



اقدام پژوهی؛

چگونه موفق شدم انزواطلبی، درس گریزی و کم انگیزی دانش آموزم را برطرف کنم؟

مجید صبوری فر

کارشناسی ارشد، علوم تربیتی، دانشگاه آزاد آزادشهر

اداره آموزش و پرورش شهرستان مراوه تپه، استان گلستان

Bidam19000@gmail.com

+۹۹۲۳۳۳۷۴۴۵

چکیده:

پدیده انزواطلبی دانش آموزان، یکی از رایج ترین نوع مشکلات موجود در کلاس درس است. پدیده ای که موجب کناره گیری دانش آموز از انجام فعالیت های روزانه کلاسی می شود. گوشه گیری با یک سلسله علائم متعدد و به هم پیوسته همراه است. گوشه گیر چون مشکلاتش را نمی تواند در عالم واقعیت حل کند... برای دفاع از حقش اقدام نمی کند و کناره گیری را بر تلاش ترجیح می دهد. هرگاه ضلع اول یک مثلث، انزواطلبی باشد، اضلاع دیگر مثلث عبارتند از درس گریزی و بی انگیزی.

هدف نگارش این اقدام پژوهی، شرح مسیر پرفراز و نشیب یک دانش آموز کلاس چهارم ابتدایی است که در کلاس، منزوی و گوشه گیر بود. او گذر زمان به درس گریزی و بی انگیزی نیز رسیده بود. همچنین اقداماتی که برای درمان مشکلات مذکور انجام شدند، با شرح و تفسیر راه حل هایش در این پژوهش گردآوری شده است. این گزارش، بر اساس مشاهداتی که در جریان یک سال تحصیلی به وقوع پیوست نگارش شده است.

کلمات کلیدی: منزوی، گوشه گیر، کم حرف، دانش آموز، افت درسی، انگیزه



مقدمه

برای همه افراد، اعم از کارگر و دانش پژوه، پزشک و مهندس، زارع، استاد دانشگاه و غیره، خطرابتلا به ناراحتی های روانی وجود دارد. به عبارت دیگر هیچ فرد انسانی در برابر امراض مصونیت ندارد (شاملو، ۱۳۷۸) دانش آموزان، یکی از حساس ترین اقشار جامعه اند که گاهی می توانند گرفتار مشکلات مختلف جسمی، روحی شوند. یکی از مشکلات و مسائلی که معلمان با آن مواجه هستند، اختلال های رفتاری دانش آموزان می باشد. این اختلالات ممکن است علل متفاوتی داشته باشد: مشکلات خانوادگی، ناراحتی های جسمانی روانی، مشکلات اقتصادی، روابط خانوادگی، پایین بودن میزان هوش افراد و غیره.

اکثر معلمان و مسئولان مدرسه در طول خدمت خویش با دانش آموزانی مواجه می شوند که رفتارهایی متفاوت با دیگر دانش آموزان دارند (جلیلی، نیکو، ۱۳۹۸) یکی از این مشکلات که از قضا، رایج هم است، مشکل انزوا طلبی یا همان گوشه گیری دانش آموز است. این مشکل در صورت تداوم، منجر به بی انگیزگی دانش آموز می شود. فقدان انگیزه نیز به افت درسی و درس گریزی می انجامد. تمام این مشکلات دومینو وار به وجود می آیند. هر مشکلی را باید در همان آغاز، علاج کرد. اگر دانش آموزی در پایه دوم دبستان چنین شرایطی داشته باشد، امتداد آن در کلاس سوم و چهارم، باعث می شود که در پایه پنجم، هرگز نتوان به سادگی آن را برطرف کرد. ذهن و روح دانش آموزان در سال های اول و دوم و سوم دبستان، انعطاف پذیری دارد و ساده تر می توان به درمان مشکلات روحی-روانی شان اقدام کرد.

معمولاً انزوا در دانش آموزان به گونه ای است که موجب عدم ارتباط دانش آموز با همسالان خود و محیط اطراف می شود. این افراد از علاقه خود به اطرافیان می کاهند و معمولاً از داشتن دوستان صمیمی محروم می شوند. دانش آموزی که منزوی و گوشه گیر است، در فعالیت های دسته جمعی شرکت نمی کند و تمام اوقات خود را با تنها دوست خود سپری می کند. در واقع انزوا دانش آموز مشکل بسیار شایعی است که موجب آزار او می شود. به همین خاطر اگر درمان نشود، منجر به مشکلاتی مانند افسردگی، اضطراب، عدم اعتماد به نفس و مشکلات حاد روانی خواهد شد.

