

خوب شنیدن عاملی اساسی جهت رسیدن به یک مدرسه کارآمد (راهکارهای عملی ویژه مربیان)

محقق و نگارنده: لیدا کاکیا- دانشجوی دکتری تخصصی تعلیم و تربیت
عضو بنیاد ملی نخبگان - مشاوره مدارس - پژوهشگر برتر کشور

مقدمه

۱۰ درصد یادگیری از طریق شنوایی صورت می‌گیرد در مجموع ۹۴ درصد کل یادگیری ما از طریق دیدن و شنیدن یعنی در اندام گوش و چشم است.

گوش دادن فعال هنر و مهارت‌های است که جلب اعتماد و درک مقابل را به همراه دارد و به ما کمک می‌کند تا پیچیدگی‌های شخصیتی و روانی فرد را بهتر تشخیص داده و از بسیاری سوء تفاهم‌ها جلوگیری کنیم، به این سبب معتقدند، گوش دادن پایه‌ی برقراری ارتباط است. ارتباط خوب و مؤثر با دیگران نیازمند «بودن» در کنار آن‌ها نیست، چون که ارتباط از یک سو رساندن پیام به شخص دیگر است ولی از سوی دیگر درک آن چیزی است که دیگری می‌کوشید به ما بگوید، گاهی در فرآیند ارتباطی به وجود می‌آید که از سوی گوینده نیست بلکه از شنونده است. مهمترین مهارتی است که به ما کمک می‌کند تا بتوانیم درک درست و منطقی از کلام و احساس دیگری داشته باشیم، «گوش دادن» است.

گوش دادن فعال را بایستی آموخت و تمرین کرد، کسانی که توانسته اند مهارت خوب گوش دادن را بیاموزند و از ارتباط بهتری برخوردار گشته اند که موفقیت آن‌ها را در زندگی تضمین نموده است.

خوب شنیدن یعنی:

- یافتن معنای گفتار دیگران در ذهن خود.
- کسب مهارت موفقیت تحصیلی.
- تمرکز بر پیام‌های دیگران.
- افزایش قدرت یادگیری.
- افزایش تفاهم ما با دیگران.
- ابزار علاقه، نگرانی و توجه به دیگران.
- افزایش روحیه ی مشارکت جویی و کارگروهی.
- کمک به خود آگاهی و گسترش شناخت از خود و دیگران.

هدف‌ها

- برداشت کامل و درست و مناسب تر منظور دیگران.
- تشویق دیگران به بیان و ابزار آزادانه و صادقانه مسائل خود.

- تقویت ارتباط و تعامل خود با دیگران.

- جلوگیری از سوء تفاهم‌ها.
- بالا بردن تجربه ی عملی و فکری.
- کمک به درک گفته های دیگران.

راهکارها

- توانا کردن کودکان در حس شنوایی برای خوب شنیدن و توجه به دیگران.
- کمک به کودکان برای لذت بردن از صداهای موجود در طبیعت.
- توانمند کردن در حس شنوایی.
- افزایش قدرت شنوایی.
- کمک به کودکان تا بتوانند توانایی شنوایی و قدرت خوب آن را به دست بیاورند.
- بتوانند احساس خود را درباره ی صدا های موجود در طبیعت توصیف کنند.
- توانا کردن در خوب شنیدن نسبت به دیگران.

فعالیت (۱)

- با کودکان درباره خوب گوش دادن صحبت کنید. می‌توانید از آنها این سؤال‌ها را بپرسید: آیا تا به حال درباره گوش دادن فعال شنیده اید؟
- گوش دادن فعال یعنی چه؟
- درباره دقت و تمرکز بروی صداهای طبیعت چه می‌دانید؟
- این که در برخورد با اطرافیان، دوستان و همه چیز در طبیعت گوش دادن چه نقشی دارد؟
- اگر گوش شنوا داشته باشیم ولی از روی بی‌دقتی خوب نشنومیم چه می‌شود؟
- به همه کودکان فرصت بدهید تا درباره گوش دادن فعال صحبت کنند. و سپس مربی هم نظر خود را بیان نماید و به یک جمع بندی کلی برسید.

