

چگونه می توانم باور اشتباه دانش آموزم را نسبت به خود و توانایی هایش اصلاح کنم؟

نام و نام خانوادگی نویسنده مسوول: فاطمه سادات یونسی کنتی

<sup>1</sup> کارشناسی ارشد، فیزیک هسته ای، دانشگاه الزهرا س و دانشگاه آزاد تهران شمال

اداره آموزش و پرورش شهرستان قم، آموزشگاه نرجس جمکران یک

آدرس پست الکترونیک: fyounesi313@gmail.com

شماره تماس: 09120369799

چکیده:

بی شک در طی یک سال تحصیلی، هر معلمی در ارتباط با دانش آموزان با مواردی مواجه می شود که ذهن معلم را درگیر می کند. این موارد ممکن است مربوط به زمینه های آموزشی، تربیتی، شخصیتی و زمینه های دیگر باشند. اما چیزی که حائز اهمیت است این نکته است که توجه به برخی از این موارد و پیگیری آن برای مدتی، هر چند کوتاه اثرات بسیار خوبی بر جای خواهد گذاشت و چه بسا مشکلاتی در همین مسیر کاملاً برطرف شوند.

اقدام پژوهی به معنای تحقیق و پژوهش حین انجام فعلیت و آزمایش بر روی حرفه ای است. (1) همانطور که می دانیم بسیاری از مشکلات آموزشی دانش آموزان به مشکلات تربیتی یا شخصیتی آنها بر می گردد و در صورتی که علت اصلی آن مشکل، مورد بررسی واقع شود مشکلات آموزشی نیز تا حد زیادی مرتفع می شود. از این رو قصد دارم یکی از مواردی که در بین دانش آموزان کلاس به آن برخورد کردم را، در این مقاله مورد بررسی قرار دهم.

واژگان کلیدی: خود باوری، خرافات، توانایی، پیشرفت

## 1- مقدمه : (مقدمه، بیان مسئله، ضرورت، بیان اهداف، سوالات پژوهش، مبانی نظری، پیشینه پژوهش)

یادگیری دانش آموز زمانی در یک فرایند درست اتفاق می افتد که دانش آموز از نظر شرایط ذهنی، ارتباطی، خانوادگی و آموزشی و مواردی از این قبیل در یک سطح معمول قرار داشته باشد. بر این اساس، هدف از این پژوهش تقویت خودباوری و آگاهی از توانایی ها در دانش آموزانی است که به هر دلیلی خود را باور ندارند، توانایی های خود را دست کم می گیرند و در میدان عمل خود را می بازند. همچنین اهداف مقطعی پژوهش نیز عبارتند از تغییر شیوه نگرش دانش آموز به خود، برجسته سازی توانایی های فعلی او، ایجاد انگیزه و علاقمندی برای انجام فعالیتهای مختلف در او، ارائه ی روشهای متفاوت و مناسب برای مطالعه به دانش آموز، مشاهده تغییرات موثر در ارزشیابی ها و فعالیتهای کلاسی دانش آموز.

## 2- توصیف وضع موجود :

اینجانب فاطمه سادات یونسی با میزان تحصیلات کارشناسی ارشد در رشته فیزیک هسته ای و 6 سال سابقه خدمت غیر رسمی، در سال تحصیلی 1402-1403 با سمت آموزگار پایه ششم در دبستان نرجس جمکران یک واقع در ناحیه 1 قم مشغول به انجام خدمت هستم. این آموزشگاه 9 کلاس درس در سه پایه ی چهارم، پنجم و ششم دارد. این مدرسه دارای 300 دانش آموز و 4 نفر کادر اجرایی و 9 آموزگار است. از نظر اقتصادی و فرهنگی و میزان سواد، خانواده های دانش آموزان در وضعیت زیر متوسط هستند. دانش آموزان کلاس بنده 35 نفر و در سطحی مشابه با دانش آموزان دیگر مدرسه قرار دارند. در سال تحصیلی مورد نظر (1402-1403) در بین دانش آموزان کلاس یکی از مواردی که توجه مرا به خود جلب کرد دانش آموزی است که از نظر درسی بسیار ضعیف است و می توان گفت در هیچ یک از زمینه ها عملکرد خوبی ندارد، چه در فعالیت های شفاهی، کتبی و گروهی و چه در موضوعات مختلف ریاضی، علوم، هنر، ورزش و.... اما آنچه مرا به بررسی در این زمینه علاقمند کرد این است که هر بار، بعد از عملکرد ضعیف این دانش آموز در زمینه های مختلف وقتی دلیل را از او جویا می شوم او ادعا می کند که هیچ چیز را به خاطر نمی سپارد و از یاد می برد، یعنی صراحتاً می گوید که مدتی است حافظه خود را از دست داده است و به همین دلیل عملکرد ضعیفی دارد.

