



تاثیر پیشگیری از بیماری های واگیر در سلامت روانی دانش آموزان ابتدایی

ارغوان هاشمی اعلاء

دانشجوی کارشناسی پیوسته ، آموزش ابتدایی .

www.argha11367@gmail.com

محمد عرفان ارباب

دانشجوی کارشناسی پیوسته ، علوم آزمایشگاهی .

www.moerfan41@gmail.com

چکیده

بیشتر توجه روانشناسان، امروز صرف یافتن راه های مناسب برای حل مشکلات روانی است که انسان در برخورد با مسائل روزمره و علمی با آن روبرو هستند. کمتر کسی در برابر بیماری های روانی مصونیت دارد. البته دانستن این که هر کسی ممکن است گرفتار ناراحتی روانی شود خود به خود کافی نیست، زیرا بهداشت روانی تن به تشریح علل اختلالات روانی منحصر نیست، بلکه هدف اصلی آن پیشگیری از وقوع ناراحتی ها است. وجود افراد سالم ، از شرایط مهم و اساسی برای رشد یک جامعه است. جامعه ای که به سلامت جسم و روان اعضای خود توجه می کند، ضمن عدم صرف هزینه های سرسام آور درمانی، انسانهای سالم نیز پرورش میدهد که این خود ضامن رشد فردی و اجتماعی آن جامعه است. در این مقاله با استفاده از منابع موجود کتابخانه ای و میدانی و بهره گیری از مطالعات، و مصاحبه به گردآوری داده های مورد نیاز پرداخته شده.

کلمات کلیدی: پیشرفت ، تحصیل ، سلامت روانی ، دانش آموزان .

مقدمه

برخورداری فرد از سلامت روان یعنی وی توانسته نیازهای سطوح پایین خود را برآورده نموده و به مرحله خوشکوفایی برسد که در این حالت فرد از کیفیت زندگیش راضی، و مسائل و مشکلات پیرامونش را حل می کند و ارتباطات خوب و اثربخشی با دوستان، همکاران و اعضای خانواده دارد، به اطرافیانش شادی می بخشد و در نهایت به لحاظ معنوی همواره رضایت خاطر دارد. و اما در تحلیل عوامل دستیابی به این مهم آنچه بیشتر از همه و تأثیرگذار به نظر می رسد سبکی است که فرد برای زندگی خود بر می گزیند. چرا که تمامی اصول و مبانی که زندگی فرد را شکل می دهد و یا از آن پیروی می کند همان سبک زندگی است که مجموعه ای ترکیب یافته از آداب مختلف که باید بر مبنای اصول منطقی و نیز کمال جویانه باشد. که از این جهت می توان گفت دین اسلام تنها منبعی است که می تواند کامل و جامع ترین الگو و دستور العمل ها را برای بهترین سبک زندگی ارائه دهد. پیشرفت صنعت و تکنولوژی، قدرت و ثروت را افزایش داده ولی امکان زندگی با آرامش و صلح و اطمینان را از انسان سلب کرده است. در حقیقت کیفیت فدای کمیت شده و اعتدال و تناسب کنار رفته و بیماری های عصبی روانی و روان تنی جانشین آن شده است. وقتی صحبت از بهداشت روانی می کنیم منظور بیشتر دستیابی به درجه بالایی از سلامت روانی است. به عبارت دیگر منظور رساندن فرد به انسانی شایسته و لایق که دارای انسجام شخصیتی و روانی بوده که قادر باشد، کارکرد ها و مسئولیت های خویش را به نحو مطلوب انجام دهد. به عبارتی دیگر برای حفظ سبک زندگی سالم و به هنجار بیش از پیشگیری



بیماری ضرورت دارد و همراه کردن مسئولیت شخصی و فعالیت برای رسیدن به سلامتی نیز لازم است بعد روانی سلامتی در بسیاری از کشورهای جهان به ویژه کشورهای جهان سوم، به دلیل توجه اصلی به سایر اولویت های بهداشتی، از جمله بیماری های واگیردار عفونی در گذشته و یا بیماری های مزمن در عصر حاضر، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. با این حال، نگاهی به آمار و ارقام منتشر شده در زمینه شیوع اختلالات روانی در کشورهای مختلف جهان، حاکی از بحرانی بودن وضعیت سلامت روان است.

متخصصان علوم رفتاری و روانشناسی بر این عقیده اند که سبک زندگی بر سلامت روان و جسم افراد تاثیر زیادی می گذارد و حال در این میان هرچه فرد نسبت به انجام آموزه های دینی متعهد تر باشد آرامش بیشتری پیدا می کند. از آن جا که اسلام به عنوان کامل ترین دین در نزد خداوند برای همه ابعاد زندگی انسان دستورات جامعی دارد، پیامبر اسلام(ص) خود را پیامبر مبعوث شده برای تکمیل مکارم اخلاقی معرفی می کند. در واقع فرد دین دار با پذیرش و عمل به دستورات و آموزه های دینی سبک زندگی را می پذیرد که تامین کننده سلامت جسم و روان اوست.

