



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



۸

رشد

معلم

ماهنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی
برای معلمان، دانشجو معلمان و
کارشناسان وزارت آموزش و پرورش
دوره ۴۴ | شماره پیاپی ۳۷۸
اردیبهشت ماه ۱۴۰۵ | ۴۸ صفحه

ISSN: 1606-9129

www.roshdmag.ir

از

معلم

جان روشن

یافتیم





بین بیکار

مجله رشد

www.roshdmag.ir

ماهنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع رسانی برای معلمان،
دانشجو معلمان و کارشناسان وزارت آموزش و پرورش | دوره ۴۴
شماره پی در پی ۳۷۸ | اردیبهشت ماه ۱۴۰۵

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 **تپیه** آن را داشته باشند.
قیمت: ۳۰۹۰۰۰ ریال

مدیر مسئول: سیدسعید بدیعی
سر دبیر: دکتر عباسعلی مظفری
شورای برنامه ریزی:
دکتر حامد عباسی
دکتر جعفر چراغیان
دکتر مختار ذاکری
دکتر منوچهر فضلی خانی
دکتر لیلا میرزایی
دکتر زهراسادات الطافی
مدیر داخلی: الهام الیکایی
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
@roshd_moallem



وبگاه نظرسنجی
مجلات رشد

سرمقاله به یاد شهدای میناب / دکتر مختار ذاکری * ۲

نقد و نظر هویت معلمی: سرمایه پنهان نظام آموزشی / تنظیم کننده: شهلا فهیمی * ۴

تجربه های معلمی جشن تولد آسمانی / فریبا سروری عموقین * ۸

دل نوشته نظام مراقبت اجتماعی دانش آموزان (نماد) / آریان مهربان * ۱۴

فناوری های نوین نامه ای برای تو... / ترگس مهدی * ۹

مهارت های معلمی کاربرد ابزارهای هوش مصنوعی در ارزشیابی / دکتر حامد عباسی، حمیده عباسی * ۱۰

نسل لمس محور، مدرسه اندیشه محور / دکتر زهراسادات الطافی * ۱۴

معلم آگاه، انتخاب آگاهانه (بخش دوم) / دکتر جعفر چراغیان * ۱۷

وقتی فریاد لبخند می شود / فاطمه حکمت منش * ۲۰

کلاس ادبیات با طعم زندگی / دکتر سهیلا غلامی نژاد * ۲۴

والدین، نه گو. در نظام آموزشی / حنا نه سرحسابی * ۳۲

ترازوی تقلب / عبدالرضا شیرکوند * ۳۴

بهداشت روانی ریشه در سرزمین / دکتر مونس بازوکی * ۴۲

لنگرگاه امن روانی / دکتر محمد نیرو * ۴۸

سبک زندگی معلم سالم، کلاس سالم / شیمیا مظفری * ۴۹

گردن درد / اسداله زارع * ۳۶

طراحی آموزشی اقتدار معلم در میان انبوه صداها / فرزانه نوراللهی * ۳۸

رویکرد تربیتی پایداری در مسیر یادگیری / زهرا امینی فرد * ۴۱

یادها و خاطره ها تقویم اردیبهشت / دکتر لیلا میرزایی * ۴۶

کافه کتاب آموزش کیفی در مدرسه الهام بخش * 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 باشد و قبلاً در جای دیگری چاپ نشده باشد. مقاله هایی 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 قراردادن 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. برای مندرج در مقاله ها ضرورتاً مبین 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 پویش کنید



فلبمی دیده شده از
اردوی دانش آموزان مدرسه
شجره طیبه میناب



خدا آید و در راه وی جان خود را فدا کند، به مقام بهشت الهی نائل می آید.» چنان که در آیه ۱۶۹ سوره آل عمران می فرماید: «گمان میر آنان که در راه خدا کشته شده اند، مردگانی هستند، بلکه آنان زنده اند و در بارگاه پروردگارشان بهره مندند.»

در خصوص بازماندگان نیز، به شرطی که در راه خداوند پایدار باشند، در آیه ۴۵ سوره انفال می فرماید: «ای اهل ایمان! هنگامی که [در میدان نبرد] با گروهی [از مشرکان و کافران] برخورد کردید، ایستادگی کنید و خدا را بسیار یاد کنید تا رستگار شوید.» لذا به این موضوع باید با بینشی الهی نگریست تا از معارف مندرج در آن بهره مند شد. این امر وظیفه تک تک افراد در جامعه اسلامی است.

از مهم ترین عوامل بازدارنده روند تکاملی جامعه و بزرگ ترین آفت انقلاب و حرکت های سازنده، آمیزش خطوط انحرافی و جریان های منفی با مایه های اصیل، پاک و برحق است. حق و باطل گاه چنان به هم می آمیزند که تمیز و جدایی آن ها از یکدیگر محتاج ایجاد سیل و موج قوی است تا لاشه ها را از درون دریای جامعه به بیرون پرتاب کند و گوهرها، مرجان ها و یاقوت ها را در درون پرورد. در چنین مواردی، شهادت در سایه تفکر صحیح، نقش خود را با دادن خون های پاک برای بر ملا کردن ناحق و شناساندن حق ایفا می کند.

شهادت شجاعانه و مظلومانه نقش جدا کردن و شناساندن حق و باطل، و سرانجام، رشد و نمو حق و نابودی باطل را به طور احسن و اکمل در جامعه ایفا می کند. با این اثر، اجتماع را از رکود، جمود و انزوا خارج و با تصفیه عمیق، پویایی، بالندگی و کمال جامعه را تضمین می کند. شهادت چنان حرارت، سوز و تکانی را به وجود می آورد که حق و طرفدارانش، از باطل و پیروانش به خوبی جدا می شوند. حادثه مدرسه شجره طیبه میناب، با اهدای خون شهدای دانش آموز، معلمان و والدین مظلوم، نمونه ای برجسته از جریانی روشنگرانه و تمیز جبهه حق از باطل برای جهانیان است.

مطمناً رویداد مدرسه شجره طیبه میناب، همچون کربلای حسینی، زمینه ساز بیداری جهانی تمامی انسان ها در سطح بین المللی بوده است. همان گونه که امام حسین (ع) و یاران باوفایش با اهدای خون خویش درخت اسلام را آبیاری کردند و خون تازه ای به رگ های نیمه جان جامعه زمانه خود تزریق کردند و جاودانه شدند، شهدای مدرسه شجره طیبه نیز همراه رهبر شهیدشان، در تمام جهان نورافشانی کردند و مرز بین حق و باطل را آشکار و چهره پلید استکبار

با تبریک هفته بزرگداشت مقام معلم و نثار سلام و درود به روح بلند همه شهدای فرهنگی و دانش آموز شهید، به نمایندگی از همه خانواده های معظم شهدای مدرسه شجره طیبه میناب و پدر شهیدان اسرا و سلما، از دانش آموزان شهید آن مدرسه، نکاتی را یادآوری می کنم:

خداوند متعال در آیه ۲ سوره مبارکه عنکبوت می فرماید: «أَحْسِبِ النَّاسَ أَنْ يَبْرُكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ»؛ آیا مردم گمان کرده اند، همین که بگویند ایمان آوردیم، رها می شوند و آنان [به وسیله جان، مال، اولاد و حوادث] آزمایش نمی شوند؟

همچنین در آیه ۲۸ سوره انفال می فرماید: «وَأَعْلَمُوا أَنَّمَا آمَاكُمُ وَأَوْلَاكُمُ فِتْنَةٌ وَأَنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ»؛ و بدانید که اموال و فرزندانان فقط وسیله آزمایش شما هستند و خداست که پاداشی بزرگ نزد اوست.

واقع امر این است که رویداد تاریخی مدرسه شجره میناب مصداق عینی آیات گفته شده است. همان گونه که خداوند بزرگ حضرت ایوب (ع) را با گرفتن فرزندانش در رخداد تخریب مکتب خانه و مدفون شدن فرزندانش زیر آوار آرمود، رویداد انفجار مدرسه شجره طیبه و شهادت عده کثیری از دانش آموزان و معلمان شریف نیز، ابزار آزمایش خانواده های این شهدا و مردم عزیز ایران بوده است.

قرآن کریم فلسفه آزمایش الهی را رشد انسان دانسته و آن را وسیله ای برای پاک و خالص کردن ایمان (آل عمران / ۱۵۴)، هدایت مؤمنان (اعراف / ۱۵۵)، و پند گرفتن (توبه / ۱۲۶) دانسته است و نتایج موفقیت در آزمایش الهی را رسیدن به بهشت الهی (آل عمران / ۱۴۲) و دستیابی به پاداش الهی (انفال / ۲۸) قلمداد می کند. لذا زمانی که خداوند بزرگ بندگان را به مصیبتی دچار می کند، نه اینکه قصد اذیت ایشان را داشته باشد، بلکه می خواهد زمینه کسب معرفت را برای ایشان فراهم کند، چرا که هر فعلی که از خداوند سر می زند، قطعاً منشأ خیر و نیکی است. هر چقدر سختی مصیبت بیشتر باشد، درجه مؤمن بالاتر می رود.

طبیعی است هر مصیبتی که به انسان می رسد، موجب ایجاد اندوه و حزن برای وی می شود. ولی خداوند متعال در آیه ۱۱۲ سوره بقره معادله ای را ترسیم می کند که اگر فهم شود، به طرز معجزه آسایی غم و اندوه را تنظیم می کند. شرح این آیه چنین است: «آری، کسانی که همه وجود خود را تسلیم خدا کنند، در حالی که نیکوکارند، برای آنان نزد پروردگارشان پاداشی شایسته و مناسب است. نه بیمی بر آنان است و نه اندوهگینی می شوند.» بر مبنای این آیه، اعلام تسلیم بودن در مقابل اراده الهی و راضی بودن به رضای الهی مساوی است با خروج غم و اندوه از دل مؤمن. معنای حقیقی دین اسلام نیز تسلیم شدن در مقابل خواست و اراده الهی است که چنانچه مؤمن با تمام وجود به این مرتبه دست یابد، خداوند معجزه ای در وجود وی جاری می کند که وی را در مقابل هر مصیبتی، هر چند سخت، سرزنده و استوار می سازد. از سوی دیگر، خداوند رحمان، به عنوان پروردگار تمام عالم هستی، قبل از هر آزمونی برای انسان، وی را آماده می کند و ظرفیت آن رویداد را در وی فراهم می آورد؛ البته که درک آموزه های الهی به دلی بینا و شنوا نیاز دارد.

در خصوص شهدا و بازماندگان، با قاطعیت و با استناد به آیات صریح قرآن می توان گفت، هر دو گروه امکانی حیاتی را برای رسیدن به مقام سعادت و رستگاری به دست آورده اند. در خصوص شهیدان، قرآن کریم می فرماید: «هر کس با حالت پاک و خالص به سمت

**مطمناً رویداد
مدرسه شجره
طیبه میناب،
همچون کربلای
حسینی،
زمینه ساز بیداری
جهانی تمامی
انسان ها در سطح
بین المللی بوده
است**



ناحای به سازمان پوزیشن



جاده

برای جهاد



قطعه «گل نیلوفر» از
رضا صادقی برای
دانش آموزان شهید میثاق



به زبان انگلیسی برای
نشر ژانری ها

دکتر مختار ذاکری
دانشیار و عضو هیئت
علمی دانشگاه

جهانی را به وجه احسن بر ملا کردند. به این ترتیب، زمینه آگاهی و جنبش وسیع جهانی را فراهم آوردند. روی سختمان با جامندگان از فیض شهادت این است که جهاد فی سبیل الله را در شرایط فعلی رها نکنند. امروز در ایران عزیزمان، کل کشور میدان جنگ و هم وطنانمان مجاهد فی سبیل الله هستند. از جمله ویژگی هایی که قرآن کریم برای مقام مجاهد فی سبیل الله بر می شمارد، عبارت اند از: صبوری، ایمان مداری، نیکوکاری، پرهیزگاری و سست نبودن در انجام وظایف. جهاد قانون خلقت و طبیعت و یکی از مهم ترین مفاهیم دین اسلام است. امام علی (ع) می فرماید: «همانا جهاد یکی از درهای بهشت است که خداوند آن را برای اولیای خاص خود گشوده است.» جهاد جامه تقوا و زره استوار خداوند و سپر مستحکم اوست. جهاد در اصطلاح عبارت است از بذل جان و مال در راه خدا، در نبرد با کافران و در راه اعتلای اسلام و شعائر آن.

از روی ایمان و باور قلبی به عنایت های الهی و تجربه های زیسته خود در جریان های قبل و بعد از شهادت فرزندانم، گواهی می دهم مطالبی را که در این نوشتار تقویم حضور گرامی تان می کنم، با تمام وجود درک و لمس کرده ام و رسالت خود را به اشتراک گذاشتن این معارف با شما هم میهنان، همکاران و مردم آزاده جهان می دانم. دعاگوی همه شما عزیزان هستم.

تنظیم‌کننده گفت‌وگو: شهلا فهمی

معلم

هویت

وی از مدافعان جدی رویکرد مدرسه‌محور است و تحول‌پایدار را حاصل مشارکت فعال معلمان می‌داند. این گفت‌وگو چشم‌اندازی واقع‌بینانه و الهام‌بخش از مسیر پیش‌روی آموزش کشور عرضه می‌کند.

با توجه به اینکه بخشی از مخاطبان ما دانشجو‌معلمان هستند، در حوزهٔ هویت‌سازی چه راهکارهایی به آنان پیشنهاد می‌کنید؟ در این مسیر چه اقداماتی باید انجام دهند؟ محیط دانشگاه فرهنگیان فقط یک «مکان» فیزیکی نیست، بلکه یک «زیست‌بوم تربیتی» است؛ مجموعه‌ای از ارتباطات، شبکه‌ها، حلقه‌ها و تعاملات که در کنار هم فرایند هویت‌سازی را شکل می‌دهند. این فضا در شکل‌گیری شخصیت حرفه‌ای

در روزگاری که نظام آموزشی ایران با چالش‌هایی چون تحول محتوای درسی، گسترش فناوری‌های نوین و تغییر انتظارات اجتماعی مواجه است، گفت‌وگو با مدیرانی که تجربهٔ کلاس درس و نگاه راهبردی را توأمان دارند، ضرورتی انکارناپذیر است. دکتر سیدمهدی باقریان، مدیرکل دفتر برنامه‌ریزی و تألیف کتاب‌های درسی ابتدایی و متوسطه نظری وزارت آموزش و پرورش، از جمله چهره‌هایی است که مسیر حرفه‌ای خود را از تدریس فیزیک در مدرسه تا سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی کلان آموزشی طی کرده است. او با بیش از سه دهه فعالیت مستمر در حوزهٔ آموزش، هم‌زمان در عرصه‌های تربیت معلم، تولید محتوای درسی و تدوین اسناد بالادستی نقش‌آفرینی کرده و از نزدیک با دغدغه‌ها و واقعیت‌های کلاس درس آشناست. دکتر باقریان بر این باور است که هر درس «روح» و پیام پنهانی دارد که تنها معلم آگاه و خلاق می‌تواند آن را به تجربه‌ای زنده و اثرگذار برای دانش‌آموز تبدیل کند.

**فضای زیست
دانشجو‌معلمی
سرشار از امکان
است؛ هم برای
رشد فردی و هم
برای توسعه
حرفه‌ای**

آموزشی نظام پنهان

محتوا

گفت‌وگو با
دکتر سید مهدی باقریان،
مدیرکل
دفتر برنامه‌ریزی
و تألیف
کتاب‌های درسی

تبدیل شده‌اند. برخی از آنان شاید فقط دبیر باشند، اما اثرگذاری اجتماعی و فرهنگی زیادی دارند یا در مدیریت مدرسه نقش آفرین شده‌اند. این نتیجه همان حلقه‌های تربیتی و هویتی است که در دوران دانشجویی شکل گرفته است. در این مسیر، بخشی از مسئولیت بر عهده سیاست‌گذاران و مدیران دانشگاه‌هاست که باید زمینه و فرصت لازم را فراهم کنند. بخشی نیز به خود دانشجویان باز می‌گردد که این فعالیت‌ها را برای آینده حرفه‌ای خود ضروری بدانند. بی‌تردید این مسیر فراز و نشیب‌هایی دارد، اما در رشد فردی و حرفه‌ای معلم نقش تعیین‌کننده‌ای ایفا می‌کند.

از سخنان شما چنین برداشت می‌شود که دانشجوی معلم آینده صرفاً یک مدرس درس نیست، بلکه در ابعاد گوناگون می‌تواند بر دانش‌آموزان تأثیر بگذارد و این همان جوهره معلمی است. آیا این برداشت درست است؟ دقیقاً همین‌طور است. مهم‌ترین دفاعی که می‌توان از زیست‌بوم تربیت معلم کرد، تأکید بر «هویت معلمی» است. وظیفه ما این است که این هویت را هر چه بیشتر غنی کنیم. این موضوع تا حد زیادی به مدیریت مجموعه‌های آموزشی باز می‌گردد؛ به میزان میدان دادن به دانشجویان، ایجاد فضای آزاد فکری و فراهم کردن فرصت‌های رشد. البته این فرصت‌سازی نباید صرفاً از مدیران باشد، بلکه خود دانشجویان نیز باید در طراحی و خلق این فضاها نقش فعال داشته باشند.

دانشجو معلمان نقش تعیین‌کننده‌ای دارد. من همیشه به دانشجویان توصیه می‌کنم که در کنار تلاش جدی برای یادگیری تخصص خود، مثلاً در رشته‌هایی مانند فیزیک یا ریاضی، نگرش‌های تربیتی و علوم انسانی را نیز جدی بگیرند. معلم موفق صرفاً متخصص درس خود نیست، بلکه باید گرایش فرهنگی، تربیتی و اجتماعی داشته باشد و این گرایش در فعالیت‌های او نمود پیدا کند.

دانشجو معلم باید هم تجربه آموزش تخصصی عمیق را داشته باشد و هم آمادگی ذهنی و هویتی برای معلمی در خود ایجاد کند. از سوی دیگر، لازم است نسبت به تحولات فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و حتی سیاسی جامعه خود حساس باشد و دغدغه‌مندانده آن‌ها را دنبال کند؛ فارغ از اینکه حوزه تخصصی‌اش چیست. این دغدغه می‌تواند در قالب فعالیت‌هایی مانند انتشار نشریه دانشجویی، حضور در تشکلات فرهنگی اجتماعی یا حتی سیاسی فرهنگی بروز پیدا کند. چنین تجربه‌هایی در شکل‌گیری هویت حرفه‌ای معلم نقش مهمی دارند. البته بخش مهمی از این فرایند باید از دوره دبیرستان آغاز شود. این خود پرسش بزرگی است که چگونه می‌توان این مسیر را از همان دوره تقویت کرد؟

من امروز بسیاری از دوستان دوران تحصیلم در دانشگاه‌های معتبر کشور را می‌بینم که بعدها به مدیران موفق یا معلمان تأثیرگذار



آقای دکتر چقدر اهمیت دارد که دانشجو معلمان با طیف گسترده‌ای از چهره‌های علمی، فرهنگی و حرفه‌ای، از نویسندگان گرفته تا معلمان پیشکسوت، در ارتباط باشند؟

بی تردید این ارتباط‌ها بسیار مهم هستند. اگر امکان ایجاد حلقه‌های ارتباطی فراهم شود، خود دانشجویان می‌توانند بخش زیادی از این مسیر را مدیریت کنند. من به‌شخصه این تجربه را در دوران دانشجویی و فعالیت دانشگاهی داشته‌ام و می‌دانم که دانشجویان توان ایجاد چنین کانال‌هایی را دارند.

ما با امکانات محدود دانشجویی، شخصیت‌های فرهنگی و علمی را دعوت می‌کردیم تا در دانشگاه سخنرانی یا نشست‌های دوساعته برگزار کنند. جالب اینکه غالباً با استقبال مواجه می‌شدیم. امروز هم این فضا همچنان وجود دارد. تشکلات و کانون‌های دانشجویی که ما در ارتباط هستیم، گاهی ما را دعوت می‌کنند یا برای برگزاری چنین برنامه‌هایی مراجعه می‌کنند و این نشان می‌دهد که بستر تعامل هنوز فراهم است. ای کاش این ارتباط‌ها گسترده‌تر شوند و همه دانشجویان معلمان نسبت به مسائل تعلیم و تربیت، چه در حوزه سیاست‌گذاری و چه در حوزه اجرا، حساس و دغدغه‌مند باشند. آنان می‌توانند سیاست‌گذاران، مدیران و شخصیت‌های علمی را دعوت کنند و مطمئن باشند معمولاً با استقبال روبه‌رو می‌شوند.

این تعامل‌ها به تدریج حلقه‌های ارتباطی پایداری ایجاد می‌کنند. من می‌بینم، دانشجوی معلمانی که در این فضاها فعال بوده‌اند، بعدها تبدیل می‌شوند به واسطه‌های حضور سیاست‌گذاران در جمع معلمان. حتی مهم‌تر از آن، بر تصمیم‌گیری‌ها اثر می‌گذارند. این ارتباط‌ها فاصله‌ها را کم و گفت‌وگو را جایگزین گسست می‌کند.

فضای زیست دانشجوی معلمي سرشار از امکان است؛ هم برای رشد فردی و هم برای توسعه حرفه‌ای. هر مواجهه با یک سیاست‌گذار، استاد برجسته یا صاحب‌نظر علمی، برای دانشجو سرمایه‌ای ارزشمند است. این رفت‌وآمدها هم برای دانشجویان سودمندند و هم برای مدیران و سیاست‌گذاران که باید قدر این ظرفیت پنهان را بدانند و آن را به‌رسمیت بشناسند.

من گاهی با شوخی به دانشجویان جوان می‌گویم که امروز دارم تاوان برخی جسارت‌های دوران دانشجویی خودم را می‌دهم. آن زمان با شور و هیجان نقد می‌کردیم و حالا که در جایگاه مسئولیت قرار گرفته‌ایم، باید پاسخ‌گو باشیم. این نشان می‌دهد همان تجربه‌ها بعدها به مسئولیت‌پذیری تبدیل می‌شوند.

فلسفه علم در تربیت معلمان چه جایگاهی دارد و چگونه می‌تواند بر کیفیت آموزش بیفزاید؟

فلسفه علم به معلمان کمک می‌کند از نگاه صرفاً فنی و حافظه‌محور به آموزش فاصله بگیرند و علم را به‌عنوان جریانی زنده، تاریخی و فرهنگی درک کنند. این رویکرد نشان می‌دهد تحولات علمی حاصل تعامل عوامل فکری، اجتماعی و فرهنگی هستند، نه صرفاً نتیجه کشف‌های فردی.

برای مثال، گذار از فیزیک نیوتونی به نظریه‌های نسبیت و کوانتوم، بیانگر تغییر ابرانگاره‌هایی فکری است که در بستر تاریخ و فرهنگ شکل گرفته‌اند. درک این سیر تحول به معلم امکان می‌دهد مفاهیم را عمیق‌تر، جذاب‌تر و معنادارتر به دانش‌آموز منتقل کند.



همچنین، فلسفه علم با تقویت نگاه روش‌شناسانه، پویایی و زنده‌بودن دانش را برجسته و از تبدیل آموزش به فرایندی خشک و کلیشه‌ای جلوگیری می‌کند.

در حوزه منابع مطالعاتی توصیه می‌شود دانشجویان معلمان از مطالعه تاریخ علم آغاز کنند و سپس به آثار مقدماتی فلسفه علم، مانند کتاب «چیستی علم»، مراجعه کنند تا به تدریج نگاه تحلیلی و بین‌رشته‌ای‌شان تقویت شود.



اگر معلمي در ده سال اول فعالیت خود با برنامه‌رشد و مسیر حرفه‌ای‌اش را آگاهانه طی کند، حتی در دورافتاده‌ترین مناطق نیز می‌تواند به چهره‌ای تأثیرگذار در سطح ملی بدل شود

دانشجو معلمان در بهبود برنامه‌های درسی و ارتقای کیفیت کتاب‌های آموزشی چه نقشی دارند؟

مهم‌ترین نقش دانشجویان معلمان، آمادگی حرفه‌ای و شناخت عمیق برنامه درسی و سازوکار اجرای آن است. بدون درک دقیق این ساختار، نقد و اصلاح کتاب‌های درسی اثربخش نخواهد بود. در سازمان پژوهش، پیش از تدوین هر کتاب، مراحل پژوهش، امکان‌سنجی و طراحی بسته‌های آموزشی طی می‌شود و آشنایی با این فرایندها برای معلمان آینده ضروری است.

دانشجو معلمان می‌توانند با تقویت مهارت‌های آموزشی، رویکرد تلفیقی و نگاه خلاق، حتی در چارچوب کتاب‌های موجود، آموزش عمیق و مؤثر ارائه دهند. انتخاب یک یا دو حوزه تخصصی برای مطالعه بلندمدت، آشنایی با سیاست‌گذاری‌های آموزشی و پیگیری مطالعات نظری، از دیگر عوامل موفقیت حرفه‌ای آنان محسوب می‌شوند.

معلم توانمند تنها مجری کتاب درسی نیست، بلکه با تحلیل، بازآفرینی و پیوند دادن مفاهیم، یادگیری را به تجربه‌ای ماندگار برای دانش‌آموزان بدل می‌کند.

چرا برخی معلمان به «چهره‌های درخشان» و اثرگذار تبدیل می‌شوند و دیگران کمتر دیده می‌شوند؟

حوزه تعلیم و تربیت قلمرویی بسیار گسترده با گرایش‌ها و تخصص‌های متنوع است. در همین مجموعه، افرادی در سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی درسی، تولید محتوا،



معلمان ستون اصلی اجرای برنامه‌های درسی هستند و بخش زیادی از کاستی‌های نظام آموزشی را با خلاقیت و تعهد خود جبران می‌کنند



مهم‌ترین عامل ماندگاری معلمان در ذهن و دل دانش‌آموزان چیست و چگونه می‌توان نقش تربیتی را تقویت کرد؟

مهم‌ترین عامل اثرگذاری معلم، حفظ «هویت معلمی» از دوران دانشجویی است. این هویت از طریق ارتباط با انسان‌های اصیل، متن‌های معتبر، فضاهای فرهنگی سالم و تجربه‌های عمیق شکل می‌گیرد. دانشجو معلمان و معلمان جوان باید بکوشند با چهره‌های علمی و فرهنگی ارتباط برقرار کنند، آثار ارزشمند بخوانند، در نشست‌ها و برنامه‌های فرهنگی شرکت کنند و نگاه خود را فراتر از کتاب درسی گسترش دهند. مطالعهٔ رمان‌های کلاسیک، حضور در محفل‌های علمی و گفت‌وگو با استادان برجسته، از جمله این تجربه‌های سازنده‌اند.

در کنار این نگاه فرهنگی، تسلط بر مهارت‌های حرفه‌ای نیز ضروری است؛ از جمله طراحی آموزشی، مدیریت کلاس و تسلط علمی. هنر معلم در ایجاد تعادل میان نگاه کلان تربیتی و مهارت‌های اجرایی روزمره است. معلمان نباید اجازه دهند مشکلات محیطی یا تجربه‌های منفی دیگران آنان را ناامید کند. هر معلم باید مسئول رشد خود باشد و مسیر پیشرفت را با امید، پشتکار و آگاهی دنبال کند.

در نهایت، تعلیم و تربیت زمانی اثربخش است که معلم بتواند میان آرمان‌گرایی فرهنگی و عمل‌گرایی حرفه‌ای تعادل برقرار کند؛ تعادلی که جوهرهٔ هنر معلمی را شکل می‌دهد.

با توجه به تجربه‌تان، نقش معلمان را در نقد و تحلیل کتاب‌های درسی و تعامل با نهادهای آموزشی چگونه ارزیابی می‌کنید؟

تجربه نشان داده است، معلمان نزدیک‌ترین افراد به منابع و متن‌های درسی هستند و بیشترین تأثیر را در آموزش، ارزشیابی و انتقال مفاهیم دارند. هر چند بسیاری از معلمان تنها به یک کتاب درسی دسترسی دارند، اما علاقه‌مندند محتوای آن را نقد و تحلیل کنند و با منابع دیگر تطبیق دهند.

به باور من، هر درس «هسته» یا «روح» خاصی دارد که ممکن است در چند واژه خلاصه شود. برای مثال، درسی در زبان عربی ممکن است در ظاهر بر ترجمه و دستور زبان تمرکز داشته باشد، اما در عمق خود حامل پیام‌هایی مانند دشمن‌شناسی یا تقویت هوشیاری اجتماعی است. معلمانی که این روح حاکم بر درس را درک می‌کنند، می‌توانند آموزش مؤثرتری ارائه دهند؛ حتی اگر در حوزه‌هایی مانند ریاضی، زبان یا علوم تدریس کنند.

بسیاری از معلمان تمایل دارند کتاب‌ها را نقد کنند، سؤال طرح کنند و پیشنهادها را اصلاحی بدهند. این فرایند نه تنها به دانش معلم عمق می‌بخشد، بلکه بر کیفیت آموزش نیز می‌افزاید. امروزه با گسترش شبکه‌های اجتماعی و پیام‌رسان‌ها، بستر مناسبی برای تعامل میان معلمان و نهادهای آموزشی فراهم شده است. این ارتباط، فرصتی ارزشمند برای هم‌افزایی علمی و حرفه‌ای است که باید بیش از پیش تقویت شود.

البته بخشی از ضعف این تعامل به نهادهای مسئول بازمی‌گردد. زبان تخصصی برنامهٔ درسی گاهی برای عموم معلمان دشوار است و رسانه‌های آموزشی نتوانسته‌اند این مفاهیم را به صورت ساده و قابل‌فهم منتقل کنند. با این حال، در سال‌های اخیر تلاش شده است در کنار هر کتاب راهنمای تفصیلی معلمی تهیه شود که جنبه‌های فنی، مفهومی و ارزشی آموزش را توضیح دهد. این راهنماها می‌توانند بستر مناسب نقد و گفت‌وگوی حرفه‌ای باشند.

به عنوان سخن پایانی، چشم‌انداز آینده برنامه‌های درسی و نقش مدرسه و معلمان را چگونه می‌بینید؟

سازمان پژوهش در حال حرکت به سوی رویکردی «مدرسه‌محور» در بازطراحی برنامه‌های درسی است. در این رویکرد، مدرسه نه تنها فضایی فیزیکی، بلکه یک زیست‌بوم تربیتی با مأموریت، اهداف و شایستگی‌های مشخص تلقی می‌شود. بر این اساس، برای هر دوره تحصیلی و هر درس، اطلاعات عملکردی، راهبردهای یادگیری و شرایط محیط آموزشی تعریف می‌شوند. در این چارچوب، کتاب درسی تنها یکی از اجزای بسته‌های یادگیری است، نه محور مطلق آموزش. تمرکز بیش از حد بر کتاب می‌تواند به تضعیف نقش مدرسه و کلاس درس منجر شود. مدرسه توانمند می‌تواند بر اساس ظرفیت‌های خود، بخشی از برنامه را بومی‌سازی یا جایگزین کند؛ به شرط آنکه به اهداف کلان نظام آموزشی دست یابد.

