





دانشگاه فرهنگیان

پردیس شهید باهنر مرکزی

گزارش کارورزی ۲

دانشجوی کارورز: رضا موچان

رشته تحصیلی: راهنمایی و مشاوره

استاد راهنما: جناب آقای محمد باقر فتح آبادی

محل کارورزی: دبیرستان نمونه شهید فهمیده

سال تحصیلی ۱۳۹۵-۱۳۹۶

فهرست

تقدیر و تشکر.....۴

موضوع فردی:

مطالعه و تبیین مسئله.....۵

مشخص کردن هدف در موضوع فردی.....۵

ارائه راه حل در حل موضوع.....۹

ارزشیابی.....۱۰

موضوع گروهی:

مطالعه و تبیین مسئله.....۱۲

مشخص کردن هدف در موضوع فردی.....۱۲

ارائه راه حل در حل موضوع.....۱۶

ارزشیابی.....۱۷

موضوع جمعی:

مطالعه و تبیین مسئله.....۱۸

مشخص کردن هدف در موضوع فردی.....۱۸

ارائه راه حل در حل موضوع.....۲۰

ارزشیابی.....۲۱

تقدیر و تشکر

سپاس و ستایش مر خدای را جل و جلاله که آثار قدرت او بر چهره روز روشن، تابان است و انوار حکمت او در دل شب تار، درفشان. آفریدگاری که خویشتن را به ما شناساند و درهای علم را بر ما گشود و عمری و فرصتی عطا فرمود تا بدان، بنده ضعیف خویش را در طریق علم و معرفت بیازماید.

از استاد گرامیم جناب آقای محمد باقر فتح آبادی بسیار سپاسگذارم چرا که بدون راهنمایی های ایشان تامین این گزارش بسیار مشکل مینمود.

موضوع فردی:

بررسی و حل مشکل کم رویی در یکی از دانش آموزان

مشخص کردن هدف در موضوع فردی:

هدف در این قسمت اتخاذ تدابیری کاملن مشخص و واضح است که بتوان به صورت عملی و قابل اجرا با در نظر گرفتن شرایطی که دانش آموز در آن قرار گرفته، بتواند سازگاری لازم را کسب کند و روند عادی فعالیت هایش با توجه به مشکل کم رویی مختل نشود.

مطالعه و تبیین مسئله:

مسئله عزت نفس و خود ارزشی از اساسی ترین عوامل در رشد مطلوب شخصیت کودکان و نوجوانان است و عدم این عزت نفس سبب کم رویی شده و عامل عقب ماندگی، شکست و ناکامی در مراحل مختلف زندگی به شمار می رود. هر کسی ممکن است با موقعیت های ناخواسته و ناخوشایندی روبرو شود و نتواند با آن ها مقابله کند و واکنش مناسبی از خود نشان دهد. (شارتیه، براتیه، ترجمه هوشیار، رزم آرا) کم رویی به عنوان یک نقیصه جدی در زندگی فردی و اجتماعی است.

این رفتار یکی از رفتار های نسبتا شایع است که فرد را به شدت آزار می دهد و اگر درمان نشود نوجوان را به سمت و سوی مشکلات دیگری مثل عدم اعتماد به نفس، افسردگی، اضطراب و زود رنجی سوق خواهد داد. عدم احساس توانمندی و کمی عزت نفس و نیز توانایی در بروز احساسات، بیان افکار و نظریات، خود باعث جدایی فرد از فعالیت های گروهی است.