دانش آموز منزوی با وجود این که احساس کمبود می کند، اما از دیگران دوری کرده و تحمل آن ها را ندارد. عزت نفس پایین، ناتوانی در بیان افکار و احساسات، احساس عدم توانمندی به جدایی فرد از همسالان خود منجر می شود. این فکر مدام ذهن کودک یا نوجوان منزوی را درگیر می کند که اگر در جمع قرار بگیرد دیگران به سؤال پرسیدن در مورد مشکل او می پردازند. به همین خاطر سعی می کند از حضور در جمع فرار کرده و به غیبت های طولانی خود ادامه می دهد. بودن در کلاس و تحمل فضای آن برای دانش آموز گوشه گیر بسیار دشوار است و به دنبال فرار از این محیط می باشد. این افراد دوستان بسیار کمی دارند و به راحتی نمی توان اعتماد آن ها را به دست آورد. در این اقدام پژوهی، ماجرای مستند را خواهید خواند که در آن، یک دانش آموز کلاس چهارم دبستانی، دچار انزوا است و این انزوا، ریشه در سال های گذشته و خانواده اش دارد. این انزوا، به افت شدید درسی منجر شده و باعث قطع جریان یادگیری دروس می شود. با سلسله اقداماتی که توسط اینجانب انجام شد، طی بازه زمانی ۴ ماهه، اوضاع این دانش آموز تغییر کرد و او در مسیر صحیحی قدم نهاد. گرچه ریشه مشکلات او همچنان لاینحل باقی ماندند اما عزم و اراده او تقویت شد تا با چنین شرایطی مبارزه کند و برای رسیدن به اهداف خود، دست از تلاش برندارد.

بیان مسئله

اینجانب، با سابقه ۱۰ ساله در امر تعلیم و تربیت، در یازدهمین سال خدمت، در مدرسه ای در منطقه محروم روستایی، تدریس می کردم. پایه تدریس من کلاس چهارم ابتدایی بود. این کلاس ترکیبی از چند پسر و چند دختر بود. یکی از دانش آموزان دختر کلاس چهارم، به نام سمیرا (اسم مستعار)، در کلاس، اغلب گوشه گیر بود. در روزهای آغازین سال تحصیلی جدید، تصور اینکه او واقعاً گوشه گیر است نداشتم. به مرور متوجه این شدم که او مانند بقیه دانش آموزان در فعالیت های کلاسی و مدرسه ای شرکت نمی کند. از بقیه فاصله می گیرد. باب آشنایی با کسی را باز نمی کند. دیگران هم زیاد سمت او نمی روند. بین دانش آموزان، دوستان صمیمی ندارد. با پرس و جوی بیشتر متوجه شدم مشکل او از سال اول دبستانش همراهش بوده و حال به چنین مرتبه ای از شدت رسیده است. انزوا طلبی او منجر به افت شدید درسی اش شده بود. این افت درسی چنان شدید بود که تقریباً یادش رفته بود هر کدام از حروف الفبا چه صدایی دارند. او تنها قادر به نوشتن اسم خود بود. بر آن شدم که با گردآوری دلایل بروز این اتفاق و کشف ریشه های مشکلات، به برطرف شدن مشکلاتش بپردازم. در این راه از تجربه افراد باتجربه نیز استفاده کردم.

ضرورت پژوهش

گوشه گیری یکی از اختلال های روانی کودکان و نوجوانان است که با اختلال های رفتاری و اضطرابی همراهی می کند و ممکن است با پیامدهای جدی مانند غیبت از مدرسه، افت تحصیلی، افسردگی و حتی خطر خودکشی همراه باشد. (چمندار و همکاران، ۱۳۹۲) علائم انزوا در دانش



آموزان به مورد خاصی محدود نشده و در برگیرنده علائم پیوسته و مختلفی می باشد. دانش آموز منزوی بی هدف بوده و طرح مشخصی برای آینده خود ندارد. او از حل مشکلات خود در عالم واقعیت عاجز است و برای حل آن ها خیال پردازی کرده و به تخیل پناه می برد. در هر شرایطی از اجتماع فراری است و در برابر بودن با افراد به شدت مقاومت می کند. هیچ دفاعی نسبت به حق و حقوق خود ندارد و ترجیح می دهد به جای تلاش از افراد گریزان باشد. به همین خاطر در اغلب موارد با دیگران دچار تنش و تضاد می شود. دانش آموز گوشه گیر هیچ علاقه ای به دوست یابی نداشته و اغلب اوقات با حرف های خود موجب آزار دیگران می شود. این انزوا تا جایی پیش می رود که مهارت دوستیابی به امری محال تبدیل می شود. به همین خاطر بهتر است والدین و معلمان با آگاهی خود از وضعیت دانش آموز، او را با محیط بیرون به ویژه مدرسه آشتی دهند. به طور کلی از مهم ترین علائم کم رویی دانش آموزان می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- ← ناتوانی در برقراری ارتباط با معلمان و دوستان
- ← احساس خستگی، بی حوصلگی و نگرانی نسبت به آینده
- ← پذیرش وضع موجود و عدم اعتراض به آن
- ← تسلیم شدن در برابر خواسته های اطرافیان
- ← ناتوانی در بیان افکار و احساسات
- ← درگیری و تنش با اطرافیان
- ← زودرنجی و داشتن نگرشی منفی نسبت به جامعه و اطرافیان
- ← عقب ماندن از درس ها و مطرح نکردن اشکالات درسی