در حال حاضر، اجرای آزمایشی این الگو از دوره ابتدایی آغاز شده و به تدریج به دوره‌های بالاتر نیز گسترش خواهد یافت. موفقیت این تحول، بیش از هر چیز، به همراهی و مشارکت معلمان وابسته است. معلمان ستون اصلی اجرای برنامه‌های درسی هستند و بخش زیادی از کاستی‌های نظام آموزشی را با خلاقیت و تعهد خود جبران می‌کنند. امید اصلی ما نیز به همین ظرفیت ارزشمند معلمان است. *

پژوهش و آموزش مهارت دارند. همه لزوماً برای یک نقش ساخته نشده‌اند و هر کس باید جایگاه حرفه‌ای خود را بی‌شناسد.

برخی معلمان در یک حوزه خاص تخصص عمیق پیدا می‌کنند و همان نقطه قوت، عامل درخشش آن‌ها می‌شود. عرصه آموزش بستر مناسب شکوفایی استعدادهاست و هر فرد با شناخت توانایی‌های خود می‌تواند مسیر موفقیتش را پیدا کند.

معلمانی که تجربه‌های زیسته خود را به تولید محتوای ارزشمند، کتاب، پادپخش یا شیوه‌های نوین تدریس تبدیل می‌کنند، معمولاً به چهره‌های مرجع تبدیل می‌شوند. اگر معلمی در ده سال اول فعالیت خود با برنامه رشد کند و مسیر حرفه‌ای‌اش را آگاهانه بگذراند، حتی در دورافتاده‌ترین منطقه‌ها هم می‌تواند به چهره‌ای تأثیرگذار در سطح ملی تبدیل شود.

معلمان چگونه می‌توانند در حوزه تخصصی خود رشد کنند و از مشاغل غیرمرتبط فاصله بگیرند؟

تجربه نشان داده است، بسیاری از معلمان موفق، مسیر رشد خود را از دوران دانشسرا و تربیت معلم آغاز کرده‌اند. آن‌ها با تمرکز بر تخصص، تجربه‌اندوختی و تفکر تحلیلی، به جایگاه‌های علمی و مدیریتی رسیده‌اند. ورود به سازمان‌ها و مراکز تخصصی آموزشی همیشه آسان نیست، اما اغلب مدیران به دنبال معلمانی هستند که تجربه عمیق، نگاه فکورانه و تولید فکری داشته باشند. معلمی که از تجربه‌های خود محصول فکری می‌سازد، همواره مورد توجه قرار می‌گیرد.

امروزه حتی با ابزارهای نوین مانند پادپخش، رسانه‌های آموزشی و تولید محتوای دیجیتال، امکان دیده شدن برای معلمان فراهم است. شرط اصلی، برنامه‌ریزی برای رشد فردی، تسلط بر مهارت‌ها و انتخاب حوزه‌ای تخصصی برای فعالیت بلندمدت است. هر معلم باید ضمن تسلط بر رشته خود، یک یاد و محور مکمل را نیز دنبال کند تا بتواند جایگاه حرفه‌ای پایداری برای خود ایجاد کند.

آخرین روزهای ماه فروردین بود. هنوز بوی عید و سبزه و تازگی به مشام می‌رسید. هوای رخوت‌انگیز بهاری همچنان در تقابل با هوشیاری و حرکت، در فضا جولان می‌داد. قرار بود، در زنگ تفریح سوم از دانش‌آموزان برتر و مقام آور دبستان تقدیر به عمل آید. پیش‌تر خانم مدیر از همه همکاران خواسته بود که در زنگ مقرر به حیاط مدرسه بیایند تا علاوه بر نظارت بر دانش‌آموزان، در جشن نیز شرکت کنند.

زنگ تفریح با قدرت تمام نواخته شد. دانش‌آموزان با شور و هیجان به صف ایستادند تا برای شروع مراسم آماده شوند. من آموزگار ۱۸ دانش‌آموز دختر پایه چهارم می‌بودم و نام کلاس به نام شهید ابراهیم هادی مزین شده بود. در طول زنگ تفریح در کلاس ماندم تا مقدمات درس جدید را آماده کنم.

کتاب و جزوه‌ها را روی میز گذاشتم و دستگاه هوشمند را در حالت آماده‌باش قرار دادم. پس از انجام کارها، به طرف در کلاس رفتم. همین‌که در را باز کردم، ناگهان برگه کاغذی در هوا چرخ‌زد و جلوی پایم افتاد. کنج‌کاو شدم و با دقت نگاه کردم. کاغذ، تصویر تک‌چهره (پرتره) شهید ابراهیم هادی بود که از ابتدای سال تحصیلی روی در کلاس چسبانده شده بود و حالا روی زمین افتاده بود. سریع خم شدم و آن را برداشتم و روی اولین نیمکت نزدیک به در گذاشتم. با عجله به طرف حیاط مدرسه رفتم. پس از پایان مراسم، بچه‌ها با نظم و ترتیب وارد کلاس شدند و سر جایشان نشستند. در حال ورق‌زدن کتاب فارسی بودم که ناگهان صدای طراوت نظرم را به خود جلب کرد. نگاهش کردم. برق چشمانش مرا معذب‌وب خود، با همان لبخند همیشگی گفت: «خانم معلم! یک، دو!» کنج‌کاو شدم و گفتم: «یک، دو! یعنی چی؟»

با هیجان بیشتر تصویر تک‌چهره شهید هادی را بالا آورد و رو به من گرفت و گفت: «خانم معلم، یک دو... تاریخ تولد شهید هادی! چه قشنگ یک دو! با حرف‌های طراوت ناگهان یاد اتفاقی افتادم که قبل از شروع مراسم برایم افتاده بود.

بچه‌های کلاس که متوجه ماجرا شده بودند، از رندبودن تاریخ تولد شهید هادی به ذوق آمدند و شروع به تأیید حرف طراوت کردند. طراوت با همان هیجان ادامه داد: «خانم معلم، ما می‌تونیم برای شهید هادی جشن تولد بگیریم. آخه شنبه اول اردیبهشته.» تا اسم جشن تولد آمد، شور و هیجان و صف‌ناپذیری کلاس را فرا گرفت. خانم، تو رو خدا تولد بگیریم!

فریبا سروری عموقین

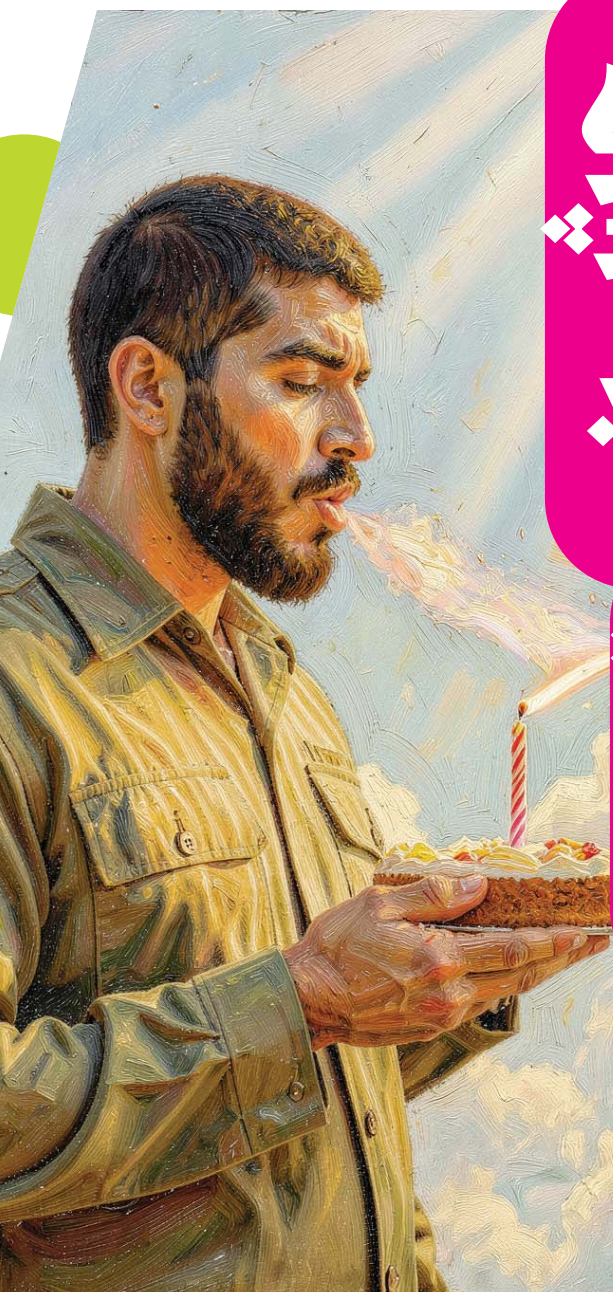
– خانم معلم، ما کیک تولد درست می‌کنیم. مادرم کیک‌کاش عالیه!

– خانم ما بادنک می‌یاریم.

در برابر این حجم از احساسات و عواطف یارای مقاومت نداشتم. ناگفته نماند که اشتیاق خودم کمتر از بچه‌ها نبود.

بلند شدم، ماژیک را برداشتم و روی تخته کلاس نوشتم: «روز شنبه، مورخ ۱۴۰۳/۲/۱ جشن تولد برای شهید ابراهیم هادی.»

در میان صدای دست و هورای بچه‌ها، همه‌ای



آبجانی

نامه‌های تو... برای



سیرگس مهتدی
آموزگار پایه ششم

امسال ۱۲ اردیبهشت، من برای شما گل می‌آورم. من برایتان نامه می‌نویسم. من روز معلم را به شما تبریک می‌گویم. آخر می‌دانید، شما معلم هستید و من دانش‌آموزی که هر روز به شوق یادگیری در کلاس درس حاضر می‌شوم، دل به دریای شورانگیز چشمانتان می‌زنم و می‌آموزم الفبای صداقت را، جمع خوبی‌ها، تفریق بدی‌ها و تقسیم لطف و بخشندگی را...

راستی، حالا که من دانش‌آموزم و شما معلم، در ارزشیابی محبت به من چه نمره‌ای می‌دهید؟ در امتحان رفاقت چطور؟ می‌گویند «معلمی شغل انبیاست.» راست می‌گویند، وقتی هر روز بادم مسیحایی‌تان مدرسه جان می‌گیرد، کلاس به شور می‌آید و من چقدر خوشبختم که هر روز در آینه پاک و بی‌غبار وجود شما پیام‌آوران مهر و رحمت، زندگی و سرنوشتی را به نظاره می‌نشینم.

اینک من و تو و ما با جوهری از عشق و ایمان روی سطر سطر آبی دفترهایمان می‌نویسیم؛ از اول خط، بدون خط‌خوردگی، پرواز را... رهایی را... فردا را... فردای بدون ظلم، فردای بدون اسرائیل، فردای خنده‌های روشن کودکان غزه.

ما سرنوشت را از سر خواهیم نوشت و خوشا آن روزی که با کودکان مقتدر فلسطین، زیرشاخه سارهای زیتون، آواز صلح و شادی سر دهیم و چه نزدیک است آن روز! ✨

کلاس را پُر کرد. تعدادی از دانش‌آموزان با دست به تخته اشاره می‌کردند که خانم! خانم! یک، دو، سه. یک اردیبهشت هزار و چهارصد و سه!

کلاس کوچک ما از شوق بیکران دخترانش دیگر روی زمین بند نبود. همان روز در گروه والدین اعلام کردم که قرار است به مناسبت تولد شهید ابراهیم هادی، روز شنبه جشن تولد برگزار کنیم. هر یک از اولیا مسئولیت انجام کاری را به عهده گرفت.

بعد از یکی از اولیا برایم تعریف کرد که این اقدام سبب شد درباره شهید هادی تحقیق کند و کتابی را که در خانه به نام ایشان داشتند مطالعه کند. در همین جریان متوجه شده بود شهید هادی به سالاد الویه علاقه زیادی داشت. بنابراین به نیت شهید هادی سالاد الویه جشن تولد را تقبل کرد.

روز شنبه جشن تولد به‌سادگی و لطافت تمام برگزار شد. شور و شوق بچه‌ها قابل وصف نبود. با دست‌های کوچک خود کلاس را تزیین کردند و میز آموزگار را با هر آنچه در توانشان بود آراستند. شعر خواندند و همه با هم شمع کیک تولد را فوت کردند. عکس یادگاری گرفتند و بادکنک‌ها را یکی یکی ترکاندند؛ انگار در کلاس کوچکشان رو به بهشت باز می‌شد.

تابستان از راه رسید. ۲۸ تیر ماه ۱۴۰۳ مصادف بود با شهادت امام زین‌العابدین (ع). آن روز دلم برای دانش‌آموزانم بسیار تنگ شده بود. این‌طور مواقع یاد گرفته بودم دلتنگی‌هایم را با دیدن عکس‌ها و فیلم‌های بچه‌ها برای خودم قابل تحمل کنم. در حال تماشای عکس‌های روز تولد شهید هادی بودم. افتادن تصویر تک‌چهره شهید هادی جلوی پایم، دقت و توجه طراوت به تاریخ تولد شهید هادی و برپایی آن جشن تولد آسمانی، همگی برایم مثل علامت سؤال شده بودند.

غرق در افکار و خاطره‌های لطیف و بکر بودم و بهت‌زده از تلاقی حوادث که شاید می‌خواست چیزی به من بیاموزد! ناگهان متوجه شدم چیزی در فضای اتاق در حال پرواز کردن است و مدام طول و عرض سالن را طی می‌کند. مسیر نگاهم به گنجشک کوچکی ختم شد که روی لوله گاز آرام گرفت.

به سمتش رفتم. نگاهمان بهم تلاقی کرد. دوباره به پرواز درآمد و مستقیم از دری که وارد شده بود، بیرون رفت. انگار بهتر از هر کسی راه بازگشت را می‌دانست! بدون آنکه به در و پنجره‌ای برخورد کند، دل به آسمان سپرده بود. دنبالش رفتم. آخرین بال‌زدنش همچون خالی سیاه بر چهره پر حرارت آسمان نقش بست و برای همیشه محو و پنهان شد. ✨

پی‌نوشت

۱. شهید ابراهیم هادی در اول اردیبهشت ۱۳۳۶ در حوالی میدان خراسان دیده به جهان گشود. او از رزمندگان برجسته و اخلاق‌مدار دوران دفاع مقدس بود که به پهلوانی، تواضع، کمک به نیازمندان و روحیه جوانمردی مشهور بود. ایشان در کنار شجاعت در میدان نبرد، الگوی اخلاق و اخلاص به شمار می‌رفت. شهید هادی در عملیات والفجر مقدماتی سال ۱۳۶۱ به شهادت رسید و پیکرش تا سال‌ها مفقود بود. زندگی و سیره او در کتاب «سلام بر ابراهیم» به نگارش درآمده است.

* چکیده

در شماره قبل، مفاهیم مرتبط با ارزشیابی، از قبیل اندازه گیری، آزمون، آزمون، سنجش و ارزشیابی، ارزشیابی آغازین، تکوینی، تشخیصی، تراکمی و تأییدی، انواع آزمون ها و سؤال ها، هوش مصنوعی، یادگیری ماشین، یادگیری عمیق، هوش مصنوعی مولد و مدل های زبانی بزرگ را شرح دادیم. در نهایت، نمونه هایی از کاربرد چت جی پی تی، کوپایلر و کنوادر فرایند ارزشیابی پیشنهاد شد. در این قسمت قصد داریم با استفاده از ابزارهای هوش مصنوعی که به طور کامل در دسترس معلمان هستند، به شیوه فنی روش طراحی، اجرا و نمره گذاری یک آزمون عینی را توضیح دهیم. مطالب این شماره به طور کلی فنی هستند و به تمرین عملی نیازمندند. اما در عین حال بسیار ساده و کاربردی اند.

کلیدواژه ها:

هوش مصنوعی، سنجش و ارزشیابی، کاربرد هوش مصنوعی در ارزشیابی

* مقدمه

طراحی، اجرا و نمره گذاری آزمون های چندگزینه ای، با وجود ساده بودن فرایند، در عمل بسیار وقت گیرند، چرا که طراحی تعداد زیاد سؤال، همگون سازی گزینه ها، انطباق گزینه صحیح با سؤال، تصحیح و نمره گذاری سؤال ها نیازمند دقت و زحمت فراوان است. همین مسئله باعث شده است اجرای چنین آزمون هایی با استقبال کمتر معلمان روبه رو شود. اما با استفاده از هوش مصنوعی، اجرای چنین آزمون هایی به عنوان ارزشیابی تکوینی در کلاس درس می تواند با حداقل وقت و انرژی، بارها به مرحله اجرا درآید و به بهبود فرایند آموزش و یادگیری کمک کند. به همین منظور، در راستای تسهیل فرایند ارزشیابی، فرایند فنی این کار را به طور کامل شرح می دهیم.

* فرایند فنی طراحی و اجرای آزمون چندگزینه ای

برای طراحی، اجرا، نمره گذاری و تحلیل آزمون های حاوی سؤال های چندگزینه ای، ترکیبی از مدل های زبانی بزرگ^۱ مانند چت جی پی تی^۲، کوپایلر^۳، جمنا^۴ و دو ابزار مهم گوگل به نام گوگل درایو^۵ و گوگل فرم^۶ استفاده خواهیم کرد. انتخاب این ابزارها به دلیل قابلیت عملیاتی کردن درخواست و محقق کردن هدف معلم، دسترسی پذیری برای عموم، سهولت کاربرد برای معلمان، دارا بودن امکانات و ابزارهای تحلیل و توانایی استفاده از آن ها برای دانش آموزان پایه های گوناگون به منظور شرکت در آزمون است. شاید ابزارهای مشابه فراوانی در این زمینه وجود داشته باشند، اما وجود محدودیت های متعدد، کاربرد آن ها را در کلاس های درس به صورت عملی تا حدی ناممکن کرده است.

تعیین منبع: در گام نخست بهترین کار این است که فایل پی دی اف صفحه های مربوط به کتاب درسی ای را که قصد دارید آزمون بگیرید، با استفاده از نرم افزارهایی مثل «فاکسیت ادونس پی دی اف ادیتور»^۷ جدا و به صورت یک فایل ذخیره کنید. در گام بعدی، آن را در مدل زبانی بارگذاری کنید تا طراحی سؤال با دقت بالا و از محتوای مربوطه صورت گیرد. برای این کار در قسمت پرامپت نویسی، روی علامت + کلیک و گزینه Add images or file با موارد مشابه مثل Upload files را انتخاب و فایل پی دی اف را بارگذاری کنید. در گام بعد، با یک پرامپت مناسب که شامل نام درس، موضوع، پایه، نوع سؤال، سطح سؤال، تعداد سؤال و سایر موارد است، طراحی سؤال ها را درخواست کنید. در صورتی که

کاربرد

ابزارهای

هوش مصنوعی

معلمین

ارزشیابی

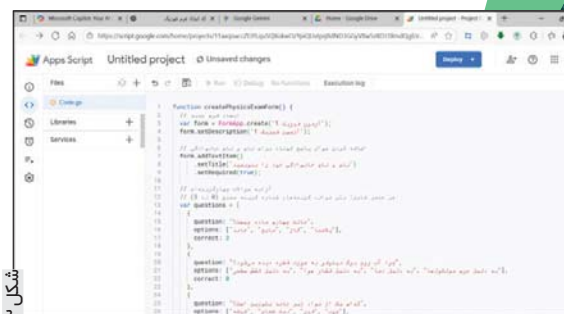
دکتر حامد عباسی
پژوهشگر، نویسنده و مدرس تکنولوژی آموزشی

حمیده عباسی
دبیر و کارشناس ارشد فیزیک

پاسخ سریع زیر در قالب فایل ورد قابل دریافت است. مدل زبانی مطابق شکل ۱ کد مربوطه را که حاوی سؤال هاست، تولید می کند و شما می توانید با کلیک روی ابزار Copy در ابتدای پیرامند (کادر) کد، از آن رونوشت بگیرید (در شکل ها موارد مربوط به مدل زبانی کوپایلت نشان داده شده اند).



عملیات گوگل درایو: در گام بعدی، و بگاه گوگل را باز کنید و وارد حساب کاربری خود شوید. به عبارت ساده تر، جیمیلان باز باشد. از بخش goole apps (نه نقطه مربعی شکل در بالا)، ابزار گوگل درایو (Drive) را باز کنید. در سمت چپ فهرست درایو روی اولین گزینه با نام New + کلیک کنید. از گزینه More فهرست فرعی Google Apps Script را باز کنید. در صورت مواجهه با پیغام، روی گزینه Create script کلیک کنید. در این لحظه، طی پیغامی از شما درخواست تغییر یا تأیید حساب کاربری خواسته می شود که با انتخاب گزینه Ok آن را تأیید یا بنا به ضرورت با انتخاب Change account تغییر دهید (البته بهتر است تأیید کنید). در بخش کد نویسی، دو خط کد function myFunction را با گرفتن کلیدهای ترکیبی کنترل و حرف A انتخاب و پاک کنید. کد را که قبلاً از مدل زبانی رونویسی کرده بودید، با گرفتن کلیدهای ترکیبی کنترل و V الصاق کنید. در شکل ۲ نمونه این کار را مشاهده می کنید.



در همین جا و قبل از هر اقدامی، اگر قصد تغییر یا اصلاح سؤالی را دارید، ویرایش کنید. سپس روی نقشک (آیکن) ذخیره (ابزار مربع شکل بالای کدها) به نام Save project to drive کلیک کنید تا کد ذخیره شود. در گام بعدی،

فرم، پیوند (لینک) مخصوص معلم (ویرایش) و پیوند مخصوص دانش آموز (مشاهده) باید تولید شود. توضیحات فرم باید به شرح زیر باشد: «آزمون فیزیک ۱». لطفاً کد کامل و بدون خطا بده.

ویژگی ها

فرم را به صورت آزمون فعال کن. هر سؤال چهار گزینه داشته باشد. یک گزینه صحیح باشد. گزینه های صحیح در سؤال ها تصادفی چیش شود. بدون نمره منفی باشد. هر سؤال دو نمره دارد.

پیوند (لینک) ویرایش برگه (فرم) برای معلم و پیوند (لینک) مشاهده برای دانش آموز باید ایجاد شود.

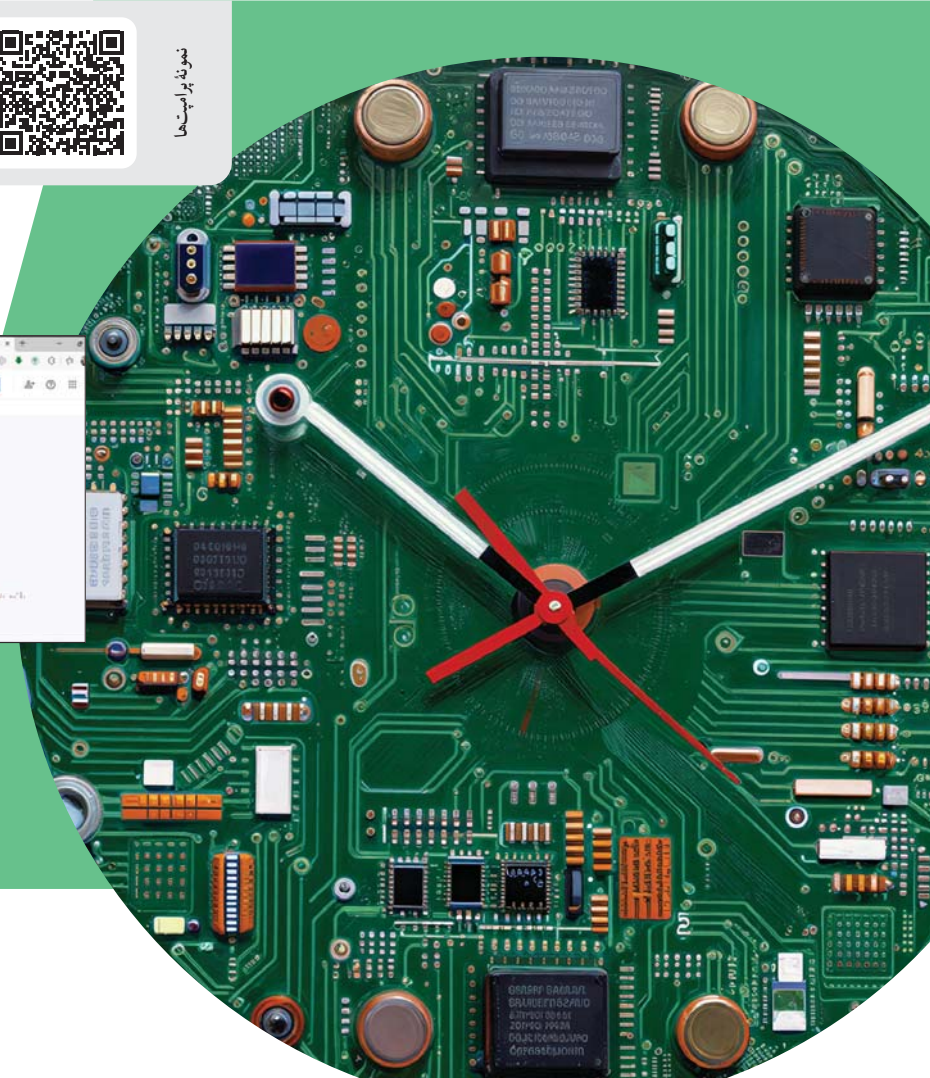
سؤال ها شماره داشته باشند. گزینه ها با الف، ب، ج، د شماره گذاری شوند. در اول آزمون یک سؤال از نوع short answer یا همان پاسخ کوتاه باشد و حاوی این سؤال باشد که نام و نام خانوادگی خود را بنویسید. چیش برای زبان فارسی رعایت شود. نمونه پرامپت ها برای استفاده از طریق رمزینه

قصد اعمال نظر در سؤال ها را داشته باشید، کار ویرایش را در بخش گوگل درایو می توانید انجام دهید. ویرایش سؤال ها در صفحه آزمون گوگل فرم نیز قابل انجام است. پرامپتی را که ما آماده کردیم، یا پرامپتی مشابه آن را به مدل زبانی بدهید. پیشنهاد می کنیم از همین پرامپت استفاده کنید و فقط موارد مربوط به نام درس، تعداد و سطح سؤال ها و سایر نکته های مدنظر خود را تغییر دهید. این پرامپت در سه مدل زبانی بزرگ چت جی پی تی، کوپایلت و جمنای آزمایش و پاسخ کامل و صحیح دریافت شده است. البته پیشنهاد اول ما استفاده از مدل زبانی کوپایلت است.

نمونه پرامپت: یک کد Google Apps Script بنویس که یک فرم Google Form ایجاد کند. این فرم باید شامل ۱۰ سؤال چهارگزینه ای از فایل پی دی اف کتاب درسی فیزی یک دهم که فرستادم باشد. هر سؤال دو نمره داشته باشد. هر سؤال فقط یک پاسخ صحیح داشته باشد. سؤال ها را در سطح دانش و کاربرد از طبقه بندی بلوم، طراحی کن. سؤال ها باید به صورت دینامیک از یک آرایه در کد گرفته شوند. پس از ایجاد



بارکد



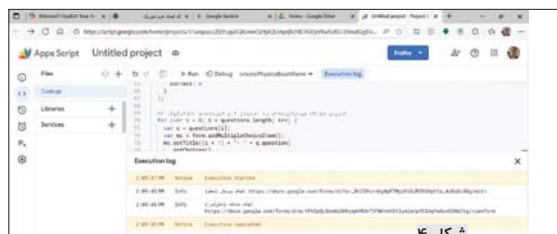


در کنار همین ابزار، روی ابزار Run کلیک کنید تا برنامه برای ساخت پیوند (لینک) اجرا شود. پیغامی مبنی بر بازبینی مجوزها مشاهده خواهید کرد. روی گزینه Review permissions کلیک کنید و دوباره وارد حساب کاربری خود شوید. اگر به طور احتمالی خطاهایی مشابه خطای شکل ۳ روی داد، خطا را در خود مدل زبانی رونویسی کنید و درخواست بازسازی کامل و اصلاح دقیق کد را به مدل زبانی بدهید تا کد بدون خطایی تولید کند.



شکل ۳

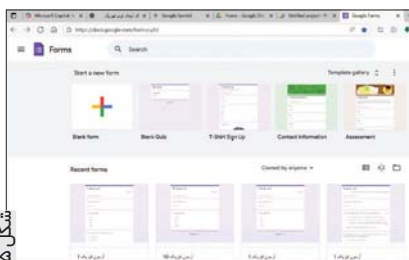
دوباره کد جدید تولید شده را رونویسی و در محل کد نویسی الصاق کنید و گزینه save و سپس Run را انتخاب کنید (لازم به ذکر است احتمال خطا کم است، چون پرامیت آزمایش شده شاید به ندرت خطا بدهد. اما به فرض رخ دادن، روش رفع خطا که خود مدل داده است، اشاره شد. پس از کلیک روی Run، مشابه شکل ۴ مشاهده خواهید کرد که دو پیوند (لینک) یکی مخصوص معلم برای ویرایش و دیگری مخصوص دانش آموزان برای مشاهده و شرکت در آزمون، تولید می شود. اگر قصد هیچ ویرایشی را ندارید، پیوند مخصوص دانش آموزان را در گروه شاد کلاس برای اجرای آزمون بفرستید.



شکل ۴

برای اینکه آزمون وارد گوگل فرم شود، روی گزینه Execution log (گزارش اجرا) کلیک کنید. در این لحظه کار شما با گوگل درایو به پایان می رسد.

عملیات گوگل فرم: در گام بعدی، دوباره و بگاه گوگل را باز کنید و از بخش google apps (نُت نقطه) مربعی شکل در بالا، ابزار گوگل فرم (Forms) را اجرا کنید. فهرست آزمون های قبلی و آزمونی را که هم اکنون ایجاد کرده اید، مطابق شکل ۵ مشاهده خواهید کرد. در اینجا آزمون با نام فیزیک ۱ است که جدیدترین (اولین در ترتیب) آزمون ایجاد شده است.



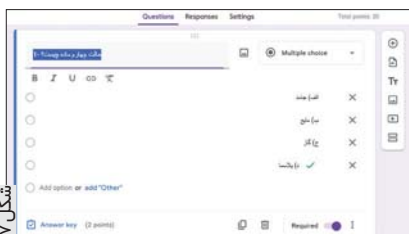
شکل ۵

روی آزمون مد نظر کلیک کنید تا اجرا شود. این صفحه مطابق شکل ۶ مخصوص معلم و برای اجرای تنظیمات و ویرایش است. بنابراین در اینجا نیز می توانید سؤال ها را ویرایش کنید.



شکل ۶

در سربرگ (تب) Questions شما قادرید تغییرات مورد نظرتان را روی هر سؤال و گزینه اعمال کنید. نوع سؤال، جواب درست (با تیک سبز)، نمره سؤال، اجباری بودن پاسخ گوئی، افزودن گزینه، افزودن تصویر و سایر موارد مطابق شکل ۷ قابل ویرایش هستند.



شکل ۷

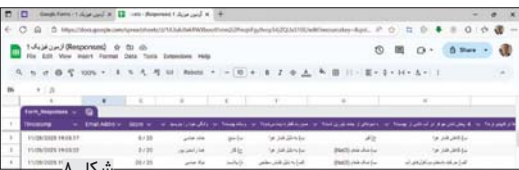
در تب Settings تنظیمات لازم را طبق جدول ۱ انجام دهید. لازم به ذکر است، اگر به تنظیمات پیش فرض اکتفا کنید، نیازی به تغییرات وجود ندارد، اما بهتر است برخی تنظیمات ضروری و مورد نیاز به منظور سفارشی سازی انجام شوند. برای اعمال تغییرات، کلیدهای کشویی را برای هر مورد در حالت روشن قرار دهید. (جدول ۱)

در صورت تمایل، از ابزارهای بالای صفحه، سایر تنظیمات از قبیل تنظیمات ظاهری را سفارشی سازی کنید.

