

تواناسازی دختران

ماندانا سلحشور

کارشناس روان‌شناسی بالینی

بسیاری از ویژگی‌های دختران و پسران کاملاً مشابه‌اند. آن‌ها می‌خوانند، می‌نویسند، مسئله حل می‌کنند، دست به اکتشاف می‌زنند و... در حقیقت تا زمانی که به مرحله بلوغ نرسیده‌اند، از عملکرد ذهنی - روانی مشابهی برخوردارند. اما بعد از دوران بلوغ به دلیل انتظارات و توقعات والدین و اعضای خانواده و تأثیر آنان بر انتخاب‌ها و شیوه‌های زندگی فرزندان دختر و پسر خود، تفاوت‌هایی در بافت شخصیتی - رفتاری کودکان مشاهده می‌کنیم. دختران که تا قبل از بلوغ قابلیت‌ها و درخشش‌های بیشتری نسبت به پسران از خود نشان می‌دادند، به یکباره بعد از این مرحله سیرنزولی طی می‌کنند و جنسیت آن‌ها مانع از روبه‌رو شدن با مشکلات و مسائل گوناگون می‌شود. سال‌های میانی دبیرستان برای دختران، زمانی است که عزت نفس و خودپنداره آنان ضعیف می‌شود و همین امر موجب عدم موفقیت آن‌ها در عملکرد تحصیلی می‌گردد. پژوهشی که در زمینه روان‌شناسی زنان و رشد و تحول دختران صورت گرفته است، نشان می‌دهد که بسیاری از دختران در مقطع ابتدایی از خودپنداره بالاتری نسبت به پسران برخوردارند، اما زمانی که به دوران بلوغ می‌رسند اعتماد به نفس و تن‌انگاره آنان کاهش می‌یابد (ارنشتاین^۱، ۱۹۹۴).

اغلب مربیان و آموزگاران معتقدند زمانی که دختران بلوغ را پشت سر می‌گذارند و وارد مرحله نوجوانی می‌شوند، دچار ضعف در عملکرد تحصیلی و به دنبال آن کاهش عزت نفس روانی می‌گردند. همین امر موجب می‌شود که والدین، مربیان و مدیران مدارس دخترانه درصدد یافتن علل و برطرف کردن



پسران از دوران نوجوانی به بعد در این گونه دروس موفقیت بیش تری کسب می کنند. نتایج تحقیقاتی که توسط انجمن سنجش پیشرفت های تحصیلی دانش آموزان (NAEP) ^۳ انجام شده است، نشان می دهد که ارتباط مستقیمی بین ضعف تحصیلی دختران ۱۳-۹ ساله در زمینه علوم و ریاضیات با کاهش تحصیلات دانشگاهی زنان در فاصله سال های ۱۹۸۶-۱۹۷۸ مشاهده می شود (مولیز و جنکینس، ^۴ ۱۹۸۸). این پژوهش دلایل محکم و استواری برای ارتباط بین کاهش کارایی و موفقیت دختران در مقاطع دانشگاهی با ضعف عزت نفس آنان نشان نداده است، اما این طور به نظر می رسد که عوامل بسیاری در این زمینه مؤثرند. پژوهشگران طی تحقیقی دریافتند که آموزگاران در مدرسه نسبت به پیشرفت پسران توجه بیش تری نشان می دهند. آن ها معتقدند که پسران بیش تر سؤال می پرسند، بیش تر به جزئیات می پردازند، دید انتقادی - سازنده قوی تری دارند و از روحیه بالاتر و مقاوم تری برخوردارند. ^۵ (1991, AAUW) بعضی از کارشناسان امور تربیتی بر این باورند که دختران با مشاهده الگوهای ارائه شده در جامعه و انتظاراتی که والدین و اطرافیان آنان از آن ها دارند، دچار مشکلاتی در زمینه خود پنداره و عزت نفس می شوند. بنابراین، زمانی که خانواده ویژگی ها و الگوی «دختر کامل» یا «دختر ایده آل» را برای فرزند دخترشان

الگوگیری از دانشمندان

هنرمندان و زنان برجسته بسیار

سودمند و مفید است. دختران را

همچون پسران تشویق به

تفحص و جست و جو کنید و

نظریات آن ها را درباره مسائل

مختلف جویا شوید.

