

مدیریت تقویت نشاط و امید به زندگی

مقدمه

امروزه پس از سال‌ها بحث و جدل و نظریه‌پردازی درباره توسعه و شاخص‌های آن، صاحب‌نظران اقتصادی و اجتماعی شاخصی به نام شاخص توسعه انسانی را به عنوان معیار توسعه یافتگی مطرح کرده‌اند. توسعه انسانی شامل ۳۲ جدول و ۲۰۰ شاخص مختلف است و مواردی نظیر نرخ امید به زندگی، نرخ باسوادی، دسترسی به آب سالم، تبعیض بین زنان و مردان، فقر و فاصله طبقاتی جزء متغیرهایی‌اند که در تبیین جایگاه توسعه انسانی هر کشور نقش دارند.

اما محور همه این متغیرها سه شاخص اساسی است. به عبارت دیگر برای رسیدن به شاخص توسعه انسانی، اقتصاددانان از سه شاخص اصلی، که به عقیده ایشان بخش عمده‌ای از واقعیت‌های اقتصادی در آن‌ها نهفته است، استفاده می‌کنند. بهداشت و سلامت با شاخص نرخ امید به زندگی، علم و دانش با شاخص باسوادی و وضعیت اقتصادی با شاخص درآمد سرانه، سه متغیر اصلی‌اند که سه ضلع شاخص توسعه انسانی را تشکیل می‌دهند.

بنابراین هرگاه بخواهیم به توسعه انسانی و در حقیقت به توسعه پایدار دسترسی پیدا کنیم، باید بتوانیم در زمینه هر یک از این سه شاخص اساسی به پیشرفت و بهبود دست یابیم. برای بالابردن نرخ یکی از سه شاخص اساسی، یعنی نرخ امید به زندگی، راه‌های گوناگون وجود دارد. توجه به بهداشت عمومی و سلامت کودکان، گسترش خدمات پزشکی، کنترل بیماری‌ها، واکسیناسیون به موقع و... از راه‌های افزایش نرخ امید به زندگی در جامعه است.



زهره صباغیان

کارشناس زبان انگلیسی - سمنان

یکی دیگر از راه‌های افزایش نرخ امید به زندگی، مجهز کردن افراد به مهارت‌های اساسی زندگی و توجه به بهداشت روانی است، که این مقاله قصد دارد به آن بپردازد.

مهارت، به معنای به کار بستن اصول و راهبردهای نظری آموخته شده در حل مسائل و موقعیت‌های عینی است، (غنی آبادی، ۱۳۷۸) و مدارس به مثابه پل‌های ارتباطی بین خانه و اجتماع، همواره بیش‌ترین نقش را در این زمینه بر عهده دارند. ما در این مقاله می‌خواهیم به نقش مدارس در آموزش مهارت‌های زندگی و تأثیر آن بر امید به زندگی بپردازیم.

مدارس امروز

انسان در تمام دوران زندگی خویش در حال یادگیری است و این آموختن گاه به خانواده و اجتماع و زمانی به برخی از نهادها و سازمان‌ها سپرده می‌شود. (میرحسینی، ۱۳۸۳) از میان نظام‌های مختلف اجتماعی امروز، نظام آموزش و پرورش به حق از بزرگ‌ترین و پیچیده‌ترین ابداعات بشری محسوب می‌گردد (صافی، ۱۳۸۱) که بیش‌ترین سهم را در آموختن بر عهده دارد.

در بسیاری از کشورها این اعتقاد اساسی وجود دارد که آنچه در جامعه می‌گذرد، اعم از رفتار مردم، تعاملات آن‌ها با یکدیگر و... ناشی از کیفیت آموزش و پرورش است. (شعبانی، ۱۳۸۲)

مدرسه، نخستین جامعه‌ای است

که کودک در آن گام می‌نهد و اگر درست عمل کند عامل مهمی در پرورش مهارت‌های زندگی محسوب می‌شود. کودکان و نوجوانان، دوازده سال در مدرسه زندگی می‌کنند، یاد می‌گیرند و ساخته می‌شوند. اولین تجربه‌های زندگی اجتماعی کودکان در محیط مدرسه فراهم می‌شود و بسیاری از برداشت‌های ذهنی، پیش‌فرض‌ها، باورها و بازخوردهای آنان نسبت به زندگی در مدرسه و در کلاس درس، مورد آزمون، سنجش و تجربه قرار می‌گیرد. (افروز، ۱۳۷۸) به همین دلیل گفته شده است

مدرسه‌های امروز در حال فروپاشی، غم زده، ایستا و میرنده‌اند. دانش‌آموزان در این مدرسه‌ها، گاه به جای نشاط و طراوت و شادابی، نفرت و انزجار و به جای مهربانی و عشق ورزی، حسادت و کینه‌توزی را می‌آموزند.

