



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



۵

رشد

معلم

ماهنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی
برای معلمان، دانشجو معلمان و
کارشناسان وزارت آموزش و پرورش
دوره ۴۳ | شماره پیاپی ۳۶۷
بهمن‌ماه ۱۴۰۳ | ۴۸ صفحه

ISSN: 1606-9129

www.roshdmag.ir

بهار

در

زمستان

۴۶ امین سال پیروزی
انقلاب اسلامی ایران مبارک

در نظر هوشیار

تدریس با بازی و به مشارکت گرفتن کودک، به ساخت دانش در ذهن او کمک می‌کند و موجب نهادینه شدن یادگیری در او می‌شود. وقتی یادگیری همراه با نشاط و شادی باشد، علاقه‌مندی و خلاقیت رشد می‌یابد. از طرف دیگر، یادگیری در طبیعت به کودک کمک زیادی می‌کند که مفهومی‌ها را درک کند. شاید یک تجربه لذت‌بخش در دوره دبستان هر کدام از ما، جمع کردن برگ‌های پاییزی و نشان دادن انواع برگ‌ها در کلاس درس بود؛ تجربه‌ای که بعد از گذشت سال‌ها، هنوز آن را فراموش نکرده‌ایم.

(صفحه ۳۹ را بخوانید)



بسم الله الرحمن الرحيم

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَعَجِّلْ فَرَجَهُمْ

وزارت آموزش و پرورش
سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی
دفتر انتشارات و فناوری آموزشی

مجله رشد

www.roshdmag.ir

ماهنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع رسانی برای معلمان،
دانشجو معلمان و کارشناسان وزارت آموزش و پرورش | دوره ۴۳
شماره پی در پی ۳۶۷ | بهمن ماه ۱۴۰۳

خانواده مجلات رشد همه تلاش خود را کرده است تا این مجلات
در **دسترس عموم** جامعه آموزشی و تربیتی کشور قرار گیرد و همه
مخاطبان در میهن عزیز اسلامی مان **امکان تهیه آن** را داشته باشند.
قیمت: ۱۸۹۰۰۰ ریال

مدیر مسئول: محمد صالح مدنی
سر دبیر: عباسعلی مظفری
شورای برنامه ریزی:
دکتر حامد عباسی
دکتر جعفر چراغیان
دکتر مختار ذاکری
دکتر لیلا میرزائی
دکتر منوچهر فضلخانی
مونس بازوکی
مدیر داخلی: شهلا فهیمی
ویراستار: کبری محمودی
مدیر هنری: کوروش پارسا نژاد
طراح گرافیک: مجتبی زند
دبیر عکس: اعظم لاریجانی

نشانی دفتر مجله:

تهران، ایران شهر شمالی، پلاک ۲۷۰

صندوق پستی ۱۵۸۷۵/۶۵۸۶

تلفن: ۰۲۱-۸۸۴۹۰۲۳۲

نمابر: ۰۲۱-۸۸۳۰۱۴۷۸

پیامک: ۳۰۰۰۸۹۹۵۲۰

وبگاه: www.roshdmag.ir

رایانامه: moallem@roshdmag.ir

نشانی امور مشترکین:

تهران، صندوق پستی ۱۵۸۷۵/۳۳۳۱

امور مشترکین:

۰۲۱-۸۸۸۶۷۳۰۸

پیامنگار: ۰۲۱-۸۸۴۹۰۲۳۳

چاپ و توزیع: شرکت افست



نشانی کانال مجله رشد
معلم در پیام رسان شاد:
@roshd_moallem



وبگاه نظر سنجی
مجلات رشد

یادداشت سردبیر / **انقلاب های بزرگ و تأثیر گذار** / دکتر عباسعلی مظفری * ۲

رویکرد تربیتی / **تربیت گفت و گویی: فکر ورزی به توان همه** / دکتر محمد حسینی * ۴

یاد دهنی یا یاد گیری / دکتر کیو مرث امجدیان * ۳۳

تربیت در آغوش طبیعت / محمدرضا توحیدی * ۳۹

نقد و نظر / **معلم دنیای بچه ها را تغییر می دهد** / تنظیم: علی اصغر محمدی * ۶

انسانم آرزوست / جعفر چراغیان * ۴۰

مهارت های معلمی / **از درون به بیرون** / زهرا سادات الطافی * ۱۰

رعایت نکنی جریمه می شی! / دکتر لیلا سلیقه دار * ۱۳

تغییر بازی / محمد نیرو * ۲۴

طراحی آموزشی / **باز یافت آموخته ها** / فرزانه نوراللهی * ۱۶

تجربه های علمی / **یک گام به جلو** / ترگس شریفی * ۲۲

هوش مصنوعی / **از زندگی روزمره تا کلاس درس** / دکتر حامد عباسی، حمیده عباسی * ۲۶

سبک زندگی / **آسان اما سالم** / شیمیا مظفری، متینا قهرمانی * ۳۰

معلم و سینما / **رادی کال** / سیدحسین رضوی خوشفی * ۳۶

سفر به دنیای خاطره ها / **درسی به یادگار** / سهیلا نعیمی * ۴۲

بهداشت و سلامت / **مراقب صدایت باش!** / اسداله زارع * ۴۴

یادها و خاطره ها / **تقویم بهمن** / دکتر لیلا میرزایی * ۴۷

کافه کتاب / **آموزش تلفیقی** * ۴۸

قابل توجه نویسندگان و مترجمان

مقاله هایی که برای درج در مجله می فرستید، باید با اهداف و رویکردهای آموزشی، تربیتی و فرهنگی این مجله مرتبط باشند و قبلاً در جای دیگری چاپ نشده باشند. مقاله های ترجمه شده باید با متن اصلی هم خوانی داشته باشند و متن اصلی نیز همراه آن ها باشد. چنانچه مقاله را خلاصه می کنید، این موضوع را قید بفرمایید. حجم مطالب ارسالی حداکثر ۱۰۰۰ کلمه باشد. اثر مقاله باید روان و از نظر دستور زبان فارسی درست باشد و در انتخاب واژه های علمی و فنی دقت لازم مبذول شود. محل قرار دادن جدول ها، شکل ها و عکس ها در متن مشخص شود. شماره تماس و نشانی الکترونیکی نویسنده حتماً نوشته شود. مجله در رد، قبول، ویرایش و تلخیص مقاله های رسیده مختار است. آرای مندرج در مقاله حاضر و تأمین نظر دفتر انتشارات و فناوری آموزشی نیست و مسئولیت پاسخ گویی به پرسش های خوانندگان یا خود نویسنده یا مترجم است.



برای اشتراک مجلات رشد
پوش کنید

انقلاب‌ها در طول تاریخ بشر بارها رخ داده‌اند و به‌طور گسترده‌ای در روش‌ها، مدت زمان، ایدئولوژی و انگیزه بخشی متفاوت بوده‌اند. اما مسلّم این است که انقلاب‌ها تحولات به نسبت وسیعی را در دنیا سبب شده‌اند. نتایج این انقلاب‌ها شامل تغییرات عمده در فرهنگ، اقتصاد و نهادهای اجتماعی سیاسی بوده است. انقلاب‌ها نقاط عطف تاریخ ملت‌ها محسوب می‌شوند، زیرا آن‌ها نهادهایی را تغییر می‌دهند که با زندگی میلیون‌ها نفر ارتباط دارند. تاریخ انقلاب‌ها نشان می‌دهد که تنوع فوق‌العاده‌ای در علل ایجاد، توسعه و دستاوردهای انقلاب‌ها وجود دارد.

بعضی از انقلاب‌های بزرگ و تأثیرگذار جهان شامل انقلاب آمریکا (۱۷۶۵ تا ۱۷۸۳ میلادی) یک تحول سیاسی در نیمه آخر قرن هجدهم بود. سیزده مستعمره در آمریکای شمالی به هم پیوستند تا از امپراتوری بریتانیا جدا شوند و به ایالات متحده آمریکا تبدیل شوند. انقلاب فرانسه (۱۷۸۹ تا ۱۷۹۹ میلادی) دوره‌ای از تحولات اساسی اجتماعی و سیاسی در تاریخ فرانسه و اروپا بود؛ سلطنت مطلقه‌ای که قرن‌ها بر فرانسه حکومت کرده بود، ظرف سه سال فرو ریخت و جامعه فرانسه دستخوش تحولی بزرگ شد. انقلاب چین مجموعه‌ای از تحولات بزرگ سیاسی چین بین سال‌های ۱۹۱۱ تا ۱۹۴۹ بود که در نهایت به حکومت حزب کمونیست و تأسیس جمهوری خلق چین منجر

دکتر عباسعلی مظفری

انقلاب‌های

بزرگ



و

تأثیرگذار

عکاس: غلامرضا بهرامی

شد. انقلاب اکتبر روسیه (۱۹۱۷) نیز با نام انقلاب بزرگ سوسیالیستی اکتبر شناخته می‌شود.

انقلاب اسلامی ایران یکی از رویدادهای مهمی است که در ۲۲ بهمن ماه ۱۳۵۷ (۱۹۷۸م) به رهبری امام خمینی (ره) اتفاق افتاد و در پی آن جمهوری اسلامی جایگزین حکومت سلطنتی و پادشاهی شد. انقلاب اسلامی ایران از جنبه‌های گوناگون از جمله آرمان‌ها، اهداف، شعارها، ایدئولوژی حاکم بر انقلاب، چگونگی رهبری و هدایت، و چگونگی حضور مردم، از دیگر انقلاب‌های بزرگ دنیا متفاوت بود.

* آشنایی دقیق امام خمینی (ره)

با تمامی حکومت‌ها و شیوه‌ی اداره‌ی کشورها

رهبران انقلاب اسلامی ایران، به خصوص امام خمینی (ره) به طور عمیق با علوم اسلامی در ابعاد گوناگون، حکومت اسلامی در زمان پیامبر (ص) و ائمه اطهار (علیهم السلام) و... تاریخ ایران و حکومت ۲۵۰۰ ساله شاهنشاهی ایران، حکومت‌های کشورهای پیرامون ایران و حکومت‌های متمدنی اروپا و به خصوص فرانسه، به دلیل تبعید و زندگی در تبعید، به خوبی آشنایی داشت و تلاش می‌کرد انقلاب نو پای اسلامی ایران در همه ابعاد از تجربه‌ها و ویژگی‌های مثبت تمامی حکومت‌های شرق و غرب بهره‌مند شود. این موضوع در عرصه‌های گوناگون از دیدگاه‌ها و موضع‌گیری‌های ایشان مشهود است.

* طولانی و دائمی بودن

عصر محبت در انقلاب اسلامی ایران

یک دوره مشترک همه انقلاب‌ها، عصر محبت است که معمولاً در چند سال اول همه آن‌ها مشاهده می‌شود و البته کم‌کم رنگ می‌بازد. در این دوره کوتاه، مردم همگی مشتاقانه ایثار، گذشت و فداکاری می‌کنند و از بخشیدن جان و مال خود در راه خدمت به میهن و هم‌وطنان خود کوتاهی و دریغ نمی‌کنند. آرمان‌ها، اهداف، ایدئولوژی، ویژگی‌های رهبری، دیدگاه و اعتقادات مردم، انقلاب اسلامی ایران را از دیگر انقلاب‌های بزرگ دنیا متمایز کرده است. محبت چراغی است که در انقلاب اسلامی هرگز نباید کم‌فروغ شود. بنابراین، در جریان‌ها، رویدادها، خطرات و وقایع حضور یکپارچه مردم مشهود بوده است. سر و سامان دادن کشور به دست مردم در سال‌های اول انقلاب، اداره کردن هشت سال جنگ تحمیلی، بازسازی، توسعه مراکز آموزش و علمی، ایستادگی در مقابل ظلم و استکبار، دفاع از مظلومان جهان، از خودگذشتگی و خدمت بی‌منت در مدیریت بیماری کرونا، رسیدگی به محرومان در اقصا نقاط کشور، ورود به موقع در حوادث غیر مترقبه، ورود جوانان به تولید دانش فنی، ایجاد شرکت‌های دانش بنیان و... به دلیل همین دائمی بودن عصر محبت است که ضرورت دارد همواره و بیش از پیش استمرار و تداوم داشته باشد، چرا که ریشه انقلاب اسلامی در حمایت‌های بی‌دریغ مردم است. بدیهی است که موانع، مشکلات و نارسایی‌ها باید با همین حمایت و محبت و همت دولت مردان و حمایت‌های مردمی مرتفع شود. به طور کلی، اگر ملت ایران تاکنون توانسته‌اند در برابر سنگ اندازی‌ها و توطئه‌های فراوان از صحنه خارج نشوند، جز با ایستادگی مردم و رهبری بر موضع حق خود نبوده است.

اما مسئولیت همه استادان و معلمان، به خصوص معلمان عزیز در درس‌های علوم انسانی و اجتماعی دوچندان است. از جمله آشنا کردن دانش آموزان با تاریخ و دانش تاریخی، پژوهش، فهم وقایع تاریخی، تحلیل رویدادها، نقد تاریخ و وقایع تاریخی و در نهایت عبرت‌های تاریخ مورد انتظار است که البته همواره در این مسیر گام برمی‌دارند.*

محبت چراغی
است که در
انقلاب اسلامی
هرگز نباید
کم‌فروغ شود

اگر ملت
ایران تاکنون
توانسته‌اند
در برابر
سنگ اندازی‌ها و
توطئه‌های فراوان
از صحنه خارج
نشوند، جز با
ایستادگی مردم
و رهبری بر موضع
حق خود نبوده
است

منابع

۱. مطالعات راهبردی سیاست‌گذاری عمومی، دوره ۱۴ شماره ۵۲، مرکز بررسی‌های راهبردی ریاست جمهوری، ۱۴۰۳.
۲. کالبدشکافی چهار انقلاب، کرین بریتون، ترجمه محسن ثلاثی، ۱۴۰۲، تمدن علمی، تهران.

3. <http://farsi.khamenei.ir/others-dialog?id=21981>.

3. <http://farsi.khamenei.ir/others-dialog?id=21982>.

پیش‌درآمد

در بخش پنجم، از چگونگی اجرای دانش و هنر معلمی (پداگوژی) گفت‌وگویی بحث کردیم. در این بخش و در ادامه بحث به یک عنصر مغفول در طرح‌واره ذهنی مدیریت گفت‌وگوها می‌پردازیم که همانا عنصر ارزشیابی است.

محمد حسنی
عضو هیئت علمی پژوهشگاه
مطالعات آموزش و پرورش

با دقت به طرح‌واره ذهنی گفت‌وگوی کاوشگرانه روشن می‌شود که در این تصویر و بین مؤلفه‌های طرح‌واره گفت‌وگوی کاوشگرانه جای یک عنصر مهم و حساس خالی است. این عنصر مهم همانا ارزشیابی است. یکی از تصورات عموم نسبت به درس تفکر و سبک زندگی و شاید دلیل جدی قلمداد نکردن آن این است که این درس بدون ارزشیابی جدی‌ای مانند درس‌های دیگر است! این نظر از یک نگاه درست است. ارزشیابی‌ای که در این درس مورد توجه قرار می‌گیرد، نوع خاصی از ارزشیابی است که با ارزشیابی‌های رایج در درس‌های دیگر مانند ریاضی، علوم و فارسی متفاوت است.

چون در این درس از محتوا و مضمون‌های درس ارزشیابی انجام نمی‌شود؛ مانند درس علوم که ممکن است از مضمون‌هایی چون جرم، سلول، مولکول و فرسایش زمین، پرسش‌هایی انجام گیرد، در این درس مضمون‌ها مورد توجه نیستند. از این رو، چنین ارزشیابی‌هایی با چنین پرسش‌هایی مورد توجه نیستند. شوربختانه، گروهی (شاید) برای اینکه نشان دهند این نوع دانش و هنر معلمی و این درس نیز آزمون‌پذیر است^۱، به طراحی آزمون‌هایی با پرسش‌هایی چندگزینه‌ای و کوتاه پاسخ اقدام کرده‌و آن‌ها را در مقیاس وسیع در دسترس معریان قرار داده‌اند. و صد افسوس که برخی معریان ناآگاهانه در مدرسه و کلاس از آن‌ها استفاده می‌کنند. این کار نه تنها خدمتی به این دانش و هنر معلمی نمی‌کند، بلکه تیشه به ریشه آن می‌زند. با این کار، ظلمی را در حق دانش‌آموزان و مردم روا می‌دارند. چرا که کودکان این سرزمین را از فرصت‌های تربیتی ارزشمندی محروم می‌کنند.

فکر و آرزوی بخش پنجم به توان همه

نام:	تاریخ:	موضوع:
۱) گزینه صحیح را با علامت مشخص کنید. الف) سفر به خانه ی خداوند ب) سفر به مدینه اقصی ج) دین حضرت محمد (ص) د) چرا ما را که از خدا را به شهر آورد؟ الف) به خاطر پول بیشتر ب) به خاطر شهرت بیشتر ج) به خاطر علم بیشتر د) به خاطر قدرت بیشتر الف) دوری راه ب) آشنا نبودن به زبان محلی ج) فقر و نیاز برای گردش و تفریح به شهر د) به خاطر نزدیکی به آب و هوا الف) دوری راه ب) فقر و نیاز برای گردش و تفریح به شهر ج) به خاطر نزدیکی به آب و هوا د) به خاطر علم بیشتر		
۲) جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید. الف) نظر من به دو طریق و ... است. ب) بهترین روش گردآوری اطلاعات برای دانش یک واقعه تاریخی، ... است. ج) پرسش‌هایی که با چرا شروع می‌شوند بیشتر به دنبال ... می‌باشند. د) عبارت است از گردآوری اطلاعات با استفاده از حواس پنجگانه.		
۳) پرسش‌هایی که با آیا شروع می‌شوند چه شباهتی با هم دارند؟		
۴) انتخاب و تصمیم‌گیری چه زمانی و در چه مواقعی می‌تواند مفید باشد؟		

نمونه‌ای از آزمون‌های
مخرّب چندگزینه‌ای
درس تفکر



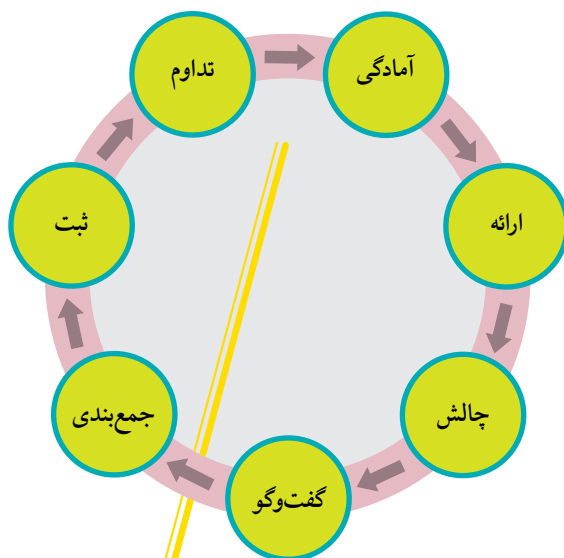
به طور کلی، درسِ تفکر و سبک زندگی به طور جدی نیازمند ارزشیابی است، اما رویکرد ارزشیابی مورد استفاده در این درس با سایر درس ها کمی متفاوت است. ارزشیابی مورد استفاده در این درس دو جهت گیری کلی دارد که عبارت اند از: ارزشیابی از فرایند گفت وگوها و ارزشیابی از پیامد گفت وگوها.

وجه نخست ارزشیابی از فرایند این گونه است که معلم به عنوان عضو اجتماع کاوشگر تلاش می کند فرایند گفت وگو طبق اصول و قواعد آن پیش برود. معلم (با همکاری سایر اعضا) مانند یک تسهیلگر، در حین گفت وگوها از جریان گفت وگو مراقبت می کند و پیوسته به آن بازخورد می دهد تا جو بیار گفت وگوها در مسیری مناسب طی طریق کند. برخی پیشنهاد می کنند در همه جلسه های گفت وگویی اجتماع کاوشگر یک یا دو نفر از اعضا به عنوان ارزشیاب بر جریان کار نظارت کنند و به اجتماع کاوشگر بازخورد بدهند. بنابراین، قواعدی که پیش تر از آن صحبت کردیم، در اینجا برای ارزشیابی از فرایند گفت وگوها بسیار مفید و سازنده اند و می توانند محور نقد و بررسی و ارزیابی جریان گفت وگو باشند. یعنی آن ملاک و معیاری که بر اساس آن ها می توان گفت وگوها را ارزیابی و برای بهبود آن مداخله کرد. مثلاً وقتی یکی از اعضا حرف دیگری را قطع و بدون بیان دلیل با نظری مخالفت می کند و معلم یا هر عضو دیگر به اصطلاح اعتراض آیین نامه ای می کند، این عمل نوعی ارزشیابی در فرایند از جریان گفت وگوست. روشن است، فرصت این گونه ارزشیابی قاعداً برای همه اعضا فراهم است. به سخن دیگر، قواعد به نحوی درونی در جریان گفت وگو توسط اعضای اجتماع مدنظر قرار می گیرد و با این مداخلات جریان گفت وگو در مسیر شایسته و پایسته پیش می رود.

با وجود این وجه مشارکتی ارزشیابی درونی، نظرات این دوازده رباب را می توان بعد از پایان گفت وگو در اجتماع کاوشگری به بحث گذاشت و برای اصلاح و بهبود گفت وگو در نشست های بعد استفاده کرد. با این توصیف از ارزشیابی در فرایند گفت وگو، مشخص می شود که اجتماع کاوشگری در نوعی اصلاح و بازنگری مستمر و مداوم از خود به سر می برد. فراموش نکنیم که این ارزیابی ها همگی برای اصلاح موقعیت های گفت وگو و تحقق بهتر تربیت گفت وگویی است. هدف این نیست که ذوق و شوق مشارکت و همکاری در محیط اجتماع یادگیری را با بازخوردهای رقابتی خاموش کنیم. اگر ضرورتی به بازخورد به برخی دانش آموزان باشد، این بازخوردها باید فردی و ویژه باشند.

گفت وگوست. معلم باید ترتیبی اتخاذ کند که همه اعضای اجتماع کاوشگری از معیارها و عملکرد درست آگاهی داشته باشند. اگر در تدوین قواعد گفت وگو در اجتماع به صورت مشارکتی همه اعضای اجتماع حضور فعال داشته باشند، این امر به سهولت ممکن خواهد شد. خودسنجی را می توان در مرحله جمع بندی انجام داد، بدین گونه که معلم از اعضا بخواهد با توجه به قواعد گفت وگویی مصوب شده، عملکرد خود را ارزیابی کنند. از دیگر سو، در مرحله ثبت دستاوردهای گفت وگو که پیش تر از آن بحث کردیم، می توان به جنبه خودسنجی آن نیز توجه کرد، زیرا در این مرحله فرد می تواند نسبت آنچه به خوبی درک نکرده است، واکنش انتقادی نشان دهد.

همه اعضای اجتماع گفت وگویی کاوشگر مسئولیت اهتمام برای پیشبرد اهداف اجتماع را دارند. ارزشیابی و بازخوردهای معلم باید به تقویت این جریان کمک کند. به سخن دیگر، اهداف و اغراض ارزشیابی باید در جهت اهداف تربیت گفت وگویی باشد، نه بر خلاف جهت آن. شاید به همین دلیل است که در تربیت گفت وگویی، خودسنجی از روش های ارزشیابی محسوب می شود، زیرا کسب توانایی خودارزیابی توسط دانش آموزان از پیامدهای مطلوب این درس است. دانش آموز در خودسنجی نتایج عملکرد خود در جریان گفت وگو را ارزشیابی و نقد می کند و نتیجه را به خودش (و در صورت نیاز به معلمش) بازخورد می دهد. اجرای این شیوه نیازمند آگاهی دانش آموزان از عملکرد صحیح و درست است؛ یعنی همان قواعد و اصول مناسب



نگاره طرحواره مفهومی گفت وگویی کاوشگرانه همراه با عنصر



معلم

دنیای

اشاره

دکتر رضوان حکیم‌زاده، دکترای برنامه‌ریزی درسی، استاد تمام و عضو هیئت علمی دانشگاه تهران و معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش است. با ایشان گفت‌وگویی درباره نقش و جایگاه معلمان در فرایند تعلیم و تربیت انجام داده‌ایم که در پی می‌خوانید:

دیدگاه و نظرات خود را درباره نقش معلمان در فرایند تعلیم و تربیت بیان بفرمایید.

نقش آفرینی معلمان از منظر علمی و بر پایه پژوهش‌های انجام‌شده و همچنین بر اساس تجربه‌های خود من به عنوان معلم، در مهم‌ترین و بنیادی‌ترین دوره آموزش، یعنی آموزش ابتدایی، قابل بحث است. در زمینه عوامل مؤثر در یادگیری پژوهش‌های زیادی انجام شده‌اند، از جمله کتاب معروف جان هتی با عنوان «یادگیری مشهود»^۱ است. او چندین هزار پژوهش را فراتحلیل کرده است تا میزان اثر هر کدام از عوامل تأثیرگذار در یادگیری دانش‌آموزان را به شکل دقیق، بر اساس فراتحلیل پژوهش‌ها اندازه‌گیری کند. وقتی مهم‌ترین عوامل تأثیرگذاری را که جان هتی استخراج کرده، در کنار صدها عاملی که در پژوهش‌ها به آن‌ها اشاره شده است، نگاه می‌کنیم، می‌بینیم نقش معلمان فوق‌العاده مهم است. اگر ما در فضای آموزشی همه امکانات و بهترین منابع و تجهیزات را آماده کنیم، فضای خیلی خوب و حتی برنامه‌های درسی خیلی خوب و مناسبی هم داشته باشیم، اما معلمی که اجرای برنامه درسی را بر عهده دارد، آمادگی لازم را نداشته باشد، اتفاق خاصی رخ نمی‌دهد. برعکس این هم مصداق دارد. اما حضور معلم با انگیزه و علاقه‌مند، دنیای بچه‌ها را

نگاره صفحه قبل نشان می‌دهد، ارزشیابی از فرایند گفت‌وگو جدایی‌ناپذیر است و به نوعی با گفت‌وگو آمیخته است. ارزشیابی نیز صرفاً مسئولیت معلم نیست، بلکه همه اعضای اجتماع می‌توانند و باید ارزیاب خود و فرایند گفت‌وگو باشند. اما ارزشیابی از پیامد گفت‌وگوها باید به شکل دیگری انجام گیرد. به هر صورت، پیامد مورد انتظار هر گفت‌وگویی کاوشگرانه، توانایی فکری است و پیامد واقعی و ثمربخش گفت‌وگو در زندگی واقعی دانش‌آموزان رخ خواهد داد. همه این تلاش‌ها و هم‌وغم‌ها برای داشتن زندگی پاکیزه و شایسته است. در این موقعیت ارزشیابی، پیامد تربیت گفت‌وگویی در توان معلم نیست.

با وجود این می‌توان در موقعیت‌هایی که فرصت دست می‌دهد، پیامدهای مورد انتظار را ارزیابی کرد. سنجش عملکردی^۲ بهترین رویکرد ارزشیابی از پیامدهای گفت‌وگو است. این شیوه سنجش که به سنجش اصیل^۳ نیز مشهور است، گونه‌ای از سنجش است که در آن آزمودن‌شونده در حین انجام فعالیت یا تکلیفی سنجیده می‌شود تا توانایی کسب‌شده خود را در عمل (انجام تکلیف) نشان دهد. در واقع نشان می‌دهد که چگونه می‌تواند دانش و مهارت خود را در یک موقعیت به کار گیرد. نکته مهم این است که پیامدهای گفت‌وگو لزوماً در پایان گفت‌وگو ارزیابی نمی‌شوند، بلکه این امکان وجود دارد که معلم در جریان و فرایند گفت‌وگو نیز تحقق پیامدهای گفت‌وگو را رصد کند. در واقع معلم هم از فرایند گفت‌وگو مراقبت می‌کند و هم کیفیت شکل‌گیری توانایی فکری را رصد می‌کند.^۴ به این صورت که بازخوردی در یافتنی معلم از فرایند گفت‌وگو می‌تواند ناظر به این باشد که دلیل آوری‌ها، مقایسه کردن‌ها، درک عمیق‌تر از موضوع، طرح زاویه‌های متفاوت از موضوع و مسئله در حین فرایند به خوبی در حال بروز و رخ دادن است. این موارد خود از پیامدهای گفت‌وگو هستند که معلم و حتی سایر اعضا در فرایند رصد می‌کنند. به هر صورت، سنجش عملکردی که در فرایند رخ می‌دهد، عموماً بر ابزار مشاهده معلم یا ارزیابان بیرونی استوار است. برای این منظور می‌توان فهرست و ارسای طراحی کرد و در اختیار ارزیابان قرار داد تا در حین مشاهده بحث آن را کامل کنند. همچنین، معلم می‌تواند خودش فهرست و ارسای را کامل کند.^۵

چند منبع برای مطالعه بیشتر

بی‌تردید همکاران عزیز با خواندن این مقاله اجمالی علاقه‌مند خواهند شد مطالعاتی تکمیلی در این باب داشته باشند. خوشبختانه منابع و آثاری در زمینه تربیت گفت‌وگویی به زبان فارسی نوشته شده‌اند. در اینجا برای نمونه به چند مورد اشاره می‌شود:

۱. اصول و مبانی دیالوگ: روش شناخت و آموزش. محمدرضا نیستانی. آموخته. ۱۳۹۸.
۲. هنر گفت‌وگو. دیوفا فاین. ترجمه مرجان مهدی‌پور. قطره. ۱۴۰۳.
۳. دیالوگ. پیتروویاک. ترجمه مرزده ثامنی. بصیرت. ۱۳۹۷.
۴. علی ستاری. آموزش تفکر به کودکان و نوجوانان. سمت. تهران. ۱۳۹۷.
۵. دارلین سوئیت لند و ران استولبرگ. ترجمه سید سینا میرعرباشی. آموزش تفکر به کودکان و نوجوانان. فیروزه. تهران. ۱۳۹۸.

پی‌نوشت‌ها

۱. انگیزه سودجویی را نباید در این میان نادیده گرفت. متأسفانه سال‌هاست آزمون‌سازی برای مؤسسه‌ها به شغلی پر درآمد تبدیل شده است.
۲. performance assessment
۳. authentic assessment
۴. برای این منظور، یکی از راه‌ها و روش‌ها برای معلم این است که یک فهرست و ارسای تهیه کند و این رصد گفت‌وگو در فرایند را بر اساس آن انجام دهد.

گفت و گو با دکتر رضوان حکیم زاده
معاون آموزش ابتدایی

استعدادهای تغییر می‌دهد

تنظیم: علی اصغر محمدی

تغییر می‌دهد. در مجموع، هیچ کدام از عوامل تأثیرگذار در کیفیت آموزش، یادگیری و ارتقای یادگیری نمی‌توانند به اندازه معلم تأثیرگذار باشند و نقش آفرینی کنند.

