



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

چگونه توانستیم مشکل گوشه گیری مهشید را بهبود بخشیم؟

زلیخا مازادی^۱، زینب آور^۲

^۱ کارشناسی ارشد، روانشناسی تربیتی، اداره آموزش و پرورش شهاب

zolfamazadi@yahoo.com

^۲ دانشجوی کارشناسی، آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان بندرعباس

Zavar1214@gmail.com

چکیده:

گوشه گیری و انزوا یکی از مهم ترین مشکلات دانش آموزان در جوامع کنونی و یکی از دلایل عدم یادگیری آنان است. توجه به مسائل و مشکلات کودکان باعث پیشرفت و ترقی جامعه می شود و غفلت در رفع مشکلات آنان، خسارت جبران ناپذیری به بار می آورد. پژوهش حاضر با هدف بهبود انزوای طلبی و گوشه گیری یکی از دانش آموزان کلاس ششم صورت گرفته است، طرح پژوهش توصیفی و از نوع اقدام پژوهی است. از روشهای مشاهده، یادداشت برداری، گفت و گو برای جمع آوری اطلاعات استفاده شده است. به منظور رفع مسئله ای ایجاد شده، با تکیه بر مهارت های دانش آموز، دادن مسئولیت و همچنین تقویت و پاداش جهت بالا بردن انگیزه و اعتماد به نفس، میزان گوشه گیری و انزوای طلبی دانش آموز کاهش یافت به طوری که شواهد حاکی از افزایش مشارکت دانش آموز در فعالیتهای کلاسی بود.

واژگان کلیدی: گوشه گیری، انزوا، دانش آموز، عدم اعتماد به نفس

۱- مقدمه:

۱-۱. بیان مسئله:

گوشه گیری از نظر لغوی به معنی تنها و مجرد و در خلوت نشستن و از جمع کناره گرفتن است. گوشه گیر کسی است که از مردم دوری می کند و از جمع کناره گرفته و عزت می گزیند و بدان وسیله خود را با محیط اطراف سازگار می سازد، البته هر نوع عزت و در تنهایی ماندن گوشه گیری تلقی نمی شود. هر انسان گهگاهی دوست دارد تنها باشد تا به خودشناسی و حل مشکلات زندگی بپردازد. گوشه گیری زمانی حالت بیماری پیدا می کند که فرد از آمیزش با جمع و هموعان بیزار و بیمناک باشد. در این مورد، اگر گوشه گیری به موقع درمان نشود به پیدایش حالت روانی شدید و افسردگی منجر می شود (شفیع آبادی، ۱۳۹۱). گوشه گیری و انزوا طلبی واکنشی است که باعث می شود کودک از نظر اجتماعی منفرد باقی بماند، دوستان کمی داشته باشد و به ندرت با دوستان همسن خود بازی کند و از ارتباط با محیط اطراف خودداری کند. متأسفانه کودکان کمرو و گوشه گیر معمولاً مورد توجه قرار نمی گیرند، علت نیز آن است که نسبت به کودکان دیگر، کمتر توجه اطرافیان را به خود جذب می کنند. روابط اجتماعی این دسته از کودکان در مقایسه با همسالان در عملکردهایشان دچار کمبود و کاستی است و احتمالاً حالت هایی از افسردگی و ناشادی را تجربه خواهند کرد و با مشکلات آموزشی خود، مواجه خواهند گردید. کمرویی مشکلی است که از گذشته تا کنون به جهات بسیار مختلف دامنگیر افراد مختلف بوده و هست. این مشکل به دلایل متعدد مورد توجه قرار نگرفته است، و عامه مردم کمتر از آن به عنوان یک معضل و مشکل یاد می کنند. غافل از این که انزوای طلبی و کمرویی در بطن جامعه، فرد را با مشکلات زیادی اعم از عدم توانایی ایجاد رابطه با دیگران و به تبع آن ناتوانی در یادگیری و کسب آگاهی ها و مهارت های مختلف مواجه می کند. شاید از دلایلی که والدین و حتی معلمان مدارس به این مشکل توجه نمیکنند برداشت غلطی است که از عملکرد افراد خجالتی دارند این باور نادرست که کودک کمرو، مؤدب است، در دسر ایجاد نمی کند و تربیت



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

او راحت تر است، موجب متقاعد شدن والدین شده که کمروبی و گوشه گیری اجتماعی را به عنوان یک مشکل ندانسته و به این ترتیب از مشکلاتی که کودک در آینده با آن مواجه خواهد شد غافل بمانند.

بعضی از علل گوشه گیری و کم رویی عبارت اند از:

- محرومیت از محبت خانواده
- احساس ترس و نا امنی
- نابسامانی های خانوادگی
- طلاق والدین
- بی پاسخ گذاشتن پرسش های کنجکاوانه کودکان
- عدم امنیت روانی در محیط خانه و مدرسه و فشارهای روانی مستمر
- تنبیه، توبیخ و سرزنش کودک و نوجوان توسط والدین
- شکست های متعدد و تحقیر شدن کودک در برابر جمع (حسینی بیرجندی به نقل از کیخا و شاهبازی، ۱۳۹۷).

