



تظاهرات عاطفی کودکان سرآمد: خودپنداره، کمال‌گرایی و حساسیت

مندگلیو و پیریت

ترجمه: فریبا مرادی

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی ورامین

مقاله حاضر به بررسی سه موضوع پیچیده که در زندگی تیزهوشان و افراد مرتبط با آنها وجود دارد پرداخته است: رشد خود پنداره، تغییر تمایلات کمال‌گرایانه به بارآوری و مقابله کارآمد با حساسیت عاطفی. تجربه واقعی این موضوعات در زندگی روزمره ناکامی‌ها را به همراه شادکامی‌ها جلوه‌گر می‌سازد. تنش‌های «پویا زیستن» را غنی‌تر و در عین حال دشوارتر می‌کند. این مقاله به ترتیب در مورد خود پنداره، کمال‌گرایی و حساسیت عاطفی بحث خواهد کرد.

روش برای شناسایی پیچیدگی‌های خودپنداره از رویکرد چند بعدی و چند نظریه استفاده شده که ترکیبی از نظریه‌های متداول و یافته‌های تجربی کنونی است. مقیاس حاضر به این دلیل چند بعدی نامیده شد که ساختار آن منعکس‌کننده دیدگاه چند عاملی است. تعریف عملیاتی خودپنداره برحسب چند عامل (تحصیلی، ظاهر فیزیکی، اجتماعی، ورزشی و قابل اعتماد بودن) صورت گرفته است.

همچنین از آنجا که از سه نظریه اصلی مطرح در خودپنداره (الف: ارزیابی بازتابی، ب: مقایسه اجتماعی و خ: اسناد) منتج

خودپنداره^(۱)

معلم‌های دانش‌آموزان تیزهوش مانند سایر آموزگاران، نگران خودپنداره دانش‌آموزان هستند. طی پنج سال «مندگلیو و پیریت»^(۲) بر روی ادراک خویشتن^(۳) تحقیقاتی انجام دادند و شیوه‌ای را برای افزایش خودپنداره براساس ساخت ابزار سنجش و ارزیابی^(۴) به وجود آوردند (مندگلیو و پیریت، ۱۹۹۵؛ مندگلیو و پیریت، ۱۹۹۴).

ابزار سنجش، مقیاس ارزیابی جامعی است که اطلاعات خاصی را جهت مداخله مربیان کودکان سرآمد تهیه می‌کند. در این



گردیده، مقیاس چند نظریه نامیده شده است. دیدگاه الف: ارزیابی بازتابی^(۵) رشد خودپنداره‌ی کودک را وابسته به دریافت بازخورد از سوی افراد مهم در زندگی کودک می‌داند. ب: در مقایسه اجتماعی^(۶) افراد با مقایسه‌ی توانایی‌ها، رفتار و مهارت‌های خود با دیگران، ادراک خویشتن را سامان می‌دهند. خ: در اسناد^(۷) افراد همانطور که گرایش‌های سایرین را از مشاهده‌ی رفتار آنها استنباط می‌کنند، ویژگی‌های خویشتن را بر اساس مشاهدات مستقیم از خود درمی‌یابند. طی جریان پژوهش از کودکان تقاضا شد، اهمیت هر کدام از جنبه‌ها و اشخاص مهم را تخمین بزنند.

در قسمت ارزیابی بازتابی از دانش‌آموزان خواسته شد، خود را آن چنان که هر یک از چهار شخص مهم زندگیشان درک می‌کند ارزیابی نمایند (به عنوان مثال، من فهمیده‌ام، بهترین دوستم فکر می‌کند آدم زیرکی هستم). این کار برای هر پنج عامل تحصیلی، اجتماعی، ورزشی، ظاهر فیزیکی و قابل اطمینان بودن تکرار شده است.

در بخش مقایسه اجتماعی از آنها خواسته شد در هر عامل خود را با همسالان نشان مقایسه کنند (مثلاً، من در ورزش از همسالان خود بهتر هستم).

در قسمت اسنادی به آنها گفته شد توانایی‌های خود را بر حسب استعداد و صفاتی که دارند توضیح دهند (به عنوان نمونه، من کار درستی انجام می‌دهم چرا که راستگو هستم). سپس معلمان پرسشنامه ۳۰ گزینه‌ای خودپنداره شاگردانشان را با درجاتی از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف ارزیابی کردند. پس از اجرا و نمره‌گذاری پیشنهاد گردید معلم یا مشاور مصاحبه‌ی سه منظوره‌ای با آزمودنی‌ها انجام دهد.

