

چگونه توانستم مشکل گوشه گیری دانش آموز پایه چهارم ابتدایی را بهبود ببخشم؟

حمیدرضا کریمی

دانشجو کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان پردیس شهید مدرس سنج

hamidrezakarimi7913@gmail.com

چکیده

انسان امروزه اصالتاً یک موجود اجتماعی می باشد و جاذبه ی رشد اجتماعی کودک پایه و اساس زندگی انسان را تشکیل می دهد . کودکان سرمایه های ارزشمند و سازنده آینده جامعه هستند آموزش و پرورش در دوره کودکی که زمان شکل گیری شخصیت و ایجاد عادات مختلف و پیشگیری از بروز مشکلات است آینده فرد و جامعه را بنا می نهد و مسیر حرکت مملکت را مشخص می سازد و توجه به مسائل و مشکلات کودکان باعث پیشرفت و ترقی جامعه می شود و غفلت در رفع مشکلات آنان خسارت جبران ناپذیری به بار می آورد. به همین خاطر یکی از مشکلات کودکان در دوران حساس و پر اهمیت کودکی که در همان دوران ابتدایی باید مورد توجه قرار گیرد گوشه گیری و انزوا است که این مشکل به صورت حاد در دوران نوجوانی خود را نشان می دهد. هدف از پژوهش انجام شده بررسی وضعیت کمرویی دانش آموز پایه چهارم مدرسه بعثت شهرستان بیجار و ارائه راهکارهایی جهت بهبود کمرویی او می باشد . به همین خاطر در این پژوهش به منظور جمع آوری اطلاعات از ابزار های مصاحبه و پرسشنامه استفاده گردید. که نتایج تحقیق نشانگر آن بوده که راهکار های مشارکتی نتیجه ی مثبت داشته و موجب بهبود میزان کمرویی دانش آموز نسبت به قبل شده است .

کلید واژگان: اختلالات رفتاری ، کمرویی ، گوشه گیری ، دانش آموزان

مقدمه

انسان امروزه اصالتاً یک موجود اجتماعی می باشد و جاذبه ی رشد اجتماعی کودک پایه و اساس زندگی انسان را تشکیل می دهد (رجبی ، ۱۳۹۰) . کودکان سرمایه های ارزشمند و سازنده آینده جامعه هستند آموزش و پرورش در دوره کودکی که زمان شکل گیری شخصیت و ایجاد عادات مختلف و پیشگیری از بروز مشکلات است آینده فرد و جامعه را بنا می نهد و مسیر حرکت مملکت را مشخص می سازد و توجه به مسائل و مشکلات کودکان باعث پیشرفت و ترقی جامعه می شود و غفلت در رفع مشکلات آنان خسارت جبران ناپذیری به بار می آورد. بحث در این قسمت به دور سوم کودکی که سنین ۶ تا ۱۲ سالگی را شامل می شود و به دوره دبستان معروف است. آغاز آموزش رسمی در این دوره شامل خواندن و نوشتن و حساب کردن است که کودک آن ها را می آموزد. کودک علاقمند است کارهایش را خوب انجام دهد و محتاطانه عمل می کند، اعتماد به نفس دارد و می خواهد هر کاری را خودش انجام دهد. در هر جامعه درصد قابل توجهی از کودکان، نوجوانان و بزرگسالان بدون آن که تمایلی داشته باشند، ناخواسته خودشان را در حصار از کمرویی محبوس می کنند و شخصیت واقعی و قابلیت های ارزشمند ایشان در پس توده ای از ابرهای تیره ی کمرویی، ناشناخته می ماند.

چه بسیار دانش آموزان هوشمند و خلاق که در مدارس و دانشگاه ها فقط به دلیل کمرویی و معلولیت اجتماعی، همواره از نظر پیشرفت تحصیلی و قدرت خلاقیت و نوآوری نمره ی کمتری از همسالان عادی خود عایدشان می شود؛ چرا که کمرویی یک مانع جدی برای رشد قابلیت ها و خلاقیت های فردی است. همچنین روند تحولات اجتماعی گویای این حقیقت است که مسئله کمرویی غالباً با گذشت زمان، فشردگی و پیچیدگی روابط بین فردی و تشدید فشارهای اجتماعی، گوشه گیری ها و تک

روی ها گسترده تر و شدیدتر می شود. از طرفی دیگر موفقیت فرزند در یک خانواده و در خانواده های دیگر با یکدیگر تفاوت دارد. کودکی که تنها فرزند خانواده است و وضع خاصی دارد. همچنین مسن ترین فرزند، جوان ترین فرزند، باهوش ترین یا کندترین فرزند، دختر یا پسر بودن فرزند و عوامل دیگر از این قبیل در طرز پرورش و نحوه برخورد و ارتباط والدین با یکدیگر و با فرزند و دیگران باید کاملاً موثر است.

والدین باید به گونه ای به نیازهای اساسی آن پاسخ دهند که هر یک از آنان در آرزوی تصاحب موقعیت یا رتبه فرزند دیگر خانواده نباشد بلکه بخواهد خودش باشد نه دیگری. آثار عمده سخت گیری والدین باعث می شود فاصله عاطفی فرزندان با والدین بیشتر و عمیق تر شود؛ احساس نادان در فرزند بیشتر شد و به تدریج بر اعتماد به نفس آن تاثیر نامطلوب می گذارد. احساس ناامنی و تزلزل به لحاظ رفتار خشونت آمیز والدین بر فرزندان ایجاد می شود. نوعی احساس کدورت و فرزندان نسبت به والدین وجود می آید. روش سخت گیری شدید والدین به زندگی فرزندان منتقل می شود. ادامه چنین روندی موجب می شود فرزندان مسائل و رازهای درونی خود را به والدین ابراز نکنند و افراد دیگری را برای این امر در نظر می گیرند که لزوماً افراد واجد شرایط و مطلوبی نیستند.

گوشه گیری از نظر لغوی به معنی تنها و مجرد و در خلوت نشستن و از جمع کنار گرفتن است. گوشه گیر کسی است که از مردم دوری می کند از جمع کنار گرفته و عزلت می گزیند و بدان وسیله خود را با محیط اطراف سازگار می سازد، البته هر نوع عزلت و در تنهایی ماندن، گوشه گیری تلقی نمی شود. انسان گاه گاهی دوست دارد تنها باشد تا به خودشناسی و حل مشکلات زندگی بپردازد. گوشه گیری زمانی حالت بیماری پیدا می کند که فرد از آمیزش با جمع و همنوعان بیزار و بیم ناک باشد. در این مورد اگر گوشه گیری به موقع درمان نشود به پیدایش حالات روانی شدید و افسردگی منجر می شود (شفیع آبادی، ۱۳۹۰) رفتاری انحرافی و هیجانی است که ضمن نامتناسب بودن با سن فرد، شدید، مزمن و مداوم باشد و گستره آن شامل رفتارهای بیش فعالی و پرخاشگرانه تا رفتارهای گوشه گیرانه است. ویژگی این گونه رفتارها این است که تاثیر منفی بر فرآیند رشد و انطباق مناسب کودک با محیط دارد. (سیفی نراقی و نادری، ۱۳۷۹)

لارسون و رافائل، ۱۹۹۰ گوشه گیری نوجوانان را این گونه تعریف می کنند نوجوان گوشه گیر کسی است که انرژی و هیجان های اجتماعی پایین تر، روابط دوستانه کمتر و تغییر پذیری بیشتری را در عواطف در مقایسه نوجوانان عادی دارد. این کودکان از برقراری تماس های میان فردی یا روابط رضایت بخش با افراد بیگانه پرهیز می کنند و بیش از اندازه به شکست خود فکر می کنند.

(سگرین ۲۰۰۷) او بر این باور است کمروبی احتیاط مفرط در روابط بین فردی است. به ویژه افراد کم رو از ابراز وجود می هراسند، درباره شیوه واکنش دیگران به خود بسیار حساسند و به سرعت دست پاچه می شوند و نشانه های جسمانی اضطراب مانند: بالا رفتن ضربان قلب، سرخ شدن چهره و ناراحتی معده را تجربه می کنند. انزوای اجتماعی و گوشه گیری سلامت روانی و عمومی را کاهش می دهد. توجه به متغیرهای راهبردهای ارتباطی و گوشه گیری در پیش بینی پیشرفت تحصیلی دانش آموزان از اهمیت ویژه ای برخوردار است. راهبرد های ارتباطی و گوشه گیری در پیشرفت دانش آموزان بسیار مفید هستند؛ بنابراین پیشنهاد می شود از این روش در مدرسه های ابتدایی و همچنین دیگر گروه های افراد استفاده شود (آبکنار و همکاران، ۱۳۹۵). بنابراین با توجه به مطالب بیان شده هدف از این تحقیق جمع آوری مطالبی است که به کمک آن بتوان مشکل گوشه گیری دانش آموز را شناسایی کرده و با اقدام های به موقع و درست در جهت حل مشکل تلاش نموده تا مسئله مورد بررسی رفع شود.

