

بررسی نقش خانواده در بهبود فویبای مدرسه در کودکان

مینومیری^۱ (نویسنده مسئول)، شادی شوشتری^۲، فاطمه بدرام^۳، سید علیرضا قاسمی^۴

چکیده:

ترس از مدرسه، یا همان فویبای مدرسه، نگرانی شایع در میان کودکان و نوجوانان است که می تواند به صورت های مختلفی مانند اضطراب، بیقراری، گریه و حتی امتناع از رفتن به مدرسه بروز کند. این ترس می تواند ناشی از عوامل متعددی باشد؛ از جمله تجربیات منفی در مدرسه، مشکلات اجتماعی با همسالان، فشارهای تحصیلی، یا حتی اختلالات اضطرابی زمینه ای. روش انجام این پژوهش کتابخانه ای از نوع توصیفی - تحلیلی و به بررسی نقش خانواده در بهبود فویبای مدرسه در کودکان می پردازد. نتایج بررسی ها نشان داد که نقش والدین در مواجهه با ترس از مدرسه بسیار مهم است. درک و همدلی والدین با فرزندشان، اولین قدم در حل این مشکل است. والدین باید به کودک اطمینان دهند که ترس او را می فهمند و به او کمک خواهند کرد تا بر این احساس غلبه کند. اجتناب از تحقیر یا بی اهمیت جلوه دادن ترس کودک، بسیار حائز اهمیت است. خانواده ها با درک صحیح این اختلال، ایجاد محیطی حمایتی و صمیمی، و همکاری با متخصصان، می توانند نقش تعیین کننده ای در بهبود فویبای مدرسه و بازگشت کودک به یک زندگی شاد و شرایط تحصیلی موفق داشته باشند.

واژگان کلیدی: ترس از مدرسه، خانواده، کودک

^۱ استادیار گروه آموزش روانشناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، صندوق پستی ۸۸۹-۱۴۶۶۵، تهران، ایران. m.miri@cfu.ac.ir

^۲ دانشجوی کارشناسی راهنمایی و مشاوره دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.

^۳ دانشجوی کارشناسی راهنمایی و مشاوره دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.

^۴ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه بیرجند، بیرجند، ایران

۱- مقدمه :

نهاد خانواده اساسی ترین و اولین محیط اجتماعی شدن است. کودک از بدو تولد در دامن خانواده نمو و نما می یابد و سپس در کنار دیگر نهادهای اجتماعی شدن ارتباط خویش را با آن حفظ می کند (صالحی فر، ۱۳۹۷). بین تمام ابعاد شخصیت کودکان با سطح عملکرد خانواده رابطه معنادار وجود دارد (دوستی، هدایتی همدانی، ۱۳۹۵). مسئله تربیت، از نیازهای ضروری و مهم هر جامعه انسانی محسوب می شود. در این میان، تربیت کودک وظیفه خطیری است که به ویژه برای والدین مسئولیت آفرین است و کیفیت تحقق آن می تواند برای فرد، خانواده و جامعه سرنوشت ساز باشد (کیان، ۱۳۹۴). روانشناسان بر این باورند که عمده شخصیت فرد در همان سال های اول زندگی شکل می گیرد؛ بنابراین بهترین دوران برای تربیت هر فرد دوران کودکی است (کیان، ۱۳۹۴). عملکرد خانواده کیفیتی است که از عوامل متعدد روانی - شخصیتی اجتماعی - اقتصادی و فرهنگی تأثیر می پذیرد (دوستی، هدایتی همدانی، ۱۳۹۵). سلامت جسمی و روحی کودک، مستلزم وجود فضای امن در محیط خانواده می باشد (اکبرینه، ۱۳۹۲).

کودکان تحت آزار در کسب مهارت های بنیادی در دامن خانواده دچار مشکل می شوند، مهارت های اصلی فکر کردن را به دست نمی آورند و اعتماد به نفس ضعیفی خواهند داشت و رشد معنوی - اجتماعی مناسبی ندارند (هاشمی، آذری، کریمی طالقانی، ۱۳۹۸). از ترس های دوران کودکی مدرسه هراسی است که گاهی امتناع از مدرسه نامیده می شود (خانجانی، هاشمی، پیمان نیا، آقاگل زاده، ۱۳۹۳). ترس از مدرسه یک مقوله اجتماعی است که به شکلی گسترده از سوی جامعه شناسان مورد مطالعه قرار گرفته است (ملکی، انصاری، مهاجری، ۱۳۹۸). این اختلال پیامدهای تحصیلی و اجتماعی جدی برای کودک دارد و می تواند بی اندازه ناتوان کننده باشد (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). اضطراب و ترس از مدرسه سبب اجتناب و بی میلی شدید دانش آموز برای رفتن به مدرسه می گردد به طوری که کودک به بهانه های گوناگون از رفتن به مدرسه اجتناب می ورزد و همین امر سبب عدم یادگیری دروس و عقب ماندگی از سایر همکلاسی هایش می شود (نادعلی پور، بی تا). کودکان مبتلا به مدرسه هراسی بیشتر از خانواده های در هم پیوسته هستند که سازمان دهی و قانون مندی ضعیفی دارند و در هم گیری هیجانی در آنها زیاد است ممکن است والدین دائماً ناامید و یا مأیوس باشند احساس گناه کنند یا آنکه خود را متهم بدانند (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). نحوه برخورد والدین با فرزندان و سبک فرزندپروری آنها، تأثیر اساسی بر رشد اجتماعی کودک می گذارد (انگاسی، عارفیان، تاشک، ۱۳۹۴).

