

راهبری نشست‌های کلاسی

دکتر حسین سلیمی بجستانی
دانشیار مشاوره

● برخورد واقع‌بینانه و پیگیری برای واقع‌بینی باید نقشه راه داشته باشیم و از اقدامات حدسی که عملیاتی است شروع کنیم.

پس از بازگشایی مدرسه‌ها، شاهد آن هستیم که نظام خلقی دانش‌آموزان و مربیان و بالطبع سطح هوشیاری‌شان تغییر کرده است و از شیوه سنتی و خسته‌کننده قبلی بیزارند. با وجود این، معلم یا مشاوره که برای پرورش ارزش قائل است، راهش را پیدا می‌کند. به عبارت دیگر، کارکنان موفق مدرسه کسانی هستند که:

۱. از ندانسته‌هایشان آگاه باشند.
۲. مسئله‌مدار باشند (مسئله این است، دانسته‌هایم این است و راه‌ها نیز این است) و در حل مسئله تفکر و اگر داشته باشند.
۳. بتوانند هیجان‌اتشان را بشناسند و مدیریت کنند.

خدماتی که ما به‌عنوان مشاور یا مربی در مدرسه ارائه می‌دهیم، به دو صورت است:

- خدمات مستقیم شامل تعاملات بین‌فردی (بین مشاور و دانش‌آموزان)، به شکل گروهی یا فردی و یا کلاسی.
- خدمات غیرمستقیم شامل تعاملات با سایر افراد (والدین، معلمان، مدیران، کارکنان و مدیر) در قالب ارجاع‌دادن و مشورت‌دهی.

بنابراین روند شکل‌گیری تربیت سالم کلاسی مانند کنار هم گذاشتن قطعات جورچینی از این خدمات در مدرسه است که به ایجاد فضای احترام و توجه همراه با مهربانی و قاطعیت، دلگرمی‌دادن، برنامه‌ریزی منظم و خلاقانه، دادن بازخوردهای حمایت‌آمیز برای برگزاری نشست‌هایی با حضور دانش‌آموزان، معلم و والدین نیاز دارد. برای برگزاری چنین نشست‌هایی ممکن است مقاومت ببینید، اما عقب‌نشینی نکنید. اگر دانش‌آموزی به این شیوه

روان‌درمانگر، مشاور و مربی نه بذر می‌پاشد و نه محصول برمی‌دارد. او تنها خاک را زیر و رو می‌کند و شخم می‌زند. ما معتقدیم با دعوت افراد به مسئولیت‌پذیری به جای مسئولیت‌گریزی، موتور حرکت و پویایی انسان روشن می‌شود و باید انتخاب کنند. به قول مولانا جان: «انسان‌ها تا جایی مجبورند. همین که بر سر دوراهی‌های زندگی رسیدند، انتخابگر و مسئول می‌شوند.»

طی دو سه سال گذشته به نظام آموزش و پرورش ضربه (شوک) وارد شد و شاید کرونا سنگی روانه شیشه قدی تعلیم و تربیت کرد و حالا آن شیشه ترک خورده است. انتخاب ما چیست و چه تغییراتی به این دستگاه عظیم وارد خواهیم کرد؟ برای اصلاح روش‌های تعلیم و تربیت می‌باید شرایط عمل فراهم آید. باید به اندازه‌ای که توانایی داریم دست به اقدام بزنیم. با این وضعیت سه راه پیش رویمان قرار دارد:

- برخورد ایده‌آلی و خیالی
- برخورد مایوسانه و ناامید از اقدام



شیوه نشست‌های کلاسی روشی مفید برای توجه و ارزش‌گذاری از جانب مدرسه به دانش‌آموزان است

احساس تعلق کند، بعید است بدرفتاری کند. در این شیوه می‌توان تمام بچه‌های مدرسه را به بحث و چالش کشید. ارکان مدرسه برای کمک‌کردن به یکدیگر کافی هستند و لازم نیست همیشه مشکلات را به گردن دیگران بیندازیم.

نشست‌های کلاسی مزایایی به این شرح دارند:

۱. درک توانایی‌های شخصی (من عامل هستم)؛
۲. درک ارزش خود در همکاری و کمک به دیگران (به قول یالوم، بهترین راه کمک به دیگران این است که اجازه دهید به شما کمک کنند)؛
۳. درک قدرت شخصی تأثیرگذاری در زندگی (به عبارت دیگر به این نتیجه برسند که هر چه پیش آید می‌توانم تأثیر بگذارم)؛
۴. پی‌بردن به مهارت‌های درون‌فردی (رشد انضباط شخصی)؛
۵. پی‌بردن به مهارت‌های بین‌فردی و تعامل با دیگران از طریق گوش‌دادن، همکاری، مذاکره، مشارکت و همدلی.
۶. پی‌بردن به مهارت‌های عمومی زندگی روزمره.
۷. ارتقای مهارت در قضاوت (ارائه قدرت تمیز و سنجش درست شرایط با توجه به هنجارها).

