

نقش آموزش در بلوغ و بحران هویت دوران نوجوانی در دانش آموزان کلاس ششم

مریم ثانی (نویسنده مسئول)

۱. دبیر آموزش و پرورش تهران- شهری، گروه علوم تربیتی، لامرد، ایران
M.sani 8793@gmail.com

چکیده

سابقه و هدف: نوجوانی مرحله‌ای است که پس از کودکی رخ می‌دهد و بین کودکی و بزرگسالی قرار دارد. هدف نقش آموزش در بلوغ و بحران هویت دوران نوجوانی در دانش آموزان کلاس ششم است. مواد و روشها: مطالعه حاضر از نوع توصیفی تحلیلی است و پس از بررسی مفاهیم با ارائه نتایج به پیشنهادات کاربردی پرداخته شده است. روش تحقیق حاضر توصیفی و روش گردآوری اطلاعات آن، کتابخانه ای است. بدین صورت که از منابع کتابخانه ای نظیر: کتاب، مقاله، منابع خارجی و ... و آموخته های محقق استفاده شده است. یافته ها: از نظر این پژوهش افزایش آسیب های اجتماعی در بین نوجوانان یکی از خطراتی است که جامعه شناسان و روانشناسان نسبت به آن هشدار می دهند و در تحقیقاتی که اخیراً منتشر شده برخی آسیب های اجتماعی از جمله گرایش به مصرف سیگار و قلیان ، ارتباط باجنس مخالف و کتک کاری در بیرون از خانه ، همه گیرترین رفتارهای پرخطر درمیان نوجوانان گزارش شده است. نتیجه گیری: از مباحث ایراد شده نتیجه گرفته می شود که اگرچه آسیب های اجتماعی از جامعه به مدارس وارد می شود اما برای امن ماندن محیط مدارس و مراقبت از دانش آموزان در برابر آسیب های اجتماعی نیاز به برنامه ریزی های کوتاه مدت و دراز مدت و اجرای برنامه های آموزشی ویژه نوجوانان است و در این رابطه آموزش و پرورش نقش کلیدی دارد هرچند نمی توان ضرورت همکاری سایر نهادها با دستگاه تعلیم و تربیت برای واکنش‌سازان دانش آموزان در برابر آسیب های اجتماعی را منکر شد.

کلیدواژه‌ها: آموزش ، بلوغ ، بحران هویت، دوران نوجوانی ، دانش آموزان

«پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله و سلم»

لَنْ يَهْلِكَ أَمْرٌ بَعْدَ مَشُورَةٍ

بعد از مشورت، هرگز کسی گمراه نخواهد شد و به بیراهه نخواهد رفت.

(مواعظ عددیه، ص ۱۵)

مقام معظم رهبری (مدظله العالی):

عنصر تحقیق و پژوهش در همه جا بصورت یک اصل در مجموعه ی کارها باید مورد توجه قرار گیرد...

باید تحقیقات کاربردی باشد، یعنی تحقیق خشک و خارج از زمینه ی عمل، راه دور و دراز از پیمودن در زمان و فرصت کم است.

افزایش آسیب های اجتماعی در بین نوجوانان یکی از خطراتی است که جامعه شناسان و روانشناسان نسبت به آن هشدار می دهند و در تحقیقاتی که اخیراً منتشر شده برخی آسیب های اجتماعی از جمله گرایش به مصرف سیگار و قلیان، ارتباط باجنس مخالف و کتک کاری در بیرون از خانه، همه گیرترین رفتارهای پرخطر در میان نوجوانان گزارش شده است. اگرچه آسیب های اجتماعی از جامعه به مدارس وارد می شود اما برای امن ماندن محیط مدارس و مراقبت از دانش آموزان در برابر آسیب های اجتماعی نیاز به برنامه ریزی های کوتاه مدت و دراز مدت و اجرای برنامه های آموزشی ویژه نوجوانان است و در این رابطه آموزش و پرورش نقش کلیدی دارد هرچند نمی توان ضرورت همکاری سایر نهادها با دستگاه تعلیم و تربیت برای واکسیناسیون دانش آموزان در برابر آسیب های اجتماعی را منکر شد.

نوجوانی چیست و چه ویژگی هایی دارد؟

در تعریف نوجوانی گفته شده است: «نوجوانی مرحله ای است که پس از کودکی رخ می دهد و بین کودکی و بزرگسالی قرار دارد». نوجوان از طرفی بسیاری از ویژگی های مربوط به کودکان را داراست (وابستگی به اطرافیان، به خصوص پدر و مادر) و از طرفی برخی رفتارهای بزرگسالان را دارد (ویژگی استقلال). در هر حال تغییرات مهمی در این دوره رخ می دهد که موجب رهایی از وابستگی های خاص مرحله ی کودکی و احساس نیاز به استقلال و هویت در بزرگسالی می شود. به تدریج که نوجوانان بالغ تر می شوند، شباهت کمتری با کودکان و همانندی بیشتری با بزرگسالان پیدا می کنند (نفر، ۱۳۸۶).

دانیل کیتینگ (۱۹۸۰)، با یکی از محققان، پنج ویژگی اساسی تفکر دوره ی نوجوانی را به این شرح مشخص کرده است (به نقل از لطف آبادی، ۱۳۹۳):

تفکر دربارهی ممکنات: بر خلاف کودکان دبستانی، که استدلال های ساده ای از مشاهدات خود به عمل می آورند، نوجوانان به امکان پذیرها و احتمالات دیگری، که به طور مستقیم در معرض نظرشان نیست، فکر می کنند.

تفکر آینده نگر: نوجوانی دوره ای است که فرد به انجام دادن کارهایی در آینده و در بزرگسالی فکر می کند.