نیازهای دختران در محیط خانه و مدرسه برآیند. بدین منظور توجه به نکات زیر می تواند مفید و سودمند باشد: ^۲

۱- کلمات شما نفوذ زیادی بر دخترانتان دارد و می تواند تأثیر بسزایی بر دیدگاه ها و نگرش های آنان در زندگی و موفقیت هایشان داشته باشد.

۲- فعالیت ها و تجربه اندوزی هایی که از پسران انتظار دارید، از دختران هم داشته باشید. شاید دختران با کارهای فنی، مثل: لوله کشی، نجاری، و... آشنا نباشند، اما اگر به آن ها فرصت دهید می توانند در کارهای گوناگون جسورانه با شما مشارکت داشته باشند.

۳- الگوگیری از دانشمندان، هنرمندان و زنان برجسته بسیار سودمند و مفید است. دختران را همچون پسران تشویق به تفحص و جست و جو کنید و نظریات آن ها را درباره مسائل مختلف جویا شوید.

۴- دخترانتان را بیش تر به دلیل مهارت ها، استعدادها و تفکراتشان تشویق و تمجید کنید تا چگونگی ظاهر و آراستگی آن ها.

۵- دخترانتان را نسبت به مخاطرات و مشکلات زندگی آینده شان آگاه و مقاوم کنید و به آن ها ایستادگی و حاضر جوابی یاد بدهید تا هنگام مواجه شدن با شرایط دشوار بتوانند عقیده و نظرشان را ابراز کنند. تحقیقات نشان می دهند که چنین کمک هایی موجب اعتماد آن ها به توانایی هایشان می شود.

۶- سعی کنید نحوه استفاده از روش های جدید تفکر و حل مسئله را به دخترانتان یاد بدهید. این روحیه را در دخترانتان تقویت کنید که برای رسیدن به هدف، باید پیگیرانه سختی ها و مشکلات را در راه تحصیل و کسب معرفت پشت سر بگذارند.

۷- نسبت به زنانی که معرف فرهنگ مصرف گرایی اند با دیدی انتقادی نگاه کنید و این رویکرد را نیز در دخترتان تقویت کنید. از او بپرسید: آیا رسانه ها باید مبلغ چنین شخصیتی برای رشد دختران باشند؟ این گونه بحث ها و گفت و گوها فرصتی به دخترتان می دهد تا درباره نقش زنان و دختران در جامعه بهتر فکر کند.

تعلیم و تربیت دختران

اغلب دختران در مقطع راهنمایی و دبیرستان در علمی مثل: ریاضی، فیزیک، شیمی، هندسه و جبر دچار ضعف و کاهش انگیزه برای یادگیری می شوند. در حالی که

توصیف می‌کنند، باید به نکات حساس و ارزشمندی که لازمه دختران آینده جامعه است، توجه کنند. (براون و گیلیگان^۶ ۱۹۹۳، مک دونالد و راجرز^۷، ۱۹۹۵) پیام‌ها و انتظاراتی که از «کامل بودن» و «ایده‌آل بودن»، در ذهن دختران ایجاد می‌شود، باید منطبق بر دیدگاه‌ها و نگرش‌های واقعی آنان باشد. زیبایی، مهربانی، آراستگی، مطیع بودن، و نداشتن هیچ گونه احساس منفی و ناخوشایند نسبت به دیگران دلیلی بر کامل و ایده‌آل بودن دختران نیست. از آن جا که دختران سعی می‌کنند خودشان را از دید مردم ارزیابی کنند، باید فرهنگ و جامعه خواست‌ها و انتظاراتی که از زنان آینده مدنظر دارد، به آن‌ها ارائه دهد. اگر دختران ببینند که زنان اجتماع امروز کم‌تر از مردان به دنبال کسب مدارج و موفقیت‌های علمی‌اند، شایستگی‌ها و استعداد‌های خود را دست کم می‌گیرند و ترجیح می‌دهند که این گونه فعالیت‌ها را ویژه پسران بدانند.

