دانش‌آموزان نسبت به درس علاقه‌مند باشند، به توضیحات آموزگار با دقت گوش خواهند داد، تکالیف درسی خود را با جدیت انجام خواهند داد، به دنبال کسب اطلاعات بیشتری در زمینه‌ی مطلب درسی خواهند رفت و پیشرفت زیادی نصیب آن‌ها خواهد شد (سیف، ۱۳۹۸). در خانه هم از فرزندان می‌خواهیم برای امور گوناگون زندگی شوق و علاقه داشته باشند و به‌طور کلی با انگیزه باشند. از طرف دیگر، هر کاری را با انگیزه‌ی بالایی انجام دهند تا به نتیجه‌ی مطلوب برسند. مثلاً اگر قرار است زبان دوم یاد بگیرند، وسیله‌ای را تعمیر کنند، کتابی بخوانند و در کاری کمک کنند، آن را با جدیت و علاقه انجام دهند. گاهی آن‌قدر وسیله بودن انگیزش اهمیت می‌یابد که از هدف بودن آن غفلت می‌شود. شوره، اشتیاق و علاقه برای کل زندگی و تلقی زندگی به‌عنوان یک موهبت و فرصت، هدف بسیار مهمی است. تلاش برای ایجاد انگیزه‌ی موفقیت در موضوعاتی که آن‌ها را مهم تلقی می‌کنیم، مانند درس خواندن، هدف اصلی زندگی را تحت الشعاع قرار می‌دهد.

#### انگیزش نباید با ساده‌انگاری همراه باشد

انگیزش هم آسان است و هم سخت. آسان است برای کسانی که آن را در روش‌های معمول مانند تشویق کلامی و جایزه و پاداش خلاصه می‌کنند و سخت است برای کسانی که می‌خواهند متناسب با مبانی و اصول تربیت عمل کنند. انگیزش زمانی که با دانش و تسلط تربیتی همراه باشد، می‌تواند با کیفیت بهتر و اطمینان بیشتر به کار رود. والدین، معلمان و مربیان می‌توانند به درک درستی از مفاهیم و آموزه‌های تربیتی برسند، در مورد انگیزش هم دقت و ظرافت و حوصله به خرج می‌دهند. این گروه، در





مورد انگیزش، به یافته‌های نظری و عملی اهمیت می‌دهند و نه فقط به انگیزش فرزندان و دانش‌آموزان، بلکه به انگیزش خودشان هم به‌همی دهند و برای آن وقت صرف می‌کنند.

ضعف در دانش تربیتی، روزمرگی و اکتفا به تجربه‌های راکد و کلیشه‌ای، می‌تواند در درس‌ساز باشد و پیشبرد برنامه‌های انگیزشی خانه و مدرسه را مختل کند. توقف در روش‌های انگیزشی کلیشه‌ای و اصرار در کاربرد روش‌های رایج مانند، جایزه، پاداش، مقایسه، رقابت، اجبار و تأکید بر عوامل بیرونی، از اثربخشی انگیزش می‌کاهند. در این وضعیت، والدین و معلمان به جای یافتن ضعف‌ها و خطاهای خود، به انواع تحلیل‌ها و بهانه‌ها توسل می‌جویند.

بنابراین، باید زاویه‌ی نگاه را عوض کنیم. انگیزش نباید دچار ساده‌انگاری و سهل‌انگاری شود. اصولاً کسانی که ضعف دانش تربیتی دارند، باید انگیزش را هم کاری سخت تلقی کنند. ارزیابی این موضوع نباید کار دشواری باشد. وقتی

اقدامات انگیزشی جواب نمی‌دهند، معنایش این است که ضعف‌هایی وجود دارند.

### انگیزش ترغیب به تکروی نیست

اگرچه محصول انگیزش در فرد دیده می‌شود، اما انگیزش کارکرد جمعی هم دارد. گاهی یک فرد جمعی را به حرکت درمی‌آورد و زمانی هم جمع، به فرد انگیزه می‌دهد تا کاری بکند. در فوتبال، دیده‌ایم که گاهی افزوده‌شدن یک بازیکن به تیم، روحیه و بازی تیم را دگرگون کرده و عامل موفقیت تیم شده است. گاهی هم بازیکن به تیمی می‌رود که به اصطلاح در آن جا می‌افتد. بازیکنی که در تیم دیگر جایگاهی نداشت و موفق نبود، در تیم جدید، با بقیه‌ی بازیکنان به هم فهمی و هماهنگی تیمی می‌رسد و برای خودش و تیم موفقیت می‌آفریند.

پس، یک خطر انگیزشی جایی است که انگیزش را بیش از اندازه فردی ببینیم و روی انگیزه‌های فردی تمرکز داشته باشیم. والدینی که دائم در گوش

فرزندشان می‌خوانند او می‌تواند از همه جلو بزند، او بهترین است، هیچ‌کس نمی‌تواند مثل او باشد، موفقیت او مهم‌تر از هر چیزی است، زیاد به فکر دیگران نباشد، فقط به منفعت خودش فکر کند و... روحیه‌ای را ایجاد می‌کنند که به تکروی و در مراحل بعد به خودخواهی و چه‌بسا خودشیفتگی منجر می‌شود. عوامل مدرسه هم ممکن است به دلایلی، از جمله برای رسیدن به توفیق‌ها و پیروزی‌هایی که نام مدرسه را مطرح و معروف می‌کنند، روی دانش‌آموزانی که مستعد موفقیت در زمینه‌ای خاص هستند، بیشتر سرمایه‌گذاری کنند. اگر در مدرسه روحیه‌ی موفقیت فردی، برتری‌جویی و پیشی گرفتن از بقیه ترغیب شود، آنچه قابل پیش‌بینی است، فضایی آکنده از چشم و هم‌چشمی، رودرویی و مقابله است. می‌گویند گرگ‌ها زمانی که گرسنه هستند، هنگام خواب، روبه‌روی هم و با چشمان باز می‌خوابند. آن‌ها از همدیگر و اینکه توسط هم‌گله‌ای‌ها خورده شوند، می‌ترسند!

انگیزش فردی لازم است، اما زمانی که انگیزش فقط مبتنی بر تکروی باشد، با اصول تربیت تناقض پیدا می‌کند. همان‌طور که زندگی جنبه‌های فردی و اجتماعی دارد، انگیزش هم بر پایه‌ی فرد و گروه استوار است. حتی زمانی که به فکر انگیزش فردی هستیم، نباید نتیجه به تقابل و برتری‌جویی برسد. از مثالی فوتبالی استفاده کنیم. کدام بهتر است: بازیکنی را با روش‌های انگیزشی تحریک کنیم تا از هم‌تیمی‌هایش بهتر بازی کند یا بازیکن را ترغیب کنیم با بازی خوب، در خدمت تیم باشد؟

انگیزش تکروی نیست، بلکه مستلزم کار گروهی و مشارکت است. اصولاً موفقیت در جمع و همراه با گروه، باید لذت بیشتری از موفقیت تکی و فردی داشته باشد. اگر کسی از موفقیت فردی بیشتر از موفقیت گروهی لذت می‌برد، باید دید در تربیت عاطفی و اخلاقی او چه کاستی‌هایی وجود داشته است!



# غفلت نکنیم

## تربیت اخلاقی از نگاه کارکردگرایان

دکتر فریبرز بیات

تربیت اجتماعی یکی از مهم‌ترین اهداف و وظایف نظام‌های تعلیم و تربیت در همه‌ی ادوار تاریخ بوده است. از آنجا که دوره‌ی ابتدایی دوران شکل‌گیری شخصیت اجتماعی و اخلاقی کودک است، رویکرد اصلی بسیاری از نظام‌های تعلیم و تربیت در این دوره، تربیت اجتماعی و اخلاقی است. با وجود این، به نظر می‌رسد در نظام تعلیم و تربیت ایران رویکرد آموزش دانش در اولویت است و تربیت اجتماعی مورد غفلت و کم‌توجهی واقع شده است. به نوعی که می‌توان گفت نظام تعلیم و تربیت در ایران تک‌ساحتی است و آموزش بدون پرورش و تربیت اجتماعی را دنبال می‌کند. این مجموعه مقالات تلاش می‌کند چرایی این موضوع را بررسی کند. در این مقاله دیدگاه‌های تربیتی مرتن به عنوان یکی از مهم‌ترین چهره‌های جامعه‌شناسی کارکردگرایان بررسی می‌شوند.

کلیدواژه‌ها: جامعه‌شناسی تربیت، دیدگاه مرتن

### تربیت اخلاقی از نگاه مرتن

مرتن<sup>۱</sup> جامعه‌پذیری را فرایندی می‌داند که طی آن افراد ارزش‌ها، هنجارها، دانش و مهارت لازم را برای زیست در یک اجتماع به دست می‌آورند (بیرچر، ۲۰۱۲). این تعریف از تربیت اجتماعی و اخلاقی در دیدگاه مرتن ریشه در تلقی او نسبت به جامعه دارد. مرتن جامعه را ترکیب پیچیده‌ای از عناصر ساختاری، به ویژه فرهنگ و ساختارهای اجتماعی می‌داند که در تعامل و هماهنگی با یکدیگر و محیط و با ایفای کارکردهای مربوط به خود، امکان تطابق و تعادل نظام اجتماعی و سازگاری افراد با محیط خویش را فراهم می‌کنند (عبداللهی، ۱۳۸۱: ۱۳۷). از نظر مرتن، ساختار فرهنگی به عنوان یکی از عناصر اصلی سازنده‌ی جامعه، مجموعه‌ی سازمان‌یافته‌ای از ارزش‌ها و هنجارهای مشترک حاکم بر رفتار عموم اعضای جامعه یا گروهی مشخص است. او کارکرد ساختار فرهنگی را تولید نظام ارزش‌ها، یعنی خوبی و بدی، و درست و غلط می‌داند. همچنین معتقد است، ساختار فرهنگی اهداف مشروع یک جامعه را تعیین می‌کند.

ساختار اجتماعی به عنوان دومین عنصر سازنده‌ی جامعه از دیدگاه مرتن، مجموعه‌ی سازمان‌یافته‌ای از روابط متقابل اجتماعی است که در آن هر یک از اعضای جامعه یا گروه به اشکال گوناگون به هم پیوسته‌اند. او کارکرد ساختار اجتماعی را تولید نظام‌های هنجاری یعنی باید و نبایدهایی می‌داند که راه‌های مشروع رسیدن به اهداف فرهنگی و ارزشی را مشخص می‌کنند. ساختار اجتماعی از نظر مرتن شامل ساختار اجتماعی کلان چون نظام طبقاتی، سیاسی، محیط اجتماعی و الگوهای روابط شخص با شخص است که در آن افراد مستقیم با هم رویارو هستند (گروترز، ۱۳۸۳: ۱۲۴-۱۲۲). مرتن نیز چون پارسونز به ساختار فرهنگی و ارزش‌ها جایگاه رفیع‌تری می‌بخشد و آن‌ها را تعیین‌کننده‌ی ساختار اجتماعی می‌داند. بر مبنای چنین برداشتی از جامعه و تعامل ساختار فرهنگی و اجتماعی، مرتن اخلاق را ترکیب پیچیده‌ای از ارزش‌ها، هنجارها و الگوهایی می‌داند که بین اعضای یک جامعه مشترک است و نوع کنش‌های آن‌ها را مشخص می‌کند. مرتن تعادل و نظم اجتماعی و اخلاقی جامعه را در هماهنگی ارزش‌ها و اهداف با راه‌های وصول به آن‌ها، یعنی هنجارها، علاقه‌ها، پایگاه‌ها، نقش‌ها و به ویژه جامعه‌پذیری مناسب می‌داند. در نقطه‌ی مقابل بی‌سازمانی اجتماعی و رفتار نابهنجار اجتماعی و اخلاقی رانتهیجه‌ی تعارض بین اهداف و ارزش‌های فرهنگی با ساختارهای اجتماعی تحقق آن‌ها و نیز نابرابری در فرصت‌های



است مستقل از یکدیگر تغییر کنند و این امر گاهی اوقات منجر به ناهماهنگی می‌شود. از این دیدگاه، دو نوع گسستگی قطبی را می‌توان مشخص کرد: یکی اینکه ممکن است فشاری سنگین و گاهی استثنایی بر ارزش هدف‌های ویژه وارد آید که همواره با توجه اندک به ابزار نهادی شده‌ی مجاز برای تلاش در جهت رسیدن به آن هدف‌ها همراه باشد. این وضعیت گونه‌ای «فرهنگ آشفته» را به وجود می‌آورد. از سوی دیگر، نوع دوم گسستگی قطبی هنگامی روی می‌دهد که فعالیت‌ها را از اصل به صورت وسیله بپنداریم و بعد به اعمال مستقلمی تبدیل شوند که اهداف بعدی ندارند. در چنین شرایطی، هم‌نوایی محض به خودی خود ارزش اصلی می‌شود. مرتن می‌گوید: «بین این دو حد‌نهایی جوامعی قرار دارند که تعادل کلی بین توجه به هدف‌های فرهنگی و اعمال نهادی شده را حفظ می‌کنند و این وضعیت در جوامع در حال تحول، ثبات نسبی و هماهنگی ایجاد می‌کند. (کوزر، ۱۳۷۸: ۴۵۵-۴۵۴)»

### سازگاری اجتماعی مرتن

بر همین اساس، او سنخ‌شناسی پنج‌گانه‌ای را در مورد چگونگی سازگاری اهداف و ارزش‌های فرهنگی و وسایل نهادی شده‌ی تحقق آن‌ها، به شکل ۱ مطرح می‌کند:

شکل ۱. روش‌های سازگاری اجتماعی از نگاه مرتن

شیوه‌ی سازگاری	اهداف فرهنگی	ابزار نهادی شده
۱. هم‌نوایی	+	+
۲. نوآوری	+	-
۳. مناسک‌گرایی	-	+
۴. انزواگرایی	-	-
۵. طغیان	+	-

۱. **هم‌نوایی:** وضعیتی است که اهداف فرهنگی و وسایل نهادی با هم سازگار و هماهنگ هستند. به تعبیر دیگر، ساختارهای فرهنگی و اجتماعی وظایف و کارکردهای خود را به درستی انجام داده‌اند. در چنین شرایطی، اعضای جامعه به راحتی اهداف و وسایل نهادی را می‌پذیرند و با اهداف و نظم هنجاری مسلط سازگاری و هم‌نوایی دارند (مرتن، ۱۹۶۸: ۱۹۵).

دسترسی به وسایل مشروع تحقق ارزش‌های اجتماعی می‌داند. در همین زمینه او می‌گوید: «فرضیه‌ی اصلی من این است که رفتار نابهنجار از دید جامعه‌شناسی نشانه‌ی از هم گسیختگی بین آرزوهای معین فرهنگی و شیوه‌های ساختاری شده‌ی اجتماعی برای رسیدن به این آرزوهاست» (کوزر، ۱۳۷۸: ۴۳۴). در واقع مرتن معتقد است، ناهنجاری، بی‌هنجاری و بحران اخلاقی نه در ماهیت فرد و روان‌شناسی او که در فشارهای جامعه ریشه دارد. در شرح نظریه‌ی فشار ساختاری جامعه به عنوان علت اصلی ناهنجاری و بی‌هنجاری، مرتن به دو عنصر اساسی که در عین تفکیک از نظر تجزیه و تحلیل، به‌طور عمیق با یکدیگر در آمیخته‌اند اشاره می‌کند: اهداف و وسایل. در میان عناصر گوناگون ساختارهای اجتماعی و فرهنگی، دو مورد آن اهمیت بیشتری دارند. نخستین عنصر شامل هدف‌ها، منظورها و علاقه‌هایی است که به وسیله‌ی فرهنگ جامعه تعریف و تعیین می‌شوند و به صورت هدف‌های مشروع برای هم‌هی اعضای جامعه یا بخش‌هایی از آن درآمده‌اند. هدف‌های متداول که میزان حساسیت و اهمیت آن‌ها متفاوت است، در بردارنده‌ی چارچوب مرجع آرمانی هستند. یعنی اموری هستند که «ارزش تلاش کردن» دارند. عنصر دوم ساختاری، شیوه‌های پذیرفتنی رسیدن به این هدف‌ها را تعیین، تنظیم و نظارت می‌کند. هر گروهی ناگزیر است هدف‌های فرهنگی خود را با مقرراتی منطبق کند که در نظام رسوم اخلاقی ریشه دارد. این مقررات بیانگر راه و روش‌های مجاز حرکت به سوی هدف‌ها هستند (کوزر، ۱۳۷۸: ۴۳۲). به تعبیر دیگر می‌توان گفت، اهداف بیشتر بر مجموعه‌ای متشکل از ارزش‌های اخلاقی، یعنی خوب‌ها و بد‌ها و قواعد هنجاری ناظرند که بر رفتار افراد یک اجتماع یا گروه حاکم و بین آن‌ها مشترک است. اما وسایل مجموعه‌ای سازمان‌یافته از روابط متقابل اجتماعی شامل گروه‌های عضویت، گروه‌های مرجع، پایگاه‌ها، نقش‌ها و ساختارهای فرصتی هستند که امکانات، قواعد و راه‌های رسیدن به اهداف را مشخص می‌کنند (گروثرز، ۱۳۸۳: ۱۳۵). هر گونه ابهام، تعارض، تضاد و ناهماهنگی بین اهداف، ارزش‌ها و وسایل می‌تواند به بحران اخلاقی یا بی‌هنجاری بینجامد. به تعبیر دیگر، بحران اخلاقی می‌تواند به دلیل تعارض در هدف‌ها، تعارض در وسایل و راه‌ها، تعارض هدف‌ها با وسایل یا تعارض هر دوی آن‌ها با واقعیات باشد. مرتن در مقاله‌ی «ساختار اجتماعی و بی‌هنجاری» می‌نویسد: هنجارها و هدف‌ها ممکن

آگاهی دارند، اما ضرورتاً علت آن‌ها را نمی‌دانند. آن‌ها که منشأ این وضعیت را در ساختار اجتماعی می‌یابند، ممکن است با این ساختار بیگانه شوند و تمایل به شورش پیدا کنند. اما دیگران که اکثر اعضای جامعه هستند، ممکن است بیشتر مشکلات خود را به منابع مرموز و کمتر جامعه‌شناختی نسبت دهند. در چنین وضعیتی، مردم به عرفان و بخت و اقبال گرایش پیدا می‌کنند» (مرتین، ۱۹۴۹: ۱۴۹-۱۴۸).

### عوامل بی‌هنجاری

در مورد علل و عواملی که به بی‌هنجاری منجر می‌شوند، مرتین در کنار تعارض اهداف و ارزش‌های فرهنگی با وسایل اجتماعی تحقق آن‌ها و نظام فرصت‌های نابرابر، به «جامعه‌پذیری ناقص» به عنوان یکی از علت‌های بحران اخلاقی و ناهنجاری‌های اجتماعی اشاره می‌کند. از دیدگاه مرتین، لازمه‌ی درونی کردن اهداف، ارزش‌ها و وسایل نهادی شده‌ی تحقق آن‌ها، کارکرد درست نهادهایی است که مسئولیت جامعه‌پذیری اعضای جامعه را بر عهده دارند. اما چنین نهادهایی لزوماً همه کارکرد مثبت مورد انتظار و هماهنگ را ندارند و حتی بعضاً دچار کارکرد منفی یا کارکردی هستند؛ به طوری که به جای ایجاد هم‌نوایی با اهداف و ارزش‌های موجود، افراد را ناهم‌نوایی کنند. با چنین درک و دریافتی، مرتین از مفهوم «اجماع اخلاقی» مورد نظر دورکیم و پارسونز فاصله می‌گیرد و تضاد و تعارض ارزشی و هنجاری را واقعیتی اجتماعی تلقی می‌کند. در همین زمینه کیویستو می‌گوید: «مرتین نظریه‌ی دورکیم را اواریونه کرده است. در نظر مرتین، به جای اینکه فرد به روبرو شدن با هنجارهای اجتماعی حاضر و آماده‌ی بیرونی و اداری شود و به اصطلاح خود را به طور کامل در معرض انقیاد قرار دهد، باید جهت‌گیری‌های خود را در میان هنجارهای متناقض و ناسازگار متعدد بیابد» این تلقی از تعارض، به نوعی بنیاد نظریه‌ی آنومی، فشار هنجاری و کج‌روی مرتین را تشکیل می‌دهد.

پی نوشت‌ها:

1. Robert k.merton 2. conformity 3. Innovation
4. Ritualism 5. Retreatism 6. Rebellion

منابع:

۱. آرون، ریمون (۱۳۷۰). مراحل اساسی اندیشه در جامعه‌شناسی. ترجمه‌ی باقری‌رهام. آموزش انقلاب اسلامی، تهران، ۱۲. احمدی، حبیب (۱۳۸۴). جامعه‌شناسی انحرافات. انتشارات سمت، تهران، ۳. چلبی، مسعود (۱۳۸۵). جامعه‌شناسی نظم: تشریح و تحلیل نظری نظم اجتماعی. چاپ اول، نشر نی، تهران، ۴. رفیع پور، فرامرز (۱۳۸۷). آنومی یا آشفتگی اجتماعی پژوهشی در زمینه‌ی پتانسیل آنومی در شهر تهران انتشارات سروش، تهران، ۵. شیخاوندی، داور (۱۳۸۴). جامعه‌شناسی انحرافات و مسائل جامعه‌ی ایران. نشر قطره، تهران، ۶. عبداللهی، محمد (۱۳۸۱). یادمان رابرت کیننگ مرتین. مجله‌ی جامعه‌شناسی ایران، دوره‌ی چهارم، شماره‌ی ۲، ۷. کوزر، لوئیس؛ روزنبرگ، برنارد (۱۳۷۸). نظریه‌های بنیادی جامعه‌شناختی، ترجمه‌ی فرهنگ ارشد، نشر نی، تهران، ۸. کیویستو، پیتر (۱۳۸۶). اندیشه‌های بنیادین در جامعه‌شناسی. ترجمه‌ی منوچهر صوری‌نشر نی، تهران، ۹. گروترز، چارلز (۱۳۸۳). جامعه‌شناسی مرتین. ترجمه‌ی زهره کسای، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ۱۰. گیدنز، آنتونی (۱۳۷۹). جامعه‌شناسی، منوچهر صوری، نشر نی، تهران، ۱۱. کولدور، آلون (۱۳۸۳). بحران در جامعه‌شناسی غرب‌ترجمه‌ی فریدممتاز شرکت‌های انتشار، تهران.



فرهنگی و وسایل نهادی شده‌ی تحقق آن‌ها را رد کرده‌اند و در مقابل اهداف و وسایل دیگری به جای آن‌ها مطرح شده‌اند (مرتین، ۱۹۶۸: ۲۱۰). این وضعیت از شکست ساختارهای فرهنگی و اجتماعی در ایجاد اهداف و وسایل نهادی مصوب و مشروع حکایت دارد. در چنین وضعیتی، افراد بانفی اهداف و وسایل نهادی شده و نظم هنجاری موجود، نظمی جدید مبتنی بر اهداف، ارزش‌ها و وسایل جدید مطرح می‌کنند که نوعی انقلاب علیه وضع موجود محسوب می‌شود. البته مرتین به دلیل گرایش محافظه‌کارانه‌ی خود، از آن به عنوان طغیان یا شورش نام می‌برد، در حالی که شورش معمولاً نفی وضع موجود بدون هدف و طرح برنامه‌ی جایگزین است.

بدین ترتیب، شاید بتوان «بی‌هنجاری» را به مثابه‌ی نقض هنجارها و هدف‌های فرهنگی و ناتوانایی اجتماعی اعضای گروه در جهت عمل کردن مطابق آن‌ها و هنجارها و هنجارها دانست (کوزر، ۱۳۷۸: ۴۵۵).

به طور کلی، هر نوع ابهام و شک و تردید جامعه و گروه‌های اجتماعی نسبت به اهداف و ارزش‌های فرهنگی یا وسایل نهادی شده‌ی تحقق آن‌ها از منظر مرتین می‌تواند جامعه را دچار وضعیت بحرانی و آنومیک کند (شیخاوندی، ۱۳۸۴: ۷۳). اما از بین گونه‌های بی‌هنجاری و بحران اخلاقی، توجه اصلی مرتین به وضعیت جوامعی معطوف است که بر هدف‌های ویژه و معین تأکید بیشتری دارند، بدون آنکه به راه‌ها و وسایل تحقق آن اهداف توجه کنند. مرتین در مورد پیامدهای چنین وضعیتی معتقد است: قربانیان تناقض بین توصیه‌های فرهنگی برای فزون‌خواهی‌های مادی و موانع اجتماعی برای کسب امکانات کافی، همیشه از منابع ساختاری آرزوهای بی‌پایه‌ی خود آگاهی ندارند. بی‌تردید آن‌ها خود از تعارض بین ارزش‌های فردی و پاداش‌های اجتماعی

۲. **نوآوری:** وضعیتی است که تأکیدات فرهنگی روی اهداف بسیار زیاد است، اما به وسایل نهادی تحقق آن‌ها توجه چندانی نمی‌شود. به عبارت دیگر، ساختار فرهنگی وظیفه‌ی خود را به خوبی انجام داده، اما ساختار اجتماعی در ایجاد راه‌ها و وسایل لازم برای تحقق اهداف مذکور چندان موفق نبوده است. چرا که فقط گروه محدودی از طریق راه‌های مشروع می‌توانند به اهداف مورد نظر برسند. در چنین شرایطی، به دلیل ارزشمندی دستیابی به اهداف فرهنگی، گروه قابل توجهی از اعضای جامعه تحت نوعی فشار قرار می‌گیرند تا از هر وسیله‌ای، حتی غیرمجاز، برای رسیدن به اهداف مورد نظر استفاده کنند (مرتین، ۱۹۶۸: ۱۹۸).

۳. **مناسک‌گرایی:** وضعیتی است که تأکید بیشتر روی وسایل نهادی است تا اهداف. به تعبیر دیگر، فعالیت و کنش‌ها همه وسیله تلقی می‌شوند و نقش ابزاری دارند و هدف خاصی را دنبال نمی‌کنند. در چنین شرایطی، افراد وسایل را به نوعی هدف تلقی می‌کنند (مرتین، ۱۹۶۸: ۲۰۶؛ گیدنز، ۱۳۸۷: ۱۶۰).