اهداف مصاحبه عبارت بودند از:

- ۱- بحث کردن در مورد نتایج با دانش‌آموزان.
 - ۲- تایید موارد نقص‌های خاصی که مقیاس شناسایی کرده بود.
 - ۳- طراحی دوره‌های مداخله. به طور کلی بحث و مذاکره، شامل تشریح جزئیات برخی از ارزیابی‌ها بود. برای مثال باید موارد خاصی که میزان ادراک خویشتن پایین بود توسط مصاحبه‌کننده کشف می‌شد، یا هویت گروه مرجع استفاده شده در مقایسه اجتماعی شناسایی می‌گردید.
- به این ترتیب با استفاده از روش خودارزیابی، راهنمایی برای ساختار مصاحبه تهیه می‌شود. تایید و مشخص ساختن هر اندازه‌ی پایین، از موارد اساسی مصاحبه است. در طول گفتگو ضرورت دارد به نگرش و طرز فکر نوجوان علاقه نشان داده



قطعی برای مداخله و افزایش خودپنداره از این مدل ناشی می‌شود.

کمال‌گرایی^(۸):

یکی از دشواری‌های توضیح سازه کمال‌گرایی، کارکردهای متعدد آن در ادبیات تحقیق است. مرز ظریفی بین کوشش برای رسیدن به استانداردهای بالا و احساس شکست هنگام ناتوانی در دست یافتن به انتظارات نامعقول از خود وجود دارد. برخی نویسندگان اختلاف عملکرد بین دو نوع متفاوت کمال‌گرایی را تعیین کردند. برانسکی و همکاران^(۹) (۱۹۸۷) کمال‌گرایی توانمندکننده را که به افراد اختیار و قدرت می‌دهد و کمال‌گرایی ناتوان‌کننده که افراد را فلج می‌کند از هم متمایز ساخته‌اند. هامیک^(۱۰) (۱۹۷۸) نیز کمال‌گرایی بهنجار و کمال‌گرایی روان‌رنجور را تشخیص داده است. سایر محققان از جنبه‌های منفی کمال‌گرایی برای مطرح ساختن نوعی سندروم استفاده کرده‌اند.

بارو و مور^(۱۱) (۱۹۸۳) واژه‌ی تفکر کمال طلب را به کمال‌گرایی ترجیح داده‌اند. تفکر کمال طلب با الگوی ذهنی که مردم در زمانهای گوناگون و درجات مختلف از آن استفاده می‌کنند مشخص شده

شود. این نکته مهم است که هنگام کار کردن با نوجوانان سرآمد، معلم به خاطر داشته باشد، آنها نسبت به تضادهای بزرگسالان حساس هستند و وقتی پرسیده می‌شود در مورد خودشان چه فکر می‌کنند، آمادگی پذیرش هر نوع پاسخی باید وجود داشته باشد. از طرفی این موضوع که دستاوردهای علمی تفاوت تیزهوشان را تصدیق می‌کند به اشکال کلامی و غیرکلامی به آنها انتقال داده می‌شود.

ابزارهای اندازه‌گیری از نوع گزارش شخصی می‌تواند به وسیله کودکان و نوجوانان دستکاری شود، مطرح ساختن این بحث‌ها با دانش‌آموزان به حفظ مقیاس کمک خواهد کرد. از همین رو در اهداف مصاحبه سنجیدن این امر که آیا ارزیابی انجام شده با درک دانش‌آموزان از خود مطابقت دارد یا خیر، گنجانده شده است. به علاوه نتایج سنجش با اطلاعاتی که معلم درباره نوجوانان تیزهوش گردآوری کرده مقایسه می‌شود.

آخرین هدف مصاحبه کمک به معلم جهت طراحی شیوه مداخله بود. با تایید اندازه‌گیری‌های ادراک خویشتن، در نهایت می‌توان از نتایج مقیاس چندوجهی چند تئوری استفاده کرد. ادامه پژوهش حاضر بر این عقیده است که دستورالعملهای





انتظارات فرد از دیگران بدست می‌آید). هر دو ابزار اندازه‌گیری، خصوصیات روانسنجی رضایت بخشی را آشکار کرده‌اند. معلم‌هایی که دانش آموزانی با استعدادهای درخشان دارند، آشکارا میان کمال‌گرایی و با استعداد بودن پیوند برقرار کرده‌اند، و مشاهده شده در مقیاس‌های ارزیابی معلمان به میزان بالایی واژه کمال‌گرایی برای توصیف دانش آموزان تیزهوش به کار رفته است. از طرف دیگر کنار آمدن با کمال‌گرایی در سرآمدها اغلب از نیازهای مشاوره‌ای آنها محسوب می‌شود سیلورمن^(۱۴) (۱۹۹۳). به طوری که عموماً مریدان با دو تاثیر منفی کمال‌گرایی یعنی تصور در تکالیف و آشفتگی عاطفی روبرو هستند. واژه کوتاهی کردن و تصور در کارها در گزارش ویت مور^(۱۵) (۱۹۸۰) به صراحت بیان شده، وی اذعان داشته تمایلات کمال‌گرایانه به برخی از تیزهوشان آسیب می‌زند، چرا که آنها تکالیفشان را تا زمانی که کامل شده باشد ارایه نمی‌دهند، از دیگر سو فشار عاطفی ناشی از آن می‌تواند باعث احساس بی‌ارزشی و افسردگی در افراد باهوش شود. مخصوصاً هنگامی که موفق نمی‌شوند، به اندازه‌ی انتظارات غیرواقعی که از خود دارند ظاهر شوند. دلیست^(۱۶) (۱۹۹۰) مدارکی تهیه کرده که ثابت می‌کند کمال‌گرایی برخی از دانش‌آموزان تیزهوش را در معرض خودکشی قرار داده