گوشه گیری از نظر لغوی به معنای تنها و مجرد و در خلوت نشستن و از جمع کناره گرفتن است. گوشه گیر کسی است که از مردم دوری می کند و عزلت می گزیند و بدان وسیله خود را با محیط اطراف سازگار می سازد. گوشه گیری زمانی حالت بیماری پیدا می کند که فرد از آمیزش با جمع و هموعان بیزار و بیمناک است. در این مورد اگر گوشه گیری به موقع درمان نشود به پیدایش حالت روانی شدید و افسردگی منجر می شود. (شفیع آبادی، ۱۳۷۴، ص ۹۴) در هر جامعه درصد قابل توجهی از کودکان و نوجوانان و بزرگ سالان با این اختلال رفتاری و عامل بازدارنده رشد شخصیت اجتماعی مواجه هستند. جامعه ما نیازمند انسان هایی پویا، کوشا، هوشمند و خلاق و متعهد و مسئولیت پذیر است. بنابراین اساسی ترین آفات رشد متعادل در خانواده ها می تواند در جامعه اسلامی فراگیر شود. بدون تردید اختلال کم رویی قابل پیشگیری و درمان است. (افروز، ۱۳۷۹، روانشناسی کم رویی و روش های درمان_ نشر فرهنگ اسلامی)

افراد کم رو عموماً به خاطر عدم تسلط بر مهارت های اجتماعی و یا فقدان اعتماد به نفس، کم رو می باشند. برخی از افراد بر مهارت های اجتماعی لازم جهت تداوم بخشیدن به حرکت نرم و روان ماشین ارتباطات بشری تسلط ندارند. آنان نمی دانند که یک گفت وگو را چگونه آغاز کنند یا در کلاس درس چگونه از سخن گو بخواهد بلندتر صحبت کند. در فعالیت های بدنی، کم رویی قربانی خود را از لحاظ روش، پخمه و چلمن، و از لحاظ رفتار غیرطبیعی و از لحاظ حرکات بی دست و پا می کند.

تا آن جا که شخص بی دلیل سرخ شده و لرزش و طپش قلب می گیرد. در فعالیت های فکری هم کم رویی افکار قربانیان خود را مشوش کرده، آنان را از گفت و گوی منطقی ناتوان می سازد. از این جا اشتباهات و خبط هایی حاصل می شود که از همان افراد کم رو سر می زند، هم چنین سبب گنگی و دلسردی آنان می شود. فرد کم رو باید در درجه ی اول، دقیقاً خود را مورد آزمایش و بررسی قرار دهد و قضاوت های غلط و نادرستی را که منشاء ناراحتی اش می باشد پیدا و کشف کند. در فعالیت احساسی، کم رویی مانع از آن می شود که قربانیانش احساس درونی خود را به راحتی بیان کنند و ظاهری بی احساس به آن ها می دهد. دیگران تصور می کنند که افراد کم رو، فاقد قلب و روح می باشند در حالی که آن ها من یک وکیل معروف هستم با این حال «سرشار از محبتند ولی جرات ابراز آن را ندارند. شخص کم رویی می گوید: هر بار سخن می گویم احساس می کنم که شهرتم در خطر قرار می گیرد. این حالت چه در دادگاه یه در یک مهمانی هنگامی که : «شخص دیگری می گوید .«ساده در من ایجاد می شود. حضور دیگران اعتماد به نفس مرا از بین می برد از دیدگاه روان شناسان خجالت .«در جلسه امتحان شفاهی حاضر می شوم متانت استاد شخصیت مرا خرد می کند همیشه نشانه ای از ناراحتی عمیق تر روانی است. اولین علت کم رویی: تحقیر نابه جای خود است. بعضی افراد خود را از لحاظ فکری ضعیف و حقیر می شمارند. آن چه را می نویسند و می گویند به نظرشان پوچ و بی ارزش می رسد. ترس از آشکار شدن حالت معمولی و متعادل خود و ترس از این که با رفتار و گفتار نامعقول خود مورد تمسخر و استهزای دیگران قرار گیرند. دهان آن ها را می بندد.

دومین علت کم رویی: پخمگی خیالی است. بعضی افراد معتقدند که ظاهرشان فاقد ظرافت، رفتارشان ناشیانه، چلمن و ورودشان به جایی سبب کنجکاوی مسخره آمیز می شود. این فکر و خیال که مبتنی بر هیچ پایه ای نمی باشد بر طرز رفتار

آنان تأثیر می کند و آن ها نمی دانند چه بکنند و کجا باید بنشینند. با این حال نباید عقیده ی غلط فرد کم رو را با بی اطلاعی واقعی از عادت همگانی اشتباه کرد. عادات و رسوم به وسیله ی خانواده، معلم، مطالعه، مشاهده، رفت و آمد در محافل و با نزاکت فرا گرفته می شود.

