

پیکر

مؤسسه آموزشی مصباح

نشریه داخلی دبیرستان دوره اول

سال دوم / بهار و تابستان ۱۴۰۱ / شماره سوم

مدرسسه عشق

آغاز سی امین سال فعالیت مؤسسه آموزشی مصباح

۳۰ سال تجربه

مصباح

گزارش‌های تخصصی و عمومی

فره‌بین / زونکن

از اینجاست دیده‌شو (تلنت‌شو)

قدر استاد (ویژه‌برنامه روز معلم)

نقطه سر خط (جشن برگزیدگان)

سایه بون تابستان

(آنچه در پایگاه تابستانی مصباح گذشت)

رسش / سایه‌بان آرامش

مرغ آمین خودت باش

بحران‌های زندگی و مسئله تاب آوری

کنکور آداب معاشرت

تاسیس ۱۳۷۱



پیرنگ

شماره سوم

نشریه داخلی دبیرستان مصباح (دوره اول)

Pei Rang Magazine

سال چهارم، شماره ۳، بهار ۱۴۰۱

صاحب امتیاز: سیروس حاجی زاده؛ مدیرعامل مؤسسه آموزشی مصباح
 مدیر مسئول: علی حاجی زاده جوشنی
 سردبیر: رضا تقی آبادی
 گرافیکست و صفحه آرا: زهرا صالحی کویابی
 تایپ و تدوین مطالب: مرضیه شریفی
 تصویر بردار: علی پژوهش
 همکاران این شماره: صالح تهرانی | علی زالی | رضا باجلان |
 سعید حضرتی | سجاد گرجاسبی | محمود خسرو جردی |
 محمد حسین بزرگ پناه | فرید حسینیان | نگار کاغذگران |
 زهره زجاجی و فهیمه اسلامیان

با ما در تماس باشید

اینستاگرام: [mesbah.highschool.d1](https://www.instagram.com/mesbah.highschool.d1)

آدرس سایت: www.mesbahedu.ir

تلفن: ۲۲۶۹۰۶۲۳-۲۲۶۹۰۶۲۰

نشانی: تهران، بلوار قیظریه، خیابان خراسانی، پلاک ۲۴، مؤسسه فرهنگی آموزشی مصباح دانش

مجله

مطلع کلام	۴
سخن مدیر مسئول (مدرسه عشق)	۵
ذره بین	۶
فصل رویش مجدد (بازگشایی حضوری)	۷
از اینجا دیده شو (تلنت شو)	۱۰
سی مہر سی تجربہ (سی سالگی مصباح)	۱۶
هنوز دیر نیست (برنامه مطالعاتی نوبت دوم)	۲۲
مدرسه پژوهنده (اقدام پژوهی)	۲۴
زونکن	۲۶
مشق تلاش (برگزاری امتحانات نوبت دوم)	۲۷
حلقه‌ی عشق (قدردستی از کارکنان مجموعه مصباح)	۳۰
قدر استاد (ویژه برنامه روز معلم)	۳۲
ضیافت نور (ویژه برنامه افطاری دانش آموزی)	۳۴
نقطه سر خط (جشن برگزیدگان)	۳۶
تابستان تعطیل نیست (سایه بون تابستان)	۴۲
ریش	۴۸
مرغ آمین خودت باش	۴۹
درد مشترک	۵۰
کنکور آداب معاشرت	۵۲
افتخاری دیگر	۵۴
ریشه های ماندگار	۵۹
فرهنگ ایران و تمدن جهان	۶۰
سایه بان آرامش	۶۲
بحران های زندگی و مسئله تاب آوری	۶۳
استراتژی تاب آوری آموزشی-تربیتی در دوران کرونا (قسمت دوم)	۷۱
یک جرعه تجربه	۷۴
مصاحبه با مدیریت دبیرستان دوره اول	۷۵

مطلع كلام

سخن مدير مسئول

پی رنگ آئینه تمام نمای فعالیت ها و اقدامات این مقطع است

«مدرسه عشق»

در جهان پر تحول امروزه تغییر و تحول در نظام‌های آموزشی را باید ضرورتی اجتناب‌ناپذیر و بدیهی تلقی کرد و از دستاوردهای آن در بهبود تعلیم و تربیت بهره گرفت.

اگر امروزه می‌خواهیم در رابطه با مدرسه صحبت کنیم، می‌بایست مثل هر اختراع دیگر بشر، مدرسه را یک اختراع ببینیم که تا امروز دوام آورده و صرف دوام آوردنش نشانه سودمندی‌اش است. پس به آن باید اعتماد کرد.

مدرسه اگر پذیرفته شده و دوام آورده و نه‌لایحه شده ناشی از یک ضرورت بوده و هنوز هم هست. کانت، فیلسوف آلمانی می‌گوید:

«در جامعه انسانی دو کار از همه کارها سخت‌تر و مهم‌تر است؛ یکی مملکت‌داری و دیگری تعلیم و تربیت»

در این میان با توجه به این رسالت عظیم، مدرسه‌ای از جنس توجه به تعلیم و تربیت نسلی نوآندیش در پرتو مهارت‌ورزی‌ها و عنایت به شایستگی‌ها در دهه ۷۰ و در غنفلان زمانی که خاله مدارس جدید و ویژه حس می‌شد، پا به عرصه وجود گذاشت و از آن سال که قریب به ۳۰ سال از تولد این نهال شکوفا شده دیروز و درخت تنومند امروز می‌گذرد، هر سال شاهد بارزتر شدن این شجره طیبه را شاهد و نظاره‌گریم.

قارخ از استراتژی‌ها و چشم‌اندازهای ترسیم شده در سند تعلیم و تربیت مجتمع آموزشی - فرهنگی مصباح دانش، کارنامه درخشان این سی سال در کنار همه آن‌هایی که با اعتمادشان به رشد و بالندگی فرزندان خود را به عهده ما گذارند و خود، لحظه به لحظه در کنارمان بودند؛ تا همه اساتید ارجمند و گرانقدری که چون شمع قروان، گرمابخش محفل آموزشی و تربیتی این مجتمع بوده‌اند، به عنوان کارنامه‌ای هر چند کوچک و ناچیز در مقابل خیل عظیم و اقیانوس بیکران خدمات و برون‌داغ‌های فاخر این مجموعه، در این شماره از نشریه، از دیدگان پرفروغ شما خوانندگان عزیز می‌گذرد تا در گذر زمان، مروی موجز داشته باشیم بر این سی سال خدمت‌رستین در نظام تعلیم و تربیت کشور که امید است در این راه موفق بوده باشیم و همواره الطاف الهی در پیمودن این مسیر شامل خالمان باشد.

در مجالی که برایم باقی است * باز همراه شما مدرسه‌ای می‌سازیم

که خرد را با عشق * علم را با احساس تدریس کنند * درس‌هایی بدهند

که به جای مغز، دل‌ها را تسخیر کند * که بسنجند ما را * تا بفهمند چقدر

عاشق و عاقل و آگه شده‌ایم * و به زبانی ساده بگویند که تا فردا صبح

خالق عشق نگهدار شما



علی حاجی زاده جوشنی
مدیر مسئول

واژه «پی‌رنگ» plot

طرح یا الگوی حوادث در داستان است. شرح فشرده و مسیری وقایعی که برای اشخاص داستان اتفاق می‌افتد. حلقه‌های پیوسته‌ی رشته‌ی حادثی است که نویسنده انتخاب می‌کند و به یاری آن خواننده را به جایی که مدنظرش است هدایت می‌نماید. پی‌رنگ چون و چرایی حوادث را در داستان نشان می‌دهد. از این رو، عنوان این نشریه با نام «پی‌رنگ» روتمایبی می‌گردد تا طرح بلندی از دلایلی‌ها را به تصویر کشیده و سیری جذاب از فرشت و عرش قلم را نمودار باشد.

ذره بین

گزارش های تخصصی



دوره بین | بازگشایی حضوری مدارس ۱۴/ فروردین ۱۴۰۱

▲ نحوه و طریق فعالیت مدرسه ها متفاوت شده و در آستانه دگرگونی‌های متعدد و متنوعی است

فصل رویش مجدد (بازگشایی حضوری)

که نقش یادگیرنده داشته باشد. چراکه معلمان و دانش‌آموزان به شدت نیاز دارند که رهبران آموزشی بیشتر مطالعه کنند و بیشتر بیاموزند. رهبر آموزشی در سال ۱۴۱۰ فردی است که متفاوت می‌اندیشد. او قالب‌های سنتی و چارچوب‌های عادت‌شده و ایترسی‌های تلبار شده در ذهن را کنار زده است. شجاعت دارد تا متمایز از دیگران و متفاوت با وضع موجود و با نگاه به آینده و فرصت‌های بی‌بدیل ناشی از فضای مجازی و دیجیتال، نوآورانه وارد میدان شود. نوآورانه همراه با رعایت مناسبات انسانی و همراهی و همکاری اخلاق‌مدارانه و مدارای عمیق با معلمان، دانش‌آموزان، والدین و سایر دست‌اندرکاران و ذی‌نفعان آموزش و پرورش، رهبری نوین را در عصر دیجیتال به منصه ظهور برساند. این کار مستلزم

تغییرات پی در پی مورد نیاز است. این نوع جدید از رهبری آموزشی می‌تواند بسیار متمایز از سبک و روشی باشد که اکنون با آن خو گرفته‌ایم. یقیناً ادامه این روال در آینده، هزارتوی جدیدی را بیرون از هزارتوی خویشتن تجربه خواهد کرد که در صورت بی‌توجهی به آن، نظام آموزشی را دچار شکاف‌ها و حفره‌های عمیقی می‌کند که برون‌رفت از آن‌ها بسیار ناگوار، ناخوشایند، پیچیده و پرهزینه خواهد بود. به نظر می‌رسد به‌نوعی از رهبری نیازمندیم که بهترین چیزی که می‌شناسیم را با بهترین چیزهای آینده ادغام کند. یکی از متمایزترین ویژگی‌های رهبری مورد انتظار، بی‌اعتنایی آشکار به غیرممکن‌ها و نمی‌شده‌ها، به‌منظور آماده‌کردن همه دانش‌آموزان برای آینده است؛ نوعی از رهبری

مدرسه‌های امروز را نمی‌توان شبیه مدرسه‌های قدیم، بلکه حتی مدرسه‌های دو سال قبل (پیش از بیماری کرونا) مدیریت کرد. چراکه نحوه و طریق فعالیت مدرسه‌ها متفاوت شده و در آستانه دگرگونی‌های متعدد و متنوعی است. با تداوم سبک و مدیریت سنتی، ممکن است بدون هیچ علامت و نشانه مشخصی از رشد، در وضع موجود ماند و یا بخشی از راهبردهای دیگران شد. طی سال‌های اخیر، مدیران مدرسه‌ها به دلایل عدیده، از جمله تکنیک‌های مالی، تجهیزاتی و فناوری، تدارکاتی و حجم سنگین امور اجرایی، بیشتر به کاربرد، اداره‌کننده و کنترل‌گر امور جاری شباهت یافته و به میزان زیادی از رهبری آموزشی فاصله گرفته بودند. اما روزگار تغییر کرده است و نوع جدیدی از رهبری آموزشی در عصر دیجیتال و عصر مفاهیم و زمانه

نظری قومیت، جنسیت، فقر و طبقه اجتماعی، معنای آموزش نیز برای او متفاوت است.

مهم‌ترین کار این است که اصطلاحات را به‌طور واضح تعریف کنیم. بنابراین قبل از هر کاری بهتر است در خصوص واژه‌هایی نظیر «یادگیری» (Learning)، «آموزش» (Education)، «پرورش» (Training) و «مدرسه» (School)، که گاهی اوقات اشتباه می‌شوند، اندکی توضیح دهیم.

یادگیری فرآیند کسب دانش و مهارت جدید است. نوع بشر موجود زنده یادگیرنده شدیداً کنجکاو است. از لحظه تولد، کودکان ذائقه سیری‌ناپذیری برای یادگیری دارند. برای بسیاری، این ذائقه به محض ورود به مدرسه افول می‌کند. زنده نگه داشتن آن کلید دگرگونی در حوزه آموزش است.

آموزش یعنی برنامه‌های سازمان‌دهی شده یادگیری. فرضیه آموزش رسمی این است که نوجوانان نیاز دارند که بدانند، بفهمند و قادر باشند کارهایی انجام دهند که اگر به تدبیر خودشان باشد انجام نمی‌دادند. در اینجا مسأله اصلی این است که آن کارها چه هستند و آموزش چگونه باید سازمان‌دهی شود تا به دانش‌آموزان کمک کند آن‌ها را یاد بگیرند. **پرورش** نوعی آموزش است که بر روی یادگیری مهارت‌های خاصی تمرکز دارد.

منظور از **مدرسه** صرفاً امکانات متداولی نیست که برای کودکان و نوجوانان فراهم می‌کنیم؛ منظور هر اجتماعی از افراد است که گرد هم می‌آیند تا از یکدیگر یاد بگیرند. مدرسه، آن‌گونه که این واژه را در اینجا به کار می‌بریم، مهارت است از خانه مدرسی (home schooling)، بی‌مدرسی (un-schooling) و گردهمایی‌های غیررسمی چه به صورت حضوری و یا به صورت آنلاین، از مهدکودک گرفته تا دانشگاه و بالاتر از آن، برخی از مؤلفه‌های مدارس معمول ارتباط چندانی با یادگیری ندارند و به‌طور جدی می‌توانند مانع آن شوند.

تمهیدی محکم برای ارتباطات و چشم‌اندازی روشن از یک آموزش جمعی و نوآورانه است.

▲ **ترسیم چشم‌انداز و تصورات، تدوین چالش‌ها و بیان تعهدات رهبری آموزشی در سال‌های پیش‌روی از مسائل مهم این مقطع از مجتمع فرهنگی - آموزشی مصباح است.**

بنابراین، با توجه به ورود جهانیان به قرن جدید و هم‌چنین ایران به آستانه سده ۱۵ و تأثیراتی که در این راستا متوجه همه کشورها، به‌ویژه آموزش و پرورش شده است و آن را متأثر خواهد ساخت، و نیز تغییرات جهانی متأثر از عصر متاورس و دیجیتال؛ و عصر مفاهیم در همه ابعاد اجتماعی، فرهنگی و سیاسی و تقابل آن با وضعیت ما، ترسیم چشم‌انداز و تصورات، تدوین چالش‌ها و بیان تعهدات رهبری آموزشی در سال‌های پیش‌روی از مسائل مهم این مقطع از مجتمع فرهنگی - آموزشی مصباح است.

هم‌چنین با توجه به ابرادات و آسیب‌های فضای مجازی و برگزاری کلاس‌های آنلاین در طی دو سال گذشته و اهتمام این مقطع در برپایی کلاس‌های حضوری از ابتدای سال ۱۴۰۱ و مشقات این امر در میانه سال تحصیلی؛ شاید مهم‌ترین و اساسی‌ترین علت چنین اقدامی را بتوان در بررسی به پرسش زیر دانست.

▲ **بنیادی‌ترین سؤال این است که آموزش برای چیست؟**

افراد در مواجهه با این سؤال آشکارا با هم متفاوت‌اند. «آموزش»، همانند «دموکراسی» و «عدالت»، مثالی است از آن چه فیلسوف معروف والتر برایس گالی Walter Bryce Gallie از آن تحت عنوان «مفهومی کاملاً بحث‌برانگیز» یاد می‌کند؛ با توجه به ارزش‌های فرهنگی و نگرش هر فرد نسبت به مواردی

آموزش بزرگ‌ترین امید ماست، نه آن سبک قدیمی آموزش صنعتی



به دگرگونی. مسأله طنزآمیز مهم در معضل فعلی آموزش این است که ما دقیقاً می‌دانیم چه چیز کارایی دارد، اما آن را در مقیاس وسیع اجرا نمی‌کنیم. ما برای استفاده از خلاقیت و منابع تکنولوژی‌مان در وضعیتی قرار داریم که تا به حال برپیمان فراهم نبوده است. در حال حاضر فرصت‌های نامحدودی داریم تا بتوانیم تخیل نوجوانان و جوانان را درگیر کنیم و روش‌های جدید تدریس و یادگیری‌ای را فراهم نمائیم که با نیازهای آنان کاملاً منطبق است.

آموزش در حال حاضر موضوعی جهانی است، اما بی‌گمان ریشه در ویژگی‌های مردم هر منطقه‌ای دارد. درک این مطلب کلید ایجاد تغییرات است. جهان در حال تجربه تغییرات انقلابی است؛ ما در حوزه آموزش هم به یک انقلاب نیاز داریم.

احتمالاً همین مسأله الهام‌بخش اچ. جی. ولز، آینده‌نگر و نویسنده رمان‌های علمی-تخیلی بود که گفت تمدن رقابتی است میان آموزش و تباهی. در واقع، آموزش بزرگ‌ترین امید ماست، نه آن سبک قدیمی آموزش صنعتی که برای پاسخ‌گویی به نیازهای قرن نوزدهم و اوایل قرن بیستم طراحی شده بود. بلکه کسب آموزش جدیدی متناسب با چالش‌هایی که در حال حاضر با آن‌ها مواجهیم و متناسب با استعدادهایی واقعی که در لایه‌های عمیق وجود همه ماست.

از آن‌جا که ما با آینده بسیار نامطمئنی مواجهیم، پاسخ این نیست که آن‌چه قبلاً انجام داده‌ایم را بهتر کنیم. اساساً باید کار دیگری انجام دهیم. چالش این نیست که این سیستم را درست کنیم، بلکه تغییر آن مدنظر است؛ نه به اصلاح؛ آری



با اعلام بازگشایی پرشور و جدی مدارس تابعه از ابتدای سال ۱۴۰۱ دبیرستان دوره

اول مصباح فصل جدیدی از رویش مجدد مهر و محبت و علم و آگاهی را آغاز کرد

همانند بسیاری از انقلاب‌ها، این یکی هم مدت مدیدی است که در حال پخته و آماده شدن است، و در بسیاری از نقاط در حال انجام است. مسیر این حرکت از بالا به پایین نیست؛ دارد می‌آید، آن‌گونه که باید، از پایین به بالا.

لذاست که با عنایت به دوری دو ساله دانش‌آموزان سراسر جهان از مواهب حضور در مدرسه و استفاده چهره به چهره از اساتید و فراگیری حضوری مطالب درسی، کلیه سیاست‌ها و استراتژی‌های اصلی و اساسی در جلسات متعدد مدیریت محترم عامل مؤسسه فرهنگی - آموزشی مصباح با مدیران محترم مقاطع مختلف مبتنی بر اعلام بازگشایی پرشور و جدی مدارس تابعه از ابتدای سال ۱۴۰۱، کلیه امکانات و تجهیزات لازم برای نیل به چنین استراتژی مهم آموزشی و تربیتی در مقطع متوسطه اول و با بررسی همه جانبه امور توسط کارشناس خبره و همکاران ارجمند اجرایی دبیرستان دوره اول مصباح روز ۱۴ فروردین ۱۴۰۱ فصل جدیدی از رویش مجدد مهر و محبت و علم و آگاهی در این مقطع تحصیلی بود که با اهتمام همه مسئولین امر و زحمت دست‌اندرکاران برگزاری و برپایی کلاس‌های حضوری، این مهم به منتهی اجرا و بروز و ظهور رسید و به حول و قوه الهی، فصل درخشان دیگری بر تارک پرفروغ مصباح دانش گردید.

کشف توانمندی‌های خاص دانش آموزان

از اینجا دیده شو

تلنت شو در مصباح

دومین دوره جشنواره استعدادیابی دبیرستان مصباح دوره اول (تلنت شو) با آغاز تویت دوم سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ و در ماه های بهمن و اسفند برگزار می گردد .

از اینجا دیده شو

این جشنواره فرصتی است برای شناسایی استعدادهای دبیرستان مصباح ، مصرفی و دیده شدن این گنجینه های نهفته و عرصه ای است برای رقابت و به چالش کشیده شدن توانایی و استعداد های فردی دانش آموزان . به امید رشد و شکوفایی همه فرزندان عزیزمان و قدم نهادن در مسیر موفقیت های آینده .

اینجا قرار است باورها محقق شوند

و پیر وانه های بی بیاز دل پیله ها به پیر واز در آیند

رشته های اصلی

شیوه برگزاری تلنت شو

این جشنواره برای دانش آموزان پایه های هفتم ، هشتم و نهم دبیرستان مصباح در دو مرحله مقدماتی و فینال اجرا می شود. دانش آموزان با هر توانایی و استعدادی در قالب ۵ شاخه اصلی : هنری ، ورزشی ، علمی و رسانه ای می توانند در جشنواره شرکت نمایند .

هنری : موسیقی ، خوانندگی ، شهیده بازی ، نقاشی ، تجسمی ، عکاسی ، بازیگری ، استعداد آواز و اجرای برنامه ، دوبله و ...



ورزشی : حرکات نمایشی در رشته های گوناگون آمادگی جسمانی و ...



رسانه ای : فیلم سازی ، پاکسید (کلیپ صوتی) تولید محتوای رسانه ای ، جلوه های ویژه انیمیشن ، گرافیک کامپیوتری و ...



علمی : انجام آزمایش ، ارائه ن مطلب علمی پژوهش و ...



ادبیسی : نویسندگی ، داستان سازی ، شعر ، نقد کتاب و ...



ملاک های داوری دومین دوره تلنت شو در مصباح

جذابیت عمومی

استعداد از منظر تخصصی ، ویژگی های فنی و نحوه ایثار انجام شده در حوزه مهارتی و استعدادی

خلاقیت و کیفیت در اجرای توانمندی های مهارتی و استعدادی

خلاقیت و کیفیت در ارائه و ارسال کار انجام شده

جذابیت ، بدیع و خاص بودن کار انجام شده

لغات ویژه و متفاوت از منظر داور

۲۰ امتیاز

اولیا و دانش آموزان

۳۰ امتیاز

داوران تخصصی

۳۰ امتیاز

داوران عمومی

دبیرستان مصباح (دوره اول)



دیدگاه

«چشم انداز بیست ساله»

وارن بافت (Warren Buffet)

در مورد فوق، به بحث «توانمندی» و کشف آن اشاره شده است؛ توانمندی عملکردی پیوسته نزدیک به کامل در یک فعالیت است. در کسب و کار، نبوغ بیل گیتس در نوآوری و تبدیل آن به برنامه‌های آسان برای کاربران رایانه، یک توانمندی است. در حالی که کار وی در برپا کردن شرکتی بدون اشکال حقوقی و بازرگانی چنین نیست.

روشن است که توانمندی یکباره خود را به کمال آشکار نمی‌کند. توانمندی هر فرد از مواد خام و ژنهای افریده می‌شود. بخشی هم چون آگاهی و مهارت با تمرین به دست می‌آیند. ولی هوشمندی ذاتی است.

قرار دادن آموزش بر پایه زمینه‌های هوشمندی دو سو دارد:

نخست پیشرفت شایسته و گسترده در یادگیری و دوم، بروز احساس خوب و خشنود کننده از این فعالیت که با پیمودن راه‌ها و روش‌های مناسب و طبیعی هنگام آموزش، واکنش‌های درونی پیوسته مثبت‌تر و رضایت‌بخش‌تر می‌گردد.

در این میان بیشینه مردم جهان توجه به کاستی‌ها را، راه بهسازی خود می‌دانستند نه توجه به توانمندی‌ها.

اندیشه برطرف ساختن کاستی‌ها در ژرفای برنامه‌های آموزشی و پرورشی ما ریشه دارد. والدین در مواجهه با کارنامه فرزندان که شامل نمرات زبان خارجی ۲۰، زیست‌شناسی ۱۴ و ریاضی ۵، به نمره رد شده در ریاضی خواهند پرداخت. کاستی را چون چاهی در مسیر پیشرفت خود می‌بینیم. کاستی‌گرایی، پایه پژوهش‌های علمی و دانشگاهی قرار گرفته است. شمار پژوهش‌ها در زمینه «فاسردگی» به چهل هزار رسیده. در حالی که در زمینه «شادی و خوشبختی» تنها چهل پژوهش در دست داریم. به گفته سلگمن رئیس پیشین انجمن روان‌شناسی آمریکا (APA) (American Psychological Association):

«ما آن‌چنان غرق در توجه به کاستی‌ها و بیماری‌ها شده‌ایم که توجه به توانمندی‌ها، نیمه‌ای که زندگی کردن را ارزشمند می‌سازد را فراموش کرده ایم و آن را بدون پشتیبانی‌ها ساخته‌ایم.»

آن‌چه سلگمن و دیگران توصیه می‌کنند این است که برای رسیدن به برتری باید بر روی توانمندی‌های خود سرمایه‌گذاری کنیم. چرا که به قول مولوی:

هر که چون ماهی نباشد جوید او پایان راه

هر که او ماهی بود کی فکرش پایان کند

در این نگاه تلاش برای ایجاد نوع فضای یادگیری و شکل‌گیری «موقعیت

در پی پژوهشی که سازمان گالوپ (Gallup Inc) [از معتبرترین مؤسسات نظرسنجی در جهان است که آشنایی با مرادگی که برای انجام نظرسنجی در این مؤسسه انجام می‌شود، حائز اهمیت است] در ۱۹۳۹ کسب و کار گوناگون در ۳۶ شرکت بزرگ و بر روی ۱۹۸۰۰۰ کارمند انجام داده، تنها ۲۰ درصد از این کارکنان شرکت‌های بزرگ احساس می‌کنند که در واگذاری نقش مناسب به آنان، بخش‌بندی [تفویض اختیار] درستی صورت نگرفته است.

ساده‌ترین توضیح برای این ناتوانی سازمان‌ها در بهره‌گیری از توانمندی‌های کارکنان در این است که بسیاری از سازمان‌ها، انگاشت بنیادین نادرستی درباره کارکنان دارند.

وارن بافت (Warren Buffet) از ثروتمندترین مردان جهان است که همواره تکرار می‌کند: «من تفاوتی با هیچ‌کدام از شما ندارم»، او در گفته خود صادق است. چرا که نام‌آوری او به‌عنوان یکی از بزرگ‌ترین سرمایه‌گذاران، ناشی از برگزیدن نقشی متناسب با توانمندی‌هایش می‌باشد. در بازار پرشتاب پیچیده و غیر عادی امروز، انتظار می‌رود یک سرمایه‌گذار، اهل شتاب باشد، بازار پیچیده را خوب بشناسد و در ذات خود به همه چیز بلین باشد.

بافت هیچ‌کدام از این توانمندی‌ها را ندارد. او تنها راهی یافته است تا توانمندی‌های خود را شناسایی کرده و به کار بندد. برای مثال او ویژگی طبیعی خود، یعنی شکیبایی را تبدیل به سیاستی کرده است که امروزه به «چشم‌انداز بیست ساله» معروف است. بر پایه این دیدگاه تنها در شرکت‌هایی سرمایه‌گذاری می‌کند که با برداشت‌های خودش، در بیست سال آینده گل خواهند کرد. هم‌چنین با تکیه بر طبیعت اعتماددوری خود، به مدیران شرکت‌هایی که می‌خرید، اعتماد نموده، در فعالیت‌های روزمره آنان دخالت نمی‌کند.

آن‌چه «وارن بافت» را ویژه کرده است رفتاری است که با انگوی شخصیتی خود دارد. نخست آن را شناخته است. بسیاری از ما حتی از برداشتن این گام هم ناتوانیم.

دوم و مهم‌تر از همه، او تصمیم گرفت که به نفع‌های ضعیف خود نچسبد. برعکس آن، نفع‌های پرتوان را در آموزش و تجربه‌های خود بیافد و آن شود که امروز می‌بینیم.

پس به هر نحوی که شده باید بکوشید تا نیرومندترین قوت‌هایتان را شناسایی کنید، با تمرین و یادگیری، آن‌ها را نیرومندتر سازید و در نهایت نقشی بیابید که همواره با توانمندی‌هایتان هم‌خوانی داشته باشد. اگر چنین کنید:

بیشتر بهره‌ور، کامل و پیروز خواهید شد.

یادگیری» (Learning Situation) و به عبارت بهتر «موقعیت‌های تربیتی رشد دهنده» است که منبایست به نحو اولی در سازمان‌های آموزشی مدرن و هزاره سوم به آن توجه لازم و کفای مبدول گردد تا از آن طریق با ایجاد پسترهای لازم برای فراهم آوردن تفکر رایانشی (Computational Tinking) که مجموعه‌ای از مهارت‌های شناختی و فرآیندهای مرتبط با حل مسأله است، ضمن کشف استعدادها و نمایش توانمندی‌های بالقوه، مسیر به فعلیت رساندن آنان را فراهم نمود تا در ریل‌گذاری آموزشی - تربیتی مناسب این مهم، مسیر گردد.

تلنت‌شو، جشنواره‌های است

برای نمایش و محک زدن استعدادهای

دانش آموزان در متوسطه اول مصباح



این جشنواره از یک تفاوت اصلی و اساسی نسبت به سال گذشته در حیطة داوری برخوردار بود، این داوری‌ها

به صورت تخصصی و در بخش‌های مختلف مورد اجرا قرار گرفت.

مراحل شرکت در این برنامه در ابتدا با ضبط فیلم و ارسال آن به مسئول پایه و در کانال تلگرامی بوده است که پس از جمع‌آوری آثار رسیده، ۴ داور بخش عمومی با مشاهده تمامی فیلمها در زمانی بالغ بر ۶۰ ساعت به داوری فیلمها و غربالگری آنان پرداخته‌اند.



لذا در این مسیر همواره دو نگاه حاکم بوده است: یکی؛ توجه ویژه و اهتمام مدارس به آزمون‌های بین‌المللی مختلف و ایجاد مسابقات و رقابت‌های خاتمان‌سوز [به جهت سرگوب امید و کشف و شکوفایی استعدادها و توانمندی‌های نوجوان] علمی و المپیادی مانند آزمون‌های پیشرفت تحصیلی، پیزا (PISA) (Programme International For Student Assessment) آزمون روند مطالعه علوم، ریاضیات بین‌المللی تیمز (TIMSS) (Trends in International Mathematics and Science Study) و همچنین آزمون سواد خواندن بین‌المللی پیرلز (PIRLS) (Progress in International Reading Literacy Study) و

دوم؛ رویکرد توجه همه‌جانبه یا سوسیومتری (Sociometry) که به دنبال کشف استعدادها و توانمندی‌های یکایک دانش‌آموزان با نگاه باغبانی و با عنایت به این که هر دانش‌آموز یک نهال و یک بذر خاص و شرایط توجه و رشد و تعالی آن متفاوت از سایرین می‌باشد مورد توجه قرار می‌گیرد.

لذا با عنایت به بررسی چنین رویکردهایی در ترسیم چشم‌انداز تربیتی مؤسسه آموزشی - فرهنگی مصباح دانش در مقطع اول متوسطه و با انجام امور کارشناسی



تلنت شو ۱۴۰۰

در مرحله دوم، داوران، به بررسی دقیق آثار راه یافته به مرحله بعدی از منظر کارشناسی و تخصصی پرداختند.

و ارتباط با افراد خبره و روان‌شناسان تربیتی و بررسی تمامی پارادایم‌های استعدادیابی و توانمندسازی نوجوانان، در حوزه فعالیت مشاور استعدادیابی این مقطع، جناب آقای تهرانی و طبق روال سال گذشته اقدام به برگزاری و اجرای مسابقه تلنت شو نمودند. این برنامه با هدف کشف توانمندی‌های خاض دانش‌آموزان و به منظور دیده شدن و به منضمی ظهور رساندن استعداد آنان و به قابلیت رساندن این امور و به جهت ترغیب استعداد و نمایش آن مورد اجرا قرار می‌گیرد. در واقع تلنت شو، جشنواره‌ای است برای نمایش و محک زدن استعدادهای دانش‌آموزان. این جشنواره با یک تفاوت اصلی و اساسی نسبت به سال گذشته در حیطه‌ی داوری برخوردار بود، این داوری‌ها به صورت تخصصی و در بخش‌های مختلف مورد اجرا قرار گرفت. مراحل شرکت در این برنامه در ابتدا با ضبط فیلم و ارسال آن به مسئول پایه و در کانال تلگرامی بوده است که پس از جمع‌آوری آثار رسیده، ۴ داور بخش عمومی با مشاهده تمامی فیلم‌ها در زمانی بالغ بر ۶۰ ساعت به داوری فیلم‌ها و غربانگری آنان پرداخته‌اند. در مرحله دوم، داوران، به بررسی آثار راه‌یافته به مرحله دوم به صورت دقیق و از منظر کارشناسی و تخصصی پرداختند.





