



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

## حل مشکل استرس در میان دانش‌آموزان دوره اول متوسطه با تکیه بر سند تحول بنیادین

فهیمة حیدری زاده<sup>۱</sup>، ماهان زرهی<sup>۲</sup>، زینب جلالی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup>کارشناسی، علوم تربیتی، دانشگاه آزاد

آموزش و پرورش شهرستان سیرک، معاون

۰۹۱۷۳۶۶۴۷۲۲

<sup>۲</sup>کارشناسی، ریاضی

آموزش و پرورش شهرستان سیرک، مدیر

۰۹۱۷۷۶۵۴۱۷۵

<sup>۳</sup>کارشناسی ارشد، روان‌شناسی عمومی

آموزش و پرورش شهرستان سیرک، مشاور

۰۹۱۷۹۷۶۵۲۶۷

### چکیده

استرس در دوره نوجوانی و به‌خصوص در دوره متوسطه اول، مسئله محوری و اساسی دانش‌آموزان دوره اول متوسطه می‌باشد. استرس هر چند مشکلی شخصی قلمداد می‌شود اما محیط اجتماعی فرد نیز می‌تواند بر افزایش یا کاهش استرس فرد اثرگذار باشد از این رو نظام تعلیم و تربیت رسمی و مدرسه دانش‌آموزان می‌تواند به عنوان محلی مناسب برای کاهش استرس دانش‌آموزان قلمداد شود. پژوهش حاضر نیز با هدف «حل مشکل استرس در میان دانش‌آموزان دوره اول متوسطه با تکیه بر سند تحول بنیادین» انجام گرفته است. روش پژوهش حاضر از نوع کیفی بوده و شیوه گردآوری داده‌ها مبتنی بر روش کتابخانه‌ای و اسنادی می‌باشد و داده‌های موجود نیز با روش توصیفی – تحلیلی بررسی شده‌اند. بر اساس یافته‌های پژوهش باید گفت که نظام تعلیم و تربیت مطابق سند تحول بنیادین مهم‌ترین دستگاه در امر تعلیم و تربیت دانش‌آموزان است بر این اساس استفاده از تمامی ظرفیت‌های این نهاد برای تربیت دانش‌آموزان در تمامی ساحت‌های تربیتی امری مهم و ضروری می‌باشد. در مسئله استرس نیز مطابق با سند تحول بنیادین، ارائه خدمات مشاوره‌ای، تقویت بنیان خانواده‌های آنان که به خانواده‌های آسیب‌پذیر شناخته می‌شوند با هدف کمک برای حل مشکلات آنان، تأسیس مدارس در مناطق کم‌برخوردار و همچنین توجه به دوران بلوغ و آموزش‌های متفاوت برای دختران و پسران کار می‌تواند در جهت حل مشکلات آنان اقدام موثری بردارد. همچنین مطابق با سند تحول بنیادین، تلاش برای رفع این مشکلات به‌تنهایی و بدون حمایت دیگر نهادهای مرتبط با تعلیم و تربیت ممکن نیست و سایر نهادهای مرتبط با تعلیم و تربیت نیز باید برای حل مشکلات موجود در کنار آموزش و پرورش اقدامات موثری انجام دهند.

واژگان کلیدی: استرس، متوسطه اول، دانش‌آموزان، سند تحول، تعلیم و تربیت



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

## ۱- مقدمه:

استرس شاید عمومی‌ترین مساله زندگی روزمره انسان باشد. گروهی صاحب‌نظران استرس را بیماری شایع قران نامگذاری کرده‌اند. دوران ما، عصر استرس و فشارهای عصبی است. دوره‌ای که در آن انسان بیش از هر زمان دیگری در معرض عوامل ایجاد استرس قرار گرفته و مسائل و مشکلات بیشماری از هر طرف او را احاطه کرده است. استرس را می‌توان جزء لاینفک زندگی بشر و اساس زندگی او دانست. استرس در زندگی افراد تاثیر مثبت و منفی دارد، به عبارت دیگر وجود استرس لازم و مفید است ولی میزان آن اهمیت دارد. با پیچیده‌تر شدن روز افزون جوامع امروزی به‌طور حتم رسالت سازمان‌ها در جهت انتظارات افراد جامعه حساس‌تر می‌شوند. مساله مهم، مدیریت استرس می‌باشد که با به‌کارگیری روش‌ها و فنون مربوطه می‌توان در شناسایی و کاهش آن اقدام نمود (امین جعفری، شفيعی، ۱۳۹۶: ۱۲۹).

