

# آینه تمام‌قد

## توانمندی‌ها باشیم

راهبردهایی برای ما معلم‌هایی که از اهمال‌کاری برخی دانش‌آموزان خسته‌ایم!

محمد اسماعیلی

دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، روان‌درمانگر



تعویق انداخته است، چگونه با او مواجه شده‌اید؟ آیا نیاز است برای حل این مشکل دانش‌آموزان، آموزش‌های مجزایی در نظر بگیریم؟ به تعویق انداختن کارها چیزی است که برای همه ما پیش آمده‌است، ولی برای برخی این موضوع به یک ویژگی شخصیتی بدل می‌شود. پیش از بیان نکات اصلی که معلم باید در مواجهه با دانش‌آموزان اهمال‌کار به آن‌ها توجه کند، داستانی بعد را بخوانید تا کمی با افکار و هیجاناتی آشنا شوید که ممکن است هر دانش‌آموز اهمال‌کاری تجربه کند.

نگاه شما به معلم بودن چیست؟ معلم قرار است دقیقاً چه کار کند؟ ما معلم‌ها باید صرفاً محتوای آموزشی معینی را در کلاس بیان کنیم و از آن خارج شویم؟ اگر شما هم مثل من برایتان پیش آمده‌است که دانش‌آموزتان چند جلسه پشت سر هم کاری را به

## درونی - مدرسه، بیرون اتاق ناظم

شده بعضی روزها هزار کار داشته باشید و حال کردن از تخت خواب را نه؟! شده که هزار آرزو و رویای جورواجور در سرتان پیروانید و حس و حال رفتن به دنبال آرزوها را نداشته باشید؟ شده که خسته شده باشید از این همه خستگی و بی حالی تان؟ من این حس آخری را امروز تجربه کردم؛ وقتی معلم علوم از کلاس بیرونم انداخت، حتی حوصله بیرون رفتن از کلاس را هم نداشتم. بارهای اول و سالهای اول مضطرب می شدم. یادم نمی رود اولین بار اخراج از کلاس را. وقتی پدرم رسید مدرسه، بی اختیار تا دیدمش گریه کردم. آن روز دلداری ام داد، امروز اما نمی دانم اگر بیاید چه سرکوفت جدیدی نثارم خواهد کرد! حال سرکوفت شنیدن های بابا را هم ندارم!

«بی حوصله ام آقای معاون مدرسه! خسته ام خانم معلم! اصلاً من تنبلم. دلم نمی خواهد درس بخوانم. دوست ندارم اینجا را. دلم خوش نیست کنار شما، کنار این همه درس و مشق و مسخره بازی فرمول ها و معادله هایتان. بین شما کسی هست که حرف من را بفهمد؟» این حرف ها را در سرم بافتم، ولی حال بیرون ریختن همین ها را هم نداشتم!

## بیرونی - سوار ماشین پدر، در راه خانه

خودش هم می فهمد که گوش من خریدار نیست، ولی باز تکرار می کند. دو تا نهیب می زند و تعریف از خود نباشد، چند جا از دوران تحصیل خودش و درخشش هایش می گوید. مگر من نمی خواهم بدرخشم! مگر من همانی نیستم که تا همین دو سال پیش شاگرد ممتاز مدرسه بودم؟ مرا چه شده است؟

«امروز آمدم مدرسه جناب عالی تا سر خم کنم پیش مدیر که درست می شود جناب آقا. تا آخر امسال اوضاع درسی اش دوباره روبه راه می شود! درست بعد از پیاده کردن حضرتتان، دارم می روم سراغ خواهرت. امروز آزمون المپیاد ریاضی داشت. مضطرب بود برای اول شدن یا نشدنش. کاش کمی از بی خیالی تو را می گرفتم به او می دادم و کمی هم از اضطراب او سهم تو می شد.»

