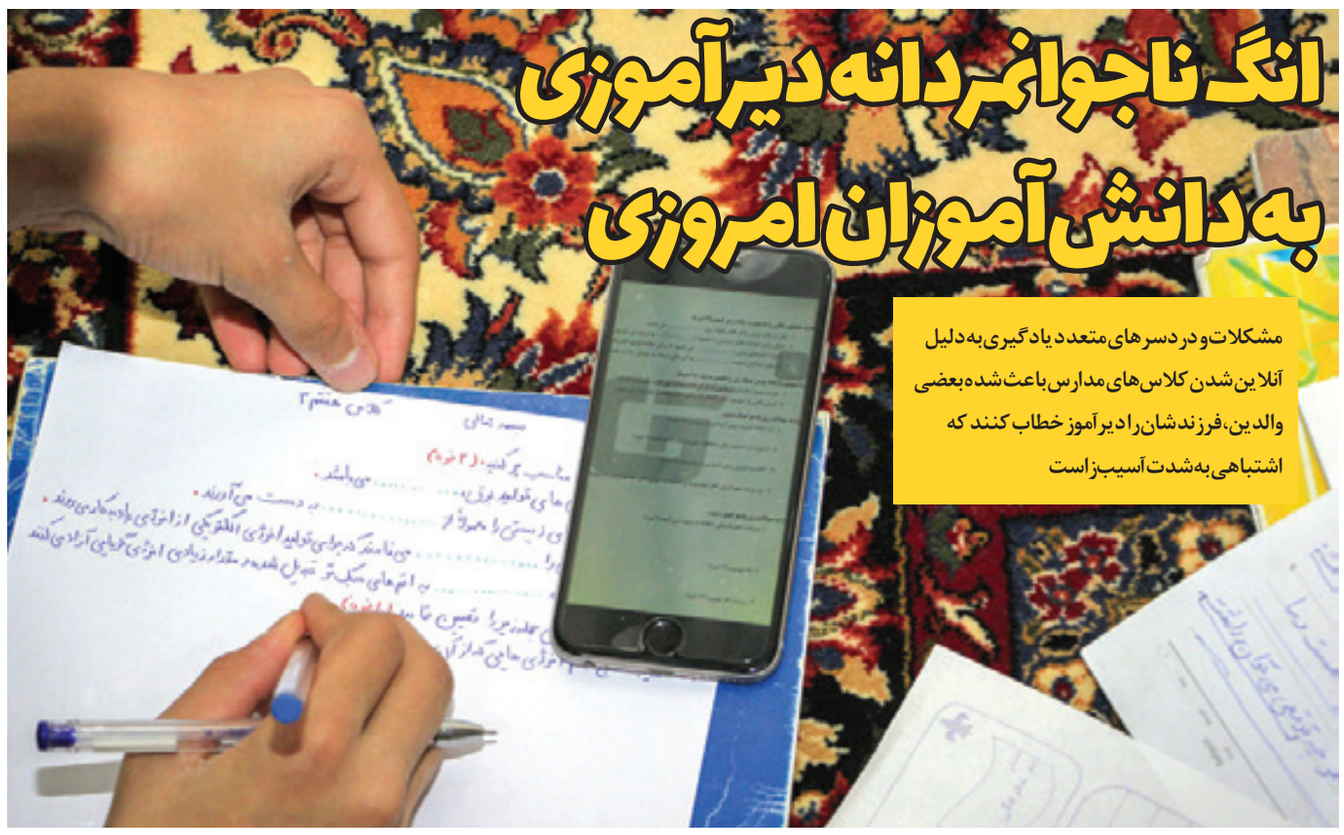


انگ ناجوانمردانه دیرآموزی به دانش‌آموزان امروزی

مشکلات و دردسرهای متعدد یادگیری به دلیل آنلاین شدن کلاس‌های مدارس باعث شده بعضی والدین، فرزندشان را دیرآموز خطاب کنند که اشتباهی به شدت آسیب‌زاست