عملیات انتشار: مهم ترین ابزار این بخش ابزار Copy responder link با شکلک حلقه زنجیر برای رونویسی

پیوند (لینک) در همان صفحه اصلی آزمون است. با کلیک روی شکلک حلقه زنجیر، پیوند برای شما نمایش داده می شود. آن را رونویسی و به گروه کلاسی شاد ارسال کنید (بهتر است از پیوند کوتاه شده^۸ استفاده نکنید، چون گاهی اجرا دچار مشکل می شود). برای محدود کردن زمان آزمون، یک راه ساده، بستن پیوند آزمون است. برای این کار در بالای صفحه اصلی، سمت راست، روی گزینه Published کلیک کنید در کادر محاوره ای باز شده، گزینه Accepting responses (پذیرش پاسخ ها) را ببندید.

دریافت پاسخ ها و نمره ها: اکنون وارد زبانه یا سربرگ (تب) Responses شوید. تعداد پاسخ دهندگان، خلاصه نتایج و برخی تحلیل ها را مشاهده خواهید کرد. روی گزینه View in sheets کلیک کنید. در پیرامند (کادر) باز شده، گزینه Create a new spreadsheet را انتخاب و روی دکمه Create کلیک کنید تا صفحه اکسل اجرا شود (شکل ۸).



شکل ۸

از فهرست File گزینه Download گزینه فرعی Microsoft Excel (.xlsx) را انتخاب کنید تا فایل اکسل بارگذاری شود. سپس فایل را باز کنید و تحلیل های لازم را انجام دهید.

نتیجه گیری

کاربرد هوش مصنوعی در ارزشیابی موجب می شود اجرای آزمون ها و ارزشیابی از یادگیری دانش آموزان در زمان کمتر و با دقت بیشتر صورت گیرد. در صورتی که معلم قصد داشته باشد این فرایند را انجام دهد، در مجموع بین ۵ تا ۱۰ دقیقه زمان نیاز دارد. به همین خاطر است که به تمامی معلمان توصیه می کنیم با به کارگیری هوش مصنوعی و فناوری های متعدد، فرایند آموزش و ارزشیابی را تسهیل و یادگیری را تثبیت کنند و در مسیر کاهش حجم کار معلم گام مؤثر بردارند.

شرح	عملکرد (ترجمه)	گزینه
برای آزمون روشن کنید.	این را به یک آزمون تبدیل کنید.	Make this a quiz
پاسخ‌ها را فعال می‌کند → نشانی‌های رایانامه را جمع‌آوری می‌کند (نیاز است دانش‌آموزان رایانامه الکترونیکی داشته باشند).	انتشار نمره‌ها بلافاصله پس از هر ارسال، بعداً، پس از بررسی دستی	Release grades Immediately after each submission Later, after manual review Turns on Responses Collect email addresses
پاسخ‌دهندگان می‌توانند ببینند به کدام سؤال‌ها پاسخ نادرست داده‌اند.	تنظیمات پاسخ دهنده سؤال‌های پاسخ داده‌نشده	Respondent settings Missed questions Respondents can see which questions were answered incorrectly
پاسخ‌دهندگان پس از اعلام نمره‌ها می‌توانند پاسخ‌های صحیح را مشاهده کنند.	پاسخ‌های صحیح	Correct answers Respondents can see correct answers after grades are released
پاسخ‌دهندگان می‌توانند مجموع نمره‌ها و نمره‌های دریافتی برای هر سؤال را مشاهده کنند.	مقدارهای نمره	Point values Respondents can see total points and points received for each question
مقدارهای امتیاز برای هر سؤال جدید (نمره هر سؤال هم در بخش سؤال‌ها قابل تعیین است).	پیش‌فرض‌های سراسری آزمون مقدار پیش‌فرض نمره سؤال	Global quiz defaults Default question point value Point values for every new question
از پاسخ‌دهندگان خواسته می‌شود در گوگل ثبت نام کنند. دارای سه گزینه: جمع‌آوری نکنید، تأیید شده و ورودی پاسخ‌دهنده	پاسخ‌ها مدیریت نحوه جمع‌آوری و محافظت از پاسخ‌ها جمع‌آوری آدرس‌های رایانامه الزامی برای انتشار دستی نمره‌ها	Responses Manage how responses are collected and protected Collect email addresses Required to release grades manually Respondents will be required to sign in to Google
دارای سه گزینه: خاموش، بنا به درخواست و همیشه	برای پاسخ‌دهندگان یک رونوشت از پاسخشان بفرستید.	Send responders a copy of their response
پاسخ‌ها پس از فرستادن قابل تغییرند. (پیشنهاد نمی‌شود)	اجازه ویرایش پاسخ	Allow response editing Responses can be changed after being submitted
نیاز است پاسخ‌دهندگان در گوگل ثبت‌نام کنند.	نیاز به ورود دارد محدود به ۱ پاسخ	Requires sign in response \ Limit to
نحوه ارائه برگه سؤال و پاسخ‌ها را مدیریت کنید.	ارائه ارائه برگه سؤال نمایش نوار پیشرفت	Presentation Manage how the form and responses are presented Form presentation Show progress bar
به‌طور معمول برای جلوگیری از تقلب روشن می‌کنند.	ترتیب سؤال‌ها را به هم بریزید.	Shuffle question order
می‌توانید متن پیام را ویرایش کنید.	پس از ارسال پیام تأیید پاسخ شما ثبت شد.	After submission Confirmation message Your response has been recorded
پیشنهاد می‌کنیم فعال نشود.	نمایش پیوند برای فرستادن پاسخ دیگر	Show link to submit another response
پیشنهاد می‌کنیم فعال نشود.	مشاهده خلاصه نتایج خلاصه نتایج را با پاسخ‌دهندگان به اشتراک بگذارید	View results summary Share results summary with respondents. Important details
اگر مرورگر بسته یا به‌روزرسانی شود، پیشرفت دانش‌آموز از بین می‌رود (فعال نکنید).	محدودیت‌ها: غیرفعال کردن ذخیره خودکار برای همه پاسخ‌دهندگان	Restrictions Disable autosave for all respondents Respondents will lose their progress if their browser closes or refreshes
سه گزینه دارد: جمع‌آوری نکنید (پیشنهاد ما) تأیید شده ورودی پاسخ‌دهنده	پیش‌فرض‌های برگه (فرم) تنظیمات روی این برگه و برگه‌های جدید اعمال شود. نشانه‌های رایانامه را به‌صورت پیش‌فرض جمع کنید.	Form defaults Settings applied to this form and new forms Collect email addresses by default
بهتر است فعال باشد.	پیش‌فرض‌های سؤال تنظیمات برای همه سؤال‌های جدید اعمال شود. سؤال‌ها را به‌صورت پیش‌فرض الزامی کنید.	Question defaults Settings applied to all new questions Make questions required by default

پی‌نوشت‌ها

1. Large Language Models (LLM)
2. ChatGPT
3. Copilot
4. Gemini
5. Google Drive
6. Google Forms
7. Foxit advanced pdf editor
8. Shorten URL

منابع

۱. عباسی، حامد؛ عباسی، محمدمبین (۱۴۰۴). فناوری‌های نوین در آموزش (هوش مصنوعی، واقعیت افزوده، واقعیت مجازی و متاورس). علوی (مجموعه کتاب‌های تحول مدرسه). تهران.
۲. عباسی، حامد؛ عباسی، محمدمبین (۱۴۰۳). طراحی و تولید محتوای الکترونیکی (با هوش مصنوعی و نرم‌افزار). دیباگران. تهران.

چکیده

با ظهور عصر دیجیتال و تغییر ماهیت ارتباط، مدل‌های سنتی آموزش «بانکی» دیگر پاسخ‌گوی نیازهای دانش‌آموزان عصر کنونی (نسل‌های زد و آلفا) نیستند. این مقاله با بررسی تلاقی فناوری و پداگوژی، به موضوع چالش‌های شکاف دیجیتال و تغییر الگوهای یادگیری می‌پردازد و هدف آن ارائه چارچوبی عملی برای مدیران و معلمان است تا با بهره‌گیری از نظریه‌های نوین و آمارهای جهانی، محیطی تعاملی و مهارت‌محور ایجاد کنند. یافته‌ها نشان می‌دهند که گذار از «آموزگارمحوری» به «تسهیلگری» و ادغام هوش مصنوعی در کلاس درس، کلید موفقیت در قرن بیست و یک است.

کلیدواژه‌ها:

آموزش نوین، نسل آلفا، سواد رسانه‌ای، ارتباطات دیجیتال، تحول آموزشی ایران

مقدمه

ما در دورانی زندگی می‌کنیم که به قول زیگمونت باومن، جامعه‌شناس فقید، «نوگرایی (مدرنیته) سیال» نام دارد؛ دورانی که هیچ حالت ثابتی ندارد و در آن همه چیز در حال تغییر است. دانش‌آموزان امروز، «بومیان دیجیتال» هستند که پیش از نوشتن، با لمس صفحه‌نمایش آشنا شده‌اند. برای این نسل، مدرسه دیگر تنها منبع اطلاعات نیست، بلکه باید به مرکز «پردازش و تحلیل» بدل شود. در دنیای شتابان امروز، تلاقی فناوری‌های نوین و ارتباطات دیجیتال، بنیادهای آموزش سنتی را دگرگون کرده و دانش‌آموزانی با نیازها و ظرفیت‌های متفاوت از نسل‌های پیشین پدید آورده است. این تحول، مدیران و معلمان را با ضرورتی اجتناب‌ناپذیر روبه‌رو می‌کند تا با بازتعریف نقش خود از «انتقال‌دهنده دانش» به «تسهیلگر یادگیری»، مدرسه‌ای متناسب با زیست‌بوم قرن بیست و یکم بنا کنند. برای آغاز بحث، ابتدا باید در خصوص مخاطبان اصلی آموزش در مدرسه‌ها، یعنی دانش‌آموزان، مطالعه‌ای داشته باشیم.

ویژگی‌های دانش‌آموزان عصر کنونی

برای درک بهتر تفاوت‌های رفتاری دانش‌آموزان و معلمان، شناخت بازه‌های زمانی و ویژگی‌های کلیدی هر نسل ضروری است:

- نسل ایکس:** متولدان اواسط دهه ۴۰ تا اواخر دهه ۵۰ شمسی؛ نسلی صبور، وظیفه‌شناس و پل ارتباطی دنیای سنتی و آغاز عصر دیجیتال.
- نسل ایگرگ یا هزاره:** متولدان دهه ۶۰ تا اواسط دهه ۷۰؛ اولین نسلی که با اینترنت و تلفن همراه آشنا شد و به دنبال تعادل میان کار و زندگی است.
- نسل زد:** متولدان اواخر دهه ۷۰ تا اواخر دهه ۸۰؛ «بومیان دیجیتال» که با شبکه‌های اجتماعی بزرگ شده‌اند و به شدت بر فردیت و شفافیت تأکید دارند.
- نسل آلفا:** متولدان سال ۱۳۹۰ به بعد؛ اولین نسلی که به‌طور کامل در قرن ۲۱ متولد شده و هوش مصنوعی و رایانک (تبلت)، بخشی جدایی‌ناپذیر از بازی و یادگیری آن‌هاست.

دانش‌آموزان فعلی مدرسه‌ها به‌طور عمده به اواخر نسل‌های زد و نسل آلفا تعلق دارند. طبق گزارش‌های یونسکو، در این نسل ویژگی‌ها چنین هستند:

- بازۀ توجه کوتاه‌تر:** به دلیل مصرف محتواهای ویدئویی کوتاه؛



عکاس: احمد رضا کریمی

/ یادگیری بصری و تعاملی: آن‌ها با متن‌های طولانی و سخنرانی‌های یک‌طرفه ارتباط برقرار نمی‌کنند.

/ هویت چندگانه: مرز بین دنیای فیزیکی و مجازی برای آن‌ها کمرنگ شده است.

برای درک ضرورت تغییر و رویارویی مناسب با این نسل، نگاهی به دنیای دیجیتال می‌اندازیم:

آمار و ارقام

واقعیت‌های دنیای دیجیتال

طبق آمار اتحادیه جهانی مخابرات^۳، در سال ۲۰۲۳ بیش از ۷۵ درصد از نوجوانان ۱۵ تا ۲۴ ساله در سراسر جهان به اینترنت متصل هستند. گزارش مجمع جهانی اقتصاد^۴ بیان می‌کند که ۶۵ درصد از کودکان ابتدایی امروزی در مشاغلی کار خواهند کرد که اکنون هنوز وجود ندارند. در کشور عزیزمان، ضریب نفوذ اینترنت به بالای ۹۰ درصد رسیده و طبق پیمایش‌های داخلی، شبکه‌های اجتماعی منبع اصلی اطلاعات برای ۸۰ درصد نوجوانان ایرانی هستند. حال در این دنیای دیجیتال باید نحوه تعامل با چنین مخاطبی را بررسی کرد:

نسل

لمس محور،

مدرسۀ

اندیشه محور

معماری زیست بوم
آموزشی برای
نسل فراجهان

زهرا سادات الطافی
کارشناس فرهنگی و فعال رسانه‌ای،
دکترای مدیریت رسانه

شبکه‌سازی ذهنی

در دنیای جدید، «ارتباط» صرفاً انتقال پیام نیست، بلکه به معنای «شبکه‌سازی ذهنی» است. جورج سیمنز با نظریه اتصال‌گرایی^۵ مطرح می‌کند که یادگیری فرایند اتصال گره‌های اطلاعاتی به یکدیگر است.

بر همین اساس، شبکه‌سازی ذهنی به این معناست که دانش آموز دیگر به دنبال حفظ کردن واقعیت‌های پراکنده نیست، بلکه می‌آموزد چگونه میان داده‌های جدید و دانسته‌های قبلی در بستری از ابزارهای دیجیتال، پیوندهایی معنادار برقرار کند. در این رویکرد، یادگیری نه فرایندی انفرادی، بلکه نتیجه اتصال به شبکه‌های انسانی (معلمان و هم‌سالان) و شبکه‌های اطلاعاتی (پایگاه‌های داده) است که به خلق دانش جدید منجر می‌شود. هدف نهایی، تبدیل ذهن دانش آموز از «انبار اطلاعات» به «پردازشگر شبکه‌ای» با توانایی حل مسائل پیچیده در دنیای متصل امروز است.

مدل‌های نوین آموزشی سال‌هاست از مرحله نظری خارج شده و نتایج درخشانی داشته‌اند. برای مثال،

دبیرستان وودلند پارک (آمریکا) با اجرای «کلاس معکوس» توانست نرخ تجدیدی دانش آموزان را از ۳۰ به زیر ۱۰ درصد برساند. همچنین، آکادمی خان با همین روش سالانه به میلیون‌ها دانش آموز کمک می‌کند در خانه یاد بگیرند و در کلاس حل مسئله کنند.

پژوهش‌های دانشگاهی (مانند مطالعه دانشگاه تهران، ۱۴۰۱) نشان داده است که استفاده از روش یادگیری معکوس در درس ریاضی تا ۴۰ درصد بر میزان یادگیری پایدار دانش آموزان ایرانی افزوده و از اضطراب امتحان به شدت کاسته است.

ابزارهایی کاربردی مثل اینشات^۶ برای ویرایش ساده ویدئو با تلفن همراه یا «ادوکر بییش»^۷ (تبدیل رایانک/تلفن همراه به تخته سفید و ضبط صدا) در تولید محتوای آموزشی متناسب با این نسل بسیار راهگشا هستند.

سکوها داخلی مانند شاد، برای ارسال ویدئوها قبل از کلاس (مدل معکوس) یا وبگاه‌هایی مثل پرسلاین^۸ برای طراحی آزمون‌های برخط سریع و همچنین



TED-Ed برای تبدیل هر ویدئوی یوتیوب یا آپارات به یک درس تعاملی، نمونه‌هایی از به‌کارگیری دنیای دیجیتال در آموزش نوین است.

کن رایسنون نظریه‌پرداز بزرگ آموزش، معتقد بود: «مدارس فعلی بر اساس مدل کارخانه‌ای قرن ۱۹ ساخته شده‌اند تا کارگران مطیع تربیت کنند، نه متفکران خلاق.»

❁ راهکارهای عملی برای

مدیران و معلمان ایران تغییر اتمسفر آموزشی

روش‌های این تغییر در شماره‌های قبلی ذکر شده‌اند. برخی از آن‌ها به این شرح هستند: هوشمندسازی واقعی (نه فقط سخت‌افزاری)، بازطراحی فضای فیزیکی کلاس‌ها از حالت ردیفی به حالت گرد یا گروه‌های کوچک، حمایت از معلمان نوآور با ایجاد «اتاق خلاقیت معلمان» برای تبادل تجربه‌های موفق در استفاده از ابزارهای دیجیتال، بازی‌وارسازی (گیمیفیکیشن)، پروژه‌محوری و

نمی‌توان نادیده گرفت که محدودیت‌های پهنای باند، فیلترینگ و تمرکز بیش از حد بر آزمون سراسری، مانع‌های بزرگی بر سر راه آموزش نوین در ایران هستند. با این حال، معلمان پیشرو در ایران ثابت کرده‌اند که با استفاده از سکوها داخلی و خلاقیت‌های فردی می‌توان «جزیره‌های دانایی» ایجاد کرد.

❁ مهارت‌های چهارگانه در کلاس‌های درس نوین

در دنیای ارتباطات، صرف دانستن فرمول‌ها کافی نیست. سازمان‌های آموزشی جهانی بر چهار رکن اصلی تأکید دارد که باید در مدرسه‌های ما نیز نهادینه شوند:

- ❁ تفکر نقاد: توانایی زیر سؤال بردن داده‌ها و تحلیل منطقی.
- ❁ خلاقیت: عبور از کلیشه‌ها برای حل مسائل پیچیده.
- ❁ ارتباطات: قدرت بیان ایده به‌صورت شفاهی، کتبی و دیجیتال.
- ❁ همکاری: کار تیمی در فضای فیزیکی و سکوها ابری

❁ ایده مدرسه به مثابه زیست‌بوم.

به‌عنوان حسن ختام یادآوری این نکته ضروری است که در دیدگاه جدید، مدرسه دیگر یک ساختمان با چهار دیوار نیست، بلکه بخشی از یک زیست‌بوم بزرگ‌تر است. مدیران مدرسه‌ها باید با «دیوارزدایی از مدرسه»، ارتباط با نهادهای دیگر را تقویت کنند. در ادامه به‌عنوان مثال دو ایده طرح می‌شود:

- ❁ ارتباط با صنعت و هنر: دعوت از کارآفرینان و هنرمندان برای حضور در کلاس‌ها (حتی به‌صورت مجازی).
- ❁ خانواده به‌عنوان شریک آموزشی: در عصر جدید، والدین نباید فقط ناظر نمره‌ها باشند؛ آن‌ها باید در فرایند سواد رسانه‌ای همراه مدرسه باشند.

❁ راهکارهای عملی

مواجهه با این نسل‌ها

❁ شخصی‌سازی یادگیری: نسل‌ها تمایل دارند مسیر یادگیری خود را کنترل کنند. در این راستا استفاده از سکوها هوشمند برای ارائه محتوای متناسب با علاقه

و سرعت یادگیری هر دانش‌آموز یا اجازه به دانش‌آموز برای انتخاب پروژه‌ها و شیوه‌های ارزیابی متفاوت، راهکارهای پیشنهادی هستند.

❁ یادگیری مبتنی بر پروژه و مسئله^۱: این نسل‌ها به دنبال یادگیری معنادارند، نه صرفاً نظری. طراحی درس‌ها به‌صورت پروژه‌های واقعی (مثل طراحی پوشش تبلیغاتی برای یک نمانام یا حل مسئله زیست‌محیطی محلی) و ارزیابی دانش از طریق عملکرد در پروژه‌ها، نه آزمون‌های حفظی، پیشنهادهایی در این مسیر هستند.

❁ تلفیق فناوری و رسانه^۱: با این نگاه که نسل فعلی مخاطب آموزش و ویژگی دیجیتال‌محور دارد، پس ابزار یادگیری هم باید دیجیتال باشد. استفاده از ابزارهایی مثل کاهوت، پدلت، کوئیز و سکوها تعاملی استفاده از تلفن همراه به‌عنوان ابزار یادگیری، به‌جای محدود کردن تلفن همراه به کلاس، مثلاً برای تصویربرداری یا تحقیق سریع، راهکارهایی عملیاتی خواهند بود.

به‌علاوه موارد فوق، یادگیری مشارکتی و شبکه‌ای، آموزش مهارت‌های نرم و هوش هیجانی، تمرکز بر مهارت‌های ارتباطی، تفکر انتقادی و سازگاری با تغییرات، برگزاری کارگاه‌های هوش هیجانی و مدیریت فشار روانی، تمرین‌های تفکر انتقادی با تحلیل اخبار، شایعه و داده‌های مجازی، معماری فیزیکی و دیجیتال فضاهای آموزشی، طراحی فضاهای کلاس به‌صورت باز و گروهی (به جای ردیف‌های سنتی) و ترکیب کلاس‌های حضوری و مجازی، مسیرهای دیگر تأمین دانفقه آموزشی و پژوهشی نسل‌های کنونی هستند.

❁ نتیجه‌گیری

دنیای جدید دانش‌آموز نو و ابزار نو می‌طلبد. اگر مدرسه نتواند میان دانش و مهارت‌های زندگی در عصر دیجیتال پل ایجاد کند، مرجعیت خود را از دست خواهد داد. اهالی آموزش و پرورش باید بپذیرند که در عصر حاضر آن‌ها دیگر تنها صاحبان علم نیستند، بلکه «راهنمایان مسیر دانایی» هستند. موفقیت در این مسیر نه در گرو تجهیزات گران‌قیمت، بلکه در گرو تغییر نگرش ذهنی از آموزش سنتی به آموزش پرسشگرانه و شبکه‌ای است.

تغییر همیشه با مقاومت همراه است، اما تاریخ نشان داده است که فناوری منتظر دستگاه‌های آموزشی نمی‌ماند. اگر ما امروز در مدرسه‌ها مهارت‌های ارتباطی و تفکر انتقادی را به دانش‌آموزان نیاموزیم، آن‌ها در اقیانوس اطلاعات گم خواهند شد. رسالت معلم امروز نه «انتقال دانش»، بلکه «روشن کردن چراغ کنجکاو» است. ❁

پی‌نوشت‌ها

1. TOUCH
2. Short-form content
3. ITU
4. WEF
5. Connectivism
6. InShot
7. Educreations
8. Porsline
9. Personalized Learning
10. Project & Problem-Based Learning
11. Tech-Integrated Teaching

منابع

۱. رایسنون، کن (۱۴۰۲). مدرسه خلاق. ترجمه صفدر تقی‌زاده، انتشارات نو.
۲. سمینز، جورج (۲۰۰۵). اتصال‌گرایی: نظریه یادگیری برای عصر دیجیتال.
۳. گزارش سالانه مجمع جهانی اقتصاد درباره آینده مشاغل. ۲۰۲۳.
۴. یونسکو (۲۰۲۴). راهنمای استفاده از هوش مصنوعی مولد در آموزش و پژوهش.
۵. مرکز آمار ایران، گزارش ضریب نفوذ فناوری اطلاعات در بین خانوارها. ۱۴۰۲.
۶. کسنلز، مانوئل (۱۴۰۱). عصر اطلاعات: ظهور جامعه شبکه‌ای. ترجمه احد علیقلیان، طرح نو.
۷. شایسته، علی (۱۴۰۲). سواد رسانه‌ای در مدرسه‌های ایران: چالش‌ها و راهکارها. فصلنامه تعلیم و تربیت.

(بخش دوم)

آگاه.

معلم

جعفر چراغیان
دکترای فلسفه تعلیم و تربیت

در بخش پیشین به اختصار گفته شد که انسان به‌طور عام همواره در حال انتخاب کردن است و چه‌بسا در این فرایند دچار لغزش نیز بشود. اشاره کردیم که انسان آگاه، به حکم آگاه‌بودن و درک بهتر از تبعات هر انتخاب، خطاهای کمتری مرتکب می‌شود. در این راستا، معلم نیز به حکم انسان‌بودن ممکن است در تعامل خود با دانش‌آموزان دچار خطاهایی شود. بر مبنای همین منطق، معلم آگاه تصمیم‌های آگاهانه‌ای نیز اتخاذ خواهد کرد. در بخش دوم مقاله به‌صورت کاربردی به ابعاد چهارگانه مؤلفه آگاهی در معلم و حیطه کاری او پرداخته خواهد شد. امید است برای معلمان و به‌ویژه دانشجو معلمان مفید واقع شود.

❁ بعداول: آگاهی از خود

معلم آگاه از خودش آگاهی دارد. او خود را می‌شناسد و از باورها، اهداف، ارزش‌ها، نقاط ضعف و قوت خود مطلع است. اهمیت این آگاهی از این نظر است که در فرایند کاری خود و در تعامل با مخاطبان، بر خودکنترل بیشتری دارد و تصمیم‌ها و بازخوردهای موجه‌تری اتخاذ می‌کند. برای مثال، من معلم می‌دانم که از آستانه تحمل‌پذیری پایینی برخوردارم و به اصطلاح کم‌تحمل هستم. این آگاهی باعث می‌شود از آسیب‌های احتمالی ناشی از این ویژگی اخلاقی خود مصون بمانم. به این ترتیب که برای رفع این مسئله رفتاری، اقدام و تمرین‌هایی انجام می‌دهم، یا در شرایطی که دچار این حالت می‌شوم، تصمیمی نمی‌گیرم و رفتار خود را مدیریت می‌کنم. اهمیت موضوع از این نظر است که چه‌بسا تصمیم اشتباه و رفتار نادرست معلم جبران‌ناپذیر باشد.

انتخاب

آگاهانه

بررسی عنصر
آگاهی در معلم و
حرفه معلمی





جوان ما، گرایش به مصرف دخانیات و اعتیاد به مواد مخدر است. معلمی که از این موضوع آگاه است، به روش های گوناگون و در ضمن مطالبی که تدریس می کند، می کوشد تاب آوری دانش آموزان خود را در برابر وسوسه مصرف مواد افیونی تقویت کند و آگاهی و هشدارهای لازم را به آنان بدهد.

البته ذکر این نکته لازم است که انتظار از معلم برای معجزه و ایجاد تغییرات سریع، دور از منطق است و دیگر دستگاه های مسئول و مرتبط با مسائل اجتماعی نیز باید به ایفای وظایف خود اقدام کنند.

❁ بعد چهارم: آگاهی از وظیفه و نقش واقعی خود

معلم به عنوان کارمند به تدریس مرتبط با تخصص خود موظف است و در قبال آن حقوق دریافت می کند. ولی شأن، جایگاه و وظیفه واقعی معلم در سطحی بالاتر از تدریس صرف در کلاس های درس است. معلم واقعی سقراط گونه، در پی ارتقای فکر، اندیشه و اخلاق دانش آموزان است. دغدغه اصلی او تربیت انسان به معنی متعالی است و هدف نهایی و غایی اش رافرهیختگی و تقویت انسانیت در دانش آموزان قرار می دهد. این مهم در صورتی ممکن می شود که خود

آگاهی از خود، در خصوص توانایی ها و استعداد های فردی نیز اهمیت وافر دارد. به عنوان نمونه، من می دانم که از فن بیان خوبی برخوردارم، یا طبع سرودن شعر دارم، از قلم خوبی برخوردارم یا از فلان برنامه و نرم افزار رایانه ای سرشته دارم و اگر از هر کدام از این مهارت ها و توانایی ها در جا و در فرصت مناسب خود استفاده شود، می تواند در فرایند کاری من به عنوان معلم تأثیرگذار باشد.

پس باید خود را شناخت و نقاط قوت خود را پرورش داد و نقاط ضعف و کاستی ها را کنترل و تعدیل کرد. اگر معلم هستیم یا در آینده خواهیم شد، اهمیت این شناخت ضروری تر خواهد بود.

❁ بعد دوم: آگاهی از دانش آموز

گام دوم، پس از خود آگاهی، حصول آگاهی از دانش آموزان به عنوان مخاطبان تعلیم و تربیت است. این آگاهی دو وجه عام و خاص دارد. از منظر عام، تسلط بر روان شناسی کودکان و شناخت مراحل رشد شناختی در آنان است. لیکن در معنای خاص، شناخت عمیق از گروه دانش آموزان کلاس خود است. به بیان دیگر، شناخت و اطلاع از افراد حاضر در کلاس خود از نظر ویژگی های شخصیتی، خانوادگی، سابقه تحصیلی، علاقه ها، استعدادها، توانایی ها، ضعف ها، بیماری احتمالی و هر موضوعی که به طور مستقیم یا غیر مستقیم در فرایند یادگیری و تربیت مؤثر است. این موضوع بسیار مهم است و ضرورت دارد معلم فرایند کاری یک ساله خود را پیش از حضور در کلاس و با اطلاع قبلی و شناخت افراد حاضر در کلاس آغاز کند. برای کسب این آگاهی می توان از روش ها و شیوه های گوناگونی بهره برد: پرسش از خود دانش آموز، پرس و جو از والدین، بررسی سابقه و پرونده تحصیلی، استعلام از مسئولان آموزشگاه، بررسی دوستان و هم نشینان دانش آموز، و مشورت با معلمان سال گذشته.

یک مثال ساده درباره اهمیت داشتن آگاهی از دانش آموز، وجود برخی بیماری های زمینه ای و مادرزادی در برخی کودکان است. در صورت اطلاع معلم از این مشکل، می توان از بروز قضاوت نادرست در مورد افت تحصیلی احتمالی جلوگیری کرد و با اعمال مدیریت صحیح، این گروه از دانش آموزان را حمایت کرد. نکته حائز اهمیت، حفظ اسرار دانش آموزان و رعایت حریم و کرامت شخصی آنان در جمع کلاسی است.

❁ بعد سوم: آگاهی از جامعه

هر جامعه با مسائل و مشکلات کوچک و بزرگ و چه بسا بحران هایی مواجه است. معلم به عنوان عضوی از جامعه، در همین فضا زندگی می کند و احتمالاً در معرض آسیب هایی نیز قرار دارد. تفاوت معلم با دیگر افراد جامعه در این است که او می تواند در تعدیل چالش های اجتماعی، نقشی به ظاهر کوچک، ولی در واقع مؤثر داشته باشد. او مسائل را می شناسد و درک می کند و دل نگران افراد جامعه و به ویژه کودکان و نوجوانان است. معلم آگاه، زمینه طرح برخی مسائل و ناهنجاری های اجتماعی در کلاس درس و در حین تدریس را فراهم می کند. این حرکت و تلاش اوقابل تقدیر است و به طور حتم تأثیر آن را در دراز مدت شاهد خواهیم بود. برای نمونه، یکی از آسیب های در کمین طیف





معلم می تواند در تعدیل چالش های اجتماعی، نقشی به ظاهر کوچک، ولی در واقع مؤثر داشته باشد

معلم از وظیفه اصیل و رسالت واقعی خود آگاه شود. آنچه گفته شد، نه یک شعار و جمله احساسی و کلیشه ای، که واقعیت اصیل و نقش و جایگاه واقعی معلم در هر جامعه ای است. نکته قابل توجه این است که معلمان، به ویژه در سال های آغازین فعالیت شغلی خود، به قدری درگیر مسائل تدریس و کلاس داری هستند که به طور عمومی کمتر فرصت تأمل در عمق و مسیر نهایی کاری خود را پیدا می کنند. لیکن با کسب تجربه بیشتر و بلوغ فکری و ذهنی، این فرصت را می یابند که به روندی که در حیطه معلمی پیموده اند، عمیق تر بیندیشد و به اصلاح خطاهای احتمالی همت گذارند و در نهایت به انتخاب مسیر موجه تر و منطقی تر اقدام کنند.