است، اما کمال‌گرای بر صفتی که افراد دارا هستند و یا فاقد آنند اشاره می‌کند. این محققان عناصر مشترکی را در تفکر کمال طلب بیان کرده‌اند. ابتدا متوجه شدند، تفکر همه یا هیچ به کرات در آن به چشم می‌خورد. عنصر دیگر تفکر کمال طلب این استدلال بود که اهداف ضروری تر از نتایج ارزشمندی است که برای بدست آوردنشان کوشش می‌شود. و سرانجام تفکر کمال طلب منجر به تمرکز روی هدف‌های به دست نیامده شده و مبارزه طلبی‌ها به موفقیت‌های لذت بخش ترجیح داده می‌شود. برای سنجش جنبه‌های چند بعدی کمال‌گرایی دو ابزار وجود دارد که مقیاس چند بعدی کمال‌گرایی^(۱۱) نامیده شده‌اند. ابتدا فراست و همکارانش^(۱۲) (۱۹۹۰) وسیله ۳۵ موردی ساختند که کمال‌گرایی را در شش بعد مورد سنجش قرار می‌دهد (نگرانی در مورد اشتباه، استانداردهای شخصی، انتظارات پدر و مادر، انتقاد پدر و مادر، شک در مورد اعمال و سازمان دهی). هویت و فلت^(۱۳) (۱۹۹۱) ابزار دیگری ساختند که با ۴۵ گزینه، سه بعد مرتبط با کمال‌گرایی را اندازه‌می‌گیرد (کمال‌گرایی خودمحور که بر روی استانداردهای شخصی بالا تمرکز دارد؛ کمال‌گرایی اجتماعی که با ادراک استانداردها و انتظارات تعیین شده توسط دیگران شناخته می‌شود و کمال‌گرایی دیگر محور که با ارزیابی



است.

مقاله حاضر فعالیت‌های متعددی را پیشنهاد می‌کند تا تیزهوشان بتوانند با تمایلات کمال‌گرایانه مقابله کارآمد و موثر داشته باشند.

۱- تشخیص دهند ۸۰ درصد پاداشها و موفقیت‌هایشان تنها از ۲۰ درصد فعالیت خود آنها ناشی می‌شود. این درک به افراد کمک خواهد کرد بر روی اموری که نیازمند کوشش فراوانی است، دقت کنند.

۲- توانایی و ظرفیت شکست‌سازنده را در خود پرورش و توسعه دهند، مثلاً بدانند عملی که در حال حاضر انجام می‌دهند حتی اگر ناقص هم باشد باعث پیشرفت‌های آینده خواهد شد.

۳- مفهوم خودپنداره را از نتایجی که کسب می‌کنند جدا سازند. آنها باید بفهمند ارزش و شان ذاتی دارند یعنی ارزشمندی‌شان غیرمشروط به موفق شدن نیست.

۴- تشخیص دهند، متمایز بودن نوعی تلاش همیشگی است در نتیجه به پیشامدهای کنونی به عنوان گامی به سوی آینده نگاه کنند.

۵- افراد دارای تمایلات کمال‌گرایانه نیاز دارند اهداف واقعی برای خود تعیین نمایند.

۶- علایق و دل‌بستگی‌های فرعی بیابند تا شادی و لذت بیشتری را تجربه کنند.

حساسیت (۱۷):

تیزهوشان حساسیت بالایی دارند. پدر و مادران و معلمان مانند محققان حوزه‌ی آموزش استعداد‌های درخشان در این نکته توافق نظر دارند. به همین دلیل برخورد مؤثر و توجه به حساسیت آنها ضروری است. حساسیت که در این مبحث استفاده می‌شود امری چند لایه است و به هر دو بعد شناختی و عاطفی به طور یکسان اشاره دارد مندگلیو (۱۹۹۵). بعد شناختی حساسیت شامل ذکاوت و فراست است. به عنوان مثال بچه‌های سرآمد با ظرافت ارتباطات میان فردی خود را هماهنگ می‌کنند. آنها اشارات غیرکلامی زیرکانه را نظیر ارتباط چشمی یا حالت‌های صدا درک کرده و پاسخ می‌دهند. البته همه کودکان اشارات غیرکلامی را می‌فهمند، مخصوصاً وقتی با بزرگسالان در ارتباطند؛ اما سرآمدها بیشتر از بقیه متوجه این نوع اشاره‌ها می‌شوند.