منظور از شیوه های فرزند پروری، روش هایی است که والدین برای تربیت فرزندان خود به کار می گیرند و بیانگر نگرش هایی است که آنها نسبت به فرزندان خود دارند و همچنین شامل معیارها و قوانینی است که برای فرزندان خویش وضع می کنند (انگاسی و همکاران، ۱۳۹۴). سبک فرزند پروری مقتدرانه به ایجاد رفتار مطلوب اجتماعی و سطح پایین تر رفتار پرخاشگرانه منجر می شود؛ و فرزندان آنها مشکلات رفتار کمتری در ۵ سالگی نشان می دهند (تیموری، یوسفی، ۱۳۸۷). فرزندان خانواده های دیکتاتور در پردازش پیام های والدین خود و دیگران با مشکل مواجه هستند؛ اگرچه فرزندان سبک دیکتاتور از والدینشان اطاعت می کنند ولی آنها از مراقبین خود در ترس دائم به سر می برند و در واقع می خواهند از عواقب رفتاری تا آنجا که ممکن است اجتناب کنند (تیموری، یوسفی، ۱۳۸۷).

والدین بیش از حد سهل گیر، به انجام رسیدن فعالیت های رشدی و آموزش مهارت های زندگی را در کودکان به تأخیر می اندازند و از عوامل مرتبط با ایجاد اختلالات اضطرابی در کودکان هستند. با افزایش پذیرندگی والدین، اضطراب جدایی و مدرسه هراسی کودکان کاهش می یابد. با افزایش بیش حمایت گری والدین، اضطراب جدایی، اضطراب اجتماعی و مدرسه هراسی کودکان افزایش می یابد. با افزایش طرد کنندگی والدین اضطراب جدایی و مدرسه هراسی در کودکان کاهش می یابد (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). دانش آموزان سرمایه های اصلی هر جامعه ای به شمار می رود که قادرند با عملکرد تحصیلی موفق زمینه را برای پیشرفت خود مهیا سازند. آموزش خود

مهربانی می تواند با بکارگیری مهربانی با خود و دیگران حمایت اجتماعی افراد را افزایش داده و سبب بهبود سازگاری اجتماعی آنها شود (صفاری بیدهندی، اسدزاده، فرخی، درتاج، ۱۴۰۰).

۲- روش شناسی :

شیوه نگارش این بررسی از نوع توصیفی - تحلیلی و به بررسی نقش خانواده بر بهبود فویای از مدرسه می پردازد.

۳- بحث درباره یافته ها

خانواده:

خانواده به عنوان مهم ترین نهاد اجتماعی و والدین اولین کسانی هستند که با رفتار و گفتار خود شالوده شخصیت کودک را پایه گذاری می نماید (عابدینی، ۱۳۸۷). خانواده یکی از نهادهای مهم و کلیدی به شمار می آید و شخصیت اصلی و اولیه انسان در این نهاد شکل می گیرد (صالحی فر، ۱۳۹۷). بدون تردید ساخت خانواده و جایگاهی که کودک در خانواده دارد نقش مهمی در رشد شخصیت وی ایفا می کند (دوستی، هدایتی همدانی، ۱۳۹۵). والدین نقش مهمی در آینده فرزندان خود دارند (کیان، ۱۳۹۴). تربیت کودکی یکی از وظایف خطیر والدین است (دادخواه، ۱۳۹۹). تربیت اجتماعی از خانواده شروع می شود و از همان ابتدا باید کودک را با اصول و هنجارهای اجتماعی، هماهنگی و سازگاری مناسب با دنیای اجتماعی آشنا کرد. کودک ابتدا با زندگی در خانواده و بعدها در مدرسه و رابطه با همسالان، اجتماعی می شود (کیان، ۱۳۹۴). مناسب ترین زمان برای تربیت رفتاری مطلوب برای بکارگیری در دوران بعدی زندگی، زمانی است که هنوز شخصیت کودک شکل نگرفته است و مسئولیت این امر حساس بر عهده والدین و خانواده است (دادخواه، ۱۳۹۹). عملکرد خانواده در ابعاد هفت گانه حل مشکل ارتباط، نقش فردی، همراهی عاطفی، آموزش عاطفی، کنترل رفتار و عملکرد کلی خانواده تعریف می شود (دوستی، هدایتی همدانی، ۱۳۹۵).

