

چگونه توانستم مشکل وابستگی مهسا را حل کنم

How I was able to solve Mahsa's dependency problem

چکیده:

وابستگی به عنوان امری رایج در میان کودکان تلقی می‌شود اما گاهی این وابستگی بیش از حد معقول بوده به گونه ای که کودکان قادر به انجام ساده‌ترین کارهای شخصی خود به تنهایی نمی‌باشند. هدف پژوهش حاضر این است که به بررسی مشکل وابستگی یکی از دانش‌آموزان پرداخته و با استفاده از شیوه‌ی علمی اقدام پژوهی این مشکل حل شود و جهت گردآوری اطلاعات و شواهد از روش‌های مشاهده، مصاحبه، اسناد و مدارک و پرسشنامه استفاده شود. جامعه‌ی آماری این پژوهش یکی از دانش‌آموزان پایه‌ی اول دبستان شکوفه‌های انقلاب شهرستان هرسین می‌باشد.

برای حل مشکل وابستگی این دانش‌آموز، ابتدا به شناسایی و تشخیص مشکل پرداخته و سپس با تجزیه و تحلیل اطلاعات، علت اصلی این مشکل رفتارهای اشتباه خانواده‌ی او و ترس از اجتماع به دلیل آزار و تمسخر او توسط دوستانش شناخته شد. سپس برای حل آن راه‌حل‌های بهبود روابط، ایجاد نقش، حل تعارضات بین خواهر و برادر، پذیرش و تعهد، قصه خوانی، دادن مسئولیت، توجه به علایق، توجه به استعدادها، بازی درمانی را شناسایی و به مدت یک ماه توسط معلم و خانواده‌ی او اجرا شد.

پس از ارزیابی اجرای راه‌حل‌های انتخابی و مقایسه‌ی اطلاعات به دست آمده از شواهد ۱ و ۲ دریافتیم که مشکل وابستگی این دانش‌آموز تا حد زیادی کاهش یافته است.

به همکاران و والدین گرامی توصیه می‌شود که علایق کودکان را شناخته و متناسب با آن به پرورش استعدادهای کودکان بپردازند.

کلید واژه‌ها: اقدام پژوهی، وابستگی، نقاشی، بازی درمانی



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes



وزارت آموزش و تربیت
موسسه علمی آموزش و تربیت
دانشگاه هرمزگان
شماره ملی: ۰۲۱۰۹۱۶۴۲
Hormozgan University

۱) مقدمه:

اختلال شخصیت یک الگوی فراگیر (نافذ)، بادوام و غیرقابل انعطاف از تجارب درونی و رفتار بیرونی است که به طرز مشخصی با انتظارات فرهنگی از فرد تفاوت دارد و به درماندگی یا اختلال منجر می‌شود. طیف محدود تجارب و پاسخ‌های مبتلایان به این اختلالات اغلب منجر به بروز مشکلات روانشناختی اجتماعی یا شغلی می‌شود. این اختلالات معمولاً در نوجوانی یا آغاز بزرگسالی آغاز می‌شوند (یا حداقل در این سنین قابل تشخیص‌اند)، گرچه در بعضی موارد نیز اختلال در دوران کودکی شروع می‌شود. اختلال شخصیت، درماندگی و مشکلات ناشی از آن، مادام‌العمر دامن‌گیر فرد می‌شود، ولی انواع آن از نظر میزان فروپاشی زندگی فرد متفاوت است. با این حال، اختلال چه خفیف باشد و چه شدید، تمام جنبه‌های وجود فرد را متأثر می‌کند. درمان این اختلالات از دشوارترین انواع درمان‌های اختلالات روان‌شناختی است. تخمین زده می‌شود که شیوع اختلالات شخصیت در بین بزرگسالان ۴ تا ۱۵ درصد باشد (زیرمان و کوری یل، ۱۹۸۹ به نقل از امامی، فاتحی زاده و نجاریان، ۱۳۸۳).

انجمن روانپزشکی آمریکا ۱۰ نوع اختلال شخصیت تعریف کرده و آن‌ها را در ۳ طبقه قرار می‌دهد. طبقه اول با «رفتار عجیب و غریب» مشخص شده و مرکب از اختلالات شخصیت پارانوئید، اسکیزوئید و اسکیزوتایپال است. طبقه دوم، که با رفتار «هیجانی و نمایشی» مشخص شده، مرکب از اختلالات شخصیت ضداجتماعی، نمایشی، مرزی و خودشیفته است. طبقه سوم، که با «رفتار اضطرابی» مشخص می‌شود، شامل اختلالات شخصیت اجتنابی، وابسته و سواسی-جبری است (به نقل از امامی و همکاران، ۱۳۸۳).

وابستگی در کودکان امری رایج می‌باشد، چرا که به دلیل توانایی‌های کم برای انجام کارها، در اغلب امور به خانواده‌ی خود وابسته می‌باشند. گاهی برخی از کودکان به شکل غیرطبیعی یا بیش از حد به والدین خود وابسته می‌شوند. به طوری که برای جدایی از آن‌ها دچار اضطراب شدیدی می‌شوند. کودکان مبتلا به اختلال شخصیت وابسته گاهی به دلیل حس ناکارآمدی و بی‌کفایتی خود و گاهی نیز به دلیل خطرناک بودن و ناامن دیدن دنیا دچار اضطراب ناشی از جدایی برای حضور مستقل در محیط‌های اطراف خود می‌شوند و به دنبال تکیه‌گاهی برای خود می‌باشند.

اختلال شخصیت وابسته، ریشه‌های تاریخی‌ای دارد که بسیار پیش‌تر از کتاب مهم و تاثیرگذار راهنمای اختلالات روانی هستند، این اختلال در گذشته به عنوان یک تظاهر کژکاری مورد بحث قرار می‌گرفت که منشا آن در مرحله دهانی رشدی فروید عنوان می‌شده است. از لحاظ ریشه‌های تاریخی، اختلال شخصیت وابسته متعاقباً طی چندین نسخه در کتاب راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی یا DSM که توسط انجمن روانپزشکی آمریکا تهیه شده، تکامل یافته است. این کتاب مهم و تاثیرگذار که در سال ۱۹۵۲ منتشر شد، شامل دسته مجزایی برای این اختلال نبود. تنها اشاره‌ای که در این مجلد به وابستگی افراطی شد، ذکر یک زیرگروه شخصیت منفعل-پرخاشگر بنام شخصیت منفعل-پرخاشگر، از نوع منفعل-وابسته بود. در ویرایش دوم این کتاب که در سال ۱۹۶۸ منتشر شد نیز همچنان از هرگونه اشاره‌ای به یک اختلال شخصیت مبتنی بر وابستگی خودداری شد. در نسخه‌ی سوم که در سال ۱۹۸۰ منتشر شد، اولین نسخه‌ای بود که در آن اختلالات شخصیت در محور دوم قرار گرفتند و همچنین این ویرایش، اولین نسخه‌ای به شمار می‌رفت که در آن اختلال شخصیت وابسته به عنوان اختلالی مجزا مطرح شده بود. طبق این



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

نسخه، افراد مبتلا به این اختلال مسئولیت تصمیمات مهم زندگی خود را به دیگران محول می‌کنند و نیازهایشان تابع نیازهای اشخاصی است که به آن‌ها وابسته‌اند. هم چنین این افراد فاقد اعتماد به نفس می‌باشند. در گذار از نسخه سوم راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی به نسخه بازنگری شده این کتاب که در سال ۱۹۸۷ منتشر شد، تغییرات قابل ملاحظه‌ای صورت گرفت؛ که از همه مهم‌تر می‌توان بدین موضوع اشاره کرد که ملاک‌ها تا حد زیادی در این نسخه گسترش یافتند. این کار مفهوم‌پردازی گسترده‌تری را در خصوص رفتارها و هیجانات مختلفی که در این اختلال برجسته هستند، را ممکن ساخت. به علاوه، ملاک اصلی قبلی، یعنی فقدان اعتماد به نفس، از میان ملاک‌های فهرست شده حذف شد. در این جلد، مشخصه اصلی اختلال شخصیت وابسته یک الگوی فراگیر رفتار مطیع و وابسته، که در اوایل بزرگسالی آغاز شده و در شرایط و محیط‌های مختلف وجود دارد بود. در نسخه‌های چهارم و پنجم این کتاب تغییرات قابل ملاحظه‌ای صورت نگرفت (رشن و همکاران، ۱۳۹۶).

بیماری‌های روانی مانند اختلال شخصیت وابسته امروزه شیوع بیشتری نسبت به گذشته پیدا کرده است، اکثراً علت دقیقی جز ترومای کودکی و ژنتیک ندارند. اگر این اختلال به موقع درمان نشود، به مرور زمان منجر به مشکلات حادثتری مانند اختلال شخصیت دو قطبی، افسردگی، اعتیاد، انواع جرایم اجتماعی و... می‌شود. بنابراین با شناخت این اختلال و راه‌های درمانی آن می‌توان آن را به موقع تشخیص و از آسیب‌های آن در بزرگسالی جلوگیری و آن را درمان کرد.

اینجانب کوثر حیدری، دانشجوی ترم ۶ دوره‌ی کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان کرمانشاه هستم. مدرسه‌ی محل کارورزی بنده واقع در شهرستان هرسین استان کرمانشاه است که ۳۲۵ دانش‌آموز در ۶ پایه را دارد. در پایه‌ی اول با دانش‌آموزی مواجه شدم که به شدت به خانواده‌ی خود وابسته بود. تصمیم دارم که به روش اقدام پژوهی مشکل او را شناخته و سپس اقدام به درمان او کنم.

۲-۲ توصیف وضعیت موجود و بیان مسئله:

اینجانب کوثر حیدری دانشجوی ترم ۶ کارورزی رشته‌ی آموزش ابتدایی، کارورزی ۲۰۱ خود را در دبستان شکوفه‌های انقلاب شهرستان هرسین استان کرمانشاه گذراندم. این مدرسه با زیر بنای ۱۵۰۰ متر مربع در کوچه‌ی کتابخانه قرار دارد که در سال ۱۳۷۰ تاسیس شده است. ظرفیت این مدرسه ۳۵۰ نفر و دارای ۱۲ کلاس درس، آزمایشگاه، کتابخانه، آبدارخانه است. به طور میانگین ظرفیت هر کلاس ۲۷ نفر می‌باشد.

واحد کارورزی را هنگامی شروع کردم که تقریباً یک سال و شش ماه از شیوع ویروس کرونا گذشته بود. آموزش به صورت نیمه حضوری در بعضی مناطق در حال برگزاری بود. مدارس سه روز در هفته به روی دانش‌آموزان باز بود و باقی روزها، آموزش به صورت مجازی ادامه می‌یافت. کلاسی که من در حال گذراندن کارورزی هستم، ۲۸ دانش‌آموز پایه‌ی اول دارد؛ کلاس دارای ۱۵ میز و ۳۰ صندلی است که در سه ردیف چیده شده‌اند. میز معلم روی سکو، کنار تخته قرار گرفته‌است.

