

امتحان آرام و برخورد مناسب با کارنامه تحصیلی فرزندان

دکتر محسن ایبانی
استادیار دانشگاه تربیت مدرس

مقاله

فرایند تعلیم و تربیت دربرگیرندهٔ امور و مسائل مختلف است. اگر به عناصر یک برنامه‌ریزی درسی (CURRICULUM) نظری بیفکینیم، در می‌یابیم که حاوی چهار عنصر اساسی شامل: اهداف (AIMS)، محتوا (CONTENT)، روش‌ها (METHODS) و ارزشیابی (ASSESSMENT) است.

امتحان و ارزشیابی که چهارمین عنصر برنامهٔ درسی است، می‌تواند از اهمیت بسیار برخوردار باشد. در برنامه‌ریزی درسی، براساس نیازهای فرد و جامعه و نیز آرای متخصصان، مجموعه اهدافی عرضه می‌شوند که احیاناً دارای تضاد و تناقض اند و باید از دو صافی «فلسفهٔ اجتماعی» و «روانشناسی تربیتی» بگذرند تا در نهایت اهداف آموزشی تأمین شوند. سپس برای تحقق این اهداف باید تلاش‌های لازم صورت گیرد، محتوای مناسب آموزشی فراهم گردد و معلمان نیز با تلاش‌های بی‌وقفهٔ خویش از روش‌های نوین تدریس بهره بگیرند. پس از طی این مراحل نوبت به ارزشیابی می‌رسد. در این مرحله از آموزخته‌های دانش‌آموزان امتحان به عمل می‌آید تا میزان پیشرفت تحصیلی آنها تعیین گردد. اگر چنین فعالیتی انجام نشود، سایر فعالیت‌ها

نیز ابر بافی می‌ماند یا برنامه‌ریزی درسی به حد کمال خود نمی‌رسد.

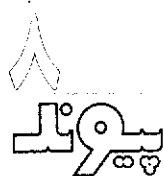
امتحان (TEST) کردن دانش‌آموزان فواید فراوان در بردارد. به عنوان مثال، معلم مشاهده می‌کند که به یکی از سؤالات امتحان هیچ یک از دانش‌آموزان پاسخ نداده‌اند یا پاسخ درست نداده‌اند و بدین ترتیب در می‌یابد که او نتوانسته است به خوبی از عهدهٔ طرح مبحث مربوط به آن سؤال برآید و لذا تصمیم می‌گیرد که در جلسات بعدی کلاس به توضیح و تبیین دقیق‌تر آن مبحث بپردازد تا اشکالات مربوط برطرف شود.

هم‌چنین دانش‌آموزی که زمان لازم را برای فراگیری مطالب امتحان مصروف نداشته و نمرهٔ خوب دریافت نکرده است، در می‌یابد که نمرهٔ پایین او حاصل عدم تلاش وی است و لذا برای کسب نمرهٔ بهتر باید به طور جدی کوشش کند. فایدهٔ دیگر امتحان این است که دانش‌آموزان را به مطالعه و مرور درس‌ها وادار می‌دارد و این امر در ثبات یادگیری مؤثر است. اما مشکل این است که برگزاری امتحانات مکرر بر میزان اضطراب و نگرانی دانش‌آموزان و والدین آنها می‌افزاید. مناسب نبودن سؤالات امتحان، بالا بودن سطح دشواری سؤالات و نیز شرایط امتحان و فضای حاکم بر آن، اضطراب را تشدید می‌کند. این امر گاه سبب می‌شود که دانش‌آموز تصور کند ممکن است از شدت نگرانی برگهٔ امتحانی خود را سفید به معلم تحویل دهد. از این حالت تحت عنوان «اضطراب و روزهٔ سفید امتحان» یاد می‌شود. در این میان، والدین می‌توانند با ایفای نقش مناسب خود مانع بروز اضطراب در فرزندان شده، با اتخاذ تدابیر لازم، آرامش را برای آنان به ارمغان آورند.