تفکر با کمک فرضیات: نوجوان بیشتر به آزمون فرضیه ها می پردازد و غالباً به موقعیت هایی متفاوت از واقعیت های ساده فکر می کند.

اندیشیدن به تفکر: در دوره ی نوجوانی، اندیشیدن به فرایندهای فکر خود، یعنی تفکر فراشناختی پیچیدگی بسیار بیشتری می یابد. در این دوره نوجوان می تواند قوانینی را از مجموعه قوانین موجود استخراج و قوانین نظام های جداگانه را با هم مقایسه کند و به طور نظام دار و عمیق، به طرز فکر و خواسته های دیگران بیندیشد.

تفکر در ورای حدود قراردادی: نوجوانان از توانایی های شناختی جدید خود برای بررسی مجدد مسائل اساسی مربوط به مناسبات اجتماعی، اخلاقیات، سیاست و مذهب استفاده می کنند. آنان می کوشند راه حلی برای تعارض میان خلاقیت های موجود در مسائل و عملکرد واقعی بزرگسالان پیدا کنند و راهی صحیحی را برای خود برگزینند (لطف آبادی، ۱۳۹۳).

رشد عاطفی در طی نوجوانی به چندین دلیل اهمیت ویژه‌ای دارد:

تغییرات طبیعی که با بلوغ فیزیکی روی می‌دهد نقش مهمی در تشدید برخی هیجانها دارد. تغییرات شناختی نوجوانان را قادر می‌سازد تا در مورد احساسات خود و آنچه که در نظر دارند فکر کنند؛ نقشهای اجتماعی تازه بر نوجوانان فشار می‌آورد تا با موقعیت‌هایی جدیدی که ناکامی، ترس، شغف، و دیگر تجربیات هیجانی را در پی دارند مقابله کنند؛ نوجوانان احساس آگاهی روزافزونی در زمینه احساساتشان در مورد خود، دیگران و احساسات دیگران در مورد خود، تجربه می‌کنند. علاوه بر این، به نوجوانان تاریخچه‌ای از حساسیتهای هیجانی خاص، ترس‌ها و نیروهایی که در طی کودکی شکل گرفته‌اند انتقال داده شده است. همه این عوامل بر تجربه هیجانها در دوره نوجوانی تأثیر می‌گذارد (بیابانگرد، ۱۳۹۰).

چه خطراتی فرزندان ما را تهدید می‌کند؟

در گروه سنی کودکان و نوجوانان خطرات مختلفی هستند که به دلیل مقتضیات این سن و زمینه‌های خطرجویی، هیجان طلبی و کنجکاوی به ویژه در بین نوجوانان آنها را تهدید می‌کند و می‌توان این خطرات را در گرایش به رفتارهای پرخطر تعبیر کرد که بعضی از آنها عبارتند از گرایش به مصرف دخانیات، گرایش به سومصرف مواد، گرایش به خشونت گرایش به سبک‌های زندگی نابهنجار و تأثیرپذیری از فضاهای مجازی و شبکه‌های اجتماعی.

برخی از ویژگی‌های عاطفی دوران نوجوانی عبارتند از (اقلیدی نژاد، ۱۳۸۲):

عدم تعادل و بی‌ثباتی عاطفی: نوجوان به سرعت خشمگین می‌شود و در کنترل رفتار خویش ناموفق عمل می‌کند. از سوی دیگر حاضر نیست به سخن و توصیه اطرافیان توجه نماید، اما به زودی پشیمان شده، خود را سرزنش می‌کند. از خصوصیات برجسته وی در این دوره زود رنجی او است که وابسته به غدد داخلی و ترشحات هرمونی و نوع تربیت و آموزش وی می‌باشد.

گرایش به همسالان: به سوی دوستان و همسالانش گرایش دارد و دایره دوستیهایش را افزایش می‌دهد. از این رو ارزش بزرگسالان و والدین نزد او رو به کاهش می‌گذارد و سطح ارتباط او با آنان پایین می‌آید. در واقع او در این مرحله به سوی استقلال عاطفی گام برمی‌دارد.

انتقاد ناپذیری: نوجوان تحمل شنیدن انتقاد را ندارد، اما به شدت از دیگران انتقاد می‌کند. او ممکن است انتقاد را تا آنجا ادامه دهد که روابط صمیمانه خویش با والدینش را به مخاطره بیندازد. از خود گذشتگی: حس فداکاری در او جلوه‌گر می‌شود و در برابر ستم می‌ایستد و حاضر نیست در برابر حرف زور ساکت بماند.

احساس شخصیت: تلاش می‌کند به دیگران بقبولاند فردی مستقل و کارآمد است؛ از این رو از هر نوع بی‌توجهی آزرده خاطر می‌شود و به شدت موضع‌گیری می‌کند.

ناامیدی: در صورت شکست دچار یأس و افسردگی می‌گردد. در مواقعی به گوشه‌تنبهایی پناه می‌برد و در حالت‌های افراطی به خاطر فرار از احساس سرشکستگی دست به بزه و خطا می‌زند.

وضع ظاهری: مقداری از وقت خود را صرف وضعیت ظاهری خود می‌کند و سعی دارد خود را شخصی آراسته بنمایاند. وی برخلاف دوران کودکی در پوشش و آرایش ظاهر خود سختگیری به خرج می‌دهد و همین امر سبب درگیری او با مربیان و والدین می‌شود.

تخیل: نوجوان در این دوران به خیال‌پردازی روی می‌آورد و دنیایی رؤیایی برای خود می‌سازد. این مسئله گاه آنچنان شدت می‌گیرد که موجب سرزنش وی از سوی اطرافیان می‌گردد.