پژوهش جدیدی نشان می‌دهد که کلید رشد زندگی زنان در آموزش و تحصیلات آنان است. ۹۵ درصد از زنان فارغ‌التحصیل دانشگاه‌ها بر این باورند که توانسته‌اند به یک سلسله از خواست‌های خود در جامعه برسند، در حالی که این رقم در بین زنانی که تحصیلات دیپلم و زیردیپلم دارند به ۳ درصد می‌رسد. زنانی که با تلاش و کوشش توانسته بودند در رشته‌های علوم (فیزیک، شیمی و...) و ریاضیات فارغ

التحصیل شوند، اغلب توانسته بودند حقوقی معادل یک مرد دریافت کنند. والدین و مربیان می‌توانند به منظور جلوگیری از روند کاهش توانایی‌های ذهنی - روانی دختران در پیشرفت‌های تحصیلی‌شان، به توصیه‌های زیر عمل کنند:

۱- دخترتان را تشویق کنید تا با فناوری جدید کامپیوتر و نحوه استفاده از برنامه‌های نرم‌افزاری آن آشنا شود. حتی می‌توانید در ایام تعطیل او را به آموزشگاه‌های فنی بفرستید تا با تحصیل در این گونه علوم و فنون بر آن‌ها مسلط شود.

۲- اگر در می‌یابید که دخترتان نسبت به کارهای فنی علاقه‌مند است، مراجع و منابع مختلف در این زمینه‌ها را در اختیارش قرار دهید.

۳- هیچ‌گاه نگویند که موضوعات فنی مورد علاقه دختران نیست و هیچ دختری به علوم و ریاضیات احتیاج ندارد.

۴- دخترتان را تشویق کنید تا داوطلبانه به دنبال فرصت‌ها و موقعیت‌های جدید برای کار و زندگی‌اش برود، به خصوص اگر در گذشته نیز به انجام آن علاقه‌مند بوده است.

۵- اهمیت و لازمه فعالیت‌های فوق برنامه آموزشی را برای دخترتان مشخص کنید. از علاقه نشان دادن و مشارکت جویی دخترتان در انجام فعالیت‌های گوناگون مثل: عضویت در باشگاه‌های ورزشی، شرکت در گردهمایی‌های علمی - فرهنگی و انجام سفرهای تحقیقاتی استقبال و از آن حمایت کنید.



گام‌های مؤثر والدین در تربیت دختران

الگوها و قالب‌های رفتار زنان و مردان جامعه، ساختار فکری جوانان را تحت الشعاع قرار می‌دهد و تأثیر فراوانی بر دیدگاه‌ها و فعالیت‌های اجتماعی دختران و پسران می‌گذارد. نگرش‌ها، آرمان‌ها و جهت‌گیری والدین برای انتخاب نوع اسباب بازی، لباس، فعالیت، بازی، رشته تحصیلی، ... برای دختران از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. به همین دلیل پدر و مادر، آموزگاران و مربیان بهتر است روحیه استقلال‌طلبی، تصمیم‌گیری و بیان آزادانه افکار را در دختران پرورش دهند. اسباب‌بازی‌ها و فیلم‌هایی در اختیار آنان قرار دهند که همه‌بچه‌ها به طور معمول با آن‌ها سروکار دارند. کتاب‌ها و داستان‌هایی برای دختران بخوانند که شخصیت‌های آن‌ها ترکیبی از زن و مرد بوده، زن داستان دارای نقش‌های مثبت و سازنده‌ای باشد. به پرسش‌ها، شکایات، دادخواهی‌ها و اظهارنظرهای دختران خوب گوش دهند و سعی کنند مسائل واقعی او را حل نمایند و او را تشویق کنند تا با مشکلات و سختی‌های گوناگون به مقابله برخیزد.

دختران را تشویق کنید تا:

پرسند و همیشه پاسخ‌هایی را که می‌شنوند، بی دلیل قبول نکنند.
با چالش‌ها و سختی‌های زندگی روبه‌رو شوند و از مقاومت و پایداری در برابر مشکلات نهراسند.
تلاش کنند و تلاش کنند. اگر هم اشتباهی کردند، مانعی ندارد.
سعی کنند نقش رهبری جمع دانش‌آموزان، ورزش‌کاران یا فعالیت‌های فوق برنامه کلاس را بر عهده بگیرند.
ریاضیات و علوم پایه را بی‌گیرانه یاد بگیرند (حتی اگر در آن‌ها ضعیف‌اند و نمره کم می‌گیرند).
عضو تیم یا باشگاه ورزشی شوند و در تمرینات آماده‌سازی بدنی شرکت کنند.