از آنجا که توجه به مسائل و مشکلات دانش آموزان باعث پیشرفت و ترقی جامعه می شود و غفلت در رفع مشکلات آنان ، خسارت جبران ناپذیری به بار می آورد؛ سعی بر آن است تا با بررسی علل موثر در این رفتار گوشه گیری ،راهکار هایی برای والدین ،خود دانش آموز ومربیان داده شود زیرا هر یک از مسئولین مدرسه می توانند نقش سازنده ای در کاهش برخی مشکلات روحی دانش آموز داشته باشند. حس انسان دوستانه و مقتضیات شغل اینجانب ایجاب می کرد که نسبت به حل این مشکل باید احساس وظیفه نموده و تمام سعی و فکر خود را به کار انداخته تا مشکل این دانش آموز رفع شود.

گوشه گیری و انزوا طلبی یکی از مشکلاتی است که می تواند در سنین پایین برای کودکان رخ داده و باعث ایجاد تأثیرات منفی شدیدی در عملکرد روحی و جسمانی دانش آموزان داشته باشد. لزوم بررسی علل بوجود آمدن این مشکل و همچنین راه های از بین بردن مقابله با آن می تواند در جلوگیری از به وجود آمدن و از بین بردن آن در سطح مدارس نقش بسیار تأثیر گذاری داشته باشد و چون دانش آموزان دوره ابتدایی در سنین حساس و بحرانی بلوغ قرار دارند، اگر این اختلال رفتاری در این مقطع سنی مورد توجه و سپس درمان قرار نگیرد ، سبب نیافتن هویت و جایگاه فرد در جامعه در سنین بالاتر خواهد شد. امید است نتایج این پژوهش رهنمون های مفیدی در جهت مبارزه با گوشه گیری دانش آموزان در مدارس داشته باشد.

۱-۲. اهداف تحقیق:

۱. شناخت علل و عواملی که در گوشه گیری و عدم اعتماد به نفس دانش آموز مورد نظر در کلاس مؤثرند و کوشش در جهت حل مشکلات این دانش آموز.
۲. توجه به دانش آموز مورد نظر از جانب والدین و معلم و جلوگیری از عواقب بعدی این اختلال رفتاری.
۳. کمک به دانش آموز مورد نظر و تلاش برای اجتماعی شدن و کشف استعداد و توانایی های بالقوه آنها و ایجاد روحیه مشارکت و تعامل اجتماعی در دانش آموز.



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

۳-۱. سوالات پژوهش:

۱. معلم تا چه میزان می تواند در اعتماد به نفس و حل مشکل گوشه گیری دانش آموزان مؤثر واقع شود؟
۲. تشکیل گروه های کوچک درسی در کلاس تا چه میزان در اعتماد به نفس و گوشه گیری تأثیر دارد؟
۳. دادن مسئولیت به دانش آموز که اعتماد به نفس کافی ندارد تا چه میزان در برطرف کردن آن ها مؤثر است؟
۴. تشویق کارهای مثبت دانش آموزان تا چه اندازه در افزایش اعتماد به نفس و گوشه گیری آنها مؤثر است؟

۴-۱ پیشینه پژوهش:

احمدی و همکاران (۱۳۹۹) در پژوهشی با عنوان چگونه توانستم انزواطلبی و گوشه گیری دانش آموزم را بر طرف کنم؟ که با هدف بر طرف کردن انزواطلبی و گوشه گیری یکی از دانش آموزان کلاس صورت گرفته است به این نتیجه دست یافتند که با تکیه بر مهارتهای دانش آموز و تقویت و پاداش جهت بالا بردن انگیزه و اعتماد به نفس، میزان گوشه گیری و انزواطلبی دانش آموز کاهش داد.

کیخا و شاهبازی (۱۳۹۷) در پژوهش خود با عنوان بررسی برخی مشکلات رفتاری ناشی از گوشه گیری و انزوا در دانش آموزان دبستانی شهرستان زابل، اجتناب از اشتباهات تربیتی؛ اصلاح پیوند عاطفی ناامن (تغییر ساختار فکری، احساسی و ادراکی)؛ تقویت اعتماد به نفس کودک و آموزش مهارتهای اجتماعی، حل مسئله و برخورد با مشکلات از جمله راههای برخورد با گوشه گیری و انزوا در دانش آموزان برمی شمرد.

نتایج پژوهش رنگیان و رنگیان (۱۳۹۹) با عنوان بررسی علل گوشه گیری یکی از دانش آموزان دختر پایه پنجم دبستان آموزش و پرورش ناحیه یک بندر عباس این بود که عوامل مختلفی از جمله: کاهش توجه والدین، اختلافات خانوادگی، کاهش توجه معلم به دانش آموز، ضعف درسی، عدم فراگیری مهارت های اجتماعی و ... دخیل بود که سه مورد از مهمترین دلایل گوشه گیری یعنی: روش تربیتی والدین، نوع فعالیت های معلم و ضرورت فراگیری مهارت های اجتماعی مورد بحث و بررسی قرار گرفت تا با کاهش این عوامل از طرف خانواده و معلمان مشکل گوشه گیری دانش آموز بهبود یابد.

بلوچی و نودز (۱۳۹۹) در تحقیق اقدام پژوهی خود دریافتند که گردش های علمی، تشویق به سخن در حضور والدین، دوستان و بستگان و همچنین جرأت دادن به نوجوان بدین معنی که بتواند در برابر جمع سخن بگوید و در فعالیت های هنری و در نمایشنامه ها مشارکت کند، از جمله کارهایی است که مهارت های اجتماعی نوجوان را افزایش می دهد.