آینده: در عین حال نوجوان به سوی آینده نیز نیم‌نگاهی دارد و نگران سرنوشت تحصیلی، شغلی، اقتصادی، خانوادگی و اخلاقی خویش است. همین مسئله در مواردی وی را دچار پریشانی و اضطراب خاطر می‌نماید (اقلیدی نژاد، ۱۳۸۲).

دوستی‌ها

روان شناسان در این دوران دست کم سه نوع دوستی را بیان می‌کنند(اقلیدی نژاد، ۱۳۸۲):

- ۱) دوستی‌هایی که نوجوان با همجنس و همسال خویش برقرار می‌کند. این نوع دوستیها با تقدیم هدیه و احساسات پاک به اوج خود می‌رسد و نوعی انحصارطلبی در آن مشاهده می‌شود.
- ۲) نوجوان گاه با کودکان خردسال روابط صمیمانه برقرار می‌سازد و به حمایت از آنها می‌پردازد. در این گونه موارد از آنجا که احتمال انحرافهای جنسی وجود دارد مناسب است به دقت این روابط مورد توجه والدین و مربیان قرار گیرد.
- ۳) در نوع سوم دوستی بین نوجوان و شخص بزرگسال تر رخ می‌دهد. در این حال شخص بزرگتر طرف اعتماد نوجوان قرار می‌گیرد، حتی ممکن است این رابطه به ارتباطی تنگاتنگ بدل شود. در این موارد بایستی خانواده و اطرافیان نوجوان بر این نوع دوستی نظارت کاملی را اعمال نمایند و از پاک‌ی و صداقت دوست بزرگسال مطمئن شوند(اقلیدی نژاد، ۱۳۸۲).

با توجه به مطالب ارائه شده و برای رسیدن به نتایج مطلوب می‌بایست به تشخیص، تغییر و ارزیابی در موقعیت پرداخت.

توصیف وضع موجود:

اینجانب مریم ثانی آموزگار پایه ششم که در سال تحصیلی(۱۴۰۱-۱۴۰۲) توفیق این را داشتم در یکی از دبستان های خوب شهرری « دبستان کوثر» ، (کلاس ۶/۱ با ۲۷ دانش آموز) واقع در منطقه ۲۰ با حدود ۴۰۰ دانش آموز و ۱۲ کلاس درس خدمت کنم. در این چند سال اخیر با وجود بیماری کرونا و شرایط اجتماعی موجود همه ما آموزگاران و حتی اولیاء دانش آموزان با این چالش مواجه هستیم که دانش آموزانمان دچار بی حوصلگی و بی انگیزگی هستند، بعضا رفتارهای پرخاشگرانه دارند، از بودن در جمع های فامیلی و خانوادگی لذت نمی برند و ترجیح می دهند زمان و وقت خود را در خلوت یا با دوستانشان بگذرانند، روحیه کسل دارند و ترجیح می دهند کمتر با بزرگترها و والدین و حتی معلم ها ارتباط برقرار کنند. خودشان را با گوشی و تبلت سرگرم می کنند و بزرگترین تفریحشان فضای مجازی است.

کلاس من نیز از این مسئله مستثنی نبود و البته با توجه به اینکه دانش آموزان کلاس ششم در مرحله بلوغ رشدی می باشند، رفتارهای خاص تری از آنها دیده می شد.

در بین دانش آموزان تعداد محدودی دانش آموز با شرایط آموزشی و رفتاری متفاوت وجود داشت. همچنین گاهی رفتارهای پرخطر اجتماعی از آنها دیده می شد. شناسایی این دانش آموزان کار ساده ای نبود، اما با شناخت بیشتر و بررسی رفتارها و همچنین پرونده تحصیلی و شناخت شرایط خانوادگی و اولیای ایشان ، با آن ها بیشتر آشنا شدم و به موارد جالبی برخورد کردم.

در کلاس تعدادی دانش آموز داشتم که اکثرا شرایط آموزشی و اخلاقی مطلوبی نداشتند. و رفتارهای اجتماعی نامناسبی از خود نشان می دادند. اما حادثترین موارد مربوط به دانش آموزان خانواده های طلاق ، دانش آموزان با اولیای معتاد و شرایط خانوادگی نابسامان می شد .

سوال این است که چه دلایل و زمینه هایی موجب گرایش کودکان و نوجوانان به رفتارهای پرخطر می شود که برخی از مهمترین آنها عبارتند از: فشار همسالان و یادگیری از آنها، وجود زمینه های مخاطره آمیز در خانواده، گرایش به کنجکاوی، گرایش به تفریح و لذت، یادگیری از رسانه و صنایع فرهنگی، فشار ناشی از مشکلات مربوط به بهداشت روان و شکست های تحصیلی.

گردآوری شواهد ۱

نیاز بود تا علت اصلی مشکل را شناسایی کنم تا بتوانم راهکارهای مناسبی برای رفع آنها ارائه نمایم.

در مرحله اول : به سراغ پرونده تحصیلی آنها رفتم تا دریابم که آیا آنها دارای شرایط به خصوصی هستند یا خیر؟

در مرحله دوم: نزد معلم سال گذشته این دانش آموزان یعنی سرکار خانم سلیمیان و سرکار خانم ثابت نیا رفتن و طی جلسه ای که با ایشان داشتم درباره عملکرد آموزشی آن ها در سال گذشته شان یعنی پایه پنجم صحبت هایی انجام شد. متأسفانه صحبت با همکاران محترم پایه پنجم و بررسی پرونده آموزشی آنها سخنان من را تصدیق نمودند و عملکرد ضعیف آموزشی و اخلاقی دانش آموزان در سال های گذشته مشهود گردید.

در مرحله سوم: با مدیریت سرکار خانم مهري و معاون آموزشی مدرسه سرکار خانم زمره صحبت کردم و ایشان نیز صحنه برای این موضوع گذاشتند و همچنین مطرح کردند که سالهای قبل نیز این دانش آموزان دچار مشکلات تحصیلی و اخلاقی متعدد بوده اند.

