

۲ | سخن سردبیر

۳ | پرتله

۴ | پرونده

۵ | شیوه های فرزند پروری در روزگار ما

۶ | مصاحبه

۶ | سه اصل ساده‌ی فرزندپروری را دریابیم ...

۷ | انضباط و کنترل متفاوت با تنبیه است

۹ | ضرورت سلامت روان در حوزه‌ی فرزندپروری...

۱۱ | بگذارید دانش آموزان ناکامی را تجربه کنند...

۱۱ | نظارت با کنترل تفاوت دارد

۱۳ | گزارش

۱۳ | آموزش در دهه‌ی اول برای دهه‌ی سوم زندگی

۱۵ | وقایع التفاقیه

۱۸ | عضویت در میلست ره آورد سفر راه رشدیان

۲۰ | زنگ مهری که با مهر نواخته شد

۲۲ | پسر خوب راه رشد

۲۳ | گزارش تصویری

۲۴ | معرفی کتاب

۲۶ | به مناسبت چهاردهم مهرماه، روز تهران

۲۸ | تعاونی ها

۲۹ | گزارش

۲۹ | تاریخچه تعاون در ایران و جهان

۳۲ | نیم رخ

۳۲ | از مدرسه تا صنعت‌گری در مکتب تعاونی

۳۳ | یادداشت

۳۳ | حضور راه رشد در نشست کمیته‌ی جوانان ICA

۳۴ | حضور مدیرعامل مجتمع آموزشی- فرهنگی راه رشد در نشست ICA

۳۴ | انتخاب مجتمع آموزشی- فرهنگی راه رشد به عنوان تعاونی برتر استان تهران...

۳۵ | برگزاری کنفرانس بین المللی ICA برای نخستین بار در تهران

۳۶ | کلاس درس

۳۷ | اهمیت آموزش مسائل روان شناسی به معلمان

۳۹ | دانش نامه آموزشی

۳۹ | تلفیق

۴۰ | سایت آموزشی

۴۱ | بیشتر بخوانیم



صاحب امتیاز و مدیرمسئول:

مجتمع آموزشی راه رشد

زیر نظر شورای سردبیری

همکاران این شماره:

سمیرامیس شاه اسماعیلی، فیروزه منتظری، لیلی شیرزاد،

فرشید یوسفی، فروغ داوری، مهدی نیلاش

گرافیکست و صفحه‌آرا:

محمودرضا لطیفی



تهران، شهرک قدس، خیابان ایران زمین، خیابان  
مهیستان، جنب دانشگاه آزاد، پلاک ۲۶، واحد پژوهش

نیمکت سفید در نحوه استفاده از مطالب ارسالی آزاد است.



شماره‌ی هفتم نیمکت سفید بر مسئله‌ی فرزندپروری تمرکز دارد؛ مقوله‌ای پیچیده با گستره‌ای وسیع که البته توافق مشخصی بر آن جود ندارد و طیف‌های مختلفی از صاحب‌نظران با رویکردهای متفاوت در مورد آن سخن گفته‌اند که پی‌آمد آن سبک‌های مختلف فرزندپروری است. آن چه به‌طور مشترک مورد نظر جریان‌های موازی در این گستره است، حفظ بهداشت روانی کودکان و تربیت هدفمند و مؤثر آن‌ها از خلال تعامل مؤثر و سازنده است.

در این شماره از نیمکت سفید به مرور مکاتب نظری در مورد فرزندپروری از خلال گفت‌وگو با متخصصان در مجموعه پرداخته شده است، هم‌چنین تلاش کرده‌ایم تا با گفت‌وگویی عمیق با مشاوران و معلمان در مدرسه به بررسی واگرایی یا هم‌گرایی سیاست‌های کلان مجموعه در زمینه‌ی پرورش دانش‌آموزان با سبک‌های رایج فرزندپروری در خانواده‌ها نظر کنیم. به میزانی که هم‌سویی و تعامل مؤثر بین مدرسه و خانه می‌تواند به انسجام جریان اجتماعی شدن کودکان منجر شود، ناهم‌سویی در این دو نهاد موازی می‌تواند آسیب‌های جبران‌ناپذیری را متوجه دانش‌آموزان کند. احساس بیگانگی از محیط مدرسه و یا بی‌اعتمادی به خانه از ابتدایی‌ترین نتایج چنین منازعه‌ای است که با گذر زمان جای خود را به بیگانگی از محل زندگی، محیط کار و جامعه‌ی بزرگ‌تر خواهد داد. اضافه بر آن که شخصیت چندتکه و پاره پاره که پی‌آمد چنین روندی است، فاقد «خود قدرتمند»، «آگاه» و «تصمیم‌گیرنده» خواهد بود. بنابراین، ضروری است که با نگاهی مؤثر به روندهای جاری در مدرسه و نسبت آن با سبک‌های تربیتی در خانه نظر کنیم تا از این ره‌گذر ضرورت گفت‌وگو و تعامل بین مدرسه و خانه را مورد تأکید بیش‌تری قرار دهیم.

اهمیت مسئله‌ی فرزندپروری و تصحیح روش‌های رایج آن سبب شد که مجتمع راه رشد به برگزاری دوباره‌ی کارگاه فرزندپروری با همکاری یکی از صاحب‌نظران غربی حوزه‌ی آموزش اقدام کند. تولید و چاپ این شماره‌ی نیمکت سفید مقارن با برگزاری این کارگاه آموزشی با عنوان «کارگاه فرزندپروری برای کودکان هزاره‌ی سوم» شد که از سوی خانم پنتیلا، عضو کمیته‌ی شورای ملی آموزش فنلاند، برگزار می‌شود.

متناسب با موضوع فرزندپروری و اجتماعی کردن کودکان، در بخش تعاونی این شماره، به معرفی تعاونی‌های جوان پرداخته‌ایم. تعاونی برگ نو تعاونی پژوهشی‌ای نوپاست اما با قدرت شروع به کار کرده‌است و در زمینه‌ی پژوهش و ترویج تعاونی فعالیت می‌کند. هم‌چنین در «نیم‌رخ» این شماره به تجربه‌ی جالب یک زن تعاون‌گر پرداخته و روایت او را از میدان زندگی و کارش مرور کرده‌ایم تا بدانیم که چه‌طور می‌شود از محدودیت‌ها فرصت‌هایی به نفع اکثریت ساخت. نکته‌ی مهم در این روایت تأسیس تعاونی دانش‌آموزی در سنین نوجوانی به‌همت این بانو و دوستانش بوده که به‌زعم خودشان تجربه‌ی بی‌نظیری بوده است و موفقیت‌های امروزشان را رقم زده است. مرور تجربه‌ی آن‌ها به بحث فرزندپروری و چشم‌اندازهای پیش روی والدین و معلمان کمک می‌کند تا به پرورش کودکانی هر چه آگاه‌تر، مستقل‌تر و مسئولیت‌پذیرتر ببانندیشند. امیدواریم که تلاش گروهی دوستان و همکاران راه رشدی در این شماره به افزایش دانش و تجربه‌ی خوانندگان منجر شود. پیروز باشید و سربلند.

سمیرامیس شاه‌اسماعیلی

به نمایندگی از شورای سردبیری

دکتر گلسر در سال ۱۹۲۵ در کلیولند اُهایو به دنیا آمد و در همان جا هم پرورش یافت. بعدها وارد دانشکده‌ی پزشکی دانشگاه کیس وسترن ریزرو در کلیولند شد. او در سال‌های ۱۹۵۴ تا ۱۹۵۷ دوره‌ی روان‌پزشکی خود را در بیمارستان معلولان جنگی لُس‌آنجلس غربی و در دانشگاه یوسی‌ال‌ای (UCLA) گذراند و تحت تأثیر آموزه‌های استادش دکتر هرینگتون از روان‌پزشکی سنتی فاصله گرفت.

گلسر ابتدا در رشته‌ی مهندسی شیمی تحصیل کرد، اما از زمانی که برایش مشخص شد روان‌پزشکی علاقه واقعی‌اش در زندگی است کار در رشته‌ی شیمی را رها کرد و به روان‌پزشکی تغییر مسیر داد. دکتر گلسر در ۱۹۶۱ دوره‌ی روان‌پزشکی خود را به پایان رسانید. از سال ۱۹۵۷ تا ۱۹۸۶ با رویکرد واقعیت‌درمانی به عنوان روان‌پزشک در مطب خصوصی و مراکز اصلاح و بازپروری نوجوانان بزه‌کار به درمان اشتغال داشت.

گلسر در سال ۱۹۹۸ با انتشار کتاب نظریه‌ی انتخاب بیش از پیش مفهوم انگیزش و عامل ایجادکننده‌ی رفتار را از منظر روان‌شناسی کنترل درونی بسط داد. هم‌چنین در سال ۲۰۰۳ با انتشار کتاب هشدار: روان‌پزشکی می‌تواند برای سلامتی شما خطرناک باشد! و در سال ۲۰۰۷ با هشت درس برای زندگی زناشویی شادتر در تعالی و بهبود سلامت روانی جامعه‌ی جهانی مشارکت بسیار کرده است.

مشاهدات نظام‌مند دکتر گلسر او را به این نتیجه رساند که ما انسان‌ها به‌طور ژنتیکی موجودات اجتماعی هستیم و برای بقا و زنده‌ماندن به یک‌دیگر نیازمندیم. بر این اساس، گلسر معتقد است همواره یک مشکل ارتباطی (به‌معنای یک رابطه‌ی خراب یا ناهم‌دلانه یا شکست رابطه‌ای مهم) عامل زیرین مشکلات روان‌شناختی ماست. بیش‌تر مشکلات روانی ما از ناتوانی‌مان در خوب کنارآمدن با افراد مهم زندگی‌مان نشأت می‌گیرد. او از سال ۱۹۸۰ تمام همت خود را برای یافتن پاسخی به این پرسش که «چرا بسیاری از انسان‌ها در روابط خود ناخشنودند؟» متمرکز کرد. کوشش‌های او به ارائه‌ی نظریه‌ی انتخاب، «این که انسان‌ها چرا و چگونه رفتاری را انتخاب می‌کنند؟» منجر شد.

در سال ۲۰۰۰، دانشگاه سانفرانسیسکو درجه‌ی دکترای افتخاری خود در علوم انسانی را به پاس تلاش‌ها و دست‌آوردهایش به او اعطا کرد. در مارس ۲۰۰۳، از سوی انجمن مشاوره‌ی امریکا به عنوان فردی که سهم قابل‌توجهی در گسترش و ارتقای کیفی مشاوره و کار حرفه‌ای خود داشته است مورد تقدیر قرار گرفت. هم‌چنین در آوریل ۲۰۰۴ انجمن مشاوره‌ی امریکا برای پایه‌گذاری واقعیت‌درمانی نشان اُسطوره‌ی مشاوره را به گلسر اعطا کرد و سرانجام در ۲۰۰۵ انجمن روان‌شناسی امریکا به گلسر عنوان بسیار والای استاد ممتازی در درمان‌گری را نسبت داد که بزرگ‌ترین لقب ممکن برای اعطا به یک فرد به شمار می‌رود.

## نظریه انتخاب و راه‌برد

### فرزندپروری



دکتر ویلیام گلسر روان‌پزشکی پیش‌رو و در سطح بین‌المللی شناخته شده است. اگرچه نام او از سال ۱۹۶۵ به‌خاطر ابداع واقعیت‌درمانی در عرصه‌ی روان‌پزشکی پرآوازه شد، امروزه اما نامش بیش‌تر با نظریه‌ی انتخاب و کاربست‌های گسترده‌ی آن در قلمرو بهداشت روانی، آموزش و پرورش و مدیریت نیروی انسانی گره خورده است.

شیوه‌های  
فرزندپروری  
در روزگار ما





فرزندپروری امروزه یک دغدغه عمومی برای بسیاری از مردم به ویژه طبقه متوسط است. درجه اهمیت این موضوع تا بدان جا است که می‌تواند سرنوشت نسل جدید را تعیین کند؛ یعنی متناسب با این که ما چه نوع سبکی از فرزندپروری را اتخاذ کنیم، در آینده با انسان‌های متفاوتی از درجه موفقیت روبه‌رو خواهیم بود. فرزندانی که می‌توانند مستقل به رأی و با پشتکار بوده یا افرادی شکننده، آسیب‌پذیر و وابسته باشند. بنابراین فرزندپروری موضوع بسیار مهم و تعیین کننده‌ای در سرنوشت بچه‌های امروز و مردمان فردای ما خواهد بود. از همین روی این شماره از مجله نیمکت سفید به موضوع فرزندپروری اختصاص داده شده است که مقارن با تصمیم مجتمع برای دعوت از یک صاحب نظر در حوزه آموزش و برگزاری کارگاه توسط ایشان از کشور فنلاند است. در همین باره مصاحبه‌هایی با صاحب نظران و کادر آموزشی و مشاوره‌ای مدرسه به همراه چندین گزارش و ترجمه مقاله داشته‌ایم که نتیجه حاصل از آن پیش‌روی شماست.

## فرزندپروری در روزگار ما...

## سبک‌های فرزندپروری مورد تأیید راه رشد چیست؟

در مجموعه‌ی راه رشد هدف از ابتدا این بوده که دانش‌آموزانی آزاد، شاد، مسئولیت‌پذیر و مستقل آموزش و تربیت داده شوند. این که بگوییم ما تنها از یک روش و رویکرد برای تربیت دانش‌آموزان استفاده می‌کنیم، درست نیست. شاید در گذشته رویکرد رفتارگرایی پررنگ‌تر بود؛ به این معنا که به دانش‌آموزان انگیزه‌های بیرونی (نظیر هدیه یا پاداش) داده می‌شد تا به سمت انگیزه‌های درونی سوق یابند. البته گفتنی است رویکرد رفتارگرایی در مهدکودک نسبت به مقطع دبستان شایع‌تر است و رفته رفته شاهد این موضوع هستیم که این رویکرد در مقاطع بالاتر کم‌رنگ‌تر می‌شود. اما در سال‌های اخیر، علاوه بر رویکرد فوق، رویکردهای دیگری مانند تئوری انتخاب و رویکردهای انسان‌گرایانه نیز اضافه شده است و تمام هدف این است که انگیزه‌های کودکان به انگیزه‌های درونی سوق داده شود.

## چالشی که امروز بین مدرسه و خانواده‌ها در ارتقای سبک‌های فرزندپروری وجود دارد چیست؟

موضوع مهم و قابل اشاره این است که در گذشته خانواده‌ها بیش‌تر با اهداف مدرسه همراه بوده‌اند. امروزه خانواده‌ها فرزندپروری را با فرزندسالاری اشتباه گرفتند و توانایی نه گفتن به کودکان را کم‌تر دارند و، حتی بالعکس، کودکان نیز یارای شنیدن نه را ندارند. هر دو این روش‌ها اشتباه است. کودک به‌طور اتوماتیک باید ناکامی را تجربه کند. این که ما تشخیص می‌دهیم کودک در کلاس دیگری باشد به این دلیل است که دوستان جدیدی پیدا کند و بتواند دایره‌ی روابط خود را گسترش دهد، در حالی که این رفتار از سوی خانواده‌ها با اصرارهای زیاد مورد غفلت قرار می‌گیرد. نکته‌ی دیگری که باید به آن اشاره کنم این است که امروزه احقاق حق به‌اشتباه در اعتراض‌های مداوم معنا می‌شود و خانواده‌ها روش صحیح احقاق حق را به کودکان خود آموزش نمی‌دهند. با وجود این که شکاف بین والدین و مدرسه در مورد سیاست‌های رفتاری افزایش پیدا کرده اما همواره سعی کرده‌ایم با ارائه‌ی برنامه‌های مختلف، برگزاری کارگاه و آگاه‌سازی خانواده‌ها این فاصله و شکاف را به حداقل برسانیم.

## شکاف تربیتی بین خانواده و مدرسه که در مورد مسئولیت‌پذیری بچه‌هاست، چه‌طور پر می‌شود؟

من همواره تأکید کرده‌ام که هر طرف باید سهم و مسئولیت خودش را بپذیرد. مدرسه و خانواده هر دو در دو کفه‌ی ترازو قرار می‌گیرند، اگر همسان پیش روند، می‌توانند به هدف خود برسند اما در صورت اختلاف دیدگاه از این شکاف آسیب می‌بینند. در این شرایط، دانش‌آموزان از شکاف بین خانواده و مدرسه بهره می‌گیرند و در هر محیط هر طور به نفع آن‌هاست رفتار می‌کنند. به عنوان مثال، موردی داشتیم که مادر اعتراض می‌کرد چرا بچه کلاس سوم من نمی‌تواند کیف خود را مرتب و آماده کند، در حالی که باید ریشه این رفتار را در سه‌سالگی جست‌وجو کرد. زمانی که به کودک در انجام فعالیت‌های روزمره مسئولیت‌های کوچک داده نشود، همانند جمع کردن میز شام، آماده کردن سالاد



## سه اصل ساده‌ی فرزندپروری رادریاب‌بیم ساده‌دیدن، ساده‌برخوردکردن،

## فرصت‌دادن

الهام صفت‌بقا

مشاور دبستان دخترانه

الهام صفت‌بقا از مشاوران قدیمی راه رشد است. وی داستان حضورش در راه رشد را چنین تعریف می‌کند: «از سال ۱۳۷۶، زمانی که ۲۲ سالم بود وارد مجموعه‌ی راه رشد شدم و کارم را با حضور در مهدکودک راه رشد آغاز کردم. در زمان مصاحبه‌ی شغلی به مصاحبه‌کننده گفتم قصد دارم مهدکودک خودم را تأسیس کنم اما به دلیل این که با شرایط سنی و عدم تجربه‌ی کاری من این امکان وجود ندارد آمده‌ام تا کسب تجربه کنم، مصاحبه‌کننده لبخندی زد و گفت چه خوب است که روی شما سرمایه‌گذاری کنم. شرایط خوب و دوستانه بودن فضای کاری باعث شد در راه رشد بمانم؛ ۱۱ سال به عنوان مربی مهد، ۸ سال معاون آموزش مهد و ۳ سال مدیر آموزش دو شعبه‌ی مهدکودک بودم و به تازگی هم به عنوان مشاور دبستان دخترانه مشغول به کار هستم.» گپ و گفتی با وی در رابطه با سبک‌های فرزندپروری راه رشد و چالش‌های این حوزه داشته‌ایم که در ادامه می‌خوانید.



چه قدر با زبان های

عشق ورزی آشنا هستیم؟

## انضباط و کنترل

## متفاوت با تنبیه است

محمد اسماعیل ابراهیمی

استاد روان شناس مرکز مشاوره ی محیا

محمد اسماعیل ابراهیمی یکی از اساتید و دکتری روان شناسی مرکز مشاوره ی محیا است. وی علاوه بر تألیف و ترجمه های متعدد، دارای سابقه ی تدریس در دوره های آموزشی، استاد یاری و نیز عضویت در هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی است و تخصص اصلی کاری اش حوزه ی کودکان و نوجوانان است. با وی در خصوص سبک های فرزند پروری گفت و گویی داشته ایم که در ادامه می خوانید.

### آقای دکتر لطفاً در مورد سبک های فرزند پروری خانواده ها کمی توضیح دهید؟

به واقع ما با سه نوع سبک فرزند پروری که خانم بامریند بر اساس دو متغیر پذیرش و کنترل آن را دسته بندی می کند، مواجهه ایم. پذیرش همان گرمی، محبت و عشق ورزی است. اگر بخواهیم از ۵ سبک عشق ورزی سخن بگوییم، اولین آن زبان شفاهی است. چه قدر فرزندان مان را تحسین می کنیم؟ چه قدر تشویق می کنیم؟ چه قدر حمایت می کنیم؟ بسیاری از کسانی که از سوی مدرسه به مرکز مشاوره مراجعه می کنند و معمولاً از طبقات مرفه جامعه محسوب می شوند، برخلاف انتظار ما از این زبان آن طور که باید استفاده نمی کنند.

زبان دوم هدیه دادن است، که می تواند از یک شاخه گل تا هدایای گران تر را شامل شود. شاید این تنها بخشی از زبان عشق ورزی است که طبقات بالاتر جامعه از آن استفاده می کنند. سومین زبان عشق ورزی وقت گذاشتن است. بر اساس نتایج تحقیقاتی، امروزه خانواده ها ۵۰ درصد از درآمدشان را صرف فرزندان شان می کنند، این در حالی است که تنها ۵ درصد از وقت خود را به آنان اختصاص

و ... کودک مسئولیت پذیری را آموزش نمی بیند و تا زمانی که حمایت خانواده را پشت خود داشته باشد، مسئولیت کارهای خود را نمی پذیرد.

ما سعی کرده ایم با سخت گیری های اضافه و نپذیرفتن وسایلی که کودک فراموش کرده همراه خود بیاورد، این شکاف را پر کنیم و آنان را مسئولیت پذیرتر تربیت کنیم. در همین راستا، باید بگوییم اگر والدین همراه باشند، همه چیز رو به روال است اما اگر همراه نباشند، مشکل شروع خواهد شد. اتفاقات خوب تنها در همراهی خانواده هاست که رخ خواهد داد.

### برنامه های شما برای همراه کردن خانواده ها چیست؟

برای سال جاری برنامه ی آموزش خانواده ها را تغییر داده ایم، به این صورت که کارگاه ها را به صورت تک موضوعه برگزار خواهیم کرد تا بتوانیم والدین را با خود همراه کنیم. علاوه بر این، ما هم با آن ها همراه می شویم تا بتوانند با شرکت در کارگاه ها تغییرات را به صورت عینی و ملموس درک کنند. قصد داریم با کمک تئاتر شورایی کارگاه ها را که در هر گروه سنی دغدغه های متفاوتی را ایجاد می کند اجرا کنیم. به طور مثال، در مقطع اول، موضوع هم سوئی والدین با مدرسه برجسته است، در مقطع دوم، مسئله ی فقدان همانند مرگ و طلاق را نشانه گرفته ایم. در مقطع سوم، بحث تحلیل گزارش را بررسی خواهیم کرد. در مقطع چهارم، رازداری و در مقطع پنجم موضوع بلوغ را مورد بررسی و بحث قرار داده ایم.

### حضور خانم پنتیلا و ارائه ی بحث های فرزند پروری چه کمکی به خانواده ها می کند؟

زمانی که خانواده ها صحبت های شخصی را که خارج از ایران تجربه های بیش تر جهانی دارد می شنوند برای شان مقبولیت بیش تری دارد. علاوه بر این، متوجه می شوند که خارج از ایران هم سعی می کنند تا کودکان را مستقل تربیت کرده و از آن ها در حد توانایی های شان انتظار داشته باشند؛ نه بیش تر و نه کم تر. در واقع، حرف های خودمان را از زبان ایشان بشنوند برای شان قابل اتکاتر است.

به عنوان سخن آخر، باید توجه داشت که تمام تلاش ما به عنوان مجموعه ی آموزشی این است که دانش آموزان رشد کنند و برای حضور در اجتماع آماده شوند. این مسئله موضوع مهمی است که خانواده ها باید به آن توجه کنند و به مدرسه و شیوه ی تربیتی آن اعتماد کنند. باید پذیرفت که فرزند پروری سه اصل ساده دارد: ساده بینی، برخورد ساده و دادن فرصت. بسیاری از مسائل را نمی توان با حرف و شعار درست کرد. مواجه شدن با شرایط خود خیلی کمک کننده است. همین که اجازه بدهیم بچه کار اشتباه خود را بپذیرد و پاسخ گو باشد خیلی کمک کننده است.