فعالیت (۲)

- از دانش‌آموزان بخواهید آرام روی صندلی‌های خود بنشینند، و چشم‌هایشان را ببندند و تنها به صداهای اطراف و محیط بیرون گوش دهند.
- بعد از ۶ دقیقه چشم خود را بازکنند و به این سئوالات پاسخ دهند:
- چه صداهایی را نشنیدید؟
- چه احساسی درباره این صداها داشتید؟
- آیا وقتی می‌بینید و می‌شنوید بهتر درک می‌

کنید تا فقط وقتی می‌شنوید و چشمانتان بسته است؟

- گوش دادن چه احساسی در شما ایجاد کرد؟ سپس اجازه دهید تا همه دانش‌آموزان اظهار نظر کنند و شما یک جمع بندی هدفمندی از صحبت‌ها داشته باشید.

فعالیت (۳)

یک داستان زیبا از باغی آرام و پُر از گل برای دانش‌آموزان تعریف کنید. آنان چشم‌های خود را ببندند و تنها به صدای شما گوش دهند اگر دوست داشتند سر خود را روی میز بگذارند و تنها به صدای شما گوش دهند.

مربی می‌تواند با توجه به سن و پایه تحصیلی دانش‌آموزان از کتاب‌های مخصوص این سن استفاده کند. این کتاب‌ها در کتابخانه مدرسه هم موجود است.

مثال: کتاب قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب. مربی با صدایی آرام نوشته‌ها را برای بچه‌ها بخواند. سپس از دانش‌آموزان جزئیات داستان را بپرسید و یا یکی از آنان و یا به صورت گروهی داستان را تعریف کنند به این ترتیب حس شنوایی آنان تحریک می‌شود و دقتشان بیشتر می‌گردد.

فعالیت (۴)

داستانی را برای دانش‌آموزان تعریف کنید بعد از آنکه خوب گوش دادند باید بتوانند درباره آن داستان و یا تصویری از آن نقاشی کنند. پس این نقاشی مستلزم خوب گوش دادن دانش‌آموزان به داستان شماست.

فعالیت (۵)

یک قطعه موسیقی و یا شعر و یا دکلمه ای را برای دانش‌آموزان بگذارید تا ابتدا خوب گوش کنند و سپس قطعاتی از آن را به ذهن بسپارند و تکرار نمایند.

فعالیت (۶)

از دانش‌آموزان بخواهید در فاصله خانه تا مدرسه یا مدرسه تا خانه صداهایی را که می‌شنوند به ذهن بسپارند و روز بعد از تک تک آنان صداهایی را که شنیده‌اند بپرسید.

مانند: صدای پرندگان - صدای رودخانه- صدای شورشور آب- صدای ماشین‌ها- صدای

فعالیت (۱۱)

در این فعالیت می توان با دانش آموزان در مورد گوش ندادن فعال صحبت کرد:

اگر خوب گوش ندهیم چه اتفاقی می افتد؟ سپس به همه ی دانش آموزان فرصت دهید تا در بحث شرکت کنند و نظر خود را عنوان نمایند.

فعالیت (۱۲)

شعری برای دانش آموزان بخوانید که موضوع آن گوش دادن فعال باشد و سپس به آنان فرصت دهید تا نمایشی در مورد این شعر اجرا کنند.

یک حرف زیبا،

یک صحبت خوب

یک گوش شنوا

یک نگاه بینا

من دانش آموزم

شنوا و بینا

خوب می شنوم با

دو گوش شنوا

آهسته و بلند

همه را می شنوم

در شنیدن کنجکاو و

دقیق

نسبت به حرفها دقیقم و متمرکز

کم حرفم و خوش شنوا

دوست دارم شنیدن فعال را.

فعالیت (۱۳)

مربی می تواند از دانش آموزان مستعد، هنرمند و علاقه مند کمک بگیرد تا صدای چند برنده، آبخار و... را از خود خارج کنند و بچه ها با شنیدن خوب بتوانند نوع صدا را تشخیص دهند.

