

دکتر جین نلسن

تربیت سالم

ترجمه محمد جواد فرشچی / ریحانه ایزدی

دار مدرسه



انتشارات سازگار

سرشناسه نلسن، جین

Nelsen, Jane

عنوان و نام پدیدآور : ریس، سالم در مدرسه / جین نلسن، لین لات، اچ. استیفن گلن؛
[ترجمه] محمدجواد فرشچی، ریحانه ایزدی.

مشخصات نشر : تهران : بازو کا، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری : ۲۷۶ ص.، جدول، نمودار؛ ۲۱/۵ × ۱۴/۵ س.م.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۷۰۲۵-۴۱-۴

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت : عنوان اصلی: Positive discipline in the classroom.

developing mutual respect, cooperation, and responsibility

in your classroom . 3rd ed., c2000.

موضوع : کلاسداری -- ایالات متحده

موضوع : Classroom management -- United States

موضوع : مدرسه‌ها -- ایالات متحده -- شرایط

موضوع : School discipline -- United States

شناسه افزوده : لات، لین

Lott, Lynn

شناسه افزوده : گلن، استیون

Glenn, H. Stephen

شناسه افزوده : فرشچی، محمدجواد، ۱۳۵۸ - ، مترجم

شناسه افزوده : ایزدی، ریحانه، ۱۳۶۲ - ، مترجم

رده‌بندی کنگره : LB۳۰۱۳/ن۸ت۴ ۱۳۹۶

رده‌بندی دیویی : ۳۱۷/۱۰۲۴

شماره کتابشناسی ملی : ۴۹۵۵۴۸۴

انتشارات سزاکار

تربیت سالم در مدرسه

نویسنده: دکتر جین نلسن - لین نات - اچ. استیفن گلن

مترجم: محمدجواد فرشچی - ریحانه ایزدین

ویراستار: الهه عین‌بخش

چاپ: اول ۱۳۹۷

تیراژ: ۱۰۰

لیتوگرافی: کارا

چاپ و صحافی: شریف

قیمت: ۲۷۵۰۰ تومان (قیمت با CD صوتی: ۲۹۵۰۰ تومان)

کلیه حقوق برای انتشارات سازوکار محفوظ است.

تهران - خ انقلاب، خ ۱۲ فروردین، خ شهدای ژاندارمری غربی، بن‌بست گرانفر، پلاک ۱

تلفن: ۶۶۴۶۱۹۰۰ - فاکس: ۴۲۶۹۴۵۷۷

تلفن بخش کتاب آثار: ۶۶۴۶۱۸۹۳ - ۶۶۴۶۰۲۳۳

www.digibookshop.ir

Sazokar Publishing Co. Tehran. I.R.Iran

sazokar.pub@gmail.com

فهرست مطالب

۹	تمجیدی از تربیت سالم در مدرسه
۱۳	پیش‌گفتار مترجم
۱۹	مقدمه مؤلف
۲۵	فصل اول: رویای تربیت سالم
۴۳	فصل دوم: پیام توجه
۷۱	فصل سوم: قطعات سازنده برای نشست‌های کلاسی اثربخش
۹۵	فصل چهارم: تقویت مهارت‌های ارتباطی
۱۱۳	فصل پنجم: انگیزه افراد از کارهایی که انجام می‌دهند
۱۳۳	فصل ششم: مهارت‌های حل مسئله اثربخش
۱۴۹	فصل هفتم: به جای تنبیه، به دنبال راه حل باشیم
۱۶۳	فصل هشتم: گذاشتن همه قطعات در کنار هم
۱۷۳	فصل نهم: افزایش مهارت‌های کلاسی
۱۸۹	فصل دهم: پرسش و پاسخ درباره نشست کلاسی
۲۱۷	فصل یازدهم: ابزارهای مدیریت در کلاس‌های تربیت سالم
۲۴۷	فصل دوازدهم: مراحل حل مسئله با همیاری معلمان و نشست‌های دلگرم‌کننده
۲۶۷	پیوست: وقتی استفاده از پیامدهای منطقی مناسب است

مقدمه مؤلف

همواره می شنویم: «بمقدمات^۱ پایانید باشید!» و آن را می پذیریم، هرچند با مصادیق «مقدمت» وفاق نیستیم. چون اعتقاد نداریم که مقدمات خواندن، نوشتن و حساب باشد. ما باور داریم که مقدمات عبارت اند از شجاعت، اعتماد به نفس و مهارت های زندگی^۲. وقتی بچه ها

