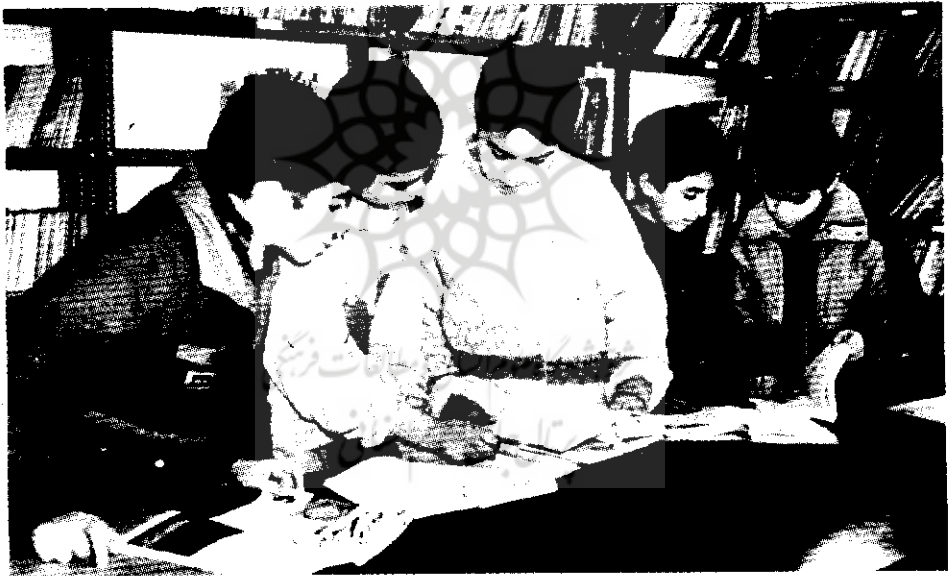


برای ایجاد انگیزه مطالعه روش‌هایی در فرزندان

محبوبه فولاد چنگ



می‌تواند به طور خودجوش و بدون نیاز به محرک‌های بیرونی تلاش کند و به موفقیت برسد. البته در غیاب انگیزه درونی، این پاداش‌ها و مشوق‌های بیرونی اندک می‌توانند فرد را به تحصیل و مطالعه تشویق کنند، زیرا به اعتقاد وولفلک (۱۹۹۳) هم انگیزه درونی،

امروزه مطالعه و تحصیل از جمله ضروری‌ترین نیازهای هر فرد انسانی است. زندگی در این جامعه پیچیده و متحول مستلزم آن است که فرد به طور دائمی به فراگیری و مطالعه بپردازد و از انگیزه درونی برای یادگیری برخوردار باشد. در این صورت است که

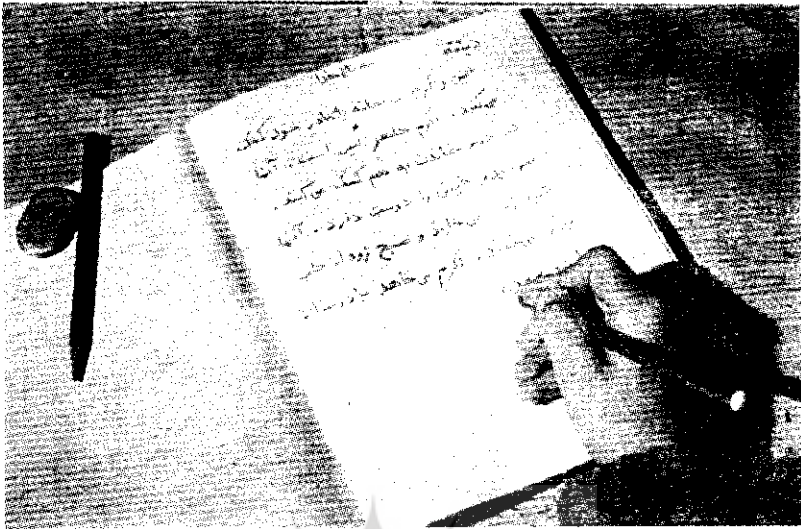
مورد بیش تر کودکان قابل به کارگیری اند.