در مرحله بعدی: با والدین این دانش آموزان صحبت شد و عملکرد ضعیف درسی و بروز رفتارهای نامناسب از سوی آن ها مورد بحث قرار گرفت. زمانیکه والدین این دانش آموزان شرایط زندگی خانوادگی و مشکلاتشان در خانواده را مطرح کردند، دریافتم که شرایط حاد زندگی آنان و نداشتن آموزش های لازم و کافی در خانواده مشکلات رفتاری و آموزشی اینچنینی را بوجود می آورد.

شواهد و یافته های خود مبنی بر مشکلات این دو دانش آموز را بررسی کرده و لیستی تهیه کردم تا بتوانم برای هریک از آنها راه حلی مناسب پیدا کنم:

- عدم شناخت و مطالعه کافی درباره مسائل اجتماعی
- عدم پذیرش در گروه های دوستی از سوی برخی دانش آموزان دیگر
- عدم همکاری آنان در مباحث گروهی بین دانش آموزان
- داشتن مشکلات خانوادگی در منزل و بیماری و طلاق و اعتیاد و بی سوادی اولیا
- داشتن اضطراب و استرس ناشی از شرایط موجود
- داشتن تصویر نادرست از دوست و دوست یابی و روابط دوستانه
- عدم شناخت کافی از فضای مجازی
- بی انگیزگی و بی حوصلگی و عدم تمرکز دانش آموزان
- وقوع رفتارهای مخاطره آمیز و انحرافی با خویشتن داری پایین

بعد از شناسایی مشکلات، سعی کردم از تجربیات همکاران و مسئولین مدرسه در این مورد استفاده کنم. و همچنین به بررسی مشکلات و نواقص آموزش های تربیتی بپردازم. و به دنبال چرایی این قضیه می گشتم و نمیتوانستم نسبت به رفتارها و عملکرد ایشان بی تفاوت باشم و به عنوان یک مسئول اجتماعی به دنبال راهکار برای بهبود شرایط موجود بودم.

ارائه راهکار موقتی و نظارت بر آنها

در این زمان سعی کردم مباحث شناختی و تربیتی را در کلاس داشته باشم و دانش آموزان را به تحقیق و پژوهش و ارائه تحقیقاتشان در کلاس سوق دهم. همچنین تصمیم گرفتم با راهکارهای ویژه و جذاب معنویات را در دل هایشان نهادینه کنم. همزمان برای رفع مشکلات درسی و اخلاقی دانش آموزان اقدام به گروه بندی کلاس نمودم و دانش آموزان کلاس را در هفت گروه ۴ نفره قرار دادم. دانش آموزان قوی، متوسط و نیاز به تلاش از لحاظ درسی و همچنین با توجه به ویژگی های اخلاقی متفاوت را در همه گروه ها تقسیم بندی نمودم و اهداف تشکیل گروه که ایجاد شرایط برای همکاری و تبادل نظر و گفتگوی آموزشی گروهی در بین دانش آموزان و همچنین به وجود آمدن گروه های دوستی جدید و هدفمند بود را برای دانش آموزان تشریح کردم. نامحسوس و غیرمستقیم موضوعاتی را برایشان تعیین می کردم و آنان را موظف به تحقیق درباره ی موضوع و ارائه نتایج کارهایشان در گروه می کردم. با توجه به اینکه فصل اول کتاب مطالعات اجتماعی درباره دوستی و دوست یابی و مهارت نه گفتن بود، از این فرصت استفاده کرده و سعی کردم آموزش های لازم را ارائه نمایم. با ارائه راهکارهای مختلف سعی به ایجاد شناخت و کسب معرفت در آنان داشتم، که در ادامه مواردی را بیان می کنم.

با به وجود آمدن شرایط کلاس های مجازی، سعی کردم از این فرصت استفاده بهینه کنم. به طور مثال ارائه کاربرگ برای تکلیف با هدف شناخت و آموزش های تربیتی و فرهنگ شهروندی.

در این بین با برگزاری مناسبت ها و مراسم مختلف ملی و مذهبی در کلاس با هدف ایجاد معرفت و شناخت بیشتر و معنویات، برگزاری محافل انس با قرآن، برگزاری مراسم مختلف مذهبی و ملی در کلاس با مشارکت دانش آموزان با هدف نهادینه شدن معنویات در آنان، نقاشی گروهی به مناسبت ولادت حضرت علی (ع) و نصب بر روی دیوار کلاس، برگزاری نمایش ها و سرودهای مختلف در کلاس با هدف افزایش اعتماد به نفس در دانش آموزان

پس از گذشت چند هفته از سال تحصیلی در نهایت متوجه شدم تلاش هایم کافی نبوده و به دنبال راهکار جدید برای حل مشکل بودم.

در همین رابطه با برگزاری جلساتی با مدیریت دبستان سرکار خانم مهری و خانم زمرد معاون آموزشی و همچنین مربی پرورشی دبستان خانم رحیمی صحبت نمودم و ایشان را در جریان نارضایتی خودم از شرایط موجود قرار دادم و در ادامه باهم درباره این موضوع و راهکارهای موجود صحبت نمودیم. با اولیای این دانش آموزان صحبت ها و جلسه های متعددی صورت گرفت و نهایتاً به این نتیجه رسیدیم که آموزش ها و فضای تربیتی و پرورشی موجود در این سال تحصیلی و سال های گذشته نتوانسته به نحو شایسته فرهنگ سازی مطلوبی داشته باشد. چون در بین دانش آموزان رفتارهای پرخطر اجتماعی در تعاملات دوستانه شان می دیدم و همچنین گاهی از اظهار شکایت اولیا در ارتباط با رفتارهای فرزندانشان در منزل مطلع می شدم. و یا شکایت هایی که از سوی هم کلاسی هایشان وجود داشت نیز گواه بر این موضوع بود.

