

چگونه بی علاقه‌گی و بی توجهی محمد (فراگیر پایه چهارم) نسبت به مدرسه و انجام تکالیفش رفع شد؟

نرگس ابراهیمی^۱، پدرام پاکباز خسروشاهی^۲

^۱ کارشناسی مشاوره دانشگاه بین المللی امام رضا(ع)

^۲ کارشناسی مشاوره دانشگاه بین المللی امام رضا(ع) (نویسنده مسئول)

چکیده

هدف از این اقدام پژوهی هدایت و رفع مشکل دانش آموز پایه چهارم دبستان شهر مشهد در ارتباط با مدرسه و حل تکالیف وی بود. روش: استفاده از پرسشنامه ارتباط با مدرسه^۱ (SQC) و مشاوره گرفتن از روانشناس یافته ها: براساس نتایج حاصل از پرسشنامه و گفت و گو با خود او و والدین به مشکلات دانش آموز پی برده شد و در جهت رفع آن اقدامات لازم به کار رفت. نتیجه گیری: بر اساس یافته های پژوهش می توان با استفاده از تکنیک های درمان شناختی-رفتاری^۲ (CBT)، حل تعارضات درون خانوادگی و بهتر شدن روابط معلم-دانش آموزی فضای بهتری را برای درس خواندن و حل تکالیف دانش آموزان فراهم آورد.

واژه های کلیدی: اقدام پژوهی، پرسشنامه ارتباط با مدرسه، تکنیک درمان شناختی-رفتاری، تعارضات درون خانوادگی، فرار از مدرسه، حل کردن تکلیف

^۱ School Connection Questionnaire

^۲ Cognitive Behavioral Therapy

مقدمه

دوران دانش آموزی و مدرسه، یکی از تاثیرگذارترین دوره های زندگی هر فردی محسوب می شود. بسیاری از مهارت های افراد، در همین دوران شکل گرفته و به مرور زمان تکمیل می شوند. یکی از مشکلاتی که والدین به طور مداوم با آن درگیر هستند، مساله عدم اعتماد به نفس فرزندان آنها در زمان مدرسه و دانش آموزی است. این دانش آموز به دلیل نمرات کم توسط دوستانش مورد آزار و اذیت قرار گرفته بود و اعتماد به نفس کمی در خواندن و نوشتن پیدا کرد و با لجبازی سعی میکرد این اعتماد به نفس را جبران کند. لجبازی وی شامل نرفتن به مدرسه و ننوشتن تکالیف خود بود و هیچ اهمیتی برای درسش قائل نبود. با تمرین های اعتماد به نفس و تشویق وحتی هدیه دادن برای موفقیت های کوچک تا حد زیادی بی علاقهگی محمد جبران شد و کم کم دیگر مشکلی برای رفتن به مدرسه نداشت و حتی تکالیف خود را به موقع انجام میداد.

بهبود کیفیت خواندن و تحقیق مانند سایر تواناییهای آموختنی امری است که از راه تمرین و ممارست حاصل شود [۱]. هرچند بیشتر یادگیری ها در مدرسه اتفاق می افتد، اما مقدار قابل توجهی از یادگیری هم در بیرون از آن رخ می دهد. تکلیف درسی نوعی یادگیری خارج از مدرسه است [۲]. تکلیف درسی یکی از محبوب ترین و در عین حال، بحث برانگیز ترین استراتژی های آموزشی است که تاثیر مثبتی بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان می گذارد [۳]. از طرفی تکلیف دانش آموز پایه ابتدایی همواره به عنوان یکی از عوامل مهم در شکل گیری یادگیری مطرح بوده و در هر دوره متناسب با نوع برداشت از یادگیری، شکل و نوع تکلیف نیز متفاوت بوده است [۴].