### 3- شواهد (1) :

در سال تحصیلی (1402-1403) دانش آموزی در کلاس حضور دارد که مسئله ی مربوط به ایشان در بالا مطرح شد. عملکرد ضعیف دانش آموز در همه زمینه ها و ادعای او مبنی بر از دست دادن حافظه اش مرا بر آن داشت که او را برای مدتی مورد بررسی و تحت نظر قرار دهم.

برای اطمینان از تشخیص درست مسئله، این دانش آموز را در ساعت های مختلف درسی، در فعالیتهای مختلف گروهی و فردی، در ساعات مختلف روز و در فعالیت های ذهنی و فیزیکی مورد بررسی و مشاهده قرار دادم. دانش آموز از نظر جسمی بسیار نحیف و لاغر است (قد 168-وزن 44 کیلوگرم) و وضعیت اقتصادی نسبتاً خوبی دارد، در ساعت های تفریح همیشه در حال خوردن خوراکی های مختلف است، یعنی توان خرید چند خوراکی در هر روز را دارد. ضمن اینکه دوغ یکی از خوراکی هایی است که حتماً هر روز می خورد. هر چند روز یک بار در کلاس ابراز معده درد شدید می کند.

در پاسخ به این سؤال که چرا عملکرد خوبی در پرسش شفاهی و کتبی ندارد یک جواب دارد و آن این است که من درس نمیخوانم اما چیزی در ذهنم باقی نمی ماند و همه چیز را فراموش می کنم.

تکالیف ریاضی دانش آموز توسط مادر کامل می شود. در درس های دیگر نیز اکثر فعالیتها و تکالیف توسط مادر انجام می شود.

او دوست صمیمی ندارد، ارتباطش با دانش آموزان دیگر معمولی است اما در کارهای گروهی معمولاً مسئولیتی که به عهده دارد، خوب انجام نمی دهد. معمولاً حواسش پرت است و تمرکز کمی دارد. در پرسش شفاهی اضطراب دارد و با انگشتان دستانش بازی می کند و با صدایی بسیار آرام و با تردید درس را پاسخ می دهد که در اکثر موارد پاسخ اشتباه است. پس از صحبت با دانش آموز، او دلیل ضعف هایش را اینگونه عنوان کرد که دو سال پیش، پس از ابتلا به کرونا و بهبودی آن، با تزریق دارویی که دکتر تجویز کرد، حافظه ام را از دست داده ام و هیچ مطلبی به مدت طولانی در ذهنم باقی نمی ماند. یعنی درس می خوانم ولی چیزی به خاطر نمی آید تا پاسخ دهم.

پس از بررسی ظاهری خود دانش آموز و صحبت با او، از مادر دانش آموز دعوت کردم تا به مدرسه بیایند و از ایشان در مورد دانش آموز و وضعیت خانه و خانواده سوالاتی پرسیدم. مادر اینطور خانواده را توصیف کرد که پدر خانواده 14 سال است که در بستر و بیمار است و ایشان سرپرست خانوار هستند، 3 فرزند دارد و این دانش آموز آخرین فرزند آنهاست. ضمناً برادر و خواهر بزرگتر او هر دو کمک خرج خانواده هستند. مادر دانش آموز حرفهای ایشان را در مورد از دست دادن حافظه تکرار کرد به اضافه اینکه معتقد بود در یک بازه ی زمانی در سال گذشته جن وارد جسم دخترش شده و پس از تلاشهای بسیار و مراجعه به رمال ها از جسم او خارج شده است. بعد از این اتفاق او شرایط روحی مناسبی نداشته است و به مشاور مراجعه کرده اند و پزشک مشاور دارو برای تجویز کرده و او مصرف می کرده است. اما مصرف دارو و مراجعه به مشاور پس از چند جلسه خودسرانه قطع شده است.

