

به نام خدا

راهکارهایی برای غلبه بر موانع آموزشی

مؤلف :

معصومه رئیسی نیا

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۳)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

سرشناسه: رئیسی نیا، معصومه، ۱۳۶۲
عنوان و نام پدیدآور: راهکارهایی برای غلبه بر موانع آموزشی/مؤلف معصومه رئیسی نیا.
مشخصات نشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری: ۱۶۷ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۹۸۰-۰
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
موضوع: غلبه بر موانع آموزشی - راهکارها
شناسه افزوده: پورراونگ، حوریا، ۱۳۵۳
شناسه افزوده: امانی، حشمت، ۱۳۵۵
شناسه افزوده: پورراونگ، زهرا، ۱۳۶۲
شناسه افزوده: پورراونگ، صفورا، ۱۳۵۹
رده بندی کنگره: PN۲۱۸۶
رده بندی دیویی: ۸۰۹/۲۴۷
شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۹۳۸۹۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا

نام کتاب: راهکارهایی برای غلبه بر موانع آموزشی

مؤلف: معصومه رئیسی نیا

ناشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)

صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۳

چاپ: زبرجد

قیمت: ۱۶۷۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب‌رسان:

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۹۸۰-۰

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

www.chaponashr.ir



انتشارات ارسطو



فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷	فصل اول.....
۷	درک تاب آوری.....
۷	بازگشایی مفهوم تاب آوری
۱۱	مبانی و نظریه های روانشناختی
۱۳	تاب آوری در زمینه های آموزشی
۱۵	تاب آوری در مقابل سختی: بررسی رابطه
۱۸	نقش عوامل حفاظتی
۲۱	ایجاد تاب آوری: یک سفر مادام العمر
۲۳	ملاحظات فرهنگی و زمینه ای
۲۶	اندازه گیری تاب آوری: ابزارها و ارزیابی ها
۲۹	فصل دوم.....
۲۹	شناسایی موانع آموزشی.....
۲۹	شناخت چالش های سیستمی
۳۲	نابرابری های اجتماعی و اقتصادی در آموزش و پرورش
۳۴	موانع فرهنگی و زبانی
۳۶	ناتوانی های یادگیری و نیازهای ویژه
۳۸	سلامت روان و رفاه
۴۱	قلدری و فشارهای اجتماعی

۴۴ اقلیم مدرسه و نگرانی های ایمنی
۴۷ پرداختن به چالش های متقاطع
۵۱ فصل سوم
۵۱ راهبردهای روانشناختی برای تاب آوری
۵۱ بازسازی شناختی و مثبت اندیشی
۵۳ تکنیک های ذهن آگاهی و کاهش استرس
۵۶ تنظیم هیجانی و مهارت های مقابله ای
۵۹ ایجاد خودکارآمدی و اعتماد به نفس
۶۱ هدف گذاری و حل مسئله
۶۳ توسعه شبکه های حمایت اجتماعی
۶۵ تقویت هوش هیجانی
۶۷ پرورش ذهنیت رشد
۷۱ فصل چهارم
۷۱ تاب آوری در عمل: استراتژی های کلاس درس
۷۱ ایجاد یک محیط آموزشی ایمن و حمایتی
۷۴ پرورش قدرت و پشتکار
۷۶ پرورش یک رویکرد مبتنی بر نقاط قوت
۷۸ آموزش تاب آوری از طریق ادبیات و رسانه
۸۱ اجرای شیوه های آگاهانه از تروما
۸۳ ترویج یادگیری خودتنظیمی
۸۶ تشویق به تأمل و خودارزیابی

۸۸.....	ادغام تاب آوری در سراسر برنامه درسی
۹۱.....	فصل پنجم.....
۹۱.....	حمایت از خانواده و جامعه.....
۹۱.....	مشارکت دادن خانواده ها به عنوان شریک در آموزش
۹۴.....	ساختن پل بین خانه و مدرسه
۹۷.....	استفاده از منابع جامعه
۹۹.....	ارائه خدمات پوشش
۱۰۳.....	منابع.....