دوره نوجوانی به دلیل تغییرات روانی، اجتماعی و زیستی یکی از بحرانی‌ترین دوران زندگی هر فرد به شمار می‌رود که می‌تواند عملکرد تحصیلی و شغلی را تحت تاثیر قرار دهد. در حقیقت عدم سلامت روانی از پیشرفت دانش‌آموز و همچنین توانایی انجام اعمال و وظایفی که بر عهده دارد جلوگیری نموده و خود می‌تواند سلامت جامعه را مختل و منجر به عواقب نامطلوب بعدی شود (Ghamari, 2010). استرس، اضطراب و افسردگی شایع‌ترین اختلالات در این دوران بوده که این سه اختلال با یک‌دیگر مرتبط می‌باشند (De Rooij, 2010). هنگامی که فرد در محیط زندگی با شرایطی روبه‌رو می‌شود که این شرایط با ظرفیت‌ها و امکانات کنونی وی هماهنگی ندارد، دچار عدم تعادل، تعارض و کشمکش‌های درونی می‌شود که به آن استرس می‌گویند (Sarafino, 2014). استرس زمانی ایجاد می‌شود که بین خواسته‌های موجود و توانایی انجام آن ناهماهنگی ایجاد شود. توازن بین چگونگی دیدگاه ما نسبت به خواسته‌ها و چگونگی دیدگاه ما برای انجام آن خواسته‌ها است که باعث می‌شود حالت‌هایی مثل نبود استرس، استرس خوشایند و استرس ناخوشایند را تجربه کنیم (Loker, 2015). استرس مداوم برای سلامت جسم و روان مضر بوده و باعث ایجاد عوارضی چون بی‌تفاوتی، خواب منقطع، غیبت‌های مکرر از کار، استفاده از مواد مخدر، احساس بی‌کفایتی، مشکلات جسمی و تغذیه‌ای، افزایش هزینه‌های درمانی و کاهش رضایت شغلی می‌شود (۵). (مربوط به مقاله اثربخشی، ۱۴۰۰).

نوجوانان نیز گاهی اوقات همانند بزرگسالان استرس را در زندگی روزمره خود تجربه می‌کنند، به همین دلیل آموختن روش‌هایی برای مقابله با استرس برای آنان سودمند است. اغلب نوجوانان هنگامی که با موقعیتی خطرناک، دشوار یا دردناک روبه‌رو می‌شوند و امکاناتی برای مقابله ندارند، استرس زیادی را تجربه می‌کنند. استرس بر برخی از نوجوانان فشار بیش از حد تحمیل می‌کند. وقتی این اتفاق می‌افتد، عدم مدیریت استرس می‌تواند منجر به اضطراب، گوشه‌گیری، پرخاشگری، بیماری جسمی و مهارت‌های مقابله‌ای نادرست گردد. (هویزوی و عنایتی، ۱۳۸۹).

نقش آموزش و پرورش در مدیریت استرس نوجوانان بسیار مهم است. چرا که «یکی از اهداف و وظایف مهم آموزش و پرورش ایجاد زمینه برای رشد همه جانبه فرد و تربیت انسان‌های سالم، کارآمد و مسئول برای ایفای نقش در زندگی فردی و اجتماعی است.» (پوره‌اشم و همکاران، ۱۴۰۱: ۵۶). بر این اساس می‌توان گفت که حل مشکلات اجتماعی و شخصیتی آموزان در مدارس و در نظام تعلیم و تربیت ممکن خواهد بود و می‌توان با تکیه بر رویکردهای تعلیم و تربیت در نظام آموزش و پرورش مشکلات دانش‌آموزان را شناسایی و نسبت به رفع آن اقدام کرد.