فرزانه عطاران | مشاور تحصیلی

محوری

همه ما وقتی به خاطرات دوران مدرسه خود رجوع می‌کنیم، همکلاسی‌هایی را به یاد می‌آوریم که در یادگیری و آموزش پذیری، پیشرفت قابل توجهی از خود نشان نمی‌دادند. دانش‌آموزانی که گاه بر اثر بی‌اطلاعی و ناآگاهی والدین و حتی اولیای مدرسه مورد بی‌مهری‌های زیادی قرار می‌گرفتند. این دانش‌آموزان حتی بین سایر همکلاسی‌ها کمتر محبوب و مورد توجه بودند، کودکان دیگر آن‌ها را به بازی راه نمی‌دادند یا حتی آن‌ها را مسخره و ناراحت می‌کردند. حالا و در عصر کرونا، شرایط بدتر هم شده است. آنلاین شدن کلاس‌ها، حضور نداشتن سر کلاس و ... باعث شده قدرت یادگیری دانش‌آموزان کاهش یابد و بعضی والدین تصور کنند که فرزندشان دیرآموز است و با گفتن همین عبارت به او سرکوفت بزنند. در صورتی که در بیشتر اوقات سختی یادگیری در روش‌های جدید باعث چنین تصور اشتباهی می‌شود. در ادامه، خواهیم گفت که چگونه به عنوان یک پدر و مادر متوجه شویم واقعا فرزندی دیرآموز داریم یا نه و بهترین واکنش در چنین مواقعی، چیست؟

ویژگی‌های دانش‌آموز دیرآموز

دیرآموز به کودکانی اطلاق می‌شود که توانایی یادگیری مهارت‌های تحصیلی و علمی را دارند اما در مقایسه با دیگر همسالان شان برای یادگیری مفاهیم جدید به زمان بیشتر، تکرار بیشتر و همچنین صبر بیشتری از سمت معلمان خود نیازمند هستند. بهره هوشی چنین کودکانی حدود ۷۱ تا ۸۴ است. در این کودکان، مهارت‌های استدلال کردن معمولا به کندی صورت می‌گیرد و این موضوع باعث دشواری یادگیری و درک مفاهیم جدید می‌شود. دانش‌آموزان دیرآموز تمرکز کافی و رغبت به انجام کارهای فکری و ابتکاری ندارند، قادر به طرح نقشه، برنامه‌ریزی برای خود و دیگران نیستند ولی ممکن است با تمرین و ممارست در کارهای عملی و حرفه‌ای موفق شوند و بتوانند سازگاری شغلی و اجتماعی قابل قبولی داشته باشند. نکته مهمی را که باید به خاطر داشت این است که هر کودک دیرآموز همه این خصوصیات مطرح شده را ندارد و گاه احتمال دارد کودک فقط تعداد معدودی از آن‌ها را داشته باشد.

به هیچ وجه آن‌ها را مقایسه نکنید

دانش‌آموز دیرآموز را فقط باید با خودش مقایسه کرد و به هیچ وجه نباید او را با دیگر همکلاسی‌هایش مقایسه کرد. هنگام آموزش به این دانش‌آموز باید صبوری به خرج داد، از تدریس یک جا به او باید خودداری کرد و به خاطر کندی رفتارش نباید او را مورد شماتت قرار داد.

آسیب‌های درمان نشدن این اختلال

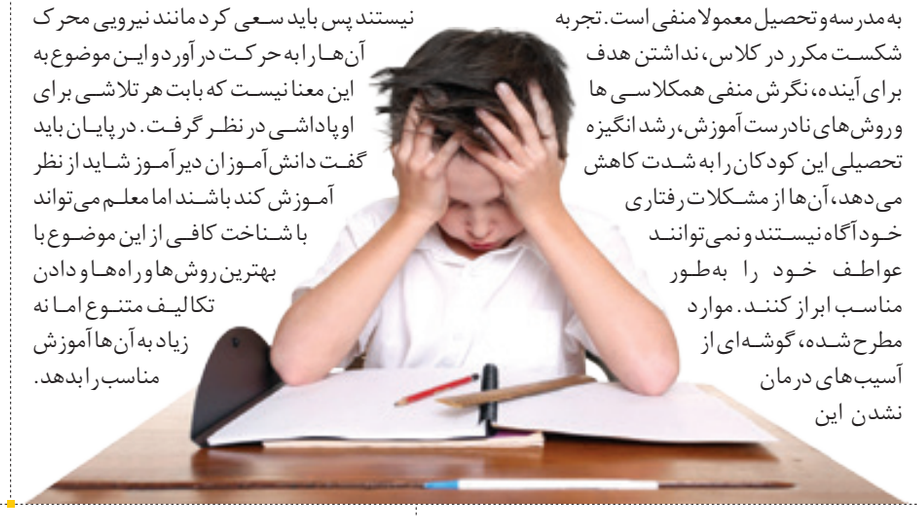
به طور کلی باید توجه داشت که نگرش کودکان دیرآموز به مدرسه و تحصیل معمولا منفی است. تجربه شکست مکرر در کلاس، نداشتن هدف برای آینده، نگرش منفی همکلاسی‌ها و روش‌های نادرست آموزش، رشد انگیزه تحصیلی این کودکان را به شدت کاهش می‌دهد، آن‌ها از مشکلات رفتاری خودآگاه نیستند و نمی‌توانند عواطف خود را به‌طور مناسب ابراز کنند. موارد مطرح شده، گوشه‌ای از آسیب‌های درمان نشدن این اختلال است. والدین توجه داشته باشند که اگر کودکان دیرآموز در همان کلاس‌های اول و دوم آموزش مناسب ببینند و درگیر فعالیت‌هایی شوند که به طور نظام‌دار جذب سیستم ادراکی آن‌ها شود و مهارت کلامی آن‌ها را رشد دهد، هم نمرات کلاسی و هم رشد هوشی آن‌ها پیشرفت می‌کند و به حد دانش‌آموزان عادی می‌رسد.

