

دانشگاه فرهنگیان

فصل‌نامه علمی-ترویجی آموزش پژوهی

سال پنجم، شماره هفدهم، بهار ۱۳۹۸

بررسی اهمیت و ضرورت آموزش بهزیستی در دوره ابتدایی (بر اساس عناصر برنامه درسی کلان)

جابر افتخاری^۱، حجت افتخاری^۲، فهیمه مسلمی^۳

دریافت: ۹۸/۱/۱۴

پذیرش: ۹۸/۲/۲۸

چکیده

بهزیستی از اندیشه‌ای حمایت می‌کند که افراد را با هدف بهبود و ارتقاء کیفیت زندگی به بازنگری و بازسازی افکار، ارزش‌های فرهنگی و ساختارهای اجتماعی و غیره تشویق می‌کند. اندیشمندانی که در زمینه بهزیستی فعالیت کرده‌اند، مدارس را وسیله مهمی برای انجام این کار می‌دانند و معتقدند که مدارس، تنها وظیفه انتقال محتوا به دانش‌آموزان را ندارند، بلکه می‌توانند با دانش متخصصان برنامه درسی، برنامه‌ای در جهت بهبود کیفیت زندگی و بهزیستی دانش‌آموزان، تدوین کنند. این مقاله به روش توصیفی-تحلیلی به دنبال پاسخ به این دو پرسش است که اولاً، چه تحلیلی در زمینه توان مدارس برای پرداختن به مقوله بهزیستی وجود دارد و افرادی که در این زمینه پژوهش کرده‌اند چه مؤلفه‌هایی را برای بهزیستی تعریف کرده‌اند؟ ثانیاً در وضع کنونی جامعه ما ضرورت آموزش بهزیستی در برنامه درسی نظام آموزشی ابتدایی کشورمان چیست؟ نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که مشکلات شخصی، اجتماعی، آموزشی، فرهنگی و... در کشورمان می‌طلبد که با به کارگرفتن مؤلفه‌هایی که از طرف صاحب‌نظران برای بهزیستی منظور شده‌اند، تعریفی دیگر از جایگاه مدارس برای تحقق این امر صورت گیرد و با داشتن اعتقاد به نقشی که مدارس در آموزش بهزیستی دارند، برنامه‌های درسی به گونه‌ای طراحی و اجرا شوند که با فراهم کردن زمینه‌های لازم، موجبات بهزیستی برای فراگیران مهیا و این امر در زندگی آنها محقق شود.

کلید واژگان: برنامه درسی، بهزیستی، آموزش، دوره ابتدایی.

۱- کارشناس ارشد تاریخ و فلسفه تعلیم و تربیت دانشگاه شیراز، ایران، نویسنده مسؤول،

jaber.eftekhari@gmail.com

۲- دانشجوی دکتری برنامه‌ریزی درسی، دانشگاه هرمزگان، ایران.

۳- کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان، ایران.

مقدمه

مفهوم بهزیستی^۱ و ارتباط نزدیک آن با یادگیری، مسأله جدیدی نیست و این پرسش که مدارس چه نقشی در بهزیستی فراگیران دارند گفتمان‌های آموزشی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در این راستا شواهد زیادی در مورد رابطه مهم مربیان و دانش‌آموزان از پیش‌دستانی تا دانش‌آموزان دوره متوسطه که برای آموزش عالی، شغل و زندگی آینده آماده می‌شوند در دسترس است. با وجود این، در سال‌های اخیر در مورد چگونگی یادگیری کودکان و جوانان و چگونگی آموزش معلمان تغییراتی به وجود آمده است. از طرفی نیز محیط مدرسه و دنیایی که کودکان و جوانان در آن رشد و پرورش می‌یابند دائماً در حال تغییر است. بنابراین ضروری است، در جامعه امروزی ما که دانش‌آموزان بخش بزرگی از بافت جامعه را تشکیل می‌دهند در مورد تغییراتی که آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد، پاسخگو بوده و یک سیستم پشتیبانی هدفمند در راستای موفقیت و یادگیریشان فراهم آوریم. در این زمینه رویکرد محتوا و نگاه معلمان و والدین در جهت درک بهزیستی دانش‌آموزان بسیار مهم است. بهزیستی یا فقدان آن بر موفقیت و تعامل دانش‌آموزان اثر می‌گذارد؛ لذا مربیان باید پتانسیل بهزیستی را برای ایجاد تغییرات مثبت درک کنند. به این ترتیب مدارس باید با همکاری والدین کودکان و جوانان برای مشارکت فعال و مثبت آنان در جامعه تلاش کنند.

عقاید گوناگونی در ارتباط با بهزیستی و رابطه آن با آموزش و پرورش وجود دارد و ممکن است هر کدام از آنها متناسب با شرایط جوامع مختلف در نظام‌های آموزشی قابل استفاده باشند. باید در نظر داشت که تأیید یا رد هر کدام از آنها، نیازمند مطالعه در مورد چگونگی شکل‌گیری، شرایط و پیش‌نیازهای به‌کارگیری و نتایج احتمالی کاربرد آنها در جامعه مورد نظر خواهد بود. برای نمونه می‌توان به پژوهشی که توسط آموزش و پرورش نیوزلند در مورد بهزیستی به عنوان منبعی برای موفقیت در مدارس انجام شده، اشاره کرد که بهزیستی را در موفقیت دانش‌آموزان امری حیاتی دانسته است. بر این اساس بهزیستی دانش‌آموزان، به شدت با یادگیری آنها مرتبط است. بنابراین ایجاد یک فرهنگ مدرسه‌ای مثبت برای دستیابی به نتایج مطلوب در جهت بهزیستی دانش‌آموزان امری ضروری است؛ چرا که مدارس بهزیستی را از طریق تعیین دیدگاه‌ها، ارزش‌ها، اهداف و اولویت‌های برنامه درسی و شیوه‌های یادگیری و تدریس مرتبط، ترویج می‌دهند و شرایط برای دانش‌آموزان و مدارس می‌تواند به سرعت تغییر کند. به گونه‌ای که نحوه پاسخگویی مدارس به نگرانی‌ها، مسائل و رویدادهای مرتبط با بهزیستی به

1. well-being

شدت با فرهنگ، اعتقادات و ارزش‌هایی که از برنامه درسی آنها پشتیبانی می‌کند، مرتبط است (دفتر بازرسی آموزش و پرورش نیوزیلند، ۲۰۱۶).

اگرچه عده‌ای مانند ویلیام استنلی^۱ (۱۳۸۱) معتقدند اگر مدرسه خود را درگیر وظایف اجتماعی و فرهنگی کند از دیگر وظایفش در مقوله اعتلاء دانش و مهارت‌های فکری باز می‌ماند و شرایط سیاسی، اقتصادی و فرهنگی حاکم بر جوامع این اجازه را نخواهد داد، مخصوصاً که مدرسه خود تابع این شرایط است. عده‌ای دیگر بر این اعتقادند که مشکلات دامن‌گیر جوامع ناشی از ضعف نظام آموزشی و ارتباط کم مدرسه با محیط واقعی جامعه است. بنابراین مدارس با داشتن برنامه‌های درسی انتقادی که اصلاح جامعه را به عنوان هدف آموزش ترویج می‌کنند، می‌توانند با ایجاد آگاهی در دانش‌آموزان نسبت به مشکلات واقعی زندگی‌شان از راه کسب تجارب اجتماعی واقعی در مدرسه، زمینه ایجاد شرایط بهتری را برای حل مشکلات اجتماعی فراهم کنند (توماس، ۲۰۱۰؛ به نقل از بهمنی، ۱۳۹۴).

بر این اساس با روش توصیفی-تحلیلی در ابتدا به بررسی تحلیلی پژوهش‌های انجام شده در زمینه بهزیستی و دیدگاه تربیتی اندیشمندانی که در این زمینه فعالیت کرده‌اند و سپس به ارائه برنامه درسی آموزش بهزیستی و ارتقاء کیفیت زندگی که از طرف محقق پیشنهاد شده است، پرداخته می‌شود. پرسش‌هایی که در این پژوهش مطرح می‌شود مبنی بر این است که مدرسه تا چه اندازه توانایی ارتقاء کیفیت زندگی فراگیران را دارد؟ تحلیل اندیشمندان در این زمینه چیست و چه مؤلفه‌هایی برای بهزیستی تعریف کرده‌اند؟ با در نظر گرفتن این عوامل آیا نظام آموزشی ما نیازی به به کارگیری این مؤلفه‌ها دارد؟ برای آموزش بهزیستی چه برنامه‌ای پیشنهاد می‌شود؟

از آنجایی که پژوهشگران برای نشان دادن حقیقت و مسیر درست زندگی به انسان‌ها در تکاپو هستند و این امر میسر نمی‌شود مگر با آموزش و پرورش، مقوله بهزیستی باید به عنوان مبنایی برای برنامه‌های آموزشی مدرسه در نظر گرفته شود؛ زیرا با توجه به وضعیت کنونی جامعه و نیاز به ارتقاء کیفیت زندگی افراد و به دنبال آن پیشرفت و توسعه جامعه، لازم است که دانش‌آموزان را با شیوه‌های درست زندگی آشنا کرد و مهارت‌های لازم را به آنها آموزش داد. در نتیجه هدف از این مقاله ارائه یک برنامه درسی آموزش بهزیستی براساس عناصر برنامه درسی کلان جهت به کارگیری آن در نظام آموزشی کشورمان خواهد بود.

1. William Stanley

نظریه بهزیستی و پیشگامان آن

از برجسته‌ترین محققانی که در این زمینه به پژوهش پرداخته‌اند می‌توان به رایان و دسی^۱ و ریف^۲ اشاره کرد. از دیدگاه رایان دسی (۲۰۰۱) دو رویکرد اصلی لذت‌گرایی و فضیلت‌گرایی در تعریف بهزیستی وجود دارد (پسندیده و ابوالمعالی، ۱۳۹۵). تحقیق حاضر با توجه به این که در نظر دارد برنامه‌ای برای آموزش بهزیستی به دانش‌آموزان پیشنهاد دهد، به بررسی پیشینه تحقیق هر دو نوع بهزیستی لذت‌گرا و فضیلت‌گرا می‌پردازد.

از نظر روان‌شناسان لذت‌گرا، بهزیستی برابر با شادکامی ذهنی و مرتبط با تجربه لذت در مقابل تجربه ناخشنودی است که چنین برداشتی از بهزیستی را بهزیستی ذهنی می‌نامند که می‌توان آن را از طریق سه مقیاس عواطف مثبت، عواطف منفی و رضایت‌مندی از زندگی سنجید. در مقابل، تعدادی از روان‌شناسان از جمله ریف (۱۹۸۹) با وجود ماهیت جذاب بهزیستی لذت‌گرا، مخالف این نوع بهزیستی‌اند و بر بهزیستی فضیلت‌گرا تأکید دارند (کشتی‌دار و همکاران، ۱۳۹۲).