توصیف وضعیت موجود

با توجه به اهمیت مسئله گوشی گیری نیاز دانستم برای تشریح دقیق موضوع به توصیف آن بپردازم. موقعیت مکانی مدرسه بعثت در شهرستان بیجار واقع در منطقه بلوار می باشد. این مدرسه قدیم ساخت به صورت تک شیفت از پایه اول تا ششم ابتدایی فعالیت می کند و تعداد کل دانش آموزان ۱۵۷ نفر می باشد. در روز یکشنبه که برای کارورزی به مدرسه مراجعه کردم و قرار بر این بود که آن روز در طول ساعات کلاسی، درس علوم دانش آموزان پایه چهارم را تدریس کنم. ساعت ۷:۳۰ دقیقه صبح به مدرسه رسیدم و مراسم صبحگاهی شروع شده بود. مثل همیشه در مراسم صبحگاهی ایستاده بودم و کلیه دانش آموزان را مشاهده نموده تا میزان انرژی آن ها را بررسی کنم. چرا که موضوع کارورزی ۲ از این قرار بود دانش آموزانی که مشکل خاصی دارند را با توجه به مشاهداتی که دارم درصدد رفع مشکل آن ها برانگیزم. همین موضوع باعث جزئی نگری بنده در حین مشاهده شده بود. در همان حین زمانی که دانش آموزان مشغول ورزش صبحگاهی بودند حواسم بیشتر بر روی پایه های بالاتر مدرسه بود چرا که انتظار بیشتری از آن ها در جهت انجام این حرکات داشتم. درست همان لحظه چشمم به انتهای صفحه کلاس چهارم خورد و دیدم که یک دانش آموز برعکس بقیه دوستانش میل و رغبتی جهت انجام این حرکات را ندارد و دائماً خود را پشت سر دوستش پنهان می کند. مگر این که معلم ورزش به او تذکر می داد که حرکات را درست انجام دهد. بعد از اتمام مراسم صبحگاهی، دانش آموزان به صورت کلاسی به کلاس های خودشان رفتند.

3

به دفتر مدیریت مراجعه کردم در همان لحظه معلم کلاس چهارم هم پشت سرم وارد دفتر شد بعد از گذشت پنج دقیقه که داخل دفتر بودیم معلم کلاس چهارم از جای خودش بلند شد که به کلاس برود. من نیز بلافاصله به دنبال معلم رفتم و از او خواستم یک لحظه بایستد، در مورد آن دانش آموز سوالاتی در ذهن داشتم. ضمن این که می خواستم مسئله به صورت سری بین بنده و معلم باقی بماند و از بیان آن در مقابل همکاران دیگر و همچنین خود دانش آموز اجتناب کردم. مسئله را برای معلم توضیح دادم و معلم در جواب به من گفت: او همین طوری است. از او اجازه خواستم تا مباحث درسی را که قرار بود به تدریس آن ها بپردازم را انجام دهم. ایشان موافقت کردند فقط گفتند: چون زنگ اول قرار است درس اجتماعی را برای دانش آموزان تدریس کنم این زنگ در اختیار بنده باشد و زنگ های بعدی در خدمت شما هستم. با بیان این سخنان احساس خرسندی کردم و فرصت را غنیمت شمردم تا این دانش آموز را بیشتر در کلاس مخصوصاً در حین تدریس معلم مشاهده کرده و زیر نظر بگیرم.

معلم شروع به تدریس کرد و من قبلاً با این تفکر آشنا بودم که درس اجتماعی، یک درس مشارکتی است و معلم هم در حین تدریس به این موضوع توجه داشت. او بعد از یک توضیح مختصر شروع به درگیر کردن بچه ها از طریق پرسش های متوالی کرد. دقت خود را این جا کمی بیشتر کردم و به موضوع اصلی من نزدیک بود. معلم ابتدا از شاگردهای فعال کلاس سوال می پرسید و آن ها نیز سریع پاسخ می دادند. آن دانش آموز را دیدم که زمانی معلم سوال می پرسد در یک گوشه به صورت خنثی نشسته و هیچ واکنش و انگیزه ای را از خودش در جهت پاسخگویی به سوالات نشان نمی داد. معلم هم خیلی به این موضوع توجه نکرد. به همین صورت این کلاس تا آخر زنگ ادامه پیدا کرد و زنگ تفریح شد. مشاهده همین دو مسئله باعث پیگیری بیشتر بنده شد. در زنگ تفریح حضور پیدا کردم و در حیاط قدم می زدم و به صورتی نامحسوس این دانش آموز را مورد مشاهده قرار دادم. او برعکس بقیه دوستانش که در حیاط مشغول بازی و جنب و جوش بودند به تنهایی قدم می زد و سرش پایین بود. این کار را تا اتمام زنگ تفریح انجام می داد و بعد به کلاس می رفت. زمانی که زنگ تفریح تمام شد به کلاس رفتم و تدریس درس علوم را شروع کردم. بعد از گذشت چند دقیقه و توضیحات مختصری که دادم از او به عنوان اولین نفر خواستم تا به سوال من پاسخ دهد. زمانی که نام او را صدا زدم و کمی سر در گم شد و دائم به نیمکت نگاه می کرد و بیشتر سرش پایین بود و با دست هایش بازی می کرد اما سوال را پاسخ نمی داد. وقتی که با این صحنه مواجه شدم او را تشویق کردم و گفتم:

عیبی ندارد چون درس را تازه شروع کردیم فعلاً به تسلط کافی نرسیدیم و مطمئنم که جلسه بعدی قطعاً همین سوال را به من جواب میدی. بعد از بیان این جمله، با لبخند سر جایش نشست. بنابراین بعد از آن روز خود را بر این دانستم که بر روی مشکل او با علل یابی درست و همچنین با ارائه راهکارهای مناسب در جهت رفع این مشکل به صورت جدی اقدام نمایم.

بیان مسئله

اصول و پایه ی هر کشوری از آموزش و پرورش آن کشور نشأت می گیرد و اگر کشوری بر آموزش و پرورش خود سرمایه گذاری کند، در بلند مدت شاهد پیشرفت های چشمگیری در تمام امور کشوری خواهند شد. در کشور ما نیز گرچه قبلاً اهمیت خاصی به آموزش و پرورش داده نمی شد ولی در چند سال اخیر در حال ارزش دادن و سرمایه گذاری در آن می باشند. در کشور ما بر اساس سلسله مراتب، وزارت آموزش و پرورش در رأس قرار دارد که بر سازمان های آموزش و پرورش استان ها نظارت دارد که این سازمان ها خود بر ادارات آموزش و پرورش شهرستان ها و مناطق تابعه خود نظارت دارند و در نهایت این سلسله مراتب به مدارس ختم می شود که وظیفه تعلیم و تربیت فرزندان این مرز و بوم را بر عهده دارند که همه این سازمان ها و تشکیلات هدفی جزء تعلیم و تربیت مردم کشور جهت به وجود آوردن نیروی کارآمد تر ندارند. البته در این راه تعلیم و تربیت مشکلات فراوانی برای معلم و متعلم وجود دارد که باید از عهده آن ها برآیند.

یکی از مشکلات و مسائلی که معلمان با آن روبه رو هستند، اختلال رفتاری دانش آموزان می باشد. این اختلالات ممکن است علل متفاوتی داشته باشد مانند: مشکلات خانوادگی، ناراحتی های جسمانی روانی، مشکلات اقتصادی، روابط خانوادگی، پایین بودن میزان هوش افراد و ... اکثر معلمان و مسئولان مدرسه در طول خدمت خویش با دانش آموزانی مواجه می شوند که رفتارهای متفاوت با دیگر دانش آموزان دارند (یوسف زاده، ۱۳۹۳) یکی از مشکلات کودکان در دوران حساس و پراهمیت کودکی که در همان دوران ابتدایی باید مورد توجه قرار گیرد گوشه گیری و دور بودن از اجتماع است، این مشکل به صورت حاد در دوران نوجوانی خود را نشان می دهد. نوجوانی دوره ای است که در آن دانش آموز بیش از هر زمان دیگر نیاز به راهنمایی و مشاوره دارد. نوجوان ضمن مشورت با اولیا و مربیان، دست کم باید بداند که چگونه خود را بهتر بشناسد و از برخوردهای زیان بخش در محیط خانه و مدرسه پرهیز کند. مدلی (۲۰۰) در پژوهش خود نشان داد که مهارت های ناکافی، مسائل عمده ای را برای دانش آموزان ایجاد کرد. یکی از رفتارهایی که نگرانی بزرگتری را برمی انگیزد، مشکل کمرویی و گوشه گیری دانش آموزان است که در گستره وسیع جای می گیرد که با سکوت، غمگینی و انزوا همراه است. گوشه گیری، کمرویی و انزواطلبی عارضه ای است که باعث می شود کودک و نوجوان از برقرار کردن ارتباط با افراد و محیط خارج دوری کنند. این کودکان و نوجوانان نوعاً با تقلیل یافتن علائق ذهنی و عاطفی نسبت به اطرافیان خود از داشتن دوستان نزدیک و صمیمی محرومند. نوجوانی که کمرو و گوشه گیر است معمولاً از حضور در فعالیت های جمعی سر باز می زند و فقط با تک دوست خود که نوعاً به او بسیار وابسته می شود اوقات خود را سپری می کند. رفتار کمرویی و انزواطلبی یکی از رفتارهای نسبتاً 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 زودرنجی سوق خواهد داد. بر اساس مطالب مذکور و با توجه به اهمیتی که گوشه گیری در سلامت جسمی و روانی دانش آموزان دارد و اگر این روند در زندگی آینده آن ها به صورت مکرر ادامه پیدا کند باعث ایجاد مشکلاتی برای او در حوزه های مختلف خانواده و جامعه می شود. لذا بر آن شدم که تا با انجام یک پژوهش در زمینه گوشه گیری علل آن را در دانش آموز شناسایی کرده و با اقدام درست و به موقع مشکل او را برطرف سازم.