فصل اول

درک تاب آوری

بازگشایی مفهوم تاب آوری

تاب آوری مفهومی چند وجهی است که در زمینه های مختلف از جمله روانشناسی، آموزش و جامعه شناسی توجه قابل توجهی را به خود جلب کرده است. در هسته خود، تاب آوری به توانایی فرد برای سازگاری و پیشرفت در مواجهه با ناملايمات یا چالش های مهم زندگی اشاره دارد (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳، ص ۷۶). این مفهوم تشخیص می دهد که افراد دارای قدرت ها و منابع ذاتی هستند که آنها را قادر می سازد بر موانع غلبه کنند و در تعقیب اهداف خود استقامت کنند. در زمینه آموزش، تاب آوری نقش مهمی در موفقیت تحصیلی و رفاه کلی دانش آموزان ایفا می کند، زیرا آنها را برای عبور از موانعی مانند فقر، تبعیض، و مشکلات تحصیلی توانمند می کند (Masten & Obradović, 2006, p. 112).

یکی از جنبه های کلیدی درک تاب آوری، شناخت تأثیر متقابل پویا بین ریسک و عوامل محافظتی است که مسیر تاب آوری افراد را شکل می دهد (لوتار، سیکتی و بکر، ۲۰۰۰، ص ۳۳۵). عوامل خطر شامل چالش ها یا عوامل استرس زای مختلفی است که می توانند رفاه افراد را تضعیف کنند و مانع از پیشرفت آنها شوند. اینها ممکن است شامل آسیب های اجتماعی-اقتصادی، بی ثباتی خانواده، قرار گرفتن در معرض خشونت یا شرایط سلامت مزمن باشد (Masten, 2001, p. 229). برعکس، عوامل حفاظتی منابع یا دارایی هایی هستند که انعطاف پذیری افراد را تقویت می کنند و تأثیر منفی ناملايمات را

کاهش می دهند. اینها ممکن است شامل روابط حمایتی، دسترسی به آموزش با کیفیت، راهبردهای مقابله ای مثبت و احساس تعلق باشد (Ungar, 2008, p. 45). نکته مهم این است که تاب‌آوری صرفاً با وجود یا عدم وجود عوامل خطر تعیین نمی‌شود، بلکه تحت تأثیر منابع داخلی و سیستم‌های پشتیبانی خارجی افراد نیز قرار می‌گیرد (فرگوس و زیمرمن، ۲۰۰۵، ص ۷۸).

در بافت ایران، تاب‌آوری ابعاد منحصربه‌فردی به خود می‌گیرد که بر اساس چشم‌انداز فرهنگی، اجتماعی و سیاسی کشور شکل می‌گیرد. ایران دارای تاریخ و میراث فرهنگی غنی است که با ارزش‌هایی مانند استقامت، همبستگی جامعه و تاب‌آوری معنوی مشخص می‌شود (حبیبی، ۱۳۹۸، ص ۲۰۴). این هنجارها و سنت‌های فرهنگی اغلب به عنوان منابع قدرت و انعطاف‌پذیری برای افرادی که با ناملایمات روبرو هستند عمل می‌کنند (احمدی، ۲۰۱۸، ص ۱۱۲). به عنوان مثال، باورها و اعمال مذهبی نقش بسزایی در تأمین آسایش و معنا در زمان‌های سخت دارند (محمدی، ۱۳۹۰، ص ۷۶). علاوه بر این، تأکید شدید بر شبکه‌های حمایتی خانواده و جامعه در جامعه ایرانی، تاب‌آوری افراد را با پرورش احساس تعلق و مسئولیت جمعی تقویت می‌کند (محمودی قرایی و کرمی، ۱۳۹۶، ص ۸۸). با این حال، تشخیص این نکته ضروری است که در حالی که عوامل فرهنگی می‌توانند تاب‌آوری را افزایش دهند، ممکن است چالش‌هایی را نیز ایجاد کنند، به‌ویژه برای گروه‌های به حاشیه رانده شده یا کسانی که هویتشان از هنجارهای اجتماعی متفاوت است (موحدی، سجادی، و گشتاسی، ۲۰۲۰، ص ۲۶۷).