در طی دوران کارورزی که به مدرسه می‌رفتم و در سامانه‌ی شاد نیز حضور داشتم، در همان روزهای اول ورودم به کلاس و مشاهده تدریس معلم و رفتار دانش‌آموزان، مسئله‌ای نظر من را به خود جلب کرد. دانش‌آموزی همراه با یک دختر جوان در نیمکت آخر ردیف سمت چپ نشسته بود. پس از پایان کلاس فهمیدم که نام آن دانش‌آموز مهسا

است. هنگامی که نام مهسا را از خود او پرسیدم قبل از اینکه پاسخی بدهد، همان دختر جوان که خواهر مهسا بود، نام او را گفت و از مهسا می‌خواست که با من حرف بزند، اما مهسا دست‌های خواهرش را محکم گرفته بود و پس از این که خواهرش چند بار تاکید کرد که با من حرف بزند، آرام و زیر لب پاسخ‌هایی که خواهرش می‌گفت را تکرار می‌کرد. پس از آن به دقت به رفتار مهسا با دیگران و بالعکس توجه می‌کردم. همان طور که مشاهده نمودم خواهر مهسا همواره در تمامی کلاس‌ها در کنار مهسا بود و مهسا اجازه نمی‌داد که حتی برای یک لحظه خواهرش او را تنها بگذارد و برای کوچک‌ترین کارهای خود از خواهرش کمک می‌گرفت. معلم در حین تدریس خود از دانش‌آموزان سوالاتی می‌پرسید و خواهر مهسا خیلی آرام پاسخ‌ها را برای مهسا می‌گفت و او را تشویق می‌کرد که با صدای بلند پاسخ را بگوید و گاهی اوقات نیز مهسا از خواهرش تبعیت می‌کرد و پاسخ‌ها را می‌گفت. سپس معلم او را تشویق و از دیگر دانش‌آموزان می‌خواست که مهسا را تشویق کنند. هنگامی که کلاس‌ها تمام می‌شد معلم همواره با لحن مهربانی به مهسا تذکر می‌داد که باید تنها در کلاس درس بیاید و خواهرش حق ورود به کلاس را ندارد اما مهسا گریه می‌کرد و به اصرار خواهر مهسا معلم دوباره اجازه می‌داد که سر کلاس‌ها حضور یابد. در زنگ‌های تفریح خواهر مهسا از دیگر دانش‌آموزان می‌خواست که با مهسا بازی کنند و او را تشویق به مدرسه آمدن کنند. دیگر دانش‌آموزان نیز همین کار را انجام می‌دادند اما مهسا فقط هنگامی که خواهرش کنارش بود با آن‌ها بازی می‌کرد و حرف می‌زد. در صورتی که خواهرش نبود، فقط گریه می‌کرد و با کسی رابطه‌ای برقرار نمی‌کرد. حتی در هنگام خوردن تغذیه، خواهرش برای او خوراکی‌هایی که می‌خواست را تهیه می‌کرد. در زنگ‌های ورزش با وسایل ورزشی بازی نمی‌کرد و از خواهرش می‌خواست که برای او وسایل ورزشی را بیاورد و از دیگر دانش‌آموزان بخواهد که با او بازی کنند.

معلم تلاش کرد که به شیوه‌های معمول مانند تذکر، توصیه، گفت‌وگو، تشویق مشکل مهسا را حل کند، اما وضعیت مهسا تغییری نکرد. من تصمیم گرفتم با کمک‌های معلم راهنما مشکل وابستگی مهسا را از طریق اقدام پژوهی حل کنم، چرا که اگر این مشکل حل نشود، در آینده مهسا با مشکلات گوناگونی مواجه خواهد شد و برای انجام ساده‌ترین کارهای خود به دیگران وابسته و در برقراری ارتباط با دیگران و محیط اطراف خود دچار مشکل خواهد شد. بنابراین هدف این پژوهش شناسایی و حل مشکل وابستگی مهسا می‌باشد و درصدد آن هستم که به این سوال پاسخ دهم " چگونه می‌توانم مشکل وابستگی مهسا را حل کنم؟"

۳) ۳_ گردآوری اطلاعات (شواهد ۱)

در قسمت قبلی با مشاهده رفتارهای مهسا، به توصیف مسئله‌ی وابستگی او پرداختم. در این قسمت با کمک ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات و داده‌ها مانند: مشاهده، مصاحبه و اسناد و مدارک برای تبیین دقیق‌تر مسئله پردازم.

(a) ۱_۳ مشاهده:

یکی از روش‌های مستقیم برای جمع‌آوری اطلاعات، مشاهده می‌باشد. مشاهده یک روش اساسی برای جمع‌آوری داده‌های کیفی است که با کمک آن، می‌توان به درک بهتری از وضعیت موجود رسید. زمانی که متوجه رفتار غیر عادی مهسا و وابستگی بیش از حد او شدم، تصمیم گرفتم که به مدت یک ماه، به صورت دقیق و هدفمند، رفتار او را مورد مشاهده قرار دهم.

مهسا همواره کنار خواهرش می نشست و از نشستن در کنار دیگر دوستان خود امتناع می ورزید. همواره نگاهش به خواهرش بود و خیلی کم حرف می زد. هنگام حرف زدن یا زمان استراحت در کلاس با انگشتان خود بازی می کرد. اغلب موارد تکالیف و کارهای شخصی اش را به کمک خواهرش انجام می داد. از حضور در کلاس یا جمع های دوستانه ای که خواهرش نبود، فرار می کرد. در زنگ های تفریح خیلی کم با دوستانش بازی می کرد و مدام می ترسید که خواهرش او را تنها رها کند. اگر برای لحظه ای خواهرش او را تنها می گذاشت، بغض می کرد و گریه اش بند نمی آمد. هنگام پاسخ دادن به سوالات معلم به اجبار خواهرش به سوالات پاسخ می داد و گاهی آنقدر با صدای آرام حرف می زد که هیچکس جواب او را نمی شنید و خواهرش دوباره به او تذکر می داد که با صدای بلندتری پاسخ دهد.

ایام هفته	فراوانی رفتار	پاسخ ندادن به سوال معلم	عدم انجام تکالیف کلاسی به تنهایی	ناراحت شدن و گریه کردن	بازی کردن با انگشتان خود	عدم شرکت در بازی هنگام زنگ های تفریح
اول	تعداد	۷	۹	۸	۱۵	۱۲
	درصد	۱۳/۷	۱۷/۶	۱۷/۰۲	۲۹/۴	۲۳/۵
دوم	تعداد	۵	۱۱	۱۱	۱۷	۱۰
	درصد	۹/۲	۲۰/۳	۲۰/۳	۳۱/۴	۱۸/۵

۱۳	۱۴	۹	۱۲	۶	تعداد	سوم
۲۴/۰۷	۲۵/۹	۱۶/۶	۲۲/۲	۱۱/۱	درصد	
۱۴	۱۶	۱۳	۸	۴	تعداد	چهارم
۲۵/۴	۲۹/۰۹	۲۳/۶	۱۴/۵	۷/۲	درصد	
۴۹	۶۲	۴۱	۴۰	۲۲	تعداد	فراوانی رفتار در ماه
۲۲/۸	۲۸/۹	۱۹/۱	۱۸/۶	۱۰/۲	درصد	

(b) ۲_۳ مصاحبه

یکی دیگر از روش‌های جمع‌آوری اطلاعات مصاحبه می‌باشد. مصاحبه با خود دانش‌آموز و افرادی که با او در ارتباط هستند، باعث می‌شود که چگونگی و علت وابستگی مهسا را دقیق‌تر مورد بررسی قرار دهیم؛ چراکه اطرافیان مهسا شناخت بیشتری نسبت به او دارند.

(i) ۱_۲_۳ مصاحبه با خواهر دانش‌آموز:

از آنجایی که خواهر مهسا همواره با او بود بنابراین ایشان را به عنوان اولین شخص برای مصاحبه در نظر گرفتیم. پس از احوال‌پرسی با خواهر مهسا به مصاحبه با او پرداختیم و متوجه شدیم که مهسا یک برادر دارد که از او بزرگ‌تر است و مریض است. اکثر مواقع در خانه مهسا در حال مشاجره با برادرش است. از آنجایی که برادر مهسا مریض است، نمی‌تواند که مهسا را درک کند و با او بازی کند و همین باعث ناراحت شدن مهسا می‌شود و از طرفی هم به مهسا برای انجام هر کاری خیلی تذکر می‌دهد و او را می‌ترساند. به همین دلایل مهسا و برادرش همواره در حال بحث می‌باشند.

پس از اینکه از خواهر مهسا پرسیدیم یعنی مهسا در خانه کم حرف نیست؟ ایشان جواب دادند که خیر. مهسا بسیار بچه‌ای پر جنب و جوش است اما در محیط‌های خارج از خانه که برای او تازگی دارد، بسیار کم حرف و آرام است و همواره باید یکی از اعضای خانواده در محیط‌های خارج از خانه همراه او باشند مگر نه حاضر به حضور در آن محیط‌ها



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

نیست. البته که پس از مدتی که با آن محیط در ارتباط باشد، فعالیتش بیشتر می‌شود ولی باز هم باید یکی از اعضای خانواده کنار او باشد.

از خواهر مهسا پرسیدم که به نظر ایشان دلیل این وابستگی مهسا چیست؟ خواهر مهسا جواب داد که دلیل وابستگی مهسا هم به دلیل برادرش است هم مادرش. برادر مهسا همواره مهسا را از انجام هر کاری می‌ترساند و مادرش هم که ثانیه ای او را تنها نمی‌گذارد و اجازه مستقل بودن را به مهسا نمی‌دهد. همواره کنارش است و مراقبت بیش از حد مادرش موجب این وابستگی شده است.

(ii) ۲_۲_۳ مصاحبه با مادر دانش آموز:

پس از خواهر مهسا با توجه به حرفهای ایشان، به نظرم مصاحبه با برادر و مادرش مهم بود. به همین دلیل با کسب اجازه از خواهر مهسا راهی خانه‌ی آنها شدم اما برادر مهسا حاضر به انجام مصاحبه نشد ولی مادر مهسا به درخواست بنده احترام گذاشته و پذیرفتند.

پس از مصاحبه با مادر او متوجه شدم که ایشان پس از آن که خواهر و برادر مهسا را به دنیا آورده‌اند برای مدت طولانی بچه‌دار نشده‌اند و مهسا که فرزند آخر خانواده است، برای ایشان خیلی عزیز است و تحمل دیدن ناراحتی و گریه کردنش را ندارند. در میان صحبت‌های ایشان فهمیدم که مهسا تا چهار سالگی از شیر مادر تغذیه کرده چرا که مادر او تحمل ناراحت بودن مهسا را نداشته است. مادر مهسا همواره مراقب مهسا می‌باشند تا مبادا خطری او را تهدید کند. از طرفی چون که برادر مهسا مریض است، می‌ترسند که اتفاقی برای مهسا پیش نیاید و مانند برادرش مریض نشود. مادر مهسا به او خیلی وابسته و برای او بسیار نگران است. به گفته‌ی مادر مهسا هنگامی که او برای بازی به کوچه می‌رود، مورد آزار و تمسخر بچه‌های همسایه قرار می‌گیرد و به همین خاطر مادر مهسا حاضر به تنها گذاشتنش نمی‌شوند و اجازه نمی‌دهند که مهسا به تنهایی در محیط‌های بیرون مانند کوچه بازی کند.

از مادر مهسا پرسیدم که به نظر شما علت این که مهسا حاضر نیست به تنهایی در مدرسه باشد، در چیست؟ ایشان جواب دادند که شاید چون دوستانش در کوچه او را اذیت کرده‌اند می‌ترسد که دانش‌آموزان مدرسه نیز او را مورد آزار قرار داده و مسخره کنند.

(iii) ۳_۲_۳ مصاحبه با معلم دانش آموز:

پس از مصاحبه با خانواده‌ی مهسا، به مصاحبه با معلم او پرداختم تا بتوانم اطلاعات بیشتری را درباره‌ی مهسا کسب کنم. معلم او می‌گفت که علی‌رغم تذکرات مکرر من مهسا حاضر به حضور در کلاس به تنهایی نشده و حتی از شیوه‌های تشویق نیز استفاده کرده اما فایده‌ای نداشته است. مهسا همواره با خواهرش است و اگر از او دور شود شروع به گریه کردن می‌کند. حتی جواب سوالاتم را زمانی می‌دهد که خواهرش از او بخواهد.

از ایشان پرسیدم که به نظرشان دلیل این وابستگی در چیست؟ معلم مهسا پاسخ داد که به نظرم مقصر خانواده‌ی او و خواهرش است چرا که هیچ‌گاه مهسا را تنها نمی‌گذارند. هرچند که مهسا گریه می‌کند اما گاهی باید اجازه دهند که گریه کند تا به نبود آنها عادت کند.



(iv) ۴_۲_۳ مصاحبه با همکلاسی‌های دانش آموز:

با اینکه ارتباط مهسا با هم کلاسی‌هایش خیلی کم بود اما برای اینکه بتوانم از دید همسن‌های او، رفتار او را بررسی کنم به مصاحبه با چند نفر از آن‌ها پرداختم. هم کلاسی‌های او می‌گفتند که مهسا خیلی کم با آن‌ها حرف می‌زند و بازی می‌کند. گاهی به اصرار خواهر مهسا، می‌روند تا با او بازی کنند اما مهسا کمی پس از بازی قهر می‌کند؛ چون که می‌خواهد در حین بازی همه از او تبعیت کنند و اگر کسی به او حرفی بزند، سریع می‌رود و به خواهرش می‌گوید. به گفته‌ی آن‌ها مهسا بسیار روحیه‌ی حساسی دارد و وابسته‌ی خواهرش است.

