

مشاور: غریب نجات

ضعف تحصیل و درماندگی همه

فاطمه السادات شاه‌زیدی
کارشناس ارشد مشاوره مدرسه

معرفی

دانش آموز ۱۳ ساله به دلیل عملکرد ضعیف تحصیلی، عدم ارتباط کلامی با دوستان و معلمان در مدرسه، بی‌نظمی در کلاس و عدم نگهداری صحیح از وسایل شخصی و پوشش، دست‌خط بسیار ناخوانا، ناتوانی در روخوانی از دروس و مطالب ساده، شرکت نکردن در بحث‌های کلاسی، کندنویسی در تمام دروس ارجاع داده شده است، مراجع ارتباط کلامی بسیار ضعیف داشت؛ به طوری که بیشتر با تکان دادن سر و ابرو به سؤالات پاسخ می‌داد یا هنگام پاسخ دادن به سؤالات ساده گریه می‌افتاد. با اینکه در تکلم مشکلی نداشت، به صورت مبهم صحبت می‌کرد؛ در صورتی که مادر گزارش کرده بود که در خانه صحبت کردن و بیان او روان است.

مشخصات مراجع

دانش آموز دختری سیزده ساله، اولین فرزند خانواده که یک خواهر هفت ساله دیگر دارد.

مشخصات والدین

مادر ۳۳ ساله با تحصیلات دانشگاهی و خانه‌دار
پدر ۳۷ ساله، دیپلمه با شغل آزاد

روش‌های تربیتی

با توجه به شغل پردغدغه پدر در بیرون از منزل و حساسیت مادر در زمینه مسائل تربیتی فرزندان، مادر خود مسئولیت امور تحصیلی-

تربیتی فرزندان را به عهده دارد.

مادر کمال‌گراست و دوست دارد فرزندش در هر شرایطی بهترین باشد؛ حتی سعی می‌کند فعالیت‌های فرزندش را خود انجام دهد تا هم سرعت بیشتری در انجام فعالیت‌هایش داشته باشد و هم کیفیت فعالیت را بالا ببرد. البته، شیوه تربیت فرزند دوم این‌گونه نیست و مادر سعی دارد او را برانگیزد که خودش فعالیت‌های شخصی‌اش را انجام دهد تا هم کار مادر سبک باشد، هم او به مادر وابسته نباشد. پدر شخصیتی آرام و خونسرد دارد.

فرایند درمان

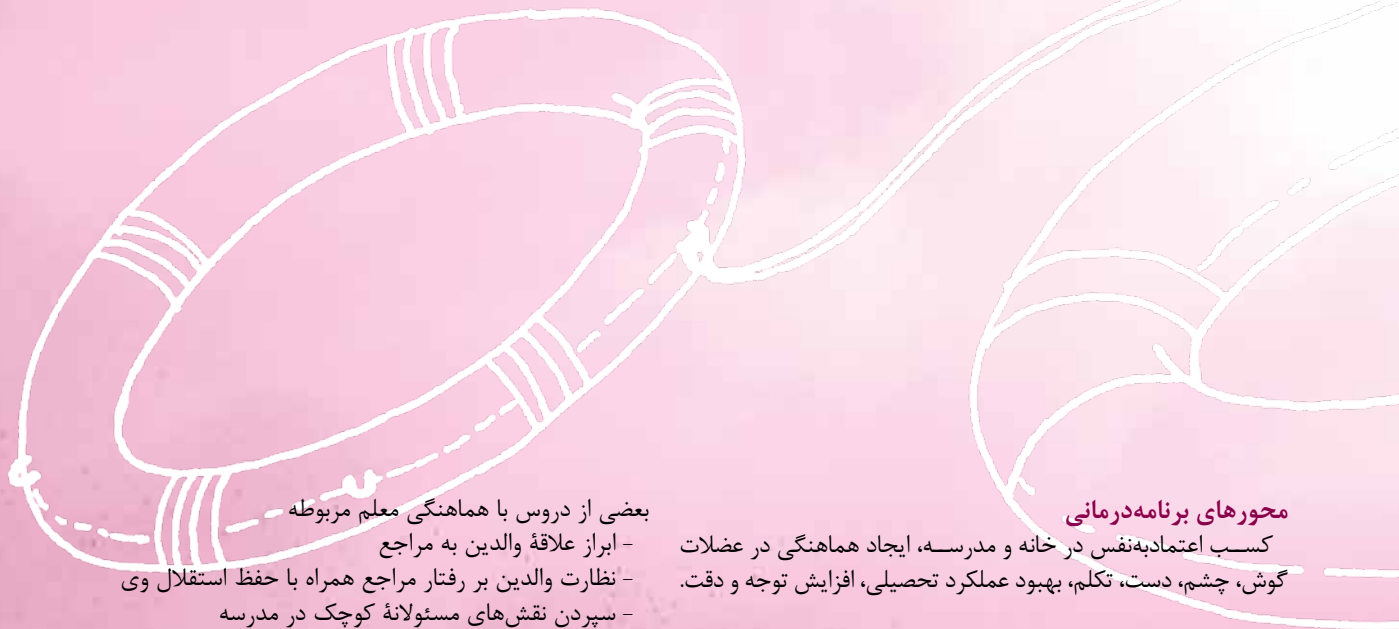
مصاحبه اولیه با حضور مادر صورت گرفت و پدر در جلسات مشاوره شرکت نداشت، ولی در مسیر درمان و کمک در انجام تکالیف از حضور پدر نیز استفاده شد. دانش‌آموز در مدرسه به دلیل کندی در عملکرد تحصیلی، عدم اعتماد به نفس و ناتوانی در ارتباط برقرار کردن با همکلاسان به مشاور ارجاع داده شد. جلسات مشاوره به‌طور کلی ۱۷ جلسه نیم ساعته، با فواصل متفاوت بود.