در این مقاله به بیان شیوه‌ها و روش‌هایی می‌پردازیم که با استفاده از آنها، دانش‌آموزان می‌توانند با آرامش بیش‌تری امتحانات را پشت سر بگذرانند و کارنامه‌های مطلوب دریافت کنند. از سوی دیگر، باید متذکر شویم که برخورد با کارنامهٔ دانش‌آموزان نیز شیوه‌های خاص خود را دارد که بی‌توجهی به آنها موجب بروز مشکلاتی در روابط فرزند با والدین می‌گردد. به علاوه، ممکن است زمینهٔ افت تحصیلی یا بی‌علاقگی به تحصیل را در آنان فراهم آورد. لذا به منظور کاهش آسیب‌پذیری‌های دانش‌آموزان در برابر برخوردهای غیر مناسب برخی از والدین نیز راهکارهایی در این مقاله ارائه می‌شود. امیدواریم در اثر کار بست راهکارهای ارائه شده بتوانیم شرایط بهتری برای فرزندان خود فراهم کنیم.

امتحان در مدرسه

آزمون‌های پیشرفت تحصیلی انواع مختلف دارد و هدف از اجرای آنها سنجش میزان تسلط افراد بر محتوای درسی یا آموزخته‌های آنان در زمینه‌های گوناگون درسی است. این آزمون‌ها برای ارزشیابی تشخیصی، تکوینی و پایانی مورد استفاده قرار می‌گیرند. اگر نحوهٔ تدوین آزمون مدنظر باشد، آزمون‌های



شریه ماهانه آموزشی - تربیتی
خرداد ۱۳۸۷
شماره ۳۳۲

پیشرفت تحصیلی به تنوع استاندارد شده و معلم ساخته تقسیم می‌شوند و اگر کاربرد آن‌ها مورد نظر باشد، آزمون‌های تشخیصی، تک موضوعی و مجموعه آزمون را شامل می‌شوند. از جنبه دیگر، آزمون‌های پیشرفت تحصیلی یا هنجار مدارند یا ملاک‌مدار. آزمون استاندارد شده، مراحل منظم و خاصی دارد. آزمون معلم ساخته، توسط معلم برای اندازه‌گیری و ارزیابی میزان یادگیری شناساگردان ساخته می‌شود و آزمون‌های تشخیصی نیز برای سنجش مهارت‌ها و توانایی‌هایی مانند درست خواندن متن، یادگیری علوم، ریاضیات و غیره صورت می‌گیرد. آزمون‌های تک موضوعی برای اندازه‌گیری توانایی یادگیرنده در یک موضوع درسی، مثل ریاضی و... اجرا می‌شود. مجموعه آزمون نیز برای سنجش پیشرفت تحصیلی یادگیرندگان در یک پایه مشترک یا درباره مجموعه‌ای از موضوعات درسی تدوین می‌گردد. هدف آزمون‌های هنجار مدار، مقایسه آزمون‌ها با هم است و آزمون ملاک‌مدار نیز با هدف تعیین میزان تسلط آزمون‌ها بر محتوای درسی اجرا می‌شود. بدین ترتیب، کاربرد آزمون هنجار مدار، برای گزینش داوطلبان و امتحان آن است و کاربرد آزمون ملاک‌مدار، برای هدایت آزمون‌دهی به منظور دستیابی به سطحی از چیرگی در محتوای درسی است. در مدرسه به از آزمون‌های ملاک‌مدار استفاده می‌شود و سوالات با توجه به هدف‌های درسی طرح می‌شوند. در ارزیابی تشخیصی، تکوینی و پایانی، برای اندازه‌گیری عملکرد یادگیرندگان از آزمون ملاک‌مدار استفاده می‌گردد.

آماده کردن فرزندان برای موفقیت در امتحانات

● باید ترتیبی اتخاذ شود که فرزندان فضایی مناسب برای مطالعه داشته باشند تا بتوانند به خوبی تمرکز کنند. تمرکز، لازمه یادگیری مطالب است. به‌طور قطع، محیط پرسر و صدا و فضاهای پر از تنش و درگیری، جایی مناسب برای یادگیری نخواهد بود. پس کاهش تعارضات میان والدین و نیز اصطکاک‌های میان والدین و فرزندان باید مورد توجه قرار گیرد.