(v) ۵_۲_۳ مصاحبه با خود دانش آموز:

حال که از همه مصاحبه کرده بودم و تقریباً با اخلاقیات و روحیات مهسا آشنا شده بودم خواستم که با خود او مصاحبه کنم تا دلیل وابستگی‌اش را از خود او بی‌روسم. ارتباط و مصاحبه با مهسا کار سختی بود چون او از حرف زدن با من فرار می‌کرد. پس از چندین بار نزدیک شدن به او کارهای مختلفی مثل دادن جایزه به او، کشیدن نقاشی با او و... موفق شدم که با او ارتباط برقرار کنم. او به سوالات من کوتاه پاسخ می‌داد. وقتی که از او خواستم تنهایی با او حرف بزنم قبول نکرد و دست‌ان خواهرش را محکم گرفت. پس از کمی حرف زدن از برنامه کودک‌های مورد علاقه‌اش او را به سمت اینکه چرا تنها به مدرسه‌اش نمی‌آید، پرسیدم که متوجه ترس او در جمع شدم، که ظاهراً دلیل این ترسش این است که از اینکه مورد آزار دانش‌آموزان قرار می‌گیرد، هراسان است. همچنین از میان حرف‌های مهسا متوجه تهدیدهای مادر مهسا شدم. مهسا از آدم‌زدن‌هایی صحبت می‌کرد که مادرش برایش توضیح داده بود و ممکن است اگر او نیز تنها شود، آدم‌زدها او را می‌برند. همچنین هنگامی که از مهسا خواستم داستانی را برایم تعریف کند، قصه‌ی خرسی را تعریف کرد که بچه‌های همسایه را خورده است که این داستان را برادرش برای او تعریف کرده بود.

(c) ۳_۳ اسناد و مدارک

پوشه کار عبارت است از مجموعه‌ای از نمونه کارهای دانش‌آموزان که در جریان یادگیری، به صورت هدفمند جمع‌آوری، آگاهانه انتخاب و منظم سازماندهی شده است. این پوشه بیانگر میزان تلاش، پیشرفت و موفقیت دانش‌آموزان است و همچون آلبومی تصاویر مختلف مسیر رشد، دانستن، توانستن و به کار بستن دانش‌آموز را در مراحل مختلف فرآیند یاددهی - یادگیری به نمایش می‌گذارد. پوشه کار به معلم، دانش‌آموز و والدین اطلاعات ارزشمندی را هنگام بررسی و مشاهده آن ارائه می‌دهد تا بر اساس آن تلاش، فعالیت و اقدامات بعدی خود را برنامه‌ریزی کنند. افراد مبتلا به اختلال شخصیت وابسته نیاز مفرط دارند که دیگران به او رسیدگی کنند و این باعث می‌شود که رفتار مطیعانه و چسبنده در پیش گیرند و از جدا شدن بترسند، این نیاز به وابستگی در شرایط و موقعیت‌های مختلف ضرور دارد، به عنوان مثال فرد در تصمیم‌گیری‌های روزمره به توصیه و دلگرمی دیگران به شدت نیاز دارد، به دیگران نیاز دارد تا مسئولیت اکثر زمینه‌های زندگی او را بر عهده بگیرند. نمی‌تواند مخالفت خود را با دیگران اعلام کند زیرا می‌ترسد حمایت یا تایید آن‌ها را از دست بدهد. نمی‌تواند برای انجام دادن پروژه‌ها پیش‌قدم شود یا به تنهایی کاری



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

انجام دهد. وقتی تنها می شود احساس معذب بودن یا درماندگی می کند، زیرا به شدت می ترسد که نتواند از عهدهی مراقبت از خودش برآید. این افراد به طرز غیرمنطقی و غیرواقع بینانه می ترسند تنها بمانند و مجبور شوند به تنهایی از خودشان مراقبت به عمل آورند (مولایی، جانی، حامدی، قوجه بیگلو، ۱۳۹۳).

طبق گفته های مدیر، مهسا که پایه ی اول می باشد پوشه کار ندارد اما اسناد و مدارک مربوط به سنجش او را در اختیار من گذاشتند؛ همچنین اطلاعاتی را که مربی پیش دبستانی مهسا از دانش آموزان تهیه کرده بودند، به من تحویل دادند. با مطالعه ی آنها، مشاهده کردم که بیشتر روزهای پیش دبستانی مهسا غیبت کرده و در روزهایی هم که حضور یافته با خواهر خود بوده است. طبق اطلاعات مربوط به سنجش او، از هوش طبیعی برخوردار است.

۴) ۴_ تجزیه و تحلیل اطلاعات و داده ها

در قسمت قبل به جمع آوری اطلاعات پرداختم. در قسمت تجزیه و تحلیل داده ها، اطلاعات و داده های جمع آوری شده مورد تجزیه و تحلیل قرار داده تا چگونگی و علت وابستگی مهسا را دقیق تر، تبیین کنم. طبق بررسی های انجام شده و نتایج به دست آمده در رابطه با مشکل مهسا، بازی کردن با انگشتان دست ۲۸/۹ را به خود اختصاص داده بود که بیشترین میزان را در این بررسی ها داشت. هنگامی که مهسا شروع به حرف زدن می کرد، مدام با انگشتان خود بازی می کرد. عدم شرکت در بازی ها هنگام زنگ تفریح ۲۲/۸ درصد بود. مهسا خیلی کم در بازی ها شرکت می کرد و هنگامی که در بازی شرکت می کرد پس از مدت کوتاهی از کوچک ترین حرفی که همکلاسی هایش به او می گفتند ناراحت شده و به کنار خواهر خود می رفت. اگر کسی به خاطر وجود خواهرش او را سرزنش می کرد سریع بغض کرده و گریه می کرد. ناراحت شدن و گریه کردن ۱۹/۱ درصد از رفتار او را تشکیل می داد. او اکثر مواقع به هنگام انجام تکالیف کلاسی و پاسخ دادن به سوالات معلم از خواهر خود کمک می گرفت. عدم انجام تکالیف کلاسی ۱۸/۶ و پاسخ ندادن به پرسش های معلم ۱۰/۲ درصد از رفتارهای مهسا را به خود اختصاص داده بودند.

به این ترتیب می توان گفت که مهم ترین نشانه های وابستگی در مهسا عبارتند از: بازی کردن با انگشتان دست، عدم شرکت در بازی هنگام زنگ تفریح، ناراحت شدن و گریه کردن، عدم انجام تکالیف کلاسی به تنهایی، پاسخ ندادن به پرسش های معلم.

(a) الف) روش شش پرسش

۱. برادر مهسا که همواره در حال مشاجره با اوست و او را برای موضوعات مختلف می ترساند.

۲. وابستگی فراوان و نگرانی بیش از حد مادر مهسا به او

۳. مورد آزار و تمسخر قرار گرفتن مهسا توسط بچه های همسایه

۴. کمک بیش از حد خواهر مهسا برای انجام تکالیف و کارهای شخصی او

۵. تعریف قصه های نامناسب برای مهسا

۶. شیر خوردن مهسا تا ۴ سالگی

چرا مهسا به خانواده اش وابسته است؟

چگونه به این یافته‌ها
رسیدیم؟

۱. از طریق مشاهده دقیق رفتار مهسا در محیط مدرسه
۲. مصاحبه با خواهر مهسا
۳. مصاحبه با مادر مهسا
۴. مصاحبه با معلم مهسا
۵. مصاحبه با هم‌کلاسی‌های مهسا
۶. مصاحبه با خود مهسا

چه کسانی درگیر مساله
هستند؟

۱. مهسا
۲. خانواده مهسا
۳. معلم
۴. کارورز

از آن جایی که مهسا در عدم حضور خانواده‌اش نمی‌تواند در محیط جدیدی حضور یابد و توانایی انجام کارهای خود را به تنهایی ندارد، سبب شد که به دنبال ریشه‌یابی و یافتن راه‌حل برای آن پردازم. اگر مشکل وابستگی مهسا حل نشود، او نمی‌تواند در محیط‌های مختلف حضور یابد و برای انجام کوچک‌ترین کارهای خود به مشکل خورده و حتی توانایی تصمیم‌گیری درست را در موقعیت‌های گوناگون از دست می‌دهد و بدین ترتیب در بزرگسالی با مشکلات گوناگونی مانند عدم یافتن شغل مناسب، عدم استقلال در زمینه‌های مختلف و در موارد حادتر اعتیاد، اختلال شخصیت دوقطبی و... مواجه می‌شود.

چه چیزی سبب
این نگرانی شد؟

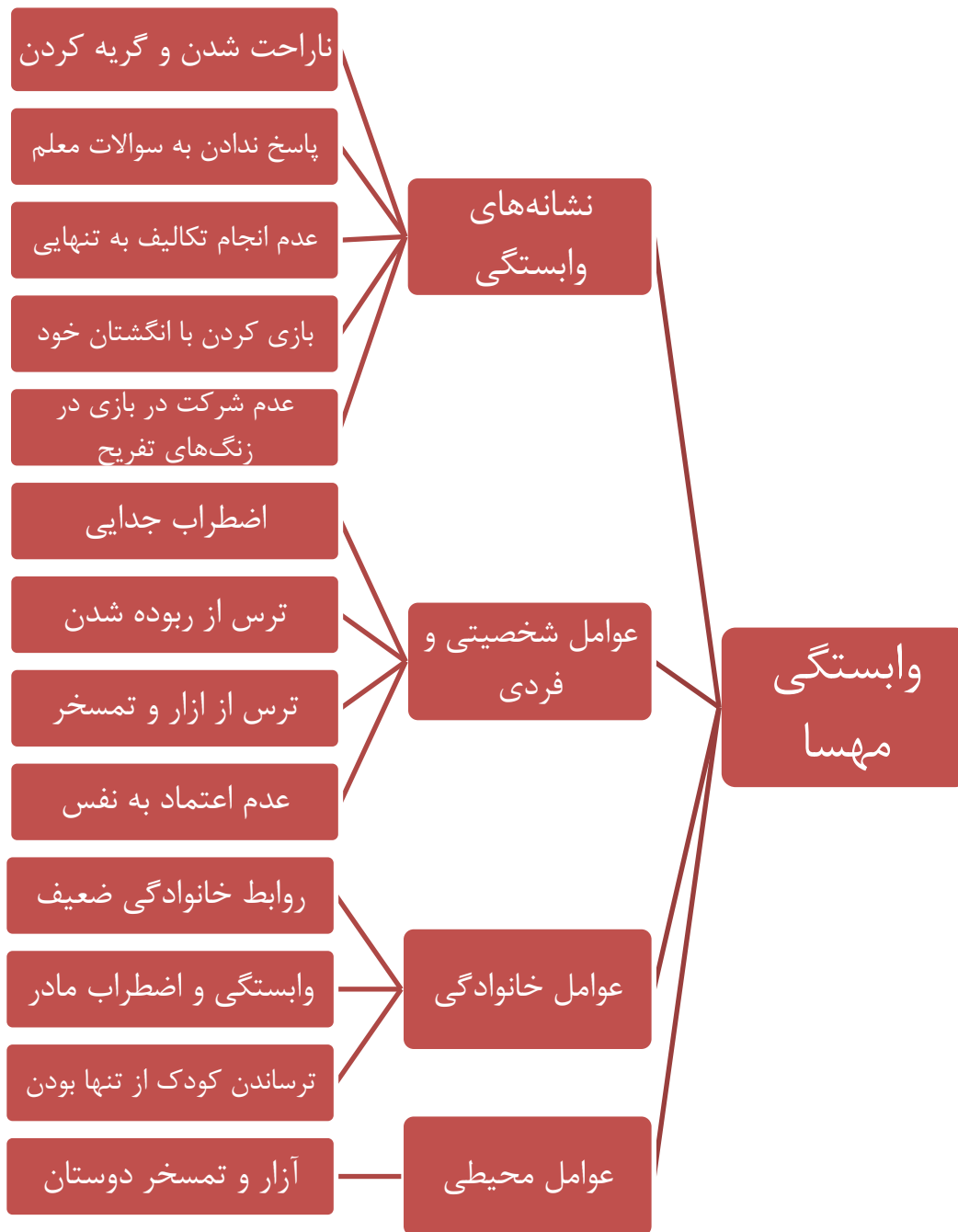
همیشه وقتی که مهسا از
خانواده‌اش دور می‌شود

چه زمانی روی می‌دهد؟

استان کرمانشاه، شهرستان
هرسین، شهرک باهنر

کجا زندگی می کند؟

(b) روش ترسیم مفاهیم



بر اساس اطلاعات جمع‌آوری شده از منابع معتبر و تجزیه و تحلیل اطلاعات و داده‌ها با دو شیوه‌ی شش پرسش و ترسیم مفاهیم، مشکل اصلی مهسا، وابستگی می‌باشد که مهم‌ترین علل آن عبارت است از:

الف) عوامل شخصیتی و فردی: اضطراب اجتماعی، ترس از رבוده شدن، ترس از مورد تمسخر و آزار قرار گرفتن، عدم اعتماد به نفس.