می‌دهند. چهارمین زبان خدمت‌کردن و پنجمین نوازش‌کردن است. اگر این ۵ زبان عشق‌ورزی وجود نداشته باشد، مؤلفه‌ی دوم، که همان انضباط و کنترل است، راه به جایی نمی‌برد. حال موضوعی که باید به آن توجه کرد شکل‌گیری سبک‌های فرزندپروری است. در گذشته، پدران ما با کنترل زیاد سبک فرزندپروری سخت‌گیرانه را دنبال می‌کردند، که در آن پذیرش و زبان عشق‌ورزی محدود و کنترل زیاد بود. والدین امروز سبک فرزندپروری سهل‌گیرانه را دنبال می‌کنند که کنترل در روش آنان محدود است اما پذیرش و عشق‌ورزی هم آن‌چنان که باید وجود ندارد. اما سبک سومی هم برای فرزندپروری هست که همان سبک مطلوب مورد نظر ماست. در این سبک، هم انضباط و کنترل به‌اندازه و هم پذیرش و گرمی به‌اندازه وجود دارد؛ و تلاش می‌شود همواره با زبان منطق و استدلال با فرزندان سخن گفته شود تا تفهیم شود اگر از آنان خواسته‌ای داریم، به چه دلیل است.

اما معضل دامن‌گیر سبک فرزندپروری حال حاضر ما که بیش‌تر در طبقات مرفه دیده می‌شود، سبک فرزندپروری سهل‌گیرانه است که در آن نه خانواده‌ای برای عشق‌ورزی و نه کنترلی برای مدیریت وجود ندارد و کودک کاملاً رها و آزاد است. در این نوع سبک رفتاری تنها پول پدر و مادر مطرح است که سعی دارند با آن نیازهای مادی فرزندان را پاسخ بگویند که ممکن است این نیازها، حتی نیازهای کاذب و نه واقعی فرزندان باشد. پیامد چنین سبک رفتاری در نوجوانی برای فرزندان اغلب سوق‌یافتن به فضاهای مجازی و رفتارهای نمایشی و ایجاد کمبودهای شدید عاطفی است.

## امروزه چه نوع رویکردهایی در سبک فرزندپروری صحیح معرفی شده است؟

اگر بخواهیم از سبک فرزندپروری صحیح صحبت کنیم باید بدانیم که محبت زیاد، انضباط و مدیریت، سبک فرزندپروری صحیح است و این متفاوت از تنبیه است. در این روش تنبیه وجود ندارد بلکه کودک با پی‌آمد طبیعی رفتار خود مواجه می‌شود؛ به این معنا که از قبل به کودک تذکر می‌دهید که، به‌طور مثال، اگر مشق شب‌اش را ننویسد، روز بعد خود باید در مدرسه پاسخ‌گو باشد؛ اگر کمک بخواهد، شما هستید اما اصراری برای انجام‌دادن وجود ندارد. به این ترتیب، کودک آگاه می‌شود که در صورت انجام‌ندادن تکلیف، پی‌آمد آن متوجه خود اوست و این متفاوت با تنبیه است. از این مرحله به بعد، بایستی مدرسه برای کودک انگیزه ایجاد کند و پی‌آمدهایی تعریف کند. البته تمام این موارد در گرو همراهی والدین با مدرسه است.

امروزه رویکرد نظریه‌ی انتخاب در چندین حوزه، از جمله رابطه‌ی مدرسه با خانواده‌های دانش‌آموزان و به‌ویژه در حوزه‌ی فرزندپروری کاربرد دارد. در این رویکرد، ۷ رفتار که به هیچ عنوان نباید از آن‌ها در رابطه با فرزندان استفاده کرد تعریف شده است. این رفتارها رفتارهای کنترل‌بیرونی هستند؛ بدین معنا که کودک را به رفتاری ترغیب می‌کنند که دوست ندارد یا برای انجام‌دادن آن به‌اندازه‌ی کافی رغبت ندارد. به این منظور، به کودک اطلاعاتی می‌دهیم و با محبت و گرمی تلاش می‌کنیم آن رفتار مورد انتظار را توضیح دهیم. در این شرایط، به احتمال زیاد کودک قانع به انجام کار می‌شود و در صورت نپذیرفتن خود را آماده می‌کند تا پی‌آمد طبیعی رفتار را مشاهده کند.

اولین این رفتارها سرزنش‌کردن است و رفتار دوم غرولندکردن. این نوع مواجهه رفته رفته به صوت سفید تبدیل می‌شود، به این معنا که کودک دیگر صدای والدین‌اش را نمی‌شنود و پی‌آمد این رفتار بی‌نتیجه خواهد بود. دیگر رفتارهای مخرب عبارت‌اند از تهدیدکردن، تنبیه‌کردن، تحقیرکردن، مقایسه‌کردن و در نهایت باج‌دادن. منظور از باج‌دادن آن است که اگر کودک به کلاسی می‌رود یا درس می‌خواند آن را مترادف با لطف به پدر و مادر در نظر بگیرد چراکه والدین نمی‌خواهند از همسایه، آشنایان و ... جا بمانند.

در این رویکرد، می‌آموزیم که باید این رفتارهای مخرب کنار گذاشته شود و در مقابل اعتمادکردن، مذاکره‌کردن، تشویق و حمایت‌کردن جایگزین آن‌ها شود.

## نظریه‌ی انتخاب چه کمکی می‌تواند به سبک فرزندپروری صحیح کند؟

این نظریه در واقع به ما می‌گوید همه‌ی رفتارهای ما به‌طور ژنتیکی برای رفع ۵ نیاز اساسی صورت می‌گیرد که عبارت‌اند از:

۱. بقا و ایمنی: کودک می‌خواهد سالم بماند و امنیت داشته باشد. به‌طور مثال، اگر کودک در مورد نمره‌ی خود دروغ می‌گوید، به این دلیل است که سابقه‌ی آن را دارد که با اعلام نمره‌ی واقعی تنبیه شده است و برای همین دروغ می‌گوید تا از تنبیه دور بماند.

۲. عشق و تعلق: کودک نیاز دارد که با او با محبت رفتار شود، پس در مورد نمره‌ی خود دروغ می‌گوید تا هم‌چون قبل پذیرفته شود.

۳. قدرت: مورد قبول و تحسین خانواده قرار می‌گیرد، پس دروغ می‌گوید تا هم‌چنان در وضعیت پذیرفته‌شده‌ی خود در خانواده باقی بماند. از این رو، در روش درمانی نوین به والدین می‌گوییم که از صفت‌ها برای توصیف کودکان خود استفاده نکنند، بلکه رفتار آن‌ها را مورد قضاوت قرار دهند نه شخصیت‌شان را.

۴. آزادی و حق انتخاب: در مدرسی که برنامه‌های فشرده‌ای برای کودکان در نظر می‌گیرند به‌واقع چون کودک انتخاب محدودی در کلاس و زندگی دارد، حق انتخاب و آزادی از او سلب می‌شود.

۵. تفریح و شادی: بازی یکی از مهم‌ترین رفتارهایی است که بیش‌ترین میزان رشد کودک از آن ناشی می‌شود، پس نباید با شرکت‌دادن کودکان در کلاس‌های مختلف زمان بازی را از آنان گرفت.

با یادآوری مطالب فوق می‌توانیم نتیجه بگیریم که هر گاه کودکی رفتاری غیراخلاقی و ناهنجار، همانند دروغ‌گویی یا پرخاش‌گری از خود بروز داد، کدام‌یک از ۵ نیاز او به خطر افتاده است تا انتخابی غیرعقلانی را انجام داده است.

## مسئله اعتیاد به فضای مجازی در این راستا چه‌طور قابل بحث است؟

رویکرد دیگری هم با نام مخفف ای‌سی‌تی (ACT) وجود دارد که مبدع آن یک آمریکایی است. وی در این رویکرد، تأکید می‌کند که «بپذیریم چیزهایی را که نمی‌توان تغییر داد و متعهد شویم به تغییر مسائلی که ارزش‌اش را دارد». پس وی از دو مؤلفه‌ی پذیرش و تعهد در نظریه‌ی خود استفاده می‌کند. در این نظریه، ما مثلی داریم که در رأس آن هدف است، ضلع دیگر آن موانع درونی، که همان فکرهای ناسالم، کمال‌گرایی و ... است و ضلعی دیگر موانع بیرونی که شامل رابطه‌های خراب، شرایط اقتصادی و ... است. حال اگر این سه ضلع مثلث با هم در رابطه‌ی درستی نباشند، شاهد رفتارهای تکانشی مثل پرخاش‌گری و افسردگی خواهیم بود.

برای درمان بسیاری از دانش‌آموزانی که در تحلیل این نظریه اعتیاد به رایانه، فضای مجازی، تلویزیون و بازی پیدا می‌کنند ما روی ارزش‌ها و اهداف دانش‌آموزان کار می‌کنیم، موانع درونی و بیرونی‌شان را شناسایی می‌کنیم و در تلاش‌ایم برنامه‌ای طرح‌ریزی کنیم تا از میزان رفتارهای نامناسب‌شان کاسته شود. اعتیاد به فضای مجازی از آن نوع رفتارهایی است که به دلیل «رفع‌نشدن نیاز پذیرش و گرمی در دنیای واقعی و در خانواده» در نوجوان بروز می‌کند تا به آن طریق در فضای مجازی پی‌گیری و برطرف شود. دلیل بسیاری از رفتارهای افراطی نیز در فرزندان کسب عشق، علاقه یا برطرف‌کردن نیاز قدرت است.



ببرد. در این بخش سؤال اصلی این است که چه کسانی قرار است همراه کودک برای رسیدن به این جایگاه باشند؟ بازیگران اصلی ما در این مسیر والدین، معلمان، مربیان و نظام آموزشی است که قصد دارند در مسیر رشد کودک او را به هدف غایی، که همان خردمندی و فرزاندگی است (که ریشه در اندیشه‌های ایران باستان دارد) برسانند. در این راستا، ما باید تعریف رشد را بدانیم، با مراحل آن آشنا و آگاه باشیم که اگر هر یک از این مراحل رشد در سنین مختلف رخ ندهد کودک ما در آینده با چه چالش‌هایی روبه‌رو خواهد بود.

در اکثر مواقع، والدین و مربیان هر آن‌چه را که خود به آن نرسیده‌اند در کودک جست‌وجو می‌کنند و کودک را آرمانی‌سازی کرده و به او آسیب‌های جدی وارد می‌کنند. به مسئله‌ی رشد باید از دیدگاهی واقع‌بینانه نگریست، چراکه بحث رشد یک مبحث دائمی و همیشگی است.

لازمه‌ی طی کردن این مسیر رشد و به سلامت نتیجه‌رساندن آن عاری بودن والدین و مربیان از بیماری‌های روان است. به این معنا که اگر هر کدام از این بازیگران اصلی دچار اضطراب، وسواس و افسردگی باشند قطعاً همین بیماری‌های ساده که با درمان‌های کوچک قابل رفع است به کودک منتقل می‌شود. بازیگر اصلی دیگر، خود کودکان هستند که آنان نیز باید از لحاظ اختلالات شایع در سنین رشد از یادگیری گرفته تا بحث اعتیاد و خودآزاری و ... در نوجوانی مورد بررسی قرار گیرند.

### منظور از سلامت روان در فرزندپروری چیست؟

به واقع باید در نظر داشت که سلامت روان از مسائل مربوط به اختلالات روان است. آمار وزارت بهداشت گویای این مسئله است که امروزه بیش از ۳۰ درصد افراد جامعه دچار این مشکل بوده و از اختلالاتی نظیر افسردگی و اضطراب رنج می‌برند. بنابراین، باید توجه داشت که وجود چنین مواردی در والدین نمی‌تواند هم‌گام آنان در سبک فرزندپروری صحیح باشد. پس مهم‌ترین گام، فهم شخص از رفتارهای خود برای تربیت صحیح است. والدین بایستی پس از آگاهی از وجود چنین اختلالاتی برای درمان آن اقدام کنند و پس از خودآگاهی، خودکنترلی، شناخت خود، سبک‌های درست فرزندپروری را آموزش ببینند. در کنار این مسائل، لازم است تا از وضعیت جسمانی کودک خود مطلع باشند و بدانند که بهتر است فرزندان‌شان چه ورزش‌هایی را تمرین کنند، در بحث‌های روحی چه فعالیت‌هایی داشته باشند و آگاه باشند که فرزندشان در ۲۲ سالگی به مرحله‌ای برسد که از نظر جسمی - روانی - اجتماعی و معنای زندگی پخته باشد. طبیعتاً برای رسیدن به این جایگاه نباید سخت‌گیری‌های اضافی داشت. پدر و مادر مضطرب، وسواسی و افسرده فرزند را تربیت خواهند کرد که خود این رفتارها را از پدر و مادر به ارث می‌برد.

### توصیه‌هایی راهبردی به والدین برای فرزندپروری مؤثر

۱. در فرزندپروری به همه‌ی ابعاد وجودی یک کودک باید به صورت متعادل توجه داشت. در تربیت امروز، والدین بیش‌تر نقش حمایت‌گر را بر عهده خواهند داشت و البته در هنگام ایجاد خطر برای خود کودک یا کودکان دیگر، فرزند ما باید بازداشته شود اما فشارآوردن به کودک برای این‌که چون عروسک خیمه‌شب‌بازی در نقش به‌فرجام‌رسانده‌ی آرزوهای معطل‌مانده‌ی والدین ایفای نقش کند دیگر در هیچ فرهنگ به‌روزشده‌ای



## ضرورت سلامت روان در حوزه‌ی فرزندپروری

دکتر مهدی پورنامداری

استاد و روان‌پزشک مرکز مشاوره‌ی محیا

دکتر مهدی پورنامداری یکی دیگر از اساتید و روان‌پزشکان مرکز مشاوره‌ی محیا است. وی علاوه بر عضویت در هیئت علمی مؤسسه‌ی پژوهشی بهداشت و روان ایرانیان، مدرس دوره‌های مختلف روان‌شناسی و عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی نیز هست. با وی گفت‌وگویی در مورد سبک‌های فرزندپروری داشته‌ایم که در ادامه می‌خوانید.

### آقای دکتر به نظر شما امروزه در جهان چه سبک‌های فرزندپروری مورد تأیید است؟

فرزندپروری در واقع یک روش یا همان تکنیک‌های بهبود تربیت کودک است. حال بحث اصلی که من می‌خواهم به آن بپردازم این است که هدف ما در وهله‌ی نخست داشتن یک فرزند سالم، توانمند و شاد در بزرگسالی است. در واقع، توقع ما از تکنیک‌های فرزندپروری داشتن فرزند با ویژگی‌های فوق و موفق است. در حالت کلی، ما یک انسان را از چهار سطح زیستی، روانی، اجتماعی و فرهنگی بررسی می‌کنیم. به عبارت دیگر، شخصی موفق است که هر چهار مورد فوق را بتواند در یک راستا به پیش

پذیرفته نیست.

۲. همین‌طور که کودک آلت دست ما برای رساندن ما به آرزوهای مان نیست، مسئول کمبودهای ما نیز در زندگی محسوب نمی‌شود. پس به یاد داشته باشید که کودک ابزار جنگ قدرت میان والدین نیست و کودکانی که در کش‌مکش بین پدر و مادر رشد می‌کنند در آینده معمولاً جزء آسیب‌دیده‌ترین اقشار می‌شوند.

۳. لطفاً کودکان خود را مرفه بار نیاورید. از خرید اسباب‌بازی‌های لوکس و گران‌قیمت تا حد توان پرهیز کنید. تا آن‌جا که می‌توانید به صورت دستی و با کمک خود کودک اسباب‌بازی درست کنید. مطمئن باشید کودک شما چهارچرخه‌ای چوبی را که پدرش برایش می‌سازد به یک اسباب‌بازی اتومبیل‌موتوردار لوکس و گران‌قیمت ترجیح می‌دهد.

۴. لطفاً چند آرزو برای کودک‌تان باقی بگذارید و همه‌ی آرزوهایش را برآورده نکنید. کودک شما یک انسان است که باید برای هر چالشی در زندگی بزرگ‌سالی‌اش آماده باشد.

۵. شما حق ندارید به کودک خود احساس گناه بدهید. اگر فکر می‌کنید برای کاری که برای فرزندتان انجام می‌دهید بعدها با او معامله‌ی عاطفی می‌کنید، لطفاً هیچ کاری برای فرزندتان انجام ندهید. این شیوه ایمن‌تر است.

۶. به کودک فراوانی و سپاس‌گزاری را آموزش دهید. با رفتار خود به او نشان دهید که زندگی و همه‌ی آدم‌ها در زندگی او امانت هستند و باید مراقب آسیب‌دیدن‌شان باشد.

۷. دنیای کودک باید سرشار از آرامش باشد. پس لطفاً کودک را در معرض اخبار ناخوشایند اقتصادی و اجتماعی قرار ندهید. در این‌جا افتراق بین دو کلمه‌ی آرامش و آسایش لازم است؛ آرامش در حوزه‌ی روح و روان است و آسایش در حوزه‌ی رفاه جسمی.

۸. فرزندپروری حرفه‌ای تمام‌وقت است که باید در مورد آن هم‌چون همه‌ی حرفه‌های جدی آموزش دید. در این مورد، هر دو والد نقش‌های مهمی دارند و نقش مادر بسیار پررنگ‌تر است. امروزه

تربیت‌های رفتارگرایانه و ماشینی تقریباً منسوخ شده است و تربیت به سمت غنی‌ترکردن تجربه‌های حسی - حرکتی و ذهنی رفته است. بهترین بستر این آموزش‌ها، که از آن با عنوان آموزش‌های غیرمستقیم یاد می‌شود، بازی و به‌ویژه بازی‌های جمعی است.

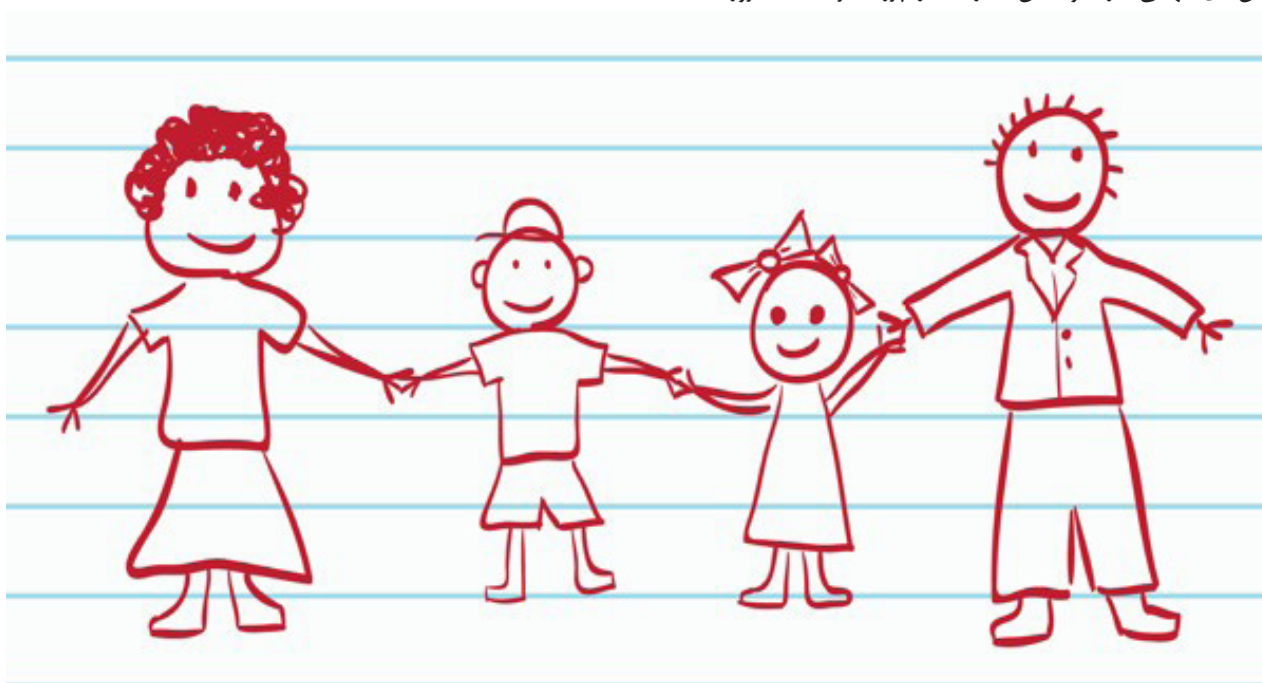
## اما بازاندیشی مسئله‌ی فرزندپروری

منِ آرمانی را پدر و مادر در کودک می‌خواهند ببینند. معلم و کارکنان مدرسه، مادر و پدر و خود بچه همراه هستند تا بچه بتواند به سر منزل مقصود برسد.

اصل این است که آن‌ها سلامت روان داشته باشند. معلمی که اضطراب و وسواس دارد حس خود را به کودک منتقل می‌کند و او ناخودآگاه در سنین کم‌الگوپردازی می‌کند. سلامت پدر و مادر و رابطه‌ی میان آن‌ها و نیز سلامت خود کودک اهمیت دارد. اگر کودکی بیش‌فعال باشد، پس نمی‌توان انتظار داشت سبک فرزندپروری معمولی‌ای در مورد او نتیجه‌بخش باشد.

من فکر می‌کنم که سبک‌های متعارف تربیت کودک زمانی کارایی دارد که در وهله‌ی نخست خود بچه سالم باشد تا بتوان این روندها را پیش برد. اما حال به این بیندیشید که چرا ما می‌خواهیم فنون فرزندپروری را بیاموزیم و با آن‌ها بسیاری چیزها را به کنترل خود درآوریم و برای خود تضمین کنیم؟ شاید ما غافل‌ایم از این که فرزندانمان بحران‌های هویتی تاریخی و اجتماعی‌ای دارند و این نه از جامعه‌ی غربی بلکه از جامعه‌ی ایرانی نشأت می‌گیرد.

ما می‌خواهیم ابزار نه‌گفتن و جرئت‌ورزی را به فرزندانمان یاد بدهیم که به کجا برسیم؟ جامعه‌ی ایران دچار بحران هویتی است که بخش اعظم آن برخاسته از بحران‌های اخلاقی است.



در نهایت به قوانین، آداب و رسوم و ارزش‌های جامعه به عنوان کلان‌سیستم<sup>۶</sup> ختم می‌شود.

با توجه به این رویکرد، خانواده به عنوان عمیق‌ترین لایه از فعالیت‌ها و الگوهای تعاملی بین والدین و کودک شکل می‌گیرد. برای توصیف و شناخت این الگوهای تعاملی تأثیرگذار به دیدگاه دایانا بامریند<sup>۷</sup>، نظریه‌پرداز دیگری که به صورت اختصاصی به روابط والد - کودک پرداخته و پژوهش‌های زیادی در این زمینه انجام داده است، اشاره می‌کنیم. وی در دیدگاه خود با رویکرد تیپ‌شناسی به ترکیب عناصر اصلی فرزندپروری مانند پذیرش و روابط صمیمی، کنترل و استقلال‌دادن توجه نشان داده است. به عبارت دیگر، سبک‌های فرزندپروری به رفتارهای معینی از والدین اشاره دارد که به‌طور منفرد و در ارتباط با یک‌دیگر بر پی‌آمدهای تحولی فرزندان اثر می‌گذارند و میزان پاسخ‌گویی و مطالبه‌گری را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. بامریند بر اساس ویژگی‌های فوق چهار تیپ مقتدرانه، مستبدانه، آسان‌گیر و بی‌اعتنا را معرفی می‌کند.

