

تربیت سالم

در

مدرسه

حین نلسن

لین لات

اچ. استیفن گلن

مترجمین:

محمدجواد فرشچی

ریحانه ایزدی

ویراستار: اعظم محبوبی

سرشناسه : نلسن ، جین
 عنوان و نام پدیدآور : تربیت سالم در مدرسه/تالیف جین نلسن، لین لات، اچ استیفن گلن؛ مترجمین :
 مشخصات نشر : تهران : سازوکار، ۱۳۸۷.
 مشخصات ظاهری : ۲۲۰ ص.
 شابک : 978-964-6920-32-3
 وضعیت فهرست‌نویسی : فیبا
 یادداشت : عنوان اصلی : Postive discipline in the classroom : developing mutual respect, cooperation, and responsibility in your classroom, c2000 2rd th

عنوان دیگر : تربیت سالم در مدرسه.
 موضوع : کلاس‌داری - ایالات متحده.
 موضوع : مدرسه‌ها - انضباط - ایالات متحده.
 شناسه افزوده : لات ، لین
 شناسه افزوده : Lott, Lynn
 شناسه افزوده : گلن ، اچ. استیفن
 شناسه افزوده : Glenn, H. Stephen
 شناسه افزوده : فرشچی، محمدجواد، ۱۳۵۸ - مترجم
 شناسه افزوده : ایزدی، ریحانه، ۱۳۶۳ - مترجم
 رده‌بندی کنگره : ۱۳۸۷ ق ۱۳/ل ب۲۰ LBT
 رده‌بندی دیویی : ۳۱۷/۱۰۲۴
 شماره کتابشناسی ملی : ۱۳۱۰۷۴۵



تربیت سالم در مدرسه

تألیف : جین نلسن - لین لات - اچ استیفن گلن
 ترجمه : محمدجواد فرشچی - ریحانه ایزدی
 چاپ : اول ۱۳۸۸ : تیراژ : ۳۳۰۰
 لیتوگرافی : شاهوندی : چاپ : چاپ گستر
 قیمت : ۳۰۰۰ تومان

ISBN:978- 964-6920-32-3

شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۶۹۲۰-۳۲-۳

کلیه حقوق محفوظ است .

SAZOKAR PUBLISHING CO. TEHRAN.I.R.IRAN.

تهران : خ انقلاب خ ۱۲ فروردین خ شهدای ژاندارمری غربی بن‌بست گرانفر

پلاک ۱۸۷ - تلفن : ۶۶۴۶۱۹۰۰ - فکس : ۶۶۴۶۱۲۳۰

مرکز پخش : شرکت پخش آثار / تلفن : ۶۶۴۶۱۸۹۳

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۵	مقدمه
۲۱	فصل ۱: رویای تربیت سالم
۴۳	فصل ۲: پیام توجه
۷۳	فصل ۳: قطعات سازنده برای جلسات کلاسی مؤثر
۱۰۱	فصل ۴: تقویت مهارت‌های ارتباطی
.....	
۱۲۱	فصل ۵: انگیزه‌ی افراد از کارهایی که انجام می‌دهند
۱۴۵	فصل ۶: مهارت‌های حل مسأله‌ی اثربخش
۱۶۷	فصل ۷: به جای تنبیه، به دنبال راه‌حل باشیم
۱۸۳	فصل ۸: گذاشتن همه چیز در کنار هم
۱۹۵	فصل ۹: توسعه‌ی مهارت‌های کلاسی
۲۱۳	فصل ۱۰: پرسش و پاسخ درباره‌ی نشست کلاسی
۲۴۷	فصل ۱۱: ابزارهای مدیریت در کلاس‌های تربیت سالم
۲۸۵	فصل ۱۲: مراحل حل مسأله با همیاری معلمین و نشست‌های دلگرم‌کننده
۳۰۹	پیوست : وقتی استفاده از پیامدهای منطقی مناسب است

