

تئوری انتخاب در آموزش

مژگان شریفی‌نژاد، آموزگار پایه دوم، دبستان دخترانه دوره اول ناحیه ۲



در شماره گذشته با «تئوری انتخاب» آشنا شدیم، که خلاصه‌ای از آن را خواندید. حال می‌خواهیم بدانیم چرا و چه‌گونه باید از آن در مدرسه و کلاس درس استفاده کنیم. عملی کردن تئوری انتخاب، نیازهای اساسی دانش‌آموزان را ارضا می‌کند، پس، از تنش‌های بین دانش‌آموزان و بین معلم و دانش‌آموز می‌کاهد. ضمن بهبود رابطه بین معلم و دانش‌آموز، درس و مدرسه را در دنیای مطلوب او قرار می‌دهد. باعث می‌شود دانش‌آموز با انگیزه درونی و با علاقه و نه با زور و اجبار، برای یادگیری بیش‌تر تلاش کند. آیا این دغدغه همیشگی ما نیست؟!

برای دست‌یابی به چنین امر مهمی لازم است که با توجه به نیازهای بنیادین هر انسان، راه‌هایی برای ارضای آن‌ها در کلاس و مدرسه بیابیم. دکتر «علی صاحبی»، مربی ارشد و عضو هیات علمی موسسه ویلیام گلسر، در کتاب «تئوری انتخاب در مدرسه» راه‌کارهای مختلفی ارائه کرده‌اند. خلاصه‌ای از آن‌چه بدان اشاره شده است می‌تواند کلیدی برای راه‌یابی به این دنیا باشد که قطعاً خلاقیت‌های خواننده می‌تواند به وسعتش بیافزاید.

طبق کتاب با روش‌های زیر می‌توان ایمنی و نظم دانش‌آموزان در کلاس درس را به‌وجود آورد:

۱

توجه به امکانات و فضای فیزیکی کلاس؛ مثل نور، احساس راحتی بچه‌ها روی صندلی، وضع تغذیه، آب و ...

۲

گاهی از بچه‌ها بخواهید تا هنگام خستگی، نفس عمیق بکشند. هم‌چنین می‌توانید از بازی‌ها و نرمش‌های انرژی‌زا استفاده کنید؛ بازی‌هایی مثل بشین و پاشو، یخ‌شو و آب‌شو یا نرمش‌هایی مطابق با بروشور ارسالی از آموزش‌وپرورش.

۳

برقراری تماس چشمی و احوال‌پرسی با دانش‌آموزان باعث می‌شود احساس امنیت خاصی کنند.

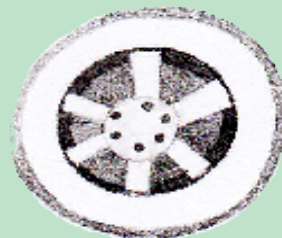
دو دیدگاه کلی در روانشناسی نسبت به بحث کنترل و عدم کنترل انسان بر رفتارش وجود دارد. کنترل بیرونی یعنی رفتار فرد تحت تاثیر محرک‌های بیرونی قرار دارد و بافت اجتماعی، محیط و ژنتیک فرد، تعیین‌کننده رفتار او است اما دیدگاه کنترل درونی بیان می‌کند که هرچند عوامل بیرونی بر رفتار فرد تاثیرگذار هستند ولی نقش عوامل درونی در تعیین رفتار فرد بسیار بیشتر است. تئوری انتخاب یکی از تئوری‌های کنترل درونی است که عملکرد مغز انسان را تبیین می‌کند این تئوری توسط دکتر «ویلیام گلسر» تدوین و معرفی شده است و توضیح می‌دهد که ما انسان‌ها چرا و چگونه رفتار کرده و دست به انتخاب‌هایی می‌زنیم که مسیر زندگی ما را تعیین می‌کنند.

مولفه‌های اصلی تئوری انتخاب، شامل:

- نیازها
- دنیای مطلوب
- دنیای ادراکی
- رفتار کلی

می‌شود که توضیحات بیشتر در ارتباط با موارد بالا را می‌توانید در شماره ۱۱ نشریه «مدرسه‌ما» به‌طور کامل بخوانید.