فعالیت (۱۴)

مربی می تواند با استفاده از نوار و ضبط صوت و یا CD صداهایی را برای دانش آموزان بگذارد بدون تصویر تا آنها با خوب شنیدن به ترتیب نام صداها را بگویند.

مثلاً صدای شورشور آب - آبخار- صدای

این فعالیت می تواند به طرق مختلف انجام گیرد:

مثال:

- کلیدی دانش آموزان را در بازی شرکت دهید هر دانش آموز یک جمله زیبا بگوید، دانش آموز دیگر که کنار او قرار گرفته باید جمله دوست خود را کامل بشنود و سپس بدون اشتباه تکرار کند و یک جمله هم از خود بگوید و سپس دانش آموز دیگر جمله دوست خود به علاوه جمله ای زیبا و پرمعنا از خود بگوید. این تمرین مستلزم خوب گوش دادن به صحبت ها یکدیگر است.

بدین ترتیب دانش آموزان هم باید خوب گوش کنند تا جمله دوست خود را عیناً تکرار کنند و هم باید تمرکز خوبی داشته باشند تا جمله ای زیبا و غیر تکراری از خود بگویند سپس این بازی آنقدر ادامه خواهد داشت تا همه به جز یک نفر بسوزند و برنده ی بازی مشخص شود.

فعالیت (۹)

مربی می تواند به دانش آموزان بگوید که مسیر از خانه تا کلاس زبان و یا از خانه تا کلاس های ورزشی یا سایر کلاس هایی که می رود را شناسایی کند و صداهایی که ارزش شنیدن دارند را به خاطر بسپارد و در کلاس گزارش دهند و یا مسیر خانه تا مسجد را.

فعالیت (۱۰)

در این فعالیت مربی می تواند از دانش آموزان بخواهد تا به صورت گروهی نمایشی اجرا کنند و یا پانتومیمی طراحی کنند که مفاهیم گوش دادن فعال را برساند.

- خاموش کردن عوامل مزاحم مانند رادیو، تلویزیون، ضبط صوت، قطع تلفن منزل با تلفن همراه، نصب کاغذ بر روی در اتاق که «لطفاً مزاحم نشوید».

- طراحی نمایشی که دانش آموزان مجبور شوند صحبت های یکدیگر را تکرار کنند و جمله ای هم به آن بیفزایند تا گوش دادن فعال را تجربه کنند.

قطار- صدای هواپیما- صدای تلویزیون و...

فعالیت (۷)

موضوعی را مطرح کنید تا دو به دو و یا به صورت گروه های ۳ تا ۶ نفره درباره آن موضوع با هم گفتگو کنند و سپس نتیجه بحث خود را در کلاس مطرح نمایند.

مانند موضوع شادی، صلح، دوستی، بردباری، فروتنی، احترام، مسئولیت، همکاری، راستی، آزادی و...

که بیان نتیجه بحث مستلزم خوب گوش دادن بچه ها به صحبت های یکدیگر است.

فعالیت (۸)

می توانید یک داستان را کامل یا تا نیمه تعریف کنید سپس آنان یا بقیه داستان را بگویند و یا نتیجه داستان را بیان کنند.

شیده بیشتر از گوش دادن، حرف می زند او خوب به صحبت های دیگران گوش نمی داد، مرتب در سرجا خود تکان می خورد، نمی توانست در هنگام صحبت کردن و یا گوش دادن آرام بنشیند و چشم در چشم طرف مقابل فقط گوش دهد.

المیرا یکی دیگر از دانش آموزان کلاس بود او به طور جدی به صحبت های دیگران گوش می داد. با سر صحبت های دیگران را تأیید می کرد- دارای خزانه لغات و واژگان غنی بود و وقتی صحبت می کرد دیگران جذب صحبت حمید می شوند او در درس هم بسیار موفق بود.