۴. **انزوا:** این وضعیت از نبود توفیق و کارکرد نامناسب هر دو ساختار فرهنگی و اجتماعی حکایت می‌کند، اما از آنجا که اهداف و وسایل جایگزین و مطلوب نیز در دسترس جامعه نیستند، برخی افراد سرخورده و ناامید از زندگی اجتماعی، انزوا و گوشه‌گیری یا عزلت پیشه می‌کنند (رفیع پور، ۱۳۸۷: ۲۳) و حتی ممکن است برای فرار از واقعیت‌های نامطلوب جامعه که چاره‌ای هم برای آن نمی‌بینند، به دنیای وهم و خیال پناه ببرند. احساس شکست، سکوت و کناره‌گیری سه شکل شناخته‌شده از واکنش افراد در برابر چنین وضعیتی هستند (مرتین، ۱۹۶۸: ۲۰۷).

۵. **طغیان:** وضعیتی است که اعضای جامعه، اهداف

# حالت پرواز



دکتر سید حشمت‌الله مرتضوی زاده  
عضو هیئت علمی دانشگاه فرهنگیان

نویسنده خاطره‌ای را بازگو کرده است تا یاد کردی از تغییرات ناگهانی در فضای تعلیم و تربیت باشد. توجه به این نکته که روزی تلفن همراه مغل کلاسی و زمانی یاری‌گر جریان یاددهی - یادگیری است.

با دانشجویان ترم اول رشته‌ی آموزش ابتدایی درس اصول و مبانی آموزش و پرورش داشتیم. تعدادی از آن‌ها فقط با در دست داشتن تلفن همراه، برخی دیگر کیف و عده‌ای کمی هم خودکار و دفتر به کلاس آمده بودند. در جلسه‌ی اول با خط بزرگ روی تخته نوشتیم: اگر می‌خواهید معلم حرفه‌ای شوید، چهار چیز شامل زبان، زمان، افکار و تلفن همراه را مدیریت کنید. بعد هم درباره‌ی هر کدام دلایل خود را بیان کردم. یکی از دانشجویان از جای خود بلند شد و گفت: برای ما خانم‌ها کمی سخت است کمتر حرف بزیم و چون زیاد حرف می‌زنیم، مدیریت زمان هم برایشان مشکل است. از طرف دیگر، ما هر لحظه درباره‌ی هر چیزی فکر می‌کنیم، و تجسس و قضاوت می‌کنیم. کنترل افکار هم سخت است. نکته‌ی آخر هم اینکه اکثر ما به تلفن همراه وابسته‌ایم.

گفتم: وابستگی به تلفن همراه یعنی داشتن فویبای تلفن همراه (ترس از دست دادن، خاموش کردن و جدا کردن).

گفت: سعی می‌کنیم حداقل در این کلاس، زبان، زمان و افکار را کنترل کنیم، اما جدا کردن تلفن همراه از محالات است. مگر مادیرستانی هستیم که تلفن همراه به کلاس نیاوریم یا آن را خاموش کنیم!

گفتم: اگر تلفن همراه روشن باشد و روی میز یا دست شما باشد، نمی‌توانید در کلاس تمرکز داشته باشید و فعالیت‌های یاددهی - یادگیری اثربخشی لازم را نخواهد داشت. پس سعی کنید تلفن همراه را در کلاس خاموش کنید و خارج از دید خود قرار دهید.

این شد که تلفن‌های همراه را مخفی کردند. برخی هم درون کیف‌ها گذاشتند. البته در کیف را به سمت خودشان باز می‌گذاشتند و در فرصت مناسب با تلفن‌هایشان کار می‌کردند.

این موضوع ذهنم را مشغول کرد. به این فکر می‌کردم که چگونه آن‌ها را متوجه کنم روشن بودن تلفن همراه در کلاس مانع یادگیری است؟ از آنجا که تهدید، تغییر رفتار موقتی است، راه‌های مختلفی را از ذهن گذراندم. می‌خواستم کاری کنم خودشان به این نتیجه برسند که خاموش بودن تلفن همراه در کلاس برای یادگیری ضروری است. در یکی از جلسات، به دو نفر از دانشجویان گفتم: وقتی وارد کلاس شدم، دستتان را زیر میز بیدو مدام با سایر دانشجویان تماس بگیرید. وارد کلاس شدم. گوشی خود را روی میز گذاشتم. به دانشجویان هم گفتم: امروز

همه تلفن‌های همراه خود را از حالت سکوت خارج کنید و روی میز بگذارید. هر کسی هم دوست دارد، وارد شبکه‌های مجازی شود. اگر کسی زنگ زد، جواب دهید. هر چه اصرار کردم، قبول نکردند. باور نمی‌کردند. می‌گفتند: می‌خواهید ما را امتحان کنید. با جدیت گفتم: تلفن‌های همراهمان را روی میز بگذارید.

چند دقیقه‌ای از تدریس گذشته بود که به دو دانشجویی که با آن‌ها هماهنگ کرده بودم، اشاره کردم. دست‌های خود را زیر میز بردند و به بقیه زنگ زدند. سر و صدای گوشی‌ها بلند شد. گوشی هر کدام زنگ می‌خورد، فوراً آن را خاموش می‌کردند. وقتی گوشی خودم زنگ خورد، آن را برداشتم و با صدای بلند جواب دادم. کمی گفت و گو را کش دادم. گوشی را روی میز گذاشتم و تدریس را ادامه دادم. منتظر باز خورد دانشجویان بودم. سر و صدای آن‌ها فضای کلاس را پر کرده بود. از این وضع ناراضی بودند. تدریس را قطع کردم و روی صندلی نشستیم. بدون اینکه چیزی بگویم، حدود دو دقیقه به آن‌ها زل زدم. با تبسم گفتم: امروز کلاس خوبی داشتیم. همین که جمله‌ام تمام شد، برخی از دانشجویان با حالت خشم، اعتراض خود را نسبت به روشن بودن تلفن همراه اعلام کردند. یکی از آن‌ها گفت: اتفاقاً این جلسه بدترین جلسه‌ی ما بود. چیزی یاد نگرفتیم. اعصابمان خرد شد.

با حالت تعجب گفتم: چه شد؟ چرا یاد نگرفتید؟

گفت: روشن بودن تلفن‌های همراه و زنگ خوردن آن‌ها سبب شد به درس توجه نکنیم. منتظر این باز خورد بودم. خیلی خوشحال شدم. گفتم: هدف من این بود که متوجه شوید روشن بودن تلفن همراه در کلاس سبب اختلال در فرایند یاددهی - یادگیری می‌شود. خیلی خوب است. من که جلسه‌ی اول تأکید کرده بودم تلفن‌های همراه را خاموش کنید!

گفتند: از این جلسه به بعد تلفن همراه به کلاس نمی‌آوریم، چون فهمیدیم آوردن آن به کلاس مانع تمرکز و یادگیری ماست.



# روشن ساختن کلاس

## آزمایش هایی از فصل نور برای تمام علوم



احمد رضا اعرابی

در گفتارهای قبلی، برای هر یک از کتاب های علوم دبستان مطالبی را بیان کردیم. در این مقالات برآنیم آزمایش هایی را بررسی کنیم که تا حد زیادی چندین کتاب را پوشش دهند تا همکاران گرامی، با انجام آن ها در کلاس، افق جدیدی را برای دانش آموزان باز کنند. امید که مطلوب واقع شود.

در کتاب پایه ی اول، درس با بحث سایه ها آغاز می شود. کودک فرامی گیرد سایه ها چگونه شکل می گیرند و چگونه تغییر می کنند. به شکل ۱ توجه کنید که از کتاب درسی پایه ی اول به امانت گرفته شده است.

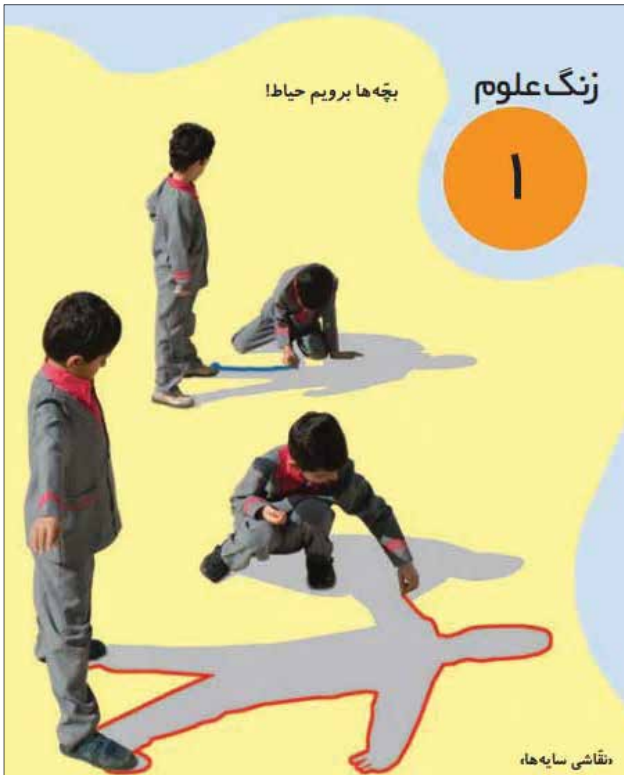
در این آزمایش دانش آموز تا حدودی از رابطه ی بین چشمه ی نورانی و جسم آگاهی می یابد. در پایه ی دوم، کتاب پارافراتر گذاشته به رابطه ی دقیق تر شکل سایه و جسم می پردازد. گرچه در مورد گردش زمین گفت و گو می کند، ولی آموزگار می تواند آن را تعمیم دهد و در مورد تمامی مبحث نور صحبت کند. به شکل ۲ خوب دقت کنید.

در علوم پایه ی سوم، کتاب وارد تدریس نور می شود و درس آینه ها و بازتاب را شروع می کند. گرچه مبحث بازتابش نور است، ولی نمی توان از چشمه های نور و چگونگی ایجاد تصویر و حتی سایه چشم پوشید. در شکل ۳ فرایند دیدن برای دانش آموز توضیح داده شده است.

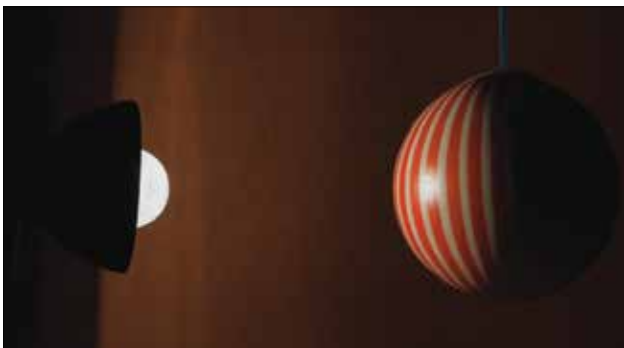
در علوم پایه ی چهارم کتاب به طور مستقیم مبحث مدارهای الکتریکی را آموزش می دهد و حتی درباره ی لامپ های موازی و متوالی برای دانش آموزان صحبت می کند.

### اتصالات مدار ساده ی الکتریکی

چنانچه مشاهده کردید، چهار کتاب علوم به طور مستقیم یا غیر مستقیم به یک مدار ساده الکتریکی یا نور حاصل از آن اشاره کرده اند. در ادامه آزمایشی را طراحی خواهیم کرد



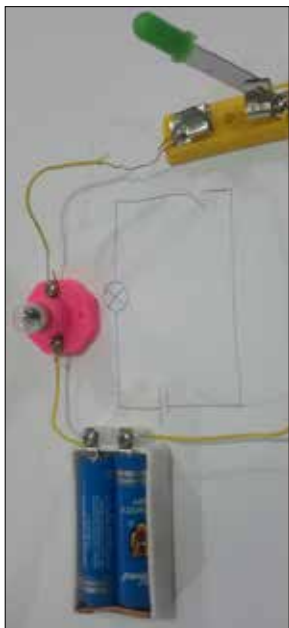
شکل ۱



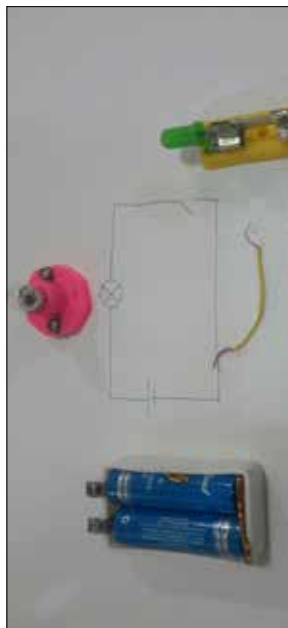
شکل ۲



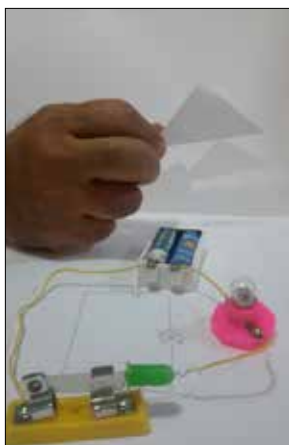
شکل ۳



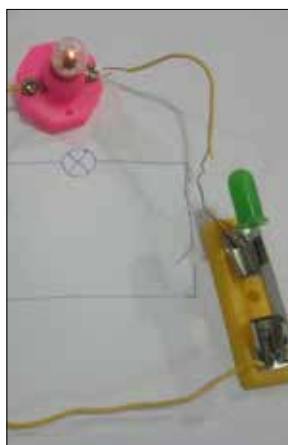
شکل ۵



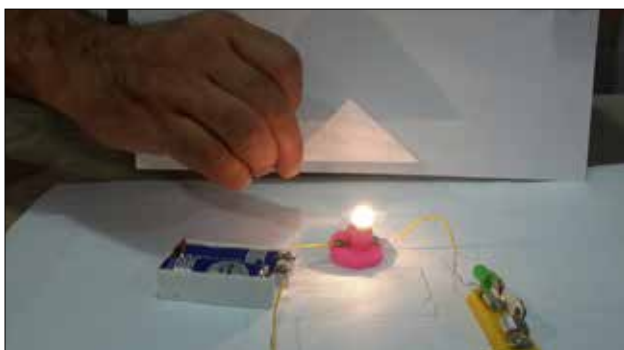
شکل ۴



شکل ۷



شکل ۶



شکل ۸

که از این مدار الکتریکی به عنوان یک منبع نورانی استفاده می‌کنند و در کنار آن، چگونگی تولید سایه می‌شود. برای این آزمایش به وسایل نشان داده شده در شکل ۵ نیاز داریم.

### باتری، لامپ، کلید و مقداری سیم

در پایه‌های اول و دوم می‌توان لوازم را در اختیار کودک قرار داد و از آن‌ها پرسید با این وسایل چگونه می‌توانید نور تولید کنید. برای این ورزش فکری تشویقی نیز در نظر بگیرید. این کار فرصت یادگیری بهتری را در اختیار کودکان قرار می‌دهد. این بسیار مهم است که جواب آخر را هیچ‌گاه سریع در اختیار آنان قرار ندهید.

اکنون در کنار دانش‌آموزان قرار می‌گیریم و سعی می‌کنیم با آزمون و خطا و به کمک این مجموعه لوازم، نور تولید کنیم. مداری مانند شکل ۶ ایجاد می‌کنیم.

### مدار ساده‌ی الکتریکی برای تولید نور

بهتر است مدار الکتریکی را روی کاغذ رسم کنیم تا دانش‌آموزان از همان ابتدا با علائم الکتریکی هم آشنا شوند. از نزدیک دیده‌ام، حتی برای دانش‌آموزان دوره‌ی دبیرستان هم این کار چقدر هیجان‌انگیز است! اجازه دهید دانش‌آموزان کلید مدار را ببندند و لامپ را روشن کنند. تصویر شماره‌ی ۷ نتیجه‌ی این کار جالب را نمایش می‌دهد.

### بستن کلید و روشن شدن لامپ

در این مرحله، هنر‌نمایی دبیر محترم آغاز می‌شود. یک کاغذ آ ۴ را بردارید، گوشه‌ی آن را به صورت مثلثی کوچک ببرید و جدا کنید. مثلث بریده شده را جلوی لامپ بگیرید و بقیه‌ی کاغذ آ ۴ را در پشت آن نگه دارید. توجه دانش‌آموزان را به شکل سایه‌ی ایجاد شده روی کاغذ آ ۴ جلب و شروع به پرسش کنید (شکل ۸). چرا هم شکل سایه و هم جسم، مثلث است؟ چرا اندازه‌ی سایه بزرگ‌تر است؟ آیا می‌توان آزمایش را طوری انجام داد که سایه کوچک‌تر شود؟ و...

### ایجاد سایه با منبع نورانی و جسم

فکر نکنید این آزمایش تمام شده است و سؤالات معلم پایان یافته است. معلم شروع می‌کند به حرکت دادن مثلث و دانش‌آموزان در کمال تعجب مشاهده می‌کنند که اندازه‌ی سایه تغییر می‌کند. این خودش می‌تواند یک فعالیت جداگانه باشد. اکنون معلم، به جای مثلث، یک مربع کاغذی را که از قبل تهیه کرده است روی میز قرار می‌دهد و می‌پرسد، اگر این مربع را جلوی لامپ بگیریم، برای سایه چه اتفاقی خواهد افتاد؟ فکر می‌کنید با این لوازم چه مفاهیم دیگری را می‌توان به دانش‌آموزان آموخت؟

## رفتار درست با خواهر یا برادر کم توان یا ناتوان را به دانش آموزان بیاموزیم

# او فقط خوب نمی تواند...

مهدتاب خسروشاهی

تا درباره‌ی حسشان برای شما بگویید. معمولاً کودکان در سال‌های نخست دبستان در شناخت حس خود ناتوان هستند. بنابراین، شما تک‌به‌تک حس‌ها را بیان کنید. به احساس خشم، ترس، اضطراب، خجالت و ترحم اشاره کنید و بگذارید دانش آموز با کمک شما حس خود را بشناسد. آن وقت می‌توانید برای برطرف شدن حس ناخوشایند مورد نظر با او صحبت کنید.

**گام سوم، تحقیق برگزار کنید:** با شناسایی موارد، در یک تحقیق فوق برنامه‌ی کلاسی، از بچه‌ها بخواهید درباره‌ی معلولیت جسمی یا ذهنی مورد نظر تحقیق کنند. سپس درباره‌ی آن بیماری با بچه‌ها صحبت کنید و یافته‌هایشان را بشنوید. به این ترتیب، همه‌ی دانش آموزان و دانش آموز دارای خواهر یا برادر معلول، درباره‌ی بیماری و شیوه‌ی درست برخورد با این افراد بیشتر خواهند دانست.

**گام چهارم، به آن‌ها بازی بیاموزید:** بچه‌ها باید بتوانند با خواهر یا برادر خود ارتباط برقرار کنند. از آنجا که برقراری این ارتباط آسان نیست، باید از راهکارهای ویژه کمک گرفت. یکی از این راهکارها بازی است. با اطلاع از نوع معلولیت خواهر یا برادر دانش آموزتان، بازی‌ها و سرگرمی‌های مرتبط به آن بیماری را پیدا کنید و به شکل عمومی آن‌ها را در کلاس آموزش دهید. به این ترتیب، دانش آموز شما می‌تواند با خواهر یا برادر معلول خود ارتباط بهتری داشته باشد.

**گام پنجم، درباره‌ی موارد خاص بگویید:** هر نوع معلولیتی، مشکلات مرتبط به خود را دارد؛ از مشکل در خوردن و تکلم تا بی‌اختیاری ادراری. وقتی بچه‌ها از مشکلات مرتبط با

بچه‌ها، از آنجا که بچه هستند، ظرفیت رویارویی با بسیاری از ناملايمات زندگی را ندارند. به ویژه اگر مشکل مورد نظر، به شکلی باعث خجالت آن‌ها شود. به همین دلیل هم دست به پنهان کاری می‌زنند. داشتن خواهر یا برادر کم توان یا ناتوان جسمی یا ذهنی، یکی از همین موارد است. به این معنی که کودکان نمی‌توانند این موضوع را هضم کنند و با آن رویه‌رو شوند. اما آموزش می‌تواند اول اضطراب و نگرانی آن‌ها را از بابت داشتن خواهر یا برادر کم توان یا ناتوان جسمی یا ذهنی را برطرف کند و دوم اینکه زمینه‌ساز آموزش رفتار درست با فرد کم توان یا ناتوان باشد.

### کلیدواژه‌ها: کم توان، ناتوان جسمی و ذهنی

**گام اول، آگاهی دهید:** بچه‌ها ممکن است درباره‌ی افراد کم توان یا ناتوان جسمی یا ذهنی از هم‌سالان خود داستان‌های متعددی بشنوند. برای مثال، این افراد دیوانه‌اند. در واقع، کم نیستند خانواده‌هایی که باورهای خرافی را به فرزندانشان هم منتقل می‌کنند. بنابراین، نخستین گام، صحبت کردن درباره‌ی این باورهای نادرست و آموزش درست درباره‌ی آن‌هاست. به بچه‌ها با زبان ساده توضیح دهید که بیشترین دلیل تولد افرادی با کم توانی یا ناتوانی جسمی و حرکتی مشکلات ژنتیکی هستند.

**گام دوم، فرد به فرد صحبت کنید:** شاید در کلاس شما یک یا چند دانش آموز خواهر یا برادر معلول داشته باشند. بنابراین، کار سختی نیست که با تک‌تک آن‌ها به شکل خصوصی صحبت کنید



می‌برد. در واقع، او دیگر از رویارویی یا آگاهی دیگر دانش‌آموزان با خواهر یا برادر معلولش، نگران و شرم‌منده نخواهد بود.

**گام نهم، داشتن خلوت‌های دوست‌داشتنی را به آن‌ها بیاموزید:** به دانش‌آموزان یاد بدهید که چطور می‌توانند به خواهر یا برادر ناتوان یا کم‌توان خود به‌درستی کمک کنند. برای مثال، به آن‌ها یاد بدهید با هم عکس بگیرند. زمانی که او را به دکتر می‌برند، همراه والدین بروند. زمانی که فرصت دارند، حتماً بازی‌های دو نفری انجام دهند. اگر می‌توانند همراه والدین به خواهر یا برادرشان کمک کنند. با او حرف بزنند. برای روز تولد او هدیه بخرند و... این برخوردها کمک می‌کنند رفتار دانش‌آموز با برادر یا خواهر معلول خود، درسی باشد و بسیاری از مشکلات پیش نیایند.

### گاهی فقط با او

در این بخش روی صحبت مافقط با والدین است. در واقع شما باید به والدین دانش‌آموزی که برادر یا خواهر معلول دارد، یادآوری کنید فرزند دیگرشان ممکن است به دلیل توجه خاص آن‌ها به فرزند معلول، دچار حس حسادت، خشم، اضطراب، بی‌پناهی و ترس شود. بنابراین، لازم است حداقل یک روز در هفته فرزند کم‌توان یا ناتوان خود را به یکی از اقوام بسپارید یا برای او پرستار بگیرید و تمام‌روز را با فرزند دیگرتان باشید. گاهی در خانواده‌های دارای فرزند معلول، توجه به فرزند سالم کاملاً فراموش می‌شود و این رفتار، اگرچه ناخودآگاه است، نتایج خوبی به دنبال ندارد.

### آموزش در مدرسه

والدین هم به آموزش نیاز دارند. شرایطی فراهم کنید که روان‌شناس کودکان استثنایی و پزشک را به مدرسه دعوت کنید. این دو هر هفته درباره‌ی یکی از کم‌توانان یا ناتوانانی‌هایی ذهنی یا جسمی، بسته به نوعی که بین دیگر فرزندان والدین دانش‌آموزان وجود دارد، صحبت کنند. به این ترتیب، همراه اطلاعات و آموزش‌هایی که به دانش‌آموزان می‌دهید، والدین آن‌ها هم از آموزش‌های لازم و درست برخوردار خواهند شد. معرفی کتاب، فیلم یا دیگر کارگاه‌های آموزشی نیز می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشد.

هر بیماری آگاه شوند، اول اینکه فرد معلول را تمسخر نمی‌کنند و دوم اینکه با آگاهی می‌توانند در مراقبت از خواهر یا برادر معلولشان به فرد مورد نظر یا حتی پدر و مادر خود کمک کنند. سوم اینکه تفکر استثنا قائل شدن برای خواهر یا برادر از سوی والدین، دیگر آن‌ها را آزار نخواهد داد. بنابراین، با اطلاع از مشکلات هر نوع کم‌توانی یا ناتوانی جسمی یا حرکتی و آموزش آن‌ها به دانش‌آموزان، به رفتار بهتر آن‌ها کمک کنید.

### گام ششم، کمک‌های اولیه

**را یاد دهید:** هر اختلالی با محدودیت‌هایی روبه‌روست. همین محدودیت‌ها می‌توانند زمینه‌ساز ایجاد خطر برای فرد کم‌توان یا ناتوان جسمی یا ذهنی باشند. برای مثال، اختلال در خوردن، زمینه‌ساز خفگی کودکان مبتلا به معلولیت است. درباره‌ی این موارد، بسته به نوع معلولیت موجود در میان خواهر یا برادر دانش‌آموزانتان، اطلاع کسب کنید و آن‌ها را در کلاس به هم‌همی دانش‌آموزان یاد دهید. به این ترتیب آن‌ها می‌توانند آگاهانه‌تر و با دقت بیشتر مراقب خواهر یا برادر معلول خود باشند.

### گام هفتم، یادشان بدهید که حسادت طبیعی

است: در سن کم، بچه‌ها به خوبی متوجه دلیل توجه والدین به خواهر یا برادرشان نمی‌شوند. بنابراین، غالباً دچار حس حسادت یا حتی تنفر نسبت به خواهر یا برادر معلول خود می‌شوند. درباره‌ی این حس صحبت کنید و توضیح دهید دلیل توجه و مراقبت ویژه‌ی والدین از خواهر یا برادر آن‌ها چیست.