۱. مقدمات معادل واژه «Basics» در زبان انگلیسی است که در کاربرد آموزشی به معنای سه مهارت اصلی دانشی یعنی خواندن، نوشتن و حساب است. اعتقاد بر این است که برای آموزش کودکان، این سه مهارت باید محور اصلی کار قرار گیرد. در زبان انگلیسی به این سه مهارت 3 R's (Reading, Writing & Arithmetics) هم می گویند - م.
۲. دانیل گلمن، نویسنده کتاب هوش هیجانی (نیویورک، بانتام، ۱۹۹۵) گزارش می دهد که طبق تحقیقات، هوش هیجانی (EQ) در رسیدن فرد به موفقیت در زندگی تأثیر گسترده ای دارد. هوش هیجانی را داشتن مهارت هایی از قبیل همدلی، همکاری، متقاعد کردن و رسیدن به اتفاق نظر تعریف کرده اند. همچنین توانایی درک احساسات دیگران، کنترل هیجان و عصبانیت، فروخوردن خشم خود و حفظ امید و پایداری در رویارویی با مشکلات نیز از مصادیق هوش هیجانی است.

بر اساس مقاله ای که در تاریخ یازدهم سپتامبر ۱۹۹۵ در نشریه *Corpus Christ Caller Times* به چاپ رسید، تحقیق تا آنجا پیش می رود که بیان می دارد: «به نظر می رسد هوش هیجانی در بین کودکان آمریکایی شدیداً کاهش یافته است. این افت همگانی در هوش هیجانی به مراتب مشکل سازتر از کاهش نمرات در دانش آموزان برای آزمون ورودی دانشگاه (SAT) است. کمبود هوش هیجانی با دسته ای از خطرهای

این مقدمات را فراگرفته باشند، زمینه مساعدی برای یادگیری مطالب درسی نیز دارند و با موفقیت در دنیا زندگی می‌کنند.

در ایالات متحده آمریکا، قانون فدرال بچه‌ها را موظف می‌کند به مدرسه بروند، درحالی‌که درباره خواندن، نوشتن و حساب هیچ چیز نمی‌گوید. این بدان معناست که هدف از آموزش «آماده کردن بچه‌ها برای شهروندی و وظیفه‌شناس بودن است.» خواندن، نوشتن و حساب، افراد را برای شهروندی و وظیفه‌شناس و مسئول بودن آماده نمی‌کند. تمام علوم دانشگاهی جهان هم نمی‌توانند به آن‌هایی که انضباط شخصی، قدرت قضاوت، گرایش اجتماعی، توانایی انتخاب درست و احساس مسئولیت ندارند کمک کنند، درحالی‌که این قابلیت‌ها برای موفقیت در زندگی لازم است. متأسفانه سیستم آموزشی امروزه ما افراد جوان را برای کسب این مهارت‌ها به طور کامل آماده نمی‌کند.

تربیت سال در مدرسه برنامه‌ای است که بچه‌ها را آماده می‌کند تا به شهروندی و وظیفه‌شناسی تبدیل شوند. این برنامه پرورش هوش هیجانی، مهارت‌های مهم زندگی و توانایی‌های ضروری برای موفقیت را در دستور کار قرار می‌دهد.

در این کتاب بر اهمیت نشسته‌ها و کلاس‌ها تأکید می‌کنیم. اگرچه این برنامه شامل روش‌های دیگری نیز می‌شود، معلمان دریافته‌اند که

→ اجتماعی، مانند اخراج شدن از مدرسه، ضرب و شتم، بزهکاری، مصرف مواد مخدر، حاملگی دختران و اختلالات تغذیه‌ای ارتباط مستقیم دارد. بر کوشش هوش هیجانی (EQ) در همه یکسان بود، از کودکان قشر مرفه گرفته تا قشر آسیب‌پذیر.»

گلمن در ادامه 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 و حل و فصل تعارضات از خود نشان دادند. بزهکاری، ضرب و شتم و مصرف مواد مخدر کاهش یافت و پاداش مضاعفی نیز به دست آمد: نمره‌های آن‌ها در امتحانات پایانی مدرسه افزایش یافته بود.