آگاهی افزایش یافته از رفتار کلامی و غیرکلامی اطرافیان

می‌تواند منجر به بروز مشکلات میان فردی در کودکان باهوش شود. یک مثال از این موقعیت‌ها هنگامی است که از کودک تیزهوشی خواسته شود تقاضای معلم یا پدر و مادرش را انجام دهد. احتمال دارد وی به علایم عاطفی غیرکلامی نظیر تغییر کیفیت صدا یا خطوط چهره در رفتار غیرگفتاری بزرگسالان پی ببرد و آنگاه به جای برقراری ارتباط با بخش کلامی بزرگسالان، به جنبه عاطفی که تشخیص داده و واکنش نشان دهد. در چنین مواردی کودک تیزهوش به «چگونگی» تقاضا پاسخ می‌دهد نه به اینکه تقاضا «چیست». به علاوه بچه‌های با استعداد هنگامی که از خواسته‌های دیگران اطاعت نمی‌کنند؛ در مورد نحوه‌ای برقراری ارتباط بزرگسالان، جر و بحث می‌کنند. در سایر موقعیت‌ها ذکاوت و فراست باعث اظهاراتی حاکی از نگرانی می‌گردد. کودک وقتی علایم غیرکلامی حاکی از استرس و عواطف منفی در پدر و مادرش را می‌فهمد، احتمالاً با لحن مناسبی می‌پرسد «چه اتفاقی افتاده است؟»

بعد عاطفی حساسیت شامل تجربه احساسی در خود و دیگران می‌شود. وقتی پدر و مادر و معلمان از حساسیت صحبت



آنقدر عاطفه قوی دارند که عملاً احساسات و عواطف دیگران را تجربه می‌کنند و برای سایرین نگرانی درست می‌کنند. ارتباط همدلانه با دیگران امکان دارد فراتر از محیط خانواده کودک بسط یابد و همراه آن احساس‌هایی حاکی از غم و اندوه، پریشانی و ناکامی توسعه یابد.



پانوشت‌ها:

- | | |
|--|-------------------------|
| 1- Self- Concept | ۱- خودپنداره |
| 2- Mendaglio & Pyryt | ۲- مندگلیو و پیریت |
| 3- Self - perception | ۳- ادراک خویشتن |
| | ۴- ارزیابی |
| 4- Pyryt Mendaglio- Self- perception Survery | |
| 5- Reflected Appraisal | ۵- ارزیابی بازتابی |
| 6-social Comparison | ۶- مقایسه اجتماعی |
| 7- Attribution | ۷- اسناد |
| 8- Perfectionism | ۸- کمال‌گرایی |
| | ۹- برانکسی و همکاران |
| 9- Bransky - Jenkins- Friedman- Murphy | |
| 10-Hamachek | ۱۰- هامیک |
| 11- Multidimensional | ۱۱- چند بعدی کمال‌گرایی |
| | ۱۲- فراست و همکارانش |
| 12- Frost - Marten -Lahart&Rosenblate | |
| 13- Hewitt&Flett | ۱۳- هویت و فلت |
| 14- Silverman | ۱۴- سیلورمن |
| 15- Whitmore | ۱۵- ویت مور |
| 16- Deliste | ۱۶- دلیست |
| 17- Sensivity | ۱۷- حساسیت |

می‌کنند، این جنبه از حساسیت را مدنظر دارند. به این معنی که عموماً اقدامات کودکان تیزهوش از روی احساسات است. جنبه عاطفی هم مانند بعد شناختی حساسیت، دوسویه دارد. در سویه مثبت کودک با تجارب روزمره شگفت زده شده یا جذب موضوعات زیبایی شناختی نظیر نقاشی می‌شود. در سویه منفی به آسانی از دیگران رنجیده شده و آسیب می‌بیند. در برخی موارد کودک به انتقاد بسیار حساس است و حتی به بیانات خنثی اطرافیان واکنش افراطی نشان می‌دهد. مثلاً وقتی پدر یا مادر به فرزند سرآمد خود می‌گویند تکالیفش را انجام نداده یا عکس‌العمل شدید روی روبرو می‌شوند، به طوری که از واکنش احساسی فرزندشان به مطلبی که نه دستور بوده و نه انتقاد، سخت متعجب می‌شوند. حساسیت عاطفی همچنین شامل آگاهی بالا از احساسات دیگران می‌شود. برخی از این کودکان