سومین علت کم رویی: ترس بی دلیل از مسخره کردن دیگران است، بعضی از افراد کم رو، حتی جرات نمی کنند لطف و محبت خود را نسبت به افراد خانواده شان ابراز کنند. کلمات دوستی، تشکر و سپاس، رحم و شفقت و مهربانی که بر حسب موارد مختلف مطرح می شوند در گلوی آن ها خفه می شوند. این نوع افراد اجازه می دهند تحت فشار نوعی شرم و حیای پوچ و بی مورد فلج شوند و خون سردی ظاهری آن ها سبب ناراحتی دیگران شود، همان طوری که خودش هم سبب ناراحتی آنان می شود.

چهارمین علت کم رویی: عدم اعتماد، بعد از شکست است. چنین افرادی تصور می کنند، تمام مردم دنیا از شکست او خبر دارند و او را خانه خراب تلقی می کنند. این فرد، تعادل ذهنی خود را از دست می دهد و از حضور در جمع نگران و ناراحت می شود. حتی جرات نمی کند دیگر با افرادی چون دوستان، هم کاران و... که احتمالاً به او توصیه هایی می کنند روبه رو شود.

پنجمین علت کم رویی: مبالغه کردن در اهمیت یک عیب است. گاهی عیب واقعاً در کسی هست و همین عیب کم رویی اوست که این عیب برای او بیش ترین احساس بد را ایجاد می کند، بدون آن که صفات خوب خود را به خاطر آورد و به آن ها مباحثات کند. اولین چاره درمان کم رویی؛ شناخت چگونگی ظاهر شدن کم رویی فرد است این که در چه مواقعی، در برخورد با چه کسانی دچار چه حالاتی می گردد. پس اولین شرط معالجه، روشن بینی شخص است. مثال زیر شما را کمک و

راهنمایی می کند. دیگران تصور می کنند که افراد کم رو، فاقد قلب و روح می باشند در حالی که آن ها سرشار از محبتند، ولی جرأت ابراز آن را ندارند.

ارائه راه حل در حل موضوع:

معلمان و والدین در رفع مشکلات کودکان گوشه گیر نقش بسزایی دارند و با صمیمیت و محبت باید به تمام تغییرات رفتاری مناسب و موفقیت امیز آنان توجه کرده ،آنان را تشویق کنند و بدین وسیله کودکان را به سوی فعالیت های اجتماعی سازنده در مدرسه و خانه راغب سازند بردن به گردشهای علمی تشویق به سخن گفتن در حضور والدین و دوستان و بستگان و جرات دادن به او که می تواند در برابر جمع سخن بگوید و شرکت دادن در فعالیتهای هنری و ایفای نقش در نمایشنامه ها از جمله اعمالی است که مهارتهای اجتماعی دانش آموزان و کودکان را افزایش می بخشد و آنان را در مبارزه با گوشه گیری یاری می دهد با توجه به علل ذکر شده، سعی کردم توسط مشاور و معاونین و همکاری سایر معلمان و ارتباط بین معلمین با والدینش راهکارهای زیر را برای حل مشکل وی اجرایی کنم. اول از همه خودم هنگام صحبت با او، با اشتیاق به حرف هایش گوش میدادم.

- سعی میکردم هنگام صحبت به او یاد دهم تا ارتباط چشمی برقرار کند.

- از او خواستم در درس علوم به دوستش کمک کند. (نمره اش در درس علوم بسیار خوب است.)

- افزایش احساس مسئولیت افراد نسبت به یکدیگر را درک کند.

- از معلم ها خواستم همکاری او را در گروه بندی کلاس افزایش دهند و او را به عنوان سرگروه انتخاب کنند.

