

# دانش آموزان بی انگیزه در مدرسه

## و راهبردهای افزایش انگیزش

مریم صباد شیرازی

کارشناس ارشد مشاوره



بی‌توجهی و بی‌دقتی  
تمایل نداشتن به فعالیت‌های بدنی  
آوردن بهانه‌های متعدد برای انجام ندادن کارها  
داوطلب نشدن برای انجام کارها  
عاجز بودن در تنظیم فعالیت حال و آینده  
میل دائمی به قرار داشتن در حالت  
استراحت  
به سر بردن دائمی در رویا  
قدرت تمرکز فکری پایین  
تنبلی نمودن و از زیر بار مسئولیت، شانه  
خالی کردن (علی‌خانی، ۱۳۸۳)

### عوامل مختلفی که منجر به کاهش انگیزه در دانش آموزان می‌شود:

عدم هماهنگی بین میزان تکالیف مدرسه با توانایی‌های دانش آموزان  
یکنواخت بودن محیط آموزشی با توجه به پیشرفت‌های عصر حاضر که می‌توان از وسایل کمک آموزشی مثل نوار ویدئو، سی‌دی، اینترنت و... استفاده کرد.  
عدم کنترل والدین نسبت به وضعیت تحصیلی فرزندانشان  
بی‌ارتباط بودن تکالیف با نیازهای روزمره  
مشکلات خانوادگی نظیر محول نمودن کارهای منزل به فرزندان از طرف والدین  
انجام کاری برای دریافت حقوق و ساعات غیر مدرسه برای کمک به وضعیت اقتصادی خانواده.

تشویق نشدن برای انجام تکالیف منظم  
افسردگی‌های خفیف  
کمبود خواب و استراحت در اثر تماشای برنامه‌های تلویزیونی تا دیروقت (فرقانی، ۱۳۸۳)  
انتظارات زیاد از دانش آموز

و بر زندگی خود تسلط داشته باشیم. شرط اساسی رشد شخصیت، رضایت خاطر و موفقیت انگیزه‌هاست. بدون انگیزه، نیروی بالقوه‌ی ما دست‌نخورده باقی می‌ماند. یا به جایی می‌رسیم که هدایت ما بر عهده‌ی شانس و اقبال می‌افتد و دیگر خود بر زندگی خویشتن کنترلی اعمال نمی‌کنیم. در هر دو مورد ممکن است دچار احساس ناامیدی شویم و احساس حسرت‌بار «فقط اگر...» ممکن است احترام به خویشتن را در وجودمان به تدریج از بین ببرد (ناهدی، ۱۳۸۴). بی‌انگیزگی در بین دانش آموزان این نگرانی را در والدین و معلمان به وجود می‌آورد که شاید آن‌ها نتوانند در مورد خود به درستی عمل کنند، به بیراهه بروند یا حتی زندگی خود را تلف کنند.

موقعیت و شرایط محیط آموزشی از جمله عواملی است که با بی‌انگیزگی دانش آموزان ارتباط نزدیک دارد. معلم مهم‌ترین نقش را در مدرسه ایفا می‌کند و چگونگی عملکرد دانش آموز به رفتار معلم بستگی دارد. برای معلم انگیزه‌ی دانش آموز هم به عنوان هدف و هم به عنوان وسیله‌ی پیشرفت در سایر زمینه‌ها اهمیت بسیار بالایی دارد. لذا در این بحث به‌طور مختصر ابتدا با علائم دانش آموزان بی‌انگیزه و سپس به سبب‌شناسی و راهکارهای مناسب جهت بالا بردن انگیزه‌ی لازم در دانش آموزان خواهیم پرداخت:

### نشانه‌های بی‌انگیزگی در دانش آموزان

ناتمام گذاشتن کارها  
خودداری از انجام تکالیف  
عدم تلاش برای حل مشکل خود  
مشکل در تصمیم‌گیری  
انتظار کمک از دیگران

کلید واژه‌ها: انگیزه، نشانه‌های بی‌انگیزگی، راهبردهای افزایش انگیزه، عوامل کاهش دهنده انگیزه