اگر مشکلات ذهنی و روانی را همچون خانه ای فرض کنید، درب ورود به این خانه، با کلید انزوا گشوده می شود. دانش آموز منزوی، فکر و خیال می کند. غرق در افکارش می شود. به تدریس معلم توجه نمی کند. علاقه اش را به محیط پیرامون و دروس از دست می دهد. نمراتی که می گیرد برایش ارزشمند نیستند. تفاوتی برایش ندارد که نمره ضعیف یا قوی بگیرد. بنابراین اهمیت پرداختن به مقوله گوشه گیری بسیار ضرورت دارد. از آن جایی که دانش آموزان منزوی، همیشه در ساکت ترین حالت خود در کلاس قرار دارند، مورد غفلت معلم قرار می گیرند. به آنها زیاد پرداخته نمی شود. شاید از دلایلی که والدین و حتی معلمان مدارس به این مشکل توجه نمی کنند برداشت غلطی است که از عملکرد افراد خجالتی دارند. این باور نادرست که کودک کمرو، مؤدب است، در دسر ایجاد نمی کند و تربیت او راحت تر است، موجب متقاعد شدن والدین شده که کمرویی و گوشه گیری اجتماعی را به عنوان یک مشکل ندانسته و به این ترتیب از مشکلاتی که کودک در آینده با آن مواجه خواهد شد غافل بمانند (جعفری و همکاران، ۱۳۹۰). بنابراین لزوم نگارش اقدام پژوهی در این موضوعات که حاوی تجربیات عینی هستند، می تواند چراغ راه معلمان دیگر باشد. مقوله گوشه گیری، اغلب در هر کلاس، وجود دارد و باید بیشتر به آن توجه شود.

بیان اهداف

اهداف این اقدام پژوهی عبارت بودند از:

- شناسایی ریشه مشکلات دانش آموز منزوی
- بررسی شرایط ذهنی و روانی دانش آموز
- پیدا کردن راهکارهای موثر برای کنترل و درمان مشکلات دانش آموز در کوتاه مدت

پیشینه پژوهش

غیاثی زاده، مهدی (۱۳۹۲) در پژوهش خود با عنوان اثر بخشی بازی درمانی به شیوه شناختی - رفتاری مایک ندام در کاهش کم رویی و گوشه گیری اجتماعی دانش آموزان دبستانی به این نتیجه دست یافت که بازی درمانی به شیوه شناختی - رفتاری مایک ندام در کاهش کم رویی و گوشه گیری اجتماعی و درمان دانش آموزان دبستانی مؤثر است. اسماعیلی و نارنجی ثانی (۱۳۹۴) در پژوهش خود با عنوان بررسی راهکارهای کاهش مشکل گوشه گیری و عدم شرکت در فعالیت های اجتماعی دانش آموزان، نمونه ای از اقدام پژوهی، با روش تغییر رفتار برخاسته از نظریه شرطی سازی کنشگر به شیوه اقدام پژوهی، رفتارهای وی را مورد مشاهده قرار داده و با



زمینه سازی و ایجاد شرایط با هدف تغییر رفتار آماج، به میزان قابل توجهی موفق به بازگرداندن وی به فعالیت های اجتماعی گردیده و او را از حالت انزوا و گوشه گیری خارج گردانید.

غنیفر و خاری (۱۳۹۷) در پژوهش خود با عنوان اثر بخشی آموزش مهارت های زندگی بر ابراز وجود و کم رویی دانش آموزان دوره دوم ابتدایی به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت های زندگی بر افزایش ابراز وجود و کاهش کم رویی سازی تأثیر دارد. کیخا و شاهبازی (۱۳۹۷) در پژوهش خود با عنوان بررسی برخی مشکلات رفتاری ناشی از گوشه گیری و انزوا در دانش آموزان دبستانی شهرستان زابل، اجتناب از اشتباهات تربیتی؛ اصلاح پیوند عاطفی ناامن تقویت اعتماد به نفس کودک و آموزش مهارت های اجتماعی، حل مسئله و برخورد با مشکلات از جمله راه های برخورد با گوشه گیری و انزوا در دانش آموزان برمی شمرد. (احمدی، افسانه، ۱۳۹۹)