خانواده سالم، زیر بنای تأمین سلامت جسمی و روانی کودک می باشد. در صورت وجود وضعیت مخاطره آمیز برای کودک در خانواده ناسالم آسیب های وارده به کودک غیر قابل جبران خواهد شد (اکبرینه، ۱۳۹۲). قرار گرفتن در یک محیط خانوادگی توأم با استرس یا در معرض خطر آزار و اذیت، می تواند مانع رشد جسمی و فکری کودک شود. کودکی که تحت مراقبت قرار نگیرد، در معرض سوء تغذیه و بیماری قرار دارد و برای یادگیری آمادگی و انگیزه کمتری خواهد داشت. این کودک نمی تواند خود را با مدرسه تطبیق دهد و ترک تحصیل و افت تحصیلی در او بیشتر دیده می شود (هاشمی و همکاران، ۱۳۹۸). در نظریه نظام های بوم شناختی برونفن برنر (۱۹۹۵) نیز بر این مسئله تأکید شده است که مدل تعاملات رفتاری میان والدین بر رشد روانی کودکان بسیار مؤثر است (پورسینا، طهماسیان، صادقی، ۱۳۹۳).

فویا و ترس از مدرسه:

اصطلاح فویا به هرگونه ترس شدید، غیرمنطقی و مزمن گفته می شود که اغلب نشان دهنده یک اختلال اضطرابی است (ترقی، منجزی، ناصرالاسلامی، ۱۴۰۱). فویا پاسخ های فرا گرفته شده است (عطاران، ۱۳۶۶). ترس یا فرار از مدرسه یک پدیده روانی-اجتماعی در کودکان است که به ویژه در ابتدای ورود به مدرسه نمود می یابد. و به لحاظ آثار سوء بالقوه ای که در رفتار کودک دارد از دیگر ترس های کودکی مهم تر است و باید دانست تمام بچه هایی که از رفتن به مدرسه اجتناب می ورزند، دچار ترس از مدرسه نیستند (نادعلی پور، بی تا). اضطراب مدرسه یک مسئله روانی - اجتماعی است که به صورت عدم حضور منظم یادگیرنده در مدرسه مشخص می گردد (صفاری بیدهندی و همکاران، ۱۴۰۰).

اصطلاح مدرسه هراسی بعد از اجباری شدن نظام آموزش و پرورش از قرن نوزدهم به وجود آمده است که به اشکال متفاوت مانند غیبت بدون اجازه از مدرسه، مدرسه گریزی، افت تحصیلی و اختلالات شخصیتی آشکار می شود (ملکی و همکاران، ۱۳۹۸). «هراس از مدرسه»، «گریز از مدرسه» و «رویگردانی از مدرسه» معنای یکسان ندارند، به طوری که در مدرسه گریزی دانش آموز به طور متناوب غیبت می کند و به مدرسه نمی رود و اولیا نیز از این موضوع غالباً اطلاعی ندارند و معمولاً به سبب تنبلی و برخورد نامناسب مدرسه است، ولی در روی گردانی از مدرسه کودک به طور پیوسته و به صورت مستمر به مدرسه نمی رود و خانواده (والدین) از رفتن او به مدرسه آگاهی دارند. رویگردانی از مدرسه به سبب ناتوانی کودک به عللی عاطفی درون خودش پیش می آید و عوامل خارجی و اجتماعی و روابط خانوادگی و مدرسه در آن مدنظر نیست (ملکی و همکاران، ۱۳۹۸).

گاهی کمرویی باعث ترس یا فرار از مدرسه می شود (نادعلی پور، بی تا). خودداری از رفتن به مدرسه در میان دختران و پسران به یک اندازه رایج است و عمدتاً بین سنین پنج شش ۱۰ و ۱۱ سالگی ظاهر می شود. ترس های مفرط و غیر معقول از مدرسه برای نخستین بار در دوره پیش دبستانی، کودکان یا کلاس اول نمایان می شوند و در کلاس دوم به اوج خود می رسند (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). مدرسه هراسی نوعی آشفتگی عاطفی وجود دارد که با اضطراب شدید همراه است (ملکی و همکاران، ۱۳۹۸). دو نوع مدرسه هراسی شناسایی شده است نوع شایع تر آن با اضطراب جدایی مرتبط است کودکان همواره نگران آن اند که وقتی از پدر و مادرشان دور هستند صدمه یا آسیبی برای پدر و مادرشان پیش بیاید (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). نوع دوم مدرسه هراسی با ترس واقعی از مدرسه ترسی که بطور خاص به مدرسه مربوط می شود همراه است. کودکان دچار این گونه مدرسه هراسی عموماً از رفتن به مدرسه خودداری می کنند و اجتناب شدید و فراگیر از مدرسه دارند ترس آنها بیشتر احتمال دارد به جنبه های خاص محیط مدرسه مربوط باشد (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۳).

