

## خودباوری را از مدرسه در کودک بارور کنیم



نوید پژمان

این روزها آمار افسردگی، استرس و انواع کمپلکس‌های روحی و روانی بیشتر از حد انتظار شده است. پزشکان مرتباً توصیه می‌کنند که جوامع امروز نیاز به درمان عمیق و روحی دارند که فقط از دست ما و قرص و داروهای آرام‌بخش کاری بر نمی‌آید. این مدارس هستند که می‌توانند با ایفای نقش مناسب خود، ما را در برابر آسیب‌های روحی و روانی رو به افزایش حفظ نمایند. بر همین اساس به نظر می‌رسد که نسخه درمان فقط در روی میز پزشکان قرار ندارد و این معلم‌ها هستند که می‌توانند راهبر صحیح کودکان و نوجوانان باشند. اما مشکلی در کشورهای توسعه‌نیافته و در حال رشد از جمله ایران نیز وجود دارد این است که اکثر معلم‌ها که خود محصول همین نظام آموزشی هستند، دچار استرس، افسردگی و خودکم‌بینی هستند. حال چگونه می‌توان انتظار داشت معلمی که خود را باور ندارد، بتواند راز موفقیت و بهتر زندگی کردن را به بچه‌ها آموزش دهد؟

در کشورهای پیشرفته برای اینکه معلم‌ها و مربیان بتوانند در امر خطیر و پرمسئولیت‌شان موفق شوند، علاوه بر تست‌ها و آموزش‌های علمی برای استخدام، از لحاظ روحی و روانی هم مورد آزمایش قرار می‌گیرند و همواره تاکید می‌شود افرادی این شغل را انتخاب کنند که عاشق این کار هستند؛ چون آنها آمده‌اند تا شمع فروزان دل‌های هزاران کودک و نوجوان باشند و بر همین مبناست که می‌شنویم معلم‌هایی که صبورانه و دلسوزانه پای تخته‌ها می‌ایستند و با لبخند و انتقال انرژی مثبت به بچه‌ها آن‌ها را هدایت می‌کنند، چقدر در پرواز روح بچه‌ها و رساندن آنها به قله‌های آینده موفقند.

در واقع آنچه امروز بچه‌ها به آن نیاز دارند، یادگیری یک سری فرمول و زندگی نامه و قواعد خشک و غیرمتعطف نیست. بچه‌ها می‌خواهند جسارت زندگی کردن را بیاموزند و این ما هستیم که می‌توانیم به آنها یاد بدهیم که شما می‌توانید پرواز کنید و فقط کافی است تا بال‌هایتان را تکان دهید.

در گذشته نظام‌های آموزشی وظایف خود را مختص به آموزش علوم و یادگیری بچه‌ها کرده بودند و چندان به تربیت روحی نسل آینده توجه نداشتند و در این میان فقط عده‌ای که می‌توانستند خود واقعی‌شان را ببینند، کارهای بزرگ می‌کردند. در این خصوص اگر نگاهی به زندگی نوابغ تاریخ بشری مثل برادران رایت و یا ادیسون بیندازید، دچار حیرت می‌شوید که چگونه این موجود دو پا با امکاناتی نه چندان گسترده، توانسته کارهای عظیمی انجام دهد. در دورانی که در جهان پرواز انسان بر فراز آسمان‌ها یک شوخی و رویای دست‌نیافتنی بود، برادران رایت توانستند با پشتکار و اراده پرواز کنند. ویلبر و ارویل رایت به گفته‌ی خودشان با هم زندگی می‌کردند، با هم بازی می‌کردند، با هم کار می‌کردند و حتی با هم فکر می‌کردند و با نگاهی تیزبین به دنیای اطرافشان نگریستند. آنها می‌خواستند متفاوت باشند و روح خلاقیت و شوق زندگی در دل و روحشان شعله‌ور شده بود. آنها به کار بزرگی دست زدند و بالاخره پرواز، این رویای

متمایز می‌سازد. ضمن اینکه در نظریات جامعه‌شناسان کنش متقابل نمادین تاکید بر نقش تاثیرگذار انسان برای تغییر سرنوشت اجتماعی وجود دارد. یعنی فردی از طبقات فرودست می‌تواند، ضمن مبارزه و مقابله با سرنوشت اجتماعی، خود را به موقعیت بالاتری برساند. اما در دنیای امروز بر یک نکته تاکید شده است و آن اینکه سیستم آموزشی در بالا بردن نقش عوامل فردی و شخصیتی نسبت به عوامل اجتماعی و فرهنگی برای رسیدن به موفقیت موثر است.

