

آموزش خانواده

فصلنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی
«نشریه‌ای برای خانواده‌ها، با نگاهی ویژه به برنامه‌درسی مدارس»

www.roshdmag.ir



اهمیت مشارکت اولیا در آموزش



- والدین رهیار و راهنما
- اول سلامتی، بعد درس
- مراقبت از ۱۳ آسیب
- چهار مشکل یادگیری
- ضامن سلامتی
- به همراه (ویژه کلاس اولی‌ها)

ولادت حضرت محمد (ص) و امام صادق (ع) مبارک

قال رسول الله (ص):

«أَكْرِمُوا أَوْلَادَكُمْ وَ أَحْسِنُوا آدَابَهُمْ، يَغْفِرَ لَكُمْ»

فرزندان خود را گرامی بدارید و خوب تربیتشان کنید تا آمرزیده شوید.

(مکارم الاخلاق، ص ۲۲۲)

قال امام علی (ع):

«حَقُّ الْوَلَدِ عَلَى الْوَالِدِ أَنْ يُحَسِّنَ إِسْمَهُ وَ يُحَسِّنَ آدَبَهُ وَ يَعْلَمَهُ الْقُرْآنَ»

حق فرزند بر پدر آن است که نام خوب بر او بگذارد و او را خوب تربیت کند و قرآن به او بیاموزد.

(نهج البلاغه (صبحی صالح)، ص ۵۴۶)

قال الصادق (ع):

«فِي قَوْلِ اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ - «قُوْا أَنْفُسَكُمْ وَ أَهْلِيكُمْ نَارًا». كَيْفَ نَقِي أَهْلَنَا؟

قَالَ تَأْمُرُونَهُمْ بِمَا يُحِبُّ اللَّهُ وَ تَنْهَوْنَهُمْ عَمَّا يَكْرَهُهُ اللَّهُ»

امام صادق (ع) می فرمایند: خداوند متعال می فرماید: «خود و خانواده تان را از آتش دوزخ حفظ کنید» گفتند چگونه خانواده مان را از آتش دوزخ حفظ کنیم. گفتند: به آنچه خداوند دوست دارد امرشان کنید و از آنچه خداوند نمی پسندد نهی شان نمایید.

(کافی، اسلامیة، ج ۵، ص ۶۲)

خانواده

رشد آموزش

«نشریه‌ای برای خانواده‌ها، با نگاهی ویژه به برنامه‌های درسی مدارس»

۱۱

■ شماره ۱ ■ پاییز ۱۴۰۰ ■ دوره سوم ■ ۴۸ صفحه ■ شماره پیاپی:

- ۲ ■ **یادداشت سردبیر:** والدین رهیار و راهنما غلامرضا حمیدزاده
- ۴ ■ **اول سلامتی، بعد درس** محمد رضا راه چمنی
- ۸ ■ **همیار یادگیری - نقش والدین در همراهی و کمک به یادگیری دانش آموزان** ابراهیم اصلانی
- ۱۲ ■ **سر به هوا - تجارب یک مشاور در مورد ضعف تمرکز کودکان** محمد رضا راه چمنی
- ۱۴ ■ **مراقبت از ۱۳ آسیب - گفت و گو با دکتر محمد مصطفوی** تهمنه حدادی
- ۱۸ ■ **آش ماش - غذایی مناسب و لذیذ برای فصل سرما** اعظم اسلامی
- ۱۹ ■ **مشکل سعید! ترس از مدرسه یا «اضطراب»** مریم بنی اسدی
- ۲۴ ■ **از کجا آغاز کنیم - مهارت پرورش راستگویی کودکان** در گفت و گو با محمد رضا انصارین
- ۲۸ ■ **چهار مشکل یادگیری - اختلالات یادگیری شایع در بین دانش آموزان** مژگان فرهبد

ویژه کلاس اولی‌ها

- ۳۲ ■ **بخوانیم و بنویسیم - آنچه والدین باید درباره کتاب «فارسی» اول ابتدایی بدانند** دکتر ملاح تنجفی
- ۳۴ ■ **علم و زندگی - آنچه والدین باید درباره کتاب «علوم» اول ابتدایی بدانند** مریم انصاری
- ۳۷ ■ **کلاس اول تدریس نکنید، اگر انضباط آهین می‌خواهیم** زهره کریمی
- ۴۲ ■ **حساب و کتاب - آنچه والدین باید درباره کتاب «ریاضی» اول ابتدایی بدانند** دکتر خسرو داودی
- ۴۵ ■ **کتاب زندگی - آنچه والدین باید در مورد کتاب «قرآن» اول ابتدایی بدانند** حسن فلاح
- ۴۷ ■ **ضامن سلامتی** دکتر اعظم گودرزی



فصلنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع رسانی



وزارت آموزش و پرورش
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی
دفتر انتشارات و فناوری آموزشی

مدیر مسئول: محمدابراهیم محمدی
سر دبیر: غلامرضا حمیدزاده

هیئت تحریریه:

دکتر پروین کدیور؛ دکتر اعظم ملایی‌نژاد؛
دکتر فریبرز بیات؛ یدالله توکلی و
دکتر کیومرث جهانگردی

مدیر داخلی: زهره کریمی

ویراستار: جعفر ربانی
طراح گرافیک: شاهرخ خرده‌غانی

نشانی دفتر مجله:

تهران، ایرانشهر شمالی، پلاک ۲۶۶

تلفن: ۰۲۱-۸۸۸۳۱۱۶۱-۹

(داخلی ۵۰۵)

نمابر:

۰۲۱-۸۸۴۹۰۳۱۶

صندوق پستی مجله:

۱۵۸۷۵/۶۵۸۵

صندوق پستی امور مشترکین: ۱۵۸۷۵/۳۳۳۱

تلفن امور مشترکین: ۰۲۱-۸۸۸۶۷۳۰۸

وبگاه مجلات رشد: www.roshdmag.ir

رایانامه: khanevadeh@roshdmag.ir

پیامک: ۳۰۰۸۹۹۵



نظرسنجی

✉ مخاطبان گرامی

- فصلنامه‌ای که در دست دارید در موضوع خانواده تولید می‌شود.
- تحریریه فصلنامه «رشد آموزش خانواده» با افتخار پذیرای مقالات، یادداشت‌ها و مطالب کاربردی مخاطبان برای بررسی و انتشار در مجله است.
- لطفاً با ارسال نظرات و پیشنهادات خود، ما را در انتشار هر چه بهتر این مجله یاری دهید.

مجله رشد خانواده، از همه خوانندگان، در زمینه نگارش مقالات مربوط به خانواده و مدرسه، دعوت به همکاری می‌نماید:

- مجله در حک، اصلاح، حذف و اضافه مقاله‌ها آزاد است. ● مقاله‌های دریافتی، باید خوانا و تا حد امکان، کوتاه باشد. ● استفاده از مطالب مجله در کتاب‌ها یا مجله‌های دیگر، با ذکر دقیق مأخذ مانعی ندارد. ● مقالاتی که از طریق پیام‌نگار مجله ارسال می‌نمایند به‌صورت فایل pdf ارسال کنید. ● در انتهای مقاله‌های ارسالی شماره تلفن تماس و نشانی پستی و نشانی الکترونیکی (E-mail) خود را حتماً درج نمایید و در ابتدای مقاله نام و نام‌خانوادگی و نام شهرستان و سمت خود را قید فرمائید.

والدین رهیار و راهنما

شاید این عبارات را زیاد شنیده‌ایم که «موفقیت مهارت است و هنر» یا «خوب زندگی کردن هنر است و مهارت می‌خواهد» و سایر جملات و عبارتهایی از این دست. آیا این عبارت صحیح است یا خیر؟ اما قبل از پاسخ این مطلب را بخوانید: همه ما می‌توانیم خوب و با آرامش زندگی کنیم به شرط آنکه بدانیم هدف از زندگی چیست؟ جامعه و فرهنگ ما نسبت به زندگی چه اهدافی دارد؟ دین ما نسبت به زندگی چه می‌گوید و چه اهدافی را برای ما مشخص کرده است. ابعاد مختلف زندگی چیست؟ آنگاه فرایند و مراحل زندگی را بشناسیم و مشکلات و موانع آن را در طول مسیر بدانیم.

امروز بسیاری از علوم تلاش کرده‌اند تا به ما کمک کنند و براساس تجارب بشری و اعتباربخشی آن تجارب در قالب روش‌های علمی به سؤالات فوق پاسخ دهند. امروزه مسائل به ظاهر پیچیده با آموزش افراد و یادگیری مهارت‌های حل مسئله، قابل حل است. به‌طور مثال، یک مکعب روبیک را درنظر بگیرید. ظاهراً جور کردن و چیدمان آن برای کسی که آموزش و مهارت لازم را ندارد سخت است، لذا فکر می‌کنیم کسانی که با سرعت آن را جور و هماهنگ و مرتب می‌کنند انسان‌های باهوش و استثنایی هستند. درست است؛ این افراد باهوش هستند اما سایر افراد هم با هوش معمولی و با آموزش و یادگیری و تمرین و کسب مهارت می‌توانند این مکعب را مرتب کنند.

امروزه یکی از رموز موفقیت افراد؛ توانمندی‌ها و مهارت‌های بیشتر آن‌ها در زمینه‌های مختلف است نه هوش بالای آن‌ها.

برای شناختن یک زندگی موفق یا یک فرد موفق دقیقاً باید بدانیم که او چه نقشی در یک گروه یا خانواده‌اش دارد. باید بدانیم پدر و مادر بودن یک نقش اساسی در خانواده و یک تعهد مادام‌العمر در خانواده است که با تولد فرزند آغاز می‌شود و در تمام مراحل زندگی فرزند ادامه دارد. نقش والدین باید همراه با بزرگ شدن فرزندان تغییر کند، فرزندان در طول بیست سال اول زندگی از سه مرحله، با سه نقش ترتیبی متمایز، عبور می‌کنند.

● **نقش اول:** دوره اولیه زندگی است؛ یعنی از تولد تا هفت سالگی. در این دوره نقش والدین کمک و مشارکت در انجام کارها است همراه با آموزش توانمندسازی فرزند در انجام کارهای روزانه.

● **نقش دوم:** در حدود شش یا هفت سالگی شروع می‌شود که کودک به تدریج و به‌صورت مستقل اطلاعات را جذب می‌کند و به کارکردهای حمایتی یک بزرگ‌تر نیاز دارد. در این دوره والدین به فرزند کمک می‌کنند تا علایق و توانمندی‌های خود را بروز دهد و آن‌ها را بشناسد.

● **نقش سوم:** از ۱۳ تا بیست‌سالگی است که دوره نوجوانی و بلوغ شکل می‌گیرد. در این دوره والدین نقش راهنما برای حل مسائل و رهیار را دارند. باید روش‌های تفکر صحیح و مهارت‌های حل مسئله را به فرزندان خود بیاموزند. باید فلسفه زندگی و درست زندگی کردن و باید و نبایدهای این جهان را به او آموزش دهند. در این دوره نوع و چگونگی ارتباط والدین با فرزندان باید با دوره‌های قبلی متفاوت باشد، لذا والدین باید روز به روز بیاموزند و همراه با تغییرات رشدی فرزندان با آن‌ها رفتارهای مناسب داشته باشند. پیامبر گرامی اسلام، حضرت محمد صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرمایند: «الْوَلَدُ سَبْعَ سِنِينَ وَ عَبْدٌ سَبْعَ سِنِينَ وَ وَزِيرٌ سَبْعَ سِنِينَ»^۱. فرزند، هفت سال اول سرور و هفت سال بعد فرمانبردار و هفت سال آخر وزیر است.

ما در این فصلنامه قصد داریم در حوزه برنامه‌های درسی و آموزشی، دانش‌ها و توانمندی‌هایی را بر اساس پژوهش‌های انجام شده، یعنی نیازسنجی‌های علمی و پژوهشی، که از والدین ده استان کشور^(۳۲) دریافت شده به شما ارائه نماییم.

این حوزه نیازها عبارت است از:

۱. نیازهای تربیت دینی
۲. نیازهای برنامه‌های درسی
۳. نیازهای تربیت اجتماعی
۴. نیازهای جنبه‌های روان‌شناختی دانش‌آموز
۵. نیازهای تغذیه و بهداشت
۶. نیازهای سلامت و تربیت بدنی

رشد آموزش خانواده از این شماره با رویکرد جدید ارتقای بینش خانواده‌ها و راهنمایی و رهبری والدین محترم در ارتقای کیفیت آموزشی و پرورشی فرزندان عزیز شما محتواهایی را ارائه خواهد کرد. در این شماره توجه ما، به دلیل شیوع ویروس کرونا و مشکلاتی که متأسفانه در همه جامعه به‌ویژه در نظام آموزشی ما ایجاد کرده است، ارائه موضوعاتی در این خصوص خواهد بود. در ضمن با توجه به آغاز سال تحصیلی جدید برای والدین محترم دانش‌آموزان پایه اولی پرونده ویژه‌ای به‌همین نام تهیه و ارائه شده است.

امیدواریم بتوانیم رضایت شما خانواده‌های محترم را برآورده و پاسخ‌گوی نیازهای آموزشی فرزندان شما عزیزان باشیم. منتظر دریافت نظرات ارزشمند و پیشنهادهای شما در خصوص محتوای فصلنامه هستیم.

۱. مکارم‌الاخلاق، ص ۲۲۲.

۲. نیازسنجی به‌منظور تهیه بسته آموزشی والدین دانش‌آموزان دوره ابتدایی، سال ۱۳۹۱- سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی.

۳. رساله دکترای اعظم مولایی‌نژاد، نیازسنجی جامع آموزشی والدین دانش‌آموزان دوره ابتدایی در سه حوزه سلامت جسمانی، تربیت اجتماعی و تربیت دینی در مدارس ابتدایی کشور، سال ۱۳۹۶.

اول سلامتی، بعد درس

الزامات بهداشتی کرونا در مدارس

در گفت‌وگو با دکتر محسن بیگی

اشاره

شیوع بیماری کرونا در سال گذشته و امسال خسارات جانی و مالی شدیدی به جهان و کشور ما وارد کرد. خانواده‌ها در شرایط سخت و بحرانی قرار گرفته‌اند. در چنین وضعیتی آموزش هم متناسب با شیوه‌نامه‌های بهداشتی باید سازوکار ویژه‌ای داشته باشد در همین زمینه فصلنامه رشد آموزش خانواده گفت‌وگویی با دکتر محسن بیگی، مدیرکل سابق دفتر سلامت و تندرستی وزارت آموزش و پرورش انجام داده است که در ادامه از نظر تان می‌گذرد.

■ الان چند نفر مراقب سلامت دارید؟

● حدود ۵۵۰۰ نفر داریم که در مدارس هستند و حدود ۱۰۰۰۰ نفر هم کمبود داریم. فعلاً به همین معیار ۷۵۰ نفر عمل می‌شود ولی ما پیشنهاد داده‌ایم که آیین‌نامه اصلاح شود و این معیار تبدیل شود به چیزی حدود ۳۰۰ تا ۴۰۰ دانش‌آموز.

■ اگر امسال، اول مهر بچه‌ها بخوانند بروند مدرسه

با توجه به وضعیت کرونا، چه اتفاقاتی ممکن است بیفتد. این را یک مقدار برای ما باز بکنید و بگویید با توجه به اینکه الان مربیان بهداشت یا همان مراقبان سلامت کم هستند. اگر مدرسه‌ها شروع به کار کردند. خانواده‌ها با چه شیوه‌ای باید بچه‌هایشان را به مدرسه بفرستند.

● ببینید، ما فارغ از اینکه این بیماری را داشته باشیم یا نداشته باشیم یا در یک حوزه‌ای کمبود داشته باشیم یا نداشته باشیم بالاخره والدین و خانواده‌ها از ارکان تعلیم و تربیت هستند. اگر خانواده در کنار مدرسه نباشد وظیفه مدرسه هم به‌درستی تحقق پیدا نمی‌کند، یعنی معلم هم نمی‌تواند به‌درستی کارش را انجام بدهد. لذا امسال برای بازگشایی مدارس یک نظام مراقبت تعریف می‌شود که در آن سهم و نقش هر کسی را، از مدیر مدرسه گرفته تا خانواده، تعریف می‌کنیم و براساس این نظام مراقبت مدرسه‌ها باز می‌شود. بازگشایی مدارس هم به‌صورت یکسان و واحد نیست. ما مدرسه‌ای نگاه



بازگشایی مدارس



فاصله‌گذاری

می‌کنیم. مثل سال گذشته نیست که مثلاً یک شهر کلاً تعطیل باشد یا یک استان کلاً تعطیل باشد چون مدارس ما متفاوت هستند، از جمله تراکمشان بسیار با هم فرق می‌کند، مکان جغرافیایی‌شان، شیوع بیماری در آن روستا یا در آن محله یا منطقه، دسترسی بچه‌ها به امکانات آموزشی و ... این‌ها همه با هم متفاوت است. بنابراین ممکن است مدرسه‌ای با پنج دانش‌آموز باز شود، حتی در شدیدترین حالت بیماری و در تمام سال و یک مدرسه هم ممکن است با ۷۰۰ تا دانش‌آموز این شیفت‌بندی شود. مدرسه دیگری ممکن است بخشی از دروسش به‌صورت مجازی باشد و بخشی به‌صورت حضوری. این‌ها همه در نظام مراقبت جامع بررسی و برنامه‌ریزی می‌شود. البته وضعیت بیماری را وزارت بهداشت مشخص می‌کند از فصل تابستان سازمان‌نوسازی مدارس را مکلف شد که برود وضعیت ساختمان‌ها و بهداشت محیط مدرسه‌ها را اصلاح کند تا مدارس در آمادگی کامل برای اول مهر باشند.

■ آقای دکتر! اگر من نوعی الان بخواهم فرزندم را به مدرسه بفرستم نگرانم و نمی‌دانم چه اقداماتی باید انجام بدهم. البته می‌دانم اما کامل نمی‌دانم. حالا شما به من بگویید که چهار تا پنج تا کار انجام بدهی خیالت راحت باشد بقیه‌اش را هم مدرسه انجام می‌دهد. والدین باید به بچه‌ها چه آموزش‌هایی بدهند؟ بفرمایید در نظام مراقبت جایگاه خانواده کجاست؟



بچه‌ها باید حتماً
ماسک داشته باشند
و این وظیفه خانواده
است که از همان
لحظه‌ای که بچه‌اش
را از خانه به مدرسه
می‌فرستد دقت بکند
و به او یادآوری
بکند

■ حالا که این وضعیت کرونا هست شیوه‌نامه‌های
بهداشتی چگونه رعایت می‌شود؟ بچه‌ها باید چگونه
عمل کنند؟

● دو تا نکته راجع به مدیریت اجرایی مدرسه هست که
باید مسئولان مدارس انجام بدهند. گندزدایی محیط
مدرسه جزو وظایف تکلیفی عوامل مدرسه است و در
دستورالعمل‌هایی که ما فرستاده‌ایم مورد تأکید قرار
گرفته است. نحوه ضدعفونی کردن و گندزدایی محیط
هم آموزش داده شده. در دستورالعمل گفته شده که
مثلاً شما از مواد شوینده، از مواد ضدعفونی‌کننده و
از مواد سفیدکننده به چه نسبت و چه اندازه‌ای باید
استفاده کنید. این‌ها برای گندزدایی سطوح، برای
گندزدایی سرویس بهداشتی و برای گندزدایی ابزار و
وسایل مدرسه مورد استفاده مشترک قرار می‌گیرد.
در دو سال گذشته ما ۵ دستورالعمل برای بازگشایی
مدارس مختلف فرستاده‌ایم. مثلاً گفته‌ایم که اگر
تا اول مهر مدرسه‌ای سرویس بهداشتی مناسبی
نداشت اصلاً جزو فهرست بازگشایی ما قرار نمی‌گیرد.
پس اگر کمبود داشته باشد مکلف هستند در تابستان
رفع نقص کنند و کمبودشان را برطرف کنند. بر
لوله‌کشی صابون مایع تأکید کرده‌ایم که حتماً
باید داشته باشند و اگر در جایی شرایط لوله‌کشی
صابون مایع وجود ندارد دست کم صابون جامد
داشته باشند. این به طور ساختاری وظیفه مدرسه
است که این کارها را انجام دهد. البته قسمتی هم

● ما به همان سه تا نکته اصلی که در بحث
پیشگیری بیماری‌های واگیردار از جمله کرونا
مورد نظر است تأکید می‌کنیم و این را خانواده‌ها
باید به دقت و با حساسیت به بچه‌ها یاد بدهند:
اول استفاده از وسایل شخصی و رعایت بهداشت؛ **دوم**
بچه‌ها باید حتماً ماسک داشته باشند و این وظیفه
خانواده است که از همان لحظه‌ای که بچه‌اش را از خانه
به مدرسه می‌فرستد دقت بکند و به او یادآوری بکند و
سوم بحث فاصله‌گذاری و کاهش تراکم است، کاهش
تراکم در مدرسه وظیفه مدیر و ما هست که کار را
سامان دهی بکنیم، به‌ویژه که بچه‌ها به‌خاطر خصوصیات
خودشان و هم ویژگی محیط مدرسه در سرویس
مدرسه، در حیاط مدرسه، در مسیر مدرسه و ... به هم
نزدیک بشوند و ارتباط کمتری با هم داشته باشند.

■ وقتی بچه‌ها می‌خواهند بروند مدرسه و مادرها
می‌خواهند میوه یا خوراکی برای آن‌ها بگذارند این
را چه‌طور بگذارند که آلوده نباشد، و بچه‌ها چه‌طوری
بخورند؟ به اصطلاح چه‌طوری باید آموزش داد؟

● توصیه ما این است که اولاً بچه‌ها بخش زیادی از
تغذیه اصلی‌شان را در خانه بخورند که در مدرسه و
در طول روز کمتر نیاز داشته باشند به مواد غذایی.
بنابراین هشدار اصلی و تأکیدمان این است که بچه‌ها
تغذیه مفصل نیاورند. منتها بچه‌ها هم با هم متفاوت‌اند،
بعضی از آن‌ها عادت دارند که هر دو سه ساعت یک
چیزی بخورند. ما می‌گوییم هر خانواده به هر موادی
که خودش دسترسی دارد و هر مواد غذایی که دارد
از همان مواد غذایی بهترین و کم‌عارضه‌ترینش را در
اختیار بچه‌اش بگذارد که در مدرسه بتواند به‌عنوان یک
لقمه سالم و یک میان‌وعده خوب از آن استفاده کند. در
مورد میوه، مخصوصاً میوه‌های دانه‌ای بهتر و مناسب‌تر
است مثلاً بچه‌ها بتوانند یک سیب یا پرتقال همراه
داشته باشند خوب است. البته بازگشایی مدارس به
نحوی خواهد بود که ما مدارس شلوغمان قطعاً مدت‌ش
کاهش پیدا می‌کند، یعنی برنامه‌ها مثل گذشته طولانی
نیست که مثلاً در بعضی مدارس ناهار می‌دادند. غرفه‌ها
و پایگاه‌های تغذیه در مدارس هم فعلاً فعال نخواهد
شد. توزیع مواد غذایی پختنی در مدرسه ممنوع است.
از بیرون کسی نمی‌تواند غذا بیاورد. ساعت را محدود
می‌کنیم و این‌ها در واقع ریسک آلودگی را کم می‌کند.
به همین جهت توصیه می‌کنیم که از مواد غذایی سالم
و ساده که آلودگی آن‌ها کمتر است و ترجیحاً موادی
که خشک باشند و به‌صورت انفرادی استفاده کنند.
یعنی بچه‌ها مواد غذایی‌شان را به یکدیگر ندهند.

توزیع مواد غذایی
پختنی در مدرسه
ممنوع است.
از بیرون کسی
نمی تواند غذا
بیاورد. ساعت را
محدود می کنیم
و این ها در واقع
ریسک آلودگی را
کم می کند

برمی گردد به دانش آموز و خانواده اش اگر بچه رفت از سرویس بهداشتی مشترک استفاده کرد حتی اگر جایی هم اشکال داشته باشد اما یاد گرفته باشد بعد از اینکه آمد بیرون دستش را بشوید با مواد شوینده و به نحوه صحیح شست و شو دهد یا بعدش از مواد ضد عفونی کننده استفاده کند ما نگرانی نداریم، و این همان قسمتی است که خانواده باید به بچه یاد بدهد. اگر بچه ای در خانه وقتی می رود دستشویی دستش را با مایع شوینده بشوید حتماً در مدرسه هم این کار را خواهد کرد و از مواد ضد عفونی کننده استفاده می کند.

■ **انجمن اولیا و مربیان چه نقشی می تواند ایفا کند؟ چون همه والدین برای مداخله نمی توانند دستشویی ها را نظارت کنند، اگر هم بیایند چون در کار مدیر مدرسه مداخله ایجاد می شود کار بدتر می شود. ولی هر کسی دوست دارد وقتی بچه اش را می فرستند مدرسه از نظر بهداشتی مشکلی نداشته باشد. من از کجا بتوانم مشارکت بکنم یا بروم ببینم؟ باید با اعضای انجمنی که خودم انتخاب کرده ام ارتباط داشته باشم؟ چطور می توانم مداخله کنم؟**

● **والدین از طریق انجمن اولیا و مربیان در چند حوزه می توانند کمک کنند. والدین ظرفیت های مختلفی را دارند. بعضی از آن ها می توانند کمک مالی بکنند برای رفع نیازهای مدرسه. بسیاری شان می توانند کمک های فکری و آموزشی بکنند. به هر حال ظرفیت های مختلفی دارند چون در رشته های مختلف تحصیل کرده هستند. در حوزه نظارت می توانند زیر نظر مدیر مدرسه به کمک مدرسه بیایند و در مدرسه حضور داشته باشند و بعضی از امور را به عهده بگیرند که این دیگر دخالت هم نیست چون مدیر مدرسه از این قضایا استقبال می کند و خودش هم اصلاً ممکن است این فضا را ایجاد کند. البته یک نکته را هم نباید فراموش کنیم که مدرسه محل زندگی دانش آموز است، محل زندگی معلم است، محل زندگی مدیر هست و محل زندگی عوامل اجرایی هم هست. بنابراین حساسیت آن ها نسبت به مسائل سلامتی کمتر نیست. لذا اگر مدیران مدرسه مدیریت شایسته ای داشته باشند، آن ها حتی از خانه خودشان بیشتر حساسیت نشان می دهند. بنابراین من خودم تصور این است که ما در این قسمت خیلی نباید نگران باشیم، یعنی ما نگرانی مان در این مسائل کمتر است نسبت به بقیه حوزه ها و بقیه جاها. مدیریت کردن در محیط مدرسه راحت تر**

است. از نظر کلی، نسبت به اینکه شما بخواهید بازار را کنترل کنید یا یک پارک را مدیریت کنید. چون در این قسمت در هر حال فرمان پذیری دستورالعمل ها و قوانین اداری که وجود دارد معمولاً اثرگذاری مناسب تری را دارد به هر حال ما از این قسمتش خیلی نگران نیستیم، البته به شرط اینکه خانواده ها هم در سایر بخش ها مشارکت و به مسئولیت ها و تعهدات خودشان عمل کنند.

■ **آیا قبل از شروع مدارس دستورالعملی هست که از بچه ها بخواهند تست بگیرند؟**
● نه، به طور کلی تست عمومی اصلاً وجود ندارد.

■ **مثلاً شنیده ایم در بعضی کشورها هر هفته می آیند مهدکودک ها و از بچه ها تست می گیرند. البته نمی دانیم شیوه اش به چه صورتی است.**

● **نظام های مراقبت در کشورهای مختلف متفاوت است. در کشور ما اصلاً بحث تست عمومی را نداریم، اما اگر مثلاً در یک کلاس سه نفر مثبت شدند آن موقع بحث غربالگری مطرح می شود. در محیط های عمومی هم به همین شکل، طرح شهید سلیمانی برای همین است که اگر در یک خانواده یا یک طایفه که خیلی به هم نزدیک اند چند نفر مثبت شدند توصیه می کنند یک تست سریع از بقیه افرادی که آنجا بوده اند بگیرید تا اگر این ها هم آلوده شده اند مشخص شوند و بیماری را توزیع نکنند. چیزی که ما با وزارت بهداشت به توافق رسیدیم این است که تبادل اطلاعات انجام دهیم. مثلاً کد ملی کل دانش آموزان و معلمان را در اختیار وزارت بهداشت قرار می دهیم که در واقع سامانه ماست و آن ها عوامل مثبت را در سامانه دارند تطبیق می دهند و مواردی که مشترک باشد و تست شان مثبت شده اما ما خودمان اطلاع نداریم به ما اعلام می کنند. آن موقع مدرسه از ورود فرد جلوگیری می کند تا زمانی که بهبود پیدا کند. در امتحانات هم ما همین کار را کردیم. به صورت هفتگی کل اطلاعات دانش آموزان آزمون حضوری مان را در اختیار وزارت بهداشت قرار دادیم و این ها موارد مثبت را به ما اعلام کردند و ما براساس منطقه در اختیار استان قرار دادیم، استان هم در اختیار شهرستان و مدرسه قرار داد و بچه هایی که تست آن ها مثبت بود یا تست اعضای درجه یک خانواده شان مثبت بود رفتند سالن قرنطینه امتحان دادند. حوزه امتحانی در فضای جداگانه ای بود.**

■ **آیا در تأمین کمبود مراقبین سلامت و بهداشت از خانواده ها هم به صورت افتخاری استفاده می کنید؟**
● بله، همین الان هم داریم، نه تنها در حد اطلاعات و

یکی از شرط‌های
بازگشایی مدارس
ما همین است که
واکسیناسیون
معلمان انجام شده
باشد. بنابراین اگر
واکسیناسیون
معلمان انجام نشود
خودبه‌خود بحث
بازگشایی منتفی
است



پویشی را در بین بچه‌ها ایجاد کردیم که اختتامیه‌اش هم هفته گذشته بود. دو تا پویش گذاشتیم، یکی پویش «هر دانش‌آموز یک سفیر سلامت» و یکی هم پویش «سپاس از مدافعین سلامت». بچه‌ها بیش از ۳۰۰ هزار اثر فرستادند برای ما در قالب موضوعاتی که ما تعیین کرده بودیم، مثل نقاشی، شعر، دکلمه و این‌ها ۵۰۰ تا از این اثرها را جمع‌آوری کردیم و در اختیار وزارت بهداشت گذاشتیم و آن‌ها هم در مجموع خودشان مورد استفاده قرار دادند. مثلاً چند تا را تکثیر کردند و توی راهروهای بیمارستان‌ها استفاده کردند.

■ آیا مرکز بهداشتی مشخص وجود دارند که زیر نظر شما باشند و والدین بتوانند به آن‌ها مراجعه کنند؟ یا باید از همین درمانگاه‌ها و مراکز بهداشتی موجود استفاده کنند؟

● نه، در آموزش و پرورش مدرسه واحد کار ماست، همان‌طور که در وزارت بهداشت مراکز آموزشی جامع سلامت یا همان خانه‌های بهداشت وجود دارد که کار بهداشت مدرسه‌ها را هم انجام می‌دهند. یکی از کارهایی که خانه‌های بهداشت انجام می‌دهند کارت بهداشت بچه‌ها را صادر می‌کنند که مربوط می‌شود به سنجش سلامت بچه‌ها. مدارس با خانه‌های بهداشت در ارتباط هستند ولی دانش‌آموزان و خانواده‌ها عمدتاً با مدرسه ارتباط دارند.