والدین و امور تحصیلی دختران

۱- از دخترتان درباره پیشرفت‌های درسی و تجارب کلاسی‌اش پرسید. ببینید آیا می‌تواند به راحتی سر کلاس اظهار نظر کند یا این که برای صحبت کردن در جمع مشکل دارد؟
۲- در صورت امکان سعی کنید کلاس و نحوه تعامل

والدین در تربیت دختران
دختران را تشویق کنید تا:
پرسند و همیشه پاسخ‌هایی را که می‌شنوند، بی دلیل قبول نکنند.
با چالش‌ها و سختی‌های زندگی روبه‌رو شوند و از مقاومت و پایداری در برابر مشکلات نهراسند.
تلاش کنند و تلاش کنند. اگر هم اشتباهی کردند، مانعی ندارد.
سعی کنند نقش رهبری جمع دانش‌آموزان، ورزش‌کاران یا فعالیت‌های فوق برنامه کلاس را بر عهده بگیرند.
ریاضیات و علوم پایه را بی‌گیرانه یاد بگیرند (حتی اگر در آن‌ها ضعیف‌اند و نمره کم می‌گیرند).
عضو تیم یا باشگاه ورزشی شوند و در تمرینات آماده‌سازی بدنی شرکت کنند.

آموزگار با دانش‌آموزان را مشاهده کنید.

۳- از مقامات مدرسه بخواهید که نسبت به برگزاری مراسم یادبود گوناگون درباره زندگی زنان سرشناس و موفق جامعه دقیق باشند.

۴- روحیه مشارکت و همراهی در مباحثات مختلف آموزشی، عضویت در باشگاه‌های علمی - فرهنگی و تشکیل انجمن‌های مختلف دانش‌آموزی را در دختران پرورش دهید.

۵- دخترانی را که در دروس علوم پایه، ریاضیات و سایر فنون پیشرفته ضعیف‌اند، تشویق کنید تا بتوانند بر مشکلات درسی‌شان فائق آیند. نمرات متوسط آنان را در این گونه دروس با افتخار و سربلندی بخوانید. اجازه ندهید که فکر کنند با کم‌ترین ضعفی، شکست خواهند خورد.

۶- اطمینان حاصل کنید که مدرسه دخترتان، لوازم و تجهیزات مختلف یادگیری علوم (فیزیک، شیمی و ...)، ریاضیات و کامپیوتر را دارد و در اختیار بچه‌ها قرار می‌دهد.

۷- به همان میزان که به آموزش، تحصیل و مسائل پسران علاقه نشان می‌دهید، نسبت به آموزش، تحصیل و مسائل دختران هم بی‌گیرانه علاقه‌مند باشید.