ریف (۱۹۹۵) نظر خود از بهزیستی روان‌شناختی را تلاش برای رشد و پیشرفت در جهت تحقق بخشیدن به توانایی‌های بالقوه فرد می‌داند (مولایی و همکاران، ۱۳۹۳) و الگویی چندبعدی از بهزیستی روان‌شناختی ارائه می‌کند که دارای شش مؤلفه پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری، تسلط بر محیط، زندگی هدفمند و رشد شخصی است که هر یک از این مؤلفه‌ها در جدول ۱ به صورت کامل بیان شده است (ریف، ۱۹۸۹، به نقل از گل‌پرور و همکاران، ۱۳۹۰).

ریف بر این تأکید داشت که اهداف خاص در زندگی، نیات و مقاصد و حس داشتن جهت و سوگیری، همگی با حس داشتن معنا در زندگی ارتباط تنگاتنگ دارند. چنین تأکیدی را نه تنها ریف، بلکه بسیاری دیگر از نظریه‌پردازان و پژوهشگران دیگر نیز مطرح کرده‌اند (کشتی‌دار و همکاران، ۱۳۹۲). به هر حال افزون بر این، روان‌شناسان معتقدند نداشتن بیماری برای احساس سلامتی کافی نیست، بلکه داشتن احساس رضایت از زندگی، تعامل کارآمد و مؤثر با جهان، انرژی و خلق مثبت، رابطه مطلوب با جمع و اجتماع و پیشرفت مثبت، از مشخصه‌های فرد سالم است که بیانگر این است که فرد از لحاظ بهزیستی روان‌شناختی در وضعیت مطلوبی قرار دارد (احمدی و همکاران، ۱۳۹۱). در واقع می‌توان گفت بهزیستی روان‌شناختی مستلزم درک چالش‌های وجودی زندگی است و رویکرد آن به شدت بر توسعه

1. Ryan & Deci
2. REEF

انسانی، دنبال نمودن اهداف معنادار، تحول و پیشرفت به عنوان یک فرد و برقراری روابط کیفی با دیگران تأکید دارد.

جدول ۱: مفاهیم مرتبط با هر یک از شش مؤلفه الگوی بهزیستی روان‌شناختی ریف

ردیف	مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی	توصیف و مفاهیم
۱	پذیرش خود	پذیرش نقاط قوت و توانایی‌های خود، برنامه‌ریزی برای استفاده از آنها، همراه با ارزیابی منطقی و عقلانی خود
۲	زندگی هدفمند	درک شخصی از اهداف زندگی به گونه‌ای که راهنمای بخش‌های مهم احساسی زندگی فرد باشد. در این بعد فردگرایی و آزادی تأکید می‌شود.
۳	خودمختاری	استقلال مکان، کنترل درونی، تنظیم رفتار از درون، توجه به خود، به‌ویژه شخص باور دارد که مالک اصلی افکار و اعمال خود است.
۴	تسلط بر محیط	توانایی انتخاب یا پدید آوردن محیط مناسب با شرایط روانی و توانایی مواجهه با جهان پیرامون و یافتن معنای مؤثر انتخاب‌های پیش رو است.
۵	روابط مثبت با دیگران	روابط بین فردی با دیگران، احساس همدردی و در مواقع لزوم احساس دلسوزی و شفقت را شامل می‌شود.
۶	رشد شخصی	توانایی مداوم برای رشد و توسعه نیروهای بالقوه فردی و رشد کلی و یکپارچه به عنوان یک فرد.

به دنبال ترویج و گسترش نظریه بهزیستی تحقیقات متعددی در این زمینه انجام شده است که بیشتر بررسی‌های معاصر، بهزیستی ذهنی را همچون شادکامی متشکل از تعدادی از نشانه‌ها که بیانگر حضور یا عدم حضور احساسات مثبت نسبت به زندگی است، به شمار می‌آورند. بهزیستی ذهنی یکی از شاخص‌های ضروری زندگی خوب است که در حال حاضر مورد علاقه پژوهشگران بسیاری قرار گرفته است. از پژوهش‌های انجام شده در این زمینه می‌توان به تحقیق شلدون و الیوت^۱ اشاره کرد که بر اهمیت نقش اهداف خود هماهنگ (اهدافی که به دلیل لذت و علاقه شخصی فرد انتخاب و دنبال می‌شوند) بر بهزیستی ذهنی تأکید کرده‌اند. همچنین در تحقیقات دیگر نشان داده شده که عواملی همچون سن، فرهنگ و تجارب زندگی افراد با بهزیستی ذهنی ارتباط دارند (کشتی‌دار و همکاران، ۱۳۹۲). در همین

1. Sheldon & Elliot

راستا برخی محققان به بررسی عوامل مرتبط با بهزیستی افراد تأکید کرده‌اند. برای نمونه روین^۱ و همکاران (۲۰۰۹) مداخله مدرسه را برای ارتقاء بهزیستی روان‌شناختی در نوجوانان بررسی کردند. برنامه آنها برای ارتقاء بهزیستی روان‌شناختی، روش مداخله توجه‌درمانی در دانش‌آموزان دبیرستانی بود. نتایج نشان داد مداخلات مدرسه در ارتقاء هیجان مثبت و بهزیستی نه تنها بر افزایش بهزیستی مؤثر بود، بلکه در کاهش افسردگی، به‌ویژه کاهش اضطراب و جسمانی کردن دانش‌آموزان، تأثیرگذار بود (همان). پژوهشی دیگر نشان داده که بین بهزیستی روان‌شناختی، نوع نگرش به زمان و پیشرفت تحصیلی ارتباط معناداری وجود دارد. نتایج مطالعات حاکی از آن است که نگرش دانش‌آموزان به زمان می‌تواند پیش‌بینی خوبی برای بهزیستی روان‌شناختی آنان باشد، بنابراین با رشد و بهبود نگرش‌های مثبت در دانش‌آموزان می‌توان انتظار داشت بهزیستی روانی آنان نیز افزایش یابد (رشید و همکاران، ۱۳۹۳). همچنین در تعدادی از پژوهش‌ها نشان داده شده که جو اجتماعی و هیجان خوب در دبیرستانی‌ها با موفقیت‌های زیاد آکادمیک، حل مسأله و عزت نفس دانش‌آموزان و همچنین کاهش مشکلات رفتاری و روان‌شناختی مرتبط است (کشتی‌دار و همکاران، ۱۳۹۲). مولایی و همکاران (۱۳۹۳) در تحقیقی که با عنوان «روابط چندگانه دینداری و مؤلفه‌های بهزیستی» انجام دادند به معناداری رابطه دینداری و مؤلفه‌های بهزیستی شناختی اشاره کرده‌اند. در سایر پژوهش‌ها نیز به گونه‌ای نظریه بهزیستی معرفی و تحلیل شده و هر کدام از آنها با هدف بررسی کاربرد این نظریه در نظام آموزشی مورد مطالعه، تأکید دارند که مشکلاتی از قبیل افسردگی، توسعه‌نیافتگی، بی‌سوادی، بیماری‌های جسمی و روانی و... را می‌توان با آموزش بهزیستی آن‌ها از طریق آموزش به شیوه‌های مختلف و برنامه‌های درسی مدارس و با آگاهی دادن به معلمان و دانش‌آموزان، بهبود بخشید. همچنین بهزیستی می‌تواند در قالب برنامه‌های درسی و با ایجاد تفکر خلاق و انتقادی در افراد انجام شود به گونه‌ای که با تغییر نگرش و اصلاح شیوه‌های نادرست تربیتی بتوان افراد و به تبع آن جامعه را با نیازهای ناشی از تغییرات جهانی همسو کرد تا بخشی از این بحران‌ها کاهش یابد.

تاریخچه و شرایط شکل‌گیری نظریه بهزیستی

از سال ۱۹۴۰، زمانی که سازمان جهانی بهداشت^۲ سلامتی را به عنوان رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه صرفاً عدم وجود بیماری یا ناتوانی تعریف کرد، مسأله کیفیت زندگی به طور پیوسته در

1. Roine
2. WHO

تحقیقات و در نتایج عملکرد و مراقبت‌های بهداشتی اهمیت یافت (علی‌پور و همکاران، ۱۳۹۵). به عقیده راین و دسی (۲۰۰۱) دو دیدگاه روان‌شناختی وسیع از لحاظ تاریخی به کار گرفته شده تا بهزیستی را کاوش و بررسی کند که دیدگاه لذتی، بهزیستی را با شادی برابر می‌داند و اغلب به عنوان توازن میان عاطفه مثبت و منفی عمل می‌کند (پسندیده و ابوالمعالی، ۱۳۹۵). از سوی دیگر چشم‌انداز اخلاقی ارسطویی، چگونگی سلامت زندگی افراد را در ارتباط با خود حقیقی‌شان ارزیابی می‌کند (کلاتری و اسماعیلی، ۱۳۹۴). این دیدگاه بهزیستی روان‌شناختی را بر اساس ملاک‌هایی چون فضیلت، پرهیزکاری و رضایت از زندگی و تصورات مختلف از شرایط آرمانی که در فرهنگ‌ها و دوره‌های مختلف مورد نظر انسان بوده، تعریف کرده است.

افزون بر این در سال‌های اخیر چند محقق به چندبعدی بودن بهزیستی روان‌شناختی اشاره کرده‌اند و معتقدند که ابزارها باید دربرگیرنده هر دو مورد بهزیستی اخلاقی ارسطویی و دیدگاه لذت‌گرایانه باشند (پسندیده و ابوالمعالی، ۱۳۹۵) و در بعضی از پژوهش‌ها به این مسأله به صورت اختصاصی پرداخته شده است. تمایز بین شاخص‌های بهزیستی ذهنی و روان‌شناختی نیز در بعضی مقالات مطرح شده که شاخص‌های بهزیستی ذهنی دو مطلب عمده تعادل لذتی (تعادل بین عواطف مثبت و منفی) و رضایت از زندگی را در نظر دارد (کلاتری و اسماعیلی، ۱۳۹۴) و بهزیستی روان‌شناختی به سلامت عمومی روانی و جسمانی و به رضایت عمومی فرد از زندگی می‌پردازد. به عبارت دیگر مفهوم بهزیستی روان‌شناختی مفهومی وسیع‌تر و همه‌جانبه‌تر به حساب می‌آید که مسائل مختلفی را پوشش می‌دهد (کلاتری و اسماعیلی، ۱۳۹۴). بخشی از روان‌شناسی مثبت به شاخص‌های بهزیستی روان‌شناختی اختصاص دارد و پیشرفت‌های زیادی در فهمیدن مؤلفه‌های بهزیستی انجام شده است. ریف (۱۹۸۹) در چندین نشریه به این بحث پرداخته که چشم‌اندازهای پیشین در کاربرد مؤثر بهزیستی روان‌شناختی غیرعلمی و نامتمرکز بوده است. بنابراین یک ارزیابی چندمحوری را پیشنهاد کرد و برای نشان دادن این نقصان، اندازه‌گیری جدیدی از بهزیستی روان‌شناختی را بسط داد که مفاهیم قبلی بهزیستی ارسطویی را در یک خلاصه کوتاه‌تر تحکیم می‌کرد (همان).