آنچه در این زمینه از اهمیت فراوان برخوردار است، دوری از جزمیت و مطلق اندیشی در حوزه معلمی و انتخاب رویکرد انتخابی است. به بیان دیگر، معلم آگاه هیچ گاه کورکورانه و با تعصب رفتار نمی کند، بلکه همواره احتمال خطا در کار خود را دور از نظر نمی داند. او به طور مداوم شیوه، رویکرد و مسیر خود را بررسی می کند و البته در هر شرایطی دانش آموزان و رشد همه جانبه آنان برایش یک هدف متعالی و همیشگی قلمداد می شود.

آگاهی در عرصه عمل (ارائه نمونه ای از تأثیر عنصر آگاهی بر شیوه، عملکرد و رویکرد معلمان)
خانم سرافراز معلم جوانی است که از پنج سال پیش به عنوان دبیر زیست شناسی در دبیرستان های شهری کوچک، در یکی از استان های جنوبی کشور مان، مشغول تدریس است. او که فارغ التحصیل رشته میکرو بیولوژی است، در کنار تخصص و موضوع تدریس خود، دغدغه مسائل و موضوعات اجتماعی و فرهنگی را دارد و همواره از راه ها و رسانه های گوناگون در این مورد پیگیری و امور مرتبط با جامعه را دنبال می کند. عمده توجه او به مشکلات اجتماعی و رفتاری نوجوانان و جوانان و به ویژه دختران معطوف است (آگاهی از جامعه) و به عنوان معلم برای خود وظیفه ای انسانی و تعهدی اخلاقی قائل است که تا جای ممکن در تعدیل و کاهش مشکلات اجتماعی دانش آموزان خود اقدام کند. او معتقد است، معلم به معنای حقیقی نمی تواند نسبت به محیط اجتماعی و آنچه در آن رخ می دهد، بی تفاوت بماند (آگاهی از وظیفه و نقش حقیقی خود). او می داند که برای نیل به موفقیت در این مسیر، تجربه و علم کافی ندارد؛ از این جهت، به مطالعه کتاب های مربوط به اصلاح رفتارها و ناهنجاری های اجتماعی و اخلاقی نوجوانان و جوانان روی آورده و همچنین مشورت با صاحب نظران، مشاوران و مددکاران امور اجتماعی را مدنظر قرار داده است. (آگاهی از خود). وجود این روحیه و احساس وظیفه باعث شده است خانم سرافراز در شروع هر سال تحصیلی توجه ویژه ای به دانش آموزان کند و در کنار تدریس معمول و روزانه خود، به شیوه های متفاوت دانش آموزان متمایل به رفتارهای پرخطر اجتماعی را شناسایی کند (آگاهی از دانش آموز). به این امید که قدمی ولو کوچک در راه اصلاح جامعه بردارد.

* سخن پایانی

معلمی به مثابه سفری طولانی و همیشگی است؛ سفری که در طی آن مسافر (معلم) در مواجهه با سختی های مسیر، فکرش شکوفا و اندیشه اش تعالی می یابد. چنین ذهنیتی در نهایت به شکل گیری آگاهی در او می رسد و این تحول درونی، به تغییر در جهان پیرامون (دانش آموز و جامعه) می انجامد. وجود ابعاد گوناگون آگاهی در معلمان، به انتخاب مسیر صحیح (تربیت اصیل) توسط آنان و اتخاذ شیوه و روشی موجه در فرایند تعلیم و تربیت منتهی می شود. در این مرحله، معلم می داند در کلاس درس چه باید انجام دهد و چه وظایفی به او محول شده است.

منابع

۱. بلکمر، سوزان (۱۳۸۷). آگاهی. ترجمه رضایی. فرهنگ معاصر. تهران.
۲. پوراسماعیل، یاسر (۱۳۸۸). نظریه های مرتبه عالی تر درباره آگاهی. مجله ذهن. شماره ۳۸.
۳. چالمرز، دیوید (۱۳۸۹). رویارویی با مسئله آگاهی. ترجمه مرضیه لطفی. مجله نقد و نظر. سال ۱۵، شماره ۱.
۴. گوئک، جerald (۱۳۸۹). مکاتب فلسفی و آرای تربیتی. ترجمه محمدجعفر پاکسرشت. چاپ دهم. انتشارات سمت. تهران.

عکاس: انقظم لاریجانی



وقتی خجندی و خجند

چرا می خجند و خجند

فاطمه حکمت منش

که با اضطراب، ناتوانی در درک احساس دیگران و ترس از تغییر دست و پنجه نرم می کند. اما نگرانی اصلی ام پر خاش او نسبت به مبینا بود؛ دختری آرام و خجالتی از پایه اول، که او هم کم توان ذهنی بود. محمد مهدی گاهی وقتی مبینا کنار دستش می نشست، ناگهان فریاد می زد: «نیا نزدیک من! بوی مدادش فرق داره.» و وقتی مبینا را می دید که از ترس عقب می رفت، با تعجب می پرسید: «چرا گریه می کنی؟ من فقط گفتم نیا!» می دانستم این پر خاشگری از ناتوانی در درک هیجان ها و مرز شخصی دیگران ناشی می شود، نه از بدجنسی. و آنجا بود که مأموریت من به عنوان معلم آغاز شد: تبدیل ترس به درک، و پر خاش به ارتباط.

❁ مرحله اول: شکستن حصار تکرار

اولین گام، ساختن پلی میان او و جهان بیرون بود. صبح گفتم: «امروز بازی جدیدی داریم. مبینا هم باهامونه.» بی درنگ گفت: «نه، من بازی نمی کنم. بازی یعنی شلوغی.» و با انگشت اشاره اش مدام روی میز ضرب گرفت؛ رفتاری تکراری که همیشه هنگام

صبحی آرام بود؛ از همان صبح هایی که بوی گچ در هوا می پیچد و صدای خنده ها کلاس را پر می کند. اما در میان همه صداها، نگاه نگرانم همیشه روی یک نفر می ماند: محمد مهدی؛ پسری با چشمانی درخشان و ذهنی متفاوت؛ مبتلا به درخودماندگی (اتیسم) کم توان ذهنی. او دنیای خودش را داشت؛ دنیایی که در آن صداها بلندتر، نورها تیزتر و احساسات مبهم تر بودند. گاهی وسط درس، ناگهان گوش هایش را می گرفت و با چهره ای درهم می گفت: «خانم، این صداها توی سرم می پیچن.» وقتی کسی با او صحبت می کرد، نگاهش را به سمت زمین می دوخت. تماس چشمی برایش مثل نگاه به آفتاب بود؛ طاقت فرسا. هر روز قبل از نشستن، صندلی را سه بار جابه جا می کرد تا دقیق در جای همیشگی اش قرار گیرد. اگر کسی مدادش را از ردیف منظمش بیرون می کشید، اضطرابش فوران می کرد و زیر لب می گفت: «الان باید دوباره درستش کنم، تا درست نشه نمی تونم نفس بکشم.» در ظاهر شاید لجباز به نظر می رسید، اما من می دانستم که پشت این رفتارها کودکی قرار دارد



معلم به عنوان نزدیک‌ترین فرد به دانش‌آموز می‌تواند بسیاری از مسائل و مشکلات دانش‌آموزان را، قبل از تبدیل شدن آن‌ها به بیماری یا بحران، رفع کند

چهره‌خوانی و بازی‌های نقش، کم‌کم یاد گرفت احساسات را حدس بزند. روزی تصویر چهره‌های متفاوت را نشان دادم و پرسیدم: «کدام ناراحت‌ه؟» نگاه کرد، مکث کرد و بعد گفت: «این یکی، چون ابروهاش پایین اومده.» آن روز فهمیدم او در حال یادگیری درک هیجان است؛ چیزی که روزی برایش ناشناخته بود. بعد از مدتی خودش گفت: «خانم، وقتی مبینا می‌خنده، یعنی خوشحاله؟» و وقتی گفتم «آره»، با لبخند گفت: «پس منم باید بخندم.» و خندید؛ خنده‌ای که به جای فریاد نشست.

* مرحله پنجم: حمایت خانواده و تثبیت تغییر برای کامل شدن این مسیر

با مادر محمد مهدی و خانواده مبینا دیدار گذاشتم. در اولین دیدار، کنار هم نقاشی کشیدند. محمد مهدی بعدها گفت: «خانم، مبینا اومد خونه مون. من براش ماشین کشیدم، اونم گل. مامان گفت خیلی آروم شدی.»

آن روز فهمیدم که پرخاشگری نه فراموش، بلکه به ارتباط بدل شده است. چند ماه بعد، دفتر مشاهده‌های رفتاری‌ام پر از تغییر بود: رفتارهای پر خاشگرانه از ۲۰ مورد به حدود ۶ مورد کاهش یافتند، رفتارهای مثبت و اجتماعی از ۶ به ۱۷ مورد افزایش یافتند. با اندکی تأمل و مطالعه منابع و متون آموزشی طرح نظام مراقبت اجتماعی دانش‌آموزان (نماد) به این نتیجه رسیدم که معلم به عنوان نزدیک‌ترین فرد به دانش‌آموز می‌تواند از بسیاری مسائل و مشکلات دانش‌آموزان قبل از تبدیل شدن آن به بیماری یا بحران جلوگیری کند.

در جشن پایان سال، لوح «دانش‌آموز مهربان و کوشا» را گرفت. با صدایی آرام و لبخندی لرزان گفت: «خانم، من دیگه داد نمی‌زنم، ببین...» و آن لحظه تمام خستگی‌ام به غرور تبدیل شد.

* پیام تربیتی

محمد مهدی به من آموخت که تربیت «اصلاح رفتار» نیست، بلکه فهمیدن دنیای کودک متفاوت است. او نشان داد که در پشت هر رفتار به‌ظاهر ناهنجار، فریادی از اضطراب پنهان است که فقط با پذیرش خاموش می‌شود. کودک در خودمانده کم‌توان ذهنی به دلسوزی نیاز ندارد، بلکه به امنیت، ساختار و عشق بی‌قید و شرط نیاز دارد. و من آموختم که اگر به جای دستور، درک هدیه دهیم، حتی پرخاش هم روزی لبخند می‌شود. محمد مهدی حالا آرام، مسئول و مهربان است. و هر بار که صدای خنده‌اش را در حیاط می‌شنوم، با خود می‌گویم: «این صدای پیروزی عشق و تربیت است.»

اضطراب نشان می‌داد. به آرامی کنارش نشستم و گفتم: «این بازی صدا نداره، فقط چیدن مدادهاست؛ همون کاری که دوست داری.» او مکث کرد، چشمانش را به مدادها دوخت و بعد با دقت شروع به چیدن کرد. مبینا بی‌صدا کنار او نشست و بعد از چند دقیقه مداد قرمز را به سمتش گرفت. محمد مهدی لحظه‌ای مکث کرد، مداد را گرفت و برای اولین بار لبخند کوچکی زد. در دل گفتم: «اولین لبخند یعنی آغاز سفر.»

* مرحله دوم: از اضطراب تا مسئولیت

محمد مهدی عاشق تکرار بود؛ هر روز دقیقاً ساعت هشت باید دفترش را باز می‌کرد. اگر اتفاقی کوچک نظم روزش را به هم می‌زد، در خودش می‌پیچید و زیر لب شعرهای بی‌معنا زمزمه می‌کرد تا آرام شود. تصمیم گرفتم این انرژی تکراری را به نظم مثبت بدل کنم. از او خواستم مسئول وسایل کلاس شود. اول گفت: «اگه کسی جاشون رو عوض کنه، چی؟» گفتم: «اون وقت تو می‌تونی دوباره درستش کنی. فقط تو از پشش بر می‌یایی.» وقتی کارش را انجام داد، برق رضایت در نگاهش موج زد. چند روز بعد خودش گفت: «خانم، من می‌خوام مبینا رو تا کلاسش ببرم.» و من با لبخند گفتم: «چه بهتر! حالا تو محافظ دوستی.» از پنجره دیدم به آرامی کنار مبینا راه می‌رود. سرش را پایین انداخته است و زیر لب اعداد را می‌شمارد تا هیچانش کنترل شود. اما همان صحنه برایم بزرگ‌ترین گام بود: کنترل هیجان، جایگزین پر خاش.

* مرحله سوم: بازی درمانی و کنترل رفتار

حیاط مدرسه را به آزمایشگاه یادگیری تبدیل کردم. بازی‌های گروهی مثل «پرتاب حلقه» و «راه رفتن روی خط»، تمرین صبر و نوبت‌دهی بودند. در بازی اول، محمد مهدی هر بار قبل از نوبتش فریاد می‌زد: «حالا من! حالا من!» و اگر کسی جلو می‌افتاد، دستانش را روی گوش‌هایش می‌گذاشت و جیغ می‌زد. اما با هر تشویق و تماس آرام دست من بر شانه‌اش، اندک‌اندک یاد گرفت منتظر بماند. روزی دیدم وقتی مبینا نوبت گرفت، با چشمانی مضطرب گفت: «حالا نوبت مبیناست، بعد من! و آن لحظه، لبخند من و گریه بی‌صدای شوقم همراه هم شدند.

* مرحله چهارم:

رشد ارتباط اجتماعی

محمد مهدی هنوز گفته‌هایش کوتاه و مکانیکی بودند. اما با آموزش‌های



- منابع**
۱. سیف، علی اکبر (۱۳۹۸). روان‌شناسی پرورشی نوین (روان‌شناسی یادگیری و آموزش). دوران. تهران.
 ۲. شریفی درآمدی، پرویز (۱۳۹۶). روان‌شناسی و آموزش و پرورش کودکان استثنایی. رشد. تهران.
 ۳. لطف‌آبادی، حسین (۱۳۹۴). روان‌شناسی رشد (کاربرد آن در آموزش و پرورش). سمت. تهران.
 ۴. داورپناه، مریم و همکاران (۱۳۹۷). آموزش کودکان دارای اختلال طیف اتیسم. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی. تهران.
 ۵. قاسم‌زاده، سیده زهرا (۱۳۹۵). بازی درمانی؛ اصول و کاربردها در کودکان. رشد. تهران.

توضیح منابع

منابع معرفی شده به‌عنوان پستوانه نظری این تجربه انتخاب شده‌اند، زیرا مباحثی همچون آموزش دانش‌آموزان دارای نیازهای ویژه، اختلال طیف در خودماندگی، تقویت مثبت و اصلاح رفتار، آموزش مهارت‌های اجتماعی هیجانی و بازی درمانی را پوشش می‌دهند. شیوه‌های به‌کاررفته در این تجربه آموزشی از نظر مفهومی با اصول و رویکردهای مطرح‌شده در این منابع همسو هستند و نشان می‌دهند اقدامات انجام‌شده صرفاً بر تجربه فردی مبتنی نیستند، بلکه بر پایه مبانی علمی روان‌شناسی تربیتی و آموزش و پرورش استثنایی استوارند.



نقش بازی‌های بومی در آموزش جامع کودک ایرانی

تحرك، همكاری و هوشیاری تأکید دارند، برقراری رابطه صحیح با دیگران، رعایت قانون، رقابت سالم و سایر جنبه‌های مثبت بازی‌های محلی و بومی را می‌آموزد. لذا معلمان، به‌ویژه دبیران تربیت بدنی، باید به دنبال شناسایی بازی‌های محلی در محدوده جغرافیای انسانی مدرسه باشند تا بتوانند بر انگیزه رشد و توسعه ویژگی‌های فردی و اجتماعی در دانش‌آموزان بیفزایند.

بر اساس نظریه‌های پیازه و ویگوستکی، بازی اصلی‌ترین عامل رشد شناختی کودک است. همچنین، یکی از پاک‌ترین روش‌های فکری قابل‌دسترس برای خود خردسالان است که در قالب آن کودک با درک واقعیت‌ها و کنترل مهارت‌های شخصی به تعادل دست می‌یابد (شکوهی ۱۳۹۱).

مؤنثه‌سوری که پزشک و مربی تربیتی ای اهل ایتالیا

خاطر داشته باشد که «یک نگاه به هزار کلمه می‌ارزد»؛ البته به شرط اینکه آن نگاه هدفی در بر داشته باشد، زیرا برانگیختن حواس به‌طور خشک و خالی و تنها نگاه کردن به منظره‌ها یا شنیدن صداها و لمس کردن اشیاء، بدون هیچ‌گونه هدف معین، کمترین ارزش آموزشی و پرورشی‌ای نخواهد داشت. «خانم روزبهانی، دبیر تربیت بدنی مدرسه جوادالائمه منطقه ۵ تهران اعتقاد دارد: «توجه به مباحث کتاب‌های درسی و از طرف دیگر توسعه زندگی آپارتمانی و کاهش فعالیت‌های بدنی و نیز بازی‌های محلی، به دلیل جذابیت و سادگی و همچنین پرجنب‌وجوش بودنشان، می‌توانند دانش‌آموزان را برای یادگیری بهتر مطالب در کلاس‌های درس آماده کنند. بازی‌های محلی در فرهنگ سرزمین ریشه دارند و ارتباطی بسیار محکم با سطح‌های مفاهیم ارزشی مشترک در اقوام گوناگون ایرانی برقرار می‌کنند. بازی‌های بومی محلی مروج تقویت ارکان انسجام خانواده‌ها و قوم‌های گوناگون هستند. این بازی‌ها با نهایت آزادی، درمان و آموزش، مجموعه جالب‌توجهی از فعالیت‌ها را در خود جای داده‌اند. هر یک از بازی‌های محلی، با توجه به نوع الگوی اجرا و پیچیدگی مهارتی آن، کمک شایانی به افزایش آمادگی جسمانی، حرکتی و مهارتی در سنین پایه، برای ورود به عرصه ورزش قهرمانی نیز خواهد بود (محمودی، ۱۳۹۵).

قانون‌پذیری، مسئولیت‌پذیری، تمرین هم‌افزایی و کار گروهی، احترام به حقوق دیگران، مدیریت رفتار و نیل به برتری در قالب این بازی‌ها گنجانده شده‌اند. به‌طور مثال، بازی سنتی و قدیمی «قلعه» که به آن اشاره‌ای کوتاه می‌شود، بسیار پرتحرک است و ارتباط بین فردی را در دانش‌آموزان تقویت می‌کند.

در این بازی، دو تیم جایی را به عنوان قلعه خود انتخاب می‌کنند. یک گروه «گرگ» می‌شود و دنبال گروهی دیگر به نام «بره» می‌دود. اگر دست گرگ‌ها به بره خورد، بره باید به قلعه گرگ‌ها برود و برای آزادسازی بره زندانی، بره‌های دیگر باید از دست گرگ‌ها فرار کنند و دست خود را به بره زندانی بزنند و بگویند «آزاد». آنگاه بره آزاد می‌شود. بازی تا جایی ادامه دارد که تمام بره‌ها گرفته شوند.

پیشینه این بازی به بازی «غولان فتح»، برگرفته از نبردهای تن‌به‌تن، می‌رسد. تصویرهای آن نیز بر کتیبه‌ها و سفال‌های دوره ساسانی مشاهده می‌شود. «قلعه‌بازی» تحرك و جنب‌وجوش فراوانی دارد که بر حس همكاری، دوستی و تخلیه انرژی منفی دانش‌آموزان می‌افزاید.

دانش‌آموز از طریق این نوع بازی‌های محلی که بر

بازی یکی از راه‌های پرورش دانش‌آموزان از لحاظ روانی، عاطفی و جسمی است. بازی‌های محلی و بومی از مهم‌ترین ابزارهای تربیتی و پرورشی‌اند، به‌ویژه در زمینه تأمین بهداشت روانی دانش‌آموزان. بازی کودکان را باید جدی‌ترین کار آنان قلمداد کرد. بازی تلاش و فعالیت لذت‌بخش، خوشایند و مفرح است که برای رشد همه‌جانبه کودک ضروری است. کودکان خردسال نمی‌توانند افکار و عقاید خود را با کلام به راحتی بیان کنند، بنابراین معمولاً از طریق بازی خود را ابراز می‌کنند (قزوینی‌نژاد، ۱۳۸۵).

ایران به واسطه تاریخ کهن و اصیل خویش در ظهور و پیدایش بازی‌های ریشه‌دار بومی در جهان نقش بسزایی دارد. این بازی‌ها که از سرچشمه فرهنگی این مرزوبوم سیراب شده‌اند، با لایه‌های بومی و قومی این کشور ارتباطی درهم تنیده دارند. تنوع اقلیمی و زیستی بی‌نظیر ایران در بستر تاریخ، فضای مناسبی را برای ظهور انواع بازی‌های گوناگون فراهم آورده است؛ مثل بازی‌های مربوط به مراسم عروسی، مراسم کشاورزی، برداشت محصول، عیدها، تغییر فصل‌ها، بارش باران، دروکردن و خشک‌سالی. نکته حائز اهمیت در این میان، پیوند جسم خاکی با روح افلاکی در تکوین بازی‌های ایرانی است که خود موقعیتی ممتاز را در مقایسه با بازی‌ها و تفریح سایر کشورها به وجود آورده است (رضوانفر، ۱۳۸۹).

این بازی‌ها نمادهایی از آداب و فرهنگ اجتماعی هر سرزمین هستند که در استعدادیابی و پرورش جسمانی دانش‌آموزان نقش بسزایی دارند. بازی در نحوه تربیت دانش‌آموزان آن چنان مهم و تأثیرگذار است که به جزئی جدایی‌ناپذیر از زندگی آن‌ها بدل شده است. بازی‌ها می‌توانند در کودکان تأثیرات عمیق تربیتی، فرهنگی و علمی ایجاد کنند و آن‌ها را برای رویارویی با چالش‌های زندگی آماده کنند. ضرورت توسعه مهارت‌های اجتماعی، تقویت مهارت‌های تفکر، مدیریت خشم و فشار روانی و توسعه فرایند یادگیری از نتایج بازی‌ها و فعالیت‌های جمعی دانش‌آموزان هستند که آن‌ها را در بطن زندگی قرار می‌دهند.

فرویل، مربی بزرگ آلمانی، در خطاب به معلمان می‌گوید: «بیا بید با کودکان خود زندگی کنیم. دانش‌آموزان به آموزشگاه نمی‌آیند که فقط برای زندگی آماده شوند، بلکه بالفعل باید در آن زندگی کنند...» و «بگذارید کودک به عمل و تجربه خود یاد بگیرد.» منظور از تمام آن‌ها این است که دانش‌آموز در عمل در تعلیم خود به وسیله خود شرکت کند و شخصیت او اثر آشکاری در درس داشته باشد. معلم همواره باید این ضرب‌المثل چینی را به

مونس بازوکی
دانشجوی دکترین مدیریت آموزشی

ریشه

در

سرزمین

با در نظر داشتن حیطه‌های حسی-عصبی، حرکتی، بینایی و شنوایی می‌توان فعالیت‌های بازی محور آموزشی و درمانی مناسبی را طراحی و اجرا کرد. هر یک از بازی‌های بومی محلی شامل یک یا چند مهارت حرکتی است که می‌تواند زمینه‌ساز شکل‌گیری مهارت‌های پایه در رشته‌های گوناگون ورزشی در بعد قهرمانی قلمداد شود.

این بازی‌ها فایده‌های بسیاری دارند که به برخی از آن‌ها اشاره می‌شود:

/ بازی‌های محلی نسبت به بازی‌های رایانه‌ای و بی‌تحرك امروزی از تحرك، شور و نشاط بیشتری برخوردارند.

/ بازی‌های محلی هیجان مثبت دارند.

/ بسیاری از مهارت‌های اجتماعی و فردی از طریق بازی‌های محلی آموخته می‌شوند؛ مثل گوش دادن، همکاری کردن و مشاهده کردن...

/ به دلیل تحرك بیشتر بازی‌های محلی، اعضای بیشتری از بدن درگیر می‌شوند که این بازی‌ها هماهنگی اعضای بدن را نیز در پی دارند.

/ در بازی‌های محلی نقش‌های اجتماعی بیشتری وجود دارد و دانش آموز با ایفای این نقش‌ها می‌تواند شناخت بیشتری از خود پیدا کند.

/ در بازی‌های محلی فرهنگ‌های گوناگون به هم نزدیک می‌شوند و دانش آموزان یاد می‌گیرند به سایر اقوام و گروه‌ها احترام بگذارند.

بازی‌های محلی یکی از فرصت‌ها و موقعیت‌های جذاب هستند که با کمترین هزینه مالی می‌توانند اثرات گسترده و سازنده‌ای بر دانش آموزان و مدرسه داشته باشند. لذا مدیران مدرسه‌ها و معلمان و دبیران و کارشناسان آموزشی می‌توانند با برنامه‌ریزی و برگزاری جشنواره‌ها

و مسابقه‌های درون مدرسه‌ای زمینه رشد، نشاط و شادابی در مدرسه را فراهم کنند.

منابع

۱. شکوهی، فرهنگ (۱۳۹۱). بازی‌ها و سرگرمی‌های مردم سمنان. انتشارات جبل رود.
۲. محمودی، آمنه (۱۳۹۵). بررسی نقش بازی‌های بومی و محلی در آموزش تربیت بدنی مدارس. دانشگاه بین‌المللی چابهار.
۳. رضوانفر، مرتضی (۱۳۸۹). بازی‌های بومی و محلی ایران. آبادبوم، تهران.
۴. قزوینی‌نژاد، حمیرا (۱۳۸۵). کلیات بازی‌درمانی. آییژ، تهران.
۵. احمدوند، محمدعلی (۱۳۹۷). روان‌شناسی بازی. دانشگاه پیام نور، تهران.

اگر بازی با زبان گروهی و فرهنگ، ارزش‌ها و باورهای افراد همراه باشد، بازی جذاب و لذت‌بخش مطرح می‌شود. میزان پذیرش برای کودکان هم بالا می‌رود. از طرف دیگر، بازی‌های محلی و بومی سرمایه فرهنگی و میراث معنوی ایران محسوب می‌شوند، باید در مدرسه مورد توجه قرار گیرند و جای خالی آن‌ها از طریق برنامه درسی نیمه تجویزی تربیت بدنی در دوره‌های تحصیلی یا برنامه درسی ویژه مدرسه بوم پر شود. تعمق در بازی‌های بومی محلی و بررسی آن‌ها از منظر حسی حرکتی و شناختی در هر فعالیت، ظرفیت‌های بالای حسی حرکتی نهفته در آن‌ها را آشکار می‌کند و ایده‌های فراوانی را برای طراحی و اجرای برنامه‌های آموزشی و ورزشی برخاسته از بازی‌های بومی در ذهن متبلور می‌کند.

بود، بازی را مدرسه بزرگی می‌داند که کودک در آن پرورش می‌یابد و نیروی بدنی، ذهنی و اجتماعی او رشد می‌کند و او را از هر جهت برای زندگی کردن آماده می‌کند (احمدوند، ۱۳۹۷).

ژان پیازه که در این زمینه نقشی ارزنده و تعیین کننده ایفا کرده است و از مهم ترین و معروف ترین روان شناسان محسوب می شود، به کار طبقه بندی بازی های کودکان دست زده است. او معتقد است، پیشرفت و بازی کودکان در مسیر رشد تکامل خود به شکل «بازی های تمرینی، بازی های نمادین و بازی های با قاعده نمایان می شود.

بازی های با قاعده در سنین چهار تا هفت سالگی ادامه می یابند و در ۱۱ سالگی به مرحله نهایی رشد خود می رسند (همان منبع).

از تمرین معلمی در کودکی و به خط کردن بچه‌های فرضی در حیاط خانه و رعایت فاصله نشستن آن‌ها در هنگام برگزاری امتحان، تصحیح ورقه‌های کتاب‌های درسی سال گذشته به عنوان برگه‌های امتحان، خریدن گچ‌های زرد و سفید و صورتی و آبی از مغازه سر کوچه، نوشتن روی در چوبی کهنه انباری گوشه حیاط که آن روزها در حکم بهترین تخته سیاه دنیای کوچک کودکان من بود، با صدای بلند املا گفتن و تکرار چندباره کلمه‌های سخت روی پشت‌بام خانه و قدم زدن و شعر خواندن با لذت در کلاس درسی که جغرافیایش اتاق کوچک من بود و جهان کودکانه‌ام، تا معلمی در کلاسی درس واقعی در مدرسه‌ای واقعی!

همه این اتفاقات در زندگی آدم چیزی می‌شود شبیه دنبال کردن قدم به قدم یک رؤیای شیرین بلند کودکانه و در نهایت رسیدن به آن و درک لذتی وصف‌ناشدنی! و شاید در گذار از روزهای سخت این روزگار، چیزی باشد شبیه یک معجزه!

«معلم» در جهان کودکان من خلاصه‌ای بود از یک شخصیت گِیرا (کاریماتیک)، بی‌عیب و نقص و مبرا از هرگونه خطای انسانی، چیزی شبیه یک پیامبر خوش‌سیمای خندان خوش‌سخن! معلم در ذهن کودکان من از خوبی‌ها لبریز بود. معلمی که خوب حرف می‌زند، خوب می‌خواند، خوب می‌شنود، خوب فکر می‌کند، خوب راه می‌رود، حتی خوب می‌خندد و خلاصه همه چیزش خوب است. همه این خوب‌ها در ذهن کودکان من برای نقش معلم تعریف شده بود و هر روز بیشتر از قبل در من امیدی جان می‌گرفت برای «معلم شدن» و برای خوب بودن.

راه پیش رو طولانی بود و سخت، اما امید و انگیزه رسیدن به این حجم از بزرگی، خوبی و منزلت و وصف‌ناشدنی و آنچه را از کودکی تاکنون در ذهن من نقش بسته است، هر روز بر من هموار و هموارتر می‌کرد. یادم می‌آید، هر چقدر که بزرگ‌تر می‌شدم، بیشتر ادای معلم‌ها را در می‌آورد؛ هر روز کتاب‌های جدیدی می‌خریدم و از این اینکه قفسه کتابخانه‌ام را پرتر کنم، احساس غرور می‌کردم. جدول سرگرمی طراحی می‌کردم و برای مجله‌های گوناگون می‌فرستادم و چقدر ذوق داشت دیدن چاپ‌شده جدول‌های کار دست خودم در مجله‌ها. غالباً روزها در صف صبحگاه مدرسه رسماً سخنرانی می‌کردم؛ آن‌هم با موضوع‌های قلنبه‌سلبه و از قبل تعیین شده، در مصاحبه‌های رادیویی شرکت می‌کردم. چیزهایی می‌نوشتم که آن روزها فکر می‌کردم نامشان شعر است. بعدها که بزرگ‌تر شدم و از دنیای شعر و شاعری بیشتر خواندم، فهمیدم که شعر نبوده و بیشتر به همان معلم‌بازی‌ها و ادا و اطوارهای بچگی مربوط می‌شده است، حالا بگذریم که گاهی از دستم در می‌رفت و بعضی‌هایشان چیزی می‌شد شبیه شعر. مثلاً یادم می‌آید یک بار شعر طنزی در مایه‌های اجتماعی برای «مجله جوانان امروز» فرستادم و از اتفاق چاپ هم شد و بهمانند که آن اتفاق خوب برای من در شانزده سالگی چه انگیزه‌ای برای ادامه دادن همین مسیر ایجاد کرد!