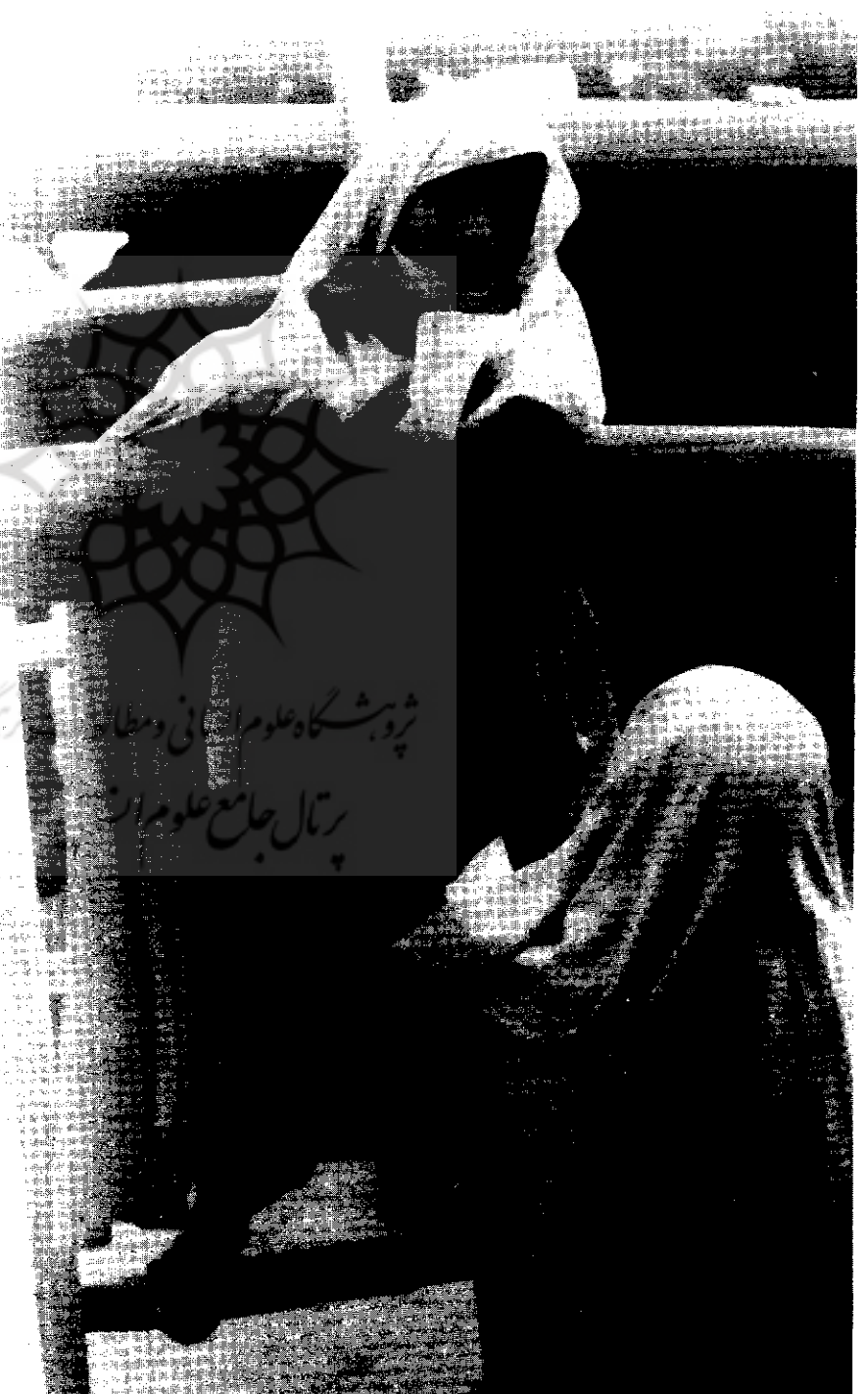
۸- اهمیت دادن به دختران به این معنا نیست که به پسران بی‌توجهی کنید. بیش‌تر مباحث و عناوینی که برای پیشرفت و تقویت نقش دختران مطرح می‌شود، درباره پسران

هم صادق است. با پسران هم باید به همان میزان که با دختران کار می‌شود، کار شود. به خصوص اگر پسران درباره توانایی‌ها، شایستگی‌ها و مشارکت دختران مطالبی بیاموزند بهتر است؛ زیرا موجب می‌شود که پسران موقعیت دختران را بیش‌تر درک کنند و آن‌ها را تشویق کنند تا تفکرات غلط جامعه درباره موقعیت دختران را مطرود بدانند.

۹- پژوهشگران نشان داده‌اند که پیامدهای گوناگونی موجب ضعف عزت‌نفس در دوران نوجوانی و جوانی دختران می‌شود. برای مثال، آن‌ها دریافتند که دختران نوجوان در مقایسه با پسران نوجوان استرس و فشار روانی بیش‌تری متحمل می‌شوند، آنان دو برابر بیش‌تر از پسران به افسردگی و اختلالات عاطفی دچار می‌شوند و ۴ برابر بیش‌تر از پسران ممکن است دست به خودکشی بزنند. (دیپولد^۸، ۱۹۹۵) افسردگی دختران ارتباط مستقیم با احساسات منفی آنان درباره وضعیت ظاهری و اندامشان دارد. از طرف دیگر، ضعف تن انگاره دختران با اختلالات خوردن و متعاقب آن باچاقی و مشکلات ناشی از آن مرتبط است.