در کلاس درس است که معلم‌ها به بچه‌ها می‌گویند شما می‌توانید موفق شوید و یا اینکه مرتباً در ذهن آنها این طور وانمود می‌کنند که شما نقشی در سرنوشت خود ندارید و این کشتی جامعه است که سکان سرنوشت شما را در دست دارد. در واقع اگر عمیق‌تر به مساله نگاه کنیم، گسترش فرهنگ سرنوشت‌گرایی و ضعف شخصیت فردی بچه‌ها نقش اساسی در عدم تقویت روحیه‌ی خودباوری دانش‌آموزان دارد. بچه‌ها در نظام‌های آموزشی متمرکز امروزی در کلاس‌های بسته و محدود پشت به پشت هم می‌نشینند و مجبورند تا به صحبت‌های معلم‌ها گوش فرا دهند و این طبیعی است که فرصتی برای بروز بچه‌ها پیدا نشده و آنها روزبه‌روز بیشتر در وضعیت خود کم‌بینی قرار می‌گیرند.

ما در دنیای زندگی می‌کنیم که انسان‌ها برای رسیدن به موفقیت مجبور به تلاش هستند. در واقع خوب زندگی کردن بستگی زیادی به تلاش و کوشش انسان‌ها دارد. تجربه نشان داده مردمی که کمتر علاقه‌مند به تغییر هستند، شکوفایی خلاقیت نیز در آنها کمتر به وقوع پیوسته است. تا سال‌ها در بسیاری از کشورهای جهان سوم خلاقیت را یک استعداد ویژه برای عده‌ای خاص از افراد تعریف می‌کردند؛ در حالی که مقارن همان دوران در کشورهای پیشرفته مردم عادی به کرات دیگر سفر می‌کردند. متخصصین مسایل آموزشی معتقدند که راز غلبه بر مشکلات و رسیدن به یک زندگی مناسب تقویت اعتماد به نفس و خودباوری در دانش‌آموزان است. خودباوری یعنی پذیرش این موضوع که می‌توان بر آینده مسلط شد و اگر بتوانیم نیروی اراده را در افراد تقویت کنیم مسیر طبیعی حرکت جامعه به سمت پیشرفت و توسعه خواهد بود.

واقعیت این است که بچه‌ها ذاتاً و بر اساس طبیعت وجودشان موجوداتی توانمند، بزرگ و بی‌ظنیر هستند. هیچ کس در این دنیا در مقایسه با سایرین در موقعیتی برتر یا پست‌تر آفریده نشده است. این جامعه است که بنا به فراخور وضعیت اقتصادی، فرهنگی و سیاسی، افراد را در قالب طبقات اجتماعی مختلف اعم از فرادست و فرودست



به سوی قله‌های پیشرفت را یاد بگیرند به شرط آن که ما برخلاف دیدگاه‌های سنتی مثل نظریه رفتارگرایان به شرطی شدن صرف رفتار بچه‌ها در برابر انگیزه‌های بیرونی اهتمام نوزسیم.

روانشناسی امروز به ما می‌گوید انسان موجودی ماشینی نیست که در اتاق‌های در بسته و بدون توجه به عوامل مختلف برایش برنامه‌ریزی کنیم و انتظار داشته باشیم مثل یک ربات حرکت نماید و خواسته‌های ما را برآورده سازد. انسان به منزله ارگانیسمی منظم و در عین حال پیچیده است که هر لحظه ممکن است برخلاف جریان آب حرکت نماید.

آموزش زمانی می‌تواند کارساز باشد که بتواند اهدافش را تغییر دهد. هدف آموزش هرگز تولید انبوه دکتر و مهندس نیست. آموزش می‌خواهد رویاها و آرزوهای دانش‌آموزان را به مرحله شکوفایی برساند و آنها را توانمندتر سازد.

امروز وقتی یک دانش‌آموز در سیستم آموزش نمی‌تواند هم‌رنگ و هماهنگ با سایرین باشد و یا به اصطلاح بچه‌ای است که با شیطنتهایش زمین و زمان را به هم می‌دوزد، متأسفانه عموماً با برچسب بیش فعال او را به دست پزشکان می‌سپاریم تا با قرص و دارو متعادل‌ترش نماییم. متعادل بودن یعنی هماهنگی بیشتر با بقیه اجزا و ادوات آموزشی و سایر دانش‌آموزان و پذیرش انضباط و نظم مدرسه. در حالی که بحث مهم جامعه‌شناسی فرامردن این است که این دانش‌آموز حتماً در زمینه‌ی دیگری استعداد دارد و چون ما نتوانسته‌ایم او را در راستای علاقه و استعدادش کانالیزه نماییم، با روحیه‌ی پرخاشگری او مواجه می‌شویم. در واقع باید باور کنیم که دانش‌آموز بیش فعال ما به غیر از کمتر از یک درصدی که واقعا بیمارند، یک نقاش، مجسمه‌ساز و یا حتی یک نویسنده‌ای بالقوه هستند که استعدادشان لای دیسیپلین و نظم آموزشی گم شده است.