مادر همچنین تاکید کرد که دخترش بیشتر اوقات با گوشی سرگرم بازی است، درس هم می خواند اما خیلی تلاش نمی کند. پس از صحبت با مادر دانش آموز با معلم سال گذشته دانش آموز و اولیای مدرسه پیرامون دانش آموز صحبت کردم. همه عوامل مدرسه از دانش آموز و مادر او، به اضافه ی همه آنچه برای من تعریف کرده بود اطلاعاتی داشتند چرا که همین مباحث در سال گذشته نیز توسط دانش آموز و مادرش مطرح شده بود.

ضمناً دانش آموز سال گذشته در کلاسی تحصیل کرده که معلم کلاس ، دانش آموزان را به سه دسته قوی، متوسط و ضعیف تقسیم می کرده است. دسته ها جدا از هم و هریک در ستونی از کلاس قرار می گرفتند. همچنین دانش آموز در سالهای گذشته نیز از نظر درسی بسیار ضعیف بوده و عملکردی در حد نیاز به تلاش داشته است.

## 4- تجزیه تحلیل اطلاعات (یافتن راه حل) :

- در تحلیل اطلاعات جمع آوری شده در ارتباط با دانش آموز مورد نظر زمینه های مورد بررسی را دسته بندی می کنیم:
- شرایط خانوادگی: با توجه به اینکه پدر دانش آموز سال ها در بستر بیماری است می توان نتیجه گرفت که دانش آموز از نظر روحی، آسیبی دیده است که همچنان آثارش برقرار است که قطعا منجر به اضطراب، کمبود اعتماد به نفس و مواردی از این قبیل شده است.
  - در خانواده محصل دیگری غیر از این دانش آموز وجود ندارد و چون برادر و خواهر بزرگتر معمولا با تلفن همراه سرگرم هستند دانش آموز نیز تحت تاثیر آنها زمان زیادی با گوشی می گذراند و انگیزه یا عامل رقابتی برای انجام تکالیف و درس خواندن ندارد.
  - شرایط سلامت و تغذیه: دانش آموز در تغذیه روزانه خود به جای مواد مغذی و گرم معمولا مواد غذایی سرد مانند دوغ را مصرف می کند. اثر سردی بر فعالیت مغز و همه سیستم های بدن غیر قابل انکار است. از عوارض مصرف زیاد سردی در بدن، دل درد، اضطراب، خستگی و... است (2)، که ما با برخی از آنها در این دانش آموز مواجهیم.
  - با توجه به قد دانش آموز، وزن او در محدوده ی استاندارد قرار ندارد. و چون دانش آموز فعالیت بدنی زیادی ندارد شاید بتوان مشکلی در ترشح هورمون های او وجود داشته باشد که نیاز به بررسی دارد.
  - شرایط تربیتی دانش آموز: دانش آموز از نظر اخلاقی و اعتقادی مشکل خاصی ندارد اما اعتقاد به خرافات و رفتن جن در وجود او با توجه به اینکه از طرف مادر مطرح و حمایت می شود، از طرف دانش آموز پذیرفته شده است. این مسئله این باور را در ذهن دانش آموز ایجاد کرده است که با اتفاقی که برایش رقم خورده است برای همیشه او حافظه اش را از دست داده است و این مشکل قابل اصلاح نیست. نکته مهم القای این مسئله به او از طرف مادر از سال گذشته تا کنون است.
  - شرایط ارتباط با همسالان: دانش آموز ارتباط زیادی با دیگر دانش آموزان کلاس ندارد که این مسئله می تواند ریشه در عدم اعتماد به نفس و اضطراب وی داشته باشد. عدم موفقیت در هر زمینه ای باعث سرخوردگی هر فردی می شود مخصوصا اگر به کرات تکرار شود.
  - شرایط محیط آموزشی: دانش آموز سال گذشته در کلاسی بوده است که او را در گروه ضعیف دسته بندی کرده اند و او نتوانسته خود را به گروه بالاتر انتقال داده و جایزه دریافت کند. ضمن احترام به روش تدریس همه همکاران عزیز فکر می کنیم اینکه دانش آموز یک سال تحصیلی خود را در رده ضعیف کلاس ببیند اثر سوء ی روی او خواهد گذاشت. این دانش آموز خودباوری را از دست می دهد و به این نتیجه می رسد که توان ارتقا ندارد. اگرچه ممکن است در این روش جداسازی، دانش آموزی هم وجود داشته باشد که به غیرتش بر بخورد و برای بالا کشیدن خود از گروه ضعیف به متوسط تلاش کند. اما آنچه مسلم است این است که اثر سوء این روش بیش از منفعت آن است