گردآوری اطلاعات (شواهد ۱)

پژوهشگر در این پژوهش علاوه بر ابزار پرسشنامه، از ابزار دیگری به نام مصاحبه استفاده کرد تا میزان اطلاعات خود را در این زمینه افزایش دهد و با دید وسیع، راهکارهای جامع و مناسبی را در جهت بهبود مشکل دانش آموز ارائه دهد. مصاحبه به ترتیب داده شده از معلم و یک نفر از دوستانش به علت آشنایی بیشتر و دوست دیگر او به علت آشنایی کمتر با دانش آموز به عمل می آید تا پژوهشگر تمامی شرایط را برای رسیدن به اهدافش فراهم کند که در ادامه به تفکیک هر یک از ابزارهای مذکور می پردازیم.

● مصاحبه معلم :

پژوهشگر ابتدا با معلم احوالپرسی انجام داد و شرایط و هدف مصاحبه را برای او توضیح داد. بعد از اعلام آمادگی از سوی معلم پژوهشگر سوالاتی را که از قبل آماده کرده بود را شروع به پرسیدن کرد.

سوال اول) زمانی که آراس در یک جمع شلوغ کلاسی وجود داشته باشد چه رفتاری از خودش نشان میدهد ؟

پاسخ معلم در این قسمت به این صورت بود که آراس معمولاً در کلاس ساکت است حتی اگر کلاس هم منفجر شود باز از او صدایی نمی آید.

سوال دوم) آیا علت خاصی وجود دارد که آراس در نیمکت آخر می نشیند ؟

پاسخ معلم در این سوال به این صورت است که علت خاصی وجود ندارد چرا که می گویند همیشه رسم بر آن است دانش آموزان پرحرف را در نیمکت های آخر و جلو دیدم معلم قرار می دهند اما قضیه آراس برعکس است و فقط زمانی او صحبت می کند که من از او چیزی بخواهم.

سوال سوم) آراسته در منزل وقت خود را چگونه می گذراند ؟ معلم برای پاسخ به این سوال یک روز از من فرصت خواست تا به صورت غیرمستقیم از مادر او این سوال را بپرسد . بعد از یک روز معلم جواب را اعلام کرد و گفت : طبق صحبتی که با مادرش داشتیم او می گوید : آراس در خانه نیز خیلی کم جنب و جوش و ساکت است و در گوشه های قرار دارد و درسش را میخواند و حتی مادرش از لفظ "مودب بودن" پسرش استفاده کرده است که در این زمینه شبیه پدرش است .

سوال چهارم) آراس چقدر در کارهای گروهی شرکت می کند ؟

معلم گفت تمایل آراس بیشتر بر انجام کارهای فردی است. لذا در زمان انجام فعالیت های چند نفره بیشتر اوقات ساکت است و فعالیت خاصی را از خود نشان می دهد.

بحث مصاحبه معلم در این قسمت به پایان رسید و چون بیشتر اطلاعات از طریق پرسشنامه بدست آمده بود به طرح چند سوال بسنده کردم تا اطلاعات از جانب معلم کامل تر شود. بعد از مصاحبه با معلم به سراغ دو نفر از دوستان آراس رفتم تا از اطلاعات آن ها در این مصاحبه جويا شوم.

● مصاحبه با دوست اول :

پژوهشگر در این قسمت با دانش آموز مورد نظر درباره هدف مصاحبه صحبت کرد تا با جواب های واقعی و روبرو شود. بعد که متوجه شد دانش آموز در آرامش کامل است ، آمادگی او را برای شروع سوالات سنجید و مصاحبه را آغاز کرد .

سوال اول) در طول زنگ های مدرسه چقدر با هم صحبت می کنید؟ گفت: آقا ، آراس خیلی ساکت است و تا زمانی که من چیزی از اون بپرسم خیلی صحبت نمی کند .

سوال دوم) تا حالا به آراس در زنگ تفریح دقت کرده اید که چه کاری را انجام می دهد؟ گفت: بله ، او در زنگ های تفریح تنهایی دور می زند و با کسی بازی نمی کند.

سوال سوم) در زمان درخواست معلم برای انجام فعالیت گروهی ، آراس چه فعالیتی در گروه انجام می دهد؟ او گفت: صحبت خاصی را انجام نمی دهد فقط زمانی که از او می خواهم کاری را انجام بدهد شروع به صحبت و انجام آن می کند. بعد از مصاحبه ای که با (نزدیکترین دوست آراس) انجام دادم به تحلیل این پرسش ها پرداختم و در آخر خواستم نظر یک نفر دیگر از همکلاسی های او را نیز به صورت کلی درباره آراس بدانم تا از جو کلاسی درباره او کاملاً مطمئن شوم.

● مصاحبه با همکلاسی دیگر : پژوهشگر مانند مصاحبه قبلی با این دانش آموز احوالپرسی کرد و هدف مصاحبه را نیز کامل برای او توضیح داد که قرار است از این مصاحبه به عنوان یک ابزار جامع در جهت رفع مشکل استفاده کند.

سوال پژوهشگر که به صورت کلی مطرح شد :

۱- شما چقدر آراس را می شناسید ؟

۲- از نظر شما ویژگی های او چیست ؟

پاسخی که همکلاسی او به من داد این بود که: آقا ، من فقط آراس را امسال می شناسم و پارسال همکلاسی من نبوده است اما من خیلی بهش نزدیک نیستم و نیمکت های ما در کلاس فاصله دارد ولی تنها چیزی که می دانم زمانی که معلم از او سوال می پرسد او معمولاً سرش پایین است و با زیپ کاپشنش بازی می کند. در زنگ های ورزش هم آراس تنهایی بازی می کند و در فوتبال با ما نیست و اگر روزهایی هم قصد بازی کند خیلی کم فعالیت می کند. ولی آقا ، آراس خیلی پسر خوب و مودبی است و ما با او مشکلی نداریم .

در ادامه به سراغ ابزار پرسشنامه می رویم که به بررسی آن بپردازیم :

جدول شماره ۱_ پرسشنامه گوشه گیری

بیشتر اوقات	بعضی اوقات	هرگز	لطفا عبارت زیر را بخوانید و هرکدام از نشانه ها را با توجه به مقیاس زیر مشخص کنید
	✓		۱. می گوید هیچ کس دوستش ندارد .
✓			۲. تنها به نظر می رسد.
	✓		۳. افسرده به نظر می رسد.
		✓	۴. در بازیهای گروهی شرکت می کند.
	✓		۵. بهانه می گیرد و گریه می کند.
		✓	۶. با اکراه و گریه به مدرسه می آید.
	✓		۷. بچه گانه تر از سنش صحبت می کند.
	✓		۸. اجازه می دهد بچه ها او را به هرکاری وادار کنند.
	✓		۹. تکالیف را بدون کمک انجام می دهد.



دومین کنفرانس ملی یافته های نوین در مدیریت، روانشناسی و حسابداری

تهران - ۱۳ بهمن ۱۴۰۱



2nd National Conference on New Findings in Management, Psychology and Accounting



02 February 2023 | Tehran

✓			10. تکالیف را به درستی انجام می دهد.
	✓		11. دستورالعمل ها را به دقت گوش می کند.
		✓	12. در زمان معین کارش را تمام می کند.

