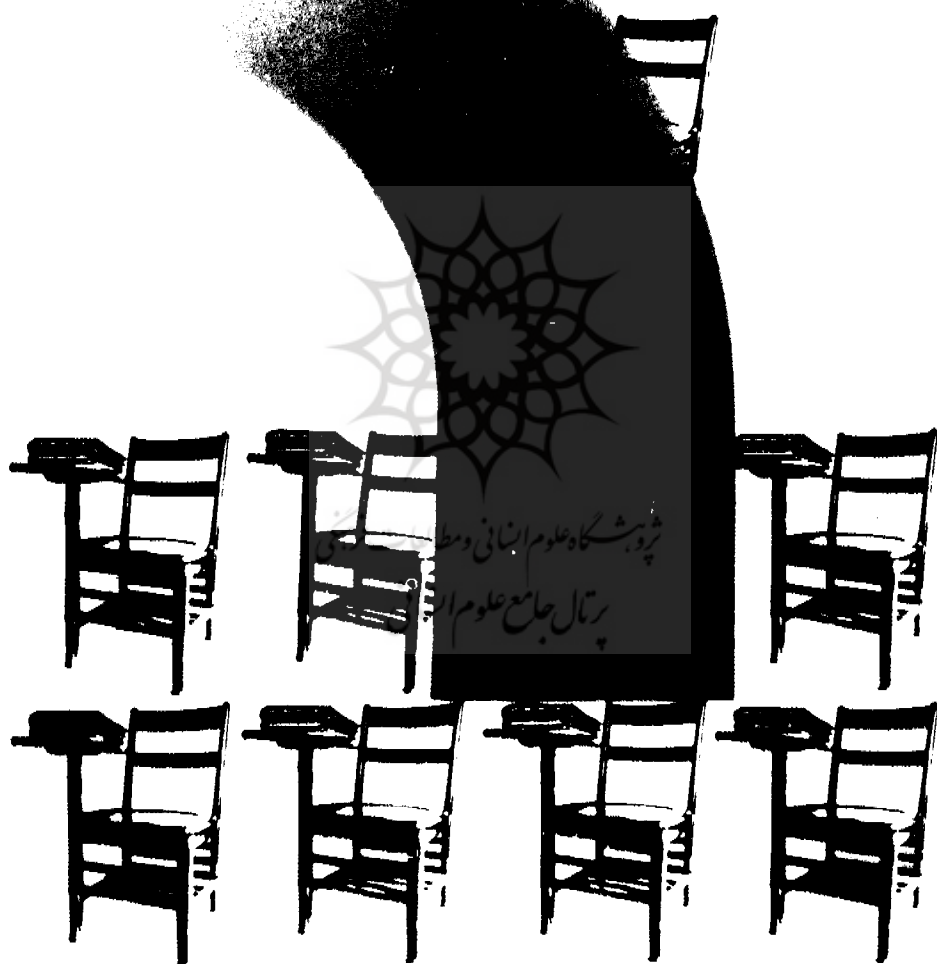


نقش آموزشی مدبران مدارس



دکتر محمد رضا برنجی

تمیز میان هدفها و فعالینها

هنوز اغلب مدیران مدارس و دست‌اندرکاران آموزشی هدفهای آموزشی را از فعالیتهای و روشها و وسایل نیل به آنها باز نشناخته‌اند. مثلا "یکی از هدفهای آموزش و پرورش، رشد تفکر و تعقل دانش‌آموزان در جهت آماده ساختن آنان برای مواجهه با مشکلات و مسائل ناشناخته زندگی است. از فعالیتهای متناسب آموزشی برای وصول به این هدف استفاده از روش فعال یادگیری و تقویت هرچه بیشتر مشارکت دانش‌آموزان در فعالیتهای یادگیری است. کاربرد "روش علمی" (۲) در آموزش و تدریس که بعنوان الگوی "مشکل گسائی" (۳) در تاریخچه توسعه روشهای تدریس معرفی شده خود یکی از روشهای نیل به این هدف است.

در این روش از طریق فعال شدن دانش‌آموزان در تعریف مسئله آموزشی، و یافتن راههای مختلفی که ممکن است به حل مسئله بینجامد و انتخاب بهترین راه از میان راههای ممکن حل مسئله، و اجرای آزمایشی آن راه حل و سرانجام ارزیابی، استنتاج و تعمیم نتایج، به رشد مهارتهای عقلانی و فکری آنان کمک می‌شود. در گزینش چنان هدفی و انجام فعالیتهای متناسب با آن هدف به مدیران آموزشی شایسته‌ای نیاز است تا معلمان را متوجه سازند که کتاب، جزوه رسانه‌ها و روشها را نه بعنوان هدف بلکه به صورت وسایل و فعالیتهای متناسب برای حصول هدف که همانا رشد فردی، اجتماعی، عقلی روحی و معنوی دانش‌آموزان است در نظر آورند و آنان را در خدمت شگوفائی توانائی، استعداد، هوش، ظرفیت، ابداع، ابتکار و توسعه‌آوری دانش‌آموزان یاری رسانند. مدیران شایسته

در این مقاله تلاش بر نشان دادن نقش مدیریت آموزشی از میان ده نقش دیگر قلمرو مدیریت آموزشی است. از آنجائی که مدیریت آموزشی به کاربرد روشهای علمی مدیریت، سنخش و اندازه‌گیری و نظارت و روشهای کمی برای افزایش کارایی توجه دارد، در این مقاله سعی شده است که با استفاده از تناسب هدفهای آموزشی با فعالیتهای، پیوند میان پیش‌نازهای آموزشی در جهت افزایش یادگیری مورد بحث قرار گیرد. قلمرو وظایف مدیران آموزشی در ده نقش مشخص شده است (۱) این نقشهای عمده که ارکان مدیریت آموزشی را تشکیل می‌دهند به ترتیب عبارتند از: (۱) آموزش، (۲) ارتباطات (۳) هدایت و راهنمایی شفاهی، تحصیلی و فردی دانش‌آموزان، (۴) برنامه ریزی درسی و آموزشی (۵) ایجاد تغییر (۶) ارزشیابی، (۷) رشد معلمان و کارکنان، (۸) امور مالی و حسابداری و دفتر داری، (۹) امور اجرایی، و (۱۰) حل بحرانها.

هر چند که شرایط و مقتضیات زمانی و مکانی ممکن است ترتیب اولویت و اهمیت نقشهای فوق را تغییر دهد ولی اهمیت نقش آموزشی مدیران همواره در تاریخ مدیریت آموزشی مورد توجه بوده و در این زمان بیشتر گردیده است. در این مقاله کوشش شده است تا از میان مطالب بسیار در ایفای نقش آموزشی مدیران به نکاتی اشاره شود که ظرافت و وظایف آموزشی مدیران را بهتر نشان دهد و در ضمن موحیات جلب توجه صاحب نظران مدیریت آموزشی را به پدیده نفوذ روشهای کمی و علمی در افزایش کارائی مدیران مدارس فراهم سازد و کاربرد اصل "واحد کار" از اصول "مدیریت علمی" در مدیریت آموزشی را توصیف نماید.

مدراس با توجه به جای ویژه و اهمیت هدف آموزشی و فعالیتهای متناسب با آن در مدرسه معلم، محتوا، روش و رسانه‌ها، ارزشیابی و همه عوامل تقویت کننده یادگیری دانش‌آموزان را بعنوان وسیله نیل به هدف آموزشی در نظر می‌آورند و هدف را با وسیله جایگزین نمی‌نمایند. اگر فعالیتهای آموزشی مدارس در جهت هدفهای مطلوب آموزشی هماهنگ گردد مسلماً "دانش-آموزان خواهند توانست با میل، شوق و عشق بیشتر به یادگیری مطالب بیشتر از آنچه که امروز در مدارس می‌آموزند و حجم آن را زیاد می‌دانند نائل شوند و افزایش معلومات آنان به منزله سنگین تر ساختن ذهن و یا مزاحمت در تفکر آنان بلکه به منزله کمک در راهی آنان از مصیبت جهل، بی‌خبری و بی‌عمقی و نادانسی در خواهد آمد.

جایگزینی وسیله به جای هدف که یک اشتباه معمول در آموزش و پرورش است در سایر سازمانها نیز انجام می‌گیرد. سازمانهایی که در اصل برای رضایت ارباب رجوع ایجاد شده‌اند ممکن است با تأکید بر رضایت کارکنان و منافع خود سازمان، آن هدف را به فراموشی سپارند. مثلاً "مدیر مدرسه‌ای که در نطق افتتاحیه خود به مناسبت اولین اجلاس انجمن اولیاء و مربیان چنین اظهار می‌دارد: "چون این مدرسه فاقد آزمایشگاه زبان است لذا هدف من ایجاد یک آزمایشگاه زبان در این مدرسه است و به همین دلیل از واندین محترم تقاضا دارم ما را در تحقق این هدف با کمکهای مالی خود یاری رسانند ندانسته آزمایشگاه و احتمالاً "کلاس درس، تابلو میز و وسایل حتی برنامه‌های مدرسه را بعنوان هدف معرفی می‌کند در حالی که تمام این عوامل وسیله بوده و باید در جهت خدمت

هدفهایی که برای مدیر قابل توصیف است در آید. بنابراین مدیر باید در آغاز پیشنهاد هر تغییر و یا پیشنهاد هرنوآوری مشخص کند که اولاً "انتظار دارد دانش‌آموزان چه چیزهایی را بیاموزند، ثانیاً "چه شرایطی لازم است تا آموخته‌های آنان بتواند تغییر رفتار مطلوبی را ایجاد کند، ثالثاً "چگونه می‌توان اطمینان یافت که پاسخ‌های دانش‌آموزان حصول هدفها را نشان می‌دهد. در حقیقت مدیر نباید بدون داشتن هدفهای آموزشی مبتنی بر نتایج قابل حصول به ایجاد نوآوری بپردازد، زیرا با این عمل خود ممکن است مدرسه وسعادت دانش-آموزان را به مخاطره اندازد. مدیر آگاه به موارد فوق ممکن است در همان جلسه انجمن اولیاء و مربیان موضوع تأسیس آزمایشگاه زبان را به ترتیب زیر مطرح کند.

"نتایج تحقیقات و حاصل تجربیات نشان می‌دهد که استفاده از وسایل کمک آموزشی می‌تواند سودمند باشد. تحقیقی که برای بررسی استفاده از ضبط صوت برای یادگیری صدای حروف الفبا انجام شده است نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که از ضبط صوت برای تطبیق صدای حروف ضبط شده با حروف چاپی استفاده می‌کنند به میزان ۵۰ درصد افزایش یادگیری داشته و کمتر مرتکب اشتباه در تلفظ صدای حروف می‌شوند. در این تحقیق از معلم خواسته‌اند تا هر بار که صدای حرفی از ضبط بخش می‌شود چوب نشان خود را روی همان حرف در یوستری که پیشتر بر بروی تابلو نصب شده است بگذارد، و از دانش-آموزان خواسته‌اند تا دور حرف مزبور بر روی صفحه‌هایی که قبلاً "در اختیارشان قرار گرفته خط بکشند و تلفظ آن را تقلید کنند. به این منظور برای نیل به یادگیری بیشتر دانش‌آموزان نیاز به تأمین هزینه خرید ضبط صوت می‌باشد که با استفاده از کمکهای

مالی شما صورت پذیر خواهد بود . . . "

اگر مدیر مدرسه برای نقش آموزشی خود اهمیت بیشتری قائل باشد معلمان و کارکنان مدرسه به سادگی می توانند به وجود این اهمیت از رفتار و حالات مدیر پی ببرند و فعالیت‌های خود را در راستای انتظارات مدیر سوق دهند ، نحوه سؤال مدیر از معلمان خود می تواند حاکی از انتظارات مدیر از معلمان باشد ، مثلاً " مدیری که نتوانسته است میان هدف و فعالیت تمایزی قائل شود ممکن است سؤال خود را از معلم به این صورت مطرح کند امروز می خواهید چه چیزی به کلاس بیاموزید؟ " کلاس امروز شما چه برنامه‌ای دارد؟ " معلم با شناخت به انتظار مدیر ممکن است پاسخ گوید " فارسی با شعر می آموزیم " یا کلاس امروز به نوشتن انشاء و یا بحث در عجل انقلاب اختصاص دارد ، " اما مدیری که هدف‌ها را از فعالیت‌ها باز می شناسد نحوه سؤال خود را عوض می کند ، یعنی ممکن است از معلم بپرسد " انتظار دارید دانش آموزان پس از اتمام درس امروز چه کاری را انجام دهند که بیشتر قادر به انجام آن نبوده‌اند؟ " مسلماً " معلم با شناخت اهمیتی که مدیر برای هدف آموزشی قائل است ممکن است پاسخی مبتنی بر هدف و انتظار آموزشی بدهد که باید در رفتار دانش آموز به وجود آید . در هر تلاش آموزشی باید به تناسب فعالیت و رفتار دانش آموز با هدف آموزشی واحد کار آموزش توجه شود و پاسخ دانش آموز با معیار هدف آموزشی و تدریس آن واحد آموزشی سنجیده شود نه روش یا وسیله و فعالیت آموزشی آن . تمرین زیر بخوبی می تواند معنی فوق را مشخص سازد :

نه روش یا وسیله و فعالیت آموزشی آن تمرین زیر بخوبی می تواند معنی فوق را مشخص سازد :

۱ - اگر به دانش آموزان مسئله‌ای داده شود

به تحقیق درباره آن خواهند پرداخت .

۲ - اگر دانش آموزان را در شرایط وقوع یک مسئله اجتماعی قرار دهیم آنان تفاوت قضاوت مبتنی بر قواعد ، مقررات ، ارزش‌ها و سنت‌ها را از قضاوت مبتنی بر شرایط و عوامل و نوع مسئله نشان خواهند داد .

از مثال شماره ۱ می توان بخوبی استنباط نمود که منظور روشن و معینی در هدف و شرایط و نتایج کار آموزشی دانش آموزان وجود ندارد . بنابراین مدیران آموزشی باید کوشش کنند هر فعالیت آموزشی در ارتباط نزدیکی با هدف‌های آموزشی طراحی شود .

و دانش آموزان برای کسب مهارت‌ها ، فنون ، و یا دانش مطلوب و منظور در هدف‌های آموزشی به فعالیت‌های متناسب اقدام کنند . اگر چه بیان فعالیت به محدودیت هدف نمی انجامد ، مثلاً " با مشخص کردن هدف ، ارائه داده‌ها و فعالیت‌های معین و مرتبط با آن صورت می یابد ، در حالی که معلم ممکن است بدون داشتن هدف به فعالیت‌های اضافی بسیاری در کلاس دست زند و فعالیت‌هایی انجام دهد که به نظر او برای اصلاح دانش آموزان لازم باشد و یا فعالیت‌ها را تغییر داده و به توضیحات اضافی بپردازد . جملاتی که درباره فعالیت‌ها بیان می شود معمولاً " باید نشانگر انتظارات هدف‌های آموزشی باشد یعنی نشان دهد چه کارهایی است که دانش آموز باید انجام دهد تا به هدف و نتایج مشخص آن برسد ، در مثال‌های زیر این مورد توصیف شده است :

۱ - دانش آموزان اشعاری از سنایی را خواهند خواند که در آن مخالفت شاعران با حکام مغول وجود دارد .

۲ - با قرائت دوبیت شعر از سنایی غزنسوی دانش آموزان در بحث مربوط به " هوس گویان

به طوری که ملاحظه می شود حملات شماره ۲ و ۴ و ۵ هدفهاریابان می کنند و حملات ۱ و ۳ در بیان فعالیتها و روشهاست.

واحد کار آموزشی

یکی از پدیده های معاصر که نقطه عطفی در مطالعات علم مدیریت است نفوذ روشهای کمی آماری و محاسباتی در مدیریت است. بیان اصول مدیریت در کتاب مدیریت علمی توسط فردریک وینسلوتیلور در سال ۱۹۰۹ و استفاده از آن اصول در مدیریت موجب افزایش تحقیق در اندازه گیری و جمع آوری اطلاعات کمی گردید. مطالعه بر روی واحد کار تولید و سنجش زمان و تعیین مزد و پاداش کارگران بر آن اساس موجب تقویت مطالعات وقت و حرکت در انجام واحد کار گردید. در مدیریت آموزشی نیز تقسیم کار به واحدهای متسکله آن صورت می گیرد. هدفهای کلی آموزشی به هدفهای جزئی تقسیم شده و هر یک از این هدفهای جزئی هدفهای رفتاری یا واحدهای کار آموزش و تدریس را ایجاد می کنند. بنابراین همانطور که در مدیریت صنعتی مرسوم است مدیران آموزشی نیز با واحد تولید آموزشی سروکار دارند و لازم است اطلاعات دانش و مهارتهای علمی و دقتی نسبت به ایجاد واحدهای کار آموزشی و نظارت بر انجام آن و هماهنگی افقی و عمودی میان آنان در محیط آموزشی داشته باشند تا بتوانند فعالیتهای متناسب با هدفهای آموزشی در سطح کلاس درس را با فعالیتهای آموزشی متناسب با هدفهای مدرسه و سرانجام با هدفهای کلی آموزش و پرورش هماهنگ سازند. سگر (۴) نویسنده کتاب ندارد، هدفهای تدریس به تعریف واحد کار آموزشی می بردارد و عقیده

یونانی " وترک بیروان ارسطو و افلاطون خواهند گفت که اعتراض سبایی چیست وقتی راکسه شاعر از میان فنون برانگیختن احساسات بکار برده مشخص خواهند کرد.

هدف مثال اول معلوم نیست. آیا منظور بهیچود قرائت شعر است یا آشنایی دانش آموزان با اعمال خونخواران مغول و یا صرفاً ماهیت مخالفت ساعران، اما در سال دوم هدف آموزشی و نتایج آن مشخص شده است. در بیان فعالیت و توصیف آن به برنامه کار و مراحل آن، مداوم و پیوستگی مراحل و نحوه اجرای هر یک از آن مراحل توسط دانش آموز و معلم نوحه می شود. در حالی که در بیان هدف تأکید بر دانش آموز است که بتواند در پایان برنامه به فعالیت توان، مهارت و دانش مورد نظر نایل آید. تمرین های زیر بحوسی می تواند برای شناخت بهتر هدفها و فعالیتها و سازمان میان بکار رود. کداسک از آنان به بیان هدف و فعالیت می بردارد؟

- ۱ - معلم به بیان چهار نظریه اقتصادی پرداخت و برای هر یک مآلی ذکر می کند.
- ۲ - دانش آموزان اعداد دورقمی را بدون غلط در یکدیگر ضرب می کنند.
- ۳ - معلم به دانش آموزان کلکسوسی از دانهها را نشان می دهد.
- ۴ - معلم از دانش آموزان می خواهد اسامی خود را بازنویسی کرده و در آن تعداد فاعلیها را کم کنند. آنها در این دوباره نویسی فعلیهای معلوم را به نحوی تبدیل خواهند کرد.
- ۵ - به دانش آموزان فرصت می دهند تا برجستان و ساحس علم و ادب را که در سرگ سروان افلاطون و ارسطو آثار کرانیهای بکار گذاردند یادگر حدیث آنان معرفی نمایند.



