

احساسات و یادگیری

لزوم توجه معلمان به احساسات در فضای مجازی

((سمیه مهتدی / دانشجوی دکتری تکنولوژی آموزشی))



اشاره

در فرایند یادگیری در فضای مجازی، یادگیرندگان (دانش آموزان) مشارکت کنندگان کلیدی هستند و برای بهبود این فرایند باید به آن‌ها ویژگی‌هایشان توجه کرد. یکی از این ویژگی‌ها که تأثیر مهمی بر یادگیری دارد، احساسات و هیجانات دانش‌آموزان است. به نظر می‌رسد این ویژگی در محیط‌های مجازی به دلیل نبود ارتباط چهره به چهره معلم و دانش‌آموز و سختی تشخیص آن، به توجه بیشتری نیاز دارد. به همین دلیل، معلم مجازی خوب معلمی است که بتواند بر اساس آگاهی از تأثیری که هر کدام از احساسات بر یادگیری دارند، با برنامه‌ریزی صحیح و طراحی آموزشی مناسب، به افزایش یا کاهش آن احساس اقدام کند. در این مقاله هیجانات و احساسات و تأثیر آن‌ها بر یادگیری معرفی و راهکارهایی برای استفاده از آن‌ها در کلاس‌های مجازی ارائه می‌شود.

کلیدواژه‌ها: احساسات، بهبود کیفیت یادگیری، فضای مجازی

مقدمه

هیجانات^۱ پاسخ‌های طبیعی بدن به رویدادهای بیرونی هستند که بر اثر محرک‌های بیرونی و درونی، با سرعتی خاص، در بدن اتفاق می‌افتند. هیجانات محرک‌هایی قابل پیش‌بینی دارند و به گونه‌ای عینی توسط جریان خون، فعالیت مغزی، ترشح هورمونی، ابزارهای چهره‌ای یا حالت بدن قابل اندازه‌گیری‌اند. احساسات^۲ همتای ذهنی هیجانات هستند و معانی و تحلیل‌هایی را بازتاب می‌دهند که فرد خودآگاه یا ناخودآگاه از هیجانات دارد. احساسات تجربه‌انتراعی فرد از هیجانات هستند؛ یعنی در بخشی از ذهن اتفاق می‌افتند و غالباً برای هر فرد منحصر به فردند. هیجانات به سرعت عبور می‌کنند و موقتی هستند، درحالی‌که احساسات غالباً ماندگارند و در طول زمان توسعه می‌یابند.

احساسات عبارت‌اند از: شادی^۳، غم^۴، ترس^۵، خشم^۶، تعجب^۷ و تنفر^۸.

در دهه اخیر نقش احساسات در آموزش پررنگ‌تر شده و به‌عنوان نقشی مهم در یادگیری در نظر گرفته می‌شود. به نظر می‌رسد احساسات یادگیرنده به‌وسیله درگیر کردن یادگیرنده و نگرش وی در برابر یادگیری و محیط یادگیری، روی یادگیری تأثیر می‌گذارد. عواطف در یادگیری از اهمیت زیادی برخوردارند و بر عملکرد یادگیری تأثیر دارند. به عقیده روان‌شناسان و عصب‌شناسان عواطف در یادگیری شناختی نقشی اساسی دارند و عملکرد فعالیت‌های شناختی به‌وسیله عواطف مثبت افزایش می‌یابد. احساسات روی توانایی یادگیرنده در پردازش اطلاعات و به‌طور دقیق فهم و درک آنچه با آن مواجه می‌شود، تأثیر می‌گذارد.

به‌طور کلی، احساسات به‌صورت احساسات خوشایند (مثبت) و احساسات ناخوشایند (منفی) طبقه‌بندی می‌شوند. احساسات هم به‌صورت مثبت و هم به‌صورت منفی می‌توانند روی یادگیری تأثیر بگذارند. غالباً زمانی که یادگیرنده احساسات مثبت را تجربه می‌کند، فرایند یادگیری می‌تواند بهبود یابد و زمانی که احساسات منفی را تجربه می‌کند، فرایند یادگیری می‌تواند از کار بیفتد. فردریک سون احساسات مثبت را در چهار دسته شادی، علاقه، رضایت و عشق طبقه‌بندی می‌کند و معتقد است احساسات مثبت دامنه توجه را گسترش می‌دهد و بر بینش و خلاقیت می‌افزاید. درحالی‌که تجربه‌های مثبت فرصتی بهتر برای یادگیری، رشد و توسعه به افراد می‌دهند، احساسات منفی از یادگیری جلوگیری می‌کنند. دانش‌آموزان در حالت مثبت، نسبت به آن‌هایی که در حالت خنثا هستند، سطوح بالاتری از انگیزش دارند.