تمجیدی از تربیت سالم در مدرسه

«تأکید بر پیدا کردن راه‌حل‌های مفید به‌جای تشریح و توصیف پیامدها، این امکان را برای ما فراهم آورده است که دیدگاهمان را به سطح تازه‌ای از احترام متقابل و همکاری در جلسه‌های کلاسی‌مان ارتقاء دهیم. ما همچنین دریافتیم که به کارگیری ضوابط در جلسه‌های کلاسی از قبیل تحسین و تشکر یک دستورکار آزاد است که هر کس می‌تواند در نوشتن آن شرکت کند. جست‌وجوی راه‌حل به‌جای سرزنش و ملامت در جلسه‌های شورا، به طرز شگفت‌انگیزی این جلسات را به بهترین سطح ارتقا بخشید و منجر به ایجاد یک شورای حمایت‌کننده‌تر و صمیمی‌تر شد.»

مایک بروک،

رئیس مدرسه‌ی مری ایماکولیت، فارمرز برانچ، تگراس

«ما به عنوان تهیه‌کنندگان «مجله‌ی تصویری آموزش»، به دنبال یک برنامه‌ی انضباطی قوی بودیم، برنامه‌ای که مسؤولیت رفتار با کودکان را به عهده بگیرد و مهارت‌های زندگی را به آنان بیاموزد تا بتوانند بر مشکلات زندگی غلبه کنند. پس از بررسی برنامه‌های گوناگون، از یافتن طرح «تربیت سالم در مدرسه» بسیار خوشحال و هیجان‌زده شدیم. این برنامه کاملاً با معیارهای ما سازگار بود. ما از مدارس زیادی که طرح تربیت سالم در آن‌ها به اجرا درآمده بود، بازدید کردیم و دیدیم که معلمان و مدیران آن طرح را به خاطر عملکردش و دانش‌آموزان به خاطر تأثیر فوق‌العاده‌ای که برای آن‌ها

به ارمغان آورده بود دوست داشتند.»

بلانچ لیبتون،

رئیس ژورنال ویدئویی آموزش

«تربیت سالم در مدرسه، گنجینه‌ای برای تمام افراد جامعه‌ی آموزشی است. با آزمون مجدد مدارسمان دریافتیم لازم است اصولی را که در این کتاب آمده، در مرکز اندیشه و تفکرمان قرار دهیم. نشست‌های کلاسی می‌بایست بخشی از برنامه‌ی همه‌ی کلاس‌ها تلقی شود و مفاهیم اهداف نادرست و استفاده از بازدارنده‌ها و سازنده‌ها برای تمام افراد جامعه‌ی علمی عباراتی رایج تلقی شود. من بانیان این طرح را برای ارائه‌ی این ایده‌ها و بویژه برای این طرح کاربردی ستایش می‌کنم.»

دکتر کاترین فیتیان مارکویچ،

مدیر شبکه‌ی مین ساپورت، ردفیلد

«وقتی مدرسه‌ی ما نخستین بار در سال ۱۹۹۴ برای برنامه‌ی تربیت سالم در مدرسه معرفی شد، ما فوراً آن را پذیرفتیم. طرح فراگیر تربیت سالم در مدرسه‌ی ما، همه‌ی دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار داد و آن‌ها را به حل مشکلاتشان تشویق کرد، اختلافاتشان را برطرف و آن‌ها را نسبت به عملکردشان مسئولیت پذیر ساخت. ما از شنیدن خبر ویرایش دوباره‌ی تربیت سالم در مدرسه که بچه‌ها (و نوجوانان) را به ارتباط بیش‌تر با یکدیگر

دربارهٔ مسائلشان و تلاش برای یافتن راه‌کارها تشویق می‌کرد
خرسند شدیم.»