۲- توصیف وضع موجود:

در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ مهشید، دانش آموز پایه ششم مورد اقدام پژوهی قرار گرفت. همان اوایل سال به مدت سه روز در کلاس ها غایب بود. چون کلاس درس در اوایل به مدت دو هفته مجازی برگزار شد، و علاوه بر مهشید، دانش آموزان دیگر هم غایب بودند علت را پیگیری نکردم.

در روز های آینده، از وقتی وارد کلاس درس شد احساس کردم با بقیه دانش آموزان تفاوت دارد. به صحبت های بقیه دانش آموزان در مورد خودش واکنشی نشان نمی داد و در کلاس صحبت نمی کرد، مگر اینکه سوالی از او پرسیده شود. وقتی درسی که تدریس شده را از او پرسیدم متوجه شدم که درس را به خوبی آموخته است اما خیلی آرام صحبت می کند و به سختی می شد سخنان او را شنید. گوشه گیری، کم رویی و انزواطلبی عارضه ای است که باعث می شود کودک از برقرار کردن ارتباط با افراد و محیط خارج دوری کند. این کودکان نوعا با تقلیل یافتن علائق ذهنی و عاطفی نسبت به اطرافیان خود از داشتن دوستان نزدیک و صمیمی محروم اند. کودکی که کم رو و گوشه گیر است، معمولا از حضور در فعالیت های جمعی سرباز می زند و فقط با تک دوست خود که نوعا به او بسیار وابسته میشود اوقات خود را سپری می کند.

رفتار کم رویی و گوشه گیری، یکی از رفتارهای نسبتا شایع است که فرد را به شدت آزار می دهد و اگر درمان نشود او را به سمت و سوی مشکلات دیگری مثل عدم اعتماد به نفس، افسردگی، اضطراب و زودرنجی سوق خواهد داد. عدم احساس توانمندی و کمی عزت نفس و نیز ناتوانی در بروز احساسات، بیان افکار و نظریات خود باعث جدایی فرد از فعالیت های گروهی است. بدین منظور تصمیم گرفتم به دنبال دلایل رفتار وی باشم و راه حلی برای آن پیدا کنم.

۳- شواهد (۱):

الف) مشاهده رفتار دانش آموز در کلاس:



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

در کلاس درس آرام و ساکت بود و اگر به او توجه نمی شد گویا که در کلاس حضور ندارد. از دانش آموزان دیگر که در کلاس بودند در مورد او سوال میشد و می گفتند که با ما صحبت نمی کند و خودش تنهایی راه مدرسه را می آید. ابتدا فکر کردم که شاید به خاطر این است که با من آشنایی ندارد و به مرور بهتر خواهد شد اما یک ماه گذشت و باز همان رفتار را نشان می داد و برایم جالب بود که اگر سوال درسی از او می پرسیدم به این طرف و آن طرف نگاه می کرد. در صحبتی که با او داشتم سرش را پایین می انداخت و در هنگام صحبت کردن به صورت و چشمان من نگاه نمی کرد. از او راجع به خانواده و زندگی اش پرسیدم. به زحمت دو کلمه ای صحبت میکرد و با بله و خیر جواب می داد و اطلاعات زیادی از این صحبت به دست نیاوردم. در زنگ های تفریح هم در گوشه ای از حیاط مدرسه می ایستاد و بازی بقیه بچه ها را نگاه می کرد تا زنگ تفریح تمام می شد و دوباره به کلاس درس باز می گشت، بدون این که با کسی صحبتی داشته باشد.

درسی که تدریس می کردم و در کلاس می پرسیدم را جواب می داد و مشکل یادگیری نداشت. ولی پیگیر تکالیفش نبود و تمرین ها و تکلیف های روزانه اش را نمی نوشت. در کلاس درس، خودش را از دیگران دور می کرد و برای سوالات داوطلبانه دست بلند نمی کرد. مدام در هنگام نوشتن تکالیف به اطراف خود نگاه می کرد، بسیار خجالتی بود و همچنین اگر سوالی در حین تدریس در کلاس برایش پیش می آمد خودش سوالاتش را مطرح نکرده و گاهی اوقات از دوستش می خواست که سوال او را مطرح کند. در کلاس بعضی اوقات تنها با یک نفر که کنارش می نشیند صحبت می کرد. در بحث های گروهی و کلاسی و پرسش و پاسخ در کلاس هیچ زمانی داوطلب نمی شد و تنها زمانی که از او خواسته می شد برای پاسخگویی شفاهی در جلوی کلاس حاضر شود بسیار مضطرب و رنگ پریده حاضر می شد و قادر نبود به طور کامل به سوالات پاسخ دهد.