روش درمانی

رفتاردرمانی همراه با شناخت‌درمانی

تشخیص

عدم هماهنگی بین عضلات، کندی عضلات درشت، نداشتن دقت و توجه، اعتماد به نفس ضعیف همراه با علائم افسرده‌خویی.



محورهای برنامه‌درمانی

کسب اعتماد به نفس در خانه و مدرسه، ایجاد هماهنگی در عضلات گوش، چشم، دست، تکلم، بهبود عملکرد تحصیلی، افزایش توجه و دقت.

نکته

دو محور «کسب اعتماد به نفس و کسب احساس ارزشمندی» و «هماهنگی بین عضلات» مهم‌ترین مسائل مراجع محسوب می‌شدند. به طوری که انتظار می‌رفت توجه به این دو محور اثر مثبتی در سایر محورهای آموزشی و درمانی بگذارد.

- بعضی از دروس با هماهنگی معلم مربوطه
- ابراز علاقه والدین به مراجع
- نظارت والدین بر رفتار مراجع همراه با حفظ استقلال وی
- سپردن نقش‌های مسئولانه کوچک در مدرسه
- سپردن نقش‌های مسئولانه متناسب با سن او در منزل
- ارائه برنامه‌ریزی مبتنی بر توانمندی‌های مراجع با همکاری او
- استفاده از تشویق‌های بزرگ در پی کوچک‌ترین پیشرفت‌های تحصیلی
- توصیه به پیاده‌روی و کاهش وزن مراجع

افزایش دقت و تمرکز

- تمرین حفظ کردن اعداد نامرتب در زمان محدود
- تمرین حفظ کردن اسامی نامرتب در زمان محدود
- تمرین حفظ کردن اشیای نامرتب در زمان محدود
- فهرست کردن اشیای نامرتب در زمان محدود
- از رسیدن به منزل و بررسی کردن چیزهای ننوشته شده در روز بعد
- افزایش مهارت‌های کلامی و بیانی
- بلندخوانی از روی کتب درسی و ضبط صدا
- شنیدن صوت ضبط شده و بررسی و تشخیص اشکالات
- بلندخوانی از روی کتب درسی و ضبط صدا به صورت مجدد و کاهش خطا
- در این فرایند درمانی مادر از خطای خود در عملکردش و عوارض آن آگاه شد.
- مراجع در اجرای بعضی از تکالیف مقاومت می‌کرد ولی با صبوری و همکاری مادر مقاومت او از بین می‌رفت و با دریافت بازخورد از محیط، نیز تشویق می‌شد.