در مرحله بعد، اولیاء گرامی ضمن بررسی آثار تأیید شده در بخش‌های قبلی و رده‌های مختلف علمی، هنری و... آرام و نظرات خود را در سامانه کارسج اعلام نمودند. در این میان ۱۰ نفر اول هر پایه با توجه به میزان آرای کسب شده در مجموع سه داوری، برای مرحله فینال انتخاب شدند. در مرحله آخر، با دعوت مستقیم به فینال نهایی، با حضور در مدرسه و در بازه زمانی ۹ صبح تا ۱۴ شب در حضور داوران و مدعوین به اجرای نهایی کارهای خود پرداخته و در شاخه‌های مختلف: موسیقی، علمی، مهندسی، کلیپ‌سازی، دبسمش، ورزشی و... با حضور در صحنه و داوری میدانی نسبت به اخذ امتیازات نهایی اقدام گردید و برندگان نهایی به شرح ذیل اعلام گردیدند:

رتبه	نام و نام خانوادگی	پایه	رشته / موضوع	امتیاز فینال از ۴۰	امتیاز داوری عمومی مرحله اول از ۴۰	امتیاز داوری تخصصی مرحله اول از ۴۰
اول	بهراد میرفخرایی	هفتم	مجری‌گری	۴۰	۳۳	۳۰
اول	بزرگمهر مظفری	هشتم	انیمیشن	۴۰	۳۵	۴۰
سوم	سپهر رشیدی	نهم	دبسمش	۳۹/۵	۴۰	۳۸
	مهدی علی مددی	نهم	دبسمش	۳۹/۵	۴۰	۳۸
پنجم	طاها دمیرجی	هفتم	تردستی	۳۹/۵	۳۸	۴۰
	فؤاد هاتفی	هشتم	نویسندگی	۳۹	۳۹	۴۰
	مهرداد زارعی	نهم	دوبله	۳۹	۴۰	۴۰
	عابدین عباسی	هشتم	خوانندگی	۳۹	۴۰	۳۷
	مهدی امیرسرداری	نهم	اجرای طنز	۳۸	۴۰	۴۰
هشتم	علیرضا محمدرضایی	نهم	طراحی مکاتیک	۳۸	۴۰	۳۷
دهم	آران وحدت	نهم	پیانو	۳۷	۴۰	۳۷



▲ مدرسه در گذر زمان

سی سالگی، سی تجربه

سی سالگی

مدرسه محیطی آموزشی با هدف تأمین یک فضای مناسب در راستای آموزش دانش‌آموزان است. اغلب کشورها نیز یک سازمان و سیستم آموزشی اجباری دارند که دارای شیوه‌های اجرایی مختص به خود است. مدرسه، در واقع واژه‌ای عربی به معنای مکانی برای درس خواندن است. در ایران مدین، دارالفنون اولین مدرسه رسمی محسوب می‌شود. در گذشته، تحصیل و میزان دانش مردم در حد خواندن، نوشتن و فراگیری احکام دینی بوده است. تا قبل از دوران قاجار، سوادآموزی به مکتب‌خانه‌ها و مدارس دینی ختم می‌شد. به همین دلیل، مردم فقط با حوزه‌های دینی و مذهبی، ادبیات، حساب، فلسفه، نجوم و هندسه، تا یک سطح معین آشنا می‌شدند و توجه چندانی به صنعت، کشاورزی، پزشکی و علوم نظامی نداشتند. در حالی که اروپائیان با یک انقلاب صنعتی روزه‌روز در علوم جدید پیشرفت کردند و به برتری چشمگیری در جهان رسیدند.

**اما چگونه مدارس جای مکتب‌خانه‌ها را در ایران گرفتند؟
اولین مدارس در ایران توسط چه کسانی تأسیس شدند؟**

▲ دبستان ارفع الدوله

ارفع الدوله، سفیر ایران در یکی از کشورهای اروپایی بود که با سرمایه شخصی، دبستانی را به اسم خود تأسیس کرد. او همه هزینه‌های تحصیل، اعم از خوراک و پوشاک را نیز از حساب خود پرداخت می‌کرد.

▲ دبستان رشديه

رشديه توسط میرزا حسن تبریزی، بنیان‌گذار مدارس نوین در ایران، در سال ۱۲۶۷ش و در محل ششگلان تبریز تأسیس شد. او با وجود مخالفت‌ها و آزارهای مردم، مدرسی را در تبریز، مشهد و تهران ساخت. برخلاف خواسته پدرش برای درس خواندن و فراگیری علوم جدید به استانبول سفر کرد. به گفته دکتر اقبال قاسمی‌پویا، میرزا حسن تبریزی نقطه عطفی در تاریخ آموزش و پرورش مدین در ایران به حساب می‌آید؛ زیرا با تلاش‌های بسیار او، دانش‌آموزان زیادی از رنج‌های مکتب‌خانه‌ها رها شدند.

▲ مدرسه خیریه

مدرسه خیریه در دوران مظفیری و با تلاش‌های

زبان انگلیسی، روسی، نقاشی و موسیقی آموزش داده می‌شد. اما متأسفانه قبل از افتتاح آن، امیرکبیر به‌صورت ناچونمردانه‌ای در حمام فین کاشان به قتل رسید. به همین دلیل این مدرسه با حضور ناصرالدین‌شاه، میرزا آقاخان نوری و ۳۰ شاگرد بازگشایی شد. دارالفنون در حقیقت نخستین دانشگاه در تاریخ مدین ایران است.

▲ نخستین مدرسه ابتدایی در ایران

در دوران محمدشاه قاجار اولین مدارس در ایران و در شهرهای ارومیه، تبریز و اصفهان تأسیس شدند. در زمان ناصرالدین‌شاه نیز با وجود افتتاح دارالفنون، متأسفانه سطح آموزش در همین حد باقی ماند و گماکان دانش‌آموزان دروس ابتدایی را در مکتب‌خانه‌ها می‌آموختند. اما در نهایت با روی کار آمدن مظفرالدین‌شاه، به علت آشنایی مردم با محیط فرنگستان و رواج آن در افکار، برخی تروتمندان که خود را روشنفکر می‌دانستند، در ساخت مدارس ابتدایی و متوسطه به سبک اروپایی پیش‌قدم شدند.

از نخستین مدارس در ایران به مواردی به شرح زیر می‌توان اشاره کرد:

▲ تاریخچه مدرسه در ایران

همان‌طور که اشاره شد، مدرسه در ایران، از دوران قاجار به‌صورت جدیدی شکل گرفت. تا قبل از این دوره، یعنی در سده‌های ۱۲ و ۱۳ق، مردم در مکتب‌خانه‌ها و مدارس دینی سواد را در حد خواندن و نوشتن می‌آموختند. آموزش‌ها نیز فقط در حد احکام دین، فلسفه، نجوم و... بود. فقط تعداد کمی از افراد که توانایی مالی و علاقه به تحصیل داشتند، برای فراگیری علوم بیشتر به شهرهای بزرگ و مذهبی می‌رفتند. بعد از انقلاب صنعتی کشورهای اروپایی، در دوران قاجار شیوه‌های تحصیل و سوادآموزی رنگ‌پویی دیگری به خود گرفت.

در تاریخ فرانسه اشاره شده، آن‌ها نخستین کسانی بودند که ایده تأسیس یک مدرسه به سبک نوین در ایران را داشتند. در حالی که برخلاف ادعای برخی مورخان فرانسوی و ایرانی، تفکر ساخت مدرسه در ایران متعلق به میرزا تقی‌خان امیرکبیر بوده است. این اندیشه، زمانی که امیرکبیر در روسیه و عثمانی زندگی می‌کرد، به ذهنش خطور کرده بود. به همین دلیل، بعد از مشورت با ناصرالدین‌شاه دارالفنون را تأسیس کرد. در این مدرسه رشته‌هایی از قبیل پزشکی و جراحی، داروسازی، کانی‌شناسی و بعدها

میرزا کریم‌خان (سردار مکرّم فیروزکوهی) و با مشاورت میرزا شیخ هادی نجم‌آبادی تأسیس شد. این مدرسه بعد از رشديه، دومین دبستان معروف به سبک نوین در ایران به‌شمار می‌رود.

▲ مدرسه علمیه

با تلاش‌های احتشام‌السلطنه و علی‌خان نظام‌العلوم این مدرسه تأسیس شد. هدف از ساخت آن نیز افزایش کیفیت آموزش به بچه‌ها بود. سرانجام مدرسه علمیه در دو سطح ابتدایی و علمی در سال ۱۳۱۵ش و در شهر تهران شروع به کار کرد.

▲ مدرسه مظفریه

نصرالسلطنه (محمدولی‌خان سپهسالار، حاکم وقت گیان) در سال ۱۲۷۷ش دستور ساخت مدرسه مظفریه شرافت را داد. بعدها این مدرسه با کمک مردم به ساختمانی دو طبقه در محله سبزه‌میدان منتقل شد.

▲ مدرسه بهشت آیین (اصفهان)

اولین مدرسه دخترانه ایران در اصفهان که در سال ۱۲۷۹ق توسط مسیونرهای مذهبی انگلیسی تأسیس شد. این مدرسه هم چنان به فعالیت خود ادامه می‌دهد.

▲ مدرسه ادب (اصفهان)

ادب از قدیمی‌ترین مدارس در اصفهان است که توسط کشیشی به نام رابرت بروس در سال ۱۲۴۹ش ساخته شد و بعدها به دانشگاه تبدیل شد.

▲ مدرسه شوکتیه (بیرجند)

شوکتیه سومین مدرسه نوین در ایران به حساب می‌آید که تحت‌تأثیر دارالفنون و به دستور محمدابراهیم خان شوکت دوم، در سال ۱۲۶۹ش ساخته شد.

▲ مدرسه ناصری خلخال

مدرسه ناصری خلخال اولین مدرسه مدرن در آذربایجان است که با تلاش‌های ناصر روانی در دوران قاجاریه و در سال ۱۲۸۴ق تأسیس شد. تحصیل در این مدرسه کاملاً رایگان بود و تمام هزینه‌ها توسط ناصر روانی پرداخت می‌شد. در حال حاضر مدارس زیادی در کشور به فعالیت مشغولند. فاکتورهای یک مدرسه خوب برای تحصیل، حالا یا گذشته تفاوت‌های بسیاری دارد. در حال حاضر آموزش تنها وجه یک مدرسه خوب نیست بلکه مدرسه در ایران باید به سیستم‌های هوشمند مجهز باشد، خدمات فرا آموزشی و فوق برنامه ارائه دهد، آزمون‌های دوره‌ای و منظمی را برنامه‌ریزی و اجرا کند و از همه مهم‌تر تیم مشاوره قوی‌ای داشته باشد.

▲ مدرسه در دوران جدید

فارغ از مباحثی که بیان گردید پس از شهریور ۱۳۲۰ و با شروع جنگ جهانی دوم مقوله‌ای به نام «تعلیم و تربیت» نمی‌توانست در بجهت و خلال جنگ، محلی از اعراب داشته باشد. لیکن پس از آن دوران

با همت والائی زنده یاد دکتر محمدعلی طوسی اتفاقات درخور توجهی به این امر گردید.

در کتاب «مدیر مدرسه»، جلال آل احمد، عمق فاجعه در آموزش و پرورش آن سال‌ها به درستی به چشم می‌خورد و در کتاب «کندوکاوی در مسائل تربیتی ایران» نوشته صمد بهرنگی به اوج خود می‌رسد.

از سال ۱۳۴۵ که اولین جریان مرتبط با اصلاح و نوسازی آموزشی شروع شد و تا سال ۱۳۵۷ و زمان بروز انقلاب اسلامی ادامه داشت.

از یلانکلیفی و سردرگمی و تغییرات مکرر برنامه‌ها از سال ۱۳۵۷ تا ۱۳۶۴ که کلیات اولین سند تغییر نظام آموزشی برای اظهار نظر توسط متخصصان انتشار یافت. در این سال‌ها، گذر از رفتارگرایی به شناخت‌گرایی، انقلابات آموزشی در زمینه توسعه گسترده راهبردهای یاددهی - یادگیری، توسعه وسایل آموزشی را شاهد بودیم.

در بازه زمانی ۱۳۶۴ تا ۱۳۷۱ و آغاز طرح اجرای تغییر نظام ساختاری آموزش متوسطه و پس از آن یعنی آغاز سند محور شدن آموزش و پرورش اتفاقات شگرفی در سیستم آموزش و پرورش کشور به وجود آمد که باعث ایجاد و زایش مدارس جدید و مدارس هزاره سوم گردید.

در این میان بود که مجتمع فرهنگی - آموزشی مصباح دانش تأسیس، تا بتواند گامی مؤثر و ارزشمندی در حرکت رو به جلوی نظام آموزشی و تربیتی کشور به عنوان اولین مدارس غیرانتفاعی کشور بردارد.

مؤسسه آموزشی - فرهنگی مصباح دانش با هدف تعلیم و تربیت نسلی کوشا، خلاق

و نوآور تأسیس و فعالیت‌های فرهنگی و آموزشی خود را آغاز کرد.

مؤسسه آموزشی - فرهنگی مصباح دانش در سال ۱۳۷۱ و با همکاری آقایان صالحی، شاپوریان و حاجی‌زاده به عنوان مؤسسون مجموعه؛ با هدف تعلیم و تربیت نسلی کوشا، خلاق و نوآور تأسیس و فعالیت‌های فرهنگی و آموزشی خود را آغاز کرد.

مدیرعامل مؤسسه جناب آقای سیروس حاجی‌زاده، از چهره‌های شناخته شده آموزش و پرورش کشور است. مجموعه مدارس مصباح با مساحتی بیش از ده هزار مترمربع زیربنای آموزشی، امکانات بی‌نظیری را برای ارائه خدمات آموزشی و پرورشی فراهم کرده و پذیرای فرزندان دختر و پسر بیش از هزار خانواده در مقاطع مختلف تحصیلی است.

این مجموعه با داشتن پیش دبستان و دبستان با مدیریت جناب آقای حسین‌پور؛ دبیرستان متوسطه اول، با مدیریت جناب آقای جوشنی؛ دبیرستان متوسطه دوم با مدیریت جناب آقای نصیری و هم‌چنین مجموعه مدارس دخترانه

تولد مؤسسه

فرهنگی مصباح

از سال ۱۳۷۱ تا اکنون



و دانش‌آموزان، پشتوانه‌های ارزشمند، برای توسعه کمتی و کیفی در همه ابعاد بوده است.

لذا رویکرد برنامه‌ریزی در این مجتمع، تقدم پرورش بر آموزش و پرداختن به آن بدون توسل به روش‌های مستقیم و افراط و تفریط است که سرلوحه برنامه‌ریزی، تصمیم‌گیری و اجرا می‌باشد.

پس از تأسیس محیطی امن و اخلاقی‌محور، دانش‌آموزان با اصول و ارزش‌های اخلاقی، انسانی و مذهبی آشنا می‌شوند و تلاش می‌شود تا با حفظ خلاقیت شاگردان در تمامی برنامه‌ها، آرمان‌هایی چون کرامت نفس، قدرت تصمیم‌گیری، روحیه همکاری، سخت‌کوشی، مسئولیت‌پذیری و اعتماد به نفس در کنار فعالیت‌های تخصصی و آموزشی ایشان بارور گردد چرا که در افق چشم‌انداز این مؤسسه، قرار گرفتن در فهرست مدارس برتر در سطوح کشورهای منطقه و سطح بین‌الملل دیده شده و برای رسیدن به آن استراتژی‌های آموزشی و پرورشی لازم ترسیم گردیده است.

در سال ۱۳۸۴، با تأسیس ساختمان جدید این مؤسسه در منطقه یک (بلوار قیصریه)، تمرکز و تجمیع مقاطع و پیوستگی آموزش تا مقطع پیش‌دانشگاهی با نگاهی فرآیندمدار و جامع به عنوان یکی از اهداف مهم مجتمع قرار گرفت. در همین سال‌ها با معماری مجدد سازمان در همه ابعاد سخت‌افزاری، نرم‌افزاری و مفرازاری باعث تحولات جدیدی در مجموعه مصباح شد و بسترهای اولیه برای حرکت به سوی ایجاد یک مجتمع یادگیرنده را فراهم کرده است.

▲ رویکرد برنامه‌ریزی در مدرسه مصباح تقدم پرورش بر آموزش است

در تمام این سال‌ها، عشق‌ورزی به تربیت انسان‌های متعادل و متعالی، روحیه کار گروهی و مشارکت، تغییرپذیری و پیوسته در حرکت بودن، خلاقیت و مهم‌تر از همه احساس تعلق بالایی همکاران، والدین

با نام مصباح نور با مدیریت سرکار خانم ملک مدنی و ایضاً مرکز تحقیق و توسعه (آموزش بین‌الملل سابق) با مدیریت سرکار خانم حاجی‌زاده، دیرزمانی است به ترویج و توسعه دانش با جذب و به‌کارگیری اساتید مجرب و حاذق و ایجاد بستری مناسب جهت رشد و توسعه فرزندان این مرز و بوم پرداخته است. لذا تبدیل شدن به یک مؤسسه تراز جهانی، یعنی مؤسسه‌ای که عملکردش را به‌طور مستمر بهبود می‌بخشد، اعضایش با تمامیت اخلاقی متعهد به انجام مسئولیت‌های‌شان هستند و با توسعه مستمر قابلیت‌های‌شان، یادگیرندگان مادام‌العمر هستند از اهداف اصلی و اساسی این مؤسسه است.

خلق فضای رشد و تعالی انسانی، همراه با ایجاد انگیزه‌های یادگیری درون‌زا از طریق افزایش توانمندی‌های اخلاقی، شناختی، عاطفی - اجتماعی و مهارتی با توجه به تفاوت‌های فردی، از مهم‌ترین اهداف فرآیند آموزش در مجتمع فرهنگی - آموزشی مصباح دانش می‌باشد.

می‌کنیم که به خود و احساسات‌شان، به انسان‌ها و احساسات‌شان، به جهان و زیبایی‌ها و مشکلاتش اهمیت دهند و به ساختن دنیای بهتری بپایندیشند.

هدف این است که

یاد بگیرند که «چگونه یاد بگیرند»

بتوانند برنامه‌ریزی کنند و توان مدیریت بر برنامه خویش را داشته باشند.

دبستان مصباح، آموزش را وسیله‌ای برای پرورش می‌داند و به دنبال تربیت دانش‌آموزان مستقل در اندیشه، مسئولیت‌پذیر، دانا و توانمند است.

مؤسسه مصباح با ایجاد فضای مناسب آموزشی در دوره اول و دوم مقطع ابتدایی به دنبال شناخت و پرورش استعداد است.

۴- متوسطه یک

معتقدیم که محیط آموزشی بر شخصیت فرهنگی و علمی دانش‌آموزان تأثیر به‌سزایی دارد و کمک می‌کند تا نوجوانان حساس‌ترین دوران زندگی خود را که با بلوغ جسمی و روحی همراه است، با آرامش سپری کنند. علاقه‌ها و توانمندی‌های‌شان را بشناسند، پشتکار و تلاش‌گری را برای رسیدن به رؤیاهای بزرگ زندگی‌شان بیاموزند و با نشاط و توانایی مدیریت همه‌جانبه خود وارد دوران جوانی شوند.

آموزش مؤثر دروس، همراه با پرورش روحیه علمی و تفکر خلاق از اولویت‌های این مقطع است..

تلاش می‌کنیم نوجوانان مان، عناصر اصیل فرهنگی - بومی خود را بشناسند و بتوانند در تعامل با فرهنگ‌های دیگر، نقشی فعال و سازنده ایفا کنند.

مسئولیت‌هایی که دانش‌آموزان در زمینه‌های مختلف به عهده می‌گیرند، برنامه‌هایی که به مناسبت‌های مختلف اجرا می‌کنند، مسابقاتی که برگزار می‌کنند، پروژه‌های علمی‌ای که با تلاش به نتیجه می‌رسانند، اردوها و بازدیدهایی که با هدف یادگیری زندگی گروهی، نظم و

ایجاد زمینه رشد و شکوفایی آنان را فراهم می‌آورد چرا که آن را از اهداف و رویکردهای پرورشی خود به منظور تعمیق تربیت و آداب اسلامی - ایرانی، تقویت اعتقاد و التزام به ارزش‌های دینی - میهنی خود می‌داند.

۲- پیش دبستان

هدف ما در پیش دبستان کمک به رشد و تکامل همه‌جانبه کودکان، توجه به علائق و نیازهای فردی آنان، تأکید بر مشارکت کودکان و فعالیت‌های فردی و گروهی، احترام به محیط زیست و تلاش برای حفظ آن است.

رویکرد ما به آموزش کودکان تلفیقی است و با استفاده از بازی و محیطی انگیزاننده، سعی می‌کنیم با توجه به مراحل رشد، مهارت‌های خود ابرازی، برقراری ارتباط با دیگران، تفکر منطقی و حل مسأله را در نوآموزان رشد دهیم.

مهربان این مقطع، در یک کار تبهی برای هر جلسه خود، طرح درسی را بر اساس چارچوب‌های دقیق تدوین می‌کنند؛ به نحوی که کلاس، زمینه‌ساز بازبینی تجربه‌های یادگیری نوآموز در ارتباط با زندگی روزمره وی می‌شود. مجموعه دانش، مهارت‌ها، مفاهیم، منش‌ها و کنش‌هایی که باید آموخته شود، در قالب «واحدهای پرس‌وجو» و با استفاده از آخرین منابع یادگیری موجود، پیاده سازی می‌شود.

۳- دبستان

در سال‌های تحصیل و آموزش در پیش دبستان و دبستان به دانش‌آموزان، پرسش کردن را می‌آموزیم.

برنامه‌های آموزشی ما بر اساس تئوری‌های یادگیری بر پایه ساختار مغز و روش‌های پرورش خلاقیت است. استفاده از روش‌های متنوع تدریس و وسایل آموزشی و چند رسانه‌ای امکان یادگیری از راه‌های گوناگون را در کلاس ایجاد می‌کند و به دانش‌آموزان اجازه می‌دهد تا به شیوه خود درس را یاد بگیرند.

در کلاس‌های پرورشی با آموزش مهارت‌های اجتماعی، خویش‌داری، تفکر نقادانه و شناخت احساسات و توانایی‌ها به دانش‌آموزان کمک



مصباح دانش در یک نگاه

۱- مجتمع دخترانه مصباح نور (دوره اول و دوم متوسطه)

از آن‌جا که تعلیم و تربیت فرآیندی است رشدیابنده، تدریجی و یکپارچه؛ مبتنی بر اصول ارزشی اسلام که زمینه هدایت افراد جامعه را به سوی زندگی هدفمند فراهم می‌نماید، این دبیرستان نیز برنامه‌های آموزشی، پژوهشی و پرورشی خود را به گونه‌ای طراحی و تنظیم نموده است که در این مجتمع دانش‌آموزانی پرورش‌گر، خلاق و آشنا به ارزش‌های دینی و آگاه به آداب و سنن ایرانی - اسلامی پرورش یابند. در اهداف و رویکردهای آموزشی این مقطع می‌توان به:

تقویت شوق به آموختن و یادگیری فعال و خلاق از طریق فعالیت‌های عملی و آزمایشگاهی در دروس مرتبط، ایجاد و تقویت مهارت مطالعه عمیق و مؤثر، تنوع بخشی در ارائه خدمات آموزشی متناسب با نیازها و علائق دانش‌آموزان در جهت شکوفایی استعدادهای آن‌ها و فراهم آوردن زمینه هدایت تحصیلی مطلوب دانش‌آموزان را احصاء نمود. هم‌چنین این مجتمع (دخترانه) با تقویت روحیه همکاری، کار گروهی، مسئولیت‌پذیری و اعتماد به نفس؛ تقویت توانایی‌های فردی دانش‌آموزان و پرورش خلاقیت آن‌ها، موجبات کشف استعدادهای پرورش آن‌ها و



مؤسسين مجموعه مصباح جناب آقایان: شاپوریان، حاجی زاده و صالحی

ما کار با نوجوانان را عاشقانه انتخاب کرده ایم و درک درستی از ضروریات و چالش‌های این دوره سنی داریم. هدف ما پرورش دانش‌آموزانی با تفکر منطقی، اخلاق مدار، مسئولیت‌پذیر و اهل چالش است. کسانی که مسئولیت‌های فردی و اجتماعی‌شان را به درستی ايفا می‌کنند و برای آینده تحصیلی و شغلی‌شان تصمیماتی آگاهانه می‌گیرند.

۵- متوسطه دو

برنامه‌ریزی شرکت می‌کنند، محیط آموزشی ما را پویا، غنی، امن و عاطفی می‌کند. ما کار با نوجوانان را عاشقانه انتخاب کرده ایم و درک درستی از ضروریات و چالش‌های این دوره سنی داریم. هدف ما پرورش دانش‌آموزانی با تفکر منطقی، اخلاق مدار، مسئولیت‌پذیر و اهل چالش است. کسانی که مسئولیت‌های فردی و اجتماعی‌شان را به درستی ايفا می‌کنند و برای آینده تحصیلی و شغلی‌شان تصمیماتی آگاهانه می‌گیرند.

انتقال دانش روز به نسل جدید بسیار مهم است، اما دانشی‌ها زمانی سودمند هستند که به کار آیند و آموزش، زمینه‌ای برای پدید آمدن تغییر در یادگیرنده و در نتیجه در جامعه به حساب آید. در این دوران سعی می‌کنیم دانش‌آموزان را در موقعیت‌های واقعی زندگی قرار دهیم تا

روش‌های حل مسئله را بیاموزند. تلاش می‌کنیم دانش‌آموزان در مدرسه با فضایی شبیه به جامعه مواجه شوند و چالش با عقاید و افکار گوناگون را تجربه کنند. در چنین محیطی کار گروهی، تفکر منطقی و ساختاریافته در کنار خلاقیت مورد توجه قرار می‌گیرد و دانش‌آموزان دیگر، دریافت‌کنندگان منفعل دانش نیستند بلکه خود، تولیدکنندگان دانش هستند و این فرصت، این امکان را ایجاد می‌کند که پیوند بین زندگی واقعی و فرآیند یادگیری به درستی برقرار شود. ما به دانش‌آموزان مان یادآور می‌شویم که رؤیاهای‌شان را جدی بگیرند، همان‌طور که ما نیز با خود ارزیابی و دریافت بازخورد مستمر از مخاطبان در جهت تحقق رؤیاهای‌مان پیش می‌رویم. به امید ساخت دنیایی پر از رویاهای دوران نوجوانی و به امید تلاوم این مسیر در مجموعه وزین مصباح دانش

پیام مدیر عامل محترم مجتمع فرهنگی - آموزشی مصباح دانش

جناب آقای دکتر حاجی زاده (به مناسبت گرمی دانت سی امین سال فعالیت مؤسسه)



[مواظبم]

بسم - الرحمن الرحیم

گاهی برای تماشای معجزات نباید دستمان را به آسمان بلند کنیم / فقط کافیت که آن‌ها را در خاک فروبریم / من معجزه‌های را به چشم دیدم / که پیش از این دانه‌های کوچک بود / آن معجزه کوچک را در خاک کاشتیم / معجزه روید / معجزه بارور شد / و امشب [امروز] معجزه سقراتی است که در کنار آن نشسته‌ایم / سال ۷۱ بود که بذر امید مصباح جوانه زد / و پس از مدت‌ها تلاش و فعالیت در عرصه تعلیم و تربیت / آن هم در مجموعه‌هایی که در زمان خودشان زیانزد و سرآمد عرصه آموزش بودند / رسانمان را در ساختن فردایی بهتر / برای فرزندانمان یافتیم / عشق، سزاعاز آفرینش است / و شوق همراهی کودکان و نوجوانانی که سختی و تاریکی ایام آن‌ها را سرد و یزمرده کرده بود / دلیل اصلی شکل‌گیری این مجموعه بوده است / ساختن ملنی که بتواند با نور دانش، دل‌ها و دیدمهای فرزندانمان را روشن سازد / و برای آن‌ها تولیدبخش فرداهایی بهتر باشد



اما

نیاید قراموش کرد / درخت کهنسالی که امروز در سایه‌سارش نشستیم و ثمره آن را می‌نگریم / سختی‌ها و تنگناهای بسیاری را پشت سر گذاشته / و در برابر طوفان‌های بسیاری تاب آورده / درختی که تازینامه‌های زمان بر جانش زخم‌های بسیاری تکاشته اما در دل چیزی جز مهر و امید / برای بخشیدن ندارد / مهربی که ماحصل همراهی، همکاری و قداکاری عزیزانی است که از ابتدا تا به امروز یار و غمخوار مصباح بوده‌اند / و با از خودگذشتگی ناممکن‌ها را ممکن ساختند / این معجزه عشق است / که تاریکی را به نور / سرما را به خُور / و یأس را به امید بدل ساخته / پس دیروز ما اگر چه سخت اما شیرین گذشت:

خلاتی که می‌توانیم آن را در کودکان و نوجوانانی ببینیم که امروز خود والدین فرزندان دیگر شده‌اند / و هر کدام سقزاتی هستند که بذر امید را در جای جای بیکره ایران عزیزمان می‌کارند / راهی است راه عشق که هیچ‌ش کناره نیست / امروز و در سی‌امین سالگرد تأسیس مؤسسه مصباح:

ان‌جا جز آن که جان سپارد، چاره نیست

راهی است راه عشق که هیچ‌ش کناره نیست

این مجموعه / هوشش را در فرزندانش یافته است / کودکان و نوجوانانی پر امید که در مسیر تماند گام برمی‌دارند / و خرد و اندیشه‌ورزی را سرلوحه زندگی خویش ساخته‌اند / قهرمانانی که به جای فرار از مشکلات و سختی‌های پیش‌رو / فعالیت‌های سی در حل آن‌ها داشته / و با دلسوزی و ممانعت بسیار به دنبال ساختن فردایی درخشان‌تر هستند / امروز دیگر هیچ چیز همانند گذشته نیست و تغییر به جزئی جدایی‌ناپذیر از زندگی‌مان بدل شده / ما در روزگاری زندگی می‌کنیم که باورهاییمان، اندیشه‌هایمان و یرنامه‌هایمان / هر لحظه در حال تغییر و تحولن هستند:

پس اگر بگویم که تغییر، شرط بقای هر سازمانی است / سخن به کزاف نراندیم / در این میان اما مؤسسه آموزشی هم‌چون ما که رسانمان مهیا کردن امروز فرزندانمان برای ساختن فردایی بهتر است / بار سنگین‌تری در مسیر تغییر بر دوش دارد / بی‌شک این مهم

بدون همراهی آموزگاران و همکاری که با از خودگذشتگی بسیار در این سالیان / همواره یار دیرینمان بوده‌اند میسر نخواهد گشت / و دوام ما در این مسیر در گرو تلاش و مجاهدت‌های یکایک این عزیزان است / رهروان عشقی که اگر چه بسیاری از آن‌ها امروز در کنارمان نیستند اما ثمرات و برکات وجودشان / همواره در یاد و خاطره دانش‌آموزان و همکارانشان جاودان خواهد ماند

به کز و ماند سرای زرنگار

نام نیکو گر بماند ز آدمی

نیاید قراموش کرد / که مسیر تمانی آکنده از فرازها و فرودهایی است که عبور از آن‌ها نیازمند تدبیر و مجاهدت امروزمان خواهد بود / تعلیم و تربیت را به جرأت می‌توان تنها عرصه‌ای دانست که مرزی میان دیروز، امروز و فردایش وجود ندارد / و همین ویژگی کلیدی است / که ماهیت آن را از دیگر حیطه‌ها متمایز ساخته:

در این صحنه اما:

ما معلمان، یازنگران میدانی هستیم که در آن باید فرزندانمان را برای ساختن فردایی بهتر آماده کنیم / پیام‌آورانی که تولیدبخش طلوعی دوباره هستند / و همگان را به نور دعوت می‌کنند / نوری از جنس دانش / طلوعی به گرمای مهر / و روشنائی‌ای به شکوه امید / ما باید به خوبی از این موضوع آگاه باشیم که امروزمان در لنی فردایمان می‌شود / و فردا درست همین لحظه‌ای است که در حال زیستن آنیم

پس اگر فردا هم مثل دیروزمان سخت و سرد باشد / اگر دست تقدیر سرتوش‌مان را به گونه‌ای دیگر رقم زند / ما را دیگر یاری نیست / چرا که امروز در کنار هم جمع شدیم تا دستمان را به هم دهیم / و عزممان را جزم سازیم: برای شروعی دوباره

ما زنده به آئیم که آرام نگیریم

موجبیم که آسودگی ما عدم مانست

دستان را به گرمی می‌فشاریم و خواهد را از داشتن توفیق همراهی یکایکتان شاکریم

سیروس حاجی‌زاده

اردیبهشت ماه ۱۴۰۱

هنوز دیر نیست!

▲ در آموزش عمیق، پایدار و معنادار، باید ویژگی‌های درونی یکایک دانش‌آموزان شناسایی شود

نمی‌توان آموزش و پرورش را موضوعی به حساب آورد که تنها مغز را در بر می‌گیرد، بلکه همان‌طور که می‌دانیم در این فرآیند حواس، عضله‌ها و سیستم‌های دفاعی، هورمونی (Hormonal) و بیوشیمی (Biochemistry) بدن نیز شرکت دارند. همچنین، آموزش و پرورش را نمی‌توان تغییر و تحولاتی که به‌صورت مجرد در فرد رخ می‌دهد، تلقی کرد. زیرا آموزش در حقیقت برآیند تعامل فرد با محیط دائماً در حال تغییر است. از این‌رو، حرکت به سوی خودآگاهی نسبت به آینده را در زمینه آموزش و پرورش باید قدمی در جهت اصلاح و بازسازی نظام روابط میان مدارس، کالج‌ها و مراکز آموزشی با جوامع اطراف آن‌ها دانست.