در زمینه مدیریت تکالیف درسی، نحوه فراهم ساختن محیطی آرام و مناسب یکی از مشکلات موجود است [۵]. مساله دیگر، به حواس پرتی های گوناگون مربوط است که اغلب در طول زمان انجام تکالیف، اتفاق می افتد. همچنین مساله انگیزش پایین و حالت های هیجانی دانش آموزان در هنگام انجام تکالیف در مطالعاتی گزارش شده است [۶]. بنابراین تکلیف درسی اغلب به یک مساله عاطفی تبدیل می شود که معمولا دانش آموزان احساس می کنند نه تنها خودشان بلکه والدین و معلمان هم اذیت می شوند؛ تاحدی که گاهی انجام تکلیف متوقف یا کاملا رها می شود [۷]. اینکه چگونه دانش آموزان و ادار شوند تا تکلیفشان را انجام دهند یکی از مشکلات رفتاری معمول دانش آموزان است که معلمان در آن ناکام بوده اند [۸]. اهداف تکلیف درسی، اغلب به وسیله برنامه ریز درسی و معلمان تعیین می شود اما ندرتا یک هدف واحد را دنبال می کند [۹] هدف اصلی از ارائه تکلیف درسی را کمک به دانش آموز برای توسعه عادات صحیح مطالعه و راهبردهای مطلوب خودتنظیمی می داند.

در این پژوهش سعی شده است با استفاده از روش اقدام پژوهی به بررسی مشکلات فراگیر پایه چهارم در زمینه ایجاد علاقه و انگیزه پرداخته شود. همچنین اقدام پژوهی به هر فعالیتی گفته می شود که منجر به تبدیل وضع موجود به وضع مطلوب شود. اقدام پژوهی فرایندی است که در آن وضعیت آموزشی دانش آموزان به منظور بهبود یادگیری آنها مورد بررسی قرار می گیرد اقدام پژوهی در آموزش و پرورش، روش علمی حل مسائل و مشکلاتی است که کارورزان با آن در ارتباط هستند و هدف آن بهبود، رفع یا کاهش مشکلات است [۱۰].

با این تفاسیر، پژوهش حاضر براساس مراحل اقدام پژوهی مورد نظر قاسمی پویا (۱۳۸۹)، انجام می شود. مراحل پژوهش در شمال از دیدگاه قاسمی پویا، عبارتند از:

• مشخص کردن موضوع و عنوان پژوهش

• توصیف وضعیت موجود و تشخیص مساله

- گردآوری اطلاعات (شواهد ۱)
- تجزیه و تحلیل و تفسیر داده ها
- انتخاب راه جدید و نظارت بر آن
- اجرای طرح جدید و نظارت بر
- گردآوری اطلاعات (شواهد ۲)
- ارزیابی تأثیر اقدام جدید و تعیین اعتبار آن
- تجدید و اصلاح و نوشتن بحث و نتیجه گیری

توصیف وضعیت موجود و تشخیص مساله

این پژوهش در کلینیک تخصصی مشاوره و روانشناسی ک.ک زندگی در شهر مشهد انجام شده است. خانواده محمد به دلیل مشکلاتی که فرزندشان پیدا کرده بود به این مرکز مراجعه کرده بودند. محمد پسر خوب و مهربانی بود. زیاد تلاش برای برقرار گرفتن ارتباط نمیکرد و بیشتر به بازی کردن با گوشی میپرداخت. در جلسه اول با توجه به صحبتی که با مشاورش داشتم دانش آموز مستعدی بود که به دلایلی که جلوتر به آن اشاره میکنم از درس فراری بوده است.

گردآوری اطلاعات(شواهد شماره یک):

الف)مشاهده: آرام بودن در بخش انتظار کلینیک و بازی کردن با گوشی ، زمانی که ازش از درساش سوال شد کلافگی در وی مشاهده شد.

ب)تشکیل جلسه با والدین بدون حضور محمد: خانواده وی به شدت نگران درسش بودند و میگفتند محمد هیچ اهمیتی به درسش نمیدهد، به تکالیفش رسیدگی نمیکند و همش به فکر نرفتن به مدرسه هستش. خودش را به مریضی میزند تا به مدرسه نرود.

ج) تشکیل جلسه با مشاورش: مشاورش به من گفت که برای وی آزمونی را در نظر گرفته است که بتوان از طریق آن و مصاحبه بالینی تشخیص دقیق تری داده شود تا بتوان راحت تر کار درمانی محمد را پیش برد.