به تناسب رشد و افزایش سن و یافتن شرایط حیات جمعی و انس با دوستان این حالت به طور تدریجی در افراد از بین می رود تا حدی که در سال های آخر دبیرستان افراد بسیار کمی را داریم که به چنین وضع شرایطی دچار باشند (علی قائمی، بی تا). در عین حال افرادی هستند که این حالت در آنان باقی مانده و تثبیت می شود و شخصیت حال و آینده شان را زیر سؤال می برد. صدماتی بر فرد وارد می سازد که بعدها حل و رفع آنها بسیار دشوار خواهد بود (علی قائمی، بی تا). مدرسه هراسی می تواند به اختلالات یادگیری برای دانش آموزان و مشکلات و آسیب های جدی برای خانواده ها، مدرسه و جامعه بینجامد (ملکی و همکاران، ۱۳۹۸). مدرسه هراسی نشانگر وجود اختلالات شناختی رفتاری در کودک است که غالباً روند یادگیری و آموزش را در آنان دچار اختلال می کند (کرمی توری، ۱۳۸۶). این اختلالات می تواند مشکلاتی برای کارکنان مدرسه و همه اعضای خانواده همچنین برای خود دانش آموز ایجاد کند (ملکی و همکاران، ۱۳۹۸). ترس و اضطراب از جمله مواردی است که اگر به موقع و به درستی به آن پرداخته نشود می تواند به تدریج به حالت بیمار گونه ای تبدیل شود و سلامت روانی کودک را به خطر اندازد و حداقل پیامد آن محدود شدن فعالیت عادی فرد می باشد (نادعلی پور، بی تا). بعضی از دانش آموزانی هستند که از رفتن به مدرسه دچار اضطراب و ترس می شوند و همین امر سبب نا آرامی و لجبازی آنها می شود و نظم کلاس را بر هم می زنند. حتی گاهی باعث می شود تا معلم دچار سر در گمی شود. و در کلاس آرامش رفتاری نداشته باشد (نادعلی پور، بی تا).

ترس از مدرسه اگر باعث نشود که دانش آموز درس و مدرسه را رها کند یک عمر همراهی زجر آور را همراه خواهد داشت (نادعلی پور، بی تا). کودک مبتلا به ترس از مدرسه ممکن است از نظر پیشرفت تحصیلی ضعیف نباشد (نادعلی پور، بی تا). اضطراب مدرسه می تواند آثاری منفی در سرتاسر زندگی فرد بر جای بگذارد و سلامت روانی فرد را تهدید کند. همچنین این اختلال بر خودکارآمدی، شکوفایی استعداد، شکل گیری شخصیت و هویت اجتماعی او تأثیر سوء می گذارد. در صورت عدم درمان فرد به تدریج به سمت ناامیدی، بی ارزشی، دلسردی، انزوا و بالاخره افسردگی و خودکشی سوق داده میشود که در نتیجه منجر به صدمات جبران ناپذیری بر پیکر خانواده می گردد (صفاری بیدهندی و همکاران، ۱۴۰۰). کودکان مدرسه هراس نمی توانند ترس هایشان را بازگو کنند (ملکی و همکاران، ۱۳۹۸).

پدیده ترس از مدرسه از جمله مشکلات مربوط به مدارس و خانواده ها است که خود به دلیل عوارض و پیامدهای اجتماعی روانی و خانوادگی نیازمند بررسی ویژه ای است. این مشکل علاوه بر اینکه از نظر اقتصادی و مالی هزینه سنگینی را بر جامعه تحمیل می کند مشکلات فراوانی نیز برای خانواده جامعه و خود دانش آموز به بار می آورد. از آنجا که ترس از مدرسه رفتن تأثیرات کوتاه مدت و طولانی مدت در رشد اجتماعی عاطفی و آموزشی دانش آموزان دارد، شناسایی زود هنگام علت های آن و ارائه آموزشی مناسب برای جلوگیری از مشکلات بیشتر امری لازم و ضروری است (صفاری بیدهندی و همکاران، ۱۴۰۰). دلایل آن را باید بیشتر در خانواده ها، فرهنگ جامعه، نظام آموزشی معلم کادر اجرایی محتوای کتابهای درسی و ویژگیهای فردی دانش آموزان جستجو کرد (ملکی و همکاران، ۱۳۹۸).

