

ایجاد نشاط و شادابی یکی از مؤثرترین راه‌ها برای بالا بردن سطح بهداشت روانی در جامعه است. مدرسه به‌عنوان یک نهاد آموزشی می‌تواند با به‌وجود آوردن زمینه‌ها و برنامه‌های شاد و مفرح، در تامین بهداشت روانی جامعه نقش مهمی ایفا کند. اگر برنامه‌های مدرسه شوق زندگی کردن در دانش‌آموز به‌وجود آورد، می‌توان گفت فاکتورهای نشاط‌آور را در خود گنجانده است. نشاط و شادابی در مدرسه، باعث رشد و شکوفایی در همه ابعاد وجودی یک دانش‌آموز می‌شود، چراکه در محیط شاد، ذهن انسان پویا، زبانش گویا و استعدادش شکوفا می‌گردد. در دهه‌های اخیر، سرلوحه تعلیم و تربیت

در یک جمله خلاصه شده است: «بیاپید شوق زندگی کردن را به دانش‌آموزان بیاموزیم.» پس باید باور داشته باشیم که رشد پایدار ما در گرو شادی پایدار است و این شادی باید در مدارس ایجاد و مدیریت شود.

برای مدیریت مدرسه شوق‌انگیز، مدرسه‌ای که روحیه امید و نشاط دانش‌آموزان در آن بالا است، می‌توان یک سری راهکار برشمرد.

• نشاط معنوی

بهترین نوع نشاط و شادی می‌باشد که می‌توان با برگزاری جلسات حلقه‌های قرآنی، استفاده از حکایات جذاب و آموزنده، یاد و نام خدا و اهل بیت (ع) را در دل دانش‌آموزان زنده نگه داشت.

• ایجاد روابط انسانی مطلوب

وظیفه مهمی است که باید مورد توجه قرار گیرد. برای ایجاد شادی در دانش‌آموزان بایستی عواملی که بر روحیه آن‌ها تأثیر

مثبت می‌گذارد را به درستی و به موقع به‌کاربرد، چراکه روحیه قوی، امید و نشاط را در فرد باز تولید می‌کند. برقراری رابطه با گروه همسالان، پذیرش یا عدم‌پذیرش فرد در گروه و برقراری رابطه صمیمانه با معلم، اغلب در روحیه دانش‌آموز تأثیر می‌گذارد. بنابراین با فراهم‌سازی بستری که فرصت تعامل دانش‌آموزان با هم و با معلم را ایجاد کند، آن‌ها را به سوی اعتماد به‌نفس، امید به زندگی، مؤثر بودن، احساس ارزشمندی و در مجموع داشتن روحیه قوی و با نشاط سوق می‌دهد.

• فعالیتهای داوطلبانه

تحقیقات نشان داده که افراد شاد، سازگار و یاری‌دهنده هستند. آن‌ها در حل مسائل خویش به خوبی تلاش می‌کنند، در صورت نیاز به‌راحتی از دیگران کمک می‌طلبند و خود داوطلب یاری رساندن به دیگران هستند. پس راهکار دیگر برای ایجاد و بالا بردن روحیه نشاط و امید، تدارک فعالیت‌های داوطلبانه است. در واقع این نوع فعالیت‌ها، محرک‌های تقویت‌کننده تعامل و روابط انسانی را گسترش می‌دهد.

در ادامه اقداماتی که به شاداب‌سازی مدرسه کمک می‌کند را برمی‌شماریم:

- ۱- نظارت مشارکتی بر فعالیت‌های آموزشی و پرورشی مدرسه.
- ۲- تبادل تجربه موفق مدیران در رابطه با شاداب‌سازی مدارس.
- ۳- مطالعه در خصوص شادی و جایگاه آن در تعلیم و تربیت.
- ۴- استفاده از مدیریت مشارکتی که باعث خلاقیت و ابتکار می‌شود.
- ۵- افزایش عزت نفس در کارکنان

و دانش‌آموزان با روش‌های صحیح تشویق.

۶- تشکیل کمیته شاداب‌سازی مرکب از مدیر، مربی پرورشی، دبیر ورزش، هنر، نماینده دبیران، دانش‌آموزان و انجمن اولیاء و مربیان.

۷- بها دادن به دانش‌آموزان کنجکاو، پرسش‌گر، پرتحرک و شاداب.

۸- ایجاد فضای سبز و استفاده از رنگ‌های شاد و جذاب در مدرسه.

۹- پربار کردن ساعات ورزش.

۱۰- ایجاد ایستگاه تلاشگران و معرفی دانش‌آموزان ساعی در زمینه‌های مختلف علمی ورزشی، فرهنگی و هنری.

۱۱- برپایی جشن‌های شادی و مسابقات مختلف.

۱۲- تشکیل نمایشگاه با مشارکت دانش‌آموزان از دست‌سازهای کارهای تحقیقی.

۱۳- ورزش صبحگاهی به‌صورت دسته‌جمعی قبل از شروع کلاس.

۱۴- اجرای روش‌های تدریس فعال با محوریت برپایی کلاس بانشاط.

۱۵- تقویت فعالیت‌های هنری در مدرسه: گروه تئاتر، گروه سرود.

۱۶- تقویت امید به آینده در دانش‌آموزان.

۱۷- تقویت احترام متقابل بین دانش‌آموزان و دیگر کارکنان مدرسه.

۱۸- آموزش مهارت‌های زندگی مثل خودآگاهی، همدلی، ارتباط مؤثر، حل مسئله، تفکر خلاق، تفکر انتقادی، توانایی حل مسئله، توانایی مقابله با استرس.

۱۹- ایجاد مثبت‌نگری در دانش‌آموزان.

۲۰- حضور فعال آموزگاران بانشاط همراه با ظاهری آراسته و مناسب.

امید که با صمیمیت، همدلی و قدرشناسی بتوانیم در فضایی بانشاط، زندگی، سفر علمی و کاری خویش را رونق بخشیم و باور کنیم آن‌چه تأثیر می‌گذارد، ذهن شاداب و خلاق است.