وضعیت مراجع در پایان مشاوره

- بنابر آخرین گزارش مادر علاوه بر پیشرفت چشمگیر مهارت‌ها و توانمندی‌های فردی، معدل وی نیز بیش از دو نمره پیشرفت داشت.
- همچنین توانسته بود با همکلاسان خود در مدرسه ارتباط برقرار کند و چند دوست صمیمی داشته باشد.

ایجاد هماهنگی در عضلات

- تمرین روزانه عضلات درشت و ریز
- انجام وظایف شخصی
- شرکت در کلاس‌های ورزشی به صورت مقدماتی
- به جای نوشتن تمام تکالیف و استخراج سؤال توسط مادر و پاسخ به آن، قرار شد نوشتن سؤالات توسط مادر باشد و پاسخ دادن به آن‌ها توسط مراجع بدون محدودیت زمانی انجام شود.
- نوشتن از روی متن کتاب بدون تعیین محدودیت زمانی
- نوشتن از روی متن کتاب همراه با محدودیت زمانی، نوشتن همان مطالب
- نوشتن املاهای فارسی بدون تعیین محدودیت زمانی
- نوشتن املاهای فارسی همراه با محدودیت زمانی، نوشتن همان مطالب
- شرکت در برنامه‌های ورزشی

افزایش احساس ارزشمندی و اعتماد به نفس

- توجه والدین به توانمندی‌های هر چند ناچیز فرزند خود و تأکید بر آن
- بیان توانمندی‌های مراجع توسط خودش به مشاوره و خانواده
- افزایش مهارت خودآگاهی
- طرح سؤالات درسی از قبل مشخص شده در حضور همکلاسی‌ها
- پاسخ به سؤالات از قبل مشخص شده در حضور همکلاسی‌ها و در

جدول ثبت گزارش جلسات

گزارش والدین	مشاهدات بالینی	نتیجه	فعالیت	هدف	تاریخ	جلسه
افزایش اعتمادبه‌نفس و بیان تقاضا در جمع پاسخ به سؤالات دیگران بدون کمک اعضای خانواده احساس نشاط از بودن در جمع	پیشرفت‌های چشمگیر در انجام تکالیف برقراری ارتباط کلامی - چشمی با مشاور همکاری‌های بیشتر و کاهش چشمگیر مقاومت	<ul style="list-style-type: none"> در بخش گزارش والدین خوب عمل شده خوب، افزایش سرعت در نوشتن و بیان کاهش خطاهای نوشتاری کاهش رفتارهای مبتنی بر افسردگی افزایش اعتمادبه‌نفس 	<ul style="list-style-type: none"> اطمینان‌بخشی به مادر در زمینه توانایی‌های فرزندش صحبت با مراجع هر روز یک قسمت از روزنامه یا کتاب غیر درسی را همراه با ضبط صدا بلند بخواند، مراجع صدای خود را بشنود و اشکالات خود را تشخیص دهد، مادر برای او در زمان تعیین شده املا بگوید و پس از آن دوباره این کار تکرار شود، به‌صورتی که سرعت بیان و نوشتن زیاد و تعداد خطاها کمتر شود (زمان املا گفتن و تعداد خطاها، یادداشت شود)، پرستش در کلاس و پاسخ به سؤالات مطرح شده 	<ul style="list-style-type: none"> درک مادر از توانایی‌های فرزند افزایش اعتمادبه‌نفس در دانش‌آموز افزایش قدرت عضلات و هماهنگی آن‌ها 	---	---
افزایش نمرات تحصیلی در مدرسه و اعلام پیشرفت تحصیلی و اخلاقی توسط معلمان در مدرسه توانایی برقراری ارتباط با همکلاسان	در این قسمت به والدین و مراجع تکالیف مورد نظر برای منزل داده می‌شود، به‌طور مثال:	<ul style="list-style-type: none"> تکلیف مادر - عدم انجام وظایف دانش‌آموز، واگذاری بعضی از فعالیت‌های منزل به دانش‌آموز تکلیف مراجع - نوشتن و خواندن از روی متن کتاب در زمان محدود 	<ul style="list-style-type: none"> افزایش اعتمادبه‌نفس در دانش‌آموز افزایش قدرت عضلات و هماهنگی آن‌ها 	<ul style="list-style-type: none"> ارائه تکالیف 	---	---