آموزش انفرادی چاره کار است

بهترین روش کمک به کودکان دیرآموز این است که خانواده‌ها به طور مؤثر با معلم همکاری کنند و معلم به آموزش انفرادی بپردازد و به تدریج کودک را درگیر فعالیت‌های گروهی و تدریس جمعی کند. پیشرفت این کودکان به صورت هفتگی ثبت و در صورت نیاز از وجود یک مشاور کمک گرفته شود، فعالیت‌های یادگیری به صورت گام به گام و از ساده به مشکل و با حجم کمتری انجام شود. همچنین تدریس با تکرار بیشتری همراه باشد و در باره پاسخ‌های درست و نادرست بازخورد فوری و همراه با توجه، تحسین، تشویق و البته در صورت لزوم از تنبیه خفیف استفاده شود. همچنین روی پیشرفت توجه و رشد مهارت‌های کلامی کودکان کار شود. روند افزایش سن عقلی در دانش‌آموزان عادی مطابق با افزایش سن شناسنامه‌ای است اما در دانش‌آموزان دیرآموز به ازای هر سال که بزرگ‌تر می‌شوند، حدود ۱۰ ماه به سن عقلی آن‌ها افزوده می‌شود و این نکته مهمی است که والدین باید به آن توجه داشته باشند.

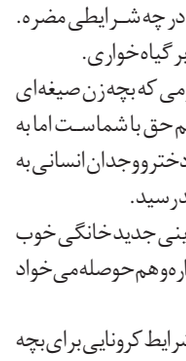
انگیزه چنین دانش‌آموزانی باید زیاد شود

برای تحریک کردن انگیزه در دیرآموزان از آموزش‌های همراه با سرگرمی، وسایل دیداری و شنیداری و حواس مختلف باید استفاده کرد. همیشه باید به یاد داشت که این دانش‌آموزان مسئول کمبود توانایی یادگیری‌شان نیستند پس باید سعی کرد مانند نیرویی محرک آن‌ها را به حرکت در آورد و این موضوع به این معنا نیست که بابت هر تلاشی برای او پاداشی در نظر گرفت. در پایان باید گفت دانش‌آموزان دیرآموز شاید از نظر آموزش کند باشند اما معلم می‌تواند با شناخت کافی از این موضوع با بهترین روش‌ها و راه‌ها و دادن تکالیف متنوع اما نه زیاد به آن‌ها آموزش مناسب را بدهد.



قرار و مدار

روز انتخاب یک هدف کوچک



بیشتر ما هر وقت صحبت از انتخاب هدف در زندگی میشه به چیزهای بزرگ فکر می‌کنیم که رسیدن بهشون ماه‌ها و بعضا سال‌ها زمان نیاز داره. امروز یک هدف کوچک مثل یادگیری چند کلمه انگلیسی، چند ترفند رایانه‌ای و ... انتخاب کنین و بهش برسین.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*چه آدم‌های شریفی پیدا میشن تو این دوره زمونه که از ارثیه میلیاردی به نفع بچه‌های محروم می‌گذرن. در اصل باید چنین آدم‌هایی مسئول بشن تا مشکل فقر ریشه کن بشه، باسخنرانی نمیشه.

*آقای ساداتی که در صفحه اول زندگی سلام درباره کرونا مطلب نوشتی، مطمئن باش که اگر کرونای جسمی نگیریم، قطعا کرونای فکری می‌گیریم! راه فراری ازش وجود نداره.