در واقع بهزیستی روان‌شناختی با این موضوع که چگونه و چرا مردم در زندگی‌شان حالت‌های مثبت مانند قضاوت‌های مثبت و همچنین واکنش‌های احساسی مثبت را تجربه می‌کنند سروکار دارد. بنابراین بهزیستی روان‌شناختی شامل مؤلفه‌هایی از قبیل عواطف، رضایت از زندگی و کار است که شامل متغیرهایی از قبیل رضایت از زندگی، رضایت زناشویی، خلق و خو و هیجان‌ات مثبت، نبود افسردگی و

اضطراب می‌باشد. بنابراین زمانی به شخصی گفته می‌شود دارای بهزیستی روان‌شناختی بالایی است که رضایت از زندگی و لذت را به وفور تجربه کند و هیجانات نامطلوب مثل ناراحتی یا خشم را کمتر تجربه کند (کلانتری و اسماعیلی، ۱۳۹۴). به عقیده سلینگمن و میهالی^۱ (۲۰۰۰) در دهه گذشته تمایل به بررسی جنبه‌های مثبت سلامت افزایش پیدا کرده و روان‌شناسان متوجه این موضوع شده‌اند که افراد باید انرژی عقلانی خود را صرف ابعاد مثبت تجربه‌شان کنند (مولایی و همکاران، ۱۳۹۳). بنابراین جنبش روان‌شناسی مثبت به رهبری مارتین سلینگمن یکی از مهم‌ترین تحولات در روان‌شناسی معاصر است. این جنبش موجب شد تمرکز علم روان‌شناسی از آسیب‌شناسی روانی به سوی موضوعات مثبت مانند شادی، سلامت ذهن، عواطف مثبت، معنویت، خلاقیت و فضایل اخلاقی سوق داده شود. سلینگمن در برخوردی که بین او و دختر پنج ساله‌اش روی داد متوجه شد تمرکز عمده روان‌شناسی قرن بیستم روی نقاط ضعف، عیب‌ها، آسیب‌ها و ترمیم آنها بوده است و از توجه به توانایی‌های انسان برای رشد و کمال غفلت شده است. وی تأکید داشت که روان‌شناسی نباید خود را به دیدگاه آسیب‌شناسانه محدود کند، بلکه باید به نیمه مثبت انسان نیز توجه کند و از تمام امکانات فردی و اجتماعی برای ارتقاء سلامت جسمی و روانی انسان استفاده شود (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۰۰).

دلالت‌های تربیتی اندیشمندان درباره نقش مدرسه در آموزش بهزیستی

از جمله دلالت‌های تربیتی که می‌توان از نظریه بهزیستی برگرفت موارد زیر است:

شارمن^۲ (۱۹۸۴) بهزیستی مدرسه را به عنوان رضایت از مدرسه و آموزش تعریف می‌کند. به طور کلی مفهوم بهزیستی در مدارس به چهار دسته که شامل شرایط مدرسه (محیط فیزیکی مدرسه و فضای درون کلاس)، روابط اجتماعی در مدرسه (روابط معلم- دانش آموز، ارتباط با همکلاسی‌ها، همکاری خانه و مدرسه، مشارکت در تصمیم‌گیری‌های مدرسه و جو روانی مدرسه)، روش‌های خودشکوفایی در مدرسه (داشتن فرصت برای احساس معناداری در زندگی و لذت بردن از نفس انجام یک کار) و وضع سلامت در مدرسه (علائم جسمی و روانی) است، تقسیم می‌شود (دستجردی، ۱۳۹۰). همچنین کونو و لیتونن^۳ (۲۰۰۵) طبق مدل بهزیستی مدرسه که کونو و ریمپلا^۴ (۲۰۰۲) ارائه کرده‌اند اذعان کردند که بهزیستی با

1. Seligman & Mihaly
2. Sharman
3. Konu & Lintonen
4. Konu & Rimpela

آموزش و یاد دادن از یک طرف و یادگیری و عملکرد از طرف دیگر در دانش‌آموزان رابطه معنادار دارد که این نتیجه‌گیری در سایر تحقیقات نیز تأیید شده است (چراغی‌خواه و همکاران، ۱۳۹۴).

در یک ارزیابی وسیع مشخص شده که رضایت ذهنی در ابعاد متعدد این پتانسیل را برای مدارس فراهم می‌آورد تا به طور سیستماتیک بهزیستی را درک کنند و ارتقاء بخشند. به طور کلی می‌توان استدلال کرد که فرصت برای سلامتی، ایمنی، پیشرفت تحصیلی و توسعه اخلاقی جوانان تقریباً یک تقاضای جهانی است و در این میان مدارس، مؤسساتی ایده‌آل برای ارائه این گونه فرصت‌ها و نیازها به شمار می‌آیند که می‌توانند فراتر از یادگیری و آموزش آکادمیک عمل کنند و بر ارتقاء شخصیت و بهزیستی دانش‌آموزان متمرکز باشند. بر اساس مطالعات انجام شده چندین دلیل برای پذیرش رویکردهای آموزشی مثبت وجود دارد. این رویکردهای مثبت موجب مقابله با افسردگی جوانان می‌شوند و به عنوان مسیری برای افزایش رضایت زندگی، ترویج یادگیری و خلاقیت، تقویت همبستگی اجتماعی و ارتقاء مدنیت عمل می‌کند. با توجه به این موارد، لازم است که مدارس به مزایای آموزش مثبت توجه کنند و چگونگی ایجاد و حمایت از بهزیستی دانش‌آموزان را مد نظر قرار دهند. بهزیستی را نمی‌توان به عنوان یک مقیاس تک بعدی معرفی کرد، بلکه شامل ابعاد مختلفی است که خلق و خوی فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و از آن جایی که اکثر کودکان و نوجوانان زمان زیادی را در محیط مدرسه صرف می‌کنند، بنابراین مدارس نقشی حیاتی در ایجاد و حفظ ارزش‌های فرهنگی مثبت و ارتقاء بهزیستی جوانان امروزی دارند (کارن، واترز، آلدرو و وایت، ۲۰۱۴).

بنابراین نباید از موقعیت و نقشی که مدارس در آموزش بهزیستی فراگیران دارند غافل شد؛ زیرا مدارس می‌توانند با اجرای برنامه‌هایی که بهزیستی را در دستور کار قرار می‌دهند و در جریان گذاشتن معلمان و والدین و برگزاری کلاس‌های آموزشی برای ایشان با محوریت بهزیستی، در جهت بهبود و ارتقاء کیفیت زندگی دانش‌آموزان گام بردارند.

از دیگر اهداف اساسی آموزش و پرورش تربیت انسان‌هایی خلاق و مبتکر است که توانایی انجام کارهای جدید را داشته باشند و این مربی است که باید با ابتکارات و روش‌های خلاق خود این استعداد را در دانش‌آموزان پرورش دهد. در این راستا بهزیستی روان‌شناختی از جمله مسائلی است که در موفقیت دانش‌آموزان اثرگذار است (تجرد و همکاران، ۱۳۹۳). همچنین امروزه به طور فزاینده‌ای ثابت شده که خلاقیت در زندگی روزمره امری ضروری است و هر فردی از پتانسیل لازم برای خلاق بودن برخوردار است. به عقیده محققان روش‌های آموزشی و به‌طور ویژه توسعه بهزیستی به طور مستقیم یا غیرمستقیم بر

میزان خلاقیت و انگیزش فرد تأثیرگذار است. بنابراین توانایی مقابله با موقعیت‌های مختلف در دانش‌آموزان می‌تواند از طریق توسعه استقلال، اعتماد به نفس، انگیزه، خلاقیت و بهزیستی توسط خانواده و تنظیمات آموزشی تحت تأثیر قرار گیرد. همچنین پیشنهاد می‌شود که خلاقیت در دانش‌آموزان را می‌توان از طریق محیط آموزشی خاص در سه بعد محیط خلاق (فیزیکی، کلاس‌های درس و ...)، برنامه‌های خلاقانه و معلمان خلاق یا روش‌های تدریس پرورش داد. از سوی دیگر محیط‌های آموزشی به اهمیت بهزیستی دانش‌آموزان اشاره می‌کند. به طور کلی بهزیستی مفهومی پویا است که ابعاد ذهنی، اجتماعی، روانی و همچنین سلامت در رفتار را در بر دارد. به این ترتیب فرض بر این است که مدارس سطح بالای بهزیستی ذهنی را ایجاد می‌کنند که به نوبه خود به عملکردهای خلاقانه و توانایی حل مسأله منجر می‌شود (بسنسون، فینولت، شانکلند، ۲۰۱۵).

قابل ذکر است که فعالیت‌های بدنی و ورزش منظم در سنین مختلف نیز، نقش مهمی در کاهش مشکلات و اختلالات روانی و افزایش سلامت روانی و بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان ایفا می‌کنند. همچنین ورزش با تحت تأثیر قرار دادن شایستگی‌های فیزیکی و تصویر بدنی از خود باعث افزایش بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن، افزایش سلامت ادراک شده، تقویت اعتماد به نفس، افزایش امید و شوخ‌طبعی و رشد اجتماعی در بین دانش‌آموزان می‌شود (قاسم پور و جودت، ۱۳۹۲). بنابراین می‌توان گفت فعالیت‌های فوق برنامه ورزشی تأثیر مثبتی در بهزیستی ذهنی و استرس تحصیلی دانش‌آموزان دارد. ورزش و فوق برنامه ورزشی به منظور غنی کردن ساعات فراغت و ایجاد لحظات شاد و احساس آرامش و آسودگی در سطح جامعه، راه حل بسیاری از مشکلات جسمی و روانی افراد به شمار می‌آید. این رسالت هنگامی که به حیطه مقدس مدرسه وارد می‌شود، به دلیل نقش و منزلت این کانون سازنده، اهمیتی مضاعف پیدا می‌کند. به این ترتیب دوران تحصیل مدرسه فرصت با ارزشی خواهد بود که با استفاده بهینه از اوقات فراغت، به تقویت قوای جسمانی و سلامتی روانی و اجتماعی دانش‌آموزان بپردازد. همچنین تمرینات ورزشی و فعالیت‌های اوقات فراغت زمانی که هدفمند باشند اثرات روان‌شناختی سودمندی به همراه دارند. بنابراین ارتقاء بهزیستی و عملکرد بهینه دانش‌آموزان در نتیجه مداخلات فوق برنامه‌های ورزشی می‌تواند در کانون توجه مدارس و برنامه‌ریزان آموزش و پرورش قرار گیرد.