کار آموزشی صریح بودن معنی و مفهوم آن است .
در تعریف واحد کار آموزشی باید از افعال سی
استفاده شود که موجب برداشتها و تعسایر
چندگانه نشود .

تمرین : کدامیک از مصادر زیر کمتر موجب
برداشتها و تعابیر چند گانه می شود؟

- ۱ - دانستن ۲ - اصلاح کردن ۳ - فهمیدن
- ۴ - جدا کردن ۵ - ارج نهادن ۶ - حل کردن
- ۷ - نشان دادن ۸ - درک کردن .

پاسخ صحیح شماره‌های ۲ ، ۴ ، ۶ و ۷ می باشد
زیرا برای سایر مصادر تعابیر و برداشتهای
گوناگونی صورت می گیرد .

تمرین : کدامیک از عبارات زیر واجد
سه خاصه تدوین یک واحد کار آموزشی است؟

- ۱ - دانش آموزان بخشی از سخنرانی را
بخاطر می آورند .

۲ - دانش آموزان کاربرد گیومه ، نقطه
و پرگول و علامت تعجب را خواهند فهمید .

بقیه در صفحه ۵۸

دارد فعالیتهای آموزشی کلاس درس با سدر
راستای نتایج مطلوب پیش بینی شده باشد .
وی می گوید هدفها باید به طور معنی دار تعریف
شده باشند و رفتارهای خاص را " بنام " مشخص
کنند و شرایط ایجاد آن رفتارها را بوجود آورند
و حد قابل قبول رفتار ایجاد شده در دانش -
آموزان را توصیف کنند . در این صورت دانش -
آموز از آنچه انتظار می رود بیاموزد با اطلاع
گرفته و برای او و معلم و کلاس مقصد معنی
برای هماهنگی فعالیتهای آموزشی وجود دارد .
مدیری که خود مراحل و مدارج تحصیلی
متعددی را گذارنده است باید با اطلاع و آگاهی
از محتوای دروس مدرسه و طی دوره مدیریت
آموزشی بتواند بر امور آموزشی مدرسه نظارت کند
و مویحات هماهنگی و ارتقاء کیفیت فعالیتهای
آموزشی را فراهم سازد . شناخت ویژگیهای واحد
کار آموزش توسط مدیریت موجب برانگیختن
معلمان در افزایش دقت و فعالیت برای یادگیری
دانش آموزان می گردد . یکی از ویژگیهای واحد

مدیریت براهین و دهی اسلام

۱۱

ایرج شگرف نخعی

تصمیم گیری در مدیریت پژوهشگاه علوم انسانی و مبتکر نمی هراسد و در تصمیمات خویش از آنها استفاده می کند. معمولاً "مدیران متزلزل با افراد متخصص و قوی و فهمیده قطع رابطه می کنند."

معاون مدرسه‌های نقل می‌کرد: ده سال در مدرسه معاون بودم. مدیر رابطه‌ای عوض شد. رئیس جدید از مسائل مدرسه هیچ سر در نمی‌آورد، با احساسات خود تسلط نداشت چون نمی‌دانست نمی‌توانست جلب اعتماد کند و می‌خواست فعالیت‌های دیگران به نام او عرضه شود، درکارش مرتب شکست می‌خورد و نتیجه‌اش اضطراب بود و تصمیم‌گیری‌های غلط.

تصمیم‌گیری راه‌حلی است که پس از آزمون چند راه انتخاب شده است و علت این انتخاب آن است که تصمیم‌گیرنده پیش‌بینی می‌کند شیوه‌ای که او برای عمل انتخاب می‌کند در جهت پیشبرد هدف‌ها از سایر روش‌ها مؤثرتر می‌باشد و ایرادی که ممکن است به‌آثار و نتایج آن گرفته شود به حداقل ممکن خواهد رسید.

از خصوصیات مدیر لایق این است که قبل از هر چیزی از همکاران ورزیده و با تجربه و دانشمند

رئیس تیمارستان گفت: از مضیقه حا خلاص شدیم زیرا خیلی جايمان تنگ بود و حالا یک عمارت سه طبقه به ساختمان ما اضافه شده‌شاید بتوانیم از آن تراکم انبار واطاق های بستری‌ها گشایشی یابیم. پرستار دانست که مناسفانه همه مثل هم شده‌اند!

یاران عبث نصیحت بی حاصل کنید
دیوانه‌ام من عقل ندارم ولی کنید

ممکن است مدیر بعضی اوقات با اندیشه حساب شده خود تصمیم بگیرد ولی بطورکلی بهتر است اتخاذ تصمیم بصورت جمعی انجام گیرد. مدیر در مواقع لازم با دعوت از همکاران متعهد و مورد اعتماد مطلب را با آنان در میان می‌گذارد و با هم تصمیم می‌گیرند. این شیوه سبب می‌شود که افراد یک سازمان احساس کنند در تصمیمات شریکند و همکاری و کوشش آنها در پیشبرد برنامه‌ها مؤثر است و از این جهت احساس رضایت می‌کنند. بعلاوه مشارکت موجب پرورش احساس مسئولیت در افرادی - گردد و از تبدیل آنها به آدمک های ماشینی و غیر مسئول جلوگیری می‌کند. گرفتن تصمیم بصورت جمعی موجب قوام و دوام وفاداری افراد نسبت به مدیر می‌شود، مدیران جوان را تجربه می‌آموزد و آنها را برای تکالیف مهمتر کار آزموده می‌سازد و نیز زمینه‌ای برای ابرساز اندیشه‌های خلاق فراهم می‌گردد و موجب شکفتن استعدادها و نیروها و توانائیهای ارزشمندی که در سازمان وجود دارد می‌شود. در مدیریت صحیح پیروی کور کوران و بی‌هدف وجود ندارد. افراد علاقه ندارند به

بالاخره ریشه عدم توفیق خود را در من یافت! به اداره رفت و تقاضای تعویض مرا کرد. از او پرسیدم اشکال کار من چه بود که چنین کردی؟! صادقانه گفت: من کسی رانمی‌خواهم که از خودم بهتر بداند و کارمندان و دانش-آموزان به طرف او جلب شوند، فردی را پیشنهاد کردم که مثل خودم است، نه من می‌دانم نه او هر دو یکسانیم. نه او داغ باطله روی ناصیه من می‌گذارد، نه من ترس از سست شدن مقام خود دارم!! رئیس اداره هم حرف مدیر را تأیید کرد! گویا افراد بله فریاد گو، متحصر و بی تفاوت را بر انسانهای خلاق و مبتکر برای این نوع مدیریت ترجیح می‌داد!! در یکی از تیمارستانها دیوانه‌ای در یک نقطه ایستاده حرکت نمی‌کرد. دیوانه دیگری رسید و گفت چرا این جا ایستاده‌ای اولی جوابی نداد و حرکتی نکرد. باز با صدای بلند گفت مگر مرده‌ای چرا جواب نمی‌دهی. اولی گفت من نمرده‌ام من عمارت یک طبقه هستم اینجا بنا شده‌ام. دومی پرید روی شانه او ایستاد، گفت: پس من طبقه دوم هستم. دیوانه سومی رسید گفت این چه وضعی است آنها گفتند ما عمارت دو طبقه هستیم سومی هم باز حمت رفت روی شانه دومی ایستاد در اینحال پرستار تیمارستان آمد گفت این چه مسخرگی است بی‌تایید بروید سر جای خودتان آنها گفتند ما عمارت سه طبقه‌ایم و نباید آنرا خراب کنیم. پرستار سیلی محکمی به پس‌گردن اولی نواخت، سومی از آن بالا صدا کرد بچه‌ها بسینید چه کسی درمی‌زند. اولی گفت هر کس هست حرفش مفت است ناچار پرستار نزد رئیس تیمارستان آمد و شرح ماجرا را گفت. رئیس تیمارستان با خوشوقتی تمام گفت: بحمدالله کار ما قدری راحت شد. پرستار پرسید چطور.

دهکده‌ای رسید و برای استراحت خود و اسبش راهی می‌جست ، ضمناً " گرسنگی هم براوغالب شده و هوا هم سرد بود . برکلبه پیرزنی وارد شد و پیرزن بر سر تنوری که آتش داشت ایستاده بود . نادر خود را مهمان معرفی کرد . پیرزن مطابق عادت مهمان‌نوازی گفت : فرزند قدمت روی چشم . نادر از اسب پیاده شد و گفت ای مادر خوردنی چه داری؟ پیرزن گفت : نان نازه دارم و آش هم پخته‌ام . نادر نشست و پیرزن آتش داغ را جلوی وی گذاشت . نادر از گرسنگی فاشق را وسط ظرف آش داغ فرو برد و فوراً " بدهان برد . دهنت سوخت بطوری که چشمهایش برازاشک شد . پیرزن قهقهه خندید . نادر گفت : ای مادر به آش خوردن من می‌خندی؟ گفت نه فرزند . خنده‌ام گرفت که دیدم آش خوردن تو مثل جنگ کردن نادر است . نادر گفت چه طور؟

پیرزن گفت : فرزند عزیز نادر بدون توجه به اطراف ایل یک مرتبه وسط عشایر آمد دورش را گرفتند و شکستش دادند در صورتیکه می‌بایستی از دور و بر خاک ایل نشین شروع کند بیابک کردن حلو و اطراف لشکر خود تا با خیال مطمئن بدوسط ایل برسد . تو هم همین کار را کردی فاشق را زدی وسط ظرف آش داغ که این طور دهنت سوخت . می‌بایستی ای پسر من از اطراف ظرف که خنک تر بود آهسته آهسته شروع کنی به خوردن بدون اینکه دهنت بسوزد و آشک در حلقه‌های جشمت بگردد تا چند فاشق که از اطراف می‌خوردی وسط آش هم خنک می‌شد . این حکایت پند آموز چنان در نادر اثر کرد که بعداً " همیشه آن را برای خواص تعریف می‌نمود گرچه عملاً " از نظر خصوصیات اخلاقی یک دنده ماند و حرف خود را از همه برتر و بالاتر

آنها گفته شود این کار رایج و آن کار را انجام مده . آنان مایلند بدانند چرا باید این کار را انجام دهند و هدف از انجام آن چیست؟ و حتی میل دارند در کارهایی که به عهده آنان محول می‌شود خود آنها اظهار نظر نمایند .

مدیرانی که تصمیمات خود را سریع و بدون توجه به اطلاعات کافی اتخاذ می‌کنند موجب رنجش و خشم زبردستان و تزلزل روحیه آنها می‌شوند و نتیجه کار هم مطلوب نخواهد بود . چون خود رانها منبع عقل و خرد می‌دانند و خیال می‌کنند محوری هستند که باید تمام کارها به دور آنها گردش کند و تمام تصمیمات را باید شخصاً " اتخاذ کنند و تمام عقایس و نظریات باید از ناحیه آنها صادر شود بدین جهت افراد مبتکر از دورشان پراکنده می‌شوند زیرا در این نوع مدیریت فرصتی برای نشان دادن قوه ابتکار خود نمی‌یابند . یک دنده ماندن و حرف خود را از همه برتر دانستن حاکمیت است نه مدیریت و هر کس خودش را بهتر از دیگران ببیند مستکبر است :

می‌گویند : نادر بقصد گوسالی عشایر نواحی فارس و اصفهان که او امرش را اجرا نکرده بودند با عده‌ای سپاه به طرف آنها حرکت کرد . عشایر با هم قرار گذاشتند تا سپاهیان نادر را بوسط خاک خود کتاند و آنگاه از اطراف وی را محاصره کرده و شکست دهند . نقشه آنها تحقق پیدا کرد و آنگاه که نادر و سپاهش بوسط خاک کتانیده شدند او را در محاصره درآوردند ، نظام سپاهش از هم گسیخت و همه متفرق شدند . نادر مجبور شد چند فرسخ از میدان دور شود . بهنگام فرار کسی با او نبود . بطور ناشناس چند فرسنگی راه پیمود تا سه

می دانست و نتیجه آنرا نیز دید!

"هان ای مالک! بدترین وزیران برای تو آنها هستند که پیش از تو در دوره زمامداران فاسد وزیر بوده‌اند و در فساد و تباهی، جرم و گناه با آنان انباز و شریک. مبادا که اینان بتو نزدیک شوند و با اصطلاح راز دار تو گردند زیرا اینانند که اعوان ستمگران و یاوران گناهکاران بوده‌اند و اصلاً "چه لزومی دارد که آنها را بکار گماری؟! مگر مردان درست و صحیح‌العمل در اجتماع یافت نمی‌شوند؟

ممکن است خیال کنی که وزیران پیشین کاردان نروکار برترند! نه! این فکر اشتباه است تو می‌توانی به جای آنها کسانی را انتخاب کنی که از نظر کاردانی و کاربری از آنان کم و کسری نداشته باشند و از آلودگی‌های نیز پاک و مبرا بوده، هیچگاه ستمگری را برنسم و گناهکاری را برگناه یاری نکرده باشند.

آری اینگونه وزیران برای تو کم خرج تربودند و در عین حال کمک کارتر و مهربان تر می‌باشند و پادشمان تو نیز مراوده کمتری دارند پس آنها را به وزارت انتخاب نموده و در جلسات خصوصی و عمومی ایشان را شرکت داده آنها را از مشاورین مخصوص خویش گردان. و نیز زیدان که در میان ایندسته آن وزیر از همه بهتر و نیکوتر است که بی پروا حق را با همه تلخی که دارد بگوید و در آنجا که تصمیم داری قانون شکنی نموده، قدمی برخلاف رضای خدا برداری ترا تنها گذارد و بیهیحوه در این راه بتو کمک و مساعدت ننماید گرچه اینکار نایسند بذائقه تو خوش آید و از ته دل خواهان انجام آن باشی!"

مدیر باید در تصمیم گیری از دوامر کمک بگیرد:

۱- استفاده از تجربه های گذشته که افراد باایمان دوبار از یک سوراخ گزیده نمی‌شوند. حفظ تجربه‌ها از عوامل توفیق و سعادت مندی است. حضرت علی (ع) می‌فرماید:

عقل عبارت است از حفظ کردن تجربه‌ها و بهترین تجربه‌ها آن است که آموزنده باشد. ذکر این نکته ضروری است که تجربه بنا به طبیعت خود باید مداوم باشد و هر روز بسا تحولات زمان هم آهنگ گردد. مدیر باید از اموری که تصمیم گیری را به مخاطره می‌اندازد اجتناب کند از قبیل تردید و دو دلی احتیاط بیش از حد- وسوسه در برخورد با مسائل مختلف. امروز و فردا کردن- ترس و وحشت از مسائل و حوادث بزرگ و احساس حقارت در مقابل آنها- دستپاچگی در برابر حوادث پیش بینی نشده.

۲- بهره گیری از مشاوره. مدیرانی که به مشورت کردن پایبند نیستند و اگر هم مشورت می‌کنند با افراد متملقی که فقط تعریف می‌کنند و از ردیف کسانی هستند که همواره بهر مرکز قدرتی نزدیک می‌شوند یا از نظرات افراد ناپخته و نادان بیروی می‌کنند جز شکست و عقب افتادگی ثمرهای نخواهند داشت.

در قسمتی از فرمان حضرت علی (ع) به مالک اشتر نخعی مشاوران مخصوص و قابل اعتماد را توصیف کرده می‌فرماید:

کارانی محبت در تربیت و تکامل

حجة الاسلام صادقی اردستانی

باران رحمت "محبت" درگشترار وجود کودکان نهال نشاط و امید و تحرک غرس می نماید، و طوفان خشم و خشونت، آرامش و آرمانهای طلائی را، چون باد خزان پاییزی به کانون غمبار و مرگباری تبدیل می گرداند!

تأثیر مثبت و منفی این دوشیوه راهم، بارها همگان، در فضاهای آموزشی و تربیتی، به چشم خود دیده ایم، و آنحا که ثمره "روش" بکارگیری محبت "امیدها و نویدها و خلاقیتها گردیده، بر میوه های شیرین باغبانان تربیتی، آفرین نثار کرده ایم، و آنجا هم که روش های خشونت و دافعه دار، نهالهای نوری را افسرده و پژمرده و احياناً "خراب و تباه نموده، حداقل اشک حسرتی ریخته، و "خارندامتی به دل خلیده ایم!"

امام علی (ع) فرموده، من نصب نفسه للناس اماما، طیبده بتعلیم نفسه قبل تعلیم غیره، ولیکن تاء دیده بسیرته، قبل تاء دیده بلسانه، و معلم نفسه وموء دبهها، احق بالاجلال من معلم الناس، وموء دیهم.

هرکس به مقام پیشوائی و راهبری جامعه قیام می کند، حتماً باید به آموزش خویشتن، قبل از آموزش دیگران اقدام کند، و نیز قبل از اینکه با زبان به تعلیم و تاء دیب بپردازد، باشیوه رفتاری خویش دیگرانرا پرورش دهد، زیرا معلم و پرورش دهنده خویشتن از معلم و مربی دیگران بودن، بیشتر درخور تقدیس و ستایش است.

آری، این معنی یک واقعیت تربیتی چشمگیر در جامعه اسلامی است، و اثر روانی و تلقینی آنرا هم هرگز نمی توان نادیده گرفت، و عموماً افراد و خصوصاً کودکان بر اساس نقش "تقلید پذیری" این عادت را دارند، که، آموزش و پرورش، و سازندگی وجهت دهی را، از افرادی که خود اهل عمل و رفتار سالم و شایسته باشند، بهتر می پذیرند، و این پذیرشهای مثبت و متعالی در نهاد آنان، بصورت یک سلسله عادت‌های رسنه دار، حذب و جایگزین می گردد، چنانکه خصلت‌های بی نظمی و بی مبالاتی، و خلاصه اخلاق و رفتارهای ناپسند مربی و معلم، نقش آفرین زشتی ها و نباهی ها خواهد بود، آنوقت بدلیل این مسؤولیت سنگین، و برای بازدهی مثبت تربیتی، مربیان باید سخت درمقام کستن سازی و پیرواسته بودن از هرگونه نوافض و کاستی‌ها برآیند.

امام علی (ع) می فرماید: اذا رأیت من غیرک خلقاً زمیماً، فتحنب من نفسک اسئله.

هرگاه در رفتار و کردار دیگران، خصلت‌های

در این رهگذر، این قلم، بر سر آنست که چون گذشته، به دریای معارف درخشان اسلام عزیز، غوصی نماید، و در قلمرو ضرورت بکارگیری روش محبت، و تاء ثیر سازنده و تکامل بخش آن، از گوهرهای جاودانی، "دامنی برکند" و اولیاء و مربیان و معلمان "اصحاب را هدیه‌ای" عطا نماید.

