

املاي بدون ترس!

مهدي قيداري

سرگروه پايه ي اول شهرستان ميانه

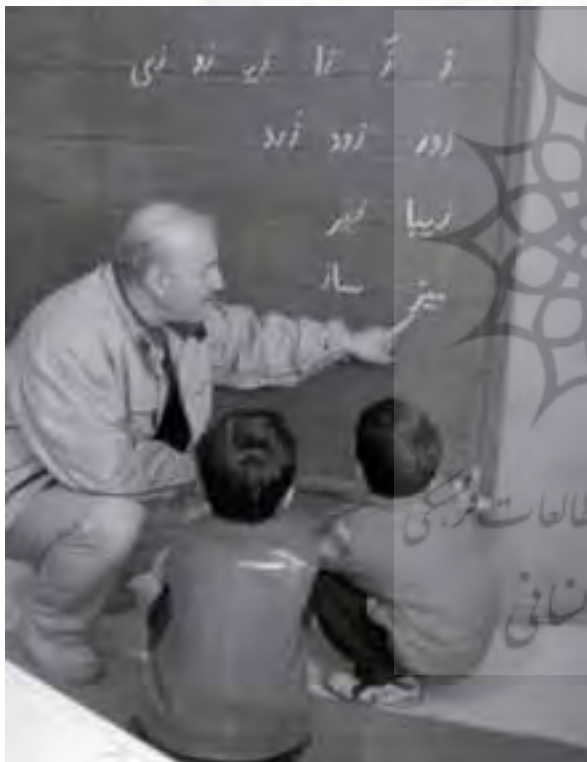
چكيده ي يك اقدام پژوهي درباره ي رفع ترس و اضطراب از درس املاي پايه ي اول ابتدائي

اشاره

مي گويد: «در اوائل سال تحصيلي، از روي لحن صدا و لرزش دست موقع نوشتن و... اضطراب و استرس را بين دانش آموزان احساس مي کردم. با توجه به اين که سرگروه پايه ي اول ابتدائي منطقه نيز بودم، مي توانستم از ساير کلاس هاي پايه ي اول ابتدائي بازديد کنم و اين موضوع را در ميان آنها نيز بررسي کنم. همين کار را انجام دادم و دريافتم که مشکلات در کل يکي است. از بررسي هايي که در سال گذشته در مورد روان خواني زياد، رونويسي زياد، از روي غلطها پنج تا شش بار نوشتن و کتاب را بلند خواندن انجام داده بودم، نتيجه اي به دست نياورده بودم.

در ابتدای سال تحصيلي ۸۸-۱۳۸۷، روش جديدي را به مدت سه چهارماه در درس املا اجرا کردم. شيوه ي کار به اين صورت بود که در يک برگه، جملاتي را از کتاب مي نوشتم و جای کلمات داراي ارزش املايي را خالي مي گذاشتم. برگه را به تعداد دانش آموزان تکثير مي کردم و در جلسه ي املا به آنها مي دادم. دانش آموزان بدون توجه به اطراف خود کلمات لازم را در جای خالي مي نوشتند. در اين روش، دانش آموزان بدون اين که خودشان متوجه شوند و بدون استرس، املاي کلمات را ياد مي گرفتند.»

آن چه ذکر شد، توضيحي کوتاه بود که آقای مهدي قيداري، در مورد طرح اقدام پژوهي خود ارائه داده است. چكيده اي از گزارش اقدام پژوهي وي را در پي مي خوانيد.



سرآغاز

«ز زمان تولد تا هنگام مرگ، هر انساني در موقعيت هاي گوناگون زندگي درگير مسائل و مشکلاتي مي شود که به نحوي روان او را متأثر مي سازد. از جمله ي اين مسائل مي توان اضطراب را نام برد که در تمام دوره هاي زندگي ممکن است بر انسان چيره شود» [بالسيني، ۱۳۸۷]. «اراحتي هاي عاطفي بر رشد جسماني کودک تأثير مي گذارند و باعث خرابي دستگاه گوارش و بي خوابي مي شوند. در اين صورت کودک

قدرت تمرکز را از دست می‌دهد و در فعالیت‌های درسی عقب می‌ماند» [شعاری‌نژاد، ۱۳۷۷].