## 5- انتخاب راه حل و اعتبار بخشی :

پس از گردآوری اطلاعات و داده های لازم از طریق بررسی و مشاهده ، مصاحبه و تجزیه و تحلیل آنها راهکارهای زیر را برای رسیدن به اهداف این پژوهش پیشنهاد کردم:

- ارتباط خانواده با معلم: هماهنگی با خانواده دانش آموز مخصوصا مادر برای انجام برخی فعالیت های هدفمند که لازم است در منزل پیگیری و دنبال شوند، بسیار حائز اهمیت است. ابتدا باید خانواده را تا حد امکان با خود همراه کنیم یعنی از مادر بخواهیم پیگیر اوضاع درسی دانش آموز بوده و با معلم در ارتباط باشد.

- برنامه ریزی برای فعالیت روزانه دانش آموز: با برنامه ریزی ساعات مفید دانش آموز می توان میزان استفاده او از تلفن همراه را تا حد زیادی کاهش داد و زمان مناسب برای درس خواندن او تعریف کرد. این مرحله فقط با هماهنگی و نظارت خانواده قابل اجراست.

- بررسی سلامت جسمانی دانش آموز: با معرفی دانش آموز به مراکز درمانی و درخواست بررسی عملکرد غدد و هورمون های وی ، علت لاغری ، معده درد دائم و خستگی او بررسی شود.

- اصلاح تغذیه دانش آموز: از مادر دانش آموز بخواهیم به جای در اختیار گذاشتن پول نقد و خرید خوراکی های ناسالم ، از یک میان وعده سالم خانگی برای تغذیه او استفاده کنند. ضمنا پس از اطلاع از نوع مزاج دانش آموز در صورت نیاز از خوردن سردی ها او را حداقل برای مدتی منع کنند.

- ارائه روش مطالعه به دانش آموز: برای اصلاح این تفکر که حافظه دانش آموز از دست رفته است، به او چند روش مطالعه برای دروس مختلف پیشنهاد کنیم. مثلا روش خلاصه نویسی برای مطالعات، روش نموداردرختی برای علوم

- استفاده از روشهای جذاب برای آموزش: استفاده از بازی ها معمولا دانش آموزان را در دوره ابتدایی به وجد می آورد . به منظور همراه کردن دانش آموز با درس و ارتباط با دوستانش از بازی های گروهی کمک می گیریم. همچنین کمک گرفتن از دست ورزی در درس ریاضی نیز برای دانش آموز جذاب خواهد بود.

- مسئولیت دادن به دانش آموز در کلاس و مدرسه: یکی از راههای افزایش اعتماد به نفس و خودباوری در دانش آموزان مسئولیت دادن به آنهاست. می توان در کلاس از او به عنوان نماینده، مسئول کتابخانه کلاس، نماینده بهداشت و در مدرسه نیز به عنوان نماینده نماز یا انتظامات استفاده کرد.

- استفاده از تشویق ها: در صورت انجام درست مسئولیتها ، برنامه ریزی روزانه یا پرسش های شفاهی و کتبی حتما با یک تشویق به موقع انگیزه دانش آموز را تقویت کنیم.

- برجسته سازی استعداد ها و توانایی های مختص دانش آموز: با توجه به اینکه در اکثر فعالیت ها، دانش آموز عملکرد ضعیفی دارد می توان روی توانایی های مختص او مثلا قد بلندش به عنوان یکی از توانایی هایش تاکید کرد.

- استفاده از گروه های کلاسی: دانش آموز را در گروهی از کلاس قرار دهیم که سرگروهی با انگیزه و مشتاق کمک به او داشته باشد. معلم در گروه های دوستی گاهی در زمان کمتر نتیجه ای می گیرد که نسبت به فعالیت فردی واقعا قابل توجه است. پس، از ظرفیت دانش آموزان دیگر کلاس و دوستانش کمک میگیرم.

