



# تربیت سالم در خانه و مدرسه

سکینه‌علی طالکوئی



نویسنده: جین نلسن - لین لات - اچ. استیفن گلن  
مترجم: محمدجواد فرشچی - ریحانه ایزدی  
نشر: سازوکار، چاپ سوم ۱۳۹۳  
تلفن: ۰۲۱-۶۶۹۷۰۱۵۲



۳. مهارت‌های عمومی مانند توانایی واکنش در برابر شرایط و محدودیت‌های زندگی روزمره، واکنشی همراه با مسئولیت‌پذیری، سازگاری، انعطاف‌پذیری و تعهد؛ ۴. مهارت در قضاوت مانند ارائه قدرت تمییز و تشخیص خوب از بد و سنجش درست شرایط با توجه به هنجارها.

دانش‌آموزان در طول نشست‌های کلاسی مهارت‌های اجتماعی متعددی را فرا می‌گیرند؛ از جمله: گوش دادن، رعایت کردن نوبت، شنیدن دیدگاه‌های متفاوت، بحث کردن، برقرار کردن ارتباط، کمک به یکدیگر و قبول کردن مسئولیت رفتار خود. همچنین، آن‌ها بدون اینکه متوجه باشند، مهارت‌های تحصیلی‌شان را تقویت می‌کنند. آن‌ها طی این نشست‌ها مهارت‌های گفتاری، توجه کردن، تفکر منتقدانه، تصمیم‌گیری، حل مسئله و آزاداندیشی را می‌آموزند. چون همه این مهارت‌ها کارایی تحصیلی‌شان را بهتر می‌کنند.

پس از اینکه دانش‌آموزان طی نشست‌های کلاسی مهارت‌هایی را یاد می‌گیرند، خواندن، نوشتن و حساب در زندگی‌شان مفهوم بیشتری پیدا می‌کند. تجربه نشست‌های کلاسی به دانش‌آموزان کمک می‌کند برای یادگیری آنچه نظام آموزشی پیشنهاد می‌دهد، پذیرا تر شوند.

روند شکل‌گیری تربیت سالم کلاسی، مانند کنار هم گذاشتن قطعات یک جورچین است؛ قطعاتی که شامل این موارد می‌شوند: ایجاد فضای احترام و توجه مبتنی بر مهربانی و قاطعیت، رفتار توأم با وقار و احترام متقابل، استفاده از ابزارهای مدیریت کلاس درس مبتنی بر تربیت سالم (۱۴ ابزار معرفی شده است)، درک چهار هدف نادرست رفتار، برنامه‌ریزی منظم برای برگزاری نشست‌های کلاسی، و برگزاری نشست‌هایی با حضور ولی، معلم و دانش‌آموز.

نخستین هدف نویسندگان کتاب حاضر این است که نشان دهند چگونه معلم و دانش‌آموز می‌توانند با یکدیگر محیطی بسازند که در آن هم پرورش اعتمادبه‌نفس در نظر باشد و هم آموزش مطالب درسی. نشست‌های کلاسی برای آموزش مهارت‌های زندگی در کوتاه‌ترین زمان ممکن توانایی زیادی دارند. بر همین اساس، ۷ فصل

کتاب «تربیت سالم در مدرسه» ۲۷۸ صفحه و ۱۲ فصل دارد. این کتاب به دنبال ارائه یک برنامه تربیتی قوی و کاربردی در مدرسه است؛ برنامه‌ای که مسئولیت رفتار با کودکان را به عهده بگیرد و مهارت‌های زندگی، به‌ویژه مهارت حل مسئله را به آنان بیاموزد تا بتوانند بر مشکلات زندگی غلبه کنند.

تربیت سالم با زحمات ۲۵ ساله خانم جین نلسن و همکاران ایشان، به شکلی کاربردی و ساده درآمده است. تربیت سالم رویکردی کاملاً انسانی به کودکان دارد و تمام راهکارهای ارائه شده در آن، که عموماً به روش‌های صحیح کودک‌پروری مربوط می‌شود، با چنین ملاحظاتی طراحی شده است. کتاب «تربیت سالم در مدرسه» شاخه‌ای از این رویکرد است که برای استفاده معلمان به رشته تحریر درآمده است. تأکید نویسندگان این کتاب بر آموزش و پرورش به‌طور هم‌زمان است، ولی با محوریت پرورش. به نظر آن‌ها، پرورش همانا آموزش مهارت‌های زندگی و ارزش‌های اخلاقی و اصول شهروندی به کودکان و نوجوانان است. تربیت سالم در مدرسه برنامه‌ای است که بچه‌ها را آماده می‌کند به شهروندانی وظیفه‌شناس و مسئول تبدیل شوند و برای این کار انضباط شخصی، قدرت قضاوت، گرایش اجتماعی یا علاقه به هم‌نوع، توانایی انتخاب درست، احساس مسئولیت فردی و اجتماعی، احترام به خود و دیگران، مدیریت احساسات، گذشت و بردباری، و توانایی همدلی و همدردی با دیگران آموزش داده می‌شود.