د) مطالعه و تحقیق: من نیز سعی کردم تا زمانی که محمد به کلینیک برمیگردد از طریق منابع مختلف اطلاعات خودم را افزایش دهم.

تجزیه و تفسیر داده ها:

باوجه به مطالعات و بررسی های انجام شده متوجه شدم که زمانیکه محمد سنش کمتر بوده از طرف خانواده به درس وی اهمیتی داده نمیشده، اقوامشان همیشه میگفتند که هیچکس از درس به جایی نرسیده. زمانی که در مدرسه بچه ها تشویق میشدند محمد هیچ وقت مورد تشویق قرار نمیگرفت و امسال که سال چهارم است نیز چندین بار دوستانش او را به خاطر نمرات کم مسخره کردند. آزمون نیز اتفاقات رخ داده را به وضوح نشان میداد.

انتخاب راه جدید و نظارت بر آن :

پس از آزمون قرار بر این شد که با روند درمان های مختلف محمد را آماده بازگشت بهتری به مدرسه کنیم.

۱) تکنیک مدیریت مشروط : مدیریت مشروط رویکردی مبتنی بر ارائه پاداش میباشد که اساس نظری آن بر اساس پارادایم رفتارگرایی میباشد. مدیریت مشروط روشی جهت شکل دهی به رفتار به واسطه ارائه تقویت کنندههای ثانوی میباشد. تقویت کنندهها میتوانند در قالب ارائه کوپن، پول نقد و کالا ارائه شوند [۱۱]. قرار گذاشته شد که والدین محمد از این پس بعد از انجام تکالیف حتی کوچک، پیشرفت در نمرات حتی در حد ۱ نمره به وی پاداش دهند و براش هدیه ای بگیرند. همچنین با صحبت با معلمش قرار شد در کلاس او را تشویق کنند و او را مبصر قرار دهند.

۲) تکنیک بازسازی شناختی : رویدادهای ناگوار برای همه اتفاق می افتد ولی افراد این بدبیری ها را با انتساب هایی توجیه می کنند که از نظر منبع، پایداری و کنترل پذیری تفاوت دارند. شکستهای تحصیلی، ناخوشی بدنی، و عملکرد شغلی ضعیف، شایع هستند، اینها برای همه اتفاق می افتند، برخی با افزایش دادن تلاش و سعی کردن بیشتر از گذشته به این ناکامیها واکنش نشان می دهند و برخی دیگر با ناامید شدن و دست کشیدن از تلاش، واکنششان می دهند. سبک تبیین بدبینانه، افراد را در مواقع شکست و بدبیریها، نسبت به واکنش دوم یعنی ناامید شدن آماده می کند. وقتی دانشجویی که سبک بدبینانه دارد با اینگونه ناکامیها و شکستهای تحصیلی مواجه می شود (مثل نمره های ناامید کننده، سخنرانیهای نامفهوم و کتابهای گیج کننده)، معمولاً با سبک مقابله کردن منفعل و تقدیر گرایانه پاسخ می دهد که با کاهش تلاش و نمرات به مراتب بدتر منجر می شود [۱۲]. نحوه تفکر و شناخت های افراد در ارزشیابی از شخصیت و خصوصیات شخصی فرد نقش دارد افکار منفی و ناسالم عزت نفس افراد را کاهش می دهد. آنچه بر اعمال و احساس افراد تاثیر گذار است نه حوادث بیرونی بلکه افکار و طرز تلقی های آنها از حوادث است و برای تغییر احساس و رفتار ابتدا باید اندیشه و افکار تغییر کند [۱۳]. مهمترین اصل شناخت درمانی این است که حال انسان نتیجه «شناخت ها» و تفکرات اوست. همه چیز بستگی به نگرش شما دارد ؛ و بستگی به این دارد که حوادث را چگونه تفسیر می کنید و از سایرین و از اشیاء چه توجیهی دارید در اثر افکار منفی است که بی روحیه و سنگین می شوید و احساس شکست و ناکامی را تجربه می کنید [۱۴]. در شناخت درمانی لازم است روش های ناهنجار مسلط در پردازش اطلاعات به سمت روش های هنجار حرکت کنند و افراد از پردازش اطلاعات خود آگاهی بیشتری پیدا کنند و در صورت لزوم به جای ایجاد تغییر در داده ها و منطبق ساختن آنها با طرح واره های موجود سعی کنند طرح واره های خود را با داده ها منطبق سازند. به عقیده بک باورهای نادرست معمولاً در دوران کودکی شکل می گیرند و به صورت نهفته و نافع به عنوان یک طرحواره شناختی در حافظه ی دراز مدت باقی می ماند و تغییر در این طرحواره مستلزم تغییر شناخت است یکی از ارکان اصلی علم شناخت معنی شناسی