بازی برای دانش آموزان یکی از ابزارهای مهم در شکل گیری شخصیت آن ها بشمار می رود. اصلی ترین و مهم ترین فضا برای بروز و شکل دهی به خلاقیت، نظام خانواده است. و مهارت اجتماعی از بازی باید بعنوان وسیله ای برای آموزش به دانش آموز بهره ببرند. و مهارت اجتماعی خلاق دانش آموزان خلاق نیز پرورش می دهند. اگر و مهارت اجتماعی در جریان بازی فضا و ابزار مناسب و کافی در اختیار دانش آموز قرار دهند و به دانش آموز اجازه دهند تا با خلاقیت خود بازی را پیش ببرد و خود نیز در جریان بازی با او همراه شوند قطعاً زمینه های بروز خلاقیت در دانش آموز نیز فراهم خواهد شد. منظور از بازی کردن و مهارت اجتماعی با دانش آموز کمرنگ شدن بازی های گروهی دانش آموز با همسالانش نیست بلکه هر کدام در جای خود نقش سازنده و تعیین کننده ای را ایفا می کنند [۱۴].

مهارت اجتماعی در جریان بازی با دانش آموز این فرصت را دارند که به شناخت بهتری نسبت به فرزند خود و استعدادهايش برسند. دانش آموز ممکن است در بازی نقش فردی در شغل های مختلف را ایفا کند و به کمک ذهن خلاقش آن نقش را پرورش دهد. دانش آموز خلاق ذهن پرسشگری دارد و مهارت اجتماعی باید با صبر و حوصله پاسخگوی سوالات دانش آموز هر چند که عجیب و خارق عادت باشد باشند و خود نیز به طرح سوال بپردازند و از او بخواهند که پاسخ دهد. محیط خانواده برای پرورش یک دانش آموز خلاق باید برپایه ارزش های اخلاقی استوار باشد نه اینکه قوانینی سخت گیرانه و در چارچوب برای دانش آموز تعریف شده باشد زیرا این کار از شکوفایی ذهن خلاق دانش آموز جلوگیری خواهد کرد. شخصیت دانش آموز بعنوان عضو مهمی از خانواده باید مورد توجه قرار گیرد. تحقیر، مقایسه و سرکوب قطعاً به بروز خلاقیت در دانش آموز ختم نخواهد شد. سعی کنید تا هر حرکت خلاقانه دانش آموز را مورد تشویق قرار دهید اما از تفسیر بیش از اندازه آن خودداری کنید [۳].

۱-۱ سلامت روان

سلامت روان به معنای تعادل روان است و علائم آن این است که انسان به نور عقل خویش آنچه که زینت روانش می شود و او را به خدا نزدیک می کند، بر می گزیند و تمام ابعاد وجودی خود را شکوفاء می سازد، و بین آنها هماهنگی و تعادل برقرار می نماید، بر اثر این عدالت نفسانی که همان صراط مستقیم و وصول به کمالات انسانی است در عمل نیز منحرف نمی گردد و به پیروی از سفاقت که موجب ظلم به خویشتن و دیگران است، از عدل سرباز نمی زند. از این رهگذر معنای بیماری که یک معنا سلبی است روشن می شود. از این رو در قرآن کریم آمده است که: *من أعرض عن ذکری فأن له معیشه ضنکا* هر کس از یاد من اعراض کند، مبتلا به زندگی سختی خواهد شد [۷].



به زعم محقق این مقاله مهمترین عامل تعیین کننده سلامت روان ایمان است چرا که داشتن اعتقاد و باور مذهبی مذهبی قادر است در مصیبت های زندگی و مواجهه با مشکلات از فرد محافظت کرده و همواره او را امیدوار نگه دارد و هرگز دچار ضعف و ناامیدی نخواهد شد، چرا که بر این باور است که خدا در همه حال با اوست. و فردی با این عقیده همواره خود را مقید به پایبندی به اصول اخلاقی می داند و از ویژگی های این افراد مسئولیت پذیری، خودکفایی داشتن، سعه صدر و اینکه به نوعی منشأ اثرند در جهت تعالی انسان. و نیز در خصوص سبک زندگی بر این عقیده است که در جامعه ما ایران که دارای تمدنی چند هزار ساله و نیز رسمیت دین حاکم یعنی اسلام عزیز و مذهب تشیع که کاملترین و جامع ترین دین از همه جهات است جایی برای تردید نمی ماند که بهترین سبک برای زندگی سبکی برگرفته از تمدن ایرانی و مذهب اسلامی است و اما باز محقق بر این باور است که جایی که سخن از اسلام است یعنی اسلام بر همه موارد کلیت دارد چرا که کاملترین است بنابراین به زعم نگارنده اسلامیت بر ایرانیت تقدم دارد و تمدن ایرانی با تمام نکات مثبتی که در خود دارد نمی تواند به تنهایی نسخه ای همه جانبه برای تک امور ارائه نماید که به عکس در اسلام و احکام اسلامی برای ریزترین موارد نیز دستورالعمل وجود دارد از همین جهت نیز همانطور که در ساختار مقاله نیز مشهود است تأکید محقق در این مقاله بیشتر بر سبک اسلامی بوده است و معتقد است که اسلام قابلیت ارائه بهترین سبک برای زندگی را داراست [۳].

پس سلامت روان به معنای تعادل روان است و علائم آن این است که انسان به نور عقل خویش آنچه که زینت روانش می شود و او را به خدا نزدیک می کند، بر می گزیند و تمام ابعاد وجودی خود را شکوفاء می سازد، و بین آنها هماهنگی و تعادل برقرار می نماید، بر اثر این عدالت نفسانی که همان صراط مستقیم و وصول به کمالات انسانی است در عمل نیز منحرف نمی گردد و به پیروی از سفاقت که موجب ظلم به خویشان و دیگران است، از عدل سرباز نمی زند. از این رهگذر معنای بیماری که یک معنا سلبی است روشن می شود [۱۴].