بگذریم از همه این حرف‌ها که همه‌شان صدا البته تلاش‌های خوش‌فرجامی بودند برای رسیدن من به معلم شدن! و من در یک گذر شیرین و لذت‌بخش از سال‌های زندگی‌ام، بالاخره با لذتی تمام‌ناشدنی «معلم ادبیات»

شدم. گفتم تمام‌نشدمی، برای اینکه هنوز بعد از گذشت ۲۸ سال از روزهای کاری‌ام، معلم بودن برایم چیزی است غرورانگیز، شگفت‌آور و پر راز و رمز! اما هنوز که هنوز است، چیزی که همچنان از این همه احساس خوب می‌کاهد، فاصله زیاد من برای رسیدن به همه «خوب»هایی بود که «معلم بودن» در جهان کودکان من تصویر کرده بود.

وقتی برای تبدیل شدن به آن بهترین، راه سخت بود و ناممکن، من به دنبال پیدا کردن راه ممکن رفتم. من رفتم و خوب‌ها را نه در خودم، که در «کلاس درس ادبیاتم» پیدا کردم. کلاس‌های درس ادبیات برای من بخش مهمی از زندگی‌ام بودند. روزهای خوش جوانی من در کلاس‌های ادبیات هر روز رنگ تازه‌تری به خود می‌گرفت و روشن‌تر می‌شد. لحظه‌هایی که در کلاس ادبیات با دختران پرشور و احساس‌گرم گذشت، دقایق نابی بود از زندگی من که در پس ذهن من خوش‌نشسته است و در آسمان زندگی من تا همیشه خواهد درخشید.

تدریس ادبیات برای من بدون تعارف زندگی‌بخش بود و ورود به دنیای

سهیلا غلامی نژاد
دکترای زبان و ادبیات فارسی

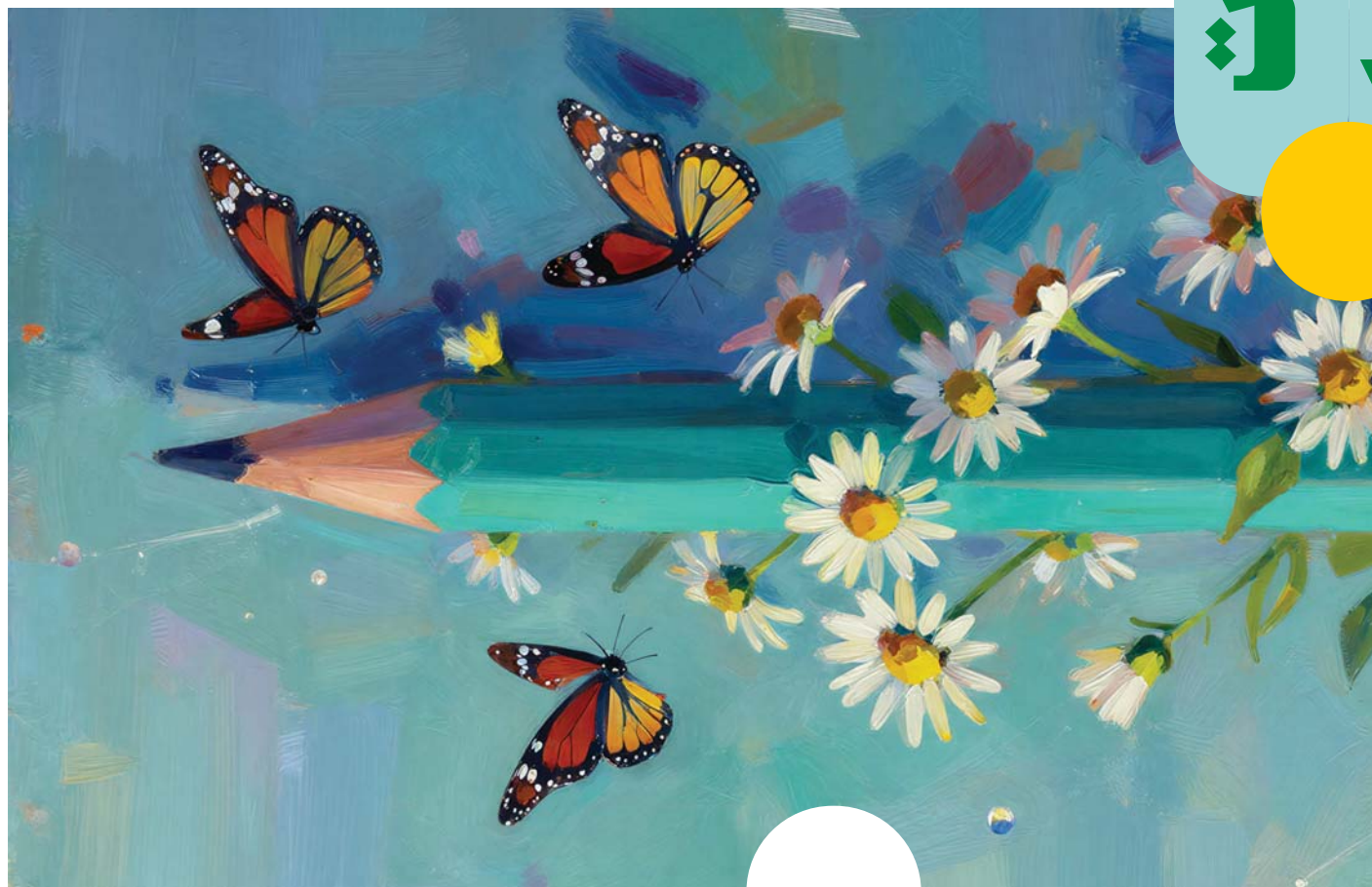
خلاصه زندگی

شعرهای دریایی و بیکرانه فردوسی و مولوی و سعدی و حافظ و ... در کلاس درس، با حضور دخترانی که عاشقانه و مادرانه دوستشان داشتم، ترکیبی می شد از عشق، زیبایی و زندگی! و من در میان این همه خوش اقبالی غرق بودم و سر از پا نمی شناختم. گاهی در کلاس درس انگار جا نمی شدم! همان روزهایی که در خیالم نی جدا شده از نیستان عالم معنای مولانای جان بودم و در پای تخته سیاه کلاس گویی قدمی در آسمان علیین داشتم و قدمی در زمین، آن چنان نالان و غم بار سر می دادم: «از نیستان تا مرا بریده اند/ از نفیرم مرد و زن نالیده اند/ سینه خواهم شرحه شرحه از فراق/ تا بگویم شرح درد اشتیاق» که به یک باره غم تمام عالم را در وجودم حس می کردم، یا وقتی سطری می خواندم، از «ذکر حسین بن منصور حلاج در تذکره الاولیای عطار» و وصف عشق از زبان او هنگام بر دار کردنش؛ که از او پرسیدند عشق چیست: گفت امروز بینی و فردا و پس فردا. پس آن روزش بر دار کردند، دیگر روزش بکشند و روز سوم خاکسترش بر باد دادند! و یا رسیدن به شرح عشق آتش و پروانه در

«تمهیدات عین القضاة»: آنجا که می گوید: «ای عزیز! پروانه، قوت از عشق آتش خورد، بی آتش قرار ندارد و در آتش وجود ندارد تا آنگاه که آتش عشق او را چنان گرداند که همه جهان، آتش بیند. چون به آتش رسد، خود را بر میان زند. خود نداند فرقی کردن میان آتش و غیر آتش، زیرا که عشق همه خود آتش است.» و این آتش عشق به معلمی بود که در دل و جانم فروزان تر از پیش می شد.

آری همه این روزها و لحظه ها در کلاس درس، گویی سهم خودم را از دنیا گرفته بودم و دیگر همه آنچه داشتم برایم کافی بود! کلاس درس ادبیات معجزه ای بود برای پیدا کردن «خوبی» ها. ترکیب دل چسبی شده بود از دخترکان پراحساس، مشتاق و دل خواه کلاس و ادبیات و ادبیات و ادبیات، که باید هر روز با خواندن یا شنیدن شعری، سرودی، سوگی، سخنی یا ترانه ای، لحظه هایش را لاجرعه سر بکشم. این همه قول و غزل و این همه شگفتی و تابناکی در لابه لای کلمه های گفته و شنیده شده در کلاس درس، به کلاس من هر روز طعمی می داد به طعم زندگی!

... و حالا که سال های سال از آن روزها می گذرد، وقتی به پشت سرم نگاه می کنم، تنها یک تصویر زیبا می بینم که بر صفحه عمر کاری من نقش بسته است و آن عکس کلاس درس ادبیات است با دخترانی سرشار از شوق و شکوفایی و معلمی که هر روز عاشقانه کلاس درسش را به آغوش می کشد! ❀



چرا تغذیه معلمان اهمیت علمی دارد؟

از منظر علم تغذیه، عملکرد شناختی به سه عامل کلیدی وابسته است:

- / تعادل قند خون
- / آبداری (هیدراتاسیون) مناسب
- / تأمین کافی ریز مغذی‌ها

نوسان شدید قند خون ممکن است باعث افت تمرکز و تحریک‌پذیری شود. کم‌آبی حتی در حد خفیف، بر حافظه کوتاه‌مدت و توجه اثر می‌گذارد. کمبود برخی ویتامین‌ها و مواد معدنی نیز با خستگی ذهنی و کاهش کارایی مرتبط است. بنابراین، تغذیه سالم به‌طور مستقیم با کیفیت تدریس ارتباط دارد.

شغل معلمی تنها انتقال اطلاعات نیست؛ فعالیتی است ذهنی، عاطفی و جسمی. معلم باید هم‌زمان آموزش دهد، گوش کند، مدیریت کند، تصمیم بگیرد و الهام‌بخش باشد. چنین نقشی نیازمند سوخت بدنی پایدار است؛ سوختی که تنها تأمین آن ریشه در سبک زندگی و به‌ویژه تغذیه روزانه دارد. بسیاری از معلمان به دلیل کمبود وقت، فشار کاری و مسئولیت‌های خانوادگی، وعده‌های غذایی خود را نامنظم مصرف می‌کنند، میان‌وعده را حذف می‌کنند یا به خوراکی‌های سریع و پرفرند پناه می‌برند. این الگوها در کوتاه‌مدت شاید بی‌اهمیت به نظر برسند، اما در بلندمدت ممکن است باعث خستگی مزمن، کاهش تمرکز و حتی فرسودگی شغلی شوند. از سوی دیگر، معلم الگوست. دانش‌آموزان رفتارهای او را می‌بینند و از او تصویر می‌سازند. وقتی معلم به سلامت خود اهمیت می‌دهد، پیامی غیرمستقیم اما قدرتمند منتقل می‌کند: «مراقبت از خود، بخشی از مسئولیت‌پذیری حرفه‌ای هر شخصی با هر جایگاهی است.» در واقع، کلاس سالم از معلم سالم آغاز می‌شود.

معلم سالم، کلاس



شیمای مظفری
کارشناس ارشد علوم تغذیه
و رژیم‌درمانی

چرا سلامت تغذیه‌ای معلمان سرمایه پنهان نظام آموزشی است؟

الم



* ریز مغذی‌ها: قهرمانان پنهان انرژی ذهنی

اگرچه درشت مغذی‌ها (کربوهیدرات، پروتئین و چربی) انرژی بدن را تأمین می‌کنند، اما بدون ریز مغذی‌ها این انرژی قابل استفاده نخواهد بود. ویتامین‌ها و مواد معدنی نقش فعال در سوخت‌وساز (متابولیسم) انرژی و عملکرد مغز دارند.

/ آهن

کمبود آهن یکی از شایع‌ترین کمبودهای تغذیه‌ای است، به‌ویژه در خانم‌ها. آهن برای انتقال اکسیژن به مغز ضروری است. کمبود آن می‌تواند باعث خستگی، کاهش تمرکز و احساس ضعف شود. / منابع مناسب: عدس، لوبیا، گوشت قرمز، سبزی‌های برگ سبز تیره. مصرف هم‌زمان ویتامین C جذب آهن گیاهی را افزایش می‌دهد.

/ ویتامین‌های گروه B

این گروه ویتامینی در تولید انرژی یاخته‌ای و عملکرد دستگاه عصبی نقش اساسی دارد. کمبود آن‌ها می‌تواند با خستگی ذهنی و کاهش تمرکز همراه باشد. / منابع: غلات کامل، حبوبات، تخم‌مرغ، لبنیات.

/ ویتامین D و کلسیم

برای سلامت استخوان‌ها و پیشگیری از دردهای استخوانگاهی-عضلانی اهمیت دارند؛ موضوعی مهم برای معلمانانی که ساعت‌های طولانی سرپا هستند. / منابع کلسیم: شیر و لبنیات (ماست، دوغ، پنیر)، کنجد و ارده، بادام، سبزی‌های برگ سبز تیره مانند کلم‌برگ و برگ چغندر، حبوبات از بهترین منابع کلسیم هستند. همچنین قرارگرفتن منظم و ایمن در معرض نور خورشید، مصرف ماهی‌های چرب مانند سالمون، زرده تخم‌مرغ و لبنیات غنی شده، از جمله روش‌های تأمین ویتامین دی مورد نیاز هستند.

/ منیزیم و روی

منیزیم در تنظیم فشار عصبی و عملکرد عصبی نقش دارد و در تقویت دستگاه ایمنی و ترمیم بافت‌ها مؤثر است. / منابع منیزیم: مغزها (بادام، گردو)، دانه‌ها (تخمه کدو، کنجد)، حبوبات، غلات کامل، سبزی‌های برگ سبز. / منابع روی: گوشت قرمز، مرغ، حبوبات، مغزها، دانه‌ها و غلات کامل.

* صبحانه و میان‌وعده:

ابزار مدیریت انرژی در طول تدریس

صبحانه متعادل شامل کربوهیدرات پیچیده و پروتئین و کمی چربی مفید، باعث آزادسازی تدریجی انرژی می‌شود. ترکیب نان سبوس‌دار با پنیر و گردو، یا تخم‌مرغ و سبزی‌ها نمونه‌های ساده و در دسترس هستند.

میان‌وعده هوشمندانه از افت ناگهانی قند خون جلوگیری می‌کند. مغزها، میوه تازه، و ماست یا ساندویچ کوچک خانگی انتخاب‌های مناسب‌تری نسبت به شیرینی و بیسکویت‌های پرقند هستند.

/ چند نمونه صبحانه

با ۳۰۰ تا ۴۰۰ کیلوکالری

/ نان سنگک (۲ کف دست) + پنیر (۳۰ گرم) + گردو (۲ عدد) + سبزی خوردن (۱ بشقاب) انرژی: ۳۵۰~ کیلوکالری

پروتئین: ۱۴ گرم

کربوهیدرات: ۴۰ گرم

چربی: ۱۵ گرم

ریز مغذی برجسته: کلسیم، روی، ویتامین‌های گروه B مناسب برای انرژی پایدار صبح پایه‌های اول / عدسی (۱ کاسه کوچک) + نان سبوس‌دار (۲ کف دست)

انرژی: ۳۳۰~ کیلوکالری

پروتئین: ۱۶ گرم

کربوهیدرات: ۵۰ گرم

چربی: ۵ گرم

ریز مغذی برجسته: آهن، منیزیم، فولات کمک به پیشگیری از خستگی به‌ویژه در معلمان خانم. / تخم‌مرغ (۱ عدد کامل + ۱ سفیده) + نان سبوس‌دار انرژی: ۳۰۰~ کیلوکالری

پروتئین: ۱۸ گرم

کربوهیدرات: ۳۰ گرم

چربی: ۱۲ گرم

ریز مغذی برجسته: ویتامین D، کولین، آهن

مناسب برای تمرکز ذهنی و سیری طولانی‌تر.

/ حلیم گندم خانگی کم‌چرب (۱ کاسه متوسط)

انرژی: ۳۸۰~ کیلوکالری

پروتئین: ۱۷ گرم

کربوهیدرات: ۵۵ گرم

چربی: ۱۰ گرم

ریز مغذی برجسته: آهن، روی، ویتامین B۶

مناسب روزهای سرد و تدریس طولانی.



/ چند نمونه میان وعده
 با ۱۰۰ تا ۲۰۰ کیلوکالری
/ سبب متوسط (۱ عدد) + بادام (۱۰ عدد)
 انرژی: ~۱۷۰ کیلوکالری
 پروتئین: ۴ گرم
 کربوهیدرات: ۲۰ گرم
 چربی: ۹ گرم
 موارد برجسته: فیبر، ویتامین E، منیزیم
 کمک به کنترل اشتها در وعده بعدی.
/ ماست کم چرب (۱ لیوان)
 انرژی: ~۱۰۰ کیلوکالری
 پروتئین: ۸ گرم
 کربوهیدرات: ۱۲ گرم
 چربی: ۳ گرم
 موارد برجسته: کلسیم، زیست یار (پروبیوتیک)
 مناسب زنگ تفریح دوم.
/ لیوان شیر کم چرب (۱ لیوان)
 انرژی: ~۱۲۰ کالری
 پروتئین: ۸ گرم
 کربوهیدرات: ۱۲ گرم
 چربی: ۳ گرم
 موارد برجسته: کلسیم، ویتامین B۲
 گزینه ساده و در دسترس در مدرسه.
/ پرتقال متوسط (۱ عدد) + پسته (۱۰ عدد)
 انرژی: ~۱۶۰ کیلوکالری
 پروتئین: ۵ گرم
 کربوهیدرات: ۱۸ گرم
 چربی: ۸ گرم
 موارد برجسته: ویتامین C، روی
 کمک به جذب بهتر آهن وعده اصلی.

* اقدامات ساده اما مؤثر برای معلمان پر مشغله

تغییر سبک زندگی نیازمند برنامه پیچیده‌ای نیست. اقدامات کوچک اما مستمر می‌توانند اثرگذار باشند؛ مواردی نظیر:

/ آماده‌سازی از شب قبل: قرار دادن میوه شسته‌شده یا بسته‌های کوچک مغز در کیف، احتمال انتخاب سالم را افزایش می‌دهد.
/ قانون بطری آب روی میز: دیدن بطری آب، یادآور نوشیدن منظم است.
/ ترکیب هوشمند در دفتر مدرسه: به جای نگهداری شیرینی و شکلات، مغزها یا بیسکویت سبوس‌دار در دسترس باشد.
/ حذف نکردن وعده‌ها: حتی خوردن یک ساندویچ کوچک خانگی بهتر از حذف کامل ناهار است.

/ خوردن آگاهانه: چند دقیقه فاصله گرفتن از تلفن همراه هنگام غذاخوردن، به بهبود هضم و رضایت کمک می‌کند.

/ تنوع هفتگی: برنامه‌ریزی ساده برای تنوع منابع پروتئین و سبزی در طول هفته.

/ توجه به آزمایش‌های دوره‌ای: بررسی سطح آهن و ویتامین D می‌تواند از خستگی‌های بی‌دلیل پیشگیری کند. این اقدامات نه تنها سلامت جسم را بهبود می‌دهد، بلکه پیام‌الگوی مثبت را نیز به دانش‌آموزان منتقل می‌کند.

* جمع‌بندی

سلامت معلم موضوعی فردی و جدا از مأموریت آموزشی نیست؛ بخشی از همان رسالت حرفه‌ای است. معلمی که با انرژی پایدار، تمرکز کافی و حال جسمی مناسب وارد کلاس می‌شود، فضای یادگیری را نیز پویاتر و اثربخش‌تر می‌کند. این آمادگی، تنها با تجربه و مهارت آموزشی شکل نمی‌گیرد، بلکه به سوخت‌رسانی صحیح بدن و مغز وابسته است. توجه به دریافت کافی ریز مغذی‌ها، انتخاب هوشمندانه وعده‌ها و ایجاد عادت‌های ساده اما منظم، می‌تواند از خستگی‌های مزمن، افت تمرکز و فرسودگی شغلی پیشگیری کند. این تغییرات قرار نیست پیچیده یا زمان‌بر باشند؛ بلکه تصمیم‌های کوچک روزانه‌اند که در بلندمدت اثر بزرگ می‌گذارند. در نهایت، هر معلم با مراقبت از سلامت خود، پیامی عمیق‌تر از هر درس منتقل می‌کند: خودمراقبتی بخشی از مسئولیت‌پذیری و بلوغ حرفه‌ای است. کلاس سالم از انتخاب‌های سالم معلم آغاز می‌شود. 🌱

منابع

۱. مرجع کامل تغذیه و رژیم درمانی کراوس، نویسنده: جانیس ال رایموند
۲. تغذیه در فعالیت ورزشی و تندرستی، نویسنده: دکتر فرشته شهیدی
۳. تغذیه ۳۰ ثانیه‌ای، نویسنده: جولی لاوگرو، مترجم: دکتر محمد مهدی رفیعی

جنگ

امن روانی

محمد نیرو
دکترای برنامه‌ریزی درسی



در شرایط بحران
«روایت‌نگاری»
و رسالت
نقش معلمان
تأملی بر

* روزهایی که تقویم‌ها متوقف شدند.

اما آموزش ادامه یافت

همه چیز از آن روز تلخ، یعنی ۹ اسفند ۱۴۰۴ آغاز شد. روزی که صدای انفجارها، جای زنگ‌های تفریح را گرفت و بوی باروت بانسیم روزهای پایانی زمستان در آمیخت. در چشم‌برهم‌زدنی، معادلات کلاس‌های درس ما دگرگون شدند؛ اینترنت‌ها قطع و وصل می‌شد و اضطراب در چهره دانش‌آموزان موج می‌زد. ناگهان، ما معلمان در خط مقدم جبهه‌ای قرار گرفتیم که سلاحمان در آن، نه گلوله، بلکه «کلمه»، «امید» و «آرامش» بود.

در تقاطع شگفت‌انگیز ماه مبارک رمضان و نوروزی که زیر سایه جنگ آغاز شد، ما فهمیدیم که آموزش دیگر تنها انتقال مفاهیم کتاب درسی نیست. در این روزهای پراشتهاپ، رسالت ما تغییر کرد و هر معلم به یک «لنگرگاه امن روانی» برای شاگردانش تبدیل شد. اما در میان این طوفان حوادث، چه کسی راوی دردهای پنهان، مقاومت‌های خاموش و فداکاری‌های معلمان است؟ این مقاله دعوتی است از شما معلمان عزیز، برای ورود به دنیای شگفت‌انگیز «روایت‌نگاری تأملی»؛ ابزاری که نه تنها التیام‌بخش است، بلکه تجربه‌های زیسته ما را به دانشی گران‌بها برای آیندگان بدل می‌کند.

* بخش اول: معلم به مثابه لنگرگاهی

امن: چرخش به سوی پداگوژی مراقبت

وقتی بحران همه‌گیر می‌شود، ذهن و روان کودکان و نوجوانان بیش از هر گروه دیگری آسیب‌پذیر است. در شرایطی که خانواده‌ها درگیر اخبار جنگ، دلهره‌های امنیتی و فشارهای اقتصادی هستند، کلاس درس (چه مجازی و چه حضوری) تنها پناهگاه امنی است که ساختار و نظم زندگی عادی را یادآوری می‌کند. اینجا نقطه‌ای است که ما از «پداگوژی سنتی» به «پداگوژی مراقبت»^۱ و «پداگوژی ضربه‌های روانی (تروما)»^۲ گذر می‌کنیم. وقتی در میانه تدریس ریاضی در بستر مجازی، چرخ‌آوا (آژیر) به صدا در می‌آید، معلمی که با صدایی لرزان اما استوار به دانش‌آموزانش می‌گوید: «نترسید بچه‌ها، من اینجا هستم، نفس عمیق بکشید»، در حال انجام بزرگ‌ترین کنش آموزشی تاریخ حیات حرفه‌ای خود است. این‌ها لحظه نیستند، این‌ها متن‌های نانوشته‌ای از علم تربیت هستند که اگر ثبت نشوند، برای همیشه در غبار تاریخ گم خواهند شد.



* بخش دوم: چرا باید بنویسیم؟ روایت‌نگاری به مثابه مقاومت و معنا سازی

ممکن است پرسید: «در این حجم از خستگی و اضطراب، نوشتن چه دردی را دوا می‌کند؟» پاسخ به این سؤال را می‌توان در نظریهٔ «معنادرمانی»^۴ ویکتور فرانکل، روان‌شناس بزرگ بازمانده از اردوگاه‌های کار اجباری، یافت. فرانکل معتقد است: انسان زمانی از پا درمی‌آید که رنجش بی‌معنا باشد. نوشتن تجربه‌هایمان در این روزهای سخت، دقیقاً همان ابزاری است که به رنج‌های ما «معنا» می‌بخشد. روایت‌نگاری یک عمل منفعلانه نیست، بلکه عالی‌ترین شکل مقاومت است. وقتی شما روایت خود را از آرام کردن مادری مضطرب در نیمه‌شب یا تغییر طرح درستان برای همدلی با دانش‌آموزان می‌نویسید، در حال خلق دانشی هستید که هیچ نظریه‌پرداز غربی‌ای نمی‌تواند آن را در کتاب‌هایش بنویسد. ما در آموزش نیازمند تولید دانش بومی هستیم و این معادله در بحران‌ها به شدت خود را نشان می‌دهد: «دانش بومی < نظریه‌های وارداتی»^۵. نظریه‌های وارداتی نمی‌توانند به ما بگویند چگونه کلاس درسی را که شاگردانش شب گذشته را در پناهگاه صبح کرده‌اند، مدیریت کنیم. این دانش تنها در سینه شماست.

* بخش سوم: تفاوت خاطره‌نویسی و روایت‌نگاری تأملی (تحقیق کیفی)

برای اینکه نوشته‌های ما ارزش علمی و آموزشی پیدا کنند، باید از مرزهای «خاطره‌نویسی روزمره» عبور کنیم. خاطره‌نویسی صرفاً پاسخ به این سؤال است که «چه شد؟» (مثلاً: امروز اینترنت قطع شد و بچه‌ها ترسیدند). اما «روایت‌نگاری تأملی»^۶ گامی فراتر می‌رود و به چرایی، معنا و احساسات عمیق پشت رویدادها می‌پردازد.

در روش‌شناسی تحقیق کیفی، رویکردی به نام «قوم‌نگاری» (اتنوگرافی) شخصی^۷ وجود دارد که در آن یک اصل طلایی حاکم است: «محقق = ابزار»^۸. یعنی شما به عنوان معلم، هم پژوهشگر هستید و هم ابزار پژوهش. کلاس درس میدان تحقیق شماست و واکنش‌های درونی‌تان معتبرترین داده‌های این پژوهش. برای تبدیل یک خاطره به یک روایت تأملی و علمی، این دستور را به خاطر بسپارید: «روایت تأمل برانگیز = تجربه زیسته + تأمل انتقادی + ساخت معنا»^۹.

یعنی شما ابتدا تجربه زیسته خود را بیان و سپس با نگاهی انتقادی آن را تحلیل می‌کنید. در نهایت، از دل آن یک معنای جدید یا یک راهکار آموزشی استخراج می‌کنید.

* بخش چهارم: وسعت میدان پژوهش: فراتر از چهار دیواری کلاس

در شرایط جنگی، میدان تحقیق و اثرگذاری معلم بسیار فراتر از کلاس درس است. شما دیگر تنها انتقال‌دهندهٔ دانش نیستید، نقش شما دچار بسط مفهومی و عملیاتی شده است: «نقش معلم = آموزگار + التیام‌بخش اجتماعی + رهبر مدنی»^{۱۰}.

شما هم‌زمان یک آموزشگر، یک شفاگر اجتماعی روان‌ها و یک رهبر مدنی در جامعهٔ کوچک خود (ارتباط با اولیا و دانش‌آموزان) هستید.

بیایید به تقویم نگاه کنیم. ما در این مدت دو مرحلهٔ مهم را پشت سر گذاشتیم:

/ مرحله اول (تقارن جنگ و رمضان): روزهایی که پداگوژی

ایثار شکل گرفت. معلمانی که با دهان روزه، بسته‌های اینترنتی خود را با دانش‌آموزان محروم به اشتراک گذاشتند، یا در کنار تدریس، به جمع‌آوری کمک برای خانواده‌های آسیب‌دیده و نیروهای امدادی پرداختند. این‌ها ناب‌ترین موضوع‌های روایت‌نگاری هستند.

/ مرحله دوم (بهار متفاوت ۱۴۰۵): بهاری که زیر سایه جنگ آغاز

شد. روایت معلمی که در پیام تبریک سال نو، بذر امید را در دل دانش‌آموزانش کاشت و به آن‌ها یادآوری کرد که زمستان رفتنی است، روایتی است که باید در تاریخ تعلیم و تربیت این مرز و بوم ثبت شود.



نوشتن

تجربه‌هایمان

در این روزهای

سخت، دقیقاً

همان ابزاری است

که به رنج‌های ما

«معنا» می‌بخشد.

روایت‌نگاری یک

عمل منفعلانه

نیست، بلکه

عالی‌ترین شکل

مقاومت است



✱ بخش پنجم: چرخه تاملی گیبس: چارچوب عملی برای نوشتن روایت

حال که اهمیت نوشتن را درک کردیم، چگونه باید بنویسیم؟ گراهام گیبس^{۱۱} چرخه‌ای را برای تفکر تأملی طراحی کرده است که می‌تواند بهترین الگو برای نگارش روایت‌های شما باشد. این چرخه شامل چهار گام اصلی (مدل بومی شده) است:

توصیف^{۱۲}: چه اتفاقی افتاد؟ بدون قضاوت، صحنه را توصیف کنید. (مثال: در حین برگزاری کلاس مجازی در نرم‌افزار شاد، صدای زنگ خطر (آژیر) خطر در شهر طنین‌انداز شد. دو نفر از دانش‌آموزان شروع به گریه کردند و ارتباط چند نفر قطع شد.)

احساسات^{۱۳}: چه حسی داشتیم؟ صادقانه از درون خود بگویید. ما در روایت‌نگاری به دنبال قهرمان‌سازی کاذب نیستیم. (مثال: برای چند ثانیه قلبم به شدت می‌تپید. احساس استیصال کردم. نمی‌دانستم آیا باید کلاس را تعطیل کنم یا ادامه دهم؟ نگران فرزند خودم در اتاق مجاور هم بودم.)

ارزیابی و تحلیل^{۱۴}: چه چیزی خوب یا بد بود؟ چرا این رویداد از منظر آموزشی مهم است؟ (مثال: بخش بد ماجرا، تزریق اضطراب ناگهانی به کلاس بود. اما بخش خوب این بود که متوجه شدم بچه‌ها به جای قطع کردن تماس، منتظر واکنش من ماندند. تحلیل من این است که در آن لحظه، لحن صدای من به عنوان معلم، تنها نقطه اتکای آن‌ها در برابر آشوب بیرون بود.)