برای شناسایی و هدایت استعدادهای چه توصیه‌هایی به معلمان دارید؟

ابتدا بگویم، بین آنچه ما به عنوان هوش در باره آن صحبت می‌کنیم و داشتن استعدادهای متفاوت در زمینه‌های گوناگون، باید اندکی تمایز قائل شویم. تعریف‌های متعددی برای هوش وجود دارند. اگر به طور خیلی خلاصه، توانایی افراد برای پردازش، قدرت و سرعت یادگیری، طرح مسائل جدید و حل آن‌ها را به عنوان یک توانایی در نظر بگیریم، استعداد بر می‌گردد به اینکه حالا هر کدام از این افراد تا چه اندازه در زمینه‌های متفاوت می‌توانند این توانمندی را داشته باشند. بنابراین، بحثی وجود دارد مبنی بر اینکه تفاوت‌های فردی دانش آموزان از نظر سرعت و قدرت یادگیری چیست؟ دومین نکته این است که هر کدام از دانش آموزان در چه زمینه‌هایی ممکن است توانمندی‌های بیشتری داشته باشند. ما مقوله‌ای به نام «سرآمدها» داریم که تحت عنوان استعدادهای برتر دانش آموزان سرآمد را جمع به آن صحبت می‌کنیم. موضوع دیگری است تحت عنوان استعدادهای متفاوت که به آن هوش‌های چندگانه نیز می‌گویند؛ همان بحثی که هوارد گاردنر مطرح می‌کند. اولاً من فکر می‌کنم، به رسمیت شناختن این



موضوع که هر دانش آموز قطعاً در یک زمینه از زمینه‌های متنوع و متعددی موجود توانمند است، اهمیت دارد. اگر محیط‌های آموزشی و برنامه‌های درسی طوری تدوین شده باشند که فقط بتوانند یک نوع از این توانمندی‌ها را بشناسند، یا به یک نوع از آن‌ها بها بدهند، در عمل ممکن است ما در مدرسه از بهرسمیت شناختن سایر توانایی‌ها غفلت کنیم. همچنین ممکن است برخی دانش آموزان در زمینه هنر یا ورزش توانمندی‌هایی داشته باشند، در حالی که شاید نتوانند مسائل ریاضی را به خوبی حل کنند. اینکه ما از همه یک انتظار داشته باشیم، صحیح نیست. بنابراین باید بپذیریم، اگر دانش آموز مادر زمینه‌ای خیلی قوی نیست، بررسی کنیم در چه زمینه‌ای می‌تواند قوی باشد و آن را بشناسیم.

اگر معلمان هر دانش‌آموزی را واجد یک توانمندی در نظر بگیرند و به دنبال این باشند که از هر بهانه‌ای برای دادن بازخورد مثبت در یک زمینه از زمینه‌هایی که دانش آموز ممکن است توانمندی داشته باشد گامی بردارند، او را برای همیشه بیمه کرده و امید به موفقیت را در او زنده نگه داشته‌اند. از همه دانش آموزان نباید انتظار یکسان داشته باشیم.

همچنین، وقتی ما راجع به شناسایی استعدادها و متفاوت‌بچه‌ها و بهرسمیت شناختن آن‌ها صحبت می‌کنیم، لاجرم محیط مدرسه و برنامه‌های درسی هم باید این شرایط را فراهم کنند. اینکه از زمان سایر درس‌ها بزنیم تا با بچه‌ها ریاضی کار کنیم، درست نیست و قطعاً دانش‌آموزی که استعداد هنری دارد، هیچ وقت فرصت بروز پیدا نمی‌کند. منظوری از دانش آموز، عامه دانش آموزان و ۸۵ درصدی است که در مدرسه‌های دولتی درس می‌خوانند و معمولاً خانواده‌هایشان راه نمی‌افتند به این آموزشگاه و آن آموزشگاه بروند و بچه‌هایشان را ثبت‌نام کنند تا فرصت‌های متنوع برایشان مهیا شود. بنابراین، چون معلم بیشترین ارتباط را با دانش آموزان دارد و بیشترین وقت را با آن‌ها صرف می‌کند، اگر نگاهش تمام‌ساحتی و مبتنی بر این باشد که دانش آموزان به لحاظ توانمندی‌ها، علاقه‌ها و رغبت‌ها با هم تفاوت‌هایی دارند و همه این‌ها برای او اهمیت داشته باشد و ارزشمند تلقی شود، به نظر من آغاز مسیری است که می‌تواند به شناسایی استعدادها کمک کند.

چطور می‌توان تهدیدهای تعلیم و تربیت را به فرصت تبدیل کرد؟

این پرسش ما را وارد بحث سیاست‌گذاری‌های کلان می‌کند که باعث ایجاد شکاف طبقاتی و بازتولید طبقات اجتماعی از طریق نظام آموزشی می‌شود. اینکه در

در جو عاطفی مثبت، بچه‌ها به خصوص در دوره ابتدایی، وقتی از فضای امن خانواده جدا و وارد فضای بزرگ‌تری می‌شوند، پیام پذیرش یا پذیرفته‌نشدن، مهم بودن یا غیرمهم بودن را دریافت می‌کنند. مهم است ما بدانیم، چه سواد تربیتی‌ای داشته باشیم، چه نوع رفتارهایی از معلمان یا مدیران ممکن است امنیت عاطفی بچه‌ها را مخدوش کند یا برعکس به آن‌ها امنیت عاطفی بدهد. این در یادگیری بسیار مهم است.

آخرین فضایی که بیشتر از همه به چشم می‌آید، فضای فیزیکی مدرسه است. در عین حال که مهم است، اما نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد، در مقایسه با سه فضای دیگر، اتفاقاً نقش کمتری دارد. در محیط گرم پذیرنده عاطفی، حتی با وجود فقر امکانات آموزشی، دانش آموزان میل و انگیزه به یادگیری و ماندگاری در مدرسه را خیلی بیشتر از فضای تجمعی‌ای (لوکسی) دوست دارند که در آن تحقیر می‌شوند، برچسب می‌خورند و مقایسه می‌شوند، و هر وقت پدر یا مادرش را به مدرسه می‌خواهند، آن‌ها از نکات منفی راجع به فرزندشان پر می‌شوند. وقتی هم والدین با فرزندشان مواجه می‌شوند، نکات منفی را سر دانش‌آموزی دفاع خالی می‌کنند؛ رفتاری که من آن را نوعی اعمال خشونت علیه دانش آموز می‌دانم.

فکر می‌کنم صرف نظر از شرایط و امکاناتی که مدرسه‌ها دارند، ما باید روی ارتقای سواد تربیتی و توانمندسازی تربیتی کار کنیم؛ تربیتی نه از این نظر که روش تدریس غلط باشد، بلکه از این باب که آگاهی داشته باشند تعاملش چگونه می‌تواند فضای عاطفی امن یا ناامنی ایجاد کند و این فضای عاطفی چگونه می‌تواند بر یادگیری و اعتماد به نفس دانش آموز تأثیر داشته باشد.

مدرسه چه اتفاقی باید بیفتد تا مدرسه شرایط بهتری داشته باشد، به فضای مدرسه، از نظر چیزی که تحت عنوان اصول تعلیم و تربیت اشاره می‌کنیم، بستگی دارد. مدرسه یک فضای چهارگانه است. هم‌زمان چهار فضا در یک مکان فیزیکی به اسم مدرسه با همدیگر تعامل دارند. یکی ساختمان یا فضای فیزیکی مدرسه است که می‌بینیم. دیگری فضای عاطفی روانی است که در مدرسه حاکم است. هر مدرسه یک اتمسفر عاطفی روانی دارد. این فضا با چشم قابل مشاهده نیست، اما به همان اندازه می‌توانیم در هر مکانی که وارد می‌شویم، اتمسفر عاطفی آن مکان را که از نوع تعامل افراد با همدیگر، به خصوص بازخوردهایی که معلمان و بزرگ‌ترها به دانش آموزان می‌دهند شکل می‌گیرد، حس کنیم.

یک جو یا اتمسفر آن اجتماعی است و مناسب‌هایی اداری و مدیریتی دارد که در هر سازمان شکل می‌گیرند و شبکه‌ای ارتباطی که بین خانواده (به عنوان ذی‌نفعان) و مدیر مدرسه (که نقش بسیار مهمی دارد) و معلمان و دانش آموزان تعریف می‌شود. شما یک فضای مدیریتی دارید که در عین حال فضایی از تعاملات اجتماعی افراد است که به سبک رهبری مدیر در مدرسه بر می‌گردد. همچنین، یک فضای دانشگاهی دارید. فضای دانشگاهی یعنی اینکه می‌گویند آیا در جو علمی مدرسه از همه بچه‌ها انتظار موفقیت می‌رود؟ آیا این برای مدرسه مهم است یا نه؟ مثلاً سه چهار بچه را که شاگردهای اول، دوم و سوم هستند، جدا می‌کنند و سر صف به آن‌ها جایزه می‌دهند و بقیه هم انگار حضور دارند تا بالاتر بودن این‌ها رسمیت پیدا کند.



در این زمینه چه توصیه‌ای به معلمان دارید؟

من همواره به معلمان و مدیران سفارش می‌کردم و دوست دارم این نکته جدی گرفته شود که در مدرسه فقط احساس ارزشمند بودن را از دانش آموزان نگیریم. مادرانش آموزان را در برابر بسیاری از آسیب‌های می‌کنیم و بهترین اقدام را برای تربیت خوب آن‌ها انجام می‌دهیم. چون وقتی بچه‌ها از محیط خانواده وارد مدرسه می‌شوند، بسته به محیط خانواده‌شان که با آن‌ها چگونه رفتار کرده باشند، یا احساس ارزشمندی دارند یا ندارند. خانواده نخستین جایی است که می‌تواند احساس ارزشمند بودن کودکان را تقویت یا نابود کند؛ با بازخورد هایش، مقایسه‌هایش یا تقویت‌ها و تحقیرهایش.

مدرسه نقشی حیاتی دارد، به خاطر اینکه حتی اگر کودکی با احساس ارزش دچار آسیب وارد مدرسه شود، مدرسه می‌تواند آن را ترمیم کند. اما برعکس این اتفاق نمی‌افتد. ما نمی‌توانیم از انسانی که احساس ارزشمند بودن نمی‌کند انتظار داشته باشیم گزینیه‌های خوبی برای رفتار داشته باشد. خیلی دلم می‌خواهد محیط‌های آموزشی ما به جز برنامه درسی و امکانات فیزیکی، بر سایر عوامل تأثیرگذاری که فضای یادگیری و تربیتی مثبتی ایجاد می‌کنند، متمرکز شوند.

در باره اهمیت نقش معلمان در فرایند

تعلیم و تربیت و تعامل با والدین هم توضیح دهید.

امروزه خانواده‌ها شریک‌های راهبردی فرایند تربیت شناخته می‌شوند و اگر ما این نقش را به رسمیت بشناسیم و البته اصول درست ارتباط با خانواده‌ها را هم بدانیم، می‌توانیم خانواده، معلم و مدرسه را به عنوان دو جریان هم‌سو و

هم‌راستا در نظر بگیریم که می‌توانند به هم کمک کنند دانش آموز به خوبی تربیت شود و خوب یاد بگیرد و بتواند موفقیت را تجربه کند. اما این ناهم‌سویی می‌تواند خلل ایجاد کند. یکی از دلایل ناهم‌سویی، شکافی است بین آنچه معلمان در دانشگاه یاد می‌گیرند، با چیزی در عمل نیاز دارند و اتفاق می‌افتد.

نکته مهم این است که بعضی از معلمان نمی‌دانند برای ارتباط مؤثر با خانواده‌ها باید چه شرایطی داشته باشند و این به آموزش نیاز دارد. امروزه نظام‌های آموزشی موفق بر چارچوب‌های خیلی دقیقی کار کرده‌اند و اصولی دارند که باید به چه چیزهایی توجه کرد. ما عمدتاً این کار را بر اساس آزمون و خطا یا تکرار تجربه‌های قبلی مان انجام می‌دهیم. یعنی ما به معلمان این آموزش‌ها را نمی‌دهیم که چند دسته خانواده داریم و با هر دسته باید چه مدلی ارتباط برقرار کرد و اصول مشترک در ارتباط با همه این خانواده‌ها چیست.

نکته‌ای که به عنوان آسیب تلقی می‌کنم این است که مدرسه فکر کند اگر دانش آموز وظایف و کارهایش را انجام می‌دهد و در یادگیری مشکلی ندارد، این کار مدرسه است و جایی که دانش آموز مشکل دارد، باید به خانواده اطلاع بدهد! اگر قرار بود خانواده این مسئولیت را بر عهده بگیرد، چرا بچه را در مدرسه ثبت‌نام می‌کردند؟! آسیب دیگری که در این زمینه وجود دارد، این است که مدرسه امروز بیشتر از اینکه محلی برای یاد دادن مفاهیم درسی و علمی باشد، که این‌ها از طریق فناوری‌ها به راحتی آموزش داده می‌شوند، محلی است برای رشد اجتماعی و تربیتی. سند تحول هم به این موضوع اشاره کرده است. یعنی انتظار این است که بچه‌ها بروند مدرسه که تربیت بشوند. تربیت بشوند یعنی چه؟ یعنی واجد ویژگی‌های خوب بشوند و خصلت‌های خوب انسانی را نهادینه کنند و رفتارهای آسیب‌زارا کنار بگذارند و اصلاح شوند.

تربیت کار تخصصی مدرسه است. حالا اگر دانش آموزی مشکلات رفتاری داشت، اینکه خانواده و مدرسه با هم این مسئولیت مشترک را احساس کنند که چه کار کنیم این دانش آموز مثلاً پر خاشاکی نکند یا برخی از هنجارها را رعایت کند تا این مسئله را حل کنیم، یک نوع نگاه است. اینکه مدرسه شکایت دانش آموز را به خانواده‌اش کند و خانواده خشم زیادی را علیه دانش آموز اعمال کند که به کرات مشاهده می‌شود، این هم یک نوع ارتباط با خانواده است.

در زمینه ضرورت به‌روزر بودن معلمان هم فکر می‌کنم بیشتر از هر چیز، در عصر فناوری اطلاعات و ارتباطات، که نقش یادگیری و آموزش را تا حدود زیادی می‌توانیم از طریق فناوری‌های نوین فراهم کنیم، بیشتر روی بحث تربیت و ارتباط سالم، تمر بخش و مؤثر در ارتباط بین خانواده و مدرسه تأکید داشته باشیم. این رفتار مستلزم این است که مادر باره روش‌های برقراری ارتباط مؤثر با خانواده‌ها آموزش‌های لازم را به معلمان بدهیم یا آن‌ها مطالعاتی در این زمینه داشته باشند. چون این کار اصول دارد. خانواده‌های ما متفاوت هستند. برخی از خانواده‌ها بسیار پیگیرند و بعضی خانواده‌ها کمتر پیگیری می‌کنند.

پی‌نوشت

۱. هتی، جان. فرهنگ آموزش و یادگیری (یادگیری مشهود). ترجمه ابوالفضل بختیاری (۱۳۹۸). آوای نور. تهران.

اگر معلمان هر دانش‌آموزی را واجد یک توانمندی در نظر بگیرند و به دنبال این باشند که از هر بهانه‌ای برای دادن بازخورد مثبت‌گامی بردارند، او را برای همیشه بیمه کرده و امید به موفقیت را در او زنده نگاه داشته‌اند

در زمینه ضرورت به‌روزر بودن معلمان، در عصر فناوری اطلاعات و ارتباطات، بیشتر روی بحث تربیت و ارتباط سالم، تمر بخش و مؤثر در ارتباط بین خانواده و مدرسه می‌توانیم تأکید داشته باشیم

مقدمه

فن بیان و سخنوری به عنوان ابزارهای کلیدی فرایند یاددهی یادگیری شناخته می شوند. معلمان و مدیران آموزش و پرورش باید توانایی های ارتباطی قوی داشته باشند تا بتوانند به طور مؤثر با دانش آموزان، والدین و همکاران خود ارتباط برقرار کنند. در این راستا، روان شناسی به عنوان یک علم می تواند به عنوان ابزاری مهم در بهبود این مهارت ها عمل کند. در این مقاله، فن ها و راهکارهای عملی بهبود این مهارت ها و تحلیل نقش روان شناسی در تقویت فن بیان و سخنوری، همچنین بررسی نظرات و یافته های روان شناسان برجسته را تحلیل خواهیم کرد.

در این تحلیل، افق نگاه ما به روان شناسی از دو حوزه مورد مطالعه قرار می گیرد: روان شناسی خود و روان شناسی مخاطب.

* روان شناسی خود

قدر مسلم جمله ملکوتی و آشنای «من عرف نفسه فقد عرف ربه» (بحارالانوار، ج ۹۵، ص ۴۵۲) از پیامبر مهربانی حضرت محمد (ص)، قوی ترین تلنگر برای توجه به اهمیت خودشناسی در انسان است. لذا با درک این ضرورت، در اولین گام این مطالعه، به تحلیل «خود» می پردازیم.

/ خود آگاهی

تسلط بر علم روان شناسی کمک می کند خود آگاهی بیشتری پیدا کنیم. خود آگاهی به معنای درک احساس، افکار و رفتارهای خود است و به شناسایی نقاط قوت و ضعف منتج می شود. کارل راجرز، روان شناس مشهور، بر اهمیت خود آگاهی در فرایند یادگیری تأکید می کند و می گوید: «تنها در صورتی که فرد خود را بشناسد می تواند به رشد و توسعه واقعی دست یابد.» همین آگاهی باعث می شود در موقعیت های گوناگون به طور مؤثرتری عمل کنیم. بدون تمرکز بر توانمندی ها و در عین حال توجه به کاستی ها و ضعف ها، و تلاش در رفع اشکالات قابل اصلاح، هرگز نمی توانیم مسیر روبه رشدی را ترسیم کنیم. اما اساسی ترین نقش خود آگاهی در ارتباطات را می توان این گونه مطرح کرد:

/ طراحی مسیر رشد با آگاهی نقاط قوت و ضعف: با ارزیابی مهارت های خود و برنامه ریزی بر اساس آن در می یابیم، چگونه و از چه مسیری می توان فرایند بهبود و توسعه فردی را به سر منزل مقصود رساند. این ارزیابی می تواند شامل ثبت و تحلیل رفتارهای خود در مقوله های گوناگون (از جمله سخنرانی و ارتباطات کلامی و غیر کلامی) باشد.

/ مدیریت احساسات: خود آگاهی کمک می کند احساسات خود را در اختیار بگیریم و از این طریق، مؤثرتر با دیگران

ارتباط برقرار کنیم. تمرین روزانه مانند نوشتن احساسات و افکار می تواند به این امر کمک کند. آشنایی با راه های مهار خشم، شناخت هوش های هیجانی یا تمرین شنونده فعال بودن، از جمله عنوان های متعدد این مقوله هستند.

/ افزایش اعتماد به نفس

یکی از ابتدایی ترین نیازهای فردی حس ارزشمندی است که از آن با تعبیر «عزت نفس» یاد می شود؛ حسی که در پله های نخست تربیتی در خانواده شکل می گیرد و به مرور با حضور در جامعه و کسب توانمندی ها تقویت می شود. از سویی دیگر، تعبیر «خودباوری» به معنای اعتقاد به توانایی های خود است. با تجهیز به این انگاره مثبت، می توان انتظار داشت که در موقعیت های چالش برانگیز بهتر عمل کنیم. فن های روان شناسی ای مانند تجسم موفقیت و مثبت اندیشی می توانند به افزایش خودباوری کمک کنند.

اما انعکاس بیرونی این انگاره ها در اعمال و فرایندهای رفتاری و ارتباطی با تعبیر «اعتماد به نفس»، بر کیفیت تعاملات نقش آفرینی می کند. باید بدانیم، با بال عزت نفس و خودباوری می توانیم در آسمان اعتماد به نفس به پرواز در آییم و قله های موفقیت را فتح کنیم. اما اگر به دنبال ارتقای سطح اعتماد به نفس هستیم، چند راهکار عملیاتی و کاربردی را در تقویت اعتماد به نفس پیشنهاد می کنیم:

فن بیان و سخنوری

روان شناسی در تقویت بهره گیری از علم

زهرا سادات الطافی
دکترای مدیریت رسانه

کلیدواژه ها: روان شناسی، فن بیان، سخنوری، مهار (کنترل) اضطراب، روان شناسی مخاطب، هوش عاطفی، خودباوری، اعتماد به نفس

دوران تجربه



این جلسه‌ها می‌توانند به شکل کارگاه‌های آموزشی یا جلسه‌های گروهی برگزار شوند.

شرکت در دوره‌های آموزشی

شرکت در کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی مرتبط می‌تواند به ارتقای قابلیت‌ها و کسب قدرت حرفه‌ای منجر شود. دوره‌ها می‌توانند شامل تمرین‌های عملی یا حتی جلسه‌های مشاوره تخصصی باشند که تقویت مهارت‌های فردی را در پی دارد. این دوره‌ها پلی هستند به سوی یادگیری فن‌های جدید در مدیریت اضطراب و البته بهبود فن بیان. بهره‌مندی از تجربه‌های دیگران و رسیدن به ایده‌های نوین از دیگر محاسن حضور در دوره آموزشی است.

از نگاهی دیگر، ایجاد شبکه‌های ارتباطی، نه تنها بر تقویت ارتباطات اثر دارد، بلکه تبادل تجربه‌ها را تسهیل می‌کند و همین شبکه‌ها می‌توانند به عنوان منابع حمایتی آینده عمل کنند.

مهار اضطراب

به گفته آلن کار، روان‌شناس و نویسنده، اضطراب و ترس به ما اجازه نمی‌دهد بهترین عملکرد خود را ارائه دهیم. اضطراب یکی از موانع اصلی در برقراری ارتباط و به خصوص فن بیان قدرتمند است. با کمک فن‌ها می‌توانیم از اضطراب بکاهیم و حتی آن را مدیریت کنیم. تحقیقات نشان می‌دهند، حدود ۷۵ درصد افراد در هنگام سخنرانی عمومی احساس اضطراب می‌کنند.

تمرین منظم و تجربه

به گفته موریس بلوم، «تمرین مداوم کلید موفقیت است.» تمرین منظم فن بیان و سخنوری، از جمله ضبط سخنرانی‌ها و تحلیل آن‌ها، می‌تواند به بهبود مهارت‌ها کمک کند. معلمان می‌توانند در محیط‌هایی مانند کلاس درس، جلسات والدین و کارگاه‌ها تمرین کنند. این کار به آشنایی بیشتر با شرایط و در نتیجه افزایش اعتماد به نفس می‌انجامد.

تابلوی اعلاناتی به نام بازخورد

در یافت بازخورد از مخاطبان (همکاران و دانش‌آموزان) کمک می‌کند نقاط قوت و ضعف خود را بشناسیم و در نتیجه به سمت بهبود کیفی حرکت کنیم. این بازخورد می‌تواند به شکل نظرسنجی‌ها یا جلسه‌های مشاوره‌ای باشد. با نظرسنجی‌های ناشناس، امکان جمع‌آوری نظرات صادقانه فراهم می‌شود. برای مثال، معلمان می‌توانند از دانش‌آموزان بخواهند نظرات خود را درباره سخنرانی‌ها و روش‌های تدریس ارائه دهند.

در عین حال، برگزاری جلسه‌های مشورتی با همکاران برای تبادل نظر و دریافت بازخورد می‌تواند مفید باشد.



شرکت در کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی مرتبط می‌تواند به ارتقای قابلیت‌ها و کسب قدرت حرفه‌ای منجر شود. دوره‌ها می‌توانند شامل تمرین‌های عملی یا حتی جلسه‌های مشاوره تخصصی باشند که تقویت مهارت‌های فردی را در پی دارد



مؤثرترین فن‌های مهار اضطراب

تنفس عمیق

این فن در آرامش دستگاه عصبی مؤثر است و از احساس اضطراب می‌کاهد. کافی است قبل از سخنرانی چند دقیقه تنفس عمیق داشته باشیم تا آرامش بیشتری پیدا کنیم.

مراقبه و تمرکز

تمرین‌های مراقبه کمک می‌کنند ذهن خود را آرام کنیم و بر سخنرانی خود تمرکز بیشتری داشته باشیم. استفاده از برنامه‌های مراقبه هم می‌تواند یک راهکار عملی باشد. تمرین‌های متعددی چون گوش دادن و حرف زدن هم‌زمان، تمرین تنفس خودآگاه، توجه و تشخیص صداها، دور، راهکارهای مناسبی برای تمرکز تلقی می‌شوند.

شبیه‌سازی سخنرانی

تمرین سخنرانی در مقابل آینه یا ضبط کردن و گوش دادن به آن باعث می‌شود بر توانمندی خود تسلط بیشتری پیدا کنیم و نسبت به موقعیت پیش رو آگاه‌تر باشیم. در نتیجه این شناخت، نقاط مبهم و مجهول به موقعیت‌هایی شفاف تبدیل می‌شوند و حس آرامش جای تنش را می‌گیرد. همچنین، سخنرانی در جمع‌های کوچک‌تر، قبل از حضور در جمع‌های بزرگ‌تر، ترند اثرگذاری در غلبه بر اضطراب به شمار می‌آید.

اتاق تاریک ذهن

این فن شامل تجسم یک مکان آرام و دلپذیر است که فرد می‌تواند به آنجا برود تا از فشار روانی و اضطراب فاصله بگیرد. این روش به کاهش تنش و افزایش آرامش کمک می‌کند. به گفته مایکل نیوپورت، «تجسم مثبت می‌تواند به شما کمک کند از افکار منفی فاصله بگیرید و روی اهداف خود تمرکز کنید.»

تجسم مکان آرامی مانند یک ساحل یا جنگل، همراه با صداها، تصویرها و احساسات مرتبط با آن خالق آرامش خواهد بود. در حین تجسم، تنفس عمیق و تمرکز بر روی تنفس، ذهن را از افکار منفی پاک می‌کند.

شناخت ترس‌ها

برای مدیریت ترس‌ها به شناخت و درک آن‌ها نیاز داریم. فن‌های مواجهه‌سازی و تمرین‌های رفتاری که فرد را با ترس‌هایش مواجه می‌کنند، به مهار این فرایند کمک می‌کنند. به عقیده آنتونی رابینز، «بسیاری از ترس‌ها تنها در ذهن ما وجود دارند و با مواجهه با آن‌ها می‌توانیم بر آن‌ها غلبه کنیم.»

مواجهه‌سازی تدریجی یکی از فن‌های مدیریت ترس است. استفاده از متن‌های ساده‌تر و تدریس یا سخنرانی در جمع خانواده یا هر جمع کوچک دیگر و به تدریج به جمع‌های بزرگ‌تر منتقل شدن، از نمونه‌های این فن هستند. در این فرایند، به تدریج با

احساس خود آشنا می‌شوند و بر آن‌ها غلبه و آن‌ها را مدیریت می‌کنند. همچنین نوشتن ترس‌ها و افکار منفی به شفاف شدن آن‌ها و کاهش تأثیر آن‌ها می‌انجامد. این فن می‌تواند به عنوان یک تمرین روزانه انجام شود.

در گام دوم این مقاله، با فرض تسلط نسبی بر خود، توانایی‌ها و ضعف‌ها، لازم است به سراغ ادراک مناسب از مخاطب برویم.

* روان‌شناسی مخاطب

مقصود از این عنوان، بررسی ابعادی از مخاطب است که شناخت و آگاهی نسبت به آن‌ها در مسیر ارتباطات ضروری است، نه تجسس یا ورود غیر مجاز به حریم افراد. لذا برای حفظ این مرز ظریف، به دانش و دقت فراوان نیاز است. اصلی‌ترین عنوان‌هایی که در خصوص مخاطب به آن‌ها توجه می‌کنیم، به این ترتیب هستند:

مخاطب‌شناسی

این مقوله از چند جنبه مورد نظر است؛ از جمله سن، جنسیت، سطح فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی، مذهب و قومیت، که آگاهی نسبت به هر یک، شعاعی را برای دایره ارتباطی ما تعیین خواهد کرد. به طور طبیعی، این دایره ارتباطی بر ادبیات و بیان ما تأثیر خواهد گذاشت. حتی در مواردی، با شناخت سطح مخاطب، برای حفظ ارتباط از آسیب‌های محتمل، دچار محدودیت‌هایی خواهیم شد. به عنوان نمونه، لحن کلام در مخاطب کودک با قشر دانشگاهی متفاوت است، یا ادبیات کلامی در مخاطب درون‌گرا با مخاطب برون‌گرا فرق دارد.

درک نیازهای مخاطب

درک نیازها و انتظارات مخاطب کلید موفقیت در سخنوری است. ابراهام مازلو، روان‌شناس معروف، در نظریه نیازهای خود می‌گوید: «افراد تنها زمانی به یادگیری و پذیرش اطلاعات جدید می‌پردازند که نیازهای پایه‌ای آن‌ها برآورده شده باشند.» لذا ما باید به علاقه‌ها و نگرانی‌های مخاطبان خود توجه کنیم تا بتوانیم پیام خود را به طور مؤثر منتقل کنیم.

برای تبیین نقش درک مخاطب در فن بیان، برای مخاطبان اصلی این مقاله (معلمان و فعالان آموزش و پرورش)، به دو مورد اساسی می‌توان اشاره کرد:

شناسایی نیازها

به عنوان نمونه، همکاران عزیز محتوای آموزشی و تربیتی خود را با شناسایی نیازهای آموزشی و عاطفی دانش‌آموزان و بر اساس این شناخت تنظیم می‌کنند. این کار می‌تواند از طریق نظرسنجی‌ها و گفت‌وگوهای مستقیم با دانش‌آموزان انجام شود.

تنظیم زبان و لحن

انتخاب زبان و لحن مناسب بر اساس نیازهای مخاطب

می‌تواند بر درک و پذیرش پیام تأثیر زیادی داشته باشد. برای مثال، معلمان با استفاده از زبان ساده و قابل فهم دانش‌آموزان دوره‌های گوناگون، لحن خود را نیز با توجه به موضوع و مخاطب تنظیم می‌کنند.

ایجاد ارتباط عاطفی

برقراری ارتباط عاطفی با مخاطب می‌تواند بر درک و پذیرش پیام تأثیر زیادی داشته باشد. دانیل گلمن، نویسنده کتاب «هوش عاطفی»، تأکید می‌کند، «توانایی برقراری ارتباط عاطفی با دیگران، کلید موفقیت در هر نوع ارتباط است.» استفاده از داستان‌ها و تجربه‌های شخصی می‌تواند به ایجاد این ارتباط کمک کند. داستان‌ها در ایجاد ارتباط عاطفی و درک بهتر موضوع نقش بسزایی دارند. بهره‌گیری از تجربه‌های شخصی یا داستان‌های تاریخی مرتبط با موضوع درس نیز در همین قالب قرار می‌گیرد.

تحلیل زبان بدن مخاطب

دریافت‌های صحیح از عکس العمل‌های غیرکلامی افراد، از ضروریات جوامع امروز و ارتباطات مؤثر است. شناخت علم زبان بدن و تحلیل صحیح آن، بازخوردی شفاف از تمایلات داشتن یا نداشتن مخاطب به ادامه ارتباط و به عبارتی شنیدن است. مواردی چون خمیازه کشیدن، بازی کردن با دست‌ها و برقرار نکردن ارتباط چشمی، نشان از ضعف کانال ارتباطی و ضرورت نیاز به اصلاح یا تغییر فرایند انتقال پیام دارند. علم زبان بدن در ریجه وسیعی از شناخت مخاطب به روی ما باز می‌کند. در شماره‌های بعد این موضوع به تفصیل واکاوی خواهد شد.

* نتیجه‌گیری

روان‌شناسی به عنوان یک علم، ابزارهای متعددی برای بهبود فن بیان و سخنوری در اختیار معلمان و مدیران آموزش و پرورش قرار می‌دهد. با استفاده از فن‌های مهار اضطراب، درک نیازهای مخاطب و تمرین منظم، می‌توان مهارت‌های ارتباطی را بهبود بخشید. این امر نه تنها به ارتقای کیفیت آموزش کمک می‌کند، بلکه به ایجاد محیطی مثبت و مؤثر در فرایند یاددهی یادگیری نیز منجر می‌شود.

