

کلاس شاد؛ مفهومی دروپه با پروپه؟

مژگان شریفی نژاد/ معلم پایه دوم دبستان دخترانه ناحیه ۲

دکتر مایل آیزنگ، روان‌شناس شادی

آیزنگ می‌گوید، شادی مجموع لذت‌های بدون درد است. از نظر او شادی، آرامش خاطر و رضایت باطن است. شادی آن کیفیت زندگی است که همه‌کس آرزوی یافتنش را دارند. شادی و خرسندی از آرامش خاطر و رضایت باطن حکایت می‌کند. اولین تعریفی که از شادی در روانشناسی وجود دارد، هیجان مثبتی است که به رضایت از زندگی تعبیر می‌شود و بدون آن که لحظه‌ای باشد، مدت‌های زیادی همراه انسان است.

آن‌چه از این بررسی برمی‌آید، این است که شادی امری درونی است و به احساس رضایت فرد برمی‌گردد. این نوع از شادی واقعی است، گذرا نبوده و اثر آن مدت‌ها باقی می‌ماند. حال سؤال این است که چگونه می‌توان چنین شادی را در کلاس به وجود آورد؟ یا کلاس باید چگونه باشد که دانش‌آموزان آن شادی واقعی را احساس کنند؟ به نظر می‌رسد اگر معلم بتواند آرامش و احساس رضایت خود را در دل کوچک دانش‌آموز مهمان کند، می‌تواند امیدوار باشد که شادی واقعی را به او هدیه داده است. سه عنصر اعتماد به نفس، احساس موفقیت و عدم ترس از آینده (اضطراب)، در آرامش و حس رضایت‌مندی دانش‌آموز مؤثر هستند. پس در یک تصویر روشن از کلاس شاد، ابتدا باید موانع رشد این سه عنصر را شناسایی کنیم. اعتماد به نفس، در واقع تصویر ذهنی است که ما (والدین و معلم) از دانش‌آموز برای او ساخته‌ایم. امروزه فرآوان در مسیر تربیتی کودک، داشتن توقعات و انتظاراتی بیش از توان او، روشن و واضح نبودن انتظاراتی که از دانش‌آموز داریم، تویخ و یا حتی تشویق‌هایی که بدون دلیل یا بدون توضیح کافی باشد، می‌توانند تصویر ذهنی دانش‌آموز را مخدوش کرده و به مرور اعتماد به خود را از او بگیرند. احساس موفقیت، دومین عنصری است که دست یافتن به آن برای هر فردی شادی‌آفرین است. هر شخصی با هر توان ذهنی، جسمی و مهارتی باید به این مهم دست یابد. وجود فضای تبعیض و صف‌بندی دانش‌آموز خوب - دانش‌آموز بد، مقایسه دانش‌آموزان باهم از سوی معلم، مدرسه، والدین، توجه تک بعدی به عملکرد

کلاس شاد از دیدگاه‌های مختلف، مصداق‌های متفاوتی دارد. عده‌ای کلاسی را شاد می‌دانند که خارج از محیط معمولی کلاس تشکیل شود. عده‌ای دیگر کلاس فعال و پویایی که در حین فعالیت به موسیقی گوش می‌دهند، با آن زمزمه می‌کنند یا انجام کارهایی که باعث خنده می‌شود را کلاس شاد می‌دانند، بعضی اجرای برنامه‌های شاد مثل نمایش یا سرود و برخی دیگر کلاسی که دانش‌آموزان در آن آرامش و انگیزه داشته باشند را شاد می‌دانند. به‌راستی، تصویر حقیقی یک کلاس شاد چیست؟ شاید بهتر باشد برای پاسخ به این پرسش، شادی را به صورت ریشه‌ای دنبال کنیم. در واقع خاستگاه شادی را پیدا کنیم؛ جایی در درون فرد یا در محیط بیرون.

گزیده‌ای از مجله‌ی موفقیت (روانشناسی رفتار)

مردم عادی شادی را لذت می‌دانند، افراد موفق شادی را عملکرد خوب می‌دانند. در نزد دانشمندان، شادی همان زندگی متفکرانه است. در مجموع شادی امری درونی و شخصی است. مسأله‌ای که باعث خوشحالی یک فرد می‌شود، ممکن است در دیگری هیچ احساسی را ایجاد نکند یا حتی در برخی موارد باعث ناراحتی او شود. طریقه درک شادی و ابراز آن در افراد متفاوت است، اما در آن تفاوت‌ها یک عامل مشترک وجود دارد و آن احساس رضایت و خشنودی است.