جدول شماره ۲_ پرسشنامه گوشه گیری

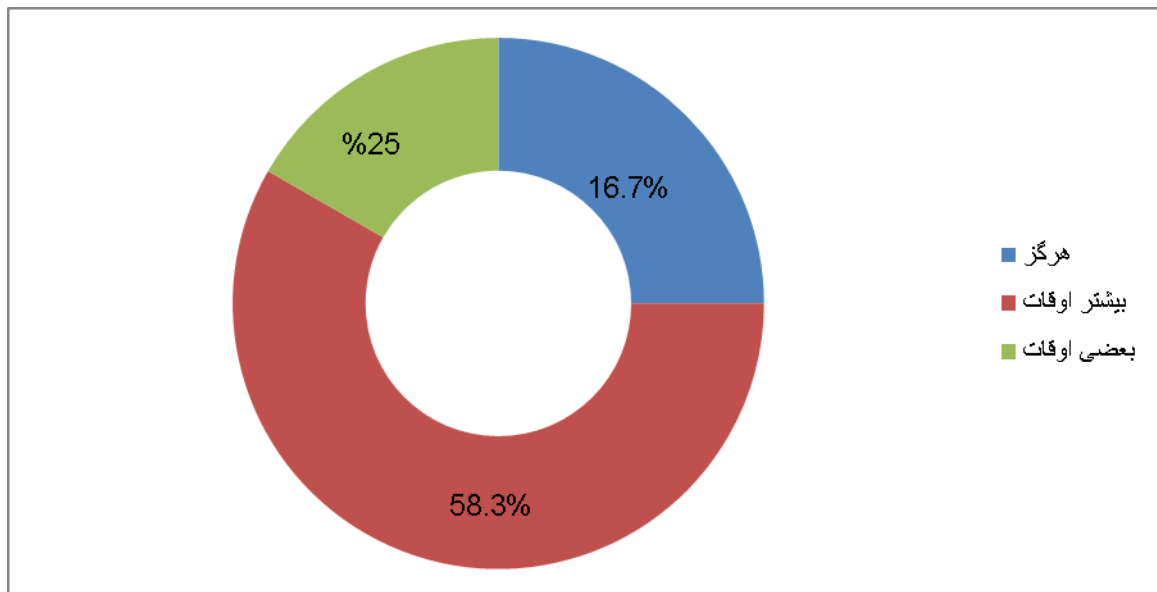
کاملا مشابه من است	مشابه من است	برایم فرقی نمی کند	با من متفاوت است	کاملا با من متفاوت است	لطفا عبارت زیر را بخوانید و هرکدام از نشانه ها را با توجه به مقیاس زیر مشخص کنید
✓					۱) زمانی که در کنار افرادی قرار می گیرم که به خوبی نمی شناسم، احساس تنش میکنم.
	✓				۲) زمانی که در حال صحبت با آشنایان جدید هستم، نگرانم حرف ناخوشایندی بزنم .
	✓				۳) از نظر اجتماعی آدم بی دست و پایی هستم .
			✓		۴) برای گرفتن اطلاعات از دیگران مشکلی ندارم .
	✓				۵) معمولا در مهمانی ها و دیگر گردهمایی های اجتماعی احساس ناراحتی می کنم .
	✓				۶) زمانی که بین یک گروه قرار می گیرم ، برای فکر کردن و پیدا کردن موضوع مناسب برای گفتگو دچار مشکل می شوم .
			✓		۷) حتی زمانی که در موقعیت های ناآشنای اجتماعی قرار می گیرم احساس آرامش دارم .
✓					۸) زمانی که با افراد جدید ملاقات می کنم ، طبیعی رفتار کردن برایم سخت می شود .
	✓				۹) زمانی که در کنار غریبه ها هستم احساس ناراحت کننده ای نسبت به خودم دارم .
			✓		۱۰) من از مهارت های اجتماعی خودم مطمئن هستم.

کاملا مشابه من است	مشابه من است	برایم فرقی نمی کند	با من متفاوت است	کاملا با من متفاوت است	لطفا عبارت زیر را بخوانید و هرکدام از نشانه ها را با توجه به مقیاس زیر مشخص کنید
✓					۱۱) هنگام صحبت کردن با شخصی که مقام مسئول و بالاتر از من است ، دچار استرس می شوم .

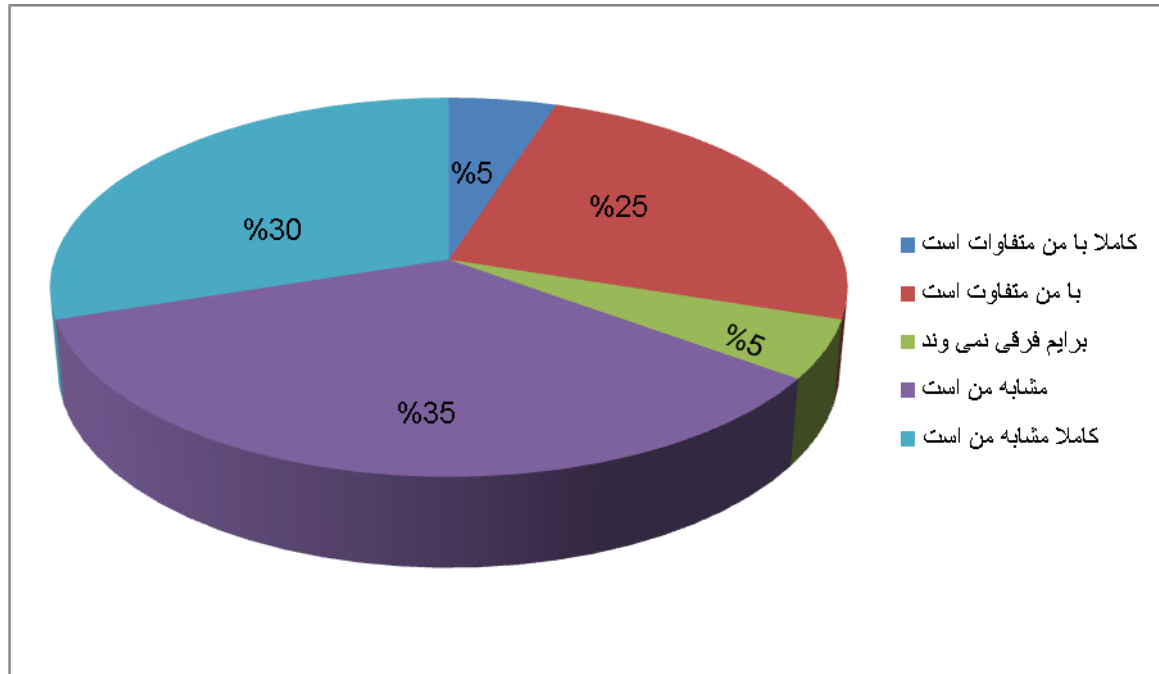
7

	✓				(۱۲) برای نگاه کردن به چشمان دیگران مشکل دارم.
			✓		(۱۳) من معمولاً آغازگر مکالمه هستم .
		✓			(۱۴) اغلب شک می کنم که دیگران علاقه ای به کنار من بودن دارند یا نه .
✓					(۱۵) گاهی اوقات معرفی شدن به افراد جدید باعث ایجاد ناراحت فیزیکی در من می شود .
			✓		(۱۶) به نظر من صحبت کردن با غریبه ها کار سختی نیست .
✓					(۱۷) هنگام ملاقات با یک آشنای جدید نگران خوب رفتار کردنم هستم .
✓					(۱۸) هنگام ملاقات با فردی از جنس مخالف احساس خجالت می کنم .
				✓	(۱۹) برای غلبه بر احساس خجالتم در موقعیت های جدید ، نیاز به زمان زیادی ندارم .
	✓				(۲۰) در موقعیت های اجتماعی از بروز احساساتم جلوگیری می کنم .

تحلیل پرسشنامه ۱



تحلیل پرسشنامه ۲



9

تجربه و تحلیل داده ها

با توجه به اسناد و شواهد موجود در تحلیل پرسشنامه و همچنین مصاحبه صورت گرفته با معلم و دوستان دانش آموز و مراجعه به چندین مقاله مرتبط با موضوع دلایلی را برای این مشکل محتمل می دانند که عبارتند از :

۱- دیدگاه زیستی :
 محققانی که عوامل زیستی را در بروز گوشی گیری اجتماعی موثر می دانند ، معتقدند برخی از کودکان دارای یک وضعیت فیزیولوژیکی ویژه در مغز هستند که باعث می شود در موقعیت اجتماعی آشنا و ناآشنا ، محتاط و ترسو باشند. این محققان ، فعالیت الکتریکی مغز را در تعدادی از کودکان در ۹ ، ۱۴ و ۲۴ ماهگی ثبت کردند و دریافتند کودکانی که عدم تقارن EEG (نوار مغزی الکتروانسفالو گرافی) قطعه راست پیشانی را نشان می دهند، نسبت به سایر کودکان، ترسو تر، مضطرب تر و از لحاظ رفتاری گوشه گیر تر هستند . هنگامی که این کودکان در دوره دبستان مورد بررسی قرار گرفته اند وضعیت فیزیولوژیکی مغز آن ها ثابت باقی مانده بود. بر اساس این نظریه ، کودکان که عدم تقارن EEG قطعه راست پیشانی را بیشتر نشان می دهند ، معمولاً از استرس های خفیف کناره گیری می کند ، در هنگام روبرو شدن با اشیای جدید یا بزرگسالان ناآشنا ترجیح می دهند در کنار مادرشان بمانند ، قادر نیستند محرک های جدید را کشف کنند یا به آن ها نزدیک شوند و نشانه های رفتاری ترس و اضطراب را بروز می دهند .