● مدیریت زمان به عنوان یکی از مهارت‌های زندگی باید به فرزندان آموخته شود تا اوقات مناسب زندگی را به هدر ندهند. یکی از علل بروز اضطراب این است که فرزندان در طول سال تحصیلی به خوبی درس نمی‌خوانند و مطالعه دروس را به شب امتحان موکول می‌کنند و همین امر موجبات نگرانی آن‌ها را فراهم می‌کند و با حالت اضطراب راهی جلسه امتحان می‌شوند. پس به فرزندانتان بیاموزیم که استمرار و پیوستگی در مطالعه درس‌هایشان را مدنظر قرار دهند. به گفته شاعر:

رهر و آن بیست که گه تند و گه خسته رود
رهر و آن است که آهسته و پیوسته رود

● دیگر عامل نگران کننده دانش‌آموزان این است که بدون تسلط بر مفاهیم درسی وارد جلسه امتحان شوند. برای رفع این مشکل نیز باید اقداماتی انجام دهیم. از جمله این که از معلم جبرانی استفاده کنیم. اگر دانش‌آموز بخواهد صرفاً با اتکا بر محفوظات و بدون فهم مطالب امتحان بدهد، قطعاً نمی‌تواند از عهده آزمون به خوبی بر آید. جان لاک، فیلسوف انگلیسی، می‌گوید: اگر دانش‌آموزان مطالب کمی را بدانند و آن را به خوبی فهمیده باشند، به مراتب بهتر از آن است که حجم زیادی از مطالب را در ذهن خود داشته باشند، ولی آن‌ها را نفهمیده باشند. لذا باید به دانش‌آموزان توصیه کرد:

می‌کوش به هر ورق که خوانی
تا معنی آن تمام دانی

● حمایت‌های روانی والدین از فرزندان نیز می‌تواند به عنوان عاملی در جهت کاهش اضطراب نفسی مؤثر ایفا کند. به نحوی که آنان با اتکا به نظر والدین خویش قوت قلب یافته، از اعتماد بنفس بیش‌تری برخوردار می‌شوند و بدین ترتیب سطح اضطراب آنان کاهش می‌یابد. دانش‌آموزی می‌گفت: روزی که مادرم به من می‌گوید: تو درس را به خوبی فرا گرفته‌ای و کاملاً مسلط هستی، آن روز بی‌دغدغه در جلسه امتحان حاضر می‌شوم و بدون داشتن اضطراب از عهده امتحان به خوبی بر می‌آیم.

● داشتن توقعات بیش از حد از دانش‌آموزان، چه از سوی والدین و چه از سوی اولیای مدرسه، می‌تواند موجبات بروز نگرانی در آنان را پدید آورد. پس اگر پایین‌تر از حد توان دانش‌آموزان از آن‌ها انتظار داشته باشیم، آن‌ها به کم کاری و کسب نمرات پایین عادت می‌کنند. اما اگر مقداری بالاتر از حد توان فرزندانتان انتظار داشته باشیم، آن‌ها را به تلاش و تکاپو وادار می‌داریم. برای مثال اگر از دانش‌آموزی که با همه سعی و تلاش خود نمره ۱۴-۱۳ می‌گیرد، بخواهیم که نمره بیست بگیرد، او دچار اضطراب می‌شود. اگر از او بخواهیم که سعی کند نمره قبولی بگیرد، نمره وی کاهش می‌یابد و ممکن است نمره ۱۰-۱۲ بگیرد، اما اگر بگوییم که سعی کند نمره ۱۷-۱۶ بگیرد، او را به تلاش و تکاپوی بیش‌تر وادار می‌داریم.

● وجود باورهای غلط، یا به تعبیر ایلیس (ELLIS)، باورهای بیمارگونه، عامل ایجاد اضطراب است. در این حالت، اگر دانش‌آموزی که مثلاً نمره ۱۴-۱۳ می‌گیرد به خود بگوید که حتماً باید بیست بگیرد، اضطراب پیدا می‌کند. زیرا انتظاری که از خود دارد فوق توان و استعداد اوست. لذا باید از طریق درمان‌های شناختی باور بیمارگونه او اصلاح شود و به باور صحیح در مورد خود دست پیدا کند.