- تمرین کردن مباحث اصولی در درس های ریاضی و فارسی از پایه های پایینتر: با توجه به عملکرد ضعیف دانش آموز در کلیه دروس برای تقویت درس ریاضی و فارسی نیاز است که مباحث پایه ای از سالهای اولیه مقطع ابتدایی با ایشان تمرین شود و تکالیفی در همان سطح از وی خواسته شود.

- توجه مستقیم و بدون واسطه به دانش آموز در تدریس و دیدن تکالیف: دانش آموز باید احساس کند که برای معلم دارای ارزش و اهمیت است، این نکته باعث بالا رفتن عزت و اعتماد به نفس او شده و تکرار ارتباط مستقیم با معلم اضطراب او را کاهش می دهد.

- استفاده از آزمون کتبی به جای پرسش شفاهی در مورد این دانش آموز: با توجه به اضطراب دانش آموز در پرسش شفاهی از او می خواهیم به سوالات کتبی پاسخ دهد. با یک آزمونک می توان سطح دانش او را با اضطراب کمتر ارزیابی کرد.
- چک کردن مداوم برنامه روزانه: پس از برنامه ریزی فعالیت های روزانه در ابتدای روز بعد، از میزان اجرای درست برنامه اطمینان حاصل کنیم. در صورت نیاز به تذکر یا اصلاح اقدام لازم را انجام دهیم.
- همکاری معلم سال گذشته ی دانش آموز: از معلم سال گذشته وی بخواهیم هر زمان که در مدرسه با دانش آموز روبرو می شود پیشرفت و ارتقای او را به زبان بیاورد و او را تشویق کند. با این روش می توان احساس ضعیفی که در او نهادینه شده است را تا حد زیادی از بین برد.
- معرفی دانش آموز به مراکز مشاوره از طرف مدرسه: دانش آموز را به مراکز مشاوره ناحیه یک معرفی کنیم و از مادر بخواهیم تا هر زمان که مشاور تشخیص می دهد در ادامه برگزاری جلسات مشاوره همکاری داشته باشند و کوتاهی نکنند.

## 6- اجرای راه حل و نظارت :

از بین راهکارها و راه حل های مطرح شده موثرترین اقداماتی که انجام دادم، موارد زیر بود:

- هماهنگی با مادر برای انجام ندادن تکالیف توسط ایشان
- برنامه ریزی برای درس خواندن و استفاده کمتر از گوشی
- ارائه روشهای مطالعه متفاوت با گذشته
- مسئولیت دادن به دانش آموز و توجه بیشتر به او
- استفاده از پرسش کتبی به جای پرسش شفاهی

هریک از راهکارهای فوق تاثیر قابل توجهی در بهبود وضعیت آموزشی و تحصیلی و همچنین تربیتی این دانش آموز داشته اند.

با تغییر بینش دانش آموز در شناخت و باور خود و تواناییهایش، تغییرات جالبی در زمینه های دیگر زندگی او پدید آمد که زنجیره وار آنها را به یکدیگر مرتبط می کرد. تغییر در رویکرد به تغییر در ارتباط او با همسالان و خانواده و اولیای مدرسه انجامید و این خود زمینه ای برای تغییر شرایط روحی و اضطراب او ایجاد کرد.

قطعا بروز موفقیت در هر زمینه ای آمیخته با شرایط روحی و جسمی هر فرد است که همه ی موارد فوق در بهبود آن نقش دارند.

در این مرحله نظارت و کنترل خانواده روی تغذیه و استفاده او از تلفن همراه با برنامه ریزی و انجام درست تکالیف او تا حد نسبتا خوبی انجام شد. پیگیری و نظارت من به طور تقریبا نامحسوس از طریق مادر دانش آموز استمرار داشت و در صورت نیاز بنده هم ورود پیدا می کردم و با صحبت یا بیان مضرات و فواید آنها برای کلیه دانش آموزان سعی می کردم تا دانش آموز را آگاه کنم.

در فعالیتهای کلاسی و اقداماتی که به همکاری دانش آموزان نیاز بود، این دانش آموز از قد بلندش برای کمک به دوستانش استفاده می کرد و با قدردانی آنها مواجه می شد. احساس مطلوب و حس مفید بودن که از این ماجرا به او دست می داد واقعا توصیف شدنی نیست.