۲- نظریه دلبستگی والد-کودک :
 بنابراین نظریه ، کودک در دو سال اول زندگی پیوند عاطفی با والدین یا مراقبان خود برقرار می کند که باعث می شود در حضور والدین احساس شادمانی کند و در هنگام مواجهه با استرس ها از حمایت از آن برخوردار شود . دلبستگی عاطفی والدین و کودک ، تصویر مثبتی را در ذهن کودک از خود و دیگران ایجاد می کند که در هنگام ورود به محیط جدید ، موجب می شود

کودک احساس امنیت و اعتماد به نفس داشته باشد و بتواند به کشف محیط اجتماعی و بازی و تعامل با همسالان بپردازد. در خانواده های نابسامان که عوامل فشار زای متعدد نظیر: مشکلات مالی، اختلافات زناشویی، بیکاری و یا آسیب روانی والدین مانند: افسردگی مادر وجود دارد، والدین حساسیت لازم را برای مراقبت از کودک ندارند و دلبستگی والدین به کودک ضعیف می شود.

۳- شیوه های تربیتی والدین:

شیوه های فرزندپروری والدین نیز می تواند در بروز رفتار گوشه گیری در کودکان و نوجوانان موثر باشد. پژوهش های مختلف بیانگر آن است که کودکان گوشه گیر، والدینی دارند که سعی می کنند رفتار اجتماعی فرزندشان را به طور مستقیم و با شیوه مقتدرانه کنترل نمایند و یا با مداخله کردن در مشکلات فردی او را حمایت کنند. راهنمایی و هدایت بیش از اندازه والدین به کودک اجازه نمی دهد مشکلاتش با دیگران را به تنهایی حل کند. این کنترل ها، نه تنها استقلال کودک را محدود کرده و او را از ارتباط و همکاری با همسالان محروم می سازد بلکه مانع از رشد توانایی های اجتماعی و احساس کارآمدی در او می شود. به علاوه والدینی که صمیمیت کمی با فرزندان خود دارند در بازی ها و فعالیت های مربوط به آن ها کمتر درگیر می شوند، سرحال و بشاش نیستند و بیش از اندازه دستور می دهند، زمینه را برای گوشه گیری فرزندانشان فراهم می سازند. در آخر نیز والدینی که از فرزندان خود بسیار محافظت می کنند رفتارهای آن ها را محدود می سازد و آن ها را به وابسته بودن به خودشان تشویق می نماید که در این خانواده ها کودکان به رفتارهایی مانند: خطر کردن، کشف موقعیت های ناآشنا و کسب تجربه های جدید ترغیب نمی شوند.

۴- عوامل فرهنگی:

یکی دیگر از عوامل مهم در شکل گیری رفتار گوشه گیری، فرهنگ حاکم بر جامعه است. محققان نشان داده اند که رشد رفتارهای اجتماعی مانند: گوشه گیری تحت تاثیر ارزش های فرهنگی و قراردادهای اجتماعی قرار می گیرد. بزرگسالان در هر جامعه، رفتار کودکان را با توجه به هنجارها و ارزش های فرهنگی، به هنجار یا نابهنجار در نظر می گیرند. (وایسز و همکاران، ۱۹۸۸) در فرهنگ های غربی رفتار محتاط و منفعل توسط والدین و همسالان، منفی در نظر گرفته می شود و اشخاصی که این گونه رفتارها را نشان می دهند از لحاظ اجتماعی نارس، ترسو و وابسته توصیف می شوند. در حالی که کودکان چینی از طرف والدین به وابستگی، احتیاط و کمرویی تشویق شده و این رفتارها مورد تایید جامعه و همسالان قرار می گیرد و به عنوان رفتارهای کارآمد تحسین می شود.

۵- سایر عوامل موثر بر گوشه گیری:

یک کودک ممکن است به دلایل مختلف نتواند با کودکان دیگر ارتباط برقرار سازد. یکی از عوامل ممکن است ترس از عکس العمل هایی از قبیل: مورد حمله واقع شدن، نادیده گرفته شدن یا مورد تمسخر قرار گرفتن، تحقیر شدن مربوط باشد. دلیل دیگر ناتوانی کودک از فراگرفتن مهارت های مورد نیاز برای برقرار کردن ارتباط متقابل موثر و مفید با همسالان مربوط می باشد. برای مثال؛ کودکی که نمی داند چگونه با دیگران بازی کند به احتمال زیاد ارتباط با کودکان دیگر را ناخوشایند و تشویش انگیز خواهد یافت در این صورت، کنار گرفتن از گروه بر اثر تقلیل اضطراب تقویت می شود. در کودکان، گوشه گیری اجتماعی آنان به کمبود مهارت های اجتماعی بر می گردد. کودکانی که نتوانند با دیگران ارتباط متقابل برقرار کنند و دچار گوشه گیری می شوند که موجب توجه بیشتر افراد بزرگسال به کودک شده در نتیجه موجب تقویت مثبت "خجالتی" در کودک می شود. دانش آموزی که در جمع به سختی حاضر شده به دلیل گوشه گیری و خجالتی بودن ناشی از ضعف شخصیتی و عدم اعتماد به نفس و خود کم بینی نمی تواند شفاها با دیگران ارتباط داشته باشد، خود را کنار کشیده و میدان بحث و گفتگو و تبادل نظر را به دیگران می سپارد.

پیشینه تحقیق

در زمینه وضعیت کودکان گوشه گیر و انزوا طلب مطالعات متعددی صورت گرفته است. پژوهشهایی که ذیلا به آن ها اشاره می شود بعضی از ویژگی های روانی و اجتماعی این کودکان را نشان می دهد. در تحقیقی بر روی ۴۰۷ کودک ۳ تا ۶ ساله توانایی اجتماعی و علائم رفتاری آن ها مورد مطالعه قرار گرفت و نتیجه به دست آمده نشان داد که دو عامل اساسی در بین سایر عوامل بیش از ۵۰ درصد واریانس تجمعی را به خود اختصاص دادند.

این دو عامل عبارت بودند از: بی احساسی و کناره گیری و نارضایتی و مخالفت. ۱۰۰ نفر از این کودکان در مرحله دبستانی نیز مورد مطالعه و ارزیابی قرار گرفتند و ملاحظه شد کودکان دارای ویژگی های مذکور در مرحله دبستان نیز این مشکل را کم و بیش دارا می باشند. در مطالعه دیگری بر روی کودکان ۷ تا ۱۲ ساله، انحرافات رفتاری آنان مطالعه شد. یکی از نتایج تحقیق این بود که در مسائل رفتاری کودکان، مسئله اساسی شکست در یادگیری های اجتماعی است. همچنین مشاهده شد واکنش پسران در مقابل شکست بیشتر پرخاشگری و واکنش دختران کناره گیری و انزوا است. در تحقیقی تحت عنوان "انزوای اجتماعی و حل مسائل اجتماعی" تعدادی از اطفال کودکستانی در دو نوبت با فاصله یک سال، در هنگام بازی مورد مشاهده واقع شدند. محققین به این نتیجه رسیدند که فراوانی بازی های اجتماعی کودکان با توانایی حل مسائل اجتماعی آنان همبستگی مثبت دارد، در حالی که فراوانی بازی های انفرادی ارتباط منفی با شایستگی اجتماعی نشان می دهد. در پژوهش دیگری با واکنش های همسالان نسبت به دانش آموزان افسرده در ۷۰ دانش آموز پسر و ۹۳ دانش آموز دختر کلاس های سوم تا ششم دبستان مطالعه شد.

نتیجه کلی پژوهش مذکور آن بود که کودکان نسبت به همکلاسان افسرده خود به صورت منفی واکنش نشان می دهند. کودکان افسرده کمترین علاقه همسالان را به خود جلب می کند، جذابیت کمتری دارند و رفتار کنونی و آینده آن ها کمتر مثبت تلقی می شود. در پژوهشی دیگر تحت عنوان "مطالعه موردی حل مشکل کمروبی دانش آموزان شهر اصفهان" با هدف بهبود بخشیدن و کاهش مشکل کمروبی فاطمه دانش آموز پایه پنجم ابتدایی انجام شد. یافته های بدست آمده از این تحقیق توسط محققین این می باشد که با القای توانایی های کودکان و تقویت ویژگی های مثبت آنان و ایجاد فضای دوستانه در کلاس می توان محیط مناسبی برای شرکت فعال دانش آموزان به ویژه دانش آموزان کمرو فراهم کرد. ضمن اینکه به این نتیجه رسیدند که شناسایی علل کمروبی مهم ترین گام در کاهش کمروبی است. نقشه اولیای دانش آموز و معلم در کاهش و افزایش کمروبی بسیار مهم می باشد و تشویق و ترغیب دانش آموز برای شرکت در کارگروهی نقش به سزایی در افزایش اعتماد به نفس او دارد.