ب) مصاحبه با مدیر و سایر همکاران مدرسه:

در پاسخ به سوال اینکه آیا دانش آموز در سال های گذشته هم این رفتار را داشته است یا خیر؟ سراغ معلم سال قبل این دانش آموز رفتیم. به دلیل اینکه سال گذشته کلاس ها به صورت مجازی برگزار شده بود، از معلم سال قبل او اطلاعات زیادی حاصل نشد، معلم مهشید عنوان کرد که در سال قبل مهشید در ارسال تکالیفش نظم و انضباط نداشته و پیگیر ارسال به موقع تکالیفش نبوده است و تا وقتی با او تماس نگرفته تکالیفش را انجام نداده است. به سراغ مدیر این آموزشگاه رفتیم. وی ارتباط بیشتری با دانش آموزان داشته و در همین روستا هم زندگی می کند و با خانواده های دانش آموزان هم آشنایی دارد. طی صحبت هایی که با مدیر و معاون مدرسه داشتیم، مهشید در سال های قبل ساکت و گوشه گیر بوده است ولی امسال این رفتار بیش تر دیده می شود. پدر و مادر وی چند سالی است که از هم طلاق گرفته اند و هر کدام زندگی جدیدی را شروع کرده اند و مهشید چند ماهی است که با مادر بزرگ پدری اش زندگی می کند. در صحبتی که با مدیر مدرسه راجع به مهشید داشتیم، ایشان نیز به این موضوع اشاره کردند که او برای شرکت در هیچ یک از فعالیت های پرورشی و مسابقات مختلف فرهنگی - هنری و ورزشی مدرسه داوطلب نیست. حتی زمانی که مسئولیتی به صورت اجباری به او واگذار می شود قادر به انجام درست آن نیست چون نمی تواند با سایر دانش آموزان ارتباط موثر و خوبی داشته باشد.

ج) مصاحبه با پدر و مادر دانش آموز:

در تماس تلفنی از مادر مهشید خواستم به مدرسه مراجعه کند تا با او صحبتی داشته باشم. وی عنوان کرد که با همسر جدید در شهری دیگر سکونت دارد و نمی تواند مراجعه کند. و خواست که مشکل را با پدرش در میان بگذارم. بعد از مطرح کردن مشکل با پدر مهشید، از او خواستم تا کمی راجع به رفتار مهشید در منزل و نحوه برقراری ارتباط او با سایر اعضای خانواده و فامیل صحبت کند. طبق گفته های پدرش در منزل نیز بسیار آرام بوده، خیل ی ک م با پدرش صحبت می کند و مسائل و مشکلاتش را به ندرت در منزل مطرح می کند. اوایل مهشید با او و خانم جدیدش که یک دختر چهار ساله هم داشته زندگی می کرده است ولی در دو ماه گذشته به دلیل ناراضی همسر جدید او و همچنین مشکلات مادر مهشید، این دانش آموز برای زندگی به خانه مادر بزرگش فرستاده می شود. پدر اظهار داشت که با پیشنهاد مادر بزرگ درباره این تصمیم، مهشید خیلی بیش تر خوشحال شده و استقبال کرده است که با مادر بزرگش زندگی کند.

۴- تجزیه تحلیل اطلاعات (یافتن راه حل):

با توجه به اطلاعات به دست آمده در مرحله قبل، به عواملی که باعث گوشه گیری می شود؛ اشاره می گردد. یک کودک ممکن است به دلایل مختلف نتواند با کودکان دیگر ارتباط برقرار سازد. یکی از عوامل ممکن است ترس از عکس العمل هایی از قبیل مورد حمله واقع شدن، نادیده گرفته شدن، یا مورد تمسخر قرار گرفتن، تحقیر شدن مربوط باشد. دلیل دیگر ناتوانی کودک از فراگرفتن مهارت های مورد نیاز برای برقرار کردن ارتباط متقابل موثر و مفید با همسن و سال مربوط باشد. برای مثال، کودکی که نمی داند چگونه با دیگران بازی کند به احتمال زیاد ارتباط با کودکان دیگر را ناخوشایند و تشویش انگیز خواهد یافت در این صورت، کناره گرفتن از گروه بر اثر تقلیل اضطراب تقویت می شود.



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

کودکان، گوشه گیری اجتماعی آنان به کمبود مهارت‌های اجتماعی برمی‌گردد. کودکانی که نتوانند با دیگران ارتباط متقابل برقرار کنند دچار گوشه‌گیری می‌شوند که موجب توجه بیشتر افراد بزرگسال به کودک شده در نتیجه موجب تقویت مثبت «خجالتی» در کودک می‌شود. دانش آموزی که در جمع به سختی حاضر شده به دلیل گوشه‌گیری و خجالتی بودن ناشی از ضعف شخصیتی و عدم اعتماد به نفس و خود کم بینی نمی‌تواند شفاها با دیگران ارتباط داشته باشد خود را کنار کشیده و میدان بحث و گفتگو و تبادل نظر را به دیگران می‌سپارد، از باز گویی عقاید خود وحشت دارد، دچار مشکل می‌باشد. باتوجه به مطالعه پرونده تحصیلی و تربیتی این دانش آموز و اسناد و مدارک موجود در مدرسه و همچنین اطلاعات جمع آوری شده در رابطه با علل عدم اعتماد به نفس و مشاهده رفتار مهشید در کلاس و مصاحبه ای که با پدر و مادر وی داشتیم متوجه شدم از مهم ترین دلایل عدم اعتماد به نفس مهشید در کلاس می‌تواند این موارد باشد:

۱. طلاق پدر و مادر و ازدواج مجدد آنان و عدم ارتباط صمیمی و عاطفی با فرزند.
۲. آگاه نبودن والدین از مسایل و مشکلات روزمره دانش آموز.
۳. اعتماد به نفس پایین دانش آموز و دست کم گرفتن خود در مقابل سایرین.
۴. معاشرت و رفت و آمد کم خانواده مهشید با فامیل و دوستان و آشنایان

۵- انتخاب راه حل و اعتبار بخشی :

بعد از جمع آوری و تجزیه و تحلیل اطلاعات و کمک از سایر عوامل مدرسه و با مطالعه اقدام‌پژوهی‌هایی که در رابطه با گوشه‌گیری دانش آموزان انجام شده بود در آنها تاکید بر کارهایی بود که اعتماد به نفس دانش‌آموز را بالا ببرد و همچنین کارهایی که باعث ورود آنها به گروه‌ها و ارتباط بیشتر شود. به همین خاطر راه حل‌هایی اجرا شد که تعامل و مشارکت مهشید را افزایش دهد و بتواند راحت‌تر ارتباط برقرار کند.

راه حل‌های پیشنهادی:

۱. دادن مسئولیت در خانه و کلاس و انجام فعالیت کلاسی.
۲. شناسایی توانایی‌ها و استعدادها و او و تلاش در جهت رشد و شکوفایی آن‌ها و تشویق وی در کارهای گروهی و نمایشی.
۳. تشویق دانش آموز به خاطر کوچک‌ترین موفقیت‌های او.
۴. عدم مقایسه با دیگر دانش آموزان.
۵. صحبت با اولیا.
۶. چیدمان کلاس را به گونه‌ای تنظیم کنیم که با سایر دانش آموزان تعامل بیشتری داشته باشد.
۷. هر روز با دانش‌آموز در ارتباط باشیم و او را در مکالمه درگیر کنیم تا رابطه گرم برقرار کند و احساس امنیت بیشتری داشته باشد.

۶- اجرای راه حل و نظارت :

۱. از بین راه حل‌های ارائه شده سعی کردم بیشتر تمرکز بر روی صحبت کردن با والدین دانش‌آموز باشد. زیرا بیشتر اختلال رفتاری او را به نحوه‌ی برخورد و ارتباط والدین با دانش‌آموز می‌دانستم. پس در چند جلسه بحث و گفتگو، مشکل عاطفی و درسی او را به آنان یادآور شدم و با توضیح تأثیرات خانواده، آنان را از وظایفشان در زمینه‌ی تربیت فرزندشان آگاه کردم.

۲. با توجه به اینکه مهشید از جمع‌فراری بود و سعی می‌کرد در بیشتر اوقات تنها باشد بر آن شدم تا کاری کنیم که حضورش در کلاس مشخص تر و ارتباطات وی با دیگر دانش‌آموزان بیشتر از پیش باشد. لذا با دادن مسئولیت‌های متعدد در کلاس که جمع‌آوری تکالیف بچه‌ها و پاک کردن تابلو، بردن برگه حضور و غیاب به دفتر آموزشگاه از جمله‌ی این موارد بود در این راستا کوشیدم. برای دادن مسئولیت در کلاس و انجام فعالیت کلاسی. با عنایت به اینکه



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

اوایل او به تنهایی از عهده مسئولیت هایش بر نمی‌آمد لذا یکی دیگر از دانش آموزان را نیز به عنوان همراه و همیار وی برگزیدم و خودم نیز به طور نامحسوسی آنها را زیر نظر گرفتم. همیشه سعی می‌کردم تا طریقه صحیح و به موقع انجام دادن کارها را برایش شرح دهم. در بسیاری از موارد خودم کاری را انجام می‌دادم

و سپس از او می‌خواستم تا مثل من کارش را انجام دهد.

۳. بعد از انجام هر عمل مناسب و جمعی که قبلاً از مهشید ندیده بودم و نیز با اقدامات مثبتی که او در کلاس و ایفای وظایف محوله انجام می‌داد به تشویق وی در حضور دیگر دانش آموزان می‌پرداختم که این تشویق‌ها شامل دادن کارت امتیازی- دست زدن کلاس برای وی، اهداء جایزه و انتخاب وی به عنوان نماینده کلاس بود.

۴. معمولاً سعی ما بر این است که هیچ کدام از دانش آموزان را با هم مقایسه ننمایم، لذا در فعالیتهای کلاسی و انجام تکالیف مورد نظر، مهشید را فقط و فقط با خودش مقایسه می‌کردم و پس از مشاهده پیشرفت حتی اندک وی، آن را با تکالیف قبلی خودش مقایسه و به خاطر پیشرفت وی او را تشویق می‌کردم. هرگاه کار مثبتی را انجام می‌داد یا تکالیف خود را به خوبی انجام می‌داد یا بر عکس از عهده وظایفش بر نمی‌آمد او را با هیچ کسی مقایسه نمی‌کردم بلکه او را در هر مورد تنها با خودش مقایسه می‌کردم و مدام به او گوشزد می‌کردم که تو نسبت به قبل پیشرفت کرده ای یا در صورت کم کاری به او می‌گفت م مثلاً تو و روز گذشته این کار را به خوبی انجام دادی ولی الان دقت نکردی.

۵. با مشاهده فعالیت های مهشید پی بردم که او در طراحی و نقاشی و انجام دادن کارهای هنری استعداد دارد و به زیبایی انجام می‌دهد. با فراهم کردن و تشویق او برای شرکت در مسابقات مورد نظر نقاشی و هنری، فرصتی برای نشان دادن این استعداد وی فراهم شد.