کارشناس ارشد کریس ریچاردز،
مشاور مدرسه‌ی ابتدایی لیک وود، واشنگتن

«از شما برای نوشتن کتاب «تربیت سالم در مدرسه» متشکریم. هر
دوی ما هر روز با بسیاری از موقعیت‌ها و موضوعی که داشتن
مهارت‌های حل مسأله را ایجاب می‌کند، روبه‌رو می‌شویم. با
بازآموزی مهارت‌های خودمان به روش سعی و خطا، به اهمیت
آموزش یک راه مؤثر حل مسأله به بچه‌ها برای برطرف کردن
مشکلاتشان پی می‌بریم. ما به شدت احساس می‌کنیم که کسب
مهارت‌های حل مسأله در همه‌ی ابعاد زندگی ضروری است ... ما
مدارس را تشویق می‌کنیم که نظام حل مسأله را همانند آنچه که در
تربیت سالم در مدرسه شرح داده شده است، پذیرا شوند.»

لیندون تایلر، وکیل دادگستری و

پاملا تایلر، استاد سابق کالج هوستون، تگزاس

تقدیم به :

آلفرد آدلر و رادولف درایکرز،

به خاطر نظریه‌هایشان دربارهٔ احترام
متقابل، و تقدیم به صدها نفر از کارکنان
مدرسه و دانش‌آموزانی که بر ارزشمندی
این نظریه‌ها در مدارسشان صحنه
گذاشتند.

و تشکر ویژه از افرادی که ایده‌های
ما را اخذ کردند و آن‌ها را به طریقی
بهتر از آنچه ما تصور می‌کردیم، مورد
استفاده قرار دادند.

پیشگفتار مترجم

به نام او

هنوز هم صدای بعضی معلم‌های قدیمی در گوشم می‌پیچد که با شور و حرارت فریاد می‌زدند: «عبارت آموزش و پرورش» درست نیست. بلکه باید گفت: «پرورش و آموزش»! زیرا پرورش مقدم بر آموزش است. باید اول به تربیت پرداخت، بعد به سراغ تعلیم رفت. وگرنه همین دانش، اگر در دست نااهل قرار بگیرد، تیغ آخته‌ای است در دست زنگی مست ...»

آن روزها فکر می‌کردم این حرف‌ها، ایراد و بهانه‌های چند معلم پیر و خسته است که از برقراری ارتباط با شاگردانشان عاجز مانده‌اند وگرنه هر کسی می‌داند که آموزش و پرورش یا تعلیم و تربیت، هر کدام دو مفهوم مکمل و در عین حال لازم و ملزوم یک‌دیگر هستند. یعنی آموزش بدون پرورش یا تربیت بدون تعلیم، فرایندی است ابتر و بی‌انجام. اما انگار...

حالا می‌فهمم که آن معلم‌های پیر و خسته، از امروز ما می‌ترسیدند. امروزی که آموزش سالار گشته و پرورش زیر پیکر عظیم او له شده است. امروز پرورش برای ما واژه‌ای است که معمولاً به دنبال آموزش می‌آید تا همان آهنگ قدیمی را برایمان حفظ کند. امروز مدارس خوب، با تعداد قبولی‌های کنکورشان شناخته می‌شوند، نه با تعداد بچه‌های پرنشاط و پرامیدی که با

عشق و ایمان، برای رسیدن به روزهای بهتر با هم همکاری (و نه رقابت) می‌کنند. امروز فرزندانمان زیر خط فقر تربیتی زندگی می‌کنند و ما هنوز هم به فکر نیافتاده‌ایم که کاری برای آن‌ها انجام دهیم.

معلمان هم که این روزها، خود و شاگردانشان را گرفتار جزوه‌ها و تست‌های جور و واجور کرده‌اند، آروز می‌کنند ای کاش شرط قبولی در تمام این امتحانات، خوش خلقی و خوش رفتاری شاگردانشان بود: «... نوبت را رعایت نمی‌کنند، هم‌دیگر را هل می‌دهند، به هم فحش می‌دهند، علیه یک‌دیگر دست‌به‌یکی می‌کنند، حرمت کسی را نگاه نمی‌دارند، به حرف کسی بها نمی‌دهند، جواب معلم را می‌دهند...»