منصور بهرامی (روانشناس و عضو انجمن بین‌المللی تحلیل رفتار متقابل)

این روان‌شناس در گفت‌وگو با روزنامه ایران، لازمه شاد بودن را ایجاد تعادل در زندگی می‌داند. شادی واقعی آن است که مکان و زمان در آن تأثیری نداشته باشد. هر قدر بعد ارزشی منفی (تعصبات و...) پر رنگ‌تر شود، شادی کودک نیز کم رنگ‌تر می‌شود.

در مجموع شادی امری درونی و شخصی است. مسأله‌ای که باعث خوشحالی یک فرد می‌شود، ممکن است در دیگری هیچ احساسی را ایجاد نکند یا حتی در برخی موارد باعث ناراحتی او شود. طریقه درک شادی و ابراز آن در افراد متفاوت است



در پایان لازم است بر این نکته تأکید کنم، در صورتی که عوامل درونی برای شادی فراهم باشد، عوامل بیرونی (محیط، فضا و...) می‌توانند در تقویت یا تضعیف آن مؤثر باشند. امید است که شادی را برای کلاس درس تعریف و به تصویر بکشیم، چراکه شادی کلاس و مدرسه در جای دیگری دست یافتنی نیست.

پانوشت:

لذت واقعی یادگیری برای دانش‌آموز زمانی است که بتواند با هدایت معلم از ایجاد یک سؤال در ذهنش تا طی مراحل مختلف چون یک دانشمند کوچک پیش رود و خود به آن‌چه باید دست یابد.

شادی واقعی آن است که مکان و زمان در آن تأثیری نداشته باشد. هر قدر بعد ارزشی منفی (تعصبات و ...) پر رنگ‌تر شود، شادی کودک نیز کم رنگ‌تر می‌شود

دانش‌آموز (توجه درس محور)، ایجاد رتبه‌بندی و تعیین برترین‌ها، ضعف در تدریس به گونه‌ای که همه با هر سطح از توانایی ذهنی یاد بگیرند، وجود برنامه‌های درسی خارج از توان دانش‌آموز و ... عواملی هستند که احساس موفقیت در دانش‌آموز را سرکوب می‌کنند. اضطراب یا به تعبیری ترس از آینده، می‌تواند ناشی از همه عواملی باشد که اعتمادبه‌نفس و احساس موفقیت در دانش‌آموز را مختل کرده است. از جمله این عوامل، احساس ضعف در یادگیری، تجربه‌های تلخ از ناکامی‌ها و سرشکستگی‌های قبلی، احساس عدم توانایی در جلب رضایت فرد دیگر (والدین، معلم)، سردرگمی در یافتن جایگاه خود در کلاس و خانواده، و احساس ضعف در فتح قله‌های تعریف شده از سوی خانواده و مدرسه (رتبه ... قبولی در ... کارنامه ...) هستند که باعث ایجاد اضطراب در دانش‌آموز می‌شود.

با این توضیحات شاید بتوان کلاس شاد را در چند عبارت این‌گونه توصیف نمود:

- کلاسی که دانش‌آموز در تمام لحظه‌های آن، حتی زمانی که خطایی از او سر می‌زند احساس امنیت داشته باشد.
- کلاسی که به همه توانایی‌های دانش‌آموز توجه دارد.
- کلاسی که همه در آن سهم مساوی از موقعیت‌های مختلف کلاسی داشته باشند.
- کلاسی که در آن مقایسه‌ای بین دانش‌آموزان صورت نگیرد.
- کلاسی که در آن انتظارات و قوانین واضح و روشن باشد.
- کلاسی که نظم موجود در آن تصویر روشنی از روزهای آینده آن به دانش‌آموز بدهد.
- کلاسی که در آن با به‌کارگیری شیوه‌های مختلف به یادگیری دانش‌آموز کمک کند.
- کلاسی که در آن به دانش‌آموز شیوه‌های غلبه بر مشکلات آموزشی یا اخلاقی آموخته شود.
- کلاسی که در آن دانش‌آموز به گونه‌های مختلف مورد حمایت قرار گیرد.
- کلاسی که در آن دانش‌آموز لذت واقعی یادگیری را تجربه کند. (یادگیری مفرح)