- حالا شما از این داستان واقعی چه نتیجه ای می گیرید؟

- این داستان چه مفهومی داشت؟

- چرا شیده ناموفق بود؟

- چرا المیرا محبوب و موفق بود؟

و در ادامه می توانیم به کمک دانش آموزان داستان را نقد کنیم؟

فعالیت (۹)

این فعالیت می تواند به طرق مختلف انجام گیرد:

مثال:

کلیدی دانش آموزان را در بازی شرکت دهید هر دانش آموز یک جمله زیبا بگوید، دانش آموز دیگر که کنار او قرار گرفته باید جمله دوست خود را کامل بشنود و سپس بدون اشتباه تکرار کند و یک جمله هم از خود بگوید و سپس دانش آموز دیگر جمله دوست خود به علاوه جمله ای زیبا و پرمعنا از خود بگوید. این تمرین مستلزم خوب گوش دادن به صحبت های یکدیگر است.

بدین ترتیب دانش آموزان هم باید خوب گوش کنند تا جمله دوست خود را عیناً تکرار کنند و هم باید تمرکز خوبی داشته باشند تا جمله ای زیبا و غیر تکراری از خود بگویند سپس این بازی آنقدر ادامه خواهد داشت تا همه به جز یک نفر بسوزند و برنده بازی مشخص شود.

فعالیت (۹)



دو برابر گوش کنیم و یک برابر صحبت کنیم.
و در اینجا باز درباره خوب گوش داده با
دانش‌آموزان وارد صحبت شوید.

فعالیت (۲۱)

از دانش‌آموزان بخواهید به گروه‌های ۳ تا ۶
نفره تقسیم شوند و سپس از هر گروه بخواهید یک
نمایش آماده کنند. بهتر است نمایش‌ها هر کدام
یک مزاحمت خوب نشنیدن را به تصویر بکشد.
مثال ۱- بعضی از دانش‌آموزان مشغول مطالعه
هستند ولی دانش‌آموزان دیگر با سرو صدا برای
آنان مزاحمت ایجاد می‌کنند.

مثال ۲- دو دست با هم دعوا می‌کنند و هیچ
کدام حاضر نیستند صحبت دیگری را بشنوند.

مثال ۳- پدر و مادر فرزندنتان را راهنمایی
می‌کنند ولی فرزند گوش نمی‌دهد.

سپس به هر گروه فرصت دهید تا درباره نمایش
خود فکر کنند و بهترین نمایش را متناسب با
موضوعات طراحی نمایند.

فعالیت (۲۲)

مربی می‌تواند در این فعالیت بعضی از
فعالیت‌های قبلی را تکرار کند و یادآوری نماید.

فعالیت (۲۳)

به دانش‌آموزان بگویید تصویر کسانی را که
خوب گوش می‌دهند بکشند. افرادی که دو برابر
گوش می‌دهند و یک برابر حرف می‌زنند.

فعالیت (۲۴)

از دانش‌آموزان بخواهید که شعرها و دکلمه‌های
این قسمت را حفظ کنند و سرصف یا در کلاس
بخوانند.

و دانش‌آموزان دیگر معنی آن را بگویند.

فعالیت (۲۵)

شعر زیر را برای دانش‌آموزان بخوانید.

من دارم می‌سازم در ذهنم آرامش

هم زیبا هم کم حرف هم دانا هم ساده

می‌گیرم از دنیا سکوت و نرمش را

می‌ریزم در دریا حرف‌های خوبان را

من با گوشم می‌شنوم دو برابر

من با زبانم می‌گویم همه چیز را یک برابر

فعالیت (۲۶)

مربی می‌تواند یا خود و یا یکی از دانش‌آموزان را
برگزیند تا در گوشه‌ای از کلاس صدایی تولید کند
مثلاً ضربه زدن به میز و یا ضربه زدن به پنجره و
یا با قاشق و ظرف تولید صدا کند و دانش‌آموز
دیگری که از کلاس خارج شده بود وارد کلاس
شود و بتواند صدا را و جهت آن را جستجو کند که
این باید به نوبت به همه دانش‌آموزان برسد تا بدین
وسیله حس شنوایی آنان تقویت گردد.