- از معاون خواستم که مدتی او را به عنوان مامور سالن انتخاب کند تا به این وسیله ارتباطش با سایرین بیشتر شود
- از والدین خواسته شود در حد توان از او انتظار داشته باشند.
- استعداد ها و توانمندی های دیگر او شناخته شود و به خاطر آن ها تشویق شود.
- برای کار ها و فعالیت هایی که در خانه انجام می دهد، ارزش قائل شوند.
- دوست یابی را در مدرسه و محیط اطراف منزل بیشتر کند.

ارزشیابی:

از بین راهکارهای بالا که نتیجه ی مطالعه ی مقالات و هم چنین همکاری مشاور محترم مدرسه می باشد، تصمیم به برطرف کردن مشکل گرفتیم. با توجه به کمبود زمان که سال تحصیلی رو به اتمام بود به انجام چند کار پرداختیم و از معاونت پرورشی و دیگر معلمان خواستم که آن ها نیز انجام دهند. با توجه به این که یکی از محدودیت های این تحقیق کم بودن زمان بود، اما توانستیم با همکاری مشاور مدرسه، سایر معلمان و مدیریت مدرسه در چند مورد موفقیت را در این دانش آموز احساس کنیم. اغلب زنگ های تفریح به همراه او و دو دوستش به حیاط مدرسه میرفتم و از او می خواستم به بقیه ی هم کلاسی هایش نیز سر بزنیم و با آن ها هم صحبت شویم. در ابتدا بیشتر شنونده بود تا گوینده اما پس از مدتی او هم بیشتر صحبت می کرد. با پایان رسیدن زنگ تفریح، از آن جا که معاون او را مامور سالن انتخاب کرده بود، تا رفتن معلم ها به کلاس در سالن بود و با تعداد زیادی از دانش

آموزان هم کلام می شد. چند معلم در کلاسشان او را به عنوان سرگروه انتخاب کرده بودند و نکته ی مثبت این بود که با افرادی غیر از دو دوست صمیمی اش هم گروه بود و این باعث شده بود تا با تعداد بیشتری از هم کلاسی هایش تعامل بیشتر پیدا کند. آنگونه که معاون پرورشی مدرسه گفت با والدینش نیز درباره ی مشکل فرزندشان صحبت شده بود و آن ها اظهار کردند که کاملاً از ناراحتی کودکشان بی اطلاع بوده اند و نا آگاهانه با رفتارشان موجب ناراحتی او شده بودند. از آن پس به او توجه بیشتری میکردند و از آنجا که از علاقه ی او به ورزش باخبر بودند او را در کلاس ورزشی ثبت نام کردند. هم چنین از خواهر و برادر بزرگترش خواسته بودند تا او را در یادگیری درس هایش بیشتر کمک کنند.

بعد از گذشت مدتی تغییرات زیر در دانش آموز رخ داد:

- مسئولیت پذیری او بیشتر شده بود و در گروه بندی هایی که در کلاس ها انجام شده بود مشارکت چشمگیری داشت.
- ترس و خجالت او از معلم و هم کلاسی ها بسیار کمتر شده بود.
- هنگام پرسش شفاهی چه از پاسخ مطمئن بود یا نبود، جواب می داد.
- با توجه به تشویق هایی که از طرف معلمان صورت گرفته بود، گاهی اوقات در اظهار نظر کردن داوطلب می شد.

موضوع گروهی: بررسی گروهی از دانش آموزان که احساس اضطراب و کمی از علائم افسردگی را در آنان وجود دارد.

هدف در موضوع گروهی:

هدف از این بررسی انجام سلسله اقداماتی است که بتوان تعدادی از دانش آموزان یکی از پایه های مدرسه را که دچار مشکل اضطراب هستند را به حالت عادی برگرداند و به بتوان مسئله اضطراب که در مدارس تیزهوشان و نمونه یکی از مشکلات اصلی که به دلیل فشار بالای درسی در دانش آموزان به وجود می آید را تا حدودی حل کرد.