**الگوی فرزندپروری مقتدرانه<sup>۸</sup>:** این الگو پذیرش و روابط صمیمی، روش‌های کنترل سازگارانه و استقلال‌دادن مناسب را شامل می‌شود. این والدین انتظار دارند تا از فرزندان‌شان رفتارهای پخته ببینند. برای آن‌ها مقررات رفتاری روشنی وضع می‌کنند، آن‌ها را به مستقل‌بودن تشویق می‌کنند اما در عین حال آن‌ها را کنترل می‌کنند و محدودیت‌هایی قائل می‌شوند. در تعامل با فرزندان‌شان نظام باز و انعطاف‌پذیری دارند و تبادل شفاهی گسترده‌ای بین آن‌ها وجود دارد.

تربیت مقتدرانه در طول دوره‌ی کودکی و نوجوانی با چند جنبه از شایستگی ارتباط دارد که عبارت‌اند از خوش‌خلقی، خویشتن‌داری، استقامت در انجام تکالیف، همکاری، عزت نفس بالا، پختگی اجتماعی و اخلاقی، و عملکرد تحصیلی مطلوب.

**الگوی فرزندپروری مستبدانه<sup>۹</sup>:** با حداقل پذیرش و روابط نزدیک، دارای کنترل اجباری زیاد و استقلال‌دادن کم است. این گروه از والدین معمولاً ارزش‌های زیادی برای حفظ اقتدار خود قائل‌اند و هر گونه تلاش از جانب فرزندان برای به‌چالش کشیدن این اقتدار را سرکوب می‌کنند. از رفتارهای محدودساز و تنبیه‌کننده برای کنترل استفاده می‌کنند. کودکان مجاز نیستند با والدین بحث کنند یا به‌طور مستقل تصمیم بگیرند. این گروه از والدین علاوه بر کنترل مستقیم به نوع ظریف‌تری از کنترل به نام کنترل روان‌شناختی نیز می‌پردازند؛ رفتارهایی که در ابراز کلامی، فردیت، و دلبستگی کودکان به والدین مداخله کرده و در آن‌ها دخل و تصرف می‌کنند. این والدین دوست دارند تقریباً درباره‌ی هر چیزی برای کودک و نوجوان تصمیم بگیرند. غالباً در عقاید، تصمیم‌گیری‌ها و انتخاب دوستان مداخله می‌کنند.

کودکان والدین مستبد مضطرب و ناخشنودند، عزت نفس و اتکا به نفس کمی دارند و وقتی ناکام می‌شوند خصمانه واکنش نشان می‌دهند. به کاوش کردن علاقه‌ای ندارند و تکالیف دشوار آن‌ها را از توان می‌اندازد و معمولاً در مدارس عملکرد ضعیفی دارند.

**الگوی فرزندپروری آسان‌گیر<sup>۱۰</sup>:** این گروه مهرورز و پذیرا هستند اما متوقع نیستند. کنترل کمی بر رفتار فرزندان خود اعمال می‌کنند، به فرزندان‌شان



## نظارت با کنترل تفاوت دارد

## بگذارید دانش‌آموزان

## ناکامی را تجربه کنند

ابوالفضل بانوپور

مشاور دبیرستان پسرانه

ابوالفضل بانوپور چند سالی است که مشاور دبیرستان پسرانه است، وی در یادداشتی به اهمیت موضوع فرزندپروری و سبک‌های رفتاری خانواده‌ها و مدرسه پرداخته است، در ادامه یادداشت وی را می‌خوانیم و گفت‌وگوی کوتاهی در مورد تجربه‌ی کاری‌اش در راه رشد خواهیم داشت.

رشد کودک و نوجوان از دیدگاه‌های مختلفی مورد توجه قرار گرفته است. یکی از آخرین دیدگاه‌هایی را که به این موضوع پرداخته یوری برونفنبرنر<sup>۱</sup> معرفی کرده است که در نظریه‌ی نظام‌های بوم‌شناختی<sup>۲</sup> خود تلاش می‌کند تا تصویر کامل و چندبعدی‌ای از عوامل مؤثر در رشد را ارائه کند. در این نظریه، محیط به صورت یک سری ساختارهای آشیانه‌مانند در نظر گرفته می‌شود. این ساختارها از خانه تحت عنوان ریزسیستم<sup>۳</sup> شروع می‌شود و در ادامه به مهد کودک و مدرسه به عنوان میان‌سیستم<sup>۴</sup> توجه می‌کند. همچنین عواملی که به‌طور غیرمستقیم در رشد کودک و نوجوان تأثیرگذارند، مانند شرایط شغلی والدین و نهادهای اجتماعی حمایت‌کننده، به عنوان برون‌سیستم<sup>۵</sup> در نظر گرفته و

Macro System ۶

Diana Baumrind ۷

Authoritative Child-rearing style ۸

Authoritarian Child-rearing style ۹

Permissive child-rearing style ۱۰

Urie Bronfenbrenner ۱

Ecological Systems Theory ۲

Microsystem ۳

Mesosystem ۴

Ecosystem ۵

## از مهم ترین مسائلی که در سبک‌های فرزندپروری باید به آن توجه شود چیست و شکاف‌های تربیتی والدین و مدرسه چه طور قابل پوشش است؟

از نکات پراهمیت محافظت بیش از اندازه و بحث «مسئولیت‌پذیری و ناکامی» در نوجوانی است که به‌شخصه به خانواده‌ها تأکید می‌کنم که اجازه دهند فرزندان‌شان مسئولیت‌پذیری و احیاناً متعاقب آن ناکامی را تجربه کنند؛ چون نوجوانان در آن سن در مرز باریک میان استقلال عمل و وابستگی قرار دارند. اگر نوجوانان بتوانند این دو مقوله را در آن سنین تجربه کنند، بعدها با موقعیت‌ها بهتر برخورد می‌کنند. در سبک فرزندپروری مستبدانه کودکان و نوجوانان هیچ‌گونه مسئولیتی را بر عهده ندارند و همواره ناکامی را تجربه می‌کنند و در سبک‌های آسان‌گیر و بی‌اعتنا نیز به دلیل کم‌توجهی والدین مسئولیت‌پذیری به‌هیچ‌وجه رخ نمی‌دهد. پیشنهاد من این است که خانواده‌ها برای فرزندان‌شان مسئولیت‌هایی تعریف کنند تا آن‌ها بتوانند موقعیت‌های گوناگون را تجربه کنند.

موضوع دیگری که باید به آن توجه کرد وضع قانون‌های مشخص در محیط خانواده از جمله در مورد استفاده از فضای مجازی و بازی‌هاست. اولیا در این زمینه الگوی مشخص و قانونی برای فرزندان‌شان تعریف نکرده‌اند و از مدرسه می‌خواهند که رفتارهای دانش‌آموزان را کنترل کنند. این در حالی است این خانواده‌ها هستند که برای حضور فرزندان‌شان در فضای مجازی باید قوانینی تعریف کنند. اولیا در این زمینه به صورت صفر و صد عمل می‌کنند و معتقدند که فرزندان‌شان یا نباید از فضای مجازی استفاده کنند یا آن‌ها را در استفاده از اینترنت آزاد می‌گذارند.

## شکاف فرزندپروری والدین و رویکردهای تربیتی مدرسه چه طور قابل تعدیل است؟

بر اساس رویکرد برون‌فکن‌برنر، مدرسه، به عنوان میان‌سیستم، از بخش‌هایی است که در رشد کودک و نوجوان تأثیر مستقیم دارد و به‌نوعی می‌تواند از سبک‌های فرزندپروری خانواده‌ها استفاده کند، به این صورت که ما با مدارس سهل‌گیرانه‌ای مواجه‌ایم که نمرات غیرواقعی به بچه‌ها می‌دهند و برخی از آن‌ها هم بسیار مستبد و سخت‌گیرانه عمل می‌کنند. ما در راه رشد شاهد الگوی رفتاری بین مستبد و مقتدر هستیم، به این تعبیر که شورای دانش‌آموزی را ترتیب داده‌ایم که می‌توانند در نوع لباس، کیفیت بوفه و زمان امتحانات نظر دهند. در واقع، گنجاندن چنین شورایی وجهه‌ی دموکرات مدرسه‌ی ما را نشان می‌دهد و راه رشد را از مستبدبودن به سطح الگوی مقتدری حرکت می‌دهد که نظرات دانش‌آموزان را می‌شنود و تلاش دارد خود را به آن‌ها نزدیک کند.

مواجهه‌ی سبک تربیتی اولیا با مدرسه می‌تواند گاه مشکل‌ساز شود. سبک تربیتی راه رشد مستبد رو به مقتدر است اما سبک والدین گاه سهل‌گیرانه یا بی‌اعتناست و این‌جاست که ما با شکافی روبه‌رو می‌شویم. برای رفع چنین مشکلی باید سبک خانواده‌ها را بشناسیم و سعی کنیم با برگزاری کارگاه‌های مختلف سبک‌های مختلف و قابل وثوق را به آنان معرفی کنیم و به آن‌ها در انتخاب سبک صحیح کمک کنیم.

اجازه می‌دهند برای خودشان تصمیم بگیرند، حتی اگر هنوز قادر به انجام این کار نباشند. فرزندان آن‌ها می‌توانند هر وقت که بخواهند غذا بخورند و بخوابند و هر مقدار که دوست داشته باشند تلویزیون تماشا کنند. آن‌ها مجبور نیستند طرز رفتار خوب را یاد بگیرند یا کارهای خانه را انجام دهند.

فرزندان والدین آسان‌گیر تکانشی، سرکش و نافرمان هستند. در مقایسه با کودکانی که والدین آن‌ها کنترل بیشتری اعمال می‌کنند، آن‌ها نیز بیش از حد پرتوقع و به بزرگ‌ترها وابسته هستند و در تکالیف استقامت کم‌تری نشان می‌دهند.

**الگوی فرزندپروری بی‌اعتنا:** پذیرش و روابط صمیمی کم را با کنترل کم و بی‌اعتنایی به استقلال‌دادن ترکیب می‌کند. این والدین اغلب از لحاظ هیجانی جدا و افسرده‌اند، به‌قدری غرق در استرس خانوادگی هستند که وقت و انرژی کمی برای فرزندان دارند. تربیت بی‌اعتنا در حالت افراطی، نوعی بدرفتاری با کودک است که غفلت نامیده می‌شود. حتی در صورتی که بی‌اعتنایی والدین چندان شدید نباشد، کودکان و نوجوانان چنین والدینی مشکلات متعددی از جمله در خودتنظیمی هیجانی، پیشرفت تحصیلی، افسردگی، خشم و رفتار اجتماعی دارند.

علاوه بر الگوهای مطرح‌شده، از عوامل تأثیرگذار دیگری که می‌توان به آن اشاره کرد هماهنگی پدر و مادر در شیوه‌ی فرزندپروری است. به عبارت دیگر، سبک‌های فرزندپروری و نحوه‌ی برخورد پدر و مادر با فرزندان می‌تواند به شیوه‌ی ارتباطی پدر و مادر و ترکیب این دو با فرزندان بستگی داشته باشد. بنابراین، تأثیر پدر و مادر اثری ترکیبی دارد و اتخاذ شیوه‌ای مناسب از سوی یکی از آن‌ها می‌تواند تا حدودی پی‌آمدهای منفی حاصل از سبک نامناسب والد دیگر را تعدیل کند.

به‌طور مثال، پژوهشی در مورد میزان اضطراب تجربه‌شده از سوی دانش‌آموزان در درس ریاضی نشان داده است که دانش‌آموزان با سبک فرزندپروری مستبد به دلیل این که تسلط بیش‌تری بر آموزش فرزندان وجود دارد و حساسیت بیش‌تری نشان داده می‌شود، سطح اضطراب بالایی را گزارش می‌دهند. هم‌چنین والدین آسان‌گیر نیز، برعکس والدین مقتدر، به دلیل کم‌توجهی به آموزش فرزندان‌شان و آینده‌ی تحصیلی و شغلی ایشان و نداشتن نقش‌های حمایتی برای آن‌ها در بروز اضطراب تأثیر بسزایی خواهند داشت.

## با توجه به بحث مطرح‌شده در مورد سبک‌های فرزندپروری می‌توان به نکاتی راهبردی برای راهنمایی خانواده‌ها اشاره کرد:

- توجه به این موضوع که معمولاً در خانواده‌های امروز هماهنگی در شیوه‌ی فرزندپروری وجود ندارد و به‌اصطلاح بین مثلث پدر، مادر و فرزند رابطه‌ای پویا شکل نمی‌گیرد و گاهی شاهد یارگیری یا مخفی‌کاری بین والدین هستیم یا مشارکت به صورت درستی وجود ندارد.
- نبود قانون‌های مشخص و روشن در نحوه‌ی برخورد والدین با فرزندان را می‌توان در برخورد با فضای مجازی مشاهده کرد که یادآور الگوی فرزندپروری آسان‌گیر و بی‌اعتناست.
- قضاوت‌های نابه‌جا (مقایسه‌کردن) یا کمال‌گرایی والدین و از طرف دیگر محافظت بیش از اندازه از کودک که مانع رشد و تجربه‌کردن خواهد شد.

■ در ادامه مصاحبه مجله نیمکت سفید را با ابولفضل بانویور می‌خوانید...



فرصت‌های شغلی‌ای که امروز وجود دارد، ممکن است در سال ۲۰۳۰ متفاوت بوده یا حتی وجود نداشته باشد. چیزهایی که ممکن است جای شغل‌های امروزی را بگیرد نامشخص است. ما هر روز به‌عنوان پدر و مادر، رهبران جامعه، مربیان و سیاست‌گذاران کار می‌کنیم و تصمیم می‌گیریم که کودکان‌مان چگونه برای زندگی آینده آماده شوند. اما تلاش ما در قیاس با مساحت گسترده‌ی تحولات خارج از کنترل دنیا، بسیار ناچیز است. ما باید همه‌ی چیزهایی را که در آینده در جهان وجود خواهد داشت کشف کنیم و سعی کنیم سیاست‌ها و تلاش‌های آموزشی‌مان را طوری تنظیم کنیم که با آن‌ها هماهنگ باشد.

این در حالی است که بسیاری از تلاش‌های ما امروزه در راستای فراهم کردن بهترین امکانات برای زمان حال است. ما حدس می‌زنیم یا پیش‌بینی‌های بسیار زیادی در مورد آینده داریم. در این تحلیل، ما نگاهی خواهیم کرد به

۱. تأثیر روند تغییرات دنیای کنونی بر تغییرات شرایط کاری آینده و سطح اطلاعات ما در این زمینه؛
۲. مهارت‌های یادگیری و فردی‌ای که فرزندان ما را در آینده موفق خواهد کرد.

اما نخست باید بپرسیم در مورد آینده چه چیزهایی به‌وضوح می‌دانیم؟

## آموزش در دهه‌ی اول برای دهه‌ی سوم زندگی

ترجمه‌ی فروغ داوری

کودکی را در نظر بگیرید که در نخستین دهه‌ی زندگی‌اش به‌سر می‌برد. تصور کنید بعد از بیست سال به کدام مرحله از زندگی رسیده است. سال ۲۰۳۰ است. این کودک سی ساله شده و دنبال راهی برای یافتن شغل است. اما چه نوع شغلی؟ امروز در مورد چگونگی آماده کردن این کودک برای آینده چه می‌دانیم؟

بر اساس آن چه در حال ظهور و در حال تغییر است، می‌توانیم بگوییم:

- زندگی خصوصی و کاری ما با امواج منظم تغییر می‌یابد.
- فعالیت‌ها بیش‌تر شامل ارتباطات بین‌المللی و شهروندی با تمرکز بیش‌تر بر تمرکز جهانی خواهد شد.
- فعالیت‌ها بیش‌تر حالت چندرشته‌ای خواهند داشت و شامل انواع تازه‌ای از همکاری‌ها خواهند بود.
- شغل‌های بیش‌تری به کار با دستگاه‌های دیجیتال و سیستم‌های هوشمند اختصاص خواهد یافت.
- اصول بیش‌تری از کار و زندگی از ارتباطات بصری استفاده خواهند کرد.
- جهان با مسائل پایداری مواجه خواهد شد که بیش‌تر کارکنان را تحت تأثیر قرار خواهد داد.
- مسئولیت‌های شهروندی به دلیل مواجهه‌ی جوامع با مسائل تازه پیچیده‌تر خواهد شد.

مهارت‌های کلی‌ای که افراد برای زندگی آینده به آن‌ها نیاز دارند آماده‌شدن برای عدم قطعیت و نوسان، تمرکز یافتن از ویژگی‌های خاص به موارد کلی، از مهارت‌های شغلی تعریف‌شده‌ی امروزی تا کسب طیفی از مهارت‌هایی را که برای مواجهه با مسائل شغلی نامشخص مورد نیاز خواهد بود در بر می‌گیرد. اما نه مهارت مهم که در کسب آن‌ها پیش‌بینی‌هایی برای مواجهه با شرایط نامشخص آینده صورت گرفته عبارت‌اند از:

۱. **عشق به یادگیری.** با وجود عدم قطعیت در مورد مهارت‌ها و دانش مورد نیاز در آینده تمایل به یادگیری امتیاز بزرگی به فرد می‌دهد. این علاقه و اشتیاق از تجربیاتی به دست می‌آید که کودک در آن در یادگیری‌های چالش‌برانگیز، جالب و سرگرم‌کننده مشارکت داشته است.

۲. **مهارت در یادگیری.** "یادگیری برای یادگیری" مهارتی آموختنی است و باید در برنامه‌ی درسی مدرسه گنجانده شود. این روش یادگیری شامل تلاش‌های پی در پی برای ترویج و توسعه‌ی مهارت‌های یادگیری با فراهم کردن فرصت‌های یادگیری و شرایط بازتاب برای دانش‌آموزان در مورد چگونگی یادگرفتن یادگیری آن‌ها می‌شود.

۳. **خودشناسی.** خودشناسی یک مهارت اصلی است. بخش مهم آن فروتنی و دیگری اعتمادبه‌نفس است. خودشناسی کودکان زمانی رشد می‌یابد که بتوانند با کسانی که می‌توانند و می‌خواهند صحبت کنند، یاد بگیرند خوب گوش کنند و به یاد گرفتن ادامه دهند.

۴. **حس مردم‌دوستی.** کودکان ممکن است به‌طور طبیعی خودمتمركز و در نتیجه رفتار خودخواهانه‌ای داشته باشند. برای مقابله با این رفتار راه‌هایی وجود دارد، از جمله آن‌که به آن‌ها آموزش دهیم تا شرایط دیگران را درک کنند و با دیدگاه‌هایی دیگر افراد آشنا شوند.

۵. **ارتباطات.** کودکی که می‌تواند باعث پرورش احساسات دیگران شود در آینده می‌تواند همکار موفق‌ی شود. ارتباط‌گیری با احساسات افراد تقویت می‌شود و به‌نوبه‌ی خود مهارت‌ها را در همکاری بهبود می‌بخشد و تقویت می‌کند.

۶. **دنیا‌دیدگی.** همه‌ی آموزش‌ها در مدرسه اتفاق نمی‌افتد. محسنات

شرایط زندگی کودکی را که در پایتخت بزرگ و با مسائل متعددی مواجه شده است با کودکی که تاکنون از روستا خارج نشده و در عوض زندگی بکر و طبیعت را تجربه کرده است با هم مقایسه کنید.

۷. **آسایش و آرامش با وجود پیچیدگی‌ها.** جهان با علت و معلول‌های ساده کنترل نشده است و پرسش‌های بزرگ سیاه و سفید نیستند. دنیای ما پر از ظرافت و پیچیدگی است. بررسی و درک این راه برای موفقیت در کار و زندگی ضروری است.

۸. **تعین هدف.** مردم موفق می‌آموزند که چگونه اهداف را تعیین کنند و از چه مسیری به آن‌ها دست یابند. هدف برای یک کارفرما می‌تواند تولید و کسب ثروت باشد و برای یک کارمند یا کارگر موفقیت شخصی و ارتقای جایگاه یا طبقه.

۹. **ذهن باز.** دست‌یافتن به موفقیت در صورتی که ما به فکر پرورش کودکان سازگار و متفکر با ذهن باز نباشیم، ناممکن است. دنیای بزرگ‌سالی کودکان مان‌دنیایی پر از چالش‌ها و تغییرات مداوم خواهد بود و آماده‌ی تغییر بودن عامل موفقیت آن‌هاست.

برنامه‌های نوآورانه در سراسر جهان حداقل بر روی برخی از این نه مهارت متمرکز شده‌اند و بر یادگیری تجربی، همکاری و تمرکز بر منافع، نیازها و انگیزه‌های یادگیرنده تأکید دارند. برای مثال، بسیاری از آموزه‌های آموزش پیشرفته از این مهارت‌های انتقادی استفاده می‌کنند و یا به‌طور مستقیم از آن‌ها پشتیبانی می‌کنند و فلسفه و چارچوبی برای رفع‌شان فراهم می‌آورند. برنامه‌های آموزشی سیستم IB شامل مفاهیم اصلی یادگیری جامع، آگاهی بین‌فرهنگی و ارتباطات است. در ایالات متحده آمریکا، هسته‌ی مرکزی آموزش و پرورش کودکان بر آماده کردن آن‌ها، حتی در سطح ابتدایی، برای درک این که چگونه یاد بگیرند، تمرکز دارد. اما در حالی که این نوآوری در آموزش ادامه می‌یابد، فشار «بازگشت به اصول» ممکن است بیش از حد علاقه به ایجاد چنین مهارت‌هایی را به وجود آورد؛ و این به‌معنای ازدست‌دادن عمق و قدرت آموزش بر مبنای دانش محض است، که ما باید به صورت تدریجی در ذهن جوانان در سراسر جهان به وجود آوریم.

آن چه اکنون می‌توانیم در مورد آینده‌ی بلندمدت به‌وضوح بیان کنیم این است که سوادآموزی در اشکال قدیمی اما هم‌چنین تازه و آموزش عمومی نیز، بسیار مهم است؛ اما فشار امروز برای تمرکز بر آموزش حرفه‌ای و علوم، فناوری، مهندسی و ریاضی می‌تواند به‌راحتی از بین برود و توازن را در نظام‌های آموزشی از یادگیری به‌عنوان وظیفه به یادگیری برای یادگیری تغییر دهد و کودکان‌مان را برای مواجهه با ناشناخته‌ها آماده کند.

اجازه ندهید که آموزش مبتنی بر دانش صرفاً پاسخ‌گوی نیازهای کوتاه‌مدت شغلی باشد. مشاغلی که برنامه‌های آموزشی را دیکته می‌کنند، در حال حاضر ممکن است از بین رفته باشند و مطمئناً طی چند سال آینده تغییرات بزرگی خواهند داشت.

آموزش مهارت‌های خاص شغلی مختص محل کار و آموزش مهارت‌های مواجهه با شرایط و تغییرات تازه بر عهده‌ی مدرسه است اما این را که چه کسی باید آن را بسنجد سؤال اساسی است، به‌نظر باید به طرف دیگری که ذی‌نفع از این سنجش نیست و به مسائل اشراف دارد سپرد.



در تابستانی که گذشت مجتمع آموزشی راه رشد مقطع پربار و پرفتوآمدی را تجربه کرد. آموزش و تمرین در مقاطع مختلف پی گیری شد. این سه ماه برای دانش آموزان ابتدایی با بازی و اردوهای تفریحی نیز همراه بود. با معاونین آموزشی مراکز مختلف به گفت و گو نشستیم تا از فعالیت های چند ماه گذشته و از بازگشایی مدارس و اتفاقات ماه مهر برای مان کمی بیش تر بگویند. با ما همراه باشید.