والدین و ترس از مدرسه:

بخشی از فویبای مدرسه بخاطر عدم آشنایی با مدرسه و محیط اجتماعی است و بدان علت است که طفل برای اولین بار وارد این محیط می شود بخصوص که برخی از کودکان برای اولین بار است از خانه خارج می شوند و تا حال در قفس خانه زندانی بوده اند (علی قائمی، بی تا). هر دو عامل خانه و مدرسه را در تبیین فویبای مدرسه مؤثر است. والدین در مواجهه با اطفال پیش دبستانی به عنوان محرک و تقویت کننده قوی عمل می کنند و به هنگام ترس ایشان مأمنی برای آنها محسوب می شوند. اگر کودک در مقطع پیش دبستانی یک یا چند موقعیت ترسناک را تجربه کرده باشد که در آن هنگام بازگشت به دامن والدینشان او را تسکین داده باشد، هنگام که مجدداً با چنین موقعیت هایی مواجه باشد واکنش مذکور را تکرار می کند (عطاران، ۱۳۶۶). توانایی کودک در سازگاری با مدرسه وابسته به دو عامل اضطراب ناشی از جدایی و نیز طبیعت موقعیت مدرسه است اگر مدرسه به وجه خوبی کودک را پاداش دهد، کودک بتدریج قادر به اخذ پاداش های مناسب در مواقع جدایی از مادر خواهد بود (عطاران، ۱۳۶۶). رفتار والدین ممکن است خلق و خوی فرزندان را تحت تأثیر قرار داده و یا سبب آسیب رسانی روانی به آن ها شود (دادخواه، ۱۳۹۹). تربیت و فرزند پروری والدین، یکی از مهمترین عوامل تحول و پایداری مشکلات رفتاری فرزندان قلمداد می شود (تیموری، یوسفی، ۱۳۸۷).

شیوه های فرزند پروری و انضباط در خانه بر رشد اجتماعی فرد مؤثر هستند (انگاسی و همکاران، ۱۳۹۴). می توان گفت فرزند پروری وظیفه ای است و تعامل های میان والدین و کودک و عوامل محیطی بر تعامل های والد فرزند و پیامدهای رفتار کودک تأثیر متقابل دارد (تیموری، یوسفی، ۱۳۸۷). والدینی که دارای احساس و مهر و محبت اند و الگوهای برابر سازی برای فرزندان فراهم می سازند، احتمالاً دارای فرزندانی خواهند بود که از شخصیت سالم تر بهره مند بوده و تمایل به خشونت نیز در آنها کمتر است. کودکی که در زندگی از عشق والدین بهره ای نداشته است طبیعتاً با استانداردهای آنها پیوندی نخواهد داشت و به تکامل نمی رسد (عابدینی، ۱۳۸۷). در خانواده هایی که منسجم هستند و سازش پذیری بالایی دارند، روابط بر اساس تعامل و رفتارهای سالم بنا می شود، کودک در مواقع مشکلات مورد حمایت اعضا قرار می گیرد و کمتر طرد می شود. بنابراین در چنین شرایطی کودک، خانواده خود را امن تصور می کند (پورسینا و همکاران، ۱۳۹۳).

والدین مقتدر: والدینی که هم پذیرنده و هم متوقع هستند. هر چند برخی کنترل ها را برای فرزندان شان به کار می گیرند ولی درباره آن توضیح داده و و از تکنیک های تقویت برای تغییر رفتار استفاده می کنند. سبک فرزند پروری اقتدار منش، حمایت هیجانی، روابط دوسویه محیط با محدودیت مشخص و پاسخگو بودن را در بر می گیرد. آنها فعالیت های کودکان را جهت می دهند، تشویق می کنند و استانداردهایی را در رفتار کردن با آنها در نظر می گیرند و کودکان خیلی سازگار می شوند. بر اساس پژوهش های انجام شده این سبک فرزند پروری با پیامدهای تحولی مثبت همچون پیشرفت تحصیلی بیشتر، اتکا به خود بالاتر، کج رفتاری کمتر، روابط با همپایان رابطه دارد (تیموری، یوسفی، ۱۳۸۷).