«بخشی از رشد کودک، متضمن آموختن و کنترل اضطراب و ترس است. کودکان ترس‌های بسیاری دارند و ممکن است برخی از آن‌ها در بزرگسالی هم، ورای ظاهر آرام، دچار ترس باشند. اما بسیاری از استرس‌ها و اضطراب‌های دوران کودکی، در اثر گذشت زمان و تجربه از بین می‌روند و تنها بخشی از آن‌ها، پشت نقاب پنهان می‌شوند یا تغییر شکل می‌دهند و به‌صورت نیرویی مؤثر در رفتار درمی‌آیند.

به‌طور کلی کودک هراسان، مضطرب هم هست. اگر کودکی بیش از حد نسبت به یک خطر واقعی حساس باشد، احتمال زیادی دارد که هراس مضطربانه‌اش، به یک ویژگی جدایی‌ناپذیر از شخصیت بزرگسالی‌اش تبدیل شود. ممکن است این اضطراب از مجموعه‌ای از کشمکش‌های درونی حل نشده سرچشمه بگیرد که وجه مشخصه‌ی کودک در سراسر زندگی است» [ژوستین، ۱۳۶۷].

بیان مسئله

«شمار دانش‌آموزانی که در یک یا چند ماده‌ی درسی مشکل تحصیلی دارند، قابل توجه است. معلمان مدارس و والدین، غالباً برای حل مشکل آنان، از روش‌های قدیمی و منسوخ کمک می‌گیرند که علاوه بر صرف انرژی و وقت فراوان، باعث بی‌میلی و یا امتناع دانش‌آموز از رفتن به مدرسه، انجام تکالیف کتبی، و فرار از خانه و مدرسه می‌شود. اکثر این کودکان به دلیل احساس بی‌کفایتی و شکست در تحصیل، دچار خشم و ناکامی و حتی انزوا و درماندگی و نداشتن اعتماد به نفس می‌شوند. چنان‌چه برای رفع این مشکل در کودکانی که توان یادگیری دارند، تدابیر آموزشی و درمانی اتخاذ نشود، در بسیاری از موارد، آن‌ها مشکل خود را به بزرگسالی خواهند برد و در نتیجه، سلامت روانی فرد و خانواده و جامعه را به خطر می‌اندازند» [الموتی، ۱۳۸۶].

شکل‌گیری شخصیت کودک در جامعه‌ی کوچکی مثل مدرسه پایه‌ریزی می‌شود، چرا که قبل از ورود به مدرسه، در خانواده حرف حرف کودک بوده است، اما در مدرسه دیگر چنین نیست. در مدرسه مسئولیت مستقیم شکل‌گیری شخصیت کودک با آموزگار است. زنجیر وابستگی کودک به خانواده باید آرام‌آرام گسیخته شود و امنیتی که کودک تا آن زمان احساس می‌کرده است، باید در مدرسه به‌وجود آید تا زمینه‌ی شکوفایی و استعداد کودک فراهم شود.

در موقعیت فعلی، اگر با فشار معلم و خانواده، ترس از نمره‌ی کم، کودک نمره‌ی بیست بگیرد، ما را به هدف نمی‌رساند؛ چرا که علی‌رغم نمره‌ی بیست، دانسته‌ها ماندگار نیستند و پس از گذشت چند روز، مطالب از ذهن کودک پاک می‌شوند.

گردآوری اطلاعات (شواهد ۱)

در اوایل سال تحصیلی، از روی لحن صدا و لرزش دست موقع

نوشتن و... اضطراب و استرس دانش‌آموزان را احساس می‌کردم. دانش‌آموزانی داشتم که برای جواب دادن به یک سؤال و یا نوشتن چند کلمه، وقت زیادی صرف می‌کردند. به فکر افتادم که از کلاس‌های اول سایر دبستان‌ها نیز بازدید کنم. چون سرگروه پایه‌ی اول ابتدایی منطقه نیز بودم، به مدارس دخترانه و پسرانه مراجعه می‌کردم و سؤالاتی از دانش‌آموزان می‌پرسیدم که اضطراب و استرس را در بعضی



از آنان مشاهده می‌کردم. با بررسی‌هایی که از دانش‌آموزان استرس‌دار به‌عمل آوردم، دریافتم غالباً در خانواده مشکل دارند؛ مشکلاتی از قبیل چشم‌وهم‌چشمی اولیا با یکدیگر، فشار برای گرفتن نمره‌ی بیست و... که در نهایت زمینه‌های اضطراب و استرس را در دانش‌آموزان فراهم می‌سازد.

