

نوا مسلم

تئوری انتخاب در مدرسه

دکتر علی صاحبی

دکترای روان‌شناسی بالینی

فوق‌دکترای اختلالات وسواس

مربی ارشد و عضو هیئت‌علمی

مؤسسه دکتر ویلیام گلسر

سرشناسه: صاحبی، علی، ۱۳۴۳
عنوان و نام پدیدآور: تئوری انتخاب در مدرسه / نویسنده علی صاحبی
مشخصات نشر: تهران، سایه سخن، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری: ۲۸۰ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۵۲-۰۰۴-۱
وضعیت فهرست نویسی: فیا.
یادداشت: کتابنامه: ص. [۲۷۷] - ۲۷۸
موضوع: انتخاب (روانشناسی) در کودکان
موضوع: کودکان - روانشناسی
موضوع: یادگیری - روانشناسی
موضوع: انگیزش در آموزش و پرورش
موضوع: شاگردان - ارزشیابی
رده بندی کنگره: ۱۳۹۳ ص ۷۲۳/۷۸۵
رده بندی دیویی: ۱۵۵/۴۱۳۸۳
شماره کتابشناسی ملی: ۳۵۵۳۸۴۴



تئوری انتخاب در مدرسه

نویسنده دکتر علی صاحبی

طرح جلد: محمدمهدی صاحبی - ناظر چاپ: ابوذر ملکیان
صفحه آرای: ع. خرمشاهی - ویرایش: محمد حسینی / نرگس مساوات
نوبت چاپ: اول ۱۳۰۴ / بهار ۱۳۹۰
شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه - قیمت: ۴۷۰۰ تومان
لیتوگرافی: واصف - چاپ متن: عطا - چاپ تصویر: صابر - صحافی: علی

نشانی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان دوازده فروردین، کوچه بهشت اییز، پلاک ۱۰، طبقه همکف

تلفن: ۶۶۴۹۶۴۱۰ - ۶۶۹۶۲۴۵۶ - ۲۶۴۹۱۸۲۸

Website: www.sayehsokhan.com @sayehsokhan

بیایید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

دوست عزیز، این کتاب دسترنج چندساله مؤلف، مترجم و ناشر آن است. تکثیر و فروش آن به هر شکلی بدون اجازه از پدیدآورنده غیراخلاقی، غیرقانونی و غیرشرعی است. نتیجه این عمل نادرست بی‌اعتمادی و پیامدهای ناگوار را در زندگی منجر می‌شود و محیطی ناسالم برای خود و فرزندانمان به وجود می‌آورد.

فهرست

۷ قدرتدانی

۹ درآمد

۱۷ بخش اول: مبانی نظری

۱۹ فصل اول - الگوی کلیدی معلم راهبر

۳۵ فصل دوم - تئوری انتخاب: فهم بهتر انگیزه رونی

۵۷ فصل سوم - شیوه‌های برآورده‌سازی نیازها در کارگاه درس

۱۶۵ بخش دوم: کاربرست تئوری - راهکارهای مداخله‌ای

۱۸۰ فصل چهارم - برخورد با مشکلات انضباطی دانش‌آموزان در کلاس

۱۹۱ فصل پنجم - اکنون در چه نقشی‌ام؟ معلم؟ مشاور یا مدیر اجرایی؟

۲۲۹ بخش سوم: ضمایم

۲۳۱ فصل ششم - وقتی شرایط برای جلسه مشاوره مهیا نیست



فصل هفتم - نگاهی تازه به موفقیت‌ها و ناکامی‌های مدارس از منظر

تئوری انتخاب ۲۳۵

فصل هشتم - چگونه دانش‌آموزان را به ارزیابی شخصی یا خودسنجی

دعوت کنیم؟ ۲۵۹

منابع ۲۷۹

www.ketab.ir

درآمد

روح پدرم شاد که فرمود به استاد فرزند مرا عشق بیاموز و دگر هیچ
اقبال لاهوری

جستار رفایتمندی و شادمانی در درون خود آسان نیست، یافتن آن
در جای دیگر غیرممکن است.
انگس ریپلایر