*بخش «ممنوم که» در مسابقه زوجی نو خیلی هم لوسه. یعنی چی که الکی از همسرمون تشکر کنیم، فقط ارزش خودمون رو میاریم پایین.

*از امروز باید کلا صفحه سلامت رو بذارم کنار چون دیگه نه گوشت می‌تونم بخرم، نه مرغ و نه ماهی. بنابراین دلیلی هم نداره که بدونم مصرف شون در چه شرایطی مضره. خداحافظ صفحه سلامت، سلام برگیاه‌خواری.

*درباره اتاق مشاوره، خانم محترمی که بچه زن صیغه‌ای شوهرت را نمی‌پذیری، عزیز دلم حق با شماست اما به خاطر خدا و به خاطر بچه، اون هم دختر و وجدان انسانی به خوبی بپذیر. پاداشت حتما خواهد رسید.

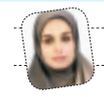
*قرار و مدار با موضوع پختن شیرینی جدید خانگی خوب بود. فقط هم خیلی کثیف کاری داره و هم حوصله می‌خواد که دخترهای امروزی ندارن.

*دایی عزیزم، چه اصراریه در این شرایط کرونایی برای بچه تازه متولد شده‌ات در خانه مهمانی بگیری؟ حداقل این دو هفته را صبر کن.

از طرف فامیل

در سالگرد فوت شوهرم، پدرش از من می‌خواهد که با برادر شوهرم ازدواج کنم

خانمی ۲۶ ساله هستم و یک پسر ۴ ساله دارم، شوهرم حدود یک سال قبل فوت کرد. چند روز بعد از سالگردش، پدر شوهرم از من خواست تا با برادر شوهرم که یک سال از من کوچک تر است، ازدواج کنم تا فرزندم در خانواده پسرش بزرگ شود. مخالفتی با این ازدواج ندارم منتهی احساس می کنم برادر شوهرم به واسطه نظر پدرش و به خاطر فرزند برادرش چنین انتخابی کرده و ممکن است پشیمان شود.



فریبا البرز | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

مشاوره ازدواج

موضوع ازدواج یک خانم با شرایط شما با برادر شوهرش خیلی بستگی به فرهنگ منطقه‌ای دارد که فرد در آن زندگی می‌کند. در یک فرهنگ ممکن است کاملا عادی و پذیرفته باشد اما در منطقه‌ای دیگر، حرف و حدیث‌هایی درباره‌اش وجود داشته باشد. معمولا در این گونه مواقع ممکن است خانواده شوهر از روی تعصب، غیرت، ترحم یا حتی احساس مسئولیت مایل نباشند که عروس‌شان از جمع خودشان دور شود و حتی گاهی دیده شده با تهدید این که اگر روزی خواست با مرد دیگری ازدواج کند باید فرزندش را به آن‌ها بسپارد به این شکل عروس را نزد خودشان نگه می‌دارند. شما هم اشاره کردید که پدر شوهرتان گفته می‌خواهم نوه‌ام در خانواده خودم بزرگ شود اما حواس‌تان باشد که این تصمیم را نباید از سر اجبار بگیرید.

مزایای این ازدواج را مد نظر قرار دهید

داشتن شناختی دقیق از خانواده همسر را می‌توان بزرگ‌ترین نکته مثبت این ازدواج دانست. دیگر نگران این که وارد چه خانواده با چه رفتاری می‌شوید، وجود ندارد. شما یک فرزند هم دارید که با این ازدواج به احتمال زیاد، کمترین آسیب روانی را متحمل خواهد شد چون همچنان در کنار پدربزرگ و مادربزرگش خواهد ماند. این نکته را هم مد نظر قرار دهید که طبق قانون، پدر شوهر می‌تواند مدعی حضانت فرزند باشد و با این ازدواج، این نگرانی‌تان هم از بین خواهد رفت.

شرایط شما و برادر شوهرتان خیلی متفاوت است

موارد مطرح شده، نکات خوب و مثبت چنین ازدواجی بود اما در عین حال، مسائل دیگری هم در این قضیه وجود دارد. ممکن است این پیشنهاد فقط و فقط از سمت پدر خانواده شوهرتان بوده باشد و برادر شوهر شما هیچ رغبت و تمایلی به شما نداشته باشد. شاید برادر شوهر مجرد که تازه از عروس هم کوچک‌تر است، دختر دیگری را دوست دارد و .... حواس‌تان باشد که شما و برادر شوهرتان پیشینه‌های متفاوتی دارید و شرایط‌تان خیلی با هم فرق می‌کند. یک نفر یعنی شما، هم ازدواج کرده و هم فرزند دارد، شوهرش فوت شده و ... اما نفر دیگر این گذشته را ندارد و هنوز ازدواج هم نکرده است. طبیعتا این دو نفر، در سبک فکری و شیوه زندگی، تفاوت‌هایی خواهند داشت. گاهی در این ازدواج‌ها روابط سردی بین زن و شوهر دیده می‌شود که به دلیل اجبار در این ازدواج است.