ضرورت و امکان به کارگیری بهزیستی در دوره ابتدایی

جامعه ایران طی پنجاه سال گذشته از جهات مختلف و تحت تأثیر عواملی چون ارتباطات، شهرنشینی، گسترش آموزش و پرورش تغییرات سریعی داشته که این تغییرات هم مزایایی در زمینه سطح رفاه، آموزش و بهداشت داشته و هم معضلاتی چون تضعیف اخلاقیات، مشکلات بهداشتی و بیماری‌های روانی، افت تحصیلی و... را به دنبال داشته است. در کنار این مشکلات داخلی، مشکلات جهانی نیز مطابق سایر کشورها، دامنگیر جامعه ما نیز شده است. در چنین وضعیتی هرگونه تصمیم‌گیری نادرست ممکن است مشکلات بیشتری را ایجاد کند. آموزش و پرورش کشور ما نیز رسالت توجه به نیازهای جامعه متحول و مدرن را به عهده دارد. اما این زمانی امکان‌پذیر است که نظام آموزشی، همپای تحولات، به‌روز شود و بتواند رهبری تحولات مربوط به وظایف خود را به دست بگیرد. مسلم است که واگذاری این مأموریت به آموزش و پرورش، آسان اما تحقق آن کار سخت و پیچیده‌ای است. همچنین نظام آموزشی ما دارای مشکلاتی است که اجازه نمی‌دهد آن‌طور که باید به اهداف مورد نظر برسد. به نظر می‌رسد به کارگیری برنامه درسی آموزش بهزیستی می‌تواند به رفع این مشکلات یاری رساند. از این مشکلات می‌توان به آرمانگرایی، مقاصد غیر قابل دسترس و تلقی غیرواقعی از انسان اشاره کرد که در عالم واقع با برنامه‌های درسی و آموزشی فاصله بسیاری دارند و نظام برنامه درسی موجود در مقابل تحولات اساسی و نوآوری مقاوم و تا حدودی در این زمینه ناتوان است و عمدتاً دارای جهت‌گیری موضوع‌مدار و انتقال معلومات است که با کارکردها و شاخص‌های بهزیستی همخوانی قابل توجهی ندارد.

به طور کلی استراتژی‌های ارتقاءدهنده سلامت و بهزیستی باید از لحاظ فرهنگی در جهت تشویق رفتارهای سالم و انتخاب شیوه صحیح زندگی برای کودکان و نوجوانان باشد. بر اساس شواهد، رفتارها و عادات ایجادشده در طول سال‌های تحصیلی بر سلامت فرد تأثیر می‌گذارد. از طرفی بسیاری از مشکلات سلامت روانی در دوران اولیه زندگی فرد شروع می‌شود و کودکان در فاصله سنی ۵ تا ۱۶ سال دچار مشکلاتی می‌شوند که در زندگی آینده آنان نیز اثرگذار خواهد بود. به همین دلیل افزایش آگاهی نوجوانان از انتخاب‌هایی که موجب سلامت و بهزیستی آنان در آینده می‌شود بسیار اهمیت دارد (بونگای، ولا بروز، ۲۰۱۳). همچنین باتوجه به این که بخش بزرگی از شخصیت افراد در سال‌های اولیه زندگی شکل می‌گیرد، آموزش بهزیستی در این سال‌ها از اهمیت و ضرورت بیشتری برخوردار است. بنابراین مقوله بهزیستی به این دلیل حائز اهمیت است که در صورت نادیده گرفته شدن منجر به ناامیدی، نداشتن انگیزه برای هرگونه تلاش و کاهش فعالیت‌های اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و بهداشتی می‌شود

و در ابعاد عمیق‌تر در توسعه اجتماعی-اقتصادی یک کشور تأثیرگذار است. به عبارت دیگر با ارتقاء بهزیستی در جهت ارتقاء سلامتی جامعه قدم برداشته‌ایم و این همان چیزی است که در محور توسعه قرار دارد و هدف نهایی تمامی دولت‌هاست. حال با توجه به این که دانش‌آموزان هر کشور عهده‌دار پست‌های حساسی در آینده خواهند بود و سرمایه‌های مهم یک کشور محسوب می‌شوند، لزوم برنامه‌ریزی در حوزه سلامت و بهزیستی آنها احساس می‌شود که با توجه به جنبه‌های روان‌شناختی آنها اهمیت این موضوع که با استفاده از چه راهکارهایی می‌توان به آنان در توسعه جنبه‌های جسمانی و روانی کمک کرد، دوچندان می‌شود. بنابراین لازم است در ارتباط با موارد یاد شده پاسخگو بود و یک سیستم پشتیبانی هدفمند و یک برنامه درسی مدون در راستای بهبود کیفیت زندگی و یادگیری دانش‌آموزان فراهم کرد.

هرآنچه تاکنون به آن پرداخته شد مربوط به تحلیل نظریه بهزیستی بود، اکنون به این موضوع خواهیم پرداخت که آیا می‌توان در وضعیت فعلی با رویکرد بهزیستی به نظام آموزش ابتدایی در ایران نگاه کرد و برای آموزش بهزیستی یک برنامه درسی تدوین نمود؟

برنامه درسی آموزش بهزیستی بر اساس عناصر برنامه درسی کلاین

انسان برای موفق بودن در زندگی نیازمند بهزیستی است و رویکرد بهزیستی روان‌شناختی بر رشد و تحول مشاهده شده در برابر بر توسعه روابط انسانی تأکید دارد (زائری امیرانی و همکاران، ۱۳۹۵). بنابراین با توجه به اهمیت و نقشی که بهزیستی در زندگی هر یک از ما دارد و به عنوان یک منبع مهم در توسعه اقتصادی، اجتماعی، فردی و فرهنگی شناخته می‌شود، توجه به این امر خطیر از وظایف هر دولتی است و ما نیز برای دستیابی به این هدف ارزشمند، یعنی ارتقاء کیفیت زندگی، نیازمند آموزش بهزیستی هستیم. متأسفانه به آموزش بهزیستی به عنوان بخش مهمی از برنامه درسی آموزش و پرورش توجه چندانی نشده است.

فرانسیس کلاین^۱ معتقد است که طرح برنامه درسی نامناسب، از پتانسیل اثرگذاری آن بر دانش‌آموزان خواهد کاست. چراکه به لحاظ تاریخی، سه منبع اطلاعاتی موضوعات درسی مدون، دانش‌آموزان و جامعه برای برنامه‌ریزی درسی شناسایی شده که هر یک به عنوان مبنایی در تصمیم‌گیری‌های متعدد مربوط به امر برنامه‌ریزی به کار گرفته می‌شوند. اگر تصمیم‌های گرفته‌شده درباره نوع منابع اطلاعات مورد استفاده و عناصر برنامه، با یکدیگر سازگاری داشته باشند، برنامه درسی

1. Francis Cline

همخوانی خواهد داشت و در نتیجه از بیشترین توان اثرگذاری مطلوب بر دانش‌آموزان برخوردار است (مهرمحمدی، ۱۳۸۸؛ به نقل از ابراهیم کافوری و همکاران، ۱۳۹۴). از نظر ملکی (۱۳۸۰) از ویژگی‌های یک برنامه درسی مطلوب توجه به همه عناصر برنامه درسی، عدم ابهام و وجود توازن و انعطاف در بین عناصر برنامه درسی و تناسب آنها با ویژگی‌های مخاطب است.

از این رو، بررسی و تعیین نقش هرکدام از عناصر برنامه درسی در بهزیستی دانش‌آموزان به برنامه‌ریزان درسی، معلمان، عالمان و عاملان امر آموزش و پرورش کمک می‌کند تا با آگاهی نسبت به عناصری که نقش بیشتری در ارتقاء کیفیت زندگی دانش‌آموزان دارند به اصلاح و بهبود و یا تغییر این عناصر اقدام کنند. با این همه، شاید معروف‌ترین برداشت ارائه‌شده از عناصر برنامه درسی، طبقه‌بندی فرانسیس کلاین باشد که در ادامه به شرح برنامه درسی آموزش بهزیستی براساس عناصر نه‌گانه کلاین خواهیم پرداخت.

اهداف برنامه درسی آموزش بهزیستی

یک برنامه درسی به قصد ایجاد تغییرات در رفتار یادگیرنده اجرا می‌شود، این تغییرات همان اهداف برنامه است و موفقیت یک نظام آموزشی در گرو هماهنگی اجزای تشکیل‌دهنده آن با یکدیگر و هم‌سویی آنان در جهت تحقق هدف‌ها و تناسب آن با ویژگی‌های خاص مخاطبان آموزشی است (رئیس‌دانا، ۱۳۷۴). بنابراین هدف از آموزش بهزیستی، حذف جنبه‌های نامطلوب زندگی و جایگزین کردن روش‌ها و ارزش‌های مطلوب می‌باشد و برای رسیدن به این اهداف، ترکیب نظریه و عمل ضروری است. از این رو، در این برنامه درسی اهداف تربیتی در راستای تحول جهانی جهت داده می‌شود. هدف‌ها بر روشن‌سازی، شناخت و حل مشکلات زندگی و آگاهی پیدا کردن فراگیران در زمینه‌های خطرناکی که آنها و جامعه آنها را تهدید می‌کند و توانمند شدن برای ارتقاء کیفیت زندگی و ساخت یک جامعه ایده‌آل، مبتنی هستند. به بیانی دیگر، هدف از برنامه درسی آموزش بهزیستی، بهبود و ارتقاء کیفیت زندگی فراگیران و به دنبال آن توسعه و پیشرفت کشورمان در عرصه‌های گوناگون می‌باشد که برای رسیدن به هدف کلی برنامه باید به هدف‌های جزئی آن که داشتن عواطف مثبت، رضایت از زندگی، پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری، تسلط بر محیط، زندگی هدفمند و رشد شخصی می‌باشد، توجه داشت (بهمنی، ۱۳۹۴).