■ با تشکر از شما که در این گفت‌وگو شرکت کردید.

آشنایی اولیه، بلکه بعضی از والدین به طور تخصصی در این زمینه فعالیت می‌کنند. مثلاً فرد امدادگر هلال احمر یا پزشک یا دندان‌پزشک و ... بعضی از مدیرانمان در همان بحث مدیریتی و مشارکت دادن اولیا در کارهای مدرسه از این ظرفیت‌ها استفاده کرده‌اند. مثلاً در طول سال دو بار کل بچه‌های مدرسه را غربالگری کرده‌اند، معاینات پزشکی انجام داده‌اند و با دوره‌های آموزشی گذاشته‌اند؛ حتی برای خانواده‌های دانش‌آموزان و کارکنان. البته این طرح سراسری نیست و باید روی این برنامه کار شود.

کار دیگری که در یک سال و نیم گذشته ما در بستر شبکه شاد انجام دادیم سه تا کانال مربوط به سلامت باز کردیم، یکی در بحث ایمنی و محیط زیست، یکی در مورد آموزش نیروی انسانی است و اطلاع‌رسانی، که عمدتاً حوزه مدیران و همکاران بهداشت و معلمان و مراقبین بهداشت را در بر می‌گیرد و کانال سوم هم مربوط به بهداشت عمومی تغذیه سالم و سبک زندگی سالم است. این‌ها تقریباً حدود ۳ میلیون دنبال‌کننده دارند و محتواهایی هم که بارگذاری می‌شود عمدتاً تولیدات خود بچه‌هاست و تولیدات مراقبین سلامت مدرسه. ما خودمان خیلی سعی نمی‌کنیم مطلب بگذاریم، خیلی مطالب محدودی را می‌گذاریم. شما وقتی وارد شبکه شاد می‌شوید اولین منوی آن بحث سلامت است. این کانال بهداشت و تغذیه ما عمدتاً پوشش دانش‌آموزی دارد که هنوز بعد از تعطیلی مدارس حدود یک میلیون و هشتصد هزار نفر عضو دارد. ما از بهمن پارسال

همیار یادگیری

نقش والدین در همراهی و کمک به یادگیری دانش‌آموزان

مقدمه

یکی از تغییرات چشم‌گیر در خانواده‌های ایرانی طی چند دهه گذشته، توجه خاص آن‌ها به مسائل تحصیلی فرزندان است. پیش از آن، درس خواندن فرزندان حتی اگر مهم بود جزء دغدغه‌های اصلی خانواده به حساب نمی‌آمد. والدین قدیمی فرزندان را مدرسه می‌فرستاد تا چیزی یاد بگیرند، کم‌وبیش وقتشان پر شود و مدتی بیرون از خانه باشند. معروف بود که پدر در یک سال تحصیلی دو بار مدرسه می‌رود؛ یکی اول سال برای ثبت‌نام و یکی پایان سال برای گرفتن کارنامه. در پایه‌های بالاتر گاهی حتی دومی را هم نمی‌رفت و خود دانش‌آموز موظف می‌شد برود کارنامه‌اش را بگیرد. اینکه چه شد رویکرد والدین نسبت به مسائل تحصیلی فرزندان تغییر یافت و درس خواندن و نخواندن بچه‌ها اهمیت پیدا کرد، موضوع بحث مستقلی است، اما به نظر می‌رسد از همان اول یک موضوع اساسی توسط نظام تربیتی مورد غفلت قرار گرفت: جایگاه درست والدین در مسائل درسی فرزندان چیست؟ حد و حدود انتظارات از والدین چگونه تعیین می‌شود؟ چه ملاک‌هایی برای تشخیص رفتارهای درست و نادرست والدین وجود دارد؟

درس خواندن فرزندان؛ چالش والدین

با اهمیت یافتن درس و مدرسه فرزندان، رابطه خانه و مدرسه هم دچار دگرگونی شد؛ بهتر است بگوییم بی‌خیالی و آسودگی دیروز به دغدغه و چالش امروز تغییر شکل داد. نکته ساده اما عجیب آن است که نظام تربیتی و مدارس در مواجهه با این چالش به‌موقع، بجا و مؤثر عمل نکردند. البته برنامه‌هایی چون جلسات آموزش خانواده، رهنمودهای شخصی معلمان برای والدین، مقالات و برنامه‌های رسانه‌ها و ... اما تأثیر عمده‌ای نداشتند؛ چرا؟ چون اولاً وحدت رویه‌ای وجود نداشت و هر کس حرف خود را می‌زد و ثانیاً انسجام و استمرار نبود. در هر حال، امروز با والدینی طرف هستیم که در مورد مسائل تحصیلی فرزندان:

- نگرانی و دغدغه‌های جدی دارند،
- خیلی نمی‌توانند درست و نادرست را تشخیص دهند،
- روش‌های قدیمی را با رنگ‌ولعاب امروزی به کار می‌برند،
- خطاها و اشتباهات زیادی دارند،
- و به‌خوبی راهنمایی نمی‌شوند.

طبعاً در یک مقاله و مجموعه‌ای از رهنمودها نمی‌توان همه دغدغه‌های والدین را از بین برد و چالش‌های آنان را حل کرد؛ با این همه، در ادامه نکاتی را می‌آورم تا والدین اولاً نگرش‌های خود را

در مورد مسائل تحصیلی فرزندان اصلاح کنند و ثانیاً در حد امکان، با این توصیه‌های اولیه و مقدماتی، به نکاتی کاربردی در این‌باره دست یابند. امیدوارم ۱۰ نکته این مقاله راهنمای مفید و مؤثری برای والدین باشد.

نکته اول همراه؛ نه چیز دیگر

والدین خیلی هنر کنند می‌توانند همراه خوبی در سفر یادگیری فرزند یا فرزندان‌شان باشند. واژه «همراه» را به عمد به کار می‌برم و کلماتی مانند راهنما، ناظر، دوست، کنترل‌کننده و غیره را کنار می‌گذارم، چون اگر مادر و پدر در هر موضعی غیر از همراهی قرار بگیرند، احتمالاً توفیق چندانی در کمک به فرزندشان نخواهند داشت. در جریان مسائل تحصیلی فرزندان یک اتفاق می‌تواند زنگ خطری جدی باشد و آن اینکه حساسیت‌ها و نگرانی‌های والدین بر فرزندشان پیشی بگیرد، یعنی وضعیت طوری پیش برود که جای والدین و فرزند عوض شود. اگر والدین در مورد موفقیت‌ها و شکست‌های فرزندشان در امور تحصیلی بیش از خود او حساسیت نشان دهند، به‌طور حتم این مسیر ادامه خوبی نخواهد داشت. منطق زندگی و اصول تربیت حکم می‌کند که اگر درس خواندن وظیفه و مسئولیت فرزند است، خود او باید در قبال این وظیفه بیش از همه حساس باشد و والدین هم باید بپذیرند که حتی اگر اوضاع وفق مراد نیست و فرزندشان در

ندارند. حداکثر این است که یادگیری‌های بدون هدف و پراکنده در فضای مجازی را جایگزینی برای یادگیری‌های واقعی معرفی می‌کنند. به هر حال، خانواده اگر یادگیرنده باشند می‌تواند جو و شرایط مساعدتری برای یادگیری فرزندان ایجاد کند تا والدینی که خودشان حوصله و رغبتی برای یادگیری نشان نمی‌دهند. پس بکوشیم خانواده یادگیرنده باشیم.

نکته سوم کنترل یا نظارت؟

پدرها و به‌ویژه مادرهای زیادی هستند که بالای سر فرزندشان می‌ایستند تا درس بخواند و کارهای مدرسه‌اش را انجام دهد. دلیلشان هم این است که اگر رهایش کنند، او تلاشی نخواهد کرد. مداخله‌های کنترلی والدین به‌طور معمول از همان سال اول دبستان یا چند سال آغازین تحصیلات شروع می‌شود. نقش و وظیفه اصلی و درست در مسائل تحصیلی چیست؟ با یادآوری نکته اول، می‌توان استنباط کرد که: والدین همراه نقش نظارتی را انتخاب می‌کنند اما والدین مداخله‌گر اهل کنترل و دخالت‌های مستقیم هستند.

کنترلی یا نظارتی رفتار کردن، بیش از آنکه به وضعیت فرزند ربط داشته باشد، حاصل نگرش تربیتی والدین است. مادر و پدری که خودشان کنترلی بار آمده‌اند یا از عادت‌های مرسوم جامعه تأثیر گرفته‌اند و یا بد راهنمایی شده‌اند، کنترل‌گرا می‌شوند. اینان از همان آغاز مدرسه بالای سر فرزندشان می‌ایستند تا کنترل او از دستشان در نرود. والدین بهتر است از ابتدا یاد بگیرند که «کنترل» روش درستی برای یاد گرفتن و درس خواندن نیست و روی آن نمی‌شود خیلی حساب کرد. در پایه‌های تحصیلی بالاتر اصلاح روش‌های کنترلی والدین و تغییر آن‌ها به سمت روش‌های نظارتی اگرچه غیرممکن نیست اما سخت است. تغییر دادن عادت‌های جاف‌تاده برای هر دو طرف، یعنی هم والدین و هم فرزندان، دشوار خواهد بود. مادر و پدری که نخواهند کنترل‌گرا باشند یا قصد داشته باشند کنترل‌گرایی خود را تعدیل و اصلاح کنند، باید به تدریج و با حوصله، مسئولیت‌های درس خواندن را به دوش خود فرزندشان بگذارند و از مداخلات خودشان کم کنند؛ تأکید می‌کنم، به تدریج و با حوصله.

نکته چهارم نگرش چندبعدی به موفقیت

باید پذیرفت که بسیاری از مسائل زندگی چندبعدی هستند و روی همدیگر اثر می‌گذارند. هر رویداد، تصمیم و رفتاری می‌تواند همه ابعاد شخصیت فرد را کم‌وبیش درگیر کند. درس خواندن و موفقیت در آن هم تابع این اصل کلی است. درک و پذیرش چنین موضوعی موجب می‌شود مسائل را بهتر بشناسیم و بهتر تصمیم بگیریم. در خانواده، برای بهره‌گیری از نتایج این اصل عبور از سه مرحله لازم است:

اول، باور والدین به تعدد مؤلفه‌های موفقیت فرزندان در درس خواندن و برنامه‌ریزی

ابتدا خود والدین باید اهل نگرش چندبعدی و تعاملی باشند. سپس مؤلفه‌های مؤثر را بشناسند، تفکیک کنند و ربطشان به



درس خواندن مطابق میل آن‌ها عمل نمی‌کند، اصرار، تطمیع، تحمیل، گول زدن، تهدید و هر روش دیگر یک‌طرفه، چندان سودمند نخواهد بود. ما مجبوریم منطق زندگی را بشناسیم و به آن احترام بگذاریم. باید «همراه» بودن در امور تحصیلی فرزندمان را تمرین و تجربه کنیم، اگرچه شاید برای عده‌ای کنار آمدن با این واقعیت و تبعات آن سخت باشد.

نکته دوم خانواده یادگیرنده

انتظار تغییر از همه داریم غیر از خودمان. این یک واقعیت اثبات‌شده در زندگی بسیاری از ماست. به مصادیق دیگر اشاره نمی‌کنم و فقط یک مثال می‌زنم. از فرزندمان انتظار داریم درس بخواند، از فرصت‌های آموزش و یادگیری استفاده کند، نمره‌های خوبی به‌دست آورد و امور تحصیلی را جدی بگیرد. در مورد خودمان چه، شاید بگوییم من در زمان خودش درس خوانده‌ام یا از من گذشته و الان نوبت بچه‌هاست. اگر منطقی بیندیشیم، اولاً یادگیری یک نیاز همیشگی و مادام‌العمر است و ثانیاً یادگیری فرزندان در یک خانواده یادگیرنده، بهتر پیش خواهد رفت تا خانواده‌ای که در آن توقعات و انتظارات یک‌طرفه است.

خیلی از مادرها و پدرها امروزی دلایل زیادی می‌آورند تا توجیه کنند که خودشان زمان، شرایط و انگیزه‌ای برای یادگیری

یکدیگر را بفهمند. در جدول پیوست مؤلفه‌های مؤثر در موفقیت و برنامه‌ریزی آمده است که می‌تواند راهنمای خوبی برای شناخت مؤلفه‌ها و اقدامات بعدی باشد.

مؤلفه‌های مؤثر در برنامه‌ریزی و عوامل مرتبط	
مؤلفه‌ها	عوامل مرتبط
آمادگی‌های درسی	- پیش‌نیازهای هر درس - توانایی تشخیص کاستی‌ها و نواقص - تسلط بر محتوا و مفاهیم کتاب‌ها
آمادگی‌های روانی	- علاقه به هر درس - علاقه کلی به درس و تحصیل - جایگاه درس و تحصیل در اهداف زندگی
آمادگی‌های محیطی	- مکان و شرایط مطالعه - زمان و برنامه زمان‌بندی برای مطالعه - همکاری اعضای خانواده و سایر افراد مرتبط
تشخیص نیازها و امکانات	- استفاده از آموزشگاه‌ها و دبیر خصوصی - کتاب‌ها و نرم‌افزارهای کمک‌درسی - آزمون‌های آزمایشی - مشاوره و خدمات روان‌شناختی
آمادگی‌های آموزشی	- فنون امتحان دادن - فنون پاسخ به سؤال‌های چندگزینه‌ای (تست‌زنی) - راهنمادهای یادگیری و مطالعه - توانایی‌های حل مسئله و خلاقیت
ویژگی‌های شخصیتی	- مدیریت زمان - نگرش خوش‌بینانه یا بدبینانه به زندگی - توانایی کل‌نگری - احساس تسلط بر مسائل زندگی

دوم، هماهنگی و توافق با فرزند در مورد نگرش چندبعدی به زندگی و شناسایی مؤلفه‌ها

خوب است به مرور زمان فرزندان را با این نگرش چندبعدی آشنا کنیم تا او نیز به تحلیل و درک درستی از مسائل برسد؛ نه فقط درباره درس خواندن، بلکه درباره همه موضوعات زندگی.

سوم، گفت‌وگوی خانواده درباره هر مؤلفه و ارزیابی آن

اگر موارد اول و دوم عملی شود، حالا وقت گفت‌وگوهای منطقی و مفید است. بر مبنای مؤلفه‌های مؤثر در درس خواندن و برنامه‌ریزی، اگر مشکلی پیش آمد یا نشانه‌های اولیه یک مشکل دیده شد، مادر و پدر می‌توانند در گفت‌وگویی سازنده با فرزند تحلیل و تبیین کنند که در این میان چه مؤلفه یا مؤلفه‌هایی دچار ضعف شده است؟ چگونه می‌توان ارزیابی بهتری از آن‌ها داشت؟ برای جبران این ضعف‌ها چه می‌توان کرد؟

نکته پنجم نقش انگیزشی والدین

نباید تصور کرد که نکته‌های پیشین ذهنی و نظری صرف هستند؛ این واقعیت مهم را نیز نباید فراموش کرد که نگرش اساس عمل است. برای مثال، والدینی که نگرش کنترل‌گرا دارند به گونه‌ای عمل می‌کنند و والدینی که نگرش نظارت‌گرا دارند به گونه‌ای دیگر. حالا نوبت آن است که به نگرش، انگیزش را هم اضافه کنیم. به‌طور مختصر و مفید، امروزه بر تقویت انگیزه‌های درونی خیلی تأکید می‌شود. حتی یادگرفتن روش‌های مطالعه و برنامه‌ریزی ربط مستقیمی به رویکرد انگیزشی دارد. دانش‌آموزی که بر اساس انگیزش بیرونی بار آمده است، در مطالعه و برنامه‌ریزی هم احتمالاً به والدین خود متکی خواهد بود و حتی در برنامه‌های شخصی، بخشی از مسئولیت را متوجه والدین خواهد کرد. اما دانش‌آموزی که انگیزه‌های درونی دارد، احتمالاً مستقل عمل می‌کند و مسئولیت کارهایش را برعهده خواهد گرفت.

توصیه به والدین: سعی نکنید فرزندان را به هر روشی هل بدهید و وادارش کنید تا کاری را که شما درست می‌دانید انجام دهد. این روش انگیزش‌اولاً ممکن است تا جای معینی کارایی داشته باشد و ثانیاً اگر اثرش را از دست داد، شاید دیگر کاری از دستتان برنیاید.

به‌عنوان همراه، خوب است در انگیزش هم همراه باقی بمانید. برای مثال، نکته‌ها، نوشته‌ها، ویدئوکلپ‌ها، فیلم‌ها و ابزارهای دیگر انگیزشی برای فرزندان تدارک ببینید و با هم آن‌ها را مرور کنید. تا جایی که می‌توانید سراغ جایزه، وعده و وعید و تلمیع نروید یا کمتر بروید.

نکته ششم تأمین منابع مطالعه

اینکه فرزندان تا چه اندازه علاقه‌مند به مطالعه درباره روش‌های یادگیری، مطالعه و برنامه‌ریزی باشد، به‌عوامل متعددی بستگی دارد. پیشنهاد کلی آن است که اگر می‌توانید انواع منابع مکتوب و غیرمکتوب مناسب و مفید در مورد روش‌های مطالعه، یادگیری، برنامه‌ریزی و درس خواندن را شناسایی و آن‌ها را در حد وسع خود تهیه کنید. امروزه، با توجه به رواج منابع و محتوای اینترنتی و فضای مجازی، چه‌بسا بتوانید در تأمین منابع معتبر و قابل اطمینان نقش مؤثری بر عهده بگیرید. یک تذکر لازم هم این است که دچار افراط نشوید. حتی اگر توانایی مالی دارید، ضرورتی ندارد هر چه را که به دستتان می‌رسد برای فرزندان تهیه کنید.

نکته هفتم فوت‌وفن‌های خاص

درس خواندن و برنامه‌ریزی فوت‌وفن‌های زیادی دارد، که بعضی از این فوت‌وفن‌ها پایه‌ای و اساسی‌ترند. حتی اگر فرزند شما خودش اهل درس خواندن و مطالعه باشد خوب است شما هم فوت‌وفن‌های پایه را یاد بگیرند و در شرایط و موقعیت‌های مناسب به او یادآوری کنید. می‌شود برای تمرین فوت‌وفن‌ها برنامه‌هایی هم پیش‌بینی کرد. مثلاً بعد از استخراج و اولویت‌بندی آن‌ها، هر کدام را در طول یک هفته



در یک یا چند درس دچار افت شد، می‌توانید با رجوع به مؤلفه‌ها و تحلیل تک‌تک آن‌ها و همچنین ارتباطشان با همدیگر، به این یافته‌ها برسید:

- ◆ مسئله یا مسائل عمده او چیست؟
- ◆ دلایل احتمالی بروز این مسائل چه بوده است؟
- ◆ چه راهکار یا راهکارهای مناسبی برای حل مسئله وجود دارد؟

نکته دهم: امتحانات و کارنامه

عکس‌العمل‌های درست و نادرست والدین در برابر نتیجه امتحانات فرزندان و دریافت کارنامه تأثیر مستقیمی بر روند امور تحصیلی و درس خواندن آن‌ها دارد. نمود عینی نکته‌هایی که بیان شد و به‌ویژه نکته‌های ششم تا نهم، در ایام امتحانات تا دریافت کارنامه ظاهر می‌شود. برای نمونه، اگر فرزند شما فوت‌وفن‌های خاص یادگیری و مطالعه را با دقت و جدیت دنبال کرده باشد، باید روزهای امتحان او با آرامش سپری شود. یا اگر خودتان نقش انگیزشی خود را درست ایفا کرده باشید، امتحانات هم با جو عاطفی مطلوبی پیش خواهد رفت و کارنامه گرفتن هم در فضایی منطقی انجام خواهد شد. در هر حال، وضعیت و شرایط امتحانات و کارنامه، هم برآیند نگرش‌ها و اقدامات پیشین است و هم آنچه روی می‌دهد در ادامه فرایند تحصیلات و درس خواندن تأثیرگذار خواهد بود.

* منبع

۱ و ۲. کلیدهای موفقیت/مهارت‌های درس خواندن و برنامه‌ریزی. نوشته ابراهیم اصلانی. انتشارات رزمندگان

تمرین و مرور کنید یا موارد مهم را به‌صورت نوشته در فضایی مناسب در مقابل چشم قرار دهید.

برای ایجاد انگیزه بیشتر جهت یافتن فوت‌وفن‌های پایه، چند نکته مهم را به اختصار و بدون توضیح می‌آورم. به دانش‌آموزان توصیه می‌شود:

- ◆ بهتر است مکان مطالعه شما ثابت، ساده و بدون تغییر باشد؛
- ◆ به جای زیاد خواندن و چند دور خواندن، درست خواندن را یاد بگیرید؛
- ◆ فرصت استفاده از کلاس درس را از دست ندهید و با مهارت‌های این کار آشنا شوید؛
- ◆ تیترها و عنوان‌ها را با توجه و تمرکز بخوانید تا ارتباط موضوع و متن را بهتر درک کنید؛
- ◆ به جای تصمیم‌های ناگهانی برای تغییرات بزرگ، سعی کنید با هدف‌های کوچک و تغییرات گام‌به‌گام پیش بروید.

نکته هشتم: هم‌خوانی و همراهی

اگر شرایط مساعد بود، خوب است منابع تهیه‌شده در مورد روش‌های یادگیری و روش‌های برنامه‌ریزی را با هم بخوانید و در ضمن نکته‌های مهم را استخراج و کاربردشان را با هم تمرین کنید. در مورد روش‌های استفاده از منابع هم می‌توان به ایده‌های متفاوت و ابتکاری فکر کرد. یادگیری توأم والدین با فرزندان فقط نفع دوجانبه نیست، بلکه تبعات مطلوب‌تر و بیشتری دارد، از جمله اینکه انگیزه مطالعات دیگر را نیز فراهم می‌آورد. ایده هم‌خوانی می‌تواند زمینه‌ساز مشارکت عملی و فعال والدین در آموزش روش‌های درست مطالعه و یادگیری و برنامه‌ریزی برای فرزندان باشد.

نکته نهم: موفقیت‌سنجی

یکی از موهبت‌های نگرش چندبعدی دستیابی به شناخت درست و واقعی از موفقیت است. گاهی یکی از سردرگمی‌های دانش‌آموزان و والدین، سردرگمی در یافتن علت‌هاست؛ چه در مورد موفقیت و چه در مورد شکست. شناخت مؤلفه‌های موفقیت در درس خواندن و برنامه‌ریزی دو امکان فراهم می‌آورد:

➤ **اول: ملاک موفقیت‌سنجی:** اینکه موفقیت چه هست و چه نیست، از افکار و نگرش‌های ما نشأت می‌گیرد. واقعیت موفقیت، همیشه با آنچه در تصور ماست یکی نیست؛ یعنی نباید فکر کنیم هر چیزی را که خودمان موفقیت می‌دانیم، واقعی و درست است و برعکس. داشتن ملاک‌هایی برای ارزیابی موفقیت گام اول در موفقیت‌سنجی درست است.

➤ **دوم: اقدام موفقیت‌سنجی:** در دست داشتن ملاک سردرگمی را کاهش می‌دهد و این احساس را در ما ایجاد می‌کند که در ارزیابی موفقیت چیزی از قلم نیفتاده است. مثلاً اگر برای فرزند شما در امور تحصیلی مشکلی پیش آمد و

سر به هوا

تجارب یک مشاور در مورد ضعف تمرکز کودکان

مقدمه

موضوع ضعف تمرکز در کودکان، به خصوص کودکان بین ۴ تا ۱۲ ساله در مهدها و مدارس، مسئله قابل توجهی است که معمولاً موجب نگرانی والدین این کودکان می‌شود؛ همچنین موضوع مهمی است که دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت با آن مواجه هستند، زیرا عدم تشخیص دیرنگام برای هر سه رکن فرد، خانواده و جامعه پیامدهای ناگواری از جهات مختلف دارد، از جمله، برای کودک عقب‌افتادگی درسی و حتی ناهنجاری‌های رفتاری می‌تواند در پی داشته باشد. زیرا مهارت‌هایی را که در دوران طلایی یادگیری لازم است کسب کند از دست می‌دهد یا دیر به دست می‌آورد.

برای اولیا هم از آن جهت که نمی‌دانند با این مسئله چگونه برخورد کنند موجب نگرانی می‌شود و ممکن است با فشار به کودک در او ایجاد اضطراب و استرس نموده و باعث خراب شدن رابطه خودشان با کودک شود. برای معلمان و دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت هم از این جهت که کودک قادر به یادگیری بهینه نیست می‌تواند خستگی و فرسودگی و اتلاف منابع را در پی داشته باشد. به همین منظور، در حد مقدرات، در این نوشته به تحلیل گزارشی از یک کودک که با مادر خود به مرکز مشاوره مراجعه نموده تهیه کرده و به دنبال بهبود عملکرد کودک خود، از جهت توجه و تمرکز می‌باشد، می‌پردازیم و راهکارهای رفع این مشکلات را بیان می‌کنیم.

■ مشاور: با سلام خدمت شما

در مطالعه پرونده پسران که ۹ ساله است متوجه شدیم که شما در خصوص کمبود توجه و تمرکز او به مرکز مراجعه کرده‌اید. اولاً خوشحالم که بتوانم در خدمتان باشم و از اینکه مرکز ما را برای پیگیری موضوع فرزندان انتخاب کرده و به ما اعتماد کرده‌اید ممنونم. لطفاً اگر امکان دارد ضمن معرفی خود و خانواده‌تان اطلاعات مختصری در مورد مسئله فرزندان بدهید و بفرمایید که چگونه متوجه این مسئله شدید و تا به حال چه اقداماتی کرده‌اید.

● مادر: سلام

من مادری ۳۸ ساله هستم و همسرم ۴۰ سال دارد و صاحب دو فرزند هستیم. فرزند اولم ۱۱ سال دارد و کلاس چهارم است. وقتی درس خواندن پسر اولم را با پسر دوم مقایسه می‌کنم، متوجه می‌شوم که پسر اولم به روی تکالیف درسی خود وقت زیادی می‌گذارد و بعد از انجام تکالیف به دنبال بازی و سرگرمی‌های خود می‌رود، اما پسر ۹ ساله‌ام، با کوچک‌ترین محرکی حواسش به راحتی پرت می‌شود، کافی است پسر بزرگم در خانه راه برود تا برادرش، به عوض اینکه حواسش به روی کتاب خودش باشد، متوجه او شود. بارها و بارها هم این وضعیت تکرار می‌شود معلمش هم می‌گوید در کلاس هم به راحتی حواسش پرت می‌شود.

همچنین بیشتر اوقات در انجام دادن یا تمام کردن تکالیف خود مشکل دارد و من مجبورم در کنار او بنشینم و دائماً تذکر بدهم که همین مسئله باعث مشاجره بین ما می‌شود. در ضمن وقتی به چیزی علاقه‌مند باشد کاملاً به آن توجه می‌کند؛ مثلاً به برنامه تلویزیونی مورد علاقه‌اش!

■ مشاور:

من برخی از علائمی را که مربوط به کمبود تمرکز حواس است خدمتان عرض می‌کنم. اگر این علائم و نشانه‌ها به مدت حداقل ۶ ماه در دو محیط، مثل خانه یا مهمانی، یا خانه و مدرسه، وجود داشته باشد می‌توانیم آن را به عنوان علائم کمبود توجه مورد ملاحظه قرار بدهیم.

این علائم عبارت است از اینکه وسایلش را در مدرسه جا بگذارد. به دستورات آموزگار توجه نکند، معلم مجبور باشد بارها برای توجه کردن به درس به او تذکر بدهد، در انجام تکالیف خود دقت نکند، نقطه بعضی از کلمات را جا بیندازد، سرکش بعضی از کلمات را فراموش کند و ننویسد، گاهی یادش برود که معلم چه تکلیفی از او خواسته، و در خانه اگر از او درخواست کنید از آشپزخانه چیزی بیاورد فراموش کند و بیاید پرسد: مامان چه گفتی؟



● **مادر:** آقای مشاور، با توجه به مواردی که بیان کردید به نظرتان برای بهبود عملکرد پسر من چه کارهایی لازم است انجام بدهم.

■ **مشاور:** بله، قبل از هر چیز لازم است بدانید که فرزند شما با انجام پارهای تمرینات کم‌کم می‌تواند تا درصد قابل قبولی پیشرفت کند، اما قبل از آن لازم است شما رابطه خوبی با فرزند خود داشته باشید. برای ایجاد رابطه خوب اول لازم است بعضی از رفتارهای ناکارآمد را کنار بگذارید، از قبیل برچسب زدن به فرزندتان مانند اینکه تو کوچک هستی یا نادان هستی. همچنین از ایجاد احساس گناه در او جلوگیری کنید، او را مورد شتمات و سرزنش قرار ندهید، سر او غر ننزید که از دست تو خسته شدم، کارهای مثبت او را نادیده بگیرید، دست کم روزی سه تا از کارهای مثبت او را یادداشت کنید و در معرض دید خودتان و او قرار دهید تا متوجه شود که کارهای مثبت هم انجام می‌دهد. از مقایسه کردن او با هم‌سن و سال‌های خودش بپرهیزید و توانمندی‌های بچه‌های دیگر را به رخ او نکشید زیرا هر فرزندی خلق‌و‌خو و توانمندی‌های خاص خودش را دارد. اگر از دست بعضی رفتارهای او ناراحت هستید، تنها همان رفتار را مورد انتقاد قرار دهید، نه اینکه کل شخصیت او را زیر سؤال ببرید. حتماً حداقل ۳۰ دقیقه زمان برای بازی برایش به صورت اختصاصی در نظر بگیرید و سعی کنید در کارهای خانه از او کمک بگیرید. هدف تمام این کارها این است که ارتباط دوستانه‌ای بین شما و فرزندتان برقرار شود. بعد از ارتباط مناسب لازم است بدانید که آیا فرزند شما در زمینه مسائل دیداری، شنیداری، مشکلاتی داشته یا خیر که معمولاً از طریق سنجش دیداری، شنوایی مشخص می‌شود. کشف اینکه فرزند شما دارای غلبه طرفی است یا نه، مرحله بعدی است.