تبیین مسئله:

اضطراب احساسی طبیعی در انسان هاست، که هرکسی در شرایطی از زندگی آن را تجربه می کند. خیلی از افراد زمانیکه در کار دچار مشکل شده، قبل از امتحان دادن و یا قبل از گرفتن تصمیم های حساس عصبی و مضطرب می شوند. بالاینحال افراد مبتلا به اختلالات اضطراب ترس غیرمنطقی و نگرانی بیش از حد نسبت به شرایط روزمره دارند. این احساسات باعث اختلال در زندگی روزمره شده، به سختی کنترل می شوند و برای مدت طولانی باقی می مانند. اضطراب ممکن است از کودکی در افراد ظاهر شده و تا بزرگسالی آنها ادامه یابد.

انواع مختلفی از اختلالات اضطراب وجود داشته که بعضی از آنها اختلال هراس و ترس، اختلال وسواس جبری، اختلال تنش‌زای پس از رویداد، اختلال اضطراب اجتماعی، فوبیا و اختلال اضطراب فراگیر یا منتشر می‌باشند. درمان اضطراب شامل نوعی روان‌درمانی که به شما یاد می‌دهد به چتر موقعیت‌های چالش‌برانگیز را نوعی دیگر دیده و به آن پاسخ دهید، تغییرات سبک زندگی و اگر لازم بود درمان دارویی می‌شود. بعضی اوقات اضطراب ناشی از بیماری دیگری بوده و برای درمان اضطراب باید آن بیماری را درمان کرد.

انواع اختلال اضطراب

چندین نوع شناخته شده اختلال اضطراب وجود دارند، که بعضی از آنها شامل:

اختلال هراس: این افراد دچار حملات اضطرابی ناگهانی (Panic disorder) – میشوند که معمولاً چند دقیقه یا گاهی بیشتر به طول میانجامد. این حملات بسیار اتفاقی بوده و طوری رخ میدهند که عامل تحریک‌کننده اصلی مشخص نیست. افراد مبتلا به این نوع اضطراب اغلب جوان هستند. احساس تنگی و فشردگی در قفسه سینه، تپش شدید قلب، عرق کردن، لرزش، گیجی، احساس از دست دادن تعادل، علایم آن هستند، ولی این علایم آنقدر گسترده هستند که افراد فکر میکنند دچار سکته قلبی شده‌اند و می‌ترسند که بمیرند.

اختلال وسواس جبری: در این حالت فرد افکار یا اعمالی را برخلاف میل (OCD) – خود تکرار میکند. این بیماری میتواند به صورت وسواس فکری یا وسواس عملی یا هر دو در فرد ظاهر شود. در وسواس فکری، فرد قادر نیست فکر، احساس یا عقیده‌های تکراری و مزاحم را از ذهن خود بیرون کند. افکار

وسواسی میتوانند بسیار ناراحت کننده، وحشت آور یا وحشیانه باشد. افکار وسواسی میتوانند باعث شوند که فرد به سمت عادات وسواسی گرایش پیدا کند، یعنی عمل یا اعمالی را به طور مکرر انجام دهد اعمال وسواسی ... (وسواس عملی). مانند شستن مکرر دستها، بالا کشیدن بینی، هیچگونه توجیه منطقی ندارند.

اختلال تنش زای پس از رویداد: اختلال تنشزای پس از رویداد را به نام (PTSD) – سندرم موج انفجار نیز می‌شناسند. این حالت مربوط میشود به حادثه ای که با استرس شدید هیجانی همراه است مانند جنگ، تصادفات شدید، سوانح طبیعی، و... شدت آن میتواند به هر کسی آسیب برساند. یک دوم افرادی که دچار چنین استرس شدیدی میشوند علائم مربوط به آن را (مانند خوابهای تکراری، خاطراتی مبهم پس از گذشت حدود سه ماه، از دست رفتن تعادل و پرخاشگری شدید، دست میدهند. هرچه اقدامهای لازم برای درمان زودتر انجام گیرد، احتمال ابتلا به اختلال استرس پس از سانحه کمتر میشود. در صورتی که این حالت بیش از چند ماه طول بکشد، احتمال این که تا آخر عمر با فرد باقی بماند بسیار زیاد میشود.