همه‌ی ما از اهمیت انگیزه در زندگی آگاهی کامل داریم با این حال بیش تر ما احساس می‌کنیم، در زندگی به اندازه‌ی کافی دارای انگیزه نیستیم. انگیزه به ما کمک می‌کند تا احساس رضایت خاطر کنیم، درباره‌ی خودمان احساس مسئولیت نماییم

- داشتن تجربیات و شکست‌های تلخ متعدد  
 - عدم برخورداری از تجربیات موفق  
 - در معرض شماتت و تنبیه بودن  
 - نقایص فیزیولوژیکی و بدنی  
 - وجود نابسامانی، مشاجرات لفظی و درگیری در خانواده  
 - طلاق در خانواده  
 - وابسته بودن به والدین و انجام کارهای کودک به وسیله آن‌ها  
 - محرومیت از امکانات اولیه  
 - داشتن بیماری شدید  
 - عدم اعتماد به توانایی معلم (علیخانی، ۱۳۸۳)

## راهبردهای افزایش انگیزه در دانش‌آموزان

- اطمینان از وضعیت جسمانی دانش‌آموز از نظر معاینه‌ی شنوایی و بینایی  
 - عدم تداخل ADHD (اختلال کم‌توجهی/ بیش‌فعالی) دانش‌آموز با وضعیت فعلی (جانگسما، ۲۰۰۷)  
 در صورت اطمینان حاصل کردن از عدم نقص در موارد فوق راهبردهای زیر جهت افزایش انگیزه در دانش‌آموزان مدنظر قرار می‌گیرد:  
 - ایجاد هماهنگی بین تکالیف مدرسه با توانایی دانش‌آموزان  
 - متنوع کردن محیط آموزشی با استفاده از وسایل کمک‌آموزشی مثل فیلم، عکس، ماکت و...

- دادن تکالیف مرتبط با نیازهای دانش‌آموزان  
 - توجه به حاصل فرایند کار و تلاش دانش‌آموز (عدم نمره‌محوری در کلاس)  
 - استفاده درست از کلمات و جملات توسط والدین و معلمان.

والدین و معلمان گاهی از اوقات با سخنان به ظاهر ملایم و بی‌ضرر، موجب کاهش انگیزه در دانش‌آموز می‌شوند. آنان به دانش‌آموزی که در آستانه‌ی مردود شدن است می‌گویند: «ما می‌دانیم تو یک نابغه نیستی، توقع هم نداریم معجزه‌ای از تو ببینیم. فقط می‌خواهیم در حد توانایی‌ات درس بخوانی، اگر نمره‌ی قبولی بگیری ما راضی خواهیم بود.»

این نوع گفتار، دیگر به دانش‌آموز این امکان را

نمی‌دهد که برای رسیدن به درجات عالی آموزش تلاش کند؛ اگر هم نهایت کوشش خودش را هم به خرج بدهد، بیش از یک «قبولی» انتظاری دیگر از خود ندارد.

پیامی که می‌تواند منجر به ایجاد انگیزه در فرد شود این است: «ما انتظار داریم درس یاد بگیری و آدم تحصیل کرده‌ای بشوی. یادگیری یک امر تصادفی نیست، یادگیری مستلزم تلاش و عزمی راسخ است. ما چنین چیزی را از تو توقع داریم.»  
 - وقتی دانش‌آموز در کلاس مسئله‌ای را نمی‌فهمد، آن را به هوش او نسبت ندهید. بلکه برای این‌که مانع از شرم‌ساری و کاهش انگیزه‌ی او شوید، می‌توانید بگویید: «من در روشن ساختن این مسئله مشکل دارم. چطور است روش دیگری را به کار بگیرم.»

- دادن خودمختاری و استقلال به دانش‌آموز در جاهایی که امکانش وجود دارد.  
 - تشویق‌های کلامی به شکل توصیفی، مثال: «رضا می‌بینم که عمل ضرب را خوب فهمیده‌ای.» (گینات، ۱۹۸۲)  
 - نشان دادن دانش‌آموز در جلوی کلاس یا در کنار هم کلاسی‌هایی که می‌توانند الگوی نقش مثبت برای او باشند، صدا زدن دانش‌آموز در کلاس در موارد متعدد، ارائه‌ی بازخورد در موارد متعدد، تقسیم تکالیف حجیم به بخش‌های کوچک‌تر  
 - کمک به والدین در درک واقع‌بینانه از توان یادگیری دانش‌آموز.