**ترانه جوادپور، معاون آموزشی مقطع دبستان دخترانه، از فعالیت های آموزشی چند ماه اخیر این مقطع می گوید...**

### آموزش برای کلاس اولی ها

با توجه به تعطیلی سه ماهه ی مدارس و دورماندن دانش آموزان ابتدایی از فضای درس و مدرسه، به ویژه در مقطع دبستان که دوره ی حساسی به لحاظ آموزشی است، تصمیم گرفتیم برای پرکردن این شکاف در این سه ماه کلاس های ویژه، متنوع و شادی برای دانش آموزانی که در حال گذار از مقطع پیش دبستانی به کلاس اول و هم چنین از کلاس اول به کلاس دوم اند؛ برگزار کنیم. یکی از بهترین تجربیات ما در مقطع دبستان و ورود دانش آموزان کلاس اولی یادگیری هر چه سریع تر آنان و همراه شدن شان با فضای مدرسه و درس هاست، تا جایی که معلمان کلاس اول اذعان دارند که برگزاری چنین دوره هایی در تابستان به دانش آموزان کمک شایانی در یادگیری مطالب و محتوای درسی دارد. در این تابستان، ما سعی کردیم به طور ضمنی صداکشی، حروف الفبا، شمارش و ... را در قالب بازی و سرگرمی آموزش دهیم.

### کمپ زبان

بدین منظور برای کلاس اولی ها که در واقع نوآموز محسوب می شدند بسته ای تفریحی-آموزشی طراحی شد تا سه روز در هفته به مدرسه بیایند و دو روز باقی مانده را در کمپ زبان انگلیسی بگذرانند. در همین ارتباط، علاوه بر اقدامات انجام شده، تلاش شد تا دوره ای تدارک دیده شود که در آن دانش آموزان کلاس اولی به لحاظ عاطفی، آموزشی و رفتاری برای کلاس درس آماده شوند. همین روند برای دانش آموزانی هم که از مقطع اول به دوم می رفتند برگزار شد و دروسی که در سال قبل آموزش دیده بودند در قالب بازی و تمرین برای آنان تکرار شد. علاوه بر این ها کمپ زبان را در مدرسه داشتیم که دوره ی بسیار خوبی بود و حدود ۹۰ درصد دانش آموزان کلاس اولی و دومی در آن شرکت داشتند و با مفاهیم درسی و زبان انگلیسی آشنا شدند.

### اردوهای تفریحی و آموزشی

مجموعه ی راه رشد هر ساله پس از اتمام دوره و شروع سال تحصیلی تازه از معلمان بازخورد می گیرد تا بداند دانش آموزان به چه مهارت هایی نیاز دارند. به همین دلیل، در تابستانی که گذشت برنامه های دستورزی به طور خاص تر در

برنامه های آن ها گنجانده شد. در کنار این ها چندین اردوی تفریحی و آموزشی نیز برای دانش آموزان برگزار شد. مکان های نظیر پارک ژوراسیک، باغ وحش پردیسان و ... که با محتوای درسی آنان نیز مرتبط بود برای این منظور انتخاب شدند.

### زنگ مهر

بازگشایی مدرسه با حضور یکی از فارغ التحصیلان مدرسه ی راه رشد آغاز شد. شنیدن خاطرات این عزیز برای دانش آموزان بسیار خوش آیند و باورپذیر بود که کسی از جنس خودشان و در همین جا رشد کرده و اکنون مهر دل پذیری را برای شان رقم می زند.

### روز جهانی کودک

به منظور هم بستگی با کودکان سراسر دنیا، نمادی از عروسک های ملل در نظر گرفته شد تا دانش آموزان ضمن تجربه ی لحظات شاد در کنار هم بودن،



تجربه ی ساخت این عروسک و دستورزی را در دفتر خاطرات خود داشته باشند.

**آزاده آشوری، معاون آموزشی دبستان پسرانه، از اقدامات انجام شده در چند ماه اخیر این مقطع می گوید...**

### زنگ تفریح پیش تر برای دانش آموزان

از آن جا که تابستان فرصتی طلایی برای تجهیز علمی و ابزاری است، به منظور آمادگی برای شروع سال تحصیلی پربار، فعالیت های علمی با جلسات مدون آموزشی آغاز شد و ادامه یافت. در این جلسات، ساعات آموزشی و زنگ های تفریح بررسی و مقرر شد که ساعات بیش تری به اوقات تفریح دانش آموزان اختصاص یابد تا دانش آموزان شاداب تر و با انگیزه تر در کلاس های آموزشی حضور یابند. جلسات منظمی روزهای سه شنبه با حضور مسئولان دپارتمان ها و آموزگاران برگزار شد که طی آن ها محتوای آموزشی دروس و کتاب ها بازبینی



**آزاده فاضلی زاده، معاون آموزشی مهدکودک، از فعالیت‌های آموزشی این مقطع می‌گوید...**

### **امسال موضوع آموزشی خوراکی‌ها بودند**

شروع سال تحصیلی مهدکودکی‌ها از تیرماه بود و کودکان راه‌رشدی و کسانی که به‌تازگی به مجموعه‌ی ما ملحق شده بودند از همین زمان با مربیان خود آشنا شدند و این اتفاق مهمی برای آنان محسوب می‌شد تا با سال تحصیلی تازه انس بگیرند. تم آموزشی در تابستانی که گذشت به دو بخش تقسیم شد. بخشی از آن برنامه‌ی کلاسی بود که مربیان عهده‌دارش بودند و بخش دیگر فوق‌برنامه‌ها بود که در حیطه‌های: دقت، تمرکز، ریاضی، مهارت‌های فنی، علوم و ... با کودکان کار شد. امسال برای کسانی که تازه‌وارد محسوب می‌شدند موضوع خوراکی‌ها را داشتیم تا ضمن آشنایی با محیط تازه، آموزش آنان با تفریح و شادی همراه باشد و با محیط احساس بیگانگی نکنند.

دلیل انتخاب این موضوع نیز ملموس بودن آن برای کودکان بود؛ یعنی حتی کودکی که در مهد نبوده و سابقه‌ی آموزش در محیط اجتماعی را نداشته با این نوع مباحث آشناست و یادگیری به‌واسطه‌ی آن روش سختی نیست که برای آنان ایجاد اضطراب کند. موضوع آموزشی تابستانی ما به همین دلیل شاد و مفرح بود و در آن کودکان با انواع نوشیدنی‌ها، میوه‌ها، سبزیجات، سالادها، تنقلات، غذاها، نان‌ها و انواع لبنیات و دیگر خوراکی‌ها آشنا شدند. در پایان هر برنامه هم بچه‌ها هر چیزی را که درست می‌کردند میل می‌کردند.



شدند. با توجه به کاربردی کردن دانسته‌ها و ایجاد مفاهیم مشترک و پایه بین دروس مختلف، طرح تلفیق دروس مطرح و مورد بررسی قرار گرفت. این طرح پس از بررسی و تهیه‌ی طرح درس ویژه از آذرماه اجرایی خواهد شد. این تلفیق شامل آموزش مهارت‌های کامپیوتر تا مفاهیم دروس علوم، ریاضی، فارسی و اجتماعی است.



### **بازی و یادگیری در کارگاه ریاضی**

اگر آموزش همراه با بازی باشد، علاوه بر لذت‌بخش بودن برای کودکان موجب یادگیری نیز می‌شود. به همین منظور، طرح درس‌های کارگاه ریاضی مورد بازبینی قرار گرفت و بازی‌های ریاضی متنوعی طراحی شد. با ایجاد این محتوای آموزشی غنی، که به کمک آموزش ریاضی خواهد آمد، ساعتی با عنوان کارگاه ریاضی در برنامه‌ی درسی لحاظ شد.

### **خبر خوب برای دوست‌داران کتاب الکترونیکی**

سال‌هاست که مدرسه‌ی راه رشد پیش‌رو در امر تهیه‌ی کتاب کار علوم است و جای کتاب الکترونیک در این میان خالی بود. امسال با هدف تولید کتاب الکترونیک اقدام به تهیه‌ی طرح درس‌ها و سناریوهای کتاب الکترونیک شد و پروژه‌ی تهیه‌ی این کتاب برای استفاده‌ی دانش‌آموزان در مدرسه و منزل در حال پی‌گیری و آماده‌سازی است. از دست‌آوردهای دیگر جلسات آموزش، بازبینی کتب زبان انگلیسی و احساس نیاز به انتخاب کتب تازه و به‌روز بود که با پیشنهاد خانم موسوی کتاب BIG ENGLISH با محدودیت مکالمه انتخاب شد و طرح درس‌های اجرایی تدوین شد.

### **ساعات شاد در کمپ زبان**

کلاس‌های کمپ زبان انگلیسی با حضور تعداد زیادی از دانش‌آموزان همراه با فعالیت‌های متنوع و شاد برگزار شد و توانست در تقویت مهارت‌های محاوره‌ای دانش‌آموزان مان بسیار مؤثر باشد. ساعاتی شاد، علمی و هیجان‌انگیز همراه با مکالمه‌ی زبان انگلیسی خاطراتی خوش را برای دانش‌آموزان رقم زد. علاوه بر این، تهیه‌ی تقویم فعالیت‌های آموزشی و تربیتی سال تحصیلی، بازبینی برنامه‌های اردو و بازدید و تهیه‌ی تقویم آموزش خانواده از جمله دست‌آوردهای جلسات آموزشی بود.

## اردوهای آموزشی و تفریحی

در تابستان، علاوه بر این که برنامه‌ی استخر جزو فعالیت‌های فوق‌برنامه محسوب می‌شد، بچه‌ها همراه مربیان خود به حالت پیک نیک به پارک رفتند تا ضمن تفریح و خوردن صبحانه‌ی سالم با انواع خوراکی‌ها و نوشیدنی‌های سالم نیز آشنا شوند. در این برنامه و برنامه‌ی کمپینگ ضرورت خوردن صبحانه‌ی سالم به آنان توضیح داده شد و یاد گرفتند که در کمپ چه کارهایی باید انجام دهند. برنامه‌ی دیگری که در تابستان اجرا شد جشن آب‌بازی بود که طی آن بسیار به بچه‌ها خوش گذشت.

## برنامه‌های متنوع

در میان فوق‌برنامه‌هایی که اجرا شد، کمپ زبان نیز به‌عنوان فوق‌برنامه‌ی عصرگاهی برای بچه‌ها طراحی شد که در این کمپ بچه‌ها دو اردو داشتند. در اردوی کارگروه برج میلاد کودکان مان با انواع مشاغل آشنا شدند و در اردوی دیگر به آشنایی با اجزای بدن انسان پرداختند.

علاوه بر جشن تیرماه، برای آن که بچه‌ها با حال و هوای مهر آشنا شوند و شروع پاییز را جشن بگیرند جشن اول مهر را هم برگزار کردیم. برنامه‌ی دیگر برای شانزدهم مهرماه، روز ملی کودک بود که در آن ایستگاه‌های بازی را برای کودکان طراحی کردیم تا از آن‌ها استفاده کرده و ضمن انجام بازی با یادگیری مهارت‌هایی نیز برای آنان همراه باشد.

## ابوالفضل بانوپور، معاون آموزشی متوسطه پسرانه، از

### فعالیت‌های آموزشی این مقطع می‌گوید...

## برنامه‌های خاص و تازه‌تر برای هفتمی‌ها و هشتمی‌ها

شروع مهرماه برای کلاس هفتمی‌ها و هشتمی‌ها به صورت خاص‌تری برگزار شد. بچه‌ها به سالن دعوت شدند و ضمن تماشای کلیپی که برای آنان تهیه شده بود، از اجرای موسیقی زنده هم بهره بردند. هفته‌ی اول مهرماه با دو اتفاق دیگر نیز همراه بود. امسال شورای دبیران را داشتیم و سعی کردیم نرم‌افزاری را به‌عنوان رابط بین دبیران، والدین و دانش‌آموزان معرفی و از آن استفاده کنیم. مورد دیگر معرفی پروژه‌ها بود. تمام تلاش‌مان این است که برای امسال بتوانیم به صورت خاص و متمرکزتر روی موضوع پروژه‌های دانش‌آموزان کار کنیم و سرمایه‌گذاری بهتری به پروژه‌ها اختصاص دهیم.

علاوه بر آن، انتخاب رشته‌ی ورزشی به صورت تخصصی را برای دانش‌آموزان پایه‌ی هفتم و هشتم داشتیم. امسال دومین سالی است که این برنامه اجرایی می‌شود و دانش‌آموزان بر اساس علایق خود در گروه‌های مجزا قرار می‌گیرند و هر دوشنبه به رشته‌ی انتخابی خود می‌پردازند. روز ملی کودک برای مقطع هفتم و هشتم برگزار شد و دانش‌آموزان ضمن داشتن بحث صبحانه‌ی سالم به پارک پردیسان رفته و به تفریح پرداختند.

## اتفاقات دهه‌ی اول آبان‌ماه

دهه‌ی اول آبان‌ماه دهه‌ی ریاضی بود و دانش‌آموزان فیلم‌ها و کلیپ‌های مختلفی را درباره‌ی این حوزه و مشاهیر آن مشاهده کردند و با اتفاقات و نکات جالب این حوزه آشنا شدند. در این ماه، هم‌چنین شوراهای دانش‌آموزی را داشتیم که در آن

جلسات مناظره برگزار شد و کاندیداها به پرسش‌های دیگر دانش‌آموزان پاسخ دادند و برنامه‌های خود را در معرض رأی گذاشتند. در ماهی که گذشت، هم‌چنین المپیاد ورزشی را داشتیم و تصمیم‌مان بر این است تا این مسابقات را به صورت دوره‌ای برگزار کنیم، به‌نحوی که دانش‌آموزان بتوانند به صورت لیگ در مسابقات شرکت کنند.

## معصومه مهدی، معاون آموزشی متوسطه یک دخترانه، از

### فعالیت‌های آموزشی این مقطع می‌گوید...

در تابستانی که گذشت، برای برخی از دانش‌آموزان سال پیش، که به لحاظ درسی نیازمند تمرین بیش‌تری بودند و هم‌چنین دانش‌آموزان تازه‌وارد کلاس‌های فوق‌برنامه در درس‌های فیزیک، شیمی، ریاضی، زیست و کامپیوتر را داشتیم. هم‌چنین کلاس‌های فوق‌برنامه‌ی دیگری مثل زبان انگلیسی را برگزار کردیم. علاوه بر کلاس‌هایی با محتوای درسی، کارگاه‌هایی نظیر چرم‌دوزی، طراحی و ساخت زیورات و کارگاه فنی هم برای دانش‌آموزان علاقه‌مند ترتیب دادیم. اردوهای تفریحی نیز به روال هر ساله برگزار شد و چندین برنامه‌ی طبیعت‌گردی و کافه‌گردی را دانش‌آموزان تجربه کردند.

## برنامه‌های متنوع و استقبال از روز جهانی غذا

از اواسط مرداد تا اوایل شهریورماه، کلاس‌ها و فوق‌برنامه‌ها به صورت منظم برگزار شد. امسال اولین سالی بود که کلاس تفکر سیستمی اجرا شد و بازخوردهای بسیار مثبتی به همراه داشت. برای شروع مهرماه و جشن بازگشایی مدارس از خانم پوران درخشنده دعوت به عمل آمد تا زنگ مهر امسال را این بانوی هنرمند بنوازد. با شروع سال تحصیلی، معرفی پروژه‌ها را داشتیم و آزمون استرالیا، که آزمونی در حیطه‌ی ریاضیات است، در همه‌ی پایه‌ها برگزار شد.

برای سال تحصیلی نو برنامه‌ی مدیر را وارد کار آموزشی کردیم که به‌لحاظ آموزشی می‌تواند پلی ارتباطی میان مدرسه، والدین و دانش‌آموزان برقرار کند. علاوه بر دیدار با والدین، دانش‌آموزان با مشاوران تحصیلی خود نیز آشنا شدند. در روز ملی کودک نیز دانش‌آموزان به یاد دانش‌آموز ژاپنی درناهای کاغذی درست کردند و هر کدام آرزوهای خود را نوشتند و در سبدی انداختند. پس از آن، هر کسی آرزویی را از سبد بیرون می‌آورد و با صدای بلند برای دوستان خود می‌خواند.

برنامه‌ی دیگری در هفته‌ی بهداشت روان برگزار شد و به دانش‌آموزان توضیحاتی در خصوص اضطراب و شادمانی داده شد. هم‌چنین روز جهانی غذا را داشتیم که دانش‌آموزان از هر شهر و استانی که دوست داشتند غذایی را درست کرده و به مدرسه آوردند. آن‌ها ضمن چشیدن خوراکی استان‌های مختلف در مورد فلسفه‌ی غذاها و نحوه‌ی پخت آن‌ها نیز توضیحاتی ارائه دادند.



## کمپ آی آراس (IRS) چیست و به چه منظور دانش آموزان در آن شرکت می کنند؟

**داوری:** آی آراس یک سازمان آموزشی بین المللی است که پروژه های خود را حدود چهار ماه پیش از برگزاری در سایت مخصوص به خود منتشر می کند. اغلب این پروژه ها در سه حوزه علوم انسانی، علوم پایه و تکنولوژی است که دانش آموزان می توانند بر اساس علاقه مندی های خود پروژه های شان را از سایت انتخاب کنند. پس از ورود به کمپ، پروژه ها معرفی می شوند که روش معرفی شان تقریباً شبیه روش راه رشد است. در روزهای ابتدایی کمپ دانش آموزان معلم های پروژه ی خود را می بینند و در مورد پروژه ها صحبت می کنند و در همان روز دمویی از پروژه برگزار می شود. پس از کسب اطلاعات و آگاهی کامل از پروژه ها دانش آموزان اجازه دارند پروژه های خود را تغییر بدهند. اما یک اصل اساسی در انتخاب پروژه ها وجود دارد و آن این است که دو دانش آموز از یک کشور نمی توانند در پروژه ای یکسان حاضر شوند. در این کمپ، کار تیمی به هر چیزی ارجحیت دارد و دانش آموز باید بتواند خود را در تیم نگه داشته و همراه تیم کار خود را به پیش ببرد. این دوره از نظر فرهنگی دوره ای بسیار غنی است و سعی بر این است که دانش آموزان از کشورهای مختلف برای شرکت در این کمپ تابستانه جذب شوند. راه رشد نیز با وجود تمام سختی های این دوره اصرار دارد که دانش آموزان در این کمپ شرکت کنند. به جرئت می توان گفت چالش های سفر بسیار بود اما مدیرعامل مجموعه هم به لحاظ مالی و هم غیرمالی ما را حمایت کردند و تمام قد برای پیش برد این برنامه پشت آن ایستادند؛ چون به آینده ی راه خوش بین اند و تمام هدف ایشان سرمایه گذاری بلندمدت و رشد دانش آموزان توانمند است.

## چشم اندازهای مشترک بین راه رشد و کمپ چه طور قابل ارزیابی است؟

**نیلاش:** این دوره اولین تجربه ی حضور من در کمپ آی آراس بود اما تمام دانش آموزانی که در دوره های قبل شرکت کرده بودند ارزیابی خوبی از این دوره داشتند و نگاه شان حاکی از رضایت بود. تجربه ی سفر که از فرودگاه شروع شد و تا برگشت به ایران ادامه داشت هم برای من و هم دانش آموزان قابل توجه است. مثلاً برخی از پیش فرض های من تحت تأثیر تجربه ی این سفر تغییر کرد؛ مثلاً به تجربه دیدم در حوزه ی درسی، این کمپ در وضعیت مطلوبی قرار ندارد، اما شاید در بخش پژوهش بتواند توانمندتر ظاهر شود. این موضوع باعث شد تمام پیش داوری های ذهنی خودم را در مورد توانایی دانش آموزان فراموش کنم. به غیر از مسائل آموزشی که به لحاظ اهمیت در حاشیه قرار می گیرد (البته حاشیه ی خوب)، مزایای دیگری هم داشت؛ مثلاً دانش آموزان زمانی که از سفر بازگشتند، فهمیدند که خانواده برای آن ها چه معنایی دارد و تلاش کردند ارتباط مؤثرتری با خانواده برقرار کنند. در این سفر به واقع این حقیقت که تربیت انسان های یادگیرنده تنها وابسته به کتاب های درسی نیست، بیش از پیش بر ما آشکار شد. هرچند شرایط کمپ چندان مطلوب و راحت نبود اما دانش آموزان ما به راحتی با محیط کمپ کنار آمدند و با وجود تمام سختی ها علاوه بر بار آموزشی که تجربه ی لذت بخشی از سفر را به همراه داشت،

## دهمین دوره ی حضور دانش آموزان

### راه رشد در کمپ IRS روسیه

## عضویت در میلست (MILSET)

## ره آورد سفر راه رشدی-ان

### گفت و گو با فروغ داوری و مهدی نیلاش



شرکت در کمپ آی آراس برای دهمین بار در مجموعه ی راه رشد اتفاق افتاد. آی آراس کمپی تابستانه با فضایی دوستانه برای رقابت دانش آموزان کشورهای مختلف است. با فروغ داوری و مهدی نیلاش همراه بودیم تا از سفر خود و دست آوردهای آن برای ما بگویند.

می‌توان گفت این امر مرهون رویکرد تربیتی راه رشد است که دانش‌آموزانش را تک‌بعدی پرورش نمی‌دهد. به گمان من، مهارت‌های زندگی‌ای که در راه رشد آموزش داده می‌شود خود را در شرایط دشوار به‌خوبی نشان می‌دهد. در این کمپ، دانش‌آموزان ما خود قبلی را دوباره فروریختند و ساختند و توانستند دوستی‌های تازه‌ای رقم بزنند. در چنین فضاهایی شخص می‌تواند کاملاً خود را منزوی کند یا چند قدم جلوتر رود و وارد فضای گفت‌وگو با دیگران شود و در خود تغییرات اساسی ایجاد کند. در یک جمله اگر بخواهم این سفر را خلاصه کنم، باید بگویم تجربه‌ی ما از این سفر فروریختن برخی تجربه‌ها و دوباره‌ساختن باورهای ذهنی‌مان بود.

### دانش‌آموزان چه‌طور می‌توانند در این دوره شرکت کنند؟ آیا شرایط خاصی برای شرکت در این دوره‌ها نیاز است؟

**نیایش:** یکی از شرایط انتخاب دانش‌آموزان برای شرکت در این کمپ تابستانه این است که بتوانند به زبان انگلیسی صحبت کنند، شرط دیگر تا حدودی در اختیار مدرسه است که دانش‌آموزان همراه را به این منظور کنار خود داشته باشد و موضوع دیگر شرایط اقتصادی خانواده‌هاست. در کمپ تابستانه‌ی امسال، ما توانستیم با چهار دانش‌آموز دختر و یک دانش‌آموز پسر همراه شویم.

### در مورد عضویت در سازمان بین‌المللی میلست بگویید؟

**داوری:** اتفاقی که امسال در کمپ تابستانه‌ی یاکوتیا اینترنت‌شنال ساینس گیم (YISG) رخ داد و متفاوت از برنامه‌های قبل بود شرکت رییس کل و سفیران میلست از کشورهای کانادا، مکزیک، برزیل و ترکیه بود که از

دغدغه‌های خود در مورد پروژه‌ها گفتند.

میلست سازمانی غیردولتی، غیرانتفاعی و غیرسیاسی برای کودکان و نوجوانان است که هدف‌اش گسترش فرهنگ علمی از طریق برنامه‌های علمی و فناوری، از جمله نمایشگاه‌ها و اردوهای علمی، کنگره‌ها و دیگر فعالیت‌های باکیفیت است.