### گام هشتم، او را به مدرسه بیاورید:

برای آنکه حس خجالت، ترس، اضطراب و بسیاری از حس‌های ناخوشایند دانش‌آموز شما از بین برود، پس از آموزش‌های لازم، با پدر و مادر دانش‌آموز خود هماهنگ کنید تا یک روز همراه فرزند معلول و سالم خود به مدرسه بیاید. برخورد درست شما با کودک معلول، هم رفتار درست را به دیگر دانش‌آموزان یاد می‌دهد و هم احساس ناخوشایند دانش‌آموز دارای خواهر یا برادر معلول را از بین



# خواب و بیداری

## پیامدهای فضای مجازی



دکتر حسین اسکندری

اگرچه جمع‌بندی نتایج پژوهشی مربوط به تأثیرات فضای مجازی و اینترنت کار دشواری است، اما کلیات یافته‌های پژوهشی را می‌توان به شکل‌های مختلف تقسیم‌بندی کرد. برای نمونه، مؤسسه‌ی DQ و در گزارش پارک (۲۰۱۹) پیامدهای نامطلوب استفاده‌ی مفرط از صفحات نمایشگر برای کودکان را در دو بخش «آنی» و «آنی» تقسیم‌بندی می‌کند: پیامدهای آنی: نمرات پایین، سلامتی کمتر، شادمانی کمتر، تنهایی بیشتر، افسردگی بیشتر، خشونت و مشکلات خانوادگی بیشتر. پیامدهای آنی: بهزیستی پایین‌تر، آمادگی شغلی کم‌تر، فرصت‌های اقتصادی کمتر.

### کلیدواژه‌ها: فضای مجازی، تغییرات ذهنی، رسانه‌های ارتباطی

تقسیم‌بندی‌های دیگری می‌توان تحت عنوان‌های کلی زیر در تأثیر فضای مجازی نام برد:

#### ۱. تغییرات رفتاری: خواب کمتر، خواندن کمتر و روابط اجتماعی ضعیف‌تر

مطالعات بسیاری نشان داده‌اند، تماشای بیش از حد صفحه‌ی نمایشگر، اثرات جانبی زیادی در پی دارد. کودکانی که به وسایل دیجیتال خود وابستگی بیشتری دارند، کیفیت و کمیت خوابشان هم کمتر است (Woods & Scott, ۲۰۱۶).

به‌ویژه، هنگامی که کودکان در اتاق خواب به فناوری‌هایی مانند تلویزیون یا تلفن همراه دسترسی دارند، به دلیل تمایل بیش از حد در استفاده از چنین فناوری‌هایی، فعالیت‌های مهمی مانند خواندن و خوابیدن کم‌رنگ می‌شوند. (Gentile, Berch, Choo, Khoo, & Walsh, ۲۰۱۷) تحقیقات نشان داده‌اند، تماشای بیش از سه

درگیر ایده‌های خودکشی و ۱۶۰ درصد بیشتر در معرض اقدام به خودکشی قرار دارند. (Gómez-Guadix, Orue, Smith & Calvete, ۲۰۱۳) علاوه بر این، افزایش پرخاشگری به‌طور کلی و تمایلات پرخاشگرانه در نتیجه‌ی غوطه‌وری در بازی‌های ویدئویی خشن و رسانه‌های خشونت‌آمیز، صرف‌نظر از سن، گزارش شده‌است. (Bushman, Gollwitzer & Cruz, ۲۰۱۵)

#### ۳. نتایج: نمرات پایین‌تر، سلامت کمتر، شادی کمتر

این تغییرات باعث می‌شوند کودکان امتیاز یا نمرات پایین‌تری کسب کنند، سلامت کمتری داشته باشند و شادی کمتری را تجربه کنند. بسیاری از مطالعات نشان می‌دهند، صرف وقت بیش از حد روی صفحه‌ی نمایشگر، به خواندن کمتر و پیشرفت تحصیلی پایین‌تر منجر می‌شود. (Rosen, Carrier, Miller, Rokkum, & Ruiz, ۲۰۱۶) و (Rosen, Whaling, Rab, Carrier & Cheever, ۲۰۱۳) علاوه بر این، استفاده‌ی زیاد از شبکه‌های اجتماعی، به‌طور کلی با تجربه‌های تحصیلی ضعیف همراه است که با عادات نامناسب خواب و دیگر عوامل مرتبط، ارتباط دارد. (Vernon, Barber, & Modecki, ۲۰۱۵)

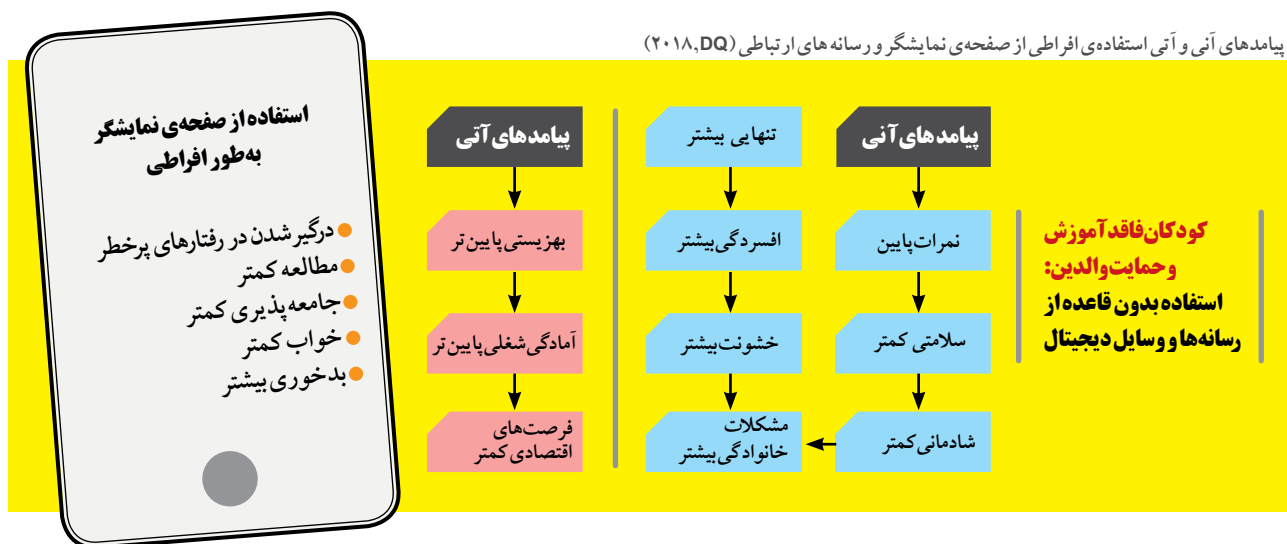
ساعت صفحه‌ی نمایشگر در روز، مانع از پیشرفت مهارت‌های اجتماعی در کودکان می‌شود. با این حال، ما شاهد روند فزاینده‌ای هستیم که در آن ارتباطات رایانه‌ای و اینترنتی جایگزین تعاملات چهره‌به‌چهره می‌شوند (Ali, ۲۰۱۶).

#### ۲. تغییرات ذهنی: تنهایی، افسردگی و پرخاشگری بیشتر

هنگامی که کودکان خواب کمی دارند، سلامت جسمی و روحی آن‌ها تحت تأثیر قرار می‌گیرد. خواب بد کودک با عزت‌نفس پایین و همچنین افزایش افسردگی و اضطراب همراه است (Woods, & Scott, ۲۰۱۶). محققان دریافته‌اند، کودکانی که از رسانه‌های اجتماعی بیشتر استفاده می‌کنند، در برقراری روابط اجتماعی تجربه‌ی کمتری دارند و سرمایه‌های اجتماعی کمتری نیز به‌دست می‌آورند. (Burke, Marlow, & Lento, ۲۰۱۰) هنگامی که کودکان سعی می‌کنند از طریق رسانه‌های اجتماعی تصویر محور به دنبال تأیید هم‌سالان باشند، احتمالاً پیام‌های دوستی سطحی دریافت می‌کنند و این به ظرفیت آن‌ها برای ایجاد پیوندهای محکم با دوستانشان آسیب می‌رساند. (Bergman, Fearington, Davenport, & Bergman, ۲۰۱۱) علاوه بر این، علائم بالینی مربوط به خودشیفتگی و اختلال شخصیت هیستریونیک را می‌توان در آن‌ها پیش‌بینی کرد. (Rosen, Whaling, Rab, Carrier & Cheever, ۲۰۱۳)

اگر کودکان در معرض زورگویی سایبری یا سایر خطرات سایبری قرار بگیرند، این اوضاع بدتر می‌شود. ارتباط معنی‌داری بین زورگویی سایبری، مورد آزار و اذیت قرارگرفتن سایبری از یک سو و افسردگی و خودکشی از سوی دیگر وجود دارد. (Van Geel, Vedder & Tanilon, ۲۰۱۴) قربانیان زورگویی، به‌ویژه مستعد افسردگی و در بسیاری موارد مستعد افکار خودکشی هستند. مطالعات نشان داده‌اند، قربانیان زورگویی سایبری ۱۲۰ درصد بیشتر





به کاهش نمرات دانش‌آموزان منتهی می‌شود. این در حالی است که بعد از شیوع ویروس کرونا این معادله به هم خورده و بلکه معکوس شده است. به گونه‌ای که اگر شاگردان از صفحات نمایشگر استفاده نکنند، نمره‌ای در کار نخواهد بود. با درک الزام پدیدآمده، نباید دیگر پیامدهای نامطلوب روان‌شناختی، خانوادگی و اجتماعی را به فراموشی سپرد. وظایف والدین در این زمان و زمینه بیش از پیش است. آن‌ها با دشواری‌های جدیدی روبه‌رو شده‌اند. از سوی دیگر، برخی آموزگاران ممکن است آمادگی لازم را برای ورود به فضای جدید نداشته باشند و دانش‌آموزان را، بدون آنکه واقعاً ضرورت داشته باشد، پای صفحات نمایشگر نگه‌دارند.

منبع:  
DQ(2018)

اکنون هم و غم خانواده‌های بیشتر معطوف این است که دانش‌آموزان از کاروان درس و مشق عقب‌نمانند. در این شرایط، توجه به آسیب‌های جسمی و روانی در اولویت دوم قرار گرفته است. همان‌طور که در شکل دیده می‌شود، استفاده‌ی مفرط از صفحات نمایشگر،

مطالعات نشان داده‌اند، وقتی دانشجویان بیشتر با تلفن همراه خود در رسانه‌های اجتماعی مشغول فعالیت هستند، میانگین نمرات آن‌ها پایین می‌آید. (Al-Menayes, ۲۰۱۴)

همچنین، مطالعاتی در خصوص اثرات نامطلوب تماشای زیاد صفحه‌ی نمایش بر سلامتی وجود دارد: استفاده‌ی زیاد از رسانه‌ها با سطح پایین سلامت روحی و جسمی و همچنین سطح پایین روابط بین فردی و همچنین احساس خوشبختی همراه است. این مشکل، به‌ویژه بین کودکان زیر ۱۳ سال که درگیر بازی‌های ویدیویی و رسانه‌های اجتماعی هستند، رواج دارد. (Rosen, et al, ۲۰۱۴)

شیوع کرونا روندهای مذکور را با چالش‌های بیشتری مواجه کرده و گره‌های محکم‌تری بر این مشکل افزوده است. در ایام کرونا، بالاچار، ساعات استفاده از صفحات نمایشگر افزایش پیدا کرده است.



# ای کیو!

## هوش هیجانی در کلاس درس



دکتر یاسین حیات ابدی

مدرسه و کلاس‌های درس دانش‌آموزان مکانی هیجانی است که دانش‌آموزان می‌توانند در آن هیجانات متعددی را تجربه کنند یا حتی هیجانات محیط اطراف خود را، مانند اتفاقات رخ داده در خانه‌ی خود، به کلاس درس منتقل کنند. این هیجانات می‌توانند مثبت یا منفی باشند. لذا در نظر گرفتن هیجانات بسیار حائز اهمیت است. دانش‌آموزان با توجه به میزان موفقیت‌هایشان در درس‌ها، توانمندی‌شان در حل مشکلات و مسائل درون‌کلاسی، تحسین اطرافیان خود، همدلی، حسادت، عصبانیت و بی‌احترامی، می‌توانند دچار هیجانات مثبت یا منفی شوند. این هیجانات در صورتی که کنترل یا هدایت شوند، در رشد دانش‌آموزان به آن‌ها کمک شایانی می‌کنند. در اینجا نقش آموزگاران عزیز بسیار مؤثر و شاخص خواهد بود. لذا در صورتی که آموزگاران بتوانند هوش هیجانی خود و دانش‌آموزان را درک کنند و در زمان مناسب به آن پاسخ دهند، می‌توانند در رشد دانش‌آموزان مؤثر باشند. به‌طور کلی هیجان‌ها بسیار مهم هستند، زیرا یادگیری و پیشرفت دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار می‌دهند. اما هیجان دانش‌آموزان زمانی مثبت تلقی می‌شود که اهداف اخلاقی، آموزشی و پرورشی آن‌ها را هدف قرار دهد.

### مغز و ذهن

فیلسوفان و بزرگان علم، از قدیم مغز را جایگاه تفکر و قلب آدمی را مکان حضور احساسات و هیجانات روزمره‌ی انسان می‌دانستند. امروزه با کمک علوم از قبیل علم فیزیولوژی، بشر به این موضوع پی برده که تقریباً جایگاه تمامی این موارد در مغز انسان است و بخش‌هایی از مغز و سیستم عصبی انسان مسئول رفتارهای هیجانی انسان است. هوش هیجانی یکی از انواع هوش‌هاست که شاید برای خیلی از افراد موضوعی نو باشد، اما باید این موضوع را از نظر علمی و تجربی باور کرد که افراد دارای ضریب هوشی آی کیو متوسط، موفق‌تر از کسانی هستند که نمره‌های آی کیو بسیار بالاتری دارند. دلیل این موضوع هم تنها در آی کیو (EQ) یا همان هوش هیجانی است. در گذشته افراد را تنها بر اساس ضریب هوشی می‌سنجیدند، اما این مقیاس سنتی، به خیلی از توانایی‌ها و رفتارهای شخصی افراد و دانش‌آموزان اهمیت و توجه نمی‌کرد و به همین خاطر نواقص اساسی داشت. در واقع آی کیو پایداری افراد، همدلی و همراهی دانش‌آموزان، خودشناسی و خودآگاهی و انگیزش را در شاکله‌ی خود قرار نمی‌دهد و همین باعث می‌شود نتوان شخصی را بدون تأثیرات محیط اطراف و موارد هیجانی و صرفاً به دلیل دارا بودن آی کیوی بالا، در کارهای زندگی موفق دانست.

ما در این مقاله قصد داریم نحوه‌ی شناخت توانایی‌های ناشی از هوش هیجانی دانش‌آموزان در دوره‌ی ابتدایی را بدانیم و بر اساس این دانسته‌ها به آموزش بهتر به آن‌ها اقدام کنیم.

انسان‌ها دو ذهن دارند. با یک ذهن خود فکر و با ذهن دیگر احساساتشان را بیان می‌کنند. این دو راه متفاوت شناخت، حیات روانی انسان‌ها را می‌سازد. مادر بخش ذهن خردگرای خود قادریم تفکر و تدبیر کنیم. انسان‌ها علاوه بر ذهن خردگرای خود، ذهن هیجانی نیز دارند که با کمک آن به فعالیت‌های هیجانی اقدام می‌کنند. تقسیم ذهن به دو بخش هیجانی و خردگرا تقریباً

مانند تمایزی است که جامعه‌ی عوام بین «قلب انسان‌ها» و «سر آن‌ها» قائل‌اند.

## IQ+EQ=succese

توجه به این موضوع خیلی اهمیت دارد که دو ذهن خردگرا و هیجانی نیروهای به نسبت مستقل از هم دارند. به عبارت بهتر، عملکرد ذهن هیجانی بسیار سریع‌تر از ذهن خردگراست. ذهن هیجانی بدون آنکه حتی لحظه‌ای درنگ کند تا بررسی کند چه می‌کند، مانند فنر از جا می‌جهد، دست به عمل می‌زند و نسبت به اتفاق رخ داده کار خود را انجام می‌دهد. در مقابل ذهن هیجانی، ما ذهن خردگرا داریم. این بخش ذهن انسان‌ها باعث واکنش سنجیده و تفکرگونه می‌شود که این واکنش مشخصه‌ی اصلی ذهن اندیشمند انسان‌هاست.

در ادامه قصد داریم یک نمونه از هوش هیجانی دانش‌آموزان دبستانی را در مدرسه بیان کنیم و بر اساس آن توضیحات لازم در مورد هوش هیجانی را بیان کنیم.

زنگ تفریح کلاس دوم ابتدایی است. بچه‌ها مشغول بازی کردن هستند. زهره در حین دویدن به زمین می‌افتد و زانویش به شدت درد می‌گیرد. او شروع به گریه کردن می‌کند. بچه‌هایی تفاوت به او به بازی ادامه می‌دهند. اما مریم کنار او می‌ایستد و به محض آنکه گریه‌ی دوستش تمام می‌شود، بر زمین می‌نشیند، زانوی خود را می‌گیرد و شروع به فریاد زدن می‌کند و می‌گوید: آخ، زانویم دردمی‌کند!

روان‌شناسان مریم را شخصی در نظر می‌گیرند که از هوش هیجانی و رابطه‌ی عاطفی بین فردی خوبی برخوردار است. این داستان نشان می‌دهد مریم در «شناخت احساسات» دوست خود توانایی بالایی دارد و کاملاً مشهود است در میان تمام دانش‌آموزان، تنها او بود که به درخواست کمک و درد دوستش توجه کرد و کوشید دوست زمین‌خورده‌اش را تسلی دهد؛ هر چند تنها کاری که توانست بکند، مالیدن زانوی خودش بود. این حرکت او جزئی از استعداد و هوش هیجانی مناسب

**اطمینان و انگیزه:** دانش‌آموزانی که در این بخش از هیجان‌ات خود موفق‌ترند، در داوطلب شدن برای کاری سریع‌تر و با اشتیاق اعلام آمادگی می‌کنند و بارفتار خود باعث توجه بیشتر می‌شوند، ولی دانش‌آموزانی که حس اطمینان کمی دارند، حتی در پاسخ به سؤالات معلم خود نیز دست خود را برای اجازه گرفتن به‌سختی بالا می‌برند. آموزگاران باید به کودکانی که اطمینان کمی دارند توجه کنند و تمرکز خود را روی آن‌ها ببرند؛ چه‌بسا کودکی آی کیوی بالایی داشته باشد اما به دلیل پایین بودن آی کیواز رشد مناسبی برخوردار نشود.

در انتها باید بیان کنیم، مرحله‌ی اول شکل‌گیری هوش هیجانی کودک در بستر خانواده است، اما گاهی به دلیل ناآگاهی والدین، این بخش هوشی نادیده گرفته می‌شود و در آینده از این مشکل با نام عدم اعتماد به نفس یاد می‌کنند. آموزگاران آگاه با رفتار خود می‌توانند به‌خوبی این معضل خانواده را رفع کنند. همکاری دوطرفه‌ی مدرسه و خانواده می‌تواند بهتر به رشد هوش هیجانی کمک کند. در نهایت یادمان نرود، با هوش هیجانی بهتر و مثبت‌تر می‌توان نسل آینده‌ای خودساخته‌تر و خلاق‌تر تربیت کرد و به رشد ایران عزیزمان کمک کرد.

منابع  
 ۱. گلمن، دانیل (۱۳۸۶). هوش هیجانی... ترجمه‌ی نسرين پارسا. رشد. تهران.  
 ۲. گلکین، کارل (سال نشر ۱۳۸۵). رهبری آموزشی برای یادگیری مؤثر. ترجمه‌ی مینو علیزاده. نشر قطره، تهران.

که از هم‌درک متقابل داشته باشند. بدین ترتیب از بودن با هم احساس رضایت پیدا می‌کنند. این وضعیت حتی در بازی کردن یا نشستن سر کلاس هم تأثیرگذار است و باعث می‌شود آن‌ها تنها با افراد خاصی مشارکت داشته باشند. معلمانی که درک مناسبی از شاگرد خود داشته باشند، می‌توانند به احساس امنیت دانش‌آموز کمک شایانی کنند و همین موضوع باعث رشد و حرف‌شنوی بیشتر دانش‌آموزان از آن‌ها خواهد شد.

ارتباط با دیگران، شاید انسان‌هایی باشند که در سنین بالای بلوغ هم هنوز نتوانسته‌اند نظرات و احساسات خود را در جمع به‌خوبی بیان کنند. در واقع، آن‌ها کودکانی بودند که در کودکی و در منزل یا مدرسه در زمان بیان احساساتشان سرکوب شده‌اند و این حق از آن‌ها صلب شده است. اینجا نقش معلم در رشد آی کیوی دانش‌آموزان به‌خوبی قابل مشاهده است. بهتر است به دانش‌آموزان اجازه دهید در کلاس صحبت کنند، انتقاد کنند و پیشنهاد دهند. باید از کلاس ساکت ترسید. باید از کلاسی که در زمان پرسش از دانش‌آموزان غرق در سکوت می‌شود، ترسید. شما با ایجاد کلاس تعاملی، هم به میزان آموخته‌های آن‌ها کمک خواهید کرد و هم از طریق هوش هیجانی آینده‌ی زیباتری را برای آن‌ها ایجاد می‌کنید.

**فعالیت‌های گروهی:** فعالیت گروهی به معنای توانایی شنیدن انتقادات و پیشنهادهای اشخاص دیگر است؛ یعنی یک دست صدا ندارد. اگر آموزگاران از این بخش هوش هیجانی کمک بگیرند، قطعاً می‌توانند کلاس تعاملی‌تری داشته باشند.

**خویشتن‌داری:** اگر یک دانش‌آموز در خانه از بازی کردن منع شود، قطعاً این شیطنت‌رادر کلاس درس نشان می‌دهد. این مشکل دست خود دانش‌آموز نیست. آموزگاران باید این مسئله را درک و با والدین گرمی مطرح کنند. یادمان نرود، نظم اجباری و پرفشار باعث بی‌نظمی غیرقابل کنترل دانش‌آموزان در مدرسه می‌شود و این پدیده به‌صورت برعکس هم قابل مشاهده است.

اوست که باعث برقرار کردن ارتباط مناسب با دوستانش می‌شود.

این مهارت‌ها در سال‌های آغاز دوره‌ی ابتدایی تازه جوانه زده‌اند و در طول زندگی شکوفا خواهند شد. چند عنصر اصلی که در توانایی یادگیری نقش مهمی دارند، شامل اطمینان، خویشتن‌داری، درک متقابل، توانایی برقراری ارتباط، مشارکت در کلیه‌ی امور، پشتکار و ثبات قدم می‌شوند. لازم به ذکر است، همگی آن‌ها با هوش هیجانی ارتباط پیدا می‌کنند.

**کنجکاوی:** یکی از عوامل موفقیت دانش‌آموزان، کنجکاوی آن‌هاست. دانش‌آموزان کنجکاو به جذابیت‌ها و زیبایی‌های درس‌ها دقت می‌کنند. در همین راستا، اگر به کنجکاوی‌های آن‌ها پاسخ مناسبی داده شود، می‌توان به رشد آن‌ها کمک شایانی کرد. بسیاری از معلمان از کنجکاوی دانش‌آموزان به‌طور مناسب استقبال نمی‌کنند و همواره مایل‌اند شاگردانی ساکت داشته باشند. این در حالی است که انسان‌های کنجکاو می‌توانند ناشناخته‌ها را کشف کنند و ادامه‌ی این مسیر توسط معلمان باعث می‌شود روز به روز حس کنجکاوی بین دانش‌آموزان کم‌رنگ‌تر شود. این موضوع از رشد هوش هیجانی آن‌ها خواهد کاست.



**درک متقابل و همدلی:** دوستی‌های دانش‌آموزان براساس درک دوطرفه انجام می‌شود. در واقع دانش‌آموزان شخصی را به‌عنوان دوست خود انتخاب می‌کنند



# ادامه در جهانی جدید

## بررسی آموزش در فضای مجازی



منصور ملک عباسی

خاصی ندارد و هر زمان که برای مدرس مقدور باشد، می‌توان طرح درسی را اجرا کرد. البته باید توجه داشت، دانش آموز در فضای مجازی توان تمرکز و توجه در منزل در پای لپ‌تاپ یا صفحه‌ی رایانه یا صفحه‌ی نمایش گوشی موبایل را برای بیش از ۱۵ تا ۲۰ دقیقه ندارد. اگر کلاسی بخواهد به مدت نیم‌ساعت برگزار شود، بهتر است با یک خداحافظی، پس از ۱۵ دقیقه تدریس و با یک سلام و علیک در آغاز ضبط ۱۵ دقیقه‌ی بعدی، کار به شکل ناپیوسته ادامه یابد.

با تعطیل شدن مدرسه‌ها و برخی مؤسسات آموزشی در اثر کرونا، دست‌اندرکاران نظام آموزشی به این فکر افتادند که مدرسه را در فضای مجازی راه‌اندازی کنند. این فکر روش و سبکی جدید در زندگی شهروندان ایجاد کرد. حال آنان باید برای مدتی نامعلوم خود را با آن وفق دهند و حتی برای زمانی طولانی با آن زندگی کنند. در منزل، مقابل گوشی موبایل نشسته بودم و برنامه‌ی درسی یکی از کلاس‌هایم را ضبط می‌کردم تا بعداً آن فیلم درسی را در گروه مجازی برای دانش‌آموزانم بفرستم. زمانی که در همان گروه، پاسخ‌های سؤالات آزمون درس‌هایم را دریافت کردم و به بچه‌ها امتیاز دادم، یاد این جمله افتادم که همواره می‌گفتند هیچ دانش‌آموزی حق ندارد گوشی موبایل خود را به مدرسه بیاورد. حالا در این شرایط کرونایی، این مدرسه است که به موبایل‌های دانش‌آموزان وارد شده است. بله، شرایط ویژه‌ای است. اگر بتوانیم مطابق با شرایط، روش صحیح زندگی و استفاده از موقعیت‌ها را به دانش‌آموزان نشان دهیم، آن‌ها هم یاد می‌گیرند چگونه در فراز و نشیب‌های زندگی صحیح بیندیشند و خود را با امکانات و موقعیت‌ها وفق دهند، درست عمل کنند و راه موفقیت را بیابند.

● هر مجموعه‌ی آموزشی در بحث یاددهی-یادگیری و ارزشیابی از دانش‌آموزان تجربه‌هایی در این موقعیت کسب کرد. در این جاسعی داریم به برخی از این روش‌ها اشاره و نکاتی را یادآوری کنیم.