توصیف وضع موجود

همانطور که بخش طرح مسئله، گفتیم، یکی از دانش آموزان دختر کلاس چهارم، به نام سمیرا، در کلاس، اغلب گوشه گیر بود. او مانند بقیه دانش آموزان در فعالیت های کلاسی و مدرسه ای شرکت نمی کرد. از بقیه فاصله می گرفت. بین دانش آموزان، دوستان صمیمی نداشت و بارها دست به مشاجره لفظی با دیگران می زد. انزوا طلبی او منجر به افت شدید درسی اش شده بود. این افت درسی در حدی بود که قادر به خواندن حروف الفبا نبود. او تنها قادر به نوشتن اسم خود بود. اینکه او با همین شرایط وخیم، پایه دوم و سوم خود را گذرانده بود و به کلاس چهارم آمده بود نشان می داد که هیچ اقدامی در سال های قبل برایش نشده است. برای مثال همین اقدام پژوهی ای که اینجانب انجام دادم اگر دو سال قبل انجام می شد، مشکلات او اینقدر وخیم و خارج از حد کنترل نمی شد. در دومین ماه سال تحصیلی، اولیای او به دیدار بنده آمدند و دران دیدار بیان کردم که وضعیت درسی فرزندان مناسب نیست. آنها گفتند فرزند ما تا همین سال قبل جزو شاگردان باهوش و ممتاز کلاس بوده و امکان ندارد به این سرعت شرایطش تغییر کرده باشد. حتماً مشکل از چیز دیگریست که افت کرده است. شرایط درسی سمیرا آنقدر وخیم بود که باور کردن اینکه قبلاً شاگرد ممتاز کلاس بوده بشدت سخت بود. شاگرد ممتاز نمی تواند ظرف چندماه، به قدری افت کند که خواندن حروف الفبا را نیز از یاد برد! به پیشنهاد والدین او، تصمیم بر آن شد که برای سمیرا، کلاس فوق برنامه بگذارم. از ساعت ۱۲ تا ۱۳ بعدازظهر. تا مواردی که دچار افت شده برطرف شوند. گرچه میزان افت درسی او، چیزی نبود که به سادگی حل شود.

ازاین موضوع گذشته، گوشه گیر بودن او در کلاس و عدم وجود انگیزه برای پیشرفت درسی، جدی تر از مشکل ندانستن حروف الفبا بود. قبل ازهرچیز باید مشکلات ذهنی و روانی او حل می شد تا بعد بتوانیم کمک کنیم تا خواندن الفبا را بیاموزد. مطالبی که خواندید، شرحی از مشکلات سمیرا، دانش آموز پایه چهارم بود. این اطلاعات، تنها بخش اندکی از چیزهایی بود که از این دانش آموز یافتیم و گفتیم و بخش بزرگ تر آن، در ادامه بخش های این اقدام پژوهی، آورده شده اند.

۱-شواهد (گردآوری اطلاعات)

۱-۱اطلاعات اولیه و سطحی

برای این که اطلاعات به دست آمده دچار پراکندگی نشود، آن ها را به صورت یک لیست درآوردیم. نسخه تایپ شده آن لیست در ادامه آمده است:

- ۱.او ضعف شدید در خواندن و نوشتن الفبای فارسی دارد
- ۲.در محاسبات ریاضی، بسیار ناتوان است و تنها ارقام تک رقمی را می تواند جمع و کم کند
- ۳.برای او از نظر جسمی نیز ضعیف است و طبق صحبت والدین، از خوردن صبحانه امتناع می کند. امتناعش از صبحانه موجب می شود چندین بار در کلاس دچار درد معده شود.
- ۴.گوشه گیری شاخصه اصلی اوست و هیچ دوست صمیمی ندارد
- ۵.انگیزه ای برای درس خواندن ندارد. البته علاقمند به یادگیری است ولی باید یک انگیزه به او داده شود تا حرکت کند.
- ۶.احساس تنهایی در او وجود دارد. احساس این که هیچ یآوری ندارد.
- ۷.در زنگ ورزش، در بازی های تیمی، با هیچ تیمی سازگاری ندارد و نمی تواند خود را با گروه وفق دهد.
- ۸.در کلاس، با هیچ دانش آموزی در یک نیمکت نمی تواند بنشیند و کار به جروببحث لفظی می انجامد.



۲-۱- اطلاعات ثانویه و عمقی

به مرور زمان تصمیم گرفتیم تا با او بیشتر صمیمی شوم تا حس کند یک نفر در کلاس، به او اهمیت می‌دهد. این صمیمیت موثر واقع شد. به خصوص در روزهایی که ۱ ساعت برای او کلاس خصوصی می‌گذاشتم. در یکی از این کلاس‌ها، با او به گفتگو نشستیم و برایش شرح دادم که مدت‌ها پیش، پدر و مادرش با من ملاقات داشتند و در آن ملاقات گفتند دختر ما سال قبل دانش آموزان ممتاز کلاس بود. خواستم توضیح دهم آیا واقعاً سالهای گذشته، از نظر درسی، ممتاز بوده یا نه؟ سمیرا شروع به صحبت کرد و حقیقتی که تاکنون از چشم خانواده اش پنهان مانده بود را به زبان آورد:

«و گفت: در تمام سالهای قبل، ضعیف‌ترین دانش آموزان کلاس بوده است اما به دروغ برای آسوده خاطر کردن والدین اش، به آن‌ها می‌گفته که از نظر درسی، از بهترین دانش آموزان‌ها است.» او همچنین بیان کرد که وقتی در پایه سوم، معلمش به او یک لوح تقدیر تشویقی (در جهت زنده کردن انگیزه اش) داد، او آن لوح تقدیر را به عنوان سندی برای اثبات ممتاز بودنش، به خانواده ارایه کرده بود. طی این مدت، خانواده اش گمان می‌کردند فرزندشان، شاگرد درس خوان کلاس است. (ناگفته نماند که والدین این دختر، سطح تحصیلات پایینی داشتند و این خود باعث می‌شد بحران، وسیع‌تر بشود) سمیرا در ادامه از من خواست که خودم شخصاً، به پدرش بگویم که وضع درسی او نامناسب است و بگویم که در سالهای گذشته، او وانمود می‌کرده که در همه درس‌هایش موفق است. از خانواده سمیرا دعوت کردم برای صحبت به مدرسه بیایند. پدر سمیرا آمد و با بنده به گفتگو نشست. گفتگویی که ریشه تمام مشکلات دخترش را فاش کرد و زوایای پنهان همه موضوعات آشکار شدند.

متن فشرده شده‌ی مصاحبه‌ی اینجانب، با ولی دانش آموز:

- معلم: سلام عرض می‌کنم خدمت شما ولی محترم. ممنونم که برای گفتگو، وقت گرانبه‌ای خودتان را در اختیار بنده گذاشتید
- ولی دانش آموز: سلام خواهش می‌کنم. از دعوت شما و احساس وظیفه شما در قبال دخترم ممنونم. در خدمتان هستم اگر سوالی دارید
- معلم: ممنونم. می‌خواهم بپرسم شما چند فرزند دارید؟ و سمیرا فرزند چندم شماست؟
- ولی دانش آموز: سه فرزند دارم. دو پسر و یک دختر که سمیرا، فرزند آخرم است
- معلم: خدا حفظشان کند. آیا شرایط درسی دو پسر شما مناسب است؟
- ولی دانش آموز: متأسفانه خیر. دو پسر من، حتی نمی‌توانند اسم خود را بنویسند. تصمیم دارم آن‌ها را از مدرسه خارج کنم
- معلم: چرا اینطور شد؟ مگر خودتان به آنها در درس‌هایشان کمک نمی‌کنید؟
- ولی دانش آموز: خیر چون من سوادم در حد پنجم ابتدایی است. دروس نظام جدید را نمی‌دانم. هیچ کمک خاصی نمی‌توانم کنم.
- معلم: آهان. شرایط موجود در خانه مناسب است؟
- ولی دانش آموز: آن هم خیر. چون پدر بزرگ سمیرا از سال‌ها قبل توسط بنده پرستاری می‌شود. او معلول است. هزینه‌ها و مشقت نگهداری از او و مشغله کاری، باعث شده نتوانم به امور درسی فرزندانم برسم. مادر بچه‌ها هم تمام روز کار می‌کند تا بتوانیم مخارج زندگی را تأمین کنیم.
- معلم: خدا به شما صبر بدهد. طبق صحبتی که با دخترتان داشتم مطالبی به من گفت که متوجه شدم تاکنون به شما نگفته است. شما به من گفته بودید قبلاً درس دخترتان خوب بود و امسال دچار افت شده است. درحالی‌که باید بدانید فرزند شما حتی در خواندن حروف الفبا هم مشکل دارد. پس چنین دانش آموزی نمی‌تواند در بقیه دروس موفقیتی به دست آورد. این مدت برای این که فکر شما آزرده نشود این موضوع را مطرح نکرده بود. اما حالا خودش از بنده خواست این موضوع را بیان کنم. این مشکل باید در همان سنین پایین‌تر شناسایی می‌شد. اما الان او کلاس چهارم است و ۳ سال از دیگر دانش آموزان عقب افتاده است. لازم است به هر ترتیب شده برایش معلم خصوصی بگیرید. چرا که شرایط طوری نیست که بتوانم بیش از ۱ ساعت در روز با او الفبا کارکنم و این کافی نیست. حتی اگر بودجه لازم برای این کار را ندارید می‌توانید از اقوام کمک بگیرید.
- ولی دانش آموز: (بعد از تعجب و شوک کوتاهی ناشی از شنیدن حقیقت) واقعاً اطلاع نداشتیم. این بار اول است که چنین چیزی می‌شنوم. احساس تأسف دارم. هرکس در زندگی مشکلاتی دارد. این‌ها هم مشکلاتیست که چاره‌ای جز دست و پنجه نرم کردن با آنها ندارم. وقتی به گذشته فکر



می‌کنم افسوس می‌خورم چرا آن زمان‌ها بیشتر مراقب اوضاع درسی فرزندانم نبودم. متأسفانه حتی در اقوام هم کسی مایل به کمک نیست چون آنها هم گرفتار امور روزمره خود هستند

- معلم: ناراحت نباشید. خداوند بزرگ برای هرکس مسیری را تدارک دیده است. در تاریخ می‌خوانیم که دانشمندان بزرگی به دلیل افت درسی و عدم انگیزه برای درس خواندن از کلاس درس اخراجشان کرده اند. اما خداوند مقدر کرده بود که آنها دانشمند شوند. یقیناً خداوند شما را یاری می‌کند. من سعی می‌کنم همین تایم روزانه ۱ ساعت را با سمیرا درس کارکنم. ضمناً سعی می‌کنم از دانش آموزان سنین بالاتر کسی را راضی کنم تا در اوقات فراغت به سمیرا کمک کند.
- ولی دانش آموز: از همراهی شما سپاسگزارم. خدا به شما اجر بدهد