میلست نخستین بار سال ۱۹۸۷ در نمایشگاه بین‌المللی علوم در کبک برگزار شد. از آن پس، دفاتر مختلف منطقه‌ای به‌تدریج تأسیس شد: میلست املت (آمریکای لاتین)، میلست آفریقا، میلست آسیا، میلست اروپا، میلست نورام (آمریکای شمالی)، میلست وستک. میلست از سازمان‌های عضو خود برای مشارکت جوانان در علوم، فناوری، مهندسی، هنر و ریاضیات (Steam) از طریق ایجاد انگیزه، همکاری، ایجاد شبکه‌ها حمایت می‌کند. کمک به سازمان‌های عضو برای تشکیل یک محیط محلی یا ملی با هدف ایجاد انگیزه در جوانان برای حضور در Steam و ارتباط، پشتیبانی و نمایندگی سازمان‌های عضو در سراسر جهان از اهم فعالیت‌های میلست است.

امسال دهمین سالی بود که مجموعه‌ی راه رشد در کمپ آی‌آراس شرکت می‌کرد و فرصت بسیار خوبی برای درخواست عضویت در این سازمان بین‌المللی معتبر پژوهشی محسوب می‌شد. به‌جرت می‌توان گفت مدرسه‌ی راه رشد در ایران یکی از قدیمی‌ترین مدارس در حوزه‌ی برگزاری پروژه‌های دانش‌آموزی است و رشدی که در این زمینه داشته دیگر پذیرای توانایی‌های فضای مدرسه نیست و بایستی برای ایستا نبودن و پیشرفت‌کردن خود را به نهادهای بزرگ‌تری هم‌چون میلست متصل کند. بنابراین، من فکر می‌کنم دست‌آورد مهم این سفر آشنایی با این سازمان بین‌المللی و اقدام برای عضویت در آن بود.





وی در پاسخ به پرسش یکی از دانش‌آموزان که «چه‌طور به فیلم‌سازی روی آوردید» گفت: من از همان دوران نوجوانی شعر می‌گفتم، شعرهای کوتاه. اما نوشته‌هایم را پاره می‌کردم. در کلاس درس هم انشاهای خوبی می‌نوشتیم، انشاهایی که حالت سرگذشت داشت. با این‌که در دانشگاه در رشته‌ی پزشکی رتبه آوردم اما احساس کردم این رشته برای من نیست و من برای آن ساخته نشده‌ام که بتوانم در کلاس‌های تشریح زمانم را بگذرانم. برای من مسئله‌ی اصلی روح و روان آدمی است نه جسم آن. احساس می‌کردم این روح آدمی است که بیش‌تر ضربه خورده و شکسته می‌شود. همین شد که سعی کردم به دنبال علاقه‌ام بروم، چیزی که می‌توانست من را آرام کند توجه به دغدغه‌ی انسان‌ها بود. برای این کار باید واقعا عاشق بود تا بتوانی ادامه دهی. زمان‌هایی که سر کار هستم به‌هیچ‌وجه متوجه درد بدن و خستگی نمی‌شوم اما به محض این‌که به خانه می‌روم متوجه می‌شوم که بند بند وجودم از خستگی درد عجیبی می‌کند. برای شروع هر رشته و کاری باید اول عاشق آن باشید. فیلم‌سازی رشته‌ی بسیار سختی است و نیاز به همت و سختی کار بسیاری دارد.

وی همچنین در پاسخ به این سؤال که «چه‌طور شما در سنین کم و جوانی توانستید تشخیص بدهید که رشته‌ی پزشکی رشته‌ی شما نیست و فیلم‌سازی را انتخاب کردید» گفت: مادر من معلم بود و من همواره رابطه‌ی دوستانه‌ای با او داشتم. زمانی که با مادرم مشورت کردم که «می‌خواهم وارد رشته‌ی فیلم‌سازی شوم» دیدگاه هیچ شخصی به این رشته در آن زمان مثبت نبود و همه از من می‌خواستند که

## زنگ مهری

## که با مهر نواخته شد

### لیلی شپرزاد

سالی که زنگ تحصیلی آن با دستان یک بانوی هنرمند و مقتدر نواخته شود قطعاً انگیزه‌بخش دانش‌آموزان ما خواهد بود، به‌ویژه دانش‌آموزانی که علاقه‌ی شدیدی به حضور در عرصه‌ی هنر دارند. پوران درخشنده یکی از بانوان موفق در حوزه‌ی هنر و فیلم‌سازی است؛ بانویی که زنگ سال نوی تحصیلی دبیرستان دخترانه‌ی راه رشد را به صدا درآورد و کمی بعد از آن به گپ و گفتی با این دانش‌آموزان پرداخت.

تهیه می‌کنم، همواره تأمین بودجه برایم دغدغه‌ی دیگری است که ممکن است کارم را طولانی‌تر کند.



همان رشته‌ی پزشکی را ادامه دهم. اما به هر حال من تصمیم‌ام را گرفته بودم و وارد سینما شدم. در آن زمان زنان همانند امروز نقش و جایگاه خاصی در سینما نداشتند و این برای من چالش بسیار بزرگی بود. در آن زمان شاید برای عموم مردم روشن نبود که یک زن فیلم‌ساز می‌تواند رهبری کند و پیام‌های مهمی را به جامعه برساند. با این حال، من با تمام موانع کوچک و بزرگی که بر سر راهم بود سعی کردم مقابله کنم و با قدرت تمام از کنار موانع گذر کنم. همواره به خودم قوت قلب می‌دادم که مسائل کوچک نباید در مسیر و هدف من تأثیرگذار باشد و من را از هدف اصلی‌ام دور کند. امروزه اما راه برای شما جوانان هموار شده است و شما تنها باید هدف‌تان را بدانید. وی هم‌چنین در پاسخ به پرسش یکی دیگر از دانش‌آموزان که پرسید «در مقابل موانع و ناآگاهی اطرافیان چه واکنشی نشان می‌دادید» گفت: اولین باری که کارم را شروع کردم با فیلم‌بردار کار دچار کش‌مکش شدیم و من صحنه را ترک کردم، اما بعد از گذشت چند ساعت آرام‌تر شدم و به خودم گفتم که این مسائل جزئی نباید مرا متوقف کند. چندان‌ساعتی با خودم خلوت کردم و بعد مصمم‌تر از هر زمانی به صحنه برگشتم و کار را ادامه دادم. در کل، می‌خواهم بگویم اگر کاری برای شخصی هدف نباشد ممکن است با موانع کوچک موجود بر سر راه شکست بخورد و از هم بپاشد اما اگر کسی به کاری که می‌کند ایمان داشته باشد و آن کار هدف نهایی وی باشد، با اعتماد به نفس کارش را ادامه می‌دهد و از تمام موانع گذر می‌کند.



وی در نهایت ضمن آرزوی موفقیت برای دانش‌آموزان تأکید کرد که «امیدوارم با قدم‌های استوار وارد این حرفه شوید و فیلم‌های قوی بسازید که ما هم از دیدن‌شان لذت ببریم.»

دانش‌آموزان فیلم‌سازی مجتمع آموزشی راه رشد نیز در پایان به معرفی فیلم خود با نام «بهتر» به موضوع «تبعیض» پرداخته و از این فیلم‌ساز دعوت کردند تا فیلم آن‌ها را تماشا و نظر کارشناسی خود را برای‌شان ارسال کند.

در پایان آن‌ها بیتا اصلاح‌پذیر، مدیرعامل مجموعه راه رشد نیز یادآور شد: «دیدار دانش‌آموزان با بانوان موفق که با تمام موانع برای رسیدن به جایگاه‌های ممتاز می‌جنگند برای آنان قطعاً الهام‌بخش است. وی به رسم یادبود و تشکر هدیه‌ای از دست‌سازهای زنان سوزن‌دوز چابهار به این بانوی عزیز تقدیم کرد.

وی در پاسخ به سؤال یکی دیگر از دانش‌آموزان که «چه‌قدر زمان می‌برد تا یک فیلم ساخته شود» گفت: برای من این موضوع متفاوت است. تا زمانی که برای کارم تحقیق و پژوهش نکنم آن را شروع نمی‌کنم. برای من این بخش از فیلم‌سازی بسیار مهم است. من این شیوه را نمی‌فهمم که چه‌طور همکارانم امروز تصمیم می‌گیرند فیلمی را بسازند و فردا آن را شروع می‌کنند. به‌شخصه تا زمانی که برای خودم این موضوع حل نشود که چرا باید این موضوع را فیلم کنم، برای چه به این موضوع می‌پردازم و اگر آن را نسازم چه می‌شود، کاری را شروع نمی‌کنم؛ و از جایی که فیلم‌ساز مستقلی هستم و از بودجه‌ی شخصی خودم فیلم می‌سازم و

پسر خوب راه رشد

نمی‌دانم اگر تحمل، صبر و درک معلم مهد و دبستان نبود چه اتفاقی برای من می‌افتاد. اما می‌دانم اهالی این خانه، همیشه پسرش را دوست دارد و آغوشش را برای تو باز نگه داشته‌است. تو به معلمانت غروری دوباره دادی، غروری بابت بودندت، بابت معلم بودنشان.

پسر عزیز راه رشد

تو برای ما درس بزرگی هستی، درس تحمل و صبوری. حالا آنها که صبوری کرده‌اند سرخوشانه درباره موفقیت تو حرف می‌زنند. با تو یک بار دیگر به درستی راه‌مان در راه رشد رسیدیم، تو باعث شدی یک‌بار دیگر به معلم بودن‌مان افتخار کنیم و برای هیادهای دیگر، بیشتر از خود بگذریم، صبورتر باشیم و چشمان‌مان را برای شناسایی هیادی دیگر بازتر کنیم.

هیراد عزیز من

تو به همه یادآور شدی که سنجش هوش و استعداد تو در یک آزمون میسر نیست. تو هیچ‌گاه مدرسه تیزهوشان نرفته‌ای اما از تمامی هم‌تیمی‌های تیزهوشانی‌ات برتر بودی. تو جایی درس خواندی که استعدادها را می‌بیند و کمک می‌کند تا امثال تو خودش و راه رشدش را پیدا کند. تو در راه رشد دیده شدی و به تو بال پرواز دادند تا پرواز کنی؛ دور شوی اما هم‌چنان به خانه‌ات عشق بورزی.

پسر خوب و مهربان مدرسه ما

راحت از نامت مهم‌تر است. اثر همیشه به جا می‌ماند، تو باید تکثیر شوی. فروتنی‌ات چشمگیر است. دوست مهربان بچه‌های مدرسه ما. به بودند کنارمان افتخار می‌کنیم. هنوز راحت تمام نشده است، هیچ وقت تمام نمی‌شود. تو تازه ابتدای راه هستی. ولی یاد گرفته‌ای چطور پرتلاش باشی. تو می‌توانی دروازه‌های زیادی را فتح کنی، تو می‌توانی هر دیوار دفاعی را بشکنی، در آفساید نباشی و فداکارانه رفتار کنی.

ما تو را می‌شناسیم؛

تو برای ما هنوز همان پسر بچه‌ای هستی که خوشحالی و غمت هیچ‌وقت معلوم نمی‌شود، تو همیشه خونسرد و فروتن هستی و خواهی ماند.

ما و خانواده‌ات برای موفقیت‌های بیشتری در آینده در کنار هستیم...

■ تیم اعزامی فیزیک ایران به مسابقات جهانی فیزیک‌دانان جوان جهان با اختلاف نیم امتیاز به مقام چهارم دست پیدا کرد. هیراد داوری از متوسطه پسرانه راه رشد نیز عضو تیم اعزامی بوده که امتیازات درخشانی کسب کرد.



## حضور هیراد داوری در مسابقات فیزیک‌دانان جوان جهان

## پسر خوب راه رشد

### مهدی دیلاش

هیراد عزیز ما

موفقیت‌هایت ما را شگفت‌زده نمی‌کند اما حال‌مان را خوب می‌کند. خوشحالی‌مان بابت موفقیت‌ات نیست، تو ما را به این چیزها، عادت داده‌ای پسر عجیب راه رشد.

از این خوشحال هستیم که کنار مایی. معلم مهد کودکات می‌گوید هیچ وقت یک جا نمی‌نشستی حالا هم همین‌طور هستی. تفاوت‌اش در این است که تو برای "پیدا کردن"، "ساختن" و "موفقیت" خیلی از ما دور می‌شوی. دیگر زیر میز یا داخل کمد دنبالت نمی‌گردیم. ما تو را روی سکوها پیدا می‌کنیم. جایی که اساتید برایت دست می‌زنند و به احترام می‌ایستند.



■ بسته بندی تا اهدای لوازم التحریر به مناسبت جشن مهر به دانش آموزان مناطق محروم. استان سیستان و بلوچستان، شهرستان چابهار



پروفسور گلاسر در تحقیقات مستمری که بیش از نیم قرن طول کشید، دریافت که روان‌شناسی سنتی، که مبتنی بر «کنترل بیرونی» است، مبدأ بسیاری از مشکلات انسان‌ها چه در سطح فردی و چه در سطح خانوادگی و اجتماعی است. کنترل بیرونی هنوز هم به‌طور گسترده در سراسر جهان مورد استفاده قرار می‌گیرد. این نوع از کنترل عقیده دارد: «شما می‌توانید دیگران را کنترل کنید.» حتی فراتر می‌رود و می‌گوید: «شما حق دارید دیگران را کنترل کنید.» باز پا را فراتر می‌گذارد و می‌گوید: «شما وظیفه دارید دیگران را کنترل کنید.» بر این اساس، روان‌شناسان معتقد به کنترل بیرونی همواره کوشیده‌اند راه‌هایی برای کنترل رفتارهای دیگران بیابند و مثلاً سازوکارهای تنبیه و تهدید و تشویق را طراحی کرده‌اند تا افراد بتوانند با آن‌ها دیگران را کنترل کنند.

این کنترل‌گری الزاما با اهداف منفی همراه نیست و بسیاری از اوقات خیرخواهانه هم هست، مانند پدر و مادری که می‌خواهند بر فرزند خود اعمال سلطه کنند یا معلمی که می‌خواهد رفتارهای اخلاقی و درسی دانش‌آموزانش را اصلاح کند.

با این حال، واقعیت این است که در نظر دکتر گلاسر و همکارانش کنترل بیرونی فقط اثر کوتاه‌مدت دارد و تغییر ذاتی در رفتار آدم‌ها ایجاد نمی‌کند، به دلیل آن‌که با اعمال سلطه همراه است باعث بروز ناخرسندی‌هایی می‌شود، چنان‌که به محض حذف عوامل کنترل‌گر، افراد به رفتارهای پیشین خود رجوع می‌کنند. دکتر گلاسر در پی تحقیقاتش برای یافتن پاسخ این پرسش که «چرا انسان‌ها در روابط خود با دیگران ناخشنودند؟» کوشید روش تازه‌ای در روان‌شناسی و تحلیل ارتباطات انسانی پیدا کند و در نهایت به «نظریه انتخاب» رسید. دغدغه‌ی او یافتن راهی بود که انسان‌ها بدون نیاز به عوامل کنترل بیرونی، رأسا به رفتارهای بهنجار مبادرت ورزند.

نظریه‌ی انتخابی که گلاسر تبیین کرده است می‌گوید همه‌ی انسان‌ها رفتارهای خود را خودشان انتخاب می‌کنند و فشارهای بیرونی در نهایت محکوم به شکست‌اند. این نظریه قائل به این است که حتی رفتارها و احساس‌هایی مانند خشم و افسردگی نیز، محصول انتخاب مستقیم یا غیرمستقیم خود ما هستند، هرچند که بعد از وقایع ناگوار بیرونی حادث شوند. در نظریه‌ی انتخاب، افراد به‌جای آن‌که دیگران را تحت سیطره و کنترل خود درآورند تا بتوانند بر رفتارشان اثرگذار باشند، همواره از خود می‌پرسند «رفتاری که من اکنون انجام می‌دهم آیا مرا به فرد مورد نظر نزدیک می‌کند یا از وی دور می‌سازد؟»

در نتیجه، اگر دور می‌سازد، نباید آن را انجام داد و اگر نزدیک می‌کند، می‌شود انجامش داد. اصل دیگر نظریه‌ی انتخاب این است: «تنها کسی که می‌توانم کنترلش کنم خودم هستم. من فقط بر رفتار خودم تسلط دارم، نه بر رفتار دیگران. تنها کاری که می‌توانم در قبال دیگران انجام دهم، دادن اطلاعات به آن‌هاست، نه به کنترل گرفتن زندگی، رفتار، افکار و احساسات‌شان.»

این نظریه معتقد است کنترل‌گری هم به شخص کنترل‌گر آسیب می‌زند و هم به شخص تحت کنترل. این رنجی دوسویه است که در سراسر تاریخ بشر استمرار داشته است و اکنون باید بدان پایان داده شود.

ما هرگاه در روابط خود با دیگران دست از کنترل‌گری آن‌ها برداریم؛ مجبورسازی دیگران را کنار بگذاریم؛ در مورد افراد احساس مالکیت نداشته



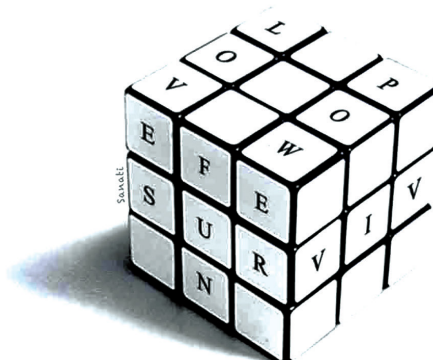
چاپ چهاردهم

درآمدی بر روان‌شناسی امید

## تئوری انتخاب

دکتر ویلیام گلاسر

ترجمه دکتر علی صاحبی



نگاهی به نظریه تئوری انتخاب

علت اصلی ناخشنودی

انسان‌ها چیست؟

و چه باید کرد؟

نارضایتی‌هاست. خیلی از ما دوست داریم دیگران طوری رفتار کنند که ما می‌خواهیم و آن‌ها نیز می‌خواهند ما طوری رفتار کنیم که آن‌ها می‌خواهند. این اجبار و کنترل‌گری متقابل تنش دائمی ایجاد می‌کند و انسان‌ها و رابطه‌های‌شان آسیب می‌بینند؛ هم کنترل‌کننده‌ها و هم کنترل‌شونده‌ها. نکته‌ی مهم این است که تلاش برای کنترل دیگران در نهایت بی‌فایده است یا حداقل، چندان موفقیت‌آمیز نیست. خلاصه‌ی کلام آن‌که هر فرد ناخرسند درگیر یک یا چند حالت از حالت‌های زیر است:

- می‌خواهد فرد دیگری را کنترل کند.
- فرد دیگری درصدد کنترل اوست.
- او و فرد دیگری متقابلاً درصدد کنترل هم‌دیگرند.
- او می‌خواهد خود را مجبور به کاری کند که دوست ندارد (درگیری درونی: مانند ادامه‌دادن ناگزیر یک شغل یا ادامه‌دادن زندگی مشترک به‌خاطر فرزند).

اولین تجربه‌ی انسان در کنترل دیگران به دوران نوزادی‌اش برمی‌گردد، زمانی که با نخستین مشکلات زیستی‌اش مواجه می‌شود، مانند گرسنگی، دل‌درد، دفع خوراک و ... نوزاد نمی‌تواند نیازهای خود را برآورده کند. بنابراین، می‌کوشد تا دیگران را وادار کند به کمک‌اش بیایند. تنها زبان بیان او گریستن است که به اعتقاد دکتر گلاسر، نوعی بیان بدوی خشم است. نوزاد اندک اندک

در می‌یابد که با گریه‌کردن خود، دیگران را وادار می‌دارد که از جای خود برخیزند و هرکاری که دارند زمین بگذارند و به سویی بیایند و مشکل او را حل کنند. این تجربه‌ی جالبی برای یک انسان تازه‌تولدیافته است که می‌تواند با ابراز خشم اولیه (گریه) دیگران را به‌گونه‌ای کنترل کند که به خدمت او بیایند. کودک، هر چه بزرگ‌تر می‌شود، سازوکارهای پیچیده‌تری را برای کنترل دیگران (در وهله‌ی نخست والدین) در پیش می‌گیرد. برای مثال، کودکی که به برادر یا خواهر کوچک‌ترش حسادت می‌کند، ممکن است با لجبازی‌هایی مانند: کشیف‌کردن عمدی شلوارش، بخوابد رفتار والدین‌اش را تحت کنترل خود درآورد. البته با رشد یافتن، نوزاد می‌آموزد که برخی از کارهایش را خودش انجام دهد تا نیازی به اعمال کنترل بر دیگران نباشد.

بنابراین، تمایل به کنترل دیگران بنا به نیاز، از همان اول زندگی در وجود هر یک از ما شکل می‌گیرد. البته اگر بخواهیم باز هم به

قبل‌تر برگردیم، به ژن‌هایی می‌رسیم که هر کدام از ویژگی‌های ما را مشخص می‌کنند و در این میان، برخی افراد به صورت ژنتیکی تمایل بیش‌تری به کنترل دیگران دارند. علاوه بر ژنتیک و تجربیات نخستین دوران نوزادی، فضای فرهنگی‌ای که هر یک از ما در آن بزرگ می‌شویم و زندگی می‌کنیم به ما می‌آموزد که تا چه حد کنترل‌گر یا مداراگر باشیم.

باشیم و در روابطمان حمایت‌گر، مذاکره‌کننده، شنوای اطلاعات‌دهنده، احترام‌گذار و گشاده‌رو باشیم؛ به نظریه‌ی انتخاب نزدیک شده‌ایم. این نظریه هم‌چنین معتقد است که همه‌ی رفتارهای ما و حتی احساساتی مانند خشم و افسردگی را مستقیم یا غیرمستقیم خودمان انتخاب می‌کنیم.

نظریه‌ی انتخاب از زمانی که شکل گرفته است زندگی افراد زیادی را چه در سطوح فردی و خانوادگی و چه در اجتماع و تحصیلات به‌طرز شگفت‌انگیزی متحول کرده است. ما در سلسله‌مطالبی، این نظریه را به زبانی ساده با هم‌دیگر یاد خواهیم گرفت و امیدواریم که یادگیری آن، که مکتبی تازه در روان‌شناسی معاصر است، بتواند در زندگی شما نیز به‌طرز مثبتی تحول‌آفرین و رضایت‌بخش باشد.