### آموزش در فضای مجازی غیر برخط

برخی آموزگاران سعی دارند در فضای مجازی کلاس یا در محیطی غیر از کلاس، درسی را طرح کنند و مطالبی را یکسویه و متناسب با اهداف درس مطرح و پس از ضبط در گوشی موبایل یا محیط کلاس مدرسه، که از قبل آماده شده، طبق برنامه در اختیار دانش‌آموزان قرار دهند. این مدل آموزش را آموزش مجازی «آفلاین» و غیر برخط می‌نامند. بله، در برخی موارد می‌توان از این روش استفاده کرد که دانش‌آموزی حضور ندارد و آموزگار خوددفا همی را به کمک عکس، نقشه، ابزار و وسایل آزمایشگاهی یا سایر امکانات ارائه می‌کند. ضبط این برنامه ساعت

### دره‌ی سیلیکون

هیچ‌گاه فضای مجازی نمی‌تواند جای اتفاق‌هایی را که در دیدارها و ارتباطات واقعی رخ می‌دهند، از صله‌ی رحم در روابط خانوادگی گرفته تا کلاس و درس و مدرسه، حضور در مغازه و بازار، سفرهای دور و نزدیک و مشاهده‌ی عینی زیبایی‌ها و سختی‌های زندگی، بگیرد و احساس و لذت واقعی و آموزه‌های گوناگون را به ما هدیه کند.

«سیلیکون ولی» در کالیفرنیا آمریکا منطقه‌ای بسیار مشهور از نظر داشتن شرکت‌های بزرگ انفورماتیک همچون گوگل، اپل و فیس‌بوک است که در آنجا نهایت فناوری و ارتباط با جهان را می‌بینیم. نکته‌ی جالب اینکه اخیراً در آن منطقه مدرسه‌هایی تأسیس شده‌اند که مثل گذشته کلاس حضوری، تخته و گچ و ارتباط چهره‌به‌چهره و با هم زندگی کردن جزو اصول آموزشی آن‌هاست و از امکانات ارتباطی جهان امروز کمترین استفاده را می‌برند. این پدیده در واقع واکنشی است به کلیه‌ی ارتباطات مجازی که تنهایی و دور بودن از جمع، در آن یک اصل پایدار شده است.

### ارزشیابی در فضای مجازی

یکی از تجربه‌های جدید در مبحث یاددهی-یادگیری و آموزش در فضای غیر حضوری، ارزیابی آموخته‌های دانش‌آموزان است. به یقین، دانش‌آموزی که در منزل نشسته و سؤالات امتحانی را روبه‌روی خود دارد و تنها خودش را می‌بیند، این فکر در او ایجاد می‌شود که آیا نمی‌توانم از کتاب درسی یا جزوه‌ی کلاسی که پهلوی متن قرار دارد، استفاده کنم؟ آیا پاسخ این سؤال را تلفنی می‌توانم از دوست هم‌کلاسی‌ام بپرسم؟ در آزمون‌های بعدی ممکن است دانش‌آموزان به این فکر بیفتند که آیا می‌توانیم یک گروه واتس‌اپ بسازیم و پاسخ سؤالات را در آن برای همه بگذاریم؟ ما که می‌خواهیم ارزشیابی شویم، چرا این کارها را نکنیم. گرچه نمی‌توان این‌گونه افکار را برای همه تعمیم داد، لیکن آزمون معمولی به صورت تستی، تا حتی تشریحی، در فضای مجازی چندان نتایج معتبری ندارد. پس چه باید کرد؟

در همین مدت کوتاه راه‌های متفاوتی پیشنهاد شده‌اند؛ مثلاً تعدادی سؤال تستی. هر کدام برای جواب کمتر از یک دقیقه وقت دارند؛ به گونه‌ای که اصلاً دانش‌آموز فرصت باز کردن کتاب یا تماس با دیگری را ندارد و هر آنچه را به ذهنش رسید، باید علامت بزند. راه دیگر می‌تواند طراحی سؤالات استدلالی و کاربردی باشد؛ به خصوص در پایه‌ی ششم که جواب یک راه‌حل نیست. دانش‌آموز خودش باید از آموخته‌هایش برداشت کند تا به تجربه‌هایش توجه کند.

برخی آزمون‌هایی توانند برای عده‌ای از دانش‌آموزان به صورت نامشخص و شفاهی برگزار شوند و دانش‌آموزان در یک زمان مشخص، دانش‌آموزان با حضور مجازی، سؤالات آموزگار را بشنوند و به آن‌ها پاسخ دهند و تصویر آن هم در برابر آموزگار قرار داشته باشد.

این امکان هم وجود دارد که عده‌ای از دانش‌آموزان، با رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی، مثلاً یک‌سوم افراد کلاس، در مدرسه برای آزمون حضور یابند و در سر کلاس امتحان بدهند؛ حتی با هماهنگی مدیر مدرسه و با استفاده از فضای باز مدرسه.

به نظر شما بهترین روش کدام است؟

پی‌نوشت

1. moodle farci

شاهد و ناظرند و می‌توانند سؤال و پرسش و پاسخ داشته باشند. حتی آموزگار تک‌تک دانش‌آموزان را در صورت نیاز می‌بیند.

دیگر نرم‌افزار آموزشی «اسکای روم» است. برخی هم سعی می‌کنند روش یادگیری معکوس را در فضای آنلاین و برخط کلاس اجرا کنند؛ به گونه‌ای که با هماهنگی خود دانش‌آموزان، هر کدام درس مورد نظر را از قبل مطالعه کنند، با آمادگی در کلاس آنلاین حاضر شوند و هر کس دریافت خود را از بخش‌هایی از درس بیان کند.

برخی دیگر سؤال و ایراد مطرح کنند. عده‌ای دیگر پاسخ بدهند و آموزگار در پایان جمع‌بندی کند. در این مدل کلاس، هر دانش‌آموز باید در کنار دستش یک دفتر یادداشت و خودکار داشته باشد و خلاصه و چکیده‌ی هر بخش از بحث را که آموزگار به آن اشاره دارد، یادداشت کند. هر از گاه آموزگار می‌پرسد شما دانش‌آموزان عزیز خلاصه‌ی برداشتتان از این قسمت چه بوده و چه نوشته‌اید؟ بلند بخوانید. در این روش آموزگار یکی دو بار نام برخی از افراد را صدا می‌زند و به نوعی حضورشان را کنترل می‌کند.

مناسب است از قبل به دانش‌آموزان تذکر داده شود که گوشه‌ای از خانه و یک اتاق در بسته را، به دور از تلفن ثابت و تلویزیون و سر و صدا، برای دیدن و شنیدن درس‌ها انتخاب کنند و محل مطمئنی را به این کار اختصاص دهند. اگر برادر و خواهری دارند که آن‌ها هم دانش‌آموز هستند، با آن‌ها هماهنگ کنند که زمان دیدن آموزش آن‌ها در دو وقت جدا یا در دو مکان فاصله‌دار از هم در خانه باشد. مناسب است که پدر یا مادر نیز بر این آموزش نظارت داشته باشند.

### بر خط

مدل دیگر برای اجرای طرح درس در فضای مجازی، روش «آن‌لاین» و برخط است که در آن هم‌زمان آموزگار و دانش‌آموزان در فضای مجازی حضور دارند. امروزه برترین نرم‌افزار آموزش الکترونیکی، «مودل فارسی»<sup>۱</sup> است که به صورت یک تالار گفت‌وگو و به شکل زنده، آموزگار و دانش‌آموزان را با هم و در کنار هم، همراه با صدا و تصویر، گرد می‌آورد. دانش‌آموزان کلیه‌ی رفتارها و صدای آموزگار خود را در کلاس یا آزمایشگاه



# قفل گنج‌ها را بگشا

## نقش پرسش و پرسشگری در کلاس



دکتر احمد رضا آذر بايجانی

آموزگار پژوهشگر کسی است که اساس فعالیت او مسئله‌پرووری است. باید در نظر داشت، سرچشمه‌ی مسئله همان طرح سؤالات بوده است. از این رو، در ادامه درباره‌ی سؤال و مسئله و تعریف و تفاوت آن‌ها سخن می‌گوییم.

### سؤال

وقتی جمله‌ای به صورت درخواست طرح می‌شود و می‌کوشد از طریق طرح آن به دانسته اضافه کند، به آن سؤال یا پرسش می‌گوییم. مابرای یافتن جواب پرسش، از طریق مراجعه به اهل فن یا مراجعه به فرهنگ لغت، دایرةالمعارف و دانش‌نامه، چه به صورت نوشته‌های ملموس و چه به صورت الکترونیکی یا اینترنتی، اقدام می‌کنیم.

مثلاً وقتی می‌پرسیم پایتخت مالزی کجاست، این یک سؤال و پرسش است. یا اگر بپرسیم شهید سردار سلیمانی در چه تاریخی و به دست چه کسانی شهید شد، باز سؤال طرح کرده‌ایم. کشف جواب سؤال برای کسی که دغدغه دارد جذاب است، اما واقعاً چه کسی بالاترین درجه از دغدغه‌ی یادگیری را دارد؟ پاسخ آن در درک تفاوت «سؤال» با «مسئله» است.

### مسئله

وقتی ما با مشکلی روبه‌رو می‌شویم که می‌خواهیم آن را حل کنیم، لازم است ابتدا آن را در قالب مسئله طرح کنیم. مسئله مجموعه‌ای از سؤالات اصلی و فرعی است که با پاسخ آن سؤالات و کشف ارتباطات بین پاسخ‌ها، امید است مسئله حل شود و از طریق آن مشکل از میان برداشته شود. مابرای حل مسئله باید از طریق پژوهش اقدام کنیم. این پژوهش با حمایت آموزگار متفکر که امکان تفکر و اندیشه را به شاگرد می‌دهد، جریان می‌یابد. وقتی می‌گوییم چگونه می‌توان یارانه دریافت

کرد، یک سؤال پرسیده‌ایم. کافی است با مراجعه به سازمان مسئول یا مراجعه به سایت مربوط به آن، جست‌وجو کرد و پاسخ را دریافت. اما وقتی می‌گوییم چگونه می‌شود درآمد خود را به اندازه‌ی یارانه‌ای که می‌دهند افزایش داد، یک مسئله طرح کرده‌ایم.

به عبارت دیگر، مابرای این مسئله باید پژوهشی را آغاز کنیم و به سؤالات دیگری پاسخ دهیم. مثلاً باید بدانیم چه هنر و فنی بلد هستیم؟ موقعیت اقتصادی جایی که در آن قرار داریم برای فروش تولید یا دستاورد ما چگونه است؟ از کجا شروع کنیم؟ و...

قبل از آنکه ادامه‌ی بحث را مطالعه کنید، با توضیحات بالا، تا اینجا، چه به دست آورده‌ایم؟ آیا به اهمیت روش تدریس خود در تربیت انسان مصرف‌کننده و تولیدکننده پی برده‌اید؟ آیا شما محقق هستید یا مصرف‌کننده؟ کلاس شما پویا و جریان‌ساز است یا کلاسی کسل‌کننده است؟

دقت کرده‌اید در کلاسی که سؤال و مسئله طرح می‌شود، خواب و کسالت کمتر سراغ شاگردان و آموزگاری می‌آید؟

اگر هر آموزگاری هر روز فقط یک سؤال و مسئله‌ی جدید یاد بگیرد، وارد جریان پژوهشگری و «خاطر‌سازی» شده است.

«معلم‌ان خاطر‌ساز» در مقابل «معلم‌ان حافظه‌پرداز» قرار دارند. معلم‌ان حافظه‌پرداز از طریق انتقال داده‌ها و اطلاعات کتاب‌های درسی به شاگردان، کلاس‌های کسالت‌باری را مدیریت می‌کنند که نه خودشان از آن شیوه لذت می‌برند و نه شاگردان آن‌ها. اما معلم‌ان خاطر‌پرداز، هر بار که درس می‌دهند، به خاطر ایجاد هیجان مسئله در شاگردان، کلاس درسشان پر از هیجان جست‌وجو و کشف خواهد بود.

### سؤال و مسئله

به چند روش تدریس در آغاز کلاس درس علوم چهارم ابتدایی توجه کنید:

۱. سلام، لطفاً صفحه‌ی ۱۸ کتاب را باز کنید، ببینید بچه‌ها! وقتی باران می‌آید و پس از آن آفتاب پیدا



آیا دانستن این حرف‌ها مرا ناراحت می‌کند؟ شاگرد جواب داد: بله استاد.

سقراط پرسید: آیا دانستن این حرف‌ها کمکی به من می‌کند و مرا رشد خواهد داد؟ شاگرد گفت: تصور من این است که کمکی نمی‌کند و رشدی هم در آن نیست. سقراط پرسید: به صحت این گفته‌ها اطمینان داری؟ شاگرد گفت: نه استاد.

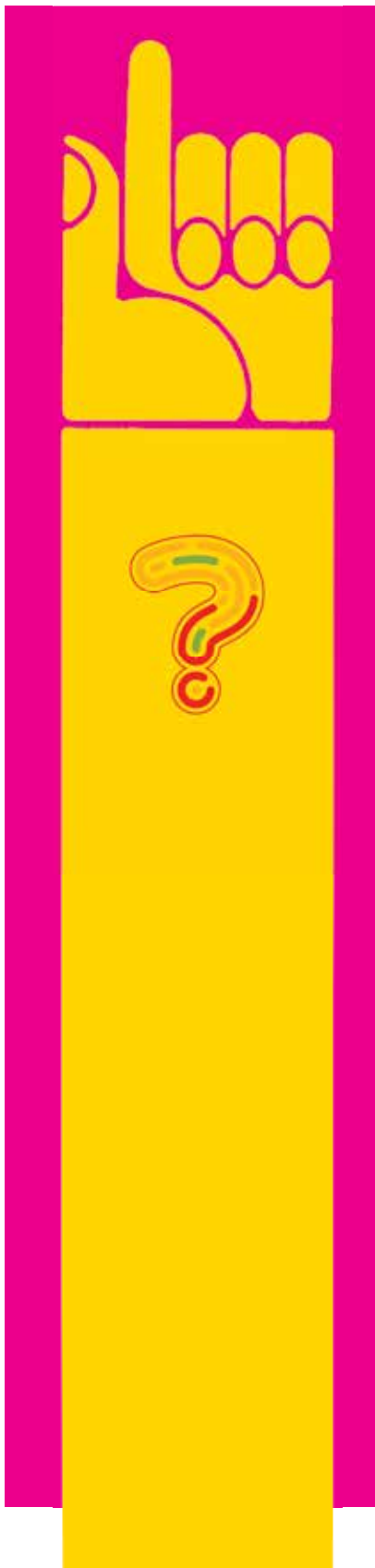
سقراط به او گفت: پس به نظر تو گفته‌ای که نه کسی را شاد می‌کند، نه به او چیزی می‌آموزد و نه از صحت آن اطمینان داریم، گفتنش عاقلانه است؟ شاگرد پاسخ داد: استاد عاقلانه نیست.

وقتی از کسی سؤال می‌شود، او متمرکزتر از قبل در جست‌وجوی پاسخ تلاش می‌کند. این تلاش ممکن است جست‌وجو در داده‌ها و اطلاعاتی باشد که آموزگار یا کتاب درس به او دادند یا ممکن است امکانی برای جست‌وجو و اندیشه باشد. به‌طور مثال، وقتی آموزگار از متن درس سؤال می‌کند، قصد دارد شاگرد به متن کتاب توجه کند و زمانی که براساس موضوع درس سؤالی طرح می‌کند که شاگرد مجبور شود در آن اندیشه کند، قصد او گفت‌وگوی علمی و یادگیرانه است.

با تعمق ساده درمی‌یابیم، تنها موجودی که در عالم سؤال و پرسش دارد تا بفهمد، فقط و فقط انسان است. شاید حیوانات در پی سؤالات خویش برای تأمین غذا و جفت خویش و در اصل برای ارضای شهوات به‌صورت غریزی جست‌وجو کنند، ولی پرسش آن‌ها و جواب آن‌ها منجر به تعمق، دانستن، شناختن و در یک کلمه منجر به کمال نمی‌شود. تربیت عمیق در مقابل تربیت سطحی، در اهمیت دادن به سؤالات است که خود را می‌نمایاند. وقتی یاددهنده به یادگیرنده این اهمیت را یادآور می‌شود و او را برای طرح سؤالات حمایت می‌کند، در واقع از پژوهش و پژوهشگری حمایت کرده است.

جان‌دیویی، فیلسوف تربیتی، در حلقه‌ی کندوکاو خود در مدرسه‌اش، شاگردان را با «مسئله» روبه‌رو می‌کرد و شاگردان را موظف به حل مسئله می‌کرد. در واقع، او با طرح مشکل، در ابتدا قدرت «مسئله‌یابی» را به‌عنوان اولین گام پژوهش به شاگردان یاد می‌داد و سپس در فرایند یادگیری آن‌ها را به «مسئله‌شناسی» که دومین گام پژوهش است، سوق می‌داد.

نکته‌ی مهم در یادگیری همین است که آموزگار همراه شاگرد بتواند هر بار با تعمق بیشتر کندوکاو کند و یاد بگیرد. به این دسته از معلمان و مربیان که هر روز بهتر از دیروزند، «معلم پژوهشگر» می‌نامیم.



می‌شود، ما با منظره‌ی رنگین‌کمان روبه‌رو می‌شویم.

۲. سلام بچه‌ها، قبل از آنکه بخوانید صفحه‌ی ۱۸ کتاب را باز کنید، سؤالاتی دارم:

چند نفر از شما رنگین‌کمان را دیده‌اید؟ اگر آن را دیده‌اید، چه وقت بود؟ اصلاً چقدر رنگین‌کمان هست؟ تا حالا فکر کرده‌اید چقدر آمار رنگ‌رایانگ‌ها را می‌بینیم؟ یک دقیقه به این سؤالات فکر کنید. فقط سه نفر از شما می‌توانند داوطلب شوند و در مورد سؤالات من، هر کدام یک تا دو دقیقه نظر بدهند.

۳. سلام بچه‌ها، لطفاً صفحه‌ی ۱۸ کتاب را باز کنید. یکی از بچه‌ها داوطلب شود و اول از همه چند سؤال وسط صفحه را بخواند.

به نظر شما کدام یک از شیوه‌های ذکر شده برای آغاز کلاس مهیج و پرجاذبه‌تر است؟ چرا؟

-آموزگار در شیوه‌ی اول خواسته است انتقال دهنده‌ی درس از کتاب به کودکان باشد.

-آموزگار در شیوه‌ی سوم برای انتقال مفاهیم تلاش کرده. او به اهمیت سؤالات آگاه بوده است و تلاش کرده در گام اول تمایل شاگردان را برای درس تقویت کند.

و اما شیوه‌ی دوم. آموزگار در این شیوه، در روشی تعاملی با شاگردان، سعی کرده با طرح سؤالات، هیجان جست‌وجو و کشف را در شاگرد تقویت کند. آموزگار به نحوی برخورد کرده که گویی می‌خواهد با شاگردان گپ و گفت یا گفت‌وگویی را آغاز کند. این شیوه اکثراً برای شاگردان مهیج‌تر است. آن‌ها در این شیوه احساس می‌کنند کاشف و پژوهشگر هستند. از طرف دیگر، وقتی ما از کسی سؤال می‌کنیم، آن‌هم به گونه‌ای که گویی جواب را نمی‌دانیم و قرار است با هم جواب را کشف کنیم، طرف مقابل احساس همدلی و هیجان متمرکزتری برای کشف پیدا می‌کند.

پیامبر اکرم (صلوات‌الله‌علیه) می‌فرماید: علم گنج است و بر در آن گنج قفلی نهاده شده و کلید آن قفل «سؤال» است. چهار گروه از طرح سؤال خیر و بهره می‌برند: اول سؤال کننده؛ دوم سؤال‌شونده؛ سوم کسی که ناظر پرسش و پاسخ است؛ چهارم دوست‌دار ایشان.

سقراط حکیمی بود که شاگردان خود را از طریق طرح سؤال به تعمق وامی‌داشت. او برای یاد دادن معرفت و اخلاق، ابراز نظر نمی‌کرد و مثل اکثر آموزگاران، به شاگردش نمی‌گفت، فرزندم لازم نیست یا لازم است فلان کار اخلاقی را انجام دهی! بلکه منتظر می‌ماند در زمان لازم، با طرح سؤال کاری کند که مخاطب خودش حقیقت را کشف کند.

به‌طور مثال، زمانی که یکی از شاگردانش به او گفت: استاد، می‌دانی در پشت سرت چه می‌گویند، پرسید:

# در یخچال را ببند

## انرژی و اهمیت آموزش آن به کودکان

ژما جواهری پور



کلیدواژه‌ها: انرژی، دانش آموز، صرفه‌جویی

انرژی نیروی محرکه‌ی زندگی است و غالباً به‌عنوان ظرفیت انجام کار تعریف می‌شود. هر چیزی که ما را احاطه کرده است، برای کار کردن به انرژی نیاز دارد. دستگاه‌های الکترونیکی و تلفن همراه، تلویزیون، رایانه و اسباب‌بازی‌ها در خانه و مدرسه به ابزارهای لازم برای استفاده‌ی کودکان تبدیل شده‌اند. این لوازم، همراه با گسترش لوازم خانگی هوشمند، فناوری و وسایل نقلیه‌ی برقی، به

آرامی اما به‌طور پیوسته، خانه‌ها و سبک زندگی ما را تغییر داده‌اند. این جهان همیشه متصل به برق و انرژی، محیطی مدرن است که کودکان در آن رشد می‌کنند. شیوه‌ی زندگی امروزی به‌طور فزاینده به فناوری و به نوبه‌ی خود مصرف انرژی متکی است. آموزش صرفه‌جویی در مصرف انرژی یک درس مهم زندگی برای کودکان است. بیشتر بچه‌ها عاشق یادگیری چیزهای جدید هستند و این فرصت را دارند که در کارها کمک کنند. وقتی اهمیت صرفه‌جویی انرژی در خانه و مدرسه را برایشان می‌گویید، آن‌ها در انجام کارهای خود دقت بیشتری خواهند کرد. در اینجا چند نکته در مورد چگونگی ترغیب کودکان به صرفه‌جویی در انرژی توضیح داده شده است.

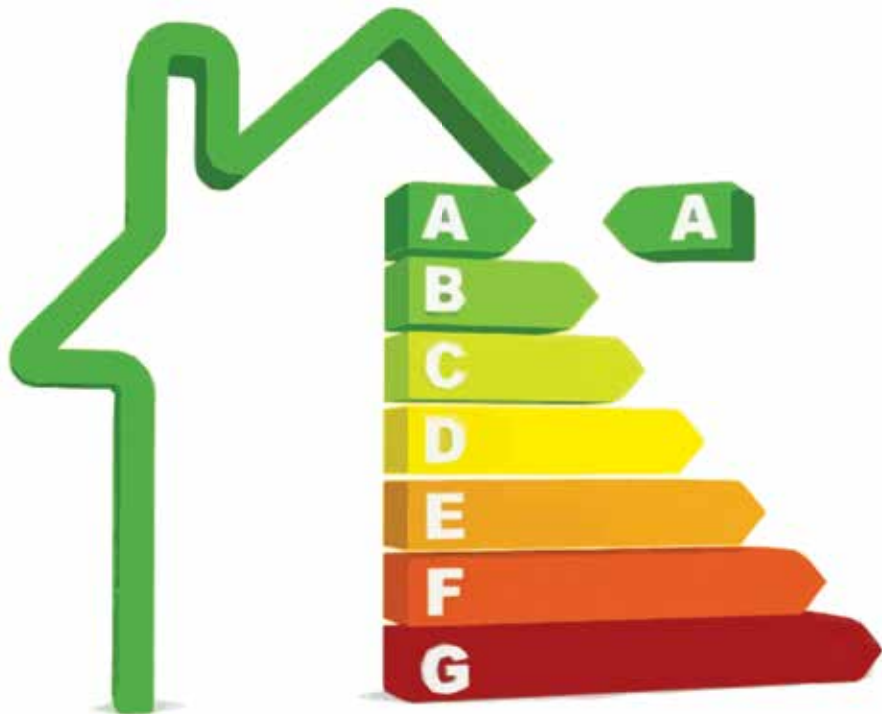
### چرا بهینه‌سازی مصرف انرژی؟

قبل از اینکه آموزگاران بتوانند به دانش‌آموزان خود بیاموزند چگونه در مصرف انرژی صرفه‌جویی کنند، ابتدا باید به این سؤال پاسخ دهند که بهینه‌سازی مصرف انرژی برای من چه منافعی دارد؟ همان‌طور که اکثر آموزگاران و والدین تصدیق می‌کنند، متقاعد کردن بچه‌ها برای دقت در بهره‌وری انرژی، کار سختی است. آموزگاران و والدین لازم است توضیح دهند چرا باید در مصرف انرژی صرفه‌جویی کرد و چگونه سود این کار می‌تواند برای کودک مهم باشد.

برای آموزش چرایی بهینه‌سازی مصرف انرژی می‌توانید از ابزارهای قابل درک و مرتبط با زندگی روزمره‌ی کودک استفاده کنید. به عبارت ساده‌تر، توضیح دهید صرف هزینه‌ی کمتر برای پرداخت قبض برق یا کاهش مصرف سوخت، به معنای تخصیص پول بیشتر برای فعالیت‌های تفریحی است. این موضوعی است که بچه‌ها می‌توانند با آن ارتباط برقرار کنند. مفهومی که کمتر برای کودکان قابل لمس است، ارتباط بین صرفه‌جویی در مصرف انرژی و کمک به محیط زیست است. هرچند امروزه، با گسترش رسانه‌های تصویری و فضای مجازی، اطلاعات کودکان از مفهوم طبیعت و محیط زیست بالاتر رفته است، ولی از آنجا که اثرات تخریبی روی محیط زیست ممکن است حس نامنی را در آینده‌ی کودکان ایجاد کند، برای آموزش این مبحث باید در بیان مطالب مرتبط با محیط زیست و اثرات افزایش آلودگی‌های محیط زیستی دقت کافی داشته باشیم.