۱-۲ برخورداری سلامت روان

برخورداری فرد از سلامت روان یعنی وی توانسته نیازهای سطوح پایین خود را برآورده نموده و به مرحله خوشکوفایی برسد که در این حالت فرد از کیفیت زندگی راضی، و مسائل و مشکلات پیرامونش را حل می کند و ارتباطات خوب و اثربخشی با دوستان، همکاران و اعضای خانواده دارد، به اطرافیانش شادی می بخشد و در نهایت به لحاظ معنوی همواره رضایت خاطر دارد. و اما در تحلیل عوامل دستیابی به این مهم آنچه بیشتر از همه و تأثیرگذار به نظر می رسد سبکی است که فرد برای زندگی خود برمی گزیند. چرا که تمامی اصول و مبانی که زندگی فرد را شکل می دهد و یا از آن پیروی می کند همان سبک زندگی است که مجموعه ای ترکیب یافته از آداب مختلف که باید بر مبنای اصول منطقی و نیز کمال جویانه باشد. که از این جهت می توان گفت مهارت اجتماعی اسلام تنها منبعی است که می تواند کامل و جامع ترین الگو و دستور العمل ها را برای بهترین سبک زندگی ارائه دهد. پیشرفت صنعت و تکنولوژی، قدرت و ثروت را افزایش داده ولی امکان زندگی با آرامش و صلح و اطمینان را از انسان سلب کرده است. در حقیقت کیفیت فدای کمیته شده و اعتدال و تناسب کنار رفته و بیماری های عصبی روانی جانشین آن شده است [۶].

وقتی صحبت از بهداشت روانی می کنیم منظور بیشتر دستیابی به درجه بالایی از سلامت روانی است. به عبارت دیگر منظور رساندن فرد به انسانی شایسته و لایق که دارای انسجام شخصیتی و روانی بوده که قادر باشد، کارکردها و مسئولیت های خویش را به نحو مطلوب انجام دهد [۱۳].

برای حفظ سبک زندگی سالم و به هنجار بیش از پیشگیری بیماری ضرورت دارد و همراه کردن مسئولیت شخصی و فعالیت برای رسیدن به سلامتی نیز لازم است بعد روانی سلامتی در بسیاری از کشورهای جهانیه ویژه کشورهای جهان سوم، به دلیل



توجه اصلی به سایر اولویت های بهداشتی، از جمله بیماری های واگیردار عفونی در گذشته و یا بیماری های مزمن در عصر حاضر، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. با این حال، نگاهی به آمار و ارقام منتشر شده در زمینه شیوع اختلالات روانی در کشورهای مختلف جهان، حاکی از بحرانی بودن وضعیت سلامت روان است [۱۰].

متخصصان علوم رفتاری و روانشناسی بر این عقیده اند که سبک زندگی بر سلامت روان و جسم افراد تاثیر زیادی می گذارد و حال در این میان هرچه فرد نسبت به انجام آموزه های مهارت اجتماعی متعهد تر باشد آرامش بیشتری پیدا می کند. از آن جا که اسلام به عنوان کامل ترین مهارت اجتماعی در نزد خداوند برای همه ابعاد زندگی انسان دستورات جامعی دارد، پیامبر اسلام خود را پیامبر مبعوث شده برای تکمیل مکارم اخلاقی معرفی می کند. در واقع فرد مهارت اجتماعی دار با پذیرش و عمل به دستورات و آموزه های مهارت اجتماعی سبک زندگی را می پذیرد که تامین کننده سلامت جسم و روان اوست [۱۵]. واقعیت این است که در چند دهه اخیر، نقش مهارت اجتماعی در زندگی مورد توجه روان شناسان و محققان قرار گرفته است. پیچیدگی جامعه مدرن امروزی، مشکلات روزافزون و تغییر شیوه های زندگی باعث شده است نیاز به مهارت اجتماعی بیشتر شود، حتی در جوامع مادی نیز واقعیت ها حاکی از آن است که مردم به مهارت اجتماعی گرایش پیدا کرده اند. متخصصان هم بر این نکته اذعان دارند که شیوه های درمانی برای بهبود سلامت جسم و روان به تنهایی جوابگو نیست بلکه باورهای مهارت اجتماعی و گرایش به مهارت اجتماعی به نحو چشم گیری بر سلامت افراد تاثیر می گذارد. در حقیقت، ارزش ها، سازمان دهنده های اصلی اعمال و رفتارهای شخصیت رشدیافته به شمار می روند و سلامت روان، بی تردید، محصول چنین شخصیتی است [۷]. در سبک های زندگی به همه جزئیات پرداخته می شود و می بایست در چارچوب شیوه زندگی اسلامی، الگوهایی برای همه امور ارایه شود. پس توجه به ظواهر و ریز جزئیات در امور چون معماری، تزیینات، پوشش، نوع غذا، خودرو، میزان مصرف، سرگرمی ها، جشن ها، رفت و آمدها، سخن گفتن ها، ارتباطات حضوری و غیر حضوری، بهره گیری از فن آوری هایی چون تلفن، تلفن همراه صوتی و تصویری، ماهواره، تلویزیون، اینترنت و مانند آن معرفی کرد [۱۵]. اگر این گونه به سبک زندگی و مهندسی آن نیاندیشیم در نهایت گرفتار التقاط خواهیم شد و جامعه با تناقض مواجه خواهد شد به گونه ای که موجبات افزایش اضطراب های درونی به سبب احساس گناه، تاجر، ناپهنجاری و مانند آن می شود. اکنون جوامع اسلامی از جمله جامعه ایرانی مواجه به التقاطی است که در شیوه و سبک زندگی گرفتار آن است بحران موجود در جوامع اسلامی و فقدان سلامت روانی و اجتماعی در جامعه و ناپهنجاری ها و سرخوردگی ها و مانند آن ریشه در همین التقاط دارد؛ زیرا از یک سو ایمان به خدا و آخرت و آموزه های قرآنی و از سویی دیگر افکار و اندیشه های غربی با فن آوری پیشرفته آن، موجب شده که انسان ایرانی دچار نوعی اختلال در هویت شخصیتی شود و نتواند خود را چنان که هست بشناسد و تعریف کند و موقعیت و هدف خود را تعیین نماید. یکی از مفاهیم اساسی دنیای پیچیده انسان که قدمتی به بلندی هستی وی دارد مفهوم سلامتی است [۱۶].