1. William Glasser





۴

از جمله‌های مثبتی استفاده کنید که بر تفاوت‌های فردی دانش‌آموزان، یادگیری، آموختن و مسئولانه رفتار کردن، تاکید کند. جملاتی مثل:

- هر کدام از ما به شیوه متفاوت و در زمانی مطابق با ساعت درونی‌مان یاد می‌گیریم.
- هیچ‌کس نمی‌تواند به جای شما یاد بگیرد.
- درخواست کمک نوعی هوشمندی است.
- هرکس در زمینه‌ای موفق است.
- کلاس ما مکانی برای یادگیری و رفاقت است.

۵

برنامه رفتاری مشخصی داشته باشید و مراقبت کنید که مداومت داشته باشد. مهم‌ترین نکاتی که باید به آن توجه داشت مزاحمت ایجاد نکردن برای دیگران، تجاوز نکردن به فضای شخصی بغل‌دستی، تحقیر و تمسخر و آزار نکردن یکدیگر است. تاکید معلم بر این اصول، در هر موقعیتی که پیش می‌آید، می‌تواند به نهادینه‌شدن آن‌ها کمک کند.

۶

از تهدید، تنبیه و باج‌دهی به دانش‌آموز پرهیز کنید. پیامی که این رفتار به بقیه می‌دهد این است، کلاس جای امنی نیست. منظور از باج‌دهی همان پاداش یا جایزه است که طبق نظر کارشناسان رد شده مگر برای کودکان در سنین پایین‌تر. به‌طور کلی جایزه فرد را سودجو بار آورده و انگیزه درونی او را از بین می‌برد. همین‌طور رابطه معلم و دانش‌آموز را مخدوش می‌کند. دانش‌آموزی که جایزه نمی‌گیرد این محرومیت را تنبیه دانسته و معلم را به‌عنوان عامل این تنبیه دوست ندارد. دانش‌آموزی هم که جایزه می‌گیرد به این فکر می‌کند «چرا به من باج می‌دهند؟» و چون خود را در کنترل دیگری می‌بیند احساس رضایت نمی‌کند.

به جای تنبیه و تشویق، از پیامدهای طبیعی و منطقی و اعمال قاطعانه آن‌ها استفاده کنید. تفاوت بین تنبیه و پیامد طبیعی این است که تنبیه بعد از وقوع رفتار یا حادثه اعمال می‌شود، ولی در پیامد، فرد قبل از وقوع

رفتار از پیامد آن اطلاع دارد. تنبیه شدید است، ولی پیامد منصفانه و منطقی است. تنبیه معمولاً با نوع خطا ارتباطی ندارد، ولی پیامد طبیعی یا مرتبط با خطا است. نوع تنبیه را معلم مشخص می‌کند ولی پیامد با کمک و هم‌فکری خود دانش‌آموز طراحی می‌شود. تنبیه با خشم و عصبانیت همراه است ولی پیامد بدون ابراز هیجان خاصی و در آرامش اعمال می‌شود. تنبیه به‌کینه، مقابله‌جویی، لجبختی و مقاومت ختم می‌گردد ولی پیامد به تبعیت از قانون و مقررات منجر می‌شود. برای اجرای این قانون می‌توان از ابتدای سال در مورد رفتارهای مثبت و منفی که دانش‌آموزان می‌توانند انجام دهند و پیامدهای آن صحبت کرد. در موقعیت‌های جدیدی هم که پیش می‌آید می‌توان در زمان اتفاق، با مشورت و هم‌فکری دانش‌آموزان پیامدهایی برای آینده در نظر گرفت.

۷

داشتن دستور کار روزانه مشخص در ابتدای روز، به بچه‌های ابتدایی کمک می‌کند تا اطمینان خاطر و تمرکز بیشتری داشته باشند. با نوشتن برنامه روزانه روی تابلو و یادداشت کارهایی که برای هر درس در نظر گرفته شده، دانش‌آموزان از فعالیت‌های هر ساعت مطلع خواهند بود و دچار سردرگمی نخواهند شد.

با اجرای این راه‌ها و هر راه دیگری که کلاس را به محیطی امن و آرامش‌بخش تبدیل کند و به او بفهماند که به شخصیت او توهین نمی‌شود و احترام او خدشه‌دار نمی‌گردد، می‌توانیم یکی از اساسی‌ترین نیازهای بنیادی دانش‌آموز را ارضا کنیم و راهی به‌سوی دنیای مطلوب او بگشاییم.

منبع:

- صاحبی، علی. (۱۳۹۷). «تئوری انتخاب در مدرسه». تهران: نشر سایه سخن، چاپ اول