### یادگرفتن از طریق انجام دادن

از آنجا که صرفه‌جویی در انرژی یک مفهوم انتزاعی برای کودکان است، آموزش در مورد اقدامات مربوط به بهره‌وری انرژی باید خاص باشد و برای درک بهتر، با مثال بیان شود. ما می‌دانیم که کودکان با مشاهده‌ی کارهایی که مربیان و والدینشان انجام می‌دهند یاد می‌گیرند. حتی اگر چیزی نگویند، آن‌ها اقدامات شما را پردازش می‌کنند. وقتی هنگام خارج شدن از اتاق چراغ‌ها را خاموش می‌کنید، یا به محض شارژ شدن کامل دستگاه، شارژر تلفن را از برق جدا می‌کنید، آن‌ها متوجه می‌شوند. یادگیری در مورد بهره‌وری انرژی را برای تأثیر بیشتر، سرگرم کننده کنید.





کنید. آنچه در آموزش والدین اهمیت دارد، توجه به محدودیت منابع انرژی، اهمیت سرمایه‌گذاری روی لوازم خانگی کم مصرف، و استفاده از روش‌های کاهش مصرف انرژی در خانه است. در کلاس‌های آموزشی خود برای والدین، توجه آن‌ها را به انواع منابع انرژی و هزینه‌ی انرژی خانوار و همین‌طور نحوه‌ی انتقال انرژی به منزل جلب کنید. می‌توانید سؤالات متعددی مطرح کنید و جواب‌ها را به عنوان پروژه‌ای خانوادگی تعریف کنید.

### عادت‌های آسان برای آموزش دانش‌آموزان

آموزش بهینه‌سازی انرژی را ساده نگه دارید و قوانینی قابل اجرا برای دانش‌آموزان طراحی کنید. در صورتی که دانش‌آموزان از قوانین پیروی می‌کنند، به آن‌ها بازخورد مثبت بدهید. همچنین، اطمینان حاصل کنید هر کاری که از آن‌ها می‌خواهید انجام دهند، با سن آن‌ها متناسب باشد.

آن‌ها را تشویق کنید پروژه‌هایی بسازند، بازی کنند، معما حل کنند و کتاب بخوانند.

اگر صرفه‌جویی در مصرف انرژی رارعبایت می‌کنند، از آن‌ها بخواهید درباره‌ی این کارهایشان توضیح دهند. این ممکن است شامل کاهش مدت‌زمان بازگذاشتن در یخچال، بستن پرده‌ی اتاق یا ساخت یک دست‌سازه باشد. فراموش نکنیم، تغییر عادات رفتاری بسیار کند رخ می‌دهد. همین‌طور، به خاطر داشته باشیم، بچه‌ها دوست دارند احساس مفیدبودن کنند.

### اختصاص پاداش به تقویت رفتار بهینه‌سازی مصرف انرژی

از دانش‌آموزان خود بخواهید مجموعه‌ای از قوانین را برای پیروی در خانه و مدرسه بنویسند. می‌توانید وظایفی را به اعضای خاص در مدرسه و خانواده اختصاص دهید. این فعالیت به آنان می‌آموزد که مسئولیت‌پذیر باشند و احتمالاً وظایف خود را انجام دهند. می‌توانید جدول پاداش تنظیم کنید و در صورت پیروی دانش‌آموزان از قوانین، در پایان هفته جوایزی به آن‌ها بدهید.

برای نقاط عطف توافق‌شده پاداش بدهید. جایزه باعث افزایش اقدامات مثبت در راستای صرفه‌جویی در انرژی می‌شود و تقویت عادت‌های کارآمد و مؤثر در مصرف انرژی، تغییر رفتار را در پی خواهد داشت. برای آموزگاران، این فعالیت‌ها می‌تواند به معنای سخنرانی کمتر در مورد خاموش کردن چراغ‌ها باشد!

آموزش دانش‌آموزان در صرفه‌جویی انرژی، نه تنها راهی خلاقانه برای گذراندن وقت آن‌هاست، بلکه می‌تواند عادت‌های خوبی را در دانش‌آموزان القا کند که در بزرگسالی به آن‌ها کمک می‌کنند.

### آموزش والدین

بیشتر کودکان در مدرسه در مورد اهمیت صرفه‌جویی در مصرف انرژی آموزش‌هایی می‌بینند، اما می‌توانید با آموزش والدین و مشارکت آن‌ها، پیام آموزش‌هایتان را تقویت

### دوره‌ی اول

برای دانش‌آموزان دوره‌ی اول ابتدایی، بهره‌وری انرژی را به بازی تبدیل کنید. از آن‌ها بخواهید تمام ابزارهای موجود در خانه و مدرسه را که برق یا سوخت مصرف می‌کنند مشخص سازند. بسته به سن دانش‌آموزان، آن‌ها را در شمارش و دسته‌بندی وسایل به چالش بکشید: وسایل الکترونیک، لوازم خانگی، لامپ و غیره. سپس یک فهرست ایجاد کنید و با مشارکت دانش‌آموزان برای صرفه‌جویی در مصرف برق و سوخت ابزار و وسایلی که هر روز به کار می‌روند، راهکارهایی پیدا کنید.

### دوره‌ی دوم

برای دانش‌آموزان دوره‌ی دوم ابتدایی، می‌توانید موضوعات فنی‌تر را مطرح کنید مثلاً نحوه‌ی کارکرد ترموستات هوشمند و ابزارهای کاهنده‌ی مصرف را به آن‌ها نشان دهید. تفاوت چراغ‌های «ال‌ای‌دی» و سایر چراغ‌های روشنایی را شرح دهید. در مورد لوازم دارای برچسب انرژی بحث کنید. قبض برق را به آن‌ها نشان دهید تا بتوانند هزینه‌ها، مصرف انرژی و نحوه‌ی عملکرد را در قبض مصرفی بررسی کنند. میزان مصرف سوخت در وسایل گرمایشی را تشریح کنید. مفاهیمی مثل ساعت اوج مصرف و اصلاح الگوی مصرف را به دانش‌آموزان آموزش دهید. حتی می‌توانید آن‌ها را با منابع انرژی‌های تجدیدپذیر مثل خورشید، باد و زمین گرمایی آشنا کنید. کودکان و نوجوانان در هر سنی می‌توانند چند عادت ساده‌ی صرفه‌جویی در انرژی را یاد بگیرند که تبدیل آن به رفتار، می‌تواند یک عمر طول بکشد.

# شادی سازی

## شادی و نشاط در کلاس



مریم ریحانی / دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی

آموزش و پرورش، مهم‌ترین نهاد تعلیم و تربیت، سعی دارد با تأکید بر شایستگی‌های دانش‌آموزان، آن‌ها را به حیات طیبه در ابعاد فردی، خانوادگی، اجتماعی و جهانی رهنمون کند. یکی از هدف‌های آموزش و پرورش تربیت دانش‌آموختگانی سالم و با نشاط و قانون‌مدار است. وجود شادی و نشاط در فرایند تعلیم و تربیت به اثر بخش تر شدن تعامل بین آموزگار و دانش‌آموز، و یادگیری عمیق‌تر او کمک می‌کند. شادی همانند ثروتی است که می‌توان لحظه‌به‌لحظه بر آن افزود. با استفاده از روش‌های شادی‌بخش در جریان آموزش، می‌توان علاوه بر ایجاد محیطی رضایت‌بخش برای دانش‌آموز، با مشکلات بسیاری از جمله غیبت زیاد، دیر آمدن، بی‌حوصلگی و کسالت در کلاس درس، امراض جسمی و روحی و در نهایت افت تحصیلی، مقابله کرد.

### عوامل مؤثر در ایجاد شادی

عوامل متعدد و بی‌شماری بر میزان شادی افراد تأثیر می‌گذارند. در اینجا عواملی را تشریح می‌کنیم که در دانش‌آموزان بیشتر مؤثرند.

**شخصیت:** ابعاد شخصیتی افراد بر شادمانی آن‌ها تأثیر زیادی دارد. برخی افراد برون‌گرا و برخی درون‌گرا هستند. ارتباط شادی برون‌گرایی آنقدر مسلم و قوی

است که برخی از صاحب‌نظران فرضیه‌ی وجود ژن شادمانی را بیان می‌کنند و معتقدند ۶۰ تا ۵۰ درصد سطح شادمانی افراد به عوامل ژنتیکی مربوط است.

**عزت نفس:** دانش‌آموزانی که عزت‌نفس پایین دارند، از حضور در جمع پرهیز می‌کنند و این سبب گوشه‌گیر شدن آن‌ها و در نتیجه ایجاد افسردگی در آن‌ها می‌شود. افسردگی نیز از میزان شادمانی

فرد می‌کاهد. با احساس ناراحتی و نبود شادمانی، عزت‌نفس کاهش می‌یابد.  
**اعتقادات مذهبی:** فرد با ایمان ارتباطات و اعتقادات معنوی دارد و کمتر احساس رهاشدگی، پوچی و تنهایی می‌کند. شرکت در مراسم مذهبی موجب احساس آرامش و شادمانی در فرد می‌شود. کسب حمایت اجتماعی، حاصل شرکت در فعالیت‌های دسته‌جمعی است.

**سرمایه‌ی اجتماعی:** سرمایه‌ی اجتماعی راچگونگی ارتباطات اجتماعی، ارتباط بین افراد، دوستی‌ها، احساس کنترل شخصی و اعتماد اجتماعی می‌دانند. سطح سرمایه‌ی اجتماعی، روابط با گروه همسال و دوستی‌های دانش‌آموزی در مدرسه، تأثیر شگرفی بر سطح شادکامی می‌گذارد.

**فعالیت‌های اوقات فراغت:** فعالیت‌های اوقات فراغت فعالیت‌هایی هستند که فرد با توجه به علاقه و با آزادی عمل در مورد آن‌ها تصمیم می‌گیرد. برای مثال می‌توان به ورزش فوتبال و شرکت در مسابقات فرهنگی و اردوهای تفریحی اشاره کرد. ورزش از خستگی، تنش، اضطراب و افسردگی می‌کاهد، عزت‌نفس را تقویت می‌کند و در نهایت بر میزان شادی می‌افزاید.

### راهکارهای افزایش شادی در کلاس

تعلیم و تربیت در مدرسه زندگی کردن را به کودکان ماسا می‌آموزد. کلاسی که نشاط در آن جریان دارد، باروری جسم و اندیشه‌ی فرزندان ما را در پی خواهد داشت. لذا توجه به راهکارهای



همیشه برای شروع هر کاری سختی‌هایی وجود دارد. شاید احساس کنیم انجام همه‌ی این راهکارها در مدرسه‌ها و کلاس سخت باشد و در مدرسه چنین امکانی وجود نداشته باشد، اما با برنامه‌ریزی گام‌به‌گام، با حداقل بودجه و امکانات انجام‌پذیر می‌شود. ایجاد انگیزه و شادابی در دانش‌آموزان و انجام فعالیت‌های درسی، آن‌ها را در حل مشکلات و دستیابی به آرامش و تعادل روانی کمک می‌کند و زمینه‌ساز و تعیین‌کننده‌ی چگونگی برخورد آنان با مشکلات و تصمیم‌گیری‌های آینده خواهد بود.

۱۰ دقیقه. زنگ‌های استراحت برای این فعالیت پیشنهاد می‌شود.

● کمک به دانش‌آموزان برای کشف و شناسایی استعداد و توانمندی‌های جسمی و روحی خود و متناسب کردن توقعات و آرزوهای خود با استعدادها.

● دسته‌بندی دانش‌آموزان کلاس و واگذاری فعالیت‌های متناسب با توانمندی‌شان به آن‌ها. همچنین، استفاده از این ظرفیت در ارتقای وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان.

● آموزش راه‌های شادمانی و نشاط سالم و مخاطرات شادی‌های ناسالم و حوادث به دانش‌آموزان.

● برنامه‌ریزی موقعیت‌های درسی به‌طوری‌که تمامی دانش‌آموزان اجازه‌ی ابراز وجود و ارائه‌ی توانمندی‌های خود را داشته باشند.

● بهره‌گیری از تمام ظرفیت‌ها و روش‌ها در تدریس، از جمله باشعر، نمایش، نقاشی و هر روش دیگری که یادگیری بهتر دانش‌آموزان را در کلاس درس در پی داشته باشد.

● آموزش مهارت‌های زندگی از قبیل خودآگاهی، همدلی، ارتباط مؤثر، تصمیم‌گیری، حل مسئله، تفکر خلاق، توانایی مقابله با استرس.

شادی‌بخش در دوره‌های گوناگون تحصیلی ضروری به نظر می‌رسد. در این مباحث به برخی از این موارد اشاره می‌شود:

● ایفای نقش در تکوین شخصیت فردی و اجتماعی دانش‌آموزان سهم بسزایی دارد. در حین ایفای نقش، علاوه بر تثبیت دانش و نگرش، مهارت‌های کلامی و ارتباط اجتماعی تقویت و یادگیری مفاهیم عمیق‌تر می‌شود.

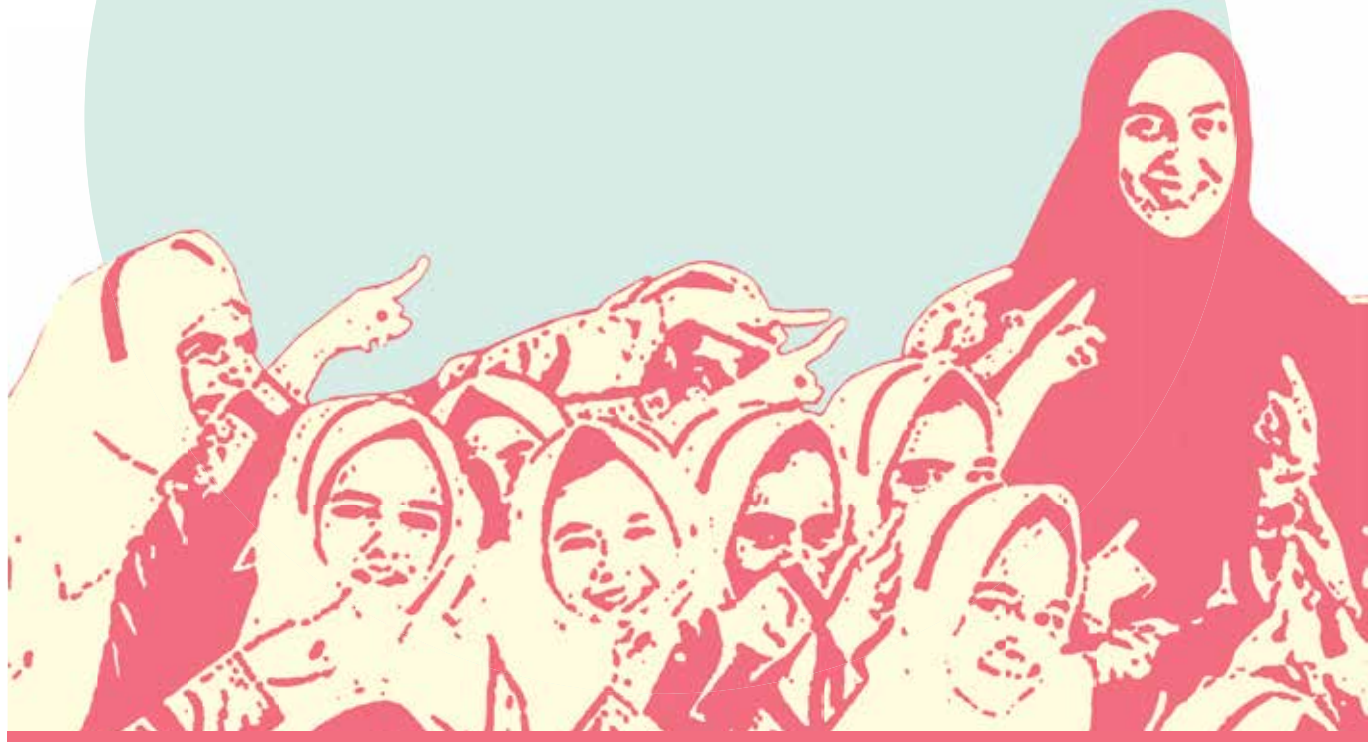
● جذب مشارکت دانش‌آموزان در اداره‌ی کلاس و ترویج روحیه‌ی مشارکت و تعاون در آموزش می‌تواند به احساس مفید بودن و دور شدن از انزوا و کسالت در نوجوانان کمک کند و خود یکی از موارد شاد زیستن است.

● تکریم دانش‌آموزان، ارتباط دو جانبه‌ی مؤثر و مطلوب بین دانش‌آموزان با معلم، احترام متقابل، تحمل تفاوت‌ها، پرهیز از تبعیض، تقسیم عادلانه‌ی نگاه و آشنایی با تفاوت‌های فردی، ایجاد توازن بین توقعات و توانایی‌های دانش‌آموزان، حفظ زیبایی و نشاط انگیزی فضا و انطباق آن با رویکردهای ساحت‌های تربیتی.

● اجرای بازی‌های سنتی و محلی در محیط مدرسه و کلاس و اجرای یک بازی جدید در هر روز یا هفته و در زمانی مشخص و حدود

منابع

۱. آرکانل، مایکل (۱۳۸۲). روان‌شناسی شادی. ترجمه‌ی مسعود گوهری، حمید طاهر نشاط دوست، حسن پالانگ و فاطمه بهرامی. انتشارات جهاد دانشگاهی واحد اصفهان.
۲. اکبرپوران، سینه‌ده (۱۳۹۲). بررسی تجربه‌ی شادی در زندگی روزمره‌ی دانش‌آموزی. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد. دانشکده‌ی علوم اجتماعی. دانشگاه تهران.
۳. ریو، جان. مارشال (۱۳۸۱). انگیزش و هیجان. ترجمه‌ی یحیی سیده‌محمدی. مؤسسه‌ی نشر ویرایش. تهران.
۴. جعفری، سید ابراهیم؛ سیادت، سید علی؛ بهادران، نرگس (۱۳۸۷). «بررسی عوامل مؤثر در شادابی مدارس». اندیشه‌های نوین تربیتی. دوره‌ی ۴ / شماره‌های ۱ و ۲.
۵. آیزنک، م. (۱۳۷۸). همیشه شاد باشید. ترجمه‌ی ز. چلونگر. انتشارات نسل نواندیش. تهران.
۶. کارلسون، ریچارد (۱۳۸۰). زندگی شادمانه. ترجمه‌ی پ. شریفی درآمدی. انتشارات روان‌سنجی. تهران.



## سبک یادگیری و مدیریت کلاس

## ریشه رانشانه بگیر!



لیلا سلیقه‌دار / دکترای برنامه‌ریزی آموزشی

شایستگی‌های حرفه‌ای آموزگاران شامل مهارت‌های گوناگونی است که مدیریت کلاس درس از آن جمله است. بسیاری این توانایی را مترادف با کلاس داری می‌دانند و برخی معیارهای قدیمی را برای آن در نظر می‌گیرند. برای مثال کلاسی که سکوت بیشتری دارد، کلاسی که بدون کم و کاست همه‌ی برنامه‌ها در آن به اجرا درمی‌آید یا کلاسی که آموزگار در آن به چالش رفتاری و انضباطی دانش‌آموزان گرفتار نمی‌شود. در حال حاضر کلاس درس و مدیریت آن با تغییرات و تعبیرات جدیدی همراه است و لزوماً سکوت کلاس یا بنده‌بند اجرا شدن برنامه‌نشان کلاس داری موفق نیست. توجه آموزگار به ریشه‌های رفتاری دانش‌آموزان به کسب موفقیت در مدیریت کلاس درس منجر می‌شود. گاهی ریشه‌های رفتاری به سبک‌های شناختی و یادگیری دانش‌آموزان وابسته است و به همین دلیل رفتارهای ریز و درشت یادگیرندگان در کلاس مانند طرح سؤالات مکرر میان کلام دیگران و مواردی از این دست می‌تواند با توجه و نگاه به ترجیح یادگیری آنان جهت داده شده و منتج به بهبود یادگیری شود. این نوشته به معرفی چند سبک یادگیری و ارتباط آن با مدیریت کلاس درس اختصاص دارد.

کلیدواژه‌ها: سبک یادگیری، سبک شناختی، آموزش

## راه حل غیر متعارف!

ناگهان همه دانش‌آموزان خندیدند، رویم را به کلاس برگرداندم، چهره بشاش و خندان آن‌ها بی‌اراده لبخند را بر لبانم جاری کرد، در عین حال ناراحت شدم که چرا درست موقع پاسخ دادن فاطمه به سؤالات درسی که مشغول نوشتن روی تابلو بودم با یاد لطیفه‌ای بیفتند و بخندند. نگاه تعجب‌آور من موجب شد که یکی یکی تلاش کنند تا امر متوجه جریان کنند. به تابلو نگاه کردم، فاطمه برای پاسخ دادن به سؤال ریاضی به جای نوشتن راه حل‌ها چند شکل که از نظر من بی‌معنی بودند کشیده بود، با خط کشیدن و وصل کردن و خلاصه کارهایی که نمی‌دانستم چه مفهومی دارند در نهایت پاسخ را نوشت که کاملاً هم درست بود. اگر چند سال پیش این اتفاق رخ می‌داد حتماً او را سرزنش می‌کردم و شاید به خاطر برهم زدن کلاس از نمره انضباط او هم کم می‌کردم، اما حالا که بیشتر درباره‌ی شیوه‌های یادگیری می‌دانم درک رفتارهای فاطمه برایم راحت‌تر شده است. از فاطمه خواستم چیزی که در ذهنش می‌گذرد را شرح دهد و پیش از آن برای دانش‌آموزان توضیح دادم که پاسخ فاطمه درست است و می‌خواهیم به راهی که او برای پاسخ به سؤال طی کرده توجه کنیم.

## نامتعارف‌ها

## سبک متعارف در مقابل سبک غیر متعارف

افراد دارای سبک متعارف تمایل به جست‌وجو یا فراهم کردن یک پاسخ صحیح یا جواب معمول و متعارف دارند، در حالی که افراد دارای سبک غیر متعارف ترجیح می‌دهند به وسیله روش‌های غیر متعارف، غیر منتظره و منحصر به فرد به سؤالات پاسخ دهند. (بیلر و اسنومن، ۱۹۹۳) رفتار فاطمه و دانش‌آموزانی مشابه او می‌تواند به این نوع سبک یادگیری مرتبط باشد. زمینه‌ها و فرصت‌های بسیاری در کلاس درس وجود دارد که آموزگار می‌تواند از آن طریق به هر دو سبک یادگیری متعارف و نامتعارف توجه کرده و امکان جلب و جذب یادگیرندگان را فراهم آورد. نمونه‌ای در ادامه آمده است.

رفتارهای رضا، ناراحتی سایر دانش‌آموزان را سبب شده بود. روزی نبود که از او شکایتی نباشد. خیلی راه‌ها را رفته بودم و نتیجه اصلاً رضایت بخش نبود. از رضا خواستم درباره‌ی این اتفاقات با کلاس گفت‌وگو کنیم. او هم موافقت کرد. در جلسه‌ای، دانش‌آموزان را به شکل دایره‌ای در کلاس نشاندیم و مطابق روش بارش فکری، از آن‌ها خواستیم



ایده‌های خود را بیان کنند. برای مثال، پرسیدم به نظر شما چه چیزهایی باعث می‌شود کاری کنیم که موجب ناراحتی دیگران شود. یکی از کارهای رضا را، بدون آوردن اسم او، مثال زدم تا بچه‌ها راحت‌تر بتوانند به صورت عینی نظر بدهند.

در ادامه، خواستم راه‌حل‌های خود را بگویند: اگر چنین حالتی، به خودشان دست دهد، چه کار می‌کنند تا جلوی این رفتار را بگیرند و اگر دیگری موجب ناراحتی آن‌ها شد، چه واکنشی نشان می‌دهند؟

پاسخ‌ها و راه‌حل‌ها بی‌نظیر بودند و تازه متوجه شدم تا حالا خیلی کار خاصی انجام نداده بودم. از همه جالب‌تر، ایده‌های رضا بود! گویا برای بار اول بود که می‌توانست به خودش و رفتارهایش نوع دیگری نگاه کند. این واقعیت انکارناشدنی که از آن روز به بعد بسیاری از شکایت‌های گذشته رفع شدند.

### هزاران راه تا ...

تکلیف و تمرین از جمله فرصت‌های نابی است که می‌تواند به دانش‌آموزان کمک کند تا از ظرفیت‌های ناشی از سبک‌های یادگیری متعارف و غیرمتعارف بهره‌مند شوند و یاد بگیرند که چطور پاسخ‌هایشان متناسب با موقعیت‌های گوناگون تنظیم کنند و هر جا لازم است به‌گونه جدیدی ببینند و گاهی هم بدون دستکاری جواب روشنی را دنبال کنند. برای مثال برای تقویت درک و یادگیری دانش‌آموزان در زمینه آزمایش‌های درس علوم گام‌های زیر طراحی و پیشنهاد می‌شود.

پس از اینکه مفهوم درس جدید به روش‌های گوناگون به دانش‌آموزان معرفی شد و نمونه آزمایش‌های مربوط به آن به اجرا درآمد، یک یا چند فرضیه از آزمایش را در اختیار دانش‌آموزان قرار می‌دهیم و از آن‌ها می‌خواهیم با توجه به آن، آزمایشی طراحی کنند و تأیید یا رد شدن فرضیه را نشان دهند. شیوه‌های طراحی آزمایش می‌تواند به ذهن‌های مبتنی بر سبک نامتعارف آزادی عمل داده و انتظار تنوع آزمایش‌هایی داشته باشیم. گروه‌بندی کردن و کنار هم قرار دادن دانش‌آموزان برای این منظور می‌تواند سودبخش باشد.

نمونه همین فعالیت در خصوص مسئله‌ها نیز صدق می‌کند. پس از دریافت مفهوم اصلی درس توسط دانش‌آموزان، از آن‌ها دعوت می‌کنیم تا برای راه‌حل ارائه شده مسئله بسازند.





### با هم و از هم جدا! سبک وابسته به زمینه در مقابل نایسته به زمینه

قضاوت‌ها و برداشت‌های شخصی بعضی از یادگیرندگان تحت تأثیر زمینه، موضع یادگیری قرار می‌گیرد، در حالی که برای بعضی از اشخاص دیگر تأثیر زمینه بسیار اندک است یا اصلاً وجود ندارد (سیف، ۱۳۹۸). این تعریفی از دو سبک یادگیری وابسته و نایسته به زمینه است.