نظریه‌ی انتخاب تلاش کرده است به این پرسش مهم پاسخ دهد که «چرا بسیاری از ما انسان‌ها ناخشنود هستیم؟»

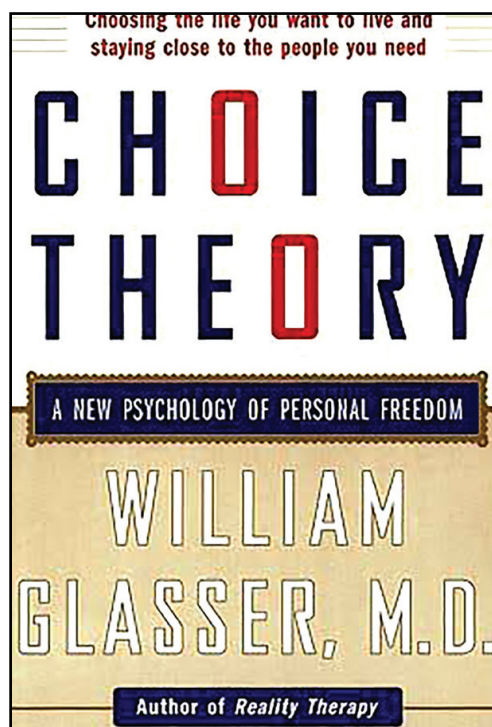
پاسخی که بعد از ده‌ها سال تحقیق و بررسی و آزمایش‌های مختلف به دست آمده، به‌طور خلاصه این است: «ریشه‌ی همه‌ی ناخشنودی‌های انسان در روابط آسیب‌دیده است یا از دست‌دادن یک رابطه‌ی مطلوب یا نرسیدن به رابطه‌ی دلخواه». حال پرسش این است که چرا این اتفاقات ناگوار در روابط انسان‌ها رخ می‌دهد؛ مثلاً چرا ازدواجی که با عشق آغاز می‌شود، در ادامه به سردی و در نهایت به طلاق می‌انجامد؟ یا چرا برخی روابط والد و فرزندی در گذر زمان سست می‌شود؟ چرا دو دوست بعد از مدتی از هم دور

می‌شوند؟ چرا روابط کارفرمایی - کارمندی اغلب خشک و بی‌روح است؟

نظریه‌ی انتخاب به این پرسش‌ها و صدها پرسش، نظیر این‌که چرا روابط انسان‌ها آسیب می‌بیند این‌گونه پاسخ می‌دهد: «چون آدم‌ها می‌خواهند هم‌دیگر را تحت کنترل و مالکیت خود در بیاورند.» ممکن است برخی سازوکارهای کنترلی بسیار خوشونت‌بار باشند. مثلاً در دوران برده‌داری، اربابان به‌زور شکنجه و شلاق برده‌ها را تحت کنترل و سلطه‌ی خود درآورده بودند. اما کنترل همیشه محسوس و خشن نیست. یک معلم با سازوکار نمره‌ای و روش‌های انضباطی دانش‌آموزانش را کنترل می‌کند. والدین با روش‌های تنبیه و تشویق بر فرزندان‌شان اعمال کنترل دارند. همسران نیز با صدها روش، از اخم و نازکردن و کنایه‌زدن گرفته تا دعوا و حتی کتک‌کاری سعی در کنترل هم‌دیگر دارند.

کارفرمایان هم روش‌های خاص خود را

برای تحمیل اراده‌ی‌شان بر کارمندان و کارگران دارند و متقابلاً کارمندان و کارگران هم از روش‌هایی برای فرار از این اجبارها و تحمیل‌های کارفرمایان به خودشان استفاده می‌کنند. همان‌طور که می‌بینید، در دنیای زندگی می‌کنیم که پر از روابط یک‌طرفه‌ای است که در آن‌ها کسی یا قشری سعی دارد به‌نحوی خود را به دیگران تحمیل کند و این منشأ اصلی



## تهران به چه معناست؟

واژه‌ی تهران که در گذشته به شکل «طهران» نوشته می‌شد، به باور بیش‌تر پژوهش‌گران به معنای جای گرمسیر در مقابل «شمیران» به معنای جای سردسیر است. زمانی که تهران روستای کوچکی در شمال ری بود، مردمان روستا خانه‌های خود را زیر زمین بنا می‌کردند. بنابراین، تهران (با فتحه روی ت) به معنای جایی در زیر زمین بود.

## تهران چرا و چه‌گونه پایتخت شد؟

در سده‌ی دوازدهم هجری، پس از سقوط سلسله صفویه به دست شورشیان افغان و در خلال جنگ‌های طولانی میان افغانان، افشاریه، زندیه و قاجاریه، اهمیت ارتباطی و نظامی تهران بیش از پیش نمودار شد و سرانجام آقامحمدخان قاجار این شهر را به پایتختی انتخاب کرد. یکی دیگر از دلایل تصمیم او نزدیکی تهران به سکونت‌گاه ایل قاجار در استرآباد (گرگان امروزی) بود.

## تهران قدیم چه‌قدر مساحت و جمعیت داشت؟

تهران در محدوده‌ی برج و باروی شاه طهماسبی حدود ۴/۴ کیلومتر مربع مساحت داشت، اما در دوره‌ی ناصرالدین‌شاه قاجار به علت افزایش جمعیت شهر، ناگزیر شدند که برج و باروی قدیمی آن را خراب کنند و شهر را از چهارسو گسترش دهند. بنابراین، مساحت تهران به حدود ۱۹ کیلومتر مربع رسید. از دوره‌ی پهلوی به بعد، تهران به شکل لجام‌گسیخته گسترش پیدا کرد، به گونه‌ای که در زمان حاضر مساحت آن از ۷۰۰ کیلومتر مربع فراتر می‌رود. در آغاز پایتختی تهران، یعنی حدود ۲۳۰ سال پیش، جمعیت شهر حدود ۱۵ هزار



## به مناسبت چهاردهم مهرماه، روز تهران

### روز تهران چه روزی است؟

۱۴ مهرماه مفتخر به نام روز تهران، پایتخت کهن سرزمین ایران شده است، روزی که به همت شورای شهر تهران در سال ۱۳۹۵ به نام روز تهران انتخاب شد. تهران؛ زادگاه گذشته، حال و آینده‌ی ماست. شهری که غریب و مظلوم با همه‌ی مهربانی و سخاوتش به بی‌معرفتی مردم دوران ما کم کم هویت‌اش خاک‌آلود شده است. واقعا از حیات و تاریخ پرفراز و نشیب هزارساله‌اش چه می‌دانیم؟ از محمد بن حماد طهرانی به‌عنوان نخستین طهرانی معروف تاریخ (قرن سوم هجری)، از حصار ۴۶۳ ساله‌ی صفوی‌اش، از لعنت‌شدن طهرانی از سوی شاه‌عباس کبیر، از چهارباغ عباسی و چنارستان صفوی‌اش، از اردوهای نظامی متعدد نادرشاه در طهرانی، از اقامت طولانی‌مدت کریمخان زند در طهرانی، از پایتخت‌شدن آن از سوی آقامحمدخان قاجار، از حصار ناصری، از دروازه‌هایش، از محلات قدیمی‌اش و ... که حتی نامی از آن‌ها نشنیده‌ایم. ۱۱۱ سال پیش، تقریباً یک سال و سه ماه پس از امضای فرمان مشروطیت از سوی مظفرالدین‌شاه قاجار، متمم قانون اساسی مشروطه در ۱۴ مهرماه ۱۲۸۶ شمسی به امضای محمدعلی‌شاه قاجار رسید. طبق اصل چهارم این متمم، طهرانی پایتخت ایران است.





نفر تخمین زده می‌شد که این تعداد در پایان دوره‌ی قاجار (۱۳۰۴ خورشیدی) به حدود ۳۰۰ هزار نفر رسید و سپس تا پایان دوره‌ی پهلوی از مرز سه میلیون نفر گذشت.

### ■ تهرانی‌ها چه کسانی هستند؟

تهران شهری است که سرشت آن با مهاجرت پیوند خورده است. غیر از ساکنان بومی روستای تهران، که به‌دشواری قابل ردیابی‌اند، از ابتدای دوره‌ی قاجار تا به امروز، همواره مردمانی از دیگر نواحی ایران به تهران مهاجرت کرده و پس از گذشت چند نسل «تهرانی» شده‌اند. اما این تهرانی‌ها به علت ورود مهاجران تازه همواره در اقلیت بوده‌اند. آمارهای موجود نشان می‌دهد که حتی در میانه‌ی دوره‌ی قاجار نیز تنها یک‌چهارم ساکنان تهران را تهرانی‌ها تشکیل می‌دادند. بدین ترتیب، آن‌چه فرهنگ تهرانی خوانده می‌شود، فرهنگ غنی با تنوع خلاقانه‌ی شگفتی است که در طول تاریخ از آمیزش فرهنگ مردمان نواحی مختلف ایران پدید آمده و تهرانیان میراث‌دار آن هستند.

### ■ تهران چه جایگاهی در جهان دارد؟

معمولاً هنگام مقایسه‌ی تهران با شهرهای دیگر جهان به مسائلی مانند مساحت، جمعیت، قدمت یا حتی میزان آلودگی هوا اشاره می‌شود، در حالی که اهمیت تهران به نقشی است که در شکل‌دادن به تاریخ معاصر ایران و جهان داشته است. تهران، به‌عنوان پایتخت ایران، کانون رویدادها و دگرگونی‌های سهمگینی بوده است که دست‌کم سه مورد از آن‌ها در شکل‌دادن به تاریخ معاصر جهان اثرگذار بوده است:

نخست، جنبش مشروطه‌ی ایران که پیش‌تاز انقلاب‌های آزادی‌بخش قرن بیستم و پیش‌آهنگ مجالس قانون‌گذاری دموکراتیک در قاره‌ی آسیا بود. دوم، نهضت ملی‌شدن صنعت نفت که سرآغاز و الگوی ملی‌شدن نفت در کشورهای نفت‌خیز جهان سوم بود. سوم، انقلاب اسلامی ایران که تأثیرات آن بر معادلات منطقه‌ای و جهانی تا به امروز باقی است.

### ■ سرمایه‌ی تهران چیست؟

تهران اگرچه بزرگ‌ترین قطب اقتصادی کشور است، اما چنین می‌نماید که سرمایه‌های فرهنگی و عناصر هویت‌بخش آن بسیار فراتر از داشته‌های مادی‌اش است. تهران به‌رغم همه‌ی مشکلاتی که دارد، دارای پیشینه‌ی تاریخی درخشان در تراز ملی و جهانی است؛ شهری خلاق با فرهنگی سرشار از مداراست؛ میزبان مهربان همه‌ی اقوام و مذاهب ساکن ایران است؛ کانون تولید علم و فرهنگ است؛ مفاخر و چهره‌های نامدار بسیاری را به ایران و جهان ارزانی داشته است؛ در پس همه‌ی آسیب‌ها و نارسایی‌ها، شهری زیباست که سبک‌ها و الگوهای هنر و معماری ادوار گوناگون تاریخ ایران و جهان را به نمایش می‌گذارد و در یک کلام، شهری است که باید آن را از نو شناخت!

### ■ خوراک‌ها و سوغات‌های اصیل تهرانی

جالب است بدانید انواع توت، سبزی کوهی، آلوچه و لواشک ترش و ملس دربند، سیب دماوند، سوهان ری، نقاشی روی چرم، فرش و جاجیم شمیران از سوغات‌های تهران هستند. هم‌چنین غذاهایی مثل سرگن‌جشکی، دمی بلغور جو، اشکنه اسفناج، قورمه‌سبزی، خورش قیمه و آش رشته از غذای محلی تهران محسوب می‌شوند.



## تعاونی ہا





## International Co-operative Alliance Gender Equality Committee

در ایران قدیم علاوه بر این که عده‌ای از مردم متمکن و خیراندیش برای ایجاد رفاه و آسایش عمومی به سلسله اقدامات عمرانی از قبیل ساختن راه، ایجاد پل، کاروان‌سرا، مساجد، آب‌انبارها، ابنیه و اماکنی نظیر آن‌ها مبادرت کرده‌اند، مردم عادی هم با یک‌دیگر به اشکال مختلفی همکاری داشتند و اگر برای کار مشترک، سرمایه‌ای نداشتند بازوان خود را به کار می‌انداختند. بهترین نمونه این نوع همکاری‌ها را می‌توان در میان اهالی روستاها و کشاورزان مشاهده کرد که سنت‌دار چنین منشی از دوران باستان تاکنون بوده‌اند.

طبقه کشاورز در ایران، مانند بسیاری از مردم جوامع روستایی در گوشه و کنار دنیا، اغلب فعالیت‌هایی از قبیل کشت، وجین، آبیاری، برداشت و درو را با کمک یکدیگر انجام می‌داده‌اند. این نوع همکاری را زراعت جمعی با حفظ خصوصیات مالکیت و انتفاع فردی از زمین باید نام نهاد که هنوز در میان روستاییان متداول و به مراتب طبیعی‌تر از فعالیت در قالب شرکت‌های تعاونی کشاورزی است. این تعاونی‌های سنتی یکی از انواع برجسته مشارکت در جامعه انسانی و از جمله در جامعه ایران است که به نام‌های مختلف در مناطق مختلف کشور وجود دارد. در طول سال‌های اخیر با وقوع دگرگونی‌های اجتماعی و اقتصادی در ساختار جامعه روستایی به ویژه ورود

## تاریخچه تعاونی در

## ایران

### برداشتی از سایت اتاق تعاون ایران

به مناسبت برگزاری سیزدهمین اجلاس بین‌المللی تعاون در آسیا و اقیانوسیه که برای اولین بار در ایران برگزار خواهد شد، نگاهی به تاریخچه تعاون در ایران و جهان و هم‌چنین نیم‌نگاهی به سازمان ICA داشته ایم که در ادامه می‌خوانید.

قرار داده است. اتحادیه در مجله جهانی تعاونی، فهرست بزرگ ترین شرکت های تعاونی در جهان را به صورت سالیانه منتشر می کند و اثرات اقتصادی شرکت های تعاونی در سراسر جهان را نشان می دهد؛ نسخه ششم گزارش جهانی تعاونی، حاکی از گردش مالی ۲٫۱ تریلیون دلار برای ۳۰۰ تعاونی برتر دنیا را نشان می دهد. شرکت های تعاونی برای حداقل ۲۸۰ میلیون نفر در سراسر جهان در تعاونی ها مشاغل نیمه وقت یا تمام وقت را ایجاد کرده اند که تقریباً ۱۰ درصد از کل جمعیت شاغل را تشکیل می دهند.

ICA با تسهیل جریان اشتغال زایی و حمایت از فقرزادگی و برنامه های سرمایه گذاری خرد در سراسر جهان در تلاش است تا اهمیت تعاونی ها در زمینه های اقتصادی، اجتماعی را در اذهان جامعه روشن کند و با تشکیل جلسات و کارگاه های آموزشی، تعاونی ها را به تعامل بیشتر با یکدیگر فرا خوانده و با کمک های فنی و مالی خود به رشد جنبش تعاون کمک کند. این اتحادیه هم چنین تلاش خود را در عرصه بین المللی معطوف ارتقای سهم و جایگاه تعاونی ها در چرخه اقتصادی کشورها، نحوه تعامل با دولت ها، توسعه تعاون بین تعاون گران و کمک به تحقق اصول هفت گانه تعاون کرده است. پنج دفتر منطقه ای؛ آسیا-اقیانوسیه، آفریقا، آمریکا و اروپا، حلقه های ارتباط دهنده دفتر مرکزی ICA در پنج قاره جهان هستند که عمده وظایف آنان اطلاع رسانی، تحقیق و بررسی مشکلات، پیشنهادهای و انعکاس رهاوردهای نهضت تعاون در دنیا است.

هدف اصلی ICA ارتقا و تقویت تعاونی های مستقل و تسهیل روند توسعه اقتصادی و اجتماعی اعضا در سراسر دنیا است.

انواع ماشین های کشاورزی و ترویج استفاده از چاه عمیق و نیمه عمیق و استفاده از موتور پمپ ضمن کاهش کار گروهی سنتی و یا تغییر شکل آن باعث ایجاد انواع جدیدی از همیاری و مشارکت در زمینه خرید و نگهداری وسایل موتوری و مبادله آنها شده است.

## ■ تعاون در عرصه بین الملل

۲۸ کارگر کارخانه پارچه بافی راجدیل انگلستان با انگیزه و نیاز مشترک بهبود شرایط اجتماعی و اقتصادی خود، دست به ابتکار عملی زدند که حاصل آن به سال ۱۸۴۴ میلادی (۱۲۲۳ شمسی) شرکتی بود که دکنترین و روش کار آن به نام اصول مکتب شرکت های راجدیل سرمشقی برای تشکیل شرکت های تعاونی در دنیا شد. در پی اوج تشکیل شرکت های تعاونی در گوشه و کنار جهان و حضور آنان در عرصه های بین المللی پس از جنگ های جهانی، رویای «رابرت آوون» از پیشگازان نهضت تعاون، نخستین «اتحادیه بین المللی تعاون» در ۱۸ آگوست سال ۱۸۹۵ (۱۲۷۴ شمسی) سازمان یافت که هم اکنون دفتر مرکزی آن در شهر «ژنو» است.



## ■ اتحادیه بین المللی تعاون (ICA) در یک نگاه

اتحادیه بین المللی تعاون (International Co-operative Alliance) یک انجمن بین المللی غیرانتفاعی است که در سال ۱۸۹۵ برای پیش برد مدل تعاون تأسیس شد. این اتحادیه رأس همه سازمان های تعاونی در سراسر جهان است که نمایندگی ۳۰۶ فدراسیون و سازمان های تعاونی در ۱۰۵ کشور را بر عهده دارد. اعضای اتحادیه را فدراسیون های تعاونی ملی، سازمان های تعاونی فردی و دفاتر دولتی مربوط به تعاونی ها تشکیل می دهند. از هر شش نفر در دنیا یک نفر عضو تعاونی است، به طوری که گزارشات اتحادیه نشان می دهد ۱٫۲ میلیارد نفر عضو ۲٫۶ میلیون تعاونی در سراسر جهان هستند.

اتحادیه بین المللی تعاون با دولت ها و سازمان های جهانی و منطقه ای برای ایجاد محیط های قانونی که به ایجاد و رشد تعاونی ها کمک می کند، همکاری می کنند. به طور کلی اتحادیه اهمیت مدل کسب و کار مبتنی بر تعاونی را ارتقاء می دهد. اتحادیه استراتژی جهانی خود برای تعاونی ها، برای تبدیل شدن به سریع ترین شکل سرمایه گذاری در سال ۲۰۲۰ را در دسترس



## ■ ساختار اتحادیه بین المللی تعاون (I.C.A)

اتحادیه بین المللی تعاون یک سازمان غیردولتی و مردمی است که توسط اعضای خود اداره می شود. مجمع عمومی آن بالاترین مقام سیاست گذاری ICA بوده و متشکل از نمایندگان تمام سازمان های عضو است که هر دو سال یک بار گرد هم می آیند. عمده ترین فعالیت های مجمع عمومی اتحادیه بین المللی تعاون شامل تایید برنامه کاری و بودجه ICA، انتخاب رییس، اعضای هیات مدیره، هیات ممیزین و کمیته کنترل و تصویب

اجرای این برنامه ها جهت هر گونه کمک و تشویق به پیشگامان تعاون و سازمان های تازه تشکیل شده در کشورهای توسعه نیافته و هدایت مقامات اتحادیه برای تدوین برنامه اقدام ICA و اعضای آن برای ارتقاء تعاون در تمام اشکال آن در مناطق توسعه یافته در خارج از کشور ملزم می ساخت به پایان رسید.



## ■ ساختار منطقه ای

در راستای ساختار سازمانی ICA در سطح جهانی، تمام ادارات منطقه ای ICA، ساختارهای اداری را اتخاذ کرده اند که شامل یک مجلس منطقه ای است که هر دو سال یک بار با نمایندگان سازمان های عضو منطقه گردهم می آیند. مجمع منطقه ای سیاست های مربوط به مسائل عمده ای که بر سازمان و جنبش تعاون در منطقه تاثیر می گذارد را سازماندهی می کند. مجمع منطقه ای یک هیئت منطقه ای تشکیل می دهد که از نمایندگان منطقه ای انتخاب می شوند تا کار و فعالیت های دفتر منطقه ای ICA را نظارت کنند. رئیس مجمع منطقه، رئیس هیئت منطقه ای نیز خواهد بود. مجلس منطقه ای نیز حداکثر هشت عضو دیگر را به هیئت منطقه ای که از میان نامزدهای ارائه شده توسط سازمان های عضو انتخاب می شوند را معرفی می کند که به عنوان نمایندگان منطقه و بخش های تعاون می شوند. کمیته های ویژه ای در منطقه جهت مراقبت از منافع بخشها ایجاد شده اند. کمیته ها حامیان اداری خود را برای یک دوره دو ساله انتخاب می کنند، در حال حاضر کمیته های زیر در منطقه فعالیت می کنند:

- کمیته کشاورزی
- کمیته توسعه منابع انسانی
- کمیته مصرف کننده
- کمیته همکاری های دانشگاه / پردیس
- کمیته جنسیت
- کمیته جنگلداری
- کمیته اعتباری و بانکداری
- کمیته همکاری های جوانان
- کمیته تحقیقات

موضوع انتخاب نایب رئیس است. اعضای اتحادیه بین المللی تعاون توسط یکی از اعضای خود جهت برگزاری مجمع عمومی دعوت می شوند و بدین ترتیب نمایندگان اعضای ICA می توانند در این مجامع تعاون گران بسیاری را در نهضت تعاون دیدار و به تبادل دانش و تجربه با آنها بپردازند. برگزاری مجمع عمومی ICA فرصت مناسبی برای نهضت تعاون میزبان ایجاد می کند تا با نمایندگان دولت گفتمان و از پوشش رسانه های ملی و محلی در جهت ترویج بیشتر تعاونی ها در کشورشان استفاده کنند.

## ■ هیات مدیره ICA

هیات مدیره اتحادیه بین المللی تعاون متشکل از رئیس و چهار معاون است که برای ICA راهکار جهانی تعیین و بر عملکرد آن نظارت می کنند؛ هم چنین در مورد تمام درخواست های عضویت و مباحث مرتبط تصمیم گیری و کمیته های بخشی و موضوعی ICA را تاسیس کرده و انتصاب مدیر کل را برعهده دارند.

## ■ مجامع منطقه ای

مجامع منطقه ای ICA برای آفریقا، آمریکا، آسیا، اقیانوسیه و اروپا هر دوسال یکبار به متناوب مجمع عمومی تشکیل می شود و عملکردهای این مجامع به شرح ذیل است:

- اجرای تصمیمات مجمع عمومی در سطح منطقه ای
- تعیین برنامه های کاری منطقه ای
- انتخاب رئیس مناطق به عنوان معاون ICA
- کمیته های موضوعی

اتحادیه بین المللی تعاون دارای چهار کمیته موضوعی است که این اختیار را به اعضای خود می دهد تا بر موضوعات تحقیقات، ارتباطات، توسعه منابع انسانی و برابری جنسی در حیطه تعاون دقیق شوند. این کمیته ها شامل کمیته تحقیقات تعاون، ارتباطات، توسعه منابع انسانی و برابری جنسی است؛ هر کمیته توسط اعضای خود به صورت دموکراتیک رهبری شده و از طرف ICA نیز حمایت می شود.

## ■ تعاون در آسیا و اقیانوسیه

### معرفی ICA-AP اتحادیه بین المللی تعاون - منطقه آسیا و اقیانوسیه

اتحادیه بین المللی تعاون ICA با هدف ایجاد دفتر منطقه ای و مرکز آموزش برای جنوب شرق آسیا در سال ۱۹۶۰ پس از بحث هایی که در کنگره های مختلف اتحادیه در سال ۱۹۴۸ صورت گرفت، به منطقه آسیا -اقیانوسیه آمد. در این مباحث، راه ها و ابزارها برای جنبش های تعاون ملی در کشورهای در حال توسعه ی نزدیک به اتحادیه و همچنین برای به دست آوردن چالش جهانی از طریق ابزار تعاون، جهت توسعه اجتماعی و اقتصادی کشورهای در حال توسعه مورد بحث و بررسی قرار گرفت. نوزدهمین کنگره اتحادیه بین المللی تعاون در سپتامبر ۱۳۵۴ و با تصویب قطعنامه ای که اعضای خود خصوصا آنهايي که در کشور خودشان به صورت کامل ثابت شده اند را با در نظر گرفتن راه ها و ابزارهایی برای تأمین مالی لازم برای

بود که تعاونی پوشاک با نام سمیه در سال ۱۳۷۶ و با شماره‌ی ثبت ۶۰۹ شروع به کار می‌کند.