## 7- شواهد (2) توصیف وضع مطلوب :

با توجه به استمرار این موضوع و به کارگیری راهکارهای مطرح شده، با ارائه ی روش های متفاوت مطالعه و برنامه ریزی روزانه و توجه خاص (متناسب با استعدادهايش) به این دانش آموز خوشبختانه نتایج خوبی حاصل شد.

از جمله اینکه عبارت “حافظه ام را از دست داده ام” یا “همیشه فراموش میکنم” را دیگر از او نشنیدم ، به مراتب شاهد اضطراب در او کمتری بودم، با برنامه درس می خواند (هر چند کم) و همچنین در مواردی که متوجه مطلبی در درس های مختلف نمی شود، حتما به من مراجعه کرده و سعی می کند تا ابهامش را برطرف کند.

این مرحله یعنی رسیدن به نقطه ای که دانش آموز کوچکترین قدم را برای رفع ابهام در ذهنش برمی دارد و مشتاق یادگیری می شود بسیار برای من با ارزش و حائز اهمیت است.

از آنجایی که احساس بهبود در یادگیری دارد، با بالارفتن اعتماد و عزت نفس می تواند به راحتی مسائل خود را مطرح کند و در روابط دوستانه عملکرد بهتری نسبت به گذشته داشته باشد.

با تمرکز و نظارت والدین در زمینه تغذیه او اصلاحاتی انجام شد و از مواد ساده ای مانند مغزیجات که برای مغز مفیدند و طبعی گرم دارند بیشتر در برنامه غذایی روزانه او استفاده شد.

استفاده از تلفن همراه با رعایت زمان و طبق برنامه ریزی اولیا انجام می شد و با این برنامه دانش آموز تکالیفش را درست و به موقع انجام می داد. البته در کیفیت تکالیف با توجه به پایه ضعیف او در درس ریاضی و فارسی مشکلاتی هنوز وجود دارد که هدف ما در این پژوهش برطرف کردن آنها نیست، اما به وضوح می توان دریافت که با تغییر در مواردی که در این پژوهش به آن پرداخته ایم به نسبت بسیار زیادی در وضعیت تحصیلی او اتفاقات خوبی رخ خواهد داد.

## 8- ارزیابی نهایی و اعتبار سنجی :

در بررسی اقدامات انجام شده می توان گفت در مواردی که راهکار با هدف تقویت روحیه، رفع اضطراب، افزایش اعتماد به نفس، تغییر نگرش به توانایی های خود و مسائلی از این قبیل انجام شد توانستیم به نتایج خوبی دست پیدا کنیم، که البته این نتایج با همکاری خوب مادر دانش آموز حاصل شد.

اما در راهکارهایی که همکاری معلم های سالهای گذشته او مورد نیاز بود موفقیت چندانی حاصل نشد. به این دلیل که شاید همه ما فکر می کنیم که روش درستی را به کار می گیریم و نیازی به مطالعه و روزرسانی دانسته هایمان نداریم.

در راهکارهایی که بهبود وضعیت تحصیلی و آموزشی دانش آموز نتیجه مستقیم آنها بود، تا حد نسبتا خوبی نتیجه مطلوب را کسب کردیم. علت عدم موفقیت نسبی در این مرحله به پایه ضعیف علمی دانش آموز بر می گردد که با ارجاع او به کتابهای سال های ابتدایی تحصیل تا حد خوبی این مسئله را از پایه بهبود بخشیدیم.

باید این نکته را یاد آور شد که همه این موارد زمانی به خوبی نتیجه می دهند که استمرار داشته باشند و با نظارت و پیگیری اولیای خانه و مدرسه همراه باشند.

## 9- نتیجه گیری و پیشنهادات :

در این پژوهش دانش آموزی که خود را باور ندارد و دست کم می گیرد، از چند بعد و از چند طریق مورد بررسی قرار گرفت. نقش مهم خانواده و شرایط خانوادگی همچنان که انتظار می رفت در شکل گیری این نگاه و رویکرد موثر بوده اند و علاوه بر آن روش خاصی که معلم سال گذشته در کلاس در مورد دانش آموزان اجرا می کرده است، نیز متأسفانه تأثیر نامناسب خود را بر جای گذاشته است.