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 توانمند می‌کند. دانش‌آموزان مهارت‌های اجتماعی مختلف مانند گوش دادن، رعایت کردن نوبت، شنیدن دیدگاه‌های متفاوت، بحث کردن، برقرارکردن ارتباط، کمک کردن به هم‌دیگر و قبول کردن مسئولیت رفتار خود را فرامی‌گیرند. همچنین آن‌ها بدون این‌که متوجه باشند، مهارت‌های تحصیلی‌شان را تقویت می‌کنند. دانش‌آموزان طی نشست‌های کلاسی، مهارت‌های گفتاری، توجه کردن، منتقدانه فکرکردن، تصمیم‌گیری، حل مسئله و شیوه‌های دموکراتیک را بی‌آموختند، زیرا همه آن‌ها کارایی‌شان را در تحصیل بهتر می‌کند. بسیاری از معلمان نمی‌دانند که روند نشست‌های کلاسی از اهداف تعیین شده آن‌ها می‌گذرد، زیرا دخالت دانش‌آموزان در حل مشکلاتشان بدان معناست که دیگر دانش‌آموزان در کسب دانش از سوی معلمشان منفعل نیستند. شرکت فعال در احوال‌یادگیری به فهم عمیق‌تر منجر می‌شود و انگیزه‌های دروسی را که را بارور می‌کند و او را به انجام دادن کارهای مناسب متعهد می‌کند.

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

ما سال‌ها مدارس را زیر نظر داشتیم که در جست‌وجوی روش‌هایی برای آموزش کلاس‌داری بودند. وقتی به جای تقویت انگیزه‌های اساسی مانند ایجاد فرصت یادگیری، انضباط خشک و تنبیه حاکم باشد، کمال مطلوب ما تحقق پیدا نخواهد کرد. آنچه در بسیاری از مدارس ما اتفاق افتاده است، ناراحت‌کننده و ترسناک است. در ژوئن ۱۹۹۲، در آموزشگاهی واقع در ایالت امریکای شمالی، که متعلق به روان‌شناسان

پیرو مکتب آدلر است. دکتر ویلیام نیکول در مورد «محیط بیماری زده‌ای» که در بسیاری از مدارس ما به وجود آمده است، گفت‌وگو کرد. وی با چند کنایه، «طبقه‌های جدید» بیماری‌های روحی را که در محیط مدرسه به وجود آمده‌اند مشخص کرد.

دکتر نیکول اولین طبقه را «مدرسه‌هراسی 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 سرافکندگی یا شرمندگی به همراه داشته باشد و یا احتمالاً به عدم تأیید و رد شدن منجر شود. مسئله‌ای که امکان دارد با سردرد، معده‌درد، کاهش عملکردی اجتماعی بیرون از مدرسه، ترس از کارایی ضعیف، ترس از معلم کلاس، خواب‌زدگی، افسردگی و خودداری از مدرسه رفتن همراه باشد.

وی پس از شرح چندین مورد دیگر از اضطراب‌های ناشی از مدرسه و اختلال‌های خلقی، این پدیده را در عبارت «نوجوانان، کلاس‌های بد» خلاصه کرد و گفت: این نوجوان وقتی با امور جدید، مسئولیت‌ها یا چالش‌ها مواجه می‌شوند، مضطرب و هراسان می‌شوند. آن‌ها از فکرکردن به ضربه‌های روحی ناشی از مدرسه مانند سرخوردگی، تحقیر و آبروریزی که در کلاس دچار آن شده بودند، رنج می‌برند. همچنین این نوجوانان ممکن است از خطرکردن اجتناب کنند و اساس حقارت یا بی‌کفایتی داشته باشند، یا برخوردهای توأم با عصبانیت و ناراضایتی 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 درباره نظام آموزشی تغییر دهیم. باید از سیستمی که اساس آن بر پایه رقابت است و موفقیت را فقط برای تعداد اندکی مقدور می‌کند و موفق‌شدن در آن به بهای شکست

شخص دیگری است دوری کنیم. ما باید به سوی گسترش رقابتی ارزشمند توأم با تصمیم‌گیری مسئولانه و کمک به یک‌دیگر پیش برویم. در 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 معلمان، مدیران و والدین فراهم آوریم تا به آن‌ها کمک کند که سلامت را به نظام آموزشی بیمار برگردانند. همه ما با هم بیش از ۱۵ سال در این زمینه‌ها تجربه داریم: ایراد سخنرانی، نگارش کتاب، مشوره و آموزش رایگان به دیگران برای این‌که بتوانند خانواده یا کلاسی را تشکیل دهند که در آن، هم کودکان هم بزرگسالان تشویق شوند خود و دیگران را بارز کنند و همه با هم به سود جمع همکاری کنند. در این کتاب ما همه منابعمان ارائه کردیم تا عقیده‌مان را درباره این‌که چگونه می‌توان محیط مدرسه را به فضایی مملو از یادگیری و احترام متقابل تبدیل کرد، با شما در میان بگذاریم.