هر کدام را نشنیده باشم، این حرف آخرش را خوب شنیده ام. از سخت ترین کارهای ما معلم ها این است که

بتوانیم خودمان را جای دانش آموزانمان بگذاریم. شاید یکی از سخت ترین کارهای روی زمین همین باشد که جایگاه و شرایط دیگران را درست همان طور که هست، تصور کنیم. به قول پیاژه، «هیچ دو نفری از تجربه واحد معنای یکسانی ندارند.» تجربه ادراک شده هر کدام از ما با واقعیت بیرونی موجود فرق دارد. کسی که کوررنگی دارد، جاده چالوس را چگونه می بیند و چشم های یک خلبان چگونه؟ هر کدام از این ها با چه خاطرات و پیش زمینه هایی به جاده می نگرند؟ وقتی در جاده می رانند، چه آهنگی در گوششان نواخته می شود؟ چه عطری، چه کسی، چه خیالی همراهی شان می کند در مه و باران چالوس؟ چه کسی می داند در خیال دیگری چه چیزی می گذرد؟ «چشم ها کور هستند و فقط ذهن می بیند.»

## ما آدم ها باهم فرق داریم

اگر بپذیریم تفاوت آدم ها را و جایگاه متفاوتشان را، شاید کمتر قضاوتشان کنیم؛ حتی بابت کارهای نکرده و اشتباهاتشان. دانش آموزانی که مهارت های خودنظم دهی بالایی دارند، معمولاً کمتر از بقیه اهمال کاری می کنند. کارهایشان را سر وقت انجام می دهند، هم به مهمانی و تفریحشان می رسند و هم به موقع به تکالیف درسی شان رسیدگی می کنند. این دانش آموزان، رفتار، انگیزه و هیجان خودشان را به خوبی کنترل می کنند. فرق دارند با آن هایی که خودپنداره منفی در آن ها شکل گرفته، والدین به طور مستقیم هدایتشان کرده اند و مدام با دیگرانی بهتر از خودشان قیاس شده و سرکوفت شنیده اند.

با در نظر گرفتن تفاوت های فردی بین دانش آموزان و با توجه به اینکه میزان مدیریت و نظم دهی به خود در افراد متفاوت است، طبیعی است که پیچیدن یک نسخه برای همه دانش آموزان، به ضرر عده ای از آن ها تمام خواهد شد. توقعی که از دانش آموز خودنظم ده وجود دارد، متفاوت است با آنچه از یک اهمال کار انتظار می رود. «برنامه آموزش فردی شده» رویکرد جدیدی است که تفاوت های فردی دانش آموزان را در زمینه های گوناگون مد نظر قرار می دهد. ارتباط با فرد فرد دانش آموزان برای برنامه ریزی



شاید یکی از سخت ترین کارهای روی زمین همین باشد که جایگاه و شرایط دیگران را درست همان جوری که هست تصور کنیم

و حل مشکل آن‌ها، نیازی است که بیش از تدریس صرف یک محتوای آموزشی از معلم امروز انتظار می‌رود.

### نمودبانه اگر ره به مقصدی نبری

با نگاه به همین تفاوت‌های فردی، معلم با نقش تسهیلگر در کنار هر دانش‌آموز قرار می‌گیرد و در تعیین اهداف عملیاتی و گام‌های کوچک رسیدن به هدف کمکش می‌کند. برای توضیح بیشتر مثالی می‌زنم. تا به حال غذا پخته‌اید؟ یا حتی مثلاً چایی یا قهوه دم کرده‌اید؟ ابتدا تا انتهای فعالیت شما مشخص است و محصول نهایی هم خیلی واضح به دستتان می‌رسد و به کامتان می‌نشیند. گام به گام می‌دانید چه کاری باید انجام دهید. پله به پله پیش می‌روید. آخر سر هم فنجان چای را می‌نوشید یا مثلاً یک بشقاب قرمه‌سبزی را نوش جان می‌کنید.

