

تقویت روابط انسانی

با استفاده از تکنیک شش کلاه تفکر دوبونو



برنامه آموزشی و
ریزی

زینب عباسپور

کلید واژه‌ها:

مهارت‌های
زندگی،
تفکر،
روابط
انسانی،
بهداشت
روانی

چکیده

مهارت‌های زندگی، همان‌گونه که می‌توان از نام آن‌ها فهمید، روش‌ها و مهارت‌های اصلی و ضروری برای یک زندگی سالم و ارزنده‌اند. به عبارت دیگر، مهارت‌های زندگی مجموعه‌ای از توانایی‌ها هستند که سبب سازگاری ما با محیط و شکل‌گیری رفتارهای مثبت و مفید می‌شوند. این توانایی‌ها ما را قادر می‌سازند که نقش خود را در جامعه به خوبی ایفا کنیم و در روابط خود با دیگران به شکل مؤثری روبه‌رو شویم.

آموزش این نوع مهارت‌ها به ارتقای بهداشت روانی دانش‌آموزان در ابعاد گوناگون زندگی کمک می‌کند و آنان را قادر می‌سازد، مسئولیت‌های اجتماعی خود را بپذیرند و در تصمیم‌گیری، ارتباطات، تفکر و حل مسئله بهتر عمل کنند.

تسریع کرد (رابرت برلتون، ۱۳۸۱).

سرآغاز

هر فردی، در نتیجه فرایند جامعه‌پذیری، برخی از مهارت‌های ارتباط بین‌فردی را کسب می‌کند، اما باید سطح عملکرد او در این مهارت‌ها را بهبود بخشید. اصولاً هرکس برای آنکه در روابط انسانی خود فهمیده‌تر، مؤدب‌تر، صمیمی‌تر، بی‌ریاستر و آزاداندیش‌تر رفتار کند، از ظرفیت بالایی برخوردار است. اما به کمک مجموعه مستحکمی از دانش نظری، الگوهای مناسب و فرصت‌های تجربه شخصی، می‌توان فرایند کمال یافتن او را تا حد زیادی

معرفی تکنیک

معلم از طریق درس دادن، با شاگردان رابطه عملی برقرار می‌سازد. اگر این روش تدریس با روحیه شاد و سرحال باشد، در دانش‌آموزان ایجاد انگیزه می‌کند و آن‌ها نیز با شور و نشاط در کلاس حاضر می‌شوند و از درس خواندن لذت می‌برند. همین عامل آن‌ها را به سوی خلاقیت و نوآوری، ظهور استعدادها، بیان اندیشه‌ها و... سوق می‌دهد (قرائی مقدم، ۱۳۵۷). برای رسیدن به اهداف مذکور

در تدریس علوم تجربی پایه سوم راهنمایی در درس نوجوانی و بلوغ در زمینه تغییرات عاطفی نوجوانان، از تکنیک پرورش خلاقیت «شش کلاه تفکر دوبونو» استفاده کردم. این تکنیک به دانش‌آموزان می‌آموزد در کنار هم جمع شوند، به تفکر و کار گروهی خود نظم دهند و با همکاری و هماهنگی هدایت شده، نظرات را طبقه‌بندی و اولویت‌بندی کنند و در تصمیم‌گیری‌هایشان از آن استفاده کنند.

هدف اصلی این تکنیک ساده تفکر، پرداختن به عواطف، منطق، اطلاعات، امید و خلاقیت و در نهایت بهبود روابط انسانی دانش‌آموزان است.