بدین لحاظ، این مقال را، درسه بخش: ۱ - خویشتن سازی مربی، ۲ - ضرورت روش محبت، ۳ - حاذبه انقلابی محبت، با استناد به متون اسلامی، بطور فشرده پی می گیریم:

الف: خویشتن سازی مربی

اینکه خویشتن سازی "مربی" را مطرح می کنیم، هرگز نباید تصور شود، که "عنصر معلم" از این دایره خارج می شود، و صرفاً "مربی به معنی علمی و تخصصی آن منظور می باشد، زیرا بدلیل پیوستگی تنگاتنگ آموزش و پرورش، و اینکسه در جامعه اسلامی ما، مسؤولیت‌های وحدانی و انسانی هر معلمی را غیر از آموزش، به پرورش نیز می کشاند مربی و معلم و اولیاء بیشتر، مخاطب رهنمودهای مقدس اولیاء گرامی اسلام خواهند بود.

بهر حال، آنچه مهم است، معلم و مربی قرار است "کارانیاء" را انجام دهند، و مجموعه معلم و مربی و اولیاء، و بالاخره خانه و مدرسه، می خواهند، نسل سالم و صالح و رشید و سربلند برای جامعه اسلامی، پرورش دهند.

از این نظر، خویشتن سازی "این رهبران" برای "رهروان" یک ضرورت حدی و اجتناب ناپذیر می باشد، چنانکه اضافه بر تجربه‌های جاری و علمی، پیشوایان عالیقدر اسلام نیز ضرورت خویشتن سازی، و ارائه روش "رفتاری" آنرا، مورد تاء کید قرار داده اند:

اینهمه اصرار داریم ، بدین خاطر است ، کسه می تواند ، وجود مربی را عنصری صالح و فیاض گرداند ، و از چشمه سار وجود حنن عنصری ، حویبارهای فیض و فضیلت ، رحم و مروت ، و بالأخره مهر و محبت ، برگسترار وجود تشنه و افسرده کودکان و نونهالان سرازیر گردد . و بکارگیری روش محبت ، بعنوان یک سنت عملی اخلاقی و تربیتی ، عناصر جامعه امروز ، و آینده سازان فردای درخشانرا ، عناصری رشید و نیرومند ، مؤثر و خاصیت دار ، و خلاصه نیروهای آگاه و بر احساس و خدمتگزار پرورش دهد .

آری ، بکارگیری روش محبت رادر فـلمـرو تربیت کودکان ، در خانه و مدرسه تا این حد ضروری و سازنده می دانیم ، لذت اعمال رحم و محبت ، و نیز مسؤلیت بکارگیری چنین شیوه مؤثر تربیتی را هم اضافه بر آنچه در احادیث اسلامی مطالعه کردیم ، چیزی است که "ژان ژاک روسو" متفکر و دانشمند بزرگ تربیتی نیز می نویسد : ای مردم ، رحیم باشید ، به تمام مردم از هر طبقه و سنی که هستند ترحم کنید ، ترحم اولین و طیفه شاست ، آیا عقل حکم می کند جز رحم و مروت کاردیگری بکنید ؟ اطفال را دوست دارید ، به تفریحها و بازیهای آنها کمک کنید حرکات طبیعی و زیبای آنها را تشویق نمائید .

آیا در میان شما کسی هست که ، گاه گاهی بر ایام طفولیت ، که همیشه لبها متبسم و روحها آرام است ، دریغ و افسوس نخورد ؟ برای چسه می خواهید ، این کودکان بیگناه را ، از استفاده زمان کوتاهی که سرعت درگذر است محروم سازید ؟ چرا می خواهید اولین سالهای زندگانی را ، که به سرعت درگذراست آمیخته بارتج و الم نمائید ؟ مگر نمی دانید که این ایام خوشی همانطوریکه برای شما باز نمی گردد ، برای

زشت و ناروایی را مشاهده کردید ، حتما" (در مقام پرورش دیگران) خویشتن را از اینگونه ناروایی ها و نواقص ، پیراسته گردانید . باری ، اینکه روی " تربیت مربی " اینهمه ناه کید می گردد ، هرگز نباید سوء برداشتی صورت گیرد زیرا پیامبر والا گهر اسلام را هم با آنهمه عظمت و حلال ، ماورا تربیت یافته خداوند می دانیم ، و آن بزرگوار هم پیـساز دریافت تربیت الهی ، و خود ساختگی متعالی در مقام راهبری و تربیت جامعه برآمده است .

امام صادق (ع) فرموده : ان الله عزوجل ادب نبیه ، فاحسن ادبه ، فلما اکمل له الادب قال : وانك لعلى خلق عظیم ، ثم فوض الیه امر الناس والامه ، لیسوس عباده .

خداوند متعال ، پیامبر خویش را تربیت شایسته ای نمود ، و آنگاه که آن بزرگوار به کمال تربیت و تکامل دست یافت ، به او فرمود : تودارای خلق عظیمی هستی ، و پس از این مرحله رسالت رهبری جامعه و امت اسلامی را به او واگذار کرد ، تاوی مربی و سیاستگزار بندگان خداوند باشد .

آن حضرت خود نیز به این تربیت یافتگی و خویشتن ساختگی اعتراف می کند ، و می فرماید : ادبنی ربی ، فاحسن تأدیبی .

پروردگار من ، مرا پرورش داد ، و تربیت خداوند هم ، برای من تربیت شایسته ای بود . امام علی (ع) هم فرموده : ان رسول الله (ص) ادبه الله ، و هو ادبنی ، و انما اودب المؤمنین .

براستی ، پیامبر را خداوند تربیت کرد ، آن بزرگوار هم مرا پرورش داد ، و من هم تربیت کننده اهل ایمان می باشم .

بنابراین ، اینکه روی " تربیت یافتگی مربی "

آنها نیز باز نخواهدگشت؟! .

ب : ضرورت روش محبت

برای اینکه حتی "بیگانه نیز حلقه بگوش شود" دربالا ضرورت لطف ومحبت رابطورفشرده تبیین کردیم ، البته حد ومرزی راهم که درزمینه "اعمال محبت" می بایست معمول داشت و "شیوه مطلوب" آنرا انتخاب نمود ، امسری است که درسایه تعالیم درخشان اسلام ، مرحله اجرائی آنرا ، مری باتوجه به شرائط روانی واستعدادهای عمومی مخاطبین ، خود می تواند انتخاب نماید .

اکنون به منظورارائه مصادیق ، ودرجهت "رشد شخصیت" درکودکان ، نمونه هائی را از "روش رفتاری" پیامبر عالیقدر ، وسفارش امام صادق (ع) درزمینه برخورد "عملی تربیتی" مورد مطالعه قرار می دهیم :

۱ - پیامبر اسلام می فرمود : پنج خصلت است که ، من تا زنده هستم ، هرگز از آن غفلت نخواهم کرد ، ازحمله : التسليم على الصبيات لتكون سنة من بعدی

پیوسته به کودکان سلام می کنم ، تا این شیوه مطلوب پس از من ، درمیان مسلمانان بصورت سنت وروش رفتاری حاویدانی باقی بماند .

۲ - امام صادق (ع) فرموده است : التلطف بالصبيان ، من عاده الرسول ،

یکارگیری شیوه لطف ومحبت نسبت به کودکان ، ازاخلاق وعادات همیشگی پیامبربزرگوار اسلام بود .

۳ - پیامبر عالیقدر اسلام ، درمورد افرادی که ، بجای محبت وشفقت ، دلهای سخت وبی مهر ، وروشهای خشن ودافعه دار داشتند می فرمود : لیس منا من لم یوقر کبیرنا ، ولم یرحم صغیرنا .

کسیکه بزرگترها را احترام نمی گذارد ، وبسه کوچکترها هم رحم ومحبت روا نمی دارد ، ازامت من نخواهد بود!

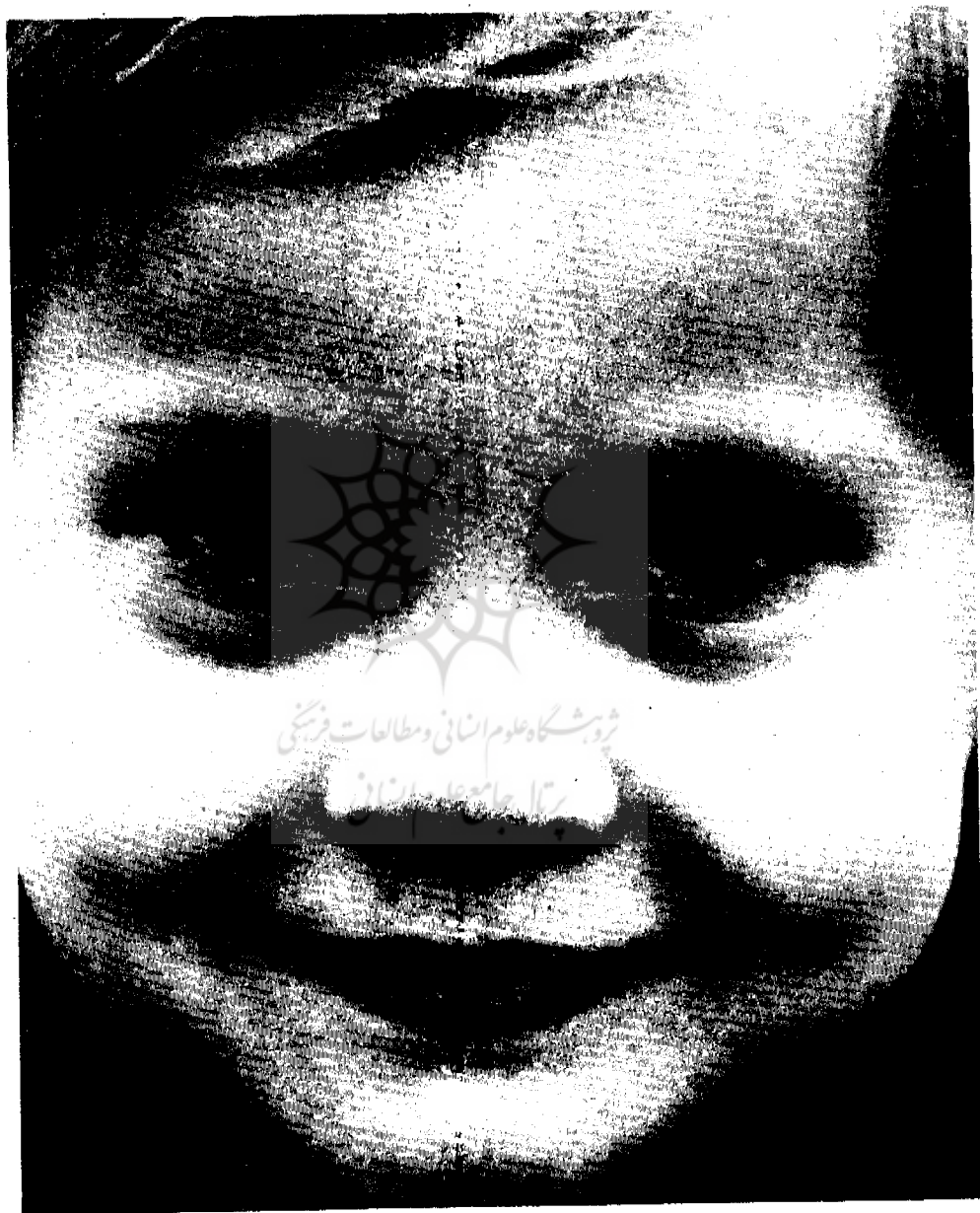
۴ - دربیانی هم از امام صادق (ع) وارد شده : ان الله تعالی لیرحم الرجل ، لشده حبه لولده .

خداوند متعال انسانرا بخاطر محبت زیادی که نسبت بفرزند خود اعمال می دارد ، مورد لطف ورحمت خویش قرار می دهد .

بنابراین ، شیوه رفتاری رسول اکرم (ص) که مری نمونه ، پیامبر رحمت ، وآموزگار عالم بشریت بود باکودکان ، که برای رشد وتعالی و پرورش شخصیت عناصر درخور محبت وتکریم وحمایت می باشند ، برخورد محبت آمیز بوده ودر بیان امام صادق (ع) هم که ، صرفاً "محبت بدرنسبت بفرزند" مطرح گردیده ، این یک اصل کلی است که براساس قاعده کلی "کما تدین تدان" . یعنی ، ازهردستی که می دهید پس می گیرید ، وهرچه نیکی کنید ، پاداش آنرا نیز خود دریافت می دارید ، مریبان ملزم به "اعمال محبت" می باشند ، وجنانچه آنان نسبت بکودکان ، رفتار محبت آمیز داشته باشند ، خود

وفرزندان آنان هم ، بر بهره وعکس العمل این محبت را دریافت خواهند داشت .

کودکان به شما می نگرند!



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
 کتابخانه دیجیتال ملی ایران

فراموشی کرد یا در انجام دادن آن بداضیای سن
تنبلی نمود نباید به او بگوئید :
— آهای گنج خرف . بادت رفت دندوناتو
مسواک کنی ؟ مگر نمیدونی اگه تنبلی کنی
دندونات خراب میشه ، ها ؟

خسونت شما با یک چنین مسئله‌ای که حل آن
بسیار آسان است باعث لحیازی کودک خواهد
شد و او برای ایستادن در برابر رفتار خشن شما
عمداً وظایف خود را کنار خواهد گذاشت و از
انجام آنان طفره خواهد رفت. در نظر داشته
باشید کودکان جسم بد رفتار شما دوخندانند و
هرچه شما بگوئید و هرکاری بکنید آنها سرعت
تقلید می‌کنند ، پس اگر مؤدب باشید آنان نیز
رعایت ادب را خواهند کرد ، اگر روزی فرزندتان
گلدان یا زیرسیگاری را سکت نباید بگوئید :

— خیلی نفهمی ، حقدرد دست و پا چلفتی
هستی ، مگه حسم نداری ؟ چرا گلدونوسکتی ؟
اینگونه سخن ها بسیار خطرناک است . غرور
کودک را حریجه دار می‌کند و از اعتماد بد نفس او
می‌کاهد . این سخن دارای می هستند کد
شخصیت کودک را که در حال شکل گرفتن است
مسموم خواهند کرد . بدرومادر در هر وضع و
موقعیتی هستند باید بدانند که در تمام موارد
باید متانت و منطق را حفظ کنند .

وقتی واقعه بدی اتفاق

می‌افتد!

در مواقع بروز یک جریان بد و نامطبوع
مخصوصاً " جریانی که مسئولش فرزند شما است
باید با کمال صبر و حوصله از بدگویی کردن از او
خودداری کنید بلکه فوراً " درصدد پیدا کردن
علت های آن برآیید و راه چاره‌ای برای آن در
نظر بگیرید .

حیمنی کوچک آنروز می خواست به مادرش

دکتر استفان گینوئر روانشناس و رئیس بخش
تحقیقات روانی دانشگاه جان ها پکینز اظهار
می دارد :

کودکان خود را باید سخت محافظت کنیم .
درآینده‌ای نه چندان دور باید نظام اجتماعی
را به دست ایشان بسایریم . پس باید آنان به
افرادی سالم ، درست و شجاع تبدیل شوند . با
کمی کجروی که در رفتار خود اعمال خواهیم کرد
کودکان ما گرفتار مسایل و مشکلات روانی می —
شوند و این گرفتاریها ، زندگی آنها را در جامعه
آینده به خطر می اندازد .

خسونت ، تحقیر ، بی اعتنائی و کوچک
شمردن کودک ، اثرانی در روح او باقی می‌گذارد
که ممکن است منجر به انحرافات و امراض روحی
شود .

ناهماهنگی های روانی که در سنین پایین در
کودکان مشاهده می شود اغلب محصل
ناپهنجاریهایی است که در خانواده مشاهده
می شود . در ایران اغلب این تصور وجود دارد
که وقتی اختلالات روانی شدید در افراد مشاهده
می شود ، آنوقت باید به پزشک متخصص اعصاب
و روان مراجعه نمود . این تصور سخت غیر
منطقی است . مراجعه به روان پزشک دلیل بر
دیوانگی و عدم اعتدال روحی در انسان نیست .
از این رویه اعتبار موضوع باید همواره کودکان
خود را از نظر روحی مورد مطالعه قرار دهیم و
مواردی را بکار گیریم تا احیاناً " نابسامانیهای
روانی و کمبودهای روحی در آنان ایجاد نشود .
با کودکان خسونت نکنید .

اگر کودک شما یکی از وظایف روزانه خود را
فراموش کند ، هرگز نباید زبان به سرزنش و
شتمت بکشاید مثلاً " اگر مسواک زدن را

خنده دارنکنید و در عین حال بسیار حدی به راهنمایی کردن او اقدام کنید .

مثالی دراین مورد ذکر می‌کنیم :

— جانی وقتی می بینم لباسهاتو روی زمین انداختی خیلی عصبانی می شوم . جای لباس روی زمین نیست .

— ادی چرا وقتی صدا می کنم جواب نمیدی باید بدونی که من مادرت هستم ، این بی ادبیه که جواب بزرگترها روندی ، مخصوصاً " وقتی که مادرت تورو صدا می کنه .

روت پنج سال داشت و اغلب با مداد رنگی روی دیوارها خط می کشید . مادرش می‌گفت :

عزیزم وقتی این کار میکنی من حال بدی می شم . فکر می‌کنم تو اصلاً " منو دوست نداری . اگه منو دوست داشتی حتماً " حرف منو گوش می‌کردی . ببین عزیزم چیز کتیف رو هیچکس دوست نداره خوب اگه تو دائماً " این کارو بکنی دیوار کتیف میشه .

بدتی بعد روت کوچولو گفت :

— من از حرفهای مامان چیزی نمی فهمم اما میدونم که دیگه نباید این کارو بکنم .

یکی از دوستانم درباره رفتار دوپسره ساله و ۹ ساله اش با من صحبت می‌کرد :

— دوتایی در اتاق مشغول توپ بازی بودند . من به اونا گفتم که بروند بیرون بازی کنند . چند دقیقه بعد صدای شکستن شیشه را از توی حیاط شنیدم . من از اینکه خود بچه‌ها آسیبی ندیده بودند خوشحال بودم ، اما از کارشان فوق العاده خشمگین بودم . نگاه سردی به آنها انداختم و گفتم :

" من خیلی عصبانی هستم ، آنقدر عصبانی هستم که نمیتونم حرف بزوم ، حالا بریم غذا بخوریم ، بعداً " با شما صحبت می‌کنم . بعد از

کمک کند او ظرف غذا را از آشپزخانه برداشت تا به اتاق برد و بروی میز بگذارد . ظرف از دستش افتاد و شکست و تمام موکت اتاق را کتیف کرد . مادرش از آشپزخانه بیرون آمد با دیدن آن منظره گفت :

— زود باش — برویک حوله بیار هرچه زودتر اینجارو تمیز کنیم جای لکه‌ها باقی نمونه .