این گفتگو در این جا به پایان رسید. اما دریچه ای از حقایق برای بنده باز کرد. حقیقت اول این بود که قاعدتاً پدر و مادری با چنین شرایط، امکان این را نداشته اند که نیازهای عاطفی و مالی فرزند خود را به خوبی تامین کنند. فرزندان این خانواده با کمبودهای فراوان بزرگ شده و تاثیر کمبودها، به صورت انزوا طلبی در دخترشان سمیرا ظاهر شده است. توان خانواده برای تامین معاش و پرستاری از سالمند، تحلیل رفته و توانی برای رسیدگی به فرزندان باقی نمانده است. مادر خانواده که نقطه عطف هر خانه محسوب می‌شود، تمام روز مشغول کار است و فرصتی برای رسیدگی به فرزندان ندارد. دو فرزند پسر این خانواده، به نقطه ای رسیده اند که توان درس خواندن ندارند و باید از مدرسه خارج شوند. هیچ الگوی موفقیتی وجود نداشته که سمیرا، با دیدنش، انگیزه بگیرد و درس بخواند. نمراتش برای کسی مهم نبوده و برای موفقیت‌هایش تشویق نمی‌شده است. همه این سلسله اتفاقات، موجب گوشه گیری و بی انگیزگی سمیرا شده بود.

یافتن راه حل

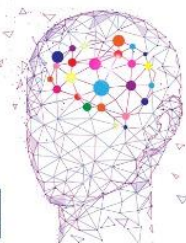
برای حل مشکلات سمیرا، علاوه بر کندوکاو در تجربیات شخصی، از تجربه افراد باسابقه و مشاوران چند مدرسه، استفاده کردم. تمام پیشنهادات، مکتوب شدند. از بین پیشنهادات، آن‌هایی که امکان پیاده سازی داشتند انتخاب و بقیه حذف شدند. لیست پیشنهاداتی که بر اساس فکر جمعی به دست آمده بودند در ادامه خواهد آمد:

- ارتباط عاطفی معلم با دانش آموز منزوی، بیشتر از قبل بهبود یابد
- استعداد ورزشی و غیرورزشی دانش آموز، کشف شده و تقویت شود
- ترجیحاً کسی که ارتباط مثبتی با دانش آموز دارد، انتخاب شود تا در اوقات فراغت به او درس بدهد
- از تشویق‌های مادی و معنوی بیشتری برای پیشرفت‌های هرچند کوچک او استفاده شود.
- یکی از وظایف مدرسه به او محول شود تا احساس ارزشمند بودن کند
- در صورت پیدا شدن یک نیکوکار، هزینه گرفتن یک پرستار سالمند برای خانواده دانش آموز فراهم شود تا تمام فکر و ذهن پدر خانواده، معطوف مراقبت از پدر بزرگ نباشد.
- در صورت امکان با یکی از معلمانی که به صورت تخصصی، پایه اول را تدریس می‌کند صحبت شود تا در هفته چند جلسه با این دانش آموز، دروس پایه اول را کار کند (هزینه این کلاس هم با همکاری جمع تامین شود)

انتخاب راه حل

از بین راه حل‌های پیشنهادی، تعدادی از آن‌ها را پیاده سازی کردم. راه حل‌هایی که فکر می‌کردم نتیجه بخش تر هستند را انتخاب کرده بودم. بخشی از این راهکارها در ادامه خواهند آمد.

الف) اولین گام، تقویت روحیه از طریق فعالیت‌های بدنی بود. به کمک معلم ورزش، متوجه شدیم او در بازی داژبال (وسطی) مهارت خیلی خوبی دارد. به پیشنهاد اینجانب، معلم ورزش تصمیم گرفت در زنگ‌های ورزش، دخترهای کلاس، داژبال بازی کنند. در اولین مرتبه که این بازی برگزار شد، سمیرا به بهترین شکل توانست با توپ گیری‌های خوبش، باعث برد تیم اش شود. در بازی‌های بعدی هر تیمی سعی می‌کرد او را برای خود بگیرد.



ب) با کمک هزینه ای که از مدیریت محترم مدرسه اخذ شد، موفق شدم جوایز خوبی خریداری و در شرایط مناسب به سمیرا بدهم. هرگاه او تکلیف خود را خوش خط می نوشت یا حرکت مثبتی در کلاس انجام می داد با این جوایز او را تشویق می کردم. این تشویق ها بی حساب نبود. بلکه بر اساس نظم خاصی داده می شد.