علاوه بر تأثیرات فرهنگی، بافت ایران نیز تحت تأثیر عوامل سیاسی-اجتماعی مختلفی شکل می‌گیرد که بر تاب‌آوری افراد تأثیر می‌گذارد. تحریم‌های اقتصادی، بی‌ثباتی سیاسی و نابرابری‌های اجتماعی از جمله چالش‌هایی هستند که ایرانیان به‌طور روزانه با آن‌ها مواجه می‌شوند (بهزادینیا و اسکندری، ۱۳۹۸، ص ۱۵۴). این عوامل استرس‌زای بیرونی می‌توانند تأثیرات عمیقی بر رفاه افراد داشته باشند و با محدود کردن دسترسی به منابع و فرصت‌ها، تاب‌آوری آنها را تضعیف کنند (طباطبایی، میرشاه و کوشالی،

۱۳۹۷، ص ۲۲۱). علاوه بر این، سیاست‌ها یا اعمال تبعیض‌آمیز مبتنی بر عواملی مانند جنسیت، قومیت یا مذهب می‌تواند آسیب‌پذیری‌های موجود را تشدید کند و تاب‌آوری افراد را از بین ببرد (خسروی و قاضی‌نور، ۱۳۹۵، ص ۱۸۹). علی‌رغم این چالش‌ها، بسیاری از ایرانیان در مواجهه با ناملایمات، با تکیه بر نقاط قوت شخصی، شبکه‌های اجتماعی و راهبردهای مقابله‌ای انطباقی، انعطاف‌پذیری قابل‌توجهی از خود نشان می‌دهند (سوری و حسنیاد، ۲۰۱۹، ص ۳۳۵).

درک تاب‌آوری در بافت ایرانی مستلزم بررسی دقیقی از تلاقی هویت‌ها و تجربیاتی است که مسیرهای تاب‌آوری افراد را شکل می‌دهند. نظریه متقاطع بر ماهیت به هم پیوسته طبقه‌بندی‌های اجتماعی مانند نژاد، جنسیت، طبقه، و جنسیت تأکید می‌کند و نشان می‌دهد که چگونه این هویت‌های متقاطع با هم تلاقی می‌کنند تا تجربیات افراد از امتیاز و ستم را شکل دهند (Crenshaw, 1989, p. 1244). در ایران، تاب‌آوری افراد تحت تأثیر تأثیر متقابل پیچیده عواملی مانند جنسیت، موقعیت اجتماعی-اقتصادی، قومیت و وابستگی مذهبی قرار می‌گیرد (موحدی و بهادری، ۱۳۹۷، ص ۴۵). برای مثال، زنان در ایران ممکن است با چالش‌های منحصربه‌فردی مرتبط با تبعیض جنسیتی و هنجارهای محدودکننده اجتماعی مواجه شوند که می‌تواند بر تاب‌آوری آن‌ها در حوزه‌های آموزشی و سایر حوزه‌ها تأثیر بگذارد (رفیعی، سعیدی، و رحیمی‌فروشانی، ۲۰۲۰، ص ۵۶۷). به طور مشابه، افراد از گروه‌های قومی یا اقلیت مذهبی به حاشیه رانده شده ممکن است به دلیل نابرابری‌ها و تبعیض‌های سیستمی با موانع بیشتری برای تاب‌آوری مواجه شوند (پاکدامن، ۲۰۱۷، ص ۸۹). با در نظر گرفتن این هویت‌ها و تجربیات متقاطع، مریبان و سیاست‌گذاران می‌توانند رویکردهای فراگیرتر و عادلانه‌تری را برای تقویت تاب‌آوری در ایران توسعه دهند (قنبری، برهمند و ضیایی، ۱۳۹۰، ص ۱۱۲).

ارتقای تاب‌آوری در ایران نیازمند رویکردی جامع و سیستمی است که به عوامل فردی و ساختاری مؤثر بر تاب‌آوری می‌پردازد. در سطح فردی، مداخلاتی با هدف افزایش