منابع

۱. هارل، رابرت (۱۳۸۳). ارتباط مؤثر. سعید علی میرزایی. سارگل. تهران.
۲. خادمی، آروین (۱۳۹۸). قدرت ارتباط. نظری. تهران.
۳. مصاحبی، محمد رضا (۱۳۸۱). روان‌شناسی ارتباطات. پردژ. تهران.
۴. لوندن، لیل (۱۳۹۶). چطور با هر جور آدمی ارتباط برقرار کنیم. فرخ بافنده. بخشایش. تهران.

نقش قوانین در زندگی معلمی

رعایت

نکته

جایزه

هی نشی

لیلا سلیقه‌دار
دکترای برنامه‌ریزی آموزشی



یک تجربه معلمی از قانونمندی

به عنوان ناظر در کلاس حاضر شدم. قرار بود درباره شیوه مدیریت کلاس درس بررسی کنم. انتهای کلاس نشستم و مثل همیشه تلاش کردم با عدسی نظارت رخدادهای کلاسی را مشاهده کنم. معلم مشغول ارائه فعالیت‌های گوناگون شد. در ادامه، هنگامی که می‌خواست موضوعی را برای بچه‌ها شرح دهد، مطابق عادت، گوشه میز معلم نشست و روبه کلاس شروع به صحبت کرد. نگاهم به دانش‌آموزان افتاد که برخی خسته شده بودند، از جایشان بلند می‌شدند، زیر میز می‌رفتند، با وسایل روی میز بازی می‌کردند و یکی دو نفر هم روی گوشه‌ای از میزشان نشسته بودند. معلم با مشاهده این وضعیت به دانش‌آموزان تذکر داد

اشاره

زندگی در ماهیت خود از قاعده‌هایی برخوردار است که شناخت و پیروی از آن‌ها به بهبود شرایط و بالا رفتن رضایت از زندگی می‌انجامد. در این میان، هر اندازه مریبان و معلمان بر قواعد سازنده زندگی شناخت و تسلط بیشتری داشته باشند، به همان نسبت بر زندگی مخاطبان و یادگیرندگان اثر می‌گذارند. به عبارت دیگر، دانش آموزان علاوه بر اینکه از گفتار معلم و درخواست و انتظارات آن‌ها می‌آموزند، از آنچه مریبان در رفتار و زندگی خود به آن پایبند هستند نیز تأثیر می‌پذیرند. از این رو نقش قانونمندی معلم در سبک زندگی آن‌ها اهمیت بسیاری دارد.



تا توجهشان را جلب کند. بعد با حالتی سؤال گفت: بچه‌ها، قانون کلاس ما چی بود؟ ماروی میز...؟ و منتظر ماند تا بچه‌ها جای خالی را کامل کنند. نگاه دانش‌آموزان جالب بود که با کمی مکث و نگاه به معلم گفتند، روی میز نمی‌نشینیم! بعد هم یکی از همان‌هایی که روی میز نشسته بود، فوری پایین پرید و گفت، خانم شما چرا نشسته‌اید؟!

✱ شما تا چه اندازه قانونمند هستید؟

هنگامی که از قانون و قاعده‌گذاری صحبت می‌شود، معمولاً به دنبال نظم و رشد و هم‌افزایی پیرامونی هستیم. در چنین شرایطی، قوانینی که به تکرار و به‌باور می‌رسند، به نوعی از سبک زندگی تبدیل می‌شوند. بنابراین، بدون توجه به پیامدهای نتایج مرتبط با رعایت نشدن قانون، به آن‌ها پایبند می‌شویم. پذیرش قوانین جدید از سوی فردی که قانون‌مداری درونی دارد، از اثرگذاری بالاتر نیز برخوردار است.

✱ قوانین زندگی‌تان را فهرست کنید

برای اینکه بتوانید تصویر درستی از میزان قانون‌مداری در زندگی خود داشته باشید، لازم است آنچه را به عنوان قاعده زندگی دارید، فهرست کنید. در روال روزانه خود به چه مواردی به چشم یک قاعده مهم پایبند هستید؟ چه قوانینی را به عنوان خط قرمزهای کلی در زندگی خود متصور می‌شوید؟ تا چه اندازه از قواعد مربوط به اجتماع پیروی می‌کنید؟ آیا علاوه بر قواعد شخصی، به قوانین و انتظاراتی که اطرافیان دارند توجه می‌کنید؟

✱ قوانین را ارزش‌گذاری کنید

یکی دیگر از اقداماتی که می‌تواند به شناخت بهتر قواعد و میزان قانونمندی شما کمک کند، ارزش‌گذاری قواعدی است که بدان پایبند هستید. ممکن است برخی قواعد، به‌ویژه قاعده‌های شخصی، اثرگذاری و ارزش‌سازندگی پایین‌تری داشته باشند. به همین دلیل کنار گذاشتن آن‌ها یا نادیده گرفتنشان برای زمان موقت چندان اهمیتی ندارد. در مقابل، برخی قواعد اهمیت بالایی دارند و روی گرداندن یا نادیده گرفتن آن‌ها به هیچ صورتی موجه و مقبول نیست. ارزش‌گذاری قوانین می‌تواند به شناخت درست قاعده‌ها و در نهایت به احساس ضرورت بیشتر برای توجه و پایبندی به آن‌ها بینجامد.

✱ باورمندی خود را بررسی کنید

در ادامه آشنایی بیشتر با میزان و سطح قانونمندی خود، ببینید تا چه اندازه برخی قاعده‌ها در ذهن شما به‌باور راسخ تبدیل شده‌اند و بر اساس خواست درونی و مبتنی بر اعتقاد نسبت به آن رفتار می‌کنید. این حالت زمانی رخ می‌دهد که قاعده‌ها به سبک زندگی تبدیل شده‌اند و به همین روی فرد درباره آن‌ها به رده بالایی از اخلاقمندی رسیده است.

✱ نگاهی به برخی قواعد ضروری

در کنار قاعده‌های رفتاری مهم می‌توان به قوانین دیگری نیز اشاره کرد که بر روند معلمی و زندگی مخاطبان در فرایند یادگیری تأثیر سازه‌ای دارند. در میان قوانین رفتاری، مواردی چون نظم، ادب، احترام، آراستگی، عدم فراموش کاری و خوش‌قولی شامل رفتارهای پر تکرار و پراهمیت محسوب

می‌شوند. در عین حال، دیگر پایبندی‌های قواعدی را نشانه می‌گیرند که بیشتر جوانب حرفه‌ای را شامل می‌شوند. برای مثال، رعایت این قاعده که «وظایف خود را به کارهای کوچک‌تر تقسیم کنید»، یکی از قاعده‌های مهم حرفه‌ای است که می‌تواند از ناامیدی و ناکامی در مسیر پیشگیری کند. یادگیری و پایبندی به این موضوع برای دانش‌آموزان اهمیت بسیار زیادی دارد و تنها معلمانی که خود به این قاعده پایبند هستند می‌توانند در رفتار و باور مخاطبان اثرگذاری داشته باشند. در این زمینه، ماری آستین می‌نویسد: «سخت‌کوشی خود را به اجزای تشکیل‌دهنده آن کار تقسیم کنید. این کار باعث می‌شود ببینید موانع در کجا قرار دارند تا بتوانید برای غلبه بر آن‌ها آماده باشید.» همچنین، جرارد دان فورد می‌نویسد: «پیروزی‌های کوچک می‌توانند افزایشی و کاملاً بی‌اهمیت به نظر برسند، اما می‌توانند زندگی کاری را فوق‌العاده تقویت کنند. علاوه بر این، پیروزی‌های کوچک می‌توانند در پیشرفت‌های بزرگ مانند سنگ‌های یک کوه به دور هم جمع شوند.»

✱ قانون ذهن هوشیار و نیمه هوشیار

از دیگر قواعد حرفه‌ای اثرگذار، توجه به تأثیر ذهن بر رفتار و تبدیل قانون‌ها به عملکرد است. وقتی از قوانین زندگی صحبت می‌شود، نگاهمان نباید صرفاً به قانون فیزیکی و اجتماعی محدود شود، بلکه نکته این است که در دنیای بزرگ ذهن انسان چه چیزی وجود دارد که به رفتار و عملکرد تبدیل می‌شود؟ ذهن انسان سه بخش دارد: هوشیار؛ نیمه هوشیار؛ هوشیاری برتر. ذهن هوشیار انسان همان قدرت فکر اوست که به دنیای بیرون تعامل دارد و هر آنچه را به‌طور مکرر می‌بیند و از طریق حواس دریافت می‌کند، به‌باور و حس تبدیل می‌کند. همین ویژگی انسان را از سایر موجودات عالم هستی متمایز می‌کند و خداوند آن را مایه کرامت و برتری او قرار داده است.

ذهن نیمه هوشیار شامل همان احساس و باورهای است که در ذهن هوشیار شکل می‌گیرند و به سرعت در دنیای بیرون نمود پیدا می‌کنند. به عنوان مثال، افرادی که دائماً به فقر می‌اندیشند، از تلاش و ایده‌های ثروت‌ساز فاصله می‌گیرند و فقیرتر می‌شوند. همچنین، افرادی که به بیماری فکر می‌کنند، بیشتر در معرض آن قرار می‌گیرند. حتی اگر برای آن بیماری زمینه ارثی نداشته باشند.

نتیجه اینکه انرژی مخربی که از افکار و احساسات منفی یا ردای اخلاقی ایجاد می‌شود، بسیار قوی و سریع‌الوقوع است. پس به جای تمرکز بر این افکار باید به اهداف بلند و شایسته بیندیشیم.



برای معلمان ضروری است قواعد رفتاری و قوانین زندگی را بشناسند و نسبت به آن‌ها متعهدانه رفتار کنند



* قانون جهان آینه‌ها

قانون دیگری که می‌تواند به لحاظ اثرگذاری حرفه‌ای بر دانش آموزان اهمیت ویژه‌ای داشته باشد، قانون جهان آینه‌هاست. این قانون اشاره می‌کند که به جای گله و شکایت از جهان و توجه به حال درونی دیگران، به خودت پرداز و پاک‌سازی را از درون خودت آغاز کن. به عبارت دیگر، به جای فرافکنی، به خود و بررسی و تحلیل درونت مشغول باش. این امر به میزان مسئولیت‌پذیری در رخداد‌های پیرامونی اشاره می‌کند. در چنین شرایطی، بیشتر از اینکه منتظر اقدامات دیگران باشیم، سهم خود را تشخیص دهیم و در تلاش برای بهبود شرایط بکوشیم.

* قاعدهٔ ترسیدن از شکست

زندگی سرشار از فرصت‌ها و چالش‌های گوناگون است و در صورتی که از قاعدهٔ عدم مقاومت در برابر ترس‌ها پیروی کنیم، در این صورت می‌آموزیم که به

جای مبارزه با مسائل، با چالش‌ها روبه‌رو شویم و از آن‌ها به عنوان فرصت رشد و پیشرفت استفاده کنیم. برای این منظور، طی کردن مسیری مثل این مسیر سه قدمی راهگشاست:

- / ایمان و توکل به ربوبیت و قدرت خداوند؛
- / شناخت مسئله؛
- / مقاومت و تلاش برای به کارگیری شیوهٔ فعالانهٔ حل مسئله.

* کوتاه‌سخن

قواعد و پایبندی به قوانین در زندگی و به ویژه زندگی حرفه‌ای معلمان از نقش و تأثیر بالایی برخوردار است. معلمی که تلاش می‌کند اعتنای لازم را به قواعد ضروری و ارزشمند داشته باشد، علاوه بر اثرگذاری مستقیمی که بر آموزش و فراگیری مخاطبان نسبت به پایبندی قوانین دارد، می‌تواند به صورت غیرمستقیم نیز ارزشمندی قواعد زندگی و احترام به آن‌ها را به یادگیرندگان نشان دهد. از این رو، بیش از هر حرفهٔ دیگری، برای معلمان ضروری است قواعد رفتاری و قوانین زندگی را بشناسند و نسبت به آن‌ها متعهدانه رفتار کنند. در غیر این صورت، جریمهٔ آن، علاوه بر لطمهٔ فردی، به دلیل توجه نکردن معلم به قوانین زندگی، زندگی غیرمتعهدانهٔ دانش آموزان خواهد بود.

بیشتر بخوانیم، بیشتر بدانیم

۱. تمپلار، ریچارد (۱۳۹۳). قواعد زندگی درست. ترجمهٔ فرشته صالحی. مؤسسه خدمات فرهنگی رسا. تهران.
۲. گرین، رابرت (۱۴۰۰). قوانین روزانه. ترجمهٔ ارسام هوراد. نوین توسعه. تهران.
۳. پیترسون، جوردن بی (۱۴۰۰). دوازده قانون زندگی. ترجمهٔ حامد رحمانیان و هادی بهمنی. نوین توسعه. تهران.
۴. کلیپر، جیمز (۱۴۰۳). خرده عادت‌ها. ترجمهٔ زهرا صادقی. میلکان. تهران.

صفر تا صد «نوشتن هدف از جنس شایستگی»



فرزانه نوراللهی

کارشناس فیزیک و
مدرس کشوری طراحی آموزشی

چالش‌ها

آموزه‌ها

شما جزو کدام دسته افراد هستید؟
/ افرادی که حافظ و نگهبان محیط زیست هستند و در هر شرایطی برنامه و اقدامات عملی جدی برای آن دارند.

/ افرادی که آگاهی‌های خوبی نسبت به محیط زیست دارند، اما اقدامی نمی‌کنند چون فکر می‌کنند تلاش‌های فردی در این زمینه به جایی نمی‌رسد.

/ افرادی که روند موجود زندگی در محیط زیست را عادی می‌دانند و از نظر ایشان توسعه شهری ناگزیر از تخریب محیط زیست است.

/ افرادی که در این زمینه فکری نمی‌کنند و مسئولیت این موضوعات را به عهده شهرداری و نهادهای مربوط می‌دانند.

چالش پیش‌رو سال‌هاست در رسانه‌ها و کتاب‌های درسی مطرح شده است، اما حداقل در جامعه آموزشی خودمان روندی جدی برای بهبود شرایط و اصلاح سبک زندگی و حفظ محیط زیست به چشم نمی‌خورد. در زندگی روزمره شاهد آن هستیم که:

- / بسیار زباله تولید می‌کنیم.
- / زباله‌ها را تفکیک نمی‌کنیم.
- / تعریف علمی و عملی برای زباله نداریم. (خیلی از چیزهایی که دور می‌ریزم زباله نیستند.)
- / زباله‌ها را بدون کاهش حجم به سطل زباله انتقال می‌دهیم.
- / زباله‌های پلاستیکی را در طبیعت رها می‌کنیم.
- / فاضلاب شونده‌های شیمیایی مابه‌زمین‌های کشاورزی راه دارند.
- / راهکارهای متعدد برای بازیافت زباله‌های خشک نداریم.
- ...

در شماره‌های ۳ و ۴، تعریفی کلی از مدل و الگوی «سه ضلعی برای تعالی مدرسه از طریق اصلاح فرایند یادگیری» آقای دکتر محمود امانی را ارائه دادیم. در این شماره قصد داریم اولین مؤلفه از ضلع طراحی آموزشی را تحت عنوان هدف از جنس شایستگی تبیین و تشریح کنیم.

برای اینکه طرح آموزشی مؤثر و جذابی بنویسید، باید قادر باشید در ابتدا هدف از جنس شایستگی را به صورت درست و کاربردی تعریف کنید. این کار اولین اقدام مهم از چهارده مؤلفه طراحی آموزشی است که به تجربه و کمی خلاقیت نیاز دارد تا مسیر یادگیری را به شکل هموار و هیجان‌انگیز برای دانش‌آموز تسهیل کند.

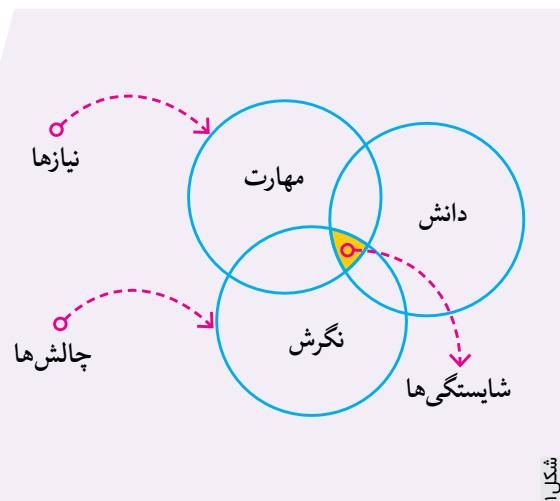
عموم معلمان در طرح درس نویسی

کلیدواژه‌ها: طراحی آموزشی، محیط زیست، هدف از جنس شایستگی، فعالیت‌های یادگیری



در الگوی معرفی شده، هدف را نمی توان از جایی برداشت کرد و خود معلم متناسب با شرایط آن را خلق می کند

در واقع، معلم با انتخاب موضوع درسی که از برنامه درسی برداشت می کند^۱ و طراحی یک بستر جذاب که عموماً از چالش های زندگی واقعی گلچین می شود و چپنیش یک سناریوی کاربردی و مهارتی بر اساس عملکرد دانش آموزان، می تواند این نوع هدف را بنویسد. این هدف را نمی توان از جایی برداشت کرد و خود معلم متناسب با شرایط آن را خلق می کند. شکل ۱ این موضوع را بهتر تبیین می کند:



با شرح یک مثال واقعی که در کارگاه آموزش دبیران اجرا شده است، شکل ۱ را تبیین می کنیم.

با واژه های هدف های رفتاری، نگرشی، دانشی و مهارتی آشنایی دارند. اما در حال حاضر استفاده از این نوع هدف نویسی به تنهایی پاسخ گوی نیازهای دانش آموزان نیست. وقتی یک مفهوم درسی به شکل دانشی تدریس می شود، عموماً دانش آموزان احساس غیر مفید بودن از یادگیری این مفهوم را دارند و این سؤال به دفعات در ذهنشان نقش می بندد: «این مطالبی که مجبوریم در مدرسه بخوانیم و حفظ کنیم در کجای زندگی ما کاربرد دارد؟» از طرف دیگر، ما معلمان غالباً از فقدان یا کمبود مسائل ارزشی و تربیتی بین دانش آموزان گلایه و شکایت داریم. اولیای دانش آموزان نیز در برقراری ارتباط سازنده و مؤثر با فرزندانشان احساس عجز و ناتوانی می کنند. به راستی مگر قرار نیست آموزش مدرسه، دانش آموزان را برای زندگی واقعی امروز و آینده آماده کند و این مسیر یادگیری، نیازهای ایشان را بر آورد؟ پس چرا این هماهنگی بین درس، معلم و نیازهای واقعی دانش آموزان وجود ندارد! غفلت در کدام قسمت است؟ در الگوی معرفی شده، مؤلفه «نوشتن هدف از جنس شایستگی» این مسئله را حل کرده است و با تلفیق هدف های دانشی، ارزشی و مهارتی، به نوشتن یک هدف واحد از جنس شایستگی بسنده می کند. (جدول ۱)

سفر یادگیری ← طراحی مسیر به منزله تعیین فعالیت های یادگیری

۱	نوشتن اهداف در قالب شایستگی	انتظار می رود دانش آموز در پایان فرایند یادگیری به چه نوع تولید ذهنی یا فکری برسد و چه توانمندی هایی از خود نشان دهد؟
۲	طراحی دقیق، رشد دهنده، تدریجی، سیر منطقی، پله های ارزشمند و قابل دستیابی	طی مسیر با پیچوند چه مسیرهایی امکان پذیر است؟ این پله ها (مجموعه فعالیت ها)، سناریوی یادگیری یا طراحی آموزشی قابل اجرا توسط معلم است.
۳	یک شروع خوب	چشم اندازی جذاب پیش روی دانش آموز گشوده می شود تا بداند مطالب یاد گرفته شده در زندگی به چه صورت کاربرد دارد.
۴	توجه به پیش دانسته ها	معلم می تواند پیش دانسته های دانش آموزان را احصا کند و در صورت مشترک نبودن آن ها، فعالیتی را برایشان تدارک ببندد تا نقطه شروع یادگیری شان یکی شود.
۵	انتخاب الگوی تدریس	الگوی بارش فکری، الگوی اعضای تیم، الگوی دریافت مفهوم، الگوی کاوشگری و ...
۶	یادگیری فعال، تولید مفهوم توسط یادگیرنده	فعالیت ها چگونه به تولید مفهوم توسط دانش آموزان می انجامد.
۷	یادگیری مشارکتی، اجتماعی و گروهی	چه حجمی از فعالیت عملی، بحث و گفت و گو، حل مسئله و امتحان به صورت گروهی همراه با تبادل نظر انجام می شود؟
۸	سطوح بالایی عملکرد	آیا طرح مسئله پیچیده تر یعنی سطح عملکرد بالاتر (یادشوارتر)؟
۹	کار بست آموخته ها در موقعیت جدید	توجه به وجه کاربردی و مفید بودن یادگیری
۱۰	توجه به تفاوت های فردی در یادگیری	توجه به هوش های چندگانه، سبک های یادگیری و وجوه شخصیتی و فرهنگی متفاوت دانش آموزان به صورت وجود فعالیت های موازی و انعطاف پذیر در طراحی آموزشی، توجه به فعالیت های یابگری به شمار می آید.
۱۱	رویکرد تلفیقی	استفاده از یادگیری زمینه محور و رویکرد تمانتیک در سازمان دهی محتوای یادگیری از روش های پیشرفته برنامه ریزی درسی به شمار می آید.
۱۲	جلوه ارائه و ارزشیابی	در طراحی آموزشی جایگاه مطلوبی که یادگیرنده در پایان فرایند یادگیری به آن دست می یابد مشخص است.
۱۳	فعالیت های خارج از کلاس، کلاس معکوس	باید مسیری برای ادامه یادگیری در بیرون کلاس ترسیم شود که دقیقاً به سناریوی داخل کلاس مربوط می شود.
۱۴	فرانشااخت	در پایان فرایند یادگیری بهتر است یادگیرنده نگاهی از فراز به سیر و سفر خود در مسیر یادگیری این درس بیندازد و چگونگی حرکت خود را در این مسیر بازشناسی و تحلیل کند.

جدول ۱. طراحی آموزش: مهم ترین اقدامات و مراقبتهایی که به شکل گیری فرایند مؤثر یادگیری منجر می شود.



* نگاهی به یک روایت

در کارگاه‌های چندروزی که با معلمان داریم، مسئولیت پذیری میان وعده و ناهار با گروه برگزارکننده است. رسم بر این است که شرکت کنندگان (معلمان یا مدیران یا کارکنان آموزشی مدرسه‌ها)، پس از صرف ناهار یا میان وعده، مکان را ترک کنند و افرادی برای نظافت و جمع آوری وسایل باقی مانده، میزها را تمیز می‌کنند. در یکی از این کارگاه‌ها در خدمت معلمان علوم ابتدایی منتخب سراسر کشور بودیم. قرار شد خودمان را به عنوان معلم علوم از بالا مشاهده کنیم. یکی از دوستان مأمور تهیه عکس از میزهای پذیرایی پس از اتمام زمان استراحت شد. با توجه به بحث حفظ و پاکیزگی محیط زیست، که یکی از موضوعات مهم کتاب علوم ابتدایی است و به لحاظ دانشی این موضوع را به طور مرتب به دانش آموزان یادآوری می‌کنیم، فرصت خوبی پیش آمده بود تا عملکرد خودمان را از بیرون ببینیم. عکس‌هایی که از میزها گرفته شده بود، واقعیت را این گونه بیان می‌کرد:

مصرف بی‌رویه ظرف‌های یک بار مصرف، هم از طرف مهمان و هم از طرف میزبان. به عنوان نمونه، غالباً برای هر بار آب خوردن یک لیوان جدید استفاده می‌شد. در صورتی که از هر لیوان می‌توان چند بار استفاده کرد و تنها مسئولیت نگهداری لیوان را عهده‌دار شد؛ گرچه بهترین روش آن است که هر فرد با خود یک لیوان همراه بیاورد و کل نوشیدنی‌های گرم و سرد را با لیوان خود میل کند.

بطری‌های آبی که بخشی از آن‌ها نوشیده شده بودند و بطری نیمه‌پر روی میز رها شده بود. غیر از اینکه مسئولان نظافت این بطری‌های نیمه‌پر را به شکل کامل داخل سطل زباله می‌انداختند و آب درون آن‌ها اسراف می‌شد، حجم بسیار بزرگ و سنگینی زباله نیز تولید شد.

مانده‌های غذاها و میوه‌ها. غذاها بدون احساس مسئولیت نسبت به خوردن آن‌ها، در ظرف‌ها باقی مانده بودند و در پایان کار، همراه با ظرف، داخل سطل زباله انداخته شدند. اگر هر فردی در قبال میزانی که می‌خورد احساس مسئولیت کند، می‌تواند به اندازه نیاز بخورد و در ابتدای کار، بخشی از غذای زیادی را به ظرف تمیزی منتقل کند تا اسراف نشود.

موارد جانبی دیگر از جمله مصرف زیاد سفوف‌های یک‌بار مصرف و در نهایت دورریختن آن‌ها به سطل زباله، بدون تفکیک نوع زباله‌ها... و زمان زیادی که مسئولان نظافت باید صرف پاک‌سازی محیط کنند. در صورتی که هر فرد با صرف زمان بسیار



برای پی بردن به نظم و عظمت آفرینش، داشتن یک سناریوی تدریجی و هماهنگ با درس الزامی است و محصول آموزش است

محدودی می‌تواند نظافت و پاک‌سازی محل خوردن خود را به عهده گیرد. دقت کنید که این کارگاه‌ها شکل می‌گیرند تا راهکارهای تازه و کاربردی تدریس به معلمان آموزش داده شوند! آیا محصول آموزش صحیح، غیر از این است که بتوانیم مسائل ساده زندگی را به بهترین شکل حل کنیم؟ ما معلمان این توانایی را داریم که اشکال‌های فرهنگ را تغییر دهیم و در اجتماع ساده معلمی بکوشیم این همه به محیط زیست آسیب نزنیم. ببینیم این موضوع را چگونه می‌توانیم با اهداف آموزشی یکی کنیم؟

پیچیدگی نوشتن هدف از جنس شایستگی در این قسمت کار نهفته است؛ اینکه بتوانید ایده‌های جذاب را در اطراف خود انتخاب کنید. برای معلم دغدغه‌مندی که علاقه دارد آموزش در کلاس را به مسائل روزانه زندگی پیوند دهد، اسراف و رعایت بهداشت محیط زیست به عنوان یک مسئله و هدف ارزشی و نگرشی در کنار مهارت مسئولیت پذیری قرار می‌گیرد.

هدف دانشی: مخاطب بداند لازم است ظرف‌های پلاستیکی و غیرقابل بازیافت را برای حفظ محیط زیست، در طبیعت رها نکند و به درون سطل بازیافت بیندازد. **هدف مهارتی:** مخاطب با انجام فعالیتی، به مهارت مسئولیت پذیری به عنوان یک مسئولیت مهم پی ببرد. **هدف نگرشی:** مخاطب برای استفاده بهینه از منابع و دوری از اسراف کردن، در هنگام شرکت در کلاس، یک لیوان شخصی به همراه داشته باشد.

این معلم با در نظر گرفتن اهداف جزئی گفته شده می‌تواند هدفش را ارزشمند کند. یعنی مخاطبش در پایان آموزش قادر باشد به تولید فکری یا ذهنی برسد و توانمندی خاصی در او رشد پیدا کرده باشد.

بنابراین «هدف از جنس شایستگی» با ادغام اهداف جزئی گفته شده می‌تواند به این صورت نوشته شود: مخاطبان در تعامل گروهی، در مورد شیوه‌های کاهش حجم زباله و تفکیک زباله‌ها گفت‌وگو کنند و با ارائه راهکارهای اجرایی در زنگ استراحت و ناهار، آن را در گروه خود اجرا کنند و با تهیه عکس و نوشتن گزارش مختصر درباره آن، در جلسه بعد دو مورد را به دیگر دوستان ارائه کنند.

در هدف ذکر شده، اهداف دانشی، عملیاتی و کاربردی شده‌اند و مخاطبان ملزم به ارائه هستند. در این شرایط به استفاده از مهارت‌های عملی ناگزیر می‌شوند.

پس در جمع بندی آنچه لازم است در خصوص نوشتن هدف از جنس شایستگی بدانیم:

هدف به صورت اشتراک دانش، مهارت و نگرش و به صورت عبارت کامل و جمله



معنادار نوشته می شود و طولانی بودن آن در صورت دست یافتنی بودن هدف در جلسه های تنظیم شده، بلامانع است.

در نوشتن هدف حتماً باید دستیابی یادگیرنده به یک ارزش و فایده پس از آن لحاظ شود. به عبارت دیگر، یادگیری حتماً رشد دهنده باشد.

غالباً برای ارزشمند کردن هدف می توان از نیازها و چالش های محیط زندگی یادگیرنده استفاده کرد.

هدف باید طوری تعریف شود که توسط یادگیرنده قابل دستیابی باشد و یادگیرنده به کمک و انجام آن توسط افراد آگاه تر محتاج نباشد.

نوشتن هدف باید نهایت دو هدف از جنس شایستگی، برای واحد یادگیری کفایت می کند و تعریف متعدد اهداف معمولاً کاری بی فایده است و معلم را در فرایند یادگیری سردرگم می کند.

نمونه های بعدی به عنوان هدف از جنس شایستگی نوشته شده اند. فکر کنیم این اهداف چه تغییراتی لازم دارند تا از جنس شایستگی شوند؟

* نمونه ۱

۱. دانش آموز علت فرمول آب، آمونیاک و کربن دی اکسید را توجیه و بررسی کند.
۲. با توجه به آرایش الکترونی لایه آخر عنصر کربن، شکل های مختلف از ترکیبات عنصر کربن و هیدروژن را رسم کند و فرمول آن ها را بنویسد.
۳. با الهام از ترکیبات طبیعی موجود در محیط زندگی، چند ترکیب ساختمانی مثال بزند.
۴. با توجه به انواع پیوندها، بررسی کند چرا اکثر عناصر در طبیعت به صورت آزاد نیستند؟ (به عظمت آفرینش و نظم در خلقت هستی پی می برد.)
۵. با توجه به عناصر سازنده بدن، توجیه کند بیشتر ترکیبات تشکیل دهنده بدن از چه نوع هستند؟
۶. طبیعت بهترین الگو و بهترین آزمایشگاه است. پس با الهام از آن می توان هم به نظم آفرینش پی برد و هم مواد جدید خلق کرد.

توصیه ها

تعداد هدف های جزئی زیاد است یا می توان در قالب کلی تری این هدف را یکی کرد.
برای پی بردن به نظم و عظمت آفرینش، داشتن یک سناریوی تدریجی و هماهنگ با درس الزامی است و محصول آموزش است، نه عبارت مستقل و مستقیمی که دانش آموز پس از انجام یک فعالیت آن را تکرار کند. به عبارت دیگر، هدف

ارزشی و نگرشی به صورت درهم تنیده و کاملاً پنهان با طرح یادگیری است و نتیجه نهایی آن است که دانش آموز آن را کشف می کند.

بیشتر به بحث نظری و دانشی پرداخته شده است و در این درس، در هدف نشانی از مهارت های عملی برای فهم آموخته ها به چشم نمی خورد.