۶. به دلیل این که کلاس درس فضای کوچکی داشت امکان چیدن نیمکت ها به شکل U شکل وجود نداشت. تعامل و ارتباط چهره به چهره دانش آموزان برقرار نمی‌شد. به همین دلیل بعضی دروس مثل بحث و گفتگوهای درس علوم، تفکر و پژوهش و... را در نمازخانه مدرسه تشکیل می‌دادیم. و دانش آموزان به صورت نیم دایره می‌نشستند.

۷. سعی کردم ارتباط نزدیکی با دانش آموز مورد نظر داشته باشم و به بهانه های مختلف با وی تماس می‌گرفتم. در روز تولد او هم با هماهنگی بچه ها در مدرسه برایش جشن تولد گرفتیم.

۷- شواهد (۲) توصیف وضع مطلوب :

با اجرای راه حل های ارائه شده نتایج زیر به صورت مشخص مشاهده گردید.

۱. پس از پذیرفتن مسئولیت های گوناگونی که بر عهده مهشید گذاشتیم مشاهده کردم که به مرور زمان اعتماد به نفس وی بیشتر شد. از انجام فعالیتهای گروهی لذت می برد و سعی می کرد تا آنجا که می تواند خود را در جمع قرار دهد و شرایط جمع را بپذیرد. ترس او از این که نتواند کارش را به درستی انجام دهد کاهش چشمگیری پیدا کرده بود و جرأت و پشتکارش بسیار بالا رفته بود.

۲. اندک اندک استعدادهای و توانایی های مهشید شروع به شکوفا شدن نمود. تکالیف خود را شخصاً انجام می داد. در درس املاء پیشرفت قابل ملاحظه ای داشت و تمرینات ریاضی را خودش انجام می داد. در درس بنویسیم قادر به بیان خاطرات، مشاهدات و داشته های خودش بود. زیبا سخن می گفت و به این طریق جلب توجه می نمود.

۳. پس از هر موفقیتی که تشویق می شد سعی در تکرار فعالیت هایی می نمود که او را به نتایج مناسب و دلخواهش می رساند. همواره در مسیری حرکت می کرد که بتواند از امتیازات بیشتر و بهتری برخوردار گردد. احساس خوشایندی که از تشویق در جمع نصیب او می شد فعالیت هایش را دوجندان می کرد و او را از حالت سکون زیاد به فعالیت وا می داشت.

۴. از اینکه با دانش آموزان دیگر مقایسه نمی شد و هر فعالیت و پیروزی یا شکست او فقط و فقط با خودش مقایسه می شد و دیگر سرکوفت دانش آموزان زرتنگ کلاس روحش را آزرده نمی کرد به او احساس خوشایندی می داد که این مسئله در تغییر رفتار او قابل مشاهده بود. همیشه سعی می کرد تکالیفش را به موقع انجام دهد و دقت می نمود تا جواب درستی برای هر پرسش بیابد.

۵. مهشید در گذشته اظهار داشت که به دلیل اینکه محل زندگی مادرش با روستا دور است خیلی کم او را ملاقات میکنند. با صحبتی که با خود دانش آموز داشتم خیلی خوشحال بود از اینکه مادرش هر ماه به دیدن وی می آید و ملاقات با مادرش در روحیه و تمرکز در درس خیلی تأثیر گذاشته بود. و همین انگیزه قوی ای برای وی به وجود آورده بود.

۶. اندک اندک ارتباط وی با اینجانب نزدیک تر شده. بیشتر مسائل و مشکلاتش را با بنده در میان می گذاشت و با همفکری همدیگر، وی را تشویق به حل آن مشکل می‌کردم.



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes



۷. در زنگ تفریح یکی از بچه های کلاس چهارم را دیدم که تنهایی در حیاط مدرسه بازی می کرد. از او خواستم که بازی اش را دو نفری با من ادامه دهند. وقتی به نزد او رفتم، منم بهش دعوتش را پذیرفت و با او ارتباط خوبی برقرار کرد.

۸- ارزیابی نهایی و اعتبار سنجی :

از آنجا که گوشه گیری کودکان معمولاً نه به صورت اجتناب از افراد بزرگسال بلکه به صورت کناره گیری از کودکان جلوه می کند، هدف درمان و قسمت عمده آن باید افزایش ارتباط متقابل با همسن و سالان کودک باشد. معلمان و والدین در رفع مشکل کودکان گوشه گیر نقش بسزایی دارند و با صمیمیت و محبت باید به تمام تغییرات رفتاری مناسب و موفقیت آمیز آنان توجه کرده، آنان را تشویق کنند و بدین وسیله کودکان را به سوی فعالیت های اجتماعی سازنده در مدرسه و خانه راغب سازند. بردن به گردش های علمی، تشویق به سخن گفتن در حضور والدین و دوستان و بستگان و جرات دادن به او بدین معنی که می تواند در میان جمع سخن بگوید و شرکت دادن در فعالیت های هنری و درسی، پرورشی، ایفای نقش در نمایشنامه ها از جمله اعمالی است که مهارت های اجتماعی دانش آموزان و کودکان را افزایش می بخشد و آنان را در مبارزه با گوشه گیری یاری می دهد. البته در هر کاری و در هر مشکل باید انسان توانایی خود را به کار ببندد تا بتواند هر کاری را به نحو احسن انجام دهد.