ارائه‌ی راه‌حل

«دهه‌ی اخیر دهه‌ی بروز تغییرات و تحولات گسترده در برنامه‌های درسی دوره‌ی ابتدایی بوده است که برای ایجاد تحول در کیفیت آموزشی، طراحی و به اجرا درآمده‌اند. از ویژگی‌های کتاب‌های جدید، توجه به کیفیت تکالیف به‌جای کمیت آن‌هاست و براساس این کتاب‌ها، بهتر است تکالیف درس در کلاس و زیر نظر معلم انجام پذیرد» [سبزی‌پور، ۱۳۸۷].

از دوره‌ی تحصیل اولیای دانش‌آموزان تا دوره‌ی تحصیلی فعلی، فرق‌های اساسی بسیاری در نظام آموزشی پدید آمده‌اند. در دوره‌ی قبل، دانش‌آموزان تکالیف را در خانه انجام می‌دادند، اما هدف دوره‌ی تحصیلی فعلی، انجام بخش‌های عمده‌ای از تکالیف درسی در مدرسه است. در وضعیت فعلی، دانش‌آموز با دقت بیش‌تر زیر نظر معلم کار را انجام می‌دهد و چنانچه در نوشتن اشکالی داشته باشد، قبل از این که به اشتباه نوشتن عادت کند، اشکال او در کلاس و در حضور معلم رفع می‌شود. پس لزومی ندارد دانش‌آموز کتاب خود را به منزل ببرد، چون تکلیفش را انجام داده است. در این روش، همه‌ی کتاب‌های دانش‌آموزان در کلاس می‌ماند و دیگر نیازی نیست برنامه‌ی کلاسی به خانواده‌ها داده شود. هم‌چنین در خانه فشاری از طرف اولیا متوجه دانش‌آموز نیست، چون اولیا به‌طور جدی درگیر برنامه‌ی درسی نیستند.

به‌طور خلاصه، مسئولیت آموزشی دانش‌آموزان با معلم مربوطه است. در این روش، درس املا به‌صورت جملات ناقص و یا جای خالی به دانش‌آموزان ارائه می‌شود. بعد از گذشته سه چهار ماه از سال تحصیلی، املا به‌صورت متن ارائه می‌شود. من مدت‌هاست که کلاس‌م را در زنگ املا این‌گونه مدیریت می‌کنم.

اجرای راه‌حل

در سه تا چهار ماه ابتدای سال تحصیلی، در درس املا از جملات کتاب استفاده می‌کنم و جای کلمات دارای ارزش املائی را در متن ورقه‌ی امتحانی خالی می‌گذارم. زنگ املا از بچه‌ها می‌خواهم در ورقه، به دست خط من توجه کنند و ببینند کلمات را مانند کلمات کتاب نوشته‌ام یا نه. همه‌ی دانش‌آموزان بدون تردید نوشته‌ی مرا تأیید می‌کنند. سپس از بچه‌ها می‌خواهم جمله اول را با هم بخوانیم و همه با هم جمله‌ی اول را می‌خوانیم. وقتی به جای خالی می‌رسیم، از بچه‌ها می‌پرسم چه کسی می‌داند در جای خالی، چه کلمه‌ای را باید بنویسیم. تقریباً ۹۹ درصد بچه‌ها جواب درست می‌دهند و آن یک‌درصد هم معمولاً دانش‌آموزان دیرآموز هستند. در این موقع بچه‌ها را تشویق می‌کنم و از آن‌ها می‌پرسم: «یا می‌توانید کلمه‌ای را که گفتید، بنویسید؟» همه‌ی دانش‌آموزان جواب مثبت می‌دهند و دوباره مورد تشویق قرار می‌گیرند. سپس از آن‌ها می‌خواهم کلمه‌ی مورد نظر را بنویسند.

