

هنر انزوایزدایی

تجربه‌های در مواجهه با دانش‌آموزان گوشه‌گیر

نامدار اعتمادی

استادیار روان‌شناسی تربیتی دانشگاه فرهنگیان

مریم حسنونند

دانشجوی کارشناسی ارشد علوم تربیتی دانشگاه الزهرا



آخر عاقبت گوشه‌گیری

چکیده

هدف اصلی پژوهش حاضر بهبود مهارت‌های اجتماعی و متقابلاً پیشرفت تحصیلی دانش‌آموز گوشه‌گیر و منزوی، تینا، در شهر اسلامشهر در پایه پنجم دبستان بود.

روش کار

این پژوهش آموزش پژوهی از نوع تک‌موردی و تحلیلی - تفسیری بوده است. تشخیص اختلال بر پایه ارزیابی‌های غیررسمی، مشاهده‌های مستقیم معلم، رجوع به پرونده سال‌های قبل دانش‌آموز، کمک مشاور و پرکردن «پرسش‌نامه کم‌رویی سمعی» به‌وسیله دانش‌آموز انجام گرفت. با بررسی دلایل و علائم، مشکل گوشه‌گیری و کم‌رویی در دانش‌آموز تشخیص داده شد. مهم‌ترین دلایل کم‌رویی و گوشه‌گیری دانش‌آموز فقدان حمایت عاطفی از سوی والدین و مورد انتقاد و تحقیر قرار گرفتن او بود. درمان دانش‌آموز بر پایه مطالعات از طریق وبگاه‌های اینترنتی و خواندن کتاب‌های درمان گوشه‌گیری صورت گرفت.

یافته‌ها نشان دادند که به‌کارگیری راهکارهایی همچون تشویق دانش‌آموز، دادن مسئولیت به وی، محبت و در نظر گرفتن توانایی‌هایش باعث تقویت اعتمادبه‌نفس و رشد مهارت‌های اجتماعی و در نهایت پیشرفت تحصیلی دانش‌آموز شده است. مشاهده مستقیم و خوش‌حالی معاون و خود دانش‌آموز و والدین نشان دادند که تینا بهبود چشمگیری داشته است.

نتایج نشان دادند، ترغیب، تشویق و محبت به دانش‌آموز باعث تقویت اعتمادبه‌نفس و عزت‌نفس و متقابلاً پیشرفت تحصیلی او شد. بدیهی است که اعتمادبه‌نفس و عزت‌نفس روی خودپنداره دانش‌آموز تأثیر می‌گذارد و



درک درست و داشتن خودپنداره مثبت دارای تأثیر مثبت و معناداری روی پیشرفت تحصیلی است.

کلیدواژه‌ها: کم‌روبی، گوشه‌گیری، اعتمادبه‌نفس، حمایت عاطفی، تحقیر و توهین

توصیف وضع موجود

اینجانب **مریم حسنونند**، آموزگار پایه پنجم در اسلامشهر هستم. مدرسه از نظر امکانات آموزشی و رفاهی شرایط خوبی ندارد و فاقد کلاس‌های هوشمند، کتابخانه و آزمایشگاه است. ولی از نظر خدمات رفاهی شرایطش بهتر است و دارای آشپزخانه، حیاط بزرگ و آلاچیق برای بازی بچه‌هاست. کلاس مجازی من ۲۷ دانش‌آموز دارد. به دلیل شرایط همه‌گیری بیماری کرونا، سال تحصیلی از ۱۵ شهریورماه سال جاری شروع شد. پس از گذشت چند جلسه از برگزاری کلاس، متوجه گوشه‌گیری و انزوای شاگردم، **تینا** شدم. تینا با بقیه هم‌کلاسی‌ها ارتباط برقرار نمی‌کرد، به موضوع‌های درسی توجهی نداشت و دائم در خیال‌بافی به سر می‌برد. وقتی پیگیر وضعیتش در حین زنگ تفریح شدم، دریافتم که با هم‌کلاسی‌هایش بازی نمی‌کند و در گوشه‌ای به تنهایی می‌نشیند. پیشرفت تحصیلی اندکی داشت و اگر سؤالی از او پرسیده می‌شد، با خجالت و من‌من‌کنان جواب می‌داد. این ویژگی‌ها روی همه جنبه‌های تحصیلی تینا تأثیر منفی داشت و اعتمادبه‌نفس او را نیز به شدت کاهش داده بود.