والدین پذیرنده نسبت به فرزندان خود تأیید، گرمی و فهم نشان می دهند و بیشتر تشویق کننده اند تا تنبیه کننده، در نتیجه چنین والدینی احتمال کودکانان به اختلالات اضطرابی کاهش می باید (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). اگر کودکان احساس کنند که والدین از آنها

حمایت می کنند و به انجام وظایف خود در قبال فرزندان متعهد هستند، کودکان کمتر دستخوش اضطراب، ناایمنی و مشغله ذهنی می شوند و به دلیل این که خانواده از نظر کودک مثبت و کارآمد ارزیابی می شود، در مواجهه با مشکلات ترس کمتری را تجربه می کنند و به احتمال کمتری از مشکل کناره گیری می کنند و حتی در سایه حمایت خانواده، اقدام به حل مشکل می نمایند. هرچه در محیط خانواده عملکردها مثبت تر، فضای عاطفی غنی تر و تعاملات رفتاری از سلامت و استواری بیشتری برخوردار باشد؛ اعتماد به خود، پذیرش خود، احساس شایستگی و تعلق به خانه و خانواده در کودک افزایش می یابد (پورسینا و همکاران، ۱۳۹۳).

فرزند پروری بیش حمایت گر به جای انتقال احساس ایمنی به کودک، باور آسیب پذیر بودن و نیاز به حفاظت شدن و حالت هشدار و در نهایت ارزیابی های شناختی سوگیرانه را در کودک ایجاد می کند. کودک دارای والدین بیش حمایت گر نمی تواند قوه ابتکار داشته، وابسته خواهد بود و نیازمند دیگران است با آنها بگویند چه کاری کرده و چگونه آن را انجام دهد. فرزند پروری بیش حمایت گر در کودک احساس مسئولیت پذیری اندک، ایجاد حس ناامنی، اضطراب، کمرویی و تشویش کرده و او را کناره گیر، منزوی، بی دقت و سلطه پذیر می کنند (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). والدین سهل گیر: والدینی که پذیرنده اند اما متوقع نیستند. تلاش و نیروی لازم را در مورد کنترل فرزندان به کار نمی گیرند. آنان از فرزندان خواسته های اندکی دارند و محدودیت های کمی در ارتباط با رفتار آنان ایجاد می کنند. والدین سعی دارند برای کودکان خود، محیطی گرم، آرام و پذیرا به وجود آورند. این والدین به فرزندان خود آزادی بیش از حد می دهند و خطای آنها را نادیده می گیرند. این شیوه فرزند پروری با بزهکاری، پرخاشگری فرزندان، به دلیل فقدان نظارت و ویژگی اهمال کارانه والدین، ارتباط دارد (تیموری، یوسفی، ۱۳۸۷).

با افزایش سهل گیری والدین اضطراب جدایی و مدرسه هراسی افزایش می یابد چراکه از دیدگاه بامریند در والدین سهل انگار ابعاد کنترل و خواسته های معقول در پایین ترین سطح هستند. خانواده والدین سهل انگار فضا آشفته است، فعالیت های خانواده نامنظم و اعمال مقررات اهمال کارانه است و هر دو والد کنترل اندکی بر کودکانشان دارند. والدین طرد کننده پرخاشگر یا انتقادگر و تعاملات خانوادگی نامناسب از جمله استرسورهایی هستند که می توانند تهدیدهایی واقعی پیرامون رها شدن و زمین بازی اضطراب در آینده برای فرزندان را حامی زنند (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). شیوه های فرزند پروری منفی، خصمانه و اجباری سبب کاهش سازگاری و به طور کلی موجب ایجاد مشکلات رفتاری برون سازی در کودکان می شود (تیموری، یوسفی، ۱۳۸۷). سبک پدر و مادری کردن اضطرابی یکی از پیش بینی کننده های اصلی مسئله ی اضطراب کودکان است. والدین کودکان مضطرب غالباً در مراقبت و سرپرستی از کودکان بیش از حد افراط می کنند و مانع از استقلال کودک می شوند یا استقلال او را محدود می کنند. مادران بیش حمایت گر و پذیرنده از نظر رفتاری بازدارنده شناخته شده اند و هنگام تعامل با فرزندان خود به احتمال فراوان از آنها انتقاد می کنند و این درگیری شدید هیجان با بروز اختلال اضطراب جدایی در این کودکان ارتباط دارد (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). والدین مستبد: والدینی که متوقع هستند اما پذیرنده نیستند. به کارگیری راهبردهای مستقیم تنبیهی را شامل می گردد. در خانواده دیکتاتور، فرزندان هیچگونه کنترلی بر محیط خود ندارند و فردیت آنها با محدودیت مواجه است؛ و این سبک با کنترل سخت، سطح بالای محدودیت انضباط ناپایدار و خشن، میزان پایین حمایت هیجانی و گرمی مشخص می شود (تیموری، یوسفی، ۱۳۸۷).