### تصویر ذهنی توانمندی

یکی از مصادیق اصلی که به هر فرد اراده‌ی انجام کار را می‌دهد، ایمان به خود و تصویری است که آن فرد از خود دارد. متأسفانه در جامعه‌ی ایران بسیاری از جوانان تصویر ذهنی مناسبی از خود ارایه نمی‌دهند و خود را ضعیف‌تر از آنچه که می‌توانند باشند نشان می‌دهند. تصویر ذهنی یعنی اینکه من کیستم؟ چه نقاط ضعف و قوتی دارم و چگونه می‌توانم بهتر شوم؟ گفته می‌شود یکی از وظایف نهاد آموزش و پرورش در دنیای پست مدرن امروز، تقویت تصویر ذهنی کودکان و نوجوانان نسبت به خود است. در بسیاری از موارد بچه‌های ایران زمین اگرچه بسیار باهوش و درایت هستند، اما در عمل فعل خواستن را به خوبی صرف نمی‌کنند. به همین دلیل بعضاً دیده می‌شود که جوانان ایرانی در رقابت‌های بین‌المللی نمی‌توانند موفق شده و رتبه‌های لازم را به دست آورند، لذا این وظیفه‌ی ماست که در نظام آموزش و پرورش به بچه‌ها یاد بدهیم که تصویر ذهنی توانمندی از خود ارایه دهند و بدانند و بفهمند که می‌توانند کارساز و مفید باشند. ▲

مک له لند در پایان این تحقیق می‌گوید: یکی از عوامل پیشرفت، توجه به انگیزه‌های درونی برای موفقیت است. هیچ جامعه‌ای نمی‌تواند موفق شود، مگر آن که در دل تک‌تک افراد آن جامعه ایمان به موفقیت وجود داشته باشد. شاید وقت آن رسیده باشد که ما بپذیریم که موفقیت را می‌توان آموزش داد. اگر موفقیت در افراد جامعه درونی گردد، یعنی قلب، روح و جسم هر فرد رسیدن به پیروزی را انتظار می‌کشد و می‌توان امیدوار بود که در آینده جامعه‌ای بهتر و زیباتر خواهیم داشت. چون همه در ساخت و احیای آن تلاش خواهیم نمود.

در اینجاست که نقش اولیا مدارس پررنگ می‌شود. این معلم‌ها هستند که باید انگیزه‌های حرکت را در روح کودکان و نوجوانان روشن نمایند. نباید فراموش کنیم که انسان موجودی تک‌بعدی نیست که به صرف توجه به عوامل مثلاً فیزیولوژیک بتوان او را به سعادت رساند. انسان موجودی با ابعاد متعدد و متنوع ادراکی، انگیزشی، هیجانی، احساسی است که هر گونه بی‌توجهی به یک بخش از او موجودی یک‌بعدی و فاقد توانایی‌های لازم پدید می‌آورد. شاید برای رسیدن به خودباوری لازم باشد که دیدگاه‌های سنتی را در مورد آموزش تغییر داده و به این باور ایمان بیآوریم که ملاک قدرت صرفاً در فرآیند یاددهی و یادگیری خلاصه نمی‌شود. بچه‌ها در مدرسه می‌توانند روح بزرگان‌دیشی و قدم‌های استوار برداشتن