که مدرسه سرچشمه‌ی مناسبات اجتماعی و رفتارها و کردارهای نسل آینده است و در بلندمدت کل جامعه محصول فرهنگی آن قلمداد می‌شود. (زرهانی، ۱۳۷۹)

دانش‌آموزان حدود دوازده سال از عمر خویش را صرف یادگیری مطالبی می‌کنند که در مدرسه‌ها تدریس می‌شود. اما



ورزی، حسادت و کینه‌توزی را می‌آموزند. (کریمی، ص ۱۵)

زنگ مدرسه به جای ایجاد شور و نشاط روانی و شوق و اشتیاق اجتماعی، در اغلب موارد ناخوشایند و اضطراب‌آور است. بچه‌ها احساس می‌کنند که اغلب آن چه در مدرسه به آن‌ها عرضه می‌شود با نیازهای سنی و زندگی واقعی آن‌ها بی‌ارتباط است. فرایند یاددهی - یادگیری برانگیزاننده و شوق‌آور نبوده، مطالب درسی هم به زندگی روزمره و اکنون آن‌ها مرتبط نیست. در نتیجه دانش‌آموزان در این مدارس از محرک‌های بالنده و شوق‌های سازنده محروم شده، امید به زندگی، موفقیت و کنجکاوی، شادابی و طراوت

تحصیلی جای خود را به یأس و شکست، بی‌تفاوتی و پرخاشگری داده است. (همان، ص ۲۷) در این نظام آموزشی، نگرش‌ها و روش‌های حاکم بر مدارس فاقد شور و نشاط بوده، به همین دلیل برانگیزاننده و تحقق‌دهنده استعدادها و نیازهای فطری و مقتضیات آتی دانش‌آموزان نیست.

مدرسه پیشرو

با توجه به این که عده قابل توجهی از دانش‌آموزان، محیط فیزیکی و اجتماعی مدرسه را ملال‌آور و کسالت‌بار، فاقد تحرک و پویایی، شادی و نشاط و در برخی از موارد خفقان‌آور می‌دانند، و نیز با توجه به این که مدارس فعلی نتوانسته‌اند به بسیاری از اهداف آموزش و پرورش از جمله شناخت استعدادها، ایجاد مهارت‌های لازم برای زندگی و... جامعه عمل بپوشانند، باید راه‌کارهای مؤثری برای رفع این مشکلات اندیشیده شود؛ و درست به همین دلیل است که امروزه در سطح بین‌المللی با اصطلاحی به نام «مدرسه پیشرو» مواجهیم. این اصطلاح از تعریف تازه‌ای که از آموزش و پرورش ارائه شده، گرفته شده است. مفهوم آموزش و پرورش امروز معادل با مفهوم یادگیری است و مفهوم یادگیری از انتقال دانش، وسیع‌تر گردیده، دارای چهار مفهوم



آن چه در این دوازده سال آموخته می‌شود، همه آن چیزی نیست که از آموزش و پرورش انتظار می‌رود. صاحب‌نظران، هدف‌های اصلی آموزش و پرورش را در قالب پنج اصل زیر مطرح می‌کنند:

- ۱- یادگیری عمیق مباحث مندرج در برنامه‌های درسی.
- ۲- تقویت روحیه مطالعه و تحقیق در دانش‌آموزان.
- ۳- شناخت استعدادها و هدایت آنان.
- ۴- ایجاد مهارت‌های لازم برای اشتغال در جامعه.
- ۵- فراگیری مهارت‌های لازم برای زندگی اجتماعی مناسب. (اینترنت)

اما آن چه در نظام تعلیم و تربیت رسمی ما می‌گذرد، تناسب زیادی با این اهداف ندارد.