۳-۱ پیشرفت تحصیلی

اهمیت اثر پیشرفت تحصیلی در سلامت روانی دانش آموزان به حدی است که برخی از متخصصان آن را حداقل تا نیمه دوم دوره نوجوانی معیار اساسی برای تشخیص عملکرد سالم دانسته اند و پیشرفت تحصیلی را به عنوان شاخصی برروری سلامت روانی دانش آموزان ارزیابی نموده اند. پس از بررسی میزان تاثیر عوامل اقتصادی در پیشرفت تحصیلی به برنامه ریزان و مجریان برنامه های آموزشی کمک می نماید تا موانع و مشکلات را بهتر بشناسد و با اتخاذ روش های مناسب کیفیت آموزش و یادگیری را بهبود بخشد [۱۱].

سبک تربیتی پایین یک خانواده ضررهای زیادی به فرزندان و پیشرفت دانش آموزان می زند، از نظر پزشکی تغذیه ناکافی و نامناسب باعث شدن فعالیت تارهای عصبی در بدن می شود و عوارضی از قبیل بی حوصلگی و بی ارادگی و بی میلی،



اختلال در دید و مواردی دیگر راه وجود می آورد، از آن جایی که بچه ها به تفریح احتیاج دارند و تفریح باعث قوی تر شدن اعضای بدن بخصوص ذهن می شود، خانواده های کم سبک تربیتی از این نعمت بی بهره اند. دانش آموزانی که دارای وضعیت اقتصادی و رفاهی خوبی هستند. دارای پوشه و سرو وضعی بهتر می باشند که خود موجب بالندگی آنها درمقابل بچه های همکلاسی خود می باشند [۸].

با توجه به مطالعاتی که در این زمینه انجام داده ام می توانم نتیجه بگیرم بین سبک های تربیتی والدین و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان رابطه ای مستقیم وجود دارد و دانش آموزانی که سبک های تربیتی والدینشان در اجتماع اعتبار بیشتری دارد، در امر تحصیل و یادگیری بیشتر به ترقی دست پیدا می کنند. به عقیده ی بزرگان دین کسب علوم در دوران جوانی مناسب تر است و بهتر در ذهن می ماند و ذهن جوان را از اشتغال به موضوعات نامربوط و بیهوده بازمی دارد؛ هرچه جامعه به عالم بیشتر اهمیت دهد و انگیزه های علمی را بیشتر تشویق کند، جوانان را به شناخت بهتر خود، جامعه و جهان رهنمون می سازد و در نتیجه آنان را از گرایش به خلاف و انحرافات بازمی دارد و همچنین این امر بدون کمک والدین و شناخت آن ها از نوجوانان تحقق نمی یابد [۱۹].

آمار نشان می دهد بیش از دویست میلیون نفر از مردم دنیا از افسردگی رنج می برند که اکثریت آن را زنان و جوانان تشکیل می دهد. افسردگی دومین بیماری ناتوان کننده قرن تلقی می شود و استرس عامل اصلی سکنه های قلبی، مغزی و سرطان ها به شمار می آید. بسیاری از مردم از بیماری جسمی رنج می برند. علت بیماری 32% این بیماری عصبی است. اضطراب امتحان تقریباً در تمامی خانواده ها مطرح است. و آثار زیان بار آن به طور مستقیم و غیر مستقیم بر دولت تحمیل می شود تخمین زده شده است [۱۷].

مهمترین عامل مؤثر در شکل گیری نگرش دانش آموزان نسبت به تحصیل خانواده است. اینکه والدین با تحصیل دانش آموزان و درس و تحصیل او چگونه برخورد می کنند و در الگوهای تربیت خود برای چه نوع رفتارهایی ارزش قائل می شوند. ارزشهای خانواده نه تنها در انگیزه و پیشرفت تحصیلی فرزندان تأثیر بسزایی دارد بلکه در رفتار و چگونگی سازگاری آنان با شرایط و موقعیت های آموزشی نیز نقش تعیین کننده ای را ایفا می کند. هنگامی که بین ارزش های خانواده و ارزشهای مدرسه هماهنگی موجود باشد دانش آموز بهتر می تواند با موقعیت آموزشی سازگار شود. از طرف دیگر ناهماهنگی بین ارزش های خانه و مدرسه در کودک تعارض ایجاد می کند و سازگاری او را مختل می سازد که طبعاً بر یادگیری و پیشرفت تحصیلی او تأثیر زیانبار بر جای می گذارد [۸].