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes



وزارت آموزش و تربیت
انستیتو ملی تحقیقات و برنامه‌ریزی آموزشی
دانشگاه هرمزگان
شماره ملی: ۰۷۶۳۰۱۵۰۱۳۰۱۵

ب) عوامل خانوادگی: روابط خانوادگی ضعیف، وابستگی و اضطراب مادر، ترساندن کودک از تنها بودن.

ج) عوامل محیطی: آزار و تمسخر دوستان

۵) انتخاب راه حل و اعتبار بخشی به آن‌ها

با توجه به اینکه در بخش قبل یعنی تجزیه و تحلیل داده‌ها دلایل مشکل وابستگی مهسا مشخص شد؛ حال با توجه به منابع معتبر و دیدگاه صاحب نظران و افراد باتجربه، روش‌ها و راه‌حل‌های مناسب برای حل مشکل مهسا انتخاب می‌کنیم:

در مراجعه به منابع علمی معتبر، مقالات، کتب مختلف، دیدگاه صاحب نظران و افراد باتجربه روش‌های زیر برای حل اختلال وابستگی ارائه شده است:

۱) بهبود روابط مادر و کودک (خداپناهی، قنبری، نادعلی و موسوی، ۱۳۹۱)

۲) ایجاد نقش‌ها و قواعد متناسب با سن کودک از سوی مادر برای رشد عاطفی کودک (امامی، نوری، ملک‌پور و عابدی، ۱۳۸۹)

۳) استفاده از روش چشم انداز زمان برای بهبود روابط بین کودک و مادر (قاسمی‌زاده، شاملی، هادیان‌فرد، ۱۴۰۰)

۴) آموزش گروهی والدین مبتنی بر فرزندپروری مثبت با توجه به فرهنگ ایرانی (ناظمیان و شمس، ۱۳۹۵)

۵) آموزش بهداشت روانی مادر و کودک (عادل، بساک‌نژاد و حمید، ۱۳۹۷)

۶) خانواده درمانی ساختاری با تکالیف عملی و آموزش روش‌های موثر در حل تعارضات بین اعضای خانواده در جلسات مشاوره (موسوی، مرادی و مهدوی، ۱۳۸۴)

۷) بهبود کیفیت رابطه‌ی خواهر و برادری به وسیله‌ی تعاملات مداوم مثبت (جانباز، خانزاده و ابوالقاسمی، ۱۳۹۷)

۸) مشاوره‌ی گروهی برای حل تعارضات بین برادران و خواهران (شهیدی، حسینیان، سنایی‌ذاکر و اعتماد، ۱۳۸۶)

۹) استفاده از روش گره‌ی سازگار برای کاهش ترس (یعقوبی، رشید و بیات، ۱۴۰۰)

۱۰) دارو درمانی با داروی متیل فنیدات برای کاهش اضطراب (صراف، یوسفی، مجلسی و نوری، ۱۳۹۴)

۱۱) استفاده از تن آرامی به صورت گروهی در قالب بازی (تشکری، کاظمی و هاشمی‌آذر، ۱۳۹۵)

۱۲) درمان مبتنی بر آموزش و تعهد با آموزش تفکر و سبک‌های سالم و تعدیل احساسات نامطلوب (شانن، ۲۰۱۲ به نقل از احمدوند و کهنعلی، ۱۳۹۶)

۱۳) قصه خواندن به صورت تعاملات گروهی برای افزایش مهارت‌های اجتماعی (مکارم‌نسب، یارمحمدیان و قمرانی، ۱۳۹۶ به نقل از کریمیایی و فردوسی‌پور، ۱۴۰۰)

۱۴) کشیدن نقاشی و طراحی برای بیان افکار و نیازهای درونی (رابین، ۲۰۰۹ به نقل از کریمیایی و فردوسی‌پور، ۱۴۰۰)

۱۵) استفاده از روش مداخله‌ای مربی‌گری رفتار و هدایت از طریق مدل‌سازی (محمدپورو اسماعیل‌پور، ۱۳۹۵)

۱۶) فیلم درمانی با استفاده از انیمیشن درون و برون برای مرور تجارب اضطراب‌آور و روبه‌رو شدن با هیجانات منفی (حاجی‌اربابی، حسینی‌تازیک و صفاریان، ۱۳۹۹)

۱۷) استفاده از بازی‌های درمانی دلبستگی محور با ابزارهای نوین پسخوراند ویدیویی (موسوی، مظاهری، پاکدامن و حیدری، ۱۳۹۲)



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes



- ۱۸) وفق دادن کودک با تغییر شرایط از طریق آموزش (بهارلو و هاشمی، ۱۳۹۸)
۱۹) دادن مسئولیت‌های مختلف در حد توان کودک (بهارلو و هاشمی، ۱۳۹۸)
۲۰) اهمیت دادن به علایق و نظریات کودک (بهارلو و هاشمی، ۱۳۹۸)
۲۱) پرورش استعداد و توانایی‌های بالقوه در کودک (رنجبر، ۱۳۹۲)
۲۲) بازی درمانی مبتنی بر روابط مادر و کودک (اردکانی و پورنعمت، ۱۳۹۴)
۲۳) درمان شناختی مبتنی بر برنامه Coping Cat بر پایه‌ی ویژگی‌های بالینی و شرایط فرهنگی (ضرغامی، حیدری نسب، شعیری و شهرپور، ۱۳۹۴)

طی جلسه‌ای که با حضور معلم راهنما، مدیر مدرسه، اولیای دانش‌آموز، مشاور مدرسه و استاد روانشناسی خود (دکتر ویسانی) تشکیل شد، راه‌حل‌های شماره‌ی ۱ (بهبود روابط)، ۲ (ایجاد نقش)، ۷ (حل تعارضات بین خواهر و برادر)، ۱۲ (پذیرش و تعهد)، ۱۳ (قصه خوانی)، ۱۹ (دادن مسئولیت)، ۲۰ (توجه به علایق)، ۲۱ (توجه به استعدادها)، ۲۲ (بازی درمانی) مرتبط با موضوع ما و با شرایط دانش‌آموز متناسب هستند، معتبر تلقی شدند.

۶) اجرای راه‌حل‌ها و نظارت بر آنها

در این مرحله راه‌حل‌هایی که در مرحله‌ی قبل انتخاب و معتبر شناخته شده به مدت یک ماه در مدرسه توسط معلم و در خانه توسط اعضای خانواده اجرایی شده و بنده نیز به عنوان کارورز بر اجرای آنها نظارت داشتم.

۶-۱ اجرای تلفیقی راه‌حل‌های بهبود روابط مادر و کودک، بازی درمانی مبتنی بر روابط مادر و کودک و بهبود کیفیت رابطه‌ی خواهر و برادری به وسیله‌ی تعاملات مداوم مثبت:

بهبود روابط بین اعضای خانواده به خودی خود منجر به ایجاد احساس امنیت می‌شود. از آن جایی که یکی از دلایلی که باعث ایجاد وابستگی در مهسا شده بود عدم رفتار مناسب اعضای خانواده علی‌الخصوص برادر و مادر او بود، در نتیجه از روش بازی درمانی و تعاملات مثبت بین اعضای خانواده برای ایجاد فضای صمیمی بین آنها استفاده نمودم. با روش بازی درمانی روابط بین اعضا بهبود می‌یابد و از طرفی تعاملات بین آنها نیز قوی‌تر و بهتر می‌شود. از مادر خانواده خواستم که در خانه‌ی خود یک اتاق را به مهسا اختصاص دهند و در اتاق اسباب بازی‌های گوناگونی را قرار دهند. در تهیه‌ی این اسباب بازی‌ها نظر مهسا را بپرسند و وسایلی را تهیه کنند که با سلیقه‌ی مهسا هم‌خوانی داشته باشد و مهسا به آنها علاقه نشان دهد. همچنین از ایشان خواستم که پنج عروسک (به تعداد اعضای واقعی خانواده‌ی مهسا) را تهیه کنند و به مهسا بگویند که این عروسک‌ها یک خانواده هستند، یکی از آنها پدر، دیگری مادر و یکی از آنها پسر خانواده و دو عروسک باقی مانده نیز دختران خانواده هستند. از مادر مهسا خواستم که روزانه با مهسا در آن اتاق مشغول بازی شوند. در هفته‌ی اول مادر مهسا یا خواهرش به همراه مهسا مشغول بازی شوند و به گونه‌ای بازی را ادامه دهند که تمام حرف‌های مهسا را اجرا کنند و هر حرفی که مهسا زد را عملی کرده و طبق قوانینی که او می‌گوید بازی کنند. در هفته‌ی بعدی همه‌ی حرف‌های مهسا را عملی نکنند و با تعدادی از آنها مخالفت کنند و در هنگام بازی از مهسا بخواهند که به حرف آنها نیز احترام گذاشته و مهسا، قوانین جدیدی که آنها برای بازی می‌گذارند را رعایت کند. طی این دو هفته از طریق همان پنج عروسکی که تهیه کرده‌اند مفاهیمی



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

مثل استقلال در کارهای شخصی را به مهسا آموزش دهند. برای مثال برای آن عروسک‌ها اسم‌هایی که مهسا پیشنهاد می‌دهد، انتخاب کنند و به همراه مهسا با آن عروسک‌ها بازی کنند و خود را جای عروسک‌ها بگذارند و به جای آن‌ها صحبت کنند و مهسا نیز نقشی را که دوست دارد انتخاب کند. در میان این نقش‌ها خود را به جای دختر کوچک‌تر خانواده بگذارند و کارهای نادرستی که مهسا انجام دهند به صورت صحیح انجام دهند برای مثال مادر مهسا خود را به جای دختر کوچک‌تر مدرسه بگذارد که به تنهایی به مدرسه می‌رود و تکالیف مدرسه‌ی خود را به تنهایی انجام می‌دهد. در انجام کارهای شخصی‌اش از دیگران کمک می‌گیرد اما انجام همه‌ی آن‌ها را به بقیه واگذار نمی‌کند. هنگام حرف زدن با دیگر اعضا به آن‌ها احترام بگذارد و با برادر خود به درستی رفتار کند. در هفته‌ی سوم خواهر یا مادر مهسا پس از اینکه با مهسا وارد اتاق بازی شدند، پس از گذشت زمان اتاق را بدون مهسا ترک کنند و از او بخواهند که خودش به تنهایی بازی کند و با گذشت روزهای متوالی این زمان را کاهش دهند، به طوری که در هفته‌ی چهارم مهسا خودش به تنهایی وارد اتاق بازی شود و هیچ‌کس با او وارد اتاق نشود ولی رفتار مهسا را به گونه‌ای که مهسا متوجه نشود، از پنجره‌ی اتاقش مشاهده کنند و بازی‌های و نحوه‌ی ارتباط او را با اسباب بازی‌هایش مخصوصاً عروسک‌هایش را مشاهده و یادداشت کنند.