مسلماً کسی که در این هفت مهارت ضعف داشته باشد، زمینه بهتری برای بزهکاری و آسیب‌های اجتماعی - روانی خواهد داشت. شیوه نشست‌های کلاسی روشی مفید برای توجه و ارزش‌گذاری از جانب مدرسه به دانش‌آموزان است. بچه‌ها وقتی می‌فهمند به آن‌ها توجه دارید که آن‌ها را بشناسید، کمکشان کنید و، اشتباهاتشان را فرصت یادگیری بدانید. آن‌ها وقتی ببینند که امکان مشارکت دارند، اجازه می‌دهید تصمیم بگیرند و ... آن‌گاه عواقب انتخاب‌های خود را درک می‌کنند. همه این‌ها در نشست‌های کلاسی با صرف وقت و حوصله پیش می‌آید (باید توجه داشته باشید، برای دستیابی به ذهن افراد ابتدا باید به دل دست پیدا کنید). وقتی دانش‌آموزان احساس اهمیت کنند، همکاری می‌کنند نه بدرفتاری.

نکات مهم و سازنده برای نشست‌های کلاسی اثربخش

- به محض اینکه حل مشکلی به‌عنوان وظیفه عمومی در نظر گرفته شود، دیگر آن قدرها هم مشکل نیست.
- در نشست‌های کلاسی، معلم موضوع بحث و گفت‌وگو را تعیین نمی‌کند و رشته سخن را به دست نمی‌گیرد (موعظه و سخنرانی نمی‌کند). نشست دانش‌آموزمحور است. البته در عین حال برخی موضوعها را معلم یا مشاور در دستور جلسه قرار می‌دهد.
- نحوه نشست حتماً می‌باید دایره‌وار باشد. حتی اگر شد، روی زمین بنشینند تا چشم‌های یکدیگر را ببینند.

- بهتر است حداقل هفته‌ای یک جلسه داشته باشید.
- به دانش‌آموزی که مسئله‌ای را مطرح کرده است، اجازه دهید راه‌حلی را که فکر می‌کند مفید است ارائه دهد. این کار احساس ارزشمندی و قدرتمندی را در او تقویت می‌کند.
- سعی کنید ابتدا تعداد نفرات هر گروه زیاد نباشد. حداکثر ۱۲ نفر برای شروع گروه‌ها مناسب است. بعداً که دستتان راه افتاد، همه کلاس را هم می‌توانید در یک گروه قرار دهید.
- وقتی دانش‌آموزان از ما کمک می‌خواهند، به جای اینکه همان موقع کمکشان کنیم، به آن‌ها بگوییم آن را در دستور کار نشست‌های بعدی قرار می‌دهیم.
- قواعد و قوانین گروه را خود دانش‌آموزان بنویسند و شما تحمیل نکنید. در چنین حالتی ضمانت اجرایی بالاتری خواهد داشت.
- ممکن است یک جلسه نشست شما اقتضاح شود و جلسه بعد عالی. پس نگران نباشید و سعی کنید ماهر شوید.
- حس شوخ‌طبعی طبیعی خود را به کار بگیرید و از تن صدای بلند خود آگاه باشید. گاهی عذاب‌آور است.
- گوش‌دادن را جدی بگیرید.
- به علاقه‌مندی‌های شخصی دانش‌آموزان هم احترام بگذارید.

انتخاب موضوعها برای دستور کار

همان‌گونه که قبلاً توضیح دادیم، هر موضوعی که دانش‌آموزان آن را دغدغه می‌دانند، از فشار روانی (استرس) امتحان و کم‌رویی برای صحبت در جمع گرفته تا لایه آزون! انرژی هسته‌ای، تعارض با والدین، تصمیم‌گیری و ... همه و همه می‌توانند در دستور کار جلسه قرار گیرند؛ چرا که هدف این نشست‌ها فقط آموزش مفاهیم درسی نیست.

چگونگی برگزاری نشست‌ها

- بهتر است به صورت گرد بنشینید.
 - از یک دوست حاضر در گروه تعریف و قدردانی کنید.
 - به مهارت‌های ارتباطی (از جمله رعایت نوبت، گوش‌دادن، مسخره‌نکردن، تعامل و بازخوردادن) توجه کنید.
 - دلایلی را که ممکن است افراد کارهایشان را به خاطر آن‌ها انجام دهند، با مثال توضیح دهید (انتقام‌گیری، قدرت‌طلبی، توجه‌طلبی و انزوایی).
 - از ایفای نقش افراد به خوبی استفاده کنید تا از طریق تجربه‌کردن بیاموزند.
 - از بارش فکری برای رسیدن به راه‌حل‌ها بهره بگیرید.
 - تشویق و دلگرمی را در دستور کار خود قرار دهید.
- برداشتن قدم اول قدری سخت خواهد بود، اما بدون شک راه جدیدی گشوده خواهد شد. هدف مدرسه تنها آموزش خواندن، نوشتن و حساب‌کردن نیست، بلکه زندگی همواره به شجاعت، اعتمادبه‌نفس، هنر زندگی‌کردن، احساس تسلط بر فکر و هیجان، پرورش مهارت‌های اجتماعی و ... نیاز مبرم دارد که این شیوه می‌تواند چنین نیازی را پاسخ دهد.