پیشنهاد

هدف از جنس شایستگی: دانش آموزان در گروه های خود با یادآوری لایه آخر عنصر هیدروژن و کربن، با ابزاری که در اختیار دارند، مدل مولکولی آمونیاک و کربن دی اکسید را بسازند و با توجه به مدل، فرمول آن را در دفتر خود یادداشت کنند. در نهایت بررسی کنند چند نوع ترکیب دیگر با این عنصر می توانند بسازند و نتیجه بررسی گروهی خود را به کلاس گزارش دهند.

* نمونه ۲

در شرایط حاضر که گرفتن مراسم تولد در خانواده ها بسیار پر رنگ و به یادماندنی است، تلفیق مهارت پخت کیک و خامه کشی آن با آموزش تخصصی (درس ۱ اعداد به زبان عربی) باعث می شود دانش آموزان به کاربرد و کارایی این آموزش ها در زندگی پی ببرند و با انجام آن توسط اعضای خانواده، در هزینه های مالی خانواده صرفه جویی کنند. دانش آموزان بتوانند به صورت گروهی (سه گروه) با خمیر انگبینی (فوندانتی) که در دسترس دارند، اعداد عربی را جدا کنند و روی کیک نصب کنند. گروه های دیگر (پنج گروه) اعداد را با مازیک روی بادکنک ها بنویسند و برای تزیین کلاس به دیوار نصب کنند تا اعداد عربی در ذهن دانش آموزان حک شوند و کاربرد آن ها در زندگی روزمره، به منظور یادگیری عمیق تر، درک شود.

توصیه ها

شفافیت در نوشتن هدف، کار سنجش هدف را سهل و آسان می کند. هدف به صورت دقیق نوشته شود و در متن آن ابهام به چشم نخورد. در اینجا جمله های استفاده شده در متن هدف ناقص و گاه بدون معنای خاص هستند و معلوم نیست آیا هدف پخت کیک و محاسبه هزینه های آن است؟ آیا مراد آموزش اعداد عربی با فعالیت است؟ آیا کاربرد اعداد در زندگی مهم است؟ آیا هدف گرفتن جشن تولد و دورهمی دوستانه است؟ مکان پخت کیک و فعالیت های مربوط به آن به طور دقیق مشخص شود و در حد توان گروه های دانش آموزی خارج باشد. انجام درست و لذت بخش این فعالیت که به فهم صرفه جویی در بچه ها منجر شود، مستلزم آموزش مقدماتی و تخصصی پخت کیک است تا مواد اولیه اسراف نشوند.

پیشنهاد

هدف از جنس شایستگی: دانش آموزان در فعالیت گروهی و ایستگاهی، اعدادی را که در آن ایستگاه نیاز دارند انتخاب می کنند و با استفاده از جمله های ساده عربی، آن را به صورت برجسب روی ایستگاه می نویسند. ایستگاه هم می تواند ترکیبی از قیمت کالای خوراکی، طول یک وسیله بعد از اندازه گیری و مجموع سن دانش آموزان گروه باشد. *



**برای معلم
دغدغه مندی
که علاقه دارد
آموزش در کلاس
را به مسائل روزانه
زندگی پیوند
دهد، اسراف و
رعایت بهداشت
محیط زیست
به عنوان یک
مسئله و هدف
ارزشی و نگرشی
در کنار مهارت
مسئولیت پذیری
قرار می گیرد**

پی نوشت

۱ برای دریافت برنامه درسی و اهداف آن، کتاب های راهنمای معلم در هر درسی، بهترین و در دسترس ترین گزینه هستند که می توانند در نوشتن هدف از جنس شایستگی به معلم کمک شایانی کنند.

انسانیت به چه معناست؟

برای درک مفهوم انسانیت، بهتر است معیارهایی را مشخص و رفتار هر فرد را در این راستا بررسی و تفسیر کرد. سعدی، شاعر پارسی گو، در شعر معروف خود، به درستی به برخی از مهم ترین معیارهای انسانی اشاره کرده است که می توانند مورد استناد مآ قرار گیرند:

بنی آدم اعضای یکدیگرند
که در آفرینش ز یک گوهرند
چو عضوی به درد آورد روزگار
دگر عضوها را نماند قرار
تو کز محنت دیگران بی غمی
نشاید که نامت نهند آدمی

سعدی در کلام خود برابری انسان ها، غم خواری با دیگران، تلاش برای کاهش آلام ورنج دیگر افراد جامعه و دغدغه مند بودن را به صراحت معیارهای رفتار انسانی عنوان می کند. کانت، فیلسوف شهیر آلمانی، نیز در همین راستا و به بیانی دیگر، اراده نیک را نقطه کانونی رفتار انسانی و اخلاقی بیان می کند. به عقیده او باید به گونه ای رفتار کرد که انسان ها برای مانده وسیله، بلکه هدف قرار گیرند (زالی و اخگر، ۱۴۰۰).

می توان ادعا کرد، آن تعلیم و تربیتی که زمینه فراهم کردن رفتارهای انسانی مورد اشاره یا حتی بخشی از آن ها را

پیشگفتار

پیش از این و در دو نوشتار نخستین، به دو هدف مهم برگرفته از سند تحول بنیادین، یعنی تقویت ایرانی بودن و اسلامی بودن، اشاره شد و به شیوه ای کاربردی، پیشنهادهایی در این راستا عرضه شد. در این بخش و به عنوان سخن پایانی، به سومین هدف تربیتی مهم مورد اشاره در این سند، یعنی تقویت انسان بودن، پرداخته می شود.

انسان موجودی پیچیده و با آینده ای نامشخص

خداوند در قرآن کریم به صراحت از کرامت ذاتی انسان (اسراء، آیه ۷۰) و مقام جانشینی (بقره، آیه ۳۰) بشر سخن می گوید. چنین انسانی شایسته توجهی ویژه است و تمامی اهداف تربیتی حول محور او شکل می گیرند. نکته قابل توجه اینجاست که انسان ابعاد گوناگون و پیچیده ای نیز دارد و با وجود داشتن فطرت الهی (روم، آیه ۳۰)، ظرفیت گرایش به نادرستی و کژی (یوسف، آیه ۵۳) نیز در او وجود دارد. بدیهی است که چنین انسانی را نمی توان به حال خود رها کرد. هنر تعلیم و تربیت در این است که زمینه گرایش به نیکی و تجربه خوبی ها را در او تقویت و موجبات نیک فرجامی او و در نهایت داشتن جامعه ای بهنجار و مطلوب را فراهم کند. حرکت در جهت تقویت انسان بودن، از جمله بهترین شیوه ها در طی این فرایند است.

با هم فکری
دانش آموزان
می توان در کلاس
مرام نامه ای
اخلاقی و
انسانی تهیه و
تدوین کرد

کلیدواژه ها: سند تحول بنیادین، انسان بودن، اخلاق، رفتار

جعفر چراغیان
دکترای فلسفه تعلیم و تربیت

انسانم

بخش سوم

آرزوست

فراهم کند، گام بلندی را در مسیر تقویت انسان بودن برداشته است. سند تحول بنیادین به درستی به این تلاش و هدف گذاری اشاره کرده است.

* معلم، نقطه آغازین انسان گرایی

اگر ادا کنیم شروع هر کار تربیتی از خود معلم است، حرف نادرستی نگفته ایم. در همین راستا و در گام نخست ترویج رفتار انسانی در دانش آموزان، ابتدا خود معلم باید مطابق با نقش الگویی که بر عهده دارد، مظهر و نمونه رفتارهای انسانی و اخلاقی باشد. در اینجا چند توصیه و پیشنهاد می آوریم که می تواند مدنظر هر معلم و مربی حوزه تربیتی باشند:

1/ معلم کلاس به شخصیت، هویت، نام، فرهنگ، خانواده و باورهای مذهبی دانش آموزان احترام بگذارد. این احترام باید از صمیم قلب و فارغ از تظاهر صورت پذیرد. حتی در خطاب قرار دادن دانش آموزان، تعاملات روزانه با آن ها و فرایندهای آموزشی کلاس، مدنظر معلم باشد. در این شیوه، دانش آموزان از معلم الگو می گیرند و به صورت ناخودآگاه احترام، محبت و رفتار انسانی را می آموزند و بازتاب می دهند.

2/ معلم همواره شرایط و مشکلات دانش آموزان را درک و لحاظ کند. معلم می داند که دانش آموزان، همچون او

انسان هستند و هر انسان دچار مسائل و مشکلاتی و نیازمند توجه و یاری است. برای نمونه، دانش آموزی دچار معلولیت جسمی است یا دیگری به دلیل نیاز مالی به کار نیمه وقت مشغول است. در این شرایط و دیگر موارد مشابه، معلم واقعیت موجود را درک می کند و در رفتار، قضاوت و تعامل با این گروه از افراد، مسئولانه رفتار می کند. چنین شیوه ای بر حاضران در کلاس درس تأثیری عمیق خواهد داشت.

3/ معلم فرصت جبران و بازگشت را به دانش آموزان عطا کند. معلم می داند همه و از جمله دانش آموزان، انسان هستند و ممکن است دچار خطاهایی شوند. دانش آموزی را که عملکرد تحصیلی مطلوب ندارد، دچار لغزش رفتاری شده، کلام نادرست بر زبان آورده، رفتار ناپسند بر روز داده و... فوراً با برچسب و محرومیت یا جریمه مواجه نکنیم و راه اصلاح را بر او نبندیم. این رفتار انسانی، زنجیر وار در جامعه تکثیر خواهد شد.

4/ معلم صادقانه دانش آموزان را دوست داشته باشد و محبت خود را از آن ها دریغ نکند.

5/ معلم در هر کنش کلاسی و هر فعالیت آموزشی، در جهت کاهش رنج های دانش آموزان قدم بردارد. این رویه می تواند در ابتدای سال تحصیلی به صورت یک هدف انسانی و اجتماعی مدنظر معلم قرار گیرد. بدین نحو که با خود عهد کند، در پایان سال تحصیلی و حتی در حدیک مورد هم که باشد، دانش آموزان را در شرایط بحرانی و نیازمند توجه و رسیدگی، یاری کرده باشد.

* دانش آموزان در مسیر تقویت انسانیت

معلم کلاس در گام بعدی می تواند شرایطی را فراهم و فعالیت های آموزشی و پرورشی را به نحوی سازمان دهی کند که فرصت های بروز و تقویت رفتارهای انسانی و اخلاقی بین متربیان فراهم شوند. در این زمینه مواردی پیشنهاد می شوند:

1/ در همان ابتدای سال تحصیلی می توان با هم فکری خود دانش آموزان، مرام نامه ای اخلاقی و انسانی در کلاس تهیه و تدوین کرد. سعی همه باید در این باشد که به آن پایبند باشند. این شیوه بهانه ای برای تقویت اخلاق و انسانیت بین دانش آموزان است. در این مورد می توان ارزش هایی مانند احترام، محبت، رعایت حریم شخصی، رازداری، بی تفاوت نبودن نسبت به رنج های دیگران، همکاری، هم فکری و دلسوزی را مورد توجه قرار داد.

2/ انسانیت ارتباطی معنادار و مستقیم با عقلانیت دارد. به بیان دیگر، انسان های اخلاق گرا افرادی عقلایی هستند و عقلانیت انسانیت را رشد می دهد. از این رو، هر گونه تلاش معلم برای ارتقای اندیشه و تفکر دانش آموزان، در نهایت به تقویت انسانیت در آن ها منجر می شود. در این مسیر می توان از شیوه های متعدد

تقویت تفکر دانش آموزان، مانند ایجاد چالش های فکری، معرفی کتاب های مناسب، و کاربرد شیوه های تدریس فعال و دانش آموز محور استفاده کرد.

3/ انسانیت هم باید فهمیده شود و هم باید آن را تمرین و تجربه کرد. در این راستا باید از هر فرصت تربیتی یا حتی چالش های ناخواسته بهره برد. برای مثال، اگر دانش آموزی دچار کسالت شد، می توان دیگر دوستانش را به عبادت او برد، یا اگر دانش آموزی دچار افت تحصیلی شده است، در جبران این عقب ماندگی تحصیلی، از دیگر دانش آموزان کلاس کمک گرفت. این تلاش ها و مواردی از این دست، فرصت گران بهای تجربه مستقیم رفتارهای انسانی را در اختیار کلاس قرار می دهد.

4/ دانش آموزان با بحران ها و مسائل اجتماعی و جهانی مرتبط با انسان ها آشنا شوند و در حد توان خود در رفع آن ها بکوشند. این شرایط مسئولیت پذیری را در آن ها تقویت می کند و خود عامل رشد انسانیت است؛ مسائلی مانند بحران های زیست محیطی، مشکل کمبود انرژی، بیماری های اجتماعی و فقر اقتصادی.

5/ می توان درس های گوناگون را با مفاهیم انسانی و اخلاقی پیوند داد و شرایط نهادینه کردن آن ها را فراهم کرد. برای نمونه، در درس ادبیات، فعالیت های نوشتاری را به سمت نگارش مفاهیم انسانی هدایت یا متن های ادبی را متناسب با این موضوع معرفی کرد. در درس های دینی و الهیات، از دانش آموزان خواست مفاهیم اخلاقی و انسانی را از متن های دینی کشف و ارائه کنند. در فعالیت های ورزشی و بدنی، بر رعایت رفتارهای جوانمردانه از جانب دانش آموزان نظارت جدی داشت. و در درس علوم اجتماعی، به مسائل بشری و بحران های اخلاقی موجود در جامعه پرداخت.

* سخن پایانی

لازم به ذکر است، رفتارهای انسانی از عوامل متعددی متأثرند که گاه در کار تربیتی معلم و نظام تربیت رسمی اخلاقی ایجاد می کنند. بحران های اجتماعی، مشکلات اقتصادی، نقش رسانه ها و سبک تربیتی خانواده ها از جمله این موارد هستند. همچنین باید خاطر نشان کرد، تعلیم و تربیت به طور عام و تقویت انسانیت به طور خاص، فرایندی طولانی مدت و زمان بر است و از این نظر نیازمند صبر و تلاش فراوان هستیم. *

منابع

۱. سعدی (۱۳۸۵). کلیات سعدی. به تصحیح محمدعلی فروغی. هرمس، چاپ اول. تهران.
۲. زالی، مصطفی؛ اخگر، بهنام (۱۴۰۰). اراده نیک و واقع گرایی اخلاقی در فلسفه اخلاق کانت. دو فصلنامه علمی هستی و شناخت. سال هشتم، شماره ۲.
۳. سند تحول بنیادین آموزش و پرورش. (۱۳۹۰).

سند تحول بنیادین در کلاس درس

عکاس: محسن کابل
ببین جشنواره عکس رشد

پس از شیوع ویروس کرونا از اول اسفندماه ۱۳۹۸ مدرسه ها رسماً تعطیل شدند و آموزش و یادگیری در قالب کوچک تلفن همراه، به دور از هیاهوی دانش آموزان با هم کلاسی های خود، تداوم یافت. اما حداقل بودن تعامل در این نوع آموزش و اندک بودن زمان تدریس و پرسش و پاسخ، امکان پاسخ گویی به نیازهای دانش آموزان را نداد. بازگشایی مدرسه ها و حضور دانش آموزان در مدرسه و کلاس درس برای بسیاری از دانش آموزان نه تنها خوشایند، بلکه سرشار از هیجان بود. اما برخی دیگر، به دلیل دوری طولانی مدت از مدرسه، احساس اضطراب یا ترس می کردند.

پس از گذشت مدت کوتاهی از شروع سال تحصیلی و بررسی مشاهده رفتار و عملکرد دانش آموزان کلاس، متوجه شدم مجازی بودن کلاس های درس در دو سال قبل، از میزان شور و نشاط کلاس و عملکرد فعالیت های کلاسی به میزان قابل توجهی کاسته است. از طرف دیگر، دور بودن از فضای واقعی کلاس درس باعث شده است معلم برای آموزش برخی از مهارت ها در فضای مجازی شاد فرصت کافی نداشته باشد. لذا پس از مشورت با استاد راهنما (خانم دکتر سوسهائی) تصمیم گرفتم برای ارتقای آموزش دانش آموزانم طرحی را انتخاب و اجرا کنم. اقدامات صورت گرفته بدون تردید می توانستند موفقیت و تغییری در وضعیت موجود به وجود بیاورند که همگی به قدرت و توان اثربخشی من معلم بستگی داشتند. بنابراین، تا حد امکان از استاد نظر خواهی و مشورت خواستم و برای دستیابی و تحقق این ایده راهنمایی گرفتم.

با توجه به اینکه بسیاری از همکاران همچنان از روش سنتی برای پرسش های کلاسی استفاده می کنند، تصمیم گرفتم با این تعداد دانش آموز (۴۶ نفر) که به نسبت کلاس پرجمعیتی را می سازند، روش پرسش های کلاسی را تغییر دهم. زیرا روش سنتی پرسش کلاسی برای این تعداد مناسب نیست و نه تنها بازده و نتیجه کار را بسیار پایین می آورد، بلکه دل زدگی و خشکی کلاس و خستگی معلم و شاگردان نیز در پی دارد. بنابراین، برای مشارکت بیشتر بچه ها و ایجاد شور و هیجان در کلاس، این ایده به ذهنم رسید که سعی کنم در زمان پرسش کلاسی، روحیه مشارکت جویی و شور و نشاط و هیجان را در دانش آموزانم ایجاد کنم. روش کار به این صورت بود که از دانش آموزان زیادی برای پرسش کلاسی دعوت می کردم. همین در جمع دوستان قرار گرفتن برای پرسش و پاسخ، از میزان فشار روانی می کاست و حس خوشایندی در دانش آموزان ایجاد

ارتقای مهارت اعتماد به نفس و حفظ کرامت دانش آموزان در پرسش و پاسخ کلاسی

کلیدواژه ها: آموزش مجازی، فعالیت های آموزشی، تقویت اعتماد به نفس

نیرگس شریفی
آموزگار، کارشناس ارشد مدیریت آموزشی
منطقه بهارستان، استان تهران

عکاس: روزین افشارزاده

چنین فعالیت‌هایی در حفظ ارتباط دانش‌آموز با معلم و کلاس درس و نیز در ایجاد شوق و علاقه به یادگیری ورشد روحیه مشارکت‌جویی در فعالیت‌های کلاس تأثیر بسیزایی دارند

* نتیجه‌گیری

از این تجربه می‌توان نتیجه گرفت، چنین فعالیت‌هایی در حفظ ارتباط دانش‌آموز با معلم و کلاس درس اثربخش و مؤثرند و در ایجاد شوق و علاقه به یادگیری و رشد روحیه مشارکت‌جویی در فعالیت‌های کلاس و مدرسه در راستای آموزش و پرورش کودکان تأثیر بسزایی دارند.

با توجه به دو سال گذشته که دانش‌آموزان در فضای مجازی رشد و یادگیری داشته‌اند، مدرسه باید فضای رقابتی و مشارکتی بیشتری برای دانش‌آموزان فراهم کند. در واقع، فراگیرندگان سخت‌ترین مطالب آموزشی و پرورشی را با سرگرمی و تنوع یاد می‌گیرند. لذا بر آن شدم مهارت‌هایی از قبیل مسئولیت‌پذیری، قدرت بیان و اعتماد به نفس را که دانش‌آموزان در آن‌ها ضعیف‌ترند، در قالب انتخاب پرسش‌های داوطلبانه و مشارکت‌جویانه تقویت کنم و آموزش دهم. در این راستا تفاوت‌های فردی نیز مورد توجه قرار خواهند گرفت.

می‌کرد. یک بار سؤال مورد نظر را می‌خواندم و پس از آن از دانش‌آموزان می‌خواستم هر کسی جواب را می‌داند، اعلام آمادگی کند و دستش را بالا ببرد. تعیین نمی‌کردم چه کسی به چه سؤالی پاسخ دهد و به دانش‌آموزان ضعیف، کم‌رو، خجالتی و تنشی حق انتخاب و مشارکت داوطلبانه می‌دادم تا خودشان سؤالی را که به آن تسلط دارند انتخاب کنند و به آن پاسخ دهند. به این ترتیب، هر دانش‌آموز یک یا دو سؤال را با انتخاب خود برای پاسخ‌دهی انتخاب می‌کرد. با این روش انواع سؤال‌های مشکل و آسان از تعداد زیادی دانش‌آموز پرسیده می‌شد. حتی ضعیف‌ترین دانش‌آموز هم می‌توانست با انتخاب خود و با اعتماد به نفس به سؤال‌ها جواب دهد و پس از دادن پاسخ صحیح در جمع دوستان تشویق شود. در واقع یکی از حسن‌های این روش آن است که همه حاضران با دقت به سؤال گوش می‌دهند و سطح تمرکز و مهارت شنیداری‌شان بالا می‌رود و دیگر تکرار مجدد سؤال برای نفرهای بعدی نیاز نیست. همچنین، حتی از میزان فشار روانی‌ای که اولیا در زمان پرسش در دانش‌آموزان ایجاد می‌کنند کم می‌شود. اولیا هم از این روش استقبال کردند. بنابراین، نه تنها اعتماد به نفس و حس استقلال و قدرت انتخاب دانش‌آموز رشد می‌کند، بلکه روحیه مشارکت‌جویی در فعالیت‌های کلاسی و میزان اضطراب و فشار روانی کم و کرامت دانش‌آموزان حفظ می‌شود.

* مقدمه

مدیریت کلاس درسی که در آن دانش آموزان با انگیزه ها و ویژگی های متفاوتی حضور دارند، از وظایف پیچیده و چالش برانگیز یک معلم است. در این بین، برخورد با دانش آموزانی که رفتارهای مبتنی بر بی انگیزگی و بی نظمی نشان می دهند، می تواند به مشکلی جدی تبدیل شود. برای مقابله با این مشکلات، به راهبردهای مؤثر و برنامه ریزی دقیق نیاز است. در این مقاله، علاوه بر معرفی دقیق ویژگی های این دو نوع رفتار، علل شکل گیری این رفتارها و آسیب هایی که می توانند به کلاس وارد کنند بررسی شده است. در نهایت، راهکارهای عملی، همراه با مثال های کاربردی، برای معلمان ارائه خواهند شد.

* بخش اول: دانش آموز بی انگیزه

/ ویژگی های دانش آموز بی انگیزه

دانش آموزان بی انگیزه عموماً با ویژگی هایی مثل تمایل نداشتن به یادگیری و بی توجهی به مطالب کلاسی شناخته می شوند. ممکن است به درس ها گوش ندهند، در بحث های کلاسی شرکت نکنند یا هنگام انجام تکلیف بی علاقه نشان دهند. این دسته از دانش آموزان معمولاً به یادگیری تمایل چندانی ندارند و حتی ممکن است در مواردی از انجام وظایف درسی و تکلیف سر باز بزنند.

/ دلایل بی انگیزگی دانش آموز

دلایل متعددی برای بی انگیزگی دانش آموزان وجود دارند که می توانند شامل عوامل فردی، خانوادگی و محیطی باشند:

/ مسائل خانوادگی و عاطفی: دانش آموزانی که با مشکلات خانوادگی مانند جدایی والدین، فشار مالی یا اختلاف خانوادگی مواجه اند، ممکن است از درس فاصله بگیرند. مشکلات عاطفی می تواند به بی انگیزگی در دانش آموز منجر شود و او را از فرایند یادگیری دور کند.

/ فشارهای تحصیلی بیش از حد: در برخی موارد، والدین یا حتی مدرسه ممکن است با تحمیل فشارهای بیش از حد تحصیلی، دانش آموزان را دچار اضطراب و خستگی کنند. این فشارها می توانند نتیجه معکوس داشته باشند و موجب بی انگیزگی آن ها شوند.

/ نبود احساس موفقیت و شایستگی: برخی دانش آموزان ممکن است به دلیل تجربه های منفی در یادگیری یا شکست های مکرر، به این نتیجه برسند که نمی توانند موفق باشند. این احساس ناکارآمدی در نهایت به از دست رفتن انگیزه آن ها منجر می شود.

کلیدواژه ها: دانش آموز بی انگیزه، بی نظمی، اختلال های رفتاری، افت تحصیلی

محمد نیرو

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات

از مشارکت در فعالیت های گروهی خودداری می کنند. این شرایط می تواند فرایند یادگیری تعاملی را در کلاس مختل کند.

/ مثال هایی عملی برای مدیریت دانش آموز بی انگیزه

(الف) تشویق از طریق نظام امتیازدهی

به عنوان مثال، معلم می تواند سامانه ای ایجاد کند که در آن دانش آموزان به ازای شرکت در فعالیت های کلاسی، پاسخ دهی به سؤال یا انجام تکلیف، امتیاز کسب کنند. این امتیازها می توانند به جایزه هایی نظیر نشان های افتخار، فرصت های ارائه درس یا حتی جایزه های کوچک تبدیل شوند. این شرایط برای مشارکت در کلاس انگیزه بیشتری به آن ها می دهد.

(ب) استفاده از بازخوردهای شخصی و تشویقی

یکی از روش های مؤثر در ایجاد انگیزه، ارائه بازخوردهای مثبت و شخصی به دانش آموز است. برای مثال، معلم می تواند پس از هر تلاش موفق دانش آموز، با گفتن جمله ای مانند «من متوجه شدم چقدر تلاش کردی و این خیلی ارزشمند است»، به او احساس ارزشمندی ببخشد.

/ نبود تنوع و جذابیت در روش های تدریس: اگر روش های آموزشی معلم بیش از حد تکراری و یکنواخت باشد، دانش آموزان ممکن است به درس ها علاقه مند نشوند و بی انگیزگی در آن ها پدید آید.

/ آسیب های حضور دانش آموز بی انگیزه در کلاس

حضور دانش آموزان بی انگیزه ممکن است تأثیرات منفی متعددی بر کلاس بگذارد؛ از جمله:

/ کاهش انگیزه سایر دانش آموزان: بی تفاوتی یک دانش آموز می تواند از انگیزه جمعی کلاس بکاهد و به مرور باعث ایجاد بی علاقه ای در سایر دانش آموزان شود.

/ افت تحصیلی خود دانش آموز:

دانش آموز بی انگیزه به احتمال زیاد از مطالب درسی عقب می ماند. این شرایط می تواند به افت تحصیلی بیشتر و سرخوردگی او منجر شود.

/ محدودیت تعامل و یادگیری

گروهی: این دانش آموزان معمولاً



یاسازی



مدیریت دانش آموزان بی انگیزه و بی نظم در کلاس درس

ج) ارائه درس ها با توجه به علاقه های دانش آموز معلم می تواند مطالب درسی را با توجه به علاقه های شخصی دانش آموز طراحی کند. مثلاً اگر دانش آموز به بازی های رایانه ای علاقه مند است، می توان مسائلی از ریاضیات را به بازی های رایانه ای یا فناوری های روز مرتبط کرد تا او را جذب کند.

د) ارتباط مستمر با خانواده و تشویق های مثبت یکی از روش های دیگر ایجاد انگیزه در دانش آموز، ارتباط مستمر با خانواده و ارائه بازخوردهای مثبت به والدین است. اگر والدین از پیشرفت دانش آموز آگاه شوند و او را در خانه تشویق کنند، تأثیر قابل توجهی بر انگیزه او خواهند گذاشت.

* بخش دوم: دانش آموز بی نظم

ویژگی های دانش آموز بی نظم دانش آموزان بی نظم معمولاً در کلاس از قوانین و مقررات پیروی نمی کنند و به سختی خود را با ساختارها و قوانین کلاسی هماهنگ می کنند. آن ها

ممکن است وسایلشان را در جاهای گوناگون گم کنند، در رعایت زمان بندی دچار مشکل شوند و با کارهای بی جا تمرکز سایر دانش آموزان را برهم بزنند.

/ دلایل بی نظمی دانش آموز

نیبود ساختار منظم در خانه: برخی از دانش آموزان از خانه هایی می آیند که در آن ها قوانین و ساختار مشخصی وجود ندارد. از این رو نمی توانند مفهوم نظم را درک کنند.

نیاز به جلب توجه: بعضی از دانش آموزان بی نظم، با انجام رفتارهایی نظیر صحبت های بی جا یا ایجاد اختلال در کلاس، به دنبال جلب توجه دیگران هستند.

نا توانی در تمرکز: دانش آموزانی که با اختلال تمرکزی روبرو هستند، ممکن است به راحتی دچار بی نظمی شوند، زیرا به زمان بندی و وظایف خود توجه کافی ندارند.

کمبود مهارت های خود مدیریت: دانش آموزانی که از سنین پایین با مهارت های مدیریت زمان و خودنظمی آشنا نشده اند، بیشتر دچار بی نظمی می شوند. آسیب های حضور دانش آموز بی نظم در کلاس اختلال در تمرکز سایر دانش آموزان: بی نظمی و بی نظافتی این دانش آموزان، به ویژه در کلاس های کوچک تر، می تواند تمرکز سایرین را مختل کند.

کاهش تسلط معلم بر کلاس: رفتار بی نظم دانش آموز می تواند تسلط بر کلاس را برای معلم دشوارتر کند و باعث کاهش انسجام کلاس شود.

افت تحصیلی خود دانش آموز: این دانش آموزان ممکن است در انجام تکلیف یا شرکت در فعالیت های درسی به مشکل بخورند و در نهایت از درس عقب بمانند.

/ مثال هایی عملی برای مدیریت دانش آموز بی نظم

الف) ایجاد و تبیین قوانین شفاف

معلم می تواند قوانین کلاس را به طور روشن و همراه با مثال برای دانش آموزان توضیح دهد. مثلاً می توان در ابتدای هر جلسه به یادآوری این قوانین پرداخت و از دانش آموزان خواست قبل از خروج از کلاس، میز و وسایل خود را مرتب کنند. این نوع یادآوری ها به مرور می توانند به شکل گیری عادات های مثبت کمک کند.

ب) دادن مسئولیت های کلاسی به

دانش آموز بی نظم

یکی از روش های مؤثر در تغییر

رفتارهای بی نظم، سپردن مسئولیت های مشخص به دانش آموز است. مثلاً معلم می تواند وظیفه ای ساده مانند ثبت حضور و غیاب یا مدیریت زمان برای شروع و پایان هر فعالیت را به دانش آموز بی نظم بسپارد. این کار به او کمک می کند ارزشمندی و اهمیت را احساس و در نتیجه در رفتارهای خود نظم بیشتری را رعایت کند.

ج) دادن بازخورد فوری و مؤثر

برای مثال، اگر دانش آموز بی نظم در هنگام تدریس شروع به صحبت بی جا کرد، معلم می تواند با نگاه یا اشاره دست، به او یادآوری کند که در آن لحظه به سکوت نیاز است. این روش به جای تذکر کلامی مستقیم، به دانش آموز اجازه می دهد بدون خجالت رفتار خود را اصلاح کند.

د) ایجاد نظام تشویق رفتارهای مثبت

معلم می تواند نظام تشویقی ساده ای ترتیب دهد که در آن دانش آموزان برای رفتارهای منظم و مثبت امتیازهایی کسب کنند. مثلاً اگر دانش آموزی وسایل خود را مرتب نگه داشت یا تکلیف خود را به موقع انجام داد، می تواند در پایان هفته یک نشان نظم دریافت کند.

ه) تقسیم وظایف به مراحل کوچک تر و قابل مدیریت اگر دانش آموزی همیشه در نگه داشتن نظم دچار مشکل است، معلم می تواند تکلیف ها و وظیفه هایش را به بخش های کوچک تر و مشخص تقسیم کند. مثلاً اگر قرار است تکلیفی در زمان مشخصی انجام شود، هر مرحله را در مدت زمانی کوتاه و قابل مدیریت انجام دهد. این تقسیم بندی می تواند به او کمک کند به تدریج احساس کند می تواند وظیفه خود را با موفقیت به انجام برساند.