● مشکل دیگر، وجود خودگویی های منفی است. برای مثال، دانش آموزی که به خود می گوید: نمره ام در امتحان بد می شود، این امر سطح اضطراب او را بالا می برد. لذا در این گونه موارد باید به فرزندمان پیاموزیم که به خود تلقین مثبت کرده، با خودگویی های مثبت سطح اضطراب خویش را پایین بیاورد. برای مثال به خود بگوید: نمره من در امتحان خوب می شود. روش ها و تکنیک های کاهش اضطراب فراوان است و می توان از طریق روان درمانی، روان کاوی و رفتار درمانی و با استفاده از تن آرامی (RELAXATION) و حساسیت زدایی منظم و پسخوراند زیستی (بیوفیدبک) به درمان اضطراب مبادرت کرد و حتی در موارد خاص، با استفاده از داروهای ضد اضطراب به کاهش اضطراب و درمان آن پرداخت. بدیهی است که برای این کار باید از درمانگران با تجربه و متبحر بهره جست.

شیوه های مواجهه با کارنامه تحصیلی دانش آموزان

نحوه مواجهه با کارنامه دانش آموزان نیز امری بسیار مهم است و گونه های متفاوت دارد. در این قسمت به برخی از حالت های مواجهه با کارنامه دانش آموزان اشاره می کنیم.

۱- در حالت اول، دانش آموز در همه درس ها و مواد امتحانی نمره عالی کسب کرده است. در این وضعیت باید به نحو شایسته او را تشویق کرد و پاداشی متناسب با علایق و نیاز وی به او اعطا کرد تا بدین ترتیب عشق و علاقه او به یادگیری محفوظ ماند.

۲- در حالت دوم، دانش آموز دارای کارنامه ای است که نشان می دهد در برخی از دروس نمرات عالی و در برخی درس ها نمرات متوسط کسب کرده است. در این شرایط باید بر نمرات خوب او تأکید کنیم و بعد یادآور شویم که اگر بیش تر تلاش کند می تواند در درس های دیگر هم نمرات بهتری بگیرد. اسدوار ساختن دانش آموز، نقشی مؤثر در پیشرفت تحصیلی وی خواهد داشت.

۳- گاه در کارنامه دانش آموز هم نمرات خوب و عالی وجود دارد و هم نمرات سطح پایین، اما قابل قبول. به عبارت دیگر، دانش آموز قبول شده است، اما نمرات پایین سطح معادل را حیلی کاهش داده است. برخوردی که در حالت دوم گفته شد در این جا هم می تواند مصداق داشته باشد. علاوه بر آن می توان به دانش آموز گفت که آماده هر گونه کمک به او هستیم، از حمله این که برای او معلم خصوصی بگیریم تا به درس های ضعیف او کمک کند یا به یک مشاور مراجعه کنیم و از رهنمودهای او استفاده کنیم. البته کارنامه دانش آموز بیانگر وضعیت استعدادهای فرزندمان ما نیز می باشد، چرا که معلمان با دادن نمرات امتحان، استعداد فرزندمان را به ما معرفی می کنند. پس اگر فرزند ما در درس ریاضی نمرات خوبی گرفته، استعداد خوب ریاضی دارد و می تواند در دبیرستان در رشته ریاضی فیزیک به تحصیل خود ادامه دهد.

۴- در حالت دیگر، برخی نمرات دانش آموز خوب، برخی متوسط و برخی ضعیف است و مثلاً در برخی درس ها نتوانسته است نمره قبولی بگیرد. در این شرایط نیز باید نمرات خوب را تشویق و برای نمرات ضعیف چاره اندیشی کرد و به دانش آموز نیز هشدار داد. در این حالت مراجعه به مشاور و روان شناس امری قطعی و ضروری است و باید دانش آموز را به نحوی برای حضور در جلسات مشاوره ترغیب کرد.

۵- گاهی همه نمرات یا اغلب نمرات دانش آموز ضعیف و غیرقابل قبول است و ممکن است فقط در یکی دو درس نمرات قبولی. اما پایین تر از متوسط اخذ کرده باشد. در این حالت با مراجعه به یک مرکز مشاوره می توانیم به خوبی از علل پدید آمدن چنین رخدادی آگاه شویم و برای کمک به دانش آموز اقدامات لازم را انجام دهیم. در صورتی که دانش آموز با کمکها و راهنمایی های یک مشاور به پیشرفت تحصیلی دست یافت که نعم المطلوب. اما اگر استعداد ادامه تحصیل را نداشت یا به ادامه آن علاقه مند نبود و مشاوران و متخصصان مختلف نیز

به اندازه نمره بیست است. گاهی نیز ممکن است ارزش نمره بیست در حد سیزده باشد و آن وقتی است که سطح دشواری سؤالات پایین بوده، دانش‌آموزانی که معمولاً در آن درس نمره سیزده می‌گرفتند، یا حتی همه کلاس نمره بیست گرفته‌اند. لذا این نمره بیست در واقع همان نمره سیزده است.