۱- با رفتار خویش الگویی از علاقه به مطالعه را برای فرزندان به نمایش بگذارید: یادگیری مشاهده‌ای قوی‌ترین و پایدارترین نوع یادگیری است. بچه‌ها بیش از آن که تحت تأثیر گفتار یا پند و اندرزهای والدین واقع شوند از رفتارها و کارهای آنان الگوگیری می‌کنند. به بیان دیگر، با نصیحت و گفت‌وگو نمی‌توانیم رفتار خاصی را در فرزندان ایجاد کنیم، بلکه باید سرمشقی از آن رفتار را در زندگی روزمره به نمایش بگذاریم. اگر کودکان مشاهده کنند که والدین در زندگی معمولی خویش برای یادگیری و مطالعه ارزش قائل‌اند و در طول روز به خواندن کتاب، روزنامه، مجله یا تماشای فیلم‌های آموزشی می‌پردازند، آنان نیز به احتمال زیاد به مطالعه ترغیب خواهند شد. اما اگر بین گفتار و رفتار والدین هم آهنگی وجود نداشته باشد و علاقه والدین به مطالعه فقط در حد صحبت و اندرز باشد، مطمئناً بچه‌ها از مطالعه و تحصیل رویگردان می‌شوند. مهم‌ترین نکته کاربردی نظریه یادگیری مشاهده‌ای بندورا در این زمینه این است که اگر بخواهیم فرزندان را به مطالعه تشویق کنیم باید خودمان بخشی از روز را به مطالعه اختصاص دهیم.

۲- احساس توانمندی را در فرزندان تقویت کنید: مطابق نظریه شناخت اجتماعی بندورا (۱۹۹۷) باورهایی که فرد درباره توانایی‌های خویش دارد مهم‌ترین عاملی است که رفتارهای آینده او را پیش‌بینی می‌کند. به بیان دیگر، اگر دانش‌آموز معتقد باشد که می‌تواند تکلیف خاصی را انجام دهد برای انجام آن تکلیف هم

یعنی علاقه‌مندی به مطالعه و حس کنجکاوی و هم انگیزه بیرونی یعنی پاداش‌ها و مشوق‌هایی که در ازای مطالعه دریافت می‌شود می‌توانند نقش مهمی در تمایل فرد به مطالعه داشته باشند.

والدین می‌دانند که لازم است فرزندانی را تربیت کنند که برای یادگیری و مطالعه ارزش قائل باشند و حداقل بخشی از روز را به درس خواندن و فراگیری دانش اختصاص دهند. با این حال، بسیاری از پدرها و مادرها از فقدان انگیزه و علاقه فرزندان خود به تحصیل سخن می‌گویند و معتقدند که برای وادار ساختن آن‌ها به مطالعه از همه راه‌ها استفاده کرده‌اند، اما به نتیجه نرسیده‌اند. وعده پاداش، جایزه، تهدید و حتی تنبیه از جمله روش‌هایی است که این والدین معمولاً به آن‌ها متوسل می‌شوند، ولی هیچ یک از آن‌ها توانسته بچه‌ها را به مطالعه و انجام تکلیف دلگرم سازد. به تجربه ثابت شده است که یکی از شایع‌ترین و بارزترین مشکلات تحصیلی دانش‌آموزان، فقدان انگیزه تحصیلی است (پیتسریچ و شانک، ۱۹۹۶). بسیاری از دانش‌آموزانی که به علت افت شدید تحصیلی از نظام آموزش رسمی حذف می‌شوند با مشکل عدم انگیزه برای ادامه تحصیل مواجه بوده‌اند. پدرها و مادرها می‌خواهند بدانند که با این گونه فرزندان چگونه باید برخورد کنند و با استفاده از چه روش‌هایی آن‌ها را به مطالعه و کتاب‌خوانی علاقه‌مند سازند. در این مقاله، با استفاده از نظریه شناخت اجتماعی بندورا (۱۹۹۷) رهنمودهایی به والدین ارائه می‌شود تا در کودکان خود انگیزه درس خواندن را افزایش دهند. این رهنمودها به علت کلیت و عمومیتی که دارند در بیش تر شرایط و موقعیت‌ها و در



را در او افزایش دهند. البته در این زمینه باید بسیار ظریف و حساب شده عمل کنند. آن‌ها باید برای تلقین احساس توانمندی به فرزندان خویش به شواهد عینی و واقعی استناد کنند، نه این که بدون علت تشویق نمایند. یکی از روش‌های مفید آن است که والدین ابتدا نکته‌های مثبت و موفقیت‌آمیز عملکرد فرزندان خود را، هر چند هم اندک باشد، انتخاب کنند و سپس براساس آن موفقیت‌ها به او بگویند که حتماً دارای توانایی لازم است و می‌تواند موفق شود.