حیمنی فوراً " یک حوله آورد . دریاک کردن با خودش فکر می‌کرد که چرا مادرش او را دعوا نکرد وقتی کار به پایان رسید حیمنی دست به گردن مادرش انداخت و او را بوسید و گفت دوستت دارم مادر تو جقدر خوبی .

دراین جریان مادر حیمنی تمام حواس خود رامتوجه پاک کردن موکت کرده بود و از شکستن ظرف و ریختن غذا اصلاً " صحبتی نکرد . روش او کاملاً " منطقی بود . او منانت خود را حفظ کرد و با رفتار خود کودک خردسال را متوجه کار اشتباهی که مرتکب شده بود کرد .

دق دل خود را سر بچه‌ها

خالی نکند

در نظر بچه‌ها ، پدر یا مادر خوب یک انسان است که هم خوشحال می‌شود و هم غمگین . در این حال پدر و مادر خوب کسانی هستند که آتش خشم خود را بروی بچه‌ها نمی‌ریزند .

باید دانست که از نظر اصول تعلیم و تربیت پدر و مادر نباید دق دل خود را بر سر بچه‌های خود خالی کنند ولی باید متوجه باشند که این مسئله دلیل آن نیست که هرگز خشمگین نشوند اما این خشم باید منطقی باشد . این خشم باید در مورد مسایل و مشکلاتی باشد که پیش می‌آید . شما می‌توانید خشمگین بشوید بدون اینکه با زخم زبان بچه‌های خود را بیازارید . هرگز غرور او را زیر ضربات انتقاد نگیرید ، شخصیت او را

خوشرویی حرفهای اوراشنیداما درهنگام عمل
این مکالمات بین آندو انجام شد :

رابی - مادر تو پرسیدی برای تولدم چی
می خوام ، خوب من شش تا بستنی می خوام
شش رنگ .

مادر - پس تو بستنی قیفی خیلی دوست
داری ؟
رابی - آره مامان .

مادر - بسیار خوب رابی تو میتونی دوتسا
بستنی داشته باشی حالا بگو چه رنگایی دوست
داری ؟

این مادر دانا به حرفهای فرزندش
گوش داد ولی با درایت و منطق آنچه را که
صلاح می دانست برای فرزندش در نظر گرفت .

**آنچه به بچه نمی دهید،
بگذارید در عالم خیال به
دست آورد.**

روزالین بادوست خود در حیات بازی می-
کرد . روز سردی بود اما روزالین می خواست آب
بازی کند . این وظیفه مادر بود که از این کار
جلوگیری کند :

مادر - روزالین دلسم می خواست الان
تابستون بود و من می تونستم یکعالمه آب برات
آماده کنم تا تو بازی کنی .

روزالین - من الان هم میتونم آب بازی کنم
مامان .

مادر - البته که میتونی ، اما در تابستون
لدتس بیشتره آخه توی این روز سرد که کیفی
نداره ، آدم سرما می خوره ، اصلا " ممکنه مریض
بشی عزیزم .

روزالین به سرعت پیش دوستش رفت و گفت :
مامان میگه ممکنه مریض بشم ، خوب راست میگه

بقیه در صفحه ۳۹



ناهار دختر بزرگم فلکش را آورد و جلوی من
گذاشت و گفت پدر این بول شیشه مارو ببخشید .
ناگهان تمام خشم من از میان رفت اورادریعل
گرفتم و بوسیدم و دانستم دیگر هرگز چنین
خطائی از آنها سر نخواهد زد . "

**از خواست بچه ها جلوگیری
نکنید ولی در رفتارشان دقت
کنید.**

رابی شش سال داشت و برای روز تولدش ۶
عدد بستنی قیفی می خواست . مادرش با

تَفَكُّرٌ سَاعَتِ خَيْرٍ مِنْ عِبَادَةِ سَنَةٍ

لحظه‌ای اندیشیدن از عبادت یک ساله برتر است.

احادیث و روایات

مسیح پیامبر از مریم مقدس و یا تبدیل شدن
عصای موسی پیامبر به مار همه و همه براساس
نظام علت و معلولی استوار است، منتهمی باید
توجه داشت که علت و معلول تنها در انحصار
امور مادی نمی‌باشد بلکه قوانین علت و
معلولی در امور غیر مادی نیز وجود دارد.

مطالعه آیات قرآن این واقعیت را آشکار
می‌سازد که قرآن نیز قوانین علت و معلولی را
مورد تاءکید قرار می‌دهد. یعنی بدون علت
و جهتی هیچ قوم و ملتی به خوشبختی و یا
بدبختی در نمی‌افتد، بلکه خوشبختیها بر اثر
علل خوشبختی تحقق می‌یابد، چنانچه
بدبختیها و سعادتها هم بر اثر علل و عوامل
بدبختی پدید می‌آید.

برای بیشتر روشن شدن مطلب به دو آیه اشاره
می‌نماییم که قانون علت و معلول را مورد تاءکید
قرار داده است:

خداوند در سوره رعد آیه ۱۱ می‌فرماید:
إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا
بِأَنفُسِهِمْ.

همانا خداوند در قوم و ملتی تغییر و تبدیلی
بوجود نمی‌آورد، مگر آنکه خود مردم آن ملت
و قوم عوامل تغییر را به وجود آورده باشند.

در نظام آفرینش هر چیزی پایه و اساسی دارد.
خداوند اولین موجود را آفرید و پس از آن سایر
موجودات یکی پس از دیگری به وجود آمدند.

انسانهای بزرگسال در ابتداء نقطه بسیار
کوحکی بودند ولی بتدریج بزرگ شدند. زندگی و
حیات نیز ابتداء در نقطه‌ای پدید آمده، بعداً
بتدریج توسعه و گسترش یافت.

دانشمندان اعتقاد دارند که علوم امروزی
بشر با اینکه بسیار گسترده و وسیع است ولی در
آغاز بسیار ساده و فشرده بود و از همین
ساده‌ها کم‌کم علوم استکمال یافت. لذا برخی
عقیده دارند که علوم ریاضی پایه و اساس سایر
علوم بوده است.

پس از ذکر این مقدمه به این واقعیت نیز باید
اعتراف کرد که نظام هستی براساس قوانین علت
و معلولی استوار گشته است، اگر بارانی می‌بارد
اگر تابستانی به وجود می‌آید و اگر سرما و
یخبندان به وقوع می‌پیوندد، همه بر اثر علل
و عوامل گوناگونی تحقق می‌یابد، حتی در امور
غیر طبیعی که بدون در نظر گرفتن قوانین علت و
معلولی طبیعی صورت می‌پذیرد. دانشمندان
اعتقاد دارند که کارهای استثنائی مانند تولد

زیر بنای استكمال در انسان وجود عقل و خرد است .

نکنه بسیار جالب این که همان طوری که عقل راه تکامل و پیشرفت را بدروی انسان می گشاید گستردگی و توسعه و تکامل انسان نیز وابسته به رشد و پرورده شدن عقل می باشد، یعنی هر قدر عقل بیشتر پرورش یابد راه تکامل انسانی نیز معالی تر خواهد شد .

به عبارتی دیگر درک و دریافت معارف بسیار ظریف و عمیق اسلامی جز در برینو رشد عقلی امکان پذیر نیست و به بنای روشن تری همان طور که با عقل کودکان نمی توان به کمالات بسیار عمیق انسانی دست یافت . در برینو عقول ضعیف و ناتوان نیز افراد قادر نخواهند بود به معارف الهیه دست یابند . لذا اعتقاد ما مبتنی بر این است که همه استكمال ها و پیشرفت های بشری در برینو عقل امکان پذیر می شود و تا عقل فردی رشد نماید وصول به مراحل کمال برای او مسور نخواهد بود .

از رسول خدا این حدیث نقل شده است :

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص) سَيِّدُ الْأَعْمَالِ فِي الدَّارَيْنِ الْعَقْلُ وَلِكُلِّ نَبِيٍّ دِعَامَةٌ وَدِعَامَةُ الْمُؤْمِنِ عَقْلُهُ فَيَبْدُرُ عَقْلُهُمْ تَكُونُ عِبَادَتُهُ لِرَبِّهِ .

نکات بسیار برجسته ای از این حدیث شریف مستفاد می گردد :

۱ - عقل و خرد جزو اعمال و کردار برجسته انسانها به شمار آورده شده است . بدیهی است اعمالی که توسط فکر و اندیشه عقلی برای انسانها فراهم می آید قابل قیاس با اعمال بدنی و جوارحی نمی باشد .

در سوره اعراف آیه ۹۶ می فرماید :

وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الثَّرَىٰ آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ .

اگر اهالی روساها امان آورده ، تقوی پندسته سازند ، همانا برکتها از آسمان و زمین بر آنان فرود خواهد آمد .

بانوچه به این دو آیه بخوبی آشکار می گردد که اساساً همه امور از قبیل سعادتها و بدبختیها بر اساس نظام علت و معلولی تابع قوانین بسیار دقیق و ظریف اجرام می گردد .

حالا بی از ذکر این مطالب این سؤال مطرح می شود که بزرگترین علت برای خوشبختی انسان در گرو چه چیزی است ؟ ممکن است برخی بگویند ايمان و تقوی . در پاسخ می گوئیم که ايمان و تقوی در عین اینکه نسبت به خوشبختی و سعادت نقش علت را عهده دار است ولی خودش نسبت به علت قبلی نقش معلولی را عهده دار می باشد . با مطالعه و بررسی به دست می آید که بزرگترین و ابتدائی ترین عامل در انسان وجود عقل است زیرا اگر عقل را از وجود آدمی برکنار می کردند اساساً موضوع خوشبختی و بدبختی از بین می رفت .

پس همه اوج گیریهای انسان در برینو وجود عقل است .

لذا رسول خدا فرمود :

رَفَعَ الْقَلَمَ عَنِ الصَّبِيِّ وَالْمَجْنُونِ .

قلم تکلیف از کودک و دیوانه برداشته شده است .

بانوچه به این امر بخوبی آشکار می گردد که

به اعمال ارزش می دهد لذا رسول خدا می فرماید :

فَبِعَدْرِ عَقْلِهِ كُنُونَ عِبَادَتَهُ لِرَبِّهِ .

یعنی همان قدر که عقل و خرد دارد به همان اندازه عبادت و پرستش او برای خدا تحقق خواهد یافت .

پس زیر بنای استکمال هرنسانی وابسته به رشد عقلی او می باشد . پس این جمله صحیح است که نقل شده است :

"آن را که عقل دادند چه ندادند و آن را که عقل ندادند چه دادند ."

بدیهی است منظور از این عقل ، عقل پرورده و رشد یافته است ، نه عقل ابتدائی زیرا از عقل ابتدائی همه انسانها برخوردار می باشند .

و به اصطلاح قرآن ، عقلی که خداوند در قرآن از آن به نام اولوالالباب یاد کرده است و ما بتذکر الاولوالالباب همانا صاحبان خرد و عقل متذکر شده ، از آیات الهی استفاده می نمایند . پس بر پدران و مادران است که به موازات آموزشهای دینی از قبیل نماز و روزه و سایر امور عبادی به پرورش عقلی کودکان خود بپردازند که اگرستون وجودی اعمال در انسانها استوار و استقرار یافته باشد می توان به اعمال عبادی نیز توجه و التفات داشت و الافعال عبادی منهای عقل و خرد فاقد ارزش و بهاء بوده و نمی توان بر آنها اتکا کرد .

درفرصتی رسول خدا (ص) به علی علیه السلام می فرمود :

در آن هنگام که مردم به اعمال و کردار می پردازند تو به تفکر و اندیشیدن بپرداز و در روایات آمده که لحظه ای اندیشیدن از عبادت یک ساله برتر و والاتر است . تَفَكَّرْ سَاعَةً خَيْرٌ مِنْ عِبَادَةِ سَنَةٍ . پس تفکر و اندیشیدن جزو اعمال ارزنده و والا محسوب گشته است .

۲ - هرچیزی راستون و پایه است و ستون و پایه فرد با ایمان عقل و خرد اوست . ایمانی که بر اساس خرد استوار نباشد بزودی متزلزل شده از بین خواهد رفت . به عبارت دیگر بهره گیری از نماز و روزه و حج و جهاد فی سبیل الله و غیره همه باید مبتنی بر عقل و خرد باشد . اگر کسی همه این کارها را انجام دهد ولی از نظر عقلی فاقد رشد و رسایی باشد بهره و سودی از اعمال انجام داده نخواهد برد .

در خدمت رسول خدا وقتی از اعمال نیکوی انسانها سخن به میان می آید رسول خدا قبل از تاءکید از میزان و درجه عقلی انجام دهنده آن اعمال سؤال می نماید ، چه آن حضرت به این واقعیت اشراف دارد که اعمال فی حدنفسه نمی تواند مورد توجه قرار گیرد مگر به مقدار عقل و خردی که انجام دهنده آن اعمال از آن برخوردار است . پس ستون وجودی اعمال وابسته به شخصیت عقلی انسانهاست .

۳ - افعال و عباداتی که افراد انسانی انجام می دهند بطور جداگانه و مستقل نمی تواند ارزش و بهائی را دارا باشد ، بلکه ارزشمندی آنها وابسته و مرتبط به میزان عقل و خرد انجام دهنده آن اعمال می باشد . پس این عقل و خرد است که

همه آوازه‌ها و ثمره‌ها در پرتو عقل پرورده برای انسان تحقق می‌یابد. بنابراین همه افراد انسان در درجه اول باید عاقل شوند و پس از آن به سعادت و خوشبختی راه یابند و الا بهره‌و سودی از اعمال انجام داده نخواهند برد زیرا قبلاً " اشاره کردیم که ارزشمندی اعمال به اعتبار عقل و خرد انجام دهندگان آن اعمال است و چون اینان از عقل بهره‌ای ندارند اعمالشان نیز بی ارزش و بیها خواهد بود.

از رسول خدا (ص) این روایت نیز نقل شده است که فرمودند:

اَسْتُرِّشِدُوا الْعَقْلَ تَرْتَدُّوْا اَوَّلًا تَعْصُوهُ فَتَنْدَمُوْا .

از عقل و خرد راهنمایی بخواهید چه، در صورتی که از عقل کمک و یاری بجوئید همانا به سعادت و خوشبختی خواهید رسید و اگر در برابر عقل و خرد نافرمانی پیشه سازید به ندامت و پشیمانی در خواهید آمد.

بقیه از صفحه ۳۵

دیگه. الان هوا خیلی سرده، آخه مگه تونمی -
فهمی؟

در این ماجرا مادر کاردان بامهارت اجازه داد ذهن کودک به کار بیفتد و بفهمد که واقعا در هوای سرد چه اتفاقی ممکن است پیش بیاید.

به شکایت های کودکان

گوش دهید

ماری در حالیکه گریه می کرد وحنج می کشید وارد اتاق شد و می گفت که انگشت خود را زخم کرده است. مادرش انگشت او را نگاه کرد، اما اثر زخم یا خراش در آن ندید. در واقع یک دره بین لازم بود تا بتواند جای فرو رفتن سوزن را در انگشت او پیدا کند.

بالحن بی تفاوتی گفت:

- زخم انگشت تو همین است؟ فکر کردی داری میمیری، این زخم حتی یک بچه کوچک رو هم به گریه نمی اندازه، اما ماری فریاد زد.

هی - میسوزه، میسوزه،

مادر گفت:

- نمی سوزه، چیز مهمی نیست.

ماری بیشتر فریاد زد:

- از کجا میدونی نمی سوزه دست تسوکه

نیست؟

مادر با خشم فریاد زد:

- اگه آروم نشی، تورو حبس می کنم.

ماری به گریه ادامه داد و مادر او را برد در یک اتاق حبس کرد و در را به روی او بست و در حالیکه ماری به شدت گریه می کرد بسه سراغ کارهای خود رفت. مسئله بسیار کوچک بود و نتایجی بد و بزرگ برای کودک داشت این مادر هرگز نمی باید تخم ترس، لجبازی و بد رفتاری را در روح کودک خود می کاشت. تسوجه به این موارد کودک سلامت روحیه کودکان را برای آینده تضمین می کند، پدران و مادران دانا و فهمیده می دانند که گذشته از مهر و محبت در رفتار با کودکان، سیاست، تدبیر، تحمل، گذشت خودداری و مطالعه لازم است. هر آن که حس کردید یا مشکلی روبروید که خود قادر به حل آن نیستید، حتماً به مشاور روانی مراجعه کنید.

نقل از سایکولوژیست



پیشگاه علوم انسانی و مطبوعات
پرتال جامع علوم انسانی

در باب فراست

ترجمه: محمد تقی راد

مثلاً همیشه، در صورت گرفتن نمره بد پدر و مادر باید به کودک نشان دهند که آنها ناراحت و اندوهگین اند، بدون اینکه علت عدم موفقیت او را بفهمند نباید او را سرزنش نمایند، یا ناسزایش گویند و یا مجازاتش کنند. اما مواردی هست که کودک قادر نیست در همان زمان کارش را بهتر انجام دهد. ممکن است، بطور کلی دروی مهارت و ملکه لازم به وجود نیامده باشد، و ممکن است بیمار باشد و یا وضع خانوادگی نظم عادی او را بهم زده باشد. و برای اینکه کمک کنیم تا باصطلاح روی غلنگ بیفتد، لازم است محیط آرامی را به وجود آوریم و اعتمادش را به این نکته جلب نماییم که اگر سعی بکند قطعاً همه چیز روبراه خواهد شد.

درس خواندن اولین کار حدی درزندگی کودک است. کودک باید بصورت منظم این کار را روز به روز انجام دهد، و باید به نتیجه مثبت و معنی نایل شود تا نمره خوبی بگیرد. کودک نباید تمرینات لازم را سرسری انجام دهد بلکه باید درست، تمیز و دقیق بنویسد. تنها حل مسائل حساب کافی نیست بلکه باید اعداد را زیبا بنویسد و آنها را حنان جای دهد که معلم نشان داده است. اگر حتی یکی از این درخواست ها انجام داده نشود کودک هر قدر هم سعی کرده باشد درقبال کارش نمره خوب نمی گیرد. برای نوآموز کلاس اول خیلی مشکل است که بتواند با این وضعیت جدید خوب گیرد. زیرا قبل از مدرسه رفتن وضع طور دیگری بود. درست است که قبلاً هم کارهایی به او محول می کردند و او به قدر تواناییش انجام می داد، اما آن موقع برای کار او مثل حالاً ارزش فائل نبودند. در گذشته برای خودکوشی و میل کودک ارزش فائل می شدند، تا همه چیز را

اولین نمرات، این اعداد درشت قرمز رنگ چه شادی و غمی درنوآموز کلاس اول ایجاد می کند! هر نمره ای، حادثه ای است!