گاهی اوقات در ملاقات‌های عمومی که با اولیای شاگردانم دارم، این سوال را از آن‌ها می‌پرسم: «به نظر شما مهم‌ترین چیزی که فرزندانمان باید یاد بگیرند چیست؟» و جواب‌ها که همیشه هم یکسان است، شنیدنی است: «...، اعتماد به نفس، شجاعت، مهربانی، شوخ‌طبعی، احترام به خود و دیگران، شادمانی و نشاط، ایمان، خوش‌بینی، عشق به هم‌نوع، توانایی همدردی با دیگران، مدیریت احساسات، امید به زندگی، عزت نفس، گذشت، بردباری، ...»

شک ندارم که همه‌ی این پدر و مادرها آرزو دارند فرزندانمان مدارج بالای تحصیلی را کسب کنند، ولی وقتی در جواب‌هایشان هیچ اشاره‌ای به آن نمی‌کنند، یعنی آن‌ها هم درک کرده‌اند که رشد روحی و اخلاقی فرزندانمان از طریق یادگیری مهارت‌های زندگی

در اولویت قرار دارد. آن‌ها دریافته‌اند که یک آدم - هرچه قدر هم که تحصیل کرده باشد - اگر ویژگی‌های ذکر شده را نداشته باشد، نه خودش از زندگی بهره‌ای می‌برد و نه دیگران را بهره‌مند می‌سازد.

واقعیت این است که آموزش و پرورش، حقیقتاً لازم و ملزوم یک‌یگراند و آموزش مهارت‌های زندگی - چه فردی و چه اجتماعی - به اندازه‌ی آموزش مهارت‌های تحصیلی اهمیت دارد، ولی اگر قرار بود فقط یکی را برای آموزش به فرزندانمان انتخاب کنیم، باید مهارت‌های زندگی (یعنی پرورش) را انتخاب می‌کردیم. آخر چه چیزی به اندازه‌ی این مهارت‌ها در خوش‌بختی یک انسان دخالت دارد؟

تربیت سالم، یک فلسفه‌ی نسبتاً نوین تربیتی است که براساس تعالیم آلفرد آدلر و رادولف درایکرز، دو روانشناس و نظریه‌پرداز بزرگ انسان‌گرا بنا شده و با زحمات ۲۵ ساله‌ی خانم جین نلسن و همکاران ایشان به شکلی کاربردی و ساده درآمده است.

تربیت سالم، رویکردی کاملاً انسانی به کودکان داشته و تمام راه‌کارهای ارائه شده در آن که عموماً به روش‌های صحیح کودک‌پروری مربوط می‌شود، با چنین ملاحظه‌ای طراحی شده کتاب «تربیت سالم در مدرسه»، شاخه‌ای از این رویکرد است که برای استفاده‌ی معلمان به رشته‌ی تحریر درآمده است.

تأکید نویسندگان این کتاب، بر آموزش و پرورش هم‌زمان است ولی با محوریت پرورش. نگاهی که این نویسندگان به

مقوله‌ی پرورش دارند، نگاهی کاملاً نو بوده که ممکن است پیش از این با آن مواجه نشده باشید. از نظر مؤلفین این کتاب، پرورش، همانا آموزش مهارت‌های زندگی (فردی / اجتماعی) و اصول شهروندی به کودکان و نوجوانان است. همچنین آن‌ها معتقدند که اگر پرورش درست صورت بگیرد، آنگاه اکثر مشکلات آموزشی نیز رنگ خواهند باخت.