محتوای برنامه درسی آموزش به‌زیستی

محتوا، ماده برنامه درسی است، آنچه که باید آموخته شود و شامل دانش سازمان یافته و اندوخته شده، اصطلاحات، اطلاعات، واقعیات، حقایق، اصول، روش‌ها، مفاهیم، تعمیم‌ها، پدیده‌ها و مسائل مربوط به همان ماده درسی است و از آنجایی که هدف‌ها به وسیله محتوا تأمین می‌شوند، توجه به انتخاب محتوا همیشه به عنوان یک عنصر مهم برنامه درسی مد نظر بوده است (ملکی، ۱۳۸۳). طبق مدل به‌زیستی مدرسه (کونو و ریمپلا، ۲۰۰۲) اذعان کردند که به‌زیستی با آموزش و یاد دادن از یک طرف و یادگیری و عملکرد از طرف دیگر در دانش‌آموزان رابطه معنادار دارد که این نتیجه‌گیری در سایر تحقیقات نیز تأیید شده است (چراغی خواه و همکاران، ۱۳۹۴). یکی از تأثیرات آموزش مهارت‌های تفکر خلاق و نقادانه، افزایش به‌زیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان است و لزوم آموزش مهارت‌های تفکر خلاق و نقادانه در حکم نیازی برای حل مسائل، رفع مشکلات زندگی و حفظ سلامت دانش‌آموزان حس می‌شود. بنابراین آموزش مهارت‌های تفکر خلاق و نقادانه باعث افزایش به‌زیستی روان‌شناختی در دانش‌آموزان می‌شود (تجرد و همکاران، ۱۳۹۳). داستان‌های فکری فلیپ کم نمونه مناسبی برای آموزش تفکر خلاق و نقادانه می‌باشد. این داستان‌های فکری شامل کندوکاو‌های فلسفی برای کودکان و نوجوانان است که به شهرتی بین‌المللی رسید و یونسکو از او تقدیر کرد. خوشبختانه این مجموعه اکنون به فارسی نیز ترجمه شده است (همان). برنامه آموزش به‌زیستی ذهنی نیز مجموعه بزرگی از تکنیک‌های شناختی و رفتاری برای افزایش میزان به‌زیستی افراد است. این برنامه شامل آموزش مهارت‌های توجه به ذهنیت مثبت، شاد بودن، افزایش نگرش خوشبینانه و امیدوار بودن، تقویت حس سرزندگی، افزایش رضایت از زندگی، توجه به نیروی جسمانی، هنر خوردن برای رسیدن به انرژی مثبت، توانایی ایجاد تعادل اکسیژن، تقویت اعتماد به نفس، افزایش روابط مثبت و پرورش تجارب شیفستگی (وجد و سرور) است (میرزائی تشنیزی و همکاران، ۱۳۸۸). باید در نظر داشت که برنامه درسی و محتوای آن مهم‌ترین ابزار جهت رساندن یادگیرندگان به به‌زیستی و بالا بردن کیفیت زندگی آنها است. از این رو، برای رسیدن به اهداف برنامه درسی مورد نظر لازم است که رویکرد محتوا به گونه‌ای باشد که نگرش دانش‌آموزان را به سمت به‌زیستی هدایت کند. برای رسیدن به اهداف تربیتی ذکرشده، لازم است در برنامه درسی مدارس شرایطی را برای دانش‌آموزان فراهم کرد تا با درک مطالب و تفسیر و تعبیر وقایع، مجموعه‌ای از معانی را خلق کنند تا در صورت روبرو شدن با چالش‌ها و مشکلات زندگی، بتوانند آنها را تجزیه و تحلیل کرده، برای رفع آنها تلاش و وضعیت بهتری را مجسم کنند.

راهبردهای یاددهی - یادگیری برنامه درسی آموزش بهزیستی

شامل تدابیری است که با هدف تسهیل انتقال دانش و اطلاعات و فرایندهای یادگیری انجام شده به شیوه‌های کسب محتوا اشاره دارد و بایستی یادگیری فعال فراگیر را تسهیل کند. همچنین مشخص کردن جزئیات اقدامات و فعالیت‌های معلم در ارتباط با برنامه درسی در کلاس درس از مهم‌ترین وظایف برنامه‌ریز درسی است (فتحی و اجارگاه، ۱۳۸۱).

به طور کلی چون نظام آموزشی سنتی مبتنی بر هنجارهاست بر استقلال و ریسک‌پذیری تأکید نمی‌شود و دانش‌آموزان اغلب منفعل باقی می‌مانند. همچنین کاربرد آموزش حفظی و تئوری بیشتر از تفکر فعال و تلفیقی است و معلمان تمریناتی را ارائه می‌دهند که از توسعه تفکر همگرا پشتیبانی می‌کند؛ به این صورت که معمولاً یک جواب درست برای مسأله ارائه شده و فرصت کمی برای تفکر واگرا وجود دارد. علاوه بر این تفکر خلاق به جز در کلاس‌های هنر، به ندرت به کار می‌رود. دانش‌آموزان نیز اغلب در رقابت با یکدیگر هستند و نمی‌توانند بر پایه انگیزه ذاتی خود که جزء مهم عملکرد خلاقانه است، متکی باشند. در مقابل آن شیوه‌های آموزش جایگزین وجود دارد که بر اساس توسعه خودکفایی و استقلال، مشارکت فعالانه در کلاس و توسعه مهارت و دانش، توسعه انگیزه درونی از طریق انتخاب پروژه‌های خاصی که دانش‌آموزان مایل به فعالیت هستند، کاهش رقابت، تمرکز بر شایستگی‌ها با نیازهای روان‌شناختی دانش‌آموزان و در نهایت افزایش بهزیستی دانش‌آموزان متمرکز است (بسنسون، فینیلت، شانکلند، ۲۰۱۵). برنامه بهزیستی ذهنی نیز معتقد است که دستیابی به بهزیستی ذهنی اقدامی شدنی و در ضمن ساده است. رویکرد این دیدگاه ترکیبی از نظریات شناختی و رفتاری است که در سطح شناختی، اصول این برنامه برای افراد تبیین و استدلال‌های لازم را برای اثبات این که این اصول می‌تواند افسردگی فراگیران را کاهش دهد، ارائه می‌شود. در سطح رفتاری، تکنیک‌هایی از رفتاردرمانی به کار گرفته می‌شود تا به کمک آن مؤلفه‌های بهزیستی ذهنی به طور عملی انجام شود (میرزائی تشنیزی و همکاران، ۱۳۸۸).

از این رو، روش‌های تدریس فعال می‌توانند به خودکارآمدی و به تعبیر دیگر بهزیستی فراگیران کمک کنند. روش تدریس فعال به مجموعه روش‌هایی اشاره دارد که فعالیت کودک را در رابطه با نیازهای عمومی وی برمی‌انگیزاند و شیوه‌هایی که در این روش به کار گرفته می‌شود، از طرز تحول ذهنی دانش‌آموز و اجتماعی شدن او پیروی می‌کند. از جمله روش‌های فعال در عرصه یادگیری و تدریس می‌توان به روش یادگیری مشارکتی اشاره کرد که استفاده از این روش پیشرفت تحصیلی فراگیران را

تسهیل می‌نماید و کاربرد این راهبرد در اجتماعی کردن فراگیران و آماده کردن آنها برای دنیای حرفه‌ای آینده‌شان اهمیت دارد (عظیمی و همکاران، ۱۳۹۵) و معلمان می‌توانند از هر دو روش جیک ساو و پژوهش گروهی برای آموزش تفکر خلاق و نقاد به دانش‌آموزان استفاده کنند. بر این اساس لازم است که در برنامه درسی مدارس شرایطی را برای دانش‌آموزان فراهم کرد تا با درک مطالب و تفسیر و تعبیر وقایع، مجموعه‌ای از معانی را خلق کنند تا در صورت روبرو شدن با چالش‌ها و مشکلات زندگی بتوانند آنها را تجزیه و تحلیل کرده، برای رفع آنها تلاش و وضعیت بهتری را مجسم کنند. بنابراین متخصصان برنامه درسی و مؤلفان کتاب‌های درسی می‌توانند با ایجاد تحول در نظام آموزشی، زمینه را برای هرچه بهتر زیستن دانش‌آموزان و در نهایت تحول و توسعه جامعه فراهم کنند. از جمله راهبردهایی که به کارگیری آنها در اصلاح و تغییر مؤلفه‌های آسیب‌زای نظام آموزشی مؤثر خواهد بود می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱. به کارگیری مؤلفه‌های بهزیستی از طریق آموزش و برنامه درسی
۲. آموزش تفکر خلاق و نقاد برای بهبود وضعیت و ارائه راهکارهای جدید و به موقع
۳. توجه به حوزه بهزیستی و ارتقاء کیفیت زندگی در برنامه درسی
۴. آموزش بهزیستی از طریق درگیری واقعی دانش‌آموزان با چالش‌ها و مشکلات محیط زندگی
۵. تقویت انگیزه‌های درونی دانش‌آموزان با ایجاد فرصت‌هایی در کلاس برای کسب نگرش و درک صحیح از مشکلات واقعی زندگی
۶. بازنگری در محتوای برنامه‌های درسی و جهت‌گیری آنها با تأکید بر تربیت عقلی و تقویت فهم دانش‌آموزان و معلمان از بهزیستی.

مواد و منابع آموزشی برنامه درسی آموزش بهزیستی

شامل مجموعه‌ای از مواد یا موقعیت‌ها که به منظور قادر ساختن فراگیر به یادگیری، تولید می‌شود. از آنجایی که بهزیستی را نمی‌توان به درس خاصی اختصاص داد بنابراین داشتن رویکرد همه‌جانبه در تمامی دروس تأثیری به مراتب بیشتر از اختصاص دادن آن به یک محتوای آموزشی مجزا می‌باشد. از اهداف اساسی آموزش و پرورش تربیت انسان‌هایی خلاق و مبتکر است که توانایی انجام کارهای جدید را داشته باشند و این امری است که باید با ابتکارات و روش‌های خلاق خود این استعداد را در دانش‌آموزان پرورش دهد. در این راستا بهزیستی روان‌شناختی از جمله مسائلی است که در موفقیت

دانش آموزان اثرگذار است (تجرد و همکاران، ۱۳۹۳). بنابراین از جمله منابعی که برای پرورش تفکر خلاق و نقاد می‌توان استفاده کرد داستان‌ها فکری فلیپ کم ترجمه زهیر باقری و کتاب سنگ تفکر ترجمه پریسا برازننده است.

همچنین ورزش با تحت تأثیر قرار دادن شایستگی‌های فیزیکی و تصویر بدنی از خود باعث افزایش بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن، افزایش سلامت ادراک، تقویت اعتماد به نفس، افزایش امید و شوخ طبعی و رشد اجتماعی در بین دانش آموزان می‌شود (قاسم‌پور و جودت، ۱۳۹۲). بنابراین می‌توان گفت فعالیت‌های فوق برنامه ورزشی تأثیر مثبتی در بهزیستی ذهنی و استرس تحصیلی دانش آموزان دارد. همچنین استفاده از انیمیشن‌هایی مرتبط با مؤلفه‌های بهزیستی، تألیف محتوا برای دو درس ورزش و هنر، داشتن فضای آموزشی مناسب، معلمانی متخصص و کارآزموده و... از مواد و منابعی است که می‌توان از آنها در جهت آموزش بهزیستی به دانش آموزان استفاده کرد. لازم به ذکر است که از نقش کلیدی معلم در این برنامه درسی نباید غافل شد و داشتن برنامه‌هایی مانند برگزاری دوره‌های ضمن خدمت اثربخش، برگزاری کارگاه‌های آموزشی روش تدریس و نظارت بر کار آن‌ها، به کارآمد بودن این برنامه درسی کمک می‌کند. مولایی و همکاران در تحقیقی که با عنوان روابط چندگانه دینداری و مؤلفه‌های بهزیستی انجام دادند به معناداری رابطه دینداری و مؤلفه‌های بهزیستی شناختی اشاره کردند (مولایی و همکاران، ۱۳۹۳) و داشتن محتوایی غنی و پر بار در ارتباط با دین که بیشتر به کتاب‌های هدیه‌های آسمانی و قرآن مربوط می‌شود می‌تواند برنامه درسی را در رسیدن به هدف خود یاری دهد. از این رو، وارد کردن مؤلفه‌های بهزیستی و اهمیت دادن به عواطف مثبت، شادی، داشتن تعامل و ارتباط مناسب با دیگران و... می‌تواند در ارتقاء کیفیت زندگی دانش آموزان مؤثر باشد.