راهکارهای پیشنهادی

از آنجا که گوشه گیری کودکان معمولا نه به صورت اجتناب از افراد بزرگسال بلکه به صورت کناره گیری از کودکان جلوه می کند. بنابراین هدف درمان باید افزایش ارتباط متقابل با همسن و سالان کودک باشد. به همین دلیل معلمان و والدین در رفع مشکلات کودکان گوشه گیر نقش بسزایی دارند و با محبت و صمیمیت باید به تمام تغییرات رفتاری مناسب و موفقیت آمیز آنان توجه کرده، آنان را تشویق کنند و بدین وسیله کودکان را به سوی فعالیت های اجتماعی سازنده در مدرسه و خانه راغب سازند. در این باره به اهم راهکارهای صورت گرفته برای درمان گوشه گیری دانش آموزان اشاره می کنیم:

- ۱) دادن مسئولیت توسط معاونت پرورشی، آموزش و معلم کلاس
- ۲) توجه کردن به دانش آموز توسط معلم و مدیر و معاون آموزشی
- ۳) تشویق کردن در مناسب های مختلف درسی و غیر درسی

- ۴) بردن به اردو و گردش علمی
- ۵) حمایت های عاطفی در جهت تقویت اعتماد به نفس دانش آموز
- ۶) قرار ندادن ولی در موقعیت هایی که تجربه شکست را به دنبال دارد .
- ۷) تشویق و زمینه سازی حضور نوجوان در فعالیت های جسمی گروهی
- ۸) ایجاد آمادگی لازم برای جرئت ورزی در ابراز عقاید و بیان نظرات خود و نیز پذیرش نظریات مختلف از طرف دیگران
- ۹) تشویق از سوی اولیا و تهیه جوایز برای دانش آموز
- ۱۰) شرکت دانش آموز در برنامه های مراسم صبحگاهی مدرسه
- ۱۱) شرکت دانش آموز در فعالیت های هنری و ایفای نقش در نمایشنامه ها
- ۱۲) مشارکت با معلم به عنوان همیار در هنگام تدریس
- ۱۳) آموزش ذهنیت مثبت به دانش آموز در جهت شناخت نقاط ضعف و قوت خود
- ۱۴) بیان یکی از تجربیات شخصی در زمینه شکست خوردن توسط معلم یا اولیا
- ۱۵) اهمیت دادن به ایده های دانش آموز در زمینه مسائل خانوادگی

اجرای راهکارها و نظارت بر آن

با توجه به راه حل های مذکور سعی بر آن بود تا با ارائه بهترین راه حل، مشکل مربوطه حل شود. لذا در ابتدا پژوهشگر درباره راه حل ها با معلم صحبتی را داشت. پژوهشگر تمامی برنامه های خود را برای معلم بیان کرد که اولین مورد، دادن مسئولیت به اراس در کلاس بود. معلم بعد از چند دقیقه تفکر پاسخ داد: جواب بنده مثبت است چرا که از روز نخست هدف بر رفع مشکل او بود، بنابراین در این زمینه مشکل خاصی ندارم. بعد از بیان گفته های معلم از او خواسته شد با توجه به هدف هایی که در کلاس برای دروس مختلف دارد و از طرفی هم تاکید شد مسئولیت داده شده با توجه به توانایی های جسمی و روحی او تعیین شود، برای او نقشی را در کلاس تعیین کند. معلم گفت: پیشنهاد بنده ارائه نقش سرگروهی به او در فعالیت های گروهی می باشد. پژوهشگر نیز چون یکی از مشکلات او را همین می دانست به همین خاطر روش بیان شده را تایید کرد. در ضمن از معلم خواسته شد که دانش آموز نباید در فعالیت هایی به عنوان سرگروه انتخاب شود که نتیجه آن منجر به شکست شود، چرا که او با قرار گرفتن در چنین موقعیتی اعتماد به نفس خود را از دست می دهد و از شرکت در برنامه های گروهی دیگر تا پایان سال تحصیلی اجتناب می ورزد. پژوهشگر در بیان پیشنهادات خود به معلم، از او کسب اجازه کرد تا موارد دیگری را هم بیان کند. بنا بر کسب اجازه بیان کرد: یکی دیگر از ایده هایی که برای اراس پیشنهاد می شود واگذاری نقش "کمک معلم" به او است. بدین جهت این روش بیان شد چون سال تحصیلی رو به پایان است پس دانش آموزان نیاز مبرمی به مرور دروس خوانده شده دارند. به همین جهت از شما خواسته می شود به تناسب اهدافی که برای مرور دروس چیده اید، در یکی از آن ها دانش آموز مربوطه نقش کمک معلم شما باشد و آن درس تا پایان زنگ با مشارکت یکدیگر به پایان برسد. لذا باز هم بیان شد قسمت هایی که در توان اراس می باشد به او واگذار شود تا با انجام راحت آن احساس عزت نفس کند.

در ضمن نتیجه این کار به والدین او اطلاع داده شود و از والدین محترم خواسته شود برای این اقدام او جوایز ارزنده ای در نظر گرفته شود که حس حمایت نیز به او القا شود. در پیشنهاد دیگر از معلم خواسته شد تا با والدین دانش آموز به صورت حضوری یا غیر حضوری ارتباط برقرار کند، در این مورد که حتماً اراس را در زمینه مسائل خانوادگی شرکت دهند و از ایده های او استفاده کنند که این مورد هم اگر به درستی انجام شود، منجر به حس پویایی در او می شود که معلم محترم از ارائه پیشنهادات استقبال کردند. در بیان آخر نیز ایده ای به ذهن پژوهشگر رسید که ایده برگرفته شده از، صحبت های واسط سال

تحصیلی مدیر در زمینه برگزاری اردو تفریحی بود. به همین خاطر پژوهشگر ضمن بیان این پیشنهاد به نزد مدیر مراجعه کرد و با مشورت مدیر پیشنهاد مربوطه مورد موافقت واقع شد اما تصمیم در رابطه زمان و مکان برگزاری اردو، به عهده مدیر واگذار شد. در صورتی که پیشنهادات مربوطه با همکاری عوامل ذی ربط به نحو احسن انجام شود منجر به تاثیرات خارق العاده ای در رفع مشکل گوشه گیری دانش آموز می شود.

گردآوری اطلاعات (شواهد ۲)

پس از تایید نهایی راهکارها و اجرای آن به صورت مرحله ای سعی بر آن شد که پژوهشگر در این مرحله تاثیرات مراحل را بسنجد که به چه میزان اهداف تحقق یافته است یا اگر راهکارها تاثیرات مثبتی را نداشتند، از راهکارهای جایگزین استفاده کند. به همین منظور ابزار پژوهشگر در این مرحله متناسب با مشکل دانش آموز، مصاحبه با معلم، همکلاسی و مصاحبه معلم با والدین و پرسشنامه می باشد که موارد بیان شده در ادامه به بررسی آن ها پرداخته می شود.

مصاحبه با معلم :

بعد از آن روز ضمن بیان پیشنهادات ارائه شده توسط شما سعی کردم که در همان هفته برای مشکل دانش آموز اقدام کنم. در همین جهت از ابتدا جای او را طبق برنامه ریزی قبلی، از نیمکت آخر به نیمکت دوم تغییر دادم به صورتی که بتوانم دید کافی به او داشته باشم. همچنین اگر قرار بود درسی را نیز به صورت شفاهی از دانش آموزان بپرسم اکثر اوقات از نیمکت آراس شروع می کردم تا اولین پاسخگو او باشد. با وجود این که استرس داشت ولی سوالات را پاسخ می داد. در روزهای بعد، زمانی که دانش آموزان به زنگ تفریح رفتند، بنده آراس را نزد خودم صدا زدم تا درباره نقش " کمک معلم " با او صحبت کنم. بعد از توضیحات لازم به او، آراس ابتدا موافقت نکرد و با این دلیل که: " خانم بلد نیستم، نمی توانم " می خواست که مسئولیت را قبول نکند. بعد از آن با خودم فکر کردم که آراس درس علوم را دوست دارد و اگر پیشنهاد من عوض شود احتمال دارد قبول کند. در همین مورد به او بیان کردم: من یک درس علوم را می خواهم برای بچه ها دور کنم و نیاز به همیار دارم تا با هم درس را مرور کنیم البته که خودم در تمام مراحل به عنوان راهنما کنارت هستم، موافق هستی کمک معلم باشی؟ آراس سرش را پایین انداخت و کمی فکر کرد و پیشنهاد را قبول کرد. بعد از آن روز، یکی از درس های علوم را که می دانستم مرور آن در حد توان آراس می باشد انتخاب کردم و آن درس را به همراه زمان ارائه آن به او اطلاع دادم که از قبل آمادگی لازم را داشته باشد. زمان ارائه فرا رسید معلم در کلاس بیان کرد: بچه ها قرار است امروز با کمک یکی از دوستانتون درس علوم را مرور کنیم ضمنا به شما هم اطلاع بدم که این کار فقط مختص آراس نیست و هر جلسه یکی از شماها مثل او به من کمک می کنید. بعد از اتمام صحبت هایم، مرور درس را آغاز کردم و با گذشت چند دقیقه، به آراس اشاره کردم آن قسمتی که مربوط به او بود، توضیح دهد. ابتدا دست های او را مشاهده کردم که می لرزید و اصلا بچه ها را نگاه نمی کرد و صدای او هم مانند دست هایم می لرزید در همان حین دائما به او کمک می کردم تا بر کلاس مسلط باشد به صورتی بعد از چند دقیقه ای آراس کم کم سرش را بلند کرد و به دانش آموزان هم نگاه می کرد و توضیح می داد. به همین روال درس به پایان رسید و از بچه ها خواستم برای او دست بزنند و هنگامی که آراس این صحنه را دید خوشحال بود. به محض اینکه زنگ شد آراس نزد بنده آمد و گفت: خانم امروز چطور بودم؟ بنده نیز با بیان تمام موارد، او را تشویق کردم و حتی در پایان صحبت هایمان گفت: اگر امکان دارد دوباره این کار را انجام بدهیم.