با توجه به موارد بیان‌شده، برای بهبود کیفیت یادگیری، معلمان باید به احساسات یادگیرنده توجه کنند و این توجه در محیط‌های مجازی بیشتر توصیه می‌شود. در این مقاله، هر کدام از احساسات، تأثیر آن‌ها بر یادگیری و نحوه توجه به آن‌ها در محیط‌های مجازی، به‌طور خلاصه ارائه می‌شود.

شادی

یکی از احساسات مثبت شادی است. شادی یادگیری را افزایش می‌دهد. دانش‌آموزان خوشحال یادگیرندگان بهتری هستند. اگر دانش‌آموزان احساس کنند فضای یادگیری شاد است، نگرش مثبت پیدا می‌کنند و این به یادگیری آن‌ها کمک می‌کند.

شادی افراد سه نوع است: فیزیکی، ذهنی و معنوی. به نظر می‌رسد برای ایجاد یادگیری بهتر بتوان از شاد کردن یادگیرنده استفاده کرد و با برنامه‌ریزی و طراحی آموزشی صحیح در محیط مجازی، شادی فیزیکی و ذهنی را افزایش داد.

از طرف دیگر، عوامل مؤثر بر شادی به دو دسته کلی درونی و بیرونی تقسیم می‌شوند. عوامل درونی و بیرونی به‌طور مستقل یا تعاملی بر شادی فرد تأثیر می‌گذارند. شاید نتوان عوامل درونی را در کوتاه‌مدت تغییر داد، لیکن می‌توان از بسیاری از عوامل بیرونی برای شاد کردن یادگیرنده و در نهایت بهبود فرایند یادگیری استفاده کرد.

عوامل درونی

داشتن عزت نفس، خودکنترلی، قوی بودن اراده، خوش بینی، شوخ طبعی، داشتن دین و مذهب، برونگرا بودن و راضی بودن به داشته‌ها

عوامل بیرونی

داشتن ارتباطات اجتماعی، محبوبیت بین هم‌گروهان، فعالیت جسمی، موفقیت در کارها، داشتن زمان آزاد بیشتر، دوستان بیشتر و رفاه. زندگی خانوادگی آرام، والدین دوست‌داشتنی، سلامتی، آزادی در انتخاب کار یا سبک زندگی، سرگرمی جدید و بهتر به نظر رسیدن

پیشنهاد

اگر ارتباط و تعامل بین معلم و دانش‌آموزان یا دانش‌آموزان با یکدیگر برقرار نشود، همچنین اگر در فضای مجازی معلم به‌موقع به یادگیرنده و پیام‌های وی توجه نکند، احساس غم به سراغ یادگیرنده می‌آید و بر یادگیری وی تأثیر منفی خواهد داشت. بنابراین، توجه به همه دانش‌آموزان و پاسخ به پیام‌های حتی تکراری آن‌ها را مدنظر قرار دهید. معلم مجازی خوب آن است که بتواند به همه دانش‌آموزان بر اساس نیازها و خواسته‌های آن‌ها توجه کند و از موقعیت‌های تولیدکننده غم بکاهد.

تعجب

همه موجودات زنده در جریان زندگی خود با محرک‌های جدید و نوظهوری مواجه می‌شوند. در برخورد با چنین محرک‌هایی، الگوی واکنش را می‌توان تکان هیجانی یا تعجب نامید. تعجب واکنشی عاطفی است که به هدف شناختی کمک می‌کند، زیرا توجه را به سمت محرک یا رخداد تعجب‌برانگیز جلب می‌کند و می‌تواند در یادگیری نقش کلیدی ایفا کند. تعجب باعث تحریک و برهم خوردن آرامش درونی و افزایش و تقویت انگیزه می‌شود. تعجب موجب ساختار بندی دانش می‌شود و یادگیری عمیق‌تری ایجاد می‌کند. محرک‌های تازه، تعجب‌برانگیز و پرمعنی، سطح برانگیختگی را افزایش می‌دهند و سبب تحریک حس کنجکاوی یادگیرنده می‌شوند.