به بررسی و مطالعه بیشتر پرداختم تا راهکار مناسبتری برای حل مشکلات و بحران های دوران نوجوانی دانش آموزان بیابم.

ارائه راهکار دوم

به دنبال پیدا کردن راه حل مناسب تر به برگزاری جلسات مشاوره ای برای اولیا و دانش آموزان رسیدم. تصمیم گرفتم در جلساتی که به صورت گروهی برای اولیا برگزار می شد، زمانی کوتاهی را به مسائل و بحران های دوره نوجوانی بپردازم تا هم با مشکلات خاص تر دانش آموزان آشنا شوم و هم بتوانم آموزش هایی را برای اولیا درباره ی رفتار با فرزندانشان داشته باشم. با توجه به اینکه رشته تحصیلی خودم روانشناسی تربیتی بود شروع به مطالعه بیشتر و جمع آوری اطلاعات کاربردی تری کردم. با هماهنگی شورای مدرسه تصمیم گرفتم جلسات مشاوره ای برای دانش آموزان برگزار کنم و نام این جلسات را با مشارکت دانش آموزان «جلسات هم اندیشی نوجوانانه» انتخاب کردیم. این جلسات مورد توجه و استقبال ویژه ای از سوی دانش آموزان قرار گرفت. محافلی که دانش آموزان میتوانستند در بین هم سالانشان بدون قضاوت و ترس و استرس به بحث و گفتگو بپردازند و مشکلاتشان را از زبان خودشان مطرح کنند. در این جلسات دانش آموزان بدون ترس از تنبیه و بازخورد منفی و همچنین ترس از قضاوت شدن صحبت می کردند. در ابتدای جلسه من فقط شنونده و هدایت کننده جلسه بودم و این امکان برای نوجوانان فراهم بود تا صحبت هایشان را شفاف بیان کنند.

در ادامه طی تماس تلفنی با چند تن از همکاران و دوستانم در حوزه روانشناسی و تربیتی مسئله را مطرح نمودم و به دنبال راهکارهای مناسب تری برای برگزاری جلسات هم اندیشی بودم. و نهایتاً تصمیم گرفتم برای هر جلسه موضوعی خاص انتخاب کنم تا بحث و تبادل نظر پیرامون همان موضوع باشد و جلسات ما هدفمندتر برگزار گردد. در انتهای جلسه با مشارکت دانش آموزان به جمع بندی بحث می پرداختیم و خلاصه گویی از بحث مورد نظر می کردیم و همچنین راهکارهایی را به عنوان تمرین در باب بحث مورد نظر ارائه می کردیم تا با انجام دادن این راهکارها به نتایج مطلوب برسند و در ادامه و روزهای آینده گزارشی را به کلاس ارائه دهند.

در حین برگزاری جلسات دانش آموزان با چالش هایی مواجه می شدند که باعث می شد در فواصل جلسات و در روزهای بعد باهم سالانشان بحث یا تبادل نظر داشته باشند و با ارائه راهکارهای مناسب سعی می کردند، خودشان به حل مسائل بپردازند و نتیجه را به کلاس گزارش دهند.

بازخوردهایی که از اولیا دریافت می‌کردم، جالب بود و خداراشکر نتیج خوبی به همراه داشت. اضطراب و پرخاشگری دانش‌آموزان در روابطشان کمتر شده بود. چون تا حدودی یادگرفته بودند، در رابطه با مسائل و مشکلاتشان گفتگو کنند و برای حل مسئله به دنبال راهکار مناسب باشند.

از سوی دیگر من به عنوان معلم هدایتگر سعی می‌کردم به صورت موردی مشکلاتشان را با اولیا مطرح کنم و در جلساتی که با آنها داشتم، به دنبال حل مسئله بودیم و نهایتاً با ارائه راهکارهایی سعی در بهبود روابط اولیا با دانش‌آموزان و رفتارهای اجتماعی‌شان داشتیم که در ذیل تعدادی از این راهکارها را مطرح می‌کنیم.

• اگر می‌خواهید حرف‌تان را بفهمند، باید درک‌شان کنید.

یکی از مشکلات نوجوانان ذهنیت منفی آنها در ارتباط با بزرگسالان است. آنها تصور می‌کنند که همیشه با آنها سر جنگ دارید؛ بنابراین در برخورد با بزرگسالان اغلب در حالت تدافعی هستند و در ذهن‌شان پیش‌داوری منفی‌ای وجود دارد که می‌گوید: «بی‌فایده است، آنها تو را درک نمی‌کنند، آنها حرفت را نمی‌پذیرند و در آخر هم از دستت ناراحت می‌شوند.» این پیش‌داوری منفی باعث می‌شود در ارتباط با بزرگسالان احساس حقارت کنند که این نیز به نوبه‌ی خود دردسرهای بیشتری درست می‌کند. اگر می‌خواهید به فرزندان کمک کنید که از این پیش‌داوری منفی دست بردارند هنگام صحبت با او از جملاتی مثل «درکت می‌کنم» بیشتر استفاده کنید.

• درخواست از نوجوان‌تان را در قالب سؤال مطرح کنید.

وقتی به فرزندان دستور می‌دهید کاری را انجام بدهد، در واقع به فکر و احساسش در رابطه با کاری که فکر می‌کند درست است احترام نمی‌گذارید. اگر می‌خواهید فرزندان را نسبت به انجام کاری متقاعد کنید به جای دستور دادن، خواسته‌تان را به صورت سؤالی مطرح کنید.

• به رفتار خوب نوجوان‌تان پاداش بدهید.