در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش نیز بر تربیت و تعالی دانش‌آموزان تاکید شده است. بر این اساس درباره مدرسه در افق چشم‌انداز ۱۴۰۱ چنین نوشته شده است: «مدرسه جلوه‌ای است از تحقق مراتب حیات طیبیه، کانون عرضه خدمات و فرصت‌های تعلیم و تربیتی، زمینه‌ساز درک و اصلاح موقعیت توسط دانش‌آموزان و تکوین و تعالی پیوسته هویت آنان بر اساس نظام معیار اسلامی، در چارچوب فلسفه و رهنامه نظام تعلیم و تربیت رسمی عمومی جمهوری اسلامی ایران.» از این رو می‌توان گفت که مدرسه می‌تواند در رفع مشکلات دانش‌آموزان نقش موثری را ایفا نماید. از این رو هدف پژوهش حاضر به شرح ذیل می‌باشد:

- شناسایی راه‌های حل مشکل استرس در میان دانش‌آموزان دوره اول متوسطه با تکیه بر سند تحول بنیادین

## پیشینه تحقیق:

یارویی، میهن دوست و مامی (۱۴۰۰)، در پژوهشی با عنوان «اثربخشی آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد بر مولفه‌های روانشناختی (استرس، اضطراب، افسردگی) و سبک‌های حل مسئله در دانش‌آموزان دوره متوسطه اول شهرستان سمنان» چنین نتیجه‌گیری کرده‌اند: «پیشنهاد می‌شود درمان‌های روان‌شناختی مبنی بر پذیرش و تعهد در فرایند درمان این افراد مدنظر قرار گیرند. همچنین با توجه به تاثیر متقابل بیماری‌های مزمن و مشکلات روان‌شناختی از جمله استرس، افسردگی و اضطراب پیشنهاد می‌شود.»



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes



وزارت آموزش و پرورش  
انرا، کل آموزش و پرورش استان خراسان  
معاونت آموزش و پرورش شهرستان جاباب



موسسه ملی آموزش و پرورش  
آکادمی نگار  
شماره ملی: ۱۳۰۱۵۵۷۳۳۰



دانشگاه هرمزگان  
Hormozgan University

پورصالحی، میرهاشم، ابوالمعالی حسینی (۱۴۰۱)، در پژوهشی با عنوان «اثربخشی آموزش مهارت‌های هیجانی - اجتماعی و مدیریت استرس بر اهمال کاری تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی» چنین نتیجه‌گیری کرده‌اند: «آموزش مهارت‌های هیجانی - اجتماعی و مدیریت استرس بر کاهش اهمال کاری تحصیلی موثر بوده است. با توجه به یافته‌های این تحقیق مدیریت استرس کارآمدی بالاتری نسبت به آموزش مهارت‌های هیجانی - اجتماعی دارد. استفاده از مدیریت استرس در کاهش استرس، افزایش سلامت عمومی و تغییر عقیده رایج به اختلال‌های عمومی تأثیر به‌سزایی داشته است.» امین جعفری و شفیع (۱۳۹۶)، در پژوهش خود با عنوان «اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر افزایش اعتماد به نفس و کاهش استرس در دانش‌آموزان دختر پایه ششم دبستان‌های دولتی شهرستان نجف آباد» در بررسی آموزش‌های مهارت‌های اجتماعی بر استرس در دانش‌آموزان دختر پایه ششم چنین نتیجه‌گیری کرده‌اند: «یادگیری مهارت‌های اجتماعی توسط دانش‌آموزان به آن‌ها کمک می‌کند آرام بگیرند و احساس‌های مثبت را تجربه کنند. همچنین با اطمینان از انجام کارها به صورت صحیح در انجام کارها پیش قدم شده و به موقعیت‌هایی که برایشان پیش می‌آید واکنش افراطی نشان ندهند. دانش‌آموزان با یادگیری مهارت‌های اجتماعی نگران واکنش خود در موقعیت‌ها نیستند و با توجه به آموزشی که دیده‌اند در موقعیت‌های مختلف رفتار خویش را مدیریت می‌کنند، پریشان و سردرگم نیستند و می‌توانند با آرامش به کارهای خود بپردازند و با یادگیری مهارت‌های مقابله‌ای احساسات و هیجانات خود را کنترل می‌کنند و در برابر چیزهایی که برایشان مانع محسوب می‌شود تحمل و بردباری می‌کنند. با یادگیری مهارت‌های مربوط به تعامل شور و اشتیاق مناسب از خود نشان می‌دهند و خود را یک فرد ارزشمند می‌دانند و در مهارت‌های مقابله‌ای یاد می‌گیرند که در موقعیت‌هایی که برایشان پیش می‌آید حساس و زودرنج نباشند.»