پیشنهاد

برای ایجاد یادگیری بهتر در محیط مجازی، با ارائه مسائل و مطالبی که از این ویژگی‌ها برخوردارند، در یادگیرندگان انگیزش ایجاد کنید. همچنین، با ارائه مطالب متنوع از نظر ساختاری، حس کنجکاوی دانش‌آموز را برانگیزید. البته باید دقت کنید مسائل و مطالب ارائه‌شده، پیچیده‌تر از حد توانایی یادگیرندگان نباشند، زیرا ممکن است به شکست و ناکامی در آن‌ها منجر شود.

خشم

خشم به‌عنوان یک احساس شدید در پاسخ به ناامیدی، صدمه یا تهدید توصیف می‌شود. خشم مزایا و معایبی دارد. خشم، به‌عنوان یکی از احساسات اساسی انسان، در طول فرایند یادگیری نیز وجود دارد و در طول فعالیت‌های مرتبط با یادگیری، آموزش و عملکرد روی هر سطح از آموزش ممکن است تجربه شود. خشم به دلیل تأثیر خاصی که روی روند یادگیری دارد، موضوع مهمی است. با توجه به خشم می‌توان سطح پیشرفت تحصیلی را پیش‌بینی کرد. هرچه فرد خشم بیشتری را تجربه کند، موفقیت کمتری خواهد داشت.

غم

اندوه نیز مانند سایر هیجانات شدت و ضعف دارد. این هیجان از دسته هیجانات منفی است و ممکن است روی یادگیری فردی تأثیر بگذارد. اگرچه حالت ناراحتی برخی توانایی‌های شناختی را مختل می‌کند، اما محدود شدن تمرکز روی توجه به دلیل ناراحتی، یادگیری ضمنی ناخواسته را بهبود می‌بخشد. همچنین، ناراحتی بر توانایی بازیابی اطلاعات که آگاهانه است، تأثیر می‌گذارد. شواهد حاکی از آن‌اند که افراد مطالب هم‌خوان با خلق خود را بیشتر از مطالب ناهم‌خوان با آن یاد می‌گیرند.

پیشنهاد

برای بهبود کیفیت فرایند یاددهی-یادگیری در فضای مجازی، به این احساس توجه کنید، زیرا احتمال کلافگی و خشمگین شدن دانش‌آموزان در این فضا، به دلایل گوناگون از جمله کندی سرعت اینترنت، دریافت نکردن پاسخ فوری به سؤال پرسیده شده، وجود پیام‌های متعدد و لزوم جست‌وجو در بین آن‌ها، زیاد است. معلم فضای مجازی باید با صبوری و متانت و البته آگاهی از ویژگی‌های شخصیتی دانش‌آموزان و دلایل ایجاد خشم در آن‌ها، با برنامه‌ریزی صحیح، موضوعات مولد خشم را مدیریت کند.

ترس

ترس احساسی است که هر انسانی آن را می‌شناسد و از آن به‌عنوان احساسی ناخوشایند یاد و از آن دوری می‌کند، چراکه این احساس بنا بر طبیعت خود زمانی ظاهر می‌شود که خطری درونی یا بیرونی فرد را تهدید می‌کند. ترس واکنشی احساسی به تهدید یا خطر است. ترس را از اضطراب، که معمولاً بدون وجود تهدید خارجی رخ می‌دهد، جدا باید دانست. ترس توانایی تأثیرگذاری روی نحوه یادگیری، حل مشکلات، ارتباط با دیگران و همکاری با جامعه را دارد. براساس مطالعات به عمل آمده استرس‌های ناشی از امتحانات، به میزان هفتاد درصد سبب کاهش یادگیری در دانش‌آموزان می‌شوند. برای آنکه فرد رفتارهای مناسب مطالعه و درس خواندن داشته باشد، لازم است حد اضطراب مناسبی داشته باشد. وقتی انسان در حد طبیعی اضطراب دارد، خون‌رسانی و فعالیت مناطق خاصی از مغز که با توجه، تمرکز و یادگیری ارتباط دارند، بیشتر و بهتر می‌شود. اما وقتی اضطراب شدید و نامتناسب باشد، تأثیر بسیار بدی بر عملکرد تحصیلی می‌گذارد. توجه و تمرکز را کم می‌کند، بی‌قراری در پی دارد، و شروع تکالیف و به پایان رساندن آن را مختل می‌کند. به‌طور کلی اضطراب شدید باعث می‌شود خون‌رسانی و فعالیت مناطقی از مغز که در هوشیاری، توجه، تمرکز و یادگیری نقش دارند، مختل شود. اما مقدار کم ترس و اضطراب می‌تواند برای یادگیری و تلاش انگیزه بیشتر ایجاد کند.