چند سالی است که بحث آموزش مهارت‌های زندگی و اصول شهروندی در کشور ما نیز به گوش می‌رسد. اگرچه تلاش‌هایی نیز در این زمینه صورت گرفته است، ولی هنوز این آموزش‌ها به دغدغه‌ی اصلی ما تبدیل نشده‌اند. شاید به این علت که ما هنوز منبع مورد اطمینان و کاملی برای استفاده‌ی معلمانمان نداریم تا آن‌ها با مطالعه‌ی آن، هم خود با این مهارت‌ها آشنا شوند، و هم شاگردانشان را از آن بهره‌مند سازند.

کتابی که پیش رو دارید، مرجعی جامع و قابل اطمینان برای این کار بوده و کاملاً کاربردی است. سرتاسر این کتاب انباشته از فعالیت‌های متنوعی است که قابلیت الگوبرداری فوری دارند و امکان خلاقیت را نیز برای خواننده فراهم می‌کنند. ترجمه‌ی این کتاب برایم یک تجربه‌ای توأم با عمل بود. به این صورت که نخست کتاب را مطالعه کردم و روش‌های آن را اجرا نمودم. و زمانی که آثار حیرت‌انگیز آن را در رفتار شاگردان و جو کلاس‌هایم و برق نگاه اولیا دیدم، تصمیم به ترجمه‌ی کتاب گرفتم. ترجمه‌ی این کتاب، فرایندی بود چند ساله، شامل:

• برگزاری جلسات کلاسی متعدد با دانش‌آموزان سال‌های مختلف (از اول دبستان تا اول راهنمایی که حوزه‌ی فعالیت‌م بود) و

• اداره‌ی کارگاه‌های تربیت سالم با اولیا و مربیان

لذا ترجمه‌ی این کتاب بیش از چهار سال طول کشید. در این مدت شیوه‌های آن را آزمودم و با توجه به فرهنگ ایرانی صیقل دادم، ضمن آن که رعایت امانت را نیز به جا آوردم.

این کتاب قابلیت آن را دارد که مرجعی برای پایه‌گذاری آموزش مهارت‌های زندگی و اصول شهروندی به کودکان و نوجوانان سرزمین‌مان باشد که به حق نیاز جامعه‌ی مدنی است. امیدوارم نظر بلند معلم ایرانی، از این خشت و گل، بنایی ساز کند که بر بلندای آن نام فرزندان ایران همواره بدرخشد.

در پایان مایلم مراتب تشکر و قدردانی خود را نسبت به این عزیزان اعلام کنم:

❖ آقای حسین افشین‌منش، معلمی بزرگ که قلبش لبریز از عشق به انسان‌هاست و کلامش روح‌بخش و جان‌فزااست و منشش اسوه‌ی زیبای نیکی‌هاست. دوستی با او هدیه‌ای از جانب خداوند به من بود تا از او درس زندگی بیاموزم.

❖ آقای حسین ربّانی، آموزگار عشق و اندیشه، که همچون پدری مهربان، حاصل ۳۰ سال تجربه‌ی کار با بچه‌های کلاس اول را در اختیار من گذاشتند، تا من نیز طعم شیرین دوستی با کلاس اولی‌ها را بچشم.

❖ آقای محمد حبیب‌اللهی، معلمی فداکار که عمرش را وقف بچه‌ها کرده و عاشقانه برای آن‌ها کار می‌کند. ایشان، با زحمات زیادی که برای برگزاری کارگاه‌های تربیت سالم در دبستان ادب به دوش کشیدند، مایه‌ی دلگرمی و تشویق من به ادامه دادن این راه شدند.