ربابه نوری و همکاران (۱۳۸۹)، در پژوهشی با عنوان «بررسی استرس‌های شایع دانش‌آموزان شهر تهران» چنین نتیجه‌گیری کرده‌اند: «شایع‌ترین استرس‌های دانش‌آموزان، استرس‌های تحصیلی و سپس، استرس‌های ارتباطی و اجتماعی، چه در حوزه‌ی ارتباطات درون مدرسه با دوستان و هم‌کلاسی‌ها و چه ارتباطات درون خانواده با والدین بود؛ در این رابطه، آموزش مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی در سطح دانش‌آموز، معلمان و کارکنان مدارس و والدین توصیه می‌شود. این در حالی است که در این زمینه، امکانات مناسب در آموزش و پرورش موجود است و ضرورت دارد از این امکانات به صورت جدی‌تر و وسیع‌تری استفاده شود؛ برگزاری دوره‌های آموزشی در کلاس برای دانش‌آموزان در قالب طرح مهارت‌های زندگی، آموزش مهارت‌های مطالعه، دوره‌های آموزشی به صورت آموزش ضمن خدمت برای معلمان و کارکنان مدارس و آموزش خانواده برای والدین از این امکانات است. با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، بر ارائه دوره‌های روانی - آموزشی در زمینه‌های مدیریت استرس یا آموزش مهارت‌های مقابله‌ای، آموزش مهارت‌های مطالعه و آموزش مهارت‌های ارتباطی تأکید ویژه می‌گردد.»

با توجه به پژوهش‌های پیشین باید گفت که تا کنون پژوهش‌هایی مرتبط با حل مشکل استرس در دانش‌آموزان و سند تحول بنیادین صورت نگرفته است و پژوهش حاضر می‌تواند به حل خلاهای موجود بپردازد.

## ۲- روش تحقیق:

پژوهش حاضر مبتنی بر روش کیفی می‌باشد و شیوه‌ی گردآوری داده‌ها مبتنی بر شیوه‌ی کتابخانه‌ای و اسنادی می‌باشد. نحوه تحلیل و گردآوری داده‌ها نیز مبتنی بر رویکرد توصیفی و تحلیلی است. بر این اساس در پژوهش حاضر ابتدا داده‌های مرتبط با حل مشکل استرس در میان دانش‌آموزان متوسطه اول و سند تحول بنیادین گردآوری شده است. سپس با رویکرد توصیفی و تحلیلی داده‌های موجود مورد بررسی قرار گرفته است و در نهایت به ارائه راهکارهایی جهت حل مشکل استرس با تکیه بر سند تحول بنیادین پرداخته‌ایم.

## ۳- یافته‌های تحقیق:

دوره‌ی نوجوانی، دوره‌ی پرتنش و بسیار مهمی در زندگی است؛ چرا که، نه تنها جسم بلکه توان روانی نیز در طی این دوره‌ی حساس زندگی دچار تحول اساسی می‌شود و سازگاری با چنین تغییرات اساسی بر جسم و روان فشار می‌آورد. منظور از استرس یا فشار روانی، محرک‌های محیطی زیان‌آور و ناخوشایندی است که می‌تواند جنبه‌ی فیزیولوژیک یا روانی داشته باشد (Davison, 1998).