برای رفتار با نوجوانان پاداش را فراموش نکنید. پاداش، نتیجه‌ی بهتر و سریع‌تری از تنبیه دارد و باعث می‌شود نوجوان احساس بهتری نسبت به خودش داشته باشد.

• در پاسخ به درخواست نوجوان‌تان «بسیار خُب» یا «بله» بگویید.

یکی از پرتکرارترین شکایت‌های نوجوانان «نه گفتن» همیشگی پدر و مادرهاست. به عنوان پدر و مادر، شما باید میدان عمل‌تان را انتخاب کنید. اگر شما به هر درخواست نوجوان‌تان «نه» بگویید، در واقع بین خودتان و او دیوار بلندی می‌کشید و او را از خود دور می‌کنید. اجابت اکثر خواسته‌های فرزندان مشکلی پیش نمی‌آورد.

• «لطفاً» و «متشکرم» ورد زبان‌تان باشد.

اگر انتظار دارید رفتار فرزندان با شما محترمانه باشد باید متقابلاً احترامش را حفظ کنید. بچه‌ها با طرز برخورد خوب شما به موفقیت‌های چشمگیری در جامعه می‌رسند. بهتر است دوستان، معلم‌ها و دیگر بزرگسالانی که با نوجوان شما در ارتباط هستند مؤدب باشند. به این منظور باید پیش از دوره‌ی نوجوانی به فرزندان در دوست‌یابی کمک کنید. اگر دوست دارید فرزندان با بزرگسالان رابطه‌ی موفقی برقرار کند، در برخورد با آنها از کلمات «لطفاً» و «متشکرم» زیاد استفاده کنید.

• عشق‌تان را ابراز کنید.

«عشق همه‌ی آن چیزی است که نیاز داریم.» این عبارت را خیلی شنیده‌ایم و به آن باور داریم. خیلی از پدر و مادرها می‌گویند: «خُب معلومه ما بچه‌مون رو دوست داریم.» اما فراموش می‌کنند که شنیدن مکرر «دوستت دارم» معجزه می‌کند. همه‌ی ما به احساس عشق نیاز داریم. دوست داشته شدن، اعتماد به نفس‌مان را در روابط، محیط کار و زندگی بالا می‌برد. بنابراین سعی کنید دفعات ابراز عشق به فرزندان را افزایش بدهید. متأسفانه ابراز محبت در دوره‌ی نوجوانی کاهش می‌یابد، کمتر آنها را در آغوش می‌گیریم و فراموش می‌کنیم که هنوز هم مثل دوران کودکی‌شان به آغوش ما نیاز دارند.

• نوجوان‌تان را تشویق کنید.

تجربه جزء لاینفک زندگی نوجوان است. نتایج تحقیقی که روی هوش هیجانی انجام شده است نشان می‌دهد نوجوانان انگیزه‌ی طبیعی برای امتحان کردن کارهای جدید دارند. آنها به کارهایی دست می‌زنند که به نظر غیرممکن می‌آید و بعد از مدتی هم از آن دست می‌کشند. متأسفانه بچه‌ها هر قدر بزرگ‌تر می‌شوند تمایل‌شان به تجربه‌ی کارهای جدید کمتر می‌شود. نقش اساسی والدین در دوره‌ی نوجوانی برجسته‌تر است. نوجوان‌تان را تشویق کنید از رسیدن به هدفش دست نکشد و راه دیگری را برای رسیدن به هدف امتحان کند. به او یاد بدهید ممکن است شما به عنوان پدر و مادرش راه‌حل را ندانید، اما مطمئناً می‌دانید که تسلیم شدن به این معنی است که هیچ‌وقت راه‌حل را پیدا نخواهد کرد.

• نوجوان‌تان را تحسین کنید.

همه‌ی ما تحسین شدن را دوست داریم و این امری طبیعی است، هر چند بهتر است این احساس خوشایند را از درون‌مان دریافت کنیم و برای افتخار به خودمان به تأیید دیگران نیاز نداشته باشیم. همه‌ی ما دوست داریم دست یاری کسانی را بفشاریم که به ما افتخار می‌کنند و اظهار می‌کنند که شگفت‌انگیز و موفق هستیم. بنابراین خیلی مهم است که بر جنبه‌های مثبت اعمال و رفتار نوجوان‌تان تأکید کنید و به او کمک کنید خوبی‌هایش را ببیند.

طی جلساتی که با مدیریت دبستان سرکار خانم مهری و معاونت آموزشی دبستان سرکار خانم زمره و همچنین مربی پرورشی مدرسه داشتیم، سعی بر رفع نواقص موجود تربیتی و پرورشی داشتیم و خوشبختانه روند پیشرفت و متعادل شدن رفتارهای دانش‌آموزان را شاهد بودیم.

بالاخره و برای گام آخر تصمیم گرفتیم با استفاده از راهکارهای جذاب، دنیای مجازی و فواید و زیان‌های آن و بلاخص شخصیت‌های تاثیرگذار فضای مجازی را برایشان تشریح کنیم. از ابتدای سال که مجلات رشد را در کلاس همراه دانش‌آموزان می‌خواندیم و بررسی می‌کردیم، قسمت شناخت فضای مجازی را در کلاس پررنگ‌تر و با اهمیت‌تر مطالعه می‌کردیم و درباره‌ی آن در کلاس به بحث و گفتگو می‌پرداختیم.

و در ادامه این موضوع از دانش‌آموزان خواستیم که هر کدام یکی از شخصیت‌های تاثیرگذار فضای مجازی از دیدگاه خودشان که برایشان جذاب است، انتخاب کنند و از تصویر آن شخصیت ماسکی برای صورتشان تهیه نمایند و درباره‌ی آن شخصیت اطلاعاتی را جمع‌آوری کنند و در روز مشخصی گزارشی به کلاس ارائه نمایند.