برنامه‌های درسی که معمولاً با حجم بالای عناوین و مطالب درسی همراه‌اند و نوعاً روش‌های تدریس غیرفعال را می‌طلبند، نتیجه‌ای جز محفوظات پروری به جای پرورش خلاقیت و ابتکار و شناخت استعدادها نداشته و نوجوانان ما را با نوعی کم‌نشاطی مواجه ساخته‌اند. (عصاره، ۱۳۸۰)

مدرسه‌های امروز در حال فروپاشی، غم‌زده، ایستا و میرنده‌اند. دانش‌آموزان در این مدرسه‌ها، گاه به جای نشاط و طراوت و شادابی، نفرت و انزجار و به جای مهربانی و عشق



مدرسه پیشرو مدرسه‌ای است که ضمن آموزش علوم تجربی، مفاهیم ریاضی، زبان و علوم اجتماعی، کوشش جهت داری نیز برای ایجاد فرصت‌های علمی، تعریف مهارت‌های زندگی و آموزش آن به دانش‌آموزان فراهم می‌کند و به طور کلی مهارت‌های لازم را برای داشتن یک زندگی موفقیت‌آمیز به دانش‌آموزان یاد می‌دهد.



اصلی زیر است:

دلیل است که در کشورهای توسعه یافته به موازات آموزش علوم و فنون به جنبه‌های دیگری چون توسعه خود، رشد هیجانی و عاطفی، تمرکز حواس، تفکر، کنترل خود، مهرورزی، نوع دوستی، محبت به دیگران، مدیریت در رفتار و اخلاق نیک، امیدواری به زندگی نیز در متن برنامه‌ریزی‌های آموزشی و تربیتی، تحت عنوان مهارت‌های زندگی، وارد شده است. در چنین شرایطی است که تربیت از «دالان مدرسه» به «گستره جهان هستی» وارد می‌شود و شوق زیستن، با شور و نشاط دانستن، یگانه می‌شود. (کریمی، ص ۱۷)

تجارب کشورهای مختلف نشان می‌دهد که بهترین سن

- ۱- یادگیری برای دانستن
- ۲- یادگیری برای عمل کردن
- ۳- یادگیری برای زندگی کردن
- ۴- یادگیری برای با هم زندگی کردن (ماهنامه تربیت، ۱۳۸۰)

ویژگی و شاخصه مهم مدرسه پیشرو، توجه به تمام ابعاد وجودی و شخصیتی دانش‌آموز در مدرسه است و وظیفه مدرسه پیشرو است که مهارت‌های زندگی را به دانش‌آموز بیاموزد و علاوه بر آموزش مهارت‌های زندگی، فرصت تمرین آن‌ها را نیز در کلاس و مدرسه به وجود آورد. (اینترنت)

مدرسه پیشرو مدرسه‌ای است که ضمن آموزش علوم تجربی، مفاهیم ریاضی، زبان و علوم اجتماعی، کوشش جهت داری نیز برای ایجاد فرصت‌های علمی، تعریف مهارت‌های زندگی و آموزش آن به دانش‌آموزان فراهم می‌کند و به طور کلی مهارت‌های لازم را برای داشتن یک زندگی موفقیت‌آمیز به دانش‌آموزان یاد می‌دهد. (سرکارآرانی، ۱۳۷۸)

آموزش و پرورش مدرن به این مسئله مهم پی برده و معتقد است که یادگیری باید از همان کودکی، همه ابعاد زندگی را پوشش دهد و به همین



برای آموزش مهارت‌های زندگی بین ۶ تا ۱۶ سال است و بهتر است آموزش مهارت‌های زندگی در سنین نوجوانی یا قبل از آن انجام شود. زیرا آگاهی داشتن از مسائل و داشتن مهارت‌های لازم برای مقابله با مشکلات، به فرد توانایی و قدرت می‌بخشد.