ایده‌های نو و کار خلاقانه و تمیز دخترها کم کم بازار خوبی ایجاد می‌کند و اعتباری برای‌شان به همراه می‌آورد، تا آن‌که رفته‌رفته با اشباع کار و در دست‌گرفتن بازار به فکر ایجاد شاخه‌ای تازه می‌افتند. در این مورد می‌گوید: روزی از خودش پرسیده است این لباسی که محصول زحمت و هنر دست اوست و در مهمانی و شادی پوشیده می‌شود، اما تاریخ مصرف دارد، رنگ و مدل آن قدیمی و بعد از مدتی از دور خارج می‌شود. بنابراین، به فکر راه‌اندازی فعالیت دیگری می‌افتد.

تعاونی کشاورزی ایده‌ی بعدی بود که از محیط زندگی خودش و خویشاوندان نزدیک‌اش گرفت، که اغلب مردان کشاورز بودند. با توجه به وضعیت شهرستان که هم‌چنان کشاورزی وجه غالب تولیدی اقتصاد بود، در پی کشت محصول سودمند با صرف آب کم‌تر، به فکر تولید زعفران افتادند. برای این‌که این شکل از کار به تعاونی تبدیل شود البته مقاومت‌هایی وجود داشت و مردان صاحب کار بیش‌تر تمایل داشتند که شکل ارباب و رعیتی ساختار غالب کارشان باشد. بسیار به طول انجامید تا مینا آن‌ها را راضی کند که شکل تعاونی باعث دل‌گرمی بیش‌تر کارگران و بهره‌وری بیش‌تر کار می‌شود. در نهایت، تعاونی با دانش کشاورزی مفیدی که از جهاد کشاورزی گرفته شد شکل گرفت و زعفران با سیستم آبیاری اقتصادی و به‌صرفه‌ای در زمین‌های بکر و دور به عمل آمد و خوش‌بختانه هم‌چنان ادامه دارد.

مینا که دیگر طعم خوب مشارکت و موفقیت در کار اقتصادی را چشیده بود، باز هم به فکر ایجاد سازمان تازه‌تری افتاد و این بار به حوزه‌ی صنعت ورود کرد. اقدام بعدی ایجاد یک تعاونی صنعتی برای تولید فیلترهای هوا بود که سه سال طول کشید. او می‌گوید ورودش به این حوزه با مقاومت شدید صنعت‌گران مرد و حتی بخش دولتی همراه بود اما او ایستاد و پا فشرد. کارگزارانش عضو تعاونی شدند. برای آن‌ها هم بیمه می‌پرداخت و هم از حمایت‌های فردی برخوردارشان می‌کرد و وقتی از کارگری تعریف می‌کرد که به دام اعتیاد افتاده بود، اشک در چشمانش می‌نشست. مینا به‌عنوان یک مدیر زن، چنان کارگرانی را بیرون نمی‌کرد بلکه پشت‌شان می‌ایستاد و از همسر و دخترانش حمایت و کمک می‌کرد تا دوباره سلامتی‌شان را به دست آورند و فرصت ساختن خود و زندگی‌شان را داشته باشند. این از مواهب نگاه تیمارگرانه‌ای است که در مدیریت زنانه می‌توان جست‌وجو کرد و یافت.

تعاونی سمیه و دوستانش که با هشت عضو شروع به کار کرده بود، تبدیل به تعاونی‌هایی تازه شد. امروز آن دختر بچه‌های چهارده‌ساله توانسته‌اند یک‌صدو هشتاد واحد تولیدی در شهرهای مختلف ایران راه‌اندازی کنند.

مینا می‌گوید: «کسی که می‌خواهد تعاون‌گر شود باید با تعاون زندگی کند و شبانه‌روز او تعاونی باشد. در واقع، تعاونی نوعی سبک زندگی است. زن بودن و تعاون‌گر بودن دو مزیت است که اگر دریابیم‌شان، می‌تواند در جامعه باعث ایجاد تحویل شود. استقامت، همکاری و همراهی راز ماندگار شدن ما به‌عنوان تعاونی است.»



## روایت یک بانوی جوان

### تعاون‌گر

## از مدرسه تا صنعت‌گری

## در مکتب تعاونی

مینا غلامی سی و پنج سال سن دارد، زنی تعاون‌گر است که نخستین بار در چهارده سالگی به همراه هم‌کلاسی‌هایش تشکیل تعاونی داده است.

او در یکی از شهرستان‌های محروم استان خراسان زندگی می‌کرد که به نقل از خودش، دختران شانس چندانی برای ادامه‌ی تحصیل نداشتند، بنابراین، با خودشان فکر می‌کردند که صرفاً درس‌خواندن در آن وضعیت و به پایان رساندن دبیرستان شانس زیادی برای ساختن آینده‌ی مورد انتظارشان را به آن‌ها نمی‌دهد. او برای آن‌که بتواند کاری را شروع کند که قابل تداوم بعد از دوران مدرسه باشد، برای آموزش رشته‌ی خیاطی به هنرستان رفت و بعد از مدتی با همراهی دوستانش تصمیم به تأسیس یک تعاونی گرفتند. البته مینا در مورد ایده‌ی تعاونی و امداد مادرش بود، زیرا مادر مینا نخستین زن تعاون‌گر در آن شهرستان بود و بچه‌ها را تشویق به ایجاد تعاونی می‌کرد.

برای تأسیس تعاونی آن‌ها هنوز به سن قانونی نرسیده بودند و بنابراین از مادر مینا کمک گرفتند؛ به این نحو که مادر، به‌عنوان مدیرعامل، مسئولیت تعاونی را می‌پذیرد و حق امضا را به دختر خود و دوستانش می‌دهد. این‌چنین

کشور فیلیپین از کشورهای جنوب شرق آسیاست که با جمعیتی نزدیک به ۱۴۰ میلیون نفر در حوزه‌ی تعاونی‌های کشاورزی، دامپروری و صنعت جایگاهی ویژه دارد. از این رو، میزبانی دومین نشست کمیته‌ی جوانان اتحادیه‌ی بین‌المللی تعاونی‌ها که در مردادماه ۱۳۹۷ برگزار شد به کشور فیلیپین اعطا شده بود.

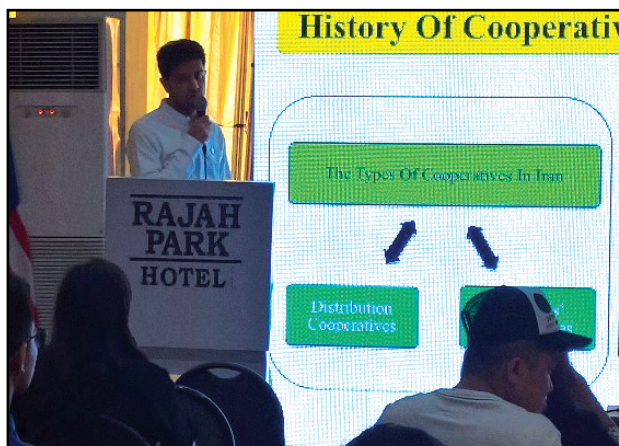
«تعاونی برگ نو» که از زیرمجموعه‌های تعاونی راه رشد است، به واسطه‌ی اولین سال عضویت تعاونی فرهنگی - آموزشی راه رشد در سازمان ICA، توانست در این گردهم‌آیی حضور یابد. کمیته‌ی جوانان آسیای آسیا و اقیانوسیه با همکاری اتحادیه‌ی تعاونی‌های اروپا در دومین سال برگزاری این نشست میزبان بیست کشور فعال در حوزه‌ی تعاونی در آسیا و اقیانوسیه بود. اولین دور این نشست سال گذشته در کشور اندونزی برگزار شد. در این دوره کشورهایی نظیر هند، مالزی، سنگاپور، اندونزی، ایران، فیلیپین، چین، ژاپن و ... حضور پررنگ‌تری از دیگر دعوت‌شدگان داشتند.

از اهداف اصلی این کمیته برقراری ارتباط بین جوانان تعاون‌گر و تعاونی‌های فعال و قدرتمند جوان و همچنین تبادل تجربیات این تعاونی‌ها در آسیا و اقیانوسیه با یکدیگر است.

برگزارکنندگان اصلی این نشست تعاونی بزرگ لامارک کشور فیلیپین و اتحادیه‌ی بین‌المللی تعاونی‌های آسیا و اقیانوسیه بودند. در این نشست سه‌روزه و پس از برگزاری مراسم افتتاحیه در کمپ بین‌المللی لامارک در شهر سیبو، شرکت‌کنندگان در گروه‌های مختلفی به‌منظور شرکت در کارگاه‌های عملی آشنایی با تعاونی‌ها تقسیم شدند.

در روز دوم این نشست، سخنرانی‌هایی از سوی نمایندگان تعاونی‌های جوان کشورهای مختلف با موضوعات مختلف ارائه شد. نمایندگان راه رشد، سمیرامیس شاه‌اسماعیلی و فرشید یوسفی، نیز در این روز به‌ارائه‌ی موضوعات خود پرداختند. محور گزارش‌های ارائه‌شده از سوی شرکت‌کنندگان برگ نو، توانمندسازی زنان از طریق تعاونی‌ها و همچنین چالش‌ها و فرصت‌های تشکیل تعاونی‌های جوانان و پتانسیل‌هایی که تعاونی و سازوکار آن با توجه به جمعیت بالای جوانان و درصد بالای بی‌کاری آنان در کشور دارد، بوده است.

در روز اختتامیه و پایانی این نشست، تعاونی‌ها به جمع‌بندی و تبادل نظر با یکدیگر پرداختند. یکی از مهم‌ترین دست‌آوردهای این سفر درخواست عضویت در کمیته‌ی جوانان و به عضویت درآمدن تعاونی برگ نو در این کمیته‌ی بین‌المللی بود.



## حضور راه رشد

## در نشست

## کمیته‌ی جوانان ICA

فرشید یوسفی

## راه رشد در مقام سفیر

## ملی تعاون در ایران

انتخاب مجتبع آموزشی-فرهنگی

راه رشد به عنوان تعاونی برتر

استان تهران و سفیر ملی تعاون در

ایران



با هفته تعاون در شهریورماه سال جاری سیزدهمین جشنواره تعاونی‌های برتر استان تهران با حضور مسئولان کشوری و استانی در مجموعه فرهنگی ورزشی تلاش برگزار شد. در این جشنواره تعاونی آموزشی-فرهنگی راه رشد توانست تندیس تعاونی برتر استان تهران را از آن خود کند. همچنین در مراسم دیگری که در هتل المپیک تهران به مناسبت افتتاحیه نمایشگاه تعاونی‌های برتر برگزار شد تعاونی فرهنگی آموزشی راه رشد به عنوان "سفیر ملی تعاون" جمهوری اسلامی ایران انتخاب شد.

## حضور مدیرعامل

## مجتبع آموزشی-فرهنگی

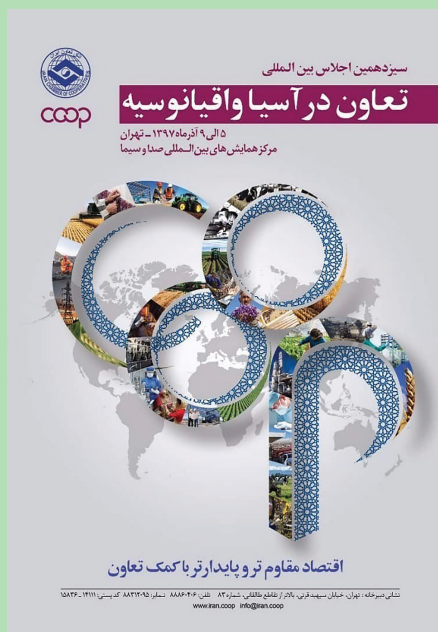
## راه رشد در نشست ICA

## در کشور آرژانتین



مجتبع آموزشی فرهنگی راه رشد در پی ارتباط با نهاد بین‌المللی اتحادیه‌های تعاونی موسوم به ICA در رخدادهای سالیانه دیگری که در کشور آرژانتین در سال ۲۰۱۸ برگزار شد حضور پیدا کرد. آناهیتا اصلاح پذیر مدیرعامل مجتبع، در کارگاه‌هایی نظیر سیاست‌های عمومی و تعاونی‌ها، مسأله آموزش و تعاون و همچنین کارگاه بانک و تعاونی‌ها، حضور پیدا کرد. دستاوردهای وی از این سفر تجربه‌های مفید و آگاهی‌های سودمند برای رونق‌بخشی به تعاونی‌های ایرانی است. گزارش تصویری آن را در انتهای خبر مشاهده می‌کنید.





## برگزاری کنفرانس بین المللی ICA برای نخستین بار در تهران

اتحادیه بین المللی تعاونی ها در بخش آسیا و اقیانوسیه (International cooperative alliance) کنفرانس بین المللی سالانه خود را برای نخستین بار در تهران برگزار می کند. این نشست در نوامبر ۲۰۱۸ مقرر با ۵ و ۶ آذرماه سال جاری با کارگزاری اتاق تعاون ایران برگزار خواهد شد.

کمیته های مختلف ICA در این کنفرانس فعال خواهند بود و به برگزاری برنامه های مرتبط با خود در زمینه جوانان، پژوهش، محیط زیست و ... خواهند پرداخت. کمیته زنان یکی از فعال ترین بخش های ICA است که در این کنفرانس، نشست خود را با موضوع "تقویت انعطاف پذیری به وسیله توانمندسازی زنان" برگزار خواهد کرد.

"تعاونی فرهنگی آموزشی راه رشد" به عنوان عضو ICA و نماینده رسمی کمیته ی زنان ICA در ایران، برگزار کننده نشست زنان این کنفرانس در کنار اتاق تعاون است؛ این مجموعه در پی ارتباط مستمر و حضور در کنفرانس ها و رخدادهای مربوط به ICA و نیز تبادل تجربیات و تولید پژوهش های علمی مرتبط در طول سه سال گذشته با این نهاد، توانسته است به عضویت رسمی این سازمان جهانی درآید. این همایش اتفاق مهمی برای تبادل تجربه میان تعاونی ها و همچنین شناساندن تعاونی های ایرانی و ظرفیت های آنان به سایر تعاونی های جهانی است.

همچنین گفتنی است در راستای آشنایی زنان تعاون گر با اتحادیه بین المللی تعاونی ها در بخش آسیا و اقیانوسیه ؛ مجموعه راه رشد با همکاری وزارتخانه تعاون، کار و رفاه اجتماعی در تاریخ ۲۰ آبان ماه نشست با موضوع "نقش اتحادیه جهانی تعاونی ها در توسعه و توان افزایش تعاونی های زنان" به عنوان مقدمه ورود به کنفرانس برای بانوان تعاون گر برگزار کرد که گزارش تصویری آن را مشاهده می کنید.

## کلاس درس



## به نظر شما امروزه شکاف بین سبک فرزندپروری والدین و سیاست‌های تربیتی مدرسه از کجا ناشی می‌شود؟

**کردبچه:** موضوعی که در سال‌های اخیر بسیار شاهد آن بوده‌ایم و توانسته به این شکاف دامن بزند، سبک تربیت فرزندان در خانواده‌هاست. در گذشته، خانواده‌ها در مورد مسائل تربیتی فرزندان بیش‌تر با مدرسه هم‌سو بودند، روندی که در سال‌های اخیر مسیر معکوسی را طی می‌کند. خانواده‌ها در این سال‌ها کم‌تر با سیاست‌های مدرسه هماهنگ هستند و گاه به‌خاطر اختلاف نظر با شیوه‌های آموزشی - تربیتی مدرسه، تلاش می‌کنند در آن اعمال نظر داشته باشند. این مسئله می‌تواند باعث شود که شکافی بین مدرسه و خانواده پدید آید. شکافی که باعث می‌شود مدرسه نتواند به وظایف خود به‌درستی عمل کند. و در چنین وضعیتی دانش‌آموزان سردرگم می‌شوند. از سال‌ها پیش، دپارتمان مشاوره‌ی راه رشد بر آموزش‌های کسب مهارت ارتباطات اجتماعی، خودآگاهی و ... در کلاس آداب تمرکز کرده است. گرچه این روند هنوز هم در حال پی‌گیری است اما در گذشته شاهد نتایج بهتری از آن بوده‌ایم، زیرا هم‌سویی والدین با سیاست‌های مدرسه بیش‌تر بود و ما را به نتایج رضایت‌بخش‌تری می‌رساند.

اما اگر بخواهم کمی بیش‌تر در مورد وجود شکاف بین سبک‌های فرزندپروری والدین و مدرسه صحبت کنم، باید بگویم با توجه به تغییرات محیطی و اجتماعی، شکاف بین والدین و فرزندان با افزایش استفاده از وسایل ارتباطاتی و فضای مجازی رو به گسترش است، به‌طوری که کودک معمولاً یک گام جلوتر از خانواده‌ی خود در مورد اطلاعات و تحولات فضاهای بیرون حرکت می‌کند. به عبارت دیگر، والدین آموزش‌های لازم را در مورد تغییرات محیطی که کودک در معرض آن است ندارند. این والدین هم‌چنان قصد دارند کودکان خود را کنترل کنند، در حالی که آنان دیگر تن به چنین کنترل‌هایی نمی‌دهند. در این بین، بخش مشاوره‌ی مدارس تلاش می‌کنند هر ساله با توجه به اهمیت آگاهی در خصوص مسائلی مثل بلوغ، فضای مجازی، کنترل هیجانات و ... به خانواده‌ها در قالب کارگاه‌های مختلف آموزش دهند.

## در کلاس آداب شما چه مسائلی را به دانش‌آموزان آموزش می‌دهید؟ و آیا نتایج آن‌ها رضایت‌بخش است؟

**احمدی:** در کلاس‌های آداب ما مسائلی نظیر کنترل خشم، هیجانات و کسب مهارت‌های ارتباطاتی را به دانش‌آموزان آموزش می‌دهیم. با وجود این، در بعضی موارد معلمان نارضایتی‌هایی از رفتارهای برخی از دانش‌آموزان دارند. پس با این سؤال مواجه می‌شویم که مشکل کجاست و ما چرا موفق نمی‌شویم؟ در این‌جاست که باید به اهمیت نقش خانواده و مدرسه در کنار یک‌دیگر تأکید کرد؛ این‌که مدرسه و خانواده بایستی موازی با هم حرکت کنند. امروزه سبک‌های فرزندپروری خانواده‌ها، که اکثراً یک سبک سهل‌گیرانه است، بسیاری از رفتارهای اشتباه کودکان را نادیده می‌گیرد و از این رو رفتارهای تکانشی کودکان بیش‌تر می‌شود. در چنین حالتی، من مشاور چه‌قدر می‌توانم روی این بچه‌ها اثرگذار باشم؟ هر چه من در مدرسه با این کودکان کار کنم، به خانواده که می‌رسد همه‌ی زحماتم از بین می‌رود. البته عکس این حالت هم وجود دارد.



## معلمان بهترین مشاور و قابل اعتمادترین فرد برای دانش‌آموزان هستند

# اهمیت آموزش مسائل روان‌شناسی به معلمان

مهارت‌های زندگی جزو مهارت‌هایی هستند که برای افزایش توانایی‌های روانی - اجتماعی افراد آموزش داده می‌شوند و فرد را قادر می‌سازند که به‌طور موثر با مقتضیات و کشمکش‌های زندگی روبه‌رو شود. پنج حوزه اصلی مهارت‌های زندگی که به عنوان مهارت‌های ده‌گانه نیز مطرح می‌شوند عبارت‌اند از: خودآگاهی و همدلی، ارتباطات اجتماعی و ارتباطات بین‌فردی، تفکر خلاق و تفکر انتقادی، تصمیم‌گیری و حل مسئله، مقابله با هیجانات و مقابله با استرس. از این روی مجموعه راه رشد در کلاس‌های آداب خود مهارت‌های زندگی را متناسب با شرایط سنی و ظرفیت‌های شناختی دانش‌آموزان از پایه اول تا ششم به صورت فعالیت‌های مختلف (نقاشی، ارائه کاریک، اجرای نمایش، پاورپوینت و...) آموزش می‌دهد.

**فروزان کردبچه** از مشاوران با سابقه‌ی مجموعه‌ی آموزشی راه رشد است که حدود پانزده سال در مهدکودک مجموعه، بخش اجرایی و به‌عنوان مشاور دبستان دخترانه فعالیت داشته است. حال چندی است به عنوان مشاور پایه‌ی چهارم و نیمی از پایه‌ی پنجم در دبستان پسرانه مشغول خدمت است. وی در این باره می‌گوید: «حدود ۲۷ سال است که با مجموعه‌ی راه رشد همکاری می‌کنم و به‌نوعی در این‌جا بزرگ شده‌ام.» با وی و مریم احمدی از دیگر مشاوران جوان و خوش‌ذوق دبستان پسرانه همراه بودیم تا از تفاوت سبک‌های فرزندپروری بین والدین و مدرسه جویا شویم.



شده است. ضمن این که سازگاری دانش‌آموزان با محیط خوب نیست و در زمینه‌ی آموزشی نیز در آنان انگیزه‌ای مشاهده نمی‌شود، که همه‌ی این مسائل ریشه در سبک فرزندپروری خانواده‌ها دارد.

**احمدی:** در سال‌های اخیر، رویکرد غالب خانواده‌ها در سبک فرزندپروری سهل‌گیرانه بوده است. این کودکان، به اصطلاح روان‌شناسی، یک من‌ضعیف دارند و یاد نگرفته‌اند برای چیزی که می‌خواهند تلاش کنند چون هر چه بخواهند در لحظه برای‌شان فراهم می‌شود. به همین دلیل، چنین کودکانی تحمل ناکامی را ندارند و زمانی که دوست‌شان رفتاری خلاف میل آنان انجام دهند، به دلیل نداشتن انعطاف و ظرفیت تحمل ناکامی، رفتارهای تکانشی از خود به نمایش می‌گذارند. البته در مقابل، دانش‌آموزانی هم داریم که قوانین مدرسه، محدودیت‌ها و ... را فهمیده‌اند و تلاش در رعایت آن‌ها دارند. چنین دانش‌آموزانی قطعاً در محیط خانواده نیز از سبک فرزندپروری منطقی و توافقی بهره می‌برند که هم‌سو با رفتارهای مدرسه است.

### چالش‌های شما به‌عنوان بخش مشاوره در کلاس‌های آداب چیست؟

**کردبچه:** اگر بخواهیم نگاه واقع‌بینانه به کلاس‌های آداب داشته باشیم، باید گفت انتظارات ما بیش از این‌هاست، به‌ویژه در مقطع دبستان که رفتار باید به‌موقع و در لحظه باشد و البته تداوم هم داشته باشد. در گذشته، کلاس‌های آداب هر هفته برگزار می‌شد، اما در سال‌های اخیر ساعت این کلاس‌ها به ۴۵ دقیقه در دو هفته تقلیل یافته است و قطعاً چنین روندی بخش مشاوره را برای اثربخشی بهتر محدود می‌کند. پیشنهاد ما به‌عنوان بخش مشاوره این است که معلمان هم حتماً آموزش‌های لازم را برای رفتار مناسب با دانش‌آموزان در حالات مختلف و متناسب با شخصیت‌شان داشته باشند تا در شرایط اضطراری رفتار صحیحی را با دانش‌آموزان به نمایش بگذارند و در فرصت‌های مختلف نیز ارتباط‌های دوستانه و گاه صمیمی‌ای - نظیر هم‌دلی و مسئولیت‌پذیری - با دانش‌آموزان برقرار کنند.

**احمدی:** هر اندازه که سطح و دانش معلمان در مسائل مربوط به امور تربیتی و مشاوره‌ای ارتقا یابد، به همان میزان بازخوردهای مؤثرتری خواهیم داشت، چون دانش‌آموز معلم خود را از هر کسی بالاتر و صحبت‌هایش را وحی منزل می‌داند.