جلسه‌ای با این عنوان تشکیل دادیم و هریک از دانش‌آموزان درباره‌ی شخصیت مورد نظر خود مطالبی ارائه نمود و بقیه دانش‌آموزان درباره‌ی ویژگی‌های مثبت و منفی آن شخصیت صحبت کردند و جوانب مختلف و تاثیرگذاری آن شخصیت بررسی شد.

در این جلسه دانش‌آموزان علاوه بر اینکه فضایی شاد و جذاب را تجربه کردند، به بیان نتایج تحقیقاتشان و گزارش‌هایشان پرداختند و نهایتاً با مشارکت خودشان به جمع‌بندی در خصوص فواید و مضرات استفاده از فضای مجازی پرداختیم.

در ادامه به برخی راهکارها برای پیشگیری از آسیب‌های فضای مجازی می‌پردازیم که می‌تواند برای همکاران و سایرین مفید واقع شود در صورت اجرای به موقع و مناسب می‌تواند ثمربخش واقع شوند:

راهکارهای پیشگیری از آسیب‌های فضای مجازی برای زندگی امن در عصر دیجیتال

با توجه به اینکه بیشتر استفاده‌کنندگان از فضای مجازی نوجوانان و جوانان هستند، فرهنگ‌سازی برای کاهش پیامدهای آن ضروری است. لذا اطلاع‌رسانی، آموزش نحوه استفاده صحیح از این فناوری می‌تواند مؤثر واقع گردد.

• استفاده از ظرفیت‌هایی همچون رسانه‌های دیداری و شنیداری، روزنامه‌ها، مجلات، نشریات برای نهادینه شدن فرهنگ سایبری.

• برگزاری جلسات آموزشی از سوی مصادر امور فرهنگی در شهرستان‌ها به منظور آشنا نمودن و اطلاع‌رسانی به والدین در مورد فناوری‌های جدید به ویژه اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی.

• برگزاری کلاس‌های آموزشی در مدارس جهت آگاهی‌دادن به نوجوانان و جوانان در مورد مزایا و معایب فناوری‌های جدید و نحوه‌ی استفاده‌ی صحیح از آنها.

- تشویق به شرکت در فعالیت های اجتماعی و تقویت این گونه رفتارها توسط والدین.
 - وضع قوانین سختگیرانه تر جهت برخورد با مجرمان جرایم اینترنتی و اجرایی نمودن این قوانین.
 - گذراندن اوقات بیشتری با فرزندان در فضای بیرون از خانه به طوری که فرزندان از نظر عاطفی، احساس خلأ نکنند و جهت جبران این کمبود به فضای مجازی پناه نبرند.
 - پخش برنامه های کوتاه آموزشی درباره مزایا و معایب اینترنت از زبان ورزشکاران و هنرمندان محبوبی که عموماً جوانان آنها را الگوی خود قرار می دهند.
 - طراحی بازی های رایانه ای به گونه ای که در آنها انواع خطرات موجود در فضای مجازی و راهکارهایی جهت آشنایی و مقابله با آنها تعبیه شده است.
 - استفاده از آموزه های دینی از جمله امر به معروف و نهی از منکر به عنوان نوعی کنترل اجتماعی توسط هر شخص.
- برخی از اقدامات انجام شده برای دانش آموزان کلاس به شرح زیر میباشد:**

- برگزاری جلساتی با حضور اولیا و معاون مدرسه و درخواست کمک و همیاری ویژه از ایشان در ایجاد انگیزه و پیگیری مضاعف
 - ایجاد زمینه مناسب در کلاس جهت گفتگوهای هدفمند در گروه همسالان با گروه بندی و ارائه موضوعات پژوهشی
 - توجه ویژه به نقاط قوت و ضعف و علایق آنها (در بحث کارهای هنری، ساخت کاردستی و نقاشی و ورزش و ...)
 - ایجاد گروه بندی در کلاس با هدف ارتباط موثر بین همسالان با خلق های متفاوت
 - توجه ویژه به دانش آموزان با نیازهای خاص و نیازمند توجه و پیگیری آموزشی و تربیتی ویژه
 - ارتباط موثرتر با اولیا برای دانش آموزانی که مشکلاتشان از خانواده ها منجر می شد
 - ایجاد جلسات هم اندیشی نوجوانان با موضوعات مختلف
 - ارائه آموزش های خاص دوره نوجوانی و شناخت دنیای مجازی به آنان
 - پیگیری مشکلات خاص آنان
- نهایتاً با توجه به راهکارهای ارائه شده تا حدودی توانستیم بحران دوران نوجوانی را در دانش آموزان کلاس مدیریت کنیم و این بهبود عملکرد و رفتار را از اعلام رضایت اولیا و مسئولین مدرسه دریافت می کردم.

شواهد ۲:

- استفاده هدفمندتر نسبت به قبل از فضای مجازی
- نظم و انضباط بیشتر در رفتار و عملکرد تربیتی و آموزشی
- تعاملات بهتر و مناسب تر با گروه همسالان
- رضایت بیشتر اولیا از رفتار آنان در منزل
- کاهش اضطراب و پرخاشگری در کلاس و منزل
- تقویت روحیه ملی و مذهبی در دانش آموزان

ارزشیابی نتایج :

در اواخر سال تحصیلی با توجه به اقداماتی که انجام داده بودم متوجه ایجاد علاقه و اشتیاق در یادگیری به روش برانگیختن انگیزش و حس مسئولیت و اعتماد به نفس بین دانش آموزانم شدم. استرس ها و اضطراب های اوایل سال کمتر شد و تعاملات دانش آموزان در گروه ها و هم سالانشان بهبود یافت. حس همیاری و همکاری در گروه ها افزایش یافت و روابطشان با اولیا بهتر شد. دانش آموزان شناخت خوبی از فضای مجازی پیدا کرده بودند. البته تا رسیدن به نتیجه دلخواه مسیر بسیار طولانی وجود دارد، اما امیدوارم همین تغییرات کوچک و کوتاه مدت بتواند زمینه ساز پیشرفت فرایند تحصیلی این عزیزان باشد. خدا

را شاکرم که در مدت زمان محدودی که داشتیم، توانستم معنویات و حس میهن دوستی و بعد تربیتی را در دانش آموزان کلاسم ارتقا دهم.