برای حل اهمال کاری، گاهی دانش‌آموزان واقعاً نمی‌دانند از کجا باید شروع کنند. البته این دسته را از آن‌هایی که عادت کرده‌اند بقیه کارشان را به ثمر برسانند، جدا کنید. به دسته اول باید کمک کنیم مراحل کار را گام به گام بنویسند، برای انجام هر کدامشان زمان تعیین کنند و به انجام درستش هم نظارت کنند. دسته دوم اما باید پیام‌زود فعالیت‌هایشان را خودشان پیش ببرند. تعیین تکالیف چالش‌برانگیز ساده و کوچک، راه خوبی است برای دسته دوم که به واسطه حمایت بیش از حد، در خصوص توانمندی‌های خودشان هم به تردید افتاده‌اند. این‌ها نیاز دارند که کارهای ساده را - که برای خودشان چندان هم ساده نیست - به خوبی به ثمر برسانند. شاید نیاز باشد برای حل مشکل این دانش‌آموزان توصیه‌هایی هم به والدینشان داشته باشید که در بخش مربوط به والدین به تفصیل بیان شده است.

فراموش نکنید روشن‌بودن اهداف به دانش‌آموزان کمک می‌کند بر فعالیت‌هایشان نظارت کنند و قضاوت درستی درباره عملکردشان داشته باشند.

### پشت‌گوش انداختن کارها تمدید نمی‌شود!

میزان استفاده هر دانش‌آموز از راهبردهای یادگیری و نظم‌دادن به شناخت خود، به باورهای

انگیزشی آن‌ها مثل خودکارآمدی بستگی دارد. احساس خودکارآمدی اشاره به این دارد که فرد چقدر خودش را مفید، کارآمد و توانمند ارزیابی می‌کند. باورهای خودکارآمدی ابعاد کلیدی حرکت انسان را فراهم می‌کنند. اگر مردم گمان کنند قدرت ایجاد نتیجه مثبت را ندارند، برای ساختن اتفاقات خوب تلاش نخواهند کرد. بنابراین، اگر دانش‌آموزی اهمال می‌کند، از باور خودکارآمدی پایین رنج می‌برد و سرزنش و تحقیر بهترین شیوه برای تمدید پشت‌گوش انداختن کارها در اوست! برای چنین دانش‌آموزی باید شرایطی فراهم شود که احساس کند توانمند است. ممکن است در کلاس ریاضی این شرایط با اجرای خوب یک بازی پیاده شود. در کلاس انشا با تشویق او در نگارش یک جمله زیبا ادامه یابد و معلم کلاس‌های دیگر نیز طبق همین شیوه رفته‌رفته بر احساس خودکارآمدی دانش‌آموز بیفزایند.

انگیزش یکی از مهم‌ترین بخش‌های آموزش و پرورش است. در مورد دانش‌آموزان اهمال‌کار، ایجاد انگیزه پیشرفت می‌تواند بر تغییر رفتار آن‌ها اثر جدی بگذارد. دانش‌آموزانی که اهمال می‌کنند، معمولاً انگیزش پیشرفت کمتری دارند. انگیزش پیشرفت کم، کمتر تلاش کردن، مقاومت و پشتکار کمتر و استفاده کمتر از مهارت‌های خودنظم‌دهی را در پی دارد. دانش‌آموز اهمال‌کار باید ارزش‌گذاری را که در کلاس انجام می‌دهد درک کند و کاربست آن را در زندگی ببیند تا بتواند انگیزه پیشرفت در آن درس را کسب کند.

#### \* پی‌نوشت

۱. عبارتی از یک فیلسوف یونان باستان

#### \* منابع

1. Pintrich, P. R. (1995). Understanding self-regulated learning. *New directions for teaching and learning*, 1995(63).
2. Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In *Handbook of self-regulation* (pp. 13-39). Academic Press.
3. Dietz, F., Hofer, M., & Fries, S. (2007). Individual values, learning routines and academic procrastination. *British Journal of Educational Psychology*, 77(4).
4. Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.



هیچ دونفری  
از تجربه واحد،  
معنای یکسانی  
ندارند. پیچیدن  
یک نسخه برای  
همه دانش‌آموزان  
به ضرر عده‌ای  
از آن‌ها تمام  
می‌شود