در کسب اطلاعات از خانواده تینا متوجه شدم که او در خانواده‌ای با وضعیت اقتصادی متوسط زندگی می‌کند و دچار مشکلات خانوادگی متعدد است؛ از جمله مشاجره‌های پدر و مادر در خصوص ناتوانایی‌های تینا، تحقیر و توهین به تینا و محبت کافی نداشتن به او، و بی‌توجهی به خواسته‌هایش.

گردآوری اطلاعات (شواهد)

با توجه به اطلاعات کتاب‌ها، مجله‌ها، وبگاه‌های اینترنتی و... برای گردآوری شواهد به منظور تشخیص مسئله اقدامات زیر را انجام دادم:

مشاهده رفتار دانش‌آموز در کلاس

از مشاهده رفتار تینا در کلاس متوجه شدم:

- تکلیف‌ها را درست و کامل انجام نمی‌دهد و برای پاسخ به سؤال‌هایم در کلاس داوطلب نمی‌شود.
- به موضوع‌های درسی توجهی ندارد و دائم در خیال‌بافی به سر می‌برد.
- یادگیری‌ای که از او انتظار دارم، با توجه به آموزشی که می‌دادم اتفاق بیفتد، اتفاق نمی‌افتد.
- با بقیه هم‌کلاسی‌ها ارتباط برقرار نمی‌کند و بسیار خجالتی است.
- پیشرفت تحصیلی اندکی دارد و اگر سؤالی از او پرسیده می‌شود با خجالت و من‌من‌کنان جواب می‌دهد.

مصاحبه با مدیر

در صحبتی که با مدیر مدرسه درباره تینا داشتم، ایشان به این موضوع اشاره کرد که تینا برای شرکت در هیچ‌یک از فعالیت‌های پرورشی و مسابقه‌های

فرهنگی، هنری و ورزشی مدرسه داوطلب نمی‌شود. ارتباط مؤثر و خوبی با هم‌کلاسی‌هایش ندارد و در زنگ‌های تفریح بیشتر تنها و گوشه‌گیر است. هنگامی که او را صدا می‌زنم مضطرب می‌شود، خجالت می‌کشد و به زحمت جواب را می‌دهد. زمانی هم که می‌خواهم به دفتر مدرسه مراجعه کنم، پشت در دفتر می‌ایستد و جرئت وارد شدن به دفتر را ندارد.

مصاحبه با والدین

در تماس تلفنی که با مادر تینا داشتم، از او خواستم درباره رفتار تینا در منزل و نحوه برقراری ارتباط او با سایر اعضای خانواده و فامیل بگوید و نحوه فرزندپروری خودشان را نیز بیان کند. مادرش اذعان داشت که تینا در منزل بسیار آرام است و خیلی کم با ما صحبت می‌کند و مسائل و مشکلات خود را به‌ندرت به ما می‌گوید. ایشان در خصوص شیوه فرزندپروری بیان داشت که پدر تینا فردی سخت‌گیر است و شیوه فرزندپروری آن‌ها بیشتر سختگیرانه است. به‌خاطر این موضوع مشاجرات زیادی داشته‌اند و پدر، تینا را مورد توهین و تحقیر قرار می‌دهد و مسئولیتی به او واگذار نمی‌کند.