۳- کودکان خود را وادار به هدف‌گذاری کنید: بر اساس شواهد موجود، دانش‌آموزانی موفق‌اند که برای یادگیری خویش اهدافی واقع‌بینانه وضع کنند، زیرا این اهداف سبب می‌شود که فرد برای دستیابی به مقصود تلاش کند (زیمرمن، ۱۹۹۸). بنابراین، می‌توان

تلاش خواهد کرد، اما اگر فکر کند که توانایی انجام آن تکلیف را ندارد تمایلی به تلاش و مبارزه در او ایجاد نمی‌شود.

میزان تلاش، مداومت و پایداری برانجام تکلیف، مأیوس نشدن در مواجهه با شکست و خلاصه، انگیزه و پشتکار فرد برای انجام تکالیف همگی تحت تأثیر باورهای خودکارآمدی او قرار می‌گیرند. در بیش‌تر موارد، به این دلیل دانش‌آموز در درس خواندن سستی و اهمال می‌نماید که فکر می‌کند تلاش او بی‌ثمر است یا فاقد توانایی لازم برای موفق شدن است. باورهایی که فرد دربارهٔ عدم توانایی خود دارد در اثر تجارب شکست یا تلقین اطرافیان، به‌خصوص، والدین، معلمان یا هم‌کلاسی‌ها ایجاد می‌شود. والدین از جمله افراد مهمی‌اند که می‌توانند هم تجارب موفقیت‌آمیزی را برای کودک فراهم کنند و هم با صحبت‌های دلگرم‌کننده احساس توانمندی

می‌توانند در زمینه وضع چنین قراردادی با کودک تشریح مساعی کنند یا این که بر حسن اجرای آن نظارت داشته باشند. آن‌ها باید بدانند که جدیت در اجرای برنامه پاداش و تنبیه بسیار مهم است. کودک باید یاد بگیرد به قانونی که خود وضع کرده یا در تدوین آن دخالت داشته است، احترام گذارد. البته رضایتی که در اثر رسیدن به هدف به فرد دست می‌دهد بسیار پاداش دهنده است، اما در مورد بچه‌های خردسال این گونه پاداش‌ها یا تنبیهات نیز معمولاً مؤثر واقع می‌شوند.

۵- به کودک خود کمک کنید که یک جدول زمانی برای مطالعه تهیه کند: در تهیه این جدول زمان‌بندی شده باید توجه داشته باشید که: اولاً همیشه در آخرین روز هفته یعنی جمعه برای هفته بعد یک برنامه هفتگی تهیه کنید. این برنامه باید شامل کلیه ساعت‌های یک روز هفته باشد، یعنی از زمانی که کودک از خواب بر می‌خیزد تا وقتی که به خواب می‌رود.

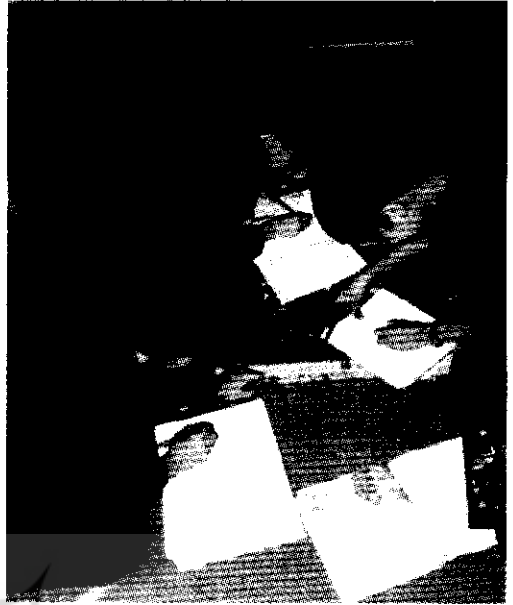
ثانیاً بهتر است این برنامه با کمک خود کودک و با در نظر گرفتن علایق، سرگرمی‌ها، وضعیت خواب و بیداری و نیازهای کودک تدوین شود. برای مثال، برنامه هفتگی کودکی که بعد از ظهرها شاداب‌تر و پرنشاط‌تر از صبح‌هاست باید با برنامه کودکی که صبح‌ها تمایل بیشتری به کار کردن دارد متفاوت باشد. همین طور، اگر کودک علاقه‌مند به تماشای یک برنامه تلویزیونی در ساعت خاصی است باید این امر را در تدوین برنامه هفتگی در نظر گرفت و به گونه‌ای برنامه‌ریزی کرد که کودک بتواند به تماشای این برنامه بپردازد. ثالثاً یک برنامه خوب برنامه‌ای است که