کودک کمرو هرچند که برای دیگران ناراحتی و رنجش ایجاد نمی کند ولی ممکن است به علت رنج ناشی از احساس نا امنی و بی کیفیتی در خود، جزء ناشادترین کودکان باشد. در نتیجه پیوسته به دنیای درون خویش پناه می برد و اگر در مورد رفتار غیر اجتماعی این قبیل کودکان و نوجوانان چاره ای اندیشیده نشود، احتمالاً خطرناکترین و مساعدترین وضع را برای ابتلا به اسکیزوفرنی خواهند داشت. هر چند که همه ی کودکان کم رو و منزوی به بیماری روانی دچار نمی شوند ولی تعدادی از آنان قربانی این بیماری خواهند بود. گوشه گیری، کم رویی و انزواطلبی عارضه ای است که باعث می شود کودک و نوجوان از برقرار کردن ارتباط با افراد و محیط خارج دوری کنند. این کودکان و نوجوانان نوعاً با تقلیل یافتن علائق ذهنی و عاطفی نسبت به اطرافیان خود از داشتن دوستان نزدیک و صمیمی محروم اند. نوجوانی که کم رو و گوشه گیر است معمولاً از حضور در فعالیت های جمعی سرباز میزند و فقط با تک دوست خود که نوعاً به او بسیار وابسته می شود اوقات خود را سپری می کند.

دانش آموزی که در جمع به سختی حاضر شده به دلیل گوشه گیری و خجالتی بودن ناشی از ضعف شخصیتی و عدم اعتماد به نفس و خود کم بینی نمی تواند شفاهاً با دیگران ارتباط داشته باشد خود را کنار کشیده و میدان بحث و گفتگو و تبادل نظر را به دیگران می سپارد، از بازگویی عقاید خود وحشت دارد، دچار مشکل می باشد باید بعنوان معلم وظیفه شناس با بکار گیری روشهای پیشنهادی فوق به دانش آموز کمک کنیم تا بهتر بر این احساس خود فائق آید. چنانچه متوجه شدیم که به سختی می تواند با احساس خود (گوشه گیری، انزوا) مواجه شود. باید از یک متخصص سلامت روانی کمک بگیریم.

در پایه ی ششم دانش آموزی داشتم که با خصوصیات ویژه ی خود نظرم را جلب کرده بود. او درس خوان و مؤدب ولی گوشه گیر و کم حرف بود. تصمیم گرفتم دلیل اختلال او را یافته و در صورت امکان آن را اصلاح نمایم.

علت گوشه گیری او کم توجهی اولیا و مربیان بود. در کلاس با وجود استعداد زیاد به علت کم حرفی و گوشه گیری به حال خود رها شده بود. و در خانواده نیز تنها بود و کسی را برای درد دل و صحبت نداشت.

مهمشید دوست نداشت و یا نمی توانست با دیگران رابطه ی مطلوب داشته باشد. چون یاد نگرفته بود درد دل کرده و به نظرات خود اهمیت دهد. او در بحث های هم کلاسی هایش کوتاه می آمد. چون کسی با او بحث نکرده بود. با اجرای طرحی ساده و قابل اجرا در کلاس و با کمک همکاران و دانش آموزان و اولیای او توانستم این اختلال او را اصلاح نمایم تا در آینده جوانانی سالم و برخوردار از توانایی های قابل بروز در جامعه ی ایران عزیز داشته باشیم.

برای اعتبارسنجی از تاثیر فعالیت های انجام شده اقداماتی صورت گرفت.

الف) مصاحبه با مدیر مدرسه:

از مدیر مدرسه درخواست کردم تا وضعیت دانش آموز مورد نظر را نسبت به گذشته بررسی نماید و وی از اعتماد به نفس دانش آموز در سر کلاس ها و حضور و مشارکت دانش آموز در فعالیت ها و مسابقات گروهی دانش آموزی بسیار ابراز رضایت نمود.

ب) مصاحبه با والدین دانش آموز:

در صحبتی که با پدر و مادر بزرگ دانش آموز داشتیم، آن ها نیز بیان داشتند که وضعیت فرزندشان در منزل نیز بسیار بهبود یافته و بیشتر کارهای خود را به راحتی و با اعتماد به نفس بالا انجام می دهد و در مهمانی ها شرکت فعال دارد.