بدون شک همه ما گاهی در زندگی با چالش‌ها و مشکلاتی مواجه می‌شویم. در جریان این دشواری‌ها، در اختیار داشتن منابع و مهارت‌هایی که به ما کمک می‌کند تا به بهترین شکل ممکن از عهده حل مشکل خود برآیم، تسلی بخش و امیدوار کننده است. (کلینکه، ۱۳۸۱) مدرسه مناسب‌ترین محل برای فراگیری این مهارت‌هاست. آموختن مهارت‌هایی چون مقابله با آسیب و ضربه روحی، شکست، افسردگی، تنهایی، کمرویی، طرد شدگی، اضطراب، خشم، از دست دادن عزیزان، بیماری، اختلافات و... در مدرسه، توانایی مبارزه با مشکلات را در فرد افزایش می‌دهد و او را به زندگی امیدوارتر می‌سازد.

تا دیروز هدف آموزش و پرورش ابتدایی این بود که کودک در خواندن، حساب کردن و نوشتن مهارت یابد. اما امروزه در آموزش و پرورش نوپدید، افزون بر این مهارت‌ها، نیازهای جدیدی در قالب کسب مهارت‌های زیستن، حل مسئله در موقعیت‌های جدید زندگی و نیز چگونگی رویارویی با چالش‌های هزاره سوم مطرح شده است. (کریمی، ۱۷) این

مباحث توانایی مقابله با مشکلات را در دانش‌آموزان افزایش داده، آن‌ها را برای زندگی آینده در جامعه آماده‌تر و موفق‌تر می‌سازد. زیرا هرگاه دانش‌آموز در مدرسه طرز برخورد با مشکلات، ضربه‌ها و ناملازمات زندگی را آموخته باشد و نحوه مقابله و رویارویی با تردیدها، ناکامی‌ها، غم‌ها و غصه‌ها، ترس‌ها و خصومت‌ها و پایداری و حفظ ایمان و عقیده را یاد گرفته باشد، به آسانی دست از تلاش نکشیده، امیدوارانه به فعالیت و زندگی خود ادامه می‌دهد. به عبارت دیگر، هرگاه مدرسه نتواند مهارت‌های اساسی زندگی را به دانش‌آموزان انتقال دهد، آنان به علت فقدان توانایی‌های لازم و اساسی در رویارویی با مسائل زندگی، آسیب‌پذیرتر بوده، امید کم‌تری به موفقیت و زندگی دارند.

در مدارس مدرن و پیشرو، مهارت در حل مسئله، مهارت در تصمیم‌گیری درست، مهارت در طرح هدف‌های واقع‌بینانه زندگی، مهارت در تفکر انتقادی و خلاق و مهارت در برقراری ارتباطات انسانی از جمله مهارت‌هایی‌اند که زیاد به آن‌ها توجه می‌شود.

یکی از روش‌هایی که با آموزش آن به نسل آینده می‌توان آن‌ها را در برخورد با مسائل و مشکلات یاری داد، مهارت حل مسئله است. نتایج پاره‌ای از تحقیقات نشان می‌دهد کودکانی که گوشه‌گیر، پرخاشگر و ناسازگارند، فاقد توانایی مزبور بوده، در مقایسه با افرادی که با این مهارت آشنایی

دارند، کم‌تر در مقابل فشارهای روانی و ناکامی مقاومت نشان می‌دهند. مقایسه افرادی که از توانایی فوق‌برخوردارند با افرادی که فاقد این توانایی‌اند، نشان می‌دهد که کودکان دسته اول در مقابل استرس‌های شدید، تعارض و ناکامی مقاوم‌ترند و در مواجهه با مشکلات، آن‌ها را بهتر حل کرده، از قوه تفکر و اندیشه خود به خوبی استفاده می‌کنند و به ندرت احساس ناآرامی و یأس می‌کنند.





مهم‌ترین مؤلفه شاد بودن، امید به زندگی است. (اینترنت) به عبارت دیگر، بین شاد بودن و امید به زندگی رابطه‌ای مستقیم و دوطرفه وجود دارد. به این معنی که هر چقدر انسان شاداب و با نشاط باشد، امیدواری او نسبت به آینده و زندگی خود بیش‌تر است و در مقابل، هر چقدر امید به زندگی در انسان قوی‌تر باشد، با شادی و نشاط بیش‌تری زندگی خواهد کرد. یکی از اهداف تعلیم و تربیت باید معنادار کردن زندگی و فرایند خوب زیستن باشد. اگر شادی و نشاط در مدرسه نباشد، زیستن برای یادگیری و یادگیری برای زیستن متعالی محقق نخواهد شد. (کریمی، ص ۳۴)

منابع:

کتاب‌ها:

- ال. کلینکه، کریس (۱۳۸۱): مهارت‌های زندگی (جلد اول)، ترجمه شهرام محمد خانی، تهران، انتشارات اسپند هنر.
- شعبانی، حسین (۱۳۸۱): مقدمات برنامه‌ریزی آموزشی، تهران، انتشارات عابد.
- صافی، احمد (۱۳۸۱): مدیریت و نوآوری در مدارس، تهران، انتشارات انجمن اولیا و مربیان.