این مقاله بخشی از کتاب در حال انتشار

نویسنده با عنوان «مهارت‌های اساسی

موفقیت تحصیلی» می‌باشد.

توجه و دقت خود را زیاد کنم

از همه اینها

احساس خوبی دارم

کسی از درونم می‌گوید:

که چقدر دوست داشتنی هستی

من از این مسئله

احساس خوبی دارم

با دانش‌آموزان درباره‌ی این موضوع صحبت
کنید که خوب گوش دادن یکی از مهمترین
مهارت‌های موفقیت تحصیلی است.

فعالیت (۱۷)

حالا دانش‌آموزان را تشویق کنید تا خوب گوش
دادن را نقاشی کنند. دقت و توجه در شنیدن را به
تصویر بکشند.

هنگام نقاشی می‌توانید صدای چهچه پرنده‌گان و
یا قطعه موسیقی آرامی پخش کنید.

فعالیت (۱۸)

از دانش‌آموزان بخواهید، تصاویری از روزنامه‌ها،
مجلات و کتاب‌های مندرس را پیدا کنند که احترام
به صحبت کردن دیگران را نشان می‌دهد- گوش
دادن فعال را به تصویر کشیده است- توجه و تمرکز
بر روی صحبت دیگران را نشان می‌دهد.

سپس این تصاویر را کنار هم قرار دهید و درباره
هر یک با دانش‌آموزان به بحث و گفتگو بنشینید.

فعالیت (۱۹)

دانش‌آموزان را مقابل یکدیگر بنشانید و به یک
دانش‌آموز بگویید تا صحبت کند و دانش‌آموز دیگر
با دقت به صحبت‌های او گوش دهد و با اشاره سر،
صحبت‌های دوست مقابل خود را تأیید کند.

و سپس جای دانش‌آموز شنونده فعال و سخنگو
عوض شود.

فعالیت (۱۰)

به دانش‌آموزان بگویید همان گونه که دست
برای نوازش کردن است و پا برای راه رفتن
می‌باشد، گوش هم برای گوش دادن است همان
گونه که خداوند به ما دو گوش داده و یک زبان تا

پرنده‌گان- صدای شلوغی خیابان - صدای قطار-
هوایما- ماشین- اتوبوس و...

مربی باید به همه دانش‌آموزان فرصت پاسخ
دادن به صداها را بدهد.

فعالیت (۱۵)

دانش‌آموزان می‌توانند نمایش عروسکی بدهند.
برای این کار آن‌ها را تشویق کنید تا عروسک‌های
مختلفی درست کنند:

- مواد لازم: پاکت، دستکش، کاغذ، مقوا، چسپ،
وسایل زینتی، کاموا، دکمه، پوپک و...

- عروسک انگشتی با پارچه

- عروسک‌های پاکتی

- عروسک‌های مقوایی

- و عروسک‌های دستکشی

دانش‌آموزان را راهنمایی کنید تا شخصیت‌های
کم حرف، پر حرف، شنونده فعال، ناشنوا و ... را به
نمایش بگذارند.

و سپس از فعالیت‌های آنان نتیجه‌گیری کنید
و خودشان را وارد بحث نمایید.

فعالیت (۱۶)

شعر زیر را برای دانش‌آموزان بخوانید. آن‌ها را
تشویق کنید که با دقت به شعری که شما برای
آن‌ها می‌خوانید، گوش بدهند. سپس درباره
موضوع شعر با هم گفت و گو کنید.

وقتی آرام می‌نشینم و به صحبت‌های معلم
گوش می‌دهم، و دقت می‌کنم احساس خوبی
دارم.

وقتی به صحبت‌های پدر و مادرم احترام
می‌گذارم احساس خوبی دارم.

وقتی به خواهر و برادرم بزرگم احترام می‌گذارم
و به حرفشان گوش می‌دهم احساس خوبی دارم

وقتی به خواهر و برادر کوچکم احترام می‌گذارم
و صحبت‌هایشان را می‌شنوم احساس خوبی دارم

کسی از درونم می‌گوید:

که به صحبت‌ها خوب گوش دهم

گوش دادن فعال داشته باشم