۹- نتیجه گیری و پیشنهادات :

انسان موجودی اجتماعی است و نیاز است در اجتماع باشد تا بتواند یاد بگیرد و از خرد جمعی برای حل مشکلات خود استفاده کند. گوشه گیری و انزواطلبی یکی از رفتارهایی هست که مانع استفاده از خرد جمعی و بهره گیری از تجربیات و نظرات اطرافیان میشود. در این میان بروز چنین رفتارها در مدارس طبیعتاً در مسیر



کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

آموزش و یادگیری اخلاقی ایجاد کرد؛ چرا که دانش‌آموزان می‌بایست درباره موضوعات درسی به بحث و تبادل نظر بپردازند و برای موفقیت همدیگر تلاش کنند. امروزه علاوه بر این بسیاری از روشهای نوین تدریس بر یادگیری مشارکتی تاکید دارند؛ لذا می‌توان گفت با توجه به ضرورت مشارکت در فعالیتهای کلاسی؛ بایستی بستری فراهم شود تا دانش‌آموزان مهارت‌های اجتماعی را به خوبی فراگیرند و در کلاس درس در قالب گروه‌های مشارکتی مطالب را فرا بگیرند. لذا می‌توان نتیجه گرفت با تکیه بر مهارت‌های دانش‌آموزان و تقویت و افزایش انگیزه می‌توان اعتماد به نفس آن‌ها را بالا برد و با رشد اعتماد به نفس از گوشه‌گیری دانش‌آموزان جلوگیری نمود. مشکل مهشید، دانش‌آموز کلاس ششم، گوشه‌گیری بود که با تاکید بر روش‌های علمی و مشاوره با افراد اهل فن و متخصص تعلیم و تربیت، همکاری و مشارکت خود دانش‌آموز و والدین وی، این مشکل بهبود یافت. توجه کردن، دادن مسئولیت، محبت کردن، مشارکت دادن در امور منزل و مدرسه از جمله اقدامات مؤثری بود که به دانش‌آموز کمک کرد تا در شرایط عادی مانند سایر دانش‌آموزان به تحصیل و زندگی ادامه دهد.

پیشنهادهای

یکی از دلایل عمده بسیاری از اختلالات رفتاری و شخصیتی در کودکان و نوجوانان، ضعف در اعتماد به نفس و احساس خودارزشمندی (عزت نفس) است، بنابر این امروزه در اصلاح و درمان بسیاری از این اختلالات، پرورش و تقویت احساس عزت نفس و اعتماد به نفس و مهارت‌های فردی و اجتماعی آنان، نقش بسزایی ایفا می‌کند. از این رو با توجه به اهمیت عزت نفس در رشد شخصیت و سلامت روانی کودکان و نوجوانان، در جهت تقویت و افزایش آن، موارد زیر به والدین و دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت توصیه می‌شود:

- انتخاب دانش‌آموز گوشه‌گیر به عنوان سرگروه.
- دادن مسئولیت (درسی، غیردرسی) بهترین گزینه برای حل مشکل گوشه‌گیری دانش‌آموزان است.
- دادن آگاهی و تذکرات لازم به خانواده دانش‌آموز جهت محبت در حد متعارف، دادن مسئولیت، تشویق در قبال کار مثبت می‌تواند اعتماد به نفس آنان را افزایش دهد.
- برقراری رابطه نزدیک (صمیمانه) با دانش‌آموز گوشه‌گیر.
- خواندن کتاب‌های مناسب در کلاس در مورد گوشه‌گیری و عواقب آن.
- شرکت دادن دانش‌آموز گوشه‌گیر در کارهای گروهی و نمایشی.
- اجرای نمایشنامه در مورد گوشه‌گیری توسط دانش‌آموزان کلاس.
- تشویق دانش‌آموز گوشه‌گیر در قبال کار مثبت.
- برگزاری گردش‌های علمی و اردو‌ها به منظور تعامل با سایر دانش‌آموزان بسیار مفید است.
- فراهم کردن زمینه برای ارائه گزارش و سخنرانی پیرامون مسائل درسی و کارگاهی توسط این چنین دانش‌آموزان برای برطرف کردن مشکل گوشه‌گیری آنان مفید است.

منابع:

بخش مراجع در انتهای مقاله قرار می‌گیرد و عنوان آن دارای شماره نیست. شماره مراجع پایانی به ترتیب حروف الفباء می‌باشد. تمام مراجع حتماً باید در متن مقاله مورد ارجاع واقع شده باشند.

- احمدی، افسانه؛ محمودنژاد، دنیا؛ بازدار، معصومه؛ علیمرادی، ناصر (۱۳۹۹). چگونه توانستم انزواطلبی و گوشه‌گیری دانش‌آموزم را برطرف کنم؟. ماهنامه آفاق علوم انسانی، سال ۴، شماره ۳۸، ص ۴۳-۵۱.
- بلوچی، رسولبخش؛ سالاری نودژ، مسعود (۱۳۹۹). چگونه انزوا و گوشه‌گیری در دانش‌آموزان را رفع کنیم؟، اولین کنفرانس ملی پژوهش‌های کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت، میناب.
- رنگیان، فائزه؛ رنگیان، محمدجواد (۱۳۹۹). بررسی علل گوشه‌گیری یکی از دانش‌آموزان دختر پایه پنجم دبستان آموزش و پرورش ناحیه ۱ بندرعباس در سال تحصیلی ۹۷-۹۶. اولین کنفرانس ملی پژوهش‌های کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت، میناب.
- شفیع‌آبادی، عبدالله (۱۳۹۱). راهنمایی و مشاوره کودک. تهران: انتشارات سمت.
- کیخا، عالمه؛ شاهبازی، حلیمه (۱۳۹۷). بررسی برخی مشکلات رفتاری ناشی از گوشه‌گیری و انزوا در دانش‌آموزان دبستانی شهرستان زابل. کنفرانس ملی دستاوردهای نوین جهان در تعلیم و تربیت، روانشناسی، حقوق و مطالعات فرهنگی اجتماعی، دوره ۱.