در این کتاب، بر اهمیت نشست‌های کلاسی به‌عنوان یکی از ابزارهای مهم تربیت سالم تأکید می‌شود. نشست‌های کلاسی مهارت‌های ضروری را آموزش می‌دهند و دانش‌آموزان را با نگرشی مثبت، برای موفقیت در تمام عرصه‌های زندگی، از قبیل مدرسه، کار، خانواده و جامعه توانا می‌سازند. مهارت‌های ضروری شامل چهار مورد هستند: ۱. مهارت‌های درون‌فردی، مانند درک احساسات خود و استفاده از آن برای رشد انضباط شخصی و کنترل خود؛ ۲. مهارت‌های بین‌فردی مانند توانایی تعامل با دیگران از طریق گوش دادن، برقراری ارتباط، همکاری، مذاکره، مشارکت و همدلی؛

از ۱۲ فصل این کتاب به آموزش هشت مرحله سازنده هر نشست کلاسی مؤثر اختصاص داده شده است. هر فصل شامل روش‌ها و مهارت‌هایی است که هم در طول نشست‌های کلاسی و هم در زندگی روزمره قابل استفاده معلمان و دانش‌آموزان هستند.

از آنجا که خانه و مدرسه دو رکن تربیتی در مورد هر دانش‌آموز هستند و هر دانش‌آموز در برنامه تربیت سالم محصول مشترک تربیت در خانه و مدرسه است، لازم است جلد مکمل این کتاب، یعنی کتاب تربیت سالم در خانه نیز معرفی شود.

کتاب «**تربیت سالم در خانه**» را دکتر جین نلسن که خود مادر هفت فرزند است، به تنهایی نگاشته است. محمدجواد فرشچی و ریحانه ایزدی هم آن را ترجمه کرده‌اند. نشر سازوکار ویراست جدید آن را در سال ۱۳۹۷ چاپ کرده است.

این کتاب شامل ۲۹۸ صفحه و ۱۰ فصل است. در ابتدای کتاب که فضای اصلی حاکم بر رویکرد تربیت سالم را ترسیم می‌کند، سه دیدگاه یا نگرش اصلی برای تعامل کودک-بزرگسال مطرح می‌شود:

۱. **نگرش سخت‌گیرانه:** «این‌ها قوانینی هستند که باید از آن‌ها پیروی کنی. این هم تنبیهی است که در ازای سرپیچی از قوانین نصیبت می‌شود.» به عبارتی «آزادی در کار نیست. فقط اجرای مقررات.» «انتخاب بی‌انتخاب، ببین من چه می‌گویم!» «این کار را می‌کنی چون من می‌گویم!» در این نوع نگرش، بچه‌ها در فرایند تصمیم‌گیری هیچ‌گونه مشارکتی ندارند.

۲. **نگرش سهل‌گیرانه:** «قوانینی وجود ندارد. مطمئنم که ما همدیگر را دوست خواهیم داشت و شاد خواهیم بود. تو هم می‌توانی بعداً قوانین خودت را انتخاب کنی.» «آزادی مطلق است و مقرراتی در کار نیست.» «هر چه می‌خواهی انتخاب کن!» «هر کاری دوست داری بکن!»

۳. **نگرش تربیت سالم:** «ما با هم قوانینی وضع می‌کنیم که به نفع هر دو مان باشد. همچنین، هنگام بروز مشکل، راه‌حل‌هایی پیدا می‌کنیم که برای همه افراد مرتبط مفید باشد. وقتی هم که من مجبورم بدون توجه به نظر تو قضاوتی بکنم، قاطعیت همراه با مهربانی، متانت و احترام خواهیم داشت.» «آزادی داریم، ولی همراه با مقررات.» «می‌توانی انتخاب کنی، اما بین این چند گزینه.» «هر کاری می‌خواهی بکن، ولی احترام همه باید حفظ شود.»

در ادامه چهار معیار برای تربیت اثربخش مطرح می‌شوند:

۱. آیا در عین قاطعیت، محبت‌آمیز هم هست؟  
۲. آیا به بچه‌ها کمک می‌کند احساس تعلق و اهمیت بکنند؟  
۳. آیا در بلندمدت تأثیر مثبت دارد؟ (تنبیه در کوتاه‌مدت تأثیر می‌گذارد، ولی نتیجه‌های بلندمدت منفی دارد).

۴. آیا مهارت‌های ارزشمند زندگی را برای دستیابی فرد به شخصیتی خوب و سالم آموزش می‌دهد؟ (احترام، توجه به دیگران، حل مسئله، مسئولیت‌پذیری، همکاری و...).

تنبیه، هیچ‌یک از این معیارها را برآورده نمی‌کند، بلکه شیوه‌های آموزش داده شده در تربیت سالم این معیارها را در بر می‌گیرد. معیار اول، یعنی مهربانی و قاطعیت هم‌زمان، مفهوم زیربنایی تربیت سالم است. مهربانی برای نشان دادن احترام به کودک اهمیت دارد و قاطعیت برای نشان دادن احترام به خودمان. شیوه‌های مستبدانه معمولاً از مهربانی بی‌بهره‌اند. شیوه‌های آسان‌گیرانه قاطعیت ندارند. مهربانی و قاطعیت هم‌زمان، برای تربیت سالم ضروری هستند.

مطالعه دقیق این دو کتاب دریچه جدیدی به روی علاقه‌مندان حوزه تربیت خواهد گشود.