مفاهیم، عوامل و پیامدهای استرس به عنوان یک موضوع پیچیده علمی همواره نظر پژوهشگران علوم رفتاری را به خود جلب کرده است. لازاروس و فولکمن استرس را این‌گونه تعریف کرده‌اند: «استرس رابطه اختصاصی بین شخص و محیطی است که در آن تنش ارزیابی شده از حد امکانات فرد فراتر رفته و سلامتی او را در معرض خطر قرار می‌دهد.» در نظریه شناخت هیجانی بیان می‌گردد که استرس‌زا بودن رویدادها، پدیده‌ای اساساً شخصی است و کارکرد تعامل با محیط و ارزیابی او از وقایع بالقوه تهدید کننده و چالش برانگیز است (لازاروس، ۱۹۷۷). بر این اساس می‌توان گفت که مدرسه می‌تواند در کاهش استرس دانش‌آموزان موثر عمل نماید.



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

در بیانیه ارزش‌های سند تحول بنیادین، آموزش و پرورش به‌عنوان مهم‌ترین نهاد تعلیم و تربیت شناخته شده است که متولی فرایند تعلیم و تربیت در همه ساحت‌های تعلیم و تربیت و قوام‌بخش فرهنگی عمومی و تعالی بخش جامعه اسلامی بر اساس نظام معیار اسلام، با مشارکت خانواده، نهادها و سازمان‌های دولتی و غیردولتی شناخته شده است. بر اساس سند تحول «این نهاد مأموریت دارد با تأکید بر شایستگی‌های پایه، زمینه دستیابی دانش‌آموزان در سنین لازم التعلیم طی ۱۲ پایه (چهار دوره تحصیلی سه ساله) تحصیلی به مراتبی از حیات طیبه در ابعاد فردی، خانوادگی، اجتماعی و جهانی را به صورت نظام‌مند، همگانی، عادلانه و الزامی در ساختاری کارآمد و اثربخش فراهم سازد. انجام این مهم نقش زیرساختی در نظام تعلیم و تربیت رسمی عمومی خواهد داشت.» (سند تحول بنیادین، ۱۳۹۰). بر این اساس، با توجه به بیانیه ارائه شده در سند تحول، راهکارهایی نیز برای اجرای آن در نظر گرفته شده است، با نگاهی به این فصل می‌توان فهمید آموزش و پرورش به‌عنوان مهم‌ترین نهاد نقش مهمی در پرورش دانش‌آموزان در تمامی ساحت‌های آنان و تمامی ابعاد آنان دارد. به عبارتی آموزش و پرورش وظیفه تعلیم و تربیت دانش‌آموزان را در قالب سنت‌های گوناگون، بیماری‌های گوناگون، مشکلات تربیتی متفاوت دارد و مسئله مهم در نحوه تربیت آنان برای تحقق اهداف سند می‌باشد. بر همین اساس نیز راهکارهایی جهت اجرایی سازی آن پیش‌بینی شده است. راهکارهایی که به نظر می‌رسد می‌توان با تکیه بر آن مسئله استرس در میان دانش‌آموزان دوره اول متوسطه را نیز در امر تعلیم و تربیت پرورش داد به شرح ذیل می‌باشد:

## ۱. ارائه خدمات مشاوره‌ای - تربیتی

مطابق با سند تحول بنیادین در راهکار ۷-۳- سند چنین آمده است «ارائه خدمات مشاوره‌ای - تربیتی در کلیه سطوح تربیتی برای افزایش سلامت جسمی و روحی دانش‌آموزان» بر این اساس می‌توان گفت با توجه به آن که دانش‌آموزان دوره متوسطه اول ممکن است با استرس به دلیل مشکلات درسی یا دوران بلوغ مواجه شوند لازمه جلوگیری از افزایش استرس آنان، درک متقابل و شناخت مشکلات آنان می‌باشد. و می‌تواند بخشی از مشکلات موجود را حل کند. از این رو مدرسه به‌عنوان پایگاهی مطمئن برای دانش‌آموزان، باید با درک متقابل او و وضعیت او بتواند ضمن شناسایی مشکلاتش، اقدام به حل مشکلات او نماید. حضور موثر مشاوران مدارس و معلمان و معاونان پرورشی نیز می‌تواند در این مورد بسیار اثرگذار باشد همچنین باید به دانش‌آموز این اطمینان نیز داده شود که مدرسه تلاش دارد او را درک کرده و به حل مشکلات او کمک نماید.