استفاده از منابع کتابخانه‌ای و مقالات

برای آشنایی بیشتر با این مشکل به مقاله، پایان‌نامه و اینترنت نیز مراجعه کردم تا دلایل مشکل خجالتی بودن و گوشه‌گیری را در تینا بیابم که عمده‌ترین آن‌ها به شرح زیر است:

۱. **خبر (۱۳۶۷)** در تحقیق خود روی ۴۳۹ دانش‌آموز دوره ابتدایی که به دو گروه موفق (۲۱۲ نفر) و ناموفق (۲۲۷ نفر) تقسیم شده بودند، دریافت که بین خودپنداره و گرایش شغلی دانش‌آموزان همبستگی معنی‌داری وجود دارد. بدین‌گونه که دانش‌آموزان ناموفق در تحصیل، به دلیل به‌موفقیت نرسیدن، خودپنداره‌های منفی را در خود شکل می‌دهند و احتمالاً به همین دلیل شغل‌های پایین‌تری را انتخاب می‌کنند.
۲. **فلسفی‌نژاد (۱۳۷۱)** در تحقیق خود نتیجه گرفت که تأثیر اعتمادبه‌نفس در سازگاری با محیط کلاس، بدون توجه به جنسیت آزمودنی‌ها، از نظر آماری معنادار است، اما هیچ‌گونه اثر متقابل بین اعتمادبه‌نفس و جنسیت مشاهده نکرد. در ضمن به وجود تفاوت معناداری بین اعتمادبه‌نفس پسران و دختران هم دست نیافت.
۳. **ترخان (۱۳۷۲)** دو گروه ۱۰۰ نفری از دانش‌آموزان عادی و تیزهوش پسر پایه اول شهر تهران را بررسی کرد و به این نتیجه رسید که اعتمادبه‌نفس و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان تیزهوش بالاتر از کودکان عادی است و نیز برای پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان به ترتیب اعتمادبه‌نفس و سپس موضوع نظارت اهمیت دارند.

ویژگی‌های رفتاری کودکان کم‌رو و گوشه‌گیر

رفتار چنین کودکانی همواره با شک و تردید همراه است و جهش‌های ناشیانه و پس‌روی‌های ناگهانی به دنبال دارد. همه این حرکت‌ها این تصور را ایجاد می‌کنند که شخص کم‌رو بین دو نیروی متضاد در کشمکش است. کودک کم‌رو دارای خصوصیتی است که ناتوانی او را در نظر خودش بزرگ‌تر و در نظر دیگران نمایان‌تر جلوه می‌دهد. گویی کودک با کم‌رویی خود می‌خواهد بگوید: «می‌بینید که من چقدر رنج می‌برم، پس راحتم بگذارید!»

گوشه‌گیر چون مشکلاتش را نمی‌تواند در عالم واقعیت حل کند، به تخیل فرو می‌رود و به خیال‌بافی می‌پردازد



فرد گوشه‌گیر، چون نمی‌تواند مشکلاتش را در عالم واقعیت حل کند، به تخیل فرو می‌رود و به خیال‌بافی می‌پردازد. او انسانی است بی‌هدف و نمی‌داند چه باید بکند و برای آینده‌اش چه طرحی بریزد. از مردم گریزان است و هر تمنا و خواهش را یک تحمیل تلقی می‌کند و در برابر آن به شدت مقاومت می‌کند. از این رو، اطرافیانش دچار تضاد و کشمکش می‌شوند. برای دفاع از حقش اقدام نمی‌کند و کناره‌گیری را بر تلاش ترجیح می‌دهد.

محدودساختن تمام جنبه‌ها و فعالیت‌های زندگی، خجالت و سکوت، محرومیت، ناتوانی در برقراری رابطه با دوستان و معلمان، فرار از فعالیت‌های اجتماعی و به تعویق انداختن انجام کارها، بی‌حوصلگی و کسالت و احساس خستگی و نگرانی از آینده، کمک‌نخواستن از دیگران هنگام نیاز، از این شاخه به آن شاخه پریدن در انجام کارها، سازش با وضع موجود و اعتراض نکردن به آن حتی در صورت احساس ناراحتی و نگرانی، احساس پوچی و بی‌ارزشی، ابراز وجود نکردن، تسلیم شدن در برابر خواسته‌های دیگران، تقصیر گناهان را به گردن گرفتن، ناتوانی در بروز احساس خصومت و پرخاشگری، اجتناب از رقابت، درون‌گرایی و در خود فرو رفتن، زودرنجی، داشتن نگرش منفی و بدبینانه به اطرافیان، مطرح نکردن اشکالات درسی در کلاس و عقب‌ماندگی درسی، بین دانش‌آموزان گوشه‌گیر بسیار مشاهده می‌شود.