مصاحبه با دوست :

بعد از انجام مصاحبه با معلم، به سراغ دوست صمیمی او رفتم تا از نتیجه رفتار آراس با او جويا شوم. او بیان کرد: آراس زمانی که جای او عوض شده فعال تر شده است و قبلا چون در نیمکت آخر حضور داشت خود را پنهان می کرد و خانم این

هفته جای او را عوض کرد . از طرفی هم در یکی از درس ها خانم معلم از او به عنوان "کمک معلم" استفاده کرد که باعث تعجب همه ما شده بود که آراس نمی تواند چنین کاری را انجام دهد اما با شروع توضیحات ، او درس را خوب بلد بود . بعد از آن روز ، آراس در دروس موردعلاقه اش مخصوصا در درس علوم خودش برای جواب دادن به سوال معلم داوطلب می شد. از طرفی هم خانم ، آراس را به عنوان سرگروه درسی ما انتخاب کرده است که به عنوان پل بین گروه ما و معلم فعالیت کند . حتی آراس در زنگ های تفریح هم برعکس قبل که خودش به تنهایی قدم می زد و بازی نمی کرد الان با روحیه ای که گرفته است کنار ما می آید و صحبت می کند و گاهی اوقات حوصله داشته باشد بازی می کند .

مصاحبه معلم با والدین :

با هماهنگی قبلی نتیجه رفتار آراس را در منزل از مادر او بپرسد که آراس نسبت به قبل چه تغییری کرده است . معلم گفت : مادر آراس بعد از آن روزی که آراس کنفرانس داده است اشتیاق بیشتری در انجام کارهایش نسبت به قبل دارد . که در این خصوص مادرش از بنده خیلی تشکر کرد . معلم نیز در ضمن سخنان مادرش بیان کرده است : لطفاً اگر امکان دارد شما به خاطر این کار آراس برای او یک هدیه بخرید و در مقابل جمع خانوادگی او را تشویق کنید. بعد از آن روز مادر آراس به مدرسه آمد و گفت: کاری که شما گفتید را انجام دادم و آراس خیلی خوشحال شد. نکته ای که باعث تعجب مادر آراس شده بود این بود که می گفت : او هیچ وقت نظر خاصی درباره چیزی در منزل نداشت اما سه روز بعد از آن اتفاق ، فیش آب برای ما آمده بود و چون آراس مطالب درسی اش در مورد مصرف آب بود نزد من و پدرش پیشنهادهایی مبنی بر مصرف بهینه آب داد و ما نیز کاملاً او صحبت های او را تایید کردیم. همین موارد نشانه ای از حال او در منزل می باشد که او نسبت به قبل بهتر شده است و امیدوارم این روند ادامه پیدا کند .

در ضمن مصاحبه گرفته شده ، به منظور تایید نهایی شواهد از ابزار پرسشنامه که دانش آموز آن را پاسخ می دهد ، به صورت زمان دار استفاده می کنیم که سوالات مطرح شده به این صورت است.

جدول شماره ۳_ پرسشنامه گوشه گیری

کاملاً مخالفم	مخالفم	تا حدودی	موافقم	کاملاً با موافقم	لطفاً عبارت زیر را بخوانید و هرکدام از نشانه ها را با توجه به مقیاس زیر مشخص کنید
			✓		(۱) برای من آسان است که دوستان جدیدی پیدا کنم.
				✓	(۲) مطالعه (کتاب ، مجله و...) دوست دارم.
	✓				(۳) کسی را ندارم که با او درد و دل کنم .
			✓		(۴) در همکاری با دیگران موافق هستم .
		✓			(۵) زیاد تلویزیون تماشا می کنم .
	✓				(۶) دوست پیدا کردن برایم مشکل است .
				✓	(۷) تحصیل را دوست دارم .



دومین کنفرانس ملی یافته های نوین در مدیریت، روانشناسی و حسابداری

تهران - ۱۳ بهمن ۱۴۰۱



2nd National Conference on New Findings in Management, Psychology and Accounting



02 February 2023 | Tehran

		✓			۸) من دوستان زیادی دارم.
	✓				۹) من احساس تنهایی می کنم.
			✓		۱۰) وقتی که نیاز داشته باشم ، می توانم دوست پیدا کنم.
		✓			۱۱) زیاد ورزش می کنم .
✓					۱۲) برایم مشکل است کاری کنم که دیگران مرا دوست داشته باشند

15

کاملا مخالفم	مخالفم	تا حدودی	موافقم	کاملا با موافقم	لطفا عبارت زیر را بخوانید و هرکدام از نشانه ها را با توجه به مقیاس زیر مشخص کنید
		✓			۱۳) بازی های کامپیوتری را دوست دارم.
✓					۱۴) من کسی را ندارم با او به تفریح بروم.
		✓			۱۵) موسیقی را دوست دارم .
			✓		۱۶) با دیگران معاشرت دارم .
✓					۱۷) احساس می کنم دیگران مرا کنار گذاشته اند و به من توجهی ندارند .
✓					۱۸) وقتی که نیاز به کمک دارم ، کسی را ندارم که از او کمک بخواهم.
		✓			۱۹) نقاشی را دوست دارم .
✓					۲۰) با دیگران تعامل ندارم .
✓					۲۱) من واقعا تنها هستم .
			✓		۲۲) احساس میکنم گه اطرافیانم واقعا مرا دوست دارند.
			✓		۲۳) حل معما را دوست دارم.
✓					۲۴) من هیچ دوست صمیمی ندارم.

تحلیل آزمون :

نمره کسب شده توسط شما در این مقیاس ۱۵٫۶ می باشد که نمره بسیار مطلوبی است و نشان می دهد که دانش آموز بعد از اجرای مراحل بیان شده به ندرت دچار احساس تنهایی می کند؛ به ویژه زمان هایی که در جمع اطرافیان و یا دوستانش قرار می گیرد احساس دل‌بستگی و سرخوشی در کنار آن ها می کند. همین امر سبب می شود که با آن ها به خوبی معاشرت کرده و دیگران نیز این احساس صمیمیت را احساس کنند و تمایل به نزدیکی و دوستی با شما نشان دهند. همچنین حضور در گروه ها و اجتماعات رسمی و غیررسمی مثل عضویت در تیم های کاری و گروه های دوستانه و دریافت تایید دیگران سبب ایجاد حس ارزشمندی در شما شده و شما را بیش از پیش به حضور در جمع ها و ارتباط گرفتن با دیگر افراد تشویق می کند. به نظر می رسد شما از دوستانتان توجه و اهمیتی که به آن نیاز دارید را معمولاً دریافت می کنید؛ در نتیجه از لحاظ ذهنی نیز خود را فرد تنهایی فرض نمی کنید و این سبب می شود که با دیگران احساس نزدیکی کرده و هنگامی که با مشکلی روبرو می شوید و نیاز به کمک دارید، بتوانید از دوستان و اطرافیانتان درخواست کمک نمایید و در بیان آخر شما مشکلی در اعتماد کردن به دیگران ندارید و همین مسئله به شما کمک می کند که به راحتی دست به انتخاب و ایجاد روابط جدید بزنید.

ارزیابی تاثیر اقدام جدید و تعیین اعتبار آن

با توجه به ارائه راه حل ها و اجرای به موقع، اکنون زمان بازخورد آن فرا رسیده است که وضعیت دانش آموز موردنظر به چه صورت است. طبق بیانات قبلی اجرای راه حل ها توانسته است تا میزان قابل توجهی وضعیت گوشه گیری دانش آموز را بهبود ببخشد. طبق مصاحبه هایی که صورت گرفت از جمله راه حل هایی که مورد استقبال معلم و دانش آموز و اولیا قرار گرفت، نقش "کمک معلم" بود که با اجرای آن رغبت فعال شدن در دانش آموز به وجود آمد. به گونه ای که با ادامه همین روند و درگیر کردن دانش آموز در فعالیت های کلاسی شخصیت منزوی بودن از او فاصله گرفته و به یک فرد فعال تبدیل می شود که نتیجه آن شکل گیری عزت نفس در او می باشد. برای اثبات مطالب گفته شده لازم به ذکر است که یک بار دیگر از پرسشنامه به عنوان یک ابزار معتبر استفاده شود تا بین مطالب بیان شده و عمل فرد پیوستگی وجود داشته باشد. به همین خاطر پرسشنامه ای که در این قسمت استفاده می شود.