دانش آموزانی هستند که از نظر بهره هوشی و جسمانی هیچگونه ناراحتی و عقب ماندگی ندارند اما بر اثر فقر خانوادگی و تحمل گرسنگی و کمبودها و نداشتن وسایل تحصیل نمی توانند به طور مرتب در مدرسه حضور یابند و درس های خود را فراگیرند و در نتیجه دچار ناکامی و عقب ماندگی می شوند. معمولاً با شنیدن واژه «آموزش» اولین تصویری که در ذهن نقش می بندد، تصویر «مدرسه» است. ولی با کمی کوشش و دقت می توان به خاطر آورد که آموزش (با تعلیم و تربیت) قبل از تاسیس اولین مدارس در طول عمر بشر وجود داشته است. حتی در میان جوامع اولیه نیز آموزش انجام می پذیرفته است. اعضای بزرگسال خانواده، در طول تاریخ، پیوسته خردسالان را آموزش داده و تربیت کرده اند [۵].

امروزه مطالعه و تحصیل از جمله ضروری ترین نیازهای هر فرد انسانی است. زندگی در این جامعه پیچیده و متحول مستلزم آن است که فرد به طور دایمی به فراگیری و مطالعه بپردازد و از انگیزه درونی برای یادگیری برخوردار باشد. در این صورت است که می تواند به طور خود جوش و بدون نیاز به محرک های بیرونی تلاش کند و به موفقیت برسد. البته در غیاب انگیزه درونی این پاداش ها و مشوق های بیرونی است که می تواند فرد را به تحصیل و مطالعه تشویق کند [۷].



۱- نتیجه‌گیری

یکی از عوامل مؤثر در توسعه هر کشوری برخورداری از یک جامعه سالم است. همچنین جامعه‌ای که در آن سبک زندگی افراد بر اساس مذهب و آموزه‌های دینی و تمدن آن کشور شکل گرفته باشد. و ارتقای این شاخص‌ها در هر جامعه‌ای منجر به بهبود بهره‌وری و افزایش بازدهی و دستیابی به هر موفقیتی خواهد شد [۱۲].

در این راستا آگاهی از وضعیت موجود سلامت روانی جامعه و عوامل مؤثر در ارتقاء آن، سبک زندگی حاکم و نیز سبک زندگی مطلوب، برنامه‌ریزی و سازماندهی منابع موجود، سازمان‌های درگیر، عوامل تأثیرگذار و نقش هر یک از آنها جهت ارائه راهکار و برنامه عملیاتی در این زمینه مهم و توجه به آنها ضروری است. با توجه به آنچه بیان شد و با نظر به بیانات مقام معظم رهبری آنچه در این بین می‌تواند به هر دو مقوله پرداخته و مطالعه نموده و به ارائه راهکار پردازد مهندسی فرهنگی است چرا که مسئله سلامت روان جامعه و سبک زندگی مردم هر دو ریشه‌های عمیقی در فرهنگ جامعه دارند و پایش این عوامل و دستیابی به نتایج مطلوب میسر نخواهد بود مگر به توسط مهندسی فرهنگی چرا که در این رویه می‌توان همان‌طور که رهبری نظام نیز فرمودند با رویکردی سیستمی اجزاء فرهنگ اعم از فرهنگ ملی، فرهنگ عمومی، فرهنگ تخصصی، فرهنگ سازمانی را شناسایی نموده و با مطالعه هر یک به شاخص‌های آنان و نیز منابع تأمین و بهبود و آموزش آنان پی برد [۱۰].

افراد برخورداری از سلامت روان، نیازهای سطوح پایین را برآورده کرده‌اند و اختلال روان‌شناختی ندارند، می‌دانند کی هستند، چی هستند و به کجا می‌روند. ادراک افراد سالم از واقعیت صحیح است. آنها جهان را به صورت عینی ادراکی کنند، این افراد خود انگیخته سالم و طبیعی هستند، عواطف خود را صادقانه و بدون رنجش دیگران نشان می‌دهند. تجارب عارفانه یا اوج دارند و همین تجارب موجب اعتلا و احساس قدرت و قاطعیت آنها می‌شود [۵].

جامعه‌ای که در آن سبک زندگی افراد بر اساس مذهب و آموزه‌های دینی و تمدن آن کشور شکل گرفته باشد. و ارتقای این شاخص‌ها در هر جامعه‌ای منجر به بهبود بهره‌وری و افزایش بازدهی و دستیابی به هر موفقیتی خواهد شد. در این راستا آگاهی از وضعیت موجود سلامت روانی جامعه و عوامل مؤثر در ارتقاء آن، سبک زندگی حاکم و نیز سبک زندگی مطلوب، برنامه‌ریزی و سازماندهی منابع موجود، سازمان‌های درگیر، عوامل تأثیرگذار و نقش هر یک از آنها جهت ارائه راهکار و برنامه عملیاتی در این زمینه مهم و توجه به آنها ضروری است [۶].

نقش رسانه‌ها در ترویج سبک زندگی غربی در دنیای کنونی و تخریب و تضعیف باورها و ارزشهای اسلامی نقشی بسیار جدی است. رسانه‌ها به ساختمان شدن زندگی روزمره کمک می‌کند. زندگی روزمره مبتنی بر عادت‌هاست و از رسانه‌ها برای عادت بخشیدن به زندگی استفاده می‌شود. استفاده فراگیر و مستمر از رسانه به طور حتم نقش مهم و عمده‌ای در شکل‌گیری یا تقویت افکار و عقاید و نگرش‌های جامعه ایفا خواهد کرد [۴].