کاملاً" طبیعی است که پدر و مادر همراه غم ها و شادی ها، عدم موفقیت ها و موفقیت های فرزندشان هستند. اما آنها باید به خاطر داشته باشند که عکس العمل آنها مربوط به موضوعات زیادی از قبیل رابطه کودک با خواندن، مدرسه معلم و حتی روابط متقابل میان کودک و بزرگترها در خانواده است.

بنابراین داشتن رابطه صحیح با نمره و توانائی استفاده از آنها در مقاصد تربیتی خیلی مهم است.

معلم کیفیت کار نوآموز را با نمره مشخص می کند. و این کیفیت در کوشش بکار برده شده نیست بلکه در نتیجه این کوشش است. معلم می بیند که یکی سعی بیشتری می کند و دیگری کمتر، خواندن برای یکی آسان است، و برای دیگری مشکل. او هنگام کار با بچه ها همه آنها را در نظر می گیرد. او توجه بیشتری به بچه های ضعیف می کند، اشتباهاتشان را جداگانه برای آنها توضیح می دهد، کودکان با استعداد اما تنبل را با تشویق به کار می دارد و غیره. اما بهرحال او نمره را درقبال سعی نوآموز نمی دهد بلکه درقبال کیفیت کارش می دهد. و در مقابل کاربرد، او نمی تواند نمره خوب بدهد.

اما رابطه پدر و مادر با نمره بسته به اوضاع و احوال ممکن است متفاوت باشد و باید هم باشد.

کودگانی وجود دارند که در مورد آنها نباید به نمره چهارده ناحتی پانزده و شانزده راضی بود، از آنها باید انتظار گرفتن نمره بیشتری را داشت.

اما با سایر کودکان باید رفتار دیگری داشت.

بنویسد .

وقتی تکلیفش را نوشت ، ماما دوباره به کار پسرش نگاه کرد وگفت : خیلی قشنگ اند ، اما معلم نمی تواند به هر حرفی نمره بدهد . وقتی همه زیبا و تمیز وبدون هیچ گونه قلم خوردگی باشند خانم معلم به تو بیست می دهد . تو حتماً هم نمره بیست خواهی گرفت .

مادر رضا ، واقعا به پسرش کمک می کرد مستقیماً توی دفترش نشان می داد که چه چیز درست است وجه چیز درست نیست وپسرش را متقاعد می کرد که او هم می تواند چنان بنویسد که نمره بیست بگیرد .

با این رفتار دقیق وپرحوصله مادر ، کودک با اطمینان و آرامش کار می کند ، واصلاً خودش شروع به تشخیص کیفیت کار خویش می کند وآنرا با تحزیه وتحلیل می خواند وآشتباهات خودشرا پیدا می کند . بنابراین بعدها برای او رهایی از این اشتباهات آسان تر خواهد بود .

وقتی از نمره صحبت می کنیم نباید وضعی که اغلب کودک را شرمنده می کند از نظر دور داشت .

لیلا با تعجب می گفت :

— چرا هست ؟ زیرا دیشب من خوب نوشتم تو خودت گفتی که خوب است .

وبرای مادر چندان آسان نبود که توضیح دهد که این نمره هشت نتیجه کار دیشب نیست بلکه نتیجه کار پریشب است که بی توجه بود و سرسری می نوشت .

لیلا هنوز کوچک بود ، برایش مشکل بود که خودش تمام آنهارا تشخیص دهد . چون دوسه روز پس از آن که دفترش را داده بود گذشت ودراین مدت مقداری کارکرد چون نمره گرفت نمی فهمید درقبال چه چیزی امروز نمره گرفته است وایسن

بخوبی انجام دهد . اگر دختر بچه نمی توانست رختخواب خود را بصورت مرتب بگسترند ، مادرش مجبور می شد کاررا به اتمام برساند ، ماما بهر حال ممکن بود بگوید : "آفرین دختر عاقلم به مامانش کمک می کند" .

ولی حالا دیگر توی مدرسه هیچ کس ایسن دختر را درصورتی که کارش را خوب انجام ندهد تحسین نمی کند .

ناقوه دارد سعی می کند ولی چون خطوط با هم برابر نیست نمره خوب نمی گیرد .

اغلب کودک بزودی نمی فهمد که حالا در وهله اول کیفیت کار ، نتیجه کوشش او مهم است نه خودکوشش . چون او نمی فهمد ، نمی تواند با این وضع خود رامطابقت دهد . بنظر نو آموز کوچولو ، خانم آموزگار نسبت به او بی انصاف است و او دیگر نمی خواهد به مدرسه برود .

توجه پدرومادر به این روحیه کودک وعکس العمل صحیح وبموقع دربرابر آن خیلی مهم است .

رضا که نو آموز کلاس اول بود باحالتی عصبانی ورنجیده به خانه آمد وگفت :

— مگر نمی توانست به من بیست بدهد ، جقدر بداست ! نوشتم ، نوشتم مادرش گفت .

— خوب نشان بده ببینم توجه نوشتی ؟ بهدقت به کارپسرش نگاه کرد وگفت ..

— نه رضا او معلم بدی نیست ، بلکه توهنوز آن طورکه باید وشاید نوشتن را یاد نگرفته ای .

این جا از خط بیرون آمده ، آنجا به خط نرسیده واین جا هم کثیف است . درست است ؟

بلی ، پسر بچه اعتراف کرد که واقعا کارش را تمیز انجام نداده ونمره اش ازروی انصاف داده شده است . امروز او دقیقتر خواهد بود و آنطور که لازم است سعی خواهد کرد که همسرا

شرمند هاش می سازند. در بعضی از خانواده‌ها دانش آموز کوجولو را به علت گرفتن نمره بد تنبیه می کنند.

در کلاس اول به‌رو نویسی همه روزه نمره می‌دهند. و این نمره به دفتر کودک وارد می‌شود. یعنی همه روزه پدر و مادر بهانه‌ای برای اضطراب دارند. بنابراین همه روزه هم کودک سرزنش و جرود بحث می‌شوند.

نتیجه این سرزنش‌های دائمی اغلب توأم با اشک است. اولاً خود کودک از اعتماد به خود و به نیروی خود باز می‌ماند و عدم موفقیت خود را اینگونه توضیح می‌دهد و یا حتی در حالیکه آنرا تأیید می‌کند می‌گوید: من استعداد ندارم، من حافظه‌بدی دارم و یاد گرفتن حساب برای من مشکل است. حالا که بی‌استعدادم پس چراسعی بکنم. از حالا معلوم است که از من چیزی در نمی‌آید، و کودک کاملاً از کار خود بازمی‌ماند.

بدبختی دیگر این است که پدر و مادر پیوسته از فرزندشان اظهار نارضائی کرده و بیدریغ سرزنش می‌کنند. ولی او گناهی درخسود احساس نمی‌کند. زیرا طبیعی است که رابطه میان او و پدر و مادر از هم پاشیده است و در نتیجه برخورد ایجاد می‌شود.

بنابراین، کودک تحقیر شده عصبانی، خود را آدمی هیچ کاره احساس می‌کند، و نسبت به مدرسه و تکالیفش دل‌سرد می‌شود و رابطه میان او و پدر و مادرش خراب می‌شود.

ولی این کارها برای چیست؟

برای این است که پدر و مادر از نمره بد می‌ترسند و بدون هیچگونه رابطه‌ای به‌نوآموز کلاس اول خود عدم استعداد را نسبت می‌دهند.

بقیه در صفحه ۵۷

حواسش را پرت می‌کرد. اما چه خوب شد که مادر همه چیز را برای او توضیح داد.

موارد دیگری هم هست که نمره برای کودک حوادث ناگوار زیادی به بار می‌آورد. این مواردی است که نه تنها خود کودک نسبت به نمره ارزیابی درستی ندارد بلکه پدر و مادر او نیز چنین هستند.

برخی از پدران و مادران بقدری نسبت به دانش آموز ممتاز شدن فرزندشان حساسند که اگر از همان روزهای اول مدرسه رفتن نمرات کاملاً خوب نگیرند، دچار اندوه می‌گردند.

و ضمناً "بچه کوچک حتی بجهای که خوب می‌فهمد امکان دارد که در کلاس اول نمره بد بگیرد، ممکن است خطش بد باشد، ممکن است به اندازه کافی به درسهایش یا به توضیحات معلم دقیق نباشد. در مدرسه همه چیز برای او تازه و غیر معمولی است، وقتی چیزی را نادرست نوشت نمره ده یا هشت می‌گیرد.

در این جا بسیاری از پدران و مادران اشتباه بسیار بزرگی می‌کنند. چون از این نمرات هشت و ده می‌ترسند و نتیجه می‌گیرند که کودکشان استعداد درس خواندن ندارد، و بنظرشان می‌آید که دختر یا پسر آنها بحائی نمی‌رسد و از بجه مایوس می‌شوند.

اینها اغلب در رابطه پدر و مادر و کودک تأثیر می‌گذارد. مادر یا پدر، و گاهی تمام خانواده عدم رضایت دائمی خود را از عدم موفقیت نوآموز کلاس اول خود اظهار می‌دارند. هر نمره‌ای باعث گفتگو و سرزنش پایان ناپذیر می‌شود.

اغلب در حضور کودک بدون اینکه به عزت نفس او رحمی بکنند از عدم استعداد کودک می‌کنند و آشنایان شروع به دل‌سوزی نموده



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

رتال جامع علوم انسانی

بررسی جنبه‌های روانی و حرکتی

در ورزش خردسالان

در ارتباط با نقش مربی و والدین

مربی، جداول و برنامه‌های فعالیت‌های ورزشی و انتظاراتی که والدین از برنامه‌ها دارند باشد. گاهی اوقات، چنین دیدارهایی هم کافسی نیست. برقراری یک ارتباط منظم و برنامه‌ریزی شده میان این دو در حین اجرای برنامه نیز به پیشبرد برنامه کمک شایانی خواهد کرد. تعقیب پیشرفت ورزشکار نیز از جمله فعالیت‌هایی است که باید در این ارتباط دو جانبه صورت گیرد. از قبیل قوانین ورزشها، مهارتها و روشهای بازیهای مختلف، تغذیه و آمادگی جسمانی در استقبال والدین از ورزش فرزندشان مؤثر است، نه فقط به این دلیل که در بازیها و تورنمنت‌های ورزشی به پیروزی دست یابند، بلکه دلزدت بردن و بالای بردن درک اجتماعی کودک از طریق فعالیت‌های ورزشی و توجیه این موفقیت‌هاست. بر اساس مطالعه‌ای که بر روی منابع مختلف مربوط به ارتباط والدین و فرزندان صورت گرفته، چنین نتیجه‌گیری شده است که پنج موضوع مهم در ملاقاتها و ارتباطات میان مربی و والدین، باید مورد بحث قرار گیرند: دستیابی به اهداف ایجاد ارتباط مؤثر و مفید، رقابت و مسابقه تمرین در خانه و ورزشکار بودن.

نقشی که مربی می‌تواند در ارتباط با والدین ورزشکار داشته باشد، اغلب مورد بی‌توجهی قرار می‌گیرد. در عرصه ورزش خردسالان برقراری ارتباط با والدین می‌تواند تحارب ارزنده‌ای به ورزشکار، مربی و بدرو مادر اعطا کند. اسمول (۱۹۸۶) عنوان "مثلت ورزشی" را مطرح می‌کند که شامل مربی، ورزشکار و والدین است. وی تأکید می‌کند که مهارت‌های مربی در صورتیکه بتواند با والدین ارتباط برقرار کند در پرداختن به آموزش ورزشکار موفق‌تر خواهد بود. دخالت والدین در ورزش فرزندانشان روند فزاینده‌ای داشته و ناهنجاریهای آن نیز قابل توجه بوده است. متأسفانه بعضی از مربیان، از برقراری ارتباط با والدین غافلند و بعضی حتی آنرا بی‌اساس می‌دانند. اینگونه افراد، نتیجه عدم برقراری ارتباط اجتماعی و درلاک خود فرورفتن را درسی ناموفق شدن برنامه‌هایشان خواهند دید.

بر اساس مطالعه مارتین ولومسدن (۱۹۸۷) تأکید بیش از حد روی پیروزی، یک مشکل اساسی در ورزش خردسالان است. بنابراین یکی از وظایف عمده مربیگری، کمک به پدران و مادران در تفهیم ورزش بعنوان برآورنده نیازها و تواناییهای جسمی فرزندانشان است. سادی بازی با همسالان، توسعه آمادگی جسمانی، یادگیری، مهارتها، بکارگیری حداکثر توان جسمی، لذت بردن از هیجانات ورزش و توسعه خودباوری، تعدادی از مزایای پرداختن به ورزش است، که اغلب از جانب والدین، به دلیل اینکه در این فعالیتها برد و باخت مطرح نیست، مورد توجه قرار نمی‌گیرد. یکی از روشهای مؤثر برای جلب حمایت و اعتماد والدین، برگزاری دیدارهای بین والدین و ورزشکاران و مربیان، برای تفهیم و توجیه برنامه‌های ورزشی است. مسائلی که در این دیدارها مطرح می‌گردد، می‌تواند شامل اهداف

دستیابی به اهداف برنامه:

هدف، یکی از مؤثرترین روشها برای کمک به پیشرفت ورزشکار است. با وجود این هدف‌ها در کودکان، والدین آنها و مربیان باهم متفاوت است. بعنوان مثال، کودکان ورزش می‌کنند تا لذت ببرند و بادوستان خود همبازی شوند. در همین حال والدین چنان برخورد می‌کنند که انگار فرزندشان، خود را برای تبدیل شدن به یک قهرمان حرفه‌ای ورزش تربیت می‌کند (گولد ۱۹۸۶). مربیان باید والدین را برای

قائل شدن تفاوت بین دستاوردها کمک کنند و برایشان توجیه کنند که بین اهداف رقابتی و پیروزی در یک بازی با اهداف ورزشی که سعی در توسعه مهارت‌های ورزشکار، نسبت به مهارت‌های گذشته وی دارد (مانند تمرین شوت بسکتبال) تفاوت وجود دارد. به این دلیل که اهداف رقابتی وابسته به بسیاری از فعل و انفعالات اطراف ورزشکار است، که ممکن است کنترل وی را از دستش خارج کنند. ورزشکارانی که منحصرًا به اینگونه اهداف نظر دارند محکوم به شکستند. در مقابل پرداختن به اهداف ورزشی، کودک را به سمت پیشرفت و موفقیت رهنمون می‌سازد.

ورزشکاران غیر ماهر می‌توانند شاهد موفقیت را در نظر گرفتن این هدف در آغوش گیرند، چرا که این افراد سعی در پیشرفت خود دارند، و نه در پی شکستن رکورد. ورزشکاران ماهر نیز از این اهداف بهره می‌جویند. آنها می‌توانند با خود برای رسیدن به هدف‌های فوق به رقابت بپردازند، بدون اینکه مستلزم مسابقه خسته کننده باشد. اهداف باید اختصاصی، قابل ارزیابی و واقعی باشند. در این رهگذر، باید نظر والدین را به اهداف نوع ورزشی آن معطوف کرد نه مسابقه‌ای.

ایجاد ارتباط موثر و مفید :

یاری به والدین در آزمایش طرق برقراری ارتباط خود با فرزندانشان، یک امر حیاتی است. سخنان والدین می‌تواند روی رفتار کودکان اثر زیادی داشته باشد، و همچنین در ارضای روحی که در ورزش پدید می‌آید. متأسفانه بسیاری از پدران و مادران برای عیبجویی و حساسیت روی اشتباهات فرزندانشان بیشتر

آمادگی دارند، تا تشویق حرکات صحیح او. سه نوع پیغام وسخن، از جانب والدین و مربیان ورزشکار داده می‌شود. نخست تشویق ورزشکار بدنیال انجام یک مهارت به طور کامل و صحیح، که به آن بازخورد مثبت نیز گفته می‌شود (مثلاً "جمله": آفرین پاس خوبی بود). دوم زمانی که مربی یا سرپرست کودک، به‌وی در رابطه با یک مهارت غلط هشدار می‌دهد و به آن بازخورد منفی گفته می‌شود. (مثلاً "جمله": (حالت نبود). و بالاخره نوع سوم، بازخورد اصلاحی است. و آن زمانیکه در حین انجام مهارت وی را به اجرای صحیح آن دعوت می‌کنند (مثلاً "وقتی می‌خواهی توپ را با دست پرتاب کنی، به پهلو روبه هدف قرار بگیر!").

سایدنتاپ (۱۹۸۳) اظهار داشته است که بازخورد اصلاحی اغلب توسط مربی و والدین بکار بسته می‌شود. این نوع بازخورد می‌تواند و باید جنبه تشویقی داشته باشد. برخلاف بازخورد منفی که در آن، در مورد آنچه ورزشکار به غلط انجام می‌دهد، بحث می‌شود، بازخورد اصلاحی روی آنچه که ورزشکار برای انجام مهارت فعالیت نیاز دارد، تأکید می‌کند.

تعیین آنچه که باید والدین انجام دهند مشکل است. بدیهی است که تشویق و انتقاد صرف، نمی‌تواند مؤثر باشد، زیرا فرد از تشخیص رفتارهای نامناسب و مناسب ناتوان می‌گردد. اسمیت و کرشنام (۱۹۸۳) عنوان کرده‌اند که کاربرد یک نوع بازخورد مشخص (چه مثبت و چه منفی) اثرات معکوس به جای خواهد گذاشت. دون مورهاوس و فردریک (۱۹۸۶) نسبت چهاربه یک بازخورد مثبت و منفی را برای تصحیح مهارت، نسبت مناسبی عنوان می‌کنند.

ورزشکاران غیر ماهر می‌توانند شاهد موفقیت را در نظر گرفتن این هدف در آغوش گیرند، چرا که این افراد سعی در پیشرفت خود دارند، و نه در پی شکستن رکورد. ورزشکاران ماهر نیز از این اهداف بهره می‌جویند. آنها می‌توانند با خود برای رسیدن به هدف‌های فوق به رقابت بپردازند، بدون اینکه مستلزم مسابقه خسته کننده باشد. اهداف باید اختصاصی، قابل ارزیابی و واقعی باشند. در این رهگذر، باید نظر والدین را به اهداف نوع ورزشی آن معطوف کرد نه مسابقه‌ای.

ایجاد ارتباط موثر و مفید :

یاری به والدین در آزمایش طرق برقراری ارتباط خود با فرزندانشان، یک امر حیاتی است. سخنان والدین می‌تواند روی رفتار کودکان اثر زیادی داشته باشد، و همچنین در ارضای روحی که در ورزش پدید می‌آید. متأسفانه بسیاری از پدران و مادران برای عیبجویی و حساسیت روی اشتباهات فرزندانشان بیشتر

به سایر هم سن و سالهای کودک صورت گیرد.