چه باید کرد؟

طبق گفته خودتان، شما مخالف نیستید که البته باید یک بار دیگر نظرتان را بعد از نکات مطرح شده، بررسی کنید. در این بین، شما هیچ اشاره‌ای به احساس برادر شوهرتان نداشتید. چون تا امروز این پیشنهاد فقط از سمت پدر شوهرتان بوده، اول باید از حس برادر شوهرتان اطمینان پیدا کنید. پیشنهاد می‌کنم با منطق بیشتری به این ازدواج فکر کنید و موارد مثبت و منفی مطرح شده را بیشتر بررسی کنید. در ضمن اگر خواستید این ازدواج صورت بگیرد، حتما باید به طور جدی و مفصل با هم صحبت و شناخت بیشتری به شخصیت یکدیگر پیدا کنید. لطفا از سر تعارف داشتن، اجبار، ترس و ... تصمیم نهایی را نگیرید.

اشتباه کرونایی «هنگامه قاضیانی»

رویکرد این بازیگر با خطر کرونا که گفته آن را جدی نمی‌گیرم چون کاری از دستم برنمی‌آید، درست است؟

نرگس عزیزی | کارشناس ارشد مشاوره

چهره ها

هنگامه قاضیانی، بازیگر در گفت‌وگوی اخیرش با فریدون جیرانی درباره موضوع کرونا می‌گوید: «کرونا رو جدی نمی‌گیرم، آخه برای این که بعد هزار تا مریضی دیگه می‌گیرم. ایمنی بدن میاد پایین. این استرس‌ها، این اضطراب‌ها خودش مسبب هزار تا مریضی هست، روان را داغون می‌کند» و بعد در ادامه می‌گوید: «یکی دو ماه اول خیلی آزارم داد. کاری از دست من برنمی‌آید.» اما آیا این سبک تعامل با خطری مانند کرونا درست است؟ اصلا روش درست مدیریت موضوع استرس‌زایی چون کرونا به چه شکل باشد، بهتر است؟

از موضوع فرار نکنید

یکی از واکنش‌های شایع بین افراد در زمان مواجه شدن با موضوع تنش‌زا، دوری کردن از آن است. این دوری یا فرار می‌تواند به اشکال مختلف خودش را نشان دهد، از انکار موضوع تا جدی نگرفتن آن. شاید در کوتاه مدت بتوان روی عوارض چنین انتخابی چشم‌پوشی کرد و حتی فوایدی برای آن در نظر گرفت مانند همین نکته کسب آرامش و تقویت سیستم ایمنی بدن که خانم قاضیانی به آن اشاره کرده‌اند اما در طولانی مدت قطعا این انتخاب عوارضی جدی به دنبال خواهد داشت. چرا که هر چقدر هم بخواهیم از یک موضوع تنش‌زا فاصله بگیریم، واقعیتی است که وجود دارد و دیر یا زود آثار آن در زندگی ما حس خواهد شد. سوال مهمی که در این شرایط برای بسیاری ایجاد می‌شود این است که پس با موضوع تنش‌زایی چون کرونا چه باید بکنیم؟ به‌ویژه همان‌طور که خانم قاضیانی هم به درستی اشاره کردند، این استرس مداوم درباره کرونا می‌تواند سیستم ایمنی بدن را تضعیف کند و خود به مشکلات دامن بزند.