فعالیت‌های یادگیری دانش آموزان در برنامه درسی آموزش بهزیستی

درگیری دانش آموزان در روند یادگیری، منجر به کسب تجربیات یادگیری خواهد شد. هر چقدر سطح درگیری بیشتر باشد به همان نسبت تجربیات یادگیری فراگیر عمیق‌تر خواهد بود. بر این اساس مدرسه باید موقعیت‌هایی را برای دانش آموزان فراهم کند که واقعی باشند و بتوان به آنها عمل کرد و از طرف دیگر ارزش‌ها را نیز آموزش دهد (بهمنی، ۱۳۹۴).

ایجاد چنین موقعیت‌هایی برای یادگیری از طریق روش‌های تدریسی مانند روش حل مسأله، کاوشگری، بحث گروهی، پروژه‌ای، نمایشی و گردش علمی امکان‌پذیر است که در این فرایند معلمان و

دانش‌آموزان مکمل یکدیگرند و دانش‌آموزان از طریق فهم و تفسیر خودشان با راهنمایی معلم به مفهوم‌سازی دست می‌زنند. باید در نظر داشت که در این دیدگاه ارتباط میان مدرسه و محیط خارج از آن مهم تلقی می‌شود، به گونه‌ای که واقعیت‌های محیط خارج از مدرسه به عنوان موضوعات درسی به کار می‌رود و هرآنچه را در مدرسه می‌آموزند در حل مشکلات خارج از مدرسه به کار می‌گیرند. معلمان نیز به عنوان راهنما و مشاور و با آگاهی از مسائل جهانی، از این مسائل در تدریس خود استفاده می‌کنند و لازم است که معلم در آگاه ساختن دانش‌آموزان و دادن راه‌حل‌های ممکن به آنها نقش کلیدی داشته باشد و به صورت فعال خود را درگیر مسائل و مشکلات جامعه کند.

عوامل زیادی بر بهزیستی روان‌شناختی افراد تأثیرگذار است. بر این اساس محققان از راهکارهایی جهت ارتقاء بهزیستی استفاده کرده‌اند. بسیاری از آنان به شرایط فرهنگی اجتماعی، شغلی، محیطی و همچنین نقش تأثیرگذاری که محیط می‌تواند بر روی آنها داشته باشد اشاره دارند. بنابراین مسائلی را که می‌تواند باعث این تأثیرات شود مطرح می‌کنند که در این میان می‌توان به نقش ورزش و فعالیت بدنی اشاره کرد (بهزادنی، ۱۳۸۹). از این رو نباید فراموش کرد که اجرای درست فعالیت‌های ورزشی نیز در بهزیستی فراگیران مؤثر است و نباید ساعت‌های مربوط به ورزش را در مدارس بی‌اهمیت دانست، بلکه آموزش و پرورش با در اختیار قرار دادن معلمان ورزش آگاه و متخصص به مدارس، می‌تواند نقش بالایی در بهبود کیفیت زندگی دانش‌آموزان داشته باشد.

یکی دیگر از مؤلفه‌های تأثیرگذار بر بهزیستی روان‌شناختی، تنظیم هیجانی است (حسینی و خیر، ۱۹۸۹؛ به نقل از سلیمانی و حبیبی، ۱۳۹۲) در پژوهشی نشان دادند کیفیت تدریس معلم می‌تواند تنظیم هیجانی را به صورت مثبت و معناداری پیش‌بینی کند که این به نوبه خود باعث ارتقاء کیفیت زندگی دانش‌آموزان می‌شود. علاوه بر این دادن تکالیف خلاقیتی و بسطی امتدادی به دانش‌آموزان سبب افزایش میزان خلاقیت آنها می‌شود که این خود به نوعی در بهزیستی آنها تأثیرگذار است.

زمان آموزش در برنامه درسی آموزش بهزیستی

محتوا به همراه شیوه‌ها و مواد در جهت دستیابی به اهداف در یک چارچوب زمانی ارائه می‌شود و برنامه نیز باید از لحاظ زمانی شناخت و یادگیری مطلوب را در فراگیر ایجاد کند. معلمان می‌توانند برای پرورش تفکر خلاق و نقادانه به دانش‌آموزان، بخشی از ساعت مربوط به درس خوانداری و نوشتاری را به خواندن داستان‌های فکری اختصاص دهند. به این صورت که در ابتدا داستانی برای دانش‌آموزان خوانده

شود، سپس از آنها خواسته شود در گروه خود به بررسی نقاط قوت و ضعف داستان پردازند. پس از چند بار استفاده از این روش، می‌توان موضوعی را به دانش‌آموزان داد و از آنها خواست که در مورد آن داستانی را بنویسند. همچنین ساعت مربوط به ورزش نیز زمان مناسبی برای آموزش بهزیستی است؛ به این صورت که دادن بازی‌های فکری مانند شطرنج به دانش‌آموزان همچنین اجرای بازی‌های گروهی مانند فوتبال و والیبال و ... باعث تقویت کار گروهی در آنها می‌شود و این کار نوعی زندگی اجتماعی و باهم زیستن را به فراگیران آموزش می‌دهد.

فضای آموزشی در برنامه درسی آموزش بهزیستی

کلیه فرایندهای یاددهی یادگیری در درون آن انجام می‌پذیرد و این فرایندها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. فضای آموزشی باید موجب تحریک یادگیرندگان و ایجاد انگیزه در آنان شود و از فعالیت‌های یادگیری، حمایت و آنها را تسهیل کند تا معلم بتواند طرح درس خود را به خوبی اجرا کند.

از آنجا که شرایط مدرسه یکی از عوامل تأثیرگذار بر عملکرد دانش‌آموزان است آموزش و پرورش باید به تجهیز مدارس اهمیت دهد و افزون بر امکانات اولیه، وسایل کمک آموزشی در اختیار معلمان قرار دهد؛ همچنین لوازم و وسایل لازم برای رفاه دانش‌آموزان را فراهم کند (چراغیخواه و همکاران، ۱۳۹۴) و باید در نظر داشت که تعلیم و آموزش تنها تحت تأثیر کلام معلم نیست و عوامل متعددی از جمله فضای آموزشی در انتقال پیام به او نقش دارند و آثار قابل توجهی بر میزان یادگیری آنان بر جای می‌گذارند. لذا هرگونه تحقیق درباره چگونگی عملکرد و یادگیری دانش‌آموزان، بدون توجه به فضای آموزشی که در آن واقع می‌شود، ناقص و ناکارآمد می‌نماید (مرتضوی، ۱۳۷۶)؛ به نقل از طاهرسیما و همکاران، ۱۳۹۴). از طرفی بر اساس نظر مورو و ونگ، فرایند آموزش در فضای باز، بسیار آسان‌تر و راحت‌تر از آموزش در فضای بسته موجب کنجکاوی و انگیزه بخشی به دانش‌آموزان و رشد خلاقیت و ارتقاء یادگیری آنان می‌گردد (طاهرسیما و همکاران، ۱۳۹۴).

بنابراین یکی از مهم‌ترین عناصر برنامه درسی که گاه به عنوان معلم سوم کودک شناخته می‌شود، محیط فیزیکی یادگیری است. این نام‌گذاری به دلیل آن است که محیط فیزیکی، با اجزا و ویژگی‌های خاص خود می‌تواند یادگیری فراگیران را در حوزه‌های مختلف رشدی تسریع دهد یا از آن مانع کند. بی‌شک طراحی محیط‌های فیزیکی محرک رشد، پیچیدگی‌های فراوانی دارد و در این امر مهم، مشارکت صاحب‌نظران و متخصصان آموزشی و حوزه‌های مختلف رشدی، متخصصان معماری، مریان و

حتی خانواده کودک امری ضروری است. بر اساس تجارب به دست آمده از تحقیقات می‌توان توصیه‌هایی را در ارتباط با محیط‌های فیزیکی مطلوب مطرح کرد. از این رو، محیط فیزیکی مدرسه باید سلامت و ایمنی کودکان را تضمین کند و برای فراگیر، راحت باشد، به او قدرت انتخاب بدهد، او را رغیب به تعامل با دیگران کند، در او حس تعلق ایجاد کند و دارای مکانی برای نمایش کارهای کودکان باشد.

گروه‌بندی دانش‌آموزان برنامه درسی با رویکرد آموزش بهزیستی

اشاره به گروه‌های داخل کلاس دارد که بر حسب محتوا، راهبردهای یاددهی و یادگیری متفاوت است. به عقیده بروفی^۱ (۱۹۹۸) کار گروهی سبب می‌شود تا یادگیرنده مسؤلیت‌پذیری بیشتری نسبت به یادگیری عهده‌دار شود و به‌ویژه برای دانش‌آموزان که پیشرفت تحصیلی ضعیفی دارند سبب خواهد شد تا در موفقیت گروهی سهم شده و احساس خوداثربخشی و مؤثر بودن را تجربه کنند. نتایج پژوهش معتمدیان (۱۳۸۸) نشان داد آموزش مثبت‌اندیشی به شیوه گروهی بر سبک‌های مقابله‌ای دانش‌آموزان مقطع متوسطه تأثیر مثبت دارد.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت احتمالاً زمانی که نگرش افراد نسبت به زندگی، تفسیر آنها از حوادث گذشته، افکار خودآیند آنها نسبت به رخداد‌های حال و انتظارات آنها نسبت به رخداد‌های آینده مثبت می‌شود، صبر و تحمل آنها بیشتر شده و به خودشان و دیگران زمان بیشتری می‌دهند و با شرایط دشوار و شکست‌ها راحت‌تر کنار می‌آیند (خدایاری‌فرد، ۱۳۹۵). روش یادگیری مشارکتی فرصتی را برای فراگیران فراهم می‌کند که به ابراز عقیده پردازند و هرقدر اندازه گروه کوچک باشد این عقاید بیشتر در نتایج فعالیت گروه منعکس می‌شود و از طرفی در کار گروهی، افراد به افزایش توانایی خود در دست یافتن به اهداف مشترک بها می‌دهند و همکاری اعضای گروه باعث می‌شود که مهارت‌های افراد با تجربه گروه به افراد کم‌تجربه انتقال یابد (هیلس، ۲۰۰۱؛ به نقل از عظیمی و همکاران، ۱۳۹۵).