است در شناخت درمانی در واقع معنای زندگی از نظر فرد عوض می شود و این معنی خود را در قالب طرح واره ها نشان می دهد (قاسم زاده، ۱۳۸۲).

با توجه به بحثی که اقوامشان همیشه در کودکی محمد میگفتند کسی از درس به جایی نرسیده افکاری برای وی به وجود آمده بود که مشاور با صحبت هایی که در چند جلسه با او انجام داد بحث بازسازی شناختی انجام گرفت.

اجرای طرح جدید و نظارت بر آن:

جلسات طی شد و در منزل نیز والدین توجه بیشتری به محمد کردند. پس از انجام تکالیف هدیه های هرچند کوچک به وی داده شد. برای پیشرفت نمراتش هم به وی کادوهایی داده شد. از طرفی در مدرسه، معلم نیز محمد را بیشتر مورد توجه قرار میداد و او را در درس هایش تشویق میکرد.

گردآوری اطلاعات (شواهد شماره دو):

پس از حدود چند وقت از مشاوره ای که داشت محمد کم کم خودش صبح ها برای رفتن به مدرسه بیدار میشد و علاقه اش برای انجام تکالیف بیشتر و بیشتر شده بود. نمراتش روند رو به رشدی را طی میکرد و وی خوشحال از این قضیه بود. طبق گفته والدین محمد در جمع خانوادگی خودش بحث درس هایش را پیش میکشید و دیگر مثل قبل از پاسخ به سوالات فامیل راجع به درسش هایش فرار نمیکرد.

ارزیابی تاثیر اقدام جدید و تعیین اعتبار:

با توجه به اتفاق های انجام شده متوجه شدیم که محمد دیگر مشکلات قبل را ندارد و با انگیزه به درس هایش و تکالیفش رسیدگی میکند. همچنین معلم او نیز خوشحال از پیشرفت محمد از مشاورش تشکر کرد و همچنین از والدین محمد به دلیل مراجعه به روانشناس قدردانی کرد. من نیز این کار را به دیگران پیشنهاد میکنم که در صورت دیدن چنین موضوعی حتما به مشاوره و روانشناس مراجعه کنند، چراکه روانشناس و مشاور فقط جهت درمان اختلالات نیست و برای چنین مسائلی نیز کارساز است.

تجدید و اصلاح و نوشتن بحث نتیجه گیری:

در این دنیای پرهیاهو برای اینکه بتوانیم به کودکان راه درست را نشان دهیم و ارزش ها را به عنوان عادت ماندگار در آن ها پرورش دهیم نیاز است که والدین و مربیان و معلمان دست به هم داده و راهکار های مناسب را مدنظر قرار دهند.

نتایجی که پس از اجرای این طرح حاصل شد:

- ۱- محمد برای نوشتن و انجام تکالیفش ذوق دارد.
- ۲- به موقع به مدرسه می رود.
- ۳- در مدرسه کوشش و تلاش زیادی میکند.
- ۴- به سوالات معلمش پاسخ میدهد.
- ۵- در منزل مطالعه میکند.

۶- از مادرش میخواهد در تکالیفش کمک کند.

۷- از مادرش میخواهد که از او سوال بپرسد.