اختلال اضطراب اجتماعی: این نوع ترس در اواخر کودکی یا اوایل نوجوانی شروع میشود و ترس و شرمساری از اشتباه کردن، صحبت کردن در جمع، غذا خوردن، سرخ شدن در برابر جمع است و و با خجالت ساده تفاوت دارد. این حالت با لرزش صدا و اضطراب مانع شناخت افراد جدید میشود و فرد را به انزوا و گوشه‌گیری میکشاند.

اختلال اضطراب فراگیر یا منتشر: این حالت در افرادی دیده میشود که به طور مداوم نگران وقوع اتفاقی هستند. موضوع این نگرانی ها میتواند بسیار متنوع باشد: نگرانی از بیمار شدن فرزندان، نگرانی از مرگ یکی از آشنایان، نگرانی از ته گرفتن غذا، این حالت به مرحله مقاومت استرس شباهت دارد و خطر چندانی ندارد. از علایم آن میتوان تپش قلب، بیقراری، خستگی، بیخوابی، تنگی نفس، اختلال در تمرکز و حافظه را نام برد.

ترس های خاص: ترسهای خاص شایع ترین نوع ترس (Specific phobias) مرضی است که طی آن فرد از مواجهه با بعضی موقعیتهای فعالیتها یا اشیاء اجتناب میکند، مانند بعضی از حیوانات (عنکبوت، موش، مارمولک، هر چیزی میتواند باعث این نوع اضطراب (که خطر خاصی به دنبال ندارد) بشود. ترس از مکانهای بسته، ترس از اجتماع و ترس از مکانهای باز (که افراد مبتلا به آن از حضور در فضای باز و پر ازدحام و شلوغ و خروج از محیط منزل خودداری

میکند. این اختلال معمولاً در نوجوانی شروع میشود، ولی سابقه آن میتواند به دوران کودکی و تجربه اضطراب جدایی در آن زمان برگردد). از این نوع اضطراب هستند.

علایم ابتلا به اضطراب :

علایم و نشانه های ابتلا به اختلالات اضطرابی بسته به نوع اختلال متفاوت است، با اینحال عموماً شامل برخی از موارد زیر می شود:

بیادآوری مکرر تجربیات ،افکار وسواسی غیرقابل کنترل ،احساس هراس، ترس و تشویش رفتارهای تشریفاتی، مانند شستن مکرر ،احساس ناتوانی ،کابوس های شبانه ،ناراحت کننده ناتوانی در آرام بودن ،تپش قلب ،تنگی نفس ، دست های (پاها) سرد و یا عرق کرده ،دست تنش ،تهوع ،بی حسی و

یا سوزن سوزن شدن دست ها و یا پاها، خشکی دهان، و لرزش احساس خستگی یا ضعف، تنفس عمیق و سریع، سرگیجه، عضلانی و...

ارائه راه حل در حل موضوع:

روش ها برای حل موضوع استرس و اضطراب، غالباً به دو گروه کنشور و اجتنابی تقسیم میشوند. کنار آمدن کنشور راهبرد هایی را شامل میشود که هدف آنها تاثیر مستقیم برعامل استرس زا، از طرق رفتاری (مانند انجام رفتاری که به حذف منبع مشکل آفرین می انجامد.) یا شناختی (مانند اتخاذ نگرشی مثبت تر به موقعیت استرس زا) است. راهبرد های اجتنابی کنار آمدن، رفتارها و شناخت هایی هستند که به قصد انحراف توجه از رویداد استرس زا اتخاذ میشوند. از جمله اینگونه راهبرد های اجتماعی میتوان انجام کاری که ذهن را از فکر کردن در مورد مشکل باز میدارد یا انکار حضور یا تاثیر عامل استرس زا را نام برد. دوران نوجوانی دورانی پر تنش و تربیت نوجوان نیز نیازمند به داشتن مهارت های ارتباطی است. نوجوانان از همه سو، مدرسه، دوستانشان و خانه احساس فشار می کنند. ولی آنها معمولاً برای کنترل اضطرابشان، مجهز به اطلاعات و ابزار مناسبی نیستند. بنظر میرسد در مورد این دانش آموزان خاص احتیاج است برخی از مهارت های حضور در اجتماع و مهارت های زندگی را شرح داده شود که من این تصمیم را برای آن ها دنبال کردم و سعی کردم کمی در مورد مهارت سخن گفتن در جمع، مهارت تصمیم گیری، مهارت دوست یابی، برخورد با دوستان خود صحبت کردم اغلب آن ها میگفت که در هنگامی هم که در خانه هستند فکرشان آشفته است و باعث ناراحتی خاطر میشود و تمرکز لازم را برای درس

خواندن ندارند، از آن ها خواستم که در این مواقع افکار خود را به صورت کامل در یک کاغذ بنویسد و بگوید بعدا به آن رسیدگی میکند.