عدم وجود «غلبه طرفی» باعث تداخل در یادگیری شده و می‌تواند میزان تمرکز کودک را پایین آورد. برای این منظور آزمایش کنید و ببینید که هر کدام از اندام‌های فرزندتان تمایل به انجام کارهایش با کدام طرف بدن است. اصولاً کودکان لازم است یک سمت بدنشان نسبت به سمت دیگر عملکرد بهتری داشته باشند، اگر کودک‌تان با پای راست توپ را شوت می‌کند یا با دست راست می‌نویسد و با چشم راست بهتر می‌بیند و با گوش راست بهتر می‌شنود، او دارای غلبه طرفی است. مثلاً نیمکره چپ مغزشان بر نیمکره راست غلبه دارد. زیرا نیمکره چپ مغز فعالیت‌های نیمه راست بدن را کنترل می‌کند، در صورتی که یکی از اجزای گفته شده برخلاف اجزای دیگر عمل کند مثلاً فرزند شما با چشم چپ بهتر ببیند، بهتر است با بستن چشم چپ او یا استفاده از عینکی که از سمت چپ آن قادر به دیدن است، سمت راست او را تقویت کنید تا چشم راست او هم مثل بقیه اجزای او دارای غلبه طرفی شود.

برای تشخیص راست یا چپ بودن چشم یک کاغذ را لوله کنید و از او بخواهید به یک شیء نگاه کند. اگر از چشم راست استفاده کرد غلبه با چشم راست است. همین‌طور توپیی را در اختیار او قرار دهید که با پا بزند. در صورت استفاده از پای راست، غلبه با پای راست است. درخواست استفاده از یک ساعت مچی که صدای تیک

تاک دارد برای تشخیص غلبه گوش لازم است. اگر ساعت را برای شنیدن صدایش به سمت راست برد، غلبه با گوش راست است و اگر به سمت چپ برد غلبه با گوش چپ است. همچنین استفاده از ابزار با دست راست بیانگر غلبه دست راست بر چپ است. در هر حال چنانچه یکی از اندام‌ها برخلاف سایر اندام‌ها عمل کرد ما باید عملکرد آن را تقویت کنیم. مثلاً اگر بخواهیم پای راست را تقویت کنیم به کودکمان استفاده بیشتر از پای راست را توصیه می‌کنیم. بعد از تشخیص غلبه طرفی به سراغ یک رشته تمرینات برای افزایش توجه و تمرکز می‌رویم؛ از جمله:

۱. راه رفتن روی جدول‌های کوتاه: حداقل روزی ده دقیقه در روز.
۲. استفاده از دارت: حداقل روزی ده دقیقه در روز.
۳. در خانه می‌توان روی خط راست سرامیک یا کناره فرش پاهای پشت سر هم گذاشت و راه رفت (مانند بازی گردو شکستم). برای توجه بیشتر می‌توان کتابی را بالای سر گذاشت تا بیشتر دقت و توجه صورت گیرد.
۴. بازی توپ و دروازه: می‌توان از کودک خواست که در منزل با استفاده از توپ‌های سبک، آن را از دروازه پاهای گشوده فرد دیگر رد نماید و در مراحل بعدی فرد پاهای خود را تنگ‌تر نموده تا فرد دقت بیشتری برای رد کردن توپ از دروازه داشته باشد.
۵. با صدای بلند داستانی را بگویید و از فرزندتان بخواهید وقتی به یک کلمه مشخص مثلاً باغ رسید، دست بزند؛ زیرا این کار باعث می‌شود تا رسیدن به آن کلمه توجه و تمرکز خود را حفظ کند.

لطفاً این موارد را انجام دهید و گزارش آن را برای جلسه بعدی برای من بیاورید.

مراقبت از ۱۳ آسیب

نظام مراقبت اجتماعی دانش‌آموز، در گفت‌وگو با دکتر محمد مصطفوی، معاون اداره کل امور تربیتی و مشاور

اشاره

امور مشاوره‌ای و روان‌شناختی در خانواده‌ها از جمله اموری است که در گام اول مشروط به فرهنگ‌سازی و در گام دوم مشروط به داشتن بودجه اقتصادی مناسب است. این دو شرط عمده سبب شده است که در بسیاری موارد خانواده‌ها نتوانند گام‌های مشاوره‌ای درستی را در تربیت و پرورش کودکان و نوجوانان خود بردارند. اگرچه اداره کل امور تربیتی و مشاوره وزارت آموزش و پرورش طی ۵۰ سال فعالیت خود گام‌های متعددی را در تسهیل این امر برداشته است اما خبر طراحی و اجرای «سامانه ملی نماد» یکی از گام‌های بزرگ در سال‌های اخیر قلمداد می‌شود؛ طرحی که به والدین و مشاوران امکان ارزیابی دقیق‌تر دانش‌آموزان را می‌دهد، ضمن آنکه با طرح‌های مکمل خود امکان بهره‌مندی تمام خانواده‌ها از مشاوره رایگان را فراهم آورده است. با دکتر محمد مصطفوی، معاون اداره کل امور تربیتی و مشاوره وزارت آموزش و پرورش، درباره جزئیات این طرح به گفت‌وگو نشسته‌ایم.

دانش‌آموز با هم می‌روند و می‌آیند، یعنی ما فضای خالی نداریم که مثلاً بیایم بگوییم تا اینجا آموزش و باقی آن پرورش است. لذا هماهنگی فعالیت‌های پرورشی با فعالیت‌های آموزشی باید یک جایی دیده شود که این امر در سند تحول بنیادین وزارت آموزش و پرورش دیده شده است.

■ آن‌طور که من متوجه شده‌ام به نظر می‌رسد در سند تحول بنیادی برنامه‌ریزی به این صورت است که معلمان باید خودشان نقش مشاور را ایفا کنند. چنین برداشتی درست است؟

● یکی از اصل‌های مهم سند این است که می‌گویند فرایند یادگیری باید براساس اصول راهنمایی و مشاوره شکل بگیرد، یعنی بند ششم صراحتاً به آن اشاره می‌کند. از سال ۱۳۹۰ ما یک بازنگری اساسی در فعالیت‌های راهنمایی مشاوره داشتیم، یعنی هم‌زمان که داشتیم تدوین نظام جامع مشاوره را انجام می‌دادیم به این فکر می‌کردیم که چگونه می‌توان معلمان را به‌عنوان مشاوران برخط (آنلاین)

■ آقای دکتر مصطفوی لطفاً در ابتدا به بیان تاریخچه و اهداف شکل‌گیری این اداره کل بپردازید.

● خدمات راهنمای مشاوره آموزش و پرورش با قدمت پنجاه‌ساله خود تاکنون در سه حوزه تحصیلی، شغلی و بهداشت روان جاری بوده است. زمانی که می‌گوییم بهداشت روان، هم در آن بحث سازگاری مطرح است، هم درمان قابل تعریف است و هم ارجاع. اما چیزی که بیش از همه در خدمات راهنمایی مشاوره مدنظر است ایجاد آمادگی در دانش‌آموز برای عبور از یک دوره و ورود به دنیای بزرگ‌سالی است. وقتی در اسناد قبلی نگاه می‌کنیم می‌بینیم که یکی از کارهای اساسی مشاوره در آموزش، پرورش هدایت تحصیلی بوده است که بر اساس برنامه‌هایی طراحی شده و طی فرایندهای آموزشی به آن برسد. ضمن آنکه باقی فرایندهای خدمات مشاوره‌ای، تربیتی بوده‌اند. یک تفاوت نظام آموزشی جمهوری اسلامی ایران با سایر نظام‌ها این است که اولاً ارزشی است دوم اینکه معلم و



طرح نماد



سامانه نماد

این طرح
محوری ترین طرح
آموزش و پرورش
برای توانمندسازی
و ارتقای مهارت‌ها
و نظام مراقبتی
اجتماعی
دانش آموزان
است و هدف
آن پیشگیری
از آسیب‌های
اجتماعی
دانش آموزان است



جمهوری اسلامی ایران
وزارت آموزش و پرورش

سامانه جامع مراقبت های روانی اجتماعی دانش آموزان (نماد)

ورود به سامانه



آغاز شد و دستگاه‌ها هم به‌عنوان مددکار حامی تعریف شدند. پس از آن بود که سامانه‌ای را طراحی کردیم تحت‌عنوان «سامانه ملی نماد» نماد مخفف نظام مراقبت اجتماعی دانش آموز است و این سامانه به‌عنوان سامانه جامع مراقبت‌های روانی اجتماعی دانش آموزان شناخته می‌شود.

این طرح محوری‌ترین طرح آموزش و پرورش برای توانمندسازی و ارتقای مهارت‌ها و نظام مراقبتی اجتماعی دانش آموزان است و هدف آن پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی دانش آموزان است، ضمن آنکه بخشی از آن مرتبط با هدایت تحصیلی دانش آموزان تعریف شده است.

■ آن چیزی که موضوع اصلی گفت‌وگوی ماست همین سامانه نماد است. توضیحی کلی درباره آن می‌دهید؟

● این طرح با هدف غربالگری شکل گرفته است. تمام افراد در درگاه (پرتال)، همگام کارتابلی دارند. اولیا، معلم و مشاور. هر کارتابلی بخش‌هایی دارد. بخشی

درگیر این فضا کرد و در کنار این‌ها والدین هم درگیر این اتفاق شوند و از حالت جزیره‌ای خارج بشویم. ساده‌تر بگویم خدمات مشاوره‌ای نباید طوری تقسیم‌بندی شود که بگوییم بهداشت روان خودش یکی است. یکی از موارد هم این بود که چیزی به‌عنوان پیشگیری و مشاوره جدا نباید داشته باشیم. بنابراین اداره کل امور تربیتی و مشاوره و مراقبت در برابر آسیب‌های اجتماعی یکپارچه شدند.

■ این حضور پررنگ معلمان چطور رخ داد؟

● معلم‌ها را به‌عنوان یک رکن درگیر کردیم. ایفای نقش مشاوره‌ای معلمان یا احیای نقش مشاوره‌ای کارکنان تعریف و برنامه‌ریزی شد. رابطان هسته مشاوره هم از معلمان انتخاب شدند. ولی احساس کردیم این هم کافی نیست چرا که والدین هم باید درگیر شوند. یعنی والدین، دانش آموز و معلم سه ضلع این مثلث‌اند. در عین حال یک فرد متخصص هم به‌عنوان مشاور وجود دارد. تقسیم فعالیت‌ها

از آن کاملاً محتوایی است و یک بخش مکاتبه ای است یعنی من به عنوان ولی دانش آموز می توانم با مشاور مکاتبه کنم، مانند پیامک. شما نام کاربری (یوزر) و رمز عبور (پسوردی) را از مدیران مدارس دریافت می کنید و به عنوان مثال در نقش پدر وارد سامانه می شوید. در سامانه اسامی هم کلاسی های فرزند شما هم ثبت شده است و به طور مثال اگر فرزند من به خانه دوستش رفته و در آنجا اتفاق خاصی برای او رخ داده امکان گزارش دادن آن رفتار وجود دارد.

■ در مورد غربالگری گفتید. این غربالگری به چه شکلی است؟

● دانش آموزان در دوره ابتدایی توسط معلمان و والدین و در دوره متوسطه اول و دوم توسط هر سه گروه یعنی معلم، والدین و دانش آموز غربالگری می شوند. به همین منظور آزمون های غربالگری در سامانه (سایت) وجود دارد. آزمون غربالگری ما به چه صورت است؟ در واقع هشت آسیب روان شناختی فردی و پنج آسیب اجتماعی را شناسایی می کند. سپس شما یک شناخت کاملی از دانش آموزان دارید. حالا ما یک نیم رخ داریم. این نیم رخ به ما می گوید وضعیت دانش آموزان این مدرسه به طور کلی افسردگی است؛ اضطراب است یا غیره.

پس از آن سطح مداخلات مشخص و اعلام می شود. ممکن است مسئله طوری باشد که به عنوان مشاور باید ارجاع بزنم به «نماد» منطقه یا ناحیه که هسته مشاوره هستند. نکته مهم این سامانه امکان نظارت توسط واحدهای بالاتر است. ما در واقع می توانیم پرونده هر مشاور را باز کنیم و ببینیم آیا راهکاری که ارائه داده، راهکار درستی بوده است یا خیر؟

سازمان های همراه این سامانه قوه قضاییه، جمعیت هلال احمر، ستاد مبارزه با مواد مخدر، نیروی انتظامی، وزارت کشور، سازمان مدیریت، دانشگاه شهید بهشتی و سازمان بهزیستی هستند.

■ به طور مثال من هم معلم هستم و هم والد، آیا من چند کار تابل خواهم داشت؟

● بله. مثلاً من خودم الان دارای چهار نقش هستم. جایی ولی هستم، جایی مسئول شناسایی ارجاع هستم، جایی معاون هستم و جایی مسئول آسیب ها هستم.

■ درباره گزارش رفتار گفتید. این بخش به چه صورتی است؟

● مثلاً من می گویم خانم حدادی! من دیدم یا شنیدم یا به من گزارش شده که دانش آموز فلانی ناخن هایش را می جود، این نشانه ای از استرس و اضطراب است و در بخش «نشانگان محور» جای می گیرد. آن را در سامانه ثبت می کنم. یا بخشی برای اورژانسی ها وجود دارد. مثلاً من می گویم دانش آموز فلانی فرار کرده است. نشانه های اورژانسی ها خطرناک است. به چه معنا؟ یعنی یا فرزندان طلاق هستند یا بدسرپرست هستند یا بی سرپرست هستند و... این موارد اعلام می شود. نواری قرمز می شود و مشاور سریعاً پیگیر می شود.

■ آن طور که در سامانه دیده می شود غربالگری، آموزش، سامانه الکترونیک ارجاع، مداخله و ارائه خدمت بخش های مختلف این سامانه است. اما سطح دسترسی ها به این بخش ها چگونه است؟ چون این نگرانی وجود دارد که هر کسی به اطلاعات دسترسی داشته باشد.

● سطح دسترسی به این صورت است که کار تابل هر کسی برای خود آن فرد است. هیچ کس قرار نیست در آن دخل و تصرفی بکند. گزارش دانش آموزانی که نشانگان محور، اورژانسی و غربالگری هایشان پر می شود برای مشاور ارسال می شود. یعنی سطح اول دسترسی ما مشاور است. مشاوره مدرسه که امین ترین فرد مدرسه از نظر قانونی است - او به همه داده ها دسترسی دارد و داده ها را بررسی می کند یا ارجاع می دهد - در مناطقی که مشاور حضور ندارد از مربی منتخب یا رابط اصلی مشاور استفاده می کنیم. در حال حاضر ۱۴۰۰۰ مشاور داریم و ۴۰۰۰۰ رابط هسته مشاور.

قرار است در برنامه جدید معاونان آموزشی هم آموزش ببینند چرا که بیشتر با خانواده ها در ارتباط اند و در مرحله بعد سراغ معاونان پرورشی برویم.

این افراد اجازه ندارند برای کسی تشخیص درمانی بدهند، بلکه صرفاً ارجاع دهنده موضوع به هسته مشاوره اند. پس سطح دوم دسترسی هسته مشاوره است که دسترسی به پرونده دارد.

■ آیا بعد از این کسی دسترسی به اطلاعات دارد؟

● خیر. هسته مشاوره است که تشخیص می دهد آیا دانش آموز باید به کمیته امداد برود یا باید دستگاه قضایی پیگیر کار او باشد و نام او را در اختیار

پیام مشاور
یک پایگاه
اطلاع‌رسانی
است که جملات
کوتاه، مثبت و در
واقع انگیزشی
را برای تمامی
دانش‌آموزان عضو
همکاران ارسال
می‌کند

را مطرح کنند. اگر عنوان مشاوره‌ای باشد ما شماره تلفن مرکز مشاوره منطقه خودشان را می‌دهیم تا مشاورین آنجا مسئله را حل کنند اما آن‌ها که فوریتی است خودمان به آن می‌پردازیم.

■ آیا خط ۱۵۷۰ خط مشاوره والدین هم هست یا خیر؟

● بله. ما ۱۵۷۰ را ویژه دانش‌آموز، معلم، والدین تعریف کرده‌ایم.

■ پس به نظر می‌رسد این طرح راهکاری برای آن دسته والدینی است که هنوز موفق نشده‌اند به درگاه دسترسی پیدا می‌کند؟

● بله، دقیقاً همین‌طور است.

■ این مرکز خدمتی به نام پیام مشاور هم دارد. توضیح کوتاهی در مورد پیام مشاور هم می‌دهید؟

● پیام مشاور یک پایگاه اطلاع‌رسانی است که جملات کوتاه، مثبت و در واقع انگیزشی را برای تمامی دانش‌آموزان عضو همکاران ارسال می‌کند. دانش‌آموز در حوزه‌های مختلف تحصیلی، شغلی و بهداشتی و درمان اطلاعات لازم را با هدف توانمندسازی و در قالب آموزشی دریافت می‌کند. پس این طرح یک طرح مداخله‌ای نیست و صرفاً آموزشی است.

■ فکر می‌کنم در واقع این طرح و امکانات رایگان آن کمک بزرگی به خانواده‌ها باشد؟

● اگر به آن جمله اول برگردیم که هدف آموزش و پرورش کمک به دانش‌آموز برای ورود به دنیای بزرگسالی است می‌دانیم هر داده‌ای که از والدین به مدرسه می‌آید در واقع کمک بزرگی است. خانواده کمک می‌کند استعدادها شناسایی شوند و خانواده و مدرسه دست‌به‌دست هم می‌دهند که ایرادها را برطرف کنند. اگر والدین به کمک آموزش و پرورش نیابند سیستم شناسایی دچار مشکل می‌شود، یعنی من به عنوان مشاور نمی‌دانم برای کودکی با سطح فرهنگی و اقتصادی و تربیتی متفاوت چه راهکاری بدهم و چطور برای هدایت تحصیلی او اقدام کنم.

■ از جنابعالی که در این گفت‌وگو شرکت کردید تشکر می‌کنم.

سازمان مربوطه قرار می‌دهد. سازمان‌های مربوطه گزارش‌های خود را به‌طور جداگانه ثبت و ضبط و در نهایت برای حل مشکل اقدام می‌کنند.

■ پس در این راستا آموزش‌هایی وجود داشته و دارد؟

● ما برای ۴۸۰۰۰ معلم، مشاور و مربی دوره آموزش نحوه ورود به سامانه را داشتیم. پس از آن هم هشت دوره برگزار کردیم. دومین دوره دوره غربالگری پایه بود. دوره بعدی دوره مداخله مختصر بود. به معلمان یاد دادیم چگونه مداخله مختصر انجام بدهند. مرحله بعد آموزش شیوه‌نامه‌های درمان بود. گفتیم حالا چگونه درمان‌های تخصصی انجام دهیم. دوره مددکاری را برگزار کردیم و در نهایت سه دوره توانمندسازی برگزار شد.

■ می‌خواهیم به این برگردیم که اتفاقات خوبی که این سامانه رقم زده تا الان چه موقعیت‌های اورژانسی دارد آیا گزارشی هم می‌توانید ارائه بدهید؟

● کرونا معادلات ما را عوض کرد. مثلاً وقتی ما سامانه را راه‌اندازی کردیم قرار بود همه چیز در سامانه انجام شود. ارتباط از بین رفت. وقتی از بین رفت ما دو جایگزین داشتیم. نه اینکه سامانه را کنار بگذاریم، بلکه سراغ طرح‌های کمکی و مکمل رفتیم. یکی طرح همدل و دیگری صدای مشاور.

ما از آبان ماه ۹۹ تا الان چیزی حدودی ۶/۴۰۰/۰۰۰ دانش‌آموز را در طرح همدل مشارکت داده‌ایم. یعنی چه؟ یعنی در این مدت مشاوران ما تک‌تک با دانش‌آموزان به‌طور مستمر و به‌طور ماهانه تماس گرفته‌اند و از خانواده آن‌ها وضعیت فرزندشان را پرسیده‌اند. مشاور به خانواده‌ها گفته که اگر کاری دارید من مشاور شما هستم. اما در صدای مشاور ما به مشاوره هسته مشاوره گفتیم با مدیران ارتباط بگیرند. با مدیران تماس می‌گرفتند اگر گزارشی مشاهده کردید یا دانش‌آموز شما نیاز به فوریت‌ها داشت با ما در ارتباط باشید. از طرق این‌ها ۷۵/۰۰۰ جذب داشتیم.

■ گویا در بخش صدای مشاور، خطی هم برای تماس مستقیم افراد در نظر گرفته شده است؟

● بله. خط ۱۵۷۰ در شش استان شروع به کار کرده است. دانش‌آموزان با گرفتن این شماره می‌توانند به اپراتورهای تخصصی ما متصل شوند و مشکلاتشان

آش ماش

غذایی مناسب و لذیذ برای فصل سرما



مواد لازم:

- بلغور گندم یک لیوان
- ماش نصف لیوان
- لوبیا چشم بلبلی نصف لیوان
- سبزی آش نیم کیلو
- پیاز دو عدد بزرگ
- زردچوبه به مقدار لازم
- نمک و فلفل به مقدار لازم
- روغن سه قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

۱. بلغور گندم را از ۲ ساعت قبل در آب خیس کنید.
۲. پیازها را ریز خرد کنید.
۳. پیاز، بلغور خیس خورده ماش، لوبیا چشم بلبلی، سه قاشق روغن و سبزی آش را در یک قابلمه مناسب بریزید و با دو پارچ آب بگذارید بپزد.

حبوبات:

تمامی حبوبات از جمله ماش دارای ارزش غذایی بالایی هستند. بعد از پروتئین های حیوانی مثل گوشت های قرمز، حبوبات بهترین منبع پروتئین هستند. به همین دلیل حبوبات را می توان جایگزین گوشت ها کرد. دانه های حبوبات بسیار غنی و پر از خواص

تغذیه ای در عین حال کم کالری است. دارای ویتامین C، آهن، فولات، کربوهیدرات، فیبر و پروتئین است. حبوبات برای کودکان سنین مدرسه از جمله منبع پروتئینی خوب می تواند باشد. برای بیماران دیابتی و افرادی که قصد کاهش وزن را دارند بسیار مفید است.

مشکل ناشی از مصرف حبوبات

با وجود تمام فوایدی که این گروه از مواد غذایی دارند، مشکل اصلی آن ها نفخ بودن است. لذا برای جلوگیری از نفخ حبوبات توصیه می شود: آن ها را قبل از مصرف، ۱ تا ۲ ساعت در آب خیس کرده و قبل از اضافه کردن به غذا، آب حاصل از خیساندن را دور بریزید. در موارد حساس تر، حتی در هنگام پخت نیز بهتر است بعد از یک بار جوش خوردن، آب حاصل از پخت را دور بریزید تا خوردن حبوبات با کمترین نفخ همراه باشد.

مشکل سعید!

«ترس از مدرسه»

یا «اضطراب جدایی»



سعید همین‌طوری گریه می‌کنه و می‌گه می‌خوام برم خونه. معلمش و مسئول پیش‌دبستانی گفتن مشکلی نیست و بعضی از بچه‌ها در اولین روزهای جدا شدن از خانواده دچار ترس و نگرانی می‌شن ولی کم‌کم عادت می‌کنند. اما سعید عادت نکرد و بدتر هم شده در این مدت. الان دیگه یک شکلی شده که صبح‌ها کلی داستان داریم و گریه و جیغ که نمی‌خوام برم مدرسه. از حدود یک هفته پیش هم شب‌ها کابوس می‌بینم و از نصف شب میاد با من می‌خوابه یا اینکه من یسا باباش باید بریم کنارش بخوابیم. من خیلی ازش پرسیدم که آیا کسی تو مدرسه اذیتش می‌کنه و چرا نمی‌خواد بره مدرسه، ولی چیزی نمی‌گه. آخه قبل از مدرسه خیلی سعید آروم بود. با مسئولین مدرسه هم که صحبت می‌کنم می‌گن در مدرسه هیچ مشکل یا علتی نیست که بگیم ممکنه باعث شده باشه سعید این‌طور بترسه. من و باباش واقعاً نمی‌دونیم

مامان سعید با حالتی از نگرانی روی صندلی نشست و در حالی که صدایش می‌لرزید گفت:

- خیلی نگرانم خانم دکتر! نمی‌دونم تو مدرسه مشکلی هست که پسرم بهمون نمی‌گه یا اینکه خودش دچار یک مشکلی شده. آخه قبل از اینکه پیش‌دبستانی بره همه چیز خوب بود!
- **روان‌درمانگر:** آرام باشید خانم. چیزی نیست. اول یک نفس عمیق بکشید. معلومه که در شرایط بدی هستید و خیلی نگران پسرتونید. کار خوبی کردید که اومدید اینجا تا با هم در موردش صحبت کنیم. بهم می‌گید که اسم پسرتون چی‌ه و چند سالشه؟
- **مامان:** بله، خانم دکتر. اسمش سعید و ۶ سالشه. امسال رفته پیش‌دبستانی. همه چیز قبلش خیلی خوب بود. ما هیچ مشکلی با او نداشتیم. اما از وقتی که رفت پیش‌دبستان مشکلات شروع شد. همون روز اول، وسط روز، زنگ زدن از پیش‌دبستانی که

چیکار کنیم. من می‌گم حالا نره پیش دبستانی رو؛ شاید بزرگ‌تر بشه بهتر بشه. ولی باباش موافق نیست. می‌گه سعید لوس شده! می‌گه من لوسش کرده‌ام! یعنی مشکل از سعیده! من نمی‌دونم باید چیکار کنم!

● **روان درمانگر:** خوب. پس اگر از اول مهر این مشکلات شروع شده الان باید حدود دو ماه و نیمی باشد که شما با این مشکل روبه‌رو شده‌اید و شدیدتر هم شده. درسته؟

● **مامان:** بله همین‌طوره. و برای همین به ما گفتن که خوبه سعید را ببرید پیش یک روان‌درمانگر که ما امروز اومدیم خدمت شما. خانم دکتر.

● **روان درمانگر:** درست اومدین. پس هر روز صبح که بیدار میشه سعی می‌کنه با گریه و جیغ زدن نره مدرسه. و یک هفته هم هست که کابوس می‌بینه. درسته؟ حالا می‌تونین دقیق‌تر به من بگید که شما صبح‌ها برای رفتن سعید به مدرسه چیکار می‌کنید در نهایت؟

● **مامان:** یک روزهایی با کلی وعده جایزه و خواهش و تمنا می‌بریمش مدرسه. ولی خیلی اوقات معلمش می‌گه اونجا هم گریه می‌کنه. بیشتر اوقات مجبور می‌شم ساعت ۱۱-۱۰ دیگه برم بیمارم این قدر که مدرسه بی‌قراری می‌کنه. که البته این بی‌قراری در مدرسه بیشتر هم شده یعنی اولش این قدر بد نبود. یک روزهایی هم این قدر دیگه گریه می‌کنه و آرام نمیشه که می‌گذارم بمونه خونه و به مامانم می‌گم بیاد خونه ما.

● **روان درمانگر:** وقتی ازش می‌پرسید چرا نمی‌خواد بره مدرسه، چی جواب می‌ده؟

● **مامان:** می‌گه اونجا رو دوست نداره. می‌گه معلمش اخمو هستش. البته واقعاً به نظرم معلم او این‌طوری نیومده، تو برخوردی که با او داشتیم. سعید می‌گه می‌ترسه اگر بره یک اتفاقی بدی براش بیفته! محکم بهم می‌چسبه و التماس می‌کنه که ازم جدا نشه.

● **روان درمانگر:** داستان کابوس‌هاش چطوره؟ چی خواب می‌بینه که می‌ترسه؟

● **مامان:** می‌گه یک حشره بزرگ میاد که بگیردش و او سعی می‌کنه دست من رو بگیره، ولی نمی‌تونه و بعد می‌پره از خواب ... شما بگید چیکار کنم خانم دکتر؟ بچه‌ام باید قرص بخوره؟

● **روان درمانگر:** من می‌تونم بفهمم شما در چه موقعیت سختی قرار دارید. اما برای اینکه بتونم کمکتون کنم و نظری بدم لازمه اطلاعات بیشتری از سعید داشته باشم. یعنی لازمه که کمی بیشتر سعید رو بشناسم. برای همین یک سؤال‌هایی از بچگی سعید می‌پرسم و شما تا اونجایی که ممکنه و یادتون میاد بهشون جواب بدید. موافق هستید؟

● **مامان:** بله. بفرمایید هر سؤالی دارید جواب میدم.

● **روان درمانگر:** اول درباره اعضای خانواده‌تون می‌پرسم. آیا سعید خواهر یا برادری داره؟ یا عضو دیگه‌ای تو خانواده هست که باهاشون زندگی کنه؟

● **مامان:** بله یک خواهر کوچیک‌تر داره که الان سه سالشه. و خودمون چهار تا هستیم.

● **روان درمانگر:** می‌تونم شغل خودتون و پدرش رو هم بپرسم؟

● **مامان:** من مسئول فروش در یک کارخانه‌ام البته پاره‌وقت کار می‌کنم. شوهرم هم کارمند است.

● **روان درمانگر:** خب شما گفتین که قبل از رفتن به پیش دبستان سعید هیچ مشکلی نداشت. درسته؟

● **مامان:** بله درسته.

● **روان درمانگر:** به من می‌گید که آیا قبلاً تجربه جدا شدن ازتون رو داشته یا نه؟ مثلاً مهدکودک می‌رفته؟

● **مامان:** نه نرفته. پیش خودم بوده. یعنی حدود ۴ سالگی خواستیم بذاریمش مهدکودک. البته خودم موافق نبودم. ولی می‌گفتن خوبه برای بچه که بره مهدکودک. ولی سعید خیلی اونجا رو دوست نداشت. یعنی یک روز رفت و دیگه نرفت. من هم که خونه بودم خوب فکر کردم چرا بره یک جا که نمی‌دونم کی بالا سرش هست.

● **روان درمانگر:** پس زمان‌هایی که سر کار می‌رفتید سعید رو کجا می‌گذاشتید؟

● **مامان:** من تازه حدود ۶ ماهه که رفتم سرکار. چون تا سعید سه سالش شد و یه کم بزرگ‌تر شد، خواهرش به دنیا اومد و خلاصه نشد برم سرکار تا چند وقت قبل. البته مامانم همیشه کنارم بوده و بهم کمک کرده. معمولاً یا من می‌رفتم خونه‌شون یا مامانم می‌اومد خونه ما.

● **روان درمانگر:** عکس‌العمل سعید به اومدن خواهر کوچیکش چی بود؟

● **مامان:** یک مدتی یه کم تب می‌کرد و می‌گفت دلش درد می‌کنه ولی بعد خوب شد.

● **روان درمانگر:** یعنی بدون اینکه کار خاصی انجام بدید خوب شد؟

● **مامان:** خب کلاً گله می‌کرد که من رو می‌خواد و اگر من نبودم غذا نمی‌خورد. من هم سعی می‌کردم بیشتر پیش سعید باشم و مامانم از دخترم نگهداری می‌کرد. دیگه بعدش دوباره خوب شد همه چیز و دیگه مشکلی نداشتیم.

● **روان درمانگر:** عکس‌العمل سعید به رفتن شما به سرکار چه‌طور بود؟

● **مامان:** چند روز اول صبح گریه می‌کرد. بعد، هر موقع که دلش تنگ می‌شد زنگ می‌زد بهم و تلفنی با او صحبت می‌کردم باهاش تا ظهر که برگردم.