همچنین از ایشان خواستم که بازی‌های گروهی را حداقل دوبار در هفته بین اعضای خانواده برگزار کنند و سعی کنند از بازی‌های تکراری پرهیز کنند یا حداقل دوبار پشت سر هم بازی‌ای را تکرار نکنند تا جذابیت خود را برای مهسا از دست ندهند. بازی‌ها به گونه‌ای طراحی شوند که بر شاد شدن اعضای خانواده تاکید شود و سعی کنند بیشتر مواقع مهسا برنده شود اما گاهی اوقات نیز او بازنده شود اما در هر شرایطی مهسا مورد تشویق قرار گیرد و هربار به او بگویند که چقدر بهتر بازی می‌کند. همچنین از بازی‌های رقابتی گروهی نیز بین اعضا استفاده کنند که در این بازی‌ها مهسا به همراه برادرش هم تیمی باشند. مثلاً می‌توانند از بازی پانتومیم استفاده کنند که مهسا و برادرش در یک تیم و دو نفر دیگر از اعضا در یک تیم و یک نفر هم به عنوان داور انتخاب شود. یکی دیگر از بازی‌هایی که از آن‌ها خواستم انجام دهند بازی ترکاندن بادکنک‌ها بود که دوباره یک نفر داور و بقیه نیز به دو گروه دونفره تقسیم شوند و باز هم مهسا و برادرش هم تیمی باشند و گروهی که بادکنک‌های بیشتری را باد کنند برنده است و در پایان بازی نیز مهسا به همراه دیگر اعضای خانواده‌ی به ترکاندن بادکنک‌ها بپردازند.

من در هفته دوبار به مادر و خواهر مهسا زنگ می‌زدم تا میزان مشارکت مهسا را در بازی‌های گروهی و رغبت او در انجام بازی‌ها را بفهمم و رفتار مهسا با دیگر اعضای خانواده را می‌پرسیدم. همچنین یادداشت‌هایی را که از بازی‌های مهسا در اتاق بازی نوشته بودند؛ می‌خواندم و سوالاتی در مورد رفتار مهسا از هفته‌های اول تا هفته‌ی چهارم در اتاق بازی می‌پرسیدم.

۶_۲ اجرای تلفیقی راه‌حل‌های ایجاد نقش‌ها و قواعد متناسب با سن کودک از سوی مادر برای رشد عاطفی کودک، درمان مبتنی بر آموزش و تعهد با آموزش تفکر و سبک‌های سالم

و تعدیل احساسات نامطلوب، دادن مسئولیت‌های مختلف در حد توان کودک و اهمیت دادن به علایق و نظریات کودک و پرورش استعداد و توانایی‌های بالقوه در کودک:

از معلم، خواهر و مادر مهسا می‌خواهم که به رفتار مهسا توجه کنند و به کارهایی که مهسا دوست دارد توجه کنند و استعدادهای او را بشناسند و سپس با توجه به استعدادها و علایق او کارهایی را که او می‌تواند انجام دهد، به او بسپارند و با گفتن جملات گوناگون از تعهد نسبت به انجام مسئولیت‌هایی که باید انجام دهد، او را آگاه کنند و هنگام گفتن این جملات با لحن آرام و با خنده آن‌ها را بیان کنند و جنبه‌ی نصیحت نداشته باشند. پس از انجام کارهایی که او انجام می‌دهد، او را تشویق کرده و گاهی نیز برای او جایزه‌ای تهیه کنند.

طبق مشاهداتی که داشتم مهسا به نقاشی علاقه دارد و استعداد زیادی در این زمینه دارد و نقاشی‌های زیبایی را به تصویر می‌کشد. در هفته‌ی اول، از معلم او خواستم که متناسب با موضوع هفته که هفته‌ی سلامت بود از مهسا بخواهد درباره‌ی این موضوع یک نقاشی بکشد و سپس نقاشی مهسا را بر روی برد کلاسی نصب کند و او را تشویق کند. در هفته‌ی دوم خواستم که معلم بچه‌ها را به صورت گروه‌های سه نفره تقسیم کرده و از گروه بخواهد که نقاشی در مورد موضوع همکاری و همیاری را به صورت گروهی تهیه کنند و به بهترین نقاشی نیز جایزه دهند و سپس گروه مهسا به عنوان بهترین گروه انتخاب شده و به عنوان جایزه به هر کدام از اعضا یک نقش داده‌شود و جایزه‌ی مهسا نیز نماینده شدن کلاس باشد. در هفته‌ی سوم از معلم پرورشی خواستم که یک مسابقه‌ی نقاشی با موضوع آزاد در مدرسه برگزار شود و به بهترین نقاشی‌ها جایزه داده شود. نقاشی مهسا نیز جزء یکی از بهترین نقاشی‌ها انتخاب شود و یک بسته مداد رنگی به او هدیه داده شود و نقاشی او نیز در مورد مدرسه نصب شود. در هفته‌ی چهارم از معلم خواستم علاوه بر نماینده بودن، وظیفه‌ی حضور و غیاب را در کلاس به عهده بگیرد. همچنین در این چهار هفته وظایف کوچک‌تری مانند پاک کردن تخته‌ی کلاس را به مهسا دهد و از مهسا بخواهد این کارها را به صورت مستقل انجام دهد. همچنین در پایان کلاس‌ها از اهمیت مسئولیت‌پذیری برای تمام دانش‌آموزان توضیح دهد و از بچه‌ها نیز بخواهد که در نظر خود را مطرح کنند و مهسا را نیز در این بحث‌ها شرکت دهد.

گاهی در کلاس‌ها حضور می‌یافتم تا بر اجرای این روش نظارت کنم و همچنین عکس‌العمل مهسا را از نزدیک مشاهده کنم و نظر مهسا را در مورد انجام کارهایی که انجام می‌دهد؛ بپرسم. از معلم مهسا نیز مدام در مورد مهسا و میزان تمایلش برای انجام مسئولیت‌های متفاوت می‌پرسیدم و اگر در کلاس حضوری نبودم به صورت تلفنی جوایب وضعیت مهسا می‌شدم تا بفهمم به چه کارهایی علاقه‌ی بیشتری دارد و تا چه حد مسئولیت‌هایی را که بر عهده‌ی او می‌باشد، انجام می‌دهد.

همچنین از مادر و خواهر مهسا خواستم که در کارهای خانه از مهسا کمک بگیرند و با دادن مسئولیت‌های کوچک او را تشویق به انجام کارهای مختلفی که دوست دارد، تشویق کنند. برای مثال مهسا علاقه‌ی زیادی به آشپزی دارد. مادر مهسا غذاها، دسرها و شیرینی‌های جدیدی را درست کند تا مهسا برای انجام آن‌ها تمایل نشان دهد. تزئین غذاها و کیک‌ها را به او بسپارند. از او بخواهند که وسایل اتاق خود را خودش جمع کند و خودش آن‌ها را بچیند. با این کارها علاوه بر اینکه باعث افزایش حس مسئولیت‌پذیری و خلاقیت او در کارهای خود می‌شود، اعتماد به نفس او افزایش و حس استقلال در او نیز افزایش می‌یابد. برای فهمیدن میزان مشارکت مهسا در انجام کارهای خانه هنگامی



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

که خواهرش را در مدرسه ملاقات می‌کردم، از میزان علاقه‌ی مهسا نسبت به انجام کارها و مسئولیت‌پذیری او در انجام کارها و علایق او می‌پرسیدم همچنین به صورت تلفنی نیز درباره‌ی این موضوعات از مادر ایشان سوال می‌پرسیدم.

۳_۶ اجرای راه‌حل‌های قصه خواندن به صورت تعاملات گروهی برای افزایش مهارت‌های اجتماعی:

در اینجا با استفاده از شیوه‌ی داستان‌گویی به صورت گروهی در کلاس و انفرادی در خانه قبل از خواب کودک را با انواع مهارت اجتماعی مانند دوست یابی، افزایش ارتباط با دیگران، استقلال در کارهای شخصی و... آشنا می‌سازیم. همچنین از طریق همین قصه‌گویی به او یاد می‌دهیم که شرایط همیشه یکسان نیست و همواره همه چیز بر طبق خواسته‌های ما نمی‌شود و انسان گاهی مجبور است به تنهایی خود را با شرایط وفق دهد و کارهای خود را انجام دهد. این کار موجب افزایش آگاهی فرد در مورد موقعیت‌های گوناگون می‌شود و با تصور خود در آن موقعیت‌ها باعث کاهش اضطراب از شرایط متفاوت و افزایش استقلال و قدرت تصمیم‌گیری او می‌شود.

برای اجرای این روش به کمک استاد روانشناسی خود ۹ کتاب داستان متناسب با موضوع وابستگی مهسا انتخاب کردم. چهار کتاب را با موضوعات دوست‌یابی و افزایش مهارت‌های اجتماعی و استقلال به معلم دادم که در هر هفته برای کل کلاس یکی از آن‌ها را بخواند و پس از پایان داستان، نظر همه‌ی دانش‌آموزان را در مورد برداشت‌های خود از قصه بیان کنند و به بحث و نتیجه‌گیری بپردازند. حتما در بحث‌ها نظر مهسا را نیز بپرسند حتی گاهی اوقات پایان داستان را نخواند و از مهسا و دیگر دانش‌آموزان بخواهد که حدس بزنند پایان قصه چه می‌شود.

از معلم خواستم که در هفته‌ی اول داستان سارا به مدرسه می‌رود (موضوع: شوق و اشتیاق سارا برای رفتن به مدرسه و یافتن دوستان جدید)، در هفته‌ی دوم داستان گل بو و گل رو (موضوع: تشویق کودک به تلاش و تحکیم رابطه‌ی دوستی)، در هفته‌ی سوم داستان ماشین مورچه‌ای (درباره‌ی دوستی و همکاری مورچه‌ها برای جمع‌آوری غذا) و در هفته‌ی چهارم خرس کوچولو (موضوع: ماهیگیری خرس کوچولو بدون کمک مادرش) را بخواند و پس از پایان آن‌ها علاوه بر بحث و نتیجه‌گیری، معلم به آموزش نیز بپردازد و بیان کند که برای ادامه‌ی زندگی خود باید با دیگران ارتباط برقرار کنیم، چرا که شرایط همواره یکسان نیست و ما به دوستان جدیدی نیاز داریم که با کمک آن‌ها و با تلاش خود به اهدافی که داریم، برسیم. برای نظارت بر اجرای این روش پس از کلاس قصه‌خوانی به معلم مهسا زنگ زده و میزان مشارکت مهسا در بحث‌ها و همچنین نظر او درباره‌ی قصه‌ها را می‌پرسیدم و از معلم مهسا می‌خواستم که میزان پیشرفت بحث در شرکت در بحث‌ها و نظرش را درباره‌ی مهسا بگوید.

همچنین تعداد پنج کتاب قصه را به مادر مهسا دادم. موضوعات این قصه‌ها در مورد کاهش ترس و شجاعت، دوستی و تغییرات فصل بود. از مادر مهسا خواستم که آن‌ها را قبل از خواب برای مهسا بخواند اما تمام قصه را در یک شب نخواند و برای هر قصه سه یا چهار شب وقت بگذارد و صبح‌ها که مهسا بیدار شد از او درباره‌ی قصه‌ی دیشب بپرسد که چه چیزهایی یاد گرفته است و به نظر او قصه چگونه به پایان می‌رسد. داستان‌هایی که انتخاب کرده بودم عبارت‌اند از: مترسک شجاع (مترسکی که از پرنده‌ها می‌ترسد اما در نهایت با کمک یکی از بچه‌های روستا بر ترس



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes



وزارت آموزش و تفریح
انجمن ملی آموزش و تفریح استان هرمزگان
معاونت آموزش و تفریح شهرستان میناب
موسسه علمی آموزش و تفریح
آزمایش نگار
شماره ملی: ۱۳۰۱۵۰۷۳۳۰
دانشگاه هرمزگان
Hormozgan University

خود غلبه می‌کند)، پری کوچولو (نحوه‌ی آشتی کردن پری با دوستانش)، خرگوش مهربان (کمک خرگوش به دیگر حیوانات جنگل)، الی کوچولو (دختری که خیلی نگران است و از اطراف خود می‌ترسد اما در نهایت تصمیم به غلبه بر ترسش می‌کند)، رنگ‌های زیبای برگ‌ها (تغییرات فصل‌ها و میوه‌های مخصوص هر فصل). این گونه با مرور این داستان‌ها علاوه بر مهارت دوست‌یابی و غلبه بر ترس باعث آشنا شدن مهسا با تغییرات می‌شود. هر هفته با مادر مهسا به صورت تلفنی درباره‌ی میزان تمایل مهسا به گوش دادن به داستان‌ها و نظرات او می‌پرسیدم آن‌ها را یادداشت می‌کردم. همچنین هنگامی که مهسا را حضوری می‌دیدم از او می‌پرسیدم که مادرش چه قصه‌هایی را برایش تعریف کرده‌است و آن‌ها را برایم تعریف کند و بگوید چه فعالیت‌هایی را از آن‌ها یاد گرفته‌است.