دانش‌آموزان بدون این که به اطراف خود توجه کنند چون هیچ ضرورتی ندارد کلمه‌ی مورد نظر را می‌نویسند. هم‌چنین حواسشان را جمع می‌کنند که در جمله‌های بعدی، زودتر از دیگران کلمه‌ی مورد نظر (جای خالی) را به زبان بیاورند و مورد تشویق هم‌کلاسی‌های خود و این‌جانب قرار بگیرند. بدین ترتیب جمله‌های دوم، سوم، چهارم و تا آخر نوشته می‌شوند. دانش‌آموزان بدون این که خودشان بفهمند و بدون استرس، املائی مورد نظر معلم را می‌نویسند. هم‌چنین هنگام املا همه‌ی دانش‌آموزان خوش‌حال‌اند؛ چرا که این ساعت را مانند زنگ بازی می‌دانند و بدون اضطراب و استرس آن را سپری می‌کنند.

در این روش موارد زیر مد نظر است:

۱. «آموزش املا به دانش‌آموزان با آرامش خاطر و بدون اضطراب و استرس.
۲. کمک گرفتن از دانش‌آموزان در درس املا.
۳. ایجاد رغبت در دانش‌آموزان برای یادگیری بیش‌تر.
۴. تحکیم شخصیت دانش‌آموزان.
۵. تشخیص این که دانش‌آموزان تا چه حد به اهداف تعیین شده دست یافته‌اند» [فروزنده‌نیا، ۱۳۸۶].

نتیجه‌گیری، شواهد ۲

این روش را در چند مدرسه‌ی ابتدایی شهرستان میانه، تقریباً بین ۱۷۰ دانش‌آموز به اجرا درآوردیم. هم‌چنین در کلاس خودم تا بهمن‌ماه به این شکل آزمون املا گرفتیم. با توجه به این روش یاد شده، در هیچ‌یک از مدارس استرس و اضطراب مشاهده نشد.

در یکی از مدارسی که از این روش استفاده نمی‌کرد، شاهد آن بودم که وقتی خانم آموزگار گفت: «دفتر املا روی میز»، یکی از دانش‌آموزان شروع به گریه کرد. یکی دیگر که زبانش بند آمده بود، بریده‌بریده گفت: «مامانم دیشب به من املا نگفته!» و دیگری گفت: «امروز املا نداریم!»

اضطراب سر تا پای آن‌ها را فرا گرفته بود. در این موقع کتاب یکی از دانش‌آموزان مضطرب را ورق زدم و چند کلمه از تمرینات کتاب بنویسیم را روی تخته نوشتیم. از دانش‌آموزان خواستیم، دفتر املائی خود را ببندند و کتاب بنویسیم خود را باز کنند و نوشته‌ی مرا با نوشته‌ی کتاب مقایسه کنند. همه نوشته‌ی این‌جانب را تأیید کردند. چند نشانه‌ی دیگر مانند **ک، خ و م** را هم نوشتیم که همه خوششان آمد.

در این هنگام ورقه‌هایی را که قبلاً آماده کرده بودم، به بچه‌ها دادم و گفتم: «به دست خط من نگاه کنید و ببینید می‌توانید بخوانید؟» همه شروع کردند به خواندن. وقتی به جای خالی رسیدند، پرسیدم: «چه کلمه‌ای را در این جا باید بنویسیم؟» همه بلافاصله کلمه‌ی مورد نظر را





همکاران عزیز! بعضی از اولیا نمی‌توانند قبول کنند که دانش‌آموز در خانه به کتاب و تمرین با اولیا که با شیوه‌ی جدید بیگانه است، نیاز ندارد. لازم است برای آنان توضیح دهیم: تمرین بیش از حد با شیوه‌ی قدیمی، دانش‌آموز را زده و دچار سردرگمی می‌کند. چون تکالیف و تمرینات در کلاس انجام می‌شوند، دیگر نیازی به انجام تکلیف بیش از اندازه در خانه نیست.

مطمئن باشید بعد از گذشت شش ماه (بعد از اتمام نشانه‌ها)، اولیا حرف‌های شما را تأیید خواهند کرد. البته برای ما آموزگاران، اهداف کتاب از نظرات شخصی اولیا مهم‌ترند. اگر می‌خواهیم دانش‌آموزانی با نشاط و مدرسه‌دوست داشته باشیم، از عزیزان تقاضا داریم از شیوه‌ی پژوهش من استفاده کنند تا زودتر و سهل‌تر به اهداف مورد نظر برسند.