هدف غایی آموزش و پرورش، ارائه تصویری واضح با جزئیات کامل از آینده نیست، بلکه هدف آن کمک به دانش‌آموزان برای دست و پنجه نرم کردن با بحران‌های زندگی و استفاده از فرصت‌ها و مواجه شدن با خطرهای هدف آموزش و پرورش، تقویت توانایی عملی افراد برای پیش‌بینی وقایع و سازگاری با تحولات از طریق تخیل و به دست آوردن اطلاعات و با قدرت روانی است.

برای این‌که دانش‌آموز، در محیطی که به سرعت در حال تغییر و تحول است، عملکرد خوب و مطلوبی داشته باشد، باید فرصت یابد تا کاری پیش از جمع‌آوری و انبار کردن اطلاعات انجام دهد. باید به او فرصتی برای تغییر و تحول داده شود. در غیر این‌صورت، تلاش‌های بی‌شک با شکست مواجه خواهد شد و این منوط به اصلاحات اساسی در ارتباط تئوری آموزش و عمل است. لذا برای دست یافتن به چنین هدفی، می‌بایست برنامه‌ریزی دقیق و منسجم و همچنین اصولی و علمی تهیه و تدوین گردد تا از این طریق بتوان شرایط مناسب جهت بهره‌مندی دانش‌آموزان از یک فرصت برابر را ایجاد نمود.

توجه به این امر در گروه برنامه‌ریزی دقیق مطالعاتی آموزشی میسر و قابل تحقق است.



نگاه جدید به یادگیری، منطبق با معنی و مفهوم یادگیری است که در آن، تعلیم و تربیت، دوباره ساختن یا تجدیدنظر در تجربیات و تشکیل مجدد آن‌ها به منظور رشد بیشتر است. تأملی در حیطه روان‌شناسی آموزشی نشان می‌دهد نظریاتی در این حوزه وجود دارد که مشاهده عینی، مشارکت عملی یادگیرندگان یا به عبارتی، تجربه کردن و انجام دادن آن‌ها را بخش مهمی از فرآیند یادگیری می‌داند.

در آموزش عمیق، پایدار و معنادار، باید ویژگی‌های درونی یکایک دانش‌آموزان شناسایی شده و هر یک بر اساس طبع و توانش به گونه‌ای مورد آموزش و پرورش قرار گیرد. یکی از این راه‌ها ایجاد فرصتی مناسب برای دوره و مطالعه عمیق دروس تدریس شده در پایان هر ترم، به منظور رفع اشکالات احتمالی و آمادگی لازم به منظور شروع دوره مطالعاتی و امتحانات آتی آن درس و با دروس خواهد بود.



▲ برنامه‌های مطالعاتی دبیرستان دوره اول مصباح، به جهت رصد استراتژی‌های آموزش در طول سال تحصیلی و با پیگیری دقیق موارد تدریس شده در طی هفته‌های منتهی به آزمون‌های مربوطه ترم اول و دوم به رفع مشکلات و معضلات آموزشی پرداخته تا دانش آموزان آمادگی لازم را به منظور حضور در امتحانات کسب نمایند.

در نگاه آموزشی، هر برنامه مطالعاتی با در نظر داشتن محصول برنامه پیشین (ترم قبل) و اهداف برنامه آینده (ترم دوم و نهایی، موضوع انتخاب رشته، تعیین سطح دانش آموز و ...) طراحی و اجرا می‌گردد. با این رویکرد، نقش دانش آموز به عنوان متغیر اصلی در روند آموزش، مشخص و برنامه آموزشی (با حفظ اهداف اصلی) به عنوان تابعی از این متغیر، طراحی و اجرا می‌گردد چرا که اعتقاد بر این است که نمی‌توان تدریس موضوعات مختلف درسی را فقط به صورت عام و موعظه‌وار برگزار کرد؛ در روش عمومی آموزش مثلاً سخنرانی، بر تأمل و تفکر تأکید می‌شود و به عمل و تجربه کمتر توجه می‌شود در حالی که عرصه‌های وسیع‌تر یادگیری، که کاربردهای عملی یادگیری را در بر می‌گیرد، شامل حالت‌های تأمل، تفکر و عمل است. لذا همراه شدن عمل با تأمل و تفکر موجبات تفهیم عمیق‌تر مفاهیم را در پی خواهد داشت.

افزایش دادن تجربیات یادگیری که شامل تجربیات شخصی مثل مطالعات فردی یا انجام پروژه‌های درسی و تحقیقاتی است یا مشاهده تجربیات عینی از این مصادیق است که هر چهار حالت تأمل، تفکر، عمل و تجربه (چهارگانه شیوه‌های یادگیری تجربه‌ای) را در بر گرفته و به یادگیری عمیق منجر می‌شود.

اشاره به نقاط ضعف و اشکالاتی که در بعضی از مباحث مشهودند و ریشه‌یابی آن‌ها می‌تواند مؤید اهمیت و کاربرد تکالیفی باشد که دبیر از دانش آموز انتظار دارد و این نتیجه در فرآیند فرصت‌های مطالعاتی صورت گرفته نمایان خواهد

بود که اجرا و به‌کارگیری دقیق و مناسب آن، باعث شناسایی بهتر و دقیق‌تر و مشکلات ناشی از مواد تدریس شده خواهد شد. به همین منظور برنامه‌های مطالعاتی دبیرستان دوره اول مصباح، به جهت رصد استراتژی‌های آموزش در طول سال تحصیلی و با رصد دقیق مواد و موارد تدریس شده طبق بودجه بندی مصوب و بازخوردگیری از دانش آموزان عزیز در طی هفته‌های منتهی به آزمون‌های مربوطه ترم اول و دوم و با همت دبیران ارجمند صورت می‌پذیرد تا از این طریق مشکلات و معضلات آموزشی شناسایی و حل گردند تا دهک‌های مختلف آموزشی به‌طور یکسان بتوانند آمادگی حضور در امتحانات را داشته باشند.



دوره بین | مدرسه پژوهنده (اقدام پژوهی)

اقدام پژوهی، دریچه‌ای به سوی مراکز آموزشی هزاره سوم

مدرسه و معلم پژوهنده

«معلم پژوهنده» واژه‌آشنایی است. اما شواهد مؤید آن هستند که هنوز ابعاد آن به‌صورت عمیق تبیین نشده و میزان اثربخشی آن در کیفیت فرآیند یاددهی - یادگیری مورد سنجش قرار نگرفته است. لذا جستارورزی در ابعاد این حوزه می‌تواند در تحقق ایده مدرسه پژوهنده مؤثر واقع شود. یکی از ابعاد معلم پژوهنده، تدریس پژوهش‌محور است.

در نگاه سنتی، رسالت معلم در حد کتاب‌درسی تعریف می‌شود، اما واقعیت این است که جریان تعلیم و تربیت در اساس ماهیت پژوهشی دارد. چون دانش‌آموز فطرتاً پژوهشگر (کنجکاو و پرسشگر) است.

بر این مبنا تدریس نیز اساساً پژوهش‌محور است. یعنی معلمان باید زمینه‌ساز چالش‌خالق مسئله‌محور باشند تا دانش‌آموزان با کاوشگری، تعامل و دست‌ورزی، ظرفیت‌های وجودی خود را در درک و اصلاح موقعیت به‌کار گیرند.

در کنار فرآیند یاددهی - یادگیری پژوهش‌محور، رسالت دیگر معلمان، شناخت دانش‌آموزان و راهنمایی و هدایت آن‌ها در شکل‌گیری هویت همه‌جانبه است. این رسالت نیز ماهیت پژوهشی دارد. یعنی به‌طور دائم باید رفتار و عملکرد دانش‌آموزان را رصد و پایش کنند تا بتوانند در شناسایی، شکوفایی و هدایت استعداد دانش‌آموزان مؤثر واقع شوند. در عین حال، بتوانند با شناسایی مسئله‌ها و حل آن‌ها، در تربیت دانش‌آموزانی بانشاط، مسئولیت‌پذیر و کارآفرین اثربخش باشند.

لذا باید مسائل کلاس را به‌طور مرتب رصد و پایش کنند. مسئله‌یابی و مسئله‌شناسی از ارکان پژوهش تلقی می‌شود. این مسائل می‌توانند درباره نحوه یادگیری دانش‌آموزان باشند، می‌توانند در زمینه رفتارهای شخصیتی دانش‌آموزان باشند، می‌توانند در به‌کارگیری نوآوری‌های آموزشی در کلاس باشند و ... به عبارت دیگر، انتظار می‌رود معلمان همه ابعاد کلاس درس خود را به‌طور دائم پایش و با تشخیص مسائل، به حل آن‌ها اقدام کنند. لذا پژوهش‌های معلمان اساساً از جنس پژوهش‌های در حین عمل هستند که به پژوهش‌های کیفی معروف‌اند. این نوع پژوهش‌ها با عنوان‌هایی چون اقدام‌پژوهی، درس‌پژوهی، درس‌کاوی، روایت‌پژوهی و ... در سطح مدرسه شناخته می‌شوند.

بر اساس این نکات می‌توان پژوهش را در مدرسه در سطوح زیر تقسیم کرد:

۱. دانش‌آموزی:

یادگیری پژوهش‌محور و کسب مهارت‌های پژوهشی متناسب با هر یک از دوره‌های تحصیلی؛

۲. معلمی:

تدریس پژوهش‌محور و انجام پژوهش‌های کیفی در کلاس و مدرسه؛

۳. مدیریتی:

زمینه‌سازی برای گسترش تفکر پژوهش در مدرسه در دو سطح دانش‌آموزی و معلمی، و در عین حال به‌کارگیری مدیریت پژوهش‌محور.



▲ دبیرستان دوره اول مصباح طی جلسات متعدد در طول سال تحصیلی جاری، اقدام به برگزاری جلسات هم‌افزایی و اقدام‌پژوهی نموده است که ماحصل آن ارائه ده‌ها مقاله برتر پژوهشی در حوزه‌های آموزشی و تربیتی توسط همکاران محترم این دوره بوده است.

مدرسه پژوهنده، مدرسه‌ای است که فرهنگ پژوهش در آن نهادینه شده است و همه عناصر آن به صورت هماهنگ و منسجم، همگی فعالیت‌های مدرسه را با رویکرد پژوهشی (پژوهش اخلاق‌مداری و مبتنی بر ارزش‌های اخلاقی) طراحی، اجرا و ارزشیابی می‌کنند.

لازم به ذکر است، معلمان، مدیران و ... در کنار انجام پژوهش کیفی، برای بهبود کار باید از یافته‌های پژوهش‌های انجام شده هم بهره بگیرند.

با توسعه فرهنگ پژوهش در مدرسه می‌توان به تحقق ایده مدرسه پژوهنده امیدوار بود.

مدرسه پژوهنده، مدرسه‌ای است که فرهنگ پژوهش در مدرسه در آن نهادینه شده است و همه عناصر مدرسه، به‌صورت هماهنگ و منسجم، همه فعالیت‌های مدرسه را با رویکرد پژوهشی (پژوهش اخلاقی‌مداری و مبتنی بر ارزش‌های اخلاقی) طراحی، اجرا و ارزشیابی می‌کنند.

پیامد استقرار مدرسه پژوهنده، تربیت دانش‌آموز پژوهنده خواهد بود. در چنین حالتی می‌توان ادعا کرد، محور علم و پژوهش در آموزش و پرورش به مرحله عمل تبدیل شده است. لذا انتظار می‌رود، پژوهش‌محوری به‌عنوان سیاستی اصلی در آموزش و پرورش مورد عنایت بیشتری قرار گیرد تا ضمن تحول در نظام تعلیم و تربیت، زمینه‌ساز توسعه و پیشرفت کشور باشد.

از این‌رو، و با توجه به لزوم ایجاد محیط یادگیرنده با تکیه بر معلم پژوهنده، دبیرستان دوره اول مصباح با استقبال از این طرح و با همکاری کارشناس محترم پژوهش آموزش و پرورش منطقه یک، سرکار خانم غطوقی، طی جلسات متعدد در طول سال تحصیلی جاری، اقدام به برگزاری جلسات هم‌افزایی و اقدام‌پژوهی نموده است که ماحصل آن ارائه ده‌ها مقاله برتر پژوهشی در حوزه‌های آموزشی و تربیتی توسط همکاران محترم این دوره بوده است.

زورنگن

گزارش های عمومی

مشقِ تلاش

یکی از عناصر مهم برنامه درسی، تعیین شیوه‌های سنجش و ارزشیابی آموخته‌های فراگیرندگان است



و یادگیری در سطح نظام آموزشی وارد کند و حتی فراتر از آن به‌کارگیری ناروای آن‌ها، ما را از رسیدن به اهداف سنجش مؤثر و جامع بازدارد. برآنیم تا به‌صورت خلاصه، تعریف‌ها و مفاهیم صحیح و اصولی کلمات و اصطلاحات مرتبط به این حوزه را شرح دهیم.

سنجش

سنجش در اینجا یک اصطلاح گسترده برای توصیف فرآیند جمع‌آوری، ترکیب و تفسیر اطلاعات، به‌منظور کمک به تصمیم‌گیری‌های کلاسی محسوب می‌شود.

برای مثال، وقتی ما از سنجش شایستگی یک دانش‌آموز سخن می‌گوییم، بدین معناست که در حال جمع‌آوری اطلاعاتی هستیم که در تصمیم‌گیری‌هایمان در مورد این که دانش‌آموز تا

دارد، از جمله:

- آزمون همان سنجش است و سنجش همان آزمون.
- تنها تکنیک برای استنباط و داده‌بازی در مورد میزان یادگیری دانش‌آموزان همین آزمون‌ها هستند.
- ارزشیابی را می‌توان بدون سنجش انجام داد.
- سنجش همان ارزشیابی است.
- تنها هدف از برگزاری آزمون‌ها، طرح‌ریزی برای جمع‌آوری آموخته‌های افراد است.
- همیشه و در همه هنگام سنجش نتیجه اندازه‌گیری است.
- ارزشیابی فقط براساس اندازه‌گیری‌ها یا نتایج آزمون است.

با توجه به این که ناآشنایی با تعریف‌ها و مفاهیم هرکدام از این اصطلاحات و واژه‌ها ممکن است چالش‌ها و حتی آسیب‌هایی جدی به فرآیند تدریس

یکی از عناصر مهم برنامه درسی، تعیین شیوه‌های سنجش و ارزشیابی آموخته‌های فراگیرندگان است. سنجش و ارزشیابی از یک سو عاملی است برای تحکیم آموخته‌های یادگیرنده و ابزاری برای بهبود یادگیری و از سوی دیگر فرآیندی برای تعیین میزان آموخته‌های دانش‌آموزان محسوب می‌شود.

واژه‌های مرتبط و پرکاربرد با این کنش چالش‌برانگیز آموزشی در کلاس درس عبارت‌اند از:

- سنجش (Assessment).
- آزمون (test).
- اندازه‌گیری (measurement) و
- ارزشیابی (evaluation).

این واژه‌ها به‌سادگی و نادرست به‌جای هم به‌کار برده می‌شوند، ولی ما به‌عنوان مربی و معلم آموزشی باید بین آن‌ها تمایز قائل شویم. برداشت‌های نادرست و کاربردهای نایجابی در مورد این اصطلاحات وجود

متنوع تر و گسترده ترند).

▲ ارزشیابی

ارزشیابی، فرآیند قضاوت ارزشی در مورد ارزش فراورده و یا عملکرد دانش آموز است. برای مثال، ممکن است شما وضعیت نگارش دانش آموزان را فوق العاده خوب قضاوت و تعیین سطح کنید. این ارزشیابی باعث می شود شما دانش آموزان را برای شرکت به یک رقابت ملی مقاله نویسی تشویق و هدایت کنید. برای انجام چنین ارزشیابی، شما باید اول توانایی نگارش او را بسنجید. ممکن است شما با مرور مجلات دانش آموزی، مقایسه نگارش او با سایر دانش آموزان و با دانستن استانداردهای کیفی نگارش و... اطلاعاتی جمع آوری کنید.

این سنجش ها اطلاعاتی به شما می دهد که ممکن است در قضاوت در مورد کیفیت و ارزش نگارش دانش آموزان از آن ها استفاده کنید. قضاوت شما در مورد این که نگارش او کیفیت بالایی دارد، شما را به تصمیم گیری در مورد این که او را برای ورود به رقابت هایی تشویق کنید، هدایت می کند. ارزشیابی ها اساس تصمیماتی هستند که به ما می گویند چه اقداماتی باید پیگیری شوند.

به محض این که اطلاعات سنجش جمع آوری شود، معلمان از آن برای تصمیم گیری در مورد دانش آموز، فعالیت های تدریس و جو کلاس استفاده می کنند.

ارزشیابی محصول سنجشی است که موجب شکل گیری تصمیم در مورد ارزش عملکرد یا فعالیتی بر اساس اطلاعات جمع آوری شده، ترکیب و تفسیر می شود.

▲ داستان واژه ها

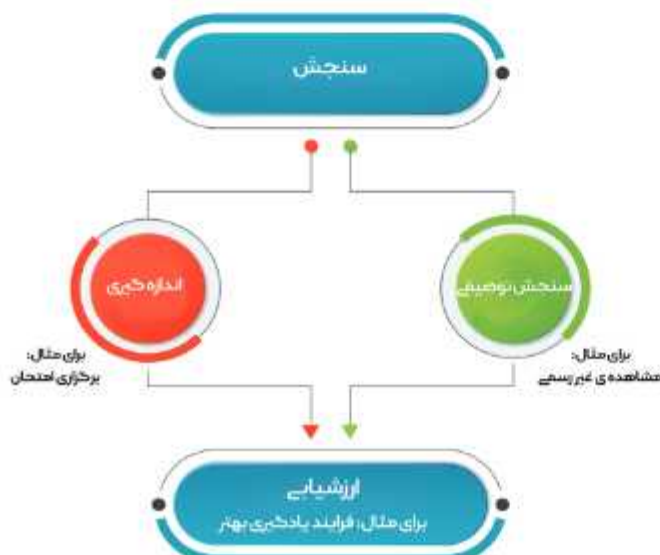
معلمی را تصور کنید که در شروع سال تحصیلی می خواهد میزان آمادگی ریاضی دانش آموزان را بسنجد تا متوجه گام شروع و آغاز تدریس خود شود. ملاحظه می کنید که دلیل اصلی سنجش، تصمیم گیری است.

- ابتدا معلم یک آزمون مداخله کاغذی ریاضی به دانش آموزان می دهد (آزمون).
- نمرات دانش آموزان در آزمون، میزان آمادگی یادگیری آن ها را در ریاضی نشان می دهد (اندازه گیری).
- البته معلم از شیوه های دیگری نیز برای داده بای و جمع آوری اطلاعات استفاده می کند. او با دانش آموزان در مورد ریاضی صحبت می کند (مصاحبه).
- هم چنین، هنگامی که تمرینات را انجام می دهند، آن ها را به خوبی نگاه می کند (مشاهده).
- نمرات سال گذشته و کاربوشه های مربوط به آن ها را بررسی می کند (کاربوشه).
- سپس درباره همه اطلاعات و داده هایی که در جریان سنجش جمع آوری کرده است، فکر می کند.
- او سپس و در اولین گام ارزشیابی می کند یا در مورد وضعیت فعلی آمادگی ریاضی دانش آموزان قضاوت (judgment) می نماید.
- تصمیم نهایی او (بر پایه سنجش و ارزشیابی)، مرور وضعیت ریاضی سال قبل، پیش از شروع موضوعات جدید است.

در نتیجه، رابطه بین اصطلاحات سنجش، آزمون، اندازه گیری و ارزشیابی، نکاتی را در خود نهفته دارد که ذکر آن ها به شناخت عمیق آن ها کمک بیش تری خواهد کرد.

نکته مهم در این باره این است که همه تصمیمات سنجش به استفاده از آزمون یا اندازه گیری نیاز ندارند. علاوه بر این، همه تصمیمات ناشی از سنجش به ارزشیابی یا قضاوت در مورد دانش آموز منجر نمی شود، به گونه ای که برخی می گویند:

«شما بدون انجام ارزشیابی می توانید سنجش کنید، اما ارزشیابی بدون سنجش برای شما میسر نیست.»



چه حد، نتایج قصدشده یادگیری را کسب کرده است، به ما کمک کند.

تکنیک های سنجشی زیادی ممکن است برای گردآوری این اطلاعات مورد استفاده قرار بگیرند:

- مشاهدات رسمی و غیررسمی دانش آموزان،
- آزمون های مداخله - کاغذی،
- تکالیف سنجش عملکرد، و
- سنجش به وسیله راهنماهای توصیف عملکرد (راهنمای نمره گذاری).

برای مثال: تکالیف عملکردی در منزل، فعالیت خارج از کلاس، فعالیت های آزمایشگاهی، مقالات پژوهشی، پروژه ها، پرسش های شفاهی روزانه، تحلیل سوابق دانش آموزان.

▲ آزمون

آزمون یک ابزار یا یک روش نظام دار برای مشاهده و توصیف یک یا چند ویژگی دانش آموز با استفاده از مقیاس عددی یا طرح امتیازدهی تعریف می شود.

هم چنین، در برخی از منابع، آزمون را مجموعه ای سؤال تعریف کرده اند که غالباً به صورت کتبی (مداد - کاغذی) برای پاسخگویی در اختیار آزمون شوندگان گذاشته می شوند.

نکته مهم این که مفهوم آزمون محدودتر از سنجش است. معمولاً ما در مدارس آزمون را به عنوان یک ابزار مداخله - کاغذی یا مجموعه ای از سؤالات می شناسیم که دانش آموزان باید به آن ها پاسخ دهند که البته این گونه نیست.

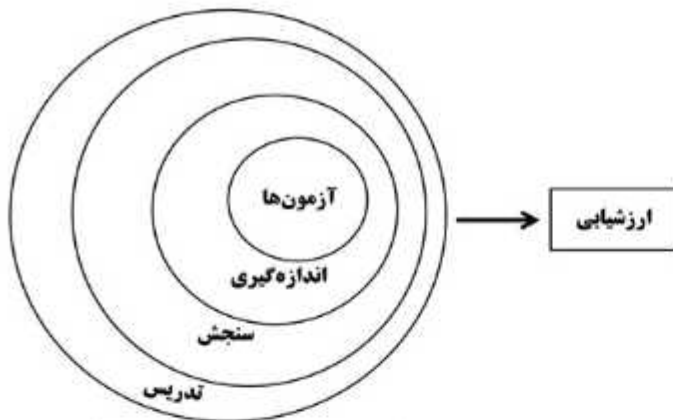
مثلاً ممکن است در زمینه مهارت های ارتباطی آزمون های شفاهی و در مورد مهارت های روانی - حرکتی، آزمون های اعمال جسمانی داشته باشیم.

▲ اندازه گیری

اندازه گیری روشی برای اختصاص دادن اعداد (معمولاً نمره نامیده می شود) به یک ویژگی یا ویژگی های خاص از یک فرد است، به گونه ای که اعداد، میزانی را که هر فرد از آن ویژگی داراست، توصیف کنند.

ویژگی مهم اختصاص اعداد در اندازه گیری این است که نتایج نمرات، نظم موجود در جهان واقعی را بین افرادی که اندازه گیری می شوند، حفظ می کنند. نمونه های بسیار رایج اندازه گیری در کلاس زمانی است که معلم نمره ای به یک آزمون اختصاص می دهد. نمره دهی موجب توصیف عددی عملکرد می شود.

بنابراین، سنجش ممکن است شامل اندازه گیری باشد و ممکن است اندازه گیری را شامل نشود. اگر یک روش دانش آموزان را با برجسب ها یا طبقه بندی های کیفی توصیف کند نه با اعداد، دانش آموزان سنجش می شوند، اما اندازه گیری نمی شوند. با توجه به مفاهیم و مسائلی که در این اینجا بررسی کردیم، سنجش اصطلاح وسیع تری از آزمون و اندازه گیری است، زیرا همه گونه های متنوع سنجش، شامل اندازه گیری ها نمی شوند (سنجش ها



نمودار آمیختگی رابطه تدریس، سنجش، اندازه‌گیری، آزمون و ارزشیابی

اما در پایان باید یک نکته مهم را خاطر نشان کنیم که: تدریس، یادگیری، سنجش، آزمون، اندازه‌گیری و ارزشیابی به اندازه‌ای با یکدیگر در هم آمیخته‌اند که تفکیک آن‌ها از یکدیگر دشوار است. معلمان فعالیت‌های آموزشی و مربوط به تدریس خود را طراحی می‌کنند، فراگیرندگان سنجیده و سطح یادگیری آن‌ها تعیین می‌شود، فراگیرندگان در برنامه‌ها و فرصت‌های یادگیری طراحی شده توسط معلم شرکت می‌کنند، در حین انجام فعالیت‌ها میزان یادگیری آن‌ها با تکنیک‌های متنوع و متناسب با اهداف و مقاصد یادگیری سنجیده می‌شود، به فراگیرندگان بازخوردهای سازنده، حمایتی و جلو برنده ارائه می‌شود، معلم و فراگیرندگان نسبت به نتایج به‌دست‌آمده واکنش نشان می‌دهند، مجدداً و در صورت نیاز فرآیندهای تدریس و یادگیری به‌منظور اثربخشی بیش‌تر اصلاح می‌شوند و میزان یادگیری فراگیرندگان ارزشیابی می‌شوند.

▲ در دبیرستان مصباح دوره ی اول، صرف اخذ نمره بالا در دروس مختلف، اساس کار و وظیفه یک دانش‌آموز تعریف نخواهد شد.

با این اوصاف، برای تغییر مسیر به سمت الگوی ارزشیابی و نمره‌دهی بر پایه استاندارد، باید موانعی را که الگوی سنتی در فرآیند یادگیری ایجاد کرده است را به رسمیت بشناسیم. در این مینا، با توجه به کلیه فعالیت‌های صورت گرفته دانش‌آموز در طول سال تحصیلی و با توجه به ابعاد مختلف درسی، اخلاقی و انضباطی و ... نمره‌ای برای ایشان لحاظ می‌گردد که بتواند شرایط جامع‌تری از تحصیل را برای وی ترسیم نماید و صرف اخذ نمره بالا در دروس مختلف، اساس کار و وظیفه یک دانش‌آموز تعریف نخواهد شد.

لذا در دبیرستان دوره اول مصباح با تأکید بر پارامترهای مختلف کارشناسی شده در طول سال تحصیلی برای یک دانش‌آموز و رصد دقیق امور انضباطی - درسی و رفتاری وی از مبادی مختلف انضباطی (معاونین) و آموزشی (مشاورین و واحد آموزش) نمرات نهایی دانش‌آموزان طی فرآیند مختلف نظارت و ارزشیابی، توسط واحد محترم آموزش و پس از انجام فرآیند امتحانات و در بازه زمانی مناسب، صادر می‌گردد که خروجی حاصله در کارنامه تقدیمی برای دانش‌آموزان عزیز قابل مشاهده و رصد قرار خواهد گرفت.

شایان ذکر است پارامترهای مندرج در کارنامه‌های تحصیلی، حسب سیاست‌های آموزشی مقطع متوسطه اول و با هدایت و رصد دقیق واحد آموزش و همکاری همه‌جانبه اساتید ارجمند با مشاورین پایه‌های مربوطه بر طبق زمان‌بندی‌های دقیق از قبل مشخص شده می‌باشد.

نحوه استفاده از نمره در کارنامه

نتیجه	الگوی بر پایه استاندارد	نتیجه	الگوی سنتی رتبه بندی
انتیژه دانش‌آموز؛ درونی بر پایه پیشرفت تسلط بر محتوا	تمرکز قدرت: دانش‌آموز	انتیژه دانش‌آموزان؛ بیرونی و بر مبنای تشویق و تنبیه	تمرکز قدرت: معلم
یادگیری هدف می‌شود. تنها راه نبرد در این پروسه، افزایش یادگیری است.	توجه کنترل؛ پیشرفت فردی در یادگیری	نمره هدف می‌شود.	نحوه کنترل: نمره
نمرات با دقت بیشتری منعکس‌کننده میزان یادگیری دانش‌آموز است و حجم کار یا میزان انطباق او ملاک نیست.	فقط میزان یادگیری در نمره تأثیر می‌گذارد یا برخورد در مسیر یادگیری هدایت‌کننده است. مهارت‌های زندگی در پخش جداگانه‌ای از کارنامه گزارش می‌شود	به یازمی گرفته شدن سیستم آموزشی جمع‌آوری نمره عدم هماهنگی بین نمره و یادگیری	همه چیز در محاسبه نمره منظور می‌شود. نمره ید، تنبیهی است
اشتیاه کردن و خطر کردن در هنگام یادگیری مشکلی ایجاد نمی‌کند.	تکالیف برای بررسی درک بیشتر نمره داده می‌شود و همچنین امکاتی برای دادن بازخورد است	کودک برای خطر کردن تنبیه می‌شود تأمیدی ایجاد می‌کند	نمره دادن همزمان با یادگیری: نمره دادن به تکالیف و جریمه برای دیرکرد
نمره‌ها قابل جبران هستند.	آزمون، با هدف تسلط بر محتوا برگزار می‌شود. نتایج قابل ارتقا است. لذرین اطلاعات مربوط به یادگیری اطلاعات پیشین است.	یک نمره ید بر سرنوشت فرد تأثیر می‌گذارد	تمام نمرات محاسبه و میانگین گرفته می‌شود

روزنکن | میزبانی مجموعه مصباح به مناسبت هفته معلم و جشن سی سالگی

▲ به وقت قدردانی از کارکنان مجموعه مصباح

حلقه‌ی عشق



بی تو نظمی نیست در گفتار بی مقدار من
این غزل در حلقه عشق تو قابل می‌شود

یکی از رسوم پسندیده و متداولی که می‌تواند باعث ایجاد الفت و صمیمیت در کارکنان هر سازمان گردد، تقدیر شایسته و بایسته از خدمات آنان است. توجه و عنایت مدیریت بر اهداف از پیش تعیین شده و با تعیین استراتژی‌های مناسب آن و همچنین رهبری هوشمندانه و بخردانه امور و پرستل از الزامات رهبری سازمان در قرن ۲۱ ام است.

توجه به MBO یا همان Management by Objective از محرزترین وظایف مدیریت یک سازمان است که به روش‌های گوناگون و از طرق مختلف باعث اغتلاقی اهداف سازمانی و رسالت از پیش تعیین شده در اهداف استراتژیک می‌باشد.

در سازمان‌های آموزشی با توجه به هدف غایی و نهایتی آنان از جمله تربیت و تعلیم نیروی انسانی کارآزموده و متخصص فردای کشور در بستر توجه به اخلاق و معنویات از مهم‌ترین شاخصه‌های استراتژی سازمانی محسوب می‌شود.

در این میان ایجاد انس و الفت در میان کارکنان سازمانی همواره توانسته است موجبات پیشبرد بهتر امور و اهداف سازمانی را محقق نماید.

امسال و با تقارن جشن سی سالگی مجتمع فرهنگی - آموزشی مصباح دانش و ماه ضیافت الهی و همچنین تقارن این ایام با هفته گرامی‌داشت مقام معلم و به پاس تقدیر و تشکر از زحمات همکاران ارجمند این مؤسسه، برنامه‌ای به همین مناسبت و با دعوت از پرسنل خدوم و فرهیخته مصباح به همراه خانواده‌های گرامی ایشان به ضیافت شام، در مجموعه هتل هما و در روز سه‌شنبه ۶ ام اردیبهشت ماه ۱۴۰۱ مصادف با ۲۴ رمضان برگزار گردید که ضمن پاسداشت خدمات همکاران ارجمند مؤسسه، با سخنرانی مدیریت عامل محترم و تنی چند از مسئولین محترم آموزش و پرورش ضمن تشریح کارنامه و عملکرد سی ساله مجتمع فرهنگی - آموزشی مصباح، اهداف و استراتژی‌های آینده ترسیم و افق‌های پیش‌رو جهت رسیدن به چشم‌انداز سازمان مورد توجه قرار گرفت.

هر که چون ماهی نباشد، جوید او پایان راه

هر که او ماهی بود، کی فکرت پایان کند

مولوی





زونکن | ویژه برنامه روز معلم

قدر استاد

آموزش؛ قوی‌ترین سلاحی که می‌توان با آن دنیا را تغییر داد

وقتی حرف از عرصه‌های گسترده آموزش و پرورش به میان می‌آید، عرصه‌های متنوعی که فراتر از یک درس یا یک رشته به فرد و جامعه امکان رشد و پیشرفت می‌دهند و در نهایت به تعبیری موجب ضرورت و دگرگونی ماهوی و بنیادی هم فرد و هم جامعه می‌شوند و در نهایت از درهم تنیدن آن‌ها، جامعه مدنی یا تمدن شکل می‌گیرد.