● **روان درمانگر:** خب پس فاصله بین اولین جدایی از شما حدود ۳ ماهی قبل از شروع مدرسه‌اش بوده. ولی مادر بزرگش توی خونه خودتون ازش نگهداری می‌کرده. پس می‌تونیم بگیم اولین جدایی سعید و رفتن او به یک فضای ناآشنا با افرادی زیاد و ناآشنا در ۶ سالگی او بوده. درسته؟

● **مامان:** آره درسته.

● **روان درمانگر:** کمی از رابطه سعید با باباش هم می‌گید برام؟

گفتید که باباش می‌گه شما لوسش کرده‌اید؟

● **مامان:** والا نمی‌دونم. مشکلی نداره با باباش. خوب شوهرم از صبح که می‌ره واقعاً درگیر کاره و خیلی اوقات مجبوره اضافه‌کار بمونه و دیر میاد خونه. خوب من هم که نتونستم برم سرکار و به هر حال هزینه‌های زندگی واقعاً زیاده.

● **روان‌درمانگر:** بله درست‌ه. اینکه باباش فکر می‌کنه شما لوسش کردید منظورش چیه؟

● **مامان:** راستش شوهرم خیلی مرد خوبیه ولی خیلی سخت‌گیره. از دور شاید حتی غلط‌انداز باشه و فکر کنم خیلی خشک هستش ولی واقعاً ته دلش ماها رو خیلی دوست داره. سعید رو خیلی دوست داره. ولی از نظر او کارهایی که من برای سعید می‌کنم می‌گه زیاده. می‌گه لوس شده. می‌گه بچه که نباید هر چی می‌خواد داشته باشه. الان هم می‌گه این از بس لوس و وابسته شده نمی‌ره مدرسه. شوهرم می‌گه باید سعید رو به زور و گریه هم شده ببریم مدرسه، این قدر گریه کنه تا خودش آروم بشه و بفهمه راه دیگه‌ای نداره. اما من واقعاً نمی‌تونم. گریه‌اش رو که می‌بینم اصلاً یک حال بدی می‌شم. فقط می‌خوام یک کاری کنم این بچه از این حالت اذیت در بیاد. آخه چطوری می‌شه همین‌طوری نگاه کنم که بچه‌ام داره اذیت می‌شه؟

● **روان‌درمانگر:** بله واقعاً سخته بچه آدم در شرایط اذیت باشه و به یک مامان یا بابا بگیم هیچ کاری نکن.

● **مامان:** خانم دکتر بگید من باید چیکار کنم پس؟

● **روان‌درمانگر:** خب همون‌طوری که گفتم اولین مرحله اینه که همه جوانب رو کامل ارزیابی کنیم. علت‌های مختلفی می‌تونند باعث شده باشن الان سعید و شما این‌طوری در حال اذیت شدن باشید. برای پیدا کردن راه‌حل مناسب لازمه اول تمام جوانب و علت‌های این مسئله را پیدا کنیم. بعد می‌تونیم برای هر کدام راه‌حل‌های مناسبی پیدا کنیم. برای این کار نیازه که من سعید رو ببینم و احتمالاً جلساتی با شما و باباش با هم داشته باشیم. اما مطمئن باشیم که با کمک هم می‌تونیم به سعید کمک کنیم.

«مدرسه‌هراسی» و یا «اضطراب جدایی»

اولین جدا شدن‌ها برای هر کودک می‌تواند تجربه سخت و پراضطرابی باشد، اما به‌طور معمول کودک در سال‌های اولیه زندگی به ابزارهایی مجهز شده که با دریافت یک حمایت مناسب از طرف والدین، می‌تواند خودش را با شرایط سازگار کند. اینکه اولین جدایی‌های کودک از والدین‌اش در چه سنی، به چه مدتی و در چه شرایطی باشد بسیار اهمیت دارد. اگر کودک در طی سال‌های اول زندگی از مراقب‌های اصلی خودش (مادر و پدر) جدا نشده باشد، در نهایت در زمان رفتن به مدرسه مجبور به تجربه کردن جدایی می‌شود. تجربه‌ای که یک قدم به جلو به سمت استقلال بیشتر است. آنچه سعید و خانواده‌اش تجربه می‌کنند می‌تواند علت‌های مختلفی داشته باشد که دست در دست هم هر روز شرایط را بدتر

می‌کنند. کودکانی مانند سعید ممکن است امتناع از مدرسه داشته باشند یا اضطراب جدایی یا مدرسه‌هراسی یا چند مسئله همراه با هم. تشخیص درست برای ارائه کمک مناسب نیازمند ارزیابی جوانب مختلف است.

وقتی کودکی اضطراب جدایی دارد معمولاً به این صورت خودش را نشان می‌دهد که هر شرایطی که باعث جدا شدن او از مراقبین اصلی‌اش (معمولاً مادر و پدر) شود در وی ترس بسیار زیادی ایجاد می‌کند. در واقع کودک احساس خطر می‌کند چون کسانی که برای او امنیت فراهم می‌کردند دیگر نزدیک او نیستند. این کودکان معمولاً به شکل‌های مختلف سعی می‌کنند که مادر و پدر را کنار خود نگه‌دارند مانند آنچه در رفتارهای سعید قابل مشاهده است. ولی این امر خودش باعث شدت یافتن اضطراب کودک می‌شود. این نوع تلاش‌ها برای جدا نشدن را «رفتارهای اجتنابی» می‌گوییم؛ یعنی کودک تلاش می‌کند از موقعیتی که در آن احساس خطر و ترس شدید می‌کند اجتناب کند. که در اینجا همان تلاش برای دور نشدن از والدین است. شدید شدن نگرانی‌های سعید به‌صورت تلاش بیشتر برای نرفتن به مدرسه مثل گریه کردن زیاد بروز می‌کند، و شروع کابوس‌های او نیز تلاشی دیگر از طرف خودش است. باید به یاد داشته باشیم که مشکلاتی مثل کابوس دیدن یا دردهای جسمانی مثل دل‌درد عمدی و متظاهرانه نیست. یعنی کودک تصمیمی به داشتن این مشکلات و علائم ندارد ولی دنیای درونی وی به کمکش می‌آید و این علائم را برای دور کردن او از جدانشدن از والدین فراهم می‌کند.

اما مواردی هم وجود دارد که کودک تا قبل از رفتن به مدرسه از والدین جدا می‌شده و یا هم‌اکنون نیز در شرایطی غیر از مدرسه مشکلی در جدایی ندارد. برای مثال به‌راحتی خانه خاله‌اش می‌ماند یا با مادر بزرگ به زمین بازی می‌رود یا زمان بازی با بچه‌های دیگر نیاز به بودن والدین در کنارش ندارد. در واقع موقعیت اضطراب‌زا فقط محدود به فضای مدرسه است. این اتفاقاً لزوماً به معنی وجود یک خطر واقعی در محیط مدرسه نیست ولی لازم است با کودک صحبت شود تا متوجه شویم چه چیزی در این فضا برای او احساس ترس و خطر ایجاد می‌کند. لازم است در ذهن داشته باشیم که کودکان محیط اطرافشان را متفاوت با بزرگسالان می‌بینند. یک مثال ساده این است که وقتی ما در بزرگسالی به محیط‌های دوران کودکی مثل حیاط خانه مادر بزرگ یا حیاط دبستانی که در آن تحصیل کرده‌ایم برمی‌گردیم متوجه می‌شویم چقدر کوچک‌تر از آن چیزی است که در دوران کودکی تصور می‌کردیم. بنابراین این کودک است که باید به ما بگوید چه چیزی در فضا برای او تهدیدکننده به نظر می‌رسد.

در مورد سعید دیدیم که او تجربه جدایی از مادر را تا قبل از پیش‌دبستانی نداشته است. درواقع هر زمانی که با این جدایی روبه‌رو می‌شده با نشان دادن علائم یا رفتارهایی از این جدایی جلوگیری کرده است، همان چیزی که بالاتر به آن «رفتار اجتنابی» گفتیم. به دنیا آمدن خواهر کوچک‌تر، رفتن به مهدکودک، رفتن مادر به

سرکار تا جایی تحت کنترل سعید در آمده است. اگر خودمان را جای این کودک بگذاریم به عنوان یک کودک ۶ ساله، او دو ماه قبل از رفتن به پیش دبستانی مادرش را برای ساعت‌هایی نداشته ولی راه‌های ارتباطی با او مثل تماس تلفنی را داشته است؛ و بعد به یکباره او را در یک محیط ناآشنا با افرادی ناآشنا برای مدت طولانی تر گذاشته‌اند، بدون داشتن راه ارتباطی مثل تلفن با مادرش. اینجا باید بفهمیم که سعید چقدر ترسیده است. پس اگر همچنان او را کنار مادر نگه داریم نه تنها به او کمکی نکرده‌ایم بلکه جلوی روند تحولی او به سمت استقلال را گرفته‌ایم. پس راه حل چیست؟

سعید به همراه خانواده‌اش در کنار یک روان‌شناس می‌تواند راه‌حل‌های مناسبی براساس ویژگی‌های فردی خودش و موقعیت خانواده دریافت کند. احتمالاً در طی یک مدت‌زمان به سعید کمک می‌شود تا احساس امنیت خود را به دیگری به دست آورد.

بعد از برگزاری چند جلسه ارزیابی با والدین با حضور خود سعید، روان‌درمانگر یک جلسه مستقل با والدین می‌گذارد تا درباره برنامه درمانی با هم صحبت کنند:

● **روان‌درمانگر:** برای اینکه بتوانیم به سعید کمک کنیم نیاز است که من با شما به صورت مشترک و با سعید به صورت جداگانه جلساتی داشته باشم. در جلساتی که من با سعید خواهم داشت قرار هست که او در مورد حالت‌هایی که تجربه می‌کند بیشتر یاد بگیرد. یعنی متوجه بشد که آنچه تجربه می‌کند ترس است؛ و بعد بهش کمک کنم که بتونه بفهمد چه افکاری باعث این احساس می‌شن. در کنارش سعید چند روش برای آرام‌سازی و کم کردن اضطرابش یاد می‌گیرد. این موضوعات من در جلسه‌هایی که با شما خواهم داشت با جزئیات بیشتر براتون توضیح می‌دم که در طی هفته در زمان‌هایی که نیاز هست بهش مطالبی که یاد گرفته رو یادآوری کنید و کمک کنید که بتونه احساس ترسش رو کنترل کند.

● **بابا:** خوب اگر شما همه این‌ها رو به سعید یاد می‌دید واقعاً نیاز است که ما هم جلسه داشته باشیم؟ نمی‌شه فقط همسرم بیاد؟ من واقعاً خیلی سرکار درگیر هستم.

● **روان‌درمانگر:** بله نیاز است که با شما جلسات مشترک داشته باشیم. من می‌دونم که چقدر مشغله کاری دارید ولی فکر می‌کنم تمام تلاش‌های شما برای فراهم کردن یک شرایط خوب برای خانواده از جمله سعید باشه. اتفاقاً من فکر می‌کنم که حضور شما برای سعید خیلی نقش کلیدی در روند بهتر شدنش این وضعیت داشته باشه.

چیزی که به نظر میاد اینه که سعید خیلی به مامانش دلبسته است و هیچ جایگزین دیگری هم نداره. و البته یک مسئله هم اینه که این دلبستگی به شکل مناسب در سعید درونی نشده!

● **مامان:** درونی نشده یعنی چی؟

● **روان‌درمانگر:** بذارید این‌طور توضیح بدم. مادر و پدر منبع

احساس ایمنی در هر بچه‌ای هستن. یعنی بچه وقتی می‌خواد با دنیای بزرگ و ناشناخته بیرون برخورد کنه می‌ترسه، اما چیزی که کمک می‌کنه بر ترسش فائق بیاد وجود و حضور مادر و پدر در کنارش است. به مرور زمان بچه تصویری از پدر و مادرش رو در ذهنش نگه می‌داره و در زمانی که اون‌ها کنارش نیستن با کمک اون تصویرها بر ترسش غلبه می‌کنه. اما اگر این تصویر در ذهنش شکل مناسبی نداشته باشه می‌تونه باعث بشه ترس بر او چیره بشه. مثل سعید که در زمان جدایی اضطراب زیادی رو تجربه می‌کنه. در واقع این قدر می‌ترسه که اصلاً اجازه نمی‌ده در چنین شرایطی قرار بگیرد.

● **بابا:** خب چطور باید این تصویر رو درست کنیم؟

● **روان‌درمانگر:** ما در طی جلساتی که با هم خواهیم داشت با جزئیات بیشتری درباره این موضوع صحبت می‌کنیم. اما اگر بخوام به طور کلی بگم اول لازمه شما به عنوان پدر و مادر ببینید که چقدر با این جدا شدن موافق هستید. مثلاً از خودتون بپرسید که آیا از اینکه سعید از شما جدا بشه نگرانی دارید؟ و فکر می‌کنید ممکنه در زمان نبود شما اتفاقی براش بیافته؟

مامان سرش رو پایین می‌اندازد و به فکر فرو می‌رود

● **روان‌درمانگر:** (رو به مامان) انگار شما رو ناراحت کردم.

● **مامان:** راستش من همیشه این نگرانی رو داشتم که نکنه اگه پیش سعید نباشم اتفاقی براش بیافته. همه‌اش فکر می‌کنم که هیچ کسی مثل خودم نمی‌تونه حواسش به سعید باشه.

● **روان‌درمانگر:** نگران شدن تا حدی طبیعی برای هر مادر و پدری؛ اما این مهمه که شما بتونید نگرانی‌های خودتون رو در اندازه‌ای کنترل کنید تا سعید بتونه با حس امنیت وارد جامعه بزرگ‌تر از خانواده‌اش بشه. وقتی شما فکر می‌کنید خطری در بیرون هست که ممکنه تهدیدکننده باشه، به طور کاملاً ناآگاه، بدون اینکه خودتون متوجه بشید با یک سری حالت‌ها و رفتارها، این پیغام رو به سعید هم منتقل می‌کنید که «دنیا جای خطرناکی هست». پس در اولین قدم لازمه که شما به ترس‌های خودتون بپردازید و سعی کنید اون‌ها رو از تجربه‌های سعید جدا کنید. خیلی مهمه که وقتی سعید با شرایط جدایی مواجه می‌شه، شما بتونید مطمئن و ثابت‌قدم باشید. اگر با گریه کردن سعید شما هم نگران بشید و بهم بریزید این پیغام رو به او می‌دید که احساس ترسش درسته. پس در اولین قدم وقتی در زمان جدایی وقتی سعید برای جدا نشدن اصرار و گریه می‌کنه، لازمه که بهش این اطمینان رو بدید که قرار نیست در نبود شما هیچ اتفاقی براش بیفته و یادآوری کنید که توی مدرسه چه تجربه‌های خوبی می‌تونه در انتظارش باشه.

● **مامان:** بله درست می‌گید. باید با نگرانی‌هام کنار بیام.

● **روان‌درمانگر:** ما تو جلساتی که برای شما می‌ذاریم در موردشون صحبت کنیم این راه رو قراره قدم‌به‌قدم و در طی زمان با هم طی کنیم. قرار نیست همه این‌ها یک‌روزه انجام بشه.

در کنار موردی که اشاره کردم بعضی کارها هم در زمان جدا

می‌تونه نقاشی بکشه. اون تصویرهای خوبی را که از مدرسه داشته بهش یادآوری کنید.

زمانی که رسیدید به مدرسه و می‌خواهید از او جدا بشید می‌تونید بهش نشون بدید روی ساعتتون که الان اگر بره چه زمانی شما می‌روید دنبالش. مثلاً نشون بدید که وقتی عقربه‌های ساعت رسید به ۱۲ اون از مدرسه میاد بیرون و شما جلوی در منتظرش هستید. و خیلی مهمه که بتونید به این برنامه زمانی پایبند بمونید.

● **بابا:** شما اول صحبت‌تون اشاره کردید که بودن من لازمه، ولی من نمی‌تونم بفهمم که در کجای این داستان حضور من لازمه! این کارها رو مامانش هم می‌تونه انجام بده.

● **روان‌درمانگر:** به موضوع خوبی اشاره کردید. چیزی که من در جلسات ارزیابی متوجه شدم اینه که - معذرت می‌خوام! - شما رابطه عاطفی لازم رو با سعید ندارید و البته این به خاطر مشغله کاری شماست. این کودک، به‌عنوان یک پسر، نیاز داره از الگوهای رفتاری شما، به‌عنوان پدر، یاد بگیره و این کار رو وقتی می‌تونه خوب انجام بده که زمان‌هایی با شما داشته باشه. یکی از چیزهایی که به سعید کمک می‌کنه اینه که بدون منابع دیگری به غیر از مامانش وجود دارند که می‌تونن بهش احساس امنیت بدن. و این منبع امنیت خود شما هستید. در واقع ما می‌خوایم کاری کنیم که به جز مامانش، سعید شما رو هم منبع حمایتی بدونه. این‌طور بار تقسیم می‌شه و البته بعد امکان معرفی منابع امنیت دیگه مثل معلم هم فراهم می‌شه.

● **بابا:** یعنی باید چیکار کنم؟

● **روان‌درمانگر:** یک کاری که می‌تونه خیلی هم برای شما خوب باشه و هم برای سعید اینه که اگر بشه به‌صورت روزانه، و گرنه، در طی هفته یک روزهایی، یک فعالیت مشترک با هم داشته باشید. این فعالیت می‌تونه بازی کردن مشترک با اسباب‌بازی‌هاش باشه، می‌تونه رفتن به پارک باشه، می‌شه فوتبال بازی کردن باشه، یا می‌تونه خوندن شبانه یک داستان یا نقاشی کردن با هم باشه؛ در واقع هر فعالیتی که شما به‌صورت مشترک می‌تونید دوست داشته باشید. لازم نیست برنامه‌های طولانی و بزرگی در نظر بگیرید. می‌تونید براساس شرایط کاری‌تون یک زمان‌هایی رو مشخص کنید. یک ساعت پدر پسری. ساخته شدن این رابطه نه فقط برای شرایط فعلی سعید بلکه برای سنین بالاتر یک راه کمکی مهمی خواهد بود.

● **بابا:** راستش نمی‌دونم که اصلاً سعید دوست داشته باشه با من بازی کنه. من خودم چنین تجربه‌ای رو نداشتم با بابام.

● **روان‌درمانگر:** اولش به‌نظر سخت می‌آید. ولی همون‌طوری که گفتیم لازم نیست کارهای بزرگی باشه و البته در طی جلسات مشترکی که با هم داریم می‌تونیم بیشتر در موردش صحبت کنیم. فعلاً به این مواردی که گفته شد عمل کنید و در جلسات آتی در مورد نتایج کار با هم صحبت خواهیم کرد.



شدن سعید از شما می‌تونه به او کمک کنه. کارهایی که شما قراره انجام بدید در کنار مطالبی هست که من در جلسات با سعید بهشون می‌پردازم. آنچه لازمه که شما به‌عنوان پدر و مادر سعید در زمان جدا شدنش داشته باشید همدلی با اوست.

● **بابا:** همدلی؟

● **روان‌درمانگر:** بله یعنی اول متوجه بشید که سعید چقدر می‌ترسه و بعد بهش کمک کنید. اجازه بدید یک مثال بزنم. فرض کنید الان صبح شده و سعید رو می‌خواید بیدار کنید که حاضر بشه برای مدرسه ولی اون شروع می‌کنه به گریه کردن و شما هم به جای اینکه دعواش کنید، سرزنش کنید، تهدیدش کنید یا از طرف دیگه مردد بشید برای اصرار کردن بهش، که بره مدرسه، راه جایگزین اینه که اول به خودتون یادآوری کنید که سعید الان ترسیده، بعد می‌تونید بهش منتقل کنید که حسش رو می‌فهمید؛ مثلاً برید توی تختش بشینید، دستش رو بگیرید و بهش بگید که می‌دونید که از جدا شدن از شما می‌ترسه؛ این یک جور همدلی کردنه. بعد می‌تونید با جمله‌های خودتون بهش این رو بگید که هیچ چیزی برای ترسیدن وجود نداره. اگر اون مثلاً گفت که می‌ترسه اتفاقی براش بیفته باز شما لازمه که مطمئن بهش بگید که هیچ اتفاقی قرار نیست بیفته و اون توی مدرسه می‌تونه کلی بهش خوش بگذره، توی دفترهای قشنگی که داره

از کجا آغاز کنیم

مهارت پرورش راستگویی کودکان

در گفت‌وگو با محمدرضا انصارین

مقدمه

تربیت و تزکیه نفس و آموزش اخلاق مقدم بر آموزش و از مهم‌ترین وظایف آموزش و پرورش جمهوری اسلامی ایران است. یکی از فضایل اخلاقی؛ راستی و راست‌گویی است. واژه «صدق» و معانی شبیه به آن در قرآن و احادیث شریف بسیار به کار برده شده و به مؤمنان سفارش شده است

به همین دلیل گفت‌وگویی در این باره با آقای محمدرضا انصارین، یکی از معلمان قدیمی تهران ترتیب داده‌ایم. آقای انصارین دانش‌آموخته رشته اقتصاد از دانشگاه تهران است. ایشان، هم به دلیل علاقه زیاد به موضوعات فرهنگی و دینی و هم به جهت تعهدی که نسبت به مربیان خود داشت، بعد از فارغ‌التحصیل شدن از دانشگاه به معلمی روی آورد و سالیانی را در مدارس «علوی»، «احسان» و «دب» در تهران خدمت کرد. او ابتدا کار را با طرحی در تدریس هنر آغاز نمود. اما در سال‌های بعد با توجه به مطالعاتش به تدریس هدیه‌های آسمان مشغول شد. تجارب آقای انصارین در زمینه توضیح و تفسیر متون دینی و گفت‌وگو با دانش‌آموزان بسیار ارزشمند است. شاگردان وی رابطه خود را پس از فارغ‌التحصیل شدن نیز با ایشان حفظ کرده‌اند. شما را به مطالعه متن گفت‌وگوی ما با ایشان دعوت می‌کنیم.

■ آقای انصارین! ضمن تشکر از شما برای شرکت در این گفت‌وگو؛ به نظر شما چرا پرورش راست‌گویی مهم است و چه تأثیری بر پرورش فرزندان در حال و آینده آنان دارد؟ چرا دروغ‌گویی از گناهان کبیره است؟

● اجازه بدهید من سختم را با تکیه بر عقل آغاز کنم. چون هر کس با هر زمینه تربیتی آن را می‌پذیرد. عقل زبان مشترک همه عاقلان در هر جایی از زمین است که عامل شناخت خوبی‌ها از بدی‌هاست. ما از یک فرد عاقل انتظار داریم وظایفش را درست انجام دهد و مسئولیت کارهایش را بپذیرد. با استناد به همین عقل است که از ما پرس‌وجو می‌کنند. این عقل که سختمان را با آن شروع کردیم بعضی از کارها را می‌پسندند و توصیه می‌کند و برعکس، بعضی از کارها را زشت می‌شمارد و ما را از انجام آن باز می‌دارد. هر کدام از ما به عنوان

توصیه عقل خودش را نپذیرد و دروغ بگوید، در برابر وجدان و فطرت خودش شرمند است.

ممکن است شما کارهای نادرست زیادی را نام ببرید که هر کدام به شکلی زحمت‌های تربیتی ما را به فنا بدهد. اما در میان این‌ها «دروغ‌گویی و فریب‌کاری» مشکل پیچیده‌تری است. چون اصولاً دروغ برای فریب دیگران طراحی می‌شود و در گام اول برخورد قابل تشخیص نیست. یعنی در حقیقت یک «تله» است. از این گذشته، عادت به دروغ و رواج پیدا کردنش باعث می‌شود فضا برای تشخیص سخن راست مه‌آلود بشود. در نتیجه راست‌انگاری دیگران دشوار می‌شود و رابطه میان افراد بر اساس اعتماد متقابل دچار اختلال می‌شود. تا اینجا ما به این مشکل از دیدگاه عقل نگاه کردیم.

در فرهنگ دینی ما هم، دروغ‌گویی کار

انسان عاقل و سالم، ندهای درونی عقل را در وجودمان شنیده‌ایم و می‌شنویم. ساختار عقل بر راستی و درستی است. به همین خاطر یکی از فرمان‌های عقل این است که: «راست‌گو باش. دروغ‌نگو». از این گذشته، یک فرد عاقل و سالم همه را سالم می‌بیند و در همان گام اول برخورد با مخاطب به او اعتماد می‌کند. یعنی منتظر شنیدن دروغ نیست و خوش ندارد که فریب بخورد. ما این را خطا نمی‌دانیم و کسی را به خاطر اینکه اساس رابطه‌اش با دیگران را بر اعتماد می‌گذارد، سرزنش نمی‌کنیم. پس اعتماد به دیگران یک اصل عقلی است.

ما یک اصل عقلی دیگری هم داریم که می‌گوید: «هر آنچه برای خودت می‌پسندی برای دیگران هم بپسند». پس با این دو فرمان می‌شود نتیجه گرفت: «من نباید دروغ بگویم. نباید کسی را فریب بدهم». به همین خاطر اگر کسی



به‌عنوان نتیجه عرض می‌کنم باید مطمئن باشیم در مرحله مهد و دبستان کودکان را به چه فضای تربیتی می‌فرستیم و به چه کسانی و با چه پیشینه تربیتی می‌سپاریم. اگر فعلاً محیط مناسبی را پیدا نمی‌کنیم، راهی نداریم جز اینکه کودک را طوری تربیت کنیم که هاضمه یا سیستم قوی برای تحمل این ناهمگونی‌ها و تعارض‌ها داشته باشند.

■ اگر فرزند ما دروغ گفت چه کار کنیم؟
● این بحث پیچیده‌ای است. اولاً دانستن این نکته مهم است که حرف‌های خلاف واقعی را که از زبان فرزند خردسال مان می‌شنویم، با دروغ یک بزرگسال نباید مقایسه بشود. بدون ورود به جزئیات تخصصی مطلب، عرض می‌کنم که بعضی معتقدند کودکان، واقعیت‌های بیرونی را هر طوری که می‌پسندند، می‌بینند و می‌شنوند و بعد آن را بیان می‌کنند. بنابراین، ممکن است دروغی که از آنان می‌شنویم از این دسته باشد. دوم اینکه بهترین کار در روبه‌رو شدن با دروغ کودک، رعایت اصل «نادیده‌گیری» است. البته این یک توصیه کلی در همه تعاملات اجتماعی است. قرار نیست ما در برخورد با اتفاقات اطرافمان همیشه گوش به زنگ بنشینیم و فوراً برای هر اتفاقی واکنش نشان بدهیم. شاید تجربه کرده باشیم که با کمی صبر و حوصله به این نتیجه

■ نقش پدر و مادر در پرورش راست‌گویی در کودک چگونه است؟

● من اولین و مهم‌ترین نقش را به پدر و مادر می‌دهم. امروزه با وجود محیط‌های متنوع تربیتی مثل مدارس، گروه هم‌سالان و در صدر همه اینها رسانه‌ها که واقعاً معضل تربیتی جامعه امروز ما هستند، هنوز نقش والدین به‌عنوان نزدیک‌ترین افراد به فرزندان را بسیار مهم ارزیابی می‌کنم. ما نمونه‌های فراوانی را می‌بینیم که نشان می‌دهند از یک «منش و هویت ماندگار تربیتی» برخوردارند به‌طوری که این هویت در تفکر و رفتارشان بروز پیدا می‌کند. با بررسی متوجه می‌شویم که آن را مرهون تربیت خانوادگی‌اند. البته من منکر تأثیر یک معلم یا مربی خاص بر روی شخصیت شاگردان نیستم ولی همان‌طور که گفتم اولین و مهم‌ترین نقش مربوط به پدر و مادر است.

■ برای تقویت راست‌گویی بچه‌ها، وقتی که وارد کودکستان، مهدکودک یا دبستان می‌شوند چه کار باید کرد؟

● باید سیاست و روش‌های تربیتی کودک در مدرسه و خانه هماهنگ باشد. انتظار طبیعی والدین آن است که بعد از خانواده، مراحل تکمیلی پرورشی در مهدکودک و دبستان انجام گیرد. اما متأسفانه فعلاً این انتظار بی‌جاست و ضمانتی وجود ندارد که حرکت هدفمند تربیتی والدین همچنان در دوران پیش‌دبستان و بعد از آن به‌صورت قابل نظارت ادامه پیدا کند. البته استثنا هم وجود دارد.

لذا تکرار می‌کنم که باید سیاست مدرسه و خانه یکی باشد. این یک اصل است. ما وقتی مطمئن نباشیم کودکان را در مرحله مهد و دبستان به چه کسی می‌سپاریم، تبعاً به نتیجه کار تربیتی اطمینانی نداریم. ما نمونه‌های فراوانی داریم از پاسخ‌های ناهمگون و رفتارهای دوگانه‌ای که کودک در برابر پرسش‌های خودش از خانواده و از مربی و مدرسه دریافت می‌کند و هاجوواج آن‌ها را تحمل می‌کند.

زشت و نکوهیده‌ای قلمداد شده است و پرهیز از آن را بسیار مهم دانسته‌اند.

در یک روایت داریم: «دروغ ریشه‌های فساد و آلودگی را آبیاری می‌کند.» یا اینکه فرموده‌اند: «اگر همه گناهان را در خانه‌ای یک‌جا تصور کنیم، کلید در آن خانه دروغ است.» شاید منظور روایت این باشد که با دروغ‌گویی راه ورود به دیگر گناهان باز می‌شود و زمینه برای ارتکاب آن‌ها فراهم می‌شود. یا این روایت از پیامبر اسلام (ص) خیلی جالب است. از ایشان می‌پرسند: «آیا یک فرد مؤمن، یعنی کسی که ایمان به خدا دارد و یکتاپرست است، ممکن است دزدی کند؟» ایشان می‌فرمایند: بله ممکن است و...»

بعد می‌پرسند: «آیا فرد مؤمن دروغ هم می‌گوید؟» ایشان می‌فرمایند نه، نمی‌شود. البته همان‌طور که مطلعید تأکید بر بحث راست‌گویی، محدود به نظام‌های تربیتی دینی نیست.

■ چرا دوران کودکی برای تربیت فرزند مهم است؟

● اولاً خیلی از عادت‌های خوب و بد ما از همان دوران کودکی و دانش‌آموزی در نهادمان شکل می‌گیرند. ایجاد هر عادت در دوران کودکی کار ساده‌ای است مثل نقاشی روی یک برگه سفید، اما ترک عادت از سوی یک فرد پا به سن گذاشته یا حتی یک جوان، کار ساده‌ای نیست.

ثانیاً تأثیر پرورش و تربیت در ایام کودکی ماندگار است و این ماندگاری با دوره‌های دیگر سنی مثل دوران پساکودکی، دوران نوجوانی، جوانی و بالاتر قابل مقایسه نیست. این جمله مشهور منسوب به امیرالمؤمنین (ع) است که فرموده‌اند: «الْعِلْمُ فِي الصَّغَرِ كَالنَّقْشِ فِي الْحَجَرِ»^۱ یعنی آموزش و تربیت در دوره کودکی مثل کنده‌کاری روی سنگ است. تشبیه زیبایی است. شما لابد سنگ‌نوشته‌هایی از تمدن‌های دیرینه را در ایران یا جاهای دیگر دنیا دیده‌اید. این‌ها با گذشت قرن‌ها هنوز باقی‌اند و باد و باران نتوانسته تغییر چندانی در آن‌ها بدهد. لذا به نظرم بهترین زمان کار پرورشی دوران کودکی است.