خیلی غمگین بود. تازه به عنوان مأمور انضباطی کلاس انتخاب شده بود. چیزی که بسیار منتظر و مشتاق بود، اما حالا با اصرار می‌خواست به قبل برگردد. در حرف‌هایش می‌گفت: «بچه‌ها به حرف من گوش نمی‌دهند، از اول هم همه بچه‌ها از انتخاب من ناراضی بودند، در مدرسه‌ی ما مأمور انضباط شدن خیلی در دسر دارد و...» یادم افتاد او در شرایط دیگر هم همین ویژگی را دارد. وقتی از یادگیری درسی‌اش راضی و خوشحال است، مدام می‌گوید کلا برای این رشته ساخته شده و ن از ریشه با یادگیری این درس حال خوبی دارد. جدا کردن مسئله‌ها از هم برای او کار بسیار سختی است و در اینکه یک اتفاق را جزئی از یک کل ببیند که در عین حال مستقل از آن است، چندان توانا نیست.

به افراد دارای سبک وابسته به زمینه کلی‌نگر و به افراد دارای سبک نایسته به زمینه تحلیلی‌نگر نیز می‌گویند، زیرا گروه اول شکل و زمینه را در یک ترکیب کلی می‌بینند و جداسازی شکل از زمینه برای آنان دشوار است، اما افراد گروه دوم شکل و زمینه را جدا از هم می‌بینند.

### تنها یا با گروه؟

دانش‌آموزانی که از نظر سبک‌های یادگیری، مستقل از زمینه یا وابسته به زمینه‌اند، در فعالیت‌های تحصیلی و انجام تکالیف نیز با یکدیگر تفاوت دارند. گروه مستقل از زمینه ترجیح می‌دهند تنها کار کنند، می‌توانند کوشش‌های خود را در رابطه با انجام پروژه‌ها و حل مسائل سازمان دهند و دوست دارند هدف‌هایشان را خودشان تعیین کنند. از سوی دیگر، یادگیرندگان وابسته به زمینه ترجیح می‌دهند در گروه کار کنند، با آموزگار تعامل بیشتری داشته باشند. (هوهن، ۱۹۹۵)







غیر متعارف‌ها و نیز وابسته و نایسته به زمینه در این نوشته مورد بررسی قرار گرفت. مطابق این سبک‌ها می‌توان نتیجه گرفت همه دانش‌آموزان به تشویق کلامی و بیرونی به صورت یکسان پاسخ نمی‌دهند، تنوع رفتار آموزگار و تلاش برای برانگیختن درونی مخاطبان دارای اهمیت بسیاری است. همچنان‌که همه دانش‌آموزان از سؤالات مشخص و پاسخ‌های روشن لذت نمی‌برند و راه خود را از طرق گوناگون و با داشتن اختیار و آزادی عمل بیشتر در پاسخ‌دهی به سؤالات پیدا می‌کنند و به همین جهت لازم است در قانون‌گذاری و تعیین انتظارات برای کلاس درس، به ارائه صرف برخی دستورات بسنده نکنیم و توجه داشته باشیم که چه شیوه‌های دیگری برای تحقق هدف یادگیری در بستر انضباط در کلاس وجود دارد و دانش‌آموزان به آن چگونه می‌اندیشند.

پی‌نوشت

1. Hohn, R.L.

بیشتر بدانیم، بیشتر بخوانیم

1. سیف، علی‌اکبر (۱۳۹۸)، روان‌شناسی پرورشی نوین: روان‌شناسی یادگیری و آموزش. ویرایش هفتم. تهران: دوران.
2. Bielher, R.F. & Snowman, J., (1993). Psychology applied to teaching (1th ed). Boston Houghton Mifflin Blagrove, M., and Tueker, M. (2014). Individual differences in locus of control and the reporting of lucid dreaming. Personality and Individual Differences. 19(9), 11-914.
3. Hohn, R.L. (1995). Classroom Learning and teaching. Boston: Longman.3.

کردم و واکنش‌های بچه‌ها را دیدم، متوجه شدم اشتباه می‌کردم. هنوز تعداد زیادی از دانش‌آموزان به جایزه‌های ریز و درشت مدرسه دلخوش هستند و برایشان مهم است. هر چند برای برخی هم این موضوع چندان جذاب نیست، اما به خاطر باقی دانش‌آموزان، سبد جایزه را راه انداختیم. دانش‌آموزان می‌توانستند دست‌سازه‌های خود را درون سبد بگذارند، جملات مثبت بنویسند، نقاشی بکشند و خلاصه حس خوب را در هر چه که در دسترس دارند، به سبد جایزه اهدا کنند. هر زمان نوبت اهدای جایزه‌ی انتخاب به صورت تصادفی صورت می‌گرفت و جایزه‌ی هر فرد تعیین می‌شد. حتی یک بار جایزه‌ی یکی از دانش‌آموزان همان دست‌سازه‌ای شد که خودش درست کرده بود. اما او بسیار خوشحال بود و از گرفتن جایزه غرق در سرور شد.

### استفاده از رسانه‌ها و یادگیری

از دیگر ویژگی‌های مربوط به سبک یادگیری وابسته به زمینه این است که این افراد در یادگیری مطالبی از قبل سازمان‌داده شده نسبت به مطالبی که انسجام کافی ندارند توانا تر هستند. در حالی که افراد مستقل از زمینه مطالبی را که خودشان سازمان‌دهی می‌کنند، بهتر از مواد از قبل سازمان‌دهی شده فرا می‌گیرند.

یکی از ایده‌هایی که از روش تدریس پیش‌سازمان‌دهنده گرفتیم نقشه‌ی مفهومی است. بسیاری از دانش‌آموزان هنگام مواجهه با نقشه‌ی مفهومی که مفاهیم درس را در یک سازمان مشخص نشان می‌دهد به یادگیری عمیق‌تری می‌رسند. برای این منظور یکی از تمرین‌های کلاسی تهیه و طراحی نقشه مفهومی است. گاهی این وظیفه را به عهده دانش‌آموزانی می‌گذارم که اغلب کارشان را زودتر از دیگران تمام کرده‌اند و عملاییکاری آن‌ها مخل کلاس است. بعد از اتمام کار نیز، نمونه نقشه‌های تهیه‌شده را روی تابلوی کلاس نصب می‌کنم.

### کو تاه سخن

شناسایی سبک‌های یادگیری منبع ارزشمندی برای رفتارهای حرفه‌ای آموزگار است. هر چند رفتار دانش‌آموزان وابسته به هر سبکی از یادگیری می‌تواند در مدیریت کلاس درس آموزگار تعیین‌کننده باشد، برای اختصار دو سبک مربوط به متعارف‌ها و

یکی از دشواری‌های کلاسی، گروه‌بندی دانش‌آموزان است. برخی مواقع دانش‌آموزان علاقه‌ای به کار گروهی از خود نشان نمی‌دهند یا از پذیرش اعضای گروه تعیین‌شده‌شان سرباز می‌زنند. از جمله راهکارهایی که برای رفع این مشکل به کار گرفتم، این است که از ابتدای سال با دانش‌آموزان قرار می‌گذارم گروه‌بندی‌ها بر اساس موقعیت متفاوت است و میل و رغبت شما نیز در نظر گرفته می‌شود. به همین دلیل لازم است هر زمان گروه‌بندی از قبل تعیین‌شده‌ای رخ می‌دهد، بپذیرند. برای این منظور گاهی انتخاب اعضای گروه به خودشان واگذار می‌شود و گاهی می‌توانند انتخاب کنند که می‌خواهند فعالیت تعیین‌شده را در گروه دو تا چهار نفری انجام دهند، یا به صورت انفرادی دنبال کنند. البته گاهی هم اعضا و گروه‌ها را خودم تعیین می‌کنم.

### تعادل در زمینه!

نتایج مطالعات و بررسی‌ها نشان می‌دهد که ویژگی‌های مربوط به دو گروه وابسته و نایسته به زمینه غالباً در اکثریت افراد دیده می‌شود و اغلب دانش‌آموزان در حد میانه‌ی این دو سبک قرار دارند و تنها از بعضی جنبه‌ها متمایل به یکی از دو سوی پیوستار وابسته به زمینه و مستقل از زمینه هستند. در عین حال هیچ‌یک از دو سبک به دیگری برتری نداشته و هر یک در موقعیت‌هایی به خصوص به کار می‌آیند (سیف، ۱۳۸۹).

### سبد جایزه

افراد مستقل از زمینه بیشتر تحت تأثیر چارچوب‌های درونی خود هستند و به همین دلیل تقویت‌کننده‌ها مانند جایزه تأثیر چندانی بر آن‌ها ندارند. در مقابل، افراد وابسته به زمینه به تقویت‌کننده‌های بیرونی بهتر پاسخ می‌دهند. بر این اساس افراد مستقل از زمینه نسبت به افراد وابسته به زمینه تمایل بیشتری به انگیزش درونی دارند. به عبارت دیگر، جایی که انگیزش درونی در کار است افراد مستقل از زمینه موفق‌ترند و زمانی که انگیزش بیرونی و پاداش‌های مادی و اجتماعی در کار است افراد وابسته به زمینه موفق‌ترند.

احساسم این بود که دوره‌ی کمد جایزه به پایان رسیده است و دانش‌آموزان امروزی همه چیز دارند. در عین حال، جایزه‌های مدرسه با آنچه بچه‌ها دوست دارند داشته باشند فاصله‌ی زیادی دارد. اما وقتی ایده‌ی سبد جایزه را در کلاس مطرح

# بلا به دور!

## نکاتی برای کاهش آسیب بلایای طبیعی



بهاره جلالوند

سیل، زلزله، آتش‌سوزی و ... خانه، محل کار و مدرسه نمی‌شناسند. این حوادث، در سرتاسر جهان جان افراد زیادی را به خطر می‌اندازند. حتماً می‌گویید ما که نمی‌توانیم مانع از بروز آن‌ها شویم، پس کار چندانی از دستمان بر نمی‌آید. واقعیت این است که با داشتن آمادگی از قبل، می‌توان خسارت‌های مالی و جانی این بلاها را به حداقل رساند. آمادگی در برابر چنین مخاطراتی، صرفاً به خانه و خانواده ختم نمی‌شود و تک‌تک افراد جامعه باید آموزش‌های لازم را در این باره ببینند.

زهر کبیری، کارشناس حرفه‌ای مدیریت امداد و سوانح طبیعی است. او همچنین به عنوان مربی دوره‌های امداد و کمک‌های اولیه، در طرح «دادرس» جمعیت هلال احمر (دانش آموز آماده در روزهای سخت)، فعالیت دارد و طی این گفت‌وگو، در رابطه با مدیریت بحران، چند نکته‌ی مهم را به آموزگاران می‌گوید.

### چرا پرداختن به بحث مدیریت بحران برای

مدرسه‌ها تا این حد حائز اهمیت است؟ کشور ما یکی از حادثه‌خیزترین نقاط جهان محسوب می‌شود. سالانه مخاطراتی چون زلزله، سیل و آتش‌سوزی در کشور رخ می‌دهند که خسارت‌های زیادی در پی دارند؛ ضمن اینکه امنیت روانی جامعه را دچار تزلزل می‌کنند. از آنجا که دانش‌آموزان و آموزگاران در ایام تحصیل ساعات زیادی از وقت خود را در مدرسه می‌گذرانند، ارتقای سطح مهارت‌های ایمنی و امدادی آموزگاران ضروری و اجتناب‌ناپذیر است. علاوه بر این، باید توجه داشت، آموزش و ایجاد آمادگی در برابر وقوع مخاطرات در میان دانش‌آموزان و به‌طور کلی افزایش تاب‌آوری مدرسه‌ها، می‌تواند در کاهش آسیب‌ها و خسارت‌های جانی نقش مهمی ایفا کند. مدرسه‌ی آماده در برابر وقوع مخاطرات، مدرسه‌ای است که بتواند آسیب‌پذیری را به حداقل برساند و توان مقابله با حوادث را نیز داشته باشد. علاوه بر ایجاد مدرسه‌ی ایمن، مطلوب است آموزگاران و دانش‌آموزان آموزش‌های عمومی را در این زمینه فرا بگیرند و البته مانورهایی را همراه با تمرین و تکرار، به شکل مستمر، برگزار کنند.

### ارتقای سطح آگاهی آموزگاران در این زمینه چه تأثیری دارد؟

ارتقای سطح علمی آموزگاران و در کنار آن ارتقای سطح عملی مهارت‌های امدادی و کمک‌های اولیه در قالب دوره‌های حضوری، بازآموزی، می‌تواند تأثیر بسیار مهمی در کاهش آسیب‌های جانی دانش‌آموزان داشته باشد. آموزش این مهارت‌ها به دانش‌آموزان، می‌تواند این مفاهیم را به خانواده‌ها و سایر افراد جامعه نیز انتقال دهد.

### این آموزش باید به چه شکل باشد؟

آموزگاران باید توجه کنند که برای اثر بخشی آموزش در زمینه بحران که مخاطب آن دانش‌آموزان ابتدایی هستند، باید به سادگی مفاهیم توجه ویژه داشته باشند و آموزش‌ها را به دور از هر گونه پیچیدگی مطالب و مفاهیم در نظر بگیرند. یکی دیگر از مواردی که در این آموزش باید مد نظر قرار بگیرد، ایجاد جذابیت است که در کنار آن، استفاده از ابزارهای کمک آموزشی می‌تواند بسیار مؤثر باشد و به تجسم و درک بهتر دانش‌آموز دوره‌ی ابتدایی کمک کند. مشارکت و پویایی در فرایند آموزش و یادگیری، ایجاد شور و انگیزه در دانش‌آموزان و گرفتن بازخورد از نحوه‌ی آموزش نیز موضوع بسیار مهمی است.



دانش آموزان باید آموزش داده شود که حتی در شرایط عادی، به سمت درهای خروجی هجوم نبرند، چون این کار می‌تواند آسیب‌های جدی در پی داشته باشد. دانش آموزان هنگام خروج، ضمن حفظ خونسردی، باید یکدیگر صحبت نکنند و به توصیه‌ی آموزگار گوش بدهند. ندویدن و هل ندادن دیگران، برای پیشگیری از صدمه، باید به دانش آموزان آموزش داده شود. آموزگار در زمان خروج اضطراری باید در جلو یا انتهای صف دانش آموزان قرار بگیرد و یکی از دانش آموزان هم به عنوان نماینده (از قبل تعیین شود)، در ابتدا یا انتهای صف باشد. پیش از بروز حوادث، باید بر چسب‌هایی با عنوان «تخلیه شد»، تهیه شود تا در زمان بروز حادثه و پس از تخلیه‌ی اضطراری برای چسباندن روی در، مورد استفاده قرار بگیرند. این چسب‌ها به تسریع کار نیروهای امدادی کمک می‌کند.

#### ■ آتش سوزی هم از دیگر حوادثی است که می‌تواند اتفاق بیفتد. خاموش کردن آتش چگونه باید باشد؟

برای خاموش کردن آتش باید از نیروهای امدادی کمک گرفت و به سرعت آتش سوزی را گزارش کرد. با این حال، مطلوب است آموزگاران کلیاتی در رابطه با خاموش کردن آتش بدانند. سه روش برای اطفای حریق وجود دارد که می‌توان به سرد کردن (پایین آوردن دما و حذف گرما از حریق)، دور کردن مواد سوختنی از حریق و خفه کردن (جلوگیری از رسیدن هوا به حریق)، کمک گرفت. برای خاموش کردن مواد جامد مانند چوب، می‌توان از آب کمک گرفت. برای خاموش کردن حریق‌های کوچک، استفاده از حوله یا پتوی خیس می‌تواند مفید باشد. اما در حریق‌هایی که مواد سوختنی بزرگ وجود دارند و احتمال انفجار مطرح است، باید جریان گاز را با بستن شیر آن قطع کرد. باید هر کلاس را به کپسول آتش‌نشانی مجهز کرد و روش استفاده از این کپسول، توسط نیروهای امدادی به آموزگاران و دانش آموزان، متناسب با سنشان، آموزش داده شود.

#### ■ در شرایطی که آموزش مجازی و در خانه است، چه راهکاری برای ارائه‌ی این آموزش‌ها وجود دارد؟

در این شرایط هم باید آموزش‌های مربوط به بحران را به شکل آنلاین برگزار کرد. برای این منظور، بهره‌گیری از وسایل کمک آموزشی و فیلم می‌تواند مفید باشد. همچنین، آموزگاران و والدین می‌توانند فیلم‌ها و موارد آموزشی را روی سایت آموزش همگانی جمعیت هلال احمر، به نشانی [khadem.ir](http://khadem.ir) مشاهده کنند. در شرایط فعلی، مانورهای فرضی و تمرین و تکرار موارد یادشده، به جای مدرسه، در منزل انجام می‌شود.



#### ■ به طور کلی کلاس ایمن چه ویژگی‌هایی دارد؟

آموزگاران علاوه بر ارتقای سطح آگاهی خود در رابطه با بحران و مدیریت آن، باید از ویژگی‌های کلاس ایمن آگاه باشند. اجسام سنگینی چون قفسه‌ها و کمد دیواری باید با چند نبشی به دیوار و زمین محکم شوند تا در صورت بروز حادثه (به ویژه زلزله)، پرت نشوند. تخته‌ی کلاس و رخت‌آویزها نیز باید به شکل یادشده به دیوار نصب شوند. وسایل کمک آموزشی و اشیای بزرگ و سنگین نیز باید در قفسه‌های پایین قرار بگیرند. سالم بودن درها و دستگیره‌ی درهای کلاس مهم است. چنانچه درها به سمت بیرون باز شوند، در هنگام مخاطراتی چون زلزله، امکان خروج راحت‌تر خواهد شد. به غیر از در کلاس، باید به لیز نبودن موزاییک‌های کف کلاس نیز توجه شود. بخاری و به طور کلی وسایل گرمایشی که احتمال ایجاد آتش سوزی را دارند، باید در گوشه‌ای از کلاس و خارج از مسیر رفت و آمد دانش آموزان قرار بگیرند. این وسایل بهتر است بالاتر از سطح زمین باشند. پنجره‌های کلاس بهتر است در ارتفاع یک متری از سطح زمین قرار بگیرند. نصب حفاظ نرده‌ای با قابلیت باز شدن در مواقع اضطراری، برای تمام پنجره‌های مشرف به حیاط مدرسه یا کوچه و خیابان ضروری است و باید مورد توجه قرار بگیرد.

#### ■ با توجه به اینکه کشور ما جزو مناطق زلزله خیز جهان محسوب می‌شود، پناهگیری در زلزله به چه صورت است؟

به غیر از ایمن‌سازی کلاس، یکی دیگر از مواردی که آموزگاران باید به آن توجه داشته باشند، آموزش پناهگیری صحیح به دانش آموزان است. به دانش آموزان بگویید در زمان بروز زلزله، در هر جایی که قرار دارند، به حالت نشسته روی زانوی خود قرار بگیرند (در واقع حالتی مانند افتادن). محافظت خیلی سریع از سر و گردن، با کمک گرفتن از دست و بازو، مورد دیگری است که باید به دانش آموزان آموزش داد. در صورت قرارگیری نزدیک میزی محکم و غیر شیشه‌ای، باید زیر آن پناه گرفت و با یک دست و بازو، از سر و گردن خود محافظت کرد و با دستی دیگر، پایه‌ی میز را نگه داشت.

#### ■ درباره‌ی تخلیه‌ی اضطراری ساختمان در زمان بروز حادثه توضیح می‌دهید؟

پیش از هر حادثه‌ای باید تخلیه‌ی اضطراری و خروج ایمن را به دانش آموزان و آموزگاران آموخت. مسیرهای خروج باید همواره باز و ایمن باشند. به

# شادای هنری

## کاربرد نمایش خلاق در تدریس



سمیه ولی زاده  
معاون آموزشی دبستان برهان

ساحت زیبایی‌شناختی هنری، مؤلفه‌ای به مثابه طراحی آموزشی است؛ به شیوه‌ای که با برانگیختن هم‌زمان تجربه‌ی حسی، لذت، جذابیت، رضایتمندی و سودمندی، مهارت‌محوری، یادگیری مادام‌العمر، کاربردی، آموزش چندحسی و فعالیت جمعی، می‌توان توأمان فرایند یاددهی - یادگیری و نشاط و پویایی کلاس را در حین آموزش تسهیل کرد. به کمک مؤلفه‌های فنون تدریس و شناخت عناصر زیبایی‌شناسی هنری می‌توان به اثرگذاری تدریس بر خط نیز کمک کرد.

### کلیدواژه‌ها: فنون تدریس، زیبایی‌شناسی هنری، آموزش برخط

از شاخصه‌های اساسی فنون تدریس می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:  
پرهیز از یکنواختی صدا در صحبت؛ حرکات هدفمند مریبی در کلاس، استفاده از ایماژها و حرکات زبان بدن؛ «نقش‌بازی کردن» در کلاس درس؛ توجه به حالات عاطفی و هیجانی فراگیرندگان؛ عمل غیرمستقیم؛ مشورت کردن و روحیه‌ی مشارکتی؛ قدرت

تخیل و تجسم در تدریس؛ ادراکات حسی؛ کاربرد در روش تدریس، مهارت‌آموزی در تدریس؛ امکان جبران و واسطه‌قرار دادن و...

با کمی تأمل در موارد اشاره‌شده به راحتی هر کدام از این مؤلفه‌ها را می‌توان در اهداف ساحت زیبایی‌شناختی هنری (به صورت موردی نمایش خلاق) از قبیل: فن بیان، شناخت گفتار و نحوه‌ی بیان اصوات (در فضای مجازی)، زبان بدن، تسلط و تمرکز در حرکات بدن (چشم، ابرو، دهان، انگشتان دست، سر و پاها)، لذت و تلفیق احساسات با مفاهیم قرار داد.

در حقیقت نمایش خلاق در یاددهی - یادگیری یک فعالیت نیمه ساخت‌دار است که بر فرایند تمرکز دارد. تصور نمایش خلاق بدون گروه ممکن نیست. شرکت در نمایش خلاق به تحول خلاقیت، ابتکار و کنجکاوی کمک می‌کند، حال آنکه مقایسه‌ی یافته‌های هر یک از مؤلفه‌های ساحت زیبایی‌شناسی (به صورت موردی نمایش خلاق) با فنون تدریس را می‌توان در جدول صفحه‌ی بعد مشاهده کرد:

با مقایسه‌ی مؤلفه‌های فنون تدریس و ارتباط هر یک با شاخص‌های زیبایی‌شناسی هنری، به علم و لزوم آن در آموزش پی می‌بریم. آموزگاران کافی است خود نیز آموزش‌های لازم مؤلفه‌های نمایش خلاق<sup>۳</sup> را در دوره‌هایی کوتاه مدت و یا بلندمدت، به صورت ضمن خدمت، بگذرانند تا آثار آن را ابتدا در فنون تدریس و نحوه‌ی کلاس‌داری خود مشاهده و سپس تأثیراتش را در حیطه‌ی یاددهی و یادگیری فراگیرندگانشان مشاهده کنند.



پی‌نوشت‌ها

1. body language
2. Teamwork

۳. مؤلفه‌های نمایش خلاق: بدن، بیان و تخیل منابع

1. Libman.K. (2001).What is in a name? An exploration of the origins and implications of the terms creative dramatics and creative drama.Youth Theatre Journal.15,23-32
2. Erbay,F.,&Dogru,S.Y. (2010). The effectiveness of creative drama education on the teaching of social communication social and Behavioral sciences.2,4475-4479
3. Annarella,L.A. (2000).Using creative drama in the writing and reading.Retrieved August 21,2010 from:  
-http://www.eric.ed.gov/erccwebportal/recorddetail?accno

تطبیق فنون تدریس با علم زیبایی شناسی هنری	مؤلفه‌های ساحت زیبایی شناسی هنری (هنر نمایش خلاق)	برخی از مؤلفه‌های فنون تدریس معلمی
نوسانات صدای مربی در هنگام تدریس موجب می‌شود متریبان شنوندگان فعالی باشند.	فن بیان، شناخت گفتار و نحوه‌ی بیان اصوات-کلام و حروف	پرهیز از صدای یکنواخت در صحبت
بین حرکات آموزگاران و فراگیرندگان رابطه‌ی مستقیم وجود دارد (شعبانی، ۱۳۸۲). معلم با اجرای حرکات هدفمند می‌تواند کلاس را در دست بگیرد. در نتیجه یادگیری بهتر می‌شود. اشارات درست و به موقع مربی بر دقت متریبی می‌شود. (body language) مهارت	فن بدن تسلط و تمرکز در حرکات بدن، شناخت چگونگی عمل هر یک و ایجاد تناسب و تعادل میان اجزا، شناخت صحیح حرکات چشم، ابرو، دهان، انگشتان دست، سر و پاها	حرکات هدفمند مربی در کلاس، استفاده از ایماژها و حرکات body language زبان بدن
گاهی اوقات متریبان، با هنر «فیلم بازی کردن»، متریبان را به صورت غیرمستقیم آگاه می‌کنند. رفتار و عمل غیرمستقیم در آموزش، فراگیرندگان را از جبر مطلق دور می‌سازد و فرایند آموزش را با آرامش همراه می‌کند.	بسیاری از موضوعات را به کمک ساحت هنری می‌توان به همراه لذت و تلفیقی احساسات بازگو کرد. با ایفای نقش تأثیرات غیرمستقیم مفاهیم سخت و دشوار را می‌توان به مخاطبان آموخت	نقش بازی کردن در کلاس درس (عمل غیرمستقیم)
شناخت صحیح عواطف و هیجانات هر یک از متریبان با توجه به هویتشان، موجب تعامل و درک صحیح متقابل می‌شود.	از طریق شناخت دقیق عواطف می‌توانیم به تقویت و کنترل احساسات کمک کنیم	توجه به حالات عاطفی و هیجانی فراگیرندگان
نتایج فعالیت‌های تیم‌ورکی T در یادگیری مجموعه‌ای از teamwork مهارت‌ها، توانمندی‌ها و انرژی‌ها را در بر می‌گیرد	ساحت زیبایی شناسی نمایش نوعی فعالیت تیمی است که قدرت همدلی و هم‌زبانی و مشارکت را افزایش می‌دهد	مشورت کردن و روحیه‌ی مشارکتی
خلاقیت در شیوه‌های تدریس مربی حواس پنج‌گانه متریبان را فعال می‌سازد و کلاسی با نشاط را به همراه دارد. درک صحیح موجب وسعت نظر در جهان‌بینی تدریس و نحوه‌ی ارائه‌ی آن می‌شود و فراگیرندگانی جنگجو و کاوشگر می‌آفریند.	فن تخیل در ساحت زیبایی شناسی هنری موجب افزایش خلاقیت و ادراکات حسی می‌شود. تمرین‌های تخیل زیبایی شناسی هنری (مثال: تصور کنید در یک منطقه سردسیر گیر افتاده‌اید) به شناخت و درک دقیق و صحیح نسبت به پیرامون و جهان کمک می‌کند.	قدرت تخیل و تجسم و ادراکات حسی در تدریس
کاربردی کردن، جان‌بخشی و کاراکترسازی در نحوه‌ی تدریس مفاهیم و موضوعات، تدریسی لذت‌بخش را به ارمغان می‌آورد. تدریس مهارت محور یادگیری مادام‌العمر را در کودکان افزایش می‌دهد، به گونه‌ای که فراگیرندگان کاربرد هر یک از علوم را درک می‌کنند.	کاربردی ساختن مفاهیم درس‌های نظری به کمک ساحت زیبایی شناسی، نمایش خلاق و از طریق محول کردن فراگیرندگان، هنگام نقش‌آفرینی‌های گوناگون، مهارت‌های مختلف را به صورت غیرمستقیم تجربه می‌کنند.	کاربرد و مهارت‌آموزی در تدریس
وساطت و ضمانت همکاران در مواقع ضروری، زمینه‌ای است برای کسب یک فرصت جدید و امکان جبران به فراگیرندگان هدف و توأمان حفظ حرمت و مقام متریبان	به کمک ایفای نقش و با بازی در ساحت زیبایی شناسی، همکاران را واسطه قرار می‌دهیم تا به فراگیرندگان هدف فرصت دوباره در کلاس داده شود.	امکان جبران و واسطه قرار دادن

# خوابم را پرانندی!

## نقش بازی در کنترل رفتار و آموزش



محمد حسن بهروزیان  
مدرس مراکز تربیت معلم اصفهان

برخلاف کودکانی که زیاد حرکت می‌کنند، کودکانی وجود دارند که به نظر می‌رسد از روی عادت خواب آلود هستند. هم کودک پر تحرک و هم کودک خواب آلوده، به کمک نیاز دارند تا بتوانند خود را کنترل کنند که فعالیت‌های یادگیری خود را در منزل و محل آموزش به خوبی دنبال کنند. بازی می‌تواند به این روند کمک کند.