در این میان بنا به نقل قولی از نلسون ماندلا: آموزش قوی‌ترین سلاحی است که می‌توان با آن دنیا را تغییر داد و این تغییر در گرو اساتیدی مجرب و فرهیختگانی متعهد است.

در کتاب هنر معلمی نوشته گیلبرت آمده است که: ملتی که به این نبوغ نرسیده است که برجسته‌ترین آدم‌های خود را به تربیت فرزندان خویش بگمارد، این ملت برای آینده خود محاسبه‌ای نکرده است. در راستای رهبری برای تغییر آموزشی در فنلاند، دکتر ویلهو هبروی که وزیر وقت آموزش و پرورش بود گفت:

«ما یک فرهنگ جدیدی از آموزش را ایجاد می‌کنیم و راه برگشتی وجود ندارد. مبنای این فرهنگ جدید، ایجاد اعتماد بین آحاد مردم و سازمان آموزش و پرورش بالانحص معلمان آن است.

چنین اعتمادی، همان‌طور که شاهدش بوده‌ایم اصلاحاتی را ایجاد می‌کند که نه تنها پایدار است بلکه به دست معلمانی حاصل شده است که آن را اجرا می‌کنند و اساساً سر منشأ همه تحولات کشور در گرو اعتلای معلمان و جایگاه رفیع آنان خواهد بود».



سر منشا همه تحولات کشور در گرو اعتلای معلمان و جایگاه رفیع آنان خواهد بود

▲ راز شکوفایی فرهنگ و تمدن هر کشوری در گرو توجه به قشر فرهنگی آن جامعه خواهد بود.

با نینم نگاهی به تاریخ و فرهنگ ایران و جهان در سده‌های مختلف و همچنین در دنیای مدرن کنونی، بالاترین و والاترین مشاغل خود را به مربیان تربیتی و معلمان خود اختصاص داده‌اند چرا که معتقدند راز شکوفایی فرهنگ و تمدن هر کشوری در گرو توجه به قشر فرهنگی آن جامعه خواهد بود.

کشورهای صنعتی و پیشرفته کنونی، اهتمام و توجه خاصه خود را به آموزش و پرورش و همچنین تربیت کادری مجرب و متخصص دانسته‌اند و چشم‌اندازهای مناسبی را برای آن رقم زده‌اند چرا که معتقدند:

«تمدن رقابتی است میان آموزش و تباهی»

و معلم نقطه مرکزی و گرانگه این مرکز ثقل اساسی در تاریخ تحولات فرهنگی کشورها، از دیرباز تا کنون بوده است.

مولوی، چه زیبا، اثرات معلمی را به رشته تحریر درآورده است، آن جایی که بیان می‌دارد: خورشید گوید سنگ را، زان تاقتم بر سنگ تو تا تو ز سنگی واری، یا در نهدی در گوهری و ایضاً مرحوم شه‌ریار در ستایش مقام شامخ معلم می‌سراید:

می‌توان در سایه آموختن

گنج عشق جاودان آندوختن

اول از استاد، یاد آموختیم

پس، سوبدای سواد آموختیم

از پدر گر قالب تن یافتیم

از معلم جان روشن یافتیم

در لابه‌لای این سطور، نوشتن از مقام و جایگاه بی‌بدیل معلم در نظام آموزش و پرورش قطعاً موجز و ناکافی خواهد بود ولیکن از باب: «من لم یشکر المخلوق، لم یشکر الخالق» می‌توان در همه اعصار بر دستان شریف این فاتحان علم و ادب بوسه زد و جایگاهشان را رفیع شمارد.

در این میان و به رسم تجلیل از مقام اساتید و دبیران ارجمند مجتمع فرهنگی - آموزشی مصباح دانش در مقطع اول متوسطه برنامه‌هایی در چندین روز متوالی و با حضور همکاران ارجمند و هنرنمایی دانش‌آموزان عزیز در سالن اجتماعات این مجتمع

برگزار گردید که طی آن پایه‌های مختلف برای تجلیل از معلمان خود با سرودن اشعار و اجراهای مختلف هنری به پاسداشت آنان پرداختند.

همچنین در جلسهای ویژه به این مناسبت و با حضور اعضای محترم انجمن اولیاء مقطع اول متوسطه و با اجرا بسیار زیبا و فاخری از دانش‌آموزان دبیرستان مصباح که با نواختن قطعات موسیقی به پاسداشت معلمان خود پرداختند، ضمن سخنرانی و ایراد بیاناتی توسط نماینده محترم انجمن و با حضور کلیه اعضای معظم به تقدیر و تشکر از عزیزان دبیر پرداخته شد.

▲ آموزش قوی‌ترین سلاحی است

که می‌توان با آن دنیا را تغییر داد و

این تغییر در گرو اساتیدی مجرب و

فرهیختگانی متعهد است.

در آخرین سطور این گزارش، مناسب دیدم نامه‌ای از دکتر فرانکلین مبدع لوگوته‌ری در علم روان‌شناسی خطاب به معلمان سراسر جهان را مرقوم دارم چرا که این نامه، خود گویای نقش عظیم و رسالت رفیع معلمان جهان خواهد بود:

نامه ویکتور فرانکلین به معلمان جهان:

کسی هستم که از یک اردوگاه اسیران، جان سالم به در برده‌ام.

چشم‌م‌م چیزهایی دیده‌ام که چشم هیچ انسانی نباید می‌دیده؛ اتاق‌های گازی را دیدم که توسط بهترین

و ماهرترین مهندسی‌ن ساختمان ساخته شده بودند. بهترین و متخصص‌ترین پزشک‌انی را دیدم که کودکان را به شکل ماهرانه‌ای مسموم می‌کردند. نوزادانی که توسط آمبول‌های پرستارانی مُردند که بهترین پرستاران بودند.

انسان‌هایی که توسط قارخ‌التحصیلان دبیرستان‌ها و دانشگاه‌ها سوزانده شدند. چیزی که از شما می‌خواهم این است که: برای انسان شدن دانش‌آموزان تلاش کنید و تلاش شما موجب تربیت «جانوران دانشمند» و «بیماران روانی ماهر» نشود.

خواندن، نوشتن، ریاضیات و ... زمانی اهمیت پیدا می‌کند که به انسان شدن کودکان کمک کنید و این کلیه، انسان بودن این کودکان در آینده می‌باشد.

پزشک شدن، مهندس شدن، متخصص شدن و ... کار سختی نیست و می‌شود با چند سال درس خواندن به آن‌ها رسید و چه بسا امروز، ما در جامعه هم پزشکان زیادی داریم و هم مهندسی‌ن زیادی داریم.

اما بزرگ‌ترین ثروت ما، انسانیت و اخلاق ما هست که با هیچ مدرکی قابل مقایسه نیست ...!

و در این مسیر

هیچ سرمایه‌ای والاتر از معلم و هیچ راهگشایی جز مدرسه نیست!



ضیافت نور

آموزش و پرورش، می‌تواند سلامت زندگی را بهبود بخشد تا به جامعه‌ای پیشرفته‌تر و سالم‌تر دست یافت



آموزش و پرورش، سرمایه نسل امروز و آینده ماست؛ سرمایه‌ای که از طریق آن می‌توان کیفیت و سلامت زندگی را بهبود بخشید و به جامعه‌ای پیشرفته‌تر و سالم‌تر دست یافت. البته، آموزش تنها پاسخ و داروی همه دردها نیست اما بدون آن هم پاسخی نخواهیم داشت. مدارس در صورتی خواهند توانست وظیفه خطیری را که به دوش آن‌هاست به نحو احسن انجام دهند که سازمان‌های سالم و پویایی باشند. سلامتی و پویایی، حرکت در مسیر تکامل است و آدمی به عنوان موجودی با احساس بی‌نیامت، اگر در مسیر تکامل قرار بگیرد، احساس نشاط، آرامش و هماهنگی خواهد کرد.

اگر مغز، محیط درونی یادگیری برای یک دانش‌آموز محسوب شود، مدرسه را می‌توان محیط بیرونی یادگیری در نظر گرفت که به همان اندازه تأثیرگذار است. امروزه تبدیل مدرسه به مکانی سالم، زنده و پویا و مهیج یکی از بزرگ‌ترین چالش‌های مربیان محسوب می‌شود. مدرسه سالم مکانی است که فرصت‌هایی برای ارتقاء سلامت را فراهم می‌آورد و شادابی، نشاط و سلامتی به آمادگی کودکان برای یادگیری کمک می‌کند.



▲ ماه مبارک رمضان از دیرباز تاکنون به عنوان ماه ضیافت الهی، زمان مناسبی برای ایجاد دوره‌های معنوی و با نشاط نوجوانان بوده است که از این منظر، با برنامه ریزی صورت گرفته شورای اجرایی دبیرستان دوره اول مصباح، در سه روز متوالی این ضیافت با حضور دانش آموزان عزیز و پدران و مادران ارجمند در حیاط دبیرستان و با برنامه‌های بانشاط و پرمحتوای معنوی به اجرا گذاشته شد

در قرن ۲۱، فضاهای یادگیری قدیمی به چالش کشیده شده‌اند و این ایده که دانش‌آموزان باید در میز کلاس و به ردیف نشسته باشند، به سرعت منسوخ شده است. فناوری و محیط کار مشارکتی، طراحی فضاهای یادگیری را تغییر داده‌اند. تغییرات در فضای فیزیکی تعامل دانش‌آموزان را توسعه می‌دهد و ابتکار و خلاقیت را تشویق می‌کند. فضاهای یادگیری راحت، تغییر فضا با حالت‌های مختلف نور، تنظیمات و الگوهای مختلف چیدمان صندلی، ایجاد فضاهای لذت‌بخش و شاد و سرگرم‌کننده، استفاده از فضای بیرون از کلاس برای تدریس و ... را می‌توان از ویژگی‌های الگوی فضاهای یادگیری جدید دانست.

زندگی با شادی و نشاط معنا پیدا می‌کند و در پرتو آن دانش‌آموزان، به ویژه در دوران نوجوانی و جوانی، می‌توانند خود را بسازند و پله‌های ترقی را چالاکانه ببینند. در گذشته، به نظر می‌رسید که وظیفه آموزش و پرورش تولید عده‌ای فارغ‌التحصیل است که تنها بتوانند امرار معاش کنند اما چنین می‌نماید که در قرن جدید، برنامه‌ریزی‌های آموزشی نظام‌های آموزش و پرورش این مرحله را پشت سر گذاشته و سرلوحه تعلیم و تربیت در یک جمله خلاصه شده است: «شوق زندگی کردن را به دانش‌آموزان بیاموزیم».

پس باید معتقد باشیم که در حقیقت، رشد پایدار ما در گرو شادی پایدار است. بر این اساس، معلمان باید توانایی خوشایند کردن، سالم‌تر کردن و بارورتر کردن محیط‌های آموزشی را کسب کنند. چرا که نشاط، تحرک، پویایی و شادابی از ویژگی‌های انسان امروز و موافق طبع و مقتضیات قطری اوست. خمودگی، سستی، انزوا، بی‌تحرکی، غمگینی و بی‌مردگی، آفت بزرگ و مانع عظیم رشد، شکوفایی، خلاقیت و کارآمدی نسل جوان می‌باشد.

روان‌شناسان حالت شادی را نتیجه عمل هماهنگ و منسجم و سازمان‌یافته همه عواطف یک فرد می‌دانند و معتقدند که نشاط و آرامش روحی زمینه‌های باروری خرد و اندیشه را به وجود می‌آورد. بر این اساس، به دنبال احساس نیازهای زندگی امروز ناشی از دگرگونی سریع اجتماعی و رفع نیازهای نسل جدید در نظام آموزش مدرسه‌ای، با ارائه راهکارهایی در صدد ارتقاء میزان شادابی، نشاط، پویایی و شوق زندگی دانش‌آموزان در فضای مدرسه برآمدم.

در این میان برخی از رویدادها و اتفاقات، نقطه عطف مناسبی برای تحقق این امر خواهد بود. ماه مبارک رمضان از دیرباز تا کنون به عنوان ماه ضیافت الهی، زمان مناسبی برای ایجاد دوره‌های معنوی و بانشاط نوجوانان بوده است که از این منظر، با برنامه‌ریزی صورت گرفته شورای اجرایی دبیرستان دوره اول مصباح، در سه روز متوالی این ضیافت با حضور دانش‌آموزان عزیز و پدران و مادران ارجمند در حیاط دبیرستان و با برنامه‌های بانشاط و پرمحتوای معنوی به اجرا گذاشته شد و در آخر با نشستن بر سر سفره اطعام الهی، ضمن تکریم این ماه عظیم و گرانقدر، لحظات ناب، زیبا و به یاد ماندنی برای همه عزیزان رقم خورد که امید است ضمن بهره‌مندی از لطافت این ماه، نشاط روزافزون در مسیر تعالی و پیشرفت فرزندانمان را فراهم آورده باشیم.



▲ آموزش و روند تحصیلی دانش آموزان با اعطای کارنامه تحصیلی به اتمام نخواهد رسید بلکه با توجه به شعار «نقطه سر خط»، ارزیابی افراد در قالب کارنامه را فقط توقفگاهی کوتاه برای تجدید قوا و ذخیره انرژی لازم با رعایت اصول آموزشی و تذکرات مهم و ضروری مسئولین امر، اعم از مشاورین پایه تا راهنمای تحصیلی و حتی معاونت آموزش می داند که آنان را برای استراتژی مجدد از جنس شروعی تازه با تدابیری جدیدتر و برنامه ای منسجم تر و هم چنین اراده ای پولادین تر آماده می نماید.

این جاست که جشن برگزیدگان مقطع متوسطه اول مجتمع آموزشی مصباح که به زیبایی هر چه تمام تر «نقطه سر خط» نام گرفته است، یادآور شروعی مجدد بر پایه استناد و اتکاء به تجربیات قبلی و توجه به رهنمون های جدید حوزه های آموزشی و تربیتی در این دبیرستان می باشد.



هر فردی برای این که بتواند در هزاره سوم زندگی نماید، می بایست همواره در حال یادگیری و تلاش برای یادگیرندگی فعال و مستمر بوده باشد. مسیر پیشرفت هیچ گاه مسدود نیست و هر کس بنا بر استعدادها، تلاش ها و توانایی های خود در این مسیر گام بر می دارد.

زونکن | جشن برگزیدگان دبیرستان مصباح متوسطه اول

▲ جشن برگزیدگان، پایان سال تحصیلی

نقطه سر خط





نقطه سر خط، شعاری بر پایه استراتژی های نوین آموزشی

در ده های اخیر، با تغییر و تحولات عظیم و شگرف صنعتی و تکنولوژیکی، گستره ادبیات و علوم همواره نه تنها در بستر صنعت و فناوری بلکه در همه حوزه ها و ابعاد در حال تغییر و دگرگونی می باشد. به تبع این امر در حوزه های مدیریتی و آموزشی هم، با تغییر پارادایم ها و مفاهیم انتزاعی، از «یادگیرنده منفعل» به سمت «یادگیرنده فعال» و حتی به نحو اولی آن، «یادگیرنده مادام العمر» و «فرد یادگیرنده» و هم چنین «سازمان یادگیرنده» مطرح گردیده است. بر طبق این نظریه و پارادایم، هر فردی برای این که بتواند در هزاره سوم زندگی نماید، می بایست همواره در حال یادگیری و تلاش برای یادگیرندگی فعال و مستمر بوده باشد.

در نظام های آموزشی مطرح و تراز اول دنیا، این واژه و واژگانی از این قبیل، با عملیاتی شدن در سیستم های آموزشی، چه در نظام های آموزش عمومی (دبستان و دبیرستان) و چه در نظام های عالی (آکادمیک و دانشگاهی) آن کشورها، مسیر رشد و شکوفایی یادگیرندگان را هموار و آنان را در مسیر رشد، تعالی و شکوفایی بالفعل قرار می دهند.



▲ دبیرستان مصباح (متوسطه اول) می‌کوشد با تقدیر از برگزیدگان هر پایه در گروه‌های مختلف آموزشی، استعدادیابی و توانایی، انضباطی و ... ضمن تشویق و توجه به عملکرد مثبت و قابل تقدیر عزیزان، افق‌های جدید پیش‌رو را برای دانش‌آموزان و خانواده‌های فرهیخته و ارجمندشان ترسیم و نمایان سازد

امیر، اعم از مشاورین پایه تا راهنمای تحصیلی و حتی معاونت آموزش می‌داند که آنان را برای استارتی مجدد از جنس شروعی تازه با تدابیری جدیدتر و برنامه‌ای منسجم‌تر و هم‌چنین اراده‌ای پولادین‌تر آماده می‌نماید.

این جاست که جشن برگزیدگان مقطع متوسطه اول مجتمع آموزشی مصباح که به زیبایی هر چه تمام‌تر «نقطه سر خط» نام گرفته است، یادآور شروعی مجدد بر پایه اسناد و اتکاء به تجربیات قبلی و توجه به رهنمون‌های جدید حوزه‌های آموزشی و تربیتی در این دبیرستان می‌باشد و هر ساله در دوره هزار روزه آموزشی مصباح (مقطع متوسطه اول) این توقف و تلاش، توانسته است تدابیر مناسب‌تری را برای رسیدن به اهداف والای آموزشی و تربیتی این مجتمع برداشته و با تقدیر از برگزیدگان هر پایه در گروه‌های مختلف آموزشی، استعدادیابی و توانایی، انضباطی و ... ضمن تشویق و توجه به عملکرد مثبت و قابل تقدیر عزیزان، افق‌های جدید پیش‌رو را برای دانش‌آموزان ساعی و تلاشگر خود و خانواده‌های فرهیخته و ارجمندشان ترسیم و نمایان سازد. امید که در این راه توانسته باشیم به اهداف متعالی خود دست یافته باشیم چرا که منتقدیم:

هر آن چه توانسته ایم به لطف الهی و هم‌چنین به مدد به کارگیری اساتید مجرب و کارشناسان حاذق و خبره این امر بوده است.

از آن جایی که مسیر پیشرفت هیچ‌گاه مسدود نیست و هر کس بنا بر استعدادها، تلاش‌ها و توانایی‌های خود در این مسیر گام بر می‌دارد، وجود یک سیستم آموزشی کارآمد و حاذق می‌تواند ریل‌گذاری این مسیر را به نحوی مقتضی با بهره‌گیری از روش‌های نوین آموزشی و برنامه‌ریزی‌های دقیق فردی و مشاوره‌های تحصیلی مناسب هموار نماید؛ لذا هر ساله در مقطع متوسطه اول مجتمع آموزشی مصباح، با برگزاری و برپایی برنامه‌ای با نام «نقطه سر خط»، ضمن ایجاد انگیزه‌های مناسب فردی و سازمانی در این مقطع و به جهت رشد و شکوفایی عزیزانمان در قرآنی، تحصیلی و علمی خود، با بهره‌گیری از اساتید مجرب و کارآزموده، آزمون‌های دوره‌ای و دوره‌های مطالعاتی متعدد و در آخر ارزیابی و ارزشیابی تحصیلی دانش‌آموزان، روند تحصیلی و پیشرفت علمی و آموزشی آنان مورد بررسی موشکافانه قرار گرفته و با آنالیز داده‌ها و مذاکره در روندنماهای تحصیلی هر فرد؛ میزان پیشرفت، تلاش و همت والای ایشان در طول سال تحصیلی مورد واکاوی قرار می‌گیرد.

بر خلاف نظام‌های آموزشی سنتی، آموزش و روند تحصیلی دانش‌آموزان با اعطای کارنامه تحصیلی به اتمام نخواهد رسید بلکه با توجه به شمار «نقطه سر خط»، ارزیابی افراد در قالب کارنامه را فقط توقفگاهی کوتاه برای تجدید قوا و ذخیره انرژی لازم با رعایت اصول آموزشی و تذکرات مهم و ضروری مسئولین



تابستان تعطیل نیست!

▲ فراغت از مهم‌ترین و دلپذیرترین زمان‌های زندگی هر فرد است پس نحوه گذراندن آن می‌تواند نشانگر ویژگی‌های فردی، اهداف و آرزوهای ما باشد

لذا هر ساله با فرا رسیدن تابستان و اتمام فعالیت‌های آموزش رسمی مدارس و به منظور عدم شکاف فعالیت‌های تربیتی و آموزشی در دوره هزار روزه دبیرستان دوره اول مصباح و با هدف کسب آمادگی جهت آغاز پرشاشا و به دور از استرس سال تحصیلی آینده، کسب مهارت‌های آموزشی، پرورشی و برنامه‌های تفریحی - اردویی و با تکیه بر اصول به‌کارگیری «عرصه‌های گسترده آموزشی» (Broad Fields) که عرصه‌هایی هستند که به‌طور هم‌زمان چند دیسپلین را در برمی‌گیرد و با حضور تمام دانش‌آموزان، به مدت پنج هفته، از روز شنبه اول مرداد تا روز چهارشنبه دوم شهریورماه از ساعت ۸:۴۵ لغایت ۱۲ در تمامی روزهای هفته (به‌جز یکشنبه و سه‌شنبه تا ساعت ۱۴) برگزار گردید.

در جریان این پنج هفته، کلاس‌های درسی، کلاس‌های فوق‌برنامه و اردوی تفریحی (روزهای چهارشنبه) برگزار شد.

از این‌رو، نینگاهی به برنامه‌های مذکور در قالب برنامه سایه‌بان دبیرستان دوره اول مصباح که در پیوست این نوشتار درج گردیده موجب آشنایی بیشتر شما خوانندگان عزیز و گراقدر با فعالیت‌های صورت گرفته در این خصوص و شرح زحمات و فعالیت‌های همکاران ارجمند ما خواهد بود که از مقابل دیدگانتان خواهد گذشت.

فراغت به معنای آسودگی است و معمولاً در مقابل کار، انجام امور روزمره و فعالیت‌هایی به کار می‌رود که باعث خستگی می‌شود. افراد در زمان فراغت معمولاً به سرگرمی‌ها و علایق خود می‌پردازند.

اوقات فراغت از مهم‌ترین و دلپذیرترین زمان‌های زندگی هر فرد است. پس نحوه گذراندن آن می‌تواند نشانگر ویژگی‌های فردی، اهداف و آرزوهای ما باشد و تأثیر فراوانی هم در زیست روزمره و مسئولیت‌هایمان خواهد داشت.

برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت، مثل برنامه‌ریزی‌های دیگر، فرآیندی هدف‌دار است. در برنامه‌ریزی اوقات فراغت باید علایق، امکانات موجود، اولویت‌ها و نیازهای آینده را در نظر گرفت تا بتوان یک برنامه اجرایی و درست داشت. برنامه‌ای که به انجامش رغبت و تمایل داشته باشیم. به همین خاطر فرصت تابستان را غنیمت می‌دانیم و در کنار مرور دروس مطالعاتی و آموزشی در قالب برنامه‌های سایه‌بان، مهارت‌هایی را بر محور برنامه‌های پاراسل به دانش‌آموزان می‌آموزیم که نه تنها در آینده‌های دور، که در زندگی کنونی‌مان هم به کار آید چرا که معتقدیم: جریان تبدیل دانش آموز به یک یادگیرنده فعال مادام‌العمری که از عهده نیازهای یادگیری خود برمی‌آید و مهارت‌های یادگیری خودش را مرتباً تقویت می‌کند؛ جریانی نیست که متوقف شود و این یک اصل است.

برنامه پایگاه تابستانی دبیرستان دوره اول مصباح سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲

روز	زنگ	زمان	هفتم			هشتم			نهم		
			۷/۱	۷/۲	۷/۳	۸/۱	۸/۲	۸/۳	۹/۱	۹/۲	۹/۳
شنبه	زنگ ۱	۸:۴۵-۹:۴۰	ورزش	قطب نما			پاراسل				
	زنگ ۲	۹:۵۵-۱۰:۵۰	پاراسل	ورزش			قطب نما				
	زنگ ۳	۱۱:۰۵-۱۲	قطب نما	پاراسل			ورزش				
یکشنبه	زنگ ۱	۸:۴۵-۹:۴۰	حساب هندسه فارسی	حساب هندسه فارسی	حساب هندسه فارسی	حساب هندسه فارسی	حساب هندسه فارسی	حساب هندسه فارسی			
	زنگ ۲	۱۰:۱۰-۱۱:۰۵	فارسی حساب هندسه	فارسی حساب هندسه	فارسی حساب هندسه	فارسی حساب هندسه	فارسی حساب هندسه	فارسی حساب هندسه			
	زنگ ۳	۱۱:۳۵-۱۲:۴۰	هندسه فارسی حساب	هندسه فارسی حساب	هندسه فارسی حساب	هندسه فارسی حساب	هندسه فارسی حساب	هندسه فارسی حساب			
دوشنبه	زنگ ۱	۸:۴۵-۹:۴۰	ورزش	قطب نما			پاراسل				
	زنگ ۲	۹:۵۵-۱۰:۵۰	پاراسل	ورزش			قطب نما				
	زنگ ۳	۱۱:۰۵-۱۲	قطب نما	پاراسل			ورزش				
سه‌شنبه	زنگ ۱	۸:۴۵-۹:۴۰	حساب هندسه فارسی	حساب هندسه فارسی	حساب هندسه فارسی	حساب هندسه فارسی	حساب هندسه فارسی	حساب هندسه فارسی			
	زنگ ۲	۱۰:۱۰-۱۱:۰۵	فارسی حساب هندسه	فارسی حساب هندسه	فارسی حساب هندسه	فارسی حساب هندسه	فارسی حساب هندسه	فارسی حساب هندسه			
	زنگ ۳	۱۱:۳۵-۱۲:۴۰	هندسه فارسی حساب	هندسه فارسی حساب	هندسه فارسی حساب	هندسه فارسی حساب	هندسه فارسی حساب	هندسه فارسی حساب			
چهارشنبه	زنگ ۱	۸:۴۵-۹:۴۰	ورزش	قطب نما			پاراسل				
	زنگ ۲	۹:۵۵-۱۰:۵۰	پاراسل	ورزش			قطب نما				
	زنگ ۳	۱۱:۰۵-۱۲	قطب نما	پاراسل			ورزش				
		زنگ ۴	۱۳-۱۴	زبان تفریحی							





▲ برنامه‌های پایگاه تابستانی در کنار لذت سرگرمی و تفریح به مباحث جدی علمی و درسی نیز می‌پردازد

برنامه‌های پایگاه تابستانی در کنار لذت سرگرمی و تفریح به مباحث جدی علمی و درسی نیز می‌پردازد چرا که به اعتقاد ما شروع سال تحصیلی از ابتدای مردادماه است و دانش‌آموزان می‌بایست با مرور آموخته‌های قبلی و نگاهی به دروس پیش‌رو با شبی ملایم و بدون استرس و اضطراب از شروع پایه‌ای جدید وارد سال تحصیلی شوند، به همین منظور در سلسله برنامه‌های سایه‌پون که در روزهای یکشنبه و سه‌شنبه با برنامه‌ریزی دروس اصلی و پایه مشتمل بر فیزیک، زیست، حساب، هندسه و فارسی بوده است به این مهم پرداخته شده تا از این طریق بنیه علمی دانش‌آموزان برای سال جدید تحصیلی تقویت گردد.

- در مجموعه برنامه‌های **قطب‌نما**، به معرفی اهداف، برنامه‌ها، آئین‌نامه‌ها، شیوه‌ها و روش‌های انضباطی و تربیتی دانش‌آموزان پرداخته شده و با برخورداری از تیم قوی، مجرب و کارآزموده مشاورین، کلیه مباحث لازم و بایسته برای یکسال تحصیلی و حتی دوره هزار روزه مقطع متوسطه اول به دانش‌آموزان گوشزد تا ضمن برخورداری از این سلسله مباحث مشاوره‌ای، میزان تاب‌آوری و تطابق خود را با محیط آموزشی در طول سال تحصیلی فراهم آورند.
- در برنامه‌های **پاراسل** که از مهیج‌ترین و بانشاط‌ترین برنامه‌های پایگاه تابستانی است، ضمن طراحی و برنامه‌ریزی کارسوق‌های مهارت‌محور در





▲ پاراسل با طراحی جامع و برنامه ریزی کارسوق های مهارت محور در درس های مختلف و نیز در کنار جمعی از اساتید و مشاورین حاذق ، به صورت علمی و کارگاهی به حوزه های مختلف علم و علوم پرداخته است



خوزه‌های مختلف، در کنار تیمی مجرب از اساتید دروس مختلف، ضمن آشنایی با علوم گوناگون، آن‌ها را به صورت عملی فرا گرفته و به صورت کارگاهی به حوزه‌های مختلف علم و علوم پرداخته شده و در کنار جمعی از اساتید و مشاورین جاذق در این حوزه و با طرح‌ریزی جامع به اجرای برنامه‌های فاخر علمی پرداخته شد.

نوع عملکرد و برنامه‌های پاراسل





• همچنین در **زنگ‌های ورزش** نیز با تهیه اقسام مختلف ورزشی از قبیل ایرهاکی، فوتبال دستی‌های ایستاده و نشسته، دارت‌های متحرک، پینگ‌پنگ، فوتبال در فضای چمن، والیبال و بسکتبال در کنار بازی‌های فکری و هوش و هیجان از جاذبه‌های اصلی و اساسی پایگاه تابستانی ۱۴۰۱ بوده که همگی در کنار لذت حضور دانش‌آموزان در کنار هم، با استراتژی فراگیری فعال و عمیق و با توجه به مأموریت‌های از پیش تعیین شده به جهت رسیدن به اهداف و رسالت‌های مقطع متوسطه اول، توانست تابستانی جذاب را برای همه دانش‌آموزان عزیز فراهم آورد.

لذا آنچه توانسته‌ایم به مدد همت بلند همکاران ارجمند ما در سایه برنامه‌ریزی‌های دقیق و متسجم این پایگاه و اعتماد شما عزیزان و همراهان همیشگی خانواده مصباح بوده است که امید است موجبات رضایت و تعلق خاطر شما بزرگواران را در برنامه‌های آتی این مجموعه جلب نموده باشد.



رسش

ویژه‌ی نوجوان



▲ خدا می‌داند چطور سختی‌ها و شیرینی‌ها را بچیند تا الماس شوی!

مرغ آمین خودت باش



▲ مسیر تاریک الماس

«جدول مندلیف» دارای چند ستون ساده است که تقسیم شده‌اند به چند خانه و در هر کدام عنصری مستأجر است که سازنده من و شما و زمین و آسمان است.

سند یکی از این خانه‌ها را به اسم نوک مداد توی جامدادی‌تان زده‌اند!

نوک مداد، یک شکل از کربن است و چون تحمل تب

و تاب فشار را نداشته، در میان استوانه‌ای چوبی اسیر شده است. کارش این است که چند خطی توی دفتر بنویسد، بعد هم با آفتاب و مهتاب از حافظه‌اش پاک شود. خود مداد پس از مدتی کوچک می‌شود و دیگر در دست جای نمی‌گیرد. ایده‌آش می‌شود این که در تفکیک زیباها بفرستیمش برای خرد شدن، یا ساخت زغال آتش.

اما وقتی همین کربن زیر فشار صبوری کرد، «الماس» شد و داخل موزه‌ها و گنجینه‌ها نشست. کسی نمی‌تواند رویش قیمت بگذارد، همیشه هم روی دست می‌نشیند نه زیر آن!

«الماس» از همان قطعه ابتدایی کم نمی‌آورد.

بیا و الماس باش!

از همین حالا، با توکل به خدا، برای بالا و پایین‌ها و سرازیری و سربالایی‌ها، تاب و تحمل داشته باش، رفته رفته محکم می‌شوی. توی سربالایی بیفتی یاد می‌گیری چطور کنترل سرعت داشته باشی، توی سربالایی کم نیاوردن نفس، توی سطح هموار، یکنواخت رفتن، و در جاده ناهموار، مهارت راه رفتن را می‌آموزی.

تو بهترین خودت باش!

خدا می‌داند چطور سختی‌ها و شیرینی‌ها را بچیند تا الماس شوی!

اعتماد کن!

توکل کن!



نشانه های «اختلال استرس پس از سانحه»
(PTSD) (Post-Traumatic Stress Disorder)

را بشناسید و جدی بگیرید.

بهتر است از همین اول با هم روراست باشیم، شما جوانانی که در زندگی دچار یک حادثه و یا از دست دادن یکی از نزدیکانتان شده‌اید، بیش‌تر از بزرگترها ممکن است روانتان آسیب ببیند. ممکن است حتی به نوعی بیماری، یعنی «اختلال استرس پس از سانحه» مبتلا شوید.