محمدجواد فرشچی - تابستان ۱۳۸۷

مقدمه مؤلف

ما همواره این بانگ را می‌شنویم: «به مقدمات^۱ پای‌بند باشید!» ما هم می‌پذیریم، هرچند که با مصادیق «مقدمات» موافق نیستیم. چون ما اعتقاد نداریم که مقدمات، خواندن، نوشتن و حساب باشد. ما باور داریم که آن اصول، شجاعت، اعتماد به نفس و مهارت‌های زندگی است.^۲ وقتی که بچه‌ها این مقدمات را فراگرفته باشند، زمینه‌ی

۱. مقدمات معادل واژه‌ی «Basics» در زبان انگلیسی است که در کاربرد آموزشی به معنای سه مهارت اصلی دانشی یعنی خواندن، نوشتن و حساب می‌باشد. اعتقاد بر این است که برای آموزش کودکان، این سه مهارت باید محور اصلی کار قرار گیرند. در زبان انگلیسی به این سه مهارت، 3R's یعنی (Reading, Writing & Arithmetics) هم گفته می‌شود. (مترجم)

۲. دانیل گلمن، نویسنده‌ی کتاب «هوش هیجانی» (نیویورک، بانتام، ۱۹۹۵) گزارش می‌دهد که تحقیقات نشان داده‌اند هوش هیجانی (EQ) به طور گسترده‌ای در رسیدن فرد به موفقیت در زندگی تأثیر دارد. هوش هیجانی را به عنوان مهارت‌هایی از قبیل همدلی، همکاری، متقاعد کردن و رسیدن به اتفاق نظر تعریف کرده‌اند. همچنین توانایی درک احساسات دیگران، کنترل هیجان و عصبانیت، فرو خوردن خشم خود، حفظ امید و پایداری در رویارویی با مشکلات نیز از مصادیق هوش هیجانی است.

براساس مقاله‌ای که در تاریخ یازدهم سپتامبر ۱۹۹۵ در نشریه‌ی (Corpus Christ Caller Times) به چاپ رسید، تحقیق تا آنجا پیش می‌رود که بیان می‌دارد: «به نظر می‌رسد هوش هیجانی در بین کودکان آمریکایی شدیداً کاهش یافته است. این آفت همگانی در هوش هیجانی به مراتب مشکل‌سازتر از کاهش نمرات در دانش‌آموزان برای آزمون ورودی دانشگاه (SAT) است.

مساعدی برای یادگیری مطالب درسی نیز دارند و با موفقیت در دنیا زندگی می‌کنند.

در ایالات متحده، قانون فدرال بچه‌ها را موظف می‌سازد به مدرسه بروند، درحالی که درباره‌ی خواندن، نوشتن و حساب هیچ چیز نمی‌گوید. این بدان معناست که هدف از آموزش، «آماده ساختن بچه‌ها برای شهروندی و وظیفه‌شناس بودن است.» خواندن، نوشتن و حساب، افراد را برای شهروندی و وظیفه‌شناس و مسؤول بودن آماده نمی‌کند. تمام علوم دانشگاهی جهان هم نمی‌توانند به آنهایی که انضباط شخصی، قدرت قضاوت، گرایش اجتماعی، توانایی انتخاب درست و احساس مسؤولیت ندارند، کمک کنند، در حالی که این قابلیت‌ها برای موثر عمل کردن در زندگی لازم است. متأسفانه سیستم آموزشی امروزی ما افراد جوان را برای کسب این

کمبود هوش هیجانی با دسته‌ای از خطرات اجتماعی (مانند اخراج شدن از مدرسه، ضرب و شتم، بزهکاری، مصرف مواد مخدر، حاملگی دختران و اختلالات تغذیه‌ای) ارتباط مستقیم دارد. میزان کاهش هوش هیجانی (EQ) در همه یکسان بود، از کودکان قشر مرفه گرفته تا قشر آسیب‌پذیر.

گلمن در ادامه‌ی گزارش خود می‌افزاید: «کودکان شرکت‌کننده در دوره‌های تقویت هوش هیجانی، پیشرفت‌های نمایانی در توانایی کنترل هیجانات خود، اظهار همدلی، همکاری با دیگران، مدیریت خشم، تمرکز بر کاری واحد، جست‌وجوی موفقیت حل و فصل تعارضات، از خود نشان دادند. بزهکاری، ضرب و شتم و مصرف مواد مخدر کاهش یافت. و یک پاداش مضاعف نیز به‌دست آمد: نمرات امتحان پایانی نیز افزایش یافته بود.