## ۲. تقویت بنیان خانواده

در راهکار ۲ سند تحول بر تقویت بنیان خانواده‌ها و کمک به افزایش سطح توانایی‌ها تأکید شده است بر این اساس در راهکار ۴-۴- سند تحول بنیادین بر «افزایش میزان مشارکت خانواده‌ها در فعالیت‌های آموزشی و تربیتی مدرسه، برگزاری دوره‌های آموزشی اثربخش، ارائه خدمات مشاوره‌ای به خانواده‌های آسیب‌پذیر و آسیب‌زا برای همسوسازی اهداف و روش‌های تربیتی خانواده و مدرسه» تأکید شده است. با توجه به این راهکار نیز می‌توان گفت که در مسئله استرس، نه تنها دانش‌آموز بلکه خانواده او نیز حائز اهمیت است و می‌تواند در افزایش یا کاهش استرس او بسیار موثر باشد. از این رو علاوه بر مشاوره با کودک باید با خانواده او نیز صحبت شود و تلاش شود مشکلات این خانواده نیز تا حدی که مربوط به مدرسه می‌باشد مورد حل و فصل قرار گیرد و یا به مراکز معتبر ارجاع داده شود. به عبارتی در مسئله استرس ممکن است خانواده‌های این افراد نیز با مشکلات عدیده‌ای دست و پنجه نرم کنند از این رو توجه به خانواده‌های آنان نیز می‌تواند در حل مشکل آنان اثرگذار باشد. در سند تحول بنیادین نیز با تکیه بر این امر مهم بر ارائه خدمات مشاوره‌ای به خانواده‌ها تأکید شده است.

## ۳. تأمین و بسط عدالت در برخورداری از فرصت‌های تعلیم و تربیت

در سند تحول بنیادین مطابق راهکار ۱-۵- سند بر «تعمیم دوره پیش‌دبستانی به ویژه در مناطق محروم و نیازمند حتی الامکان با مشارکت بخش غیردولتی با تأکید بر آموزش‌های قرآنی و تربیت بدنی و اجتماعی» تأکید شده است. بر این اساس باید گفت که برخی از دانش‌آموزان که دچار استرس می‌شوند نیز در مناطقی زندگی می‌کنند که امکان دسترسی آنان به آموزش‌های لازم همانند دیگر دانش‌آموزان در شهر برقرار نمی‌باشد از این رو این کودکان به دلیل عدم آموزش با مشکلات بسیاری مواجه می‌شوند و این خود ممکن است مشکلات و آسیب‌های اجتماعی دیگری نیز پدید بیاورد. از



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

این رو باید توجه داشت که ساخت و تاسیس مدارس در مناطق محروم نظیر مناطقی که کودکان کار در آن جا زندگی می کنند دو دستاورد عمده را در پی خواهد داشت:

- ۱- شناسایی دانش آموزانی که با مشکل استرس مواجه هستند و تلاش برای ارائه خدمات مشاوره‌ای و کاستن از مشکلات آنان
- ۲- آشناسدن دانش آموزان با مفاهیم آموزشی و تربیتی و اجتماعی.

