

دکتر فرید براتی سده

دکتر فرید براتی سده

خود را به فعلیت درآورد و مسرت و خشنودی و رضایت حاصل از کاربرد توانایی‌ها و صفات درونی خود را تجربه کنند. امید و انگیزه، از جمله عوامل مهم در محیط‌های مثبت هستند.

یکی از محیط‌های مثبت، مدرسه است. مدرسه‌ی مثبت بیش از آن که یک مکان صرف باشد، نوعی رویکرد به آموزش و تعلیم و تربیت است. در این رویکرد، مدرسه به مثابه اتمسفری عاطفی است که دانش‌آموزان در آن شکوفا می‌شوند. برای بنیاد نهادن چنین بنایی، توجه به زیرساخت‌هایی، لازم و ضروری است. این زیرساخت‌های ضروری، عناصر یا اجزای مدرسه‌ی مثبت هستند. اگر ساختمانی را نماد مدرسه‌ی مثبت در نظر بگیریم و از کف ساختمان نگاهی به اجزای آن تا بالا بیندازیم، اجزای مدرسه‌ی مثبت را می‌توان چنین برشمرد:

«توجه، اعتماد و احترام». این سه موضوع، در کف قرار دارند و بنیاد مدرسه‌ی مثبت به شمار می‌روند. توجه، اعتماد و احترام متقابل اند؛ یعنی اگر دانش‌آموزی نیازمند توجه معلم یا معلمان خویش است، قاعدتاً انتظار می‌رود خودش هم به آنان احترام بگذارد، و برعکس معلم هم باید به دانش‌آموزانش احترام بگذارد. این موضوع به ویژه شامل احترام گذاشتن به تنوع و تفاوت‌های فرهنگی دانش‌آموزان هم می‌شود.

اهمیت حس مورد توجه بودن هم توسط معلمان و هم دانش‌آموزان تأکید می‌شود. توجه به شرایط تحصیلی دانش‌آموزان، دلایل عدم حضور آنان در کلاس، دلایل بی‌رغبتی به کلاس، درس، و مدرسه و توجه و حمایت از دانش‌آموزان در مواقعی که دچار بحران‌هایی می‌شوند، تماماً این احساس را به دانش‌آموزان القا می‌کند که تحت توجه هستند.

موضوع اعتماد به دانش‌آموزان در کلاس و مدرسه بسیار مورد توجه است؛ زیرا به اعتقاد متخصصان تعلیم و تربیت، اعتماد، منافع و مزایای بسیاری برای دانش‌آموزان دارد. دو محقق تعلیم و تربیت،

کلیدواژه‌ها: روان‌شناسی مثبت‌گرا، محیط مثبت، مدرسه‌ی

مثبت.

اشاره

روان‌شناسی مثبت‌گرا یکی از گرایش‌های تازه در روان‌شناسی است که کمی بیش از یک دهه یا به عبارت دقیق‌تر دوازده سال از عمر آن می‌گذرد. در این گرایش، به جای پرداختن به نقاط ضعف و مشکلات افراد از دیدگاهی منفی یا دیدگاه نقص، به توانمندی‌ها، صفات اخلاقی مثبت، فضیلت‌های انسانی، رفتار و افکار مثبت، شادی و نشاط آدمی توجه می‌شود. یکی از اهداف این شاخه از روان‌شناسی، ایجاد محیط‌ها یا مؤسسات و نهادهای مثبت است؛ از جمله: محیط کاری مثبت، محیط یادگیری مثبت (از جمله مدرسه‌ی مثبت)، خانواده و اجتماع مثبت.

ما می‌کوشیم طی سلسله مقالاتی، اصلی‌ترین نکات مرتبط با مدرسه‌ی مثبت را برای معلمان گرامی عرضه کنیم. بدیهی است، خوانندگان محترم برای آشنایی بیشتر با مباحث مربوط به روان‌شناسی مثبت‌گرا، می‌توانند به کتاب‌ها و مقالات مربوط و از جمله به نشانی یا بگانه الکترونیکی مرکز روان‌شناسی مثبت‌گرا مراجعه کنند:

www.positivepsychologycenter.org

ویژگی‌های محیط‌های مثبت

به طور کلی، محیط مثبت محیطی است که در آن شادی، نشاط و امید وجود دارد؛ محیطی که انگیزش‌های افراد را افزایش و ارتقا می‌دهد و موجب می‌شود افراد به راحتی توانش‌های بالقوه‌ی