از چه سنی کودک می تواند به مسابقه در تیمهای ورزشی بپردازد؟ تعدادی از والدین معتقدند که برداشت کودکان از مسابقه با آنچه که خودشان (والدین) به آن اعتقاد دارند متفاوت است. نگرش افراد بزرگسال دربی شرکت در مسابقات حرفه‌ای و آماتور، توسعه می یابد. کودکان بدون چنین تجربیاتی وارد ورزش می‌شوند و اغلب، انتظارات آنها بطور فاحشی با بزرگسالان فرق دارد. کوکلی (۱۹۸۶) معتقد است که هیچوقت برای پرداختن یک کودک به مسابقه زود نیست، اما خاطر نشان می سازد که فعالیتهای تیمی و مسابقاتی نباید قبل از هشت سالگی آغاز شود، چون در این سن استنباط کودک از همبستگی‌های اجتماعی و مسابقات ورزشی، در یک سطح رسد نایافته است. کوکلی معتقد است که مسابقه بعد از سن هشت سالگی، همراه با تأکید روی توسعه مهارت فردی است و به تدریج این مهارتها، باید با قوانین و تدابیر بازی هماهنگ شود. تنها پس از ۱۳ سالگی است که فعالیتهای بسدبند ترمی تواند برای کودک مفید باشد.

درتلاش برای سرعت بخشیدن به پیشرفت کودک در ورزش، بعضی از والدین، فرزندان را به بازی با بزرگترها، وسایل مخصوص آدمهای بزرگتر و متخصص شدن در یک نوع ورزش تشویق می کنند. اگرچه بعضی از کودکان، قادر به دنبال کردن این خط می هستند، اما بعضی‌ها هم نمی‌توانند چنین باشند. تحت فشار قرار دادن کودکان برای انجام کارهایی که از آنها ساخته نیست، خطرات متعددی دربی دارد. مربیان باید در رابطه با انتظارات والدین، آنها را راهنمایی کنند و خطرات پرداختن به فعالیتهای نامناسب را تذکر دهند. همانند تمام جنبه‌های رشد، والدین باید به توسعه مهارتهای ورزشی بنا بر طبیعت کودک توجه داشته باشند، حال چه این توسعه سریعتر یا خیلی تدریجی تر، نسبت

تمرین در خانه:

والدین باید فرزندان را به تمرین و ممارست روی مهارتهای آموخته شده تشویق کنند. اگرچه آنها نتوانند در آموزش مهارتها شرکت کنند، اما بوجود آوردن جو مناسب برای ورزش در خانه، کار مشکلی نیست. چنین زمانی معمولاً برای تمام افراد خانواده، برای پرداختن به ورزش تخصیص می‌یابد. تاگارت و سایدنتاب (۱۹۸۶) از والدین بعنوان کنترل کننده پیشرفت فعالیتهای کودک در خانه یاد می کنند. این کنترل پشتیبانی، زمانی که کودک در حال کسب یک سطح آمادگی جسمانی بهتر است، بیشتر جلوه می کند. ورزش و تربیت بدنی در مدرسه به تنهایی نمی تواند در توسعه مهارتهای حرکتی کودک، مفید و مؤثر واقع شود. مربیان به نوبه خود باید حرکاتی را که عملی تر هستند، برای انجام در منزل به کودک بیاموزند. برای تیمهای ورزشی خردسالان که دوساعت در هفته به تمرین می پردازند، تعیین نیم ساعت ورزش و مرور مهارتها، توسعه مهارت و آمادگی جسمانی را دنبال دارد. در درجه نخست، موفقیت این برنامه، بستگی به انگیزه والدین برای کنترل کودک از نظر انجام تکالیف داده شده! دارد. برای شروع فعالیت، به نسبت والدین باوی همکاری کنند، اما کم کم باید این کار به خود کودک واگذار شود و ورزشکار سعی کند خود تمرینات را انجام دهد.

گتری (۱۹۸۲) برای بازیکنان خردسال فوتبال، که به تنهایی می خواهند به تمرین بپردازند، راهنماییهای انجام شده در روز، از قبیل مدت زمانی که بازیکن می تواند با توپ به شیرینکاری بپردازد، می تواند سبب توسعه

بیاورد به عرصه ورزش، آداب ورزشکاری و همکاری گروهی را بیاموزند. با وجود این، ورزش نمی تواند از سایر جنبه های زندگی اجتماعی مستثنی باشد و یقیناً می تواند در رفتار افراد تأثیرات مثبت و منفی داشته باشد. پدران و مادران نیز همانند مربیان، باید به تبلیغ اخلاق و خصائل نیک در بین فرزندان شان آنطور که باید باشد، اهتمام ورزند.

توسعه روحیه ورزشکاری نمی تواند به شانس واگذار گردد. فیگلی (۱۸۹۵) به خصائص و استانداردهایی که یک کودک ورزشکار باید داشته باشد، اشاره کرده است. البته چنین خصوصیتی باید قابل دسترسی و منطقی باشند. مربیان باید خصوصیات اخلاقی نیک را از قبیل دست دادن با حریف پس از مسابقه، رفتار مودبانه تیم یا شخص مقابل و برخورد بکسان در برنده شدن و شکست خوردن، به ورزشکاران خویش گوشزد کنند. فیگلی همچنین عنوان می دارد که احترام به ورزشکار پیش کسوت و قهرمان در یک رشته، از وظایف یک ورزشکار خوب است. آموزش ارزشهایی مثل احترام متقابل، همکاری، رعایت حال دیگران و تواضع، در سالهای اخیر به موازات قرار گرفتن کودک در معرض تحولات ارزشهای فردی حتی مشکل تر شده است، و تحت تأثیر جنبه های غلط برخورد های اجتماعی قرار گرفته است.

گاهی تضاد میان بجهائیکه در یک تیم قرار دارند، از کیفیت و بازدهی ورزش می گاهد. برای بهره حستن از مزایای ورزش کودکان، باید یک فضای احترام متقابل و همکاری، حاکم باشد. چرا که ارتباط ضعیف می تواند سرخشمه بسیاری از مشکلات باشد. والدین باید به فرزندان خویش بیاموزند که شنونده خوبی باشند، و در عین حال به سؤالات و نیازهای دوستان خود

مهارتهای وی در زمین بازی گردد. همچنین ایجاد سیستمی که برانگیزنده باشد و سبب پیشرفت مهارت شود، مثل جایزه و یا خرید یک وسیله جدید، می تواند کمک کننده باشد. فعالیت کودک با هم سن و سال خود، وی را در ادامه آن یاری می کند.

بهم آمیختن آنچه که توسط گاتری عنوان شده است، به کودک قدرت انجام مهارت بدون اینکه از جانب کسی دیگر کنترل شود، را اعطا می کند. بطور کلی نقش والدین در منسوزل رهنمون ساختن کودک به یک نوع خود اصلاحی است که فرد اشکالات خود را درک و رفع کند. یک اشتباه از دید کودک، با آنچه که در مخیله پدر و مادرش می گذرد، متفاوت است. این اشتباه برای کودک، چندان اهمیت ندارد، و والدین هم نباید بیش از حد سعی در تصحیح سریع آن داشته باشند. بهتر است او را به حال خود واگذارند تا بازی برایش لذت بخش شود. اصلاح مهارت غلط رایج زمانی موکول کنید که کودک آمادگی لازم را برای این کار دارد. علاوه بر این بعد از هر مهارت، نیاز به باز خورد، احساس نمی شود. زمان پیشنهادی برای باز خورد پنجاه درصد کل مدت فعالیت است، که از وابستگی بیش از حد به والدین پیشگیری می کند و نیز از اینکه کودک تصور کند، بی خودی سرزنش می شود، جلوگیری شود. فعالیت در خانه باید مفرح و شادی آور باشد، نه اینکه با سختی زیاد همراه باشد. والدینی که می توانند بطور مؤثری با فرزندان شان ارتباط برقرار کنند، در ایجاد یک محیط و خانواده شاد و سر حال، موفق خواهند بود.

ورزشکار بودن :

بسیاری از والدین امیدوارند، بجهه ایشان

باید بدانند که از نخستین اهداف ورزش برای افراد خردسال، اعتماد به نفس، یادگیری مهارت‌های جدید، و یافتن دوستان تازه است. از اینکه به پیروز شدن اهمیت نمی‌دهند. خردگیری شود. خوشبختانه زمانیکه والدین بدانند که مربیان در پی گسترش جنبه‌های مثبت ورزش هستند نه نتیجه بازی، نظر مساعدی در رابطه با کارمربی پیدا می‌کنند.

کودگانی که بازی می‌کنند، از ورزش لذت می‌برند. پدران و مادرانشان دارای شخصیت‌های ویژه‌ای هستند. ترسیم واقعیات و رسیدن به حد بالای موفقیت برای چنین افرادی، بدون اینکه فرزندانشان را دچار افراط و تفریط کنند، براحتی قابل دسترسی است. آنها بچه‌هایشان را بیشتر از اینکه برای پیروزی تشویق کنند، به سعی و کوشش فرامی‌خوانند، و به آنها روش منطقی رسیدن به اهداف قابل دستیابی را می‌آموزند. کودکان زمانیکه در پشت سر خود وجود یک حامی و مشوق را احساس کنند، در فعالیت‌های ورزشی، موفق‌تر خواهند شد.

به خوبی پاسخگو باشند (رونلاوبونکر ۱۹۸۷). کودک باید بیاموزد، چگونه سلام بدهد، گوش دهد، به دیده احترام به دیگران بنگرد و بطور کلی مهارت‌های باارزش اجتماعی که در ورزش وجود دارند، باید توسط والدین به کودک تزریق و منتقل شود.

برای منع کردن از ارتکاب اعمال زشت و ناشایست، هیچ کاری بهتر از توسل به برخورد صحیح و تشویق و تمجید نیست. از این قبیل کارها، تشویق فرد توسط هم تیمی‌هایش، و آموزش شاگردان به همدیگر است. و در نهایت مربیان و والدین باید بدانند که نقش الگوی بچه‌ها را ایفاء می‌کنند. رفتار و کردار آنها زیر نظر چشمان پرسشگر است. اگر این دو (سرپرست کودک و مربی) با هم به احترام رفتار کنند، و به پیروزی و شکست به دید منطقی بنگرند شاگرد نیز چنین خواهد کرد.

والدین نیاز دارند که در رابطه با ارزش‌های فعالیت بدنی کودکان خود آموزش ببینند و مفهوم پیروزی برای آنها روشن شود. والدین

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

کتابخانه و اسناد

بدترین پدران (و مادران) کسی است که

عاطفه‌نگی و محبت به فرزند، او را به افراط و زیاده روی بکشاند.

تا از حال اعتدال بیرون آید و انضباط لازم را در تربیت نماندیده بگیرد.

توصیه های بهداشتی

ویتامین ها و خطر مصرف بی رویه آنها

ویتامینها ترکیباتی هستند که نه قدرت انرژی زایی دارند و نه بعنوان منبع غذایی مورد استفاده قرار می گیرند، بلکه ویتامینها ترکیباتی شیمیایی هستند که با دخالت آنها ترکیباتی مثل هیدروکربنها قادر خواهند بود انرژی تولید کنند. مثلاً " وقتی گلوکز به اسید پیروویک تبدیل می شود برای تبدیل اسید پیروویک به ترکیبات جزئی تر و تحزیه کامل گلوکز به ویتامینی خون "تتامین" احتیاج است. پس بطور کلی ویتامینها نقش انرژی زایی نداشته و تنها درساخت و ساز موادی چون هیدراتهای کربن و پروتئینها دخالت دارند. برخلاف تصور عدهای از مردم مصرف ویتامین زیاد نه تنها مفید نمی باشد بلکه اثرات و عوارض به نسبت شدید را ایجاد می کند و باعث مسمومیت در فرد می شود. در واقع فقط در چند بیماری و اختلال معدود، مصرف مفسد دار زیاد ویتامین آن هم با تحویز بزرگ حایزاست و نه در تمام بیماریها. که از این بیماریها می توان به اختلالهای تشنجی کودکان، کم خونی، سنگ کلیه، که با مصرف ویتامین پیرید وکسین (B6) و همچنین بیماری راشیتیس که با مصرف ویتامین (D) و یا اختلال انعقاد خون ناشی از بیماری کبد پس از ایمنان که با مصرف زیاد ویتامین (K) و

بیماری بری بری که با مصرف زیاد ویتامین (B1) رفع می شود و با تعداد دیگری از بیماریها که توسط بزرگ تشخیص داده شده و ویتامین مورد نظر تحویز می شود و در غیر از این موارد خود درمانی با مقادیر زیاد ویتامینها ممکن است موجب عوارض شدید سمی شود. یکی از این عوارض سمی که اخیراً " زیاد دیده می شود اختلال اعصاب حس است که در کسانی که پیرید وکسین (یا ویتامین B6) زیاد مصرف می کنند دیده شده است. برای مثال اگر بسر ۱۴ ساله ای روزی ۳ گرم ویتامین (B6) بخورد دچار بیماری روانسی خود کزانی می شود. دیگر موارد بیماریهایی که در اثر مصرف بی رویه ویتامینها بوجود می آید می توان به افزایش فشار درون ححمه، بیماری مزمن کبد، شکنندگی استخوانها، خارش و ترک و تغیر رنگ پوست که در اثر مصرف زیاد ویتامین (A) حاصل می شود و یا زخم معده، طاسی سر مسمومیت کبد، بی نظمی ضربان قلب، پایین آمدن فشار خون که در اثر مصرف زیاد ویتامین (B3) (ناسین) حاصل می شود اشاره کرد. و همچنین بر طبق آمار از هر هفتده نفری که دچار مسمومیت مزمن ناشی از مصرف بی رویه ویتامین (A) بوده اند شش نفر عوارض روانی نشان داده اند.

تظاهرات روانی که در موارد زیادی بیش می آید ممکن است به کناره گیری اجتماعی، بروز

به وفور یافت می‌شود. یک لیوان کوچک آب برتقال یا ۱۰ عدد توت فرنگی حدود ۱۰۰ میلی گرم ویتامین (c) فراهم می‌کنند گل‌کلم، اسفناج، لوبیا، سیب زمینی و گوجه فرنگی نیز به ترتیب دارای مقادیر چشمگیری از این ماده حیاتی هستند. باید توجه داشت در اثر پختن، میزان این ویتامین در سبزیجات به مقدار نصف تا یک سوم کاهش می‌یابد زیرا این ویتامین از بی ثباتترین ویتامینهای موجود می‌باشد.

دسته دیگر از ویتامینها که ذکر آنها لازم بنظر می‌رسد ویتامینهای خانواده (B) مانند (B₁، B₂، B₃، B₆، B₁₂) می‌باشند. مصرف روزانه این خانواده حدود یک میلی‌گرم تا ۱۰ میلی‌گرم متفاوت است، بجز ویتامین (B₁₂) که مصرف روزانه آن بسیار کم بوده و در حدود ۳ میکروگرم (سه میلیونیم گرم) می‌باشد. در مورد منابع این ویتامینها می‌توان گفت که سیوس برنج و گندم دارای مقادیر قابل توجهی از خانواده؛ این ویتامین می‌باشد، ولی برنجی که در غذا مصرف می‌شود عاری از هرگونه ویتامین های گروه (B) است. البته فقدان کامل ویتامین های (B) در انسان به ندرت اتفاق می‌افتد، زیرا باکتریهای که در روده زندگی می‌کنند قادر به سنتز این مواد هستند. در میان ویتامینهای خانواده (B) مصرف ویتامین (B₁₂) در بین مردم بخصوص جوانان بسیار رایج شده که با توجه به مقدار کم احتیاج بدن به این ویتامین و همچنین مقادیر فراوان این ویتامین در جگر و گوشت و دانه‌های غلات بویژه سیوس آنها، دیگر احتیاجی به مصرف این ویتامین از راه تزریق آمپول یا خوردن قرص وجود ندارد که لطفاً " روق بزیند

افسردگی یا افزایش تحرک پذیری منجر شود. کسانی که در روز مقادیر زیادی ویتامین (A) خورده‌اند دچار این نشانه‌ها شده‌اند.

در مورد مصرف بیش از حد ویتامین (D) باید گفت که عوارضی چون تهوع، اسهال، کم شدن وزن، خرابی کلیه و در مورد زنان باردار صدمه به جنین در حال رشد را باعث می‌شود.

بیماریهای دیگری که در اثر مصرف زیاد ویتامینها (E) و (K) بوجود می‌آید می‌توان به افزایش کلسیم خون، افزایش فشارخون، زردی نوزادان و موارد دیگر اشاره کرد.

اثرات سمی شدید ناشی از افراط در خوردن ویتامینها هم در بزرگسالان و هم در خردسالان به تعداد زیاد در کشور ماییده می‌شود، که همه آنها در اثر خوددرمانی یا مصرف خودسرانه ویتامین بوده است. حتی بر اثر تحقیقات انجام گرفته ثابت شده که افراط در خوردن ویتامین به کودکان موجب دشواریهای یادگیری و تحصیلی در آنان می‌شود. مقدار مصرف معمولی ویتامینها روزانه بسیار ناچیز می‌باشد و با داشتن یک رژیم غذایی مناسب هیچ احتیاجی به مصرف ویتامین اضافی نخواهیم داشت. غذاهای گیاهی و حیوانی دارای مقدار کافی ویتامین برای بدن می‌باشند در زیر مقدار مصرف در شبانه روز و همچنین منابع غذایی تعدادی از ویتامینها را متذکر می‌شویم.

ویتامین (C) یکی از پر مصرف ترین ویتامینها برای بدن است زیرا در اکثر فعل و انفعالات شیمیائی بدن نقشی اساسی برعهده دارد. مقدار مصرف شبانه روزی این ویتامین روزانه ۵۰ میلی‌گرم است ولی معمولاً تا ۷۵ میلی‌گرم تجویز می‌شود زیرا تا حدودی مصرف اضافی آن ضرری ندارد. ویتامین (C) در میوه‌های تازه بخصوص توت فرنگی و مرکبات

خوردن جگر گاو و گوسفند برای
زنان باردار مضر است

سبب عوارض بعدی شود .

مقدار مصرف ویتامین (A) روزانه حدود یک میلی گرم می باشد و این ویتامین به صورت کامل در شیر ، کره و پنیر یافت می شود، همچنین جگر گوساله و ماهی به طور نسبی بیش از صد برابر شیر و بیست برابر کره ویتامین (A) دارا است .
و دیگر از منابع ویتامین (A) می توان به حبوبات و سبزیجات و هویج اشاره کرد .

در مورد ویتامین (B) باید گفت مقدار مصرف روزانه آن حدود ۱۰ میلی گرم بوده و در غذاهای حیوانی چرب بویژه تخم مرغ و روغن ماهی یافت می شود ، از خصائص ویژه این ویتامین اینست که در انسان و بسیاری از جانوران این ویتامین می تواند از یک ماده مشابه که در پوست وجود دارد در مقابل اشعه آفتاب ساخته شود و به همین علت به افرادی که مبتلا به راشی تبسم هستند توصیه می شود که در آفتاب بنشینند .