ج) از دهیار روستا دعوت کردیم به مدرسه بیاید. ایشان تشریف آورده و طبق صحبت های انجام شده، تصمیم گرفتیم از مسیرهای مختلف، مبالغی جمع آوری کنیم تا بتوانیم هزینه ماهانه گرفتن یک پرستار برای پدربزرگ خانواده را فراهم کنیم. این اتفاق به فضل خدا افتاد و این هزینه جمع آوری شد. معلمان عزیز و فداکار نیز به نوبه ای خود در این کار خیر سهیم بودند. مبلغ جمع شده به یک پرستار داوطلب از همان روستا پرداخت شد. قراردادی با وی منعقد کردیم که تا ۶ ماه پرستار پدربزرگ باشد. هزینه ۶ ماه یکجا به وی پرداخت شد. وقتی این خبر به گوش خانواده سمیرا رسید، خیلی خوشحال شدند و شخصاً به مدرسه آمدند و از همه عوامل دخیل در این کار خیر تشکر کردند.

د) برنامه منظمی برای برقراری کلاس فوق برنامه با سمیرا چیدم. ضمن این که یکی از دانش آموزان کلاس ششم که مایل بود در اوقاتی که سمیرا در منزلشان است با او دروس فارسی و ریاضی را کار کند را پیدا کردم. به آن دانش آموز پایه ششم، این وعده را دادم که اگر سمیرا در دروس خود به خصوص الفبا پیشرفت کند، حتماً به بهترین شکل از او تقدیر خواهیم کرد. این خود انگیزه ای شد تا آن دانش آموز با قوت بیشتری به این کار بپردازد.

ی) گفتگویی با مدیریت محترم مدرسه داشتم. از او خواستم که سمیرا را دستیار خود در امور فرهنگی کند. دستیاری که وظیفه کمک برای برگزاری اعیاد و مناسبت ها در مدرسه را داشت. مدیر محترم موافقت کردند.

اجرای راه حل و نظارت:

انجام همه راهکارهای بیان شده، از صفر تا صد، نزدیک به یک ترم دانشگاهی زمان برد. در این مدت اتفاقات مثبتی که در سمیرا مشاهده می کردم یادداشت می کردم. این یادداشت های دست نویس هم اکنون نیز موجود و یادآور خاطرات شیرین هستند. بریده ای از این دست نویس را خواهید خواند:

۲۷ آبان: امروز سمیرا به دوستانش که نیاز به مداد و پاک کن داشتند کمک کرد. قبلاً چنین کاری نمی کرد
 ۳۰ آبان: امروز با ذوق و شوق، تکالیفی که مربوط به یادگیری الفبا بود به من نشان داد و دوست داشت نظر من را بشنود
 ۲ آذر: زنگ تفریح، به جای گوشه گیری، نزد دوستانش رفت و با آنها بگویند می کرد
 ۶ آذر: دو سه روز است که با هیچکس بحث نداشته است. او از من می خواهد که الفبا را برایم از حفظ بخواند
 ۷ آذر: او امروز تکالیفش را با رسم نقاشی های زیبا نوشته است.

با گذر زمان و گزارشات معلم ورزش متوجه شدم که وارد کردن او در بازی داژبال، در افزایش روحیه او خیلی اثر داشته و باعث شده از حالت گوشه گیری خارج شود. اکنون بقیه بچه ها، می دانستند حضور سمیرا در هر تیم باعث پیروزی می شود. هیچ تیمی نمی خواست او را از دست بدهد. برق شادی و انگیزه در زنگ های ورزش در چشمان سمیرا دیده می شد.

در ادامه، با تعیین یک پرستار برای پدربزرگ خانواده، باعث شدیم سرپرست خانواده، ذهنی آسوده تر داشته باشد و فرصت بیشتری برای رسیدگی به امور فرزندان را داشته باشد. البته تداوم این امر نیازمند کمک مالی بیشتری بود. ما امیدوار بودیم که بتوانیم ۶ ماه دیگر هم این پرستار را در این خانه نگه داریم.

طبق گزارشاتی که خود سمیرا می داد متوجه شدم که پدرش هرروز در اوقات بیکاری با او دروسی مثل فارسی را کار می کند. حضور سمیرا به عنوان دستیار مدیر برای برگزاری مناسبت ها، انزوای او را کمتر و کمتر کرد. به مناسبت های مختلف، او مدرسه را تزئین می کرد. او در این کار هم استعداد داشت. تزئین کردن او، باعث تحسین دیگران می شد. این گونه او احساس ارزشمند بودن می کرد. تغییر رفتار بنده به عنوان معلم اش، باعث شد آرامش بیشتری در کلاس داشته باشد. در فعالیت های کلاس شرکت کند. به دوستانش کمک کند. از یادگیری لذت ببرد و به دنبال پیشرفت باشد. گرچه چندبار در این مدت خطاهایی نیز می کرد اما نقطه قوتش این بود که در پایان همان روز از معلم عذرخواهی می کرد. او موفق شد



نیمی از الفبا را بیاموزد. حال می توانست کلماتی نیز خلق کند. با بررسی های به عمل آمده بخشی از این پیشرفت به دلیل حضور آن دانش آموز پایه ششمی بود که هرروز به منزلشان می رفت و تدریس می کرد. سمیرا اکنون انگیزه داشت درس بخواند چرا که فردی در خانه بود که او را تحسین می کرد و برایش وقت می گذاشت. او دیگر منزوی نبود.