(۷) ۷_گردآوری اطلاعات (شواهد ۲)

در قسمت قبلی به انتخاب راه‌حل‌ها و سپس اجرای آن‌ها در مدرسه و منزل دانش‌آموز پرداختیم. در این قسمت به گردآوری اطلاعات در خصوص وضعیت فعلی دانش‌آموز پس از اجرای راه‌حل‌ها می‌پردازیم. بنده به منظور مقایسه‌ی وضعیت دانش‌آموز پس از اجرای راه‌حل‌ها از شیوه‌های علمی مشاهده، مصاحبه و اسنادومدارک در جمع‌آوری اطلاعات استفاده نمودم.

(a) ۷_۱ مشاهده:

پس از اجرای راه‌حل‌ها در مدرسه توسط معلم و در منزل توسط خانواده و با نظارت بنده برای اجرای درست آن‌ها، به منظور بررسی وضعیت وابستگی مهسا به مدت یک ماه رفتارهای مهسا را به دقت مشاهده نموده و بررسی کردم.

مهسا دیگر برای حضور در کلاس درس نیازی به خواهرش نداشت. البته خواهر مهسا با او به مدرسه می‌آمد اما پشت در کلاس منتظر مهسا می‌ماند. تعامل مهسا با دوستانش بیشتر شده بود. در گذشته که مهسا اصلاً دوستی نداشت حال با یکی از دانش‌آموزان به نام فاطمه رابطه‌ی بسیار خوبی پیدا کرده بود و با او در یک میز می‌نشستند. در رنگ‌های تفریح به دنبال خواهر خود می‌رفت و از حضور او مطمئن می‌شد اما بلافاصله به کنار دوستانش می‌رفت و با آن‌ها بازی می‌کرد حتی گاهی نیز برای آن‌ها نقاشی‌های زیبایی می‌کشید. هنگامی که در سر کلاس حضور یافتم مشاهده کردم که برای جواب دادن به سوالات معلم از خود علاقه نشان می‌داد و با صدای بلند به سوالات پاسخ می‌داد. تکالیف کلاسی خود را به تنهایی انجام می‌داد و سعی می‌کرد قبل از دوستانش آن‌ها را انجام دهد.

کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes



ایام هفته	فراوانی رفتار	پاسخ ندادن به سوال معلم	عدم انجام تکالیف کلاسی به تنهایی	ناراحت شدن و گریه کردن	بازی کردن با انگشتان خود	عدم شرکت در بازی هنگام زنگ‌های تفریح
اول	تعداد	۶	۸	۹	۱۱	۱۰
	درصد	۱۳/۶	۱۸/۱	۲۰/۴	۲۵	۲۲/۷
دوم	تعداد	۵	۶	۷	۹	۹
	درصد	۱۳/۸	۱۶/۶	۱۹/۴	۲۵	۲۵
سوم	تعداد	۳	۴	۵	۹	۷
	درصد	۱۰/۷	۱۴/۲	۱۷/۸	۳۲/۱	۲۵
چهارم	تعداد	۲	۳	۴	۷	۵
	درصد	۹/۵	۱۴/۲	۱۹	۳۳/۳	۲۳/۸
	تعداد	۱۶	۲۱	۲۵	۳۶	۳۱

۲۴/۰۳	۲۷/۹	۱۹/۳	۱۶/۲	۱۲/۴	درصد	فراوانی رفتار در ماه
-------	------	------	------	------	------	-------------------------

(b) ۲-۷ مصاحبه

پس از مشاهده‌ی رفتار مهسا برای بررسی هر چه بهتر وضعیت فعلی مهسا نسبت به قبل از اجرای راه‌حل‌ها به مصاحبه با خواهر و مادر او، معلم و دوستانش و در نهایت با خود مهسا پرداختم.

(i) ۱-۲-۷ مصاحبه با خواهر دانش‌آموز:

به خاطر رابطه‌ی نزدیک مهسا با خواهرش و اینکه خواهر مهسا در خانه و مدرسه همراه اوست، ایشان را به عنوان اولین شخصی برای مصاحبه انتخاب کردم. خواهر مهسا را که در مدرسه بود ملاقات کرده و به مصاحبه‌ی حضوری با او پرداختم. پس از احوال‌پرسی با ایشان، پرسیدم که رابطه‌ی مهسا با برادر و مادرش تغییری کرده؟ در پاسخ ایشان فهمیدم که رابطه‌ی مهسا با برادرش خیلی بهتر شده و گاهی اوقات هم به بازی‌های دو نفره با یکدیگر می‌پردازند. گاهی اوقات درگیری‌های ساده‌ای بین آن‌ها رخ می‌دهد اما باز هم، با هم دوست می‌شوند. از بازی‌های خانوادگی بسیار راضی بودند و می‌گفتند که هم‌تیم شدن مهسا و برادرش باعث شده که حس صمیمیت بین آن‌ها بیشتر شود و باهم ارتباط بیشتری بگیرند. همچنین مادرشان نیز که با تذکرها و بقیه به خاطر حساسیت بیش از حد بر روی مهسا مواجه شده بود، بر روی مهسا حساسیت کم‌تری از خود نشان می‌داد و آزادی بیشتری به مهسا برای انجام کارهایش می‌داد. مهسا در کارهای خانه مخصوصاً آشپزی به مادرش کمک می‌کرد و تمایل زیادی به تزیین غذاها و چیدن سفره دارد.

پس از اینکه فهمیدم رابطه‌ی بین مهسا و خانواده‌اش بهبود یافته، دوباره سوال کردم؛ آیا وابستگی مهسا نسبت به گذشته تغییری یافته است؟ خواهرشان در پاسخ گفتند که بله، نسبت به قبلاً خیلی بهتر شده است. قبلاً مهسا بدون حضور من در کلاس حاضر نمی‌شد اما حالا من در حیاط مدرسه یا در سالن کلاس‌ها منتظر او می‌مانم و مهسا گاهی برای چک کردن حضور من از کلاس خارج می‌شود اما بعد از دیدن من با اشتیاق به کلاس می‌رود. در خانه مدام از بازی‌هایی که با دوستانش داشته با بقیه حرف می‌زند و گاهی برای آن‌ها نقاشی می‌کشد و به آن‌ها هدیه می‌دهد.

(ii) ۲-۲-۷ مصاحبه با مادر دانش‌آموز:

پس از اینکه با خواهر مهسا مصاحبه کردم با مادر مهسا تماس گرفته و پس از احوال‌پرسی شروع به مصاحبه با ایشان کردم. از مادر مهسا پرسیدم که رابطه‌ی مهسا و خود را چگونه می‌بینند؟ در پاسخ ایشان گفتند که در اوایل که شروع به بازی با مهسا در اتاق بازی و به صورت گروهی پرداختند، مهسا تمایل چندانی از خود نشان نمی‌داد اما پس از گذشت چند جلسه رغبت او بیشتر شد. هنگامی که در اتاق بازی با عروسک‌هایی که تهیه کرده بودیم بازی می‌کردیم مهسا نقش مادر را به عهده گرفت و رفتارهایی که او با من به عنوان دختر کوچک‌تر خانواده داشت، مانند



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

رفتارهای خود من بود، در بازی مدام به من تذکر می داد و اینجا بود که متوجه رفتار اشتباه خودم شدم و سعی کردم که کمتر به او تذکر دهم و اجازه ای انجام اشتباه را به او بدهم. از نگرانی های خودم بکاهم و اجازه دهم خودش از حق خودش دفاع کند. در این مدت چند باری به کوچه رفته اما من مانند گذشته همراه او نبودم و فقط گاهی به او سر می زدم. وقتی شادی مهسا را در بازی های گروهی که انجام می دهیم می بینم من نیز شاد می شوم و الان خیلی رابطه ای درست تری نسبت به گذشته با او دارم.

پس از این سوال از مادر مهسا پرسیدم یعنی نسبت به گذشته وابستگی مهسا کمتر شده است؟ از پاسخ های ایشان فهمیدم که خیلی نسبت به قبلا وضعیت بهتری پیدا کرده است، به طوری که به تنهایی به کوچه رفته و به بازی با دوستانش می پردازد. با داستان هایی که برای مهسا می خوانند، میزان ترس او از بقیه کمتر شده و در محیط های جدید احساس امنیت بیشتری دارد.

(iii) ۳_۲_۷ مصاحبه با معلم دانش آموز:

پس از مصاحبه با خانواده ی مهسا، به مصاحبه ی حضوری با معلم او پرداختم تا بتوانم اطلاعات بیشتری را درباره ی وضعیت فعلی مهسا کسب کنم. از معلم مهسا پرسیدم آیا میزان مشارکت مهسا در کلاس تغییری کرده است؟ ایشان جواب دادند که مهسا در اوایل اجرای راه حل ها زیاد تمایلی به شرکت در بحث ها نداشتند اما پس از مدتی که مسئولیت های مختلفی را به او دادم، رغبت او در مشارکت بحث های کلاسی بیشتر شد. وقتی به او کشیدن نقاشی را می سپردم، خیلی مشتاق به انجام آن می شد و با خواندن داستان های مختلف برای بچه ها، رابطه ی بهتری با دوستانش برقرار می کند و در بحث درباره ی داستان ها شرکت می کند.

سپس از ایشان پرسیدم که به نظر شما از نظر وابستگی نیز تغییری در شرایط مهسا به وجود آمده است؟ در پاسخ معلم مانند پاسخ های مادر و خواهرش جواب مثبت بود و گفتند که قبلا مهسا با اندکی دوری از خواهر خود مدام گریه می کرد اما اکنون با دور شدن از او گریه نمی کند و با خوشحالی در کلاس درس حضور می یابد.

(iv) ۴_۲_۷ مصاحبه با همکلاسی های دانش آموز:

حال که وضعیت مهسا نسبت به گذشته بهتر شده و با دوستان خود رابطه برقرار کرده و حتی دوست صمیمی نیز دارد، تصمیم گرفتم که با آن ها نیز صحبت کنم. از دوستان مهسا سوال کردم به نظر شما از نظر رفتاری مهسا چه تغییری کرده است؟ دوستان او در پاسخ می گفتند که قبلا مهسا حاضر به بازی با آن ها نمی شد و اگر هم بازی می کرد خیلی زود ناراحت شده و از بازی خارج می شد و بیشتر اوقات در کنار خواهرش بود اما حالا با آن ها بازی می کند و گریه نمی کند. فاطمه که اکنون مهسا را بهترین دوست خود می دانست از نقاشی هایی که مهسا برای او کشیده بود، صحبت می کرد و می گفت در مدرسه همواره کنار هم مشغول بازی هستند.

۷_۲_۵ مصاحبه با خود دانش آموز:

اکنون که از همه‌ی کسانی که با مهسا ارتباط داشتند، مصاحبه گرفتم زمان آن رسیده بود که از خود مهسا سوال کنم. قبل از مصاحبه یکی از نقاشی‌هایی که خودم برای مهسا کشیده بودم، با خود به همراه بردم. پس از احوال‌پرسی با مهسا و تحویل نقاشی‌ام به او شروع به صحبت با او کردم. در مصاحبه‌ی قبلی مهسا به سختی با من رابطه برقرار کرد اما حال به راحتی شروع به صحبت با من کرد. از او پرسیدم که نظرت درباره‌ی دوستانت چیست؟ در پاسخ گفت که آن‌ها خیلی مهربان هستند و من را اذیت نمی‌کنند. با آن‌ها بازی می‌کنم. از او پرسیدم که دیگر از حیواناتی مثل خرس نمی‌ترسی؟ در پاسخ گفت که نه، خرس‌ها خیلی هم مهربانند و خانم معلم داستان خرس مهربان را برایم خوانده است. داستان‌های مختلفی مادرش درباره‌ی جنگل و حیوانات آن برای من خوانده است و همه‌ی آن‌ها ترسناک نیستند.