به نامهای **مریلین واتسون**^۱ و **لورا اکمن**^۲ در کتابی با عنوان «یادگیری اعتماد: انتقال از دوره‌ی سخت ابتدایی به انضباط رشدی (تحولی)»^۳، موضوع مدیریت کلاس و برقراری نظم در مدارس ابتدایی را شرح داده‌اند. رویکرد آن‌ها در برقراری روابط اعتمادآمیز با مشکل‌دارترین دانش‌آموزان کلاس است؛ چه، این کار اثرات مثبتی به همراه دارد که به بقیه‌ی کلاس هم سرایت می‌کند.

این دو محقق که یکی (واتسون) روان‌شناس تعلیم و تربیت است و دیگری (اکمن) معلم مدرسه‌ی ابتدایی، از موضوعی حمایت می‌کنند که آن را انضباط تحولی (رشدی) می‌نامند. این مفهوم که از نظریه‌ی دلبستگی اخذ شده است، می‌گوید: حمایت از دانش‌آموزانی که دل‌بستگی نایمن دارند، مهم‌ترین هدف تعلیم و تربیت است. به باور آن‌ها، روابط اعتمادآمیز و توجه‌گرایانه، موجب اجتماعی شدن چنین دانش‌آموزانی خواهد شد.

راهکاری بسیار خوب برای معلمان و مربیان به منظور افزایش اعتماد دانش‌آموزان، اجتناب و پرهیز از شک کردن و تردید نسبت به دانش‌آموزان است. بدبینی، دشمن اعتماد است. معلمان مثبت در تعاملاتی که با دانش‌آموزان دارند، می‌کوشند راه‌هایی را پیدا کنند که دانش‌آموزان خوب به نظر برسند. هم‌چنین، گاهی بهترین نتایج آموزشی، مواقعی به دست می‌آیند که معلم کاملاً سکوت می‌کند و به دیدگاه‌ها و ابراز عقاید دانش‌آموزان گوش می‌سپارد. موضوع مهم دیگر در توجه و اعتماد به دانش‌آموزان، گذرانیدن وقت با آن‌هاست. تحقیق در محیط‌های آموزشی نشان داده است که مهم‌ترین شرط مثبت بودن مربیان از نظر یادگیرندگان، به

میزان زمانی بستگی داشته است که معلم به غیر از ساعات درسی با آن‌ها سر کرده است (مثلاً در ساعات تفریح یا در زنگ‌های ورزش یا در گردش‌های علمی و...).

موضوع دیگر که در کف ساختمان مدرسه‌ی مثبت جای دارد، احترام گذاشتن به دانش‌آموزان، به ویژه احترام به تفاوت‌های فرهنگی و فردی آن‌هاست. معلمان باید صدای همه‌ی دانش‌آموزان را در کلاس بشنوند و اجازه ندهند دانش‌آموزی به علت شرایط فرهنگی یا اقتصادی یا سنی و قومی خود، از ابراز نظر یا ارائه‌ی دیدگاهش در کلاس پرهیزد.

پی‌نوشت

1. Marilyn Watson
2. Laura Eckman
3. Learning to Trust: Transforming Difficult Elementary Classrooms Through Developmental Discipline.

منابع

۱. براتی سده، فرید (۱۳۸۸). اثربخشی مداخلات روان‌شناسی مثبت‌گرا در افزایش نشاط و شادی، خشنودی از زندگی و معناداری زندگی و کاهش افسردگی: مدلی برای اقدام. پایان‌نامه‌ی دوره‌ی دکتری، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده‌ی روان‌شناسی و علوم تربیتی.
2. Peterson, C. (2006). A Primer in Positive Psychology. NY: Oxford University Press.
3. Seligman, M.E.P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. American psychologist, 55, 5-14.
4. Snyder, C.R. & Lopez, S.J. (2007). Positive Psychology: The Scientific and Practical Exploration of Human Strengths. USA. Sage Publications.
5. Watson, M. & Eckman, L. (2003). Learning to trust: Transforming Difficult Elementary Classrooms Through Developmental Discipline. San Francisco: Jossey-Bass.

**هدف تعلیم و تربیت
حمایت از دانش‌آموزانی
است که در مدرسه
احساس ناامنی دارند**