همچنین رسانه‌ها از طریق ارائه هنجارهای اجتماعی، افراد را با الگوهای از روابط انسانی و اجتماعی و به طور کلی سبک زندگی آشنا می‌کند. به طوری که افراد با توجه به وجود پیچیدگی‌ها و مشکلات مختلف در زمینه مسائل اجتماعی و فرهنگی خود، می‌توانند نحوه روابط انسانی و اجتماعی را از رسانه‌ها بیاموزند و سبک زندگی خود را شکل دهند. رسانه‌ها با اطلاعات خود در ارزش‌ها، نگرش‌ها، آرزوها، انتخاب‌ها و رفتارهای ما در سبک زندگی نقش والایی بازی می‌کنند. لذا می‌توان ادعان داشت که رسانه‌ها به یکی از مهم‌ترین منابع مؤثر بر تعاملات اجتماعی مردم و به طور دقیق‌تر بر ارزش‌ها و در نهایت سبک زندگی تبدیل شده‌اند [۱۹].

ارتقای نقش نظام تعلیم و تربیت رسمی عمومی و خانواده در رشد و تعالی کشور، بسط و اعتلای فرهنگ عمومی و زمینه‌سازی برای اقتدار و مرجعیت علمی و تکوین تمدن اسلامی - ایرانی در راستای تحقق جامعه جهانی عدل مهدوی با تأکید بر تعمیق معرفت و بصیرت دینی و سیاسی، التزام به ارزش‌های اخلاقی، وفاداری به نظام جمهوری اسلامی ایران، اعتقاد و التزام عملی به



اصل ولایت مطلقه فقیه و مردم سالاری دینی، تحکیم وحدت ملی، تقویت روحیه علمی، رعایت حقوق و مسئولیت های اجتماعی، ارتقای آداب و آئین زندگی متعالی، بهداشتی و زیست محیطی. با وجود توجهی که اندیشمندان در دوره معاصر به زیبایی شناسی نشان داده اند، پرورش این بعد در نظام آموزش و پرورش ایران مغفول مانده است؛ برای نمونه میتوان به غفلت از «هنر» که بیشترین تأثیر را در درک اشیاء و موقعیتهای برای تربیت زیبایی شناسی دارد، اشاره کرد [۱۸].

هنرهایی مانند طراحی، کارهای دستی، عکاسی، نمایش، آواز، موسیقی، حرکات موزون و نویسندگی در این نظام جایگاه وثیقی ندارند و حتی درسهایی چون نقاشی و ادبیات نیز به صورت اصولی تدریس نمیشوند. نتایج برخی از تحقیقات نیز بر این ادعا صحه می گذارد. در این زمینه، نبود هدف مشخص برای آموزش هنر در مدارس، غفلت از اصول و مبادی هنر گذشته ایران، تأکید بر مهارت و فن، فراموشی بعد محتوایی هنر، نبود فضای آموزشی مناسب و کج فهمی ها و بدفهمی های اساسی درباره ماهیت هنر به عنوان امری تفننی و سرگرم کننده و نه حوزه های برای گسترش تفکر، از دلایل اصلی ناکارآمدی آموزش هنر در مدارس ایران مطرح شده است [۱۳].

موقعیت اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی معمولاً با سطح سواد و نوع و سبک های تربیتی سنجیده می شود مطالعات نشان می دهد شرایط بهتر اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی سبب توفیق تعلیم و تربیت و تحصیلی خواهد شد. از لحاظ فرهنگی خود پنداری فرد تأثیر زیادی بر انتظارات از زندگی آینده اش دارد تشکیل این مفهوم در دانش آموزان تحت تأثیر افراد مقتدر و معتبر در زندگی آنهاست. خانواده می تواند بعنوان نمونه بارز این افراد باشند و نگرش خانواده به فرزندان بعنوان مهمترین نهاد فرهنگی تأثیر زیادی بر جریان تحصیلی آنان دارد [۶].

بین سطح سبک تربیتی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دیرآموز رابطه بسیار زیادی وجود دارد. به عبارتی ساده تر هرچه سطح سبک تربیتی خانواده بیشتر باشد فرزندان آنها نیز از پیشرفت تحصیلی بهتری برخوردارند چرا که با ایجاد فضای آموزشی مناسب و تهیه امکانات و ملزومات آموزشی به نوعی سرمایه گذاری بلندمدت و مطمئن تر نموده است که این امکان در خانواده های طبقات پایین تر از نظر مالی کمتر اتفاق می افتد [۱۰].

فرزندانی باهوش و تیزهوش و دارای پیشرفت تحصیلی در خانواده های کم سبک تربیتی تر نیز دیده شده است و نمی توان منکر این قضیه شد. ولی چون این نمونه ها بسیار اندک هستند نسبت به فرزندان افرادی که سبک تربیتی خوبی دارند لذا می توان آن را عمومیت داد و آنچه که قابل تعمیم به جامعه می باشد با توجه به نتایج به دست آمده و تأیید فرضیه مورد نظر می توان ادعا کرد که سبک تربیتی خانواده در پیشرفت تحصیلی بسیار مفید و مؤثر است. آنچه به عنوان یافته و پیشنهاد می گردد، اینکه برنامه ریزان مسائل آموزشی باید در برنامه ریزی کلان جامعه مناطقی را که محرومند و از نظر مالی ضعیف ترند به نحوی تحت پوشش و آموزش رایگان و اجباری قرار دهند تا نشود عمق وسیع بین طبقات برخوردار و عدم برخوردار را با قرار دادن امکانات آموزشی مناسب و معلمین مجرب خلاء ای را که به وسیله کمی سبک تربیتی خانواده ها ایجاد شده است تحت شعاع قرار دهد [۱۹].