- ارزیابی رابطه‌ی والدین با دانش‌آموز به منظور بررسی این‌که آیا حمایت افراطی والدین یا بی‌خیالی و غفلت بیش از حد آن‌ها موجب بی‌انگیزگی دانش‌آموز شده یا نه؟

- آموزش مکانیزم‌های مقابله‌ای مثبت مثل: فنون آرمیدگی، با خودگویی مثبت ۲، بازسازی شناختی ۳ به دانش‌آموز با این هدف که وی به هنگام مواجهه با اضطراب، ناکامی یا اشکال در کارهای مدرسه از آن‌ها استفاده کند.

- در مواردی که دانش‌آموز در دروسی مشکل دارد می‌توان از راهبرد آموزش توسط هم‌سالان کمک گرفت.

- ایجاد فرصت‌هایی برای خودمختاری دانش‌آموز توسط معلم. مثلاً: سپردن کلاس به دانش‌آموز، سپردن کنترل برخی امور به دانش‌آموز

به این معنی نیست که آن‌ها هر کاری را بخواهند، می‌توانند در سر کلاس انجام دهند، بلکه هدف این است که دانش‌آموزان کنترل شخصی را تجربه کنند و شما فرصت‌هایی برای مشارکت آن‌ها در فرایند یادگیری به وجود آورید. هنگامی که دانش‌آموزان به اهمیت کنترل شخصی و خودمختاری پی‌برند، مسئولیت آن‌ها برای یادگیری و تغییر باورهایی که خوشایندتر است، افزایش می‌یابد.

- دادن فرصت به دانش‌آموزان در بیان معلومات خود و آنچه خارج از کلاس از خانواده و دیگران آموخته‌اند.

- دادن مسئولیت یادگیری به دانش‌آموزان؛ چنین شیوه‌ای منجر به جلوگیری از دو مشکل رویکرد معلم‌مدار در انتقال اطلاعات خواهد شد:  
 ۱. از افت یادگیری که نتیجه‌ی مسئولیت ناچیز دانش‌آموز در توسعه بخشیدن به مهارت‌های لازم برای تحقیق و پردازش اطلاعات مرتبط است پیشگیری می‌شود.

۲. مشکل دوم که مهم‌تر است، پیام ضمنی رویکرد معلم‌مدار می‌باشد که معلم را ملزم می‌کند تمام اطلاعات مربوط به موضوع را بداند، و مسئولیت کامل را بر دوش معلم می‌اندازد درحالی‌که اطلاعات و دانش معلم هم نسبی است و او نیاز به اطلاعات بیشتر دارد. با توجه به حجم اطلاعات و دانش روز امکان گرد آمدن همه‌ی آن‌ها در یک فرد نمی‌باشد. (مک کومنز، پاپ-۲۰۰۳)

پی‌نوشت

1. Attention Deficit Hyperactivity Disorder
2. Positive self-talk
3. Cognitive restructuring

منبع

۱. الیزابت هارتلی پروتر (۲۰۰۵)، ایجاد انگیزه در کودکان، (احمد ناهیدی، مترجم)، تهران، انتشارات جوانه‌ی رشد.
۲. علیخانی، ویدا (۱۳۸۳)، چرا دانش‌آموزانم؟ تهران، انتشارات پویش اندیشه.
۳. فرقاتی رئیسی، شهلا (۱۳۸۳)، مشکلات رفتاری در کودکان و نوجوانان، تهران، انتشارات مؤسسه فرهنگی منادی تربیت.
۴. بابازا مک کومنز، جیمز پاپ (۲۰۰۳)، پرورش انگیزه در دانش‌آموزان، (دکتر صغری ابراهیمی قوام، مترجم)، انتشارات رشد.
۵. هایم گینات (۱۹۸۲)، معلم و دانش‌آموز، (سیاوش سرتیپی، مترجم)، تهران، نشر فاخته.
۶. جانگسما (۲۰۰۷)، روا (مترجمان) ندرمانی نوجوانان، (آقامحمدیان، کیمیایی مترجمان). تهران: انتشارات رشد.