ارزشیابی:

پس از بررسی دانش آموزان و صحبت با معاونین مدرسه و مشورت با مشاور نسبت به اقدام و سپس ارزشیابی از دانش آموزان اقدام به عمل آمد. پس از طی این موارد و صحبت ها و راه حل های ارائه شده، به گزارش خود دانش آموزان در ابتدای کار استرس و اضطراب آن ها در خانه بهتر شده است و به بیان دیگر میزان آشفتگی خاطرشان کاهشش محسوس تر شده است. همینطور آن ها گفتند در روز های اخیر به ورزش پرداخته اند که ظاهرا تاثیر مثبت زیادی بر روحیه شان داشته است و کمک به بازسازی روحی آن ها کرده بود و ایشان را از حالت درماندگی خارج کرده بود و همینطور در سطح مدرسه هم مقداری با توجه به این مهارتهایی که سعی کردم به دانش آموزان مورد نظر برای رفتار کردن ارائه دهم نیز توانسته بود از میزان اضطراب بکاهد. همینطور از معلمینشان خواهش کردم که در هنگام پرسش ها و تدریس توجه و حسن برخورد بهتری با دانش آموزان مورد نظر داشته باشند که این نیز کمک شایانی به اعتماد به نفس در آن ها کرده بود.

موضوع جمعی:

بررسی علل عدم استقبال از کتابخانه مدرسه توسط دانش آموزان

هدف در موضوع جمعی:

در این قسمت از پروژه هدف مشخص کردن علت عدم استقبال دانش آموزان از کتابخانه و کتاب خوانی و همچنین اتخاذ تدابیری که موجب تشویق دانش آموزان به روی آوردن به کتابخانه و کتاب خوانی شود می باشد. در این پروژه سعی داریم تا مشکلات و موانع موجود بر سر راه دانش آموزان در بهره بردن از کتابخانه مدرسه و عوامل مختلف که موجب بی میل شدن دانش آموزان به کتابخوانی و مطالعه می شوند را بررسی کنیم.

تبیین موضوع:

در قرن حاضر مطالعه و تحقیق و پژوهش یکی از مهم ترین راه ها برای پیشرفت و شکوفایی علمی می باشد. لازمه ی این پژوهش ها و تحقیقات بوجود آوردن بستر های مناسب می باشد، یکی از بستر های مناسب برای رسیدن به هدف وجود کتابخانه های غنی و قابل دسترس در مدارس می باشد. از منابع مورد نیاز دانش آموزان کتابخانه های آموزشگاهی می باشد، چرا که در جامعه اطلاعاتی و عصر اطلاعات، دستیابی و نیل به سواد اطلاعاتی امری ضروری و حیاتی است. نیاز دانش آموزان برای دستیابی به منابع موثق

و معتبر و کارآمد بر همگان مبرهن و آشکار است. پرورش قوه تفکر و خلاقیت نیز در نوجوانان تنها از طریق کلاس و انجام تکالیف یا موفقیت در امتحانات و آزمونها میسر نمی شود، بلکه نیاز دارند که به عمق هر مسئله بیندیشند و این چیزی بیشتر از کتاب و درس و مدرسه را می طلبد. در این راه کتابخانه ها در پرورش و رشد فردی ، اجتماعی، علمی و فرهنگی کودکان و نوجوانان نقش و اهمیت بسیار دارند. وجود کتابخانه در هر مدرسه یک ضرورت است چرا که کتابخانه ها وسیله ای برای تقویت خواندن ، ترویج سواد و بالا رفتن فرهنگ محسوب می شوند در نگرش نظام یافته به آموزش و پرورش کتابخانه از جمله نیازهای اساسی است و در صورت حذف یا عملکرد ضعیف آن آموخته های دانش آموزان گسترش نمی یابد و منحصر به یادگیری های کتب درسی می شود .