* نتیجه گیری

دانش آموزان بی انگیزه و بی نظم ممکن است چالش هایی برای معلمان ایجاد کنند، اما با استفاده از روش های مؤثر و مثال های کاربردی، می توان این رفتارها را مدیریت و محیطی مساعد برای یادگیری ایجاد کرد. بهره گیری از سامانه های تشویقی، تبیین قوانین شفاف و توجه به علاقه های فردی دانش آموزان از جمله روش هایی هستند که می توانند به معلمان کمک کنند دانش آموزان بی انگیزه و بی نظم را به سمت بهبود رفتار و عملکرد هدایت کنند.

دکتر حامد عباسی
پژوهشگر، نویسنده و مدرس فناوری آموزشی

حمیده عباسی
دبیر و کارشناس ارشد فیزیک

در مطالب قبلی به فرصت ها، تهدیدها و برخی کاربردهای هوش مصنوعی در آموزش و یادگیری در کلاس درس اشاره شد. در این شماره قصد داریم ضمن تشریح انواع هوش مصنوعی، نمونه های کاربردی آن را به دو شکل عمومی در زندگی و اختصاصی در آموزش، همراه با نمونه عملی، بیاوریم، چرا که از دوره انتقال هوش مصنوعی از آزمایشگاه به جامعه، کاربرد آن در تمامی ابعاد زندگی بشر به این اندازه ملموس و مشهود نبود. هوش مصنوعی انواع متعددی دارد و بر اساس دیدگاه های گوناگون، تقسیم بندی های متفاوتی هم دارد. یک تقسیم بندی کلی شامل دو نوع هوش مصنوعی مولد و هوش مصنوعی پیش بینی کننده است. تقسیم بندی دیگر بر اساس توانایی، با نام های هوش مصنوعی محدود، هوش مصنوعی عمومی و هوش مصنوعی فراگیر صورت گرفته است. در تقسیم بندی نهایی، هوش مصنوعی از نظر کاربرد به پنج نوع طبقه بندی شده است: یادگیری ماشین برای تجزیه و تحلیل پیش بینی کننده؛ بینایی رایانه ای برای پردازش تصویر؛ پردازش زبان طبیعی برای زبان متنی؛ تشخیص گفتار برای گفتار؛ روباتیک برای عملکرد فیزیکی. در ادامه به تشریح آن ها می پردازیم.

❁ مقدمه

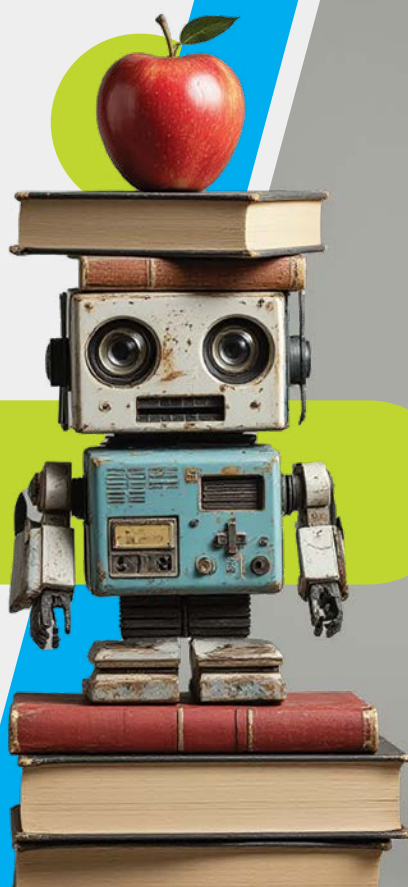
هوش مصنوعی قدمتی نزدیک به هفت دهه دارد، اما با وجود این تاریخچه، در تعریف آن اتفاق نظر و وجود ندارد و تعریف های متعددی ارائه شده اند. بنابراین، ضرورت دارد قبل از تقسیم بندی و نیز برای یادآوری ماهیت هوش مصنوعی، یک بار تعریفی از آن ارائه دهیم. در یک تعریف نوین، هوش مصنوعی مطالعه و طراحی عوامل هوشمند است که در آن یک عامل هوشمند سامانه ای، محیط خود را درک می کند و اقداماتی انجام می دهد که شانس موفقیت خود را به حداکثر می رساند (شیخ، پرنس و شریورز، ۲۰۲۳). این فناوری نوین بر اساس نحوه عملکرد مغز مدل سازی شده است. عملکرد مغز به این صورت است که فرد شبکه ای بزرگ از سلول های مغزی دارد. یک ورودی دریافت می کند، آن را پردازش می کند و یک خروجی ارائه می دهد. بر اساس این تعریف، هوش مصنوعی برنامه ای است با چهار ویژگی «قدرت تحلیل، قدرت درک، قدرت

هوش مصنوعی

انواع هوش مصنوعی
و کاربرد آن ها

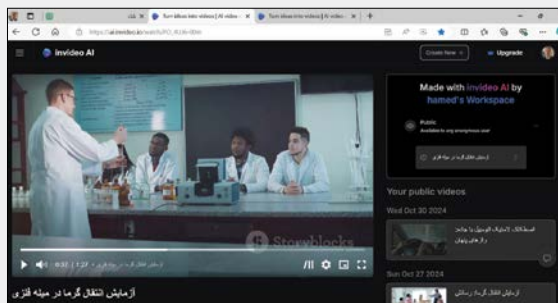
زندگی را روزمره

تأثیرات اساسی در درس



کلیدواژه ها: هوش مصنوعی، انواع هوش مصنوعی، کاربردهای هوش مصنوعی

هوش مصنوعی تبدیل متن به فیلم «این ویدئو»^۳: این هوش مصنوعی مولد، ابزار تولید فیلم است که برای تبدیل متن به فیلم به کار می‌رود. این ابزار محدودیت‌هایی دارد، اما با استفاده از امکانات در دسترس می‌توان فیلم‌های کوتاهی تولید کرد. برای دسترسی به این ابزار وارد وبگاه <https://ai.invideo.io> شوید. بایک حساب کاربری گوگل در آن ثبت نام کنید و در جعبه Generate a video (تولید یک ویدئو)، متن مورد نظر را برای تبدیل شدن به فیلم بنویسید. سپس با کلیک روی دکمه Generate a video منتظر بمانید فیلم تولید شود. پس از تولید، با انجام تنظیماتی ساده می‌توانید آن را بارگیری کنید. لازم به ذکر است، هر اندازه سؤال درخواستی (پرامپت)^۴ شما دقیق‌تر و با حداکثر کلمه‌های مجاز نوشته شود، فیلم بهتری تولید خواهد شد. لازم به ذکر است، در این هوش مصنوعی، صدای گوینده به زبان فارسی است و حالت تلفظ ماشینی دارد، اما به طور کامل واضح و قابل درک است. کیفیت فیلم هم در زمان خروجی گرفتن در سه حالت با کیفیت‌های کم، متوسط و بالا قابل تنظیم است. در تصویر ۲ نمونه کاربرد آن را برای تولید فیلم مشاهده می‌کنید.



تصویر ۲. نمونه فیلم تولید شده با هوش مصنوعی «این ویدئو»

ب. هوش مصنوعی پیش‌بینی کننده^۵: هوش مصنوعی عمل پیش‌بینی، تجزیه و تحلیل آماری را با الگوریتم‌های یادگیری ماشین ترکیب می‌کند تا الگوهای داده را پیدا کند و نتایج آینده را در مورد محتمل‌ترین رویداد، نتیجه یا روند پیش‌بینی کند. بنابراین، از این هوش در کارهایی که به پیش‌بینی نیاز دارند، استفاده می‌شود. در قسمت تشریح یادگیری ماشینی که جزئی از هوش‌های مصنوعی پیش‌بینی کننده است، کاربردهای این نوع هوش مصنوعی را توضیح خواهیم داد.

انواع هوش مصنوعی بر اساس توانایی

الف. هوش مصنوعی ضعیف یا محدود^۶: این نوع از هوش مصنوعی برای انجام وظایف خاص طراحی شده است و توانایی انجام کارهای محدودی را دارد. مثل دستگاه‌های تشخیص چهره و دستیار صوتی سیری^۷. این دستگاه‌ها فقط می‌توانند در همان محدوده‌ای که برای آن‌ها برنامه‌ریزی شده است، عملکرد خوبی داشته باشند و توانایی تفکر یا استدلال عمومی ندارند.

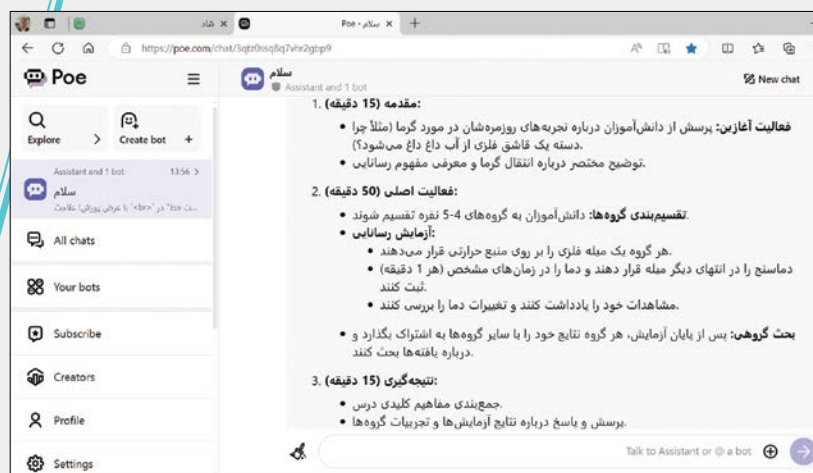
ب. هوش مصنوعی عمومی، قوی یا کامل^۸: هوش مصنوعی عمومی به سامانه‌ای گفته می‌شود که توانایی یادگیری و درک گوناگون را دارد و می‌تواند مانند انسان در حوزه‌های گوناگون تفکر و استدلال کند. این نوع هوش مصنوعی می‌تواند از داده‌ها و تجربه‌های گوناگون یاد بگیرد و مشکلات جدید را حل کند.

تصمیم‌گیری و قدرت یادگیری^۹. این ویژگی‌ها در واقع تفاوت بین نرم‌افزار و هوش مصنوعی را بیان می‌کنند. به گفته نیک بوستروم، مدیر مؤسسه مدیریت اینترنت آکسفورد، هوش مصنوعی شامل هر چیزی است که در هر زمان ما را تحت تأثیر قرار دهد و وقتی دیگر تحت تأثیر قرار نگیریم، آن را به سادگی نرم‌افزار می‌نامیم (بوستروم، ۲۰۱۶). با این تعریف، در ادامه انواع هوش مصنوعی و کاربردهای آن را می‌آوریم.

انواع کلی هوش مصنوعی

به صورت کلی، هوش مصنوعی در دو دسته طبقه‌بندی می‌شود:

الف. هوش مصنوعی مولد^{۱۰}: هوشی مصنوعی که با ارائه محتوای اصلی تولید شده، مانند صدا، تصویر، متن، ویدئو یا کد نرم‌افزار، به درخواست کاربر پاسخ می‌دهد. همان‌گونه که از نامش پیداست، به عنوان مولد یا تولیدکننده عمل می‌کند. در آموزش می‌توانیم با تولید رسانه‌هایی از قبیل متن، صدا، تصویر، فیلم و پویانمایی، از آن برای تهیه محتوای آموزشی مورد نظر استفاده کنیم. ابزارهای متعدد هوش مصنوعی قادرند این کار را برای ما انجام دهند. از آنجا که در شماره‌های قبل به مواردی از این نوع پرداخته شد، در این قسمت فقط دو مورد از ابزارهای هوش مصنوعی مولد را معرفی می‌کنیم: یکی برای تولید متن و دیگری برای تولید فیلم: هوش مصنوعی مکاتبه تعاملی پتو^{۱۱}: ابزاری تعاملی است که برای تولید متن به کار می‌رود. برای دسترسی به این ابزار وارد وبگاه (سایت) <https://poe.com> شوید. با حساب کاربری گوگل در آن ثبت نام و از این هوش مصنوعی استفاده کنید. در تصویر ۱ نمونه کاربرد آن را برای تولید طرح درس مشاهده می‌کنید.



تصویر ۱. نمونه متن تولید شده با هوش مصنوعی پتو



پ. سوپر هوش مصنوعی یا هوش مصنوعی فراگیر یا هوش مصنوعی فوق هوشمند^{۱۰}: هوشی مصنوعی که در همه زمینه‌ها برتر از هوش انسانی است و می‌تواند بسیار بهتر از انسان تصمیم‌های پیچیده‌ای بگیرد (شیخ و همکاران، ۲۰۲۳).

✱ انواع هوش مصنوعی بر اساس نوع وظیفه (یا کار)

الف) یادگیری ماشین^{۱۱}: رایج‌ترین نوع هوش مصنوعی، یادگیری ماشین است. این فناوری در انواع دیگر هوش مصنوعی نیز استفاده می‌شود. از این هوش مصنوعی به عنوان دستگاه‌های پیش‌بینی کننده نیز نام می‌برند. توانایی یادگیری ماشینی در استفاده از داده‌ها برای تخمین‌های آگاهانه آینده‌نگری در زمینه‌های گوناگون است. بنابراین، یادگیری ماشین نوعی هوش مصنوعی است که به نوع خاصی از برنامه‌های کاربردی اشاره دارد که برای تجزیه و تحلیل پیش‌بینی کننده به منظور شناسایی الگوها در مجموعه داده‌ها، به عنوان مبنای پیش‌بینی، استفاده می‌شوند. هوش مصنوعی دیگر در این زمینه، یادگیری عمیق^{۱۲} است که نوعی یادگیری ماشین است و عملکرد نوروں‌ها را در مغز انسان شبیه‌سازی می‌کند. یادگیری عمیق از شبکه‌های چندلایه استفاده می‌کند. از این رو اصطلاح «عمیق» به آن اطلاق می‌شود.

کاربردهای عمومی: پیش‌بینی آب و هوا؛ پیش‌بینی جریان انرژی از رویدادهای توربین‌های بادی؛ پیش‌بینی خطر در خدمات مالی؛ آزمایش قیمت‌گذاری پویا به عنوان ابزار به حداقل رساندن زیان و به حداکثر رساندن درآمد؛ پیش‌بینی قیمت‌ها با استفاده از داده‌های موجود؛ پیش‌بینی ماندگاری محصول و محل عرضه و الگوهای فروش؛ تطبیق محصولات و خدمات با خواسته‌های مصرف‌کنندگان در صنعت؛ پیشگیری از کلاهبرداری با شناسایی فعالیت‌های غیرعادی و بالقوه متقلبانه، با تجزیه و تحلیل الگوهای تراکنش؛ ارزیابی ادعاها و تخمین احتمال تقلب؛ شناسایی الگوهای جرم و جنایت و پیش‌بینی اینکه سرقت‌ها کجا و چه زمانی بیشترین احتمال وقوع را دارند؛ ارائه توصیه‌های مرتبط بر اساس انتخاب‌های قبلی کاربران در اینترنت، تحت عنوان «دستگاه‌های توصیه‌کننده یا ریکامندر^{۱۳}» مانند آنچه گوگل در زمان جست‌وجو انجام می‌دهد؛ شخصی‌سازی به کمک یادگیری ماشین در فروشگاه‌های برخط هوش مصنوعی برای جمع‌آوری علاقه‌های کاربران و انطباق بازاریابی بر اساس آن؛ همسورکردن تبلیغات با علاقه‌ها و حساسیت‌های کاربران و ارائه توصیه منطبق با درخواست‌ها.

کاربردهای آموزشی: پیش‌بینی رفتار دانش‌آموزان و معلمان در موقعیت‌های گوناگون با داده‌کاوی رفتار فرد برای بهینه‌سازی مدیریت آموزشگاه و کلاس درس و ارائه توصیه برای بهبود تصمیم‌سازی و تصمیم‌گیری؛ پیش‌بینی نمره‌های امتحانی دانش‌آموز و انجام اقدامات پیشگیرانه در زمان افت نمرات یا انجام اقدامات تسهیل‌گرانه در زمان ارتقای نمره‌ها؛ پیش‌بینی میانگین نمره‌های امتحان کلاس؛ پیش‌بینی درصد قبولی کلاس و درصد قبولی مدرسه؛ پیش‌بینی درصد ورشته محل قبولی در آزمون سراسری؛ شخصی‌سازی آموزش بر اساس نیاز، علاقه و توانایی هر دانش‌آموز؛ پیش‌بینی استعدادهای ورزشی دانش‌آموزان بر اساس داده‌های موجود و تحلیل رفتار ورزشی آن‌ها.

نمونه عملی: برای تشخیص دستخط^{۱۴} از هوش مصنوعی یادگیری ماشین و پردازش تصویر برای تحلیل و تشخیص متن‌های دست‌نویس استفاده می‌شود. در دستگاه‌های پیشرفته‌تر، مدل‌های یادگیری عمیق برای تشخیص و تبدیل دستخط به متن دیجیتال به کار گرفته می‌شوند. برای استفاده از این هوش مصنوعی، برنامه‌های کاربردی متعددی از جمله «هندرایتینگ این‌پوت»^{۱۵} را در گوشی نصب و در تنظیمات صفحه‌کلید گزینه Handwriting Input را فعال و گوشی را دوباره راه‌اندازی کنید. اکنون در صورت پشتیبانی گوشی، صفحه‌کلید را به حالت لمسی تغییر دهید و دستخط خود را به خط ماشینی تبدیل کنید (تصویر ۳).



هوش مصنوعی از نظر کاربرد به پنج نوع طبقه‌بندی شده است: یادگیری ماشین برای تجزیه و تحلیل پیش‌بینی کننده؛ بینایی رایانه‌ای برای پردازش تصویر؛ پردازش زبان طبیعی؛ برای زبان گفتار؛ روباتیک برای عملکرد فیزیکی



تصویر ۳. صفحه اصلی و نمونه دستخط تبدیل‌شده با برنامه «هندرایتینگ این‌پوت»

ب) پردازش زبان طبیعی^{۱۵}: هوشی مصنوعی است که برای تفسیر زبان روزمره انسان به کار می‌رود و خواندن، تجزیه و تحلیل و تولید کلام انسان را خودکار می‌کند. پردازش زبان طبیعی بر اساس الگوریتم‌هایی است که می‌توانند زبان انسان را به خوبی درک کنند تا وظایفی را که به تفسیر متن نیاز دارند، انجام دهند. موتورهای جست‌وجو از پردازش زبان طبیعی استفاده می‌کنند. مثال دیگر روبات‌های پیام‌رسان که سامانه‌های مکالمه (چت) خودکار است و با نام گت‌بات‌ها (چت‌بات‌ها)^{۱۶} معروف‌اند. امروز به دلیل توسعه پردازش پیچیده زبان طبیعی، کاربردهای بالقوه آن بسیار زیاد است.

پیش‌نویس‌ها

1. Generative Artificial Intelligence
2. Poe
3. invideo
4. Prompt
5. Predictive
6. Weak AI also called narrow AI
7. Siri
8. Artificial General Intelligence or Strong AI or full AI
9. Superintelligent AI
10. Machine learning
11. Deep Learning
12. Recommender Systems
13. Handwriting
14. Handwriting Input
15. Natural language processing or NLP
16. Chatbot
17. Perplexity

منابع

1. Bostrom, N. (2016). Superintelligence: Paths, Dangers, Strategies. Oxford University Press.
2. Linowes, J. (2021). Augmented Reality with Unity AR Foundation. Birmingham: Packt Publishing Ltd.
3. Sheikh, H., Prins, C., & Schrijvers, E. (2023). Mission AI The, New System Technology. Switzerland: Springer Nature. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-21448-6>
4. Villan, A. F. (2019). Mastering OpenCV 4 with Python. A practical guide covering topics from image processing, augmented reality to deep learning with OpenCV 4 and Python 3.7. Birmingham - mumbai. Packt publishing ltd. www.packtpub.com

اطلاعات بیشتر قابل کلیک است. این هوش مصنوعی «پرپلکسیتی» نام دارد و دسترسی به بخش‌های اصلی آن آزاد است. برای دسترسی به این ابزار وارد وبگاه <https://www.perplexity.ai> شوید. بایک حساب کاربری گوگل در آن ثبت‌نام و از این هوش مصنوعی استفاده کنید. در تصویر ۴ نمونه کاربرد آن را برای تولید متن به همراه منابع مشاهده می‌کنید. لازم به ذکر است، منابع در داخل پیرامندهایی (کادرهایی) در زیر سؤال، به ترتیب اولویت، ذکر شده‌اند و پیرامند (کادر) آخر برای مشاهده منابع بیشتر است. زمانی که روی آن کلیک می‌کنید، یک پنجره در سمت راست باز می‌شود و می‌توانید منابع دیگر را نیز ببینید. همچنین، داخل متن، مانند روش منبع‌نویسی و نکور، منابع به صورت شماره‌ای نوشته شده‌اند که با کلیک کردن می‌توان آن‌ها را مشاهده کرد.

در شماره بعد، سه نوع دیگر هوش مصنوعی، یعنی بینایی رایانه‌ای، تشخیص گفتار و وب‌تایک را شرح خواهیم داد.

کاربردهای عمومی: حروف نگاری خودکار متن؛ تصحیح متن؛ تکمیل متن؛ سامانه‌های ترجمه خودکار؛ روایات‌های گفت‌وگویی خودکار.

کاربردهای آموزشی: نگارش متن توسط افراد معلول جسمی از ناحیه دست؛ نگارش متن سخنرانی یا تدریس معلم در کلاس؛ تسریع در نگارش جزوه یا کتاب؛ نگارش طرح درس؛ نوشتن طراحی آموزشی؛ طراحی انواع سؤال‌های امتحانی؛ نوشتن گزارش کار؛ نوشتن خلاصه درس؛ نوشتن صورت جلسات؛ دریافت پاسخ سؤال‌ها؛ انجام مکالمه به صورت تعاملی و ده‌ها مورد دیگر.

نمونه عملی: نمونه‌های عملی این هوش مصنوعی در این شماره و شماره‌های قبلی فراوان مطرح شده‌اند. در اینجا نیز یک نمونه دیگر را توضیح می‌دهیم. این هوش مصنوعی به کاربران امکان می‌دهد سؤال بپرسند و به صورت مکالمه پاسخ دریافت کنند. چیزی که به نظر می‌رسد این هوش مصنوعی را از فناوری‌های مشابه متمایز می‌کند، این است که منابعی را ذکر می‌کند که به راحتی برای دریافت متن و

The screenshot displays the Perplexity AI search interface. The search query is "هوش مصنوعی دستیار تدریس چیست؟" (What is an AI teaching assistant?). The results are organized into sections: "Sources" and "Answer".

Sources:

- 1. Planning: هوش مصنوعی دستیار تدریس - قسمت اول (اصلی) | eduhightech
- 2. برای آموزش و تدریس | خوندیس: teachy ai | خوندیس | khodnevisai
- 3. هوش مصنوعی دستیار همه کاره معلمان | amozeshbax

Answer:

هوش مصنوعی دستیار تدریس یک ابزار نوآورانه است که با استفاده از فناوری هوش مصنوعی به معلمان در فرآیند آموزش کمک می‌کند. برخی از ویژگی‌های اصلی آن عبارتند از:

1. برنامه‌ریزی و تولید محتوا: کمک به معلمان در ایجاد طرح درس، منابع آموزشی و ارزیابی‌ها.
2. شخصی‌سازی آموزش: ارائه محتوا و تمرینات متناسب با سطح و نیازهای هر دانش‌آموز.
3. ارزیابی و بازخورد: کمک در طراحی آزمون‌ها و ارائه بازخورد سریع به دانش‌آموزان.
4. مدیریت کلاس: کمک در مدیریت وظایف اداری و سازماندهی اطلاعات دانش‌آموزان.

The interface also includes a sidebar with navigation options like "New Thread", "Discover", "Spaces", and "Library". At the bottom, there is a "Try Pro" section and a "Download" button.

تصویر ۴. نمونه متن و منابع تولیدشده با هوش مصنوعی پرپلکسیتی

❁ مقدمه

در دنیای پرتنش امروز، پرورش عادت‌های غذایی سالم در کودکان و نوجوانان بیش از هر زمان دیگری اهمیت پیدا کرده است. از سنین ابتدایی زندگی، تغذیه مناسب در رشد جسمانی، ذهنی و عاطفی نقشی حیاتی ایفا می‌کند. مواد مغذی ضروری مانند پروتئین، ویتامین، مواد معدنی و فیبر، نه تنها انرژی لازم برای فعالیت‌های روزانه را فراهم می‌کنند، بلکه به رشد سالم استخوان‌ها و عضله‌ها و عملکردهای ذهنی افراد در سنین رشد نیز کمک می‌کنند. تغذیه سالم کودکان و نوجوانان شامل مصرف کافی و متعادل گروه‌های غذایی گوناگون، از جمله میوه‌ها، سبزی‌ها، غله‌های کامل، محصولات لبنی و پروتئین‌های باکیفیت است. معلمان به عنوان الگوهای مهم در زندگی دانش آموزان، می‌توانند با معرفی و ترویج دستور پخت‌های ساده و مغذی، به آن‌ها کمک کنند عادت‌های غذایی سالمی را از سنین کم در خود ایجاد و تقویت کنند. در این مقاله، مجموعه‌ای از دستور پخت‌های سالم و آسان را معرفی می‌کنیم که معلمان می‌توانند با دانش آموزان خود به اشتراک بگذارند. این دستور پخت‌ها به گونه‌ای طراحی شده‌اند که دانش آموزان بتوانند به راحتی آن‌ها را تهیه کنند و از مصرف آن‌ها لذت ببرند.

شیمای مظفری
کارشناس ارشد علوم تغذیه و رژیم درمانی

متینا قهرمانی
کارشناس علوم تغذیه و رژیم درمانی، قزوین

معرفی چند غذای مفید برای ترویج
عادت‌های غذایی سالم

آسان

اما سالم





✱ پارافه ماست و میوه

مواد لازم

- / ماست شیرین
- / میوه‌های تازه فصل (انار، خرما، انجیر)
- / مغزهای خردشده (پسته، بادام)
- / عسل (اختیاری)

دستور پخت

۱. در یک لیوان شفاف، لایه‌های ماست، میوه‌های تازه و مغزهای خردشده را بریزید.
۲. اگر مایل بودید یک لایه عسل اضافه کنید.
۳. لایه‌ها را تکرار و بلافاصله پذیرایی کنید یا در یخچال بگذارید و بعد از مصرف آن لذت ببرید.

مزیت‌های تغذیه‌ای

این پارافه نه تنها طعمی بسیار مطبوع دارد، بلکه به علت داشتن ماست پر از پروتئین است، به خاطر میوه‌های تازه، سرشار از پاداکسنده است و مغزها حالتی ترد به آن می‌دهند. این دستور تهیه گزینه‌ای عالی برای میان‌وعده یا صبحانه است که به ویژه با تزئین جذاب، کودکان به آن علاقه‌مند خواهند شد.

نکات تغذیه‌ای

ماست سنتی ایرانی طعمی منحصربه‌فرد، محتوای پروبیوتیک و پروتئین دارد. میوه‌های فصل ویتامین، پاداکسنده و فیبر را تأمین می‌کند. مغزها چربی‌های سالم، ویتامین‌های محلول در چربی و پروتئین را به وعده می‌افزایند.



✱ پیچده (رول) سبزی‌های رنگین کمان

مواد لازم

- / نان لواش
- / ماست و خیار (یا حمص)
- / هویج رنده‌شده
- / فلفل دلمه‌ای رنگی خردشده
- / سبزی‌های تازه (جعفری، نعناع، گشنیز)
- / برش‌های آووکادو (در صورت تمایل)

طرز تهیه

۱. ماست و خیار یا حمص را به طور یکنواخت روی نان لواش بمالید.
۲. بقیه سبزی‌های تازه را روی نان‌ها قرار دهید.
۳. نان‌ها را محکم رول کنید.
۴. رول‌ها را به قطعه‌های کوچک‌تر برش دهید تا محتویات رنگارنگ داخل آن‌ها به خوبی نمایان شوند.

مزیت‌های تغذیه‌ای

رول سبزی‌های رنگین کمان یک راه رنگارنگ و سرگرم‌کننده برای گنجاندن انواع سبزی‌ها و منابع خوب پروتئینی در رژیم غذایی است. این غذا سرشار از ویتامین، مواد معدنی و فیبر است که آن را به یک وعده غذایی کامل و مغذی تبدیل می‌کند.

نکات تغذیه‌ای

نان لواش برای تأمین کربوهیدرات و دریافت کافی انرژی روزانه انتخاب خوبی است. سبزی‌های رنگی در تأمین پاداکسنده‌ها و مواد مغذی مؤثرند. حمص یا ماست و خیار پروتئین و چربی‌های سالم را به وعده اضافه و غذا را ایستتر سیرکننده می‌کنند.



✱ کلام آخر

با گنجاندن این دستور غذاهای ساده و مغذی در برنامه درسی، معلمان می‌توانند دانش آموزان را به انتخاب‌های غذایی سالم تر تشویق و آن‌ها را برای بهره‌مندی از غذاهای سالم راهنمایی کنند. این دستور پخت هانه تنها به راحتی قابل تهیه هستند، بلکه راهی دلپذیر برای معرفی انواع مواد غذایی سالم به دانش آموزان ارائه می‌دهند. توانمندسازی دانش آموزان با دانش و مهارت‌های لازم برای تهیه غذاهای مغذی، خود می‌تواند تأثیر پایدار مثبتی بر سلامت عمومی آن‌ها بگذارد. ارائه تجربه‌های عملی در آشپزی به کودکان و نوجوانان، نه تنها مهارت‌های ضروری زندگی را تقویت می‌کند، بلکه به آن‌ها کمک می‌کند خلاقیت و علاقه به آشپزی را در خود پرورش دهند. این اقدامات همچنین به بهبود کیفیت زندگی نسل جدید کمک می‌کنند و به شکل‌گیری جامعه‌ای سالم‌تر و آگاه‌تر نیز منجر خواهند شد.

✱ فعالیت‌های پیشنهادی کلاسی

شما معلمان گرامی می‌توانید از دانش آموزان خود بخواهید هر یک از دستورهای یادشده را در منزل یا به صورت گروهی در کلاس انجام دهند و عکس‌ها و گزارش‌های دانش آموزی را در اختیار قرار دهند، همچنین برپایی جشنواره غذا در مدرسه توصیه می‌شود. ✱

پی‌نوشت

۱. حصص یک خوراکی خوشمزه و مغذی است که از نخود پخته شده تهیه می‌شود. این غذا که اصالتاً به محدوده غرب آسیا تعلق دارد، به عنوان یک پیش غذا یا خوراکی سبک استفاده می‌شود و به دلیل مواد مغذی فراوانی که دارد، بسیار محبوب است.

منابع

۱. قدیریان، پرویز (۱۴۰۲). غذا به جای دوا؛ بدرقه جاویدان. تهران.
۲. خسروی، مریم؛ کشاورز، سیدعلی (۱۳۸۹). اصول تغذیه، آیتو، تهران.
3. Dietary Guidelines for Americans: <https://www.dietaryguidelines.gov>
4. Harvard T.H. Chan School of Public Health – Nutrition Source: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource>
5. World Health Organization – Healthy Diet: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
6. Mayo Clinic – Nutrition and Healthy Eating: <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating>



✱ کوکی موز و جوی دوسر

مواد لازم

- ۲ عدد موز رسیده
- ۱ فنجان جوی دوسر
- ۱ یک چهارم فنجان خرما خردشده
- ۱ یک چهارم فنجان کشمش

دستور پخت

۱. فر را تا ۱۸۰ درجه سانتی گراد (۳۵۰ درجه فارنهایت) گرم کنید.
۲. موزها را در یک کاسه له کنید.
۳. جوی دوسر، خرماهای خردشده و کشمش‌ها را با موزها مخلوط کنید.
۴. مخلوط را قاشق قاشق روی سینی پخت پوشیده از کاغذ پوستی بگذارید.
۵. کوکی‌ها را به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه بپزید تا طلایی شوند.