پیشنهادهایی برای مسئولان

○ توسط مسئولان آموزش و پرورش، برای از بین بردن اضطراب و استرس آینده‌سازان ایران، از روش املای بدون ترس در مدارس استفاده شود.

○ در مورد نبردن کتاب‌های درسی به خانه، ترتیبی جدی اتخاذ شود. چنانچه شاهدیم، اندیشمندان کشورمان بارها در مورد حفظ سلامت و شکل استخوان‌بندی دانش‌آموزان و طرز استفاده از کیف و کوله‌پشتی از طریق صدا و سیما توصیه‌هایی ارائه کرده‌اند. دانش‌آموز از کیف و کوله‌پشتی به گونه‌ای باید استفاده کند که آسیبی به استخوان‌بندی او وارد نشود.

علاوه بر این، یکی از ویژگی‌های کتاب‌های جدید، توجه به کیفیت تکالیف به جای کمیت آن‌هاست. براساس این کتاب‌ها، دانش‌آموزان می‌توانند تکالیف درسی را در کلاس و زیر نظر آموزگار انجام دهند و با توجه به حجم و سنگینی کتاب‌ها، آن‌ها را در مدرسه و در یک کمد بگذارند تا اگر دانش‌آموزان نوبت بعد از کلاس استفاده می‌کنند، مشکلی به وجود نیاید.

منابع

۱. الموتی، معصومه (۱۳۸۶). «چگونه توانستم ضعف املایم را در زهره کاهش دهم». مجله‌ی رشد آموزش ابتدایی، شماره‌ی ۳.
۲. بالسنی، ستار (۱۳۸۷). بررسی چگونگی ایجاد اضطراب دانش‌آموزان. حیات‌نو، تهران.
۳. ژوستین، آرنفرید (۱۳۶۷). روان‌شناسی رشد. ترجمه‌ی نورالدین رحمانیان. آگه، تهران، چاپ دوم.
۴. سبزی‌پور، زهرا (۱۳۸۷). «تکلیف شب». مجله‌ی پیوند، شماره‌ی ۲۴۹.
۵. سلیمانی، مریم (۱۳۸۵). «دیکته‌ی کارت‌ی». مجله‌ی آموزش ابتدایی، شماره‌ی ۶.
۶. شعاری‌نژاد، علی‌اکبر (۱۳۷۷). روان‌شناسی رشد (۱). دانشگاه پیام‌نور، تهران، چاپ اول.
۷. فروزنده‌نیا، پریانز (۱۳۸۶). «چرا از امتحان می‌ترسیم؟» پیک بشارت، ماهنامه‌ی داخلی سازمان دانش‌آموزی استان آذربایجان شرقی.

به‌زبان آوردند. باز پرسیدیم: «آیا اجازه می‌دهید این کلمه را روی تخته بنویسم تا شما ببینید و بنویسید؟» دانش‌آموزان اجازه ندادند و گفتند خودمان بلدیم. گفتم: «پس بنویسید!»

جمله‌های بعدی را نیز خودشان گفتند و نوشتند. من و دوستانشان تشویقشان کردیم. آن چند دانش‌آموز مضطرب هم نیز هم‌سو با دانش‌آموزان دیگر فعالیت می‌کردند. آموزگار کلاس اظهار داشت: «موقع املا این دانش‌آموزان با گریه‌های خود وقت کلاس را می‌گرفتند. خوش‌بختانه امروز با این روش، استرس را بین بچه‌ها مشاهده نکردم.»

به چند مدرسه‌ای که این روش در آن‌ها به اجرا درآمده است، مراجعه کردم. آموزگاران صد درصد موافق این شیوه بودند و دانش‌آموزان به آن علاقه داشتند. در چهره‌ی آن‌ها آثار موفقیت و تأثیر مثبت فعالیت نمایان بود. این موضوع چنان مرا تحت تأثیر قرار داد که هر جا در میان جمعی قرار می‌گرفتم (و می‌گیرم)، سخن از شیوه‌ی فوق به میان می‌آورم.

پیشنهادهایی برای همکاران

در روش «املای بدون ترس» مشکل کم‌رویی، اضطراب و استرس برطرف می‌شود و دیگر مشکلی با اولیا نخواهیم داشت. به علاوه، اعتمادبه‌نفس دانش‌آموزان از بین نمی‌رود، بلکه تقویت هم می‌شود.