مهارت‌ها به طور کامل آماده نمی‌کند.

تربیت سالم در مدرسه، برنامه‌ای است که بچه‌ها را آماده می‌کند تا به شهروندی و وظیفه‌شناس تبدیل شوند. این برنامه، پرورش هوش هیجانی، مهارت‌های مهم زندگی و قدرت دریافت افراد توانمند (اصول مهم هفت‌گانه) را که به صورت طرحی در فصل ۱ آمده، مورد تشویق قرار می‌دهد.

ما در این کتاب بر اهمیت نشست‌های کلاسی تأکید می‌کنیم. اگرچه این برنامه شامل روش‌های دیگری نیز می‌شود، اما معلمان دریافته‌اند که نشست‌های کلاسی، مهارت‌های ضروری را آموزش می‌دهد و دانش‌آموزان را با نگرشی مثبت برای موفقیت در تمام عرصه‌های زندگی از قبیل: مدرسه، کار، خانواده و جامعه توانا می‌سازد. دانش‌آموزان مهارت‌های اجتماعی مختلف مانند: گوش دادن، نوبت را رعایت کردن، شنیدن نقطه نظرهای متفاوت، بحث کردن، برقراری ارتباط، کمک به همدیگر و قبول مسوولیت رفتار خود را فرامی‌گیرند همچنین آن‌ها بدون این‌که متوجه باشند، مهارت‌های تحصیلی‌شان را قوت می‌بخشند. دانش‌آموزان طی نشست‌های کلاسی مهارت‌های گفتاری، توجه کردن، منتقدانه فکر کردن، تصمیم‌گیری، حل مشکل و شیوه‌های دموکراتیک را می‌آموزند چون همه‌ی آنها کارایی تحصیلی‌شان را بهتر می‌کند. بسیاری از معلمان در می‌یابند که روند نشست‌های کلاسی، از اهداف تعیین شده‌ی برنامه‌های آموزشی برای مطالعات اجتماعی و پیشرفت زبان و سلامت و ایمنی فراتر می‌رود، زیرا دخالت

دانش‌آموزان در حل مشکلاتشان بدان معناست که دیگر دانش‌آموزان در کسب دانش از سوی معلمشان منفعل نیستند. شرکت فعال در مراحل یادگیری به فهم عمیق‌تر منجر می‌شود و انگیزه‌های درونی فرد را بارور می‌کند و او را به عملکردهای مناسب متعهد می‌سازد.

پس از این‌که دانش‌آموزان مهارت‌هایی را طی نشست‌های کلاسی یاد می‌گیرند، خواندن، نوشتن و حساب در زندگی‌شان مفهوم بیش‌تری پیدا می‌کند. تجربه‌ی نشست‌های کلاسی به دانش‌آموزان کمک می‌کند برای یادگیری آنچه نظام آموزشی پیشنهاد می‌دهد، پذیرا تر شوند.

ما سال‌های زیادی مدرسی را زیر نظر داشتیم که در جست‌وجوی روش‌هایی برای آموزش انضباط کلاسی بودند. وقتی به‌جای تقویت انگیزه‌های اساسی مانند فرصت برای یادگیری، انضباط خشک و تنبیه حاکم باشد، کمال مطلوب ما کمتر تحقق پیدا خواهد کرد. آنچه در بسیاری از مدارس ما اتفاق افتاده است، ناراحت‌کننده و ترسناک است. در یک آموزشگاه واقع در ایالت آمریکای شمالی که متعلق به روانشناسان پیرو مکتب آدلر است، در ژوئن ۱۹۹۲، دکتر ویلیام نیکول در مورد «محیط بیماری‌زده‌ای» که در بسیاری از مدارس ما به وجود آمده است، به بحث و گفت‌وگو پرداخت. وی با چند کنایه، «طبقه‌های جدید» بیماری‌های روحی را که در محیط مدرسه به وجود آمده‌اند مشخص کرد.