یک توصیه کلیدی به والدین

گرامی عرض کنم:

«پدران و مادران گرامی

مراقب باشید وجدان فرزند

دلبنده شما بیدار و زنده بماند!»

این رمز پیروزی پدران و

مادران موفق است

رسیده‌ایم که: «چقدر خوب شد به روی خودم نیاوردم و چیزی نگفتم!»

سوم اینکه باید به دنبال پیدا کردن علت دروغ کودک باشیم. دروغ کودک گاهی ناشی از ترس و برای حفظ امنیت است. گاهی دروغ را در آن لحظه خاص برای خوشحال کردن والدینش می‌گوید. گاهی بین هم‌سالان یا هم‌گروهی‌ها برای جلب توجه آن‌ها و حفظ اعتبار و موقعیت خودش دروغ می‌گوید. و البته ممکن است علت‌های دیگری هم داشته باشد. اما علت هر چه باشد، نباید نسبت به کودک عکس‌العمل تند نشان دهیم. به نظرم بهتر است بدون اینکه وانمود کنیم نیت و هدف کودک را از این دروغ می‌دانیم، راه دیگری را برای تأمین منظورش به او پیشنهاد کنیم. وقتی کودک راه علاج دیگری برای برون‌رفت از مشکل خودش از ما می‌شنود، دیگر نیازی به دروغ گفتن پیدا نمی‌کند. و در نهایت اشکالی ندارد که با یک استدلال کودکانه و مناسب سن، او را متوجه زشتی فریب‌کاری کنیم.

البته فراموش نکنیم که علت دروغ کودک چه بسا مربوط باشد به سهل‌انگاری ما والدین و مربیان در کم‌اهمیت شمردن دروغ‌های کوچک. متأسفانه وقتی پدر، مادر یا مربی برای حل یک مشکل مثل فرار از وظیفه یا آوردن عذر، دروغی را کوچک می‌شمارد و بدون توجه در مقابل کودک به زبان می‌آورد، باید توجه داشته باشد که با آشنا کردن کودک با دروغ‌گویی او را سردرگم کرده و راه را برای پرهیز دادن او از این کار غلط بسته است. دروغ‌های به ظاهر کوچک زمینه‌ساز دروغ‌های بزرگ‌اند.

به نظر شما نقش مدرسه و معلم چیست؟

● کار مدرسه و معلم خلاصه می‌شود در آموزش و پرورش. در موضوع مورد بحثمان، باید عرض کنم والدین، معلم، مدرسه و نهادهای دیگر پرورشی هر کدام حلقه‌ای از یک زنجیره‌اند. پیداست که برای وارد کردن یک نیروی مؤثر ضرورتاً حلقه‌های این زنجیر باید هم‌سو باشند.

برای گرفتن یک نتیجه کامل و مطلوب در امر پرورش، ایده‌آل آن است اولاً باید پایه‌های پرورشی جامعه ثابت لازم را داشته باشند و ثانیاً همه نهادهای تصمیم‌گیر و تصمیم‌ساز فرهنگی شامل خانواده‌ها، آموزشگاه‌ها، منابر و قانون‌گذاران فرهنگی براساس یک باور جمعی، حداقل در اصول با هم سازگاری و هماهنگی داشته باشند. در این صورت انتظار می‌رود کار پرورشی از ابتدا تا پایان طبق یک نقشه تجربه شده پیش برود. در آن صورت معلم و مدرسه کار پیچیده‌ای ندارند جز اینکه وظایف خودشان را از این نقشه کلی بگیرند و عمل کنند. ولی ظاهراً دست‌یابی به این ایده‌آل پرورشی بعید به نظر می‌رسد و امکان تحقق آن در شرایط کنونی دور از ذهن است.

متأسفانه هر چه از این ایده‌آل دور باشیم تکلیف والدین و مربیان سخت‌تر می‌شود و در نهایت محصول کار پرورشی ما کودکان سردرگمی هستند که تحویل جامعه می‌دهیم!

بچه‌ها وارد مدرسه که می‌شوند

تحت تأثیر هم‌سالان و دوستانشان قرار می‌گیرند. در این باره توضیح بفرمایید.

● نقش هم‌سالان قطعاً حائز اهمیت است. شما بهتر می‌دانید که بچه‌ها در مدرسه تلاش می‌کنند در گروه هم‌سالان خودشان عضو مهمی به نظر برسند، جایگاهشان را در این گروه‌ها حفظ کنند و از بقیه جا نمانند. برای این منظور به درخواست‌های گروه پاسخ مثبت می‌دهند. گاهی بچه‌ها تنها انگیزه‌شان در هنجارشکنی‌ها مربوط می‌شود به ناتوانی در «نه» گفتن و پذیرفتن درخواست‌های هم‌گروهی‌ها. این حالت بعضاً آسیب‌های جبران‌ناپذیری به کودکان می‌زند. با این

توضیحات معلوم می‌شود که باید مسئله هم‌سالان را جزء دغدغه‌هایمان بدانیم.

از اینجا پی می‌بریم کودکی که دارای «هویت تربیتی خاص» است، جرأت (نه) گفتن را پیدا می‌کند و از رانده شدن از گروه کمتر می‌ترسد و تبعاً کمتر گرفتار این نوع آسیب‌ها می‌شود.

در این میان وظیفه پدر و مادر چیست؟

● اجازه دهید پاسخ این سؤال شما را در یک توصیه کلیدی به والدین گرامی عرض کنم: «پدران و مادران گرامی مراقب باشید وجدان فرزند دلبنده شما بیدار و زنده بماند!» این رمز پیروزی پدران و مادران موفق است. برای روشن شدن موضوع کافی است به یکی از عواملی که مزاحم مراقبت ما از وجدان فرزندانمان است اشاره کنم.

وقتی ما گرفتار مصلحت‌اندیشی‌های نفسانی باشیم، یعنی با نادیده گرفتن تشخیص‌های مبتنی بر عقل، برخلاف آن عمل کنیم و بی‌توجه به باورهای اصیل‌مان، تسلیم اعتبارات موهوم محیط و اطرافیانمان باشیم، نه پاسخی درخور به وجدان خودمان خواهیم داشت و نه توان و قدرتی را برای وجدان کودکانمان باقی می‌گذاریم تا او را در تشخیص درست یاری کند.

یکی از دستاوردهای زنده نگه داشتن وجدان کودک این است که او می‌پذیرد: این خود حرف خوب و کار درست است که به‌طور مستقل دارای ارزش است. می‌فهمد که هیچ‌کس اعم از والدین و مربی و رسانه‌ها مصون از خطا نیستند. اگر کسی اعتباری دارد از خودش نیست بلکه به‌خاطر درستی کار و سخنش است. در نتیجه اصالت را به درستی و درستکاری می‌دهد نه به درستکار. به هرحال او باید بیاموزد که ما والدین و مربیان را همین‌طور که هستیم بپذیرد. اگر این اصل در وجود کودکان نهادینه شود، در واقع او واکنش‌دهنده و می‌توانیم امیدوار باشیم که او بعدها کمتر دچار شخصیت‌زدگی بشود و به‌خاطر اعتبار اجتماعی یا حتی اعتبار علمی اشخاص دچار اشتباه شده و تن به انقیاد و تسلیم بدهد.

یک پدر زیرک، یک مادر هشیار، یک مربی آگاه می تواند محیط تربیتی خودش را برای راست گویی مساعد کند به طوری که انگیزه‌ای برای دروغ گویی کودک باقی نماند

در فضای مجازی هم می تواند برنامه های هماهنگ شده گروهی و هدفمند برای والدین داشته باشد و در طول هفته با طرح پرسش و پاسخ، با تبادل تجربیات با والدین تماس داشته باشد.

مثلاً «جوان و بحران هویت» و «تربیت خانواده در سیره نبوی» از آثار مرحوم آقای دکتر محمد رضا شرفی و کتاب های «مجموعه داستان های کوتاه، آبنبات کشی و چند داستان دیگر» و «مادر: اگر این گونه می بود» از خانم دکتر راضیه محمدزاده را معرفی می کنم.

■ به نظر شما نقش پدر مهم تر است یا نقش مادر؟

● در مهم تر بودن نقش مادر به ویژه در دوران پیش دبستان و دبستان نمی توان تردید کرد. مادر به اقتضای نقش مادری خودش خیلی به کودک نزدیک است. کمتر کسی است که نخواستن های مادرانه دوران کودکی را فراموش کرده باشد. رفتاری های لطیف و مهرآمیز مادر حتی در دوران های پس از کودکی فرزند برای تثبیت زمینه راست گویی نقش بی بدیلی دارد.

اما در طرف دیگر نقش پدر به خصوص در تربیت پسران در دوران کودکی و نوجوانی آنان نیز حائز اهمیت است.

به هر حال با توجه به موقعیت هایی که هریک از والدین دارند کار مقایسه و دادن یک امتیاز مطلق به یکی از آنان را کمی سخت می کند.

* پی نوشت ها

۱. بحار الانوار، علامه مجلسی، ج ۱، ص ۲۲۴
۲. سیری در نهج البلاغه، مرتضی مطهری، ج ۱، ص ۱۸
۳. بحار الانوار، علامه مجلسی، ج ۶۷، ص ۳۰۹

و چه بسا گاهی تأثیر معکوس می گذارد و خیرخواهی ما موجب فراری دادن بچه ها می شود.

به نظرم یک پدر زیرک، یک مادر هشیار، یک مربی آگاه می تواند محیط تربیتی خودش را برای راست گویی مساعد کند به طوری که انگیزه های برای دروغ گویی کودک باقی نماند. همچنین به عنوان یک برنامه عملی می توانند روی موضوع راست گویی یا هر فضیلت اخلاقی دیگری برای مدتی، مثلاً یک ماه، متمرکز بشود و از نتایج خوب آن فضیلت برای بچه ها صحبت کند. مثلاً داستان بگوید یا نمونه هایی از رفتارهای دوستان و اطرافیان که بچه ها آن ها را می شناسند برای آن ها بازگو کند یا حتی از خود آن ها بخواهند که قصه شان را برای بچه ها تعریف کنند و نتایج خوب آن را برای بچه ها بگویند. بعد هم فرصتی را برای بچه ها فراهم کنند تا در یک ماجرای ساختگی بتوانند خودشان را محک بزنند تا معلوم بشود چقدر در مورد آموزش آن فضیلت اخلاقی وفادار بوده اند. از امتیازات این روش آن است که اگر من به عنوان پدر یا مادر در آن فضیلت اخلاقی، خیلی قوی و توانمند نیستم، این بهترین فرصت است که با تمرکز بر رفتارم موفق به خودسازی بشوم.

ضمناً به نظرم خوب است که مربیان و والدین نشست های مستمر داشته باشند و در کارگاه های آموزشی با گفت و گو و همدلی تجربیات خود را مبادله کنند. رفتارهای صمیمی بین مربیان و والدین آن ها را به همکاری و همراهی بیشتر تشویق می کند. در این صورت ما یک قدم به آن نظام همگن و یکپارچه تربیتی نزدیک می شویم. در پله های بعدی مربیان باید کتاب های مناسبی را به والدین معرفی کنند و از آن ها بخواهد که نتیجه مطالعه شان را گزارش دهند و مرتباً بازخورد بگیرد. این بازخورد گرفتن های منظم و مستمر مثلاً هفتگی، والدین را نسبت به رفتارشان در همان هفته حساس تر می کند. در این نشست ها باید از کارشناسان هم دعوت شود. مربیان

برای تأیید عرائض از سخن حضرت علی (ع) وام می گیرم. ایشان می فرمایند: «إِنَّ الْحَقَّ وَالْبَاطِلَ لَا يُعْرِفَانِ بِأَقْدَارِ الرِّجَالِ»^۱. یعنی: «حق و باطل با اعتبارات و موقعیت های اشخاص شناخته نمی شوند». اشتباه نکنید! راه تشخیص حق و باطل برعکس است: «إِعْرِفِ الْحَقَّ تَعْرِفِ أَهْلَهُ». «إِعْرِفِ الْبَاطِلَ تَعْرِفِ أَهْلَهُ». «باید اول حق و باطل را بشناسید بعد خود به خود اهل حق و باطل هم قابل شناسایی خواهند شد.

لذا به نظر من باید به کودک جرأت داده شود که تحت تأثیر موقعیت های اشخاص قرار نگیرد. او باید بیاموزد که افراد مصون از خطا نیستند تا اشتباهات افراد مهم اطراف او باعث به هم ریختن ساختار ذهنی او نسبت به درستی و درستکاری نشود.

امام صادق (ع) هم می فرماید: «كُونُوا دُعَاءَ النَّاسِ بِغَيْرِ أَلْسِنَتِكُمْ»^۲. یعنی: «مردم را به نیکی دعوت کنید اما با چیزی به جز زبان و سختتان». منظور ایشان معلوم است. یعنی با رفتارتان این کار را انجام دهید. این جمله رهگشای کار ما والدین و متولیان امور تربیتی است و تکلیفمان را روشن می کند.

■ چه راهکارهای عملی برای پرورش مهارت راست گویی به والدین پیشنهاد می کنید؟

● با تکیه به دو فرمایشی که از امام علی (ع) و امام صادق (ع) نقل کردم، باید عرض کنم اصولاً تأثیری که «رفتار» ما در تربیت کودکان دارد با «گفتار» ما قابل مقایسه نیست. «دو صد گفته چون نیم کردار نیست». استاد بزرگی داشتیم خدا رو حشان را شاد کند. ایشان گاهی با این جمله تذکر می دادند که: «بچه های شما آنی نمی شوند که شما می خواهید، آنی می شوند که شما هستید». مخاطب این جمله فقط والدین نیستند. این جمله برای آموزگاران هم می تواند سرمشق باشد.

تجربه هم این را نشان می دهد که فقط نصیحت کردن، تأثیر چندانی ندارد جز اینکه فرزندان را خسته می کند و آن ها را نسبت به هر تذکر مفید و لازم دیگر حساس می کند

چهار مشکل یادگیری

اختلالات یادگیری شایع در بین دانش آموزان

مقدمه

بسیاری از کودکان با این تصور طبیعی، که گویی می‌خواهند سفر اکتشافی هیجان‌انگیزی را شروع کنند یا به مدرسه می‌گذارند. یادگیری بسیاری از مهارت‌های جدید، از جمله خواندن و نوشتن، بخش‌هایی از این سفر است. بسیاری از پدرها و مادرها نیز در این هیجان با فرزندان خود مشترک هستند، چرا که در چند سال اول تحصیل فرزندان نشان قدم‌های لازم را برای توسعه مهارت‌های آنان در زمینه سواد و ریاضی برمی‌دارند.

با این وجود، برخی از دانش‌آموزان، علی‌رغم حضور منظم در مدرسه و دریافت آموزش و پشتیبانی کافی و تلاش زیاد، در کسب این مهارت‌های اساسی نتیجه مناسب نمی‌گیرند. این دانش‌آموزان ممکن است از نظر ذهنی اختلال یادگیری داشته باشند که می‌تواند تأثیری گسترده و منفی در پیشرفت تحصیلی و همچنین بر سلامت عاطفی آنان داشته باشد. متأسفانه والدین اغلب این کودکان نمی‌دانند که چگونه به فرزندشان کمک کنند و از او حمایت نمایند. این مقاله به منظور دادن اطلاعات مورد نیاز در مورد ماهیت اختلالات یادگیری به والدین و مراقبان و نیز ارائه طریق عملی به آن‌ها تنظیم شده است.

تفاوت مشکل یادگیری و اختلال یادگیری

برای برخی از کودکان یادگیری مهارت‌های بنیادی در خواندن و نوشتن و نیز ریاضی بسیار دشوار است و اگر به‌موقع به این مشکل کودک پرداخته نشود، در سال‌های بعد با مشکلات بیشتری مواجه خواهد شد. این مسئله ممکن است ناشی از اختلالات یادگیری باشد، از جمله اختلال حسی (ضعف بینایی یا شنوایی)، مسائل

شدید رفتاری، روان‌شناختی، عاطفی زبان دوم یا حتی گویش دوم. خوشبختانه این موارد قابل حل است و به‌محض ارائه برنامه‌هایی که شامل پشتیبانی مناسب باشد، این کودکان اغلب به سطوح مناسب درسی دست می‌یابند.

کودکان مبتلا به اختلال یادگیری کودکانی هستند که در نتیجه یک اختلال اساسی در رشد عصبی‌شان، که منشأ آن تعامل، و بهتر بگوییم، تداخل عوامل ژنتیکی، شناختی و محیطی است، در زمینه‌های خاصی از پیشرفت تحصیلی دچار مشکلاتی می‌شوند. در این میان «اختلال یادگیری خاص» از شایع‌ترین عواملی است که مانع مشارکت کودک به‌ویژه در مدرسه مخصوصاً در یادگیری فعالیت‌ها می‌گردد. این در حالی است که این کودکان همانند همسالان خود دارای بهره هوشی متوسط رو به بالا هستند و از این جهت کمبودی ندارند.

اختلالات یادگیری خاص چیست؟

براساس آنچه در منابع معتبر علمی آمده است اختلال یادگیری خاص در کودکان و نوجوانان به اختلال یا اختلالاتی در زمینه کسب مهارت‌های تحصیلی مورد نیاز؛ اعم از خواندن، نوشتن، تکلم، گوش دادن، استدلال، ریاضیات و بین‌نوشتاری، اطلاق می‌گردد که سبب می‌شود کودک مبتلا نسبت به کودکان هم‌سن و دارای ظرفیت هوشی مشابه، در سطحی پایین‌تر قرار گیرد که این امر به میزان قابل توجهی عملکرد مطلوب تحصیلی و فعالیت‌های روزمره کودک را تحت تأثیر قرار می‌دهد. اختلال خاص منشأ نورولوژیکی یا عصبی دارد و در طول زندگی تفاوت‌هایی را در افراد ایجاد می‌کند. شواهد و ظواهر این اختلال قبل از مدرسه و در سنین پیش‌دبستانی می‌تواند مشاهده شود، ولی تشخیص آن نیازمند خدمات ویژه براساس نتایج آزمون‌ها، بازخوردهای معلم و کادر آموزشی و والدین و مروری بر عملکرد تحصیلی کودک در دوران پیش از دبستان و ابتدایی است. شاخص‌های تشخیص اولیه که می‌تواند پیش‌بینی کند کودک ممکن است در سال‌های آتی به اختلال یادگیری مبتلا شود عبارت است از تأخیر در گفتار و کندی رشد زبانی، هماهنگی‌های حرکتی، ادراک، استدلال و تعامل اجتماعی، که همه پیش‌نیازها عملکرد تحصیلی می‌باشند.

شاخص‌های کودکان دارای اختلال یادگیری خاص عبارت است از:

- ❶ در یک مهارت کلیدی تحصیلی، مشکلات اساسی دارند؛
- ❷ اطلاعات را به‌طور کارآمد یا دقیق درک و پردازش نمی‌کنند؛
- ❸ اغلب یک عضو دیگر خانواده نیز با مشکلات یادگیری مواجه است؛

- ❹ به مداخله مناسب با روش معمول پاسخ نمی‌دهند.
- ❺ دارای ناتوانی ذهنی نیستند و ممکن است در زمینه‌های مختلف دیگری توانایی‌های بسیار پیشرفته داشته باشند.
- ❻ شناسایی زودهنگام این دسته از دانش‌آموزان همراه با مداخله و پشتیبانی مؤثر، می‌تواند مشکل را حل کند و به موفقیت علمی بینجامد.

📖 درباره انواع ناتوانی‌های یادگیری چه می‌دانیم؟

وجود مشکلات مداوم در یادگیری یک مهارت اصلی تحصیلی نشان‌دهنده اختلال یادگیری خاص است و این به معنای آن است که این اختلال ناشی از معلولیت ذهنی نیست. سه نوع از اختلالات یادگیری خاص عبارت است از:

- ⊖ اختلال یادگیری خاص در خواندن، که به آن دیسلکسیا^۱ یا نارساخوانی گفته می‌شود؛
- ⊖ اختلال یادگیری خاص در نوشتن، که به آن دیسگرافی^۲ گفته می‌شود؛
- ⊖ اختلال یادگیری خاص در ریاضیات، که به آن دیسکلکولیا^۳ گفته می‌شود.

📖 آیا دانش‌آموزان دارای اختلالات یادگیری خاص مطالب را

به‌طور متفاوت یاد می‌گیرند؟

پاسخ این است که دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری خاص برای یادگرفتن نیاز به رویکرد ذاتی متفاوتی ندارند. اساساً، همه دانش‌آموزان نیاز به برنامه‌های باکیفیت و مبتنی بر شواهد و استراتژی‌های صحیح آموزشی، از جمله دستورالعمل صریح و کدگذاری دوگانه (ارائه همزمان اطلاعات شفاهی و بصری) دارند. افراد مبتلا به اختلال یادگیری به‌ویژه نیازمند ویژگی‌های فوق هستند. تفاوت اصلی یادگیری بین افراد دارای اختلال یادگیری خاص و افراد فاقد این اختلال، مهارت‌های پیش‌نیاز است. مدت‌زمان یادگیری مهارت‌های خاص تحصیلی در این افراد طولانی است و برای تسلط بر این مهارت‌ها اغلب به زمان بیشتر و تکرار بیشتری هم نیاز دارند. به‌علاوه باید تحت آموزش مهارت‌های پیش‌نیاز زیر نظر متخصصین قرار گیرند. در این صورت، هنگامی که مهارت را فرا گرفتند یا درک درستی از مفهوم جدید پیدا کردند، احتمالاً عملکرد خوبی کسب می‌نمایند. همچنین این مورد وجود دارد که اگرچه افراد دارای ناتوانی در یادگیری در زمینه‌های خاص مشکل دارند، اما اغلب در سایر موارد ممکن است پیشرفت مناسبی داشته باشند.

📖 نارساخوانی یا اختلال یادگیری خاص در خواندن

نارساخوانی رایج‌ترین شکل ناتوانی در یادگیری است که ۸۰٪ کل کودکان شناسایی‌شده را تشکیل می‌دهد. مشکلات مربوط به خواندن و مشکلات مربوط به درک، هجی کردن و نوشتن در این کودکان شایع است. بسیاری از افرادی که دارای اختلال یادگیری خاص هستند و اختلال در خواندن (نارساخوانی) دارند، در حافظه کاری، یعنی توجه و مهارت‌های سازمانی، نیز مشکل دارند.

توجه داشته باشید که فرد مبتلا به اختلال یادگیری خاص در خواندن (نارساخوانی) نقص در یک یا هر دو زمینه اصلی تحصیلی ذیل را معمولاً تجربه می‌کند:

۱. خواندن نادرست یا آهسته و پرتحرک کلمات (به‌عنوان مثال، کلمه‌های منفرد را با صدای بلند اشتباه یا آهسته و با تردید

می‌خواند، مرتباً کلمات را حدس می‌زند، در صداگذاری کلمات مشکل دارد).

۲. مشکل درک معنای خوانده‌شده (به‌عنوان مثال، ممکن است متن را به‌طور دقیق بخواند اما توالی، روابط، استنباط یا معنای عمیق آنچه خوانده می‌شود را درک نکند).

📖 اختلال یادگیری خاص در خواندن (نارساخوانی) در طول سال‌های مدرسه

کودکانی که دارای اختلال یادگیری هستند و اختلال در خواندن (نارساخوانی) دارند، برخی یا بسیاری از مشکلات ذکر شده در جدول زیر را نشان می‌دهند. باید یادآور شد که ممکن است همه این خصوصیات مشاهده نشوند. علائم مورد نظر به شرح جدول زیر می‌باشد.

جدول ۱. علائم مرتبط به نارسایی در خواندن

علائم مربوط به دوره پیش‌دبستان / دوره اول دبستان	علائم مربوط به دوره دوم دبستان / متوسطه اول	علائم مربوط به دوره متوسطه دوم
• مشکل در ترکیب و تقسیم‌بندی اصوات در کلمات	• کاهش توانایی تشخیص صداهای کلمات در فرد	• تسلط بر خواندن ضعیف
• تأخیر در رشد گفتار و زبان	• مشکل در نگهداری اطلاعات کلامی (به‌عنوان مثال دستورالعمل‌ها) در حافظه فعال	• کاهش درک خواندن (ممکن است برای درک مطلب نیاز به خواندن مجدد مطالب به دفعات باشد)
• واژگان گفتاری محدود	• فعالیت‌های مربوط به سوادآموزی را به‌آرامی انجام می‌دهد	• بی‌نظمی و مشکلات برنامه‌ریزی
• درک ضعیف از حالات صوتی متن	• خواندن کند	• حافظه کاری محدود
• مشکل در یادگیری نام حروف	• کلمات مشابه به لحاظ بصری اغلب در هنگام خواندن اشتباه گرفته می‌شوند	• پیدا کردن کلمات دشوار است
• تشخیص نادرست کلمات	• مشکل در رمزگشایی کلمات ناآشنا	• عدم علاقه یا اجتناب از خواندن
• ناتوانی در خواندن کلمات	• درک ضعیف خواندن	• مشکل در حافظه فعال ممکن است با افزایش تقاضاهای مدرسه بیشتر شود
• مشکل در درک مطلب خواندن	• عدم علاقه به خواندن	• عدم تسلط بر خواندن
• مشکل در حافظه کاری، مانند مشکل در دنبال کردن دستورالعمل‌ها یا به‌خاطر سپردن اطلاعات متوالی	• مشکل در حافظه کاری	 اختلالات یادگیری

اختلال یادگیری خاص در بیان نوشتاری (دیسگرافی) در

طول سال‌های مدرسه

کودکانی که دارای اختلال یادگیری هستند و اختلال در خواندن (نارساخوانی) دارند، برخی یا بسیاری از مشکلات ذکر شده در جدول زیر را از خود بروز می‌دهند. البته ممکن است همه این خصوصیات مشاهده نشود.

جدول ۲. علائم مرتبط به نارسایی در نوشتن

علائم مربوط به دوره پیش دبستان / دوره اول دبستان	علائم مربوط به دوره دوم دبستان / متوسطه اول	علائم مربوط به دوره متوسطه دوم
● فعالیت خواندن مناسب به نظر می‌رسد، اما مشکل نوشتن او کاملاً مشهود است.	● نوشتن کند و پر زحمت است	● مشکل در سرعت نوشتن همپای با همسالان خود
● از نوشتن کارها اجتناب می‌کند.	● مشکل در نوشتن، که به‌ویژه در مواقع مورد نیاز بسیار مشهود است	● مشکل زیادی در انتقال افکار به‌صورت نوشتاری دارد
● ضعف املائی دارد	● در دوره‌های دبستان، راهنمایی و دبیرستان افزایش باید	● فاصله ظاهری بین مهارت‌های زبان شفاهی و نوشتاری
● مشکل در یادگیری ساختار جمله و دستور زبان اساسی است	● روند نوشتن خسته‌کننده است	● پیشرفت نکردن در دانش و کاربرد ساختار انشانویسی
	● آگاهی ضعیف از قراردادهای نوشتن، مانند علائم نگارشی، و همچنین خودکار نبودن در املا	● عدم استفاده از جزئیات در بیان کتبی
	● مشکل در انتخاب گزینه‌های درست املائی	● عدم علاقه و توانایی در فعالیت‌های نوشتاری
	● در شناخت جمله و ساختار پاراگراف ضعیف است	● مهارت‌های نوشتاری و هجی کردن به‌صورت خودکار ظاهر نمی‌شوند
	● مشکل در توانایی کلامی و مهارت نوشتاری	● عدم تسلط بر خواندن
	● مشکل در حافظه کاری	● ضعف در هجی کردن، همچنین عدم آگاهی از الگوها در کلمات مثل پسوندها و کلمات پایه

بعضی اوقات می‌توانم شگفت‌انگیزترین ایده‌ها را برای یک داستان داشته باشم - یا جواب سؤالی را در ذهنم داشته باشم - اما وقتی نوبت به نوشتن آن می‌رسد - ایده یا پاسخ، به‌نوعی، به هرج‌ومرج کامل تبدیل می‌شود!

خاطره دختر ۱۶ ساله



«یادگیری خواندن برای من بسیار دشوار بود هنوز هم هست. من نمی‌توانستم درک کنم که چگونه بچه‌های دیگر به راحتی آن را انتخاب می‌کردند در حالی که من حتی برای خواندن کلمات کاملاً ساده تلاش می‌کردم. من بیشتر تصادفی حدس زدم - و فقط امیدوارم که حق با من باشد!»

خاطره دختر ۱۴ ساله

اختلال یادگیری خاص در بیان نوشتاری (دیسگرافی)

اختلال یادگیری خاص از نوع اختلال در بیان نوشتاری (دیسگرافی) اغلب تشخیص داده نمی‌شود. این مشکل به‌طور مداوم در بیان نوشتاری، دست‌خط و یا هجی مشاهده می‌شود و کمتر اتفاق می‌افتد که به‌تنهایی مشاهده شود و بیشتر اوقات همراه با نارساخوانی است. تأخیرهای مداوم در نوشتن اغلب در ارتباط با سایر توانایی‌های شناختی علی‌رغم ارائه آموزش‌های مؤثر در کلاس بسیار غیرمنتظره است.

دانش‌آموزانی که مبتلا به اختلال یادگیری خاص هستند و در بیان کتبی اختلال دارند (دیسگرافی) اغلب مجبورند بسیار سخت‌تر و طولانی‌تر تلاش کنند تا فعالیت نوشتاری را با همان استاندارد یک فرد عادی بنویسند.

علائم کلی و اصلی (دیسگرافی)، وجود نقص در یکی از زمینه‌های

تحصیلی زیر است:

۱. مشکل در هجی (به‌عنوان مثال، ممکن است مصوت‌ها یا صامت‌ها را اضافه، حذف یا جایگزین کنید).
۲. مشکل در بیان نوشتاری (به‌عنوان مثال، باعث ایجاد اشتباهات دستورزبانی یا علائم نگارشی متعدد در جملات می‌شود؛ بیان مکتوب عقاید فاقد وضوح است).

اختلال یادگیری خاص در ریاضیات

اختلال یادگیری خاص در ریاضیات (دیسکلکولیا) مشکل در یادگیری و درک ریاضیات است. کودکانی که دارای اختلال یادگیری خاص در ریاضیات هستند در درک اعداد، یادگیری نحوه دستکاری اعداد، یادگیری حقایق ریاضی و تعدادی از مسائل مرتبط دیگر مشکل دارند. بنابراین دیسکلکولیا را می‌توان به صورت زیر تعریف کرد:

شرایطی است که توانایی دستیابی به مهارت‌های حساب را تحت تأثیر قرار می‌دهد. یادگیرندگان مبتلا به دیسکلکولیا ممکن است در درک مفهوم ساده اعداد مشکل داشته باشند، از درک شهودی اعداد برخوردار نیستند و در یادگیری حقایق و اعداد مشکل دارند. حتی اگر جواب صحیحی بدهند یا از روش صحیحی استفاده کنند، این کار را به صورت مکانیکی و بدون اطمینان انجام می‌دهند. شدت اختلال ریاضی بسته به افراد متفاوت است.