بسیاری از کودکان و حتی بزرگسالان بر این باورند که خشنودی و شادکامی و
رضایت‌مندی از زندگی خود بخود رخ می‌دهد یا بر اساس دست و اقبال و محیط
به وجود می‌آید و به آنچه آن‌ها انجام می‌دهند، ربط چندانی ندارد.
اما درست برخلاف این باور، ما فقط زمانی خشنودی و شادمانی را تجربه
می‌کنیم که بتوانیم نیازهایمان را به صورت مسئولانه ارضا کنیم. حتی کودکان
بسیار کم‌سن و سال نیز پس از این‌که پیوند بین شیوه رفتار و تجربه سطح
خشنودی و شادمانی را درمی‌یابند، می‌توانند یاد بگیرند چطور به گونه
مسئولیت‌پذیرانه رفتار کنند و کنترل مؤثری بر زندگی خود پیدا کنند.
این کتاب برای معلمان، والدین و دیگر بزرگسالانی که با دانش‌آموزان



سروکار دارند، نوشته شده است. کتاب قصد دارد به بزرگسالان نشان دهد چگونه به کودکان بیاموزیم از مدرسه و یادگیری لذت ببرند و شادی بیش‌تری تجربه کنند.

ویلیام گلسر، بنیانگذار تئوری انتخاب می‌گوید:

کودکان شاد، دانش‌آموزان بهتری هستند و در فرایند رشد افراد مستقل و مسئولی بار می‌آیند.

پس از یادگیری درباره کارگیری آموزه‌های این کتاب خواهید دید دانش‌آموزانی که با آن‌ها سروکار دارید، رفتارهای مسئولانه‌تری انتخاب می‌کنند، نیازهایی را که برانگیخته‌شان می‌کند بهتر می‌فهمند و درمی‌یابند رفتار و کردار و شادمانی‌ای که در سروکار شما تجربه می‌کنند تحت کنترل خودشان است. نظریه زیربنایی این نوشته اساساً از تئوری انتخاب و واقعیت‌درمانی ویلیام گلسر گرفته شده است. هدف از این نوشته آموزش چگونگی به کارگیری تئوری انتخاب به والدین و معلمان و دیگر ررگ‌الانی است که با دانش‌آموزان سروکار دارند.

به عنوان پدر دو فرزند و کسی که به عنوان روان‌شناس حرفه‌ای با کودکان و خانواده‌ها سروکار دارد، کاریست عملی تمامی گذاشته‌ام. این کتاب را احساس و تجربه کرده‌ام و می‌کنم. در خصوص آنچه در این کتاب می‌آید می‌توانم بگویم این مفاهیم را در زندگی و کار با فرزندانم و دیگر کودکان و خانواده‌ها آزموده‌ام و اکنون به عنوان پدر فرزندانم به نتیجه کار که می‌نگرم احساس رضایتمندی و کامیابی می‌کنم، امیدوارم بتوانم مطالب را به گونه‌ای ارائه کنم که برای شما هم معنادار و کاربردی باشد. من زمانی احساس موفقیت خواهم کرد



که زندگی شما به عنوان والدین، معلمان و مربیان کودکانی که با آنها سروکار دارید، خشنودکننده و رضایتبخش شود و قصد اصلی این نوشته‌ها نیز همین است.

آموزش تئوری انتخاب و واقعیت‌درمانی به کودکان خردسال تحول شناختی آنها را تقویت می‌کند و برای شما و کودک شادمانی بیش‌تری به ارمغان می‌آورد. در بخش نخست به مرور مفاهیم اصلی تئوری زیربنایی می‌پردازیم که از آن به عنوان چارچوب مرجع استفاده خواهد شد. در بخش دوم جنبه‌ی گوناگون تئوری انتخاب به طور مبسوط شرح داده خواهد شد.