وقتی که ما با حادثه‌ای شدیداً آسیب‌زا مواجه می‌شویم و پس از آن حادثه، زندگی‌مان به گونه‌ای تحت تأثیر قرار می‌گیرد که دیگر آدم قبلی نیستیم و نمی‌توانیم تکالیف تحصیلی و اجتماعی، مثل بگو بخند با دوستان را درست انجام دهیم، احتمالاً به این بیماری مبتلا شده‌ایم.

اگر بعد از خواندن این مطلب متوجه شدید نشانه‌های این مشکل را دارید هر چه زودتر به متخصص اعصاب و روان یا روان‌شناس بالینی مراجعه کنید.

**مراحل مختلف دوران سوگواری پس از حوادث ناگوار:
خودتان دست به کار شوید**

اگر دچار حادثه‌ای مثل کرونا شدید، باید به خودتان و هم‌کلاسی‌هایتان، به منظور مدیریت و هضم چنین هیجانی کمک کنید هر یک از این مسائل به تنهایی یا در پیوند با یکدیگر ممکن است موجب بروز مشکلاتی شوند که در طولانی‌مدت بر کیفیت زندگی بزرگسالی ما بسیار تأثیرگذار است.

رنشش | درد مشترک (تعلقه های استرس پس از سانحه)

دردِ مشترک

▲ نوجوانان به سادگی نمی‌توانند از حوادث

آسیب‌زای زندگی ره‌ها شوند و احتمالاً بیش‌تر

از بزرگسالان گرفتار مشکلات مزمن و حل نشده

خواهند شد

دوران سوگواری در نوجوانانی که نزدیکان را از دست داده‌اند از دوران‌های حساس زندگی است. اول از همه باید با درک نشانه‌های بیماری که کمی پیش‌تر توضیح دادیم و بعد به کمک متخصصی، از میزان ضربه روحی وارد شده به خودتان و هم‌کلاسی‌هایتان کم کنید.

▲ متأسفانه مشکل جوانان بسیاری که واقعاً مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه هستند، تشخیص داده نمی‌شود

متأسفانه مشکل جوانان بسیاری که واقعاً مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه هستند، تشخیص داده نمی‌شود؛ چون شاید گذشتگان ما بر این باور بودند که افراد در سنین نوجوانی انعطاف‌پذیر هستند و راحت‌تر از بزرگسالان حوادث را به فراموشی می‌سپارند و بعد از حوادث دچار مشکلات طولانی مدت نمی‌شوند. اما مطالعات نشان داده است که برخلاف آنچه قبلاً تصور می‌کردند، نوجوانان نیز به سادگی نمی‌توانند از حوادث آسیب‌زای زندگی رها شوند و احتمالاً بیش‌تر از بزرگسالان گرفتار مشکلات مزمن و حل نشده خواهند شد.

متأسفانه همه مشکلاتی که توضیح دادیم بر روند رشد عاطفی شما اثر می‌گذارد و باعث تخریب مهارت‌های اساسی برای کنار آمدن با اتفاق‌ها و خودتنظیمی هیجانی می‌شود.

البته فکر نکنید با داشتن یک یا چند مورد از علائم حتماً دچار اختلال استرس پس از سانحه شده‌اید. باید روان‌شناس تشخیص نهایی را بدهند.

کمک بگیرید

شما نوجوانان در صورت حمایت و درمان درست والدین، معلمان و مشاوران، روان‌شناسان یا سایر افراد معتمد می‌توانید به خوبی بر مشکلاتتان غلبه کنید. بنابراین حتماً از بزرگسالان بالاض مشاوران خود کمک بگیرید. کمک آن‌ها می‌تواند باعث شود که مراحل غم و اندوه را زودتر بگذرانید.



کنکور آداب معاشرت!

▲ آداب معاشرت یکی از ضروریات زندگی اجتماعی بوده است

زندگی امروزی بسیاری از ما به سمتی پیش می‌رود که ارتباط آدمها از حالت رودررو و حضوری، به حالت مجازی و غیرحضوری تبدیل شده است. به این ترتیب، هر کس افراد زیادی را می‌شناسد، اما نه به صورت واقعی و عینی؛ بلکه ناپیوسته و دورادور! یک لحظه به دوستان خودت فکر کن.

چند نفر از آنان دوستان واقعی و چند نفر مجازی هستند؟ یکی از تبعات کاهش ارتباطها و غرق شدن در دنیای مجازی، فراموش شدن آداب معاشرت است؛ یعنی نکاتی که باید در فضای واقعی زندگی و در مواجهه رودررو با انسان‌های دیگر، رعایت کنیم. آداب معاشرت، نقش عمده‌ای در ارتباطهای انسانی دارد و شخصیت آینده ما در اجتماع در گرو آموزش‌های امروز است تا بتوانیم به عنوان فردی مبادی آداب و متخلق به آداب اجتماعی و شیوئات فرهنگی در جامعه پیرامونی خود به معاشرت و مجالست با افراد مختلف بپردازیم.

بدان و آگاه باش!

در این چند، ۸ نکته از آداب معاشرت انتخاب شده است. احتمالاً مواردی را می‌دانی و شاید مواردی هم چنه یادآوری داشته باشی. مهم این است که به چه نکاتی عمل می‌کنی؛ یعنی خودت را متعهد می‌دانی که هر جا و در هر موقعیتی به این آداب معاشرت پایبند باشی.

هر نکته را بخوان و بعد بین چقدر آن را رعایت می‌کنی، برای هر **نکته، ۴ گزینه وجود دارد:**



۸ نکته‌ای که برای یادآوری و سنجش آداب معاشرت باید بدانی.

از قدیم تا حالا، آداب معاشرت یکی از ضروریات زندگی اجتماعی بوده است و به تقویت و استحکام ارتباطهای موثر انسانی، بسیار کمک می‌کند.

▲ یکی از تبعات کاهش ارتباطها و غرق شدن در دنیای مجازی، فراموش شدن آداب معاشرت است

شده است

معاشرت است

الف. همیشه رعایت می‌کنم / ۳ امتیاز

ب. بیشتر وقت‌ها رعایت می‌کنم / ۲ امتیاز

ج. گاهی رعایت می‌کنم / ۱ امتیاز

د. رعایت نمی‌کنم / صفر امتیاز

در هر نکته، یک گزینه را علامت بزن. در پایان، جمع امتیازها را محاسبه کن.

۱. وقتی چیزی را از پدر یا مادرت می‌خواهی، دستور نده!

وقتی از پدر یا مادر می‌خواهی که برایت آب، غذا یا چیز دیگر بیاورند، هیچ وقت دستور نده. مؤدبانه خواهش کن و بگو: «لطفاً!»

۰ ۱ ۲ ۳

۲. سر وقت خانه بیا تا اسباب نگرانی مادر و پدر را فراهم نیاوری.

از ادب و احترام به دور است که به مادر و پدر، امر و نهی کنی یا به آن‌ها دستور بدهی. به هیچ وجه جایز نیست که با مادر یا پدر تندتندی

الان چیزهایی درباره سالار بودن فرزندان در خانواده می‌گویند، ولی تو زیاد جدی نگیر!

۰ ۱ ۲ ۳

۸. در پیاده‌رو و هر مسیر دیگری، همیشه از سمت راست خودت حرکت کن.

۰ ۱ ۲ ۳

شاید کمی عجیب به نظر برسد، اما همان‌طور که حرکت خودروها در خیابان تابع نظم و قانون است، حرکت مردم در پیاده‌روها و مکان‌های رفت‌وآمد دیگر هم باید قواعدی داشته باشد. درست نیست که در محل تردد عمومی، هر کس، هر طور که دلش خواست حرکت کند. بنابراین، در پیاده‌رو، روی پل غالب، در یک نمایشگاه یا موزه و هر جایی که تعدادی از مردم در حال راه رفتن هستند، باید تا حد امکان از سمت راست خودت حرکت کنی و مسیر مقابل را برای حرکت کسانی که از روبه‌رو می‌آیند، باز بگذاری.

عده‌ای آن‌قدر در دنیای مجازی غرق می‌شوند که دنیای واقعی را گم می‌کنند.

مفهوم «ارتباط» در دنیای مجازی با دنیای واقعی تفاوت دارد، در دنیای واقعی، ارتباطها چهره به چهره و چشم در چشم است و افراد از زبان بدن، لیختند و اشاره‌های دیگر استفاده می‌کنند. ارتباطهای دنیای مجازی مصنوعی و خشک‌اند. دنیای مجازی نباید باعث شود از دنیای واقعی دور شوی.

وقتی با مردم روبه‌رو هستی، درک کن که ارتباطات باید از جنس دنیای واقعی باشد.

۶. به وقت‌شناسی عادت کن تا همه روی

نظم و ادب تو حساب باز کنند.

۰ ۱ ۲ ۳

نظم هم می‌تواند بخشی از ادب به حساب بیاید؛ به‌خصوص وقتی پای وقت‌شناسی در میان است. همه آن‌هایی که تصور می‌کنند ۳۰ - ۲۰ دقیقه یا حتی بیش‌تر، دیر رسیدن اشکالی ندارد و به جایی برنمی‌خورند، آداب معاشرت را رعایت نمی‌کنند و در واقع رفتار غیرمؤدبانانه‌ای از خود نشان می‌دهند، حتی دوسه دقیقه تأخیر دور از ادب است، چه برسد به ۱۰ دقیقه یا بیش‌تر.

هیچ وقت هم توجه نکن که همه همین‌طوری هستند و تو هم مثل بقیه رفتار می‌کنی. یادت باشد:

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید
تو یکی نه‌ای هزاری، تو چراغ خود برافروز
که یکی چراغ روشن ز هزار سرده بهتر
که به است یک ق خوش، ز هزار قامت کوز
مولانا

۷. مراقب باش خیلی هم جوگیر نشوی!

۰ ۱ ۲ ۳

گاهی شرایط جویری پیش می‌رود که پیش دوستان یا آشنایان جوگیر می‌شوی و کاری می‌کنی یا حرفی می‌زنی که برای خودت یا دیگران دردسر درست می‌کند!

میزان و شدت جوگیر شدن افراد با هم متفاوت است. خوب است گاهی در مورد خودت اندازه‌گیری کنی که در چه شرایطی جوگیر می‌شوی و وقتی جوگیر شدی، تا کجا پیش می‌روی!

یک شوخی، یک ادعا، یک کار خطرناک، یک چشم و هم‌چشمی، یک لجاجت و یک رو گم‌کنی یا انتقام، می‌تواند کار را به جاهای باریکی بکشاند!

ممکن است مادر و پدر در مورد رفت و آمد تو حساسیت داشته باشند یا دل‌نگران شوند. خوب نیست که در برابر این موضوع بی‌تفاوت و بی‌خیال باشی و اهمیتی به خواسته آن‌ها ندهی.

به پدر و مادر بگو که کجا می‌روی و هم‌چنین مشخص کن که کی برمی‌گردی و طبق همان قول و قرار هم عمل کن. سر وقت به خانه برگرد تا هم خودت نظم و وقت‌شناسی را رعایت کنی، هم خیال مادر و پدرت راحت باشد و مهم‌تر آن‌که دلخوری و کدورت پیش نیاید.

۳. سلام و احوال‌پرسی، اولین نشانه

ادب است.

۰ ۱ ۲ ۳

سلام و احوال‌پرسی، اولین شرط ادب و تقاضای شروع ارتباط است.

یاد بگیر که سلام بدهی؛

البته سلام درست و حسابی و سلامی که قابل شنیدن باشد!

وقتی هم کسی به تو سلام می‌دهد، جوابی بده که طرف مقابل از کارش پشیمان نشود!

سلام و احوال‌پرسی را می‌توان کلیشه‌ای و الکی هم انجام داد، اما کمی صمیمیت و مهربانی اثر بهتری خواهد داشت.

۴. در جمع‌های خانوادگی و فامیلی خودت

را کنار نکش.

۰ ۱ ۲ ۳

شاید بین جمعی باشی که خیلی باب میل تو نیست، اگر در منزل خودتان هستی، از اتاق بیرون نمی‌آیی و اگر جایی میهمانی، به گوشه‌ای می‌خیزی و از بقیه فاصله می‌گیری، شاید از نظر خودت این جویری راحت‌تر باشد، اما از نظر اجتماعی اصلاً کار درستی نیست. شاید برای عادی به نظر برسد که همیشه توی لاک خودت باشی، اما از نظر زندگی اجتماعی و آداب معاشرت؛ خوب نیست تو را کسی بشناسد که کاری به دیگران و دنیای اطراف ندارد و همیشه مثل لاک‌پشت، سرش توی لاک خودش است.

بین دیگران و با دیگران باش!

۵. در دنیای واقعی مثل دنیای مجازی

رفتار نکن.

۰ ۱ ۲ ۳

▲ اگر مجموع امتیازهایت ۲۵ بود، یعنی حداقل در این ۸ نکته وضعیت خوبی داری و آداب معاشرت را رعایت می‌کنی.

▲ اگر مجموع امتیازهایت بین ۲۰ تا ۲۵ بود، یعنی وضعیتات به نسبت خوب است، اما به دقت و توجه بیش‌تری در رعایت آداب معاشرت نیاز داری.

▲ اگر مجموع امتیازهایت بین ۱۵ تا ۲۰ بود، یعنی وضعیتات، در عمل به آداب معاشرت چندان خوب نیست و باید هم نقاط ضعف خودت را بشناسی و هم برای رعایت آداب معاشرت، بیش‌تر تمرین کنی.

▲ اگر مجموع امتیازهایت زیر ۱۵ بود، اصلاً حرفی نزن و برو فکر چاره‌ای بکن تا با ادب آشتی کنی! چرا که؛ ادب مرد، به از دولت اوست!

از خدا خواهیم توفیق ادب

بی ادب محروم ماند از لطف رب

کسب معدل ۲۰ در امتحانات نهایی و کشوری خرداد ماه ۱۴۰۱

افتخاری دیگر



محمد پارسا منصور وار



سید محمد هاشمی علیا



متین منوری شاه حسینی



کسری آریا یگانه



محمد امین اسماعیلی



کسری اتحاد



آران وحدت



سید ایمان وزیری

معرفی چهل و چهار رتبه ی برتر
(معدل ۲۰) در آزمون های نهایی



سید محمد پارسا ضیایی



هومان سلطانیه



علی غلامشاهی



هونام غیاثی



علیرضا محمد رضایی



پارسا بروجردی



مهدی امیر سرداری



احسان بهالالدین پور



ایلیا شادکمالی

معرفی چهل و چهار رتبه ی برتر
(معدل ۲۰) در آزمون های نهایی



پارسیا ستاری



امیر سام صمیمی



سید سعید علایی طالقانی



محمد مهدی علی مددی



یاسین زحمت کش



مهرداد زارعی



محمد رضا حسن پور میر



آرمین ترابی



کوروش خانلری

معرفی چهل و چهار رتبه ی برتر
(معدل ۲۰) در آزمون های نهایی



باربد ربیعی



سپهر رشیدی



محمد علی جمشیدی



محمد علی کوهی اصفهانی



محمد پارسا محمد بخش



آرین مهر ابتکار نیا



پارسا پور میرزایی



سید امیر شایان محمدی



محمد سهیل میرزایی

معرفی چهل و چهار رتبه ی برتر
(معدل ۲۰) در آزمون های نهایی



سامیار پیر بابایی



علی فرهودیان



سید امین ابن تراب



ایلیا جمارانی



آمین دمیرچی



پارسا ربیعی



آیین اکبر زاده



پارسا احمدی



کوروش یاری

ریشه های ماندگار

فرهنگ و ادب

فرهنگ

ریشه های متفکر | ارتباط فرهنگ ایران و تمدن جهان

فرهنگ ایران و تمدن جهان

▲ بسیاری از دانشمندانی که در قرون وسطی فرهنگ کلاسیک غربی را به اروپائیان بازگرداندند، ایرانی بودند

دوران معاصر، شکل داده است. هدف اولیه این مقاله و نوشتار نشان دادن دامنه گسترده و خارق العاده تأثیری است که ایرانیان با گستراندن قواعد فرهنگی شان بر تاریخ جهان داشته اند؛ آن چه که توسط مردمان مختلف پذیرفته شد؛ از مدیترانه گرفته تا اقیانوس هند، و در طول جاده ابریشم تا چین، از پیش از تاریخ تا عصر حاضر.

ایرانیان امروزه از تصویر منفی ای که از فرهنگ شان در رسانه های غربی ساخته می شود، رنج می برند. با این حال افتخار ایرانیان به تاریخ شان استوار و خدشناپذیر مانده است. اما آن چه که دقیقاً آینده «هویت فرهنگی ایرانی» را تعریف می کند، آشخور این حس غرور است. مسلماً زبان پارسی جزء محوری این هویت است. دیگری «سرزمین ایران» (ایران زمین) است که بسیار فراتر از مرزهای کنونی کشور می رود. جزء اساسی دیگر حافظه فرهنگی مشترک است که بیش از هر جایی در شاهنامه فردوسی تجسم می یابد؛ - کتابی حماسی که از اسطوره های خلق جهان می آغازد و به فتح ایران توسط اعراب ختم می شود - واقعه ای که از برخی جهات از آن به «پایان تمدن» یاد می شود، گرچه آن نقطه عطفی مهم در شکل گیری هویت اسلامی بسیاری از ایرانیان بود و غربیان تمایل دارند بیشتر با این هویت به ایرانیان اشاره کنند. هر که بخواهد روان ایرانی را بهتر درک کند، باید موشکافانه به این تعارض توجه کند.

به نظر برای بسیاری از مناظرات بر سر هویت فرهنگی، زبان، سرزمین و حافظه مشترک مکفی باشند، اما این چارچوب های ساده بر واقعیت پیچیده خفته در پس پرده، سرپوش می گذارند. در واقع هویت های فرهنگی

ادبیات پارسی عمیقاً در ترکیه، آسیای مرکزی و هند مورد توجه بوده است؛ هم چنین معماری، امور دیوانی، موسیقی، آشپزی و مذهب ایرانی از سایر حوزه های نفوذ نیرومند ایرانی بوده است. مسلمانان اسپا، که ۳/۴ از جمعیت مسلمانان جهان را تشکیل می دهند، اسلامی را که از صافی بستر ایرانی عبور کرده است، دریافت کرده اند و واقعیتهای که کمتر کسی در موردش می داند این که مسیحیت در آسیا و حتی مذهب بودایی در چین و تبت نیز وضعیتی مشابه داشته اند. بنابراین هنگام ارزیابی نقش ایران در تاریخ جهان، باید توجه داشت که تمدن ایرانی بسیار گسترده تر از مرزهای کنونی جمهوری اسلامی است - حتی گسترده تر از مرزهای امپراتوری های سابق ایرانی (هخامنشی، اشکانی، ساسانی و صفوی) - که سرزمین هایشان بسیار وسیع تر بود. امروزه نه از یکی که باید از سه دولت ایرانی سخن گفت.

جدای از جمهوری اسلامی ایران، زبان رسمی تاجیکستان و افغانستان پارسی است و به لحاظ فرهنگی ایرانی هستند ازبکستان جمعیت پارسی زبان بزرگی دارد که البته عمدتاً به رسمیت شناخته نمی شوند؛ ایشان بیشتر در سمرقند و بخارا سکنی دارند.

گردها که در شش کشور خاورمیانه پخش شده اند و چهارمین گروه بزرگ قومی را در آن تشکیل می دهند، بخشی از گروه بزرگ تر ایرانی هستند. همچون بلوچ های ایران و پاکستان، پشتون های افغانستان و اوستایی ها و تات های قفقاز.

بسی دورتر از این مناطق، شیوه ها و ایده های ایرانی فرهنگ مردمانی را از بالکان تا هند و چین حتی تا

ایران طی سه هزار سال گذشته پیونددهنده تاریخ جهان بوده است. با قرار گرفتن بر مسیر ارتباطی شرق و غرب، ایران مداوماً با تمدن های دیگر برخورد داشته و بر آنها تأثیر گذاشته است. در واقع رد پای فرهنگ ایران را می توان در سراسر جهان یافت. از باور به پارادایس گرفته تا فرش ایرانی، که نمادی تقریباً جهان شمول از هنر و زیبایی است. ایران - که غربیان تا ۱۹۳۵ آن را پرشیا می خواندند - نقشی محوری در سرنوشت شکل گیری ادراک غرب از خود داشته است، و آن «دیگری» بوده اند که یونانیان باستان با آن خود را تعریف کرده اند.

طنز ماجرا این که بسیاری از دانشمندان بزرگی که در قرون وسطی فرهنگ کلاسیک «غربی» را به اروپائیان بازگرداندند، ایرانی بودند - هرچند که آن ها اغلب به اشتباه عرب شمرده می شوند، زیرا معمولاً به عربی می نوشتند که زبان علمی آن روزگار بود - دین پيشا اسلامی ایرانیان زرتشتی بود که بسیاری از باورهایش در ادیان بعدی جریان یافت. امروزه ایران بیشتر به علت ستریزه جویی اش با هژمونی (برتری جویی) غرب شناخته می شود؛ در نتیجه، این کشور همچنان در نقش همان «دیگری» ظاهر می شود که غرب در تضاد با آن خود را تعریف و ارزش هایش را ترویج می کند. به هر حال آن چه که غربیان عمدتاً موفق به درکش نمی شوند این است که در قاره آسیا - جایی که بیشتر جمعیت جهان را در خود جای داده است - ایران اغلب به دیدهای مثبت تر نگریسته می شود. در واقع ایران از دید بسیاری از آسیائیان سرچشمه تمدن بوده است، همان طور که از دید غربیان یونان و روم باستان چنین بوده اند. خاصه

سایه‌های ایران در فرهنگ جهانی

تقریباً همواره بسیار پیچیده هستند و دسته‌بندی ساده و سرراستشان موجب تمام سوءاستفاده‌هایی که از آن‌ها شده، بوده است. نگاهی به «پاکسازی‌های قومی» که مشخصه قرن بیستم بوده است، نتیجه دهشت‌بار چنین ساده‌نگاری‌هایی را هویدا می‌کند. در مورد مشخص، ایران هر یک از این سه «شاخص معرف» با چالشی همراه است. زبان پارسی، که برای بیش از هزار سال نماد فرهنگ در بخش اعظمی از آسیا بوده، در عمل تنها زبان مادری حدود نیمی از جمعیت ایران امروزی است؛ در عین حال میلیون‌ها گویش در پارسی در کشورهای نظیر افغانستان، تاجیکستان و ازبکستان می‌زی‌اند. هر سه امپراطوری کامکار ایران باستان، آرامی - از زبان‌های سامی - را زبان دستگاه دیوانی ساخته بودند؛ از دیگر سو، پارسی؛ زبان دستگاه دیوانی بخش سترگی از هندوستان برای بیش از هشت قرن بوده است و استاد به‌جا مانده از ایشان احتمالاً از گونه ایرانی نیز فزون باشد.

«ایران زمین» در طول تاریخ سیال بوده و گاه فراتر از مرزها می‌رفته و گاه مرزها بسیار از آن فراتر می‌رفته است. ساسانیان (۲۲۴ - ۶۵۱ م) درکی مشخص از «سرزمین آریائیان» (ایرانشهر) داشتند که بر اساس آن دیوارهایی استوار (که امروزه نیز مشهود است) برای نشان کردن چهار گوشه امپراطوری‌شان کشیده

بودند. امروزه و حتی آن زمان، بسیاری از ایرانیان خارج از قلمرو ایرانشهر در آنتولی، فرا رودان و چین سکنی گزیده‌اند و شاهنامه، به مثابه انباشت‌گاه حافظه فرهنگی، مصرع به مصرع در ترکیه، آسیای مرکزی و هند محبوب عام بوده چنان که در ایران چنین است. وطنز دیگر این که، دین گفتاورد پهلوانان ایرانی پیشا اسلامی، توسط شاعری مسلمان (ابوالقاسم فردوسی) به رشته نظم درآمده، برای مسلمانان سروده شده و نهایتاً به سلطانی ترک (محمود غزنوی) تقدیم شده است.

از فرهنگ گذشته به زبان بپردازیم. پارسی شاخه‌ای از زبان‌های ایرانی است که خود زیرشاخه‌ای از زبان‌های هند و اروپایی قلمداد می‌شود که نیای مشترک انگلیسی، فرانسوی، آلمانی، روسی، یونانی، ایرلندی، ارمنی، هندی و زبان‌های بسیار دیگر بوده است (این نیا رابط‌های ریشه‌ای با عربی یا ترکی نداشته است) اما صرف زبان گویش‌وران چندان از نیای خوبی و بستگی‌های گروهی هویدا نمی‌کند؛ تمام زبان‌هایی که در طول تاریخ انتشار گسترش یافته‌اند (لاتین، عربی، اسپانیولی، روسی، چینی) به این جهت کامیاب بوده‌اند که مردمائی که در اصل به زبانی دیگر تکلم می‌کرده‌اند، سخن گفتن به آن‌ها را برگزیده‌اند.

ایرانی زبانشان کمی بیش از سه هزار سال پیش به

سرزمین‌هایی که اکنون در آن ساکنند، ورود یافتند. شمار تازه‌واردان گاه کمتر و گاه بیش از باشندگان ساکن در مناطق بوده که زبان و فرهنگ گوناگون داشته‌اند. برخی از آنان - برای نمونه عیلامیان و بابلیان و شاید «جبرفتیان» - میراثدار تمدن گران و باستانی خود بوده‌اند. این مردمان به همسایگی صرف بسنده نکرده و در همان چین که در بسیاری جهات زبان ایرانیان را می‌پذیرفتند، میراث فرهنگی‌شان به اجزایی از آن چه که به تمدن «ایرانی» می‌شناسیم، می‌پیوست. در واقع، هم‌چون بیشتر تمدن‌های بزرگ، «ایرانی» باید به مثابه فرهنگی مرکب فهم شود که برساخته اجزایی گوناگون است. از دیرباز تاکنون، جامعه ایرانی چندقومی و چندزبانی بوده است. حتی مهم‌تر این که، تمدن مرکزی که ما «ایرانی» می‌نامیم، همواره در تعاملی پویا با همسایگانش - میان رودان، یونان، هندوستان و چین - بوده است و تأثیر و تأثرها بی‌شک دوجانبه بوده‌اند؛ از این رو، کاوش برای یافتن «اجزای ذاتی» که معرف باشند، به دشواری تلاش برای یافتن ذرات بنیادی در فیزیک کوانتوم است. درسی که می‌توان از علم گرفت این که، شاید مناسب‌تر این باشد که تمدن ایرانی به مثابه الگوی تاریخی پایداری از برساخته‌ها که در جریان مداوم بوده‌اند، لحاظ شود.

سایه بان آرامش

خانواده

سایه بان آرامش | مقاله‌ای مرتبط با بحران‌های زندگی و راهکارهای آن

بحران‌های زندگی و مسئله تاب آوری

▲ مهارت‌های زندگی در قالب آموزش‌های مدرسه‌ای و برون مدرسه‌ای سبب تقویت مهارت‌های اجتماعی، قابلیت اخلاقی، احترام به خود و دیگران می‌شود

- آموزش مهارت‌های زندگی، پرورش همه جانبه افراد به منظور توانمندسازی آنان برای پاسخ‌دهی به چالش‌های روز افزون زندگی فردی و اجتماعی به شمار می‌آید. در این راستا، آموزش مهارت‌های زندگی، دانش‌آموزان، مربیان، والدین و همه شهروندان را بر آن می‌دارد تا ارزش‌های معنوی خود را پیروانند و به بهداشت جسمانی و توانمندی‌های روان‌شناختی دست یابند. مهارت‌های زندگی در قالب آموزش‌های مدرسه‌ای و برون مدرسه‌ای، سبب تقویت مهارت‌های اجتماعی، قابلیت اخلاقی، احترام به خود و دیگران می‌شود. افزون بر این در چارچوب آموزش مهارت‌های زندگی، تلاش می‌شود علائق، ابتکارات، خلاقیت طبیعی و سازگاری افراد به منظور حل مشکلات روزانه و اتخاذ تصمیم‌های مؤثر برای آینده پرورش یابد. دانش‌آموزان و پدر و مادرها را می‌توان اولین مخاطبان آموزش مهارت‌های زندگی دانست.
- آماده‌سازی کودکان و نوجوانان برای شرایط متغیر اجتماعی؛
- آماده‌سازی شهروندان مطلوب؛
- هم‌پسازای مسیر اثربخش برای نهادینه‌سازی دموکراسی؛
- بسترسازی برای زندگی کیفی؛
- زمینه‌سازی برای فراگیرسازی صلح و ارتقای سطح آن.
- ارتقای سطح سلامت کودکان، نوجوانان و بزرگسالان در سطح جامعه؛
- اجتماعی کردن؛
- پیشگیری اولیه از بیماری‌های فراگیر در بین کودکان، نوجوانان و بزرگسالان؛
- آماده‌سازی کودکان و نوجوانان برای شرایط متغیر اجتماعی؛
- هم‌پسازای مسیر اثربخش برای نهادینه‌سازی دموکراسی؛
- بسترسازی برای زندگی کیفی؛
- زمینه‌سازی برای فراگیرسازی صلح و ارتقای سطح آن.

آموزش مهارت‌های زندگی سال‌هاست در کشورهای جهان جزو برنامه‌های اصلی آموزش والدین بوده است. با این همه، هنوز در ایران به رغم اتبوهی از مشکلات، که به دلایلی از عدم تبحر درباره نحوه زندگی ناشی می‌شود، تصمیمی جدی و نظام‌دار برای آموزش مهارت‌های زندگی آغاز نشده است و جایی هم که این آموزش‌ها شروع شده، با فراز و نشیب‌های زیادی روبه‌رو بوده است. لذا مجموعه همکاران ما در نشریه پی‌رتگ بر آن شدند، آموزش والدین و دانش‌آموزان تحت پوشش این مرکز و این مقطع و همچنین پدران و مادران سایر مدارس کشور را در چارچوب پروژه آموزش مهارت‌های زندگی برای پدراها و مادرها، با مقاله‌ای تحت عنوان «رویارویی با بحران‌های زندگی و راه‌های برون‌رفت از آن» به قلم تحریر درآورد تا از این طریق ضمن آشنایی با موارد مطروحه در این بحث، به بیان راهکارهای عملی در این خصوص بپردازد.



زندگی حس غریبی دارد؛ انسان‌ها، ماجراها و سرنوشت‌های گوناگون، همه قطعاتی شگفت‌انگیز از زندگی هستند. انگار خداوند بهترین رمان‌نویس هستی است که هر نوع قصه و روایتی را در چنته دارد. قصه زندگی هر یک از ما، داستان بلندی است که شباهت‌ها و تعریف‌هایی با داستان دیگران دارد. شاید زندگی بسیاری از مردم، خیلی عادی طی شود، اما هستند داستان‌هایی که خیلی متفاوت‌اند و گاهی عجیب.

من و تو، یک انسان هستیم با قصه‌ای مخصوص خودمان؛ روایتی که هنوز تمام نشده است و ادامه دارد. در مسیری که آمده‌ایم، ماجراها دیده‌ایم و از تمام ماجراهایی هم که پیش رو داریم، باخبر نیستیم. راستی!

تا به حال اندیشیده‌اید که زندگی‌تان چند نقطه عطف یا موقعیت سرنوشت‌ساز داشته است. این موضوع اگر چه جدی به نظر می‌رسد، اما گاهی هم خنده‌دار است. نقطه عطف زندگی یک کودک ۱۱-۱۰ ساله این است که دوره دبستان را تمام کند.

در ۱۸-۱۷ سالگی، بزرگ‌ترین مسأله زندگی، اتمام دبیرستان و شاید ورود به دانشگاه است. بعد از آن هم موضوعاتی چون بافتن شغل، ازدواج، تولد فرزند و ... اهمیت می‌یابند.

نکته جالب، تغییر مکرر این نقطه عطف‌هاست. گاهی فکر می‌کنیم که اگر فالان دوره را از سر بگذرانیم، خیلی هنر کرده‌ایم. برای مثال یک کنکوری تصور می‌کند با پذیرفته شدن در دانشگاه، اصلی‌ترین مسأله زندگی‌اش حل شده است. خیلی از کنکوری‌ها، نگاهی سرنوشت‌ساز به موضوع دارند و همه چیز زندگی امروز و آینده را به کنکور گره می‌زنند. اما چند سال که می‌گذرد، همه متوجه می‌شوند که چیزهای مهم دیگری هم انتظار آنان را می‌کشد.

شعری منسوب به قائم مقام فراهانی است که می‌گوید:

روزگار است، این که گه عزت دهد، گه خوار دارد
چرخ بازیگر از این بازیچه‌ها بسیار دارد
یک واقعیت مسلم زندگی، بالا و پایین شدن و فراز و نشیب داشتن است، اما بحث ما فقط بر سر این نیست. موضوع مهم‌تر، رویدادها و لحظات بحرانی پیش‌بینی شده و نشده است. هر یک از ما گاهی با شکست‌ها و خواری‌ها از زندگی آزده می‌شویم و گاهی هم با رویدادهای شخصی یا عمومی، به شدت تحت تأثیر قرار می‌گیریم.