به طور کلی، اگر دانش‌آموزی همه تلاش خود را به عمل آورد و شب و روز کوشش کرد اما به رغم آن نتوانست نمرات عالی اخذ کند، ممکن است که هوش و استعداد او بیش از این به وی اجازه ندهد که نمرات سطح بالا دریافت کند. پس برای این دانش‌آموز باید ارزش قائل باشیم، چرا که او فردی تلاشگر و علاقه‌مند است. اما داشتن این دو ویژگی کافی نیست و هوش و استعداد هم باید در کنار این دو قرار گیرند تا شاگرد به جایی برسد.

پس، اگر شاگردان را با شیوه‌های مطالعه صحیح آشنا کنیم، محیطی مناسب برای آنان فراهم کنیم و برای حل مشکلات آن‌ها به موقع به مدرسه و مشاورین سررزیم، امید بیش‌تری برای پیشرفت تحصیلی آنان خواهیم داشت. برخوردهای مناسب با کارنامه دانش‌آموزان نیز می‌تواند موجبات پیشرفت تحصیلی آنان را فراهم آورد. مادری می‌گفت: اگر در کارنامه فرزندم یک نمره ضعیف باشد، آن را به سر فرزندم می‌گویم و می‌گویم تو یک سال زحمت ما را به باد داده‌ای. این گونه برخوردها از اشتیاق دانش‌آموزان به علم و یادگیری می‌کاهد و مانع پیشرفت تحصیلی آن‌ها می‌شود. پس باید برای مشکلات تحصیلی دانش‌آموزان چهارم‌دیشی کرده، بگوییم:

مشکلی نیست که آسان نشود
مرد باید که هراسان نشود



نتوانستند با شیوه‌ها و فنون متفاوت مشکل او را حل کنند، ترغیب او به حضور در بازار کار، در صورتی که در سن مناسب برای انجام کار باشد، می‌تواند به عنوان راه حل مطرح بشود که به آن راهنمایی حرفه‌ای می‌گویند.

شایان ذکر است که در همه موارد و همیشه باید به جایگاه نمرات دانش‌آموزان در کلاس درس و رتبه آنان در میان دانش‌آموزان کلاس توجه داشت و صرفاً مقدار نمره را نشانه‌ای دقیق برای ارزیابی سطح علمی دانش‌آموز ندانست. برای مثال ممکن است با دیدن نمره سیزده در کارنامه دانش‌آموز خود برآشفته شویم و او را سرزنش کنیم، در حالی که صرفاً براساس نمره نباید قضاوت کنیم، بلکه باید بررسی کنیم و ببینیم رتبه او در کلاس درس و در میان شاگردان دیگر چیست. گاهی وقتی به مدرسه مراجعه می‌کنیم درمی‌یابیم که «سطح دشواری» سؤالات امتحان بالا بوده و فرزند ما که نمره سیزده گرفته است توانسته بالاترین نمره کلاس را در درس مربوط کسب کند و این امر جای تشویق و تحسین دارد، چرا که ارزش این نمره سیزده

منابع:

- ایمانی، محسن، آسیب‌شناسی مطالعه، تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
- ایمانی، محسن (۱۳۸۶)، کلاس اولی‌ها، تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
- بازرگان، عباس (۱۳۸۰)، ارزشیابی آموزشی، تهران: سمت.
- حسینی، سید مهدی، راهنمایی تحصیلی و سیستم‌های مختلف آن.
- دادستان، پریخ (۱۳۷۰)، روان‌شناسی مرضی تحولی از کودکی تا نوجوانی، تهران: دریا.
- شاتو، ژان (۱۳۶۹)، مربیان بزرگ، ترجمه غلامحسین شکوهی، تهران: سمت.
- سیف، علی‌اکبر، تغییر رفتار و رفتار درمانی.
- دانیل، مک، راهنمایی در مدارس امروز، ترجمه شکوه نوایی‌نژاد.