راهکار:

تدوین برنامه های آموزشی جهت آشنا ساختن والدین با سبک تعامل مناسب با فرزندان یک ضرورت اساسی است که نیازمند توجه و حمایت همه جانبه مسئولین می باشد (خانجانی و همکاران، ۱۳۹۳). از روزگاران پیش از مدرسه کودک را کم و بیش به بیرون برده، او را با دیگران مأنوس تا با دیگر کودکان بازی کند و شدیداً وابسته به والدین نباشد. حتی از سال قبل از مدرسه برخی از ایام کودک در کلاس آمادگی گذاشته شود تا تدریجاً به مدرسه مأنوس شود (علی قائمی، بی تا). در امر مدرسه رفتن کودک یکباره تصمیم گرفته نشود. از پیش به او القاء کرده که تو بزرگ می شوی، به مدرسه می روی درس می خوانی، معلم می شوی، پزشک می شوی و... (علی قائمی، بی تا). آموزش باید بر نیازهای فردی دانش آموزان و سطح درک و فهم آنها منطبق باشد یعنی نوع تکالیف، مقدار آن، و سرعت یادگیری باید بر

توانایی های کودکان مبتنی باشد. پس برنامه های درسی را باید بر اساس مراحل رشد ذهنی کودکان پی ریزی کرد و در تنظیم آنها همه ویژگی های مراحل مختلف رشد ذهنی کودکان را منظور نمود. همچنین در حین آموزش به کودکان سنین مختلف باید تفاوت توانایی های آنها را در نظر گرفت. در واقع، باید به کودک فرصت داد تا دانش خود را خودش بسازد (مشتاقی، علامه، آقایی، ۱۳۹۰).

از آنجا که ورود به مدرسه یکی از مهیج ترین دوران زندگی کودک است. بنابراین نباید او از موجودی فعال با نشاط و علاقه مند به دانستن به موجودی منفعل و آرام برای کسب نمره و تأیید دیگران تبدیل شود (ملکی و همکاران، ۱۳۹۸). روش های درمانی مختلفی برای دانش آموزان به کار گرفته شده است. از جمله این روش ها می توان به آموزش خود مهربانی اشاره کرد که کارآیی آن در بهبود مؤلفه های روان شناختی افراد مختلف تأیید شده است. دانش آموزی که در جلسات آموزش خود مهربانی شرکت می کند با مؤلفه های خود مهربانی آشنا شده همین آشنایی باعث می شود این مؤلفه ها را در خود فعال کند. یاد می گیرد با خود مهربان باشد، افراد خود مهربان، انگیزه هایشان را تنظیم می کنند. دانش آموز مدرسه هراس نیز هیجان ترس خود از مدرسه را تنظیم می کند با خود می اندیشید که مدرسه مشکل خاصی ندارد که من از آن بترسم با تلاش و کوشش بیشتر می توانم موفقیت را به دست آورم پس دلیلی برای هراس از مدرسه نمی بینم (صفاری بیدهندی و همکاران، ۱۴۰۰).

۴- نتیجه گیری

فویای مدرسه یک مشکل پیچیده با ریشه های چندگانه است که نیازمند رویکردی جامع است. با این حال، نمی توان نقش بی بدیل خانواده را در این میان نادیده گرفت. مقاله حاضر به بررسی نقش محوری خانواده در بهبود فویای مدرسه پرداخت. یافته ها حاکی از آن است که خانواده نه تنها می تواند منشأ بالقوه این اختلال باشد، بلکه به طور قطع قدرتمندترین عامل حمایتی برای غلبه بر آن است. نقش خانواده در فرایند درمان نیز بسیار حائز اهمیت است. حمایت فعال والدین از کودک در طول درمان، شرکت در جلسات خانواده درمانی، و اجرای راهبردهای توصیه شده توسط متخصصان، می تواند به تسریع بهبود کودک و جلوگیری از بازگشت فویا کمک کند. عواملی همچون سبک فرزندپروری، ارتباطات درون خانواده، و سطح استرس والدین به طور مستقیم بر شدت و تداوم فویای مدرسه در کودکان و نوجوانان تأثیر می گذارند. خانواده هایی که از سبک های فرزندپروری حمایتی و دلبسته استفاده می کنند، محیطی امن و قابل اعتماد برای کودک فراهم می کنند که در آن کودک احساس امنیت کرده و راحت تر با چالش ها روبرو می شود. برعکس، خانواده هایی با سبک فرزندپروری سخت گیرانه، پرتنش یا بی توجه، می توانند اضطراب و ترس کودک را تشدید کرده و به شکل گیری و تداوم فویای مدرسه کمک کنند. همچنین، وجود ارتباطات باز و صادقانه در خانواده، به کودکان اجازه می دهد تا ترس ها و نگرانی های خود را بیان کنند و احساس شنیده شدن و حمایت شدن داشته باشند. آموزش مهارت های مقابله با استرس به کودکان و والدین، همچنین ایجاد روال های منظم در خانه و مدرسه، به کاهش اضطراب و ترس کودک کمک می کند. والدین می توانند با ایجاد ارتباط باز و صادقانه با کودک، به ریشه یابی ترس او کمک کنند. همچنین، همکاری با مدرسه و مشاوران می تواند راهکارهای مؤثری برای کاهش ترس کودک فراهم آورد. تشویق و حمایت کودک، ایجاد یک فضای امن و حمایتی در خانه، و آموزش مهارت های مقابله با اضطراب، همگی از جمله اقدامات مؤثری هستند که والدین می توانند برای کمک به فرزند خود انجام دهند. در نهایت، صبر و شکیبایی والدین در این مسیر بسیار مهم است. حل ترس از مدرسه ممکن است زمان برد و نیاز به تلاش مداوم داشته باشد. اما با حمایت و همدلی والدین، کودکان می توانند بر این ترس غلبه کرده و از تجربه مدرسه لذت ببرند.