خلاصه کلام اینکه با داشتن یک رژیم غذایی مناسب و کامل دیگر هیچ احتیاجی به مصرف ویتامین اضافی نیست . ممکن است پاره ای از مردم ویتامین را دارو به حساب نیاورند و حتی آنقدر نسبت به آن بی توجهی شود که در دسترس کودکان قرار گیرد ولی باید به همه هشدار داد که ویتامینها هم در اثر مصرف زیاد بسیار خطرناک بوده و مانند داروهای دیگر بدون تجویز پزشک مصرف نشوند .

لندن - خبرگزاری جمهوری اسلامی : پزشکان انگلیسی اعلام کردند خوردن جگر گاو و گوسفند به دلیل دارا بودن مقدار بیش از حد ویتامین " T " برای زنان باردار ضرر دارد و موجب نقص عضو نوزاد می شود .

به گفته پزشکان انگلیسی تحقیقات انجام گرفته توسط دانشمندان کشورهای مختلف نشان می دهد که نقص گوش - چشم و قلب نوزادان به دلیل مصرف بیش از اندازه ویتامین " T " توسط مادران باردار است .

مقدار ویتامین " T " موجود در ۳۵۰ گرم جگر تقریباً ۱۲ برابر مقدار توصیه شده روزانه برای مادران باردار است . گفته می شود افزایش میزان ویتامین " T " در جگر گاو و گوسفند به خاطر ریه های جدید تغذیه دام در کشورهای پیشرفته است .

توصیه پزشکان انگلیسی به مادران بارداری که از خوردن جگر خودداری می کنند این است که در عوض گوشت قرمز ، لبنیات و سبزیجات بخورند تا میزان آهن خون آنها به اندازه کافی باشد .
پزشکان همچنین توصیه می کنند که مصرف بی رویه قرص ویتامین " T " برای زنان باردار مضر است .

در همان کودکی و مدرسه ، باید فرزند با زندگی فردا و مسوولیتها و نحوه تدبیر

مشکلهای کنونی آشنا شود

بی‌خوابی و درمان آن

ترجمه: بهروز علمیه

عصبانی مزاجها یا اشخاص با سیستم عصبی ناپایدار، در موقعیت بدتری نسبت به مثلاً" اشخاص خونسرد یا آرام و متعادل قرار می‌گیرند. کسانی که مشاغل سنگینی دارند و بطور مداوم با انواع موقعیتهای غیر قابل پیش بینی و بغرنج روبرو می‌شوند، سیستم عصبی خود را زیاده از حد زیر فشار قرار می‌دهند، تا کسانی که به آرامی و بدون شتاب کار می‌کنند. همچنین باید دانست که کار سخت فکری بندرت منجر به بیخوابی می‌شود.

آنچه گفته شد، آیا بدین معنی است که بیخوابی علاج ناپذیر بوده و هیچ درمانی برای آن وجود ندارد؟ به طور قطع این طور نیست. چگونه می‌توان عوامل درونی و برونی آشفتهای خواب را متعادل کرد؟ سه روش وجود دارد: برخورد مستقیم، انفعالی، و تطبیق. که هر

خواب آرام کننده و تسکین دهنده‌ای است که فشار ناشی از کار سخت روزانه را برطرف کرده و به شخص جهت روزی که پیش رو دارد انرژی و توان دوباره‌ای می‌بخشد. بیهوده نیست که بر طبق نظر عقلاء بایستی مسائل مشکل زندگی را به صبح یا باصطلاح به زمانی که مغز فرد روشن است، واگذاشت.

عوامل گوناگونی می‌توانند خواب طبیعی را برهم زنند. بیخوابی که در گذشته در نزد مردمان نامتعادل یا حقیقتاً "مردم بیمار مشاهده می‌شد، امروزه بیماری شایعی شده است که حتی کودکان و جوانان را نیز آسوده نمی‌گذارد. دلیل آن فشار بیش از حد است. با اینکه خستگی را اکثر مردم تجربه می‌کنند با این وجود باز عده کمی قادر نیستند در نتیجه خستگی بخواب روند.

استراحت ، روش مؤثر و ساده دیگری جهت مبارزه با بیخوابی است . هرچند مشکل شاید داشتن یا نداشتن فرصت فراغت باشد . مسلماً آرامش مفید و فرحبخش در میان طبیعت ، گفتگوی آزاد و بی دغدغه با دوستان ، تفکر ، مطالعه‌ها و ورزش به مراتب مناسب تر از کوشش های بی ثمر و باور نکردنی در وارد کردن فشار به مغز است .
حال برخی از بهترین روشهای آمادگی جهت خوابیدن را پیشنهاد می کنیم .

از ساعت ۶ به بعد از خوردن قهوه یا جای خودداری کنید . بطور کلی مصرف نوشیدنیهای متداول باید به یک الی دوفنجان در ساعات اولیه روز تقلیل پیدا کند . بهتر است به هنگام شب برای آگاهی از مواردی که در طول روز مرتکب اشتباه شده‌اید و ممانعت از تکرار وضعیت های مشابه ، مواردی که منجر به شنازدگی شما شده‌اند ، و . . . افکارتان را جمع و دسته بندی کنید .

این تحزیه و تحلیل و نقادی از خود برای ممانعت از بیداری شبانه طرح ریزی می شود ، اما گاهی نیمه خودآگاه ، تحریک شده و سؤالهای متعددی مطرح می کند : چرا من به آن (مسأله) جواب ندادم ؟ چرا من چنین وجنان سؤال نکردم ؟ اگر من تنها فلان چیز را داشتم . . . روانپزشکان به این مسأله مشاجره روانی می گویند و به آن به عنوان یک اشتغال عبث و پیر خطر می نگرند . تهیه فهرست روز بعد با تفصیلات فکر بدی نیست . همچنین این موضوع شانس خواب ناقص را تقلیل خواهد داد . ساعتی قدم زدن قبل از خواب با گامهایی آهسته و بدون بحث داغ از مشکلات بفرنج یا همراه ، امر پسندیده‌ای است . اغلب دوی نرم و آهسته و پیاده روی تند خواب آرام را برهم می زند .

کدام نکات مثبت و منفی خود را دارند . عده‌ای از مردم به عنوان ساده‌ترین راه حل برخورد مستقیم با بیخوابی را انتخاب می کنند . پیش از خوابیدن از مسکن یا داروهای خواب آور استفاده می کنند تا فعالیت های زیرکرتکس مغز تضعیف گردد . این روش بندرت و به عنوان آخرین اقدام تصدیق می شود ، مثلاً " بعد از یک روز گنج کننده یا پیش بینی بار عصبی سنگین در روز بعد .

باید به یاد داشت چنانکه فردی به محض رودررویی با مشکلات از روشهای سهلی جهت غلبه بر آنها استفاده نماید این وضع بزودی بر حسب عادت تبدیل به نیاز مبرمی می شود . در این گونه برخورد با بی خوابی یک طرف سکه آرامش بوده ولی بطور حتم آشفتنگی فعالیت مغز روی دیگر است .

روش انفعالی (عقب نشینی) نیز که در واقع معادل تسلیم شدن است ، بعنوان بهترین راه حل شناخته نمی شود . پس از کوششهای بیهوده جهت خوابیدن ، فرد برخاسته و لباس خود را می پوشد و با وجود اینکه هنوز شب است ، شروع به کارروانه می کند . برخی اوقات در این ساعات قبل از سحر بایزده کاری وی از تمام ساعات روز بهتر است . اما به چه قیمتی ؟ وی مجبور است دو الی سه ساعت در روز را برای رفع خستگی چرت بزند . احتمالاً " شب بعد نیز این وضع تکرار می شود .

متغیر عقلانی تر ، تطبیق است . می توان به هنگام بیداری در نصف شب ، مطالعه کرد به موسیقی با صدای کم گوش داد و بدن را آرامش داد . تحریک نیمه خود آگاه ، که راهی جهت مهار کورتکس است ، از بین رفته و خواب ملایم شروع می شود .

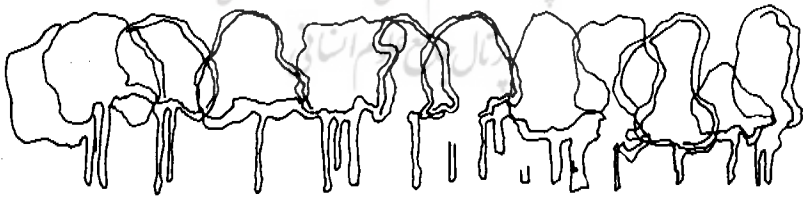
قبل از خواب به موسیقی آرامی گوش دهید کمی مطالعه نمایند و در صورت امکان تلفن را از پریز بکشید. بهتر است کمی شیرگرم با عسل بخورید یا از گیاهان داروئی استفاده کنید مثلا " جوشانده ریشه سنبل کوهی .

نمی توان همه موارد گفته شده را برای همه پیشنهاد کرد. هرکسی بایستی از درمان مؤثر برای خود استفاده نماید. در برخی حالات تمرینات تلقین بنفش بکار می روند. برای شروع سعی کنید به آرامی دراز بکشید، تاجائی که ممکن است بدن را شل کنید و به آهستگی و با هماهنگی تنفس کنید، اگر بناگاه خواب طبیعی تان بهم خورد، مضطرب نشوید .

در چنین مواردی افراد افسرده آنچنان شتاب زده می شوند که بنظر اشخاص دچار نوروز انتظار می آیند. تفکر زیاد راجع به بیخوابی شبانه نیز سبب افسردگی می شود. در ضمن دویا سه مورد بیخوابی شبانه چنان خطری برای سلامتی ارگانیزم ندارد. البته فقدان خواب که منجر به بیماری شود، موضوع متفاوتی است. با

توجه به مطالب گفته شده نکته اساسی، سالم زیستن است. کار و تمرین بدنی در اولویت قرار دارند. مدتهاست که خستگی بدنی بهترین داروی مسکن شناخته شده است. از سوی دیگر همانطور که نمک و شکر بایستی در حد متعادل مصرف شوند، خوشیها و اندوه زندگی در کنار هم و با محدودیتهاشان محاز هستند. اغلب آسفتگیها به خود فرد بستگی دارند شاید آنها از آینده نگری، فقدان درک موقعیت کاری فرد در گروه وعدم توانائی در سازمان دادن به زندگی خانوادگی و بسیاری علل دیگر بدست آیند. برای جلوگیری از این مشکلات به طور بارزی کیفیتهای ضروری زندگی باید از دوران کودکی رشد داده شوند.

بدین لحاظ ما بزرگسالان در پرورش کودکان بایستی به سرگرمی به عنوان پاداشی جهت ایفای نقش کودک در انجام مسئولیتهای اصلی خود توجه کنیم که منظور از این امر یادگیری مداوم و کمال نفس است.



مدارس لازم است فرزند را در رابطه دائم با جامعه و کارها و مشاغل و حوادث قرار دهند، تنها از آن جهت که فرزند در آنها بیندیشد و راه یابی و تدبیر کند.

گردید وجود جنین تعارضاتی موجب سلب آرامش روانی و ثبات عاطفی کودک گردیده، پیشرفت تحصیلی اش را تحت الشعاع قرار می دهد.

کوتاه سخن آنکه، زمانی که جو غالب نظام ارزشی و شیوه های تربیتی دردمحیط مهم تربیتی یعنی خانه و مدرسه هماهنگ و همسو نباشد، این فرزند خانه و شاگرد مدرسه در مرحله ای از رشد و شکوفایی شخصیت خود دچار دوگانگی احساس و تعارض و تردید می گردد که پرداختن بدان و تحمل هر دو یا انتخاب تمام عباریکی از دو الگو برایش سخت و دشوار است. چرا که این سن دیگر وقت انتخاب نیست، بلکه زمان آموزش و تربیت پذیری است. و اگر انتخابی باشد، انتخاب از آن والدین کودک است که کودکشان راروانه مدرسه ای نمایند که با تجارب ناخوشایندی از دوگانگی ها در احساس و رفتار و الگوها مواجه نگردد. و از آنجائیکه مدارس به گونه ای که شایسته و سزاوار جامعه اسلامی باشد در اندیشه تهذیب و تربیت نونهالان در راستای نظام تعلیم و تربیت اسلامی گام برداشته و یا برمی دارند، پس این خانواده ها هستند که می بایست در لیبیک به ندای حق، با التزام به ارزشها و موازین اسلامی برای سلامت جسم و بهداشت روان ثمره های وجودشان و تأمین و تضمین زمینه های رشد و شکوفایی شخصیت و استعداد های آنان و سعادت دنیا و آخرتشان بیش از پیش کوشا باشند.

اما از سوی دیگر اولیاء مدرسه، بویژه مربیان امور تربیتی نیز باید همواره برای اجتناب از تعارض های عاطفی - روانی، وجود تفاوت های فردی و خانوادگی و فرهنگی دانش آموزان خود را در هر برنامه ریزی تربیتی و احرا و اعمال روشها ملحوظ داشته و سطح انتظارات خود را متناسب با ویژگیهای جسمی و روانی و ظرفیت عاطفی و

به دیگر سخن تنظیم برنامه ها و فعالیت های آموزشی، آراستن محیط مدرسه، یعنی اولین نهاد رسمی اجتماعی نونهالان، با عطر و فرهنگ اسلامی از سوی کارگزاران جامعه اسلامی امری است کاملا " ضروری و طبیعی". لذا می توان گفت که کودکان از هر قشر اجتماعی که باشند و از هر تبار اقتصادی - اجتماعی که برخوردار باشند و با هر احساس و شناخت مذهبی و نظام تربیتی و عادات خانوادگی و ساختار شخصیتی، در آغاز سن مدرسه ناگزیر وارد مدارسی می شوند که عمدتا " از بافت آموزشی - فرهنگی و نظام ارزشی تقریبا " مشابهی برخوردارند. به عبارت دیگر مدرسه شاهد حضور کودکانی است که ظاهرا " همسال و همراهند، اما هر کدام کوله باری از خرمن اندیشه ها و نگرش ها و باورها، و ارزشها و وابستگی های والدین خود همراه دارند. و اینکه در مدارس، در آستانه کسب تجارب تازه و برخورد اندیشه و باورهای ذهنی و مانوس شدن با الگوهای رفتاری جدید (معلمین) و آشنایی با ارزشهای حاکم برفضای مدرسه و کلاس، به دنبال یک نیاز اساسی در انتظار تأیید ارزشهای اخلاقی غالب در خانواده و باورهای ذهنی خویشتن می نشینند.

سخن اینجاست که وقتی کودکی در رابطه با معلم و در برخورد با همکلاسی ها و دوستان جدید نه تنها اندیشه ها و جهت های فکری آنان را در راستای باورهای خود نمی بیند بلکه عمدتا " مشی فکری خانواده و یافته های خود را در تعارض با آنها می یابد، بوجود آمدن چنین تعارضات بیش از هر چیز دیگر ثبات عاطفی و امنیت روانی کودک را متزلزل نموده و فکر او را در کنار توجه به کلاس و درس متوجه وجود یک " مشکل " اساسی تر می نماید. همان طوری که پیش تر اشاره

تغییر است، اما هر روشی توسط هر کسی و تحت هر شرایطی ممکن است مؤثر واقع نشود، لذا در رابطه با مسائل رفتاری و اخلاقی دانش‌آموزان می‌بایست همواره به دور از تنبیه و اعمال خشونت شرایط تربیتی هر کودکی را کاملاً در نظر گرفته و نسبت به اعمال هر روشی و تناسب و احتمال تأثیر آن بر رفتار کودک با ویژگیهای خاص او اندیشه نمود. اگرچه نیازهای اساسی کودکان همانگونه که قبلاً بدان اشاره گردیده متنوع است، اما توجه و ارضای نیازهای زیستی و تأمین امنیت روانی کودکان و دانش‌آموزان در خانه و مدرسه حائز بیشترین اهمیت است.

ساختار شخصیتی دانش‌آموزان نمایند. مربیان تربیتی باید در برنامه‌ها و روشهای تربیتی خود از اینکه کودکان و دانش‌آموزان با هیچگونه فشار و بی‌ثباتی عاطفی یا عدم امنیت روانی مواجهه نمی‌گردند، اطمینان حاصل نمایند.

جلسات گفت و شنود اولیاء کودک و آگاه نمودن آنان از برنامه‌های پرورشی مدرسه و تقاضای همکاری از ایشان و همچنین توجه دادن والدین به مسئله مهم بهداشت روانی و ثبات عاطفی کودک و تبعات ناگوار ناشی از تعارض و عدم امنیت روانی می‌تواند کمک مؤثری در این جهت باشد. سرانجام باید توجه داشت که رفتار کودک قابل

بقیه از صفحه ۲۳۳

کنند که بر مشکلات فائق آید. اگر پدر و مادر، و گاهی هردو دائماً تأیید کنند که کودک بی‌استعداد است و او بجائی نمی‌رسد، مسلم است که آنها هم از کودک فعالیت چشم‌گیر و خوبی نخواهند دید.

نوآموز کلاس اول در ابتدای مدرسه مشکلات فراوانی دارد، لازم است به کودک کمک کرد تا این مشکلات را پشت سر بگذارد.

نمرات کودک دبستانی شما نماینده آمساده سازی قبلی او برای مدرسه است.

رفتار صحیح پدر و مادر با نمره و اعتماد به کودک برای موفقیت او نهایت اهمیت را دارد.

اما کمک به بچه کوچک مشکل نیست کسه اشتباهات خود را اصلاح کند و نمراتش را بالا ببرد. برایش روشن سازید که چرا او نمی‌تواند کارش را خوب انجام دهد. با معلم او مشورت کنید، و کودک هر جا که نیازمند کمک است، مدد کنید.

حتی نوآموز و یا دانش‌آموز دبیرستان را تنها به این علت که خوب درس نمی‌خواند نباید بی‌استعداد خواند. بویژه این سخن را که نوآموز کلاس اول نباید گفت.