معناسازی و اقدام^{۱۵}: چه درسی گرفتیم و برای آینده چه برنامه‌ای دارم؟ (مثال: من آموختم که انعطاف‌پذیری طرح درس، مهم‌ترین اصل در پداگوژی بحران است. تصمیم گرفتم از این به بعد، در ابتدای هر کلاس، پنج دقیقه را به گفت‌وگوی آزاد درباره احساسات بچه‌ها اختصاص دهم تا بار روانی آن‌ها تخلیه شود.)

✱ کلام آخر: از روایت فردی تا خرد جمعی

همکاران گران‌قدر، قطره‌قطره اشک‌ها، لبخندها، دله‌رها و تدبیرهای شما در این روزهای دشوار، وقتی در کنار هم قرار بگیرند، دریایی از حکمت و تجربه را می‌سازند. ما معتقدیم که در بحران‌ها، نجات آموزش در گرو اشتراک‌گذاری تجربه‌هاست. این همان تبدیل روایت فردی به خرد جمعی است: «روایت فردی ← خرد جمعی»^{۱۶}.

نوشتن روایت‌هایتان، نه تنها باری از دوش روانتان برمی‌دارد، بلکه چراغ راهی برای نو‌معلم‌ان و دیگر همکارانی است که شاید در گوشه‌ای دیگر از این آب و خاک، با چالشی مشابه دست و پنجه نرم می‌کنند. شما با قلم خود، ضربان زندگی را در رگ‌های نظام آموزشی حفظ می‌کنید.

قلم به دست بگیرید، از فرمول‌ها و چارچوب‌های ارائه‌شده بهره ببرید و بگذارید تاریخ، رشادت‌های خاموش معلمان ایرانی را از زبان خودشان بشنود. کلاس‌های درس ما، امروز خط مقدم دفاع از «امید» و «آینده» هستند و شما فرماندهان بی‌بدیل این میدان. مشق امیدتان پر برکت باد! ✱

شما با قلم خود
ضربان زندگی را
در رگ‌های نظام
آموزشی حفظ
می‌کنید

پی‌نوشت‌ها

۱. روز شنبه نهم اسفندماه سال ۱۴۰۴ آمریکای جنایتکار و رژیم صهیونیستی کودک‌کش، با ده‌ها هواپیما و موشک به ایران حمله کردند. در این حمله ددمنشانه، بیت رهبر معظم انقلاب، حضرت آیت‌الله خامنه‌ای (ره)، فرماندهان عالی رتبه، دانشمندان و مدرسه حیات طیبه شهر میناب هدف قرار گرفتند. علاوه بر رهبر عزیزمان و فرماندهان و دانشمندان، ۱۶۸ دانش‌آموز دختر و پسر دوره ابتدایی به شهادت رسیدند. سراسر دنیا از این خبر در شوک فرو رفت و این شهادت‌ها زمینه‌ساز بیداری جهانی شد.

2. Pedagogy of Care
3. Trauma-informed Pedagogy
4. Logotherapy
5. Local Knowledge > Imported Theories
6. Reflective Narrative
7. Autoethnography
8. Researcher = Instrument
9. Reflective Narrative = Lived Experience + Critical Reflection + Meaning Making
10. Teacher Role = Educator + Social Healer + Civic Leader
11. Graham Gibbs
12. Description
13. Feelings
14. Evaluation & Analysis
15. Action Plan & Meaning
16. Individual Narrative → Collective Wisdom



والدین

«نه گو»

در

نظام

چالش ها و
راهکارهای تعامل
معلمان با اولیای نه گو
در نظام آموزشی

چنانچه سر حسابی
آموزگار ابتدایی منطقه ۵ تهران

❁ چکیده

در نظام های آموزشی، یکی از چالش های اصلی که معلمان با آن مواجه اند، تعامل با والدین است. به ویژه والدین «نه گو» که به پذیرش نظرها و پیشنهاد های معلمان تمایلی ندارند. این مقاله علل و چالش های ایجاد شده در این نوع تعاملات و راهکار های مؤثر بهبود این روابط و همکاری ها را بررسی می کند. از آنجا که این ارتباطات می توانند بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان تأثیر بگذارند، مدیریت مؤثر این چالش ها برای معلمان ضروری است.

کلیدواژه ها:

والدین نه گو، تعامل با والدین، پیشرفت تحصیلی

❁ مقدمه

تعامل میان معلمان و والدین یکی از ارکان اساسی در بهبود کیفیت آموزش است. با این حال، والدینی که در برابر نظرها و مشاوره های معلمان مقاومت می کنند، می توانند مانع پیشرفت تحصیلی دانش آموزان شوند. این مقاله مفهوم اولیای «نه گو»، علل رفتار آن ها، تجربه های معلمان را در تعامل با این والدین و راهکار های موجود برای مدیریت این چالش ها را بررسی می کند.

❁ تعریف اولیای نه گو

اولیای نه گو به والدینی اطلاق می شود که در برابر مشاوره ها و نظرات معلمان در خصوص پیشرفت تحصیلی یا رفتار فرزندان شان، موضع منفی یا مقاوم اتخاذ می کنند. این والدین ممکن است به دلایل متعددی همچون ناآگاهی

از مشکلات فرزندشان، نگرش های تربیتی متفاوت، یا بی اعتمادی به معلمان، نظرات آن ها را رد کنند (کاظمی، ۱۳۹۶).

❁ علل ایجاد رفتارهای نه گویانه در والدین

درک علل این رفتارهای والدین برای معلمان بسیار مهم است. چندین عامل می تواند موجب ایجاد چنین واکنش هایی شود:
/ ناآگاهی از مشکلات تحصیلی یا رفتاری فرزند: والدینی که از مشکلات تحصیلی یا رفتاری فرزند خود آگاه نیستند، ممکن است به راحتی از پذیرش انتقادهای معلمان خودداری کنند (حسینی، ۱۳۹۷).
/ نگرش های تربیتی متفاوت: والدین ممکن است به دلیل تفاوت در باورهای تربیتی و آموزشی، پیشنهاد های معلمان را نپذیرند. این تفاوت ها ممکن است ناشی از فرهنگ های مختلف یا دیدگاه های شخصی باشند (مظفری، ۱۳۹۸).

/ بی اعتمادی به معلمان: برخی از والدین به دلیل تجربه های منفی از معلمان قبلی یا نظام آموزشی به طور کلی، به پیشنهاد های معلمان جدید اعتماد ندارند (نصیری و حسن زاده، ۱۳۹۴).
/ اضطراب و تنش والدین: والدین گاهی تحت فشارهای زندگی یا مشکلات شخصی قرار دارند و ممکن است نسبت به مشاوره های معلمان واکنش منفی نشان دهند (سالند، ۲۰۰۹).

❁ تجربه های معلمان در برخورد با اولیای نه گو

بسیاری از معلمان در مواجهه با اولیای نه گو با چالش هایی روبه رو هستند. این تجربه ها معمولاً شامل احساساتی همچون ناامیدی، اضطراب و گاهی اوقات خستگی می شود. معلمان می گویند که در برخی مواقع، والدین از شنیدن انتقادهای معلمان ناراحت می شوند یا آن ها را به اشتباه تعبیر می کنند.

آموزشی

/ مثال ۱: معلمی گزارش می‌دهد که وقتی مشکلات تحصیلی یکی از دانش‌آموزان را با والدین او در میان می‌گذارد، والدینش ابتدا ناراحت می‌شوند و شکایت می‌کنند که معلم به درستی قضاوت نکرده است، اما با مرور شواهد تحصیلی و ارائه اطلاعات دقیق، در نهایت والدین پذیرفته‌اند که مشکلات فرزندشان واقعی است.

/ مثال ۲: معلمی دیگر اشاره می‌کند که والدین برای مشارکت در جلسه‌های مشاوره و پیگیری وضعیت تحصیلی فرزند خود تمایلی نشان نمی‌دهند و حتی به‌طور مستقیم پیشنهاد‌های معلم را رد می‌کنند. این شرایط باعث می‌شود معلم احساس کند که نمی‌تواند کمک مؤثری به دانش‌آموز بکند (کاظمی، ۱۳۹۶).

* راهکارهای مدیریت برخورد با اولیای نه‌گو

معلمان برای مدیریت این‌گونه تعاملات می‌توانند از روش‌های متعددی استفاده کنند:

/ گوش دادن فعال: معلمان باید به نگرانی‌ها و دلایل والدین توجه کنند و آن‌ها را با دقت گوش دهند. این کار می‌تواند فضای اعتماد متقابل را ایجاد و والدین را به پذیرش پیشنهاد‌های معلمان ترغیب کند (کاظمی، ۱۳۹۶).

/ استفاده از شواهد مستند: برای قانع کردن والدین، معلمان می‌توانند برای اثبات مشکلات و پیشرفت‌های دانش‌آموز از مستندات تحصیلی و رفتاری استفاده کنند (حسینی، ۱۳۹۷).

/ ارتباط مثبت و سازنده: معلمان باید به جای انتقاد از والدین، پیشنهاد‌های خود را به‌صورت مثبت و سازنده بیان کنند. این نوع ارتباط می‌تواند از تنش‌ها

بکاهد و تعاملات را بهبود بخشد (سالند، ۲۰۰۹).

/ برگزاری جلسه‌های مشترک: برگزاری جلسه‌های گروهی یا فردی با والدین برای رسیدگی به مشکلات تحصیلی یا رفتاری دانش‌آموزان می‌تواند برای تبادل نظر فضای بازتری ایجاد کند و از مقاومت والدین بکاهد (مظفری، ۱۳۹۸).

* نقش همکاران و مدیریت مدرسه در حمایت از معلمان و مدیران و همکاران

معلم می‌تواند در حمایت از معلمان در برخورد با اولیای نه‌گو نقش مهمی ایفا کند. حمایت‌های حرفه‌ای از طریق مشاوره‌های تیمی و برگزاری جلسه‌های آموزشی برای معلمان می‌تواند به آن‌ها کمک کند در برخورد با والدین مشکل‌دار راهکارهای مؤثرتری اتخاذ کنند (سالند، ۲۰۰۹).

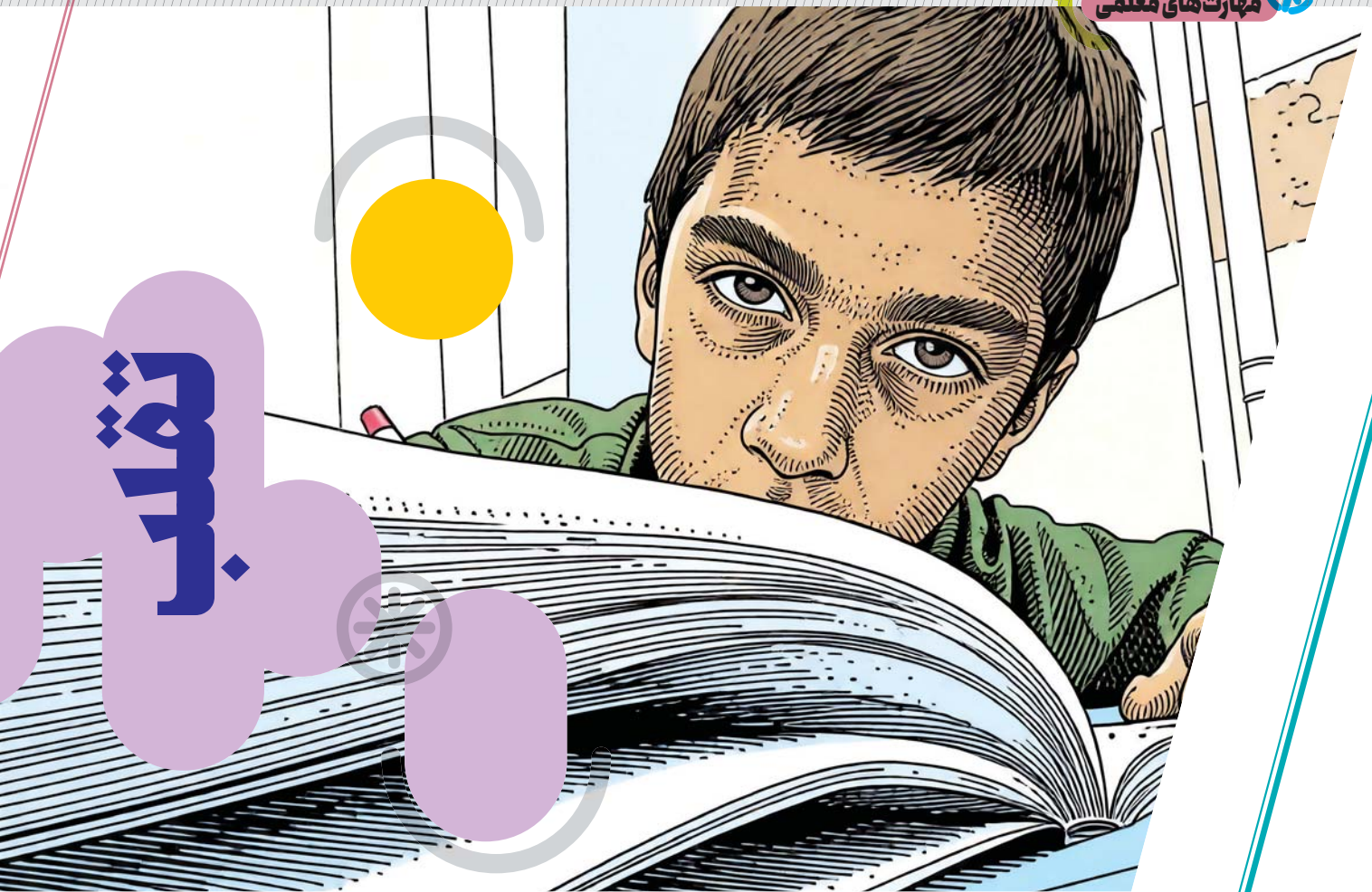
* نتیجه‌گیری

تعامل میان معلمان و والدین یکی از ارکان موفقیت

تحصیلی دانش‌آموزان است. با این حال، والدین نه‌گو می‌توانند چالش‌هایی جدی برای معلمان ایجاد کنند. از آنجایی که روابط مثبت میان معلمان و والدین می‌تواند به پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان کمک کند، معلمان باید از راهکارهای مؤثر در مدیریت این نوع تعاملات بهره‌برند. گوش دادن فعال، استفاده از شواهد مستند و ایجاد فضایی از اعتماد و احترام از جمله راهبردهایی هستند که می‌توانند به بهبود این روابط کمک کنند. *

منابع

۱. کاظمی، م. (۱۳۹۶). مدیریت ارتباطات معلمان و والدین در مدارس ابتدایی: چالش‌ها و راهکارها. انتشارات دانشگاه علامه طباطبائی.
۲. نصیری، م. و حسن‌زاده، م. (۱۳۹۴). تأثیر همکاری والدین و معلمان بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان. پژوهش در آموزش ابتدایی، ۱۵(۲).
۳. مظفری، م. (۱۳۹۸). سبک‌های ارتباطی معلمان با والدین و تأثیر آن بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان. نشریه روان‌شناسی و آموزش، ۲۲(۱).
۴. حسینی، ف. (۱۳۹۷). چالش‌های تعامل والدین و معلمان در مدارس ایران. تحقیقات آموزشی ایران، ۱۸(۴).



این بود که این پدیده حتی می تواند به زمینه های فراتر از جلسه های پرسش و پاسخ کلاسی گسترش یابد. برای حل این چالش در گام اول به مدت دو جلسه با زبانی ساده و قابل فهم درباره نادرست بودن استفاده از این عمل برای کسب نمره و کمک به دوستانشان صحبت کردم. با این سخنان می خواستم بر بیش آن ها نسبت به این بیماری بیفزایم و از این مسیر احتمال استفاده از این معضل آموزشی را در کلاس بکاهیم. دو هفته بررسی دقیق بعد از بیان این مطالب نشان داد، پدیده تقلب درسی، همچنان بین دانش آموزان ضعیف کلاس و بعضی از دانش آموزان دارای سطح بالایی از خودکارآمدی تحصیلی پابرجاست (علی وردی و همکاران، ۱۴۰۲). در قدم بعدی، با آن ها گفت و گو کردم. علت را فشار همسالان برای گرفتن نمره بالا، عمومیت داشتن آن در کلاس، کسب نمره بالا برای والدین، نبود زمان کافی برای مطالعه در منزل، سخت بودن سؤال های ارزشیابی، میل به برتری جویی و نمایش مرام و معرفت به دوستان بیان کردند.

در سؤال دوم از آن ها پرسیدم آیا از صمیم قلب با تقلب موافق هستند؟ همه ۱۷ دانش آموزی که به شکل های گوناگون از آن استفاده می کردند، به این سؤال پاسخ منفی دادند. سؤال سوم این بود که برای تقلب یک فایده و یک ضرر بیان کنید. جالب بود. بیشتر بچه ها زیان های آن را گفتند و من اطمینان یافتن تقریباً همه دانش آموزانم با اصل پدیده تقلب درسی مخالفانند.

مدرسه در افق چشم انداز ۱۴۰۴ جلوه ای از تحقق مراتب حیات طویه، کانون عرضه خدمات و فرصت های تعلیم و تربیتی و زمینه ساز درک و اصلاح موقعیت توسط دانش آموزان بر اساس نظام معیار اسلامی است (متری و همکاران، ۱۴۰۳). از همان مهرماه، زمانی که می خواستم از دانش آموزان پرسش شفاهی به عمل بیاورم، مشاهده می کردم که تعدادی تلاش می کنند با ایما و اشاره، حرکت های سر و دست و لب خوانی، پاسخ سؤال ها را به بچه هایی که در حال پاسخ گویی بودند، منتقل کنند. ابتدا برایم اهمیت زیادی نداشت، اما هر جلسه بر شدت آن اضافه می شد. برای جمع آوری شواهد عینی، چند جلسه دوربین فیلمبرداری تلفن همراه را روی میز در کلاس تنظیم کردم تا بتوانم فضای کلاس و رفتارهای دانش آموزان را هنگام ارزشیابی شفاهی ضبط کنم.

بررسی فیلم های ضبط شده نشان داد، رفتار تقلب تحصیلی دانش آموزانم بسیار جدی است و اگر درمان نشود به زودی به یکی از موضوع های چالش برانگیز کلاس تبدیل خواهد شد. دلیل نگرانی من

ترازوی

عبدالرضا شیرکوند
کارشناس ارشد
برنامه‌ریزی آموزشی



**دبیران با
شناخت و بسط
ظرفیت‌های
وجودی
دانش‌آموزان و
خلق فرصت‌های
تربیتی و آموزشی،
زمینه درک
ارزش‌های دینی
و اسلامی را در
دانش‌آموزان
فراهم کنند**

* نتایج

اجرای راهبرد عملیاتی ترازوی
تقلب‌گش، فطرت الهی و لوح
سفید نهاد دانش‌آموزانم را در
مسیر نیل به سوی فطرت‌گرایی
توحیدی قرار داد و به شکل‌گیری
قالب‌های فکری جدید در ذهن آن‌ها
منجر شد. شواهد رفتاری به‌وضوح
مؤید کاهش گرایش به استفاده از
تقلب بود. بازبینی‌های صورت‌پذیرفته
در انگاره‌های ذهنی دانش‌آموزان می‌تواند
مانند پالایش عمل کند (میرزاخانسی و
همکاران، ۱۳۹۲) و ضمن کاهش فضای
رقابتی در کلاس، رفتار نادرست گرایش
به استفاده از تقلب را تحت تأثیر قرار دهد.
دانش‌آموزان دیگر تمایل نداشتند با استعانت از
این پدیده توانمندی‌هایشان را به رُخ دیگران بکشند
و نمره‌های خوبی را در ارزشیابی‌ها به‌دست
آورند. بر اساس یافته‌های این تجربه پیشنهاد
می‌شود، دبیران درس‌های گوناگون، با شناخت و
بسط ظرفیت‌های وجودی دانش‌آموزان و خلق
فرصت‌های تربیتی و آموزشی، زمینه درک
ارزش‌های دینی و اسلامی را در دانش‌آموزان
فراهم کنند و هر کجا که شرایط فراهم
است، رویکرد فطرت‌گرایی توحیدی
را در فرایند یاددهی-یادگیری حاکم
کنند، از آن دریغ نکنند. همچنین، با
آموزش معلمان در دوره‌های آموزشی
حضور، می‌توان آن‌ها را نسبت به
این پدیده حساس کرد تا بتوانند
میزان استفاده و شیوع آن را در
محیط‌های آموزشی به حداقل
برسانند.

منابع

۱. علی وردی‌نیا، اکبر؛ ماجدی، عاطفه؛ عمرانی، سجاد (۱۴۰۲)، بررسی جامعه‌شناختی تقلب در میان دانشجویان، دوره ۱۲، شماره ۲، شماره پیاپی ۴۱، تیر ۱۴۰۲.
۲. متری، مریم؛ طالبی، مریم و باقری‌مهباری، زهرا، (۱۴۰۳)، نقش تقلب در شکل‌گیری رفتارهای غیراخلاقی میان دانش‌آموزان. اولین همایش بین‌المللی آموزش و پرورش با رویکرد مدارس هوشمند، معلمان خلاق و دانش‌آموزان متفکر در افق ۱۴۰۴، بوشهر.
۳. میرزاخانسی، معصومه؛ طالع‌پسند، سیاوش؛ ستوده‌اصل، نعمت (۱۴۰۲)، مدل‌یابی اشتیاق معلم با رفتار تقلب تحصیلی دانش‌آموزان با نقش میانجی انگیزش تحصیلی، ماهنامه علوم روان‌شناختی، دوره ۲۲، زمستان (دی) ۱۴۰۲، شماره ۱۳۰.

اکنون زمان اجرای راه‌حل بود. برای جلسه بعد، از یک جعبه مقوایی شیرینی به تعداد دانش‌آموزانم، کارت‌های کوچک مستطیل شکل هم‌اندازه‌ای بریدم و به هر کدام از بچه‌ها یک کارت دادم. از آن‌ها خواستم روی کارت نظر واقعی خود را درباره زبان یا فایده تقلب به صورت یک جمله بنویسند. تأکید کردم حق ندارند روی کارت‌ها هم فایده و هم ضرر بنویسند.

بچه‌ها با شوق فراوان شروع به نوشتن کردند. بعد از پایان، ترازوی دوکفه‌ای دست‌سازی را که یکی از دانش‌آموزان کلاس ساخته بود از روی میز برداشتم. به بچه‌ها گفتم اکنون باید کارت نوشته‌های خود را روی کفه‌های ترازو قرار بدهید. به این شکل که هر دانش‌آموز ابتدا باید جمله خود را با صدای بلند بخواند. اگر جمله درباره زبان استفاده از تقلب بود، کارت را در کفه راست و اگر درباره فایده آن بود، در کفه چپ ترازو قرار بدهد. از پرهام خواستم ترازو را بردارد و کارت‌ها را جمع کند. پرهام به ترتیب ترازو را مقابل بچه‌ها می‌گرفت و از آن‌ها می‌خواست ابتدا جمله نوشته‌شده را با صدای بلند بخوانند. وقتی همه بچه‌ها تأیید می‌کردند که این جمله فایده این عمل است، آن را در کفه چپ و اگر ضرر آن بود، کارت را روی کفه راست قرار می‌داد. یاشار هنگام قراردادن کارت خود گفت: «آقا من یاد انداختن برگه رأی به داخل صندوق افتادم. پدر و مادرم همیشه برگه رأی خود را به من می‌دهند تا در صندوق بیندازم.» من چندین مرتبه با جلب توجه بچه‌ها از آن‌ها خواستم هنگام قراردادن کارت خود و بچه‌ها بر کفه ترازو، بالا و پایین رفتن کفه‌ها را به دقت مشاهده کنند. هر چند دقیقه یک بار هم از آن‌ها می‌خواستم پیش‌بینی کنند بالاخره در پایان، کفه سمت راست ترازو سنگین‌تر می‌شود یا کفه سمت چپ؟ پیش‌بینی اکثر بچه‌ها این بود که در نهایت کفه سمت راست سنگین‌تر خواهد شد. وقتی همه دانش‌آموزان کارت‌هایشان را روی کفه‌های ترازو گذاشتند، از آن‌ها خواستم با نگاه کردن به ترازو بگویند که کفه راست ترازو سنگین‌تر است یا کفه سمت چپ؟ بچه‌ها همگی با هم گفتند: معلوم است کفه سمت راست؟ در این هنگام سؤال اصلی را پرسیدم. بچه‌ها حالا بگویند در کفه راست ترازو زبان‌ها قرار گرفته یا فایده‌های آن؟ همه بچه‌ها گفتند: زبان‌های آن. در ادامه گفتم: به نظر شما الان ترازو با زبان بی‌زبانی می‌خواهد چه چیزی را به ما بگوید؟ آیین جواب داد: «می‌گوید زبان‌های استفاده از این رفتار نادرست بیشتر از فایده‌های آن است.» مهدی ادامه داد: «ما الان متوجه شدیم وزن بدی‌های استفاده از آن بسیار بیشتر از وزن خوبی‌های آن است.» در ادامه کارت نوشته‌های بچه‌ها را شمردیم. تعداد کل آن‌ها ۲۴ عدد بود. تعداد کارت‌های داخل کفه راست ۱۹ عدد بود و ۵ کارت هم به خوبی‌ها اشاره کرده بودند که در کفه چپ ترازو قرار داشتند. کاملاً مشخص بود بچه‌ها پیام اصلی «ترازوی تقلب‌گش» را گرفته بودند. آن‌ها با چشمان خود سنگینی کفه زبان‌ها را دیده بودند. بچه‌ها با باور و اعتقاد خود، به خودشان و دیگران ثابت کردند که حرکت در مسیر استفاده از این پدیده اشتباه است. از همه مهم‌تر، نمونه ساده ترازوی سنجش اعمال را مشاهده کرده بودند. در پایان به آن‌ها گفتم، کاری که امروز انجام دادیم، تمرین تفکر انتقادی بود. یعنی هنگام انجام هر کاری خوبی‌ها و بدی‌های آن را در نظر بگیریم و در نهایت تصمیم درستی بگیریم. وقتی از آن‌ها پرسیدم: شما امروز چه تصمیم درستی گرفتید، گفتند: «اینکه ما هرگز در زندگی نادرست رفتار نکنیم.»

نوشتن طولانی مدت روی تخته، بدون توجه به وضعیت شانه و گردن؛ فشار و تنش های روانی.

تمرین های ساده برای کاهش گردن درد و مشکلات مهره های گردنی

صاف بنشینید، به آرامی سر را به سمت راست و چپ خم کنید و هر سمت را ۱۰ ثانیه نگه دارید (۳ بار).

چانه را کمی به عقب بکشید. گویی می خواهید غیغب درست کنید. چند ثانیه نگه دارید و رها کنید (۱۰ بار).

شانه ها را به سمت گوش ها بالا ببرید. ۳ ثانیه نگه دارید و سپس رها کنید (۱۰ بار).

دست ها کنار بدن باشند. کتف ها را به آرامی به سمت عقب و به هم نزدیک کنید. ۵ ثانیه نگه دارید و رها کنید (۱۰ بار).

فشار به سمت راست (دست راست را روی سمت راست سر بگذارید. با دست به سر فشار دهید و هم زمان سر را محکم در جای خود نگه دارید؛ به مدت ۱۰ ثانیه) (۳ بار). این حرکت برای سمت چپ، جلو و عقب سر هم انجام شود.

معلمان به دلیل ماهیت شغل خود، ساعت های طولانی مطالعه، تصحیح ورقه ها، کار با رایانه و استفاده مداوم از تلفن همراه، بیش از بسیاری از گروه های شغلی در معرض مشکلات اسکلتی عضلانی به ویژه گردن درد، درد شانه و دست، خواب رفتگی و بی حسی انگشتان و نشانگان (سندرم) مجرای مچ دستی (کانال کارپال) قرار دارند. در حرفه معلمی، همان گونه که تخته، کتاب و قلم ابزار آموزش به شمار می آیند، بدن نیز مهم ترین ابزار کار است. معلمی که ساعت های طولانی ایستاده تدریس می کند، می نویسد، مطالعه می کند و با رایانه و تلفن همراه در ارتباط است، اگر از این ابزار ارزشمند به درستی مراقبت نکند، به تدریج دچار فرسودگی جسمی می شود. مشکلات جسمی ممکن است از تمرکز، نشاط و کیفیت آموزش بکاهند. توجه به سلامت بدن به عنوان سرمایه حرفه ای معلم، ضرورتی انکارناپذیر است.

*** شایع ترین مشکلات جسمی در معلمان**
گردن درد و مشکلات مهره های گردنی
برخی از دلایل اصلی این مشکل
خم ماندن طولانی مدت سر هنگام مطالعه یا کار با گوشی؛

گردن درد



اسداله زارع
پژوهشگر طب سنتی و مدرس
دوره های سبک زندگی

خواب رفتگی و بی حسی دست‌ها و نشانگان
مجرای مچ دستی

برخی از دلایل اصلی این مشکل

وضعیت نامناسب دست و مچ هنگام نوشتن یا
حروف نگاری (تایپ)؛

استفاده طولانی مدت از موس و صفحه کلید؛

ضعف عضلات ساعد و مچ؛

فشار و تنش روانی.

تمرین‌های ساده برای رفع خواب رفتگی و

بی حسی دست‌ها و نشانگان کانال کارپال

چرخش دست و بازو: دست‌ها را در راستای گوش‌ها
بالا ببرید. کف یک دست رو به زمین و کف دست
دیگر رو به آسمان باشد. به آرامی دست‌ها را خلاف
جهت هم بچرخانید، طوری که شانه و کتف هم
درگیر شوند (۱۰ تا ۱۵ ثانیه).

حالت قنوت: دست‌ها را مثل حالت قنوت
رو به روی صورت قرار دهید. آهسته دست‌ها
را باز و بسته کنید تا استخوان‌های کتف به
هم نزدیک شوند (۱۰ تا ۱۵ ثانیه).

ماساژ ساعد: دست را از آرنج تا مچ
ماساژ دهید. این کار را می‌توان با دست

دیگر یا با کمک شخصی دیگر انجام داد تا انگشتان کمی تحریک شوند
(۳۰ ثانیه).

کشش انگشتان دست: یک دست را کاملاً صاف نگه دارید. با دست
دیگر انگشتان را یک بار به سمت بالا و بار دیگر به سمت پایین بکشید
(هر حالت ۱۰ ثانیه).

پشت دست‌ها را از ناحیه مچ به هم بچسبانید و جلوی قفسه سینه
نگه دارید (۳۰ ثانیه).

باز و بسته کردن انگشتان: همه انگشتان را با هم باز کنید و سپس ببندید
(۱۰ بار).

مشت کردن تدریجی: انگشتان را به آرامی و مرحله به مرحله مشت و
دوباره باز کنید (۱۰ بار).

تماس شست با انگشت کوچک: انگشت شست را به نوک انگشت
کوچک برسانید و چند ثانیه نگه دارید (۱۰ بار).