در سبک فرزندپروری سخت‌گیرانه که کودک تنها مجری دستورات خانواده و کنترل‌های آنان بوده است، زمانی که به مدرسه می‌رسد احساس رهایی می‌کند و هر کاری که دوست داشته باشد انجام می‌دهد. در مقابل، سبک دیگری هم وجود دارد که در آن کودک بیش‌رشدیافته است؛ به این معنا که بزرگ‌سالی است در قالب کودک. چنین دانش‌آموزی در ارتباط خود با دیگر هم‌سالان خود هم مشکل دارد چون رفتارهای دیگر دانش‌آموزان را سطحی می‌پندارد.

**کردبچه:** با این حال، سعی کرده‌ایم در کلاس‌های آداب بر اساس مهارت‌های ده‌گانه از پایه‌ی اول تا ششم و با توجه به شرایط سنی دانش‌آموزان، موضوعات یک‌سانی را که همان مهارت‌های ارتباطات اجتماعی، کنترل هیجانات، ارتباطات بین‌فردی و ... است به آنان آموزش دهیم. برای مثال، ما توانایی حل مسئله را هم به دانش‌آموز کلاس اول و هم دانش‌آموز پایه‌ی ششم آموزش می‌دهیم اما سطح این آموزش و نوع فعالیت‌های آنان متفاوت است. گاهی هم بر اساس مناسبت‌های موجود همانند وقوع زلزله‌ای که سال گذشته شاهد آن بودیم، هفته‌ی بهداشت روان، مدیریت و برنامه‌ریزی در زمان امتحانات و موضوعات این‌چنینی در کلاس‌های آداب آموزش داده می‌شود.

### راه رشد به‌خوبی با خانواده‌ها ارتباط می‌گیرد. چه‌طور توانسته از چنین ظرفیتی برای حل مشکلات فرزندپروری استفاده کند؟

**کردبچه:** در سال‌های اخیر، تلاش کرده‌ایم دانش‌آموزانی را که رفتارهای تکانشی زیادی داشته‌اند به مرکز مشاوره‌ی محیا یا هر مرکز مشابه دیگری که والدین خود انتخاب می‌کنند معرفی کنیم تا علت چنین رفتارهایی تحت نظر یک متخصص و در زمان کافی و فضای آرام بررسی شود. همراهی والدین با مدرسه در این روند نتایج خوبی خواهد داشت اما شکاف بین مدرسه و والدین باعث آسیب‌دیدن کودکان می‌شود چون دچار دوگانگی رفتاری می‌شوند. والدین باید به این مسئله‌ی مهم آگاه باشند که همه‌ی تلاش مدرسه، مدیران و مربیان، تربیت دانش‌آموزانی مسئولیت‌پذیر، شاد و توانمند برای حل مسائل مختلف است، که همه‌ی این‌ها تنها در گرو همکاری با یک‌دیگر قابل حصول است. به همین منظور، مدرسه برای بررسی امکان رفتارهای دوگانه‌ی کودکان در فضای آموزشی و خانواده پرسش‌نامه‌هایی تهیه کرده است که در صورت مشاهده‌ی چنین مسائلی برای حل آن‌ها اقدام شود.

**احمدی:** مدرسه در سبک تربیتی خود از روش توافقی استفاده می‌کند و تا جایی که قوانین مدرسه اجازه دهد، تلاش دارد انعطاف لازم را برای تربیت دانش‌آموزان و برآورده کردن انتظارات خانواده‌ها داشته باشد. اما انتظار ما نیز از خانواده‌ها این است که همین سبک را در خانه دنبال کنند و در مورد رشد کودک خود آگاهی و انتظاراتی منطقی داشته باشند.

### چالش‌هایی که در مورد سبک‌های فرزندپروری خانواده‌ها در دبستان پسرانه با آن‌ها مواجه‌اید، کدام‌اند؟

**کردبچه:** کنترل هیجانات، مهارت‌های ارتباط اجتماعی و مسائلی از این دست، که عمده‌تاً به دلیل تک‌فرزندبودن اکثر دانش‌آموزان برای ما مسئله‌ساز



## تلفیق

### ■ مفهوم تلفیق:

تلفیق به معنای کوشش برای ایجاد ارتباط، اتصال و نهایتاً یکپارچگی در تجربیات یادگیری دانش آموزان است. از زاویه دیگر می توان رویکرد تلفیقی در طراحی برنامه درسی را به معنای فاصله گرفتن از الگوی سنتی برنامه درسی دانست که با اتکا به حوزه های یادگیری مستقل (مواد درسی) موجب پراکندگی و تفرق در تجربیات یادگیری دانش آموزان می شود. به لحاظ تاریخی تلفیق هم در عرصه نظر و هم در وادی عمل هم زاد رشته برنامه درسی دانسته شده است. شواهد نشان می دهد که از دهه های آغازین قرن بیستم که قلمرو برنامه درسی به رسمیت شناخته شده است، نظریه های تلفیقی مطرح بوده و برنامه های درسی تلفیقی نیز طراحی شده و به مورد اجرا گذاشته شده اند. گرچه برنامه های درسی دوره ابتدایی در چند دهه اول کانون انحصاری توجه در برنامه ریزی درسی با رویکرد تلفیقی را تشکیل می دادند، لیکن برنامه های درسی دوره های تحصیلی بالاتر نیز با تأخیر و از دهه ۱۹۴۰ رویکرد تلفیقی را تجربه کرده اند

### ■ ضرورت تلفیق:

آموزش در گذشته به معنای انتقال مجموعه ای از یک دانش سازمان یافته بوده است اما امروزه فلسفه آموزش و پرورش به بیش از آنچه در گذشته بوده توسعه یافته است و رویکردهای جدیدی مورد استفاده قرار گرفته است که در آن اهمیت اصلی به یادگیرنده داده می شود که یکی از این رویکردها تلفیق است. تلفیق برنامه درسی یک نیاز رو به رشد است که به دلیل کاستی ها و معایب برنامه های درسی متداول (رشته محور و موضوعی) مطرح شده است.

انفجار دانش و اطلاعات، پراکندگی بخش های گوناگون برنامه درسی موضوع محور و عدم ارتباط آن ها با واقعیات زندگی شخصی و اجتماعی یادگیرندگان موجب شده تا صاحب نظران به مقوله تلفیق برنامه درسی توجه بیشتری کنند. رویکردهای تلفیقی مانند هر طرز تلقی و رویکرد دیگری ریشه در دیدگاه های فلسفی و روانشناسی دارد. به همین جهت باید در نظر داشت که تدریس به صورت تلفیقی انتقال یادگیری را تقویت می کند؛ زیرا فراگیر، تشابهات مفاهیم، اصول و استراتژی ها را بهتر از حالتی که رشته ها جدا از هم هستند، یاد می گیرد و در تدریس به صورت تلفیق، فراگیران فرصت می یابند مفاهیم آموخته شده را در زمینه های مختلف به کار گیرند.

در دنیای امروز فرهنگ فزاینده تکنولوژی و مسایل محیطی راه حل های بین رشته ای را می طلبد. مهم ترین نکته ای که در فهم رویکرد تلفیقی باید مورد توجه قرار گیرد تا از بدفهمی ها جلوگیری شود این است که تلفیق معرف ورود یک متغیر جدید به عرصه تفکر در برنامه ریزی درسی است و هرگز نباید آن را یک وضعیت یا موقعیت ثابت و واحدی دانست که جایگزین وضعیت و موقعیت غالب کنونی از حیث تفکر و عمل برنامه ریزی درسی می شود. به اضافه این که متغیر مورد بحث با وام گرفتن اصطلاحات حوزه آمار، باید از نوع "پیوسته" شناخته شود نه از نوع ساده تر و مدیریت پذیرتر "ناپیوسته" یا "مقوله ای". شاید بزرگ ترین مغالطه ای که راه را بر استفاده به جا از ظرفیت های این نوآوری می بندد، عدم توجه به این نکته و در نتیجه عدم شناخت ابعاد و وجوه این متغیر می باشد.

### ■ انواع و اشکال تلفیق برنامه درسی:

۱. تلفیق محتوا
۲. تلفیق مهارت ها و فرآیندها
۳. تلفیق مدرسه و فرد
۴. رویکرد های برنامه درسی تلفیقی

### ■ رویکردهای تلفیق برنامه درسی به دو دسته کلی تقسیم می شود:

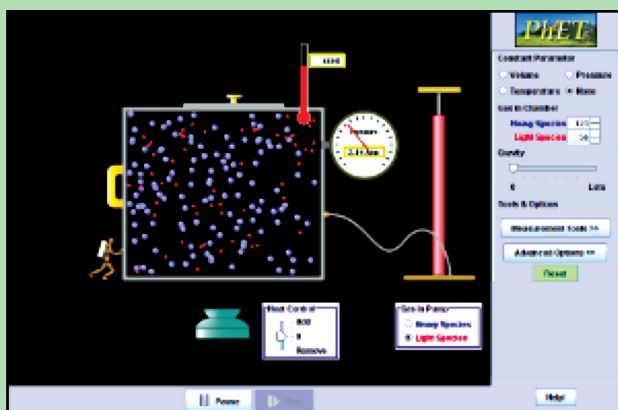
#### الف) تلفیق برنامه درسی با حفظ مجزا بودن مواد درسی

۱. تدریس همزمان با محتوای مشابه
۲. تلفیق مهارت خواندن، نوشتن، تفکر و یادگیری
۳. تلفیق درون رشته ها
۴. تلفیق غیررسمی در تدریس یک درس از محتوای درس دیگر

#### ب) تلفیق دو ماده درسی یا بیشتر

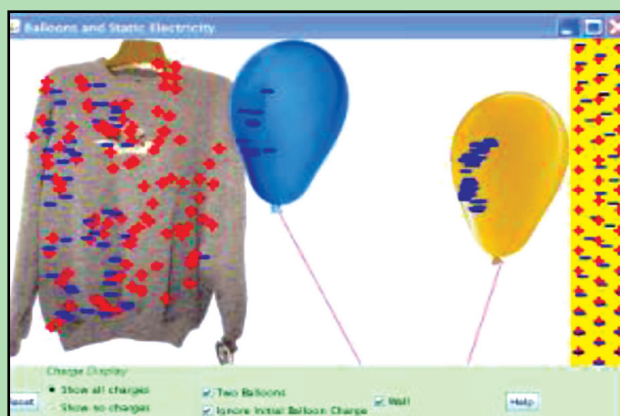
۱. روش تمرکز بر یک ماده درسی و تلفیق مهارت ها
۲. روش تمرکز بر یک محتوا و تلفیق موضوعات از دروس مختلف
۳. روش تمرکز بر پروژه





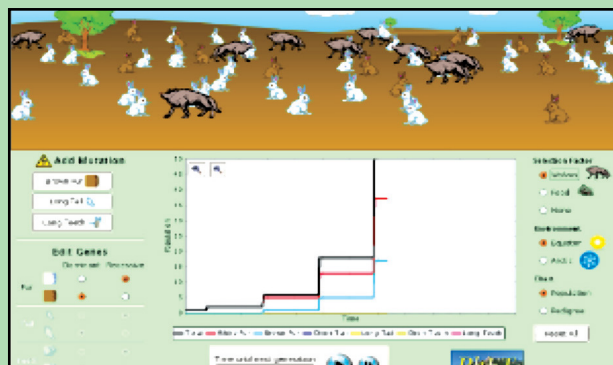
## کمک به دانش آموزان در درک مفاهیم

برخی از شبیه سازی های PHET، مانند کیت ساخت وساز مدار و ویژگی های گاز، بسیار باز است و می تواند مورد استفاده قرار گیرد. برای مثال، شبیه سازی بادکنک ها و الکتریسیته ی ساکن آن به دانش آموزان امکان تجسم تغییر در توزیع شارژ را می دهد.



## بازی های جاسازی شده و چالش ها

بسیاری از شبیه سازی های PHET شامل بازی ها و چالش هایی اند که انگیزه ی دانش آموزان را برای کشف آن ها افزایش می دهد. در شبیه ساز طبیعی، دانش آموزان برای افزودن جهش ها، شکارچیان و مواد غذایی تلاش می کنند که جمعیت بول های پایدار را حفظ کنند. در شبیه سازی لیزر، دانش آموزان به منظور ایجاد یک لیزر به چالش کشیده می شوند.

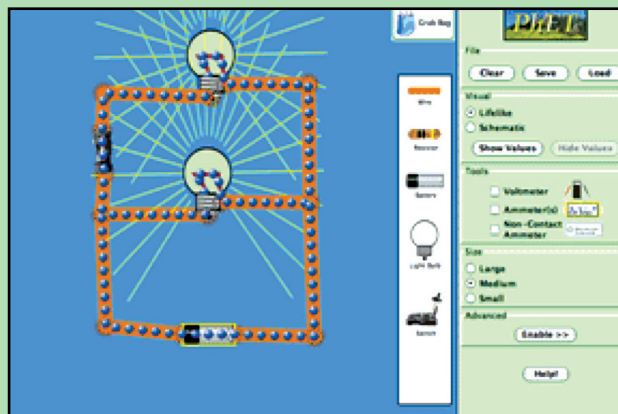


PHET مجموعه ای از شبیه سازی های کامپیوتری تعاملی مبتنی بر تحقیق، برای آموزش و یادگیری فیزیک، شیمی، ریاضی و علوم دیگر است که می تواند به صورت آنلاین اجرا شود. برای رایگان از وبسایت PHET دانلود شود. شبیه سازی محیط های متحرک و تعاملی مانند بازی است و دانش آموزان با اکتشاف یاد می گیرند. آن ها بر ارتباط بین پدیده های زندگی واقعی و علم پایه تاکید می کنند و در ایجاد مدل های بصری و مفهومی به دانش آموزان کمک می کند.

شبیه سازی PHET در ابتدا برای دانش آموزان دبیرستان بود، اما رفته رفته به شکل بسته های آموزشی - سرگرمی برای دانش آموزان همه ی مقاطع ابتدایی تا دبیرستان درآمد.

## آزمایشگاه های مجازی

با شبیه سازی کیت ساخت مدار دانش آموزان می توانند از مدارهای مجازی، باتری ها، سیم ها، لامپ ها، مقاومت ها، سوئیچ ها و (در نسخه ی AC) خازن ها و سلف ها ایجاد کنند. شبیه سازی می تواند برای جایگزینی یا تکمیل آزمایش ها با تجهیزات واقعی در دمو، آزمایشگاه و آموزش سخن رانی استفاده شود. برخی مزایای شبیه سازی نسبت به تجهیزات واقعی عبارتند از این که شبیه سازی اجازه می دهد تا دانش آموزان مدل بصری جریان جاری (الکترون های مجازی در داخل سیم) را ببینند، تجهیزات هرگز شکسته نمی شوند و دانش آموزان می توانند بدون ترس از شکستن چیزی بازی کنند. شبیه سازی های دیگر که می توانند تجهیزات واقعی را جایگزین کنند عبارتند از: آزمایشگاه الکترومغناطیس فارادی، آزمایشگاه پاندول، اپتیک هندسی، توده ها و چشمه ها، تداخل موج، موج در یک رشته و اثر فوتوالکتریک.



## تجسم رویدادهای نامرئی

علاوه بر شبیه سازی پدیده هایی که به طور مستقیم با تجهیزات واقعی و/یا دنیای طبیعی قابل مشاهده است، بسیاری از شبیه سازی های PHET مدل های پدیده های نادیدنی را نشان می دهند؛ مانند شبیه سازی مجموعه کیت مدار که نشان می دهد الکترون های در حال حرکت از طریق سیم چگونه می توانند جریانی را انتقال دهند، یا شبیه سازی خواص گاز و رفتار میکروسکوپی مولکول ها در یک گاز و شبیه سازی موج های رادیویی و الکترومغناطیسی.



## کلمات پنجره اند

### نه دیوار

**ارتباط بدون خشونت روشی تعاملی است که تبادل اطلاعات و حل صلح آمیز اختلافات را تسهیل می کند. ارتباط بدون خشونت بر ارزش های مشترک انسانی و نیازها تکیه می کند و افراد را به پرهمیز از زیانی که سبب مقاومت یا کاهش عزت نفس می شود و استفاده از زبانی که سلامت روانی را افزایش می دهد تشویق می کند. ارتباط بدون خشونت باور دارد که به جای ایجاد ترس، گناه، سرزنش و شرم، غنی سازی زندگی رضایت آمیزترین انگیزه برای انجام کارهاست و به عنوان هدف بر پذیرش مسئولیت فردی در انتخاب و افزایش کیفیت ارتباط تأکید دارد. این روش حتی وقتی طرف مقابل آن را نمی داند نیز مؤثر است.**

**بسیاری مواقع پرسش این است که صحنه های خشونت، را همه می می بینیم اما چاره ی کار چیست؟**

در پاسخ باید گفت ارتباط بدون خشونت فنی است برای ارتباط انسانی و لبخند و امید در این روزگار کج مدار. در کتاب « زبان زرافه » ما با کارگاه های ارتباط بدون خشونت برای کودکان و نوجوانان پنج تا ده ساله آشنا می شویم و می آموزیم که می توانیم با بچه ها یک کارگاه «نه به خشونت» داشته باشیم و با هم همدلی را تجربه کنیم، آن هم با همکاری یک زرافه!

اما چرا زرافه؟ آن چه زرافه را عمومی ترین نماد در میان فعالان ارتباط بدون خشونت کرده ویژگی هایی است از قبیل :

۱. بزرگی قلب: زرافه قلبی به وزن حدود ۱۰ کیلوگرم دارد که نمادی است برای توجه به احساسات .
۲. فشار خون بالای زرافه نمادی است از قدرت قلب زرافه در واکنش سریع عاطفی .
۳. بلندی گردن: امکان دیدی وسیع تر را فراهم می کند، تا زرافه بتواند پی آمد گفتار و رفتار (انتخاب) خود را ببیند، چراکه هر انتخابی پی آمدی دارد که تأثیری بر زندگی خود و دیگران می گذارد .
۴. قدرت پا: زرافه پای قدرتمندی دارد که می تواند حتی شیر را در زمانی که به زرافه حمله می کند تا چند متر پرت کند و این نمادی است از قدرت حمایت گر او در دفاع از خود که برای جلوگیری از آسیب به کار می آید .
۵. دهان زرافه: بزاق دهان زرافه این خاصیت را دارد که تیغ و خار گیاهان را نرم و قابل خوردن کند. بنابراین، می تواند نمادی باشد برای شنیدن هر کلام ناخوش آیند و ترجمه ی آن به احساسات و نیازهای انسانی؛ یعنی این که به دیگران خوب گوش کنیم تا داد نزنند .
۶. بلندی پا: نمادی برای حرکت و پیشرفت به سمت آن چه آرزویش را داریم .
۷. غذای زرافه: ساده و مختصر برگ سبزی می خورد و قناعت پیشه است که همه اش برای ما درس است .
۸. سرعت زرافه: ۵۰ کیلومتر در ساعت که به ما می آموزد باید زود دست به کار شویم.
۹. آرامش زرافه: آرامش و بی آزاری عجیب او در برابر همه با آن نگاه مهربان. او به همه فضایی برای بودن در طبیعت می بخشد و وقتی حضور دارد پرستو و مورچه و گرگ همه از او در امان اند و آرامش دارند .
۱۰. زبان زرافه: طول زبان زرافه تا ۴۰ سانتی متر است که نماد بیان خوب و البته گفتن همه ی حرف هاست.

بر این اساس این مطلب معتقد است؛ کلمات پنجره اند، نه دیوار، یعنی کلمات باید ما را به فضای بازی رهنمون کنند نه این که کلمه ای به زبان آوریم که ما را به بن بست برساند. دوک دوشسچر، مدرس بین المللی، در مورد تجربیات خود از ارتباط بدون خشونت می گوید: «ارتباط بدون خشونت به من کمک کرده است دیگران را خوب بشنوم و این که بدانم انسان ها پیش از هر قضاوتی که من در مورد آن ها بکنم انسان اند.»

هسته ی اصلی این مطلب یک چیز است: «هم دلی». در واقع، همه ی ما نیاز داریم شنیده و درک بشویم. ما حتی نیاز به هم دردی یا قوت قلب نداریم، بلکه نیاز داریم فرد مقابل احساس ما را همان طور که واقعا هست، بدون قضاوت، بشنود و با ما هم دلی کند. ما حتی نیاز داریم که با خودمان هم هم دلی کنیم و نیازهای خودمان را ببینیم.

آیا به یاد دارید که به عنوان دانش آموز از معلم خود چیزی پرسیده باشید و معلم تان پس از پاسخ گویی پرسیده باشد پاسخ پرسش ات را متوجه شدی؟ با شنیدن این جمله چه احساسی داشتید؟ در این نمونه بهتر بود معلم بپرسد توانستم پاسخ پرسش ات را بدهم؟ تمایز این دو جمله در پذیرش مسئولیت، قضاوت نکردن و احترام به کرامت انسانی از سوی گوینده است که از اصول این الگوی ارتباطی است. فیلسوف هندی، کرشنا مورتی، می گوید: «مشاهده بدون ارزیابی و قضاوت بالاترین تجلی هوش انسانی است.»

بخش مهمی از محبت به خود سهم شدن در زندگی با انتخاب هایی از روی میل و رغبت است، نه انتخاب هایی از روی ترس، گناه، شرم، وظیفه یا اجبار.



# والدین بخوانند

## فضای مجازی همراه با فرزندان

### این کارگوری کامپیوتری را ببینید

هرچه اطلاعات شما از فناوری های روز بیشتر باشد، امکان نظارت و جلب اعتماد فرزندان بیشتر می شود.



### استفاده از نامهای ارزانی مجازی سایت ها

این سرویس ها به والدین اختیار می دهد تا انواع سایت های را که نامناسب هستند مسدود نمایند.



### قول دهید و قولتان را بماند!

به کودکان قول بدهید در صورت بروز مشکل، عصبانی نشوید.



### یک سر مشق باشید

همان انتظاری که از فرزندان دارید، خودتان عمل کنید، همانند رعایت ناک ایمنی عمر استفاده از فضای مجازی.



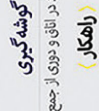
### دیگر علایق کودکان را تشویق کنید

همه علایق فرزند فضای مجازی نبوده، ورزش، هنر و تفریح هر وجود دارد.



### گوشه گری

صرف متفره ماندن زیاد در اتاق و دوری از جمع خانواده.



### کاهش یا افزایش ناکهای ملاقات با دوستان

کارهای عجیب و غریب و ناگهانی فرزندان می خوانند تا از فضای مجازی پاشند.



### راهکار

سعی کنید با دوستان فرزندان صحبت کنید و در فضایی که هر چیز غیرعادی وجود دارد از آنان سؤال نمایید.



### چهره زمانی نگران رفتار فرزندان خود شویم؟

مجازی باشند  
والدین باید آگاهانه و ایمن همراه فرزندان در فضای مجازی باشند  
دنیای مجازی شامل این دو موضوع می شود، یعنی آشنایی با رسانه های شامل این دو خطر احتمالی، ظرفیت خاصی دارد که سواد پیشگیری از خطرات احتمالی، ظرفیت خاصی دارد که سواد دنیای مجازی آگاهی کافی نداشته باشند، حتی در صورت آگاهی، این سبب شده است که والدین نسبت به بسیاری از خطرات فرزندان در استفاده از این تکنولوژی ها از والدین پیشی بگیرند، سرعت پیشرفت تکنولوژی و ارتباطات سبب شده است که معمولاً

### درافته های غیر نقدی یا نقدی ناگهانی

برخی خلاف کاران برای طرح هدایای نقدی و غیر نقدی برای طمع های خود تهیه می کنند