معلمان و والدین در رفع مشکلات کودکان گوشه‌گیر نقش بسزایی دارند. آن‌ها با صمیمیت و محبت باید به تمام تغییرات رفتاری مناسب و موفقیت‌آمیز کودکان توجه داشته باشند و آنان را به انجام فعالیت‌های اجتماعی سازنده در مدرسه و خانه راغب سازند. معلمان می‌توانند به این ترتیب به این کودکان کمک کنند:

- انتخاب دانش‌آموز گوشه‌گیر به‌عنوان سرگروه؛
- دادن مسئولیت (درسی، غیردرسی) به دانش‌آموز گوشه‌گیر؛
- دادن آگاهی و تذکرات لازم به خانواده دانش‌آموز برای محبت کردن به او در حد متعارف، دادن مسئولیت به او و تشویق او در قبال کار مثبت؛
- برقراری رابطه نزدیک (صمیمانه) با دانش‌آموز گوشه‌گیر؛

بدین ترتیب کودک با رفتار تردیدآمیز خود به‌جایی می‌رسد که از ارتباط‌های اجتماعی که برای او رنج‌آور و دشوار هستند، پرهیز می‌کند؛ زیرا می‌ترسد نتواند به‌صورت مناسبی با آن‌ها روبه‌رو شود. دست‌های کودک کم‌رو غمناک است. کودکی که از کم‌رویی خود به ستوه آمده است، جرئت نمی‌کند دست کسی را که به‌سوی او دراز شده است بفشارد، زیرا می‌ترسد که او متوجه غمناک بودن دست‌هایش بشود. دشواری دیگر برای بعضی از کودکان انزواطلب احساس نیاز رفتن به دست‌شویی است، زیرا می‌ترسند برای رفتن به دست‌شویی از معلم اجازه بگیرند و معلم اجازه ندهد. این دسته از کودکان گاهی موقع حرف زدن دچار دشواری‌هایی می‌شوند. از ترس اینکه نتوانند منظور خود را شرح دهند، به لکنت زبان دچار می‌شوند. این نقص بیشتر در مقابل کسانی پیش می‌آید که کودک از قضاوتشان بیمناک است. حرف زدن با کسی که مورد اطمینان اوست و به او محبت دارد، برایش آسان است. کودک کم‌رو با کناره‌گیری از گروه کودکان، از بازی‌هایی که به فعالیت گروهی نیاز دارد خودداری می‌کند. این رفتار او را از آموختن اصول زندگی اجتماعی بازمی‌دارد و مانع رشد احساس اجتماعی بودن در او می‌شود. کودک کم‌رو از نوعی احساس حقارت رنج می‌برد. او به توانایی‌هایی که دارد اعتماد ندارد و آن‌ها را ناچیز می‌شمارد.

گاه گفته می‌شود که کم‌رویی نوعی بیماری خانوادگی است. اما این گفته به‌طور کامل صحت ندارد. کم‌رویی رفتار نامناسبی است که کودک از محیط کسب می‌کند. مشکلات و اختلافات ریشه‌دار خانوادگی، محرومیت از محبت، فعالیت‌های اجتماعی بیش‌ازحد پدر و مادر، نقص عضو یا بیماری‌های دیگر جسمانی، شکست‌های متعدد در زندگی، تحقیر کودک در مقابل جمع، انتقاد و تمسخر در حضور دیگران، نداشتن معیارهای خاصی که کودک و نوجوان برای محبوب‌شدن خود در نظر بگیرد، توقع بیش‌ازحد داشتن از کودک، تغییراتی که در خانواده پیش می‌آید، مانند تولد خواهر یا برادر کوچک‌تر، از جمله عواملی هستند که به کم‌رویی کودک می‌انجامد.

گوشه‌گیری نیز با یک سلسله علائم متعدد و به‌هم‌پیوسته همراه است.