### کلیدواژه‌ها: بازی، آموزش، پاسخ بدنی

یکی از راه‌های طبیعی کنترل رفتار کودکان، تشویق آن‌ها به انجام فعالیت‌های بدنی مناسب است، زیرا آن‌ها با انجام حرکات بدنی و مهارتی پیچیده یا تقلید رفتار دوستان خود، می‌توانند رفتارهای خود را کنترل کنند و حالتی طبیعی پیدا کنند. کودکان پر تحرک یا کم تحرک اگر مشکلات دیگری نداشته باشند، غالباً می‌توانند به طور منطقی بازی کنند، ولی چنانچه بازی آن‌ها منطقی و حساب شده نباشد، دچار مشکلاتی در آموزش پذیری یا حتی بی‌خوابی می‌شوند. بین شایستگی کودکان در بازی و هوش آن‌ها ارتباط وجود دارد. در نتیجه می‌توان بین آموزش، تفکر و مهارت‌های بدنی هماهنگی ایجاد کرد. زمانی که بعضی از کودکان بیش از حد نا آرام یا گوشه گیرند، باید به مربیان و والدین آن‌ها توصیه کرد رفتار مشترکی را برای عادی سازی آنان در پیش گیرند. فعالیت‌های مناسب در قبل از شروع درس یا زنگ تفریح، سبب می‌شود کودکان آرامش



روحي لازم را کسب و در نتیجه در طول روز در مدرسه یا خانه راحت تر و آرام تر عمل کنند.

### انواع بازی

بعضی از بازی‌ها برای هماهنگی عضلات و کاهش تنش در کودکان هستند و برخی در تنظیم تفکر آن‌ها نقش مهمی دارند. بازی، شوق می‌آفریند، علاقه به وجود می‌آورد، به میل و رغبت میدان تلاش می‌دهد و وقتی به موفقیت و پیروزی می‌رسد، کامیابی حس می‌شود.

البته نباید استعدادهای آن‌ها را به بازی گرفت، بلکه باید با بازی آن‌ها را تقویت کرد. لازم به توضیح است، گرچه فعالیت‌های بدنی در کودکان پر تحرک و خواب‌آلود یا خاموش تأثیر فراوانی دارد، ولی به هیجان آوردن کودکان بسیار آسان‌تر از آرام کردن آن‌هاست. یکی از بازی‌های مناسب برای والدین و مربیان، برای کنترل رفتار کودکان در مدرسه و خانه، داستان‌های حسی-حرکتی هستند؛ به این صورت که می‌توان برای کودکان داستان‌هایی را تعریف کرد و از آن‌ها خواست حرکات قهرمان‌های داستان را به آرامی و با تحرک کنترل شده، به روش‌های گوناگون نشان دهند. با این شیوه‌ی فعال، غالباً می‌توان برخی از افراد کم‌تحرک یا آرام را به تحرک بیشتر تشویق کرد.

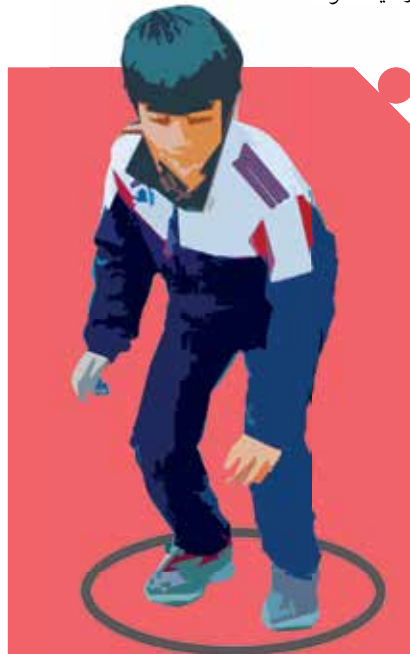
بازی دیگر، برقراری توازن میان حرکت و انجام تکالیف درسی است، به طوری که آن‌ها را به کنترل رفتار تشویق کنیم. کودک در زمان انجام یک فعالیت، باید با خودش صحبت کند. این عمل به رشد مهارت‌های مدیریت شناختی کمک می‌کند. بعد از آرام کردن کودک با روش با خود صحبت کردن، به همراه انجام فعالیت‌های گوناگون، او در مورد برنامه‌ریزی و انجام وظایف کلاسی بیشتر فکر می‌کند. در نتیجه، به نوعی خودکنترلی در او ایجاد می‌شود. حتی برای دانش‌آموزان دوره‌های تحصیلی متفاوت، مطلوب‌تر از این نیست که به طور هم‌زمان فکر و حرکت کنند. از این روش برای آموزش موضوعات گوناگونی مثل زبان یا فیزیک استفاده می‌شود (مثلاً معنی بعضی لغات فارسی یا عربی را با حرکتی نشان دهند).

به کارگیری روشی به نام «مجموع پاسخ بدنی» یا همان روش ترکیبی تفکر و تحرک در یادگیری، به مراتب بیش از روش‌های سنتی آموزش می‌تواند در یادگیری محتوای برنامه‌ی درسی مؤثر باشد. یکی از معمول‌ترین مثال‌ها، استفاده از انگشتان برای شمارش و محاسبه است. می‌توان در درس جغرافیا شکل نقشه‌ی کشور مورد نظر را با بدن نشان داد.

همچنین، می‌توان از اعضای بدن به عنوان مدل حل مسائل ریاضی استفاده کرد برای مثال، در ضرب یک عدد دورقمی در یک عدد یک رقمی، می‌توان از پاها به عنوان عدد دورقمی و از زانوی راست به عنوان عدد یک رقمی استفاده کرد. آن‌گاه دانش‌آموزان می‌توانند برای انجام عملیات، به این شکل عمل کنند: ضربه به زانوی راست و پای راست برای محاسبه‌ی اولین رقم (که آن را با ضربه به ران نشان می‌دهند)، ضربه روی زانوی راست و پای چپ، برای محاسبه‌ی دومین رقم (که آن را با ضربه بر سینه نشان می‌دهند)، ضربه به ران و سینه (که نشان‌دهنده‌ی مجموع دورقم است) و ضربه به سر (که نشان‌دهنده‌ی حاصل ضرب خواهد بود). با تکرار حرکات جسمی که فرایندهای یادگیری خاصی را بیان می‌کنند، دانش‌آموزان می‌توانند به تدریج آن‌ها را درونی کنند و کاملاً یاد بگیرند.

### لزوم ارتباط غیرکلامی

امروزه انسان تلاش دارد در روابط خود بیشتر از ارتباط‌های غیرکلامی استفاده کند. در نتیجه، حرکات بدنی هدایت می‌شوند و کنترل رفتار کودکان و نوجوانان نقش مهم خود را آشکار می‌کند. حتی اگر مربیان و والدین در ارتباط با فراگیرندگان و فرزندان خود از ارتباط غیرکلامی (حرکات بدن) استفاده کنند، می‌توانند مؤثرتر عمل کنند، وقتی که از ارتباط غیرکلامی (حرکت بدن) استفاده می‌کنند. برای مؤثر بودن فعالیت‌های بدنی این اصول باید رعایت شوند:



۱. مربی یا والدین باید به اندازه‌ی کافی علاقه‌مند و دارای تحرک باشند تا کودک بتواند به فرمان‌های آن‌ها توجه نشان دهد.

۲. به فراگیرنده باید یاد داد چگونه فعالیت کند تا بتواند در کارهای خود تمرکز پیدا کند.

۳. غالباً بازی‌های آرام را باید به گونه‌ای با بازی‌هایی که سرعت عمل بیشتری لازم دارند همراه کرد تا فراگیرنده بتواند به خودکنترلی و خود-اتکابی دست یابد.

۴. دانش‌آموزانی که در کنترل خود ضعیف هستند، می‌توانند با تقلید از کودکانی که به خوبی خود را کنترل می‌کنند، به رفتار خود نظم و ترتیب دهند؛ مثلاً مانند سایه‌ی دوست خود، عیناً رفتار او را تقلید کنند.

### چرا باید از بازی در آموزش استفاده کنیم؟

۱. بازی صورت تجربی یادگیری است. دانش‌آموزان در بازی، از آنچه «انجامش» می‌دهند، یاد می‌گیرند. بازی بیش از آنکه حالت انفعالی داشته باشد، فعال و انباشته از تلاش است.

۲. بازی به میزان زیادی بخشی از واقعیت را تصویر می‌کند. برای مثال، کودکان در فرایند بازی لزوم بهره‌گیری از نمادهای انتزاعی ریاضی را در درک پدیده‌ها و رویدادهای ملموس زندگی می‌آموزند.

۳. بازی ارزش انگیزه‌آفرینی دارد. دانش‌آموزان به بازی علاقه‌مندی زیادی نشان می‌دهند. زیرا خودشان در جریان فعالیت قرار می‌گیرند و بازی راهی آسان برای یادگیری است.

۴. بازی فرصت مشارکت در فعالیت یادگیری را برای همه‌ی دانش‌آموزان، به میزان مساوی، فراهم می‌آورد. در بازی دانش‌آموزان دیرآموز، متوسط و «پراموز» مشارکت می‌کنند.

۵. در بازی بر هر نقشی که در نظر گرفته می‌شود، تأکید ویژه‌ای می‌شود.

۶. بازی یادگیری از هم‌کلاسی را ترغیب می‌کند. دانش‌آموزان از طریق تعامل با یکدیگر می‌آموزند. از این طریق دانش‌آموزان آموخته‌ها و تجربه‌های خود را به یکدیگر انتقال می‌دهند.

۷. یادگیری از طریق بازی سریع‌تر صورت می‌گیرد.

۸. بازی اجازه‌ی تصمیم‌گیری و خطرپذیری در محیطی سالم و ایمن را می‌دهد. خطا کردن در محیط مجازی یا ساختگی، بهتر از خطا کردن در محیط زندگی یا در زندگی واقعی است.

با وجود مزایایی که برای بازی بر شمرده شد، اگر بازی با اهداف یادگیری هماهنگ نشود، اهمیت خود را از دست می‌دهد.

# پرسه‌های برخط

## خطر وابستگی به اینترنت

## در میان دانش آموزان



— محسن آربزی / آموزگار  
کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی، شیراز

گسترش روزافزون فناوری تغییرات زیادی را در زندگی افراد در پی داشته است. اما استفاده‌ی بیش از حد از اینترنت، پیامدهای نامطلوبی دارد، از جمله: ضعف در عملکرد فرد در حیطه‌های تحصیلی، شغلی و اجتماعی. در تبیین علل اعتیاد به اینترنت، پژوهش‌های انجام‌شده به عواملی پی برده‌اند که از جمله‌ی آن‌ها می‌توان به ضعف در خودکنترلی و مهارت‌های مدیریت زمان و کمبود فضای محبت‌آمیز در بین اعضای خانواده اشاره کرد. پژوهش‌های این حوزه می‌تواند در تشریح موضوع اعتیاد به اینترنت و ارائه‌ی راهکارهایی برای کاهش استفاده‌ی وسواس‌گونه از اینترنت، به آموزگاران و والدین کمک کند.

### کلیدواژه‌ها: اینترنت، اعتیاد مجازی، دانش آموزان

#### اینترنت: پدیده‌ای نوظهور در زندگی

اینترنت به‌عنوان بخشی از زندگی روزمره، ارتباطات را سریع و آسان کرده است (Arisoy, 2009) و سبب شده روابط بین‌فردی ساختار جدیدی پیدا کنند. علاوه بر تغییر در تعاملات اجتماعی، اینترنت فرصت‌های زیادی را برای بشر فراهم کرده است که از مهم‌ترین آن‌ها همین آموزش مجازی در دوران بحران کروناست. اینترنت بستری را فراهم آورده که آموزش دانش‌آموزان و سایر فعالیت‌های مهم پیوستگی خود را حفظ کنند. استفاده از اینترنت در ارائه و دریافت آموزش‌ها و سایر فعالیت‌های با اهمیت اجتناب‌ناپذیر است، اما آنچه نگران‌کننده است، استفاده‌ی بیش از حد و وسواس‌گونه از اینترنت است که پیامدهای نامطلوب فروانی در پی دارد (Caplan, 2002). در سال ۱۹۹۶ روان‌شناسی به نام یانگ اعتیاد به اینترنت را به‌عنوان یک اختلال معرفی کرد. پژوهشگران در تعریف این مفهوم اظهار داشته‌اند: چنانچه استفاده از اینترنت موجب وابستگی رفتاری در فرد شود، به آن اعتیاد به اینترنت گفته می‌شود (Dong, zhon & zhao, 2012). علائم اعتیاد به اینترنت عبارت‌اند از:







نیاز به استفاده‌ی بیشتر برای به دست آوردن حالت مطلوب اولیه؛ کاهش عملکرد تحصیلی، شغلی و اجتماعی؛ مشغول شدن به اینترنت بیشتر از آن مقدار زمانی که فرد قصد دارد از اینترنت استفاده کند؛ انکار آثار منفی اعتیاد به اینترنت یا استفاده با وجود آگاهی از آثار منفی آن؛ بد اخلاقی، تحریک پذیری و بی‌قراری هنگام قطع اینترنت و منع استفاده توسط فرد دیگر؛ ناراحتی‌های جسمانی همچون کمردرد، گردن درد و سردرد و بی‌توجهی به اطرافیان (Kuss, Griffiths & Binder, 2013). اعتیاد به اینترنت در جامعه‌ی امروزی مشکلی جدی است، اما فرهنگ‌سازی در رابطه با استفاده‌ی مناسب و به دور از آسیب از سنین کودکی، اهمیت زیادی است. لذا پیشگیری از اعتیاد به اینترنت شایسته‌ی قرار گرفتن در دستور کار مدرسه‌های ابتدایی و آموزگاران دلسوز است.

### پیامدهای اعتیاد به اینترنت در پژوهش

یافته‌های پژوهش‌های تجربی نشان می‌دهد، اعتیاد به اینترنت یک عامل خطر جدی برای وضعیت هیجانی، روانی، اجتماعی، شغلی و تحصیلی به حساب می‌آید (Crraparo et al, 2014). همچنین، یافته‌ها نشان می‌دهند، اعتیاد به اینترنت پیش‌بینی‌کننده‌ی بی‌خوابی و افسردگی (Cheung & Wong, 2011)، پرخاشگری (Ko, Yen, Liu, Huang & Yen, 2009)، احساس تنهایی (Kraut et al, 2011)، عزت‌نفس پایین (Niemz, Griffiths & Banyard, 2005)، اختلال دو قطبی (Shapira et al, 2000)، اضطراب اجتماعی (Wei, Chen, Huang, & Bai, 2012)، اختلال نقص توجه/ بیش‌فعالی (Bozkurt et al, 2014) و اضطراب و استرس (Akin & Iskender, 2011) است.

### اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان

شیوع اعتیاد به اینترنت در بین محصلان بیشتر از سایر گروه‌های جامعه گزارش شده است (Huang et al, 2009). یون و لادین (۲۰۰۴) اظهار داشتند، که محصلان به دلیل برخی عوامل مهم کمک‌کننده، مانند خصوصیات روان‌شناختی این دوره و اتصال رایگان به اینترنت، در معرض خطر بیشتری هستند. علاوه بر این، بر اثر عواملی همچون کاهش دورهمی‌های خانوادگی، کاهش مشارکت اجتماعی، احساس تنهایی و افسردگی، محصلان بیشتر از سایر اقشار از اینترنت استفاده

می‌کنند (Kraut et al, 1998). همچنین، بر اساس مشاهدات، دانش‌آموزان دوره‌ی ابتدایی در بیشتر مواقع از اینترنت برای انجام بازی‌های اینترنتی و فعالیت‌های غیر ضروری استفاده می‌کنند که زمینه‌ی وابستگی بیمارگونه به اینترنت (اعتیاد به اینترنت) را در آن‌ها فراهم می‌آورد.

### راهکارها

پژوهش‌ها برای شناسایی راه‌های کمک به از بین بردن اعتیاد به اینترنت به نتایج قابل توجهی دست یافته‌اند. لازم به ذکر است، راهکارهایی که در اینجا ارائه می‌شوند، برای کودکان دوره‌ی دوم ابتدایی (چهارم، پنجم و ششم)، به دلیل افزایش ظرفیت‌های شناختی و ادراک، مناسب‌تر به نظر می‌رسند. متناسب‌سازی راهکارها و ارائه‌ی مثال‌های قابل درک برای هر گروه سنی، خلأ قوت آموزگاران محترم را می‌طلبد.

#### الف) افزایش خودکنترلی در دانش‌آموزان

خودکنترلی از جمله متغیرهایی است که می‌تواند در کاهش اعتیاد به اینترنت مؤثر باشد (Babaker, Majeed, Mohamedamin & Kakamad, 2019). خودکنترلی به عنوان «ظرفیت تغییر در پاسخ‌های خود شخص» تعریف شده است (Baumeister, Vohs & Tice, 2009). توانایی خودکنترلی جنبه‌ی مهمی از سازگاری انسان و دستیابی به موفقیت در زندگی

در نظر گرفته شده است (Tangney, Baumeister & Boone, 2004). خودکنترلی، سازگاری بین خود و دنیای بیرونی افراد را ممکن می‌سازد و سبب می‌شود افراد زندگی سالم‌تر و شادتری داشته باشند (Rothbaum, Wwisz & Snyder, 1982). بنابراین، بایمیستر (۲۰۰۳) خاطر نشان کرد، ناتوانی در خودکنترلی می‌تواند یک عامل خطر جدی برای پیامدهای نامطلوب رفتاری به حساب آید. مثال‌هایی از پرورش و استفاده از ظرفیت خودکنترلی در رابطه با استفاده‌ی کمتر از اینترنت بدین شرح‌اند:

۱. موبایل، تبلت یا رایانه‌ی دانش‌آموز، به هنگام استراحت و یا انجام اموری که به اینترنت نیاز ندارند، در جایی قرار گیرد که در دسترس و در مقابل چشم او نباشد (خودکنترلی رفتاری).
۲. به دانش‌آموزان آموزش داده شود به هنگام روبه‌رو شدن با تصویرهای ذهنی مبنی بر بازی‌های اینترنتی، توجه خود را به موضوع دیگری معطوف کنند (خودکنترلی شناختی).

#### ب) آموزش مهارت‌های مدیریت زمان

یکی دیگر از متغیرهایی که با اعتیاد به اینترنت همبستگی دارد، ضعف در مهارت‌های مدیریت زمان است (Chou, Condron, & Belland, 2005). لذا می‌توان با آموزش این مهارت‌ها، از استفاده‌ی بیش از حد از اینترنت کاست. زمان



زمانی غیر از زمان مشخص شده، مقاومت کند. همچنین، به هنگام اتصال به اینترنت، به انجام امور خود پرداخته شود و از استفاده‌ی غیر ضروری از اینترنت، همچون مشارکت و خواندن مطالب گروه‌ها در شبکه‌های اجتماعی، که مورد نیاز فرد نیستند، و نیز پرسه زنی در سایت‌ها، پرهیز شود. به آموزگان محترم توصیه می‌شود، با مراجعه به متونی پژوهشی که موضوع اعتیاد به اینترنت را بررسی کرده‌اند، راهکارهای علمی دیگری نیز بیابند که در این باره کارگشا باشند.

منابع

1. Yuen, C. N., & Lavin, M. J. (2004). Internet Dependence in the Collegiate Population: The Role of Shyness. *CyberPsychology & Behavior*, 7(4), 379-383.
2. Akin, A., & Iskender, M. (2011). Internet addiction and depression, anxiety and stress. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(1), 138-148.
3. Arisoy, Ö. (2009). Internet Addiction and Its Treatment. *Current Approaches in Psychiatry*, s. 55-67.
4. Babakr, Z. H., Majeed, K., Mohamedamin, P., Kakamad, K. (2019). Internet Addiction in Kurdistan University Students: Prevalence and Association with Self-Control. *European Journal of Educational Research*, 8(3), 867-873.
5. Baumeister, R. F. (2003). Ego depletion and self-regulation failure: A resource model of self-control. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 27(2), 281-284.
6. Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351-355.

سایر منابع در دفتر مجله موجود است

کرد، بین خلأهای عاطفی در محیط خانواده و استفاده‌ی وسواس گونه از اینترنت رابطه وجود دارد. لذا پیشنهاد می‌شود، با فراهم کردن محیط محبت آمیز و افزایش گفت و شنود در بین اعضای خانواده، به کاهش استفاده از اینترنت کمک کرد. لذا آموزش مجازی را می‌توان به اولیا نیز تعمیم داد. زمان‌های کوتاهی در طول ماه می‌تواند به آموزش این رکن تأثیرگذار در تعلیم و تربیت کودکان اختصاص یابد. بنابراین، به والدین محترم توصیه می‌شود با وقت گذاشتن برای صحبت کردن و محبت کردن به فرزندان، زمینه‌ی استفاده‌ی وسواس گونه از اینترنت را در آن‌ها از بین ببرند و بدین ترتیب، کودکان خود را در برابر پیامدهای نامطلوب اعتیاد به اینترنت بیمه کنند.

#### ت( زمان بندی استفاده از اینترنت

به جز استفاده از اینترنت برای دریافت آموزش مجازی که باید در زمان برنامه‌ریزی شده‌ی صورت گیرد، برای انجام سایر امور که درجه‌ی اهمیت کمتری دارند، ساعت مشخصی از شبانه‌روز تعیین شود. برای مثال، ساعت ۹ تا ۱۰ شب به فرستادن و بررسی ایمیل‌های رسیده، پیام‌های فرستاده‌شده در شبکه‌های اجتماعی یا انجام سایر امور اختصاص داده شود. مهم‌تر آن است که فرد به زمان تعیین شده متعهد باشد و در مقابل وسوسه‌های استفاده از موبایل و اینترنت در

گران‌بهاترین و ارزشمندترین سرمایه‌ی هر فرد است که در صورت استفاده‌ی صحیح و مؤثر از آن می‌تواند نقش مهمی در بهزیستی روان‌شناختی و جسمی و کسب موفقیت در زمینه‌های تحصیلی، شغلی، خانوادگی و اجتماعی داشته باشد. لذا با ایجاد نگرش صحیح نسبت به زمان و آموزش راهبردهای مؤثر در مدیریت زمان، می‌توان در کاهش وقت‌گذرانی‌های بیهوده در فضای مجازی و استفاده از اینترنت نقش مؤثری ایفا کرد. از جمله راهبردهای مدیریت زمان، مشخص کردن اهداف و در اولویت قرار دادن فعالیت‌هایی است که باید برای نیل به این اهداف صورت گیرند. راهبردهای بسیاری در رابطه با مدیریت زمان وجود دارند که برای جلوگیری از تفصیل بحث، جست‌وجو و تدوین آن‌ها را بر عهده‌ی آموزگاران محترم می‌نهمیم.

#### پ( تعامل چهره به چهره بیشتر با اعضای خانواده

از دیگر یافته‌ها می‌توان به رابطه‌ی معکوس بین حمایت اجتماعی ادراک شده با اعتیاد به اینترنت اشاره کرد (Gunuc et al, 2013). بدین معنی که ارتباط با اعضای خانواده و روابط اجتماعی چهره به چهره سبب کاهش استفاده از اینترنت می‌شود. همچنین، منطقی (۲۰۱۰) طی پژوهشی گزارش

# در بازه



مائده ارشد راد / آموزگار

روزی روزگاری دری بود که آموزگار و دانش‌آموزان قدونیم‌قدش از آن داخل کلاس می‌شدند. آموزگار هر روز که به مدرسه می‌آمد، با لبخند مدیر، معاون و همکارانش رویه‌رو می‌شد و پس از امضای دفتر حضور و غیاب از همان در وارد کلاس می‌شد. تا خانم می‌آمد، حجمی از صدا از او استقبال می‌کرد: «در باز شد و گل آمد، خانم ما خوش آمد...». بعد هم سلام و علیک و احوال‌پرسی.

– سلام. روزتون به خیر.

– روز شما هم به خیر.