منابع

اکبرینه، پروین. (۱۳۹۲). بررسی راهکارهای قانونی تأمین امنیت کودک در خانواده ناسالم.

- انگاسی، سونیا، عارفیان، محسن، و تاشک، آناهیتا. (۱۳۹۴). شیوه فرزندپروری والدین و رشد اجتماعی کودک.
- پورسینا، زهرا، طهماسیان، کارینه، و صادقی، منصوره السادات. (۱۳۹۳). نقش واسطه ای ایمنی هیجانی در رابطه بین کارکرد خانواده و مشکلات رفتاری کودک.
- ترقی، رها، منجزی، یاسمن، و ناصرالاسلامی، مریم. (۱۴۰۱). بررسی فویای خاص موقعیتی در کودکان و بزرگسالان و عوامل دخیل در آن.
- تیموری، سعید، و یوسفی، شکیلا. (۱۳۸۷). مقایسه سبک های فرزند پروری والدین دارای کودک ADHD با والدین دارای کودک بهنجار.
- خانجانی، زینب، هاشمی، تورج، پیمان نیا، بهرام، و آقاگل زاده، مریم. (۱۳۹۳). رابطه کیفیت تعامل مادر - کودک در اضطراب جدایی و مدرسه هراسی در کودکان.
- دادخواه، یاسر. (۱۳۹۹). تبیین اصول اصلاحی رفتار والدین در تربیت کودک در روانشناسی و علوم تربیتی ایران.
- دوستی، پیمان، و هدایتی همدانی، سیده سپیده. (۱۳۹۵). ارتباط بین عملکرد خانواده و اضطراب دانش آموزان کلاس اول دبستان.
- صالحی فر، الهام. (۱۳۹۷). نقش بسترهای خانواده و مراکز پیش دبستانی در فرآیند هویت یابی کودک.
- صفاری بیدهندی، سمیه، اسدزاده، حسن، فرخی، نورعلی، و درتاج، فریرز. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش خودمهربانی بر مدرسه هراسی دانش آموزان دوره متوسطه.
- عابدینی، مریم. (۱۳۸۷). مقایسه نیمرخ روانشناسی، وضعیت اقتصادی-اجتماعی والدین کودک آزار با والدین غیر کودک آزار.
- عطاران، محمد. (۱۳۶۶). فویای مدرسه.
- قائم، علی. بیماری های ناشی از ترس مدرسه ای.
- قره باغی، فاطمه، و وفایی، مریم. (۱۳۸۶). ایمنی هیجانی در خانواده و نشانه های آسیب شناختی روانی و سلامت کودک: بررسی نقش واسطه ای و تعدیل کننده خلق کودک.
- کرمی نوری، رضا. (۱۳۸۶). روانشناسی حافظه و یادگیری: بارویکردی شناختی. تهران: انتشارات سمت.
- کیان، مریم. (۱۳۹۴). تبیین ابعاد تربیت کودک در نظام خانواده از دیدگاه اسلام.
- مشتاقی، مرضیه، علامه، سیدفرید، و آقایی، اصغر. (۱۳۹۰). مقایسه مفهوم کودک و نیازهای کودک از دیدگاه کودکان و والدین شهر اصفهان.
- ملکی، صفی اله، انصاری، حمید، و مهاجری، اصغر. (۱۳۹۸). عوامل اجتماعی مؤثر بر مدرسه هراسی دانش آموزان دوره اول ابتدایی.
- نادعلی پور، مریم. راهکارهایی برای برطرف کردن ترس ناشی از حضور در مدرسه در دانش آموز پایه اول.
- واحدپرست، حکیمه، خلفی، سعیده، جهان پور، فائزه، و باقرزاده، راضیه. (۱۳۹۹). بررسی نقش پیش بین استرس والدگری در انسجام و انطباق خانواده های دارای کودک مبتلا به طیف اوتیسم.
- هاشمی، عصمت، آذری، هاجر، و کریمی طالقانی، ماه نسا. (۱۳۹۸). عوامل مؤثر در کودک آزاری در محیط خانواده.