می‌شود نشست و دست بر زانو کوبید و گفت: امان از دست روزگار...، اما در دنیای امروز می‌گویند به جای شکوه و شکایت، آمادگی‌هایتان را برای رودررویی با بحران‌های زندگی افزایش دهید.

تعریف بحران‌های زندگی

بحران‌های زندگی برای هر کسی قابل لمس است. از طرف دیگر باید گفت زندگی همیشه با بحران همراه است. کیست که فجایع زیست محیطی را ندیده یا تجربه نکرده باشد؟ زلزله‌های طیس، رودبار و منجیل و بم، سونامی در جنوب شرق آسیا، طوفان‌های توفنده در آمریکا و ...، همگی جزو بحران‌های طبیعی هستند که در حیات انسان‌ها تجربه شده و خواهند شد. گذشته از این، کیست که در زندگی، مرگ عزیز را تجربه نکرده یا دوست جانانه‌ای را تا سر قبر مشایعت نکرده باشد؟

بحران اقتصادی، انقلاب، طلاق، اعتیاد و ... هم از بحران‌های زندگی محسوب می‌شوند. باید دید بحران چیست یا چگونه تعریف می‌شود.

در فرهنگ برخط انگلیسی

(<http://www.Thefreedictionary.com/life-crisis>)

«بحران زندگی عبارت است از:

الف) نقطه بسیار مهم و تعیین‌کننده در زندگی یا نقطه عطفی در زندگی؛
ب) حالتی ناپایدار، نظیر آن چه در امور سیاسی، اجتماعی و اقتصادی پیش می‌آید که معمولاً به اتخاذ

تصمیم تعیین‌کننده‌ای منجر می‌شود؛
پ) تغییری ناگهانی در مسیر یک بیماری یا تب (بدرت) شدن شرایط یا اختلال در مسیر بهبودی؛
ت) رویداد عاطفی استرس‌زا یا تغییر پس از ضربه‌ای خاص در زندگی یک شخص

در بهداشت روانی، بحران لزوماً یک وضعیت یا رویداد آسیب‌زا نیست، بلکه آن چیزی است که واکنش شخص در برابر یک موقعیت را هم مورد تأکید قرار می‌دهد. امکان دارد شخصی عمیقاً توسط یک رویداد تحت تأثیر قرار گیرد، در حالی که شخص دیگری از آن موقعیت یا شرایط متأثر نشود (نقش معنادرمانی یا لوگوتراپی در حوادث و رویدادها).

در فرهنگ واژگان چینی، در برابر واژه بحران، هم خطر و هم فرصت آمده است. از این رو بحران (Crisis) را می‌توان وجود یک مانع (Obstruction)، آسیب (تراوما) (mischief)

با تهدید (threat)، هم‌چنین یک فرصت (opportunity) برای رشد (growth) دانست. با این حال، نوع و شدت بحران می‌تواند قابل ملاحظه باشد. گاهی اوقات، بحران زندگی قابل پیش‌بینی است. برای مثال نوجوانان و جوانان مرحله‌ای از بحران قابل پیش‌بینی در زندگی را تجربه می‌کنند. چنین اتفاقی برای بزرگسالان در دهه چهارم زندگی‌شان هم پیش می‌آید. با این همه، بسیاری از بحران‌های زندگی، ناگهانی و غیرمنتظره هستند. وضعیت غیرمنتظره بحران تا حدودی در تعریف کاپلان نمایان است:

«آن‌گاه که انسان‌ها در مسیر دستیابی به اهداف زندگی خود با مانع روبه‌رو می‌شوند و نمی‌توانند از راه حل معمول بر آن مانع یا مسأله قایق آیند، بحران را تجربه می‌کنند.»

تعریفی که کاپلان از بحران می‌دهد، تا حدود زیادی سرخورده‌گی را تداعی می‌کند که درست هم به نظر می‌رسد، چون یکی از عوامل ایجاد بحران در زندگی،

بحران را «دراک یا تجربه‌ای از یک رویداد یا وضعیت مشکل‌آفرین می‌دانند که برای شخص غیرقابل تحمل بوده و مکانیزم‌های مقابله روانی او، یاری حل آن را ندارند».

بر اساس آنچه بیان گردید، ما مهارت رودرویی با بحران‌های زندگی را چنین تعریف می‌کنیم:

«آمادگی‌های شناختی و عاطفی فرد در پیش‌بینی، مهار کردن و استفاده از توانایی‌های شخصیتی برای مقابله با رویدادهای تنش‌زایی که منجر به تغییرات بزرگ و عمده در زندگی می‌شوند یا آسیب‌هایی جدی را به افراد وارد می‌سازند».

مروزی ساده بر این تعریف نشان می‌دهد که یک بحران در زندگی، از سه زاویه قابل تأمل است:

- فرد؛
- رویداد؛
- آسیب.

این سه موضوع در هر بحرانی، تبعات متفاوتی دارند، چرا که:

- افراد متفاوت‌اند؛
 - نوع و شدت رویدادها متفاوت‌اند؛
 - بر اساس دو مورد یاد شده، تأثیرگذاری و شدت آسیب‌ها هم متفاوت است.
- پس، اولین پیام این مقاله، آن است که گاهی به خود فرصتی بدهیم تا از سه زاویه به موضوع بحران‌های زندگی بنگریم و آمادگی‌های خود را ارزیابی کنیم.

سرخوردگی است. زن و شوهری که پس از چندین بار تلاش، بچه‌دار نمی‌شوند، خواه ناخواه به ورطه بحران می‌افتند. دانش‌آموزی که بارها نتیجه مورد انتظار را از درس‌ها به دست نمی‌آورد، دچار بحران می‌شود. لیلیبریج (Lillibridge) و کلونکن (۱۹۷۸) (Klukken) نیز حالات روان‌شناختی ناشی از ناتوانی در حل مسائل زندگی که منجر به، به هم ریختگی، ناامیدی، غم، سردرگمی و وحشت می‌شود را بحران زندگی تعبیر می‌کنند.

نتیجه‌ای را که می‌توان از تعریف لیلیبریج و کلونکن گرفت، در تعریف جیمز (James) و گیلیلند (۲۰۰۱) (Gilliland) هم قابل توجه است. آن‌ها

بحران‌ها، رویدادهایی هستند که منجر به شرایط متفاوتی شوند و مستلزم سازگاری‌های جدید و مؤثرتری هستند

▲ عناصر رودرویی با بحران‌ها

زندگی درد قشنگی است که جریان دارد. زندگی همین است؛ گاهی عادی و بی‌سروصدا می‌گذرد، گاهی همراه با رویدادهایی کم و بیش متفاوت مثبت یا منفی است و گاهی هم همراه با بحران‌ها. مهارت‌های زندگی، آمادگی‌های افراد را برای درک شرایط افزایش داده و توانایی آن‌ها را برای سازگاری با تغییرات ارتقا می‌دهند. بحران‌ها، رویدادهایی هستند که منجر به شرایط متفاوتی شوند و مستلزم سازگاری‌های جدید و مؤثرتری هستند. برای رودرویی با بحران‌های زندگی می‌توان از عناصری صحبت کرد:

رویدادهای تنش‌زا:

اتفاقاتی که در اندازه‌های متفاوت، سلامت جسم و روان انسان را به مخاطره می‌اندازند:

آمادگی‌های شناختی:

شناخت و ارزیابی فرد در مورد بحران‌ها و آسیب احتمالی آن‌ها؛

آمادگی‌های عاطفی:

شناخت و ارزیابی فرد در مورد ویژگی‌های عاطفی خود و نوع مواجهه با رویدادهای تنش‌زا؛

پیش‌بینی‌پذیری:

توانایی شناخت و درک شرایط و امکان پیش‌بینی بحران‌های زندگی؛

توانایی‌های شخصیتی:

ارتقای دیدگاه‌های شخصیتی در مورد مفاهیم بنیادی زندگی و رسیدن به درکی کمال‌گرایانه و متفاوت از هستی، زندگی، انسانیت و سرنوشت.

ارتقای مهارت رودرویی با بحران‌های زندگی موجب

می‌شود که:

- آمادگی‌های ما برای مواجهه با تنش‌ها افزایش یابد؛
- در برابر دشواری‌ها و بحران‌ها کمتر غافلگیر شویم؛
- به اقدامات پیشگیرانه و هشداردهنده بیش‌تر توجه کنیم؛
- به تدابیر متفاوت و مؤثرتری بپردازیم؛
- قدر عاقبت، سلامت و آرامش را بیش‌تر بدانیم؛
- شناخت بهتری از آمادگی‌های خود داشته باشیم؛
- دانش خود را در بحران‌شناسی ارتقا دهیم؛
- در بحران‌ها، بهتر و مؤثرتر عمل کنیم و به دیگران هم کمک برسائیم؛
- آسیب‌های احتمالی را بهتر مدیریت کنیم.

▲ واکنش در برابر بحران

واکنش به بحران یا حوادث و آسیب‌های پس از سوانح، به‌طور قابل ملاحظه‌ای از فردی به فرد دیگر متفاوت است. علائم و زمان واکنش هم برای هر فرد متفاوت است. واکنش به بحران می‌تواند مواردی چون:

تغییر در رفتار، بهداشت روانی، الگوهای تفکر و تعاملات اجتماعی را دربر بگیرد.

واینریب (Wainrib) و بلوخ (۱۹۹۸) (Bloch)، علائم، نشانه‌ها و پاسخ‌های روانی زیر را واکنش‌های مشترک به یک بحران یا حادثه تلخ بیان کرده‌اند:

- کفرگویی؛
- لغتی یا گریختگی عاطفی؛
- کابوس و دیگر اختلالات خواب؛
- خشم، دمدمی مزاجی و تحریک‌پذیری افراطی؛

● قراموشی؛

● رؤیایی شدن؛

● احساس گناه برای کسی که نجات یافته است؛

● از دست دادن امید؛

● گوشه‌گیری اجتماعی؛

● افزایش استفاده از الکل و مواد مخدر، بسته به

فرهنگ و شرایط جوامع؛

▲ جلب حمایت

نگاه واقع بینانه‌ای به زندگی خودتان بیندازید و امور غیرضروری را از الزامات زندگی‌تان حذف کنید. روزانه به مسائلی می‌پردازید که ضرورتی برای انجام دادن‌شان نیست، شما بر حسب معمول به انجام آن‌ها عادت کرده‌اید و وقتی انجام نمی‌دهید، دچار استرس می‌شوید.

در کنار این کارها، تلاش کنید یک شبکه ارتباطی به وجود بیاورید.

به دوستان‌تان کمک کنید. مطالعه کنید و نتیجه مطالعات را در اختیار آنان قرار دهید.

مشکلات شما می‌تواند سایر اعضای خانواده را هم دچار استرس کند.

تلاش کنید آموخته‌ها و یافته‌هایتان را در اختیار آنان قرار دهید. بی‌خبری در این موارد، استرس و اضطراب را افزایش می‌دهد.

▲ مقابله با خشونت

خشونت، جنبه عملی خشم است. نهایت عصبانیت را خشم می‌گویند. وقتی خشم بیش از اندازه و از تحمل شخص خارج شد، شکل عملی پیدا می‌کند و شخص دست به کار شده و طرف مقابل را با استفاده از دست

می‌خواهید با او زندگی کنید، شانس دوبارهای بدهید. شخص خشونت‌جو دوست دارد خشونت خود را ادامه دهد متأسفانه این اتفاق در روابطی پیش می‌آید که فرد خشونت‌پذیر توقعاتش را پایین می‌آورد و به هر نحو می‌خواهد رابطه را حفظ کند. با این همه، باید دانست که رفتار فرد خشونت‌جو همیشه به یک شکل اتفاق نمی‌افتد. بنا بر این باید بدانید که همیشه در معرض خطر قرار دارید.

به هر روی شانس دوباره، به معنای آن است که شخص خشونت‌جو بپذیرد که تحت خدمات روان‌شناختی و روان‌پزشکی قرار گیرد. در غیر این صورت، امکان دارد دچار آسیب‌های جبران‌ناپذیری بشوید!

• در برابر شخص خشن ایستادگی کنید و مقاوم باشید؛ حتی اگر او نزدیک‌ترین فرد به شما باشد.

مقاوم بودن به معنای عمل مقابله به مثل نیست. هیچ نیازی به نشان دادن خشونت از جانب شما وجود ندارد. باید به شخص خشونت‌جو نشان دهید که خشونت هیچ‌گاه نه فقط مسأله‌ای را حل نمی‌کند، بلکه خود خشونت مرضی است که او به آن مبتلا شده است. به نرمی و با ایستادگی بیاموزید که خشونت عملی ناپهناجر، خطا و غیرانسانی است.

مهربان باشید و خیلی واضح و روان موضوع را برایش تبیین کنید. او را متقاعد سازید تا به صحبت‌های شما گوش کند یا به او کمک کنید مسأله پیش آمده را توضیح دهد و بگوید که دلیل رفتار او چیست. تلاش نکنید با فرد خشونت‌جو مخالفت کنید. در این صورت، او احساس خواهد کرد شما در برابرش قرار گرفته‌اید و این کار، او را بیش از پیش برای نشان دادن خشونت سوق می‌دهد!

• اگر این هستید و همسر شما خشونت نشان می‌دهد، بکوشید از امکانات حمایتی بهره بگیرید. شخص خشن به لحاظ روانی از پیامد رفتار خود آگاه نیست. یا آن‌که به لحاظ ذهنی خود را متقاعد به عمل خشونت‌بار کرده و شما را مستحق آن می‌داند. اگر همسرتان فردی است که می‌گوید به شما عشق می‌ورزد و در عین حال از نشان دادن رفتار خشونت‌آمیز ابایی ندارد، دچار تناقض‌گویی است و رفتارش صادقانه نیست. بهترین کار برای تداوم زندگی، این است که از امکانات روان‌شناختی و روان‌پزشکی بهره بگیرید یا خودتان را آماده کنید تا در صورت قرار گرفتن در موقعیت خشونت‌بار، بدون ابراز مخالفتی از موقعیت پیش آمده دوری کنید!

• اگر همسرتان را دوست دارید و هم‌چنان

یا سایر اشیاء، مورد آزار یا صدمه قرار می‌دهد. گاه، خودتان را در موقعیتی می‌یابید که ممکن است خشونت در آن اتفاق بیفتد و افرادی در آن درگیر شوند. باید در درجه اول بکوشید خودتان را از این وضعیت رها کنید. در غیر این صورت امکان کمک به فرد دیگری را نخواهید یافت. با بیرون رفتن از موقعیت خطر است که می‌توانید از دیگران یا از امکانات قانونی بهره بگیرید.

گام‌هایی برای مقابله با خشونت

• اگر می‌توانید از دام خشونت رها شوید، این کار را بکنید. هرگز در موقعیتی که در آن خشونت اتفاق می‌افتد، درگیر نشوید. اگر هیچ کاری نتوانستید انجام دهید، از آن موقعیت دور شوید. اگر فکر می‌کنید امکان آسیب جسمی وجود دارد، بلادرنگ به پلیس ۱۱۰ زنگ بزنید. اجازه بدهید بدون دخالت شما، پلیس موقعیت به‌وجود آمده را مدیریت کند.

• اگر شخصی که خشونت نشان می‌دهد دوست‌تان است و امکان رسیدن آسیب جسمی به شما وجود ندارد تلاش کنید فرد مورد نظر را آرام کنید. با شخص مورد نظر به نرمی صحبت کنید، با او

خطاهایی که والدین مطلقه باید از آن اجتناب کنند

جدا شدن و جدا ماندن برای هر کسی دردناک است، به‌ویژه برای کودکان که باید توانان از حمایت‌های عاطفی پدر و مادر برخوردار باشند. گاه کودکان احساس می‌کنند عامل جدایی پدر و مادرشان بوده‌اند و گاه آنان یکی از دو نفر، پدر یا مادر را عامل جدایی می‌دانند. واقعه به هر صورت که باشد، آسیب آن گریبانگیر کودکان می‌شود. به جز این، در بسیاری از موارد، کودکان قربانی رفتارهای پس از طلاق می‌شوند. خطاهای عمده‌ای که افراد مطلقه باید از آن پرهیز کنند، در زیر آمده است:

• فرزندان را خیررسان یا خیرچین بار نیاورید.

بسیاری از والدین تلاش می‌کنند پیام‌هایشان را از طریق بچه‌ها رد و بدل کنند. این کار سبب می‌شود کودکان درگیر مسائلی شوند که والدین‌شان از عهده حل آن برنمی‌آیند. به این ترتیب، کودکان علاوه بر استرس ناشی از طلاق، استرس ناشی از مسائل حل نشده را نیز به دوش می‌کشند.

تلفن بهترین وسیله برای افراد مطلقه است تا مسائل‌شان را در میان بگذارند، بدون آن‌که بچه‌ها واسطه باشند. به‌ویژه استفاده از برنامه‌های تلفن همراه مثل تلگرام، واتس‌آپ و ... این امکان را ایجاد می‌کند که پیام‌های مبادله شده حفظ شود و شاید به استناد آن‌ها، بتوان به نتایج و راه‌حل‌هایی دست یافت!

به هنگام صحبت تلفنی هم سعی کنید آرام باشید و بر روی مسأله پیش آمده تمرکز کنید. برای مثال، اگر مسأله پیش آمده انجام تکالیف درسی فرزندان است، فقط به این موضوع بپردازید. در آمیختن مسأله تکلیف با مسأله تغذیه، نه فقط کمکی به حل مسأله نخواهد کرد، بلکه آن را پیچیده‌تر نیز می‌کند.

• مسأله شما، مسأله خودتان است.

بسیاری از افراد مطلقه به دنبال آن هستند نشان دهند که حق با آنان است و طرف مقابل مرتکب خطا شده است. از این‌رو، تلاش می‌شود دلیل تراشی‌ها و برون‌فکنی‌هایی را صورت دهند. این اتفاق پیش می‌آید و طبیعی است، چرا که انسان‌ها نیاز به تشفی (آرامش خاطر یافتن) دارند و شاید از



این طریق می‌خواهند بار گناهی را زمین بگذارند. اگر چنین است بهترین شخص برای بیان چنین مواردی مشاوران است. بنابراین، چنین مسائلی را به کودکان خود نگوئید یا با فرزند ارشدتان در میان نگذارید.

• تلاش کنید فرزندان را درک کنید.

فرزندانتان نیاز دارند فهمیده شوند. پس از طلاق امکان این که کودکان دچار پریشانی عاطفی شوند، زیاد است. به آنان نگوئید چگونه ببندیشند، آنان نیاز دارند گوش شنوایی برای حرف‌هایشان داشته باشید. با آن که این خواسته دشوار است،

ولی چاره‌ای نیست؟

«همسران را در برابر کودکان مورد نقد قرار ندهید، هر چند نقدتان وارد باشد.»

ممکن است سؤال شود چرا نباید این کار را کرد؟

دلیل روشن و واضح، آن است که شما ۵۰ درصد از سهم والدین بچه را تشکیل می‌دهید، نه همه آن را. وقتی همسران را نقد می‌کنید، در واقع ۵۰ درصد متعلق به کودکان را به نقد می‌کشید.

انسان به لحاظ سرشتی، طالب خانه است.

▲ مواجهه خانواده با اختلالات روانی

زندگی در خانواده از مهم‌ترین و تعیین‌کننده‌ترین عوامل بهداشت جسمی و روانی است. خانواده‌ای منسجم و همدل است که مداخله‌ای تحمیلی در زندگی اعضایش نداشته باشد و زمینه‌های آرامش را فراهم سازد. انسان خارج از خانواده، مهاجری بیش نیست. هر زمان که انسان‌ها به خانه و کاشانه خود می‌رسند، آن‌جاست که بیش‌ترین آسایش را می‌یابند. بودن در هتل ۵ ستاره با همه امکانات موجود، به اندازه زندگی در آپارتمان یا حتی خانه‌ای نقلی در گوشه‌ای از شهر یا روستا، به انسان احساس امنیت جسمی و روانی نمی‌دهد. بنابراین، می‌توان گفت انسان به لحاظ سرشتی، طالب خانه است.

خانواده منسجم و همدل، خانواده‌ای مسئول است. در این خانواده اگر دشواری برای اعضای آن پیش بیاید، همگی تلاش می‌کنند به سهم خود کاری انجام دهند. این نوع یاری، جزو وظایف نیست، بلکه جزو طبیعت یا ماهیت خانواده است. احتمال می‌رود در خانواده‌ای با وجود تمام مراقبت‌هایی که اتفاق می‌افتد، برای یکی از اعضا اختلال روانی خاصی عارض شود. در این صورت، خانواده چه مداخلاتی می‌تواند با توجه به نوع اختلال روانی داشته باشد؟

در ادامه چند اختلال روانی به همراه نوع مداخله خانواده توضیح داده می‌شود.

▲ مداخله خانواده در اختلالات عاطفی

آموزش خانواده و مدیریت استرس به‌طور مکرر در برنامه‌های درمانی مخصوص اختلالات روانی مورد تأکید قرار گرفته است. مطالعاتی که در خصوص مزایای مداخله خانواده‌ها در فرآیند درمان اختلالات روانی صورت گرفته، مبین این واقعیت است که آثار ارزشمندی بر روند درمانی داشته است. جالب توجه این است که روان‌پزشکان، امروزه ترجیح می‌دهند به جای تجویز انواع مختلف داروهای شفا بخش اختلالات روانی، از کمک خانواده‌ها بهره‌مند شوند.

برخی نشانه‌های اختلال عاطفی عبارت‌اند از:

- کناره‌گیری از دیگران و گرایش به انزواطلبی؛
- پرخاشگری و حالت‌های تهاجمی بیش‌تر از حد طبیعی؛
- هذیان‌گویی و باورهای غلط؛
- دشواری و ناتوانی در تمرکز؛
- غمگینی و دل‌نگینی؛
- فقدان علاقه و عدم لذت بردن از انجام دادن کارها؛
- تحریک‌پذیری و حساسیت بالا؛
- اضطراب و بی‌قراری.

▲ مداخله خانواده در درمان اختلال اضطرابی و وسواس اجباری

آموزش خانواده‌ها برای مداخله در درمان اختلالات نظیر وسواس اجباری، از راهبردهای شناخته شده است. وسواس نه فقط خود شیخ، بلکه اعضای خانواده را هم هدف قرار می‌دهد. وسواس به هر صورتی اتفاق بیفتد، اثر جمعی خواهد

داشت. در نظر بگیرید، عضوی از خانواده، وسواس تمیزی دارد؛ این خانواده، درگیر دائمی با او بر سر حمام کردن، توالت رفتن، شستن دست و صورت و موارد مشابه خواهد داشت. همکاری خانواده و همراهی اعضای آن با فرد وسواسی به او کمک می‌کند دوره درمانی خود را با آسایش بیش‌تری سپری کند. از راهبردهای عمومی برای کمک به فرد وسواسی، درک موقعیت اوست. راهبرد دیگر، حمایت روانی است.

▲ مداخله خانواده در درمان اختلال خوردن

یاری خانواده‌ها در درمان اختلال خوردن به ویژه اختلال بی‌اشتهایی عصبی، از راهبردهای عمومی است. بی‌اشتهایی عصبی ناشی از فشارهایی است که متوجه شخص بیمار شده است. این فشارها می‌تواند ناشی از تکالیف درسی، تکالیف شغلی، تکالیف اجتماعی و ... باشد. ایجاد یک شبکه حمایتی برای فرد بیمار می‌تواند او را در فائق آمدن بر اختلال عارض شده یاری کند. افزون بر این، تحمل رژیم غذایی ویژه و کاستن از کژرفناری‌های غذایی اعضای خانواده، از دیگر راهبردهای عام برای یاری‌رسانی است.

▲ الگوهای سازش خانواده با بحران

بروز بحران در خانواده می‌تواند یکی از منابع مهم استرس باشد. این‌گونه بحران‌ها، مراحل تعریف‌پذیری دارند. مراحل سازش خانواده با بحران به سه مرحله تقسیم می‌شوند.

مرحله اول: تعریف و پذیرش

مرحله اول، شروع بحران و آگاهی روزافزون از بروز آن است. ممکن است واکنش اولیه، واکنش تاباورانه باشد. اعضای خانواده مانند همه افراد جامعه که از موقعیت برداشت‌های متفاوتی دارند، می‌توانند تعاریف خاصی ارائه دهند. موقعیتی، می‌تواند برای عضوی از خانواده بحران و برای دیگری بحران نباشد. برای مثال، در مورد زوج متأهلی که به مشکل برخورداند، یکی ممکن است در کش و قوس تصمیم‌گیری برای طلاق باشد، ولی دیگر حتی از پذیرش این واقعیت که مشکلی وجود دارد، سرباز زند و معتقد باشد که دیگری «هیاهوی بسیار برای هیچ» به راه انداخته است. از این‌رو، گام نخست شامل ارائه تعریفی از مشکل و پذیرش تدریجی وجود بحران است. به این ترتیب، تأثیر بحران به عواملی نظیر:

ماهیت رویداد آشکارا، درک شناختی و تفسیر آن، میزان مشقت و استرس حاصل از بحران و منابع موجود دسترس‌پذیر برای اداره مشکل بستگی دارد.

مرحله دوم: فروپاشی

مرحله‌ای است که ناباوری در آن اوج می‌گیرد و فرد می‌گوید:

«نمی‌دانم چه می‌خواهم بکنم.»

ممکن است دوره فروپاشی از چند ساعت تا چند هفته طول بکشد. در طی این دوره:

- عملکرد عادی خانواده دچار وقفه می‌شود؛

- حالت خلقی ناپایدار می شود؛
- وفاداری به محک گذشته می شود؛
- تنش، فضا را پر می کند؛
- اصطکاک افزایش می یابد؛
- روحیه خانواده افت می کند.

با بروز این تغییرات، احتمال بروز فرزندآزاری و همسرآزاری هم افزایش می یابد.

مطالعات دیگر نشان می دهند که مصرف الکل و سایر داروها در زمان استرس، افزایش ناگهانی پیدا می کند و این امر ممکن است به عمیق تر شدن فروپاشی انجامیده یا توانایی خانواده را برای حفظ خود از بحران، زایل کند.

مرحله سوم: تجدید سازمان

در دوره تجدید سازمان تدریجی، اعضای خانواده سعی می کنند گام هایی در جهت ترمیم موقعیت بردارند. اگر بحران از نوع مالی باشد، اعضای خانواده امکان دارد به استقراض، فروش خودرو یا برداشت پول از حساب پس انداز خود اقدام کنند. برخی از اعضا به کارهای موقت رو می آورند تا به خروج از بحران کمک کنند. سرپرست خانواده که کارش را از دست داده است، شروع به استفاده از بیمه بیکاری می کند. اما اگر این بحران مالی هم چنان ادامه یابد، موجودی منابع رفته رفته به اتمام می رسد و خانواده ناگزیر می شود به رهن گذاشتن اموال، فروش خانه یا نقل مکان به محلهای دیگر بیندیشد.

هنگامی که بحران به «نتها» می رسد، اوضاع رفته رفته بهتر می شود. نان آوران خانواده کار تازه ای پیدا می کنند، صورت حساب ها به تدریج پرداخت می شود و خانواده منابع فیزیکی و هیجانی خود را از نو جبران می کند. سرانجام، پس از گذشت دوره ای که ممکن است از چند روز تا چند ماه ادامه یابد، خانواده در سطحی تازه، تجدید سازمان می کند. گاه این سطح تازه به اندازه سطح قبلی ارضاکنده نیست، ولی برخی مواقع نیز این سطح تازه برتر از سطح قبلی است.

لذا در یک نگاه کلی به موضوع بحث، برای برخورداری از سلامت



روان شناختی می بایست:

۱. خود را بشناسیم؛
 ۲. خود را بپذیریم؛
 ۳. بر طبیعت خود باشیم؛
 ۴. خود محور و خودمعیار نباشیم.
- قوت و فن های مهارت رودررویی با بحران های زندگی

▲ شماره یک: بلاشناسی!

از قدیم گفته اند: «در بلا بودن، به از بیم بلاست» همیشه بخشی از ترس انسان، ناشی از ندانستن و نشناختن است. این که آدم یا موضوعی درگیر شود، بهتر از آن است که نداند احتمالاً چه بر سرش می آید. در روان شناسی و در مباحث روان درمانی، یکی از آموزه ها «جرات ورزی» است. یعنی شخص نهایت خطر یک موضوع را تصور کند و برای مقابله با آن آماده شود. بلاشناسی هم اقدامی آگاهانه است برای شناخت رویدادهای تنش زا و تقویت جرات ورزی.

رویدادهای تنش زا را می توان در طیفی قرار داد و درجه بندی کرد. در این طیف، حداقل سه نکته قابل تشخیص است که با استناد به کتاب زمینه روان شناسی هیلگارد (صفحات ۴۸۷ تا ۴۹۱ به صورت جرح و تعدیل) به بیان آن خواهیم پرداخت:

۱. گرفتاری های روزمره:

اتفاقاتی که کم و بیش در زندگی مردم روی می دهد و منجر به استرس و اضطراب می شود، مانند: گیر افتادن در ترافیک، دیر کردن، جر و بحث با یک آشنا یا غریبه، سخنرانی برای یک جمع، گم کردن کیف پول و امثال آن؛

۲. رویدادهای موقعیتی:

تغییرات بزرگ و عمده زندگی که تنش زا هستند، مانند: از دست دادن یک عزیز، بیماری وخیم، تغییر شغل، ازدواج، تولد فرزند، مهاجرت از وطن و غیره؛

۳. رویدادهای آسیب:

تغییرات عمدی که بسیاری از مردم را به صورت همزمان گرفتار می کنند، مانند: جنگ، زمین لرزه، سیل، سوانح عمومی دیگر و در مورد اخیر و جهان شمول آن یعنی ویروس کرونا.

این رویدادها بارزترین منبع فشار روانی هستند و موقعیتی بسیار مخاطره آمیز و فراتر از دایره تجربه های طبیعی و معمولی فراهم می سازند.

فارغ از نوع رویدادی که بحران تلقی شود، سه ویژگی می تواند موجب تنش زا به شمار آمدن رویدادها باشد:

الف) مهارپذیری:

هر اندازه رویدادی مهارناپذیر به نظر برسد، بیش تر احتمال دارد که به صورت رویداد تنش زا احساس شود؛

ب) پیش بینی پذیری:

حتی وقتی کنترل و اختیاری بر فشار روانی نداریم، اگر بتوانیم آن را پیش بینی کنیم، از شدتش کاسته می شود؛

ج) درآویختن با محدودیت های شخصی:

بعضی موقعیت ها را هر چند می توان پیش بینی و مهار کرد، با این همه به صورتی تنش زا تجربه می شوند. نکته این جاست که چنین موقعیت هایی ما را به فراخوانی نهایت توان هایمان می کشاند و نگرش به خوبستن را متزلزل می سازند. یک نکته جالب دیگر در این بحث، رویدادهای مثبت تنش زا است.

گاهی با رویدادهایی مواجه می شویم که مثبت اند، اما با خود تنش به همراه می آورند، مانند: ازدواج، بارداری، تولد فرزند، پذیرفته شدن خود یا فرزند در دانشگاه، رسیدن به پست و مقام و ...

به این ترتیب، خوب است بدانیم:

- چه رویدادهایی را تنش زا تلقی می کنیم؟
 - تصور می کنیم کدام رویدادها کم تر یا بیش تر، سلامت جسم و روان ما را به مخاطره می اندازد؟
 - چه دستبندی از رویدادهای تنش زا داریم؟
 - مبنای دستبندی ما از این رویدادها چیست؟
 - به چه آگاهی ها و دانش بیش تری در مورد رویدادهای تنش زا و بحران ها نیاز داریم؟
 - چگونه می توانیم به درکی منطقی از بحران ها و دستبندی آن ها برسیم؟
- ما هم مثل حافظ دعا می کنیم:

**تنت به ناز طیبیان نیازمند میاد
وجود نازکت آورده گزند میاد**

**سلامت همه آفاق در سلامت توست
به هیچ عارضه شخص تو دردمند میاد**

اما چه می شود که زندگی، غم و شادی، درد و رنج، خوشی و ناخوشی و گریه و خنده را با هم دارد و گاهی غم ها، دردها، ناخوشی ها و گریه ها، طاقت فرسا و جانکاه هستند، پس چه بهتر که هر از چندگاهی، وقتی را هم هر چند اندک برای بلاشناسی بگذرانیم. دانستن و شناختن، بهتر از بُخت غافلگیری است.

▲ شماره دو: کبک نباش!