مزیت‌های تغذیه‌ای

این کوکی‌ها برای میان‌وعده گزینه سالم‌تری هستند؛ با شیرینی‌ای طبیعی از موز و خرما، و فایده اضافه فیبر از جوی دوسر. بنابراین گزینه‌ای عالی برای تأمین حس شیرینی بی‌ضرر هستند.

نکات تغذیه‌ای

موزها شیرینی طبیعی را تأمین می‌کنند و سرشار از پتاسیم هستند. جوی دوسر منبع عالی فیبر است و می‌تواند کودکان و نوجوانان را برای مدت طولانی‌تری سیر نگه دارد. خرما و کشمش شیرینی طبیعی و موادی مغذی به مخلوط می‌بخشند.



✱ پیتزای کوچک

مواد لازم

- ۱ خمیر نان بربری یا سنگک
- ۱ رب گوجه‌فرنگی
- ۱ پنیر سفید خردشده (مانند پنیر لیقوان)
- ۱ گوجه‌فرنگی‌های گیلاسی خردشده
- ۱ اسفناج تازه
- ۱ روغن زیتون

دستور پخت

۱. فر را تا ۲۰۰ درجه سانتی گراد (۴۰۰ درجه فارنهایت) گرم کنید.
۲. خمیر را روی سینی پخت قرار دهید و روی آن رب گوجه‌فرنگی بمالید.
۳. پنیر خردشده را پاشید و روچینه (تاپینگ)‌های گوجه‌فرنگی و اسفناج را اضافه کنید.
۴. کمی روغن زیتون اضافه کنید.
۵. ترکیبات را به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه در فر قرار دهید.

مزیت‌های تغذیه‌ای

این غذا جایگزینی سالم‌تر برای پیتزاهای معمولی، با استفاده از نان‌های ایرانی سنتی و روچینه‌های تازه است. این غذا توازن خوبی از کربوهیدرات‌ها، پروتئین و مواد مغذی اساسی فراهم می‌کند و یک وعده اصلی غذایی یا میان‌وعده‌ای عالی است.

نکات تغذیه‌ای

خمیر نان بربری یا سنگک سرشار از فیبر است که برای سلامت گوارش بسیار اهمیت دارد. رب گوجه‌فرنگی منبع خوبی از ویتامین سی و لیکوپن است. سبزی‌هایی مانند اسفناج و گوجه‌فرنگی مواد معدنی و ویتامین‌های دریافتی را افزایش می‌دهند.

دکتر کیومرث امجدیان
معلم و مدرس دانشگاه فرهنگیان

تجارب یادگیری

تبدیل کنیم
مباجراحی
یادگیری را به
واقعیت‌های

عکاس: اعظم لاریجانی

اما «چیزی که در عمل شاهدیم، توجه نکردن به یادگیری معنادار و اصرار بر حفظ کردن و یادسپاری است. تحول علم و فناوری ضرورت تحول در فرایند فعالیت‌های آموزشی را انکارناپذیر کرده است و هرگز نمی‌توان با طرز تلقی گذشته و سوگیری‌های کهنه به دانش‌آموزان و یادگیری آن‌ها نگرست، زیرا آموزش و پرورش در دنیای امروز مفهومی متفاوت از گذشته دارد» (شعبانی، ۱۳۸۷).

در دیدگاه‌های نوین، دانش‌آموزان تنها به دریافت و انباشت ذهنی اطلاعات علمی نمی‌پردازند، بلکه به جای کسب دغدغه علمی، باید به روش کسب آن‌ها توجه کنند و به جای حفظ کردن حقایق علمی، بیاموزند که چگونه به‌شخصه فکر کنند، تصمیم بگیرند و درباره امور قضاوت کنند تا در فرایند آموزش بتوانند ادراک حسی و فهم نظریات مختلف را تجزیه و تحلیل کنند و تفکر علمی و نقادانه خود را تقویت کنند و رشد دهند» (میرزا، به نقل از شجاع‌نوری، توحیدی و شکری، ۱۳۹۱: ۱۲۱). در واقع، دانش‌آموزان باید به جای آموختن اندیشه‌ها، اندیشیدن را بیاموزند و به جای حفظ مفاهیم و اصول علمی، خود جریان شکل‌گیری علم را بفهمند و به نحوی شکل دادن به علم را بیاموزند. این میسر نمی‌شود، مگر اینکه معلم نگرش خود را به عنوان انتقال‌دهنده اطلاعات تغییر دهد و خود را تسهیل‌کننده فرایند یادگیری بداند و بر این مبنای عمل کند.

در نگاه نو به آموزش، یادگیری در تعامل مؤثر بین دانش‌آموز و معلم صورت می‌پذیرد و صرفاً جریان انتقال اطلاعات از معلم به دانش‌آموز نیست.

در نگاه سنتی به نظام آموزشی، کارکرد مدرسه انتقال اطلاعات نسل‌های گذشته و امروز به نسل نومی باشد و این تنها از طریق یاد دادن توسط معلم و دریافت، حفظ و به‌خاطر سپاری توسط دانش‌آموز میسر است. این نوع نگاه بر این فرض استوار است که کار معلم یاد دادن و وظیفه دانش‌آموز یاد گرفتن است. این مسئله به جایی رسیده است که در ادبیات علمی از عبارت یاددهی یادگیری استفاده می‌شود. در حالی که در رویکردهای نوین به آموزش و پرورش، این نوع نگرش تغییر اساسی یافته و نیازمند تأمل بسیار و بازاندیشی است؛ به طوری که «روش‌های آموزش در چند دهه اخیر دستخوش تغییر و تحولات فراوان شده‌اند. گذر از نظام‌های قدیمی آموزش به روش‌های نوین آموزش، دغدغه‌های بسیاری از معلمان و کارشناسان بوده است (حسین‌زاده، محمودی و حسین‌پوری، ۱۳۹۹: ۳۷). با وجود آنکه در بیان متولیان آموزش و پرورش بر تحول در نظام آموزشی تأکید می‌شود،



تعامل با ارتباط متفاوت است. در ارتباط، پیام‌ها از فرستنده پیام ارسال و توسط گیرنده دریافت می‌شوند و تنها باز خورد است که نشان می‌دهد پیام دریافت شده است یا نه؟ اما تعامل تنها به ارسال و دریافت پیام خلاصه نمی‌شود، بلکه اثر گذاردن و اثر پذیرفتن هر دوسوی فرایند است. یعنی در هر دوسوی فرایند یادگیری، معلم هم بر دانش آموز اثر می‌گذارد و هم از دانش آموز تأثیر می‌پذیرد. مربیان و متریان باید در تعامل مستمر باشند. این تعامل از میان شامل زمینه‌سازی (در دو بُعد سلبی و ایجابی) و از متر بیان بهره‌گیری و عمل برای تحقق ظرفیت‌های وجودی است (مبانی نظری تحول بنیادین در نظام تعلیم و تربیت رسمی و عمومی جمهوری اسلامی ایران، ۱۳۹۰: ۲۸۱). با توجه به اینکه «استانداردهای اخیر علوم روی کنش‌ها تأکید می‌کنند و معتقدند علوم صرفاً پیکره‌ای از دانش به منظور انعکاس درک رایج از جهان نیست، بلکه مجموعه‌ای از کنش‌ها به منظور ایجاد، گسترش و تصحیح دانش موجود است، دانش و کنش هر دو مهم و ضروری هستند (شورای تحقیقات ملی، به نقل از مالکی و همکاران، ۱۳۹۷: ۱۲).

بنابراین، یادگیرنده باید به کنشگری فعال در جریان یادگیری تبدیل شود و خود به آموخته‌هایش سازمان دهد و در موقعیت‌های زندگی واقعی بتواند از آن‌ها بهره‌گیری کند. در غیر این صورت، یادگیرنده تنها اطلاعات را دریافت می‌کند و در حافظه خود نگه می‌دارد. چنانچه نگهداشت اطلاعات هم به درستی در حافظه سازمان نیافته باشد، از یاد می‌رود و چیزی در ذهن فراگیر نخواهد ماند. «دانش آموزان باید به جای به خاطر سپردن، قابلیت‌های چگونه‌آموختن از طریق تفکر و برخورد منظم با مسائل و مشکلات را به طریق علمی یاد بگیرند (مایرز، به نقل از مبصر ملکی و کیان، ۱۳۹۷: ۲). مثلاً اگر معلم می‌خواهد تشکیل خانواده را به دانش آموزان بیاموزد، به جای آنکه مفهوم خانواده را روی تخته بنویسد و از دانش آموزان بخواهد آن را بخوانند و بازگو کنند، با طرح سؤالی از دانش آموزان، از آن‌ها بخواهد اعضای خانواده خود را نام ببرند و نحوه شکل‌گیری خانواده خود را توضیح دهند. در مثالی دیگر، معلم از خانواده دانش آموزان بخواهد در هنگام خرید از بازار، فرزند خود را درگیر خرید کنند. به این صورت که صورت خریدها را جمع بزنند و در نهایت، مقدار کل خرید و باقی مانده پول را بنویسد و در کلاس ارائه کند. از این طریق، هم محاسبات ریاضی را بهتر درک می‌کند و هم در تعامل با افراد جامعه قرار می‌گیرد و حتی اجناس، میزان و قیمت آن‌ها را نیز به درستی می‌فهمد. این روش باعث می‌شود آموخته‌های مدرسه‌ای در زندگی واقعی به کار گرفته شوند و این نوع یادگیری تعمیم‌یابد و عمیق شود.

«با وجود تأکید اساسی بر درگیر کردن یادگیرندگان در فرایندهای یادگیرنده‌محور و کنش‌محور، جایگاه و عملکرد دانش آموزان ایران همواره از میانگین بین‌المللی در مطالعه تیمز که هر چهار سال یک بار روی دانش آموزان پایه‌های چهارم و هشتم صورت می‌گیرد، به طور معناداری پایین‌تر بوده است» (کریمی و همکاران، به نقل از مالکی و همکاران، ۱۳۹۷: ۱۲). زندگی در جوامع امروزی نیازمند کسب و به کارگیری مهارت‌های گوناگونی است. از جمله این مهارت‌ها می‌توان به حل مسئله، استدلال، فرضیه‌سازی، آزمایش فرضیه، تخمین، مهارت‌های محاسباتی، تفکر جبری، درک مفاهیم هندسی و پیش‌بینی نتایج اشاره کرد. با وجود این یافته‌ها، مطالعات تیمز حاکی از آن هستند که در



در نگاه نو به آموزش، یادگیری در تعامل مؤثر بین دانش آموز و معلم صورت می‌پذیرد و صرفاً جریان انتقال اطلاعات از معلم به دانش آموز نیست

کشور ما میزان دستیابی دانش آموزان به این مهارت‌ها بسیار کمتر از حد انتظار است» (لشکر بلوکی، ۱۳۹۲: ۱۲). این مسئله نشان از آن دارد که در نظام آموزشی ما، دستیابی به مهارت‌های زندگی مورد توجه نیست و صرفاً کسب اطلاعات به عنوان هدف آموزش مدنظر است. به طوری که محتوا محور یک اصل اساسی در نظام آموزشی است و کتاب درسی که خود وسیله آموزش است، به هدف آموزش مبدل شده است. به گونه‌ای که معلم ناگزیر است مطالب کتاب را به طور کامل و منطبق بر قسمت‌های آن آموزش دهد و آموزش خود را نیز دقیقاً مطابق کتاب برنامه‌ریزی و اجرا کند. در نهایت، ارزشیابی را هم مطابق محتوای کتاب انجام دهد. در واقع، فرصتی برای معلم به عنوان برنامه‌ریز و مجری برنامه آموزشی فراهم نخواهد بود.

«دیویی و ویگوتسکی معتقدند، یادگیری دانش آموزان بیشتر از طریق مشارکت فعال در فرایند یادگیری رخ می‌دهد، تا صرفاً گوش کردن به سخنرانی معلم» (فیروزفر و عالی شیر مرد، ۱۳۹۶: ۶۶). «بسیاری از قالب‌های یادگیری بر فعالیت‌های بدنی و حسی و حرکتی یادگیرنده استوارند تا پیام‌های شفاهی. این تأکید موجب می‌شود یادگیرنده به صورت فعال و تجربی به درک و فهم مطالب بپردازد. در این شرایط، یادگیرنده بیش از توجه به حفظ محتوای سنگین آموزشی و به خاطر سپردن نظریه‌های اندیشمندان گذشته، به آزمایش، فهم و کسب تجربه از آن‌ها می‌پردازد. آن‌ها را به طور عمیق درک و کاملاً با وجود خود حس و تجربه می‌کند» (سرکارآرانی، ۱۳۸۹: ۵۷). «در دیدگاه شناختی، یادگیرنده به طور فعال دست به انتخاب موقعیت‌ها می‌زند، به آن‌ها توجه می‌کند، از دانسته‌های قبلی خود برای پردازش اطلاعات استفاده می‌کند و در صورت لزوم برای پاسخ‌گویی به اهداف یا حل مسائل جدید، آن‌ها را مورد تجدیدنظر قرار می‌دهد. یعنی یادگیرندگان در این دیدگاه سازنده اصلی تجربه‌های خود هستند» (کدیور، ۱۳۹۸: ۲۱۹). بر این اساس، کار معلم ایجاد یا خلق موقعیت‌های یادگیری است، نه ارائه دادن پیام‌ها و اطلاعات به دانش آموزان، و این دانش آموز است که در مواجهه با موقعیت‌های مختلف یادگیری باید فعالانه و آگاهانه موقعیت‌ها را شناسایی کند و نسبت به آن‌ها به درک درست دست یابد. و از این طریق به ادراکات خود سازمان دهد و یادگیری را محقق کند. به عبارت دیگر، معلم یا از موقعیت‌های موجود برای بستر سازی یادگیری بهره می‌گیرد و یا موقعیت‌های جدیدی را خلق می‌کند تا دانش آموز را در فرایند یادگیری درگیر کند. «منظور از موقعیت، نسبت مشخص، پویا، قابل درک و تغییر

(توسط خود و دیگران) است که حاصل تعامل پیوسته انسان - به منزله عصری آگاه، آزاد و دارای اختیار - با خداوند و گستره‌ای از جهان هستی (خود، طبیعت و جامعه) در محضر خداوند متعال است» (مبانی نظری تحول بنیادین در نظام رسمی و عمومی، ۱۳۹۰: ۱۳۵).

«یادگیری مفهومی یادگیرندگان، زمانی که فعالانه در فرایند یادگیری از طریق آزمایش علمی درگیر می‌شوند، در مقایسه با زمانی که از طریق راهبردهای منفعل آموزش می‌بینند، بیشتر است» (مینز و همکاران، به نقل از مالکی و همکاران، ۱۳۹۷: ۱۴). روش آموزش در رویکردهای نوین آموزش، برخلاف رویکردهای سنتی، بسیار متفاوت است. بر اساس این دیدگاه‌ها، روش آموزش هر علمی باید همچون روش تولید همان علم باشد؛ به گونه‌ای که فرایند آموزش در رویکرد سنتی، از ارائه مفاهیم به دانش آموزان و به پادسپاری توسط آنان صورت می‌گیرد. در حالی که در روش آموزش نوین، اولین مرحله آموزش، مواجه کردن فراگیرنده با موقعیتی پیچیده و سپس ایجاد سؤال است. از این رو، روش آموزش در نگاه جدید از مواجهه با یک موقعیت پیچیده و سؤال برانگیز آغاز می‌شود و پس از آن، سؤال‌ها در ذهن دانش آموز شکل می‌گیرند. «پروان دیدگاه تربیت پژوهش محور، به روش‌هایی تأکید دارند که پرورش روحیه پژوهشگری و مواجه شدن فراگیرندگان با زمینه‌ها و موقعیت مبهم و مسئله دار را مورد توجه قرار می‌دهد» (بارو، به نقل از شجاع نوری، توحیدی و شکری، ۱۳۹۱: ۱۲۳). در یک مثال ساده، برای آموزش جاذبه زمین، معلم به جای اینکه مفهوم جاذبه را برای دانش آموزان بیان کند و روی تخته بنویسد و توقع داشته باشد دانش آموزان آن را به خاطر بسپارند و در موقع سؤال معلم، آن مفهوم را منطبق با تعریف معلم ارائه دهند، به شکلی ساده، خودکار خود را رها می‌کند تا روی میز بیفتد. این افتادن خودکار بر میز، یک موقعیت پیچیده به حساب می‌آید که پس از آن سؤال پیش می‌آید که چرا خودکار روی زمین افتاد؟ سپس پاسخ‌های دانش آموزان را روی تخته می‌نویسد و در بحث گروهی بین معلم و دانش آموزان از یک سو و دانش آموزان با یکدیگر از دیگر سو، به پاسخ مناسب دست می‌یابند. این پاسخ ممکن است عین محتوای کتاب نباشد، اما مفهوم اصلی از طریق آن دریافت می‌شود.

«از نظر شالمن، دانش محتوا، دانش در رابطه با موضوعی است که قرار است تدریس شود. دانش پداگوژی، آگاهی‌های مربوط به فرایند تدریس، نظریه‌های شناختی و اجتماعی یادگیری و همچنین ادراک چگونگی کاربرد این نظریه‌ها در کلاس‌های درسی را شامل می‌شود. در این میان، دانش آموزش محتوا، تعامل دانش محتوا و دانش پداگوژی است که صرفاً نمی‌تواند مجموعه‌ای از دو دانش اولیه باشد؛ در واقع، دانش آموزش محتوا نتیجه آمیختن دانش محتوا و دانش و هنر معلمی (پداگوژی) است که معلم را به فهم اینکه دانش چگونه برای آموزش، سازمان‌دهی، انطباق و ارائه می‌شود، هدایت می‌کند» (دیمه‌ور و یوسفی‌روشن، ۱۳۹۸: ۷۱). به این ترتیب، معلم باید به جای آموزش مفاهیم موجود در محتوای درس، از طریق ایجاد موقعیت‌های یادگیری، با بهره‌گیری از روش‌های علمی، آموزش محتوا را به انجام برساند. یعنی معلم باید جریان آموزش را سازمان‌دهی و هدایت کند. همان‌طور که پیشتر هم اشاره شد، نقش

معلم تسهیل فرایند یادگیری و ایجاد بستر مناسب برای یادگیری است. به عنوان مثال، اگر می‌خواهد جمع اعداد دورقمی را به دانش آموزان آموزش دهد، می‌تواند با استفاده از یک بازی آموزشی که خودش طراحی کرده باشد، بدون اشاره مستقیم به موضوع درس، دانش آموزان را به محاسبه تعداد شکل‌ها و جمع آن‌ها ترغیب کند. یا اینکه برای آموزش خط‌های موازی و متقاطع، از سرامیک‌های کف کلاس استفاده کند. به این صورت که از دانش آموزان بخواهد با استفاده از گچ، خط‌های بین سرامیک‌ها را به‌طور مستقیم بکشند و در جاهایی که تلاقی پیدا می‌کنند نیز معین کنند.

«یادگیری ارزنده‌ترین کاری است که آدمی در زندگی خود انجام می‌دهد. اگر چه می‌توان به شکل‌های گوناگونی یاد گرفت، اما بهتر است برای افزایش بازده آموزشی از روش‌های خلاق در آموزش استفاده کنیم. به جای اینکه تنها به موضوع به پادسپاری و انباشت دانش توجه کنیم، به افزایش کیفیت و برداش و طبقه‌بندی دانش با انگیزه درونی بپردازیم» (زارعی زوارکی و صفوی، به نقل از ترک و همکاران، ۱۳۹۵: ۶۰). معلم حرفه‌ای کسی است که خود را به استفاده از روش‌های از پیش معرفی شده و عمدتاً غیر تعاملی محدود نمی‌داند. لذا متناسب با موقعیت‌هایی که وجود دارند یا ایجاد می‌کنند، از روش مناسب آن موقعیت بهره می‌برد و به نحوی از روش‌های اقتصایی استفاده می‌کند. به عنوان مثال، به جای آنکه آموزش خود را صرفاً بر اساس محتوای کتاب درسی آغاز کند، یک موقعیت واقعی زندگی (نظیر فضای مجازی) را در کلاس از طریق بخش یک تکه فیلم کوتاه و بیان سؤال‌هایی در این زمینه مطرح و با استفاده از روش بحث و گفت‌وگو جریان کلاس را مدیریت می‌کند. در این گفت‌وگو‌ها نقش معلم بیشتر تسهیلگری خواهد بود. اوسعی می‌کند گفت‌وگو‌ها به سامان برسند و از مسیر اصلی خارج نشوند. در نهایت، محورهای اصلی حاصل از گفت‌وگو‌ها را روی تخته می‌نویسد یا از یکی از دانش آموزان کمک می‌گیرد تا آن‌ها را بنویسد. در خاتمه معلم باید نتایج نهایی را از این مطالب استخراج و به دانش آموزان ارائه کند. بنابراین، اگر از دریچه‌ای نوبه آموزش و پرورش بنگریم، معلم به عنوان مؤثرترین عنصر در تعلیم و تربیت دانش آموزان، نقشی متفاوت‌تر از یاد دادن دارد. در واقع، معلم یاد نمی‌دهد، بلکه موقعیت‌های یادگیری را برای دانش آموزان فراهم می‌کند تا آن‌ها بتوانند خود به صورت فعالانه جریان یادگیری را رقم بزنند. به این ترتیب، معلم یا از موقعیت‌های موجود به نحوی برای بستر سازی یادگیری دانش آموزان بهره می‌گیرد یا موقعیت‌های جدید را به این منظور خلق می‌کند. *

پی‌نوشت

1. National Research Council

منابع

۱. ترک، نسرين؛ خادمی اشکذری، ملوک؛ زارعی زوارکی، اسماعیل (۱۳۹۵). تأثیر یادگیری تلفیقی بر میزان یادگیری و انگیزش تحصیلی دانشجویان. فن‌آوری آموزش و یادگیری، ۲(۶).
۲. حسین‌زاده، راهله؛ محمودی، مهدی؛ حسین‌پوری، عارف (۱۳۹۹). درآمدی انتقادی بر نقش یادگیری الکترونیکی در یادگیری. مطالعات و تحقیقات در علوم رفتاری، ۲(۳).
۳. دیمه‌ور، محمد و یوسفی‌روشن (۱۳۹۸). ایجاد موقعیت‌های یادگیری اثر بخش در آموزش جغرافیا، با استفاده از راهبردهای آموزش ترکیبی و گردش علمی. پژوهش در مطالعات اجتماعی، ۲(۲۱).
۴. سرکار آرائی، محمدرضا (۱۳۸۹). فرهنگ آموزش و یادگیری. انتشارات مدرسه. تهران.
۵. شجاع‌نوری، فروغ‌الصباح؛ توحیدی، مریم؛ شکری، فرزانه (۱۳۹۱). مقایسه تطبیقی روش آموزش سامرای با یادگیری پژوهش محور. مهندسی فرهنگی، ۷(۷۱) و (۷۲).
۶. شعبانی، حسن (۱۳۸۷). مهارت‌های آموزشی و پرورشی. سمت. تهران.
۷. فیروزفر، ایرج؛ عبدالله‌عالی، شیر مرد (۱۳۹۶). مطالعه‌ای پیرامون یادگیری موقعیتی. فصلنامه مطالعات روان‌شناسی و علوم تربیتی، ۳(۲).
۸. کدیور، پروین (۱۳۹۸). روان‌شناسی تربیتی. سمت. تهران.
۹. لشکر بلوکی، غلامرضا (۱۳۹۲). دانش آموزان ایرانی در آینه تیز ۲۰۱۱. رشد آموزش راهنمایی تحصیلی، ۱۸(۸).
۱۰. مالکی، مانده و همکاران (۱۳۹۷). طراحی و اجرای الگوی یادگیری مبتنی بر نمونه‌سازی و تأثیر آن بر یادگیری مفاهیم و کنش‌های نمونه‌سازی. فصلنامه تعلیم و تربیت، ۳۴(۴) (۱۳۶).
۱۱. مبانی نظری تحول بنیادین در نظام تعلیم و تربیت رسمی و عمومی جمهوری اسلامی ایران (۱۳۹۰).
۱۲. مبصر ملکی، سمیه و کیان، مرجان (۱۳۹۷). تأثیر روش آموزش معکوس بر یادگیری درس کار و فن‌آوری. تدریس پژوهی، ۶(۲).

سید حسین رضوی خوشفی
کارشناس ارشد مدیریت آموزشی



رادیکال

تحلیل ابعاد تربیتی و آموزشی فیلم رادیکال

❁ فیلم رادیکال و نظریه‌های تربیتی

سرخیو بر اساس یک رویکرد جامع و چندبعدی نشان می‌دهد که او معلمی بسیار آگاه و مؤثر است که از نظریه‌های گوناگون آموزشی برای کمک به رشد همه‌جانبه دانش‌آموزانش استفاده می‌کند. او با ترکیب این نظریه‌ها و اصول، محیطی یادگیرنده محور ایجاد می‌کند که در آن هر دانش‌آموز می‌تواند به ظرفیت کامل خود دست یابد. این رویکرد نه تنها عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را بهبود می‌بخشد، بلکه آن‌ها را برای موفقیت در زندگی واقعی و مواجهه با چالش‌های جهان امروز آماده می‌کند. فیلم بازتابی است از چالش‌های موجود در نظام آموزشی سنتی و لزوم تغییر در رویکردهای تربیتی. در این تحلیل، ارتباط میان رویکردهای نوآورانه معلم اصلی فیلم و نظریه‌های تربیتی مطرح در حوزه آموزش و پرورش و جامعه در ۱۲ موضوع برجسته و قابل توجه را بررسی خواهیم کرد. از آنجا که این فیلم بیش از هر چیز شبیه یک مباحثه هوشمندانه و واقعی درباره هدف تعلیم و تربیت در زندگی دانش‌آموز است، دیدن آن را به همه معلمان و دست‌اندرکاران آموزش و والدین توصیه می‌کنیم.

فیلم سینمایی رادیکال یک درام محصول سال ۲۰۲۳ مکزیک به کارگردانی کریستوفر زلا است که روش‌های آموزشی مرسوم و قدرت تغییرات در رویکردهای آموزشی را از دیدگاه یک معلم نقد و بررسی می‌کند. این فیلم بر مبنای واقعیت‌های اجتماعی و با تمرکز بر یک مدرسه در یکی از مناطق محروم مکزیک، نشان می‌دهد که معلم خلاق چگونه می‌تواند از طریق نوآوری در کنار بهره‌مندی از روش‌های سنتی، تأثیر عمیقی بر ذهنیت و زندگی دانش‌آموزان بگذارد. کارگردان احتمالاً در وصف این معلم فیلم رادیکال نام گذاشته که به معنای تحول خواه، اصلاح‌گر و طرفدار تغییرات بنیادی است.

❁ خلاصه فیلم

فیلم رادیکال روایتگر داستان واقعی یک معلم به نام سرخیو خوارز کورتا است که در یک مدرسه ابتدایی به تدریس مشغول است؛ در منطقه‌ای که از وجود خشونت کارتل‌های مواد مخدر رنج می‌برد. دانش‌آموزان این مدرسه در محیط اطرافشان با مشکلات فراوانی روبه‌رو هستند که از انگیزه و توان یادگیری‌شان کاسته است. شخصیت اصلی فیلم یک معلم متفاوت است که از روش‌های سنتی آموزش فاصله می‌گیرد و سعی می‌کند به شیوه‌های نوین و خلاقانه دانش‌آموزان را به یادگیری ترغیب کند.

۱. اهمیت ارتباط معنادار با دانش آموزان

نظریه «پداگوژی انتقادی» پائولو فریره بر این اصل استوار است که آموزش باید فراتر از انتقال صرف اطلاعات باشد. پائولو فریره نقش معلم را در وهله نخست آگاهی بخشی می‌داند. فریره معتقد بود، معلمان باید زمینه اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی دانش آموزان را درک و از این درک برای ایجاد گفت‌وگوی معنادار و آموزش مرتبط استفاده کنند. معلم باید از طریق برقراری گفت‌وگو و دیالوگ، آگاهی انتقادی را در دانش آموزان ایجاد و از آموزش سنتی و یک طرفه (انتقال داده و اطلاعات خام) به دانش آموزان اجتناب کند.

در فیلم رادیکال، سرخیو با درک عمیق شرایط زندگی دانش آموزانش توانست آموزش را با واقعیت‌های زندگی آن‌ها پیوند دهد. او از مسائل روزمره و چالش‌های محلی به عنوان نقطه شروع آموزش استفاده می‌کند که این امر باعث می‌شود دانش آموزان با مطالب درسی ارتباط بیشتری برقرار و انگیزه بیشتری برای یادگیری پیدا کنند.

۲. یادگیری مبتنی بر پروژه و تجربه

نظریه «یادگیری از طریق عمل» جان دیویی بر این باور است که دانش آموزان زمانی بهتر یاد می‌گیرند که درگیر تجربه‌های عملی و حل مسائل واقعی شوند. دیویی معتقد بود که آموزش باید بازنگری واقعی پیوند داشته باشد.

او معتقد است: «حضور معلم در مدرسه برای تحمیل ایده‌های مشخص یا ایجاد عادت‌های به خصوص در کودک نیست، بلکه برای این است که به عنوان یک عضو اجتماع، تأثیری را که کودک تجربه می‌کند انتخاب و به او کمک کند به نحو مناسب به آن‌ها پاسخ دهد.»

همچنین، نظریه «ساخت‌گرایی» ژان پیاژه بر این اصل تأکید دارد که یادگیرندگان دانش خود را از طریق تعامل با محیط و تجربه‌های شخصی می‌سازند. او می‌گوید: «وقتی چیزی را به کودک آموزش می‌دهیم، مانع می‌شویم خودش به‌شخصه آن‌ها را اختراع یا کشف کند.»

در فیلم رادیکال، سرخیو با استفاده از پروژه‌های عملی و تجربه‌های واقعی، این نظریه‌ها را به کار می‌گیرد و یادگیری را برای دانش آموزانش معنادارتر می‌کند. او به جای تکیه بر کتاب‌های درسی سنتی، دانش آموزان را تشویق می‌کند در پروژه‌های تحقیقاتی شرکت کنند، آزمایش‌های علمی انجام دهند و راه‌حل‌های خلاقانه برای مشکلات واقعی جامعه خود پیدا کنند. این رویکرد نه تنها درک عمیق‌تری از مفاهیم علمی ایجاد می‌کند، بلکه مهارت‌های حل مسئله و تفکر انتقادی را نیز در دانش آموزان پرورش می‌دهد.

۳. تشویق تفکر انتقادی

نظریه «تفکر انتقادی» رابرت انیس بر اهمیت آموزش مهارت‌های تفکر منطقی، تحلیلی و ارزیابی اطلاعات تأکید دارد. انیس معتقد است، دانش آموزان باید بیاموزند چگونه اطلاعات را ارزیابی کنند، استدلال‌ها را تحلیل کنند و به نتیجه‌گیری‌های منطقی برسند.

سرخیو در فیلم رادیکال با تشویق دانش آموزان به پرسیدن سؤال‌های عمیق، این نظریه را در عمل پیاده می‌کند. او دانش آموزان می‌خواهد فرضیه‌های خود را مطرح، آن‌ها را آزمایش و نتیجه را تحلیل کنند.