کمک‌های جانبی

- ۱- خوب است کتاب‌ها و مطالب گوناگونی را که برای آموزش دانش‌آموزان نگاشته می‌شود، بخوانید. آیا زنانی که در این کتاب‌ها معرفی شده‌اند، از افراد سرشناس و برجسته در زمینه علوم، تاریخ، ادبیات و... هستند؟
- ۲- آن چه را دخترتان می‌خواند، بخوانید.
- ۳- از مدیران، مشاوران و آموزگاران بخواهید که اطلاعات و جزواتی درباره مشاغل گوناگونی که زنان می‌توانند در جامعه عهده‌دار شوند، در اختیار دختران قرار دهند.
- ۴- کارکنان آموزشی مدرسه را در خصوص شرکت دختران در دوره‌ها و آزمون‌های علمی - آموزشی فعال کنید، و از آن‌ها بخواهید علاقه دختران را به این گونه مباحثات تقویت کنند.
- ۵- دختران را در فعالیت‌های گوناگون علمی - فرهنگی و ورزشی درگیر کنید، زیرا هرگونه ارتباط با سایر





ژوئیه‌شگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

پرتال جامع علوم انسانی

مطمئن باشید عملکرد آن‌ها یکسان خواهد بود.
۲- احساس و برداشت خودتان را از یادگیری علوم پایه و ریاضیات برای دخترتان بگویید. اگر آموختن این مباحث برای خودتان دشوار بوده است، سعی کنید آن فشار و سختی را به او منتقل نکنید.

۳- علاقه و اشتیاق دخترتان را برای یادگیری مباحث علوم پایه و ریاضیات ارج نهید. انتظارات بالا و معقولی از آن‌ها داشته باشید و به دنبال آن باشید که آن‌ها این مباحث را با موفقیت بیاموزند.

۴- از مهارت‌های علمی مختلف دخترتان در حل مسئله و مشکلات گوناگون استفاده کنید. خیلی از دختران از این که آزمایشگاه کوچکی از آن خودشان داشته باشند، یا بتوانند خودشان ربات کوچکی بسازند، احساس غرور و سربلندی می‌کنند.

۵- دخترتان را تشویق کنید تا مستقلانه تصمیم بگیرند.

دختران موجب ارتقای توانمندی‌ها و بینش آنان می‌شود و دید بهتری از جامعه آینده زنان به آن‌ها می‌دهد.

ریاضیات و علوم

۱- ریاضیات و علوم (فیزیک، شیمی، مکانیک و...) دو مبحث عمده برای رشد فکری دانش‌آموزان - چه دختر و چه پسر - محسوب می‌شوند. گروهی از دانش‌آموزان در فراگیری این دو علم مشکل دارند. در حالی که دانش‌آموزان می‌توانند از طریق مباحث مختلف آن‌ها، شیوه‌های حل مسئله و نحوه تفکر انتزاعی را که موجب تقویت بافت‌های فکری - شخصیتی‌شان می‌شود، یاد بگیرند و از خلاقیت و انعطاف‌پذیری، روحیه سازگاری بیش‌تر با محیط و موفقیت در مشاغل آینده برخوردار شوند. اگر دختران و پسران از پایه امکان فراگیری علوم و ریاضی (هندسه، جبر، حساب و...) را داشته باشند،

● پژوهشگران دانشگاه پنسیلوانیا طی تحقیقی دریافتند که مغز دختران در حالت استراحت به اندازه مغز پسران در حال کار فعال است. بنابراین مغز دختران در حال فعالیت، از امتیاز یادگیری بیش‌تری برخوردار است.

● دخترها به آن دسته از فعالیت‌های اجتماعی جذب می‌شوند که کلام و سخن بیش‌تری طلب می‌کند.

● دختران بیش‌تر از پسرها به بازخوردهای کلامی احتیاج دارند. بسیاری از دختران را اگر تشویق نکنیم و به آن‌ها اعتماد به نفس ندهیم، به خودباوری نمی‌رسند.