نقص در یک یا هر دو زمینه اصلی تحصیلی زیر می‌تواند دال بر دیسکلکولیا باشد:

۱. مشکل در شناخت عدد، محاسبه (به عنوان مثال درک

نامناسبی از اعداد، اندازه و روابط آن‌ها دارد؛ برای عمل جمع کردن اعداد تکرریمی، به جای یادآوری و بهره گیری از حافظه، از انگشتان استفاده می‌کند؛ به هنگام انجام محاسبات ریاضی سردرگم شده و ممکن است رویه‌ها را تغییر دهد).

۲. مشکل با استدلال ریاضی (به عنوان مثال، در استفاده از مفاهیم، واقعیت‌ها یا رویه‌های ریاضی برای حل مسائل با مشکل مواجه است).



اختلال یادگیری خاص در ریاضیات (دیسکلکولیا) در طول سال‌های مدرسه

کودکانی که دارای اختلال یادگیری هستند و این اختلال را در ریاضی (دیسکلکولیا) دارند، برخی یا بسیاری از مشکلات ذکر شده در جدول زیر را از خود بروز می‌دهند. باید یادآور شد که ممکن است همه این خصوصیات مشاهده نشوند. علائم موردنظر به شرح زیر می‌باشند.

علائم مربوط به دوره پیش دبستان / دوره اول دبستان	علائم مربوط به دوره دوم دبستان / متوسطه اول	علائم مربوط به دوره متوسطه دوم
● مشکل در سازماندهی اشیاء و به روشی منطقی	● بر روش‌های غیرمعمول برای محاسبه تسلط دارند و به طور مداوم هم استفاده می‌کنند	● دشواری‌های یادگیری مفاهیم ریاضی فراتر از ماهیت عدد اساسی
● مشکل در تشخیص اعداد چاپ شده	● مشکل در بیان جدول زمان و یادآوری زمان	● مشکل در محاسبات ذهنی
● ضعف در مهارت شمارش و دانش راهبردهای شمارش	● تأخیر در بازیابی حقایق ریاضیاتی که به طور کامل آموزش دیده‌اند.	● مشکل برای یافتن بیش از یک راه برای حل مسئله ریاضیات
● مشکل در استفاده از استراتژی‌های شمارش	● مشکل در انجام عملیات اعداد، به عنوان مثال: $+$ ، $-$ ، $\times$ ، $\div$	● تأخیر در یادگیری و شناخت واژگان ریاضیات
● مشکل در تسلط بر دانش اعداد (تشخیص اینکه چند مورد یک مجموعه را بدون شمارش درست می‌کنند)	● مشکل در استفاده از مفاهیم ارزش مکانی	● مشکل در خواندن و تفسیر، نمودارها و نقشه‌ها
● مشکل در استفاده از استراتژی‌های شمارش مؤثر برای جمع	● مشکل در اندازه‌گیری و درک روابط فضایی	● درک ضعیف از گذشت زمان و دشواری‌های پابندی به آن
	● مشکل در روش‌های محاسبه چندمرحله‌ای	● عدم وجود یک برنامه
	● افزایش اضطراب و نگرش منفی نسبت به ریاضیات	● مهارت‌های ضعیف در بودجه‌ریزی
		● مشکل در جهت‌یابی مکانی

«من همیشه با ریاضیات دست و پنجه نرم می‌کنم. من در خواندن ساعت، تغییر شرایط و سایر مهارت‌های اساسی ریاضیات مشکل دارم. اعداد احساس اضطراب در من ایجاد می‌کنند و این سخت است زیرا شما باید همیشه از ریاضیات استفاده کنید.»
خاطره پسر ۱۶ ساله

* پی‌نوشت‌ها

1. Dyslexia 2. Dysgraphia 3. Dyscalculia

بخوانیم و بنویسیم

دکتر ملاح‌نجفی

مؤلف و کارشناس دفتر تألیف کتاب‌های درسی ابتدایی و متوسطه (نظری)

آنچه والدین باید درباره کتاب «فارسی» اول ابتدایی بدانند

همراه شده است. در پی تقویت چشم و گوش و ماهیچه‌های دست و رشد توانایی‌های فراگیران، آموزش نشانه‌های خطی زبان آغاز می‌شود.

۱۰ نگاره در کتاب فارسی اول وجود دارد که جایگزین ۱۲ لوحه آموزشی کتاب‌های درسی قدیمی شده است. این نگاره‌ها همان هدف آماده‌سازی دانش‌آموز برای خواندن و نوشتن را دنبال می‌کنند. خوب دیدن، خوب سخن گفتن، تفکر درباره تصاویر و خوب گوش دادن از مهم‌ترین مهارت‌هایی است که دانش‌آموز بعد از آموزش نگاره‌ها به آن دست می‌یابد.

مهم‌ترین نقش پدر و مادر در این بخش فراهم کردن زمینه برای گفت‌وگوی دو جانبه درباره موضوع تصویر است. طرح پرسش توسط والدین یکی از راه‌های جلب توجه دانش‌آموز به جزئیات درون تصاویر است.

در بخش نگاره‌ها فعالیت‌هایی نیز وجود دارد که موجب عمق دادن به مفاهیم درسی می‌شود؛ مانند:

۱. بین و بگو با هدف تقویت مهارت تصویرخوانی در دانش‌آموز،
۲. گوش کن و بگو با هدف تربیت مهارت شنیداری دانش‌آموز،
۳. بگرد و پیدا کن با هدف تقویت دقت و توالی دیداری و زمینه‌سازی برای کسب مهارت درک مطلب،
۴. به دوستان بگو با هدف ارتباط برقرار کردن کودک و دیگران،

۵. نمایش با هدف کشف استعدادهای نهفته کودکان،

۶. کتابخوانی در کلاس با هدف تقویت مهارت خواندن،

۷. با هم بخوانیم با هدف تقویت هوش موسیقایی کودک.

نکته آخر اینکه در این بخش از کتاب درسی نقش پدر و مادر در رسیدن به اهداف گفته شده بسیار پررنگ است و این عزیزان می‌توانند به خوبی موقعیت یادگیری و عمق بخشیدن به مفاهیم درسی را در منزل فراهم کنند.

اشاره

خانواده‌ها و اولیا نقش مؤثر و اثربخشی در تقویت آموزش مدرسه‌ای دارند قطعاً آن‌ها می‌توانند در خانه همراه و همیار آموزشی فرزندان خود در راستای آموزش معلمان مدرسه باشند به شرط آنکه بدانند چگونه در این امر مشارکت کنند و تا حدودی با ساختار کلی کتاب‌های درسی، مطابق با نقشی که می‌خواهند به عنوان همیار آموزشی ایفا کنند آشنایی داشته باشند. در این فصلنامه قصد داریم این آشنایی و اطلاعات را از زبان مؤلفان کتاب‌های درسی به خانواده‌ها و اولیا ارائه دهیم در این شماره راجع به ساختار کتاب‌های درسی پایه اول ابتدایی مطالبی را ارائه خواهیم کرد.

کتاب فارسی اول همواره بیش از دیگر کتاب‌ها مورد توجه پدر و مادرهاست؛ زیرا آموزش‌های زبانی مانند خواندن و نوشتن در دوره ابتدایی از پایه اول آغاز می‌گردد و در ادامه آن زمینه یادگیری سایر دروس هم فراهم می‌شود.

محتوای برنامه زبان‌آموزی با توجه به مهارت‌های زبان، در دو پهنه ساماندهی شده است.

الف. کتاب فارسی (مهارت خواندن)

ب. کتاب نگارش (مهارت نوشتن)

کتاب مهارت خواندن در آموزش بر روش کلی و کتاب مهارت نوشتن بر روش جزئی تأکید دارد. اما با توجه به نگاه تلفیقی، در مراحل از آموزش به فراخور محتوا، به هر دو روش توجه شده است.

کتاب فارسی اول دبستان سه بخش دارد: بخش اول: نگاره‌ها
بخش دوم: آموزش نشانه‌ها (۱) بخش سوم: آموزش نشانه‌ها (۲)

بخش اول: نگاره‌ها

کتاب فارسی (مهارت خواندن) با نگاره آغاز می‌شود. این بدان معناست که گام نخست در آموزش زبان، پرورش سواد بصری به همراه رشد سواد شنیداری است که با دست‌ورزی‌هایی

بخش دوم: آموزش نشانه‌های (۱)

در این بخش از کتاب ۳۰ نشانه از حروف الفبا، آموزش داده می‌شود. هر درس ۲ تا ۳ نشانه دارد که باید در طول هفته به کودکان آموزش داده شود. این بخش تخصصی است و به توانایی حرفه‌ای معلم احتیاج دارد و والدین باید از طریق معلم در جریان رویکرد آموزش قرار بگیرند.

این بخش از کتاب از ۵ قسمت تشکیل شده است:

۱. همهٔ درس‌ها در بخش نشانه‌های (۱) با یک تصویر بزرگ

در ابتدای صفحه شروع می‌شود که با بخش نگاره‌ها هم ارتباط دارد. کودکان باید در درس‌های اول، بعد از دیدن تصویر بزرگ، کلماتی بگویند که در رابطه با نشانهٔ خاص آن درس باشند. در درس‌های بعد (بعد از درس ۶) باید جمله‌ای دربارهٔ تصویر بزرگ بگویند که کلمات آن بر نشانهٔ موردنظر تأکید داشته باشد. اهمیت این تصویر نشان‌دهندهٔ رویکرد آموزش نشانه‌هاست که از کل شروع می‌شود.

۲. در زیر هر تصویر بزرگ چند تصویر کوچک قرار دارد که

نام آن‌ها هم نوشته شده است. این تصاویر در واقع همان (کلیدواژه‌های درس) هستند و نشانهٔ مورد نظر در آن‌ها به رنگ قرمز است. دانش آموز باید نام هر تصویر را بگوید و کلمهٔ زیر تصویر را هم بخواند و نام صدای نشانه‌ای را که در کلمهٔ قرمز است تشخیص دهد نه دیگر نشانه‌ها را.

۳. پس از ارائهٔ واژه‌های تصویری متن کوتاهی آمده که فقط

برای خواندن است نه نوشتن. هر دانش آموز باید به کمک کلیدواژه‌های تصویری این متن را بخواند. اگر کلمه‌ای در متن باشد که در کلیدواژه تصویری نبوده، باید به آن‌ها گفت که چه کلمه‌ای است.

۴. در این قسمت نشانه یا حرف و صدای موردنظر که شکل

خطی آن در پایین صفحه به‌طور مستقل آمده است ارائه می‌شود. پدر و مادر می‌توانند از فرزند بخواهند با دیدن شکل بگویند که نام این صدا چیست و چند شکل دارد؟ همچنین می‌توانند از کودک بخواهند کاردستی‌هایی درست کند و فعالیت‌هایی انجام دهد که یادگیری را عمیق می‌کند. نام‌گذاری نشانه‌ها بسیار مهم است. هر نشانه با نام صدایش خوانده می‌شود نه نام حروف الفبا.

۵. طرح مدادی شامل حروف آموزش داده شده یا در حال

آموزش است که با دو رنگ جدا نشان داده شده است. لازم است که خانواده‌ها نمونه‌ای از این طرح را در منزل برای دانش‌آموزان آماده کنند تا آنچه را که در مدرسه می‌آموزد، در این جدول بنویسد.

بخش سوم: آموزش نشانه‌های (۲)

این بخش از کتاب دارای ۱۰ نشانه (حرف) است که صداهای مشترکی با دیگر حروف دارند؛ اما شکل خطی آن‌ها فرق دارد. نوشتن این نشانه‌ها برای کودکان دشوار است اما خواندن آن‌ها مشکلی ندارد. در واقع دانش‌آموزان صدای این نشانه‌ها را قبلاً خوانده‌اند اما در بعضی از کلمات یکی از شکل‌ها می‌آید؛ مثل صدای «س» که در سه کلمه لباس، لثه و صابون به شکل‌های متفاوتی نوشته شده است.

درس آزاد

هدف این است که دانش‌آموز با مشارکت همکلاسی‌ها و معلم، با ذوق و سلیقهٔ خود و شرایط بومی و محلی دست به تولید محتوا بزند.

کتاب نگارش فارسی اول ابتدایی

در این کتاب به مهارت‌های نوشتاری زبان (دست‌ورزی، رونویسی، کلمه‌نویسی، جمله‌نویسی، بندنویسی) و مهارت‌هایی نظیر دقت، شناخت، تشخیص و کاربرد توجه شده است و به همین دلیل کتاب نگارش جنبهٔ آموزشی دارد و باید هماهنگ با کتاب فارسی تدریس شود. نگارش ۳ بخش دارد:

الف. بخش نگاره‌ها: همراه با کتاب فارسی (بخوانیم) فعالیت‌های نوشتاری پس از آموزش خواندن انجام می‌شود.

قسمت اول هر صفحه به صورت نقطه‌چین است که برای ایجاد مهارت است تا دانش آموز قلم را به درستی حرکت بدهد. قسمت دوم طرح ناتمامی است که دانش‌آموزان باید آن را کامل کنند. هدف از رنگ کردن شکل، روش درست قلم در دست گرفتن و محدودهٔ نوشتن است.

قسمت سوم نمادهای نوشتاری همراه با محدودیت هستند که کودک باید با تقلید و نسخه‌برداری در سطرها بعدی آن‌ها را بنویسد. درست در دست گرفتن و حرکت صحیح قلم و نحوهٔ درست استفاده از دفتر در این مرحله از آموزش بسیار اهمیت دارد. **ب. آموزش نشانه‌ها (۱):** کار نوشتن پس از خواندن انجام می‌شود که با خط تحریری است. پدر و مادرها باید قبل از کار نوشتاری از دانش‌آموز بخواهند کلمه‌ها و عبارات را بخوانند.

توجه: از آموزش مستقیم خوش‌نویسی باید پرهیزیم.

ج. آموزش نشانه‌ها (۲): تمرین‌های کتاب کار، جنبهٔ نوشتاری دارد و به تقویت مهارت نوشتاری می‌پردازد. به همین دلیل حجم نوشتار در این بخش افزایش می‌یابد. نشانه (۲) شامل حروفی است که صدای مشابهی با دیگر نشانه‌ها دارند ولی شکل آن‌ها فرق می‌کند؛ مثل «ص ط ظ». در زمان نوشتن این حروف باید تجزیه و تحلیل روی شکل انجام گیرد تا موجب تقویت حافظه دیداری شود.

علم و زندگی

مریم انصاری

مؤلف و کارشناس دفتر تألیف کتاب‌های درسی ابتدایی و متوسطه (نظری)

آنچه والدین باید درباره کتاب «علوم» اول ابتدایی بدانند

مقدمه

کودک هنگام ورود به مدرسه و آغاز آموزش رسمی، هنوز به کمک بزرگ‌ترها و به ویژه والدین خود نیاز دارد؛ حتی اگر بهترین مدرسه، مجرب‌ترین معلم و مناسب‌ترین امکانات را در اختیار داشته باشد. کودک با ورود به مدرسه هویت جدیدی به نام «دانش آموز» کسب می‌کند. بنابراین لازم است والدین درباره مدرسه و آنچه کودک می‌آموزد، اطلاعات و مهارت‌های لازم را داشته باشند. نخستین و اصلی‌ترین گام در این مسیر گفت‌وگو با معلم برای مشارکت با وی در برنامه‌ریزی آموزشی و تربیتی برای کودک است. در این مقاله نکاتی را برای آشنایی والدین با کتاب درسی علوم اول ابتدایی، به منظور هماهنگ شدن آن‌ها با کار معلم بیان می‌کنیم و پیشنهادهایی را نیز ارائه می‌دهیم.

اندازه سایه با زمان‌های مختلف روز پی ببرند. از آنجا که تشکیل سایه از اجسام گوناگون و بازی با سایه اجسام از سنین قبل از دبستان مورد علاقه کودکان است والدین می‌توانند بازی‌هایی را با سایه ترتیب دهند تا فرزندشان در سال اول تشکیل سایه و تغییر اندازه آن را مشاهده کند. مثلاً می‌توان با استفاده از تغییر اندازه سایه یک ساعت آفتابی ساده در حیاط خانه و یا پشت‌بام خانه ساخت و لحظات لذت‌بخشی را برای کودک تدارک دید تا از این رهگذر او با کاربرد علم در زندگی خود بیشتر آشنا شود و زمینه علاقه‌مندی‌اش به علم تجربی بیشتر شود.

در ادامه این درس، دانش‌آموزان به مشاهده برش یک میوه (مثل گوجه‌فرنگی) می‌پردازند و مشاهده‌های خودشان را توصیف می‌کنند. مثلاً می‌گویند که چه چیزهایی درون گوجه‌فرنگی دیدند؛ آن چیزها چه رنگ و چه شکلی دارند؛ چه بویی را حس کردند؛ کدام سفت و کدام نرم بود و ... والدین می‌توانند این مشاهده را در خانه هنگام صرف میوه‌های مختلف تکرار کنند و تفاوت‌های آن‌ها را با دانش آموز به گفت‌وگو بگذارند و با این پرسش که «کدام میوه دانه‌های بیشتری دارد؟» مسابقه‌ای ترتیب دهند. در این مسابقه دانش‌آموز دانه‌ها را می‌شمارد، آن‌ها را دسته‌بندی می‌کند و آموخته‌هایش از ریاضی را نیز به کار می‌گیرد. دانش‌آموز می‌تواند برای توصیف مشاهده‌های خود از میوه‌ها نقاشی بکشد و نقاشی‌ها را نگه دارد تا وقتی که خواندن و نوشتن را یاد گرفت، نام

در پایه اول ابتدایی کودک با چند کتاب و درس مختلف روبه‌رو می‌شود و علوم تجربی یکی از این کتاب‌هاست. در درس علوم، دانش‌آموز در سطح توان و درک ذهنی خود، که در آغاز هفت سالگی است، همه پدیده‌های محیط پیرامون و حتی خودش را به عنوان «یک موجود زنده»، بررسی می‌کند. براین اساس، برنامه آموزش علوم در کتاب علوم اول ابتدایی اهداف و ویژگی‌هایی دارد که در ادامه با آن‌ها آشنا می‌شویم.

۱. مشاهده و کشف

نیروی پیشران دانش‌آموز در یادگیری علوم کنجکاوی ذاتی او برای «مشاهده و کشف» است. مشاهده اساسی‌ترین مهارت لازم برای علوم در پایه اول ابتدایی است. مشاهده فقط دیدن نیست؛ بلکه شنیدن، لمس کردن چشیدن و به‌طور کلی استفاده از هر نوع حس در بررسی اجسام و پدیده‌هاست. در مشاهده، کودک پدیده‌های گوناگون و روابط بین آن‌ها را کشف می‌کند و جهان زنده و غیر زنده پیرامون خود را بهتر می‌شناسد. در همه چهارده درس کتاب علوم اول دبستان، فعالیت یا فعالیت‌هایی برای مشاهده طراحی شده است. مثلاً یکی از فعالیت‌های این کتاب که «زنگ علوم» نام دارد این است که دانش‌آموزان به حیاط مدرسه می‌روند و به مشاهده سایه یکی از بچه‌ها و نقاشی آن در دو زمان مختلف و مقایسه آن‌ها می‌پردازند تا از این طریق به رابطه تغییر

هر میوه را در کنار آن بنویسد. والدین در هنگام عمل مشاهده کودک خود می‌توانند از او سؤالاتی بپرسند تا به دقت وی در مشاهده کمک کنند. مثلاً بپرسند دانه‌های درون میوه هندوانه چگونه قرار گرفته‌اند؟ درون طالبی چطور؟ قرار گرفتن دانه‌ها در کدام یک از آن‌ها بیشتر شبیه گوجه‌فرنگی است؟ و در ضمن از او بخواهند پرسش‌هایی را که به ذهنش می‌رسد مطرح کند؟ اگر چه شاید پاسخ آن‌ها را نتوان به راحتی داد ولی این کار به ایجاد روحیه پرسشگری در او و فعال شدن ذهن وی کمک می‌کند.

۲. گسترش موقعیت یادگیری و ارائه آموخته‌ها

همان‌طور که دیدیم در درس زنگ علوم دانش‌آموز «مشاهده» می‌کند و به «پرسشگری» تشویق می‌شود زیرا این دو از اساسی‌ترین مهارت‌های علوم‌اند. والدین در هماهنگی با روش معلم و در تعامل نزدیک با او می‌توانند به کودک خود کمک کنند تا هر چه بهتر این مهارت‌ها را فرا گیرد. بنابراین یکی از نقش‌های والدین در درس علوم گسترش موقعیت یادگیری و ارائه آموخته‌هاست. ایجاد موقعیت یادگیری در کلاس درس برای همه دانش‌آموزان به دلایل مختلف، مثل تعدد دانش‌آموزان و زمان آموزش، محدود است ولی والدین می‌توانند با فعالیت‌هایی که پیشنهاد کردیم، آن را در خانه ایجاد کنند و گسترش دهند. علاوه بر آن دانش‌آموز باید در موقعیتی برای «ارائه آموخته‌های خود» نیز در بیرون از فضای کلاس قرار گیرد. ارائه، ابزار کارآمدی برای ارتقای پیشرفت تحصیلی دانش‌آموز و هم اعتمادبه‌نفس اوست. والدین به‌عنوان یک هم‌گروه و نه یک بازرس می‌توانند گاهی اوقات از کودک خود بپرسند که مثلاً: امروز در کلاس علوم چه یاد گرفتی؟ کدام موضوع برایت جالب بود؟ چرا آن موضوع جالب بود؟ و ... به این ترتیب هم به علاقه‌های فرزند خود پی می‌برند و هم او را وادار به بازگویی آموخته‌های خود می‌کنند که این خود در باز کردن زبان علمی او مؤثر است. آن‌ها می‌توانند گاهی از کودک بخواهند آموخته‌های خود را به شکل عملی نشان دهد؛ مثلاً ساقه و برگ‌های درخت توت باغچه یا گل یک گلدان را با بوته گل سرخ مقایسه کند؛ یا چیزی را که از سنگ ساخته شده به آن‌ها نشان دهد و بگوید برای ساختن آن‌ها، سنگ چه تغییراتی کرده است. در گردش‌های خانوادگی در طبیعت و بوستان یا کنار رودخانه، متناسب با پدیده‌هایی که می‌بینند، درباره آموخته‌های کودک با او گفت‌وگو کنند. چنین فعالیت‌هایی علاوه بر گسترش محیط و موقعیت یادگیری برای یادگیری معنادار و پایدار دانش‌آموز مؤثر است. در کتاب علوم فعالیت‌هایی نیز برای گسترش یادگیری دانش‌آموز تدارک دیده شده است، مثل جمع‌آوری اطلاعات درباره استفاده‌های

مختلف از آب. علاوه بر این، برای کمک به دانش‌آموز در جمع‌آوری اطلاعات درباره موضوع‌های مختلف، خواندن کتاب برای او و یا تماشای فیلم‌های مناسب مربوط به علوم همراه با او و گفت‌وگو درباره آن‌ها بسیار مفید است. تا زمانی که دانش‌آموز خواندن و نوشتن را نیاموخته است، از او بخواهید استنباط خود را در کتاب‌ها و فیلم‌ها برای شما بگوید. برای یافتن کتاب مناسب دانش‌آموز می‌توانید به سایت سامان کتاب به نشانی <https://samanketab.roshdmag.ir> مراجعه کنید.

۳. مسئولیت‌پذیری

یکی از اهداف آموزش به ویژه در «رویکرد فطرت‌گرایی توحیدی» که رویکرد و جهت‌دهنده اصلی آموزش در مدارس کشور ماست، ارتقای حس مسئولیت‌پذیری در دانش‌آموز است و آن عبارت است از مسئولیت‌پذیری در قبال خود، دیگران، خلقت و طبیعت و در نهایت در مقابل خداوند. یکی از ابعاد مسئولیت‌پذیری، پذیرش مسئولیت یادگیری است. دانش‌آموز باید از همان ابتدا بداند که خود او مسئول یادگیری خویش است و نه پدر و مادر و معلم. پس برای تقویت این حس باید فعالیت‌های یادگیری را خودش انجام دهد؛ اطلاعات مورد نیازش را خودش جمع‌آوری و جمع‌بندی کند؛ دانه لوبیا یا دانه‌ای دیگر را خودش باید بکارد و از آن مراقبت کند؛ در گروه کلاسی نقشی برعهده گیرد و آن را به درستی و به موقع به انجام برساند؛ با دیگران همکاری کند و ... او باید درک کند که معلم، دانش‌آموزان دیگر و پدر و مادر و دیگر بزرگ‌ترها به او کمک می‌کنند ولی به جای او کاری انجام نمی‌دهند. کارهایی مانند حفظ سلامت و ایمنی خود با خوردن غذاهای سالم، خواب به موقع، پرهیز از دویدن در راهرو مدرسه، ورزش و بازی کافی، ریختن زباله در سطل مخصوص و تفکیک زباله‌ها با کمک اعضای خانواده، مراقبت از گیاهان و جانوران با پرهیز از آزار رساندن به جانوران و شکستن بی‌دلیل شاخه درختان و چین گل‌ها و ... که در کتاب درسی مطرح شده، نمونه‌هایی از مسئولیت‌پذیری‌هایی است که در درس علوم از دانش‌آموز انتظار می‌رود.

همه کارهایی که تاکنون بر شما در بخش‌های مسئولیت‌پذیری در برابر خداوند هم هستند و در واقع عمل به دستورات دینی‌اند که با انجام آن‌ها دانش‌آموز در واقع خداوند را اطاعت کرده است. والدین باید با رفتار مناسب به تقویت حس مسئولیت‌پذیری در دانش‌آموز کمک کنند.

آشنایی با فناوری و ارتقای خلاقیت و نوآوری

از اهداف آموزش علوم ابتدایی، آشنایی کودک با فناوری‌ها و تغییرات آن‌ها در طول زمان و نیز دست‌ورزی و ساختن چیزهای تازه و خلاقانه است.

در درس هشتم کتاب علوم اول، درس «چه می‌خواهم بسازم؟» دانش‌آموز ابتدا با ابزارهای مختلفی که ممکن است در زندگی روزمره با آن سروکار داشته باشد، آشنا می‌شود و سپس خودش باید یک وسیله بسازد. در این تولید و ارائه آن، دانش‌آموز باید آزاد باشد تا خلاقیت خود را در معرض دید دیگران قرار دهد؛ به ویژه که باید از وسایل بازیافتی و دورریختنی در ساخت دست‌سازه خود استفاده کند. در انجام این کار والدین باید نقش ناظر و هدایت‌کننده را داشته باشند تا کودک توان ذهنی و عملی خودش را نشان دهد.

والدین با آشنا کردن کودک خود با ابزار مختلفی که در خانه از آن‌ها استفاده می‌شود و نیز با آشنا کردن او با فناوری‌هایی که در شغل خود با آن سروکار دارند و می‌توان آن‌ها را به کودک معرفی کرد، می‌توانند به فرزند خود کمک کنند. همچنین می‌توانند به معلم پیشنهاد دهند که قادرند با حضور در مدرسه درباره شغل خود برای سایر بچه‌های کلاس و مدرسه نیز صحبت کنند. چنین جلساتی به گسترش تجربیات کودکان کمک فراوانی می‌کند.

در درس چهاردهم کتاب، در درس «از گذشته تا آینده» دانش‌آموز با انواع وسایل روشنائی از زمان‌های دور تاکنون و اهمیت این وسایل آشنا می‌شود. او با کمک والدین خود یک شمع می‌سازد و در نمایشگاه جمعی در مدرسه یا کلاس آن را به نمایش می‌گذارد. کمک به دانش‌آموز برای ساخت و تزئین شمع و حضور در نمایشگاه مدرسه فرصت مغتنمی برای دانش‌آموز و والدین برای تقویت علاقه‌مندی دانش‌آموز به دست‌ورزی و ساخت دست‌سازه و ارائه توانایی‌های دانش‌آموز است که برای او و والدین می‌تواند لذت‌بخش و همراه با احساس افتخار باشد.

کسب شایستگی برای یادگیری مادام‌العمر

در درس‌های دوم تا هفتم و نهم تا سیزدهم علوم اول، دانش‌آموز ضمن انجام فعالیت‌های مختلفی که زیربنای همه آن‌ها مشاهده و کشف است، با مفاهیم علمی در قلمروهای زیست‌شناسی مثل گیاه و جانور و مفاهیم زمین‌شناسی مثل آب، خاک، سنگ و هوا؛ و مفاهیم علوم فیزیکی مثل حرکت و گرما و آهنربا آشنا می‌شود. او در واقع تا حد زیادی این مفاهیم را کشف و در ذهن خود آن‌ها را باز تولید می‌کند.

در هر یک از این درس‌ها، فرصت‌هایی برای آموختن «راه یادگیری» فراهم شده است مثل مشاهده و توصیف آن، گفت‌وگو، انجام فعالیت عملی و نتیجه‌گیری از آن و جمع‌آوری اطلاعات با پرسیدن از بزرگ‌ترها یا منابع دیگر. تمرین روش آموختن برای نیل دانش‌آموز به شایستگی کسب دانش و سواد علمی-فناورانه لازم است. بنابراین بیشتر از محصول آموزش، یعنی مفاهیم و

اصطلاحات، روش به کار رفته برای کسب آن‌هاست که اهمیت دارد یا حداقل همپای آن‌ها مهم است. بنابراین نباید ذهن دانش‌آموز را از اطلاعات انباشت. به جای آن باید با دانش‌آموز گفت‌وگو کرد و فرصت‌هایی را برای او در به کار بستن اطلاعات و استدلال متناسب با سن او در اختیارش قرار داد. در کنار مفاهیم علمی و مهارت‌های تفکری مثل استدلال، باید نگرش‌های لازم برای زندگی فردی و جمعی در دنیای امروز و فردا را نیز در دانش‌آموز ارتقا داد. مثلاً ضمن آشنا شدن با مفاهیم علمی مربوط به گرما، او باید روش‌های جلوگیری از هدر رفتن گرما در خانه را بشناسد و با کمک والدین آن‌ها را در خانه اجرا کند.

کمک به تبدیل زبان محاوره به زبان علمی: یکی از

اهداف آموزش علوم به کودکان آموختن زبان علم به آنان است. مثلاً در کلاس اول دانش‌آموز می‌آموزد که گوجه‌فرنگی یک «میوه» است. در حالی که تا قبل از آن گوجه‌فرنگی را به عنوان سبزی می‌شناخته است. به طور کلی در علوم اول ابتدایی با این موضوع آشنا می‌شود که گاهی واژه‌های علمی با واژه‌های محاوره زندگی تفاوت دارند. معمولاً گوجه‌فرنگی را از سبزیجات می‌دانیم و اغلب آن را از میوه‌فروشی تهیه می‌کنیم ولی در زبان علم، گوجه‌فرنگی بخشی از گیاه است که میوه نام دارد و دانه‌ها درون آن قرار دارند. دانش‌آموز باید این تفاوت را درک کند و واژه‌های علمی را درست و به جا به کار ببرد. برای نیل به این هدف شایسته است که والدین همپای معلم این تفاوت‌ها را به دانش‌آموز متذکر شوند.