استعداد عقلانی کودک در جریان امور تحصیلی منظم رشد می‌کند. باید که بزرگترها توجه او را به این نکته جلب کنند و به او کمک

با مردم به سنجی سخن گویند، زبان خود را از زیاده‌گویی نگاهدارید

واشکال، دیگرام‌ها و فرمها را داشتند و متقابلاً " بتواند آنها را در مطالب خود چه به صورت کتبی یا شفاهی بکاربرد، مسلماً " دست یافتن به چنین هدفی به بیش از مقدار کاری که در یک واحد آموزشی در یک کلاس درس انجام می‌گیرد نیاز دارد. بنابراین وصول به چنین هدفی نیاز به هماهنگی فعالیت‌های آموزشی در سطح مدرسه دارد. همچنین هرچند که هدف مذکور دارای وسعتی در قلمرو مدرسه است ولی از هدف‌های اجتماعی نمی‌تواند وسیع تر باشد. در بیان هدف‌های اجتماعی به کلماتی چون " شهروند خوب"، " تفکر انتقادی" و " خویش‌داری" اشاره می‌شود که برای ایجاد آن در رفتار دانش‌آموزان به اشتراک مساعی و فعالیت‌های هماهنگ شده افراد و اشخاصی و رای معلم و مدیر مدرسه نیاز دارد. به هر حال برای اینکه هدفی برای تدریس مناسب شود باید آنقدر بیان آن صریح باشد که وسایل و شرایط مورد نیاز یادگیری، تکالیف و فعالیت‌های مربوطه و روش‌های وصول به آن مشخص گردد. مثال زیر برای تدوین واحد کارآموزی در سطح یک کلاس درس سودمند است:

دانش‌آموز با آموختن قواعد دستوری و یادار اختیار داشتن یک متن زبان، کلمات جدید آن را به طور صحیح تلفظ کرده و به صرف و نحو حدس معانی آن خواهد پرداخت. به طوری که ملاحظه می‌شود عبارت فوق برای واحد کارآموزی در یک کلاس مناسب است.

مدیران آموزشی باید بتوانند به معلمان کمک کنند تا برای هراسل، مفهوم، معنی، مهارت ارزشی و دانشی که باید دانش‌آموزان بیاموزند عبارت مشخصی را در نظر داشته باشند. بیان کنترل آموزشی مدیران با استفاده از اصول علمی

۳- ابیاتی از شعرای مختلف برای دانش-آموزان قرائت می‌شود و آنان به محض شنیدن اشعار سعدی دست خود را بلند می‌کنند.

شماره ۳ پاسخ صحیح تمرین فوق است، زیرا در این عبارت به رفتار مشخص، شرایط بروز رفتار و قابلیت اندازه‌گیری رفتار دانش‌آموز توجه شده است. با توجه به سه خاصه مذکور می‌تواند عبارت دیگر را تکمیل نمود.

از مطالب فوق بخوبی می‌توان به نفوذ روش‌های اندازه‌گیری و سنجش و تحقیق کمی در آموزش و وجود شباهت‌های بسیاری که آموزش و پرورش امروز جهان با روش‌های معمول در سازمان‌های صنعتی دارد پی برد، یعنی به همان صورت که سازمان‌های تولیدی و صنعتی به تقسیم کار و بدست آوردن واحد کار توجه دارند، و به این ترتیب شاخصی برای تولید و پرداخت مزد و اضافه فراهم می‌کنند، در آموزش و پرورش نیز واحد کار قابل تعریف است و هماهنگی عمودی و افقی در امور آموزشی با کاربرد واحد کار آموزشی برای مدیران آسان می‌گردد. به این لحاظ شکل صحیح بیان و طرح واحد کار آموزش، و رعایت هماهنگی آن با هدف‌های جامع در سطح مدرسه و دوره آموزشی و هدف‌های کلی آموزش و پرورش اهمیت می‌یابد. و به این صورت انتظار از دانش‌آموزان بطریق علمی و قابل سنجش عمیق و وسعت مناسب می‌یابد و پیوند میان انتظارات محدود به واحد درس با انتظارات وسیع تدریس سطح مدرسه و جامعه به طور هماهنگی برقرار می‌گردد.

مثلاً " وقتی انتظار از دانش‌آموز این است که وی قابلیت و توان تفسیر و کسب اطلاعات از علائم سمبولیک در نقشه‌ها، طرح‌ها، گرافها، جداول



مدیریت نباید هرگز بدان معنی تلقی شود که مدیر معلمان را مجبور کند تا یک سلسله از هدفهای آموزشی تدریس خود را فهرست کرده و به نظم و ترتیب خاص و در زمانهای معین تدریس اجرا کنند، بلکه معلم باید آمادگی و انعطاف لازم را داشته باشد تا هر زمان در بر تورش و پیشرفت کلاس و دانش آموزان و وضعیت و شرایط خاص هدفهای مناسب را انتخاب کند و روش تدریس خود را متناسب سازد. انطباق سطح پیشرفت و قابلیت دانش آموزان در سطوح مختلف یادگیری درگزینش هدفهای رفتاری اهمیت ویژه دارد. چه همواره نمی توان انتظار داشت که همه دانش آموزان در یک زمان و به طور همسطح به هدفهای آموزشی تدریس نائل شوند. بنابراین در اینجا به مورد دیگری از ویژگیهای واحدکار آموزشی می پردازد، و آن قدرت یک واحد کار آموزشی است. اگر یادگیری مجموعه ای از عوامل بحای یک عامل مورد نظر واحد کار آموزشی باشد در این صورت قدرت واحد کار آموزشی بیشتر است. مثال:

۱ - دانش آموزان خواهند توانست مصادر مختوم به "ER" در زبان فرانسه را به زمان حال صرف نمایند.

در این مثال معلم سعی دارد دانش آموز بتواند قاعده صرف مصادر مذکور در زبان فرانسه را یادگیرد. در حالی که در مثال زیر فقط یادگیری صرف یک مصدر زبان فرانسه مورد نظر است.

۲ - دانش آموزان خواهند توانست مصدر parler را در زمان حال صرف کنند. مسلماً قدرت هدف شماره ۱ از قدرت هدف شماره ۲ بیشتر است و به همین لحاظ می توان از عبارت شماره ۲ برای اندازه گیری میزان پیشرفت دانش آموزان در حصول به هدف ۱ استفاده

کرد. مثالها و موارد مذکور در فوق برای مدلل ساختن این نظر است که مدیریت آموزشی فقط اجرای دستورات و قواعد اداری نیست بلکه مدیران آموزشی باید توانائی شناخت جزئیات امور آموزشی را داشته باشند تا بتوانند عامل ارتقاء کیفیت آموزشی مدرسه گردند.

یکی دیگر از ابعاد واحد کار آموزشی که شناخت آن برای مدیران آموزشی ضرورت دارد تمیز و تشخیص سلسله مراتب یادگیری دانش آموزان است تا بدینوسیله معلمان را در کاربرد عبارتهای آموزشی که سطح شناختی بالاتر



ب، پ و ت و نوشتن آنها بر روی تابلو از
دانش آموز می پرسد "کدامیک از حروف الف
است یا ب یا پ و یا ت؟" و دانش آموز آنها را
به ترتیب با دست نشان می دهد.

همان طوری که ازمقایسه دو عبارت فوق می-
توان استنباط کرد سطح شناختی عبارت اول با
سطح شناختی عبارت دوم کاملا " فرقی دارد .
هدف عبارت ۱ توانایی دانش آموزان در بیان
حروف است در حالی که در عبارت ۲ نشان دادن هر
یک از حروف توسط دانش آموز کافی است .
سلما " بیان کردن " مهارتی کاملا " محزا از "
نشان دادن " است و به سطح شناختی بیشتری
نیاز دارد .

مدیران در ایفای نقش آموزشی خود می-
توانند به معلمان کمک کنند تا سطوح مختلف
شناخت متناسب با کلاس و هدفهای آموزشی را در
نظر آورند .

تمرین های زیر برای تشخیص و تعیین
فعالیتهای متناسب با هدفهای آموزشی و بالعکس
آورده شده است :

دانش آموزان را بر می انگیزد تشویق نماید .
بنیامین بلوم در کتاب خود (۵) بنام طبقه بندی
هدفهای رفتاری آموزشی به هدفهای آموزشی
در "حیطه" شناختی " یا قدرت یاد آوری دانشو
اطلاعات ، رشد و توسعه تواناییها و مهارتهای
عقلانی توجه می کند . هدفهای رفتاری در کتاب
مذکور به تعریف درآمده و اشکال آن نشان داده
شده است . وی همچنین مسائل هدفهای رفتاری
و نکات لازم در تهیه آزمون برای سنجش توانایی
عقلانی و شناختی دانش آموزان در هر یک از
سطوح ششگانه سلسله مراتب یادگیری یعنی
دانش ، فهم ، کاربرد ، تجزیه و تحلیل ، ترکیب
و قضاوت ارزشی را بیان نموده است . در مثالهای
زیر تفاوت سطح شناختی مورد انتظار مدیر معلم
از یادگیری دانش آموزان نشان داده شده است :

مثال ۱ - معلم پس از آموزش حروف الف
ب، پ، و ت و نوشتن آنها بر روی تابلو از
دانش آموز می پرسد " نام هر یک از حروف را
بیان کنید " و دانش آموز آنها را نام می برد .
مثال ۲ - معلم پس از آموزش حروف الف

نکته دیگری که در تعیین واحد کار آموزشی و پیوند مناسب فعالیت و هدف آموزشی شایان توجه است تناسب واحد کار با شرایط و حالات خود فراگیر است. مدیران آموزشی باید بتوانند معلمان را در تعیین عبارتهای مناسب برای آموزش به نیازها و شرایط دانش آموزان هدایت نمایند.

برای پی بردن به این نکته، عبارات زیر آمده است، سعی کنید فعالیتهای متناسب بسا فراگیران رامعین سازید :

۱ - فراگیر مطالب را به طور شفاهی می فهمد ولی توان درک و استنتاج از کتاب را ندارد .
الف - نمایش فیلم و بحث درباره آن .
ب - تعیین کتاب و تکلیف شب برای نوشتن یا مشق شب .

۲ - یک کودک دبستانی می تواند مفهوم همبستگی را بفهمد .
الف - بازدید از خط تولید در یک کارخانه محلی .

ب - توصیف نقشهای دانش آموزان در انحام یک واحد کار در کلاس .

۳ - فراگیر برای یادآوری مطالب جدید دارای حافظه ای ضعیف است .
الف - نوشتن مقاله با استفاده از منابع و یاد داشتهای .

۴ - نظام دهد هی دیوئی در طبقه بندی کتاب و نشریات به گوش دانش آموز خورده است و طریق دسترسی به نشریات ادواری رانمی داند .
الف - تهیه گزارشی شفاهی از وضعیت نگهداری کتاب و نشریات در کتابخانه .

ب - تهیه گزارش کتبی از نتیجه مصاحبه او با اشخاص آشنا به نظام دیوئی .

۵ - دانش آموز به اصطلاحات فنی یک اصل

۱ - گردش علمی به کویر لوت

الف - برای درک روابط میان محیط زیست و گیاهان .

ب - برای شناخت حیوانات کویری و مقایسه آنها با حیوانات بومی یا دست آموز .

ج - برای مطالعه اثر متقابل انسان و محیط زیست .

مسئله " فعالیت مذکور ، " گردش علمی به کویر لوت " ، می تواند کلیه هدفهای قید شده را برآورده سازد .

۲ - یک برنامه تلویزیونی را یکبار بدون تصویر شنیدن و بار دیگر بدون صدا دیدن .

الف - برای درک ارتباط برنامه تلویزیونی با بیننده .

ب - برای توصیف یادگیری غیر کلامی .

ج - برای آگاهی از حواس خود .

۳ - تهیه طرحهای متنوع ریاضی در ارتباط با جهان فیزیکی ، اجتماعی و اقتصادی :

الف - برای نشان دادن کاربرد ریاضیات در زندگی روزمره .

ب - برای جلب علاقه دانش آموزان به ریاضیات .

ج - برای ملاحظه این مطلب که ریاضیات در دنیای تجریدی خود از جهان واقعی منتزع گردیده است .

مسئله " هدف " ج " با فعالیت مذکور تطابق ندارد .

۴ - تشکیل گروههای کوچک کار آموزشی در کلاس .

الف - برای رشد شناخت راههایی که بسه آزادی می انحامد .

ب - کسب مهارتهای اقناعی .

ج - ملاحظه نیازهای غیر خودی .



فیزیکی آشنا نیست :

در آموزش می دهد. بنابراین مدیران آموزشی
معلمان را راهنمایی می کنند تا بحای تهیه
فهرست واحدهای بسیار ریز در فکر یافتن
واحد کاری باشند که دانش آموزان را زودتر به
هدف کلی درس برسانند و در این صورت است
که می توان از هدفهای رفتاری در تدریس و
ارزسای استفاده کرد .

الف - قرائت یک بخش از کتاب فیزیک که
شامل اصل مذکور است .

ب - مشاهده توضیحات مربوط به آن اصل .

۶- کودک خجالتی است .

الف - خواندن دسته جمعی از روی کتاب .

ب - تک خوانی .

مثال - اگر دانش آموزی بتواند از روی حرکت
عقره های ساعت وقت صحیح را اعلام کند و این
عمل را با دیدن ساعت و تغییر عقره های کوتاه
و بلند آن تکرار کند دیگر لزومی به تفکیک این
هدف کلی به هدفهای جزئی تر به ترتیب زیر
نخواهد بود :

- ۱ - " دانش آموز با در دست داشتن ساعت
عقره کوچک آن را نشان خواهد داد . "
- ۲ - اگر اعداد ۱ تا ۱۲ را به دانش آموز
نشان دهیم او اعداد را نام خواهد برد .

در این صورت لازم است مدیران معلمان را
راهنمایی کنند تا بیش نیازهای درس خود را

به این ترتیب اصل تعیین واحد کار که مبتنی
بر اصول مدیریت علمی است در مدیریت آموزشی
نیز قابلیت استفاده و کاربرد دارد ، منتها باید
به حدود تجزیه هدف کلی آموزشی به واحدهای
متناسب با سطح کلاس توجه کرد ، زیرا با
پرداختن به واحدهای کار آموزشی جزئی تر از
حد متناسب با کلاس موحبات اتلاف وقت فراهم
می شود و مزیت کاربرد واحد کار آموزشی که همانا
افزایش کارایی و استفاده مطلوب از وقت و حرکت
است از آن ساقط می گردد . علاوه بر آن افزایش
بی رویه واحدهای جزئی کار آموزشی بهانه خوبی
بدست مخالفین با کاربرد روشهای کمی و علمی

مشخص کنند و بیش از برداختن به آموزش واحد کار خود بیش نیازهای ضروری را به دانش - آموزان بیاموزند و سپس به سطح شناخت دانش آموزان و ارتقاء آن به سطوح بالاتر طبقه بندی شناختی بلوم توجه نمایند. تهیه فهرستی از کلیه پیش نیازها به منظور بررسی اجزاء متشکله یک هدف کلی درسی صورت می گیرد تا انتخاب بیش نیازهای متناسب با سطح دانش و تجربه دانش آموزان آسان گردد.

مثال برای تجزیه و تحلیل واحد کار به پیش نیازهای لازم برای انجام آن. بیش از رانندگی ماشین چه پیش نیازهایی لازم است؟ در پاسخ به این سؤال می توان به شناخت نوع ماشین و شرایط رانندگی، شناخت قوانین و مقررات راهنمایی، روشن کردن، شناخت دنده ها، ترمز کردن، کلاچ گرفتن و دنده عوض کردن، اشاره کرد. البته توانائی فهم علائم و عفریه های جلوی راننده چون مقدار بنزین، آب، فشار روغن، نور، برف پاک کن و غیره از پیش نیازهای بعدی است. مسلماً "پیش نیازهای دیگری چون نگهداری و سرویس ماشین و تنظیم کاربراتور، تعویض روغن ها و همچنین پیش نیازهای فردی دیگر چون توانائی شنیدن دیدن، تشخیص چپ از راست و قدرت شناخت و تغییر علائم نیز لازم است.

بنابراین برای انجام هرکاری بیش نیازهایی وجود دارد که باید آموخت و موفقیت بیشتر از آن کسانی خواهد بود که بیشتر هریک از پیش نیازها را آموخته باشند. مدیران برای اجرای طراحی آموزشی در مدارس باید معلمان را هدایت کنند تا بتوانند بر حسب تشخیص خود فعالیت های پیش نیازی متناسب آموزش یک واحد کار آموزشی را پیدا نمایند. به این صورت ممکن

است ضرورت تدریس بیش نیازهایی احساس شود که بیش از آن شناخته نشده بوده و بی توجهی به آن دانش آموزان را از یادگیری واحد آموزشی بازدارد. از آنجا که تعیین پیش نیازها برای حصول به واحد کار آموزشی یا هدف رفتاری و آموزشی احتیاج به مهارت های پیوسته ای دارد تمرین زیر در نظر گرفته شده است:

تمرین، چه پیش نیازهایی برای کودک پنج ساله ای که می خواهد کفش خود را بند بکشد لازم است؟ جواب شما باید شامل مراحل انجام کار و همچنین توانائی کودک در فهم، آن مراحل باشد. اگر موردی را ذکر کرده باشید که کودک قادر به انجام آن نباشد ولی کفش را بند کرده باشد آن مورد باید از پیش نیازها حذف شود. مثلاً "دانستن شمارش تعداد سوراخهایی که بند کفش از آنها می گذرد جزء پیش نیازها نیست مواردی که ممکن است برای تحقق این هدف ذکر کرده باشید می تواند به شرح زیر باشد:

۱ - شناخت مفاهیم "رو - زیر"، "داخل - خارج"، "دور زدن بند"، "چپ - راست" "محکم وصل".

۲ - بروز توانائی روان حرکتی در نگهداشتن جرخاندن، کشیدن و حرکت و جهت دادن به بند کفش.

۳ - داشتن تمایل به یادگیری بند کردن کفش، علاقه مندی به شرکت در فعالیت و تمام مراحل انجام آن و داشتن اعتماد به خویش در موفق شدن در کار.

شاید به این نکته توجه شده باشد که هر یک از موارد مذکور به نوعی و در مجموع به انواع یادگیری نیاز دارد که تحت عنوان "حیطه شناختی"، "حیطه روان حرکتی" و "حیطه عاطفی" بحث می شود. همچنین در تجزیه و لطفاً "ورق بزنید.

که نیازه شرایط یادگیری مختلفی را ایجاد کند.

تحلیل کار و تبدیل آن به فعالیتها و پیش نیازهای متناسب ممکن است پیش نیازهایی را مشخص کند

یادداشتها

1. Mohamad Reza. Berenji. *The Role of the Iranian Secondary School Principal and a Projected Plan for Principal Training*. Los Angeles, CA. 1979.

۲. علی شریعتمداری، اصول تعلیم و تربیت، چاپ پنجم، تهران، کتابفروشی شمس اصفهانی، ۱۳۵۶.

۳. فرهاد حمیدی، معرفی الگوی مشکل گشایی، تهران، دانشگاه آزاد ایران.

4. R.F. Mager, *Preparing instructional objectives*. Palo Alto California: Fearon Publishers Inc., 1962.

5. Benjamin S. Bloom et al. *Taxonomy of Educational objectives. The Classification of Educational Goals. Handbook I: The Cognitive Domain*. New York: David McKay Company inc., 1956.

اگر تربیت معنوی به پلوی علم و پرورش روحی نباشد چه بسا که بسیار هم
شده است که همین علم مایه فساد شده است.

انام خمینی