دختران را بیش‌تر به دلیل

مهارت‌ها، استعدادها و

تفکراتشان تشویق و تمجید کنید تا

چگونگی ظاهر و آراستگی آن‌ها.

حقایق درباره دختران

● دختران به لحاظ رشدی از پسران جلوترند. آن‌ها زودتر شروع به سخن گفتن می‌کنند، زودتر می‌خوانند و زودتر شمردن را یاد می‌گیرند. در مرحله پیش‌دبستانی از بهره هوشی بالاتری نسبت به پسران همسالشان برخوردارند و در دوران دبستان موفق‌تر از پسران عمل می‌کنند.

● همان قدر که دختران در علوم و ریاضیات به کمک بیش‌تری احتیاج دارند، پسران به تمرین بیش‌تری در خواندن و نوشتن نیازمندند. دخترها در زمینه حافظه بهترند و پسرها در زمینه مهارت‌های فضایی عملکرد بهتری از خود نشان می‌دهند.

● اکثر دختران بین سنین ۱۵-۱۰ سالگی به استعدادها و توانایی‌هایشان پی می‌برند، در حالی که این آگاهی از وجود در پسران حدود ۱۸-۱۶ سالگی به منصفه ظهور می‌رسد.

● بیش‌تر آموزگاران به طور سنتی به آموزش پسران و علائق و پیشرفت‌های آنان تأکید بیش‌تری دارند. پسران معمولاً ناکامی‌های درسی‌شان را با برون‌ریزی هیجانات و احساساتشان (مثل به هم ریختن کلاس، عدم تبعیت از دستورها و تکالیف معلم و...) نشان می‌دهند، در حالی که دختران ناکامی‌های تحصیلی‌شان را درونی می‌کنند و با سکوت اختیار کردن، انزوایی و عدم مشارکت در کارها و فعالیت‌های کلاسی با بحران‌های فوق‌مقابله می‌کنند.

● بزرگسالان در شرایط سخت و دشوار تمایل به کمک کردن به دختران دارند تا پسران. تصور آن‌ها این است که دختران چون آسیب‌پذیرترند، محتاج‌ترند و پسران باید با تلاش خودشان موانع را از میان بردارند.

پی‌نوشت‌ها:

- 1- ORENSTEIN, P. 1994.
- 2- EXPECT THE BEST FROM A GIRL.
- 3- NAEP, NATIONAL ASSESSMENT OF EDUCATIONAL PROGRESS.
- 4- MULLIS, I.V.S. & L.B. JENKINS, 1988.
- 5- AMERICAN ASSOCIATION OF UNIVERSITY WOMAN.
- 6- BROWN, L.M., & C. GILLIGAN 1993.
- 7- MC DONALD, L., & L. ROGERS 1995.
- 8- DEBOLD, E. 1995.

فهرست منابع:

- AMERICAN ASSOCIATION OF UNIVERSITY WOMAN (AAUW). 1992. HOW SCHOOLSHORTCHANGE GIRLS. WASHINGTON, DC. ED 339674.
- AMERICAN ASSOCIATION OF UNIVERSITY WOMAN (AAUW). 1991. SHORTCHANGING GIRLS, SHORTCHANGING AMERICA. WASHINGTON, DC. ED 340657.
- BROWN, L. M., & C. GILLIGAN. 1993. NEW YORK.
- DEBOLD, E. 1995. HELPING GIRLS SURVIVE THE MIDDLE GRADES.
- MCDONALD, L., & L. RAGERS. 1995. WHO WAITS FOR THE WHITE KNIGHT? TRAINING IN NICE. SAN FRANCISCO.
- MULLIS, IV.S., & L.B JENKINS. 1988. ELEMENTS OF RISK AND RECOVERY. N.J., TESTING SERVICE.
- ORENSTEIN, P. 1994. SCHOOLGIRLS: YOUNG WOMAN, SELF ESTEEM AND THE CONFIDENCE GAP. NEW YORK.
- EXPECT THE BEST FROM A GIRL (ARTICLE).
- HOW CAN WE SUPPORT GIRLS IN EARLY ADOLESCENCE?