در مسائل و مشکلات زندگی می شود قرار کرد، نادیده گرفت، انکار کرد و مثل کبک، سر را زیر برف فرو برد، اما برای رودررویی با بحران ها، کارهای بهتری هم می شود انجام داد. اولین کار، شناخت و ارزیابی بحران ها و آسیب های احتمالی است. دانستن، مقدمه توانستن است و به قول دکارت: دانایی، توانایی است. شاید فکر کردن به موضوعات تنش زا خوشایند نباشد، اما در هر حال موقعیت هایی در زندگی پیش می آید که انسان را وادار به اندیشه می کند؛ وقتی:

- سر مزار عزیزی یا آشنایی حاضر می شوید؛
- صفحه حوادث روزنامه ای را می خوانید؛
- خبر سیل یا طوفانی را در رادیو یا تلویزیون می شنوید و می بینید؛

• از طلاق گرفتن و جدایی یکی از افراد فامیل اطلاع پیدا می‌کنید:

• خبر ورشکستگی، بیکاری و گرفتاری‌های مالی کسی به گوش‌تان می‌رسد.

همه این‌ها می‌توانند فرصت‌ها و موقعیت‌هایی برای تأمل و تعمق فراهم کنند. شاید خوش‌شان نباشد، ولی بد نیست کمی خودتان را جای دیگری بگذارید و ببینید یک رویداد تنش‌زا، چه تأثیری می‌توانست و می‌تواند بر روی زندگی شما بگذارد.

دعوت به شناخت و ارزیابی بحران‌ها می‌تواند خطرناک هم باشد، به‌خصوص در مورد کسانی که کاستی‌ها و ضعف‌های شخصیتی دارند یا مستعد اختلالات روانی هستند. بنابراین، خوب است که فرد، عاقلانه و منطقی به مخاطرات زندگی‌اش بیندیشد، اما به شرطی که به ابعاد دیگر موضوع هم توجه داشته باشد. اصولاً نتیجه‌گیری آدم‌ها از درد و رنج یکسان نیست. عده‌ای آلام زندگی را نشانه بدبختی، تنهایی و پایان راه می‌دانند. کسانی که نگاهی کمال‌گرا و خودشکوکا به زندگی دارند، از هر رویداد خوش و ناخوشی برای شناخت بیش‌تر خود و حرکت به سوی رشد و بالندگی استفاده می‌برند.

اگر احساس می‌کنید که فکر کردن به بحران‌های احتمالی زندگی شما را به بدبینی، شک، سوءتفاهم، کج‌اندیشی، دل‌مردگی و ترس می‌کشاند، بهتر است به تنهایی وارد این مسیر نشوید و از مشاوره یا هم‌فکری افراد صاحب‌صلاحیت دیگر کمک بگیرید. به این ترتیب وقتی از آمادگی‌های شناختی در بحران‌های زندگی صحبت می‌کنیم، منظور آن است که:

- روی اتفاقات مهمی که برای دیگران می‌افتد، کمی تحلیلی و دقیق بیندیشید؛
- رویدادهای تنش‌زای قابل‌پیش‌بینی را شناسایی کنید؛
- آسیب‌های احتمالی بعضی از بحران‌ها را بر روی خودتان ارزیابی کنید؛
- بر اساس شناختی که به دست می‌آورید، به تدابیر پیشگیرانه، آمادسازی و تقویت روحیه روی بیاورید؛
- تفسیر خود از مفاهیم بنیادی زندگی را مورد بازبینی و بازنگری قرار دهید.

▲ شماره سه: هفت خوان من!

رودررویی با بحران‌های زندگی، ضمن آن‌که به آمادگی‌های شناختی مربوط است، به آمادگی‌های عاطفی هم ارتباط دارد. فارغ از آن، دیگران ما را چقدر با دل و جرأت، قوی و باجانبه‌بدانند، خودمان بهتر از همه می‌دانیم که چه کسی هستیم و تا خوان چندم می‌توانیم پیش برویم. افرادی هستند که حرکت یک باد مخالف، زندگی‌شان را متلاطم می‌سازد و همه چیز را به هم می‌ریزد و کسانی را می‌توان یافت که به کوه، صخره، سرو و امثال آن تشبیه می‌شوند.

لازم است گاهی کمی جریده‌خودمان را بیازمائیم و ببینیم در برابر سختی‌ها چقدر دل و جرأت داریم؟ در برابر تنش‌ها و فشارهای روانی چه می‌کنیم؟ چگونه و با چه روش‌هایی از پس مشکلات برمی‌آئیم؟ و به‌طور معمول، برنده‌ایم یا بازنده؟

حداقل انتظار از افراد این است که ویژگی‌های عاطفی خود و نوع مواجهه‌شان با رویدادهای تنش‌زا را بشناسند و ارزیابی کنند. این شناخت می‌تواند منجر به نوعی پیش‌گویی شود. مثلاً کسی که می‌داند رفتارهایش به شدت احساسی و هرجانی است، در یک شکست عشقی، از دست دادن یک عزیز یا مواجهه با یک مشکل مالی بزرگ، باید بیش‌تر مراقب خود باشد. ارزیابی آمادگی‌های عاطفی به معنای آن است که بدانید:

- هر موضوع تنش‌زایی به چه میزانی شما را تحریک می‌کند؟
- رفتارهای شما بین دو طیف هرجانی - عقلانی، کجا قرار می‌گیرد؟
- به چه میزانی توانایی کنترل خود را دارید؟
- چه موقعیت‌ها، شرایط و افرادی می‌توانند به آرامش شما کمک کنند؟
- با چه علائم و پیش‌گویی‌هایی می‌توانید بیش‌تر مراقب رفتارهای خود باشید و بروز هرجانات شدید را کنترل کنید؟
- به هفت خوان بیندیشید:
- شما هستید و یک بحران؛ چه می‌کنید؟ چقدر قوی هستید و مهم‌تر از آن، چقدر به قدرت خود باور دارید؟ اگر مراقب آمادگی‌های شناختی و عاطفی خود نباشید، ممکن است یک بحران حتی در سطحی معمول، برای شما خیلی گران تمام شود. گاهی لازم است ایمان، باورها و ارزش‌های خود را مرور و ارزیابی کنید.

▲ شماره چهار: شاید برای شما هم اتفاق بیفتد!

مردی غلامی تنبل داشت. روزی او را به بازار فرستاد تا انگور و انجیر بخرد. غلام هم در کرد و هم وقتی آمد، فقط یکی را خریده بود. مرد غلام را کتک زد و گفت:

«از این پس هر وقت از تو کاری خواستم، باید به جای یک کار، دو کار انجام دهی.»

دست بر قضا، مرد بیمار شد و غلام را گفت تا طبیبی بیاورد. غلام رفت و طبیب را با یک مرد دیگر آورد. ارباب پرسید:

«این کیست؟»

غلام جواب داد:

«مگر نفرمودید که به جای یک کار، دو کار انجام دهم، اینک دستور تو را به جا آوردم. این طبیب است، اگر توانست تو را معالجه کند که هیچ؛ و اگر شفا نیافتی و مُردی، آن دیگری مَورکن است و مَورث را آماده می‌کند.»

این‌که غلام مورد اشاره تا چه اندازه تدبیر درستی برای پیشگیری از یک بحران بود، حرف و حدیث فراوان دارد؛ اما بالاخره حداقل چاره‌ای برای موضوع اندیشیده بود!

کمی قبل‌تر، از ویژگی‌های رویدادهای تنش‌زا مطالبی را بیان کردیم. یکی از این ویژگی‌ها «مهارپذیری» است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند باور و اعتقاد به این‌که رویدادها در اختیار و مهار شخص قرار دارند، خود به خود اضطراب را کاهش می‌دهد، هر چند که چنین اختیار و کنترلی به عمل درنیاید.

در یک پژوهش، سر و صدای شدید و بسیار ناخوشایندی به گوش دو گروه آزمودنی رسانده شد. به یکی از دو گروه گفته شد فقط وقتی تاب و تحمل‌شان به کلی از دست برود، می‌توانند؛ فشار دکمه، سر و صدا را قطع کنند. آزمودنی‌های گروه دوم هیچ کنترلی بر سر و صدا نداشتند. البته در عمل، هیچ‌یک از آزمودنی‌های گروه گداه سر و صدا را قطع نکردند و به این ترتیب، هر دو گروه به صورت یکسان در معرض سر و صدا قرار گرفتند. با این وجود، وقتی هر دو گروه در آزمون حل مسأله شرکت کردند، گروه فاقد کنترل به طرز معناداری بدتر از گروه دیگر عمل کرد، به عبارت دیگر، سر و صدا گروه گداه را بیش از گروهی که بالقوه مهار سر و صدا را در اختیار داشته، پریشان و آشفته کرده بود. از همین بحث مختصر و نمونه آزمایشی می‌توان نتیجه گرفت، اگر چه مهار تمامی رویدادهای تنش‌زا در اختیار انسان نیست، ولی هر چه فرد احساس کند که کنترل بیش‌تری بر رویدادها دارد، می‌تواند بهتر از پس تنش‌ها برآید.

در کنار مهارپذیری، یک ویژگی دیگر «پیش‌بینی‌پذیری» است که در موارد بسیاری بر همدیگر تأثیر می‌گذارند. پیش‌بینی‌پذیری، توانایی ما را در شناخت و درک شرایط و امکان پیش‌بینی بحران‌های زندگی نشان می‌دهد.

وقتی احساس می‌کنید نمی‌دانید چه روی می‌دهد، به تبع آن، توانایی مهارپذیری هم کاهش می‌یابد که موجب فشار روانی مضاعف

می‌شود. برای زندگی در دنیای امروز، توانایی پیش‌بینی اهمیت زیادی

دارد و به افراد امکان می‌دهد تمهیدات پیشگیرانه یا حمایتی را تدارک ببینند. به نمونه‌های زیر توجه کنید:

- معاینه‌های پزشکی منظم و مستمر اعضای خانواده، امکان پیش‌بینی بهتری برای مخاطرات و بحران‌های احتمالی مربوطه به سلامت به وجود می‌آورد؛
 - ارزیابی رفتارهای متقابل و تلاش برای مدارا و تفاهم بیش‌تر در زندگی، نوعی پیش‌بینی و پیشگیری از معضلات و تعارض‌های بعدی در خانواده است؛
 - استفاده از بیمه‌های گوناگون، به‌خصوص بیمه‌های عمر، می‌تواند اقدامی مثبتی بر پیش‌بینی مخاطرات احتمالی زندگی تلقی شود؛
 - سرمایه‌گذاری برای امور فرهنگی، معنوی و هنری در خانواده و هزینه کردن در این موارد، نشانه‌ای از یک پیش‌بینی سنجیده و مدبرانه در جهت ارتقای معنوی و روانی خانواده محسوب می‌شود.
- شاید در زندگی نتوان همه چیز را پیش‌بینی کرد، اما با اتخاذ رویکردی عاقلانه و منطقی، توانایی شناخت و درک شرایط افزایش یافته و امکان پیش‌بینی‌های به‌جا بیش‌تر می‌شود. «قدرت پیش‌بینی» یکی از توانایی‌های افراد مسلط در حل مسأله، خلاق و

خودشکوفای به حساب می‌آید.

▲ شماره پنج: عبور از دیوارهای بلند

از آماج‌های شناختی و عاطفی سخن گفتیم. این‌ها عناصری هستند که توصیه می‌کنیم به فکر تقویت هر یک باشید، اما شما قبل از خواندن این مقاله، در همین لحظه مشغول مطالعه هستید و بعد از آن هم، فردیتی و هویتی داشتند و دارید که آن با شخصیت (Personality) می‌نامیم. می‌شود به شما توصیه کرد که در مورد موضوعی بیش‌تر دقت کنید و آماجگی و توانایی مربوط را ارتقاء دهید، اما شخصیت شما موضوعی فراتر از این توصیه‌هاست. ممکن است کسی به همین حرف‌هایی که می‌زنیم، اهمیت بدهد و کسی هم ندهد؛ این هم تفاوت در شخصیت‌هاست.

شما هم بر اساس ویژگی‌های شخصیتی‌تان، اصلاً ممکن است کم‌تر نیاز به چنین توصیه‌هایی داشته باشید، ممکن است نیاز داشته باشید و اهمیت ندهید و ممکن است نیاز داشته باشید و خیلی هم جدی موضوع را تعقیب کنید. در هر حال، همه چیز وابسته به شما و ویژگی‌های شخصیتی‌تان است. به نصرالدین گفتند خانه‌ات آتش گرفته و در حال

سوختن است. او جواب داد: به من ربط ندارد! من و زخم کارها را تقسیم کرده‌ایم؛ کارهای بیرون از خانه را من انجام می‌دهم و کارهای خانه مربوط به اوست. گاهی ما هم مثل نصرالدین عمل می‌کنیم، یعنی ترجیح می‌دهیم این طرف دیوار بمانیم. از خود سلب مسئولیت کنیم. البته می‌شود رفتارهای دیگری را هم برای رودررویی با بحران‌های زندگی مثال زد که رفتارهای مناسب و مؤثرتری نبینند.

پیش آمده است که:

- انسان‌هایی را ببینید که با وجود کاستی‌های جسمی، مالی و موانع دیگر، به موفقیت‌هایی شگرف رسیده باشند؛
- در تلویزیون، فردی را ببینید که با وجود معلولیت جدی، در زمینه‌ای مثل ورزش یا هنر بسیار سرآمد باشد؛
- به یک مرکز توانبخشی معلولان ذهنی بروید و با دیدن انسان‌هایی که از موهبتی محروم هستند، به اهمیت سلامتی خود و هم‌چنین توانایی‌هایتان بیش‌تر پی ببرید؛
- دیده یا شنیده باشید داستان زندگی کسانی را که در بحران‌هایی مهم در زندگی را پشت سر گذاشته‌اند و هم‌چنان امیدوار و شاداب به زندگی ادامه می‌دهند.

یک بحران می‌تواند اوج بدبختی و حتی بهانه‌ای برای ختم زندگی تلقی شود و می‌تواند راهی متفاوت برای ادامه زندگی بگشاید.

شاید اگر کمی به هستی، زندگی و وجود خود بیندیشید، به این باور برسید که خیلی خود را دست کم گرفته‌اید. تنش‌ها و بحران‌ها واقعیت زندگی ما هستند، هر چند هم که توانایی مهار و پیش‌بینی داشته باشیم؛ باز هم به ناچار با آن‌ها مواجه می‌شویم.

یک بحران می‌تواند اوج بدبختی و حتی بهانه‌ای برای ختم زندگی تلقی شود و می‌تواند راهی متفاوت برای ادامه زندگی بگشاید.

گاهی حتی باور نمی‌کنیم که دچار بحران شویم و تصورمان این است که چنین اتفاقاتی فقط برای دیگران می‌افتد. پذیرفتنش سخت است، اما پیش می‌آید: فوت یکی از والدین، از دست دادن یک عزیز، طلاق، بدرفتاری همسر، خشونت، خیانت، قتل، ابتلا به اختلال روانی، دوری فرزند و مواردی دیگر که می‌شود به این سیاهه اضافه کرد. تلقی هر یک از ما در مورد بحران‌ها متفاوت است، حتی این‌که چه چیزی بحران است و نوع تأثیر هر سوژه از فردی به فرد دیگر، تفاوت دارد. اما همه ما در یک موضوع مشترک هستیم: زندگی.

یک لحظه در ذهن‌تان مرور کنید که انسان در طول تاریخ چه حوادثی را پشت سر گذاشته است، حوادثی که برای انسان امروزی، حتی تصورش هم سخت به نظر می‌رسد. انسان توانایی سازگاری عجیب و گاه شگفت‌انگیزی دارد. شاید برای خودتان هم پیش آمده است که گاه کاری انجام دهید یا با موضوعی کنار بیایید یا شرایط متفاوت و دشواری را تجربه کنید که قبل از آن، حتی باور هم نمی‌کردید.

این توانایی سازگاری، کنار آمدن با سخت‌ترین مشکلات و تلاش برای ادامه زندگی، بالقوه در همه انسان‌ها وجود دارد، اما به شرطی که توانایی‌های شخصیتی تقویت شود. پس، حرفی را که چند بار در جای جای این مقاله به آن اشاره کردیم را دوباره یادآوری می‌کنیم:

«زندگی را جدی بگیرید»

به قول سهراب سپهری:

زندگی بال و پری دارد با وسعت مرگ،

پرسی دارد اندازه عشق،

زندگی چیزی نیست که لب طاقچه عادت از یاد من و تو برود.



▲ «تاب آوری» آموختنی و اکتسابی است

استراتژی تاب آوری تربیتی - آموزشی در دوران کرونا

به قلم دکتر رضا تقی آبادی



بار شناختی درونی (intrinsic cognitive load) تابع مستقیم انجام یک تکلیف خاص است و به تعداد عناصری اشاره می‌کند که باید به طور همزمان در حافظه کاری پردازش شوند (تعامل‌پذیری عناصر) و به ماهیت ذاتی آموزش و تلاش برای یادگیری یک موضوع خاص اشاره می‌کند.

بار شناختی بیرونی (extraneous) به نحوه ارائه آموزش و ارائه اطلاعات یا تکالیف به یک یادگیرنده اطلاق می‌شود و ناشی از طراحی آموزشی مورد استفاده برای ارائه محتوا است. بار شناختی وابسته (germane) به ظرفیت شناختی مورد نیاز برای ساخت فعالانه دانش یا یکپارچه‌سازی طرح‌واره‌ها اشاره دارد.

این سه بار شناختی، تأثیری افزایشی بر یکدیگر دارند. حضور تدریس ضعیف معلم منجر به طراحی آموزشی ضعیف و افزایش بار شناختی بیرونی می‌شود. معلمان اغلب در آموزش آنلاین، محتوای زیادی را در یک زمان آموزش می‌دهند و بار شناختی درونی را افزایش می‌دهند و فرصت کافی برای یکپارچه‌سازی طرح‌واره‌ها و ساخت فعالانه دانش در اختیار یادگیرندگان قرار نمی‌دهند. افزایش بار شناختی در یادگیرندگان، علاوه بر کاهش بازدهای آموزشی سطح اضطراب یادگیرندگان را بالا می‌برد.

تاب آوری ظرفیتی برای مقاومت در برابر استرس و مشکلات مختلف است. روان‌شناسان همیشه سعی کرده‌اند که این قابلیت انسان را برای سازگاری و غلبه بر خطر و سختی‌ها افزایش دهند. تاب آور بودن به این معنا نیست که از این طریق بتوانید زندگی بدون تجربه استرس را داشته باشید مردم پس از گرفتار شدن در مشکلات و از دست دادن‌ها به احساس غم، اندوه و طیف وسیعی از احساسات دیگر می‌رسند. مسیر دستیابی به انعطاف‌پذیری از طریق کار و توجه بر روی اثرات استرس و وقایع دردناک ایجاد می‌شود.

ارتقاء تاب آوری منجر به رشد افراد در به دست آوردن تفکر و مهارت‌های خودمدیریتی بهتر و ذهن بیشتر می‌شود. هم‌چنین تاب آوری با روابط حمایتی والدین، همسالان و دیگران و هم‌چنین با باورهای فرهنگی و سنتی به افراد برای مقابله با ضربه‌های غیرقابل اجتناب زندگی کودک تاب آوری در انواع رفتارها، افکار و اعمال می‌تواند آموخته شود.

همان‌طور که اشاره شد «تاب آوری» یک مفهوم روان‌شناختی است که معنای آن به زبان ساده می‌شود: «**ظرفیت و توانایی فرد در مقابله با بحران و موارد استرس‌زا**»

تاب آوری در کودکان و نوجوانان مختلف با هم متفاوت است. تاب آوری باعث می‌شود کودک و نوجوان پیروزمندانه از رویدادهای ناگوار بگذرد و با وجود قرار گرفتن در معرض تنش‌های شدید، شایستگی‌های او ارتقاء یابد. از این رو، «تاب آوری» آموختنی و اکتسابی است!

«تاب آوری» یک ویژگی ذاتی نیست، بلکه سازمای شناختی است که از طریق آموزش، تمرین و تجربه حاصل می‌شود و تقویت آن در هر سن و در هر سطحی ممکن است. این خصیصه در کنار توانایی‌های درونی شخص و مهارت‌های اجتماعی او و هم‌چنین در تعامل با محیط تقویت می‌شود، توسعه می‌یابد و به عنوان یک ویژگی مثبت متبلور می‌شود.

عواملی وجود دارند که به انعطاف‌پذیری افراد و تاب آوری آنان در برابر مسائل و مشکلات کمک خواهند کرد، این عوامل عبارتند از:

- روابط نزدیک با خانواده و دوستان،
- نظر مثبت از خود و اعتماد به توانایی‌ها و نقاط قوت خود،
- توانایی مدیریت هیجانات قوی و تکانشی،
- مهارت‌های بهتر حل مسائل و ارتباط خوب.

- احساس کنترل،
- خود را به عنوان یک انسان منعطف دیدن نه به عنوان یک قربانی،
- مقابله با استرس از راه سالم و اجتناب از راهبردهای مقابله‌ای مضر،
- کمک به دیگران،
- یافتن معنایی مثبت در زندگی خود با وجود وقایع دشوار و مشکلات.

اما چطور در دوران کرونا «تاب‌آوری» را در فرزندانمان تقویت کنیم؟

احساس ارزشمندی را در فرزندان پرورش دهید؛ پذیرفتن خود به عنوان فردی ارزشمند و احترام قائل شدن برای خود یکی از خصوصیات بارز تاب‌آوری است. برای تقویت می‌توانید درباره مسائل پیش آمده از او نظرخواهی کنید و اجازه دهید تا نظرات خود را بیان کند با رفتارهایی از این قبیل. فرزندان احساس ارزشمندی و «مهم بودن» می‌کند و همکاری او با والدین در شرایط بحران بیشتر می‌شود.

با فرزند خود همدلی کنید و همدلی کردن را به او آموزش دهید، به جای اینکه دائماً به او بگوئید که نگرانی‌اش درباره این بیماری بی‌مورد است. احساس او را درک کنید و بپذیرید. به او بگوئید که «می‌فهمم که حرف‌هایی که درباره کرونا شنیدی، حسابی نگران‌ت کرده، به تو حق می‌دهم که این چنین احساسی داشته باشی، اما بیا ببینیم که چه کارهایی می‌توانیم بکنیم که مریض نشویم».

به آن‌ها بگوئید که پزشکان در سراسر دنیا در تلاش هستند که این بیماری را ریشه‌کن کنند. به آن‌ها به اندازه لازم و با توجه به شرایط سنی و رشدی خودش اطلاعات بدهید. بدون شک یکی از راه‌های افزایش تاب‌آوری فرزندان در محیط خانه، آگاه‌سازی آنان درباره بحران به وجود آمده است.

برای او در خانه «مسئولیت» تعریف کنید؛ بر اساس سن و توانمندی‌های آنان، به او مسئولیت‌های مختلفی بدهید. این مسئولیت می‌تواند چیدن میز غذا باشد یا آبیاری گلدان‌ها یا هر کاری که فرزندان از پس انجام آن برمی‌آید. این کار اعتماد به خود را در فرزندان بالا می‌برد و تاب‌آوری‌اش را تقویت می‌کند. از فرصت پیش آمده برای آموزش فرزندان استفاده کنید. «بعطف‌پذیری» و «تاب‌آوری» را در فرزندان تقویت کنید؛ افراد تاب‌آور، ذهنیتی خلاق درباره توانایی‌های خود و شرایط موجود دارند. آن‌ها با تغییر شرایط، رفتار خود را تغییر می‌دهند و خود را با شرایط جدید سازگار می‌کنند.

حال که با کلیت تاب‌آوری و مرور نکات آن بیشتر آشنا شدیم، خوب است با شن روش زبر، تاب‌آوری را در خود و فرزندانمان تقویت کنیم؛ این موارد از سوی انجمن روان‌شناسی آمریکا به عنوان پیشنهاداتی برای استقامت و تاب‌آوری افراد در مقابله با مشکلات و شرایط سخت مطرح شده است. این موارد عبارتند از:

۱. برقراری روابط بین فردی:

حفظ روابط خوب با اعضای خانواده و دوستان، شاخص مهمی برای افزایش تاب‌آوری است.

۲. ندیدن بحران‌ها به صورت موقعیت‌های برطرف‌نشده‌نی:

فراز و نشیب‌های زندگی غیرقابل اجتناب است. هر چند ما نمی‌توانیم حقیقت این مشکلات را تغییر دهیم، اما می‌توانیم تفسیر خودمان را از این موقعیت‌ها عوض کنیم.

لحظه‌ای که موقعیت‌های نامطلوب زندگی را به صورت مسائلی برطرف‌نشده می‌بینیم، گام‌های مثبتی که قادر هستیم برای حل این مشکلات برداریم محدود یا بازداری می‌شود.

۳. هدف‌گذاری:

داشتن هدف در زندگی و توانمندی برای هدف‌گذاری، شاخص مهمی در تاب‌آوری است. فردی که هدف‌گذاری را به زندگی خویش ضمیمه می‌کند، جهت‌گیری آینده خود را افزایش می‌دهد و برای تحقق بخشیدن به آن تلاش خواهد کرد.

۴. داشتن اقدام‌های قاطعانه:

برای افراد ممکن است هنگامی که با مشکلی مواجه می‌شوند، منتظر شوند تا مسائل خودشان حل شوند. این نوع برخورد با مسائل، شاخصی از نداشتن تاب‌آوری است. در مقابل، توانمندی برای عمل جسورانه در موقعیت‌های نامطلوب به منظور حل مسائل می‌تواند شاخصی از تاب‌آوری باشد.

۵. پرورش دیدگاه مثبتی از خود:

دارا بودن اعتماد به نفس و اعتماد به قابلیت‌های شخصی خود، شاخصی از تاب‌آوری است. قیل از سعی برای حل موفقیت‌آمیز مسائل، فرد باید به توانایی خود برای انجام آن باور داشته باشد. هیچ شخصی بدون این باور نمی‌تواند گام‌های ضروری را برای حل مسائل بردارد.

۶. مراقب خود بودن:

مراقب خود بودن شاخص مهمی از تاب‌آوری است. این می‌تواند با حساسیت نسبت به هیجانات و نیازهای

شخصی خود، صرف زمان برای خود، حفظ سلامت جسمانی و مشارکت در فعالیت‌هایی که فرد از آن لذت می‌برد، مشخص شود. فردی که می‌تواند خود را به لحاظ جسمانی و روان‌شناختی متناسب نگه دارد، کوشش‌ها و اشتیاق بیشتری برای حل مشکلات از خود نشان خواهد داد.

▲ تاب‌آوری و تغییر مثبت در زندگی

در سال ۱۹۷۹ مدیران شرکت اپلینوبز بل تلفن (IBT) اقدام به تغییر و بازسازی قوانین و شرایط سازمان کردند و در نتیجه تعداد زیادی از کارکنان دچار عوارض استرس ناشی از تغییرات از قبیل حمله‌های قلبی، سرطان، خودکشی، اضطراب و افسردگی، اعتیاد به الکل و دارو شدند و تعداد کمی حدود یک سوم هم با این شرایط سازگار شده و حتی رشد و پیشرفت کردند.

دکتر سالواتر مدی (Dr. Salvatore Maddi) روان‌شناس تحصیل کرده دانشگاه هاروارد کمبریج به همراه سوزان کوباسا (Suzanne C. Kobasa) طی ۱۲ سال آزمایش و تحقیق بر روی کارکنان شرکت اپلینوبز بل تلفن (IBT) به این نتیجه رسیدند که آن دسته از کارکنانی که توانسته بودند از این تغییرات سازمانی و تنش ناشی از آن جان سالم به در بردند دارای شخصیت سرسخت (تاب‌آور) بودند.

نتیجه سال‌ها تحقیق، آزمایش، مطالعه و مصاحبه‌های دکتر مدی و کوباسا روی گروه‌های متعددی از سربازان، مدیران، ورزشکاران و دانشجویان در قالب کتابی با نام سرسختی (Hardiness) این است:

«کسانی که تغییر را در شرایط تنش به عنوان چالش مثبت در نظر می‌گیرند و نسبت به تغییر ایده‌ها نگرش مثبت دارند، احساس اعتماد به نفس و توانایی بیشتری دارند و به دنبال حل مشکلات هستند و نه اجتناب از آن‌ها و کمتر دچار بیماری فیزیکی و روحی می‌شوند».

پس تاب‌آوری مانند سپری از ما در شرایط پرتنش و سخت و استرس‌زا محافظت می‌کند باعث رشد و



پرورش شخصیت فرد و انعطاف‌پذیری و بازیابی می‌شود.

تاب‌آوری ترکیبی از مکانیزم‌های شناختی، رفتاری و فرآیندهای بیولوژیکی است و از این رو، موجب جسارت افراد برای روبه‌رو شدن با شرایط پرتنش و استرس‌زا می‌شود.

افراد تاب‌آور، فعال‌تر و هدفمندترند و با علاقه و هیجان زندگی می‌کنند. آن‌ها قدرت انتخاب دارند و مسئولیت زندگی خود را به عهده می‌گیرند.

آن‌ها وقتی در زندگی با موقعیت‌های استرس‌زا روبه‌رو می‌شوند آن را نه انکار می‌کنند و نه با خشونت با آن مواجه می‌شوند، بلکه می‌پذیرند.

تاب‌آوری قدرت جایگزینی افکار و روش‌های تفکر مثبت را به جای تفکر منفی به فرد می‌دهد و موجب می‌شود افراد بتوانند هیجان، تعارض و تنش را مدیریت کنند.

مواردی که ذکر شد در مجموع سلسله‌ای از مهارت‌ها و توانمندی‌هایی را در افراد تاب‌آور ایجاد می‌کند که منجر به تمایز آنان با دیگر افراد جامعه خواهد شد و این تمایز در صورت مختلف زندگی شخصی، کاری و اداری، تحصیلی و... تبلور خواهد یافت. این ویژگی‌ها که وجه تمایز افراد تاب‌آور با سایر افراد است عبارتند از:

۱. احساس ارزشمندی

پذیرفتن خود به عنوان فردی ارزشمند و احترام قائل شدن برای خود و توانایی‌هایشان.

بی‌قید و شرط دوست داشتن و سعی در شناخت نقاط مثبت خود و پرورش دادن آن‌ها و از طرف دیگر شناخت نقاط ضعف خود و کتمان نکردن آن‌ها.

علاوه بر آن سعی می‌کنند که این نارسایی‌ها را با واقع‌بینی برطرف کرده و در غیر این صورت با این ویژگی‌ها کنار می‌آیند.

۲. مهارت حل مسئله

همان‌طور که در ابتدای مقاله هم اشاره شد، مهارت حل مسئله یکی از مهارت‌هایی است که افرادی که تاب‌آوری بالا دارند به خوبی به آن مسلط هستند. این افراد در مقابل شرایط مختلف انعطاف‌پذیر می‌باشند و توانایی بالایی در پیدا کردن راه حل‌های مختلف درباره یک موقعیت یا مسئله خاص دارند.

همچنین توانایی ویژه‌ای در تجزیه و تحلیل واقع‌بینانه مشکلات شخصی و پیدا کردن راه حل‌های کارساز برای حل و فصل مشکلاتی که به آسانی و سریع حل نمی‌شوند، دارند.

۳. کفایت اجتماعی

این دسته از افراد مهارت‌های ارتباط با دیگران را خیلی خوب آموخته‌اند. آن‌ها می‌توانند در شرایط سخت هم شوخ‌طبعی خودشان را حفظ کنند، می‌توانند با دیگران صمیمی شوند و در مواقع بحرانی از حمایت اجتماعی دیگران بهره ببرند؛ ضمن اینکه این گونه آدم‌ها می‌توانند سنگ صبور خوبی باشند، وقتی برایشان حرف می‌زنند خوب گوش می‌دهند و خودشان را جای

شما می‌گذارند.

در ضمن، آن‌ها طیف وسیعی از مهارت‌ها و راهبردهای اجتماعی شامل مهارت‌های گفتگو، آموختن برای گوش دادن به دیگران و احترام گذاشتن به احساسات و عقاید دیگران که در تعاملات اجتماعی بسیار مهم است را دارا هستند.

افراد تاب‌آور شبکه اجتماعی و عاطفی محکمی دارند، چنین ارتباطاتی به آن‌ها کمک می‌کند، درباره نگرانی‌ها و چالش‌های خود با کسی صحبت کنند، از مشورت، همدلی و همراهی آن‌ها بهره‌مند شوند، راه حل‌های جدید را کشف کنند و در مجموع از لحاظ روانی احساس قدرت و آرامش کنند.

۴. خوش‌بینی

اعتقاد راسخ به اینکه آینده می‌تواند بهتر باشد، احساس امید و هدفمندی و باور به اینکه می‌توانند زندگی و آینده خود را کنترل کنند و موانع احتمالی نمی‌تواند آن‌ها را متوقف سازد.

۵. همدلی

تاب‌آورها دارای توانایی برقراری رابطه توأم با احترام متقابل با دیگران هستند که موجب به هم پیوستگی اجتماعی یعنی احساس تعلق به افراد، گروه‌ها و نهادهای اجتماعی می‌شود.