بحث و نتیجه گیری

از مباحث فوق نتیجه گرفته می شود که نوجوانی مرحله‌ای است که پس از کودکی رخ می‌دهد و بین کودکی و بزرگسالی قرار دارد. نوجوان از طرفی بسیاری از ویژگی‌های مربوط به کودکان را داراست (وابستگی به اطرافیان، به خصوص پدر و مادر) و از طرفی برخی رفتارهای بزرگسالان را دارد (ویژگی استقلال). در هر حال تغییرات مهمی در این دوره رخ می‌دهد که موجب رهایی از وابستگی‌های خاص مرحله‌ی کودکی و احساس نیاز به استقلال و هویت در بزرگسالی می‌شود. به تدریج که نوجوانان بالغ‌تر می‌شوند، شباهت کمتری با کودکان و همانندی بیشتری با بزرگسالان پیدا می‌کنند

پیشنهادات:

در نهایت با توجه به نتایجی که پس از این پژوهش بدست آوردم به عنوان عضو کوچکی در امر آموزش، موارد زیر را به عنوان پیشنهاد به همکاران عزیزم بیان می‌کنم.

- ایجاد فضایی برای مشارکت دانش آموزان در فرایند آموزش و پرورش و برگزاری جلسات مشاوره دانش آموزی
 - به منظور بالا بردن سطح دانش و مهارت همکاران بزرگوار در این حیطه (تربیتی و پرورشی) می‌توان کارگاه‌های روانشناسی عملی با حضور اساتید متخصص این حوزه در قالب کلاس‌های ضمن خدمت برگزار نمود.
- به امید اینکه بتوانیم هرچه بیشتر و بهتر در جهت آبادانی ایران عزیزمان کوشا باشیم.

منابع و مأخذ

- اقلیدی نژاد، علی (۱۳۸۲)، دنیای نوجوانی، مبلغان، شماره ۴۴
- بهشتی، احمد، (۱۳۷۷) تربیت کودک در جهان امروز، قم، بوستان کتاب،
- بهشتی، احمد، (۱۳۷۷) اسلام و حقوق کودک، قم، دفتر تبلیغات حوزه علمیه قم،
- بهشتی، محمد، (۱۳۸۷) مبانی تربیت در قرآن، تهران: پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی، چاپ اول.
- بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۹۰)، روانشناسی نوجوانان، دفتر نشر فرهنگ اسلامی
- بیگلی، لین، (۱۳۸۲) معاینات بالینی و روش گرفتن شرح حال، ترجمه، قاضی جهانی، ب، تبریزی، آ، قطبی، ر، تهران، گلبان،
- بی‌ریا، ناصر و دیگران، (۱۳۷۵) روان‌شناسی رشد (۲)، با نگرش به منابع اسلامی، تهران، سمت، ج ۲،
- پروچاسکا، جیمز و نورکراس، جان (۲۰۰۷). نظریه‌های روان‌درمانی، نظام‌های روان‌درمانی. ترجمه سید محمدی. تهران: نشر روان.
- پورامینی محمد باقر، (۱۳۸۳) «تربیت جنسی درسیره نبوی»، مجموعه مقالات تربیت اسلامی ویژه تربیت جنسی، گروه پژوهشی تعلیم و تربیت اسلامی، قم: سال سوم، شماره هشتم.
- پی‌هالچین، ریچارد و سوزان کراس ویتبورن، (۱۳۹۲) آسیب‌شناسی روانی، مترجم یحیی سیدمحمدی، تهران: نشر روان، چاپ یازدهم.
- کاظمی، محسن، (۱۳۸۶) کودک از نظر وراثت و تربیت، هیئت نشر معارف اسلامی،
- گری، جرالد (۲۰۰۵). نظریه و کاربردهای مشاوره و روان‌درمانی. ترجمه سیدمحمدی، تهران: ارسباران.
- کریمی وکیل، علیرضا (۱۳۹۱)، رابطه کیفیت زندگی و جهت‌گیری مذهبی با اضطراب مرگ، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبایی (ره) تهران
- کرین، ویلیام. سی (۱۹۸۵). پیشگامان روانشناسی رشد، ترجمه فدایی. تهران: اطلاعات.
- کوچتکوف و د. T لاپیک و م. (۱۳۶۴). روانشناسی و تربیت جنسی. ترجمه تقی زاده، تهران: بنیاد.

- لطف آبادی، حسین (۱۳۸۸) روانشناسی رشد کودک و نوجوان، تهران، سمت،
- لطفآبادی، حسین (۱۳۹۰). روانشناسی رشد (۲) (نوجوانی جوانی و بزگسالی. تهران: سمت .
- مبردی، کتایون و حسن پور ازغدی، سیده بتول و امیری فراهانی، لیلا، (۱۳۹۶) آگاهی و نگرش مادران نسبت به تربیت جنسی کودکان پیش
- مبینی مقدس، مجید، (۱۳۹۳) «رسانه ملی و روابط پیش از ازدواج جوانان»، فصلنامه تخصصی مطالعات جوان و رسانه، قم: مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما، شماره چهاردهم، ص ۹۳-۱۱۳.