توجه خود را معطوف فهرست موارد تحت کنترل کنید

هر زمان با موضوع تنش‌زایی در زندگی روبه‌رو می‌شوید، چه این که موضوع کرونا باشد، چه کنکور، چه مصاحبه شغلی، چه نگهداری از یک نوزاد و چه حتی بیماری جسمی، سعی کنید در اولین قدم سراغ تهیه فهرستی بسیار مهم بروید. چه فهرستی؟ فهرست مواردی که در این موضوع تحت کنترل شما است و مواردی که از کنترل شما خارج است. به عنوان مثال در موضوع کرونا، اصل وجود این بیماری، ساخت دارو برای درمان آن، ساخت واکسن، تنظیم محدودیت‌ها برای کشور و مواردی از این دست، از کنترل من و شما خارج است اما در مقابل مواردی چون استفاده از ماسک، شستن مکرر دست‌ها، رعایت فاصله گذاری، محدودیت در تعامل با دیگران، محدودیت در بیرون رفتن از خانه و توجه به تغذیه و خواب برای تقویت سیستم ایمنی بدن در کنترل ماست. سپس سعی کنید توجه خود را معطوف فهرست موارد تحت کنترل کنید و هر روز این موارد را به خودتان یادآوری و بعد از رعایت خودتان را تشویق کنید. درباره فهرست موارد خارج از کنترل هم سعی کنید وقت و انرژی کمتری را صرف پیگیری اخبار مربوط به آن کنید. با این کار در عین حال که موضوع کرونا را جدی گرفته و به آن بی‌توجهی نکرده‌اید به واسطه برداشتن قدم‌های عملی در موضوعات تحت کنترل، استرس شما افزایش زیادی نمی‌یابد و به این ترتیب سیستم ایمنی بدن شما کمتر تحت تاثیر استرس قرار می‌گیرد و تضعیف نخواهد شد.

۵ توصیه برای داشتن خانه‌ای منظم

مارال مرادی

در زمان انجام کارهای خانه توسط خانم‌ها یک سری اشتباهات هستند که تبدیل به عادت می‌شوند و به مرور زمان، نظم خانه را به هم می‌زنند. خانم‌ها بهتر است برای حل این مشکل، ابتدا عوامل زمینه‌ساز آن را بشناسند و سپس در صدد رفع آن‌ها باشند. در ادامه نکاتی در همین باره مطرح خواهد شد.

بانوان

۱ تفکر قبل از شروع کار| همه خانم‌ها دوست دارند منزل تمیز و مرتبی داشته باشند. برای ایجاد نظم در منزل باید بدانید اصول اولیه کار چگونه است. اگر دوست دارید همیشه خانه منظم و تمیزی داشته باشید، قبل از مرتب کردن کمد یا قفسه فکر کنید که چگونه می‌توانیم فکری برای حفظ نظم و ترتیب آن بکنیم. سپس با حوصله و بدون عجله وسایل مورد نیاز فردی را که می‌خواهد از آن کمد یا قفسه استفاده کند درون آن بگذارید.

۲ نخریدن وسایل اضافی| برای جلوگیری از بی‌نظمی و شلوغی کمدتان قبل از خرید فکر کنید و فقط وسایلی را بخرید که به آن نیاز دارید. بسیاری از افراد هنگام خرید به نیازشان و فضای داخلی خانه فکر نمی‌کنند و بعد از خرید متوجه می‌شوند که نیاز اولیه‌شان نبوده است و حتی فضای لازم برای نگهداری آن وسیله را ندارند و این گونه است که با یک مکان کوچک و حجم زیادی از وسایل روبه‌رو می‌شوند؛ بنابراین منزل آن‌ها شلوغ و بی‌نظم می‌شود.

۳ نظم دهنده‌ها همیشه خوب نیستند | گاهی پیش می‌آید وسایلی مثل قفسه، سطل، نظم دهنده‌های کشو، جای جوراب و ... که باید برای نظم و زیبایی اتاق و منزل به ما کمک کنند، به علت استفاده نادرست، بیشتر باعث شلوغی و نامرتبی منزل می‌شوند. اول استفاده صحیح از این وسایل را یاد بگیریم و بعد اقدام به خرید کنیم.

۴ قرار ندادن وسایل سر جای خود| اگر همسر و فرزندان‌تان را عادت دهید بعد از استفاده از هر وسیله‌ای آن را سر جای خود بگذارند همیشه خانه مرتب و منظمی خواهید داشت. این نکته را مد نظر داشته باشید.

۵ تقسیم نکردن کار بین اعضای خانواده| وقتی وظیفه تمیزی خانه فقط بر عهده مادر خانه باشد و دیگر اعضای خانواده کمکی نکنند؛ به‌خصوص در شرایط فعلی که زمان بیشتری را در منزل سپری می‌کنیم فشار زیادی به مادر می‌آید و او نمی‌تواند از پس همه کارها برآید. پس بهتر است وظایف را بین اعضای خانواده تقسیم کنید تا هم شما خسته نشوید و هم نظم در خانه برقرار شود.