روش اجرا

در این روش هر رنگ کلاه بیانگر نماد خاصی است. ابتدا یک گروه از دانش‌آموزان با گذاشتن کلاه سفید بر سرشان در مورد موضوع درس با نگاه نقادانه می‌نگرند و اندیشه‌ها، نظرات و اطلاعات لازم در زمینه تغییرات عاطفی نوجوان و واکنش‌های دفاعی را بیان می‌کنند. اطلاعات حاصل را کلاه آبی که

عینی، واقعی

فرایند/شیوه

شهودی/شمی

خلاق

منفی

مثبت



مهارت‌های زندگی مجموعه‌ای از توانایی‌ها هستند که سبب سازگاری ما با محیط و شکل‌گیری رفتارهای مثبت و مفید می‌شوند

نو و ایده‌های جدید برای حل مشکل برمی‌آیند. کلاه آبی که در واقع به جای معلم علوم در کلاس ایفای نقش می‌کند، پس از ارزیابی نتایج به جمع‌بندی مناسبی می‌رسد. پس از پایان کار، گروه‌ها نقش خود را با رنگ دیگر و کلاه‌های دیگر انجام و اندیشه‌های دیگری ارائه می‌دهند.

دانش‌آموزان رضایت خاطر به همراه دارد و احساس برتری به آنان می‌دهد. با جمع‌بندی نتایج بحث‌های ارائه شده توسط کلاه آبی ناظر، نوبت به گروه کلاه زرد، یعنی تفکر خوش‌بینانه می‌رسد. در این مرحله مجموع نظرات همه گروه‌ها به گروه کلاه سبز (خلاقیت) می‌رسد. اعضای این گروه در صدد پیدا کردن راه‌های

نقش نظارتی دارد، جمع‌بندی و تفکر گروه‌ها را هدایت می‌کند و نظم و انسجام می‌بخشد. او با داشتن علائم راهنمایی و رانندگی، در صورت لزوم با نشان دادن علامت به گروه می‌فهماند که در چه موقعیتی قرار دارد و اطلاعات به دست آمده از گروه کلاه سفید به گروه کلاه قرمز می‌رسد. اعضای گروه کلاه قرمز، واکنش دفاعی را با هیجان و احساسات بدون استدلال بروز می‌دهند. در این مرحله سروصدا و رضایتمندی بین گروه‌ها به اوج می‌رسد.

باز هم کلاه آبی بر تمامی این مراحل ناظر است. و اطلاعات ارائه شده توسط گروه کلاه قرمز را جمع‌آوری می‌کند و به گروه کلاه سیاه انتقال می‌دهد. این گروه که دارای تفکر بدبینانه و مخالف‌خوان است، دیدگاه‌های منفی و مخالف خود را در مورد واکنش‌های دفاعی به صورت منطقی بیان می‌کند. نقش اعضای این گروه بسیار جذاب است، چرا که اثبات خطای دیگران برای

نتیجه

با اجرای این روش، دانش‌آموزان علاقه بیشتری به فعالیت گروهی و تعاملی با یکدیگر نشان می‌دهند و این روش باعث پرورش و تقویت خلاقیت بین دانش‌آموزان می‌شود. پرورش خلاقیت خود مقدمه‌ای برای تقویت روابط انسانی و مهارت‌های زندگی خواهد شد. لازم به ذکر است که این روش در کلاس علوم و توسطه بچه‌ها اجرا شده است پس می‌تواند در هر جا اجرا شود منجمده در خانواده. اجرای این تکنیک در خانواده باعث ایجاد هم‌بستگی و صمیمیت بیشتر بین آن‌ها می‌شود و در نهایت به ارتقای بهداشت روانی و سلامت کانون خانواده نیز کمک می‌کند.

منابع

۱. علاقه‌مند، علی (۱۳۸۱). جامعه‌شناسی آموزش و پرورش. انتشارات آگاه. تهران.
۲. بولتون، رابرت (۱۳۸۱). روان‌شناسی روابط انسانی. ترجمه حمیدرضا سهرابی. رشد. تهران.
۳. قرائی مقدم، امان‌اله (۱۳۷۵). جامعه‌شناسی آموزش و پرورش. تهران.
۴. سلیمانی، افشین (۱۳۸۱). کلاس خلاقیت. انتشارات انجمن اولیا و مربیان جمهوری اسلامی ایران. تهران.