پس از این سوال درباره‌ی رفتارش در منزل پرسیدم و گفتم که در منزل به چه کارهایی مشغول می‌شود؟ در پاسخ از بازی‌هایی که با اعضای خانواده انجام می‌داد، برایم گفت. می‌گفت که با برادرش هم‌تیمی شده و بیشتر بازی‌ها را می‌برند. از بازی در اتاق پر از اسباب‌بازی‌هایش می‌گفت. اینکه چگونه با سلیقه‌ی خود وسایلش را چیده است و چه عروسک‌های زیبایی دارد. از غذاهایی که تزیین می‌کند و پدرش خیلی از تزییناتش تعریف می‌کند.

۷_۳ پرسشنامه

برای بررسی وضعیت فعلی مهسا و مقایسه‌ی آن با گذشته تصمیم گرفتم که پرسشنامه‌ای را تهیه کرده و آن را در اختیار معلم که شاهد رفتارهای مهسا در طول این مدت بوده‌اند، قرار دادم. پرسشنامه‌ی زیر حاوی یازده پرسش به صورت کیفی در مقیاس‌های خیلی خوب، خوب، متوسط، کم و خیلی کم تهیه شده است. برای صفات مثبت به ترتیب از خیلی زیاد به خیلی کم از بارم ۱، ۲، ۳، ۴، ۵ و برای صفات منفی به ترتیب از خیلی کم به خیلی زیاد بارم ۱، ۲، ۳، ۴، ۵ لحاظ گردیده است.

ردیف	نوع رفتار	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	خیلی کم
۱	تعامل و ارتباط صمیمی با دانش آموزان		☐			
۲	مشارکت فعال در بحث‌های کلاسی			☐		
۳	رغبت به انجام کار گروهی		☐			
۴	انجام تکالیف کلاسی به تنهایی			☐		
۵	پاسخ دهی به سوالات شفاهی معلم		☐			
۶	مهارت سخن گفتن			☐		
۷	انجام مسئولیت‌ها و وظایف	☐				
۸	تصمیم گیری در مواقع مختلف				☐	
۹	گوشه گیری در کلاس				☐	
۱۰	غیبت غیر موجه					☐
۱۱	ناراحت شدن و گریه کردن در کلاس					☐
	جمع نمرات	۵	۱۲	۹	۱۰	۵

طبق پرسشنامه‌ای که توسط معلم تکمیل شده است، ایشان از مجموع ۵۵ نمره‌ی ممکن ۴۱ نمره معادل ۷۴/۵ درصد را به رفتارهای دانش آموز اختصاص داده‌اند.

۸. ارزش‌یابی تاثیر اقدام جدید و تعیین اعتبار آن

در این مرحله اطلاعات و شواهد ۱ و ۲ را با یکدیگر بر اساس شواهد و مدارک مقایسه نموده‌ام تا متوجه شوم که راه‌حل‌های انتخابی تا چه حد بر وضعیت وابستگی مهسا تاثیر گذاشته و وضعیت فعلی مهسا نسبت به گذشته بهبود یافته است یا خیر.

اینجانب که قبل از اجرای راه‌حل‌ها به مشاهده‌ی رفتار مهسا پرداخته و پس از اجرای آن‌ها نیز به بررسی وضعیت او پرداخته‌ام، متوجه شدم که نسبت به گذشته در رفتار مهسا تغییرات مثبتی ایجاد شده است چرا که مهسا قبل از اجرای راه‌حل‌ها حاضر به ترک خواهر خود حتی برای چند لحظه نبود اما اکنون بدون حضور خواهرش در کلاس درس حاضر می‌شود و پس از ترک خواهر خود گریه نمی‌کند. خیلی کمتر از گذشته با انگشتان خود بازی می‌کند. با دوستان و معلم خود ارتباط بهتری دارد و تکالیف خود را به تنهایی انجام می‌دهد.

به طور کلی می‌توان گفت که در وضعیت مهسا بهبود چشمگیری حاصل شده و وابستگی او نسبت به قبل خیلی کمتر شده است. جدول زیر که به مقایسه مشکلات ناشی از وابستگی مهسا اشاره دارد، مهر تاییدی بر تاثیر مثبت اجرای راه‌حل‌های انتخابی دارد.

شواهد	پاسخ ندادن به سوال معلم	عدم انجام تکالیف کلاسی به تنهایی	ناراحت شدن و گریه کردن	بازی کردن با انگشتان خود	عدم شرکت در بازی هنگام زنگ‌های تفریح
مشاهده (۱)	۲۲	۴۰	۴۱	۶۲	۴۹
مشاهده (۲)	۱۶	۲۱	۲۵	۳۶	۳۱

با توجه به مقایسه‌ی رفتارهای مشاهده شده در این جدول درمی‌یابیم که مشکلات ناشی از وابستگی مهسا روند کاهشی را سیر کرده و اجرای راه‌حل‌ها موفقیت آمیز بوده‌است.

همانطور که مشاهده می‌کنیم، پاسخ ندادن به سوالات معلم در مشاهده (۱)، ۲۲ مرتبه بوده است در حالی که در مشاهده (۲)، به ۱۶ مرتبه رسیده و کاهش یافته است. عدم بازی در زنگ تفریح از عدد ۴۹ به ۳۱ رسیده که روند نزولی داشته‌است. همچنین ناراحت شدن و گریه کردن در مشاهده (۱)، ۴۱ مرتبه بوده اما در مشاهده (۲)، ۲۵ مرتبه این رفتار مشاهده است. عدم انجام تکالیف نیز کاهش یافته و از تعداد ۴۰ به ۲۱ رسیده‌است. بازی کردن با انگشتان مانند دیگر رفتارها سیر نزولی در پیش گرفته‌است به گونه‌ای که در مشاهده (۱)، ۶۲ مرتبه این رفتار تکرار یافته در حالی که در مشاهده (۲)، ۳۶ مرتبه این رفتار مشاهده شده‌است. این نتایج نشان می‌دهد که اجرای راه‌حل‌ها موفقیت آمیز بوده و تاثیر بسزایی در بهبود وضعیت دانش آموز داشته‌است.

اینجانب طبق مصاحبه‌هایی که با خواهر و مادر مهسا، معلم و دیگر دانش‌آموزان داشته‌ام، همه‌ی آن‌ها بر روند بهبود وضعیت مهسا تاکید داشته و از اجرای راه‌حل‌ها ابراز رضایت و خرسندی کردند و معتقدند که وابستگی مهسا نسبت به گذشته بهتر شده و ارتباط او با بقیه پیشرفت چشم‌گیری داشته‌است.

خواهر و مادر مهسا هر دو بیان کردند که رابطه‌ی مهسا در منزل با برادرش خیلی بهتر شده‌است. طبق گفته‌های آن‌ها حساسیت خانواده بر رفتارهای مهسا کاهش یافته و مهسا آزادی عمل و بیان بیشتری نسبت به گذشته پیدا کرده‌است و اکنون در بسیاری از کارها از جمله آشپزی به خانواده‌ی خود کمک می‌کند و بیشتر مواقع کارهای شخصی



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

خود را به تنهایی انجام می‌دهد. در محیط‌های جدید با دیگران بهتر ارتباط می‌گیرد و نسبت به اجرای راه‌حل‌ها رضایت کامل داشتند.

معلم مهسا بیان کردند که میزان تمایل مهسا برای انجام تکالیف گذشته بهتر شده و به سوالات ایشان به تنهایی و بدون اضطراب جواب می‌دهد. در انجام کارهایی که به او سپرده می‌شود، تلاش می‌کند. میزان مشارکت او در بحث‌های کلاسی و کارهای گروهی پیشرفت زیادی داشته‌است و این پیشرفت‌ها را حاصل اجرای راه‌حل‌های انتخابی می‌دانستند.

همچنین طبق صحبت‌هایی که با دیگر دانش‌آموزان داشتم، آن‌ها نیز از بهبود وضعیت مهسا راضی بودند و معتقد بودند که حال یک دوست جدید برای بازی‌های گروهی خود دارند. اکنون دیگر مهسا را یک دوست صمیمی برای خود می‌دانستند. آن‌ها از عدم گریه کردن و بهانه گرفتن‌های مداوم مهسا در هنگام بازی بسیار خوشحال بودند. خود مهسا نیز از بازی کردن با دوستانش بسیار راضی بود و اظهار داشت دیگر از آن‌ها نمی‌ترسد و از ارتباطی که با بقیه دارد خوشحال بود. او می‌گفت اکنون که داستان‌های زیادی خوانده است علاقه دارد که داستان‌های بیشتری نیز بخواند و خودش به تنهایی کارهایش را انجام دهد و با بقیه دوست باشد.

در جلسه‌ای که با حضور معلم، مدیر مدرسه، معاونین، اولیای دانش‌آموز و استاد روانشناسی بنده برگزار گردید، مشکلاتی که مهسا در گذشته با آن‌ها سر و کار داشته است، توضیح داده شد. همه‌ی اعضای این گروه تاکید داشتند که تغییرات مطلوب و چشم‌گیری در وضعیت مهسا به وجود آمده است که این تغییرات حاصل شده را نتیجه‌ی اجرای راه‌حل‌ها دانسته و راه‌حل‌های اجرا شده را معتبر تلقی نمودند.

۹) ۹- نتیجه‌گیری و پیشنهادات

معلمی شغلی بسیار مقدس و با اهمیت است چرا که می‌توان گفت آینده‌ی هر کشوری به کیفیت کار معلمان آن کشور بستگی دارد، لذا این معلم‌ها هستند که افراد متخصص در حوزه‌های مختلف را آموزش داده و وارد دنیای کار و جوامع بیرونی می‌کنند. از پزشکان گرفته تا مهندسان، هنرمندان، ورزشکاران همه و همه کسانی هستند که نه تنها کیفیت و نوع عملکردشان، بلکه بسیاری از ویژگی‌های اخلاقی و اجتماعی آن‌ها بسته به نحوه‌ی آموزش معلم‌ها می‌باشد. بنابراین اگر شغل معلمی در کشور ما جدی گرفته شود و در بهبود عملکرد افراد مشغول در این حوزه اقدامات لازم انجام گیرد، به طور حتم آینده‌ی کشور ما تضمین می‌شود.

امروزه تعلیم و تربیت از دشوارترین، ظریف‌ترین و پرثمرترین امور انسانی و امری پر ارجح به حساب می‌آید. نقش معلمان در این امر بسیار حساس، مهم، موثر و سازنده است. با ایجاد و گسترش تشکیلات تربیت معلم و ارائه برنامه‌های متنوع و متناسب می‌توان معلمانی تربیت کرد که مهارت‌ها و فنون لازم را در ابعاد انسانی و ادراکی کسب کنند و بتوانند از هنر، علم و تجربه خود در تبدیل انسان‌های خام به انسان‌های خلاق، بالنده و متعادل بهره‌گیرند. دانشگاه فرهنگیان در جهت رسیدن به رسالت خود (پرورش معلمان شایسته) اقداماتی از قبیل: آشناسازی دانشجو معلمان با مفهوم خلاقیت و پرورش آن، ایجاد باورهای مثبت در دانشجو معلمان درباره دیگران، فراهم آوردن آزادی برای کسب تجربه و غوطه‌ور کردن دانشجو معلمان در عمل، گزینش دانشجو معلمان با معیارهای لازم، گزینش مدیران و مدرسان شایسته و مسئول برای دانشگاه فرهنگیان، بازنگری و بازسازی در محتوای دروس تربیت معلم، پرورش

مهارت‌های معلمی از طریق برنامه درسی کارورزی و توجه جدی به وسایل آموزشی در مراکز تربیت معلم را انجام می‌دهد، تا بتواند رسالت عظیم خود را که تربیت معلمان شایسته است به سرانجام رساند.