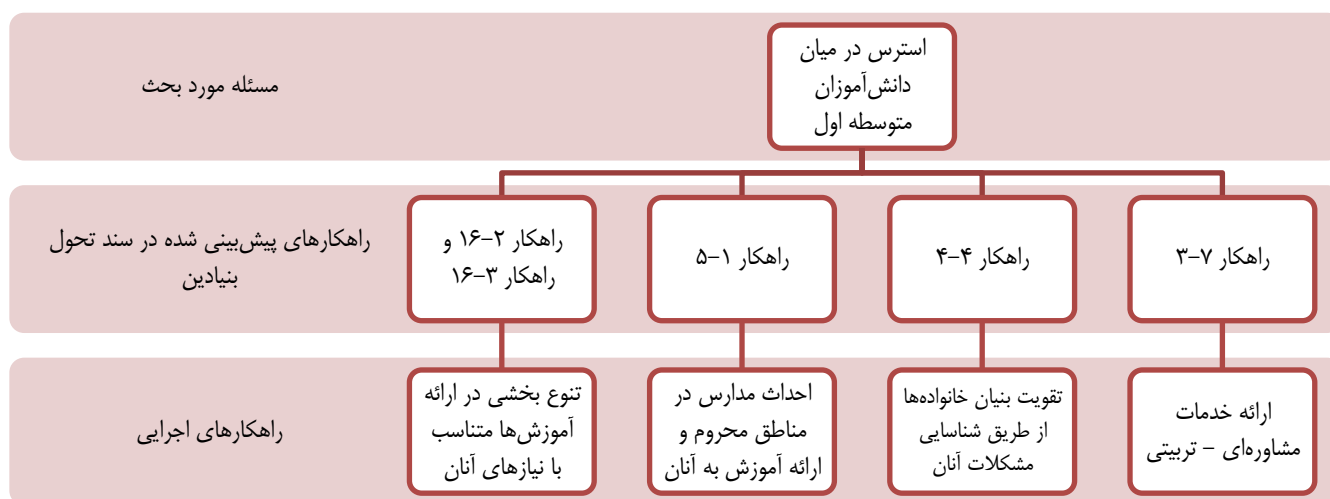
## ۴. تنوع بخشی در ارائه‌ی خدمات آموزشی و فرصت‌های تربیتی

بر اساس راهکار ۱۶ سند تحول بنیادین و راهکار ۲-۱۶- و راهکار ۳-۱۶- سند بر «رعایت اقتضات هویت جنسی (پسران و دختران) و ویژگی‌های دوران بلوغ دانش آموزان در برنامه‌های درسی و روش‌ها و برنامه‌های تربیت ضمن توجه به هویت مشترک آنان و توجه کافی به شرایط روحی دانش آموزان در سنین بلوغ و ارائه مشاوره و آموزش‌های دینی و اخلاقی متناسب با آن‌ها» تاکید شده است. از این رو باید گفت در مواجهه با کودکان که دچار استرس هستند و در سن منتهی به بلوغ قرار دارند باید سعی شود مشاوره‌های متناسب با سن آنان ارائه کرد تا ضمن آشنایی آنان با مسائل مرتبط با دوران بلوغ از مشکلات احتمالی آنان در سال‌های بلوغ جلوگیری شود.

## ۵. حمایت همه‌جانبه دیگر دستگاه‌ها

مسئله مهم در این امر اما همکاری همه دستگاه‌های مرتبط با تعلیم و تربیت در اجرای اهداف سند تحول بنیادین است، چنان که در سند آمده است «تمامی دستگاه‌ها و نهادها، به‌ویژه رسانه ملی، موظفند در چارچوب این سند، همکاری لازم با نظام تعلیم و تربیت رسمی عمومی را برای تحقق اهداف تحول بنیادین آموزش و پرورش معمول دارند.»

با توجه به این گزاره می‌توان گفت که حل مشکلات تنها به وسیله نهاد آموزش و پرورش رفع نخواهد شد. هر چند که این نهاد نقش موثری دارد اما بدون همکاری و هماهنگی دیگر دستگاه‌ها نمی‌تواند موفق شود و توجه جدی به آنان نخواهد شد. بر اساس یافته‌های پژوهش باید گفت که راهکارهای پیش‌بینی شده در سند تحول بنیادین به شرح ذیل می‌باشد:



## نتیجه‌گیری:

توجه به مسائل و مشکلات پیرامون کودکان کار در نظام آموزش و پرورش مهم و ضروری است. کودکان کار به دلیل مواجه شدن با مسائل و مشکلات متفاوت در سطح جامعه ممکن است دچار آسیب‌های اجتماعی گوناگونی گردند از این رو نظام آموزش و پرورش به‌عنوان متولی تعلیم و تربیت نقش موثری در حل مشکلات آنان و جامعه‌پذیری کودکان دارد. در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش می‌توان بر حل مشکلات کودکان نیز توجه کرد. از این رو مطابق سند تحول بنیادین توجه به منطقه محل زندگی آنان و ارائه خدمات مشاوره‌ای به آنان، تامین عدالت و احداث مدارس در مناطق محل





# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes



زندگی آنان خود نشان دهنده توجه سند تحول و نظام تعلیم و تربیت به این موضوع مهم می باشد. همچنین باید گفت که حل مشکلات کودکان کار به تنهایی و توسط نهاد آموزش و پرورش ممکن نیست بلکه اقدامی کشوری و با همکاری و مشارکت سایر دستگاه ها را طلب می نماید. تمامی دستگاه ها باید به موضوع سند تحول بنیادین و اجرایی سازی آن اهتمامی جدی ورزیده و نسبت به آن کوشا باشند. بر این اساس می توان انتظار داشت که مشکلات موجود کودکان کار با همکاری دستگاه های مرتبط با تعلیم و تربیت و تحت نظر نظام تعلیم و تربیت رسمی و از طریق مدارس کشور با همکاری مشاوران، معلمان، معاونان و خانواده های آسیب دیده قابل رفع باشد.

## منابع:

- امین جعفری، بتول؛ شفیعی، محترم (۱۳۹۶)، اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر افزایش اعتماد به نفس و کاهش استرس در دانش آموزان دختر پایه ششم دبستان‌های دولتی شهرستان نجف آباد، نشریه روانشناسی و علوم رفتاری ایران، زمستان ۱۳۹۶، شماره ۱۲، صص ۱۴۱ – ۱۲۸.
- پورصالحی، اصغر؛ میرهاشم، مالک؛ ابوالمعالی حسینی، خدیجه (۱۴۰۱)، اثربخشی آموزش مهارت‌های هیجانی – اجتماعی و مدیریت استرس بر اهمال کاری تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی، نشریه تحقیقات مدیریت آموزشی، تابستان ۱۴۰۱، شماره ۵۲، صص ۷۶ – ۵۵.
- سند تحول بنیادین آموزش و پرورش (۱۳۹۰)، شورای عالی انقلاب فرهنگی.
- نوری، ربابه؛ کلشادی، رویا؛ ضیاءالدینی، حسن (۱۳۸۹)، بررسی استرس‌های شایع دانش‌آموزان شهر تهران، مجله دانشکده پزشکی اصفهان، سال بیست و هشتم، شماره ۱۰۵، اردیبهشت ۱۳۸۹.
- یارویی، فهیمه؛ مهین دوست، زینب؛ مامی، شهرام (۱۴۰۰)، اثربخشی آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد بر مولفه‌های روانشناختی (استرس، اضطراب، افسردگی) و سبک‌های حل مسئله در دانش‌آموزان دوره متوسطه اول شهرستان سمنجن، نشریه راهبردهای آموزش در علوم پزشکی (راهبردهای آموزشی)، فروردین و اردیبهشت ۱۴۰۰، دوره چهاردهم، شماره ۱، صص ۲۲ – ۱۲.
- Davison GC, Neale JM. Abnormal psychology. 7<sup>th</sup> ed. New York: Wiley; 1998.
- De Rooij SR, Schene AH, Phillips DI, Roseboom TJ. Depression and anxiety: Associations with biological and perceived stress reactivity to a psychological stress protocol in a middle-aged population. Psychoneuroendocrinology. 2010; 35(6): 866-877.
- Ghamari F, Mohammadbeigi E, Mohammadsalehi N. [The Association between Mental Health and Demographic Factors with Educational Success in theStudents of Arak Universities]. JBUMS. 2010; 12(5): 118-124.
- Khodadadi, Mi; Daolatyar Bastani, R. [Job stress (prevention and coping)]. Tehran: Mobber Publications. 2017
- Lazarus, R.S. (1977). *Psychological stress and coping in adaptation and illness*, In S. J. Lipowshi, D.R. Likpsi, and P.C. Whybrow (Eds) , *Psychosomatic Medicine: current trends*. New York: Oxford university Press. pp.14-26.
- Loker, T., Gregson, O. *Managing Stress*. Translation: Fatemeh Ordibeheshti, Tehran: Arjomand Book in collaboration with Arjmand Publications. 2015.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons. 2014.