دکتر نیکول، اولین طبقه را «مدرسه هراسی ناشی از کلاس»

نامید. این حالت خود را با نگرانی بیش از حد در مورد مدرسه و ترس از انجام بعضی از کارها یا عملکردهایی نشان می‌دهد که ممکن است سرافکنندگی یا شرمندگی به همراه داشته باشد و یا احتمالاً به عدم تأیید و رد شدن منجر شود. مسأله‌ای که امکان دارد با سردرد، معده درد، کاهش عملکردهای اجتماعی بیرون از مدرسه، ترس از کارایی ضعیف، ترس از معلم، کابوس دیدن، خواب زدگی، افسردگی و خودداری از مدرسه رفتن همراه باشد.

وی پس از شرح چندین مورد دیگر از اضطراب‌های ناشی از مدرسه و اختلال‌های خُلقی، این پدیده را در عبارت «نوجوانان، کلاس‌های بد» خلاصه کرد و گفت: این نوجوانان وقتی با امور جدید، مسئولیت‌ها یا چالش‌ها مواجه می‌شوند، مضطرب و هراسان می‌شوند. آن‌ها از فکر کردن به ضربه‌های روحی گذشته مانند سرخوردگی، تحقیر و آبروریزی که در کلاس دچار آن شده بودند، رنج می‌برند. همچنین این نوجوانان ممکن است از خطر کردن اجتناب کنند و احساس حقارت یا بی‌کفایتی کنند، یا برخوردهای توأم با عصبانیت و نارضایتی را در مقابل آموزگاران از خود بروز دهند.

این احتمال وجود دارد که بتوان این ناخوشایندی‌ها را از بین برد، اما این کار هم زمان و هم تعهدی را می‌طلبد که فضای مدارس و کلاس‌هایمان را همراه با باورهای اولیه‌مان درباره‌ی نظام آموزشی تغییر دهیم. باید از سیستمی که اساس آن بر پایه رقابت است و موفقیت را تنها برای تعداد اندکی مقدور می‌کند و موفق شدن در

آن به بهای شکست شخص دیگری است، دوری کنیم. ما باید به سوی گسترش رقابتی ارزشمند توأم با تصمیم‌گیری مسؤولانه و کمک به یکدیگر پیش برویم. در یک چنین فضایی، مدارس می‌توانند به‌جای این‌که دانش‌آموزان را با احساس ترس یا بی‌کفایتی تحت فشار قرار دهند، آن‌ها را به شجاعت، اعتماد به نفس و مهارت‌های زندگی مجهز کنند. ما نویسندگان، آموزگاران هستیم که متعهد شده‌ایم ابزاری برای معلمین، مدیران و والدین فراهم آوریم تا به آن‌ها کمک کند که سلامتی را به نظام آموزشی بیمار برگردانند. همه‌ی ما با هم بیش از هفتاد و پنج سال در این زمینه‌ها تجربه داریم: ایراد سخنرانی، نگارش کتاب، مشاوره و آموزش رایگان به دیگران برای این‌که بتوانند خانواده یا کلاسی را تشکیل دهند که در آن، هم کودکان و هم بزرگسالان تشویق شوند خود و دیگران را باور کنند و همه با هم به سود جمع همکاری کنند. در این کتاب ما همه‌ی منابع‌مان را ترکیب کردیم تا عقیده‌مان را درباره‌ی این‌که چگونه می‌توان محیط مدرسه را به فضایی مملو از یادگیری و احترام متقابل تبدیل کرد، با شما در میان بگذاریم.