گفت که داشتن هدف یکی از مهم‌ترین انگیزه‌های تلاش محسوب می‌شود. به همین علت لازم است که والدین برای کودکان خود اهدافی را تعیین کنند و مهم‌تر آن که به آن‌ها یاد دهند که چگونه هدف‌گذاری کنند. باید توجه داشت که اهدافی موجب حرکت و پیش‌تکام می‌شوند که نه خیلی کوتاه مدت و نه خیلی بلند مدت باشند. به عبارت دیگر، تکالیفی که برای فرد تعیین می‌شود باید نه زیاد سخت باشد و نه زیاد آسان. دستیابی به اهداف دراز مدت بسیار مشکل است و در نتیجه انگیزه فرد برای تلاش را کاهش می‌دهد. برعکس، اهداف خیلی ساده و کوتاه مدت نیز به علت سهولت نیاز به تلاش چندانی ندارند و بنابراین سبب حرکت نمی‌شوند. البته در مورد کودکان خردسال بهتر است هدف‌ها را به صورت روزانه و حتی ساعتی تعیین کنیم. برای مثال، به کودک یاد دهیم که هر روز از ساعت ۸ تا ۹ صبح را به این هدف اختصاص دهد که درس‌های روز قبل را تمرین کند تا بتواند به سؤال‌های طرح شده پاسخ دهد.

۴- به کودک یاد دهید که پاداش‌ها یا تنبیهات را به عنوان ضمانت اجرایی دستیابی به هدف برای خود در نظر بگیرد: پاداش‌ها یا تنبیهات که فرد برای خود در نظر می‌گیرد نقش مهمی در ادامه تلاش‌های او ایفا می‌کنند. در مثال قبل، کودک می‌تواند از قبل با خود قرار بگذارد که اگر هر روز از ساعت ۸ تا ۹ صبح را صرف انجام تکلیف مورد نظر بکند می‌تواند از ساعت ۹ تا ۹/۳۰ به تماشای کارتون مورد علاقه خود مشغول شود و در غیر این صورت خود را از تماشای آن کارتون محروم سازد. والدین

احتمال تغییر برنامه یا عدم رعایت آن کم‌تر می‌شود.

و سرانجام اگر می‌خواهیم مطالعه کردن برای کودک ما تبدیل به یک عادت شود، بهتر است برنامه مطالعه او را به گونه‌ای تدوین کنیم که در هر روز و در ساعت خاصی مشغول مطالعه شود. در واقع اگر کودک در هر روز رأس ساعت خاصی شروع به مطالعه کند، تدریجاً به مطالعه کردن در آن ساعت عادت می‌کند.



در یک جمع‌بندی باید بگوییم که والدین نقش مهمی در زمینه ایجاد انگیزه مطالعه در فرزندان دارند. آن‌ها می‌توانند الگوی خوبی از علاقه به مطالعه را در زندگی خویش به نمایش بگذارند و فرزندان خود را در تدوین یک جدول زمانی برای مطالعه یاری کنند. آن‌ها باید بر توانایی‌ها و نکات مثبت فرزندان خویش تأکید کنند و بر چگونگی اجرای برنامه‌های مطالعه توسط کودک نظارت داشته باشند. هم چنین در صورت رعایت برنامه به کودکان خود پاداش دهند و اگر طبق برنامه عمل نکردند، مقررات را در مورد آنان به اجرا گذارند.

قابلیت انعطاف و تغییر داشته باشد. بنابراین نباید فکر کنیم برنامه‌ای که تدوین می‌کنیم باید برای همیشه قابل اجرا باشد، به خصوص، اگر تازه شروع به برنامه‌ریزی کرده باشیم شاید بارها لازم شود که در این برنامه تجدید نظر کنیم تا با شرایط کودک سازگار شود. نکته مهم آن که هر چه تجربه ما در این زمینه بیش‌تر شود

منابع:

- BANDURA, A.(1997). SELF - EFFICACY: THE EXERCISE OF CONTROL. NEW YORK: FREEMAN AND COMPANY .
- PINTRICH, P.R., & SCHUNK, O.H. (1996). MOTIVATION IN EDUCATION: THEORY, RESEARCH, AND APPLICATION. ENGLEWOOD CLIFFS, NJ: PRENTICE - HALL .
- WOOLFOLK , A.E.(1993) . EDUCATIONAL PSYCHOLOGY.(5TH ED). NEW YORK: ALLYN & BACON.
- ZIMMERMAN, B.J.(1998). ' ACADEMIC STUDYING AND THE DEVELOPMENT OF PERSONAL SKILL : A SELF - REGULATORY PERSPECTIVE '. EDUCATIONAL PSYCHOLOGIST, 33 (2/3), 73 - 86.