- خواندن کتاب‌های مناسب در کلاس در مورد گوشه‌گیری و عواقب آن؛
- شرکت‌دادن دانش‌آموز گوشه‌گیر در کارهای گروهی و نمایشی؛
- اجرای نمایشنامه در مورد گوشه‌گیری توسط دانش‌آموزان کلاس؛
- تشویق دانش‌آموز گوشه‌گیر در قبال کارهای مثبت.

تجزیه و تحلیل و تفسیر داده‌ها

با توجه به اطلاعات جمع‌آوری‌شده از طریق مشاهده رفتار تینا در کلاس و مصاحبه‌ای که با مادرش داشتم، متوجه شدم که مهم‌ترین دلایل کم‌رویی و گوشه‌گیری او در کلاس مواردی به این شرح‌اند:

- آرام و کم‌حرف بودن پدر (طبق گفته خودش)؛
- نحوه تربیت والدین که آرام و ساکت بودن را برای پسر و دختر حسن تلقی می‌کنند و نشانه حجب و حیا می‌دانند؛

- وضع اقتصادی ضعیف خانواده؛
 - فقدان ارتباط صمیمی و دوستانه پدر با فرزندش در خانه و آگاه نبودن از مسائل و مشکلات روزمره او؛
 - اعتمادبه‌نفس پایین او و دست‌کم گرفتن خود در مقابل دیگران؛
 - تحقیر و توهین توسط پدر؛
 - معاشرت و رفت و آمد کم خانواده‌ی وی با فامیل، و دوستان و آشنایان.
- از مهم‌ترین علائم کم‌رویی تینا در کلاس می‌توان به ساکت نشستن، مطرح‌نکردن سؤال، فقط یک دوست صمیمی داشتن، تغییر رنگ چهره و تن صدا هنگام پاسخ‌دادن به سؤال معلم، داوطلب‌نشدن برای انجام کاری در کلاس و مدرسه، شرکت‌نکردن در فعالیت‌های مدرسه، شرکت‌نکردن در اجرای مراسم صبحگاه و سایر مراسم مدرسه اشاره کرد. وی احساس می‌کند نمی‌تواند مانند سایر دوستانش کارها را درست انجام دهد. فکر می‌کند خوب صحبت کردن را بلد نیست و اگر حرفی بزند ممکن است باعث ناراحتی معلم شود و مورد تمسخر دوستانش قرار بگیرد. به همین دلیل در فعالیت‌های گروهی و جانبی کمتر شرکت می‌کند و در کلاس بسیار آرام و کم حرف می‌زند.

اجرای راه‌حل

۱. ابتدا سعی کردم برای جلب اعتماد تینا نسبت به خودم و ایجاد رابطه‌ای دوستانه با وی تلاش کنم. به این منظور از نظر عاطفی به او نزدیک شدم. در کلاس دقایقی را در کنار او می‌نشستم و درباره مسائل مطرح‌شده در کلاس با او صحبت و از او نظر خواهی می‌کردم. نسبت به اظهار نظر او در کلاس واکنش نشان می‌دادم و بسیار او را تشویق و تحسین می‌کردم.
۲. کوشیدم هیچ زمانی در مورد کم‌رویی وی در کلاس صحبت نکنم و انجام هر فعالیتی از سوی او در کلاس را از قبل با وی هماهنگ کنم تا آمادگی لازم را داشته باشد و بدون نگرانی و اضطراب آن را انجام دهد.
۳. تا حد امکان تینا را با گروه‌های کوچک کلاسی برای شرکت در فعالیت‌های گروهی کلاس همراه ساختم و او را تشویق کردم در گروه صحبت و اظهار نظر کند. به منظور تقویت رفتارهای مثبت او در کلاس او را در برابر دیگران تشویق می‌کردم.
۴. احساس کردم اگر محل نشستن تینا را در کلاس عوض کنم و از او بخواهم در ردیف‌های جلو و وسط کلاس بنشیند، این امر به او کمک

می‌کند که به سایر دوستان و هم‌کلاسی‌هایش و همین‌طور به معلم در کلاس نزدیک‌تر شود و راحت‌تر بتواند در مورد مسائل مطرح‌شده در کلاس اظهار نظر کند.