دربارگی از ابعاد به راحتی توانستیم راهکاری پیشنهاد کنیم و با کمک و همراهی خانواده تا حد خوبی آن را اجرا کنیم. اما در برخی از راهکارها و اجرای آنها موفقیت زیادی حاصل نشد. اگرچه این روند نیاز به زمان بیشتر و حوصله کافی و استمرار در اجرای راهکارها دارد، تا انشاءالله نتیجه مطلوب تا حد زیادی حاصل شود، ولی بحمدالله نتایج پژوهش تا حد زیادی رضایت بخش بوده است.

## پیشنهادهای :

- پیشنهاد می‌کنم برای جلوگیری از آسیب‌هایی که دانش‌آموزان از طریق محیط آموزشی و اولیای مدرسه متحمل می‌شوند، روند ارزیابی و نظارت بر شیوه تدریس، ارزشیابی، تشویق و تنبیه دانش‌آموزان توسط بازرسان مدارس، راهبران آموزشی و معاونین مدارس بازبینی شود و اگر در هر یک از این مراحل خللی مشاهده می‌شود با ارائه راهکار به همکار و تصحیح آن از آسیب‌های احتمالی به اعتماد به نفس و عزت نفس دانش‌آموزان جلوگیری شود.
- پیشنهاد می‌کنم در مدارس کمتر توسعه یافته که نیاز بیشتری به مربی بهداشت و راهنمای تغذیه دارند حتماً این خلا پر شود و دانش‌آموزان در زمینه بهداشتی و تغذیه به آگاهی نسبی برسند.
- پیشنهاد می‌کنم همکاران عزیز در قضاوت دانش‌آموزان نظریه<sup>3</sup> "big picture" را مد نظر قرار دهند و دانش‌آموز را در یک تصویر بزرگتر از زندگی شخصی‌اش مشاهده کنند و سپس او را قضاوت کنند. یک دانش‌آموز با پدری که 14 سال در بستر بیماری و همواره مقابل چشمانش بوده است قطعاً با دانش‌آموزی که در کنار خانواده و در رفاه و آرامش به سر می‌برد یکسان نیست. دیدن تفاوت‌ها در دانش‌آموزان و راهکار منحصر به فرد برای مسئله‌ی مربوط به آنها می‌تواند نجات بخش زندگی یک دانش‌آموز باشد.
- پیشنهاد می‌کنم در پژوهش‌های اقدام‌پژوهی با توجه به این که در دوره‌ی ابتدایی که شخصیت دانش‌آموز و باورهای او شکل می‌گیرد و گاهی او را متحول می‌کند توجه به قسمت تربیتی و اعتقادی و شخصیت دانش‌آموز را هدف اصلی کار قرار دهیم و در کنار آنها به تحصیل و آموزش دروسی مانند ریاضی و علوم توجه کنیم. چرا که پس از پایان این دوره دانش‌آموز وارد مرحله‌ای از زندگی می‌شوند که طغیان هیجانات و احساسات در آن به وفور مشاهده می‌شود. با پژوهش‌های اقدام‌پژوهی می‌توان در این زمینه اصلاحاتی انجام داد که نتایج آن در آینده بسیار قابل توجه است.
- پیشنهاد می‌کنم در همه مدارس بخصوص در مناطق روستایی و کم‌برخوردار حتماً مشاور در مدرسه حضور داشته باشد. با توجه به اینکه از نظر وضعیت اقتصادی این خانواده‌ها در مضیقه هستند و همه اعضای خانواده کار می‌کنند دانش‌آموزان زیادی نیاز به حمایت مشاور در مدارس دارند. اگرچه این نکته قابل درک است که در سازمان آموزش و پرورش با کمبود مشاور مواجه هستیم، اما می‌توان با برنامه‌ریزی حتی یک روز در هفته، چند مدرسه از حضور مشاور بهره‌مند شوند.

## منابع :

بخش مراجع در انتهای مقاله قرار می‌گیرد و عنوان آن دارای شماره نیست. شماره مراجع پایانی به ترتیب حروف الفباء می‌باشد. تمام مراجع حتماً باید در متن مقاله مورد ارجاع واقع شده باشند.

1. محمدرضا آهنگچیان. مهدی محمد آقایی. اقدام‌پژوهی. 1392.
2. [www.tribnews.ir/fa/news/3800278](http://www.tribnews.ir/fa/news/3800278) خبرگزاری صدا و سیما
3. علی رضاییان. نظریه تصویر و کاربرد آن در تصمیم‌گیری فردی و سازمانی. 1398.

پیوست ها :