در جامعه شناسی این نظریه وجود دارد که یکی از کارکردهای مهم خانواده اجتماعی کردن کودکان و نوجوانان است، دو رقیب عمده خانواده در اجتماعی کردن مدرسه و رسانه های جمعی، به خصوص تلویزیون هستند. این خود نشانه این واقعیت است که خانواده حتی در مراحل اجتماعی کردن کودکان خود نیز آزادی عمل ندارد، به سبب تلویزیون در اکثر منازل، کودکان از سنین پایین جذب برنامه های آن می شوند، هر چند که مدت زمان تماشا ناچیز باشد. هنوز چگونگی تاثیرگذاری تلویزیون بر کودکان و نوجوانان کاملاً مشخص نیست گذشته از بعضی جنبه های مثبت مانند باز کردن افق دید، آگاهی نسبت به تماشا شناخته و نظایر آن معمولاً به یادگیری از طریق تقلید کودکان از تلویزیون اشاره می شود [۱۴].



امروزه باورهای فشار روانی به عنوان یکی از مهم ترین و اصلی ترین عوامل در تبیین رفتارهای انسانی محسوب می شود. نقش باورهای فشار روانی در عملکرد انسان این است که سطح انگیزه، شرایط مطلوب و اعمال افراد را بیش تر بر پایه آن چه که آن ها اعتقاد دارند، قرار می دهد تا آن چه که واقعاً درست است؛ به همین خاطر چگونگی رفتار انسان می تواند به وسیله باورهایی که در مورد توانایی هایشان دارند بهتر پیش بینی بشود تا به وسیله آن چه که واقعاً قادر به انجام دادن آن هستند. بنابراین باورهای فشار روانی به ما کمک می کند که تعیین کنیم افراد با دانش و مهارت هایی که دارند چه کارهایی را می توانند انجام دهند. در بیش تر تحقیقات مشاهده شده است که باورهای فشار روانی افراد بیش از سایر متغیرهای انگیزشی نظیر خودپنداره یا عزت نفس و حتی در مواردی بیش از متغیرهایی مثل توانایی یا استعداد می تواند پیش بینی کننده پیشرفت تحصیلی باشد. در نتیجه این تأثیرات، باورهای فشار روانی و تعیین کننده ها، پیش بینی کننده های قوی سطح عملکرد ما هستند. بندورا معتقد است که باورهای فشار روانی بر میزان سعی و کوششی که فرد در یک فعالیت از خود نشان می دهد و مدتی که فرد می تواند در برابر کارها و تکالیف مشکل استقامت و پایداری نشان دهد، تأثیر می گذارد [۲].

متغیر فشار روانی بدین جهت که تأثیر خود را از طریق کوشش و پافشاری در انجام تکلیف، استفاده از راهبردهای شناختی در مواجهه با مشکلات، انتخاب رشته و شغل و انتخاب تکالیف چالش انگیز و توانایی کسب مهارت لازم متناسب با توان و استعداد خود اعمال می کند به عنوان متغیری مؤثر بر عملکرد تحصیلی قلمداد می شود [۴].

تجربیات انتقالی نوجوانی، کنار آمدن با درخواست ها و فشارهای جدید را دربردارند که از آگاهی فزاینده درباره مسایل جنسی تا انتخاب دانشگاه و شغل گسترش دارند. نوجوان باید شایستگی ها و ارزیابی های تازه ای را از توانایی هایی خود پرورش یافته در سال های کودکی بستگی دارد [۵].

در مدرسه مطلوب به جای اعمال تنبیه، شرایطی ایجاد می کنند که به هدایت رفتار دانش آموز می انجامد. دانش آموز در این مدرسه، امانت است و نقش مربیان هدایت و اداره امور مدرسه مشارکتی است. انتقادپذیری مدیر و معلم ها و مهروری آنان، ایجاد شرایط عاطفی مناسب، احترام به شخصیت دانش آموزان، تنوع در تکالیف درسی، وجود مشاوره در مدرسه و فراهم نمودن جو معنوی از مهمترین ویژگی های مدرسه مطلوب است. از نظر امکانات، دارای امکانات آموزشی مناسب و به روز است، محیط مدرسه، با فضای سبز، درخت، زمین ورزشی، باغ وحش، تاب، چرخ و فلک و... مجهز است [۱۴].

شهید مطهری در این باره می فرماید: «دانش آموز ساعی و کوشا اگر به محیطی که در آن درس می خواند اعتماد نداشته باشد و نگران رفتاری غیرعادلانه باشد در تمام سال دلهره و اضطراب سراپای وجودش را می گیرد [۶].

مدارس، احساس کارایی را در دانش آموزان خود به شیوه ی متفاوتی القاء می کنند. در مدارس که دانش آموزان با پیشرفت بالا داشتند، مدیران بیش تر به فکر آموزش بودند تا وضع کردن خط مشی ها و مقررات و آموزگاران انتظارات بالایی از دانش آموزان پیشرفت زیاد داشتند و معیارهای بالایی را برای آن ها تعیین می کردند، در مدارس که دانش آموزان پیشرفت کمی داشتند، مدیران بیش تر نقش مجری و برقرارکننده نظم را داشتند تا مربی، آموزگاران از دانش آموزان خود انتظار عملکرد تحصیلی کمتری داشتند [۲].