۴. ایجاد محیط

یادگیری امن و حمایت‌کننده

نظریه «سلسله مراتب نیازها» ی آبراهام مازلو بیان می‌کند، افراد برای رسیدن به خودشکوفایی و یادگیری مؤثر، ابتدا باید نیازهای اساسی تر خود مانند امنیت فیزیکی و روانی، تعلق و عزت نفس را برآورده کنند. در محیط‌های آموزشی، این شرایط به معنای ایجاد فضایی است که دانش آموزان در آن احساس امنیت، پذیرش و احترام کنند.

سرخیو در فیلم رادیکال، با وجود محیط خشن بیرون از مدرسه، تلاش می‌کند کلاس را به مکانی امن و حمایت‌کننده تبدیل کند؛ جایی که دانش آموزان بتوانند بدون ترس از قضاوت یا تمسخر، خود را ابراز کنند. او قوانین احترام متقابل را در کلاس برقرار می‌کند، به نظر همه دانش آموزان ارزش می‌دهد و فضایی ایجاد می‌کند که در آن اشتباه کردن به عنوان بخشی از فرایند یادگیری پذیرفته می‌شود. این محیط امن به دانش آموزان اجازه می‌دهد بدون ترس از شکست، ایده‌های جدید را امتحان کنند و از تجربه‌های خود یاد بگیرند.

۵. توجه به

تفاوت‌های فردی

نظریه «یادگیری تمایز یافته» کارول آن توملینسون بر این اصل استوار است که هر دانش آموز منحصر به فرد است و سبک یادگیری، علاقه‌ها و نیازهای خاص خود را دارد. هر گاه معلم به شرایطی برسد که برای یک فرد یا یک گروه بزرگ یا کوچک در کلاس شیوه‌ای به کار برسد تا بهترین تجربه یادگیری را برای همه ایجاد کند، دارد از شیوه یادگیری تمایز یافته استفاده می‌کند. برای این کار، معلمان باید محتوا، فرایند، محصول یادگیری و محیط و شرایط یادگیری را متناسب با آمادگی، علاقه و نیمرخ یادگیری هر دانش آموز تنظیم کنند. در فیلم رادیکال، سرخیو تلاش می‌کند

استعدادها و نیازهای خاص هر یک از دانش آموزانش را شناسایی کند و روش‌های آموزشی خود را متناسب با آن‌ها تطبیق دهد. او از روش‌های متنوع آموزشی استفاده می‌کند، تکلیف‌ها را با سطح‌های متفاوت دشواری ارائه می‌دهد و به دانش آموزان اجازه می‌دهد از روش‌های گوناگون برای نشان دادن یادگیری خود استفاده کنند. این رویکرد به او اجازه می‌دهد به هر دانش آموز کمک کند به بهترین نحو ممکن رشد کند و یاد بگیرد.

۶. تأکید بر انگیزه درونی

نظریه «خودتعیین‌گری» ادوارد دسی و ریچارد رایان بر اهمیت انگیزه درونی در یادگیری و رشد شخصی تأکید دارد. خودتعیین‌گری به این فرض اشاره دارد که انسان‌ها دوست دارند خودشان تعیین‌کننده باشند و سهم بیشتری در انتخاب‌ها و شکل دادن به جهان اطرافشان ایفا کنند.

بر اساس این نظریه، سه ویژگی وجود دارد که اگر حداقل یکی از آن‌ها در فعالیت وجود داشته باشد، آن فعالیت این ظرفیت را دارد که بدون نیاز به هر پاداش دیگری ما را به خود ترغیب کند: خودمختاری، شایستگی و ارتباط. در محیط‌های آموزشی، زمانی که هر یک از این نیازها برآورده شود، افراد برای یادگیری و رشد انگیزه درونی بیشتری پیدا می‌کنند.

سرخیو در فیلم رادیکال، به جای تکیه بر پاداش‌های بیرونی مانند نمره و جایزه، تلاش می‌کند علاقه و اشتیاق درونی دانش آموزان را برای یادگیری برانگیزد. او به دانش آموزان حق انتخاب می‌دهد، به آن‌ها اجازه می‌دهد در تصمیم‌گیری‌های کلاس مشارکت کنند و فرصت‌هایی را فراهم می‌کند تا دانش آموزان احساس شایستگی و پیشرفت کنند. همچنین، با ایجاد جو همکاری در کلاس، حس تعلق و ارتباط را در دانش آموزان تقویت می‌کند.

۷. اهمیت انتظارات بالا

«اثر پیگمالیون» یا «پیشگویی خودکام‌بخش» که روبرت روزنتال و لنوریا کوپسون مطرح کردند نشان می‌دهد، انتظارات معلم از دانش آموزان می‌تواند بر عملکرد واقعی آن‌ها تأثیر قابل توجهی داشته باشد. این نظریه بیان می‌کند، وقتی معلمان از دانش آموزان انتظار بالا دارند، ناخودآگاه رفتارهایی از خود نشان می‌دهند که به بهبود عملکرد دانش آموزان منجر می‌شوند. در فیلم رادیکال، سرخیو با داشتن انتظار بالا از دانش آموزانش و اعتقاد راسخ به توانایی هایشان، به آن‌ها کمک می‌کند از محدودیت‌های ذهنی خود فراتر بروند و به سطح بالاتری از موفقیت دست یابند. او به طور مداوم دانش آموزان را تشویق می‌کند برای خود اهداف چالش برانگیز تعیین کنند و به آن‌ها اطمینان می‌دهد



**فیلم رادیکال
نشان می‌دهد
که معلم
خلاق چگونه
می‌تواند از
طریق نوآوری در
کنار بهره‌مندی
از روش‌های
سنتی، تأثیر
عمیقی بر
ذهنیت و زندگی
دانش‌آموزان
بگذارد**

که می‌توانند به این اهداف دست یابند. این رویکرد باعث می‌شود دانش‌آموزان به تدریج باور کنند می‌توانند موفق شوند. در نتیجه تلاش بیشتری برای رسیدن به اهداف خود می‌کنند.

۸. نقش معلم به عنوان تسهیلگر

نظریه «سازنده‌گرایی اجتماعی» لو ویگوتسکی بر اهمیت تعامل اجتماعی در یادگیری تأکید دارد. ویگوتسکی معتقد بود یادگیری در بافت اجتماعی رخ می‌دهد و معلم باید نقش راهنما و تسهیلگر را ایفا کند، نه منبع صرف اطلاعات.

این نظریه همچنین مفهوم «منطقه تقریبی رشد» را مطرح می‌کند که فاصله بین آنچه یادگیرنده می‌تواند بدون کمک انجام دهد و آنچه با راهنمایی یک فرد ماهرتر می‌تواند انجام دهد را در بر می‌گیرد.

در فیلم رادیکال، سرخیو به جای اینکه صرفاً اطلاعات را به دانش‌آموزان منتقل کند، آن‌ها را تشویق می‌کند خودشان کشف کنند و یاد بگیرند، در حالی که خودش نقش راهنما و حامی را ایفا می‌کند. او از روش‌های متعددی مانند بحث‌های گروهی و پروژه‌های مشارکتی استفاده می‌کند تا دانش‌آموزان را در فرایند یادگیری درگیر کند. سرخیو با شناسایی منطقه تقریبی رشد هر دانش‌آموز، چالش‌هایی را ارائه می‌دهد که کمی فراتر از سطح فعلی توانایی آن‌هاست، اما با راهنمایی و حمایت او قابل دستیابی است. این رویکرد کمک می‌کند مهارت‌های حل مسئله، تفکر انتقادی و یادگیری مستقل دانش‌آموزان توسعه یابد.

۹. ارتباط محتوای درسی با زندگی واقعی

نظریه «یادگیری معنادار» دیوید آزوبل بر این اصل استوار است که یادگیری زمانی مؤثرتر و پایدارتر است که مطالب جدید با دانش و تجربه‌های قبلی یادگیرنده ارتباط داده شوند. معلمان باید بین دانش قبلی و اطلاعات جدید «پل‌هایی شناختی» ایجاد کنند تا یادگیری معنادار شود.

در فیلم رادیکال، سرخیو تلاش می‌کند مفاهیم درسی را با زندگی روزمره و تجربه‌های شخصی دانش‌آموزانش مرتبط کند.

او برای توضیح مفاهیم انتزاعی از مثال‌های ملموس و آشنا استفاده و دانش‌آموزان را تشویق می‌کند ارتباط بین آنچه در کلاس می‌آموزند و دنیای واقعی را کشف کنند. برای مثال، از مسائل محلی مانند مشکلات اجتماعی به عنوان نقطه شروع آموزش مفاهیم علمی یا اجتماعی استفاده می‌کند. این کار باعث می‌شود یادگیری برای دانش‌آموزان معنادارتر و کاربردی‌تر شود و انگیزه یادگیری آن‌ها افزایش یابد.

۱۰. اهمیت خودباوری و عزت نفس

نظریه «خودکارآمدی» آلبرت بندورا بر اهمیت باور فرد به توانایی‌های خود در انجام وظایف و رسیدن به اهداف تأکید دارد. بندورا معتقد بود، خودکارآمدی بر انگیزه و پشتکار افراد در مواجهه با چالش‌ها تأثیر می‌گذارد. افرادی که خودکارآمدی بالایی دارند، معمولاً اهداف بالاتری برای خود تعیین می‌کنند و در برابر موانع مقاومت بیشتری نشان می‌دهند.

در فیلم رادیکال، سرخیو با تمرکز بر تقویت اعتماد به نفس و خودباوری دانش‌آموزان، به آن‌ها کمک می‌کند به توانایی‌های خود ایمان بیاورند و برای رسیدن به اهداف بزرگ‌تر تلاش کنند. او به دانش‌آموزان کمک می‌کند شکست‌ها را به عنوان فرصت یادگیری و رشد ببینند، نه نشانه‌ای از ناتوانی. این رویکرد به تدریج بر اعتماد به نفس و خودباوری دانش‌آموزان می‌افزاید و آن‌ها را برای مواجهه با چالش‌های بزرگ‌تر در زندگی آماده می‌کند.

۱۱. خودکنترلی و مدیریت رفتار

نظریه انتخاب ویلیام گلاسر بر این باور استوار است که افراد می‌توانند رفتار خود را مدیریت (کنترل) کنند و مسئول انتخاب‌های خود هستند. او معتقد بود، رفتار انسان حاصل تلاش برای ارضای پنج نیاز اساسی است: بقا، عشق و تعلق، قدرت، آزادی و تفریح.

در فیلم رادیکال، سرخیو به دانش‌آموزانش می‌آموزد که چگونه احساسات و رفتارهای خود را مدیریت کنند؛ به ویژه در شرایط دشوار محیطی که در آن زندگی می‌کنند. او به آن‌ها کمک می‌کند درک کنند که می‌توانند واکنش‌های خود را نسبت به شرایط بیرونی انتخاب کنند، حتی اگر نتوانند خود شرایط را تغییر دهند. او از فن‌هایی مانند تأمل و گفت‌وگوی درونی مثبت استفاده می‌کند تا به دانش‌آموزان کمک کند احساس و رفتار خود را بهتر مدیریت کنند. او به آن‌ها می‌آموزد چگونه انتخاب‌های سازنده‌تری داشته باشند و مسئولیت اعمال خود را بپذیرند.

۱۲. هوش‌های چندگانه

نظریه هوش‌های چندگانه هوارد گاردنر بیان می‌کند، افراد انواع متفاوتی از هوش را دارند. گاردنر هشت نوع هوش را شناسایی کرد: زبانی-کلامی؛ منطقی-ریاضی؛ فضایی-دیداری؛ موسیقایی؛ بدنی-جنبشی؛ میان‌فردی؛ درون‌فردی؛ طبیعت‌گرا. هوش وجودی را هم بعدها به این فهرست اضافه کرد.

در فیلم «رادیکال»، رویکرد سرخیو این نظریه را به خوبی منعکس می‌کند. او با ارائه فعالیت‌های متنوع که انواع هوش را درگیر می‌کند، به دانش‌آموزان اجازه می‌دهد از نقاط قوت خود استفاده کنند و در عین حال سایر جنبه‌های هوش خود را نیز توسعه دهند.

پی‌نوشت

1. Radocal

منابع

۱. هرگنهان، بی. آر؛ السون، میتو. اج (۱۴۰۳). مقدمه‌ای بر نظریه‌های یادگیری. علی اکبر سیف. دوران. تهران.

۲. سنه، افسانه؛ آقازاده، محرم (۱۳۹۳). کاربرد هوش‌های چندگانه در کلاس درس. مرآت. تهران.

3. Wired. A radical way of unleashing a generation of geniuses, (2015). <https://www.wired.com/2013/10/free-thinkers/>

4. <https://motamem.org/>



نگاهی به
آرای تربیتی
ژان ژاک روسو

تربیت در آغوش طبیعت

کلیدواژه‌ها: آموزش طبیعی، یادگیری غیرمستقیم، آزادی در یادگیری، تجربه محوری، تربیت اخلاقی، آموزش عملی، رشد مرحله‌ای در یادگیری، کودک محوری در آموزش، توجه به فردیت کودک

محمد رضا توحیدی

* خلاصه زندگی

ژان ژاک روسو در سال ۱۷۱۲ در شهر ژنو سوئیس به دنیا آمد. مادرش چند روز پس از تولد او از دنیا رفت و پدرش که ساعت‌ساز بود، او را بزرگ کرد. اما پدرش به دلیل مشکلات قانونی مجبور شد ژنو را ترک کند و روسو تحت سرپرستی خاله‌اش قرار گرفت.

در سن ۱۶ سالگی، روسو از ژنو فرار کرد و در شهرهای متفاوت به زندگی ادامه داد و شغل‌های گوناگون، از خدمتکاری تا متشیگری را تجربه کرد. روسو در اوایل جوانی به پاریس رفت. در سال‌های اولیه فقر و سختی را تجربه کرد، اما با انتشار مقاله‌ای در یک مسابقه فلسفی، به شهرت رسید. مقاله او که به دفاع از بازگشت به طبیعت و نقد تمدن مدرن می‌پرداخت، مورد استقبال گسترده‌ای قرار گرفت و به آغاز دوره جدیدی از شهرت و تأثیرگذاری او انجامید.

او در اوج شهرت، با زنی به نام ترز لو واسر ازدواج کرد، اما زندگی شخصی‌اش

پر از تناقض بود. روسو و ترز صاحب پنج فرزند شدند، اما روسو به دلیل وضعیت مالی و سبک زندگی پیچیده‌اش، همه آن‌ها را به یتیم‌خانه سپرد. این تصمیم که با اصول تربیتی خود او در تضاد بود، همیشه به عنوان یکی از نقاط تاریک زندگی‌اش مورد انتقاد قرار گرفت.

در سال ۱۷۶۲ روسو کتاب مهم خود «امیل» را منتشر کرد که درباره تربیت کودکان بود. این کتاب نه تنها شهرت او را افزایش داد، بلکه به دلیل انتقادهایی که از کلیسا و نظام‌های آموزشی مرسوم داشت، او را به دردسر انداخت. کلیسا و دولت فرانسه این کتاب را ممنوع کردند و او مجبور شد به تبعید برود. در اواخر زندگی، روسو به نوشتن خاطرات و زندگی‌نامه‌اش با عنوان «اعترافات» پرداخت و از اشتباه‌ها و تناقض‌های خود صحبت کرد. او در این کتاب به مسائل شخصی و احساسی خود به صراحت اشاره کرد. روسو در سال ۱۷۷۸ درگذشت و به عنوان یکی از تأثیرگذارترین فیلسوفان و متفکران دوره روشنگری در تاریخ ثبت شد.



* اثرگذارترین فعالیت‌های روسو

ژان ژاک روسو در کتاب مشهور خود امیل یک نظام تربیتی کامل را برای رشد طبیعی کودکان تبیین می‌کند. او معتقد بود که تعلیم و تربیت باید با توجه به طبیعت کودک، نیازها و توانایی‌های او در مراحل متفاوت زندگی صورت گیرد.

در ادامه، از کتاب «امیل یا درباره تعلیم و تربیت» و همچنین از عقاید تربیتی ژان ژاک روسو، برخی جمله‌ها و اصول کلیدی به ترتیب اهمیت آورده شده‌اند:

انسان به‌طور طبیعی خوب است و فساد او ناشی از تأثیرات منفی جامعه است.

آموزش باید با طبیعت کودک هماهنگ باشد.

کودک باید از طریق تجربه و عمل بیاموزد، نه از طریق حفظ و تلقین.

هدف آموزش باید پرورش فردی مستقل و مسئولیت‌پذیر باشد.

کودکان باید در فضایی آزاد و حمایتگر بزرگ شوند. محیط آموزشی در رشد عاطفی و اجتماعی کودک تأثیر دارد و فشار و اجبار می‌تواند مضر باشد.

آزادی و اختیار در یادگیری ضروری است. کودکان باید در انتخاب راه یادگیری خود آزاد باشند و معلمان باید به آن‌ها این آزادی را بدهند.

تربیت باید از مرحله‌ای به مرحله دیگر و به آرامی پیش برود.

مربی باید نقشی هدایتگر و تسهیلگر داشته باشد. مربی نباید تنها منبع اطلاعات باشد، بلکه باید به عنوان راهنما و تسهیل‌کننده فرایند یادگیری عمل کند.

در این کتاب، روسو سه اصل بنیادی برای معلمان مطرح می‌کند که به شکل خلاصه عبارت‌اند از:

* ۱. آموزش مبتنی بر طبیعت

روسو معتقد بود که کودکان ذاتاً خوب هستند و آموزش باید با توجه به طبیعت آن‌ها صورت گیرد، نه بر اساس خواسته‌های جامعه یا فرهنگ. او از اصطلاح «تربیت منفی» استفاده می‌کند و معتقد است که وقتی به کودک می‌گوییم دروغ گفتن کار بدی است، در واقع به نوعی به کودک دروغ گفتن را آموزش می‌دهیم. او معتقد است فطرت پاک کودک را نباید با تربیت منفی مواجه کرد.

روسو باور دارد که معلمان به جای تحمیل دانش و ارزش‌ها، باید به نیازها و علاقه‌های کودکان توجه کنند. در این راستا، نقش معلم به عنوان راهنما و تسهیلگر است که به دانش آموز کمک می‌کند با کنج‌های خود جهان را کشف کند. روسو می‌گوید: «ما باید کودکان را

بازندگی واقعی روبه‌رو کنیم، نه بازندگی مصنوعی. طبیعت بهترین معلم است و کودک در هماهنگی با آن پرورش می‌یابد.»

مدرسه‌های بسیاری در سراسر جهان بر مبنای این دیدگاه و رویکرد مدرسه‌را طراحی کرده‌اند.

* ۲. آزادی در آموزش

آزادی و استقلال برای رشد سالم کودکان بسیار مهم است. روسو می‌گوید دانش آموزان باید فرصت تجربه کردن داشته باشند و از طریق آزمون و خطا یاد بگیرند. معلمان نباید پاسخ‌های آماده فراهم کنند، بلکه باید به کودکان اجازه دهند خودشان به کشف و یادگیری بپردازند. این نوع آزادی، مسئولیت‌پذیری و خودشناسی را تقویت می‌کند و به دانش آموزان کمک می‌کند خودمختاری و استقلال فکری پیدا کنند. از نظر روسو، محدودیت‌ها و قواعد سخت و یک‌طرفه خلاقیت و انگیزه را در دانش آموزان از بین می‌برد. از آنجا که رویکرد او طبیعت‌گرایی است، به تجربیات شخصی دانش آموز و تعامل او با طبیعت، بیش از آموزش مستقیم و حفظ کردن اطلاعات اهمیت می‌دهد.

* ۳. مرحله‌بندی در آموزش

روسو تأکید می‌کند که تربیت کودک باید با توجه به مراحل رشد او انجام شود. او پنج مرحله برای رشد انسان مطرح می‌کند و معتقد است که هر مرحله نیازهای خاص خود را دارد. او از ورود به مدرسه تا ۱۲ سالگی را «کودکی»، از ۱۲ تا ۱۵ سالگی را «نوجوانی»، از ۱۵ تا ۲۰ سالگی را «جوانی» و پس از ۲۰ سالگی را «بزرگسالی» تقسیم‌بندی می‌کند. جالب این است که دسته‌بندی روسو تقریباً با نظام آموزش و پرورش کشورمان قرابت دارد. روسو معتقد است، معلمان باید نیازهای سنی و شناختی دانش آموزان را به دقت در نظر بگیرند و متناسب با آن‌ها تدریس کنند. برای مثال، در سنین پایین‌تر باید تأکید بیشتری بر یادگیری از طریق بازی و تجربه‌های عملی صورت گیرد، در حالی که در مرحله‌های بالاتر توجه به مفهوم‌های انتزاعی و اخلاقی بیشتر می‌شود.

* چند جمله کلیدی روسو

بسیاری از بچه‌ها به خاطر ترس از شکست، از یادگیری دست می‌کشند.

خودارزیایی: ترس از ناتوانی در حل کردن سؤال‌های ریاضی و شکست خوردن چقدر باعث می‌شود دانش آموزان از این درس فرار کنند؟

آموزش باید بر اساس عشق و محبت باشد، نه ترس و اجبار.

تدریس با بازی و به مشارکت گرفتن کودک، به ساخت دانش در ذهن او کمک می‌کند و موجب نهادینه شدن یادگیری در او می‌شود



خودارزیابی: تلفن همراه، اینترنت و شبکه‌های مجازی زندگی و سلامت روانی ما را به چه اندازه تحت الشعاع قرار داده‌اند؟ اگر تمام مدت کودک را برای آینده‌ای که شاید هرگز نرسد تربیت کنید و او در کودکی بمیرد، با کودکی او چه کرده‌اید؟

خودارزیابی: کودکی نزیسته چقدر می‌تواند بر رشد طبیعی فرزند انمان اثرات منفی داشته باشد؟

✱ توصیه‌های عملی روسویه معلمان

به هر دانش آموز باید به عنوان فردی منحصر به فرد نگاه کنید و متناسب با استعدادها و علاقه‌های او برایش برنامه‌ریزی آموزشی کنید. شاید بتوان به صورت عمومی و در کلاس درس برای همه دانش آموزان این کار را انجام داد، اما می‌توان برای دانش آموزانی که «نیاز به تلاش بیشتر» تشخیص داده شده‌اند، مدل متفاوتی را طراحی کرد؛ مدلی که با طبیعت آن‌ها متناسب باشد. به جای ارائه اطلاعات خام، باید فرصت‌هایی برای یادگیری اکتشافی و تجربه شخصی فراهم کنید. شما به عنوان تسهیلگر فقط حس کنجکاوی و درگیری ذهنی برای دانش آموز ایجاد کنید و اجازه دهید با کاوشگری و آزمون و خطا در یادگیری در او احساس تعلق ایجاد شود و تنها در مواقع ضروری و برای تثبیت یادگیری وارد عمل شوید.

آزادی در تصمیم‌گیری و تجربه کردن به رشد اعتماد به نفس و مسئولیت‌پذیری کمک می‌کند. ایجاد چنین بستر آزادی در کلاس درس که همراه با جرئت‌ورزی و نداشتن ترس از اشتباه است، از اصلی‌ترین وظایف شماست که کمک می‌کند کلاس محل توسعه احساس ارزشمندی برای دانش آموزان شود. در چنین محیطی خلاقیت رشد پیدا می‌کند.

تدریس با بازی و به مشارکت گرفتن کودک، به ساخت دانش در ذهن او کمک می‌کند و موجب نهادینه شدن یادگیری در او می‌شود. وقتی یادگیری همراه با نشاط و شادی باشد، علاقه‌مندی و خلاقیت رشد می‌یابد. از طرف دیگر، یادگیری در طبیعت به کودک کمک زیادی می‌کند که مفهومی‌ها را درک کند.

شاید یک تجربه لذت‌بخش در دوره دبستان هر کدام از ما، جمع کردن برگ‌های پاییزی و نشان دادن انواع برگ‌ها در کلاس درس بود؛ تجربه‌ای که بعد از گذشت سال‌ها، هنوز آن را فراموش نکرده‌ایم. ✱

منابع

۱. روسو، ژان ژاک. اعترافات. ترجمه محمود بهروز. (۱۴۰۲). جامی. تهران.
۲. روسو، ژان ژاک. (۱۴۰۳). امیل. ترجمه غلامحسین زیرک‌زاده. ج ۱۲. ناهید. تهران.



خودارزیابی: به چه میزان ذوق و علاقه دانش آموزان پیش دبستانی و اول دبستان به مرور زمان کم می‌شود و گاه به نفرت از مدرسه تبدیل می‌شود؟

هرگاه فشار بیشتری به کودک وارد کنیم، شادایی او را از بین می‌بریم.

خودارزیابی: تا چه اندازه بازور و فشار به کودکانمان القاء کرده‌ایم که هر کسی زورش بیشتر است می‌تواند زور بگوید و چرخه ستمگری ایجاد کرده‌ایم؟

دستاوردهای علمی انسان (فناوری) ابتدا در خدمت او هستند، اما پس از مدتی انسان را در سلطه خود خواهند گرفت. رشد فناوری انسان را از حالت طبیعی خارج می‌کند و باعث پیچیدگی انسان و حتی غیرانسانی شدن او می‌شود.

امروز مطمئن شدم آنچه شنیده بودم واقعیت دارد. به‌طور حتم همکارانم هم مثل من به همین نتیجه رسیده بودند که مدام با یکدیگر از آن موضوع صحبت می‌کردند. وقتی برگه‌های امتحانی جمع شد، سریع می‌شد خیلی چیزها را فهمید. در آن لحظه می‌توانستم با عصبانیت و نصیحت، به آن‌ها بگویم که چقدر کارشان اشتباه بوده و حق با همکارانم است. شاید آوردن احادیثی در رابطه با کارشان هم جواب می‌داد! اصلاً شاید بهتر بود به سزای تقلبشان و سوء استفاده از اعتمادم، تمام نمره‌هایشان را صفر دهم تا برای همیشه یادشان بماند و برایشان درس عبرتی شود! غرق در تفکرات خود برای پیدا کردن یک راه حل حسابی بودم که یک دفعه به یاد جمله اولین جلسه کلاس افتادم. در آن جلسه، ضمن معرفی خودم، به آن‌ها گفته بودم، غیر از تدریس کتاب، قرار است در کلاس درس‌های دیگری هم در کنار هم بیاموزیم. در عین سکوت، حواسم به رفتار جمعی آنان بود که چطور پیچ‌پیچ می‌کردند و مرا زیر نظر داشتند. آن روز تصمیم گرفته بودم بفهمم صحبت‌های همکارانم در مورد تقلب دانش‌آموزان آن کلاس چقدر صحت دارد. به همین خاطر، بدون اطلاع بچه‌ها، چهار نمونه سؤال طراحی کرده بودم. شکل ظاهری برگه‌ها هم شبیه هم بود و کسی را به شک نمی‌انداخت، اما چطور ممکن بود؟

نفس عمیقی کشیدم و روبه کلاس گفتم خسته نباشید. کتاب‌ها را باز کنید. آن روز تمام شد. مثل تمام خاطرات تک‌تک ما، اما از آن روز به بعد تمام ذهنم درگیر پیدا کردن راه‌حلی کاربردی برای حل این معضل بود. تجربیات دوران دانش‌آموزی خودم اصلاً راه‌گشا نبود، چرا که آن روزها شیوه معلم‌ان ما به کلی با امروز متفاوت بود. موقع امتحان، از میزهای سه‌نفره، یکی حتماً باید پایین می‌رفت و روی نیمکت امتحان می‌داد. میزهای دونفره هم با کیف و کتاب‌های دانش‌آموزان در وسط میز مجهز می‌شدند. آن روش مرسوم اصلاً روش خوبی نبود؛ به خصوص برای کسانی که اهل تقلب نبودند، برخوردی بود. تازه، دانش‌آموزان امروز هیچ شباهتی به دانش‌آموزان دیروز ندارند. پا به پای تحولات آموزشی متحول شده‌اند. وقتش رسیده بود بخشی از درس اساسی زندگی را به آنان بدهم؛ درسی به مراتب مهم‌تر و تأثیرگذارتر! من یک معلم بودم و معلم الزاماً به کلاس درس نیاز ندارد. هر جا که لازم بداند، به روش خودش درس می‌دهد.

طبق برنامه‌ای که از ابتدای سال به آن‌ها داده بودم، برای دو جلسه بعد، قرار امتحان از سه درس را یادآوری کردم.

صحبت کردن از این موضوع در دفتر هم فایده‌ای نداشت. بیان مکرر مشکلات، وقتی نتواند مشکلی را حل کند، چه فایده‌ای دارد؟ تفاوت اصلی ما آدم‌ها در نگرش متفاوت ما و ارائه راه‌حل‌های مفید در مواقع لزوم است، وگرنه اینکه همه یک مشکل را با زبان‌های مختلف بیان کنند که هنر بالنده‌ای نمی‌خواهد!

این بار فقط یک نمونه سؤال مشابه به کلاس آوردم؛ سؤالی به مراتب سخت‌تر از آزمون قبلی. وقتی برگه‌ها پخش شد، وانمود کردم چیزی را در دفتر جا گذاشته‌ام و از کلاس خارج شدم. دقایقی بعد، با چند پوشه برگشتم. نزدیک کلاس که رسیدم، با چند سرفه عمدی، آنان را متوجه آمدنم کردم و با ضرب‌هایی به در، وارد کلاس شدم. همه چیز به ظاهر مرتب بود. دانش‌آموزان در کمال سکوت امتحان می‌دادند. ناگفته می‌دانستم

یادگار

سهیلا نعمتی
دکترای تاریخ

در نبود من چه اتفاقی افتاده است. بعد از پایان وقت امتحان، از آنان خواستم برگه‌های یکدیگر را تصحیح کنند و فقط نمره‌هایش را به من اعلام کنند. نمره‌ها عالی بودند. در پایان کلاس آن روز گفتم، اسم هر کسی را که صدای منم، پیش من بیاید. پوشه‌ای داشتم پر از پاکت‌هایی که روی هر یک نام یکی از دانش‌آموزان کلاس من نوشته شده بود. گفتم حق باز کردن پاکت‌ها را ندارند تا توضیحات من تمام شود. وقتی آخرین نفر نیز پاکت خود را گرفت، گفتم بچه‌ها در این پاکت‌ها سؤال‌های همین درس‌هایی که شما امروز امتحان دادید قرار دارند، ولی از آنجا که وقت کلاس اجازه نمی‌دهد این امتحان در کلاس اجرا شود، به منزل بروید. چون مطالب آن‌ها را از قبل خوانده‌اید، فقط یک ساعت اجازه مرور آن مطالب را دارید، در این یک ساعت به هیچ عنوان نباید پاکت را باز کنید و سؤال‌ها را ببینید. بعد از یک ساعت کتاب را کنار بگذارید و بر اساس وقتی که در برگه برایتان مشخص شده، از خودتان امتحان بگیرید. اگر در خانه کسی باشما کار داشت یا شما را صدا کرد، بگویند در حال امتحان دادن هستید.

با تحکم گفتم فهمیدید! همه هاج و واج به هم نگاه می‌کردند. یکی گفت، خانم یعنی در خانه خودمان از خودمان امتحان بگیریم؟ گفتم بله. دوباره پرسیدند یعنی در خانه از خودمان امتحان بگیریم؟ گفتم، نه تنها با جدیت امتحان بگیرید، بلکه با دقت هم تصحیح کنید و با شجاعت هم نمره‌اش را به من اعلام کنید. به آن‌ها گفتم در این چند هفته مشغول انجام کاری هستم و از اینکه در انجام این کار به من کمک می‌کنند، چقدر سپاسگزارم. تأکید کردم که نمره این امتحان حتماً و حتماً لحاظ می‌شود و باید برگه‌هایشان را با دقت تصحیح کنند. مجدداً سؤال کردند خانم هر کسی تنهایی از خودش امتحان بگیرد؟ گفتم خواهید فهمید که تنها نیستید...