بنابراین دو روش پیشنهادی برای آموزش بهزیستی به دانش‌آموزان روش جیک ساو و پژوهش گروهی است که در روش اول دانش‌آموزان مسؤلیت تدریس مطالب را به عهده می‌گیرند و تکالیف درسی بین متخصصان گروه‌ها تقسیم می‌شود و آنها در مورد تکالیف خود به بحث می‌پردازند و سپس به گروه‌های خود بازگشته و مطالب بحث شده را در اختیار سایر اعضای گروه خود قرار می‌دهند. روش دوم نیز به این صورت است که دانش‌آموزان را به گروه‌های دو تا شش نفره تقسیم کرده و پس از

1. Broufi

انتخاب موضوع مورد مطالعه هر گروه، آن را به بخش‌های کوچک‌تر تقسیم می‌کنیم؛ سپس هر بخش را یکی از اعضا مطالعه می‌کند و در پایان کار هر یک از گروه‌ها، یافته‌های خود را به صورت گروهی در اختیار سایر گروه‌ها قرار می‌دهند. قابل ذکر است که دو روش توضیح داده شده علاوه بر دارا بودن مزایای روش یادگیری مشارکتی، مزایای روش‌های یادگیری اکتشافی و حل مسأله را در بر دارند، زیرا فراگیران در این روش‌ها با انجام پژوهش، مطالبی را در مورد موضوع مورد نظر جمع‌آوری کرده‌اند و این به نوعی باعث می‌شود احساس موفقیت کنند و این تجربه موفقیت باعث افزایش میزان خودکارآمدی آنها می‌شود (عظیمی و همکاران، ۱۳۹۵).

ارزشیابی در برنامه درسی با رویکرد آموزش بهزیستی

فرایندی است که به منظور تصمیم‌گیری درباره این که فعالیت‌های آموزشی معلم و کوشش‌های یادگیری دانش‌آموزان به نتایج یادگیری مطلوب انجامیده است، صورت می‌گیرد. بر این اساس آموزش و پرورش به عنوان رکن اساسی جامعه، اگر از ارزیابی مکرر پدیده‌های آموزشی جهت تحقق هدف‌های خود برخوردار نباشد، ناخواسته با مسائل و مشکلات بی‌شماری روبرو خواهد شد که ضررهای جبران‌ناپذیری برای تعلیم و تربیت جامعه دارد (تصدیقی، ۱۳۶۷). ارزشیابی هدف‌های آموزش و پرورش نشان می‌دهد که چه میزان هدف‌های مورد نظر تحقق یافته و چه میزان کمبودهایی در راه رسیدن به هدف‌ها وجود دارد.

محققان معتقدند که نحوه بازخورد معلمان، به شدت یادگیری و بهزیستی دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بسیاری از کارشناسان بین‌المللی بازخورد را به عنوان یک عنصر مهم ارزشیابی یادگیری در نظر می‌گیرند که می‌تواند یادگیری و سماجت یادگیرنده را افزایش دهد و به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا سازوکارهای یادگیری سازنده‌تری اتخاذ کنند. به این ترتیب ارائه بازخوردهای نامناسب از سوی معلمان آثار منفی را به دنبال خواهد داشت. در بررسی ادبیات بین‌المللی بازخورد به عنوان اطلاعات ارائه شده توسط یک عامل از قبیل معلم، همکار، کتاب، والدین، خود و تجربه در مورد جنبه‌های مختلف عملکرد و یا درک یک فرد تعریف می‌شود. آنچه اهمیت دارد این است که ارائه بازخورد از سوی معلمان همیشه موجب توسعه بهزیستی دانش‌آموزان نخواهد شد. به عنوان مثال تعریف و تمجید بیش از حد از دانش‌آموزان موجب افزایش انگیزه‌ها و قضاوت‌های مثبت و منفی و حتی افزایش خودستایی بین آنان می‌شود. بنابراین اگرچه معلمان برای ترویج بهزیستی در امتداد یادگیری آکادمیک تلاش می‌کنند،

ممکن است نوع بازخوردی که ارائه می‌شود با آن مغایرت داشته باشد. از این رو نظر در مورد این که چه کسی و چگونه باید بازخورد را ارائه دهد، بهترین زمان برای ارائه آن و همچنین محتوای بازخورد و پیامی که منتقل می‌شود، متفاوت است. از دیدگاه سنتی معلمان مسؤل ارائه بازخورد بوده‌اند. اما در طول دو دهه گذشته، با توسعه بین‌المللی آموزش و پرورش و ارزیابی سیاست‌های یادگیری، توافق جمعی بر این است که دانش‌آموزان منابع اصلی بازخورد هستند. در این راستا شیوه‌های همکاری و خودارزیابی، دانش‌آموزان را تشویق می‌کند تا خودشان اهداف یادگیری را شناسایی و معیارهای قضاوت کار خود را درک کنند. لذا استفاده از دانش‌آموزان به عنوان منبع اصلی بازخورد می‌تواند به طور بالقوه مشکلات بازخورد معلمان در رابطه با خطرات روان‌شناسی درک‌شده برای دانش‌آموزان را کاهش دهد (Broan, Harris and Harnett, 2012). بنابراین استفاده از روش خودسنجی و همسال‌سنجی از روش‌های اثربخش و کارآمد جهت رساندن دانش‌آموزان به اهداف برنامه درسی آموزش بهزیستی می‌باشد و برای ارزشیابی برنامه درسی پیشنهاد شده می‌توان از پرسش‌نامه‌های سنجش بهزیستی ریف استفاده کرد و پس از تحلیل داده‌های آماری میزان دستیابی به هر یک از مؤلفه‌های بهزیستی را مشخص کرد و با توجه به تحلیل‌های آماری صورت گرفته، نقاط قوت و ضعف برنامه درسی پیشنهادی را معین کرد تا در جهت رفع کاستی‌های آن اقدامات لازم انجام شود.

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به آنچه بیان شد، مشخص است که مدارس نقش حیاتی در ارتقاء سلامت مثبت روانی و فیزیکی دانش‌آموزان ایفا می‌کنند و می‌توانند یک محیط امن و حمایتی برای توسعه مهارت‌های زندگی و انعطاف‌پذیری فراهم کنند. گوش دادن به صدای دانش‌آموزان و پرورش روابط سالم با همسالان، معلمان و کارکنان مدرسه برای ایجاد تجارب مثبت و توسعه شناختی و عاطفی دانش‌آموزان، ضروری است. در این زمینه بهزیستی فرصت‌های مناسبی را برای نیل به این هدف فراهم می‌کند. به طور کلی مفهوم بهزیستی در مدارس به چهار دسته، شامل شرایط مدرسه (محیط فیزیکی مدرسه و فضای درون کلاس)، روابط اجتماعی در مدرسه (روابط معلم دانش‌آموز، ارتباط با همکلاسی‌ها، همکاری خانه و مدرسه، مشارکت در تصمیم‌گیری‌های مدرسه و جو روانی مدرسه)، روش‌های خودشکوفایی در مدرسه (داشتن فرصت برای احساس معناداری در زندگی و لذت بردن از نفس انجام یک کار) و وضع سلامت در مدرسه (علائم جسمی و روانی)، تقسیم می‌شود. حال با در نظر گرفتن جنبه‌های مثبت و کاربردی

بهزیستی در مقوله بهسازی جامعه و ارتقاء کیفیت زندگی افراد توسط مدرسه و با توجه به متمرکز بودن نظام آموزش و پرورش کشورمان و همچنین توجه به وضعیت حال جامعه باید گفت که داشتن نوعی رویکرد به بهزیستی برای نظام آموزشی ما لازم است تا بتواند مفاهیم مشارکت، عدالت، تفکر نقاد و خلاق، برابری و بهبود زندگی فردی و اجتماعی و ... را ترویج دهد؛ اگرچه برنامه‌های درسی موجود آن‌چنان که باید به این موضوع توجه نکرده‌اند و به کارگیری این رویکرد در مدارس نیازمند پیوند میان مفاهیم مورد نظر، حول محور مفهیمی است که از ظرفیت‌های لازم برای لحاظ کردن آن مفاهیم برخوردار باشد. توجه به ارزش‌های بنیادی مانند رفاه عمومی، شناخت خود و دنیای پیرامون، تأمین نیازهای امنیتی و بهداشتی، عدالت و آزادی، توجه به نیازها و ارزش‌های انسانی و غیره می‌تواند یک چارچوب نظری ایجاد و تأیید کند که بخش بزرگی از این ارزش‌ها و جایگزینی آنها با مشکلات موجود، رسالت آموزش و پرورش است تا ضمن دادن آگاهی به افراد در سطح کلی جامعه و مدارس، توان آنها را برای ساختن جامعه‌ای بهتر فراهم کند. بنابراین داشتن رویکرد و الگویی از نظام آموزشی که بهزیستی را در دستور کار قرار دهد و فراهم‌سازی امکانات بیشتر برای نیروهای آموزشی امری لازم در تغییر شرایط برای بالا بردن کیفیت زندگی فراگیران است، تغییری که در آن ملاک‌ها، روش‌های تدریس، محتواها و هرآنچه که نامناسب بوده، حذف و موارد مناسبتری جایگزین آنها شود.

چنین نظام آموزشی نباید تابع تغییرات، بلکه مؤثر در هدایت و ایجاد تغییرات باشد و با آشنا کردن دانش‌آموزان با بهزیستی و تأثیر آن در زندگی، آنها را افرادی فکور، منتقد، خلاق و تأثیرگذار بار آورد و این امر میسر نمی‌شود مگر با نقش آفرینی آموزش و پرورش که ظرفیت و اراده لازم برای اجرای یک برنامه بهزیستی در راستای فراهم کردن شرایط و ملزومات مورد اشاره را داشته باشد؛ روشن است که چنین نظامی برای موفقیت نیازمند به‌روز رسانی و توجه به تغییرات ملزومات مورد نیاز خواهد بود که این مهم، همت بیشتری را از سوی برنامه‌ریزان و مؤلفان کتاب‌های درسی و عالمان و عاملان آموزشی می‌طلبد.

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی از جمله نوع پژوهش، تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت شناختی روبرو بود که این موارد باید در نظر گرفته شود. همچنین برای به کارگیری این برنامه درسی در نظام آموزشی کشورمان پیشنهاد می‌شود در ابتدا مقدمه‌ها و زمینه‌های لازم برای اجرای آن فراهم شود و با اجرای روش‌های ذکر شده، نظام آموزشی کشورمان این برنامه را در دستور کار قرار دهد و امکان استفاده دانش‌آموزان را از محیطی که بتوانند به بیان تفکرات و احساسات خود پردازند، فراهم کند. در ضمن با توجه به اهمیت بهزیستی و نقش آن در ارتقاء کیفیت زندگی افراد و به دنبال آن پیشرفت جامعه

به متخصصان تعلیم و تربیت توصیه می‌شود جهت افزایش بهزیستی دانش‌آموزان در تألیف کتاب‌های درسی رویکرد آموزش بهزیستی را لحاظ کنند. در پایان از تمامی کسانی که ما را در اجرای این پژوهش یاری کردند تشکر و قدردانی می‌شود.