از نگاه طب سنتی ایرانی، بسیاری از دردهای گردن و دست از «سردی و
خشکی» یا «سوء مزاج عضلانی» ناشی می‌شوند. لذا مصرف غذاهای
گرم و معتدل مانند عسل، خرما، ارده و شیرۀ انگور و استفاده از ادویه‌های
ملایم مانند زنجبیل و دارچین در حد متعادل، همچنین پرهیز از مصرف
زیاد غذاهای سرد و خشک مانند نوشیدنی‌های سرد، ماست و خیار،
به ویژه در شب و در نهایت تدبیرهای موضعی مثل روغن مالی کردن و
مچ دست با روغن سیاه‌دانه یا کنجد، گرم نگه داشتن گردن و مچ دست
در فصل‌های سرد توصیه می‌شود.

* نتیجه‌گیری

اگر بدن را ابزار کار معلم بدانیم، مراقبت از آن نه یک امر شخصی، بلکه
بخشی از مسئولیت حرفه‌ای اوست. ترکیب آگاهانه توصیه‌های طب
جدید و تدابیر طب سنتی ایرانی، در کنار اصلاح رفتارهای فیزیکی
روزمره، می‌تواند نقش مؤثری در پیشگیری و کاهش مشکلات گردن و
دست داشته باشد. معلمی که به سلامت جسم خود توجه دارد، با انرژی
بیشتر، تمرکز بالاتر و آرامش افزون‌تر در کلاس درس حضور می‌یابد و
این سلامت به‌طور مستقیم به کیفیت آموزش منتقل می‌شود.

* پیام پایانی برای معلمان

بدن شما بسیار مهم‌تر از هر ابزار آموزشی ارزشمند، نیازمند مراقبت
روزانه است. چند دقیقه کشش، اصلاح وضعیت نشستن و توجه به
تغذیه و آرامش، می‌تواند سال‌ها از فرسودگی جسمی جلوگیری
کند. «معلم سالم کلاسی سالم می‌سازد.» ❁

پی‌نوشت

1. Forward Head Posture

منابع

۱. حسین بن عبدالله ابن‌سینا. (دهه ۶۰ و ۷۰). القانون فی الطب. نسخه‌ها و تلخیص‌های معتبر فارسی. انتشارات علمی و فرهنگی، تهران.
۲. محمدحسین عقیلی خراسانی. (۱۳۸۰). خلاصه‌الحکمه. جلد دوم. صیاد. مشهد.
۳. محمدحسین عقیلی خراسانی (دهه ۸۰). مخزن‌الادویه. چاپ‌های معتبر طب سنتی. مشهد.
۴. مهدی ناظم‌زاده. (۱۳۹۸). مبانی طب ایرانی. انتشارات دانشگاه علوم پزشکی. تهران.
۵. سیدمحمد حسینی. (۱۴۰۰). «کاربرد تدابیر طب سنتی ایرانی در دردهای اسکلتی عضلانی». فصلنامه طب ایرانی و مکمل. دانشگاه‌های علوم پزشکی. تهران.

اگر بدن را ابزار
کار معلم بدانیم،
مراقبت از آن نه
یک امر شخصی،
بلکه بخشی
از مسئولیت
حرفه‌ای اوست

پیشگیری
و درمان
مشکلات
مهره‌های
گردنی و سندرم
کانال کارپال
در معلمان

- / در نظام آموزشی مهم‌ترین نقش را چه فرد یا چه نهادی به عهده دارد؟
- / در نظام آموزشی نوین نقش کتاب درسی چگونه تعریف می‌شود؟
- / چگونه می‌توان کلاسی متنوع و مناسب همه دانش‌آموزان طراحی کرد؟

۱۲ اردیبهشت برای همه ما معلمان روز خاطره‌انگیزی است، اما واقعیت این است که تمام روزهای آموزشی، روز معلم است. آیا تا به حال دیده‌اید که کلاس بی معلم بتواند به سر منزل مقصود برسد؟ همچنان که خانه بی مادر، خانه بی چراغ است، کلاس بی معلم هم حتی اگر در لحظه با جانشینی موقت معلم ماهر دیگری همراه باشد، دانش‌آموزان را دچار سردرگمی می‌کند. البته مثال‌ها و دلایل محکم دیگری وجود دارند که حکمرانی بی‌بدیل معلم را در کلاس خودش نشان می‌دهند. گرچه هنوز معلمانی هستند که تصور می‌کنند کتاب درسی تنها منبع آموزشی است و فقط از کتاب‌های کمک‌درسی در کنار آن برای آموزش خود استفاده می‌کنند، لیکن در سند برنامه درسی ملی هم به معلم این آگاهی داده شده که کتاب یک پیشنهاد است و معلم برای تقویت و تحقق ساحت‌های تعلیم و تربیت باید با اهداف سند تحول همسو باشد. حال آگاهی و توانمندی معلم در استفاده از ابزارهای متعدد برای غنی کردن محتوایی که در اختیار دانش‌آموز قرار می‌دهد، می‌تواند شاخصی برای تفاوت کیفیت آموزشی او باشد. به مجموعه کامل این ابزارها، رسانه‌های پرشمار می‌گوییم. رسانه‌های پرشمار یا رسانه‌های جمعی^۱ به مجموعه‌ای از ابزارها و فناوری‌های ارتباطی اطلاق می‌شود که توانایی انتقال پیام، اطلاعات، ارزش‌ها و دانش را به گستره وسیعی از مخاطبان نااهمگون در زمان کوتاه دارند.

وقتی از «رسانه‌های پرشمار» برای معلم صحبت به میان می‌آید، منظور مجموعه‌ای گسترده و متنوع از ابزارها، سکوها و منابعی است که معلمان می‌توانند از آن‌ها برای اهداف آموزشی، ارتباطی و حرفه‌ای خود استفاده کنند. این رسانه‌ها دیگر به کتاب و تخته‌سیاه محدود نیستند، بلکه دنیایی از امکانات را پیش روی معلمان و دانش‌آموزان قرار می‌دهند. در واقع، «رسانه‌های پرشمار» ابزارهایی هستند که به معلم کمک می‌کنند نقش خود را به‌عنوان تسهیلگر یادگیری، مربی و منبع الهام‌بخش، بهتر و مؤثرتر ایفا کند. رسانه‌های پرشمار برای معلم شامل این موارد می‌شوند:

* گروه اول: رسانه‌های دیجیتال و برخظ

- / وبگاه‌ها و وبلاگ‌های آموزشی: منابعی برای یافتن مطالب درسی، طرح درس، مقاله‌های پژوهشی و ایده‌های نوآورانه.
- / سکوی آموزشی مجازی: مانند مودل^۲، گوگل کلاس روم^۳ یا اسکای روم^۴ که برای بارگذاری تکلیف، برگزاری آزمون برخظ، و ارتباط با دانش‌آموزان استفاده می‌شوند.
- / شبکه‌های اجتماعی آموزشی: گروه‌ها و کانال‌های تخصصی در سکوهایی مثل شاد، بله یا ای‌تا که معلمان در آن‌ها با هم تبادل تجربه می‌کنند.
- / منابع ویدئویی آموزشی: سکوهایی مانند آپارات با کانال‌های آموزشی فراوان، یا وبگاه‌های تخصصی که فیلم‌های آموزشی، مستندهای علمی و توضیحات درس‌ها را ارائه می‌دهند.
- / برنامه‌های کاربردی آموزشی^۵: برنامه‌های تلفن همراه

آموزش

ابزارها

فرزانه نوراللهی

کارشناس و پژوهشگر آموزشی

که برای آموزش مفاهیم خاص (مثل ریاضی، زبان و علوم) طراحی شده‌اند و یادگیری را تعاملی‌تر می‌کنند.

* گروه دوم: رسانه‌های سنتی

(ابارویکردنوین)

- / کتاب‌های چاپی و الکترونیکی: هنوز هم منابع ارزشمندی هستند، اما دسترسی به نسخه‌های الکترونیکی و کتابخانه‌های دیجیتال، آن‌ها را به بخشی از رسانه‌های پرشمار تبدیل کرده است.
- / رسانه‌های دیداری و شنیداری: تلویزیون‌های آموزشی، پادپخش‌های آموزشی و رادیوهای تخصصی که می‌توانند محتوای آموزشی غنی ارائه دهند.
- / نشریات تخصصی دانش‌آموزان یا معلمان (به‌ویژه مجله‌های رشد): مجله‌ها و روزنامه‌هایی که به‌صورت چاپی یا برخظ، مقاله‌ها، تحقیقات، و اخبار حوزه تعلیم و تربیت را پوشش می‌دهند.

اقتصاد

❁ گروه سوم: ابزارهای تعاملی و خلاق

/ نرم افزارهای تولید محتوا:
ابزارهایی برای ساخت پرده‌نگار،
پویانمایی‌های آموزشی، پوستر،
اطلاع‌نگاشت (اینفوگراف) یا نقشه
مفهومی و محتوای چندرسانه‌ای.
/ ابزارهای هوش مصنوعی: مانند ابزارهایی
که به تولید محتوا، برنامه‌ریزی درسی یا حتی
ارزیابی اولیه تکلیف کمک می‌کنند.
/ واقعیت مجازی و واقعیت افزوده: برای ایجاد
تجربه‌های آموزشی غوطه‌ورکننده و تعاملی،
به‌خصوص در درس‌های علمی و تاریخی.
/ بازی‌سازی آموزشی: استفاده از عناصر بازی
برای افزایش انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان در
یادگیری.

❁ گروه چهارم: تولید رسانه‌های خودساخته

/ محتوایی که معلم با استفاده از ابزار و بر اساس نیاز
کلاس خود تولید می‌کند.
/ تولیدات معلمان دیگر که آن‌ها را در فضاهای مجازی و
گروه‌های همکاری به اشتراک گذاشته‌اند، می‌توانند رسانه‌های
مفید و مؤثری باشند.
/ رسانه‌هایی که معلم می‌تواند با اعمال تغییراتی برای کلاس
خود شخصی‌سازی‌شان کند.



* گروه پنجم:

برون دادهای دانش آموزان

تکلیف های عملی، وسایل آزمایشگاهی ساخته شده، پوستر، روزنامه دیواری، پروژه و تحقیقات دانش آموزی و هر نوع فعالیت عملی ارزشیابی شده (مانند تکه فیلم و پادپخش) که به عنوان برون داد و ارزشیابی پایانی از دانش آموزان گرفته شده است، در صورت تأیید معلم می تواند به عنوان رسانه پر شمار در سال های بعد مورد استفاده قرار گیرد.

کارها، فعالیت های جمعی مدرسه مانند سرود، نمایش، فیلم و گزارش دانش آموزی هم می تواند در مجموعه رسانه های پر شمار قرار گیرد.

* هدف استفاده از

رسانه های پر شمار برای معلم

تنوع بخشیدن به روش های تدریس: برای جذب بهتر دانش آموزانی با سبک های یادگیری متفاوت.

شخصی سازی یادگیری: ارائه محتوا و فعالیت هایی متناسب با نیاز و سرعت هر دانش آموز.

افزایش مشارکت و انگیزه دانش آموزان: تبدیل یادگیری از فرایندی منفعل به تجربه ای فعال و جذاب.

دسترسی به اطلاعات به روز و منابع متنوع: به روز نگه داشتن دانش معلم و ارائه محتوای غنی تر.

ارتباط مؤثرتر با دانش آموزان و اولیا: ایجاد کانال های ارتباطی متنوع و کارآمد.

توسعه حرفه ای معلم: یادگیری مستمر، تبادل تجربه با همکاران، و به روز رسانی دانش و مهارت ها.

پیوند زدن دنیای آموزشی دانش آموزان با زندگی واقعی: ارتباط با مسائل واقعی زندگی و زمینه سازی برای کارآفرینی و آشنایی با حرفه ها و شغل ها.

طبیعی است که هدف ما از معرفی رسانه های پر شمار، استفاده به موقع و آگاهانه معلم در محتوا و سناریویی است که بر اساس اهداف خاصی طراحی می کند. دانش آموزان باید درک کنند که دیدن فیلم، شنیدن پادپخش یا استفاده از هر رسانه پر شمار دیگر به توصیه معلم، صرفاً برای تفریح و وقت گذرانی نیست و برای اهداف خاص آموزشی یا به عنوان تکلیف هدفمند توصیه می شود. لذا طراحی قدرتمند و معنادار معلم بر اساس ۱۴ مؤلفه طراحی آموزشی که نمونه های متعددی از آن در شماره های قبل معرفی شده اند، در این زمینه کمک کننده است. در ادامه به یک نمونه از این کاربرد در درس مطالعات اجتماعی اشاره می کنیم.

درس مطالعات اجتماعی با موضوع هایی مثل جامعه، فرهنگ، تاریخ، جغرافیا،

رسانه و شهر وندی سر و کار دارد. رسانه های پر شمار به عنوان بازتاب دهنده واقعیت های اجتماعی، می توانند در درک بهتر مفاهیم اجتماعی، تقویت تفکر انتقادی و افزایش سواد رسانه ای دانش آموزان نقش مهمی ایفا کنند.

* تلویزیون: در شبکه های متفاوت برنامه های متنوعی

پخش می شوند که در خارج از زمان کلاس به راحتی و رایگان می توانند مورد استفاده همه دانش آموزان قرار گیرند. این برنامه ها که با نمایش تصویرهایی واقعی از محیط زیست و اقلیم های جغرافیایی، جامعه ها، فرهنگ ها و رویدادها، امکان یادگیری عینی را فراهم می کنند^۷، در عین حال، جذابیت بالا و افزایش انگیزه یادگیری را به وجود می آورند و برای دانش آموزان با سبک یادگیری دیداری مناسب هستند. اما به خاطر کاهش تفکر انتقادی، در صورت استفاده منفعلانه ممکن است با اهداف آموزشی در تناقض باشد. بنابراین لازم است حتماً معلم درباره فیلمی که دیده شده جلسه نقد و گفت و گو ترتیب دهد یا از دانش آموزان بخواهد کاربرد خاصی را که قبلاً معلم بر اساس آن فیلمی طراحی کرده و در آن پرسش هایی انتقادی طرح کرده یا به مقایسه روایت تلویزیونی با کتاب درسی پرداخته است پاسخ دهند. به عنوان نمونه، مطلبی که در ادامه می آید، سؤال های پیشنهادی یک کاربرد است:

یک برنامه تلویزیونی نام ببرید که به مسائل اجتماعی می پردازد. این برنامه بر آگاهی شما چه تأثیری داشته است؟

به نظر شما تماشای زیاد تلویزیون چه تأثیر مثبت و منفی ای بر زندگی اجتماعی نوجوانان دارد؟ چرا هنگام تماشای برنامه های تلویزیونی لازم است به پیام های پنهان آن ها توجه کنیم؟

رادیو: رادیو رسانه ای شنیداری است که با تکیه بر صدا و گفتار، به تقویت تخیل و تمرکز کمک می کند. هم در حوزه کودک و هم در حوزه نوجوان و جوان، برنامه های تولیدی مناسبی پخش می شوند که می توان به همان روشی که در بالا ذکر شد، در کلاس مطالعات اجتماعی از آن ها کمک گرفت. در این شرایط می توان از دانش آموزان خواست مطالب شنیده شده را خلاصه نویسی یا بازگویی کنند یا پیام های اجتماعی برنامه را تحلیل کنند. برای مثال، گوش دادن به گفت و گویی رادیویی درباره حقوق شهروندی و بحث گروهی درباره وظایف شهروندان.

* مجله ها: بارها شنیده ایم

که فرهنگ خواندن در سطح جامعه، به ویژه در سطح کودک و نوجوان، بسیار کاهش یافته و دانش آموزان به استفاده افراطی از تلفن های همراه روی آورده اند.

اما به واقع ما معلمان چقدر فرهنگ

مطالعه را در کلاس هایمان ترویج می کنیم تا دانش آموزان ضرورت آن را درک کنند. به عنوان نمونه، بیش از

پنجاه سال است که مجله های تخصصی

کودک و نوجوان (رشد) در مجله های

گوناگون و با مشارکت کارشناسان این حوزه

تولید و چاپ می شوند و با قیمت بسیار ارزان

در اختیار همه دانش آموزان قرار می گیرند.

مطالب این مجله ها جذاب، علمی، تفریحی

و کاملاً مرتبط با زندگی حال آن ها تدوین

می شوند. تنها لازم است از قبل به آن ها مراجعه

کرد و مطالب مربوط به مفاهیم مطالعات اجتماعی

را انتخاب کرد و در اختیار دانش آموزان قرار داد تا

به عنوان بخشی از مطالب درسی از آن ها استفاده

کنند.

همچنین می توانیم پس از مطالعه ایشان، بخواهیم که

به عنوان فعالیت کلاسی، یک صفحه از مجله ای را

با موضوع «مسئولیت پذیری اجتماعی نوجوانان»

طراحی کنند.

* جمع بندی

رسانه های پر شمار با توجه به گستردگی،

نفوذ و تنوع خود، به عنوان ابزار مکمل نظام

آموزش رسمی شناخته می شوند. بهره گیری

آگاهانه و هدفمند معلمان از این رسانه ها

می تواند بر کیفیت یادگیری، سواد

رسانه ای دانش آموزان و تفکر انتقادی

بیفزاید. *

پی نوشت ها

1. Mass Media
2. Moodle
3. Google Classroom
4. SKYROOM
5. Apps
6. Gamification

۷. یک نمونه بسیار جذاب و خوب تولید شده در سال های اخیر، برنامه ایرانگرد است

* مقدمه

انگیزه تحصیلی از مهم‌ترین عوامل موفقیت آموزشی دانش‌آموزان در تمام دوره‌های تحصیلی است. دانش‌آموزانی که انگیزه درونی بالاتری دارند، نه تنها عملکرد تحصیلی بهتری دارند، بلکه در برابر چالش‌ها و ناکامی‌ها نیز مقاوم‌تر عمل می‌کنند (دسی و رایان، ۲۰۰۰). تجربه‌های کوچک موفقیت، به‌ویژه در سال‌های آغازین تحصیل، زمینه‌ساز شکل‌گیری انگیزه درونی و پایدار در مسیر یادگیری تا دوره‌های بالاترند. بر اساس نظریه خودتعیین‌گری، احساس شایستگی و خودکارآمدی از نیازهای

تجربه‌های
کوچک
موفقیت‌های بزرگ

بنیادین روان‌شناختی انسان است که در صورت تقویت، بر انگیزه درونی می‌افزاید (دسی و رایان، ۲۰۰۰). همچنین، طبق نظریه ذهنیت رشد زمانی که دانش‌آموز باور دارد توانایی هایش قابل پرورش است، در مواجهه با شکست و دشواری‌ها، به تلاش خود ادامه می‌دهد و یادگیری را فرایندی پویا می‌بیند (دوک، ۲۰۰۶).

یکی از راهکارهای کلیدی ایجاد چنین ذهنیتی، فراهم کردن تجربه‌های کوچک موفقیت برای دانش‌آموزان است. این تجربه‌ها با ایجاد احساس پیشرفت و کفایت، زمینه‌ساز رشد انگیزه، اعتمادبه‌نفس و تداوم یادگیری می‌شوند.

در پژوهش‌های داخلی نیز این نتایج تأیید شده‌اند. احمدی‌راد و همکاران (۱۳۹۵) دریافتند، تقسیم تکلیف‌های دشوار به مراحل ساده‌تر، بر علاقه و اعتمادبه‌نفس دانش‌آموزان ابتدایی می‌افزاید. همچنین، کریمی (۱۴۰۲) در همایش بین‌المللی معلمان برتر تأکید کرده است که دستیابی به اهداف کوچک و قابل دسترسی، در شکل‌گیری انگیزه پایدار نقش بسزایی دارد.

پایداری

در

زهرامینی‌فرد

مسیر

یادگیری



با توجه به این مبانی، مقاله حاضر با هدف بررسی نقش تجربه‌های کوچک موفقیت در تقویت انگیزه تحصیلی و ارائه راهکارهای عملی به معلمان تدوین شده است. در این نوشتار، ضمن مرور یافته‌های علمی، نمونه‌هایی از روش‌های کاربردی اجرای این مفهوم در کلاس‌های درس ارائه می‌شوند.

* انگیزه و انگیزه تحصیلی

انگیزه نیرویی درونی یا بیرونی است که انسان را به انجام رفتار و امی دارد و جهت و شدت فعالیت‌های او را تعیین می‌کند. در روان‌شناسی تربیتی، انگیزه «موتور محرک یادگیری» شناخته می‌شود و بدون آن فرایند آموزش به تجربه‌ای سطحی و ناپایدار تبدیل می‌شود (خان و همکاران، ۲۰۲۲).

انگیزه را به دو دسته اصلی درونی و بیرونی تقسیم کرده‌اند: انگیزه درونی به تمایل فرد برای انجام فعالیت به‌خاطر لذت، علاقه یا احساس رشد شخصی اشاره دارد. در مقابل، انگیزه بیرونی زمانی است که فرد، به دلیل عوامل بیرونی مانند پاداش، نمره یا تأیید دیگران، به فعالیت می‌پردازد (دسی و رایان، ۲۰۰۰). مطالعات نشان می‌دهند، انگیزه درونی در مقایسه با انگیزه بیرونی بر پیشرفت تحصیلی، خودکارآمدی و پایداری در یادگیری اثر ماندگارتری دارد. نظریه خودتعیین‌گری که دسی و رایان مطرح کردند، سه نیاز اساسی روان‌شناختی را برای شکل‌گیری انگیزه درونی معرفی می‌کند:

/ احساس شایستگی: باور به توانایی در انجام کارها و غلبه بر چالش‌ها؛

/ احساس خودمختاری: احساس آزادی در انتخاب و کنترل فعالیت‌ها؛

/ ارتباط: احساس تعلق و ارتباط مثبت با دیگران. هرگاه این نیازها در محیط یادگیری برآورده شوند، انگیزه درونی دانش‌آموزان افزایش می‌یابد و آنان با اشتیاق بیشتری به یادگیری می‌پردازند. از سوی دیگر، انگیزه تحصیلی به تمایل و اشتیاق دانش‌آموز برای یادگیری، پیشرفت و موفقیت در فعالیت‌های آموزشی اطلاق می‌شود. سطح انگیزه تحصیلی به‌طور مستقیم با عملکرد، پشتکار و نگرش یادگیری مرتبط است. نظریه ذهنیت رشد نیز بر نقش باورهای فرد درباره توانایی‌ها تأکید می‌کند. دانش‌آموزانی که باور دارند استعدادشان قابل پرورش است، هنگام مواجهه با ناکامی تسلیم نمی‌شوند و تلاش بیشتری برای یادگیری انجام می‌دهند. این نگرش سبب می‌شود انگیزه درونی آنان افزایش یابد و پیشرفت تحصیلی‌شان پایدارتر شود. در فضای آموزشی ایران نیز تحقیقات نشان داده‌اند،

تقویت انگیزه تحصیلی با استفاده از روش‌های فعال تدریس، بازخورد توصیفی و مشارکت دانش‌آموز در فرایند یادگیری، در پیشرفت تحصیلی نتایج چشمگیری دارد (احمدی‌راد و همکاران، ۱۳۹۵؛ کریمی، ۱۴۰۲).

در مجموع می‌توان گفت، انگیزه تحصیلی زمانی در دانش‌آموزان رشد می‌کند که آنان خود را توانمند، با ارزش و در مسیر رشد ببینند. ایجاد فرصت‌هایی برای تجربه موفقیت، حتی در مقیاس کوچک، می‌تواند هر سه نیاز بنیادین روان‌شناختی را بر آورد و زمینه شکوفایی انگیزه درونی را فراهم کند.

* تجربه‌های کوچک موفقیت

تجربه‌های کوچک موفقیت به مجموعه‌ای از موقعیت‌ها و رویدادهای آموزشی گفته می‌شود که در آن‌ها دانش‌آموز احساس می‌کند توانسته است گامی هرچند کوچک در مسیر پیشرفت خود بردارد. این موفقیت‌های تدریجی، هرچند در ظاهر ساده به نظر می‌رسند، اما از دیدگاه روان‌شناسی تربیتی، در شکل‌گیری انگیزه درونی و ذهنیت رشد نقشی بنیادین دارند. مطالعات باندورا (۱۹۹۷) در زمینه «خودکارآمدی» نشان می‌دهد، تجربه موفقیت‌های واقعی، حتی کوچک و جزئی، مؤثرترین عامل در افزایش احساس شایستگی و باور به توانایی‌های شخصی است. به بیان دیگر، هر بار که دانش‌آموز در انجام تکلیف یا فعالیتی کوچک موفق می‌شود، مغز او بازخورد مثبتی دریافت می‌کند که باور «می‌توانم یاد بگیرم» را تقویت می‌کند. این چرخه تجربه موفقیت و تقویت باور، پایه انگیزه پایدار در یادگیری است.

پژوهش‌های جدیدتر نیز بر این نکته تأکید می‌کنند که موفقیت‌های تدریجی می‌توانند جایگزین مناسب پاداش‌های بیرونی باشند. در مطالعه کییواس و سایدز (۲۰۲۲) مشخص شد، زمانی که دانش‌آموزان در فرایند هدف‌گذاری مشارکت دارند و پیشرفت خود را به‌صورت مرحله‌به‌مرحله مشاهده می‌کنند، عملکرد بهتری در درس‌های ریاضی و انگیزه بالاتری برای ادامه یادگیری دارند. این یافته‌ها با نظریه خودتعیین‌گری دسی و رایان همسوس است که بر اهمیت احساس شایستگی و خودمختاری در رشد انگیزه درونی تأکید می‌کند.

از دیدگاه تربیتی، تجربه‌های کوچک موفقیت به دانش‌آموزان می‌آموزد که پیشرفت حاصل «تلاش» است، نه «استعداد ذاتی». این آگاهی سبب کاهش ترس از اشتباه و افزایش تاب‌آوری می‌شود. افزون بر این، وقتی معلمان از پیشرفت دانش‌آموز قدردانی می‌کنند، در واقع پیام ارزشمندی را منتقل می‌کنند: «هر تلاش صادقانه‌ای ارزش دیده‌شدن دارد.» چنین تجربه‌هایی، بذر اعتمادبه‌نفس و عشق به یادگیری را در دل دانش‌آموزان می‌کارند.

در نتیجه می‌توان گفت، تجربه‌های کوچک موفقیت نه تنها انگیزه تحصیلی را تقویت می‌کنند، بلکه به ایجاد محیطی امن، شاد و حمایتگر در کلاس درس کمک می‌کنند؛ محیطی که در آن دانش‌آموزان باور دارند موفقیت دست‌یافتنی است و مسیر یادگیری فرصتی برای رشد است، نه آزمونی برای قضاوت.

* راهکارهای عملی برای معلمان

تجربه‌های کوچک موفقیت زمانی شکل می‌گیرند که معلم آگاهانه مسیر یادگیری را به پله‌هایی کوتاه، لذت‌بخش و



**تجربه‌های
کوچک موفقیت
زمانی شکل
می‌گیرند که
معلم آگاهانه
مسیر یادگیری
را به پله‌هایی
کوتاه، لذت‌بخش
و دست‌یافتنی
تقسیم کند**

دست‌یافتنی تقسیم کند. در ادامه، چند راهکار کاربردی برای تحقق این هدف ارائه می‌شود:

طراحی تکلیف‌های پلکانی

در این روش، فعالیت‌های آموزشی از ساده به دشوار پیش می‌روند تا دانش‌آموز بتواند در هر مرحله احساس موفقیت کند. برای مثال، در آموزش نوشتن انشا، ابتدا از جمله‌های کوتاه و موضوع‌های ساده آغاز شود و سپس به نگارش متن کامل برسد.

بازخورد توصیفی و تشویق هوشمند

بازخوردهای کلی مانند «آفرین» یا «خوب بود»، اگرچه مثبت‌اند، اما تأثیر ماندگاری ندارند. در مقابل، بازخورد توصیفی مانند «امروز توانستی با دقت بیشتری بنویسی» یا «در تلاش امروزت پیشرفت قابل توجهی دیدم»، به دانش‌آموز نشان می‌دهد دقیقاً در چه زمینه‌ای رشد کرده است. بازخوردهای توصیفی انگیزه درونی را تقویت می‌کنند و اضطراب ناشی از قضاوت را کاهش می‌دهند.

هدف‌گذاری مشارکتی و قابل دسترس

معلمان می‌توانند در آغاز هر درس یا پروژه درباره اهداف کوتاه‌مدت گفت‌وگو با دانش‌آموزان کنند: «این هفته می‌خواهیم یاد بگیریم چگونه جملات زیباتری بنویسیم.» سپس در پایان هفته، با کمک دانش‌آموزان بررسی کنند تا چه حد به هدف نزدیک شده‌اند.

استفاده از نمایش تصویری پیشرفت

معلمان می‌توانند با استفاده از نمودار پیشرفت فردی، دفتر تلاش، یا صفحه موفقیت در کلاس، روند پیشرفت دانش‌آموزان را به نمایش بگذارند. مشاهده تغییرات کوچک و تدریجی، به‌ویژه برای دانش‌آموزان خجالتی یا ضعیف‌تر، احساس «من هم می‌توانم» را تقویت می‌کند.

فعالیت‌های گروهی و هم‌افزایی در موفقیت

فعالیت‌های گروهی کوچکی که در آن‌ها هر دانش‌آموز نقشی مشخص و قابل انجام دارد، زمینه تجربه «موفقیت مشترک» را فراهم می‌کنند. چنین تجربه‌هایی هم‌زمان حس تعلق، اعتمادبه‌نفس و همکاری را تقویت می‌کنند.

ترویج ذهنیت رشد و بازنگری در مفهوم شکست

گفت‌وگو درباره تجربه‌های واقعی تلاش و ناکامی،

معرفی دانشمندان و هنرمندانی که از اشتباه‌های خود آموخته‌اند و تأکید بر فرایند یادگیری به جای نتیجه، به دانش‌آموزان می‌آموزد که شکست بخشی از مسیر رشد است نه پایان آن.

جشن گرفتن موفقیت‌های کوچک

در پایان هر مرحله از یادگیری لازم است زمانی برای قدردانی از تلاش دانش‌آموزان اختصاص داده شود. این تشویق می‌تواند به شکل کلامی، اهدای کارت‌های کوچک تقدیر، یا نمایش کارهای برتر در کلاس انجام گیرد. نکته مهم، تمرکز بر پیشرفت فردی است، نه مقایسه با دیگران.

اجرای این راهکارها نه تنها بر انگیزه تحصیلی می‌افزاید، بلکه فضای کلاس را از محیطی صرفاً آموزشی به محیطی «رشددهنده، حمایتی و لذت‌بخش» تبدیل می‌کند.

سخن پایانی

تجربه‌های کوچک موفقیت همان چراغ‌های کوچکی هستند که مسیر یادگیری را روشن می‌کنند. دانش‌آموزانی که طعم موفقیت را در مقیاس‌های ساده و روزمره می‌چشند، اعتمادبه‌نفس و انگیزه پایدارتری برای ادامه مسیر پیدا می‌کنند. این تجربه‌ها نشان می‌دهند «یادگیری» فرایندی تدریجی و قابل رشد است، نه مسابقه‌ای برای مقایسه یا قضاوت.