ارزیابی نهایی و اعتبار سنجی

همراه گزارش عملکرد سمیرا در کلاس مکتوب شده و برای خانواده اش ارسال می شد. همانطور که در بخش های قبل خواندید، ریز اقدامات او در هرروز در جایی ثبت می شد. مجموع گزارشات و اسناد نشان می داد که سمیرا، علایم فرد منزوی را ندارد. گرچه هنوزم گاهی در کلاس ساکت بود اما این با زمان قبل اش خیلی فرق داشت. یکماه بعد از اتمام امتحانات نوبت اول، از طرق مختلف مثل تماس با خانواده و معلم ورزش، متوجه شدم که خیلی متحول شده است. ازاینکه اقدامات بنده و بقیه همکاران و دوستان به ویژه دهیار محترم باعث بهبود زندگی یک دانش آموز و خانواده اش شده بود احساس غیرقابل وصفی داشتم.

نتیجه گیری و جمع بندی

وقتی یک گوی برفی را از بالا یک کوه بغلتانید، هرچه پایین تر برسد بزرگ تر و جلوگیری از حرکت آن نیز دشوارتر می شود. بنابراین علاج هر واقعه ای را باید از ابتدای آن شروع کرد. اگر مشکلات دانش آموزان از سنین کم آغاز شود، به بروز چنین مشکلات بزرگی نمی انجامد. کودکان سرمایه های ارزشمند و سازنده آینده جامعه هستند. آموزش و پرورش در دوره کودکی که زمان شکل گیری شخصیت و ایجاد عادات مختلف و پیشگیری از بروز مشکلات است، آینده فرد و جامعه را بنا می نهد و مسیر حرکت مملکت را مشخص می سازد، توجه به مسائل و مشکلات کودکان باعث پیشرفت و ترقی جامعه می شود و غفلت در رفع مشکلات آنان، خسارت جبران ناپذیری به بار می آورد. دوره سوم کودکی سنین شش تا دوازده سالگی را شامل می شود که به دوره دبستان معروف است. آغاز آموزش رسمی کودک در این دوره شروع می شود. کودک خواندن و نوشتن و حساب کردن را می آموزد. اهمیت دادن به این دوره، می تواند سنگ بنای آینده کودک را رقم بزند. این اقدام پژوهی قطره ای از یک دریای مشکلات بود. منزوی بودن، درس گریزی، افت درسی و بی انگیزه شدن دانش آموزان، می تواند باعث سقوط آنها از والاترین جایگاه تا پایین ترین جایگاه شوند. این اقدام پژوهی چنین نتیجه ای را به دست ما داد که با همت و تلاش می توان ریشه مشکلات را شناسایی کرد. اگر دانش آموزی انگیزه لازم را ندارد، اگر گوشه گیر است و فعالیتی نمی کند، باید توجه ویژه تری به او نمود. مشکلاتش را در ورای صورتش جستجو کرد. او نمی تواند همه چیز را به زبان بیاورد. باید معلم به کمک ابزارها و امکانات موجود، برای رفع مشکلات اقدام کند.

منابع

- جلیلی نیکو، سعید (۱۳۹۸) کاهش میزان کمروبی در دانش آموزان ابتدایی مدرسه شهید ناصری تهران، مجله پویش در آموزش علوم انسانی، دوره ۴، ش ۱۵
- احمدی، افسانه، (۱۳۹۹) چگونه توانستم انزواطلبی و گوشه گیری دانش آموزم را بر طرف کنم؟، ماهنامه آفاق علوم انسانی، شماره ۳۸، ص ۴۶
- چمندار، فاطمه، شهیم، سیما، مزیدی، محمد و سیف، دیبا (۱۳۹۲). بررسی روائی آزمون ترسیم یک داستان در دو گروه از کودکان پرخاشگر و گوشه گیر، مجله پژوهش های علوم شناختی و رفتاری، سال سوم، شماره دوم.
- جعفری، علیرضا؛ خلعتبری، جواد، تودار، سید رسول و ابوالفتحی، هادی، (۱۳۹۰). بررسی تأثیر بازی درمانی با رویکرد شناختی - رفتاری مایک نام در کاهش کمروبی و گوشه گیری اجتماعی کودکان دبستانی شهرستان ابهر، یافته های نو در روان شناسی، سال ششم، شماره ۱۸
- شاملو، سعید، (۱۳۸۶) بهداشت روانی، تهران: نشر جوانه رشد، چاپ ۱۹، ص ۱۱



پیوست

درمان گوشه گیری نوجوان

نوجوانان خود را تشویق کنید
مهارت های فرزند خود را تقویت کنید
نوجوان خود را با دیگران مقایسه نکنید
از روانشناس راهنمایی بگیرید

آوازم