پیشنهاد

در محیط مجازی، با روش‌های مناسب از ایجاد ترس‌های مختل‌کننده یادگیری جلوگیری کنید. به‌طور مثال، با همدلی و همراهی با دانش‌آموزان، انگیزه دادن و کمک به تقویت حس اعتمادبه‌نفس آن‌ها، گفت‌وگوهای گروهی و انفرادی، و توضیح دقیق فعالیت‌ها و تکالیف خواسته‌شده از دانش‌آموزان، اضطراب و ترس آن‌ها را کم کنید.

تنفر

نفرت یکی از انواع احساسات است که از بدو تولد همراه انسان است. دوست‌داشتن و دوست‌نداشتن یک زمینه خاص، چه قطعه‌ای هنری، چه

غذا و چه محیطی آموزشی، اساساً ادراک یادگیرنده و واکنش وی را نسبت به موضوع تحت تأثیر قرار می‌دهد. برای مثال، اگر دانش‌آموزی روش تدریس خاص را دوست داشته باشد، این علاقه در ادراک وی از محیط تدریس، یادگیری و عملکردش انعکاس می‌یابد. برعکس این مورد هم برای هر روش تدریسی که برای یادگیرنده کم‌اهمیت است، اتفاق می‌افتد. البته دور از ذهن نیست که یادگیرندگان در علاقه و تنفر نسبت به یک روش تدریس خاص متفاوت باشند و محیط یادگیری خود را با کیفیت متفاوت درک کنند. این موضوع بر یادگیری و عملکردشان به‌عنوان نتیجه تأثیر می‌گذارد. به عبارت ساده‌تر، اینکه یادگیرندگان به آموزش علاقه‌مند یا از آن متنفر باشند، تأثیر متفاوتی در یادگیری آن‌ها دارد. تنفر (نداشتن علاقه) نسبت به آموزش، برای درک مطالب و یادگیری یادگیرنده مضر است. درحالی‌که علاقه دانش‌آموزان در آموزش ممکن است کاتالیزوری مهم در یادگیری باشد.

پیشنهاد

برای آنکه دانش‌آموز در یادگیری مطالب در محیط مجازی موفق باشد، به این موضوع توجه و مطالب و محیط یادگیری را برای وی مطلوب کنید. به‌طور مثال، برخی از دانش‌آموزان به فعالیت‌های گروهی علاقه زیادی دارند و تعریف فعالیت‌های گروهی می‌تواند به علاقه‌مندی آن‌ها به فعالیت در محیط مجازی منجر شود. در صورتی که معلم به رفتارها و پاسخ‌های دانش‌آموزان در فضای مجازی دقت کند، می‌تواند متوجه سلیقه‌ها و حساسیت‌های آن‌ها در موارد مختلف شود و محیط یادگیری را با توجه به همین حساسیت‌ها طراحی کند.

جمع‌بندی

همان‌طور که بیان شد، احساسات بر یادگیری تأثیر دارند و این تأثیر می‌تواند در افراد متفاوت باشد. البته همیشه احساسات منفی مانند غم یا خشم بر یادگیری تأثیر منفی ندارند و احساسات مثبت مانند شادی هم تأثیر مثبت ندارند. همچنین، تحریکات عاطفی بیشتر از اهمیت اطلاعات در به خاطر سپاری آن‌ها مؤثرند. بنابراین، برای ایجاد یادگیری مؤثرتر، به‌خصوص در محیط‌های یادگیری مجازی، لازم است به احساسات یادگیرندگان توجه و محیط آموزشی مناسب برایشان فراهم شود.

پی‌نوشت‌ها

1. emotions
2. feelings
3. happiness
4. sadness
5. fear
6. anger
7. surprise
8. disgust