یادداشت ویژه برای معلمان

در جنبش مدارس کیفی، تمرکز اصلی بر تمایز بین «آموزش دادن» و «مدیریت کردن» کلاس درس و دانش آموزان است. انزیدگاه گلسر، «آموزش دادن» یعنی انتقال دانش، مهارت و اطلاعات به کسانی که خواهان یادگیری آن مطالبند. در حالی که «مدیریت» مستلزم کمک و یاری کردن به افراد است تا به این شناخت برسند که «با انجام آنچه ما از آنها می‌خواهیم بر کیفیت زندگی‌شان خواهند افزود». بسیاری از معلمان مقطع راهنمایی یا دبیرستان با این انتظار وارد سیستم آموزشی می‌شوند که «آموزش» دهند، ولی بیش‌تر وقت و انرژی خود را به «مدیریت» کلاس و دانش‌آموزان می‌گذرانند. از دیدگاه از معلمان که بخت کار کردن با دانش‌آموزان خردسال‌تر را داشته‌اند، بسیار خوش‌شانس بوده‌اند، چرا که دانش‌آموزان در بدو ورود به مدرسه باور دارند که معلم و مدرسه چیزهای ارزشمندی برای ارائه به آنها دارند که اگر انجامشان دهند به کیفیت زندگی‌شان افزوده می‌شود. در نتیجه، معلمان ابتدایی

در محیطی کار می‌کنند که آموزش و یادگیری می‌تواند در ناب‌ترین شکل خود متحقق شود.

برای ترفیع رشد بهینه دانش‌آموزان، معلمان باید محیطی در کلاس خلق کنند که دانش‌آموزان را به ارضای نیازهای روان‌شناختیشان: یعنی نیاز به عشق، احساس تعلق، نیاز به آزادی، نیاز به قدرت/ارزشمندی و نیاز به تفریح رغبت کند. به یاد داشته باشید که رفتارهای ما همواره تلاشی برای ارضای این نیازهاست. ارضای پیوسته و پایدار این نیازها، به تقویت رشد و تحول سالم می‌انجامد. مشکلات انضباطی و رفتاری دانش‌آموزان در محیطی که به ارضای نیازهایشان می‌انجامد، به طور معناداری کاهش می‌یابد و علل کم‌تری وجود خواهد داشت. دانش‌آموزان برای ارضای نیازهایشان، خود را درگیر رفتارهای نامناسب یا مخرب نکنند.

لحظه‌ای به رفتارهای نامناسبی که هر روز با آن روبرو می‌شوید فکر کنید. آیا این احتمال وجود ندارد که دانش‌آموز مختل نظم و بدرفتار برای ارضای نیازش به «قدرت» آن رفتار را انتخاب کرده باشد؟ در این صورت، به یاد داشته باشید که نیاز کودک به قدرت را نمی‌توان سرکشی کرد. اگر بتوانید فعالیت یا تکلیفی طراحی کنید که طی آن کودک بتواند نیازش به قدرت را به طور مناسب برآورده کند، آنگاه رفتار مخرب او به طور معناداری کاهش خواهد یافت و هر دوی شما شادمان‌تر خواهید بود.

کمی وقت صرف کنید و به فعالیت‌ها و تکالیفی که به تازگی با دانش‌آموزانتان انجام داده‌اید فکر کنید و از خود پرسید: این فعالیت یا تکلیف به ارضای کدام یک از نیازهای دانش‌آموزان پرداخته است؟ امید درونی من این است که هر فعالیتی در مدرسه و کلاس درس بتواند دست‌کم یکی از نیازهای



روان‌شناختی دانش‌آموزان را ارضا کنند. فعالیت‌هایی هم وجود دارند که می‌توانند بیش از یک نیاز را ارضا کنند، این فعالیت‌ها بسیار مطلوب و برطرف‌دار و موفقیت‌آمیزند.

یکی از شیوه‌های کلیدی تهیه برنامه آموزشی موفق آن است که مطمئن شویم فعالیت‌هایی که توسط بزرگسالان یا دانش‌آموزان انتخاب می‌شوند، آن‌قدر متنوع و گوناگونی برخوردارند که هر روز در مدرسه تک‌تک نیازهای روان‌شناختی دانش‌آموزان ارضا شود.

رشد و تحول بهین فقط در محیطی به وقوع می‌پیوندد که همه نیازهای کودکان به سیرهای متعالی ارضا شود. اگر با در نظر داشتن این نکته به انتخاب شماری از فعالیت‌ها می‌پردازیم به درستی در مسیر خلق و آفرینش یک برنامه آموزشی مؤثر گام برداشته‌ایم.

www.kei.ir