جمع‌بندی و نتیجه‌گیری: آموزش علوم تجربی، با

همکاری والدین، می‌تواند زمینه‌گذارند لحظات شادی را برای کودکان فراهم کند؛ و والدین می‌توانند نقش مهمی را در آموزش علوم به کودکان خود ایفا کنند. لازمه این امر آشنایی با اهداف و چگونگی آموزش علوم است. فراهم آوردن امکان مشاهده محیط پیرامون و گفت‌وگو با دانش‌آموز درباره آن‌ها اساسی‌ترین کارهایی است که والدین برای کمک به آموزش می‌توانند انجام دهند و نیز با تقویت نگرش‌های مثبت لازم برای زندگی که در برنامه آموزش علوم طراحی شده‌اند، به پرورش و رشد اخلاقی کودک کمک کنند. برای نیل به این امر والدین باید ارتباط مؤثری با مدرسه و معلم داشته باشند و آگاهی‌ها و توانایی‌های خود را ارتقا بخشند.

* منابع

۱. علوم تجربی اول دبستان، حسین الوندی و دیگران، چاپ دهم، ۱۳۹۹
۲. راهنمای معلم علوم تجربی اول دبستان، آمنه احمدی و دیگران، ۱۳۹۰



مشاهده و کشف

کلاس اول تدریس نکنید اگر انضباط آهنین می خواهیم

گفت و گو با فاطمه عسگری، معلم مجرب پایه اول ابتدایی

زهره کریمی

اشاره

در تعریفی از علم گفته شده استفاده از تجارب مستند و اعتبار بخشی شده توسط افراد می باشد؛ بدین جهت تجربه های آموزشی و مدیریتی می تواند راهکارهای مناسبی از آزمودن مباحث نظری برای ما ارائه نماید. بدین لحاظ گفت و گوی زیر با یکی از معلمان مجرب پایه اول ابتدایی که علاوه بر تحصیلات مرتبط، ۲۸ سال در پایه اول ابتدایی به آموزش فرزندان ما اشتغال داشته اند می نشینیم ارائه می شود.

■ لطفاً خودتان را معرفی کنید.

● فاطمه عسگری هستم، کارشناس ارشد برنامه ریزی درسی از دانشگاه خوارزمی. ۲۸ سال است که در پایه اول تدریس می کنم. همزمان منتخب همکاران ابتدایی بودم. حدوداً سه سال در منطقه ۱۹ و پنج سال در استثنایی رابط کودکان ناشنای جسمی و حرکتی در مدارس عادی و استثنایی بوده ام. یک سال نیز درمانگر اختلالات یادگیری بودم و همزمان عضو گروه تألیف کودکان پیش دبستانی، به عنوان پیش نیاز ورود به دبستان. از سال ۸۲ تا الان هستم روند آموزش خیلی فراز و نشیب داشته و من به این نتیجه رسیده ام در حال حاضر که با امکانات موجودی که داریم فقط و فقط اولیا هستند که می توانند در امر آموزش همراه ما باشند. اگر می خواهیم به آموزش اثربخش برسیم باید ارتباط متقابل مؤثری با اولیا داشته باشیم. من شروع کارم از اسلام شهر بود. ولی بعداً به منطقه ۱۹ آمدم و بعد از آن نیز در استثنایی مناطق ۶، ۲، ۵، ۱ را پوشش می دادم. در حال حاضر هم در منطقه ۶ دبستان شاهد تقواییان هستم.

چالش های کلاس اول را تا آنجایی که امکانش بوده حس کرده ام و در تمام این چالش ها متوجه شده ام که بدون حضور اولیا به موفقیت کامل در یادگیری نمی توان رسید. اولیا باید همگام و همراه معلم باشند و این در صورتی اتفاق خواهد افتاد که ما این همکاری و ارتباط مؤثر را داشته باشیم.

ما می گوئیم در عصر ارتباطات کسی موفق است که بتواند خوب ارتباط برقرار کند؛

یعنی اینکه من بتوانم به عنوان یک معلم در دل دانش آموزم اعتماد ایجاد کنم و به عنوان یک مادر، فرزندم نیز به من اعتماد داشته باشد و بتواند به راحتی ابراز علاقه کند و احساساتش را نشان دهد.

■ خانم عسگری، آیا شما در این سال ها همواره معلم کلاس اول بوده اید؟

● بله، چون رشته تحصیلی ام در مرکز تربیت معلم رشته آموزش ابتدایی بود.

■ شما ویژگی های دانش آموز دوره ابتدایی را چه می دانید؟

● اول بگویم که حضرت علی (ع) به یکی از یارانش به نام کمیل می فرماید: «ای کمیل، برای انجام هر کاری به شناخت و کسب معرفت نسبت به آن نیازمند هستی.» با توجه به این سخن من به عنوان معلم باید مخاطب خودم را که در دوره ابتدایی می شوند ۷ تا ۱۲ ساله ها بشناسم. به عنوان مادر فرزند ۷ ساله ام خودم را بشناسم که او چه ویژگی هایی دارد از نظر جسمی، ذهنی، عاطفی. در این دوره سنی تغییرات شگفتی در کودکان هست، چرا؟ چون با قدم گذاشتن از خانه به مدرسه محیط اجتماعی کوچکی که داشتند وسعت پیدا می کند و ارتباطات بین فردیشان بیشتر می شود و از آن ارتباطاتی که



شما به عنوان اولیا موظف هستید آن را در خودتان تقویت کنید. کتاب بخوانید، مشاوره بروید، و با معلم و مشاور مدرسه صحبت و همفکری کنید. زیرا فرزند شما گلی از گل‌های بهشت است و شما باید گلدان خوبی برای این گل باشید. باید با حوصله و مهربانی حس آرامش و انعطاف‌پذیری دلتان را به وسعت دریا کنید تا کشتی دانش‌آموز کلاس اولی با آرامش و سلامت به ساحل مقصود برسد.

■ آیا اگر این ویژگی‌ها را بدانیم به نیازها هم پی خواهیم برد؟
بله. من نیازها را از زبان کودک می‌گویم. اما اول به مکتب اسلام اشاره می‌کنم که بر انتظارات و تکالیف و وظایف و حقوق افراد خیلی تأکید دارد.

من ۱۰۰ مورد انتظارات دانش‌آموز از اولیا و مربیان را پیدا کردم که در اینجا به ۲۱ مورد اشاره می‌کنم:

- با من براساس اصول انسانی و درست رابطه برقرار کنید،
- با من با شکیبایی و بردباری رفتار کنید،
- مرا همین‌طور که هستم بپذیرید،
- من و ویژگی‌هایم را بشناسید،
- موانع را از سر راه رشد و شکوفایی همه‌جانبه من بردارید،
- متناسب با سن و توانایی و محدودیت‌هایم با من رفتار کنید،
- به من اعتماد داشته باشید و با من صادقانه رفتار کنید،
- با من شمرده، آرام و سلیس صحبت کنید،
- به نیازهای جسمی، روانی، عاطفی، اخلاقی و اجتماعی من توجه کنید،
- به حرف‌های من با علاقه و فعالانه گوش دهید،
- برای من یک برنامه منظم و مناسب تهیه و اجرا کنید،
- برای من شعر و قصه‌های کودکانه بخوانید،
- با من بازی و ورزش کنید،
- مرا تحقیر نکنید و هرگز با کودک دیگری مقایسه نکنید،

فقط شامل بستگان درجه یک می‌شد خارج می‌شوند و محیط هم بزرگ‌تر می‌شود. گروه بزرگ هم‌سالان، مدیر، معاون و معلم به وجود می‌آید و ...

ویژگی‌های دیگرشان هم مهم است مثلاً قد بچه‌ها معمولاً ۱۱۰ تا ۱۲۰ است و خیلی میان دختر و پسر فرقی نمی‌کند. بعد وزن و پوسیدگی دندان‌هاست که معلم باید به همه این‌ها توجه کند. همین‌طور مادر هم باید توجه داشته باشد. در این سن بچه‌ها پر از انرژی و پر جنب‌وجوش و چالاک هستند. یک‌جا نمی‌توانند بنشینند. ویژگی‌های عاطفی و اجتماعی هم خیلی مهم است و جزو مهم‌ترین ویژگی‌هاست و باید روی آن توقف داشته باشیم. معتمد اضطراب و تنش آفت هر گونه یادگیری است. دانش‌آموز کلاس اول روحیه خیلی حساسی دارد. از هر گونه شماتت و تحقیر و تمسخر به شدت می‌رنجد، عصبی می‌شود و آن را نوعی تهدید علیه خودش می‌داند. وقتی من این نکات را بدانم مراقب هستم که دانش‌آموز را در این شرایط قرار ندهم. خب حالا این دانش‌آموز کلاس اول من که فردی چالاک و فعال است، جنگ و گریز را بخشی از حقوق خودش می‌داند. من هم به عنوان معلم و هم به عنوان مادر باید از آن خصلت و شور و شوق طوری استفاده کنم که بچه بیاید در مسیر آموزش و یادگیری قرار گیرد. حالا این یادگیری در درجه اول مهارت‌های زندگی است و بعد خواندن و نوشتن یا محتوای کتاب‌ها. پس باید یک رابطه دوستانه بین کودک ۷ ساله و اولیای خودش و معلم خودش باشد. در رابطه با ویژگی‌های ذهنی می‌توانم بگویم که در دوره ابتدایی کودک به تدریج مهارت‌های خودش را منظم می‌کند و یاد می‌گیرد، ولی همچنان در مرحله عملیات ذهنی است یعنی مسائل انتزاعی را نمی‌تواند درک کند پس من باید بدانم که در حیطه عملیات ذهنی که با دانش‌آموزان کار می‌کنم کارم عینی باشد، مخصوصاً در دروسی مانند ریاضی.

■ می‌شود مثال بزنید؟

● بله. ما اول می‌گوییم بچه‌ها اول از انگشتان کمک بگیرید که کاملاً ملموس و عینی است. بعد از شکل و ابزار می‌گوییم و در نهایت می‌گوییم بچه‌ها بیایید به جمع‌های شانه‌ای برسیم. این می‌شود همه آن چیزی که من از دانش‌آموزم در مرحله رشد ذهنی می‌خواهم و طبقه‌بندی آن تفاوت‌ها و شباهت‌ها قسمتی از کار من است. من خدمت همکاران خودم و عرض می‌کنم که اگر کم حوصله‌اید، اگر عصبی و عجول هستید، اگر سروصدا و بی‌نظمی آزارتان می‌دهد، اگر طرفدار انضباط آهنین هستید، اگر دلی به وسعت دریا ندارید و ... لطفاً در کلاس اول تدریس نکنید. به اولیا هم به عنوان یک مادر می‌گویم که خواهش می‌کنم ویژگی‌های گروه سنی فرزندتان را بشناسید. اگر هر کدام از مواردی را که گفتیم در شما وجود ندارد

- از نظر سن، جنس و قد به من لباس مناسب بپوشانید،
- به من کمک کنید تا رفتارهای درست را از نادرست بازشناسم و رفتارهای درست را تشویق کنید و رفتارهای نادرست را با مهربانی اما جدی بیان کنید،
- اعتماد به نفس و خودتصمیم‌گیری را به من یاد دهید،
- چگونه استفاده کردن از وسایل زندگی و چگونه فکر کردن را به من یاد دهید،
- درست حرف زدن و درست شنیدن و درست برخورد کردن با محیط اطرافم را به من یاد دهید،
- به من فرصت مشارکت در بازی‌های گروهی و فعالیت‌های دسته‌جمعی را بدهید،
- مرا دوست بدارید و در حد اعتدال به من محبت کنید.

■ این موارد را شما خودتان استخراج کردید یا از منبعی استفاده کردید؟

- من از منابع مختلفی استفاده کردم. چون از سال ۷۴ که معلم شدم به دنبال کشف این روابط بودم
- ما در بحث آموزش باید تفاوت‌های یادگیری را جدی بگیریم. در واقع فکر می‌کنم هر معلم کلاس اولی این روند را خواسته و ناخواسته دنبال می‌کند. یک آموزش عمومی دارد برای ۳۰ تا ۴۰ تا دانش‌آموز بعد در قسمت ارزشیابی مرحله‌ای در کلاس برای هر دانش‌آموز جداگانه بالای سرش آموزش می‌دهد. خوشبختانه وقتی ارزشیابی مدارس به صورت توصیفی درآمد، تمرکز فقط به سمت آموزش رفت. ما در هر کلاس ۳ تا ۴ دانش‌آموز داریم که ساختار ذهنی آن‌ها متفاوت است.

من از اوایل کارم عادت دارم که در مهرماه هر ۱۰ روز یک بار یک جلسه با اولیا می‌گذارم تا ارتباط ما محکم شود و بازخورد بگیرم. قبل از آن هم یک جلسه در شهرپور می‌گذارم که بچه‌ها را بشناسم و اولیا هم مرا بشناسند. چون باید نگاره‌ها را آموزش بدهم اول به اولیا آموزش می‌دهم که با ساختار کتاب آشنا شوند تا بدانند بچه‌شان در مدرسه چه یاد می‌گیرد.

■ در این جلسات مهم‌ترین توصیه شما به اولیا چیست؟

- اولین توصیه‌ام این است که سخنی با دانش‌آموز و سخنی با اولیا را در اول کتاب فارسی بخوانیم و فارسی بنویسیم بخوانند. این به آن‌ها خیلی کمک می‌کند که اهداف کتاب را بشناسند و بیشتر از آن از معلم و بچه نخوانند، چون یک معلم ماهر طبق اصول و اهداف کتابش با دانش‌آموز رفتار می‌کند.

■ مشکلات آموزشی شایع در بین دانش‌آموزان چیست که اطلاع والدین از آن‌ها باعث تسهیل یادگیری شود؟

- اولین مشکل از نظر من همان دلهره دانش‌آموز است. این دلهره ممکن است به دلیل جدایی از خانه یا مشکلات داخل خانه یا عدم ارتباط دانش‌آموز با معلم یا عدم ارتباط او با گروه همسالان باشد. دلهره مانع یادگیری می‌شود. ارتباط معلم و اولیای دانش‌آموز باعث می‌شود که کوچک‌ترین تغییر رفتار را چه در خانه چه در مدرسه به هم اطلاع دهند و متوجه شوند که مشکلی در حال اتفاق افتادن است و سپس آن مشکل را با راهکارها و یا حتی با استفاده از متخصص حل کنند. من از بچه‌ها در اولین دیدار در شهرپور چند تا تست ساده می‌گیرم. مثلاً می‌گویم دخترم از اینجا تا در کلاس لی لی برو!

■ مشکل دلهره را چگونه با خانواده حل می‌کنید؟

- اول باید شما اطلاعات کامل در رابطه با خانواده آن دانش‌آموز داشته باشید. چون معمولاً اولیا در پرورنده فرزندشان چیزی در مورد شرایط خانوادگی نمی‌نویسند. من این گونه سؤالاتم را در جلسه حضوری از اولیا می‌پرسم. مثلاً کی راه افتاد؟ کی صحبت کرد؟ و مشکلاتی که باید بدانم؛ مثلاً از نظر ظاهری. یا آیا بیماری خاص دارد؟ آیا در خانه خجالتی است؟ چندمین فرزند خانه است؟ ... در جلسه حضوری با اولیا در چک‌لیستی که به آن‌ها می‌دهم هم آن را پر می‌کنند و برای من توضیح می‌دهند.

■ پس شما در وهله اول از خانواده می‌خواهید که اطلاعات روان‌شناختی و ویژگی‌های شخصیتی دانش‌آموزشان را به شما بدهند؟

- بله.

■ انتظار بعدی‌تان از خانواده‌ها چیست؟

- این است که وقتی دانش‌آموزی را می‌بینم که در بازی‌هایی که می‌گویم بچه‌ها به صورت انفرادی انجام دهند، و متوجه بعضی اختلالات دانش‌آموز می‌شوم و به والدین او می‌گویم که تا ۱۰ مهر فرصت دارند با بچه این بازی‌ها را انجام دهند؛ و خیلی هم تأثیرگذار است، این دستور را عمل کنند. مورد بعدی که از دلهره دانش‌آموز کم می‌کند برچسب داشتن همه وسایل اوست. این سبب می‌شود وسایل او گم نشود. یعنی مانع از دلوپسی او می‌شود.

■ پیشنهاد شما به عنوان معلم کلاس اول برای آمادگی والدین برای بازگشایی مدارس در اول مهر چیست؟ (البته به فرض اینکه امسال بازگشایی شوند)

- من به عنوان معلم باید در درجه اول خودم از بازگشایی مطمئن باشم، چون فردی که دانش دارد خودش اضطراب کمتری دارد و می‌تواند محکم پیش برود و می‌تواند به دیگران آرامش دهد. پس آموزش و پرورش باید همکاران

را از این سردرگمی خارج کند و بگوید همکار گرامی شما باید از اول مهر بروید سر کلاس؛ پس مثل سال‌های گذشته طرح درستی را بنویس و خودت را آماده کن و این آمادگی را به والدین هم بدهد که کم‌کم بچه‌ها را آماده کنند برای رعایت نکات بهداشتی. مثلاً بچه‌ها را از الان پارک ببرند تا تمرین کنند که ماسک را روی صورتشان نگه دارند. یا نحوه استفاده از محلول ضد عفونی کننده را یاد بگیرند و بر آن‌ها نظارت داشته باشند.

■ توصیه شما برای گذاشتن خوراکی یا مثلاً آب برای بچه توسط والدین چیست؟

● من فکر می‌کنم مهم‌تر از همه این‌ها سرویس بهداشتی است که باید برایش فکری شود. چون من سال‌هاست به بچه‌ها می‌گویم که یک لقمه صبحانه داشته باشید و یک بطری آب هم داشته باشید. چون دانش آموز کلاس اول هر وقت احساس تشنگی کرد باید آب بخورد، اما برای خوراکی باید اجازه بگیرد. لقمه صبحانه همان اول صبح خورده می‌شود. هر نیم‌ساعت یک‌بار هم وقت استراحت کوتاه به بچه‌ها می‌دهم و می‌گویم یک چیزی بخورند. همیشه یک ظرف شکلات هم هست که وقتی بچه‌ها فعالیتی انجام می‌دهند به آن‌ها می‌دهم. چون معتقدم امکان دارد قند خون بچه‌ها بیفتد. من فکر می‌کنم هر دانش آموز باید جعبه خوراکی مخصوص خودش را داشته باشد و با خودش بیاورد. نباید از شکلات من استفاده کند که همه دست‌ها توش می‌رود!

به‌طور کلی من فکر می‌کنم برای سرویس بهداشتی مدارس باید کار ویژه‌ای انجام شود. مثلاً از اولیا کمک بگیرند یا حتی یک نیروی اضافه بگیرند که آن را بعد از استفاده بلافاصله ضد عفونی کند. در رابطه با بازی در حیاط مدرسه هم چون بازی روح آموزش است و محال است که شما بخواهید بازی و آموزش را از هم جدا کنید و انتظار داشته باشید که تثبیت آموزش اتفاق بیفتد، بنابراین اگر از الان اولیا بچه‌ها را ببرند پارک تا با همسالانشان بازی را یاد بگیرند قطعاً در زنگ تفریح هم مشکلی پیش نمی‌آید.

■ قبل از شروع مدرسه به نظر شما چند جلسه لازم است که اولیا بیایند مدرسه و چه آموزش‌هایی لازم است که به آن‌ها داده شود؟

● ما سال گذشته جلسه‌آشنایی گذاشتیم؛ هم آشنایی با دانش آموز، هم آشنایی با اولیا. علاوه بر یادآوری مسائل و نکات بهداشتی، از اولیا انتظار داریم که توجه و احترامی را که فضای مدرسه احتیاج دارد به فرزندشان آموزش دهند. چرا که وقتی بچه قوانین را بداند تعاملش با مدرسه خیلی عالی می‌شود.

نکته دوم اینکه اولیا باید طوری رفتار کنند که بچه حس کند اولیا با مدرسه و معلم در ارتباطاند. یعنی چیزی بین معلم و اولیا مخفی نیست و هر دو یک هدف دارند. همین باعث می‌شود برای بچه راه‌گیزی وجود نداشته باشد و این تعامل باعث می‌شود که دانش آموز با آرامش و اعتماد بیشتری در فضای مدرسه سر کند. از اولیا می‌خواهم به من اعتماد کنند، چون من به عنوان پدر یا مادر با ارزش‌ترین دارایی خودم را به مدرسه می‌سپارم و از معلم می‌خواهم که او هم از ارزش‌هایی که به‌عنوان مادر در این سال‌ها به فرزندم یاد داده‌ام دفاع کند. تعامل اولیا و معلم باعث می‌شود بچه از نظر مذهبی ملی و ارزش‌های انسانی با همدیگر بچه را پرورش دهند که البته اگر تضادهایی به وجود آید باعث آسیب دیدن بچه‌ها می‌شود.

من توصیه دیگرم به اولیا این است که دانش آموز بیشتر از ۱۰۰ دقیقه حق ندارد در خانه از تلویزیون و کامپیوتر و ... استفاده کند. از نظر ذهنی هم بچه دچار آسیب می‌شود و تمرکز ندارد.

■ نظر شما درباره کتاب خوانی بچه‌ها در کلاس اول چیست؟ مدرسه چه کار می‌تواند بکند که اولیا درگیر این موضوع شوند؟

● زمانی که مدرسه‌ها باز بود ما برای هر کلاس به تعداد بچه‌ها پوشه‌هایی تهیه کرده و در هر پوشه یک کتاب قرار داده بودیم. از شماره ۱. روز شنبه پوشه‌ها را بین بچه‌ها پخش می‌کردیم و من می‌گفتم سه‌شنبه این‌ها را بیاورید. هر کدام یک دفتر کتابخوانی داشتند. از آن‌ها می‌خواستیم که پدر یا مادر، اسم داستان را بنویسند و بچه‌ها نقاشی داستان کتاب و هر چی را فهمیدند بکشند. تا پایان سال هر بچه ۶۰ کتاب خوانده بود. من کتاب مثنوی معنوی را که آسان‌خوانی شده به زبان کودک و همچنین کلیله و دمنه را که آسان‌نویسی شده پیشنهاد می‌دهم. بچه‌ها حتی نمایش این‌ها را اجرا می‌کنند.

■ در مورد کلاس ساکت هم نظرتان را بفرمایید.

● کلاس ساکت در واقع یعنی کلاس خاموش. اما کلاسی که جنب و جوش داشته باشد و پویا باشد با کلاس شلوغ فرق می‌کند. دانش آموز باید دغدغه اینکه الزاماً بنشیند را نداشته باشد، ولی نظم را هم باید یاد بگیرد. من معلم باید چارچوب اصلی حضور در مدرسه و کلاس را به دانش آموز یاد بدهم. بچه آزاد است با بغلی‌اش صحبت کند، اما نمی‌تواند برود میز آخر. باید نظم و مهارت صبر کردن را یاد بگیرد. وقتی که می‌گویم بچه‌ها به من نگاه کنید می‌داند که ۵ دقیقه باید همه حواسش به معلم باشد و حتی آب نخورد. من باید اول برای بچه‌ها امنیت را فراهم کنم چون اگر احساس امنیت کنند آرام هستند. باید

قوانین کلاس در حد فهم بچه‌ها و قابل اجرا باشد و برایشان توضیح داده شود و حتی به هم یاد دهند. گاهی در کلاس بازی داریم. مثلاً ۱ که می‌گویم بلند شوید! ۲ که می‌گویم دست بزنید! ۳ که می‌گویم دست‌به‌سینه بایستید! بعضی اوقات هم جابه‌جا می‌گویم که باعث می‌شود دقتشان زیاد شود. معلم باید توجه داشته باشد که کلاس‌اولی تا چه زمانی می‌تواند گوش کند.

■ مشکلات شایع آموزشی را با توجه به تجارب خودتان بفرمایید.

● اولین مشکل خود پدر و مادرها می‌توانند باشند، چون با روش‌های آموزشی قدیم درس خوانده‌اند و خیلی آگاهی از محتوای کتاب‌های جدید ندارند؛ چه در ریاضی، چه در فارسی و چه در زبان‌آموزی. زبان‌آموزی در پایه اول مهم‌ترین بخش محتوای کلاس اول است. علوم را چون مسیرش پژوهشی است و تنوع در کار علوم زیاد است راحت‌تر می‌پذیرند. اما مشکلات آموزشی ما برمی‌گردد به دانسته‌های قبلی اولیا. من به‌شخصه، قبل از اینکه به هر مطلب درسی ورود پیدا کنم، برای اولیا کلاس می‌گذارم و آموزش می‌دهم و آگاهشان می‌کنم و بعد مثلاً نگرانه‌ها را، روش کلی و اهداف کلی آن را برای اولیا توضیح می‌دهم و می‌گویم شما باید این‌طوری با بچه کار کنید و این انتظارات را از او داشته باشید. به این صورت یک ماه از سال تحصیلی من که مختص نگرانه‌هاست تضمین می‌شود. اواخر نگرانه‌ها که به نشانه‌ها ورود پیدا می‌کنیم من باید برای اولیا آموزش نشانه‌ها را بگذارم و صداها را توضیح بدهم. ما باید مخاطبمان را بشناسیم.

بحث بعدی در رسم‌الخط است. رسم‌الخط‌ها را هم اولیا نمی‌دانند. دانش‌آموزی که دچار اختلالات یادگیری است جهت‌ها را تشخیص نمی‌دهد. اولیا چون اطلاع ندارند همان را می‌پذیرند. لذا باید این اطلاعات آموزشی در مورد رسم‌الخط را هم به اولیا بدهیم.

مشکل بعدی نظارت اولیا در انجام تکلیف است. تکلیف منزل برای دانش‌آموز است و کار دانش‌آموز است. بعضی از پدر و مادرها موقع انجام تکلیف کنار بچه می‌نشینند و می‌گویند پاک کن دوباره بنویس. در صورتی که ما می‌گوییم دانش‌آموز کلاس‌اولی پاک‌کن نداشته باشد. اگر اشتباه نوشت رویش یک خط بکشد و کنارش زیباتر بنویسد. این کار باعث می‌شود که اعتمادبه‌نفس بچه حفظ شود. بعد که می‌رسیم به نشانه‌ها، یک ماه گذشته و اعتمادبه‌نفس دارد و حالا می‌تواند از پاک‌کن استفاده کند. متأسفانه گاهی حساسیت و کمال‌جویی خود والدین اعتمادبه‌نفس بچه را نابود می‌کند. گاهی هم بعضی اولیا بچه را رها می‌کنند و حتی تکلیف

او را نگاه نمی‌کنند و حتی متوجه اشکالاتش نمی‌شوند و کمکی به معلم برای رفع این مشکلات نمی‌کنند. مشکل بعدی بی‌انضباطی بچه‌هاست. دانش‌آموز باید یاد بگیرد و در خانه به او یاد دهد که وقتی وارد خانه می‌شود وسایلش را جای مشخص خود بگذارد. هر روز باید کیفش را تخلیه کنی که اگر توی آن وسیله‌ای نامطلوب هست بگویند. چون کلاس‌اولی زود فراموش می‌کند به من پدر و مادر بگویند. مشکل بعدی ترس دانش‌آموز است و یا اینکه رابطه خوبی با معلم یا والدین ندارد. همین باعث افت تحصیلی او می‌شود. ترس‌ها و مشکلات باعث می‌شود که دانش‌آموز ذهنش درگیر شود و درس را خوب یاد نگیرد. این افت تحصیلی وقتی اتفاق می‌افتد والدین و معلم باید به هم خبر بدهند و مشکل را حل کنند.

■ خودتان چه برنامه‌ای برای ارتباط منظم و مفید و کارآمد با خانواده‌ها دارید؟

● در فضای حضوری در اول مهر باید همان ۱۵ روز یک‌بار ما جلسه داشته باشیم و در جلسات سعی کنیم آموزش‌های لازم را بدهیم و زمانی هم برای صحبت و دیدار خصوصی به اولیا بدهیم.

■ برای تقویت فرایند یادگیری شما انتظار دارید والدین چه کارهایی را انجام دهند و از چه کارهایی بپرهیزند؟

● همان‌طور که ما به‌عنوان معلم نمی‌توانیم در شغل پدر یا مادری ورود و دخالت کنیم آن‌ها هم نباید در فضای آموزشی ما معلم‌ها ورود مستقیم داشته باشند. همین که تکالیف را ببینند، به‌موقع بازخورد بدهند، ارتباطشان را با معلم حفظ کنند و مشکلات شخصی بچه‌شان را مطرح کنند برای من معلم. وقتی این تعامل باشد و به معلم دانش‌آموزشان اعتماد داشته باشند معلم انرژی بیشتری برای آموزش صرف می‌کند. مورد دیگری که از والدین انتظار می‌رود دفاع از معلم در حضور معلم است. گاهی بچه‌ها برای جلب توجه امکان دارد که چیزی در تضاد با واقعیت بگویند. اینجا پدر و مادر باید هوشیار باشند و بگویند که من این موضوع را از معلم می‌پرسم. البته متأسفانه همکاری هم هستند که اشتباهاتی دارند که باید حتماً رفع شود.

■ اگر نکته‌ای باقی مانده که نپرسیدم بفرمایید؟

● مخاطب ما؛ در امر آموزش انسان است با یک روح لطیف. واقعاً معتقدم که معلمی شغل انبیاست و انبیا جانشینان خدا بر روی زمین هستند. کی جانشین می‌شود؟ کسی که نزدیک‌ترین فرد به اصل باشد. پس باید صفات خدا را بدانم و آن‌ها را در خودم تقویت کنم.

حساب و کتاب



ساختار کتاب پایه اول

دکتر خسرو داودی

از مؤلفان دفتر تألیف کتابهای درسی ابتدایی و متوسطه (نظری)

آنچه والدین باید درباره کتاب «ریاضی» اول ابتدایی بدانند

مقدمه

اگرچه تا پیش از شیوع کرونا و تعطیلی مدارس در ایران، پدر و مادرها و به خصوص مادران، اغلب بر آموزش فرزندان خود در دوره ابتدایی و در بعضی موارد تا متوسطه اول نظارت داشتند، اما تعطیلی مدرسه و آموزش‌های مجازی، چه از نوع برخط یا شکل‌های دیگر، والدین را بیش از پیش درگیر کتاب‌های درسی و محتواهای آن کرد. در بعضی از مناطق به دلیل نبودن امکانات کافی و یا ناکارآمدی آموزش‌های ارائه‌شده و از همه مهم‌تر دشواری نشان دادن نوآموزان (به خصوص در پیش از دبستان و اول ابتدایی) برای دریافت محتوای مجازی باعث شد تا عده‌ای از مادران امر آموزش را خود بر عهده بگیرند. به این ترتیب درگیری آموزشی والدین با فرزندانشان بیشتر شد و این در حالی بود که اطلاعات آن‌ها برای این موضوع ناکافی به نظر می‌رسید. با عنایت به این اتفاقات ناخواسته بود که آگاه‌سازی والدین و آموزش آن‌ها به جهت آشنایی بیشتر با محتواهای کتاب‌ها و روش‌های تدریس در دستور کار قرار گرفت.