۶. اعتماد به نفس

بدون اعتماد به نفس، در شرایط سخت و بحرانی مغلوب خواهیم شد. حتی اگر مهارت‌های قوی در هر کاری داشته باشیم، به گفته کارشناسان، انزوای افراد و دلهره و استرس و آسیب‌های روحی و روانی ناشی از کرونا و در نهایت تهدید سلامت روان افراد جامعه بسیار خطرناک‌تر از ویروس کروناست و در چنین شرایطی افراد باید یاد بگیرند تاب‌آوری‌شان را افزایش داده و با مشکلات بهتر مقابله و در برابر خطرات و آسیب‌ها مقاومت کنند.

همه ما می‌دانیم کرونا روزی تمام می‌شود، به هر حال روزی در این زمین زندگی خواهیم کرد که اثری از COVID 19 نباشد اما مشکلات خانوادگی، وسواس روحی و مشکلات اجتماعی آن می‌تواند تا ابد روی جسم و روح انسان باقی بماند و در این وضعیت، نیاز است تا با بالا بردن سطح تاب‌آوری اجتماعی تلاش کنیم تا این روزها را با تنش و چالش کمتری به آنها برسائیم.

در این میان، نان هاندرسن، تاب‌آوری را ترکیبی از ۶ عامل زیر معرفی می‌کند:

- فراهم‌سازی حمایت مهربانانه،
- طراحی و ارتباط‌سازی برای افزایش امیدواری،
- فرصت‌سازی برای مشارکت معنادار،
- پیشاهنگی در پیوندهای اجتماعی،
- مرزبندی شفاف و سازگار،
- آموزش مهارت‌های زندگی.

بنابراین شاید بهتر باشد که در تبیین تاب‌آوری به این نکات توجه کنیم:

۱. تاب‌آوری روندی پویا است.

۲. تاب‌آوری وابسته به اوضاع است. یعنی یک رفتار سازگارانه در یک موقعیت، ممکن است در موقعیت‌های دیگر ناسازگار باشد.

۳. تاب‌آوری محصول تعامل ویژگی‌های شخصیتی با عوامل محیطی است.

۴. تاب‌آوری در شرایط پرمخاطره، دشوارتر می‌شود.

۵. تاب‌آوری قابل یادگیری است.

با عنایت به جمیع مواردی که در این مقاله عنوان شد و با توجه به پژوهش‌های صورت گرفته، هم‌چنین عدم رعایت و نیل به تاب‌آوری فردی چه به صورت توجه در بستر خانواده و به عنوان پدر و مادر یا هر یک از اعضای جامعه و هم‌چنین نهادینه کردن آن در یکایک

اعضای خانواده با اجتماع اعم از فرزندان یا همکاران، قطعاً استرس روان‌شناختی حاصل از بیماری همه‌گیر کرونا و قرنطینه (برای مهار این بیماری) پیامدهای نامطلوبی در سطوح فردی، بین فردی و آموزشی

برای کودکان و نوجوانانی که در سنین تحصیل هستند ایجاد می‌کند. بررسی پیامدهای روان‌شناختی

بیماری کرونا در بُعد فردی نشان می‌دهد که کودکان و نوجوانانی که در سنین تحصیلی هستند از مشکلاتی مانند افسردگی، اضطراب، اختلال استرس پس از

آسیب، خشم، بی‌حوصلگی، احساس تنهایی، از دست دادن آزادی، پربشانی‌های روان‌شناختی و هيجانی، استرس‌های روان‌شناختی، خستگی، ترس از سرایت

بیماری به خودشان و افراد خانواده، بی‌خوابی، مشکلات تغذیه و کاهش فعالیت بدنی و محدود شدن تفریحات رنج می‌برند.

در بُعد مشکلات بین فردی در دانش‌آموزان حاکی از آن است که بیماری کرونا پیامدهایی مانند محدودیت در ارتباط مؤثر با افراد خانواده، همسالان و معلمان، شبکه حمایت اجتماعی ناکافی و دریافت اطلاعات نامناسب، کاهش درآمد خانواده و ترس از ابتلا اعضای

خانواده آنان به بیماری کرونا را در پی دارد.

تحصیل آموزش آنلاین به کودکان و نوجوانان در ایام قرنطینه مشکلاتی را در حوزه آموزشی برای آنان به وجود می‌آورد.

در بُعد آموزشی، مشکلاتی هم‌چون حضور شناختی و حضور اجتماعی ضعیف یادگیرندگان در فرآیند آموزش آنلاین، حضور تدریس ضعیف و مشکلات طراحی

برنامه آموزشی آنلاین در معلمان است.

هم‌چنین به دلیل افزایش بار شناختی، آموزش آنلاین منجر به افزایش اضطراب تحصیلی و نگرانی از ارزشیابی پایانی در دانش‌آموزان می‌شود.

مدیریت زمان ضعیف، ضعف انگیزه تحصیلی و اهمال‌کاری (مانند رفتارهای اجتناب از مطالعه و انجام تکالیف تحصیلی) نیز مشکل دیگر دانش‌آموزان در شرایط همه‌گیری بیماری کرونا و قرنطینه است.

یک جرعه تجربه

آشنایی با مدیریت مقطع متوسطه اول

در دبیرستان دوره‌ی اول مصباح و از زمان حضور و تصدی مدیریت جناب آقای جوشنی، استراتژی تغییر در نظام آموزشی با شعار «مهارت و توانایی بر پایه‌ی اخلاق و دانایی» چشم اندازی شد تا ضمن ایجاد مهارت های گوناگون برای کسب توانایی در دنیای پرشتاب و تکنولوژیک کنونی و هم‌چنین توجه به اصول اخلاقی در ایجاد روابط اجتماعی مناسب تر، زمینه ساز دانایی و خردورزی دانش آموزان و فارق التحصیلان این دوره را فراهم نماید.

لطفاً به صورت اجمال خود را معرفی کنید.



علی حاجی زاده جوشنی

کارشناسی مدیریت اجرایی
از دانشگاه استفوره نایر انگلستان

کارشناسی ارشد
روانشناسی عمومی
از دانشگاه آزاد اسلامی

۲۲ سال سابقه کار در آموزش و پرورش

علی حاجی زاده جوشنی هشتم، متولد آذرماه یکهزار و سیصد و پنجاه و هشت در محله دیباجی تهران، متأهل هستم و یک فرزند پسر دارم به نام نیکان. دارای مدرک کارشناسی مدیریت اجرایی از دانشگاه استفورد شایر انگلستان و مدرک کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی از دانشگاه آزاد. هم اکنون نیز در حال انجام مقدمات مدیریت دکتری روانشناسی می‌باشم.

از تیرماه ۱۳۷۹ همکاری خودم را با مؤسسه آموزشی مصباح شروع کرده و از سال ۱۳۹۲ تاکنون به عنوان مدیر دوره اول دبیرستان مصباح مشغول فعالیت می‌باشم. در مدت این ۲۲ سال که افتخار همکاری با این مؤسسه فاخر را داشته‌ام در موقعیت‌های متعدد و متنوعی قرار گرفته و مسئولیت های ویژه‌ای در بخش های آموزشی و تربیتی داشته‌ام. از جمله می‌توان به طراحی و اجرای برنامه‌های تکاپو که به منظور بازدید هدفمند و آشنایی دانش آموزان با محیط های صنعتی، ادارات و سازمان های دولتی و نیز مراکز اجتماعی طراحی شده بود و با استقبال تعداد فراوانی از دانش آموزان و همکاری مربیان مجرب روبه رو و در کارنامه فعالیت های مصباح ماندگار شده است؛ اشاره کرد و همچنین به عنوان مدرس کارگاه مکانیک خودرو در یک فوق برنامه مهیج به نام کاوش؛ معاونت انضباطی دوره راهنمایی، مسئول هماهنگی و پشتیبانی اداری دبیران برون مرزی مصباح، معاون آموزشی و مشاور در پایه‌های مختلف تحصیلی در مدارس تحت مدیریت مؤسسه مصباح در جزیره کیش و نیز دبیر درس زیست شناسی؛ در مقاطعی مشغول به انجام وظیفه و پیگیری برنامه های اجرایی محول شده بوده‌ام.



برای پویایی یک مدرسه چه باید کرد و چه موانعی وجود دارد که باید از سر راه برداشته شوند؟

یک مدیر موفق آموزشی برای پویایی مجموعه تحت مدیریتش به ابزار و تجهیزاتاتی نیازمند است. این ابزار صرفاً نمی‌تواند امکانات فیزیکی باشد. یعنی نمی‌توانیم پویایی یک مدرسه را با تعداد رایانه‌ها، تخته‌های هوشمند، لوازم و زمین‌های ورزشی، کلاس‌های متفاوت، فوق‌برنامه‌های جذاب، رسانه‌های قدرتمند و ... بسنجیم. به عقیده بنده، امکانات مبتدائی (فکری) هستند که سبب پویایی و تعالی مدرسه می‌شوند. من در مجموعه خود از ابزار بسیار قدرتمندی به نام **خرد جمعی** و تفکر انتقادی در جهت نشاط و رشد سازمانم استفاده می‌کنم. در متوسطه اول مصباح، باورمان بر این است که همه افراد با توجه به تجربه و اطلاعات خود در پروسه تصمیم‌گیری مشارکت داشته باشند. خرد جمعی ضمن این که نقاط ضعف یک تصمیم را به حداقل می‌رساند به مجریان برنامه این امکان را می‌دهد تا نسبت به انجام یک طرح کاملاً توجیه باشند از طرفی دیگر، سیاست‌های آموزشی اگر در حین اجرا، دچار دگرگونی و یا بی‌ثباتی گردند، اثرات نامطلوبی بر انگیزه و رفتار کادر آموزشی و اجرایی خواهند داشت و نتایج و ثمرات برنامه‌ها را تحت الشعاع قرار می‌دهند بدون شک اجرای برنامه‌های بی‌نقص و موفق باعث افزایش نشاط و پویایی سازمان و ایجاد حس موفقیت و رضایت در مجریان و ذی‌نفعان می‌شود.

در متوسطه اول مصباح، باورمان بر این است که همه افراد با توجه به تجربه و اطلاعات خود در پروسه تصمیم‌گیری مشارکت داشته باشند. خرد جمعی ضمن این که نقاط ضعف یک تصمیم را به حداقل می‌رساند به مجریان برنامه این امکان را می‌دهد تا نسبت به انجام یک طرح کاملاً توجیه باشند

مدیر یک مجموعه پویا می‌بایستی همواره شنوای ایده‌های نو و خلاقانه باشد و بر روی ناب‌ترین آن‌ها سرمایه‌گذاری کند. وقتی ایده‌ها، توسط افراد شکل گرفته و اجرا می‌گردد بالاترین انگیزه را به خود مجریان می‌دهد. یکی دیگر از ابزارهای لازم برای پویایی محیط، داشتن نگاه چندلایه و چندجانبه به سازمان است. مدیر یک مجموعه آموزشی باید همه جانبه‌نگر باشد و بتواند جذابیت و تناسب لازم بین تمامی برنامه‌های آموزشی، تربیتی، معلمان، مربیان، دانش‌آموزان و خانواده‌ها را در یک سطح نگه دارد. در یک سازمان پویا، تصمیمات کلان مدیریتی می‌باید دائمی و بدون نقص و البته روش اجرای آن‌ها منعطف و قابل تغییر باشد چرا که به انگیزه و راهبرد مجریان کمک نموده و نتایج برنامه‌ها را قابل بررسی و محاسبه می‌نماید. بر این باورم که راز داشتن یک سازمان موفق، داشتن یک برنامه ارزیابی چندگانه است. در ارزیابی چندگانه افراد مختلف، وظایف متنوع و نتایج عملکرد آن‌ها و نیز موفقیت برنامه‌ها با یک شیوه مورد ارزیابی قرار نمی‌گیرد و مؤلفه‌های اندازه‌گیری، متناسب با تنوع سازمانی به متغیرهای نموداری تبدیل شده و نقاط مثبت و منفی این طرح به گزارشی چندبعدی برای ارتقای سیستم تبدیل می‌گردد. در همین راستا و در جهت پویایی و چابکی سازمانی، بنده در چند سال گذشته طرح ارزیابی چندگانه را جایگزین ارزیابی‌های سنتی کرده‌ام. به این منظور در متوسطه اول، حوزه وظایف افراد را به چهار بخش تفکیک کرده ایم و بر اساس این تقسیم‌بندی که در ادامه به آن اشاره می‌کنم، برنامه‌ها و وظایف همکاران خود را ارزیابی و بررسی می‌نمایم:

راز داشتن یک سازمان موفق، داشتن یک برنامه ارزیابی چندگانه است.

(الف) وظایف عمومی: این شرح شغل به مجموعه وظایفی گفته می‌شود که در عرق مدارس و در شیوه نامه‌های آموزش و پرورش به تعریف مشترک و باور عمومی رسیده است. به عنوان مثال می‌توان وظایف یک مربی پرورشی و یا یک معاون انضباطی مدرسه را در مراکز آموزشی با تعریف یکسانی مشاهده و بررسی نمود. این نوع عملکردها را می‌توانیم از طریق ذی‌نفعان یعنی خانواده‌ها و فراگیران آن ارزیابی نموده و در صورت حسن انجام آن‌ها، مشوق‌هایی از قبیل ارتقای شغلی در نظر بگیریم.

(ب) وظایف مؤسسه‌ای: مجموعه وظایف ابتدائی و منحصر به فردی که در مؤسسه مصباح و از طریق جلسات و با خرد جمعی خلق و تولید شده و به افراد ابلاغ گردیده و بسیار فراتر و متنوع‌تر از وظایف عمومی و عادی بوده و برای انجام آن‌ها نیاز به ایده‌پردازی اولیه و خلاقیت در اجرا است، وظایف مؤسسه‌ای نامیده می‌شود. ارزیابی این وظایف توسط کارگروه‌های داخلی در مؤسسه انجام گرفته و موفقیت‌های ناشی از این نوع عملکرد، علاوه بر ارتقای شغلی، تقدیرهای مادی و ضرب حقوقی برای مسئولین و مجریان برنامه‌ها در پی خواهد داشت.

(ج) وظایف خودخواسته: همه افراد و کارکنان یک سازمان با استفاده از هوش کاری و حرفه‌ای و تجربیات زیسته خود، علاقمند هستند به منظور بهبود عملکرد محیطی، ضمن ایده‌پردازی و خلق برنامه عملیاتی، در اجرای وظایف واگذار شده به بهترین شکل رفتار نمایند. به این سبک از فعالیت و روش کاری؛ وظایف خودخواسته می‌گوئیم. توجه به این نوع از تعهدات کاری و ارزش‌گذاری متناسب برای مجریان آن نقش به‌سزایی در پویایی سازمان خواهد داشت و مدیر می‌تواند از طرق مختلف و شیوه‌های متنوع، این نوع رفتار کاری را مورد توجه و تقدیر قرار دهد.

(د) وظایف رسالتی: در واقع این گونه از وظایف به فعالیت‌هایی اطلاق می‌شود که فرد با انگیزه‌ها و کشش‌های ذاتی و از روی باورهای حرفه‌ای و معنوی، در جهت اقتناع و ارضای تعهدات درونی خود و بدون چشمداشت و فراتر از وظایف و حدود مشخص شده پیگیری می‌نماید. این نوع فعالیت‌ها متناسب با علاقه، تعهد و ظرفیت افراد در بسته‌های متنوع به مدیریت پیشنهاد و در صورت تأیید اجرا می‌گردد. معمولاً طراحان و مجریان وظایف رسالتی، انتظار مالی و حقوقی در قبال آن‌ها نداشته و صرفاً تقاضای فراهم بودن بستری مناسب برای اجرای تفکرات خود دارند. بدیهی است که این نوع عملکرد از زمره ارزشمندترین رفتار سازمانی با اثرات ویژه و ماندگار می‌باشد که مدیر با نگاهی ویژه و تقدیراتی ارزنده از مجریان آن قدردانی می‌نماید.

دبیرستان دوره اول مصباح چه ویژگی‌های شاخص و بارزی دارد؟

مجموعه مصباح برآمده از تفکری عمیق و بالنده و حاصل نگرشی عالمانه و چشم‌اندازی وسیع و روشن می‌باشد که طی این سال‌ها طراح برنامه‌هایی بی‌بدیل و فعالیت‌هایی متنوع و ماندگار در نظام تربیتی بوده است. اختصاص چند ویژگی یا چند واژه برای این جریان متغیر و زنده حق مطلب را ادا نمی‌کند اما اگر بخواهیم دبیرستان دوره اول مصباح را در چند واژه به تصویر بکشیم، این گونه توصیف خواهیم کرد:

پیشتاز و بی‌رقیب، خلاق و هنرمند، پرکار و متعادل

به نظر شما مدیر یک مدرسه چه ویژگی‌هایی باید داشته باشد؟

همان‌طور که مستحضرید مدیریت در یک مدرسه با مدیریت در یک سازمان، کارخانه تولیدی، شرکت بازرگانی، ادارات و وزارتخانه‌های دولتی تفاوت محسوسی دارد. در سبک مدیریت سازمان‌ها؛ مدیر تلاش می‌کند تا تمام توان و دانایی خود را صرف مدیریت منابع، امکانات، طرح‌ها، پیشرفت سازمانی، مبارزه با رقبا و موفقیت در بازار و در مجموع حفظ و نگهداشت مجموعه خود نماید. معمولاً در این مراکز بخش کوچکی از وظایف مدیر از طریق یک مدیر میانی و در قالب مدیریت منابع انسانی پیگیری و رسیدگی می‌گردد. اما شما در مدارس یا شیوه‌ای از مدیریت مواجه هستید که در آن مدیر می‌بایستی دانایی و توان خود را صرف آموزش منابع انسانی به عنوان مهم‌ترین سرمایه سازمان نموده و بخش بسیار کوچکی از وقت و انرژی خود را به دیگر مواردی که در بالا ذکر شد اختصاص دهد. کار با انسان‌ها سبب می‌گردد تا مدرسه مانند یک موجود زنده همواره با رویدادها، چالش‌ها و موانع جدید و غیرقابل پیش‌بینی مواجه گردد و مدیر باید در هر لحظه بتواند با تصمیمات جدید و منعطف موقعیت‌های غیرمشابه را مدیریت نماید. مدیر موفق در مدرسه می‌بایستی دارای مهارت‌های دیگری هم باشد؛ که در ادامه به آن‌ها می‌پردازیم.

اولین و کلیدی‌ترین مهارت، «مهارت‌های سه گانه» است. البته نام‌گذاری آن توسط خودم

صورت پذیرفته است. این مهارت‌ها شامل مطالعه، تفکر و خلاقیت است.

از یک دیدگاه، شغل معلمی بسیار شبیه پزشکی می‌باشد. هم معلمین و هم پزشکان باید با مطالعه مستمر، خود را به روز نگه دارند و گزینه قابلیت‌های شغلی خود را به مرور از دست می‌دهند. پزشک می‌بایستی از روش‌های درمانی و داروهای جدید آگاهی پیدا کند و معلم هم باید با آگاهی از نیازها و خصوصیات نسل‌های جدید و متدهای نوین آموزشی به صورت مداوم خود را بروز نگه دارد. در کنار این آگاهی، یک برنامه ریز آموزشی باید بتواند داده‌های اطلاعاتی خود را با خلاقیت تبدیل به یک برنامه عملیاتی نماید. برنامه‌ای که جذب حداکثری فراگیران را برای یادگیری بیشتر به همراه داشته باشد.

دومین ویژگی یک مدیر آموزشی موفق داشتن یک تفکر کاربزماتیک به جای یک رفتار هایپر اکتیو است. مدیر دارای تفکر کاربزماتیک به مثابه یک رهبر آموزشی در تصمیمات خود آن‌قدر دقیق و جامع عمل می‌نماید که جایی هیچ تردیدی در اجرای وظایف واگذار شده برای مجربان باقی نمی‌گذارد.

سومین ویژگی یک مدیر موفق هوش هیجانی بالاست. رهبر آموزشی با هوش هیجانی بالا، آن‌قدر توانمند است که می‌تواند مربیان و مترجمان خود را در یک زمان نسبت به انجام وظایف سخت تهییج نماید.

در **چهارمین ویژگی یک رهبر آموزشی**

می‌توانیم به هوش میان فردی اشاره نمایم. یک مدیر موفق می‌بایستی در کلیه ارتباطات و مناسبات بتواند حالات روحی، مشکلات شخصی، وضعیت جسمانی، دیدگاه فرد مقابل نسبت به موضوعات مطروحه و یا توان افراد برای انجام یک مأموریت آموزشی را به بهترین شکل تشخیص دهد و مسئولیت‌ها را مطابق با همین تشخیص واگذار نماید. این امر روابط عاطفی بین واگذار کننده مأموریت و مجری آن را تعمیق می‌بخشد که در نهایت منجر به بهبود عملکرد سازمان می‌گردد.

در **پنجمین خصوصیت، باید به نگرش چندوجهی مدیر اشاره نمود.** با این شرح که مدیر باید بتواند فرآیند برنامه‌ها و طرح‌هایی که در سازمان خود ابلاغ می‌نماید را به صورت فرضی و تا حدودی، پیش‌بینی نماید، درصد موفقیت را ارزیابی کند، موانع موجود را بشناسد و تصمیمات جایگزین را در سبب مدیریت خود داشته باشد. این ویژگی سبب می‌شود تصمیمات به صورت سلسله‌وار منجر به شکست نشود و سازمان را مستهلک ننماید.

آخرین خصوصیت یک مدیر آموزشی داشتن یک روحیه خستگی‌ناپذیر است. بر خلاف دیگر مشاغل، یک مربی و معلم هرگز نمی‌تواند نتایج زحمات خود را در کوتاه مدت ببیند. عدم مشاهده نتیجه در بازه زمانی کوتاه، مهم‌ترین عامل فرسودگی این شغل است؛ لذا تمامی کسانی که در حوزه تصمیم‌گیری و مدیریت سازمان‌های آموزشی مشغول هستند باید از صبر و شکیبایی بسیار بالا و روحیه‌ای جنگنده و خستگی‌ناپذیر برخوردار باشند.



▲ در روند ایجاد تعامل بین مدرسه و دانش‌آموزان به چه مواردی اشاره می‌کنید؟

واقعیت امر این است که تمامی خصوصیات و مشخصه‌هایی که از نسل جدید بیان می‌گردد در حال‌های از ابهام و مه‌آلود است. نسل جدید خصوصیات خاص خودش را دارد و بسیار متفاوت از گذشته می‌اندیشد و رفتار می‌کند. به جرأت می‌توان گفت آن‌ها باهوش‌ترند اما هوش هیجانی پایین‌تری دارند، نحوه ارائه احساساتشان متفاوت است، باورهای عجیبی دارند. از نسل‌های قبلی منطقی‌ترند اما شاید بی‌گذشت‌تر؛ سواد کم‌تری نسبت به گذشته دارند ولی به اطلاعات بسیار وسیع‌تر و همه‌جانبه‌تری دسترسی دارند.

بهترین و کامل‌ترین توصیف برای نسل جدید دانش‌آموزان در میان مریبان، استفاده از واژه «نسل ناشناخته» است

در اینجا می‌توان به موارد بسیاری اشاره کرد و ساعت‌ها به بحث و گفت‌وگو در این باره نشست اما به طور یقین هنوز هیچ گروهی به صورت کامل بر روی این نژاد متفاوت انسان؛ دوباره تأکید می‌کنم که این نژاد متفاوت انسان، مطالعه عمیق و کاربردی نکرده است. برای ما مریبان، بهترین و کامل‌ترین توصیف، استفاده از واژه «نسل ناشناخته» است. اما من باور دارم با دو «شاه کلید اصلی» می‌توانیم به دژ محکم آن‌ها نفوذ کنیم به طوری که آن‌ها ما را در خلوت ذهنی خودشان بپذیرند و با ما ارتباط برقرار نمایند. **اولین کلید واژه‌ی من، «رابطه عاطفی»** است. این نسل برخلاف ظاهر نسبتاً سرد و ارتباط‌گیری بی‌روحش؛ تشنه محبت کردن و مورد محبت قرار گرفتن است. ما مریبان اجازه نداریم به هر دلیلی محبتمان را از این نسل دریغ کنیم. ما وظیفه داریم تا بیش‌ترین تلاشمان را برای برقراری رابطه مؤثرتر از طریق ایجاد ارتباط عاطفی به کار گیریم. دومین کلیدواژه، این است که در مواجهه با آن‌ها از ابزار «درک، به جای شناخت» استفاده کنیم. همان‌طور که اشاره شد باید بپذیریم که برای شناخت این نسل راه درازی در پیش داریم و این امر نیاز به ایجاد کارگروه‌هایی از نخبگان، روانشناسان بالینی، روانشناسان رشد و جامعه‌شناسان متبحر دارد. البته فعلاً در کشور هیچ عزمی برای تشکیل این گروه‌ها نیست. لذا ما مریبان می‌بایستی تلاش کنیم تا با جایگزینی مهارت درکی به جای مهارت‌های

شناختی، شرایط ارتباط با نسل نوجوانان را تسهیل کنیم. البته که مهارت درک، در نهایت این امکان را به ما می‌دهد تا با همراهی آن‌ها و در کنار آنان قرار گرفتن، متوجه شویم که چه می‌گویند؟ چه می‌خواهند؟ چه آرزوهایی دارند؟ و چه رفتاری را از ما می‌پسندند؟ این یعنی همان، «مهارت شناختی».

▲ شما مدیری هستی که با همکارانتان رابطه صمیمانه‌ای دارید، رمز موفقیت شما در ارتباط مؤثر و موفق با همکارانتان چیست؟

در ابتدا اجازه می‌خواهم به این نکته اشاره داشته باشم که یک مدیر هر اندازه؛ عالم، باتجربه، خاکی و با توانمندی‌های بالا در اداره امور باشد؛ تا زمانی که یک تیم اجرایی خوب در کنارش قرار نگیرد، نمی‌تواند طعم موفقیت را بچشد و در یک چرخه باطل دچار اصطکاک و فرسودگی شغلی می‌گردد. در پاسخ به پرسش شما می‌توانم عرض کنم که بنده بسیار خوش شانس بوده‌ام که یک تیم کاربلد، یک‌دمت، حرفه‌ای، توانمند و دوست‌داشتنی در کنارم مشغول به فعالیت هستند و این مهم‌ترین راز موفقیت بنده در ارتباط کاری و عاطفی با همکاران فرهیخته‌ام می‌باشد.

البته این بدان معنی نیست که در دبیرستان دوره اول تعارضات سازمانی در حد صفر است بلکه همکاران من که از سرآمدان حوزه آموزشی و تربیتی هستند، توانسته‌اند با هوش و درایت بالا این اختلافات را با حداقل آسیب؛ مدیریت، کنترل و مرتفع نمایند. بنده هم در حوزه مدیریتی همواره تلاش کرده‌ام نسبت به تمامی خواسته‌های آنان بی‌تفاوت نبوده و درک متقابلی از انتظاراتشان داشته باشم. تلاش کردم تا ارتباط نزدیکی را از طریق طراحی یک چارت

سازمانی خطی با تمامی افراد داشته باشم. همچنین تلاش می‌کنم تا وظایف سازمانی افراد را بر اساس توانمندی و علاقه آنان تقسیم‌بندی نمایم.

به نظر من یکی از سخت‌ترین موانع مدیریتی ایجاد تعادل و عدالت یکسان بین تمامی کارکنان می‌باشد. در یک سازمان متعالی همه کارمندان باور دارند که هیچ فردی مقرب‌تر نیست، کار هیچ کدام بر دیگری ارجحیت ندارد، هیچ همکاری مصونیت خاص ندارد و همه به یک اندازه تشویق و دیده می‌شوند و فرصتشان برای رشد و پیشرفت سازمانی به یک اندازه و برابر است.

قطعاً عدالت مدیریتی در کنار ایجاد رضایتمندی در بین کارکنان از مشکل‌ترین اجزای فرآیند مدیریتی محسوب می‌گردد و در این میان می‌توان به این نکته اشاره کرد که وجود افراد مختلف با علایق و سلیقه‌های گوناگون در کنار اجرای قوانین اداری و بروکراسی، قطعاً باعث ایجاد اختلافاتی در همه اعصاب و ادوار رده‌های مدیریتی شده و خواهد شد و اینجاست که در علوم مدیریتی تفاوتی بین مدیریت مجموعه و سازمان با رهبری آن قائل می‌شوند، چرا که در رهبری سازمانی، فقط به رده‌های سازمانی و ارتباط مؤثر با آنان توجه می‌گردد ولی در مدیریت، انجام امور به بهترین شکل و کسب نتایج قابل‌مخاسبه بسیار اهمیت دارد. لذا تعارض در سطح مدیریت بسیار عادی و کاملاً طبیعی و گاهی لازم و ملزوم کارها می‌باشد در صورتی که در رهبری این تعارض به حداقل خود می‌رسد و این ویژگی‌ها در تعریف علمی رهبری وجود نخواهد داشت. پس به طور کلی مدیری می‌تواند موفق باشد که تعارضات سازمانی را به حداقل خود رسانده و از ایجاد یأس سازمانی و بی‌عدالتی سازمان‌یافته جلوگیری نماید که به طور قطع، تمامی تلاش اینجانب در عرصه مدیریتی خود، توجه و التزام به چنین عملکرد و رفتاری بوده است.



▲ در پایان ضمن تشکر و سپاس از حضرتعالی که امکان این مصاحبه را فراهم نمودید اگر نکته و یا مطلب خاصی مد نظرتان است که به آن پرداخته نشده، بفرمایید؟

متشکرم!

امروزه دانش آموزان و دانشجویان کشورمان به مصرف کنندگان علم تبدیل گشته و تولید دانش به غیر از چند زمینه خاص، عملاً به فراموشی سپرده شده است. اساتید و معلمان تأکید به یادگیری صرف و محدود بخشی از کتب آموزشی و تکمیل محفوظات یادگیرندگان دارند، فارغ از این که فراگیران باید پا را از این مرزها فراتر بگذارند و بر اساس توان و استعدادی که در خودشان کشف نمودند به تولید دانش بپردازند. پژوهش محوری می بایستی در مدارس متولد شود و در دانشگاه به پختگی و بلوغ

برسد. برنامه ریزان و مدیران آموزشی باید این امر را تسهیل کنند. من به عنوان برنامه ریز آموزشی در کنار همکاران توانمند و فرزانه ام، تلاش کرده ایم تا با خلق برنامه هایی پژوهش محور با عنوان کلاس پژوهش و تحقیق، کلاس مشاوره، جشنواره های متده تند، مشاغل، یونیورس، معماری، شیخ بهایی و همچنین برنامه های تحقیقی - گزارشی از جمله گپ تاپ، دانش افزایی های ویژه و ... زمینه آشنایی دانش آموزان را با این نوع از یادگیری که در نهایت به تولید دانش ختم می شود، آشنا نماییم.

از طرف دیگر کاربرد عملیاتی علوم تحصیلی در زندگی فراگیران و دانش آموزان، به سؤالاتی بی جواب و پاسخ هایی مبهم مبدل شده است و میزان تأثیرگذاری دروس عمومی و دانشگاهی و مسیر طولانی کسب مدارج علمی، بیشتر نوجوانان را با این سؤال مواجه نموده که آیا مطالبی که یاد می گیرند می تواند در زندگی آن ها مؤثر و منجر به

موفقیت شود؟

متأسفانه بیش تر جوابها به پاسخ مثبتی ختم نمی گردد. لذا یادگیری در کلاس درس را هرگز به عنوان یک نیاز در زندگی درک نکرده اند و هر آن چه تصور می نمایند در قالبی از جبر آموزشی پدیدار گشته است.

ما در دبیرستان دوره اول مصباح با خلق و اجرای برنامه هایی با عنوان گپ پلاس، اردوهای علمی و کارسوق های مهارتی تلاش داریم تا انگیزه و نیاز به دانش و یادگیری را در نوجوانانمان پرورش دهیم.

امیدوارم ادامه این مسیر با موفقیت های ارزشمندی همراه شود و خدمات آموزشی و تربیتی مصباح، تمراتی دلنشین برای نوجوانان فهیم و رشد و ارتقای دانش سرزمین عزیزمان داشته باشد.

بنده هم از لطف و عنایت حضرتعالی و از فرصتی که در اختیارم قرار دادید سپاسگزارم و برای شما و دیگر همکارانم آرزوی سلامتی و موفقیت دارم.



یک مدیر هر اندازه؛ عالم، باتجربه، خلاق و با توانمندی های بالا در اداره امور باشد؛ تازماتی که یک تیم اجرایی خوب در کنارش قرار نگیرد، نمی تواند طعم موفقیت را بچشد و در یک چرخه ی باطل دچار اصطکاک و فرسودگی شغلی می گردد.



دریچه‌ای به استراتژی شخصی سازی آموزش



به زودی

مهارت و توانایی

بر پایه

اخلاق و دانایی

۳۰ سال تجربه

مسابقت

تاسیس ۱۳۷۱



تلفن: ۲۲۶۹۰۶۲۰-۲۲۶۹۰۶۲۳

www.mesbahedu.ir

mesbah.highschool.d1

نشانی: تهران، بلوار فیضیه، خیابان خراسانی، پلاک ۲۴