اینجانب به عنوان کارورز در جهت تحقق اهداف کنش پژوهی، تلاش نمودم که مشکل وابستگی را که در یکی از دانش‌آموزان مشاهده کردم، مورد بررسی دقیق قرار دهم و به توصیف مشکل وابستگی مهسا و مشکلاتی که در پی آن ایجاد می‌شود، بپردازم. پس از آن به گردآوری اطلاعات و شواهد پیرامون این مشکل پرداخته تا بتوانم علت‌های اصلی این مشکل را بیایم و دریافتم که مشکل اصلی وابستگی مهسا دلایل متعددی دارد که ریشه‌ی این عوامل در خانواده، محیط و شخصیت خود او نهفته است.

پس از ریشه‌یابی این مشکل، طبق جلسه‌ای که در حضور مدیر، معلم، اولیای دانش‌آموز و استاد روانشناسی خود برگزار گردید، راه‌حلهایی از جمله بهبود روابط مادر و کودک، بازی درمانی مبتنی بر روابط مادر و کودک و بهبود کیفیت رابطه‌ی خواهر و برادری به وسیله‌ی تعاملات مداوم مثبت، ایجاد نقش‌ها و قواعد متناسب با سن کودک از سوی مادر برای رشد عاطفی کودک، درمان مبتنی بر آموزش و تعهد با آموزش تفکر و سبک‌های سالم و تعدیل احساسات نامطلوب، دادن مسئولیت‌های مختلف در حد توان کودک و اهمیت دادن به علایق و نظریات کودک و پرورش استعداد و توانایی‌های بالقوه در کودک، قصه خواندن به صورت تعاملات گروهی برای افزایش مهارت‌های اجتماعی، انتخاب شد و سپس به همراه معلم و اولیای دانش‌آموز، به مدت یک ماه این راه‌حل‌ها اجرا شدند. در مقایسه با وضعیت فعلی و وضعیتی که در گذشته در دانش‌آموز مشاهده می‌شد، راه‌حل‌های انتخابی اعتبار کافی جهت رفع مشکل را دارا بوده و اجرای آن‌ها در حل مشکل وابستگی تاثیر مثبتی داشته‌اند، به گونه‌ای که مشکل وابستگی دانش‌آموز و مشکلات ناشی از آن بهبود چشم‌گیری داشته‌است.

با انجام این پژوهش دریافتم که با مواجه شدن با مشکلات مختلفی که در دانش‌آموزان وجود دارد، ابتدا باید به توصیف آن مشکل و سپس گردآوری اطلاعات پیرامون آن بپردازم تا بتوانم که به ریشه‌ی ایجاد آن پی ببرم. پس از ریشه‌یابی مشکل به تحقیق درباره‌ی راه‌حل‌های موجود بپردازم و راه‌حلهایی را که متناسب با شرایط هستند، انتخاب کرده و در نهایت نیز به مقایسه‌ی وضعیت فعلی با گذشته بپردازیم تا تاثیر اجرای راه‌حل‌ها را بررسی کنم. در این صورت در آینده می‌توانم که در راستای تحقق تربیت دانش‌آموزان شایسته تلاش کنم و به حل مشکلات آن‌ها بپردازم.

به همکاران گرامی پیشنهاد می‌گردد که:

- ۱) در هنگام تدریس از شیوه‌های متنوع برای شرکت همه‌ی دانش‌آموزان در بحث‌های گروهی استفاده کنند.
- ۲) گاهی اوقات علاوه بر مطالب درسی بحث‌هایی حول مشکلات و نیازهای دانش‌آموزان داشته باشند.
- ۳) از شیوه‌های متنوع از جمله داستان‌سرایی و نمایش نویسی برای تدریس و بحث کلاسی استفاده کنند.
- ۴) هنگام مواجه شدن با دانش‌آموزان خاص از آن‌ها غفلت نکرده و با جمع‌آوری اطلاعات و ریشه‌یابی اقدام به شیوه‌ی صحیح برخورد با آن‌ها کرده و حل مشکلات آن‌ها بپردازند.

۵) استعداد دانش‌آموزان را کشف کرده و حول آن استعداد به آنها مسئولیت‌های گوناگونی برای پرورش استعدادهایشان داده شود.

به والدین گرمی دانش‌آموزان پیشنهاد می‌گردد که:

- ۱) علایق کودکان خود را شناسایی و به آن‌ها توجه کنند.
- ۲) نحوه‌ی برخورد صحیح با فرزندان خود را یاد گرفته و به آنها متناسب با سنشان آزادی عمل دهند.
- ۳) از وابسته کردن فرزندان به خود و حساسیت بیش از حد بر رفتار آن‌ها پرهیز کنند.
- ۴) از بازی‌های گروهی متفاوت برای تقویت ارتباط اعضای خانواده با یکدیگر بهره بگیرند.
- ۵) برای امور مختلف مانند خرید وسایل، چیدمان وسایل منزل، آشپزی و... از فرزندان خود نظر خواسته و به نظر آن‌ها اهمیت دهند.

به سازمان آموزش و پرورش توصیه می‌گردد که:

- ۱) در برنامه‌ی کلاس یک روز در هفته متعلق به دانش‌آموزان باشد و به بحث‌های گروهی در حیطه‌های مختلف توسط دانش‌آموزان پرداخته شود.
- ۲) از حجم کتاب درسی کاسته و از مطالب غیرضروری چشم‌پوشی شود تا معلمان زمان بیشتری برای اختصاص به تدریس و فعالیت‌های گروهی دانش‌آموزان اختصاص دهند.
- ۳) بودجه‌ی مدارس را افزایش داده و به تعمیر و زیباسازی مدارس و امکانات بیشتر آن‌ها بپردازند.

۱۰_ منابع و مأخذ

- ۱) احمدوند، شهین؛ احمدی کهنعلی، حمیده (۱۳۹۶). بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) در کاهش علایم اختلال اضطراب جدایی کودکان، ۲(۳)، ۱۷۳-۱۹۲.
- ۲) بهارلو، فیروزه؛ هاشمی، سیده آمنه (۱۳۹۸). راهکارهای عملی افزایش اعتماد به نفس در کودکان. پژوهشنامه اورمزد، ۴۷(ضمیمه شماره ۲)، ۱۵۰-۱۷۰.
- ۳) تبعه امامی، شیرین؛ نوری، ابوالقاسم؛ ملک پور، مختار؛ عابدی، احمد. (۱۳۹۰). رابطه بین دلبستگی ایمن کودک و عوامل رفتار مادرانه. خانواده پژوهی، ۷(۲۷)، ۲۹۳-۳۱۰.



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

۴) تشکری، زینب؛ کاظمی، فرنگیس؛ هاشمی آذر، ژانت (۱۳۹۵). تاثیر روش درمان تن آرامی گروهی بر کاهش اختلال اضطراب جدایی دانش آموزان. مطالعات روانشناسی بالینی، ۶(۲۴)، ۱۳۵-۱۵۲.

۵) حاجی اربابی، فاطمه؛ شاه حسینی تازیکی، سعید؛ صفاریان، مازیار (۱۳۹۹). اثر بخشی فیلم درمانی (فیلم درون و برون) بر اضطراب جدایی کودکان مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر مشهد: مطالعه موردی. مجله دانشگاه علوم پزشکی پارس (دانشگاه علوم پزشکی جهرم)، ۱۸(۲)، ۴۱-۴۸.

۶) حسینی اردکانی، اشرف؛ پورنعمت، مینا (۱۳۹۸). تاثیر بازی درمانی مبتنی بر رابطه والد - کودک بر کاهش اختلال اضطراب جدایی، فصلنامه ایده های نوین روانشناسی، ۳(۷)، ۱-۱۵.

۷) خداپناهی، محمد کریم؛ قنبری، سعید؛ نادعلی، حسین؛ سید موسوی، پریسا سادات (۱۳۹۱). کیفیت روابط مادر-کودک و نشانگان اضطرابی در کودکان پیش دبستانی. روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، ۹(۳۳)، ۱۳-۵.

۸) خداکریمی جانباز، فائزه؛ حسین خانزاده، عباسعلی؛ ابوالقاسمی، عباس (۱۳۹۸). کیفیت رابطه والد-کودک و خواهر-برادر در خانواده های دارای فرزند مبتلا به نشانه های اختلال نافرمانی مقابله ای. سلامت روان کودک (روان کودک)، ۶(۱)، ۹۵-۱۱۱.

۹) سیدموسوی، پریسا؛ مظاهری، علی؛ پاک دامن، شهلا؛ حیدری، محمود (۱۳۹۲). اثربخشی درمان دلبستگی محور با استفاده از روش پسخوراند ویدیویی بر کاهش استرس والدینی و مشکلات برونی سازی کودکان. مجله دانشگاه علوم پزشکی کرمان، ۸(۱)، ۳۳-۴۶.

۱۰) شهیدی، محمود؛ حسینیان، سیمین؛ ثنایی ذاکر، باقر؛ اعتمادی، ثریا (۱۳۸۶). اثربخشی مشاوره گروهی بر روابط متعارض بین برادران و خواهران. پژوهش های مشاوره (تازه ها و پژوهش های مشاوره)، ۶(۲۱)، ۹۳-۱۱۰.

۱۱) ضرغامی، فیروزه؛ حیدری نسب، لیلا؛ شعیری، محمدرضا؛ شهریور، زهرا (۱۳۹۴). بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری مبتنی بر برنامه Coping cat در کاهش اضطراب کودکان ۱۰-۸ ساله مبتلا به اضطراب. مطالعات روانشناسی بالینی، ۵(۱۹)، ۱۸۳-۲۰۲.

۱۲) عادل، آذین؛ بساک نژاد، سودابه؛ حمید، نجمه (۱۳۹۷). تأثیر آموزش بهداشت روانی مادر-کودک بر اضطراب و سلامت روان مادران باردار نخست زا. مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه، ۱۶(۸) (پی در پی ۱۰۹)، ۵۸۳-۵۹۲.



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

۱۳) قاسمی زاده، پریسا؛ هادیان فرد، حبیب (۱۴۰۰). اثربخشی درمان چشم‌انداز زمان بر ابعاد چهارگانه تاریک شخصیت مادران و علائم اضطراب جدایی کودکان پیش‌دبستانی. روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، ۲۷(۲)، ۱۶۵-۱۷۹.

۱۴) کریمیایی، میترا؛ فردوسی پور، عاطفه (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی نقاشی درمانی و قصه درمانی بر کاهش نشانه‌های اختلال اضطراب جدایی کودکان پیش‌دبستانی. فصلنامه روانشناسی تحلیلی-شناختی، ۱۲(۴۵)، ۱۳۵-۱۴۹.

۱۵) محمدپور، محمد؛ اسماعیل پور، خلیل (۱۳۹۵). اثربخشی برنامه مربیگری رفتار و هدایت از طریق مدل سازی بر اختلال اضطراب جدایی کودکان پیش‌دبستانی. علوم اعصاب شفای خاتم، ۵(۱)، ۲۹-۳۹.

۱۶) موسوی، رقیه؛ مرادی، علیرضا؛ مهدوی هرسینی، سیداسماعیل (۱۳۸۶). بررسی اثربخشی خانواده درمانی ساختاری در بهبود اختلال اضطراب جدایی. مطالعات روان شناختی، ۳(۲)، ۷-۲۸.

۱۷) مولایی، مهری؛ جانی، ستاره؛ حامدی، رحمیه؛ جنگی قوجه بیگلو، شهلا (۱۳۹۳). پیش بینی اختلال های شخصیت اجتنابی، وابسته و وسواسی - جبری بر اساس سیستم فعال ساز مغزی و سیستم بازداری مغزی. مجله مطالعات علوم پزشکی (مجله پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ارومیه)، ۲۵(۱۰)، ۹۳۱-۹۳۹.

۱۸) ناظمیان، عباس؛ شمس، زهرا (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی آموزش گروهی والدین مبتنی بر فرزندپروری مثبت با توجه به فرهنگ ایرانی بر پیشرفت تحصیلی و ارتباط مادر-کودک. مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۵۹(۲)، ۱۲۴-۱۳۱.

۱۹) یعقوبی، ابوالقاسم؛ رشید، خسرو؛ بیات، احمد (۱۴۰۰). اثربخشی کاربرد روش گریه‌ی سازگار بر کاهش نشانه‌های اختلال اضطراب جدایی در کودکان (یک پژوهش موردی). مجله علوم پزشکی رازی، ۲۸(۹)