نخست هر کس با هر رسانه‌ای که در اختیار داشت تلاش کرد تا برای والدین کاری انجام دهد و سپس به فکر آموزش نوآموزان باشد. در این مسیر به معلمان اول ابتدایی نیز توصیه شد تا بخشی از زمان‌های خود را در آموزش مجازی، چه از طریق تولید محتواها و چه زمان برخط شدن، به آموزش والدین اختصاص دهند تا به این ترتیب مادران به کمک معلمان بیایند و بتوانند، چه در زمان کلاس درس و چه پس از آن، بخشی از وظایف معمول معلم در مدرسه را عهده‌دار شوند. مطلب حاضر نیز به منظور آشنا کردن والدین محترم با ساختار محتوایی و روش تدریس و ارائه مطالب کتاب ریاضی اول دبستان تهیه شده است.

ساختار کتاب ریاضی اول دبستان

کتاب ریاضی اول دبستان شامل ۲۵ بخش و هر بخش دارای ۷ صفحه است که به طور تقریبی باید در یک هفته آموزش داده شود. هر بخش با یک صفحه عنوانی که زبانی تصویری دارد آغاز می‌شود و پس از آن ۶ صفحه محتوای آموزشی قرار دارد. در هر صفحه کتاب یک یا دو فعالیت آموزشی پیش‌بینی شده که فعالیت اول با تصویر یک مورچه و فعالیت دوم با تصویر یک پینه‌دوز مشخص گردیده است. بالای هر صفحه کتاب درسی نیز یک دستور کار نوشته شده که باید برای دانش‌آموز خوانده شود تا او نیز پس از شنیدن دستور کار، فعالیت مورد نظر را انجام دهد. اگر یک صفحه شامل دو فعالیت باشد با همان علامت‌های مورچه و پینه‌دوز این دو دستور کار از هم جدا شده‌اند. پایین هر صفحه دو عبارت نوشته



شده است. مخاطب یکی از آن‌ها آموزگار است که با علامت تخته سبز در کنار متن مشخص شده و مخاطب عبارت دوم خانواده است که با شکل یک خانه مشخص شده است. البته توصیه می‌شود که هم معلمان و هم خانواده‌ها هر دو عبارت را مطالعه کنند تا در جریان اهداف و تا حدی بایدها و نبایدهای یکدیگر قرار گیرند. همچنین در هر صفحه شماره آن صفحه، هم به صورت عددی و هم به حروف، درج شده است تا به طور غیرمستقیم دانش‌آموزان با خواندن و نوشتن عددها آشنا شوند.

صفحه‌عنوانی

صفحه‌عنوانی و بخش مربوط به آن دارای یک تم فرهنگی - اجتماعی است و چند کاربرد دارد. به طور معمول آموزگاران پایه اول ابتدایی علاوه بر درس، آداب و رفتارهای مربوط به زندگی و محیط‌های مختلف از جمله مدرسه را به دانش‌آموزان خود یاد می‌دهند؛ از جمله نحوه حرف زدن، احترام به بزرگ‌ترها، نحوه همکاری و دوستی با هم‌کلاسی‌ها و ... این موارد فرهنگی و اجتماعی در تصاویر عنوانی هر بخش گنجانده شده است. در کتاب راهنمای معلم ریاضی اول ابتدایی به تفصیل در مورد این نکات صحبت شده و توصیه‌های لازم برای معلمان ارائه شده است. والدین نیز می‌توانند با مراجعه به سایت دفتر چاپ و توزیع کتب درسی (www.chap.sch.ir) به کتاب معلم ریاضی اول ابتدایی دسترسی داشته باشند و این توصیه‌های فرهنگی و اجتماعی را مطالعه کنند.

کاربرد دوم صفحات عنوانی در مورد روش تدریس صفحات داخلی هر بخش است که در قسمت بعدی این مطلب توضیح

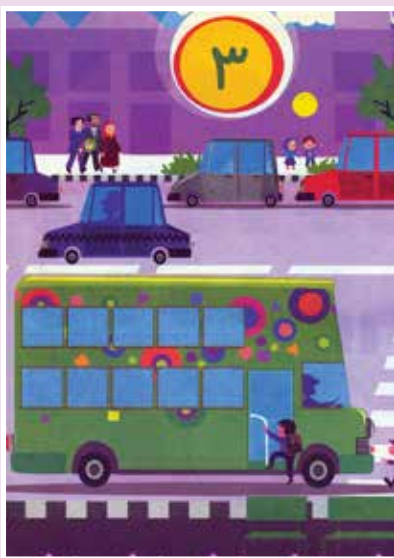
داده خواهد شد. علاوه بر این صفحه‌عنوانی کاربرد سومی هم دارد. در بیشتر موارد دانش‌آموزان می‌توانند با قرار دادن مهره روی این صفحه‌ها محتوای مورد نظر آن بخش را تمرین کنند. برای مثال صفحه‌عنوانی بخش سوم شامل یک اتوبوس دوطبقه است که هر طبقه‌اش ۵ پنجره دارد. کودک شما می‌تواند چند مهره روی پنجره‌ها قرار دهد و از آن‌ها به جای مسافران اتوبوس استفاده کند و تعداد آن‌ها را بشمارد و یا فعالیت‌های دیگری مثل جمع و تفریق و داستان‌سازی و مسئله‌گویی را تمرین کند.

روش تدریس کتاب ریاضی اول

تدریس هر صفحه کتاب شامل ۳ مرحله است.

مرحله اول: آموزگار با وسایل آموزشی لازم و متناسب با محتوای کتاب و با طرح یک فعالیت علمی دانش‌آموزان را درگیر مفهوم یا مهارت مورد نظر می‌کند. برای مثال در آموزش صفحه ۲ کتاب که با هدف شمارش کمتر از ۵ طراحی شده است، ابتدا تعدادی شمارنده (هر چیزی که بتوان با آن شمارش را تمرین کرد) در اختیار دانش‌آموزان قرار می‌دهد و از آن‌ها می‌خواهد تعداد شمارنده را پس از شمردن بیان کنند. به این ترتیب شمارش کمتر از ۵ به صورت عملی تمرین می‌شود.

مرحله دوم: با رجوع به صفحه‌عنوانی، آموزگار هر چیز قابل شمارش با تعداد کمتر از ۵ را مطرح می‌کند تا دانش‌آموزان بشمارند و تعداد را بگویند. برای مثال تعداد ماهی‌های داخل آکواریوم، تعداد قاب‌های روی دیوار، تعداد نفرات، تعداد آقابان، تعداد خانم‌ها، تعداد بچه‌ها و ... را می‌توان از دانش‌آموزان سؤال کرد تا آمادگی ذهنی آن‌ها برای شمارش با تعداد تا ۵ کامل شود.



مرحله سوم: در اینجا آموزگار وارد محتوای کتاب می‌شود و از نواآموزان می‌خواهد تا صفحه ۲ کتاب را انجام دهند. به همین منظور متن بالای صفحه را که دستور کار است برای آن‌ها می‌خواند. به همین ترتیب با طی کردن ۳ گام توضیح داده شده، تمامی صفحات کتاب درسی آموزش داده می‌شود. برای کسب اطلاعات جزئی‌تر و تکمیلی می‌توانید از کتاب معلم استفاده کنید. در بخش راهنمای صفحه به صفحه کتاب درسی برای تمام صفحه‌ها همین روند طی و توضیح داده شده است.

سبک‌های یادگیری

در این که توانایی افراد در یادگیری مطالب و موضوعات درسی بسیار متفاوت است هیچ شک و شبهه‌ای وجود ندارد. در واقع هیچ دو نفری نیستند که مثل هم یاد بگیرند. هر کس روش منحصر به فرد خود را در یادگیری دارد. از این‌روست که آموزشگران نحوه، شیوه و یا سبک یادگیری افراد را از منظرهای مختلف مورد بررسی قرار داده و تقسیم‌بندی‌های گوناگونی ارائه کرده‌اند. در یکی از این تقسیم‌بندی‌ها، که در تألیف کتاب‌های درسی هم مدنظر برنامه‌ریزان و مؤلفان قرار گرفته، یادگیرندگان به سه گروه یادگیرنده دست‌ورز، یادگیرنده تصویری و یادگیرنده کلامی تقسیم می‌شوند. هدف از این تقسیم‌بندی گروه‌بندی یا سطح‌بندی دانش‌آموزان نیست. زیرا هیچ‌کدام از این سبک‌ها به دیگری برتری ندارد. پس اگر یادگیرنده‌ای دست‌ورز است به معنی ناتوان بودن از یادگیری به روش‌های غیر دست‌ورز نیست، بلکه سبک غالب او دست‌ورز است.

دانش‌آموزان سبک‌ورز عموماً تمایل دارند با فعالیت، با کار با وسایل، با ساختن و با استفاده بیشتر از حواس خود موضوع و مفاهیم را تجربه کنند. این افراد در کار با ابزار مثل خط‌کش و شابلون، بریدن یا قیچی کردن و ... مهارت بیشتری دارند. برای مثال در درک زاویه و ضلع شکل‌های هندسی تمایل دارند که شکل را روی کاغذ با خط‌کش رسم کنند، آن را ببرند، ضلع‌ها و گوشه‌ها را لمس و با مدادرنگی رنگ کنند. ولی دانش‌آموزان با سبک غالب تصویری، از مفاهیم مختلف در ذهن خود تصویر می‌سازند. برای مثال حرکت روی محور برای جمع و تفریق برای دانش‌آموز تصویری قابل درک‌تر از نوشتن یک عبارت جمع یا تفریق است. این یادگیرنده‌ها به‌طور معمول ابتدا کل را می‌بینند و بعد به جزئیات توجه می‌کنند. در نقطه مقابل آن‌ها، دانش‌آموزان با سبک کلامی قرار دارند که توجه آن‌ها به جزئیات جلب می‌شود. برای مثال

در یک تمرین الگویابی راحت هستند و سریع درک می‌کنند. در کتاب ریاضی پایه اول ابتدایی، بدون مرزبندی و برچسب زدن به فعالیت‌ها و تمرین‌ها و یا دانش‌آموزان، برای هر مفهوم و موضوع ۳ قالب دست‌ورزی، تصویری و کلامی پیش‌بینی شده است. برای مثال دانش‌آموزان عمل جمع کردن را با مکعب‌های آموزشی رنگی تجربه می‌کنند (دست‌ورزی)، سپس آن را روی محور انجام می‌دهند یا برای جمع شکل می‌کشند (تصویری) و در آخر عبارت جمع را می‌نویسند (کلامی)؛ به این ترتیب برای جمع دو عدد، پیش‌بینی لازم برای درک بهتر هر یادگیرنده، متناسب با سبک یادگیری‌اش، انجام شده است. نکته قابل توجه این است که بخش دست‌ورزی در لایه پنهان محتوای کتاب است و قابل الصاق به صفحات کتاب نیست اما تصاویر برای معلم یا خانواده می‌تواند الهام‌بخش این کار باشد. به معلمان یادآوری شده است که با دیدن تصاویر و عکس‌هایی از کتاب که یادآور ابزار آموزشی هستند، به دست‌ورزی نیز توجه داشته باشند و با استفاده از ابزارها به این امر بپردازند. ابعاد دیگر به‌طور معمول در کتاب پوشش داده می‌شود.

بعد از توجه معلم، مهم این است که ابزار لازم برای آموزش ریاضی در دسترس دانش‌آموزان (در مدرسه یا منزل) قرار بگیرد. متناسب با نیاز کتاب درسی ریاضی پایه اول ابتدایی، بسته‌های ابزار کامل تولید شده است و امکان تهیه آن از بازار وجود دارد، اما با تأسف کمتر دانش‌آموزی را در اول دبستان می‌توان یافت که این بسته کامل را داشته باشد و از آن استفاده کند. در بین این ابزارها شابلون و مکعب آموزشی رنگی بسیار مورد تأکید هستند و حداقل ابزار مورد نیاز برای کتاب درسی ریاضی پایه اول ابتدایی به‌شمار می‌آیند. به عبارت دیگر بدون این دو ابزار در واقع فرایند آموزش ابتر و ناقص خواهد ماند و در بعضی موارد متناقض با اهداف کتاب و باعث بدفهمی می‌شود. منظور از شابلون دقیقاً همان شابلون خاصی است که در کتاب استفاده شده و در انتهای آن تصویرش به‌صورت جداگانه آورده شده است. تمام شکل‌های هندسی کتاب درسی بر مبنای همین شابلون ترسیم شده است و اگر اندازه شابلون‌های دیگر که در بازار وجود دارد با این اندازه تطبیق نکند باعث بدفهمی فراوان برای دانش‌آموزان خواهد شد.

امیدوارم این مختصر توضیح در مورد ساختار کتاب ریاضی پایه اول ابتدایی و روش تدریس و ابزار مورد نیاز بتواند به والدین محترم کمک کند تا راهنما و تسهیل‌کننده بهتری برای فرزندان خود باشند.

کتاب زندگی

حسن فلاح

مؤلف و کارشناس دفتر تألیف کتابهای درسی ابتدایی و متوسطه (نظری)

آنچه والدین باید در مورد کتاب «قرآن» اول ابتدایی بدانند

۳. تشویق به موقع و ایجاد احساس موفقیت در او، دو کلید طلایی در کسب موفقیت است. مطالبه این درس از فرزندان و تشویق مناسب و به موقع توسط والدین به این امر کمک شایانی خواهد کرد. هیچ وقت بر کودک خود سخت نگیرید، بلکه موفقیت های او را ارج نهید و با ملاطفت، نرمی، صبر و حوصله به او کمک کنید تا ضعف های خود را جبران کند.

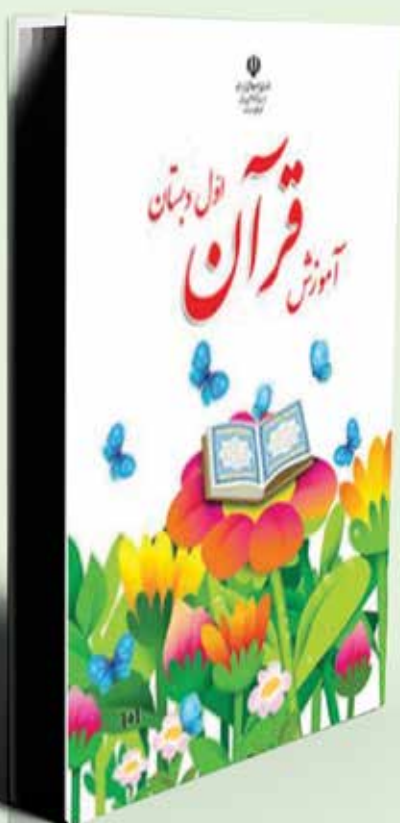
حضرت محمد (ص):

هر کس به فرزندش قرآن بیاموزد، روز قیامت پدر و مادر او را فرا می خوانند و دو جامه بر آن دو می پوشانند که از نور آن، چهره های بهشتیان روشن می شود.

اصول کافی، ج ۶، ص ۴۹

۱. راز داشتن فرزندان صالح و متدین را باید در میزان ارتباط والدین با قرآن کریم جست و جو کرد. در شرایط فعلی توجه به این نکته می تواند موقعیت و فرصت مناسبی برای تربیت فرزندان فراهم کند. از آنجا که تأثیر خانواده بر تربیت کودک دارای اهمیت بسیار است، انتظار می رود رفتار والدین به نحوی باشد که با «اهداف مورد انتظار» که در مقدمه کتاب های درسی آمده کاملاً مرتبط بلکه مکمل مؤید آن باشد. تحقق اهداف برنامه درسی قرآن به ویژه در دوره ابتدایی بیش از همه با نقش الگویی والدین ارتباط دارد. یقیناً سایر تمهیدات و امکانات بستگی زیادی به کیفیت ارتباط پدر و مادر با قرآن کریم دارد.

۲. محور آموزش در شرایط امروز بر مشاهده آموزش قرآن از رسانه ملی (و شبکه رشد) استوار است. فرزندان خود را به دیدن این برنامه ها به صورت منظم و مرتب تشویق کنید و بر این کار نظارت دقیق داشته باشید. به یاد داشته باشید که نقش والدین در پیگیری و نظارت بر حسن اجرای آموزش قرآن مدرسه بسیار مهم است؛ پس با پشتیبانی مؤثر و مستمر، یاور قرآنی معلم فرزند خود باشید.





از کتاب درسی پیشی نگیرید و هیچ قاعده‌ای را علاوه بر آنچه در کتاب آمده است به او نیاموزید. به یاری خداوند، این آموزش در پایه‌های بعد با نظم خاصی پیشرفته و کامل خواهد شد.

۱۱. در دوره دوم ابتدایی (پایه‌های چهارم تا ششم) فرزند شما، علاوه بر روان‌خوانی آیات کتاب درسی، با آموزش ترجمه برخی از عبارات قرآنی ساده و پرکاربرد نیز آشنا می‌شود. معنای برخی کلمات و ترکیب‌های ساده و پرکاربرد را از او سؤال کنید.

۱۲. والدین می‌توانند با مراجعه به داستان‌ها و پیام‌های قرآنی زمینه مناسب را، برای تقویت انگیزه و علاقه فرزند خود، برای ادامه فرایند تربیت و یادگیری فراهم کنند.

۱۳. تشکیل منظم **جلسات خانگی قرآن** با محوریت کتاب‌های درسی قرآن و طرح داستان‌ها و پیام‌های قرآنی در حین تلاوت اعضای خانواده و طرح بحث و گفت‌وگو می‌تواند علاوه بر تقویت علاقه فرزند، به تحقق الگوی سبک زندگی قرآنی در جامعه یاری رساند.

۱۴. **مجموعه فیلم‌های نقش والدین در پیشبرد برنامه درسی قرآن** را با مراجعه به نشانی‌های زیر تماشا کنید.

1. <https://www.aparat.com/v/qUr1A2>

راهنمای والدین، قرآن اول ابتدایی

2. <https://www.aparat.com/v/7okSs>

راهنمای والدین، قرآن اول ابتدایی، درس قرآن

۴. از آنجا که کسب **سواد قرآنی** (مهارت‌های خواندن، فهمیدن، تدبر) امری تدریجی است، لذا تشویق دانش‌آموزان به خواندن روزانه (پنج‌دقیقه) به تحقق اهداف قصد شده کتاب درسی کمک می‌کند.

۵. **خواندن روزانه قرآن کریم** یکی از آداب اسلامی است. علاوه بر داشتن نقش الگویی برای کودک خود **فرصت لازم برای خواندن قرآن کریم** را نیز برای او فراهم کنید و با تشویق او به خواندن روزانه قرآن کریم این رفتار اسلامی را در او تقویت کنید. به یاد داشته باشید که مهم‌ترین و اساسی‌ترین فعالیت در یادگیری قرآن **خواندن مستمر قرآن** است. بنابراین با تشویق فرزند خود به این کار، زمینه تثبیت، تعمیق و تعمیم قواعد، درک معنا، مفاهیم و قرائت را فراهم آورید. از سخت‌گیری و با سهل‌انگاری در این بخش خودداری کنید.

۶. با تهیه لوح فشرده آموزش قرآن (**کتاب گویا**) برای فرزند خود، می‌توانید به یادگیری کامل و زیباتر قرآن کریم کمک کنید تا آنچه را آموخته است، با تمرین قرائت، تثبیت کند و تعمیق ببخشد، امکان دریافت تلاوت‌های درسی از طریق شبکه ملی رشد (<https://www.roshd.ir>) وجود دارد.

۷. والدین می‌توانند با تشویق کودک خود به ضبط صدای خود و گوش کردن به آن، ضمن تقویت علاقه، زمینه ارتقاء صحیح‌خوانی و قرائت او را فراهم کنند.

۸. هدف از پیام قرآنی، کسب **مهارت تفکر و تدبر در قرآن** است. با توجه به شرایط موجود، والدین باید نقش معلم را در خانه برای «بحث و گفت‌وگو» و بیان مصادیق پیام قرآنی... ایفا نمایند.

۹. حفظ پیام‌های قرآنی و برخی از آیات تربیتی کتاب الزامی است، ولی اگر فرزند شما به حفظ آن‌ها علاقه نشان می‌دهد، او را به انجام این کار تشویق کنید. حفظ نسبی و اجمالی برخی از آیات و عبارات ابزار مناسبی برای تثبیت و تعمیق یادگیری است و اگر همراه با درک معنا و تدبر باشد زمینه‌ساز مناسبی برای تربیت و هدایت کودک شماست. به‌علاوه، حفظ قرآن زمینه مشارکت او را در فعالیت‌ها و مسابقات قرآن نیز فراهم می‌کند.

۱۰. حفظ و بیان قواعد خواندن و تعاریف آن‌ها ملاک آموزش نیست، بلکه رعایت قواعد در حین تلاوت مدنظر است. لذا او را به رعایت قواعد در هنگام قرائت آیات تشویق کنید. اگر شما با روش‌های آموزش روخوانی قرآن آشنایی دارید،

ضامن سلامتی

نان و پنیر و گردو، نان و تخم‌مرغ، نان و مربا، نان و کره و خرما، همراه با یک لیوان شیر نیز می‌تواند برای او وعده صبحانه خوبی باشد.

۴. میان‌وعده‌های سالم برای کودک را در طول روز فراموش نکنید. کودکان سنین مدرسه علاوه بر سه وعده غذای اصلی، به میان‌وعده نیز نیاز دارند. آن‌ها باید هر ۴ تا ۶ ساعت، برای نگه‌داشتن غلظت قند خون در حد طبیعی، غذا بخورند تا فعالیت سیستم عصبی و عملکرد مغزشان در حد مطلوب باقی بماند. میان‌وعده‌های مناسب کمک می‌کنند تا آن‌ها با دریافت مواد مغذی لازم برای رشد خود وزن ایده‌آل خود را حفظ کنند و برای انجام تکالیف در خانه و مدرسه فعال باشند.

۵. میان‌وعده‌هایی که مصرف آن‌ها توصیه می‌شود عبارت‌اند از:

- انواع میوه‌های تازه
- انواع سبزی‌ها (مثل کاهو و هویج)
- انواع مغزها (گردو، بادام، پسته و ...)
- میوه‌های خشک (مثل خرما، انجیر و توت خشک، برگه‌های هلو و زردآلو و ...)
- انواع لقمه‌های خانگی (مثل نان و پنیر و گردو یا نان و

۱. صبحانه مهم‌ترین وعده غذایی است. پس دادن صبحانه به بچه‌ها را دست‌کم نگیرید؛ چرا که نقش مهمی در افزایش یادگیری، تمرکز، قدرت ابتکار و خلاقیت آن‌ها دارد. نخوردن صبحانه اثرات منفی بر یادگیری دارد و موجب اختلال در تمرکز حواس می‌شود.

۲. صبحانه نخوردن، در صورتی که تداوم یابد و تبدیل به یک عادت شود، علاوه بر عوارض گفته شده، موجب کمبود دریافت مواد مغذی روزانه می‌شود و در وعده‌های غذایی دیگر جایگزین نخواهد شد که نتیجه آن کمبود کالری، ویتامین‌ها و مواد معدنی خواهد بود.

۳. برای اینکه کودکان صبحانه را به خوبی و کامل میل کند، موارد زیر را به‌خاطر داشته باشید:

- شام را در ابتدای شب صرف کنید و شب‌ها زودتر بخوابید.
- صبح‌ها زودتر از خواب بیدار شود تا وقت کافی برای انجام ورزش و خوردن صبحانه داشته باشد.
- با همه اعضای خانواده برای خوردن صبحانه سر سفره بنشینند.
- برای او غذاهایی مثل فرنی (آرد برنج یا گندم یا نشاسته + شیر + با حداقل شکر)، شیربرنج، حلیم و عدسی تهیه کنید.



با مجله‌های رشد آشنا شوید

مجله‌های دانش‌آموزی دبستانی

به صورت فصلنامه و ۹ شماره در سال تحصیلی منتشر می‌شوند.

رشد کودک

برای دانش‌آموزان پیش‌دبستانی و پایه اول دوره آموزش ابتدایی

رشد نوآموز

برای دانش‌آموزان پایه‌های دوم و سوم دوره آموزش ابتدایی

رشد دانش‌آموزان پایه‌های چهارم، پنجم و ششم دوره آموزش ابتدایی

مجله‌های دانش‌آموزی متوسطه

به صورت فصلنامه و ۹ شماره در سال تحصیلی منتشر می‌شوند.

رشد نوجوان

برای دانش‌آموزان دوره اول آموزش متوسطه

رشد دانش‌آموز

برای دانش‌آموزان دوره دوم آموزش متوسطه

رشد جوان

برای دانش‌آموزان دوره دوم آموزش متوسطه

مجله‌های عمومی بزرگسال

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

• رشد آموزش ابتدایی • رشد فناوری آموزشی • رشد مدرسه فردا

• رشد معلم • رشد آموزش مشاور مدرسه • رشد مدیریت مدرسه

مجله‌های تخصصی بزرگسال

به صورت فصلنامه و سه شماره در سال تحصیلی منتشر می‌شوند:

• رشد آموزش قرآن و معارف اسلامی • رشد آموزش پیش‌دبستانی • رشد آموزش تاریخ

• رشد آموزش تربیت بدنی • رشد آموزش جغرافیا • رشد آموزش ریاضی

• رشد آموزش زبان و ادب فارسی • رشد آموزش زبان‌های خارجی

• رشد آموزش زیست‌شناسی • رشد آموزش شیمی • رشد آموزش علوم اجتماعی

• رشد آموزش فنی و حرفه‌ای و کاردستی • رشد آموزش فیزیک • رشد آموزش هنر

• رشد آموزش خانواده • رشد پرهان متوسطه دوم

مجله‌های عمومی و تخصصی رشد برای معلمان، دانشجو معلمان، کارشناسان وزارت آموزش و پرورش تهیه و منتشر می‌شوند.

• نشانی: تهران، خیابان ایرانشهر شمالی، ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش، پلاک ۲۶۶.

• تلفن و فاکس: ۸۸۳۰۱۳۷۸ - ۲۱.

• وبسایت: www.roshdmag.ir

.....

.....

حلواشکری، نان و تخم مرغ و گوجه فرنگی، سیب زمینی پخته شده با تخم مرغ همراه با کمی ماست، انواع کوکو و کتلت توصیه می شود).

۶. میان وعده های یک نفره برای کودک خود آماده کنید تا بتواند گرسنگی خود را برطرف کند. به او اجازه دهید میان وعده خود را به همراه خودتان در خانه و با مواد غذایی سالم درست کند.

۷. مواد غذایی مفید را مخلوط کنید: میوه های خشک، مغزهای کم نمک و ذرت بوداده را با هم مخلوط و در اندازه های کوچک آماده کنید. ماست کم چرب یا بدون چربی را با تکه های میوه مخلوط کنید و به این ترتیب دسر لذیذی برای کودک خود تهیه کنید.

۸. به کمیت غذا توجه کنید: نباید اجازه دهید میان وعده های غذایی اصلی را بگیرند. پس به روش های مختلف به فرزندتان پیاموزید که مقدار یک میان وعده چقدر است. از کیسه های مخصوص میان وعده در اندازه های کوچک استفاده کنید تا به راحتی بتوانید اندازه و مقدار آن را کنترل کنید

۹. میوه ها مناسب ترین انتخاب هستند: میوه های تازه یا خشک، انتخاب های آسانی برای میان وعده اند و نیاز به تغییر یا فراوری خاصی هم ندارند. خوردن میوه های تازه و کامل بر نوشیدن آب میوه ها ترجیح دارد.

تهیه میان وعده ها در دوران شیوع کرونا: با وجود اینکه تاکنون هیچ مدرکی دال بر ارتباط غذا یا بسته های غذایی با انتقال ویروس کرونا یافت نشده اما این احتمال وجود دارد که افراد در تماس با سطوح یا اشیاء آلوده به ویروس و سپس لمس صورتشان، به ویروس مبتلا شوند. این خطر زمانی بیشتر می شود که افراد در تماس نزدیک با افراد دیگر هستند.

بنابراین به کودکان یاد دهید:
دست های خود را قبل از خوردن میان وعده غذایی در مدرسه بشویند.

از ماسک استفاده کنند.

هنگام خوردن فاصله خود با همسالان را رعایت کنند.

۱۰. پرهیز از خوردن تنقلات ناسالم (مانند: انواع چیپس، پفک و ...).

خوردن تنقلات ناسالم منجر به انواع بیماری ها (چاقی، دیابت، انواع سرطان، دیابت و فشار خون و ...) خواهد شد. مصرف قند و شکر و تنقلات شیرین را محدود کنید. غذاهای سالم را در دسترس بچه ها قرار دهید تا آن ها در بین وعده های غذایی از بیسکویت، کیک، آبنبات و ... استفاده نکنند. مراقب شکر موجود در انواع نوشیدنی های تجاری مانند آب میوه های تجاری باشید. در دوران کرونا از خوراندن نوشابه های شیرین به خصوص گازدارها، فست فودها، تنقلات، انواع کیک ها، کلوچه ها، شکلات های مختلف و هر گونه مواد قندی به فرزندتان خودداری شود.

۱۱. مصرف فست فودها را به حداقل برسانید و به جای آن ها از فست فودهای خانگی سالم تر استفاده کنید. می توانید از ماهی های چرب مانند ساردین و سالمون غنی از پروتئین، اسیدهای چرب امگا ۳ و انواع ویتامین ها و املاح معدنی استفاده کنید. این مواد را می توان به صورت سرد در انواع ساندویچ ها، سالادها یا با ماکارونی یا به صورت قسمتی از وعده غذایی برای کودکان تهیه کرد.



تغذیه در دوران کرونا



فرزندان:

- «اگر به من احترام بگذارید؛ من حرف شما را می‌شنوم.»
- «اگر به حرف من گوش کنید؛ احساس می‌کنم من را درک کرده‌اید.»
- «اگر من را درک کنید؛ احساس می‌کنم قدر من را می‌دانید.»
- «حمایت شما را احساس خواهم کرد؛ اگر در آزمودن چیزهای جدید از من حمایت کنید.»
- «من مسئولیت‌پذیر خواهم شد؛ وقتی من مسئولیت‌پذیر باشم.»
- «به شکل یک انسان مستقل بزرگ می‌شوم؛ اگر مستقل باشم.»
- «به شما احترام خواهم گذاشت؛ و در تمام زندگی‌ام به شما عشق خواهم ورزید.»



وزارت آموزش و پرورش
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی
دفتر ارتباط با رسانه‌های آموزشی



درگاه‌های (وبسایت‌های) مجلات رشد

www.roshdmag.ir

سال ۱۴۰۰
با
۳۱ درگاه / ۳۱ مجله

رشد



درگاه اختصاصی فصلنامه‌های علوم انسانی

مجلات



درگاه اختصاصی فصلنامه‌های علوم پایه و فنی

رسانه‌ای



درگاه اختصاصی مجلات عمومی بزرگسال

تحول



درگاه اختصاصی مجلات دانش‌آموزی