بین مهارت های ارتباطی معلمان و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره ابتدایی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج به دست آمده از پژوهش هایی که در این زمینه انجام شده اند [۵]. در تبیین این یافته می توان گفت که معلم باید از دانش مرتبط با موضوعی که تدریس می کند برخوردار باشد و به مطالعه و تحقیق حرفه ای در خصوص دیدگاه های تئوریک متعددی پیرامون روش کلاس داری و تدریس بپردازد و نیز از دانش مرتبط با تفاوت های فردی دانش آموزان برای برنامه ریزی، یافته های حاصل از بررسی این فرضیه که بین مهارت های ارتباطی معلمان روش های معلمی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان رابطه وجود دارد. بین مهارت های ارتباطی معلمان روش های معلمی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان رابطه مثبت و معناداری



وجود دارد. این یافته با نتایج به دست آمده از پژوهش هایی که در این زمینه انجام شده ان در تبیین این یافته می توان گفت که معلم باید از دانش کافی در زمینه برنامه ریزی برای تدریس و استراتژی های آموزشی متنوع برای انتقال مطالب و نیز روش های متنوع ارزشیابی رسمی و غیر رسمی پیشرفت تحصیلی دانش آموزان برخوردار باشد [۱۷].

فهرست مراجع :

- (۱) الهیاری، عباس، بررسی نقش عوامل روانشناختی در بروز نارساخوانی دانش آموزان دوره ابتدایی شهر تهران. تهران، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه علامه طباطبایی، ۱۳۷۱.
- (۲) الن، آیلین و هارت، بتی. آموزش و پرورش در کودکان. ترجمه محمد حسین نظری نژاد، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی ۱۳۷۷.
- (۳) ایراک، استفان. راهنمای تحقیق و ارزشیابی در روان شناسی و علوم تربیتی، ترجمه علی دلاور، نشر ارسباران ۱۳۷۶.
- (۴) بازرگان، زهرا، "تغییر و نوآوری در مدارس" تهران: انتشارات انجمن اولیاء و مربیان، ۱۳۸۶.
- (۵) بیابانگرد، اسماعیل، روانشناسی تربیتی تهران: انتشارات ویرایش، ۱۳۸۴.
- (۶) بست، جان. روشهای تحقیق در علوم تربیتی و رفتاری. ترجمه حسن پاشا شریفی، نرگسی طالقانی- چاپخانه نور حکمت ۱۳۸۴.
- (۷) تبریزی، مصطفی و معصومه موسوی، آزمون پیشرفته ادراکی - بنیایی ماریان فراستیک، تشخیص و درمان. تهران، انتشارات فراروان، ۱۳۷۵.
- (۸) سره، صغری. روش فعال در کودکان چاپخانه پیروز، ۱۳۵۵.
- (۹) سیف، سوسن، کدیور، پروین، کرمی نوری، رضا، لطف آبادی، حسین. روانشناسی رشد (۱). قم: چاپ مهر، ۱۳۸۱.
- (۱۰) حاجی الفخانی، هادی، الهیارترکمن، علی، بررسی ویژگی های روانشناختی کودکان مبتلا به ناتوانی های یادگیری در مقایسه با کودکان عادی (پایان نامه) تهران، دانشگاه شاهد، ۱۳۷۳.
- (۱۱) حسینی مروبان، رضا، میزان شیوع ناتوانی های یادگیری در میان دانش آموزان شهر مشهد. دانشکده علوم تربیتی دانشگاه مشهد، ۱۳۷۵.
- (۱۲) دادستان، پریخ، اختلال های زبان. روشهای تشخیص و بازپروری (روان شناسی مرضی تحولی، تهران؛ انتشارات سمت، ۱۳۷۹.
- (۱۳) دلاکاتو، کارل، دشواری های گفتاری و خواندن در کودکان. ترجمه محمدرضا فتاحی، تهران، انتشارات ما، ۱۳۷۰.
- (۱۴) سیف نراقی، مریم و نادری، عزتالله، نارسایی های ویژه در یادگیری. تهران، انتشارات مکیال، ۱۳۷۹.
- (۱۵) گورمن، جین چنگ، اختلالات هیجانی و ناتوانی های یادگیری در کلاسهای ابتدایی. ترجمه، محمد نریمانی و ناصر نورانی دگرماندرق، ۱۳۸۲ اردیبهل؛ ناشر نیک آموز، ۲۰۰۱.
- (۱۶) گیچ، نیت ل - برالینر، دیویدسی. روانشناسی تربیتی. ترجمه غلامرضا خوی نژاد. مشهد: نشر پاژ- موسسه انتشارات حکیم فردوسی ۱۳۷۸.
- (۱۷) علاقه مند، علی. جامعه شناسی آموزش و پرورش، کتابخانه فرورمهارت اجتماعی ۱۳۹۲.
- (۱۸) مایر، فردریک. تاریخ اندیشه های تربیت ج(۱). ترجمه: علی اصغرفیاض - دفتر نشر فرهنگ اسلامی سمت ۱۳۷۴.
- (۱۹) مفیدی، فرخنده. آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی. تهران، انتشارات پیام نور، ۱۳۸۸.
- (۲۰) محمد ولی، مجید خزاعی، پایان نامه رشد اجتماعی کودکان پیش دبستانی.