### چند راه کار برای تقویت روحیه خودباوری در بچه‌ها

- ۱- به بچه‌ها در مدرسه اطمینان کنید و حتی اگر نمی‌توانند مسأله‌ای را حل کنند، فرصت خطا کردن را به آنها بدهید.
  - ۲- کار گروهی را در دانش‌آموزان تقویت کنید، بچه‌ها در کنار هم به راه حل‌های بهتری می‌رسند، ضمن اینکه روحیه جمع‌گرایی به تقویت اراده آنها کمک می‌کند.
  - ۳- به رویاها و خیال‌پردازی‌های دانش‌آموزان توجه کنید و احساسات آنها را به رسمیت بشناسید. چه بسا بچه‌هایی که امروز در کلاس درس شما هستند، پیکاسوها، حافظ‌ها و پروفیسور حسابی‌های آینده باشند.
  - ۴- بچه‌ها را همواره تشویق کنید و به آنها بگویید که چه قدر تفکر، بینش و احساس آنها نسبت به موضوعات مختلف جالب و جذاب و قابل توجه است.
  - ۵- دانش‌آموزان امروز باید توانایی ریسک کردن را پیدا کنند. به آنها کمک کنید تا راه‌های نرفته را تجربه نمایند.
- فراموش نکنید که برای رسیدن به خوشبختی باید تلاش نمود که یک جامعه به سوی خوشبختی حرکت کند. دانش‌آموزان امروز، خوشبخت خواهند بود، اگر ما امروز به آنها نزدیک شویم.

همیگی بشر به واقعیت پیوست.

ادیسون نیز مخترعی است که با اختراعات خود دنیا را تغییر داد. او از ظرفشویی و روزنامه‌فروشی به جایی رسید که هیچ کس فکرش را نمی‌کرد. جالب است بدانید که نه برادران رایت و نه ادیسون هیچ کدام مدت زیادی به مدرسه نرفتند و تحصیلات آکادمیک را نیمه‌تمام رها کردند. چون نظام آموزشی عصر آنها، پاسخگوی روح پرتوچ و پرتلاش آنها نبود. آنها با تلاش و خطا و آزمون‌های فراوان به موفقیت رسیدند و امروز ما بعد از گذشت زمان زیادی از آن دوران، کمتر روحیه خودباوری عمیق مثل آنها را در بچه‌های این نسل می‌بینیم.

ادیسون اگر ادیسون شد، به این دلیل بود که در زندگی به طور تجربی آموخته بود که باید از شکست‌هایش درس گرفته و آینده را با تجربه شکست‌ها بسازد. متأسفانه در نظام آموزشی ما فرصت شکست خوردن هم به بچه‌ها داده نمی‌شود. ما هر روز در گوش آنها می‌خوانیم که شما باید نظم را رعایت کنید، و باید در امتحاناتی که ما از شما خواهیم گرفت موفق شوید. در غیر این صورت آینده خوبی در انتظار شما نیست.

### گوش فرا دادن به ندای درونی

حقیقتی قابل توجه در مورد گوش‌های شما آن است که تا حدودی قادر به شنیدن چیزهایی که در ذهن شما می‌گذرد هستیم. افراد خلاق با توسعه‌ی این توانایی قادر به شنیدن حوادثی که در ضمیر ناخودآگاه آنها اتفاق می‌افتد خواهند بود. چایکوفسکی می‌نویسد: «گاهی اوقات بدون رابطه با کاری که به آن مشغول بوده‌ام متوجه فعالیت مداوم شده‌ام که در بخشی از مغز من که به موسیقی اختصاص یافته است انجام می‌شود. بعضی از اوقات شکل‌گیری اولیه و مقدماتی آن با توجه به جزئیات کار است و زمانی دیگر ممکن است کاملاً جدید و بدون ارتباط با هارمونی گذشته باشد».

نکته‌ای که در نظریات چایکوفسکی حایز اهمیت است، این است که او می‌داند که می‌تواند با استفاده از قوه‌های درونی خود دست به کاری خلاقانه بزند و این آگاهی ذهنی نکته‌ی است که در کشورهای جهان سوم به آن توجه نمی‌شود. دانه‌ی بلوط می‌داند که روزی به یک درخت بلوط کهن و قطور تبدیل خواهد شد. اما کودکان ما نمی‌دانند که می‌توانند موسیقیدان‌ها، نقاش‌ها، نویسندگان و شاعران بلند آوازه‌ای شوند که کشور به آنها افتخار کند.

مک له لند در یک تحلیل محتوا که بر روی کتب درسی کشورهای توسعه‌نیافته و کشورهای پیشرفته انجام داد، به نتایج جالبی دست یافت: او معتقد است که در کتاب‌های درسی کشورهای توسعه‌یافته مرتباً از واژه‌ها، اصطلاحات و جملات زیر استفاده می‌شود:

«موفقیت، تو می‌توانی، تو قهرمان زندگی خودت هستی، تو پیروز می‌شوی و...»  
 در حالی که در کتب کشورهای در حال رشد موارد زیر یافت می‌شود:  
 «شاید بتوانی موفق شوی، همه چیز در دست تو نیست، دست سرنوشت و...»