مجلات:

- افروز، غلامعلی (۱۳۷۸): «رابطه‌ها: خانواده‌ها و مدرسه‌ها، ماهنامه پیوند، انجمن اولیا و مربیان، شماره ۲۴۰، ص ۲۲.
- آل یاسین، میترا (۱۳۸۰): «شادی و نشاط در محیط مدرسه»، ماهنامه تربیت، شماره ۱.
- اصول زیربنایی در برنامه‌ها و معاونت پرورشی، ماهنامه تربیت، شماره ۱.
- زرهانی، سید احمد (۱۳۷۹): «مدرسه پویا»، ماهنامه پیوند، انجمن اولیا و مربیان، شماره ۲۵۴، ص ۱۸.
- سرکارآرانی، محمدرضا: (۱۳۷۸) «آموزش و پرورش در قرن بیست و یکم»، ماهنامه پیوند، انجمن اولیا و مربیان، ص ۱۲۸.
- عصاره، علیرضا (۱۳۸۰): «نوجوانان و جوانان ایرانی، بیم‌ها و امیدها»، ماهنامه پیوند، انجمن اولیا و مربیان، شماره ۳-۲۶۱، ص ۵۲.
- غنی‌آبادی، خدیجه سادات (۱۳۷۸): «پدر و مادر عزیز! آیا به نقش حیاتی خود در شکل‌گیری شخصیت فرزندتان اندیشیده‌اید؟»، ماهنامه پیوند، انجمن اولیا و مربیان، شماره ۲۲۱، ص ۳۲.
- کریمی، عبدالعظیم: تربیت طربناک.
- میرحسینی، عصمت (۱۳۸۳): «راه‌های کاربردی و عملیاتی ایجاد تقویت، نشاط و شادابی در مدارس، با رویکرد حفظ ارزش‌ها»، ماهنامه تربیت، سال نوزدهم، شماره هفتم، ص ۱۵.

اینترنت:

- ETVTO. IR / OSTAD ON LINE / COURSES. ASP? A= 308 \ P=8.
- MEHRNEWS. IR / FA / NEWS PRINT. ASPX? NEWS ID= 104308.
- PEYKESANJESH. COM / P. ARCHIVE / HTML / 367 / YADDASHT / HTM.

در کشورهای توسعه یافته به موازات آموزش علوم و فنون به جنبه‌های دیگری چون توسعه خود، رشد هیجانی و عاطفی، تمرکز حواس، تفکر، کنترل خود، مهرورزی، نوع دوستی، محبت به دیگران، مدیریت در رفتار و اخلاق نیک، امیدواری به زندگی نیز در متن برنامه ریزی‌های آموزشی و تربیتی. تحت عنوان مهارت‌های زندگی، وارد شده است. در چنین شرایطی است که تربیت از «دالان مدرسه» به «گستره جهان هستی» وارد می‌شود و شوق زیستن، با شور و نشاط دانستن، یگانه می‌شود.



هنگامی که مدرسه مکانی برای آموختن مهارت‌های کاربردی زندگی باشد، برای دانش‌آموزان شوق‌انگیز و نشاط آور خواهد بود. دانش‌آموزان در این مدارس با حوصله و اشتیاق به عمق مطالب پی می‌برند، آن‌ها را می‌فهمند، تجربه می‌کنند و به زندگی خود مرتبط می‌سازند. از این رو با ذوق و شوق به مدرسه آمده، امید به موفقیت و زندگی در آن‌ها تقویت می‌گردد. زیرا نشاط و انبساط موجب شکوفایی استعدادها می‌شود و انسان شاداب، پویا و پرتحرک به زندگی امیدوار گردیده، برای رسیدن به اهداف خود سرسختانه تلاش می‌کند.