پرسشنامه احساس تنهایی (SLFS) است. تست احساس تنهایی آشر در پژوهش های مختلفی مورد استفاده قرار گرفته است. تستی که برای سنجش احساس تنهایی (گوشه گیری) نخستین بار توسط آشر تهیه شد، برای کودکان بود. که این تست در ابعاد احساس کنار گذاشته شدن، احساس عدم صمیمیت، احساس خلاء و احساس کمبود توجه می باشد که دارای ۲۴ سوال در مدت زمان ۶ دقیقه است و پاسخ های آن به صورت ۵ گزینه ای می باشد. همچنین در بررسی روایی و اعتبار تست آشر بر اساس مطالعات بین المللی نشان داد که آلفای کرونباخ آن برای کل آزمون برابر با ۹۰/۰ و ضریب همبستگی بین دو نیمه آزمون برابر با ۳/۸۳ می باشد. همچنین نتایج بررسی های آشر نشان داد که هرچه نمرات افراد در این تست بیشتر می شود تعداد دوستان فرد کاهش می یابد. به علاوه همبستگی تست تنهایی با آزمون پیشرفت در نمونه کودکان بیانگر آن بود که همبستگی متوسطی بین احساس تنهایی و نمرات موفقیت وجود دارد. از طرفی دیگر هم در ایران این تست پس از تحلیل عاملی دو عامل استخراج گردید که ۲۷/۴۰ درصد واریانس کل را تبیین می نمود. این عوامل مبتنی بر مبانی نظری احساس تنهایی به عنوان عامل عاطفی و عامل اجتماعی نام گذاری شدند. همبستگی این تست با نمرات اضطراب برابر با ۴۱/۰، با اضطراب برابر با ۳۰/۰ و با استرس برابر با ۳۹/۰ به دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ برای نمره کلی این تست برابر با ۸۴/۰ و برای خرده مقیاس تنهایی عاطفی ۸۲/۰ و تنهایی اجتماعی ۷۱/۰ به دست آمد (رضایی و همکاران، ۱۳۹۲).

نتیجه گیری نهایی و ارائه پیشنهادات

در این تحقیقی که انجام دادم به نتایج مهمی دست یافتم که تاثیرات قابل توجهی داشتند. نکته مهم که قابل شرح است این می باشد که وضعیت گوشه گیری و انزوا به عنوان یکی از اختلال های روانی دانش آموزان است که با اختلال های رفتاری و اضطرابی همزیستی دارد و ممکن است با پیامدهای جدی مانند: غیبت از مدرسه، افت تحصیلی، افسردگی و حتی خطر خودکشی همراه باشد. از طرفی هم بسیاری از دانش آموزان به ویژه کودکان گوشه گیر با مهارت های دوست یابی و اصول برقراری ارتباط، نحوه صحبت کردن، تماس چشمی با فرد مقابل، طرز نشستن، توجه به عواطف دیگران و... آشنا نیستند. که معلمان برای رفع این مشکل می توانند با در نظر گرفتن فعالیت های گروهی برای دانش آموزان، زمینه ای را فراهم کنند تا کودکان گوشه گیر ارتباط و همکاری بهتری با همکلاسی های خود داشته باشد. در صورتی که شرکت در فعالیت های گروهی با راهنمایی و تشویق معلمان همراه باشد، دانش آموز انگیزه بیشتری برای شرکت در گروه پیدا می کند و به تدریج نگرش همسالان نسبت به او تغییر خواهد کرد.

این شیوه ی برخورد، اعتماد به نفس کودک گوشه گیر را نیز بهبود می بخشد. همچنین تعیین مسئولیت های هرچند کوچک و جزئی از جانب معلم برای دانش آموزان و گوشه گیری در کلاس درس و در نظر گرفتن پاداش های مناسب برای انجام دادن صحیح کارها، عزت نفس آن ها را نیز تقویت می کند. به همین خاطر یک معلم در امر آموزش فقط وظیفه ی یاد دادن معلومات به روش های مختلف به دانش آموزان را ندارد بلکه باید در لحظه ی ورود به کلاس ابتدا وضعیت روحی آن ها را بسنجد و اگر دانش آموزی از لحاظ روحی آماده نباشد معلم نمی تواند کار خود را شروع کند چرا که یک دانش آموز ممکن است مشکل کوچکی در او باشد و اگر معلمی متوجه آن شود و درصدد رفع آن تلاشی نکند بزرگترین ظلم را در حق آن کودک معصوم انجام داده است زیرا ممکن است آن مشکل کوچک در دراز مدت به مشکلی بزرگ و غیر قابل درمان شود. البته ناگفته نماند که در هر کاری و هر مشکلی باید انسان توانایی خود را به کار ببندد تا بتواند به نحو احسن آن را انجام دهد که در این زمینه معلم باید به خود ایمان داشته باشد که اگر زمانی دانش آموز توانمندی های خود را کم اهمیت و بی ارزش بداند، معلم باید در این قسمت نقاط ضعف و قوت دانش آموز را در دروس و فعالیت های مختلف شناسایی کرده و با برجسته کردن قوت ها درسی و غیر درسی به آن ها کمک کند تا در مسیر درستی گام بردارند و احساس موفقیت نمایند. در پایان نیز با توجه به مراحل و علل شناسی که در این پژوهش صورت گرفت. پیشنهاد هایی در همین راستا به معلم محترم می شود که عبارتند از:

- ۱- دادن مسئولیت بهترین گزینه برای حل مشکل دانش آموز گوشه گیر می باشد.
- ۲- تشویق کردن می تواند اعتماد به نفس دانش آموز را افزایش دهد.
- ۳- فراهم کردن زمینه برای ارائه گزارش و سخنرانی پیرامون مسائل درسی و کارگاهی توسط این چنین دانش آموزان برای برطرف کردن مشکل گوشه گیری آنان مفید است.
- ۴- شناخت، پیش مقدمه انجام هر اقدامی می باشد. لذا توصیه می گردد که معلمان عزیز از همان روزهای اول سال تحصیلی با کمک مسئولین مدرسه و اولیا نسبت به شناخت کامل دانش آموزان اقدام کنند.
- ۵- دانش و آگاهی نسبت به مسائل تربیتی و آموزش ابزار موفقیت معلم می باشد. مطالعه کتب روانشناسی تربیتی و روش های تدریس باید به یک عادت برای معلمان تبدیل شود.
- ۶- برقراری رابطه نزدیک با دانش آموز گوشه گیر
- ۷- اجرای نمایشنامه در مورد گوشه گیری توسط دانش آموزان کلاس
- ۸- دادن آگاهی و تذکرات لازم به خانواده دانش آموز جهت محبت در حد متعارف، دادن مسئولیت، تشویق در قبال کار مثبت



۹- از شتاب زندگی و هرگونه اقدامی قبل از آگاهی خودداری گردد. برخورد نامناسب مانند تجویز داروی نامناسب می باشد که گاهی اوقات خسرات جبران ناپذیری به بار می آورد و برای برگشت به نقطه اول هیچ راهی وجود ندارد.

۱۰- درس هنر فرصت خوبی است تا در پایان فعالیت هنری به نقد هنری و خود ارزیابی پرداخته شود و مجال نقد و ارزیابی به دانش آموز داده شود.

فهرست منابع و مآخذ

سراج خرمی ، نجمه ؛ حسینی نسب ، مریم . (فروردین - ۱۳۹۸). بررسی علل و عوامل گوشه گیری و ارائه راهکار هایی برای برطرف کردن آن در دبستان . دزفول .

جلیلی نیکو ، سعید . (۱۳۹۸) . کاهش میزان کمروبی در دانش آموزان ابتدایی مدرسه شهید ناصری تهران

کیخا ، عالمه ؛ شاهبازی ، حلیمه . (۱۳۹۷) . بررسی برخی مشکلات رفتاری ناشی از گوشه گیری و انزوا در دانش آموزان دبستانی شهرستان زابل

سیده سمیه جلیل آبکنار ؛ عاشوری ، محمد ؛ حسن زاده ، سعید . (۱۳۹۵) . ارتباط و گوشه گیری در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان آسیب دیده شنوایی ، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی ، فصلنامه علمی پژوهش توانبخشی .

یوسف زاده ، زهرا . (۱۳۹۳) . نقش معلم در کاهش اختلال رفتاری کمروبی در دانش آموزان

شفیع آبادی ، عبدالله . (۱۳۹۰) . اختلالات رفتاری کودکان و روش های اصلاح و ترمیم آن . تهران انتشارات بدر ، ص ۹۶ و ص ۹۷ .

رجبی ، غلامرضا . (۱۳۹۰) . رابطه خود انتقادی ، اضطراب اجتماعی و ترس از شکست با کمروبی دانش آموزان . روانشناسی بالینی . ساعتچی ، محمود ؛ کامکاری ، کامبیز ؛ عسکریان ، مهناز . آزمون های روان شناختی . نشر ویرایش . (۱۳۸۹)

عزیزالله تاجیک اسماعیلی ؛ (۱۳۶۸) . پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی پرتال جامع علوم انسانی انزواطلبی دانش آموزان دبستانی و رابطه آن با ساخت خانواده .

Larson. W.R and Raffaelli , (1990) . Ecology of Depression in Late Childhood and early adolescence : A Profile of Daily states and Activities

.Medlin.A (2008) . Analysis of social skill : the behavior Analysis of social skill . New York

Segrin.c. Taylor m. (2008) . Positive interpersonal relationship mediates of association between social skill and psychological well-being