مطالعه و اهمیت آن:

در اهمیت مطالعه و ارزش مصاحبت با کتاب ، از تمام مشارب دینی و اهل حکمت و دانش ، در طول تاریخ ، توصیه های ارزنده ای چه در آثار مکتوب و چه به صورت نقل های سینه به سینه به دست ما رسیده است. تا جایی که لذت مدامش خواندند ، لذتی که هیچ گاه حلاوتش زایل نمی شود. خواندن و حرکت از تاریک سرای نادانی به سمت بهشت دانایی و نیز مبارزه مداوم با جهالت و بی سوادی از جمله برجسته ترین توصیه های دینی و آموزه های گران قیمتی است که همواره به بشر گوشزد می شده است. و با اطمینان باید اعتراف کرد تمام سعادت بشر و تغییر مشی و منش زندگی پریشان بدوی و حرکت به سمت مدنیت و حیات اجتماعی اش چه کتابهای آسمانی و چه غیر (کتاب) مرهون آموزه هایی است که در قالب معتبری به نام آن ارمغان داده شده است.

بررسی میدانی:

صحبت با دانش آموزان معاونین و معلمان مدرسه صورت گرفت از تعدادی از دانش آموزان به صورت تصادفی در مورد علت عدم استقبال از کتابخانه مدرسه و همچنین بی توجهی به موضوع کتاب خوانی مصاحبه به عمل می آید. و همچنین از شرایط فیزیکی کتابخانه (وضعیت شرایط محیطی، سیستم نور دهی، طبقه بندی کتاب ها، تناسب کتاب ها با شرایط سنی دانش آموزان سه پایه و...) گزارش تهیه می شود. مهم ترین بخش این مصاحبه، مصاحبه از مسئولین (معلمین، معاونین، مدیر، مربی پرورشی) می باشد دلیل مهم بودن این بخش این است که مسئولین مدرسه از تجربه بسیار بالایی برخوردار هستند و با رجوع به آنان اطلاعات مفیدی را می توان جمع اوری کرد. پس از صحبت با مدیریت محترم آموزشگاه و جناب آقای مختاری متوجه شدیم که معاونت محترم پرورشی آموزشگاه به علت بازنشستگی زمان زیادی را در مدرسه حضور ندارند که این خود مشکلات را در این بخش پدید آورده است.

ارائه راه حل و اجرای آن:

در شروع مرتب سازی کتابخانه و چیدمان مجدد کتاب ها و واریسی و بررسی قفسه ها صورت گرفت. بسیاری از کتاب ها قدیمی بود و بسیاری نیز اصلا مناسب سن دانش آموزان آن مقطع با توجه به درکیات آنان نبود، البته آماده سازی کتابخانه خیلی زمان برد و چند جلسه ای به طول انجامید سپس با

کمک معاون پرورشی مدرسه دانش آموزی را که می‌توانست به خوبی عهده دار کتابخانه باشد را مشخص کردیم و وظایف و کارهای او را به آن یادآوری کردیم و کتابخانه راه اندازی مجدد شد و از سویی دیگر برای تمامی بچه ها ظرف دو هفته کارت صادر شد. و در حال حاضر کتابخانه در وضعیت خوبی قرار دارد. و استقبال نیز افزایش یافته است.

ارزشیابی:

بعد از سرو سامان دادن و رسیدگی به وضعیت کتابخانه استقبال و حضور دانش آموزان در کتابخانه افزایش چشم گیری داشت و همانطور که انتظار میرفت وضعیت به طور محسوسی نسبت به قبل بهبود یافت. مسئولین مدرسه نیز از تغییرات صورت گرفته رضایت کامل خود را ابراز داشتند و اقدامات در ارزیابی های صورت گرفته مثبت تلقی شد.