۵. از پدر تینا خواستم در منزل سعی کند به وی نزدیک شود و رابطه دوستانه‌ای با او برقرار کند. بکوشد رفت و آمدهای خانوادگی و روابط خود را با دوستان و فامیل گسترش دهد و تینا را نیز به شرکت در این مهمانی‌ها تشویق کند.

۶. به تینا تکلیف‌های آسان می‌دادم و با تشویق و تحسین به او بازخورد مثبت می‌دادم.

۷. با توجه به برگزاری کلاس در فضای مجازی در ادامه نیم‌سال تحصیلی، در گروه او را تشویق و از تکلیف‌هایش تعریف و تمجید می‌کردم.

گردآوری اطلاعات (شواهد ۲)

مدتی بود که رفتار تینا را از نزدیک به‌طور غیرمستقیم زیر نظر داشتم. در کلاس می‌دیدم که در بحث‌ها مشارکت و اظهار نظر می‌کند. می‌خندد و خوش حال است. در حیاط دست در گردن دوستانش می‌اندازد و قدم می‌زند. او اجتماعی‌تر شده بود. سلام می‌کرد، خوش حال بود، دیگر سرش پایین را پایین نمی‌انداخت و منزوی نبود. اگر کسی از اول او را نمی‌شناخت متوجه نمی‌شد که او واقعاً مشکل داشته است.

در صورت داشتن سؤال و یا برای مطرح کردن پیشنهادها خود به دفتر دبستان می‌آمد و دیگر با استرس پشت در دفتر نمی‌ایستاد. در صحبتی که با مادرش داشتم، وی از تغییرات به‌وجودآمده در رفتار دخترش بسیار خرسند بود. او اشاره کرد که تینا در مهمانی‌های فامیلی و خانوادگی شرکت می‌کند و تمایلش برای بیرون رفتن از منزل نسبت به گذشته افزایش پیدا کرده است. او همچنین با پدر و مادر و سایر اعضای خانواده رابطه بسیار خوشایندی دارد. با مادرش درد دل می‌کند و درباره مشکلات و مسائل پیش‌آمده از او راهنمایی و کمک می‌گیرد.

منابع

۱. امینی، ابراهیم (۱۳۷۴). اسلام و تعلیم و تربیت. انتشارات انجمن اولیا و مربیان. تهران.
۲. اصغری پور، حمید؛ اصغری پور، نگار؛ فضلی خوانی، منوچهر (۱۳۸۳). اعتماد اجتماعی و رابطه آن با مشارکت اجتماعی (مورد مطالعه شهر یزد). فصلنامه علوم اجتماعی. ش ۲۷.
۳. حسینی بیرجندی، سیدمهدی (۱۳۸۴). اصول و روش‌های راهنمایی و مشاوره. مجله مطالعات توسعه اجتماعی ایران. ش ۱۳۲.
۴. سیف‌الهی، وجیه‌الله (۱۳۷۸). راهنمای اقدام‌پژوهی. انتشارات گیلان.
۵. جلیل آبنکار، سیده سمیه؛ عاشوری، محمد؛ حسن‌زاده، سعید (۱۳۹۵). ارتباط و گوشه‌گیری در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان آسیب‌دیده شنوایی. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی. فصلنامه علمی پژوهشی توانبخشی. ش ۴.
۶. شفیع‌آبادی، عبدالله (۱۳۹۰). اختلالات رفتاری کودکان و روش‌های اصلاح و ترمیم آن. انتشارات بدر. تهران.
۷. _____ (۱۳۹۲). راهنمایی و مشاوره کودک: اختلالات کودکی. ترجمه مهرداد کلاتری و مسعود گوهری. انتشارات جهاد دانشگاهی واحد اصفهان. چاپ پنجم.
۸. محمدخانی، شهرام و ابراهیم‌زاده، ناهید (۱۳۹۲). مشکلات روانی و رفتاری دانش‌آموزان: شناسایی و مداخله. ورا دانش. تهران. چاپ دوم.