آن زمان کلاس خط می‌رفتم. بهترین زمان بود تا به بهانه انجام تمرین خط نستعلیق تحریری، درسی هم به دانش‌آموزان خود بدهم. برای هر دانش‌آموز، به طور مجزا سؤالی طراحی کرده بودم و همه سؤالات را با خط خوش نوشته بودم. البته سؤالات هر دانش‌آموزی متفاوت بود، اما در ابتدای هر سؤال یک جمله مشترک وجود داشت. «خدا با شماست، هر جا که باشید.» این آیه بخشی از سوره حدید بود که زینت بخش برگه سؤال امتحانی آن روز من شده بود.

در جلسه بعد، بچه‌ها با برگه و نمره‌هایی که خودشان به خودشان داده بودند، به کلاس آمدند. می‌گفتند، خانم در خانه همه تعجب می‌کردند که ما از خودمان امتحان می‌گیریم. می‌گفتند معلم

چطور به شما اعتماد کرده؟ این چه مدل امتحانی است؟ بعضی هم گفتند حتماً معلم نمی‌خواهد این نمره را تأثیر دهد. پرسیدند، خانم خط سؤال هم خط خودتان بود؟ گفتم بله. خیلی وقتم را گرفت، چون مجبور بودم برای تک تک شما سؤال بنویسم. اما ارزش این کار را داشت. چون من شما را برای روزی که در کنارتان نیستم آماده می‌کنم. برای اینکه بدانید چطور بنویسید و چطور پاسخ دهید؟ در جلسات امتحانی یقیناً در کنارتان نیستم، اما در طول سال قرار است نقطه ضعفمان را متوجه شویم و بدانیم فقط برای خودمان درس می‌خوانیم و این هدف در برابر فقط نمره گرفتن اهمیت بیشتری دارد.

گفتند، خانم، اولین جمله برگه ما را به شدت تکان داد. با اینکه هیچ کسی جز ما آنجا نبود، اما اصلاً نمی‌شد کتاب را باز کنیم. تا الان کسی به ما این قدر اعتماد نکرده بود. لبخندی زدم و گفتم، حالا یکی یکی نمره‌ها را بیاورید تا وارد فهرست کنیم. نمره‌های آن روز بسیار درخشان بودند. سؤالات زیاد سخت نبودند، اما امتحان، امتحان بسیار سختی برای بچه‌ها بود. نمره‌ها از هفت شروع می‌شدند. تعداد کمی از دانش‌آموزان توانسته بودند نمره‌های کامل بگیرند و نگران نمره خود بودند و با اصرار خواهش می‌کردند این نمره را تأثیر ندهم. به آنان گفتم، این کامل‌ترین نمره‌ای است که تاکنون گرفته‌اند و نگران تأثیر آن در نمره‌های دیگر نباشند.

فکر می‌کنم، مادامی که به دیگران، به خصوص دانش‌آموزان خود، اعتماد نداشته باشیم، با مشکلاتی از این دست مواجهیم. در زندگی هم همین‌طور است. گاه باید با مسئله‌ای تنها مواجه شویم. در این صورت می‌توانیم خود را بیابیم و به من واقعی خود دست یابیم. صرف نظارت و کنترل شدید، بدون اینکه واقعاً مشکلی را حل کند، فقط آن‌ها را در این زمینه کارآمدتر می‌کند. این راهکار در کلاس‌های من، موجب شد بچه‌ها بفهمند هدف اصلی از برگزاری امتحان کتبی چیست؟ چند بار دیگر هم کلاس را عاقدانه ترک کردم. یقین می‌دانم که گاه شیطنتهای دانش‌آموزی هم وجود داشته، همان‌طور که در ایام نوجوانی همه ما وجود داشت، اما بچه‌ها دیر یا زود باید خود را باور کنند.

آن‌ها از اعتماد من نسبت به خودشان حس خوبی داشتند. به خصوص اینکه تصور می‌کردند بعضی وقت‌ها می‌توانند در کاری که به عهده من است، مشارکت داشته باشند. شاید در مواقعی برگه‌های دوستان خود را تصحیح کرده بودند، اما اولین بار بود که خودشان از خودشان امتحان می‌گرفتند. گاه برای معلم فقط یک درس کافی است تا آن را برای همیشه از خود به یادگار بگذارد. ✽





✱ **عسل هم غذاست و هم شفا**
 بسیاری از بیماری‌ها. امام رضا
 علیه السلام عسل را راه درمان و
 پیشگیری از سرماخوردگی معرفی
 کرده‌اند. آن حضرت می‌فرماید:
 «هر که می‌خواهد در همه زمستان
 از سرماخوردگی دور بماند، هر روز
 سه لقمه شهد (عسل) بخورد»
 (طب الامام الرضا علیه السلام، ۱۳۸۰: ۳۷).

مکیدن آرام آرام عسل و رساندن آن به حلق در مدت زمان
 ده دقیقه و هفت نوبت در روز، باعث خروج اجسام
 خارجی و عفونت‌ها از لوزه و حلق و شست و شوی
 آن‌ها می‌شود (صادقی، ۱۳۹۳: ۱۵۷).

این معجون‌ها که بر پایه عسل تهیه می‌شوند، برای
 برطرف کردن عوارض سرماخوردگی نافع هستند
 (خیراندیش، ۱۴۰۰: ۳۸):

مخلوط یک قاشق غذاخوری عسل به همراه یک
 لیوان آب ولرم و یک قاشق غذاخوری آب لیموترش تازه
 قبل از هر وعده غذا؛

مخلوط یک قاشق غذاخوری عسل به همراه یک
 لیوان شیر ولرم قبل از هر وعده غذا؛

آب کلم برگ قرمز به مقدار یک استکان، به همراه
 یک قاشق غذاخوری عسل، به مدت یک هفته، دو
 نوبت در روز (برای رفع ناراحتی‌های سینه و سرفه)؛

کوبیده مغز بادام یا فندق، به مقدار یک قاشق
 چای خوری با یک قاشق غذاخوری عسل در
 سه نوبت از روز، به مدت ده روز (برای درمان
 سرفه‌های کهنه، سینه درد مزمن و تسریع خروج
 اخلاط سینه و رفع سرفه).

لختی تأمل کن! چشمانت را فرو بند و طنین پر مهر معلمانی
 را که در ذهنت ماندگار شده‌اند دوباره بشنو! چقدر با این
 صداها پر از عطوفت و مهربانی، خاطرات شیرین و اثرگذار
 در ذهن همه ما ثبت شده‌اند!

یکی از جلوه‌های ویژه معلمی، استفاده از کلام نیکو همراه با
 فراز و فرودهای بهنگام است! اساساً وقتی معلم خاموش باشد،
 رنگ دیگری به خود گرفته است. یکی از مراقبت‌های ویژه هر
 معلم نیز همین مراقبت از سلامتی ریه‌ها، گلو و حنجره است. هنگام
 سرماخوردگی یا حساسیت‌های فصلی که ریه درگیر می‌شود و معلم
 به سرفه‌های مکرر مبتلاست، یا زمانی که خشکی حنجره و گلو باعث
 ایجاد تنش و سرفه در این ناحیه می‌شود، معلم به سختی می‌تواند صحبت
 کند. این اثر در معلمان ابتدایی یا معلمانی که کلاس‌های پر جمعیت دارند،
 ناگوارتر است و آن‌ها را دچار چار سختی و مشقت بسیار در تکلم و صحبت با
 صدای رسا و بلند می‌کند.

در این اثر تدبیرهای بسیار مهمی را برای پیشگیری یا بهبود وضعیت در
 زمان بروز ناراحتی‌های این چنینی یادآوری می‌کنیم:
 مولا علی علیه السلام می‌فرماید: زندگی را برای خوردن بخواب، بلکه خوردن
 را برای زندگی کردن بخواب. (ابن ابی الحدید، ۱۴۰۱: ۳۳۳).

تقویت
 صدا و
 حنجره با
 نوشیدنی‌ها
 و خوراکی‌های
 لعاب‌دار



صدا ای
 مراقب



✱ **پیاز گیاه پرفایده و پرکار بردی است**
که معرف حضور همگان است. مواد مغذی

این گیاه عبارت اند از:

کروم، تربیتوفان، ویتامین C، فولات، فیبر، بتاسیم، منگنز، فسفر و ویتامین ب ۶ (همان، ص ۸۶).

پیاز در بهبود بیماری ها خواص معجزه آسای بسیاری دارد که به برخی از آن ها که با موضوع این مقاله مرتبط هستند، اشاره می کنیم:

✱ پیاز به علت داشتن گوگرد، ضد عفونت خون است.

وقتی گوگرد وارد خون و ریه ها می شود، با عفونت های مجاری تنفسی مانند تنگی نفس (آسم)، نایژه آماس (برونشیت)، آنفلوآنزا و غیره مبارزه می کند.

✱ تحریکی که هنگام پوست کندن پیاز حاصل می شود، دردهای شدید نیمه سر (میگرن) را برطرف می کند و زکامی را که تازه شروع شده باشد از بین می برد.

✱ ترکیبات گوگردی پیاز عضلات صاف ریه را تحریک می کنند و باعث باز شدن شریان های کوچک و نایژه ها می شوند. بر همین اساس، برای کسانی که دچار سرماخوردگی شده اند، مصرف پیاز به صورت خام در کنار غذا توصیه می شود.

✱ پیاز، تقویت کننده و نرم کننده سینه است. برای این منظور پیاز را آب پز کنید و بخورید.

✱ خوردن پیازی که با چربی پخته شده باشد، برای دفع خلط سینه مفید است.



✱ **گل گاوزبان گیاهی علفی و یک ساله است که**

در منطقه وسیعی از ناحیه البرز و در ارتفاعات حدود ۱۵۰۰ تا ۲۰۰۰ متری می روید. گل های این گیاه به رنگ آبی مایل به بنفش و بنفش هستند. ترکیبات اصلی گل گاوزبان شامل موسیلاژ، مقداری تانن و مقدار کمی عطر مایه



✱ **نخود دارای انواع اسیدهای آمینه، ویتامین ها و مواد معدنی** بسیار مفید است. نخود از پروتئین، نشاسته، کلسیم، فسفر، آهن، سدیم، بتاسیم، ویتامین های آ، ب ۱ و ب ۲، روغن گیاهی و عناصر کمبایی مانند لیتیم و مس تشکیل شده است. بنابراین، نه تنها غذا،

بلکه دارویی بی همتاست. با نخود می توان غذای نخود آب یا آبگوشت تهیه کرد و هفته ای دو یا سه بار میل کرد. یا از آن در تهیه انواع سوپ ها و آش های مقوی استفاده کرد. برخی از خواص بسیار زیاد این ماده مغذی چنین است:

✱ سامانه ایمنی بدن را تقویت و متعادل می کند.

✱ ضد سرفه و سرماخوردگی است.

✱ برطرف کننده درد سینه و تنگی نفس است. نخود به خاطر داشتن منابع غنی کلسیم، برای درمان پوکی استخوان بسیار سودمند است.

✱ برای افزایش حافظه بسیار مفید است، چون سرشار از فسفر است.

✱ عامل پیشگیری از آلزایمر است (اکبری، ۱۴۰۱، ص ۵۸).



✱ **زنجبیل سمبل گرمی است و**

در اصلاح عملکرد سلول های بدن دارویی بسیار گران قدر است. این دارو در بهبود فرایندهای داخل سلولی، مولد انرژی زیادی است و لذا عامل بسیاری از بیماری هایی را که در اثر کمبود انرژی

کافی به وجود می آیند، برطرف می کند. برخی از خواص این گیاه معجزه گر چنین است: ضد سرماخوردگی، ضد باکتری و ویروس (به علت تقویت دستگاه ایمنی بدن)، ضد سرفه، ضد کبد چرب، ضد آلزایمر، رفع تنگی نفس، درمان سرفه و کاوک آماس (سینوزیت) و افزایش شادابی روانی (همان، ص ۷۶).

یکی از جلوه های ویژه معلمی، استفاده از کلام نیکو همراه با فراز و فرودهای بهنگام است! اساساً وقتی معلم خاموش باشد، رنگ دیگری به خود گرفته است

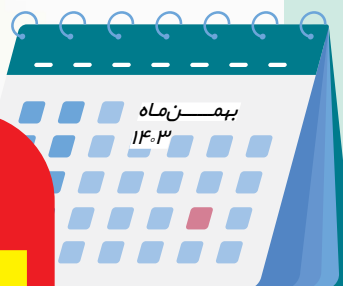
اسداله زارع
کارشناس حوزه طب سنتی



ت باش



یادها و خاطره‌ها



(اسانس) است. این گل به خاطر داشتن لعاب (موسیلاژ) خلط‌آور است و جزو داروهای فروش بدون نسخه است. از قدیم در ایران از دم‌نوش آن به عنوان معرق، خلط‌آور در سرماخوردگی، از بین برنده سرفه، ادرار آور و مقوی قلب و اعصاب استفاده می‌شده است. برای تهیه دم‌نوش آن می‌توانید گل گاوزبان را با الیمو عمانی مخلوط و دم کنید. سپس با عسل یا نبات میل کنید (همان، ص ۲۱۳).



✱ **شلغم** از ابتدای فصل پاییز و شروع سرما می‌تواند یکی از گیاه‌های اصلی مصرفی شما باشد. این گیاه پرفایده می‌تواند در پخت انواع آش‌ها و سوپ‌ها مورد استفاده قرار گیرد. هنگام سرماخوردگی موجب کاهش سرفه و نرم شدن سینه است (ناصری، ۱۳۹۸: ۱۵۲).



✱ **به شیرین** برای تقویت قلب، مغز و دستگاه گوارش مفید است و استفاده از آن در رژیم غذایی لازم است. به نشاط‌آور است و کسالت را از بین می‌برد. بوییدن آن نیز انرژی‌ها را افزایش می‌دهد. لعاب به‌دانه برای درمان سرفه و نرم کردن گلو مفید و ملین خوبی برای بچه‌هاست (همان، ص ۱۳۵).

✱ ظهور گل سرسبد هستی

پیامبر اکرم (ص): «إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأَتَمِّمَ مَكَارِمَ الْأَخْلَاقِ»: من مبعوث شدم تا بزرگواری‌های اخلاقی را کامل کنم (مجلسی، ج ۱۶: ۲۱۰).

محمد (ص) نامی است که به هدایت و رحمت یکی شده است. نامی که با شنیدنش آهنگ خوش سلام و صلوات در فضا طنین‌انداز می‌شود. نامی که از آن عطر خدا به مشام می‌رسد که به رسم ابراهیم بت‌های رنگ‌رنگ جهان را یکی پس از دیگری در هم شکست. نام مردی که سنت جاهلی دخترکشی را منسوخ کرد و جایگاه راستین زن را نمایاند. اگر مرد خلوت نشین حرانمی‌آمد و پنجره‌های بسته را نمی‌گشود، هنوز آفتاب به خانه‌ها راه نیافته بود (سنگری و دیگران، ۱۳۸۳: ۵۸).
امام علی (ع) می‌فرمایند: خداوند محمد (ص) را به حق مبعوث کرد تا بندگانش را از پرستش بت‌ها به عبادت خویش دعوت کند و از عبادت شیطان به عبادت خود فراخواند (این دعوت الهی) به وسیله قرآنی انجام شد که آن را با بیانی روشن تبیین و استوار کرده است تا بندگان، پروردگار خویش را

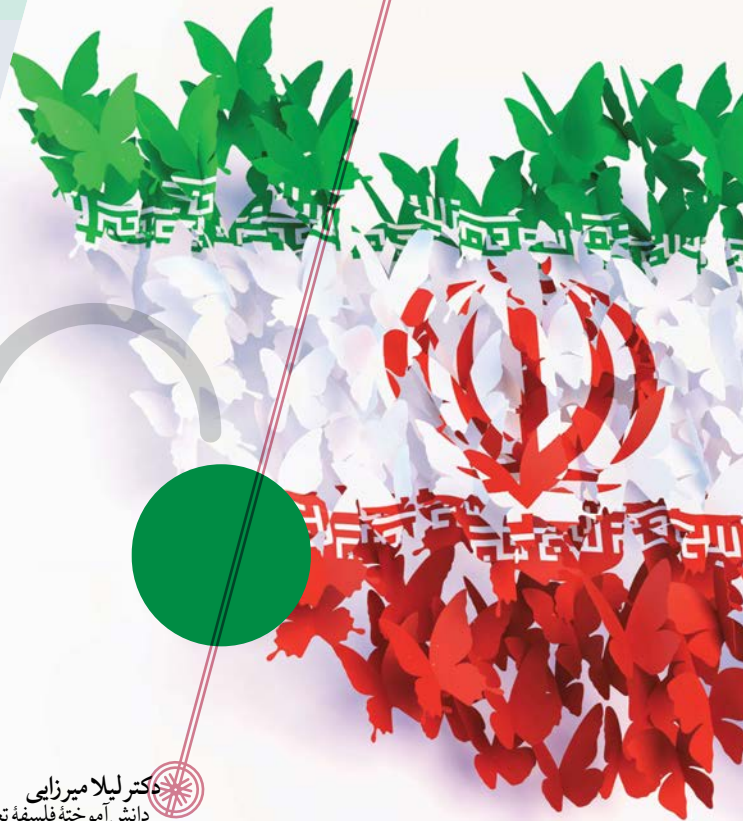
در کنار استفاده از مواد مقوی و مغذی معرفی شده، افرادی که بیماری تنفسی دارند یا دچار حساسیت هستند باید این موارد را با دقت مطالعه کنند.

مواد ترش مانند آب‌غوره، سماق و سرکه، پس از ورود به بدن، بر سردی و خشکی می‌افزایند و هر چه ترشی آن‌ها بیشتر باشد، سردی و خشکی آن‌ها بیشتر است. افراط در استفاده از این مواد، بر دستگاه تنفسی و عصبی تأثیر منفی می‌گذارد و سرفه را افزایش می‌دهد.

✱ **عطرها** و رایحه‌های طبیعی عملکرد مغزی و حافظه را افزایش می‌دهند و کارکرد قلب را بهبود می‌بخشند. رایحه‌ها، علاوه بر اینکه بر مغز تأثیر می‌گذارند، از طریق ریه‌ها وارد گردش خون می‌شوند و روی تمام اندام‌ها به خصوص مثانه، پروستات، مو، رحم و تخمدان تأثیر می‌گذارند. متأسفانه امروزه عطرهای طبیعی جای خود را به عطرهای مصنوعی داده‌اند که با داشتن الکل، روی بدن تأثیرات نامطلوبی می‌گذارند. بسیاری از عطرهای موجود در بازار و رایحه مواد آرایشی و بهداشتی، قلبی هستند و تنگی نفس، حساسیت تنفسی و حساسیت پوستی ایجاد می‌کنند (همان، ص ۶۶).

منابع

۱. ابن ابی الحدید، شرح نهج البلاغه (۱۴۰۱). مکتب آیت الله مرعشی، ج ۲۰.
۲. طب الامام الرضا علیه السلام، چاپ نهم (۱۳۸۰). دارالخیماء، عراق.
۳. صادقی، محمد مهدی (۱۳۹۳). نوشیدنی‌های شفابخش. کلیدر، چاپ نخست.
۴. خیراندیش، حسین. (۱۳۹۸) غسل داروهای اساسی در طب سنتی اسلامی ایرانی. ابتکار دانش، چاپ یازدهم.
۵. اکبری، حسن (متخصص و دانشیار علوم پزشکی شهید بهشتی). (۱۴۰۱). مثلث سلامت. فارابی، جلد دوم.
۶. ناصری، محسن. (۱۳۹۸) حفظ سلامتی از دیدگاه طب سنتی ایران. چاپ بیست و پنجم.



دکتر لیلا میرزایی
دانش آموخته فلسفه تعلیم و تربیت

- ۶ بهمن / فتح خیبر توسط حضرت امیرالمؤمنین (ع)
- ۷ بهمن / شهادت امام موسی کاظم (ع)
- ۸ بهمن / وفات حضرت ابوطالب (ع)
- ۹ بهمن / مبعث حضرت رسول اکرم (ص)
- ۱۲ بهمن / بازگشت حضرت امام خمینی (ره) و آغاز دهه مبارک فجر
- ۱۴ بهمن / ولادت حضرت امام حسین (ع) و روز پاسدار و روز فناوری فضای
- ۱۵ بهمن / ولادت حضرت ابوالفضل (ع) و روز جانباز
- ۱۶ بهمن / ولادت حضرت امام زین العابدین (ع) و روز صحیفه سجاده
- ۱۹ بهمن / روز نیروی هوایی
- ۲۱ بهمن / شکسته شدن حکومت نظامی به فرمان حضرت امام خمینی (ره)
- ۲۲ بهمن / ولادت حضرت علی اکبر (ع) و پیروزی انقلاب اسلامی ایران
- ۲۵ بهمن / صدور حکم تاریخی حضرت امام خمینی (ره) مبنی بر ارتداد سلمان رشدی
- ۲۶ بهمن / ولادت حضرت قائم (عج) و روز جهانی مستضعفین و روز سربازان گمنام امام زمان (عج)
- ۲۹ بهمن / قیام مردم تبریز و روز اقتصاد مقاومتی و کارآفرینی

امام مهدی (عج) است و فایده‌های معنوی و اجتماعی زیادی دارد و می‌تواند به تقویت باورهای مذهبی، افزایش آگاهی و شناخت، ایجاد احساس تعلق و همدلی، تقویت روحیه انتظار و خدمت، افزایش اعتماد به نفس و خودباوری و امید به آینده در دانش آموزان کمک کند.

- ✓ دل‌نویسه دانش آموزان به امام عصر (عج) و نیز اهدای هدیه به دانش آموزان؛
- ✓ معرفی کتاب‌هایی با موضوع امام عصر (عج) و مهدویت به خانواده‌ها و دانش آموزان؛
- ✓ برگزاری جشن تکلیف در این روزها. ❁

منابع

۱. مجلسی، محمدباقر (۱۳۱۵)، بحار الانوار.
۲. سنگری، محمد؛ محدثی، جواد؛ شجاعی، سید مهدی؛ حسینی، سید حامد؛ زارعان، منیره؛ روح‌الامین، محمد (۱۳۸۳)، نجوای شبانه، انتشارات صدیقه طاهره (س).
۳. نهج البلاغه، ترجمه حسین انصاریان (۱۳۸۶)، پیام آزادی، تهران.

✓ برگزاری مسابقه کتاب خوانی از یک کتاب مرتبط با زندگانی حضرت محمد (ص)، بین والدین و دانش آموزان؛

✓ برگزاری کارگاه‌های اقتصاد و کارآفرینی برای والدین و دانش آموزان با هدف ایجاد ایمنی در برابر بحران‌ها و تحریم‌های اقتصادی؛

✓ آموزش تفکر انتقادی و تقویت واکنش هوشمند به تغییرات و بحران‌های اقتصادی و اجتماعی و سیاسی؛

✓ تکریم کار و ارتقای فرهنگ کار با قدردانی از مادران و پدران کارگر و کارآفرین؛

✓ حمایت از تولید ملی با تبلیغات وسیع خرید محصولات داخلی؛

✓ آموزش استفاده از فرصت‌های محلی و روستایی برای کارآفرینی؛

✓ فعال‌سازی تشکلهای دانش آموزی به منظور برگزاری برنامه‌های فرهنگی ایام دهه مبارک فجر؛

✓ برگزاری مسابقه‌های مقاله نویسی و داستان نویسی با موضوعات کار و سلامت روان و...؛

✓ آذین‌بندی و مولودی خوانی به مناسبت نیمه شعبان. این جشن نشان دهنده علاقه و محبت امت اسلامی به

بشناسند، بعد از آنکه او را نمی‌شناختند. و به اقرار او، خداوند سبحان در کتاب خویش بر بندگان تجلی کرد و آشکار شد، بی آنکه او را ببینند. بلکه این تجلی به وسیله آیات قدرتش بود که به آنان نشان داد و بندگان را از سطوت و غضب خویش بر حذر داشت و چگونگی نابودی اقوام طغیانگر و درو شدنشان به وسیله عقوبت‌ها و کیفرها را به آن‌ها ارائه کرد (نهج البلاغه، خطبه ۱۴۷).

✽ ای آفتاب تابان

میلادت هزاران بار مبارک!

هر جمعه را با امید به طلوع رخسار طولانی‌ات آغاز و پایان انتظار را در خویش مرور می‌کنیم. می‌دانیم روزی ندای شکوهمند و عزت آفرینت زمین را بیدار خواهد کرد و خواب‌زدگان غفلت‌آلود را به خود و خواهد داشت. آن جمعه روز روشنی‌ها و اشتیاق‌ها خواهد بود. ای روشنی‌بخش عالم! چگونه شوق طربناک را به کلمات درآورم و از آن روزی بنویسم و بگویم که تو آمده‌ای و زمین را البریز از عدالت کرده‌ای. ای بزرگ! ای تنها امید رهایی.

✽ چند پیشنهاد

✓ آذین‌بندی مدرسه و مولودی خوانی و پذیرایی به مناسبت مبعث پیامبر اکرم (ص)؛



معنی این کتاب را از زبان یکی از نویسندگان آن بشنوید.

آموزش تلفیقی

یادگیری، کارآفرینی



نویسندگان: دکتر مرتضی سمیعی،

کبرا عبدی نویده

سال انتشار: ۱۴۰۱

ناشر: آوای نور

مدیریت بحران، تفکر خلاق، ذهن باز و انعطاف پذیر و همچنین ارتقای سطح دانش و آگاهی در موضوعات جدید، مستلزم بهره گیری از راهبردهای مناسب و اثربخش، از جمله آموزش تلفیقی است، که در این کتاب به تفصیل به آن پرداخته شده است.

کتاب شامل ۹ فصل به این شرح است: آموزش تلفیقی و یادگیری؛ تاریخچه آموزش تلفیقی؛ مفاهیم و تعاریف آموزش تلفیقی؛ جنبه های آموزش تلفیقی؛ رویکردهای تلفیق؛ الگوهای تلفیقی؛ آموزش تلفیقی و کارآفرینی؛ پروتکل های آموزش تلفیقی؛ پیشینه آموزش تلفیقی.

کتاب به زبانی ساده و قابل فهم نوشته شده، اما در عین حال عمق علمی خود را حفظ کرده است. این ویژگی باعث می شود برای طیف گسترده ای از خوانندگان جذاب و مفید باشد. با توجه به تأکید کتاب بر به کارگیری آموزش تلفیقی و تأثیر آن بر یادگیری و کارآفرینی دانش آموزان، مطالعه آن می تواند بر کیفیت آموزش معلمان بیفزاید. علاوه بر آن، پیاده سازی روش و مفاهیم ارائه شده در این کتاب می تواند به عنوان ابزار مؤثر بهبود عملکرد مدرسه ها مطرح شود.

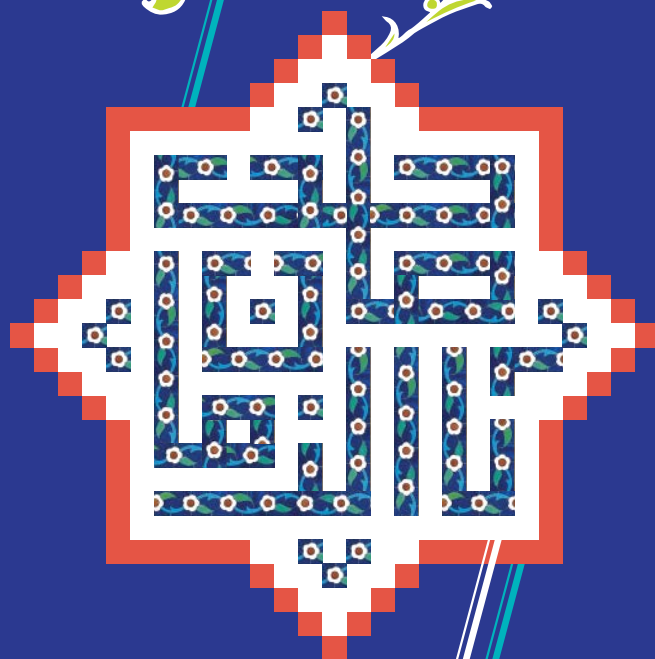
بین مفاهیم و موضوعات عرضه شده است تا یادگیرندگان با موضوعات و مفاهیم بارویکرد چندگانه مواجه شوند. هرگاه اطلاعات از مسیرهای چندگانه وارد ذهن و مغز شوند، امکان بازیابی آن ها بیشتر می شود. آموزش تلفیقی زمانی اتفاق می افتد که برای ارائه مطلب و تدریس، بیش از یک روش، به منظور افزایش بهره وری و یادگیری واقعی، به کار گرفته شود. شیوع و گسترش روزافزون دگرگونی و بحران های گوناگون در قلمرو زندگی فردی و اجتماعی نسل های جدید و تضعیف سرمایه های انسانی جامعه ایران که در حال گذار از سنت به نو شدن (مدرنیته) است، دائماً بحران ها و معضلات گوناگونی مواجه است که در بسیاری موارد به قلمرو زندگی فردی اشخاص نیز سرایت می کند؛ بحران های متعددی از قبیل: خشونت های خانگی؛ اختلاف عقیده و سبک زندگی بین نسل ها؛ اعتیاد؛ مهاجرت از روستا و شهرهای کوچک به شهرهای بزرگ؛ فرار مغزها؛ بزه کاری و بحران های اخلاقی؛ مشکلات ازدواج؛ بیکاری و...

در چنین اوضاع و احوالی، برای مقابله مؤثر با این گونه بحران ها، افراد به سلاح های قوی نیاز دارند. مسلم است توانمندی های مقابله ای از جمله مهارت های کارآفرینی، حل مسئله، مهارت های اجتماعی، مهارت های

ایده آموزش تلفیقی رهیافتی برای گذر از موانع یادگیری است؛ شیوه ای برای خلق فرصت یادگیری خلاقانه و پیوند معنادار مفاهیم و موضوعات، به منظور اینکه یادگیرندگان بارویکرد چندگانه با موضوعات و مفاهیم جدید مواجه شوند. در این روش، به دلیل ماهیت دانش های متفاوتی که در فرایند یادگیری ارائه می شوند، فرایندهای شناختی بیشتری درگیر می شوند. این موضوع به ژرفای یادگیری کمک می کند. آموزش تلفیقی به یادگیرندگان کمک می کند در جست و جوی واقعیت، از مسیرهای مجزا و جداگانه الهام بگیرند و امکان خلق روش شناسی های نو برای فهم و حل مسائل را فراهم کنند. در تدریس بارویکرد تلفیقی، دانش آموزان ارتباط درس را با زندگی واقعی و عینی در می یابند و توانایی مواجهه با مسائل زندگی در آن ها به وجود می آید. بهره گیری از این روش زمینه ساز رشد روزافزون دانش و اطلاعات دانش آموزان و نیز تحقق شرایط یادگیری مؤثر یادگیرندگان و پرورش دهنده مهارت های فکری سطح بالا در آن ها می شود.

این کتاب به دستاوردهای آموزش تلفیقی برای گذر از موانع یادگیری اشاره می کند و شیوه ای نو برای خلق فرصت یادگیری





۲۶ بهمن ماه

ميلاد صاحب العصر والزمان

حضرت مهدي (عج)

بر عموم مسلمانان جهان

تهنيت باد.