نقش معلم در این میان بی‌بدیل است. به خصوص زمانی که مجبور هستیم کلاس‌های درس را در فضای مجازی (برخط/برون خط) برگزار کنیم لازم است با ارائه تکالیف کوتاه، محدود و اجرای پروژه‌های جذاب با فراهم کردن زمینه موفقیت‌های هر چند کوچک به دانش‌آموزان انگیزه بدهیم و شوق یادگیری را در آنان افزایش بدهیم. معلم با طراحی دقیق موقعیت‌های یادگیری، ارائه بازخوردهای مؤثر و ترویج نگاه رشدگرا می‌تواند هر کلاس درس را به محیط پرورش امید، انگیزه و خودباوری تبدیل کند. همان‌طور که در آموزه‌های تربیتی نیز آمده است، «هیچ موفقیت بزرگی بدون مجموعه‌ای از گام‌های کوچک به دست نمی‌آید.»

در دنیای پرشتاب امروز که رقابت، مقایسه و اضطراب تحصیلی فراگیر شده است، شاید بازگشت به همین موفقیت‌های کوچک بتواند آرامش و انگیزه‌ای ماندگار را به فضای آموزشی بازگرداند. اگر هر معلم بتواند در کلاس خود، حتی برای یک دانش‌آموز، لحظه‌ای از تجربه موفقیت ایجاد کند، آن لحظه می‌تواند جرقه‌ای برای آینده‌ای روشن‌تر باشد. آینده‌ای که در آن یادگیری با عشق، باور و امید همراه است. ✨

منابع

۱. احمدی‌راد، م. و حسینی، الف (۱۳۹۵). «نقش تکالیف پلکانی در افزایش انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان ابتدایی». فصلنامه آموزشی آورین ابتدایی، ۱۴ (۲).
۲. کریمی، س (۱۴۰۲). «تأثیر تقسیم اهداف کلان به اهداف کوچک‌تر بر انگیزه پایدار یادگیری». مجموعه مقالات همایش بین‌المللی معلمان برتر، وزارت آموزش و پرورش، تهران.
۳. دسی، ادوارد. آل. و رایان، ریچارد. ام (۲۰۰۰). «نظریه خودتعیین و پرورش انگیزه درونی و رشد اجتماعی». مجله روان‌شناسی آمریکایی، ۵۵ (۱).
۴. دوک، کارول (۲۰۰۶). ذهنیت: روان‌شناسی نوین موفقیت. رندوم هاوز، نیویورک.
۵. باندورا، آلبرت (۱۹۹۷). خودکارآمدی: تمرین کنترل شخصی. فریمن، نیویورک.
۶. کیواس، جی. و سایدز، جی (۲۰۲۰). «تأثیر هدف‌گذاری بر خودکارآمدی و انگیزه در درس ریاضی دانش‌آموزان ابتدایی». مجله بین‌المللی پژوهش در آموزش، ۱۰۲، ۱۵۸۶.
۷. لفر، م. گرین، د. و نیزیت، ر (۱۹۷۳). «تضعیف علاقه درونی کودکان با پاداش‌های بیرونی». مجله روان‌شناسی اجتماعی و شخصیت، ۲۸ (۱).
۸. خان، ا. بی. س. و فیصل، ع (۲۰۲۲). «تأثیر انگیزه درونی بر یادگیری دانش‌آموزان دوره ابتدایی». فصلنامه مطالعات آموزشی جهانی، ۱۱ (۷).
۹. ادوتوپیا. (۲۰۲۵). «شش راهکار برای تقویت انگیزه درونی در دانش‌آموزان ابتدایی». مجله آموزشی Edutopia، ۲۵.
۱۰. ادوتوپیا (۲۰۲۵). «بزرگداشت موفقیت‌های کوچک و نقش آن در انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان». مجله آموزشی Edutopia، ۲۷.

آریان مهربان
دانشجو معلم، دانشگاه
فرهنگیان زنجان

داستانهای یک معلم

کلاس

تأملی تربیتی
توجه‌طلبانه
بر رفتار
کودکان در
مدرسه

گوناگونی داشته باشد: شکایت از دردهای بدون علت جسمی، گریه‌های بی دلیل، لجبازی، سکوت طولانی، پرخاشگری ناگهانی، عقب‌نشینی و انزوا. آنچه در همه این رفتارها مشترک است، فریاد خاموش «مرا ببین» است. معلمی که این نشانه‌ها را درک نکند، تنها داروی جعلی را از کودک می‌گیرد، اما معلمی که در پس این رفتار نیاز را می‌بیند، داروی واقعی یعنی توجه و محبت را تجویز می‌کند.

* چرایی و نشانه‌ها: چرا کودکان به دنبال جلب توجه هستند؟

۱. چرایی رفتار

از منظر روان‌شناسی رشد، نیاز به توجه یکی از اساسی‌ترین نیازهای عاطفی کودک است. این نیاز در موارد زیر تشدید می‌شود:

/ الگوبرداری از محیط: کودک می‌بیند در خانواده یا مدرسه، فرد بیمار بیش از دیگران مورد توجه قرار می‌گیرد. بنابراین می‌آموزد که بیماری راهی برای دریافت توجه است.

/ رقابت درون خانوادگی: تولد فرزند جدید یا توجه بیشتر به خواهر یا برادر بیمار، حس طردشدگی را در کودک ایجاد می‌کند.

/ کمبود مهارت ارتباطی: کودک نمی‌داند نیاز خود را چگونه با کلمه بیان کند و به ابزارهای غیرکلامی پناه می‌برد.

او سریع ما را به اتاق مربی بهداشت فرستاد. مربی بهداشت پس از پرسیدن چند سؤال، با مادر آریا تماس گرفت. وقتی مادرش رسید، با تعجب گفت: «آریا که مریض نیست! این داروها مال برادرش...»

همه چیز روشن شد. آریا بیمار نبود، فقط می‌خواست توجه بیشتری بگیرد. علت این رفتار شاید سردی زمستان، یا شاید کمبود محبتی بود که در دل کوچکش جمع شده بود. آن روز فهمیدم گاهی تب بچه‌ها فقط روی پیشانی‌شان نیست، دل‌های کوچکشان هم می‌سوزد. اینجاست که اهمیت نظام مراقبت اجتماعی دانش‌آموزان (نماد) دوچندان می‌شود و با اندک تلاشی می‌توانیم کمک فراوانی به آن‌ها بکنیم.

استنباط تربیتی: تأمل بر نیاز پنهان پشت نقاب بیماری این روایت تنها شرح یک اتفاق ساده مدرسه‌ای نیست، پنجره‌ای است به دنیای کودکان کم‌توجهی شده‌ای که راهی جز «بیماری ساختگی» برای دیده شدن نیافته‌اند. آریا در این داستان نماینده بسیاری از کودکانی است که نیاز خود را به‌طور مستقیم به زبان نمی‌آورند و آن را در قالب رفتارهایی نمادین بروز می‌دهند. پیام اصلی این خاطره، مصرف دارو نیست، تلاش برای جلب توجه است؛ تلاشی که می‌تواند شکل‌های

هوا سرد بود. سوز باد دی‌ماه حتی از پشت پنجره‌های کلاس هم حس می‌شد. به همراه دو نفر از هم‌کلاسی‌هایم، برای کارورزی به یک مدرسه ابتدایی در زنجان رفته بودیم. مدیر با روی خوش از ما استقبال کرد و بعد از سلام و احوال‌پرسی، مرا به کلاس پایه سوم هدایت کرد. معلم کلاس آن روز کسالت داشت و من باید به تنهایی از پس چالش تدریس بر می‌آمدم.

زنگ اول هنر داشتیم. به بچه‌ها گفتم: «هر چه از فصل زمستان دوست دارید، نقاشی بکشید.» کلاس آرام شد. فقط صدای خش‌خش مدادها روی کاغذ می‌آمد. ناگهان آریا، پسری با موهای به‌هم‌ریخته و چشم‌های رنگی، از جای خود بلند شد و جلوی میز آمد. گفت: «آقا، حالم بد شده. من برم حیاط، باید داروم رو بخورم؟»

نگاهش کردم: «چه شده آریا؟» گفت: «حالم بد شده. تب دارم.» دستم را روی پیشانی‌اش گذاشتم. گرم نبود. رنگش هم پریده به نظر نمی‌رسید. تب نداشت، اما چشم‌هایش ترس عجیبی را پنهان کرده بودند. گفتم: «چه قرصی می‌خواهی بخوری؟» از جیبش یک بسته دارو درآورد؛ قرص سرماخوردگی بود. کمی شک کردم. به علی، نماینده کلاس، گفتم: «من آریا رو می‌برم دفتر، تو مراقب بقیه باش.»

در راهروی مدرسه، آریا دستم را محکم گرفته بود. انگار می‌ترسید رهایش کنم. وقتی ما جرا را به مدیر گفتم،

اضطراب و احساس کم ارزشی: ترس از نادیده گرفته شدن در کلاس شلوغ یا خانواده پر جمعیت.
فشار تحصیلی: گاهی شکایت از بیماری راهی برای فرار از موقعیت های تنش زایی مانند امتحان است.

۲. نشانه های هشدار دهنده

معلمان و والدین با مشاهده چند نشانه می توانند به وجود این نیاز در کودک پی ببرند:
تکرار مکرر شکایت از دردهای بدون علت جسمی (سردرد، دل درد و تهوع)؛
زمان بندی مشخص شکایت ها (مثلاً پیش از امتحان، پس از تحسین شدن هم کلاسی، یا هنگام ورود معلم جدید)؛

بهبود سریع علامت ها پس از دریافت توجه، همدلی یا نوازش؛
اغراق در توصیف بیماری و نمایش شدت درد؛
تقلید از رفتار فرد بیمار در خانه یا مدرسه؛
واکنش نامناسب به بیماری دیگران (حسادت یا توجه افراطی).

* راهبردهای تربیتی: چگونه

واکنش نشان دهیم و

چگونه پیشگیری کنیم؟

۱. اقدامات پیشگیرانه در مدرسه

شناسایی کودکان نیازمند توجه: معلمان با مشاهده رفتارهایی مانند اغراق در توصیف دردها، تقلید مکرر از دیگران، انزوای طولانی یا پر خاشاگری ناگهانی می توانند این دانش آموزان را شناسایی کنند.
ایجاد فرصت های مثبت برای جلب توجه: کودک چندین بار این رفتار را تکرار می کند: اختصاص زمان ویژه، گفت و گوی فردی، هماهنگی با خانواده.

۲. برخورد با رفتارهای نامناسب

کودک داروی غیر مجاز به مدرسه آورده است: اطلاع به مدیر و مربی بهداشت، و تماس با خانواده بدون ایجاد وحشت.

کودک در جمع نظاره به بیماری می کند: پاسخ محترمانه و کوتاه، و پیگیری خصوصی بعد از کلاس.
والدین واکنش تدافعی نشان می دهند: تأکید بر «نیاز کودک»، نه «اشتباه والدین».

راهکارهای عملی برای مقابله با رفتارهای نامناسب کودک عبارت اند از:

دادن مسئولیت های کوچک مثل آبدادن به گلدان کلاس، پاک کردن تخته، یا توزیع برگه ها. همچنین معلم می تواند با چنین رفتارهایی از مشکل نیاز کودک به توجه بکاهد:

تشویق کلامی روزانه: مانند: «امروز خیلی مرتب و منظم بودی!» یا: «نقاشی ات فوق العاده بود!»؛
اختصاص «زمان ویژه»: مثلاً پنج دقیقه گفت و گوی فردی؛
نصب نقاشی های دانش آموز روی دیوار کلاس، در هفته نمایش آثار؛
سلام و احوال پرسی شخصی؛ مانند: «آریا جان، دیروز فوتبال را دیدی؟»
تقویت مهارت های ارتباطی کودکان: از این طریق که به آن ها که می توانند مستقیم و مؤدبانه نیاز خود را بیان کنند. مثلاً: اگر دوست داری بیشتر بهت توجه کنم، می تونی مستقیم به من بگی.»

از این کارها بپرهیزیم

سرزنش و تحقیر: «تو دروغ گفتی!»
برچسب زنی: «آریا همیشه بهانه می گیره.»
بی توجهی کامل: «چیزیش نیست، برو سر جات.»
مقایسه با دیگران: «بین فلانی چقدر مقاومه.»

این گونه واکنش نشان دهیم

آرامش خود را حفظ کنیم.
بدون قضاوت گوش دهیم.
احساس کودک را تأیید کنیم: «می بینم که واقعاً ناراحتی.»

به دنبال علت باشیم، نه سرکوب رفتار: «به نظرت چرا امروز این حس رو داری؟»
آموزش جایگزین: «دفعه بعد می تونی مستقیم به من بگی که به توجه نیاز داری.»

* همکاری با خانواده

الف) اطلاع رسانی بدون ایجاد شرم: به والدین توضیح دهیم که این رفتار «بدرفتاری» یا «دروغ گویی» نیست، بلکه نیاز کودک به ارتباط و محبت است.

ب) پیشنهاد فعالیت های مشترک:

۲۰ دقیقه بازی بی واسطه روزانه، بدون تلویزیون، تلفن همراه یا هرگونه حواس پرتی؛ فقط والدین و کودک.

برگزاری آیین های خانوادگی، نظیر شب های قصه، گردش هفتگی یا آشپزی مشترک.
توجه مثبت شرطی نشده به کودک. مثلاً به او بگوییم حتی وقتی «کاملاً سالم» و «بدون مشکل» است، دوستش داریم.

هشدار: چه زمانی مداخله

تخصصی لازم است؟

خطر پذیری: وقتی کودک به سمت مصرف واقعی داروی بدون نیاز رفت

یا به انجام کارهای خطرناک برای جلب توجه تمایل نشان داد.

تکرار بیمارگون: وقتی این رفتار به صورت مکرر، مقاوم به مداخله های ساده و همراه با علامت های دیگری مانند اضطراب شدید، افسردگی یا پر خاشاگری باشد.

اختلال در عملکرد: وقتی این رفتار باعث افت تحصیلی، طرد شدن از سوی همسالان یا مشکل در روابط خانوادگی شده باشد.
در این موارد، ارجاع به روان شناس کودک یا مشاور مدرسه ضروری است.

* نتیجه گیری: معلمی که دل می بیند

مدرسه فقط جای آموزش نیست. میدان دیده شدن هم هست. کودکان پیش از آنکه ریاضیات و علوم بیاموزند، باید بیاموزند که دیده می شوند و مهم هستند. آریا با جعبه داروی خالی اش، نه یک دروغ، که یک سؤال بزرگ از ما پرسید: «اگر مریض نباشم، باز هم مرا می بینید؟»

پاسخ ما به این سؤال، نه در کتاب های درسی، که در نگاه ما به کودکان شکل می گیرد. معلم موفق کسی نیست که فقط درس می دهد. او کسی است که زبان خاموش نیاز را می فهمد و پیش از آنکه کودک به بیماری ساختگی پناه ببرد، داروی محبت را به موقع تجویز می کند.

تب کودکان همیشه روی پیشانی نیست؛ گاهی دل های کوچکشان می سوزد... و کار معلم، یافتن این تب های پنهان است.

ممکن است در بسیاری از دانش آموزان موارد مشابه را شاهد باشیم. بهره مندی از مطالب علمی و آموزش های مرتبط با «طرح مراقبت اجتماعی دانش آموزان» (نماد) و معرفی سامانه ۱۵۷۰ به دانش آموزان، بسیار ضروری و راهگشا خواهد بود. ☺

منابع

۱. شاملو، سعید (۱۳۹۰). آسیب شناسی روانی کودک و نوجوان. انتشارات رشد. تهران.
۲. شفیعی آبادی، عبدالله (۱۴۰۰). مشاوره کودک. انتشارات رشد. تهران.
۳. دالاور، علی (۱۳۹۸). مبانی نظری و عملی پژوهش در علوم انسانی. انتشارات ارسباران. تهران.

4. Dunn, J. (2015). Sibling Relationships: Developmental and Clinical Issues. Routledge.
5. Ainsworth, M. D. S. (1978). Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. Lawrence Erlbaum.

* نهم اردیبهشت، روز شوراها

روز شوراها یادآور خرد جمعی، گفت‌وگوی مسئولانه و مشارکت آگاهانه در تصمیم‌سازی‌های اجتماعی است. شوراها نماد اعتماد به اندیشه‌های متنوع و مسیر رسیدن به تصمیم‌های عادلانه و پایداری‌اند. این روز فرصتی است برای پاسداشت فرهنگ مشورت، همدلی و مسئولیت‌پذیری برای ساختن آینده‌ای بهتر.

* دهم اردیبهشت، روز ملی خلیج همیشه فارس

این روز یادآور هویت تاریخی، اقتدار فرهنگی و نام جاودانه‌ای است که ریشه در تاریخ کهن ایران دارد. خلیج فارس نماد هم‌بستگی ملی و پیوند ناگسستنی ایرانیان با سرزمین و فرهنگ خویش است. گرامی باد این روز پرافتخار بر همه ایرانیان.

* ۱۲ اردیبهشت، روز معلم، روز پاسداشت مقام اخلاق، دانایی و تربیت

روز معلم روز پاسداشت اندیشه‌هایی است که چراغ راه فردا می‌شوند. معلم واژه‌ای است کوتاه با معنایی بلند. کسی که با صبوری می‌سازد، با دانایی می‌افروزد و با عشق، انسان پرورش می‌دهد. در هیاهوی جهان امروز، شما آرام و استوار، بزر دانایی را در دل‌ها می‌کارید و به آینده امید می‌بخشید. قلم شما آغاز راه است و نگاهتان افق فردا. روز معلم فرصتی است برای قدردانی از آنان که نه فقط درس، که زندگی می‌آموزند. با احترام و سپاس، این روز فرخنده را به همه معلمان فرهیخته تبریک می‌گوییم و به پاس مهر بی‌دریغشان سر تعظیم فرود می‌آوریم. نام‌گذاری این روز به یاد شهید آیت‌الله مرتضی مطهری، گواهی روشن بر جایگاه رفیع او به عنوان معلمی اندیشمند و مصلحی آگاه است. شهید مطهری تعلیم را تنها انتقال دانش نمی‌دانست، بلکه آن را فرایندی عمیق برای پرورش انسان متعادل، آگاه و مسئول تلقی می‌کرد. از نگاه او، معلم باید علاوه بر آموزش علمی، در شکل‌دهی به شخصیت اخلاقی و فکری شاگردان نقش آفرین باشد (مطهری، ۱۳۸۴). به همین دلیل، آثار و اندیشه‌های او همواره ناظر به تربیت نسلی پرسشگر، خردورز و متعهد هستند (مطهری، ۱۳۸۶). در حوزه تعلیم و تربیت، مطهری بر پرورش همه‌جانبه انسان تأکید داشت؛ پرورشی که شامل بُعد علمی، اخلاقی، اجتماعی و معنوی باشد. او هشدار می‌داد که آموزش جدا از

دکتر لیلا میرزایی
دانش‌آموخته فلسفه
تعلیم و تربیت

خلیج فارس

(شعراء، آیه‌های ۱۰۷، ۱۲۵ و ۱۴۳)؛

/ صبوری و بردباری: معلم باید در برابر دشواری‌های آموزش و تفاوت‌های دانش‌آموزان صبور باشد؛ همان‌گونه که پیامبران در برابر تکذیب قومشان صبر کردند (سوره احقاف، آیه ۳۵).

/ مهربانی و دلسوزی: قرآن پیامبر را به دلیل رحمت به مؤمنان و مهربانی با ایشان ستوده است (سوره توبه، آیه ۱۲۸). معلم نیز باید با قلب مهربان به هدایت و رشد شاگردان بیندیشد.

/ آموزش حکمت: معلم باید به دنبال تعمیق فهم باشد، نه صرفاً حفظ اطلاعات. قرآن به تعقل و تفکر دعوت می‌کند (سوره نحل، آیه ۱۲۵): «ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ...».

درود بر معلم، آن آینه صبوری که تصویر فردای روشن را در خود منعکس می‌کند و هر روز با عشقی بی‌منت، جهان را دگرگون می‌کند.

اخلاق، جامعه را با بحران‌های فکری و ارزشی روبه‌رو می‌کند (مطهری، ۱۳۸۴).

دست‌های معلم نه برای نگاه داشتن، که برای رهاکردن هستند. زیباترین کار معلم آن است که نه فقط ذهن، که دل را می‌آموزد. او در ما «پرسیدن» را برمی‌انگیزد، نور کنجکاوی را روشن نگاه می‌دارد و مهم‌تر از همه، به ما می‌آموزد که انسان بودن والاترین درس زندگی است. معلم معمار روح نسل فرداست. او با قلم توانای خود، نه بر کاغذ، که بر صفحه قلب انسان‌ها می‌نویسد و نوشته‌هایش هرگز با گذر زمان پاک نمی‌شوند. معلم نگهبان اصیل‌ترین گنجینه بشریت است.

معلمی که می‌خواهد الگو باشد، باید آموخته‌های خود را در عمل نشان دهد. قرآن بارها بر پیوند ناگسستنی ایمان و عمل صالح تأکید کرده است.

* ویژگی‌های معلم

از منظر قرآن

/ صداقت و راست‌گویی: معلم باید مانند پیامبران، که الگوی معلمان هستند، امین باشد

* ۲۰ اردیبهشت، روز کرامت رضوی

«دانش را بیاموزید، زیرا دانش دلیل بر عقل و نشانه بزرگواری انسان است» (امام رضا (ع)) (شیخ صدوق، ۲۸).

امام رضا (ع) در یازدهم ذی‌القعدة سال ۱۴۸ (ه‌ق) در

روزهای مهم اردیبهشت ماه



شهر مدینه متولد شد. پدر ایشان امام موسی کاظم (ع) و مادرشان بانویی با فضیلت به نام نجمه یا تکتُم بود که در منابع تاریخی از ایمان، پاکدامنی و خردمندی او یاد شده است (شیخ مفید). در گزارش های تاریخی آمده است که نشانه های علم، وقار و شایستگی امامت از همان دوران کودکی در امام رضا (ع) آشکار بود. پس از شهادت امام موسی کاظم (ع)، ایشان عهده دار مسئولیت امامت شیعیان شد و به عنوان مرجع علمی و دینی جامعه اسلامی شناخته شد (کلینی، ۱۳۸۸). امام رئوف (ع) در آخر ماه صفر سال ۲۰۳ هجری قمری در شهر طوس (مشهد کنونی) به شهادت رسید. بنا بر نقل منابع تاریخی معتبر، شهادت آن حضرت به دستور مأمون عباسی و از طریق مسمومیت صورت گرفت؛ اقدامی که در پی افزایش نفوذ معنوی و جایگاه اجتماعی امام انجام شد (طبرسی، ۱۳۷۰). شهادت امام رضا (ع) نه تنها پایان زندگی ظاهری ایشان نبود، بلکه آغاز شکل گیری یکی از مهم ترین کانون های فرهنگی و مذهبی جهان تشیع در خراسان شد که تا امروز نقشی اساسی در گسترش معارف اهل بیت (ع) ایفا می کند.

* ۲۵ اردیبهشت. روز پاسداشت زبان فارسی

روز ادب و نثر فارسی روز پاسداشت ریشه هایی است که زبان ما را زنده نگاه داشته اند؛ روزی برای تعظیم در برابر واژه هایی که تاریخ، هویت و اندیشه یک ملت را بر دوش کشیده اند. در این میان، نام حکیم ابوالقاسم فردوسی چون ستونی استوار در بنای زبان و فرهنگ ایران می درخشد؛ شاعری که با شاهنامه، نه تنها اثری ادبی، که شناسنامه ای جاودان برای ایران آفرید.

* ۳۰ اردیبهشت. روز شهادت خادمان بی منت

شهادت اوج صداقت مردانی است که تا آخرین نفس در مسیر خدمت ایستادند. آیت الله سید ابراهیم رئیسی و همراهان وفادارش، در هنگامه ای که خدمت را نه در گفتار، که در عمل معنا می کردند، به قافله شهیدان پیوستند؛ آنان که جان خویش را بی هیاو اما با اخلاص در راه مسئولیتی الهی نثار کردند. *

۱ اردیبهشت / روز بزرگداشت سعدی، روز نثر فارسی؛

۲ اردیبهشت / روز تجلیل از امامزادگان و بقاع متبرکه، روز زمین پاک روز شهدای ورزشکار، بزرگداشت حضرت صالح بن موسی کاظم (ع)؛

۳ اردیبهشت / بزرگداشت حضرت احمد بن موسی شاهچراغ (ع) بزرگداشت شیخ بهایی، شهادت امیر سپهبد قرنی، روز معماری؛

۵ اردیبهشت / شکست حمله نظامی آمریکا در طیس؛

۷ اردیبهشت / روز ایمنی حمل و نقل؛

۸ اردیبهشت / ولادت حضرت امام رضا (ع)؛

۹ اردیبهشت / روز شوراها؛

۱۰ اردیبهشت / روز ملی خلیج فارس؛

۱۱ اردیبهشت / روز جهانی کار و کارگر؛

۱۲ اردیبهشت / شهادت استاد مطهری و روز معلم؛

۱۵ اردیبهشت / بزرگداشت شیخ صدوق، روز ماما؛

۱۸ اردیبهشت / روز بیماری های خاص

روز جهانی صلیب سرخ و هلال احمر؛

۲۰ اردیبهشت / شهادت امام رضا (ع)؛

۲۲ اردیبهشت / روز دحو الارض؛

۲۵ اردیبهشت / روز پاسداشت زبان فارسی و بزرگداشت حکیم ابوالقاسم فردوسی؛

۲۶ اردیبهشت / شهادت حضرت امام محمد تقی (ع)؛

۲۷ اردیبهشت / سالروز ازدواج حضرت امام علی (ع) و حضرت فاطمه (س) روز ارتباطات و روابط عمومی؛

۲۸ اردیبهشت / بزرگداشت حکیم عمر خیام روز جهانی موزه و میراث فرهنگی؛

۳۰ اردیبهشت / روز ملی جمعیت

روز ایران گردی و ایران شناسی

روز شهدای خدمت (سالروز شهادت آیت الله رئیسی و هیئت همراه)؛

۳۱ اردیبهشت / روز اهدای عضو، اهدای زندگی.

منابع

۱. شیخ صدوق، (۱۳۷۶). عیون أخبار الرضا (ع)، ترجمه فارسی: سید هاشم رسولی محلاتی. صدوق. تهران. جلد ۲.
۲. کلینی، محمد بن یعقوب (۱۳۸۸). الکافی، ترجمه سید جواد مصطفوی. دارالکتب الاسلامیه. تهران.
۳. طبرسی، فضل بن حسن (۱۳۷۰). اعلام الوری بأعلام الهدی. ترجمه سید هاشم رسولی محلاتی. کتابفروشی اسلامیة. تهران
۴. مطهری، مرتضی (۱۳۸۴). تعلیم و تربیت در اسلام. صدرا. تهران.
۵. مطهری، مرتضی (۱۳۸۶). آشنایی با علوم اسلامی. صدرا. تهران.

آموزش کیفی در مدرسه الهام بخش



نویسنده: رابرت ای. (باب) سالو
مترجمان: سعید ماحد خاکسار، حسن ملکیان
ناشر: انتشارات سایه سخن
سال انتشار: ۱۴۰۴



از زبان ناشر آن بشنوید.
معرفی کتاب را

ایجاد می‌کند. مدیر الهام بخش فضایی فراهم می‌آورد که در آن معلمان بتوانند بهترین نسخه حرفه‌ای خود باشند و با انگیزه درونی به کارشان متعهد بمانند. در چنین فضایی، کیفیت به خواست مشترک تبدیل می‌شود، نه تکلیفی تحمیلی.

باب سالو در ادامه کتاب به روشنی توضیح می‌دهد که کیفیت آموزشی زمانی پایدار می‌شود که به فرهنگ مدرسه تبدیل شود، نه یک پروژه دوره‌ای یا برنامه‌ای کوتاه مدت. او تأکید می‌کند که یادگیری با کیفیت، چالش برانگیز، معنادار و متصل به زندگی واقعی است؛ یادگیری‌ای که نیازمند تلاش، تفکر و مسئولیت‌پذیری است. در این الگو، ارزیابی نه ابزار کنترل و قضاوت، بلکه وسیله رشد و بهبود مستمر است و خودارزیابی جایگاه مهمی پیدا می‌کند. معلمان و دانش‌آموزان می‌آموزند که کیفیت کار خود را بسنجند و از خود پرسند آیا بهترین تلاششان را ارائه داده‌اند یا نه.

مدرسه الهام بخش از نگاه باب سالو مدرسه‌ای است که در آن گفت‌وگو جای تهدید را می‌گیرد، تعهد جای اجبار را و امید جای ترس را. او نشان می‌دهد که گذار از نظر به عمل، تنها زمانی ممکن است که نگرش‌ها تغییر کنند و کیفیت به «سبک زندگی مدرسه» بدل شود. چنین مدرسه‌ای نه تنها به بهبود نتایج آموزشی می‌انجامد، بلکه انسان‌هایی مسئول، متعهد و امیدوار به آینده را پرورش می‌دهد؛ انسان‌هایی که یادگیری را نه وظیفه‌ای تحمیلی، بلکه انتخابی آگاهانه می‌دانند.

رابرت ای. باب سالو در کتاب «آموزش کیفی در مدرسه الهام بخش» تلاش می‌کند مفهوم «مدرسه کیفی» را از سطح نظری به عرصه عمل روزمره مدرسه وارد کند. او با الهام از مفهوم «نظریه انتخاب» دکتر ویلیام گلاسر، بر این باور است که کیفیت در آموزش و پرورش نه با اجبار، بلکه با الهام شکل می‌گیرد. باب سالو نشان می‌دهد که بسیاری از تلاش‌های اصلاحی مدرسه‌ها به این دلیل ناکام می‌مانند که همچنان بر کنترل بیرونی، نظارت سخت‌گیرانه و فشار از بالا تکیه دارند. در حالی که مدرسه با کیفیت آن است که در آن مدیران، معلمان و دانش‌آموزان احساس ارزشمندی، اختیار و تعلق خاطر می‌کنند. از نگاه او، کیفیت از رهبری آغاز می‌شود؛ رهبری‌ای که به جای دستور دادن، معنا می‌سازد و به جای ترساندن، اعتماد



نام معلم

بر تاج دنیا،

ای معلم ای سرآغاز ظهور رازها
ای دو بال محکم انگیزه پروازها
ای تجلیگاه مهر و روشنی در سینه‌ها
ای شکوه انعکاس نور در آینه‌ها
ای فروغ ناتمام عشق در چشمان شب
سجده بر اندیشه نابت نماز مستحب
تا کلامی همچو دُر، در سینه مهمان می‌کنی
عالمی را با غزل‌های غزل‌خوان می‌کنی
جرعه جرعه جای گرم عشق را سر می‌کشی
رنج‌ها را با تمام خویش در بر می‌کشی
بین رقص و بازی پروانه‌ها گم می‌شوی
سبزتر حتی ز خرم‌نگاه گندم می‌شوی
اجتماعی غرق اقیانوس عشقت این چنین
بر دل دریایی ات مهر هزاران آفرین
ای معلم نام تو دیباچه هر دفتر است
نام تو تفسیر جشن رویش نیلوفر است
در بهار معرفت قد می‌کشی، گل می‌دهی
وان گلستان را به دست سرو و سنبل می‌دهی
هر نفس عطر شمیم یاس تقدیم شما
یک جهان آلاله احساس تقدیم شما
تا جهان باقی است نامت زینت هفت آسمان
نام تو بر تاج دنیا تا همیشه جاودان

نویده نامجو فر
کارشناس ارشد مدیریت آموزشی