پیشنهادهای برای حل معضل بی علاقه‌گی دانش آموزان به مدرسه و حل نکردن تکالیف:

الف) به معلمان و مربیان:

۱- تشخیص به موقع مشکلات دانش آموزان

۲- ارجاع دانش آموزان به مشاور و روانشناس معتبر

۳- تشویق دانش آموزان در بازه های مختلف

۴- ایجاد انگیزه رقابت درست و سالم

۵- ارتباط داشتن با والدین جهت مطلع شدن وضع دانش آموز در منزل

۶- دادن مسئولیت به دانش آموزان در کلاس

۷- پرسش ها و امتحانات کلاسی سختی زیادی نداشته باشد.

۸- تذکر به جا و دور از چشم دیگر دانش آموزان به یک فرد

ب) به اولیا:

۱- داشتن ارتباط با معلم و مربیان جهت مطلع شدن از وضع دانش آموز در کلاس

۲- تشویق دانش آموز و دادن هدیه برای نمرات و انجام تکالیف

۳- همراهی دانش آموز در انجام تکالیف

۴- پرسش و گرفتن امتحان از دانش آموز قبل از امتحانات

۵- لجبازی نکردن با دانش آموز

منابع

- ۱- طوسی، بهرام، مهارت های خواندن، انتشارات ترانه (مشهد) چاپ چهارم ۱۳۷۱
- ۲- شیربگی، ناصر؛ وکیلی، ناهید (۱۳۹۲)، "بررسی نگرش دانش آموزان به تکلیف درسی و ارتباط آن با راهبردهای ست تکالیف"، مجله ی مطالعات آموزش و یادگیری، دوره پنجم، شماره دوم، پاییز و زمستان ۱۳۹۲، ص ۸۷-۱۱۲ (مجله علوم اجتماعی و انسانی سابق)
- ۳- Rosário. P., Núñez, J. C., Vallejo, G., Nunes, T., Cunha, J. Fuentes, S., & Valle, A. (۲۰۱۸). Homework purposes, - homework behaviors, and academic achievement. Examining the mediating role of students' perceived homework quality. *Contemporary' Educational Psychology*, ۵۳, ۱۶۸-۱۸۰.
- ۴- سیف، علی اکبر (۱۳۹۱). "روانشناسی پرورشی نوین روانشناسی یادگیری و آموزش"، تهران: نشر دوران: ویرایش -هفتم
- ۵- Xu, J., & Wu, H. (۲۰۱۳). Self-Regulation of homework behavior: Homework management at the secondary school level. *The Journal of Educational Research*, ۱۰۶(۱), ۱-۱۳
- ۶- Leone, C. M., & Richards, M. H. (۱۹۸۹). Classwork and homework in early adolescence the ecology of achievement. *Journal of Youth and Adolescence*, ۱۸, ۵۳۱-۵۴۸
- ۷- Begley, S. (۱۹۹۸). Homework doesn't help. *Newsweek*, ۱۳۱(۱۳), ۵۰-۵۱
- ۸- Killoran, I. (۲۰۰۳). Why is your homework not done? How theories of development affect your approach in the classroom. *Journal of Instructional Psychology*, ۳۰, ۳۰۹-۳۱۵.
- ۹- Corno, L. (۲۰۰۰). Looking at homework differently. *The Elementary School Journal*, ۱۰۰, ۵۲۹-۵۴۸
- ۱۰- قاسمی پویا، اقبال (۱۳۸۹)، "راهنمای معلمان پژوهنده"، چاپ پنجم، تهران، پژوهشکده تعلیم و تربیت
- ۱۱- Burch, A. E., Rash, C. J., & Petry, N. M. (۲۰۱۷). Cocaine-using substance abuse treatment patients with and without HIV respond well to contingency management treatment. *Journal of Substance Abuse Treatment*, ۷۷, ۲۱-۲۵. doi: ۱۰.۱۰۱۶/j.jsat.۲۰۱۷.۰۳.۰۰۱
- ۱۲- Woolfolk, A. E. (۲۰۰۷), *Educational Psychology* Boston: Pearson
- ۱۳- بک، آرون تی، شناخت درمانی و مشکلات روانی، ترجمه مهدی قراچه داغی (۱۳۸۸)، نشر درسا، چاپ سوم
- ۱۴- Segal, Stuart (۲۰۰۹), *Cognitive therapy of depression*, Michigan state university college of Human medicine ۱: ۳۷ (۱) ۸۳ - ۸۶