منابع

- ابراهیم کافوری، کیمیا؛ حسن ملکی و علی‌اکبر خسروی‌بابادی. (۱۳۹۴). «بررسی نقش عناصر برنامه درسی کلاین در افت تحصیلی درس ریاضی سال اول دوره متوسطه از دیدگاه شرکای برنامه درسی». *فصل‌نامه پژوهش در برنامه‌ریزی درسی*، ۲ (۱۷)، ۶۲-۵۰.
- احدی، بتول؛ محمدباقر ستوده و یعقوب حبیبی. (۱۳۹۱). «مقایسه بهزیستی روان‌شناختی و مکانیزم‌های دفاعی در دانش‌آموزان با و بدون لکنت زبان». *مجله روان‌شناسی مدرسه*، ۱ (۴)، ۲۲-۶.
- استغلی، ویلیام. بی. (۱۳۸۱). «برنامه درسی و نظم اجتماعی». ترجمه سیدرضا میرطاهر. *نشریه علوم اجتماعی*، (۱۹)، ۴۳-۳۸.
- انجمن روانپزشکی آمریکا. (۲۰۰۰). *راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی*. ترجمه محمدرضا نیک‌خو؛ هامایاک آواناسیانس (۱۳۸۱)، چاپ چهارم، تهران: انتشارات سخن.
- بهزادنی، بهزاد. (۱۳۸۹). «مقایسه دو شیوه تمرینی ایروبیک و هیپ‌هاپ بر بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان پسر». پایان‌نامه ارشد، دانشگاه بیرجند.
- بهمنی، لیلا و دیگران. (۱۳۹۴). «مجله علوم تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز»، ۲۳ (۱)، ۲۸-۵.
- پسندیده، راحله و خدیجه ابوالعالی. (۱۳۹۵). «اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر افزایش بهزیستی». *مجله اندیشه و رفتار*، ۱۱ (۴۱)، ۱۶-۷.
- تجرد، افروز؛ امین‌الله فاضل و فرشید قاسمی. (۱۳۹۳). «بررسی تأثیر مهارت‌های تفکر خلاق و نقادانه در بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان دختر مقطع دبیرستان شهر جهرم». *فصل‌نامه تفکر و کودک*، (۵)، ۳۷-۲۱.
- تصدیقی، محمدعلی. (۱۳۶۷). «طرحی برای ارزیابی کتاب‌های درسی ادبیات فارسی دوره متوسطه». *فصل‌نامه تعلیم و تربیت*، ۴ (۱)، ۱۰۶-۹۴.
- چراغی‌خواه، زهرا؛ مهدی عربزاده و پروین کدیور. (۱۳۹۴). «نقش خوش‌بینی تحصیلی، هیجانات تحصیلی و بهزیستی مدرسه در عملکرد ریاضی دانش‌آموزان». *پژوهش‌نامه روان‌شناسی مثبت*، ۱ (۳)، ۲۰-۱۱.
- خدایاری‌فرد، محمد و دیگران. (۱۳۹۵). «اثربخشی آموزش مبتنی بر مثبت‌اندیشی بر فرایند خانواده و بهزیستی ذهنی زنان سرپرست خانوار». *فصل‌نامه خانواده‌پژوهی*، ۱۲ (۴۸)، ۶۱۲-۵۹۳.

دستجردی، رضا. (۱۳۹۰). «بررسی نقش صفات شخصیت، بهزیستی مدرسه، هویت تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی در پیشینی بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان با عملکرد تحصیلی بالا و پایین». رساله دکتری، دانشگاه خوارزمی.

رشید، خسرو؛ مسیب یارمحمدی اصل و فرشته فتحی. (۱۳۹۳). «رابطه نگرش به زمان با بهزیستی روان‌شناختی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان». پژوهش‌های کاربردی در روان‌شناسی تربیتی، شماره ۱ و ۲، ۶۲-۷۳.

رئیس دانا، فرخ لقا. (۱۳۷۴). «تحقیق و بررسی محتوای برنامه درسی ریاضی دوره راهنمایی تحصیلی». فصل‌نامه تعلیم و تربیت، ۱۱ (۱) ۱۰۷-۸۶.

زائری‌امیرانی، محبوبه؛ مه‌سیما پورشهریاری و احمد به‌پژوه. (۱۳۹۵). «تأثیر آموزش شوخ‌طبعی بر سازگاری زناشویی و بهزیستی روان‌شناختی معلمان و دبیران زن شهرستان اردستان». مجله مطالعات روان‌شناختی، ۱۲ (۱)، ۸۷-۱۰۶.

سلیمانی، اسماعیل و یعقوب حبیبی. (۱۳۹۲). «ارتباط تنظیم هیجان و تاب‌آوری با بهزیستی روان‌شناختی در دانش‌آموزان». مجله روان‌شناسی مدرسه زمستان، ۳ (۴)، ۵۱-۷۲.

طاهرسیما، سارا؛ هما ایرانی‌بهنانی و کاوه بذرافکن. (۱۳۹۴). «تبیین نقش آموزشی فضای باز در مدارس ایران با مطالعه تطبیقی مدارس سنتی تا معاصر». فصل‌نامه پژوهش‌های معماری اسلامی، ۳ (۱)، ۵۵-۷۰.

عظیمی، محمد و دیگران. (۱۳۹۵). «تأثیر شیوه‌های مختلف یادگیری مشارکتی بر خودکارآمدی عمومی دانش‌آموزان». مجله پژوهش در برنامه‌ریزی درسی، ۲ (۲۲)، ۹۹-۱۰۹.

علی‌پور، منصوره و دیگران. (۱۳۹۵). «وضعیت کیفیت زندگی مرتبط با سلامت دانش‌آموزان دوره متوسطه شهر تهران». فصل‌نامه بهداشت عمومی، ۱۴ (۴)، ۵۷-۷۲.

فتحی واجارگاه، کورش. (۱۳۸۱). اصول برنامه‌ریزی درسی. تهران: انتشارات ایران زمین.

قاسم‌پور، عبدالله و حیدر جودت. (۱۳۹۲). «مقایسه بهزیستی شناختی در دانش‌آموزان ورزشکار و غیرورزشکار». مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۱۳ (۲)، ۱۹۳-۲۰۴.

کشتی‌دار، محمد؛ بهزاد بهزادانیا و فهیمه ایمان‌پور. (۱۳۹۲). «مقایسه نقش فوق برنامه ورزشی در استرس تحصیلی و بهزیستی دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی». مجله مطالعات مدیریت ورزشی، ۱۷ (۱)، ۸۹-۱۰۴.

کلاتری، مهرداد و مریم اسماعیلی. (۱۳۹۴). «مروری تحلیلی بر نظریه روان‌شناسی مثبت». فصل‌نامه الگوی تحول در روان‌شناسی، ۳ (۴)، ۸۷-۱۱۸.

گل‌پور، محسن؛ حمید آتش‌پور و محبوبه هادی‌پور. (۱۳۹۱). «مقایسه بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان تیزهوش دختر مدارس تیزهوشان با دختران تیزهوش مدارس عادی». فصل‌نامه ایرانی کودکان استثنایی، ۱۲ (۲)، ۸۵-۹۴.

- ملکی، حسن. (۱۳۸۰). مابنی برنامه ریزی درسی آموزش متوسطه. تهران: انتشارات سمت.
- _____ (۱۳۸۳). برنامه ریزی درسی (راهنمای عمل). تهران: نشر پیام اندیشه
- مولایی یساولی، مهدی و دیگران. (۱۳۹۳). «روابط چندگانه دینداری با مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی (بر اساس نظریه ریف)». پژوهش‌های اجتماعی اسلامی، ۲۱(۱)، ۵۰-۳۵.
- میرزایی تشنیزی، پریش؛ مه‌سیما پورشهریاری و ام‌البنین شیبانی. (۱۳۸۸). «مقایسه اثربخشی برنامه بهزیستی و روش شناختی رفتاری فوردایس در کاهش میزان افسردگی دانش‌آموزان دبیرستان‌های شهر اصفهان». ماهنامه علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد، ۱۷(۴)، ۳۰۲-۲۹۱.
- The Education Review Office of New Zealand. (2016). *Wellbeing for success: a resource for schools*.
- Bungay, H., & Vella-Burrows, T. (2013). The effects of participating in creative activities on the health and well-being of children and young people: a rapid review of the literature. *Perspectives in Public Health*, 133 (1), 44 - 52.
- Brown, G. T., Harris, L. R., & Harnett, J. (2012). Teacher beliefs about feedback within an assessment for learning environment: Endorsement of improved learning over student well-being. *Teaching and Teacher Education*, 28 (7), 968-978
- Besançon, M., Fenouillet, F., & Shankland, R. (2015). Influence of school environment on adolescents' creative potential, motivation and well-being. *Learning and Individual Differences*, 43, 178-184.
- Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A., & White, M. A. (2015). A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. *The journal of positive psychology*, 10 (3), 262-271.
- Larsen, R. E. (2003). Personality and suceptibility to positive and negative emotional states. *Journal of personality and social psychological assessment: A handbook of models.*, 61 (1), 132-140.

Elementary Welfare Education Curriculum (Based on Klein Curriculum Elements)

Jaber Eftekhari¹, Hojat Eftekhari², Fahimeh Moslemi³

Abstract

Wellbeing supports an idea that encourages individuals to reconsider and rebuild their thoughts, cultural values, and social structures in order to improve their quality of life. Well-being scholars see schools as an important means of doing so, and believe that schools are not only responsible for delivering content to students but can also use them. Curriculum experts develop programs that improve the quality of life and well-being of students. This descriptive-analytical article seeks to answer these two questions: first, what analysis is there in terms of schools' ability to address the welfare category? Second, in the current state of our society, what is the need for well-being in our country's elementary education curriculum? The results of this study show that personal, social, educational, cultural, and other problems in our country require the use of the elements that are defined by experts for well-being. To achieve this, schools believe in the role that schools can play in their well-being, and design and implement of curricula that will provide learners with the necessary backgrounds and services which will happen in their lives.

Keywords: Curriculum, Well-being, Education, Elementary Course.

-
1. MA in History and Philosophy of Education, Shiraz University, Iran, Corresponding Author, jaber.eftekhari@gmail.com.
 2. Phd Student in Curriculum Planning, University of Hormozgan, Iran.
 3. Teacher, Iran.