– حالتون چطوره؟ خوابید بیدار؟

– بیدار...

هنوز ننشسته بودند که در کلاس باز شد. خانم آموزگار با خوش رویی گفت: «بفرمایید.» ناشناس گفت: «شیر برای بچه‌ها آورده‌ام.»

– ممنون، روی میز بذارید.

خانم آموزگار می‌خواست بگوید، خب بچه‌ها، درس امروز این است که برایتان یک نقاشی روی تخته بکشم و یک داستان تعریف کنم.

هیچی نشده، باز هم تق‌تق! صدای در آمد. این بار چه کسی می‌توانست باشد؟ صدای دانش‌آموزی بود که هر روز برای نوشتن اسم غایبان کلاس می‌آمد.

– اجازه! من از طرف خانم معاون او مدم، اجازه! این برگه‌ها را دادن. اجازه! به کلاس بغلی هم بدید.

معلم نجواکنان گفت: «آخه چه وقت برگه دادن بود؟ ممنون. خب، کجا بودیم؟ آهان، این‌ها عکس چیه؟»

آموزگار داستانی درباره‌ی کتاب و درخت و یک عروسک داشت و می‌خواست با نمایش کلاس را شروع کند که ناگهان صدای تق‌تق در شنیده شد!

ناشناس: «ببخشید. من از طرف خانم صافی او مدم. گفتن فردا مسابقه‌ی سرود، نه... نقاشی،

دارید. به بچه‌ها بگید یه برگه‌ی سفید با مداد رنگی بیارن.»

آموزگار درحالی‌که از عصبانیت پلکش می‌پرید، گفت: «مگه می‌شه. مگه داریم؟ خب، بچه‌ها ادامه می‌دیم.»

... تق‌تق! انگار که مدام وسط فیلم پیام بازرگانی پخش شود؛ اصلاً نه فیلم رامی شود فهمید، نه هیچ!

این بار در خودش بی‌صدا باز شد و خانم فقط نگاه کرد. یعنی اگر می‌توانست، در را از جا درمی‌آورد. خانم گفت: «رفیعی بیاد رو ببند. باید قصه رو شروع کنم تا کسی نیومده!»

نگار: «خانم، یه مگس اومده...»

معلم آرام به طرف مگس رفت و با یک حرکت حرفه‌ای، مگس را لای دستمال کاغذی و سپس در جیب خودش گذاشت.

معلم: «خب! یکی بود، یکی نبود...»

یک دفعه در با صدای ناله‌ای گفت:

«خانم معلم... همه وحشت زده شدند. در گفت: «چرا تعجب می‌کنید؟ می‌گم از این به بعد زحمت نکشید در رو باز کنید. خودم قفل می‌شم و آخر قصه باز می‌شم. فقط می‌خوام بخوابم، سر و صدا نکنید.»

وای، مگر می‌شد؟! در حرف می‌زد. ذهن معلم و بچه‌ها درگیر باز و بسته شدن در شده بود. با خودشان گفتند: حتماً در بیچاره خیلی اذیت شده که به صدا در آمده!

سارا مدام مثل یویوز جایش بلند می‌شد و می‌خواست اجازه بگیرد. انگار که دستشویی اش گرفته بود!

معلم گفت: وسط قصه کسی نباید اجازه بگیره.»

زهرام گفت: «خانم، یه خبر خوش براتون دارم. امروز یه دانش‌آموز جدید به کلاس من میاد.»

معلم یک لحظه خشکش زد.

تق‌تق تق‌تق تق!!!

– انگار او مدم، در، بیدار شو.

اما در به خواب عمیقی فرو رفته بود. اصلاً انتظار مهمان یا تازه‌واردی را نداشت! خانم معلم با دلهره گفت: «صبر کن، مگه می‌خواهی در رو بشکنی؟ در خوابیده!»

دانش‌آموز جدید از پشت در گفت: «سلام خانم، خیلی مشتاقم که بیام تو. آن قدر در می‌زنم تا در باز بشه.»

در از خواب پرید و گفت: «وای، بچه چه خبره؟! نمی‌داری یه لحظه آرامش داشته باشم. اصلاً دیگه بسته نمی‌شم. این چه وضعیه؟ دم به ساعت دام‌دام، تق‌تق، کلاس باید آرامش داشته باشه!»

معلم لبخندی زد و نفس راحتی کشید. دیگر قرار نبود در بسته شود. در برای همیشه باز می‌ماند. بچه‌ها از آمدن دوست جدید بسیار خوشحال بودند که زنگ تفریح به صدا در آمد.

داستان تمام شد و دانش‌آموزان با راهنمایی خانم به صف از کلاس خارج شدند. معلم با چهره‌ای خندان و حاکی از رضایت، به طرف دفتر معلمان رهسپار شد. نگاهی به در انداخت و از صمیم قلب از او تشکر کرد. اما مأمور راهرو، هرچقدر که تلاش می‌کرد، در کلاس بسته نمی‌شد که نمی‌شد. خیلی عجیب بود!

از آن روز بین همه جا افتاد که در این کلاس برای همیشه باز است و نباید به روی هیچ دانش‌آموزی بسته باشد.



# چرخ ما نمی چرخد!

## چرا تعدادی از افراد احساس خوشبختی نمی کنند؟



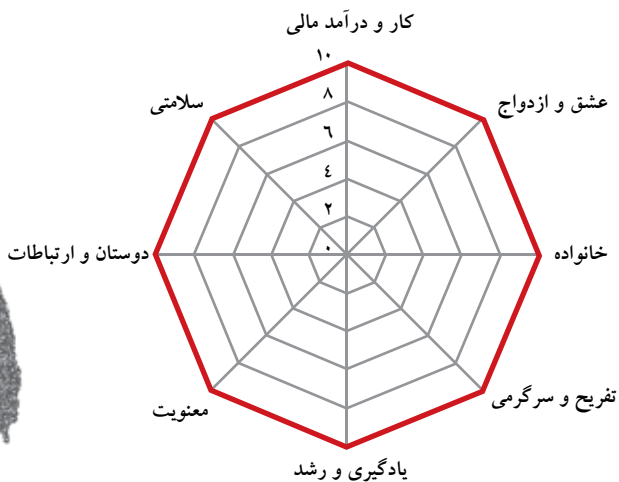
اکرم طالبی

دانشجوی دکتری مدیریت آموزش عالی دانشگاه علامه طباطبایی

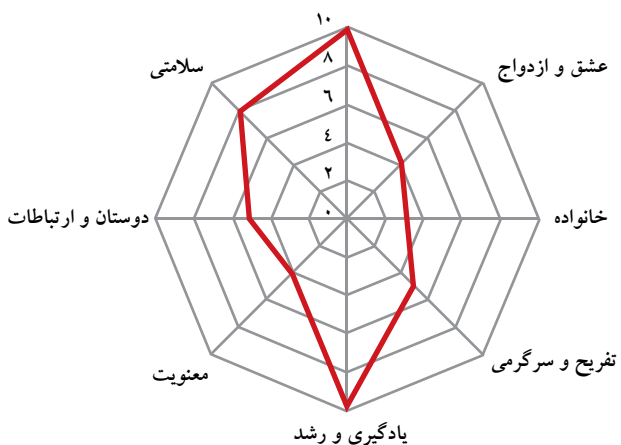
بر اساس علم روان‌شناسی نوین، تفاوت انسان با حیوان در قابلیت آگاهی بر خود (خودآگاهی) نهفته است (فری نژاد فتحی، ۱۳۹۹). که البته این موهبت ناشی از عقل و خرد است که خداوند به او عنایت کرده است. میزان آگاهی انسان در طول زندگی می‌تواند رشد کند. با رشد بینش، گرایش و توانمندی، انسان به انسانی دیگر و فراتر تبدیل می‌شود. چه نوع آگاهی باید رشد کند؟ چه توانمندی‌هایی برای تغییر و تحول انسانی لازم است؟ چرا بسیاری از افرادی که از وضعیت مالی مطلوبی برخوردارند، داروهای ضد استرس مصرف می‌کنند؟ بسیاری از افراد غرق در انواع لذت‌های زودگذر شده‌اند. افرادی که از کانون خانوادگی سالم برخوردارند، اما به سختی روزگار می‌گذرانند. برعکس این افراد هم وجود دارند؛ آنان که سطح درآمدی مطلوبی ندارند و زندگی شادی در کنار خانواده دارند. با توجه به ویژگی خاص انسان، «خودآگاهی»، توجه نکردن به چه مسئله‌ای باعث شده است افراد احساس خوشبختی نکنند؟

### چرخه تعادل

از نظر گلاسر (۱۳۸۲)، هر فردی خود مسئول کلیه اعمالش، از جمله احساس خوشبختی یا متضاد آن است، دیگران فقط به او اطلاعات می‌دهند. اگر او خود و نیازهایش را نشناسد، رسالت خویش را پیدا نکرده و طبیعی است که توانمندی خود را در مسیر مناسب و متعادلی به کار نمی‌گیرد. دارن هاردی (۱۳۹۷) معتقد است، انسان برای داشتن زندگی متعادل باید تلاش کند. زندگی متعادل از دیدگاه وی هشت بعد دارد: کار و درآمد مالی، عشق و ازدواج، خانواده، تفریح و سرگرمی، یادگیری و رشد، معنویت، دوستان و ارتباطات، و سلامت، که به طور کلی چرخه‌ی زندگی نامیده می‌شوند. چرخه‌ی زندگی دوره‌هایی عقلانی-هیجانی است که فرد از دوران کودکی تا سال‌های بازنشستگی، به عنوان عضوی از خانواده، می‌گذراند (راه سعادت، ۱۳۹۹) و از یکسوی آن را چرخه‌ی تعادل می‌نامد.



شکل ۱. چرخه‌ی زندگی



شکل ۲. چرخه‌ی نامتعادل

همان‌طور که مشاهده می‌شود، رشد و توسعه‌ی فردی بر شعاع این چرخه و به مرور زمان اتفاق می‌افتد. در صورت توجه نکردن به یک‌بعد و تمرکز بیش از اندازه به سایر ابعاد، تعادل این چرخه به هم می‌خورد و فرد احساس رضایت نخواهد داشت؛ شکل ۲.

برای حفظ تعادل در چرخه لازم است ابعاد آن را بیشتر بشناسیم تا بتوانیم ارزیابی دقیق‌تری از وضعیت زندگی خویش انجام دهیم.

حال در چرخه‌ای خالی، مثل شکل ۱، در هر زمینه به خودتان نمره بدهید. مرکز چرخ را رضایتمندی صفر و محیط چرخ را رضایتمندی کامل در نظر بگیرید. دایره‌ی هاشورخورده‌ی کامل، نمایشگر خوشنودی کامل در تمام جنبه‌های زندگی است. برای بهبود ابعاد چرخه‌ی خود و احساس رضایت و خوشبختی از دوره‌های توسعه‌ی فردی استفاده کنید. بدون شک آموزش‌گاران که دوره‌های توسعه‌ی فردی را گذرانده‌اند، از درصد درآمد، روابط عاطفی و سلامت و دیگر ابعاد چرخه، امتیازهای مناسبی دارا خواهند بود و می‌توانند مسیر زندگی مناسبی را به دانش‌آموزان خود نشان دهند.

ابعاد چرخه	توضیحات
کار و درآمد مالی	درآمد سالیانه‌ی شما چقدر است؟ کجا زندگی می‌کنید؟ چقدر پول نقد دارید؟ دارایی شما چقدر است؟ اگر بخواهید به سطح مالی زندگی خود نمره دهید، از ۱۰ چه نمره‌ای می‌دهید؟ آیا از شغل خود راضی هستید؟ درآمدهای شما خوب است؟ چقدر جای رشد و ترقی در شغل شما وجود دارد؟ همکاران و مشتریان شما چه کسانی هستند؟ آیا متناسب با توانمندی خود فعالیت می‌کنید؟ برای کسب ثروت بیشتر و افزودن به دارایی خود چه اقداماتی انجام داده‌اید؟
سلامت	آیا به بیماری مبتلا هستید؟ ورزش می‌کنید؟ احساس می‌کنید چقدر زنده می‌مانید؟ بدنتان را هر چند وقت یکبار چک می‌کنید؟ روزانه غذای خوب و آب کافی می‌خورید؟
خانواده	آیا می‌توانید به خانواده‌ی خود تکیه کنید؟ چند ساعت از روز را با خانواده می‌گذرانید؟ آیا با آن‌ها به تفریح می‌روید؟ برای در کنار آن‌ها بودن مشتاق هستید؟ آیا به خانواده‌ی خود افتخار می‌کنید؟ برای بهبود رابطه‌تان با خانواده چه اقداماتی انجام داده‌اید؟
عشق و ازدواج (روابط عاطفی مهم)	از ازدواج خود راضی هستید؟ در زندگی مشترک چقدر احساس یکنواختی می‌کنید؟ آیا ازدواج را نقطه‌ای درخشان و آرامش‌بخش در زندگی می‌دانید؟ آیا کسی را دارید تا به او عشق بورزید؟
یادگیری و رشد (توسعه‌ی فردی)	آیا همیشه در حال یادگیری هستید؟ به‌طور متوسط در ماه چه تعداد کتاب می‌خوانید؟ آیا به‌جای خواندن کتاب، زیاد تلویزیون می‌بینید؟ آیا در زمینه‌ی دانش و مهارت شغلی خود به‌روز هستید؟ آیا در حال یادگیری زبان جدید هستید؟
معنویت	چه قدر حضور خدا را در زندگی خود حس می‌کنید؟ چقدر به دیگران کمک می‌کنید؟ آیا انسان‌دوست هستید؟ آیا همدرد دیگران هستید؟ رابطه‌ی شما با خدا چگونه است؟
دوستان	چه تعداد دوست صمیمی دارید؟ آیا در مواقع غم و اندوه دوستانی دارید؟ دوستان شما چه کسانی هستند؟ آیا با داشتن دوست احساس تنهایی می‌کنید؟ چقدر از بودن با دوستان لذت می‌برید؟ دوستان شما چگونه افرادی هستند؟
تفریح و سرگرمی	چه میزان از وقتتان را به‌عنوان وقت آزاد و سرگرمی اختصاص می‌دهید؟ تعطیلات را چگونه می‌گذرانید؟ به کجاها سفر کرده‌اید؟ برای اینکه سرگرم و شاد باشید چه کارهایی می‌کنید؟

منابع

۱. بیتوته. ۱۳۹۹. برگرفته از سایت [www.beytoote.com](http://www.beytoote.com)
۲. راه سعادت. ۱۳۹۹. برگرفته از سایت <https://meebrahimi.ir>
۳. فری‌نژاد فحیح، میترا (۱۳۹۹). برگرفته از سایت [www.donya-e-egtesad.com](http://www.donya-e-egtesad.com)
۴. گلاسر، ویلیام (۱۹۲۵). نظریه‌ی انتخاب. روان‌شناسی نوین. آزادی شخصی. ترجمه‌ی مهرداد فیروز بخت. انتشارات رسا. تهران.
۵. هاردی، دارن (۱۳۹۷). بهترین سال زندگی شما. ترجمه‌ی فاطمه آخوندی. انتشارات بوکتاب. قم.

# بسته‌های کارساز



مهدی علیپور

آموزگاران و حتی والدین دانش‌آموزان می‌توانند نظرات و سخنان خود در ارتباط با مجله یا هر موضوعی که در آن ذکر می‌شود برای ما بفرستند. یادداشت زیر نیز از همین نوشته‌هاست.

اول می‌خواهم در رابطه با بسته‌ی تحولی کنترل وزن و چاقی دانش‌آموزان مطالبی را نقل کنم.

زمانی که در رسانه‌ها از چیپس، پفک، لواشک و... تبلیغ می‌شود، نمی‌توان به‌طور قطع امیدوار شد که این بسته‌ها کارساز باشد. الان بنده از دهه‌ی هشتادی‌ها می‌پرسم، چه چیزی را دوست داری بخوری؟ می‌گویند: لواشک!

با توجه به صنعتی شدن مواد غذایی در چند دهه‌ی اخیر و استفاده از مواد شیمیایی در تهیه و تولید مواد غذایی جوامع، بدن انسان در طول زمان دچار فرسودگی می‌شود. جای این پرسش به وجود می‌آید که چرا در بعضی از کشورها آمار ابتلای ویروس کرونا کم است؟ می‌توان گفت که تغذیه نقش اساسی در زمینه‌ی آمار ابتلا به کرونا دارد. در این میان، نباید توصیه‌های بهداشتی را دست‌کم گرفت. چرا در رسانه‌ها و بسته‌ها و حتی در برنامه‌ی شاد آگاهی‌بخشی در زمینه‌ی تغذیه‌ی اصولی صورت نمی‌گیرد؟

دوم در مورد نحوه‌ی آموزش‌ها

اشاره‌ای به انتقاد دانش‌آموزان

می‌کنم که بعضی‌ها می‌گویند:

معلم‌ان سخت‌گیری بیشتری در

فضای مجازی می‌کنند. باید گفت،

احتمالاً این‌گونه سخت‌گیری در

مقطع ابتدایی نتیجه‌ی عکس می‌دهد.

ما می‌توانیم فعالیت‌های جذاب را

به دانش‌آموزان و حتی دانشجویان

در فضای مجازی پیشنهاد بدهیم

تا آنان خودشان در منزل یادگیری

داشته باشند (خودآموزی به جای

دگرآموزی اسلایدی و انتقالی) و

نتایج فعالیتشان را به آموزگاران

و هم‌کلاسی‌هایشان ارائه دهند.

آنچه که در فضای مجازی برای

بنده جلب توجه می‌کند، به غیر از

آموزش، نحوه‌ی تربیت اسلایدی و

کلامی است؛ به بیان ساده‌تر مربی



می‌خواهد فعل تربیتی را از طریق فضای مجازی و آن هم با کلام و اسلاید در دانش‌آموزان نهادینه کند؟ آیا این کار بدون توجه به سرشت و اجتماع دانش‌آموزان شدنی هست؟! و آیا خود دانش‌آموزان باید فعل تربیتی را درونی کند یا ما به عنوان مربی و والد؟

ما می‌توانیم فضای مجازی را از تهدید به فرصت تبدیل کنیم متها قبل از استفاده از فضای مجازی بایستی از مواردی اطلاع داشته باشیم. شاید خیلی‌ها با دیدن گوشی هوشمند در دست بچه‌ی هشت‌نه‌ساله تعجب کنند و بگویند: عجب! لیکن قبل از استفاده از گوشی هوشمند باید والدین و معلم‌ان از مواردی آگاهی داشته باشند:

۱. ما به عنوان والد یا مربی چه قدر از فضای مجازی درست استفاده می‌کنیم؟ آیا همچنان ساعات متعدد را در اینستاگرام و سایر برنامه‌ها غرقیم؟ آیا مادر خدمت فضای مجازی هستیم یا فضای مجازی در خدمت ما؟ قضاوت با شما. لزوم آگاهی بخشی به والدین بیش از گذشته احساس می‌شود.

۲. فضای مجازی با وجود جذابیت و سرگرمی‌های متعدد، لیکن به نحوه تکان‌دهنده‌ی انسان را شرطی و از درون تهی می‌کند. بنابراین قبل از استفاده می‌بایست با ماهیت فضای مجازی و برنامه‌هایش آشنا بود تا ما را غرق نکنند و ما غرقش کنیم! ما را در ساعات مشخص به طرفش نکشانند و ما با ترندهای مختلف به تسلط خویش بکشانیم!

۳. ظرفیت‌های متعددی در فضای مجازی هست که با خلاقیت خود می‌توانیم، آموزش را بهبود و حتی تسهیل کنیم.

۴. حتماً از برنامه‌های بومی استفاده کنیم؛ زیرا هم به نفع کشورمان هست و هم می‌توانیم با همکاری با طراحان برنامه‌ها، گامی را بر بهبود این‌گونه برنامه‌ها برداریم.

۵. می‌توان اینترنت را در مناطق محروم گسترش داد تا دانش‌آموزان ضمن آشنایی مطلوب و اصولی با فضای مجازی، بتوانند با هزینه و وقت کم به ادامه‌ی تحصیل بپردازند. (برقراری ظرفیت‌ها و بسته‌ها در مناطق محروم در راستای عدالت آموزشی....)

۶. عمر و دوره‌ی کرونا کوتاه است. خود را بیازماییم!

# جعبه‌ی اعداد



پولک یعقوبی  
کارشناس بازی آموزشی

## قطعات بازی

۲۲ عدد قطعه‌ی چوبی اعداد، ۵ عدد قطعه‌ی چوبی علائم ریاضی (جمع، تفریق، ضرب و تقسیم)، دستور بازی، کیسه‌ی پارچه‌ای.

## مخاطب بازی

این بازی برای گروه‌های سنی پنج تا ده سال مناسب است.

## دستور بازی

این بازی برای دو نفر یا بیشتر مناسب است. دانش‌آموز می‌تواند از هریک از قطعات چوبی برای ساخت یک جمله ریاضی استفاده کند. مثلاً برای تمرین جمع می‌تواند عدد پنج را از میان اعداد دیگر انتخاب کند و علامت جمع را کنار آن بگذارد. عدد سه را نیز پیدا کند و سپس با گذاشتن مساوی، نتیجه‌ی جمع را که عدد هشت است، بعد از مساوی قرار دهد. همین کار را می‌تواند با سایر علائم ریاضی مانند تفریق، تقسیم و ضرب نیز انجام دهد. قابلیت این بازی چنان است که کودک می‌تواند اعداد دورقمی و سه‌رقمی بسازد. شناسایی شکل اعداد و علائم ریاضی و تمرین هر یک از عبارت‌های ریاضی از طریق این بازی ممکن است. معلم می‌تواند با گروه‌بندی دانش‌آموزان، مسابقاتی را به کمک بازی «جعبه‌ی اعداد» برگزار کند.

بازی می‌تواند به توسعه‌ی روابط مؤثر میان یادگیرنده مانند دانش‌آموز، و مربی شامل معلم و والدین، منجر شود و در موقعیتی سرشار از لذت و سرگرمی، به افزایش آگاهی دانش‌آموز در بهبود پر کردن اوقات فراغت و کشف مفاهیم جدی بینجامد، یادگیری را در قالبی جدید تجربه کند و قدرت تخیل و رؤیاپردازی دانش‌آموز تقویت شود.

## اهداف بازی جعبه‌ی اعداد

الگوسازی، افزایش هماهنگی چشم و دست، سرعت عمل و تجسم فضایی، تمرین کار گروهی.







مسابقه شماره ۷

### نقش‌های آموزگار

در این شماره از مجله نیز سؤالاتی برای مسابقه طراحی شده‌اند. پاسخ‌های شما می‌تواند در هر قالبی، اعم از داستان، یادداشت و تحقیق، یا مقاله، خاطره و حتی شعر و نقاشی انجام گیرد و به دفتر مجله فرستاده شود. نظر به اهمیت تعامل و همدلی گروهی و اجتماعی در این روزها، در این حرکت فرهنگی با ما همراه شوید و نظرات و جواب‌های ارزشمند خود را بنویسید. از طریق ایمیل مجله با پست به نشانی مجله ارسال دارید.

مجله‌ی رشد آموزش ابتدایی در هر شماره برای مشارکت و حضور حداکثری همکاران گرامی در فعالیتهای فرهنگی و علمی این نشریه، سؤالاتی را در قالب مسابقه، طراحی و تدوین می‌کند. در این ماه نیز با توجه به ورود بهار و دگرگونی در حال‌ها، دو پرسش طرح شده است. می‌توانید پاسخ‌های خود را در قالب‌های نوشتاری دلخواه بفرستید.

- برای فردا (بخوانید آینده‌ی کلاس و کار خود) و پس از تحویل سال و دگرگونی در طبیعت احوال وقتی همکاران، والدین دانش‌آموزان و اقوام خود را می‌بینید، چه تصمیمی دارید و چه رفتاری خواهید کرد؟

**مهلت ارسال پاسخ: پایان اردیبهشت ۱۴۰۰**

## شادی مسری است!



اعظم لاریجانی

در سال‌های قبل، سال نو بهانه‌ای بود برای شادی و فعالیت‌های مهیج و سرگرم‌کننده در مدرسه. شور و حال آمدن نوروز بچه‌ها را به وجد می‌آورد و آن‌ها را بی‌صبرانه به انتظار روزهای جادویی تعطیلات می‌نشانده. حالا پس از چالش‌ها و در خانه ماندن‌های مکرر، شاید تعطیلات سال ۱۴۰۰ دیگر چنگی به دل نمی‌زند! اما آموزگاران، با وجود همه‌ی دشواری‌هایی که با آن‌ها روبه‌رو بوده‌اند، باید کاری کنند تا دوباره همان شور ایجاد شود. اول از خود شروع کنند، چرا که خلق و خو مسری است. از بچه‌ها بخواهند این بار خودشان عمو نوروز شوند، برای خود کلاه خنده‌دار و سیبیل مقوایی درست کنند و لباس‌های عجیب و غریب بپوشند. بعد از خود عکس بگیرند و برای آموزگار بفرستند. عکس‌هایشان را به اشتراک بگذارند. این بار، از اینکه به هم بخندند، کسی شاکمی نخواهد شد. اگر دانش‌آموزان امسال نمی‌توانند آمدن بهار را در کنار هم جشن بگیرند، بگذارید بخشی از روندی باشند که کنار هم بودن را احساس کنند. از طرف دیگر و در شکل جدی‌تر، از آن‌ها بخواهید وجه مثبت سال گذشته را ببینند و از آنچه بابت آن سپاس‌گزارند، بنویسند؛ چرا که مثبت‌اندیشی به آن‌ها کمک می‌کند یادگیرندگان بهتری باشند.





همه گویند، به امید ظهورش صلوات  
کاش این جمعه بگویند، به تبریک ظهورش صلوات

میلاد آخرین منجی بشریت، مهدی موعود (عج) مبارک باد



وزارت آموزش و پرورش  
معاونت آموزش ابتدایی

ادب

مسئولیت پذیری

جرات ورزی

دریای خزر



پیش دبستانی و دبستان شهید محسن فخری زاده



بسته تحولی مدرسه خوانا  
ارتقا تلفیقی، مشارکتی و مدرسه محور  
مهارت های زبانی و آداب زندگی



صحبت کردن



نوشتن



کوش کردن



خواندن

خلیج فارس

دریای عمان