

به نام خدا

# تأثیر حمایت‌های عاطفی معلم بر بهبود سلامت روان دانش‌آموزان

مولفان :

خاطره دلجو

شهلا بهزادی

مهین امیری

رحیم نامجو مطلق

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۴)

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

Chaponashr.ir

شماره کتابشناسی ملی : ایران ۱۳۳۰۲۷۰۱۰

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۱۱۷-۵۷۸-۹

عنوان و نام پدیدآور : تأثیر حمایت‌های عاطفی معلم بر بهبود سلامت روان دانش‌آموزان [منابع الکترونیکی : کتاب] / مولفان خاطره دلجو ... [ و دیگران].

مشخصات نشر : مشهد: ارسطو، ۱۴۰۴.

مشخصات ظاهری : ۱ منبع بر خط (۱۲۲ ص.).

وضعیت فهرست نویسی : فیپا

یادداشت : خاطره دلجو، شهلا بهزادی، مهین امیری، رحیم نامجو مطلق.

یادداشت : کتابنامه: ص. ۱۲۱ - ۱۲۲.

نوع منبع الکترونیکی : فایل متنی (PDF)

یادداشت : دسترسی از طریق وب.

شناسه افزوده : دلجو، خاطره، ۱۳۷۸-

موضوع : شاگردان -- بهداشت روانی

موضوع : Students -- Mental health

موضوع : شاگردان -- روان‌شناسی

موضوع : Students -- Psychology

رده بندی کنگره : LB۳۴۳۰

رده بندی دیویی : ۳۷۱۷۱۳

دسترسی و محل الکترونیکی : آدرس الکترونیکی منبع

نام کتاب : تأثیر حمایت‌های عاطفی معلم بر بهبود سلامت روان دانش‌آموزان

مولفان : خاطره دلجو - شهلا بهزادی - مهین امیری - رحیم نامجو مطلق

ناشر : انتشارات ارسطو ( سازمان چاپ و نشر ایران)

صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد : پروانه مهاجر

تیراژ : ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ : اول - ۱۴۰۴

چاپ : زیرجلد

قیمت : ۱۵۵۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان :

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۱۱۷-۵۷۸-۹

تلفن مرکز پخش : ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

[www.chaponashr.ir](http://www.chaponashr.ir)



## فهرست

- مقدمه: ..... ۹
- بخش اول: مبانی نظری حمایت عاطفی ..... ۱۱
- فصل یکم: تعریف و مفهوم حمایت عاطفی در آموزش و پرورش ..... ۱۱
- تجلیات عاطفه در کنش متقابل: مولفه‌های مشهود حمایت معلم ..... ۱۱
- معماری عاطفی در بستر اجتماعی: پیوند مدرسه و دنیای بیرون ..... ۱۲
- نقشه برداری از قلمرو احساس: سنجه‌های حمایت عاطفی معلم ..... ۱۳
- کالبدشکافی تعامل: تمایز میان قلب و قلم معلم ..... ۱۴
- راز تنفس در کلاس: کاوش در موانع حمایتی معلمان ..... ۱۵
- فصل دوم: نظریه‌های روانشناسی مرتبط با سلامت روان دانش‌آموزان ..... ۱۷
- ارتباط حمایت عاطفی معلم و تاب‌آوری دانش‌آموزان از طریق عدسی نظریه خودکارآمدی: .. ۱۷
- بافتارگرایی عاطفی: نقش نظریه‌های یادگیری اجتماعی در شکل‌گیری عزت نفس دانش‌آموزان  
تحت حمایت عاطفی معلمان ..... ۱۸
- نقش انگیزش در تبیین تاثیر حمایت عاطفی معلمان بر موفقیت تحصیلی و سلامت روان دانش  
آموزان ..... ۱۹
- معلم به مثابه سپر دفاعی: واکاوی نظریه‌های اضطراب و استرس در سایه حمایت عاطفی .... ۲۰
- معلم، کاتالیزور شکوفایی: نقش روان‌شناسی مثبت‌گرا در حمایت عاطفی ..... ۲۱
- فصل سوم: نقش خانواده و جامعه در سلامت روان دانش‌آموزان ..... ۲۳
- باغ آرزوها: بذر اعتماد در گلستان روان دانش‌آموز ..... ۲۳
- پژواک همدلی در کوچه‌های شهر ..... ۲۴
- هم‌افزایی شبکه‌های حمایتی: پیوند مدرسه، خانواده و جامعه برای شکوفایی روان دانش‌آموز ۲۵
- از پژواک خاطرات تا بنیان‌های تخصص: روایتی شخصی از بافت حمایتی ..... ۲۸

گسترش پهنه‌ی همدلی: گام‌هایی برای ارتقای آگاهی عمومی درباره سلامت روان دانش‌آموزان  
۲۹ .....

#### **فصل چهارم: بررسی ابعاد مختلف حمایت عاطفی از دانش‌آموزان ..... ۳۱**

نقشه‌برداری از احساسات: گامی فراتر از کلاس درس امن ..... ۳۱

بذرکاشت اعتمادبه‌نفس: آیین پرورش تلاش‌های پنهان ..... ۳۲

طنین آرامش‌بخش ارتباط: رهیافتی به بالندگی عاطفی ..... ۳۳

شناخت سایه‌های پنهان: هنر ظریف حمایت عاطفی معلمان ..... ۳۴

نقشه‌نگاری عاطفی: سفارشی‌سازی حمایت در کلاس درس ..... ۳۵

#### **فصل پنجم: بررسی انواع و مدل‌های حمایت عاطفی معلم ..... ۳۷**

معماران قلب‌ها: سازگاری حمایت عاطفی با تنوع شخصیتی دانش‌آموزان ..... ۳۷

چشم‌انداز روان‌شناختی: تمایز و اندازه‌گیری حمایت عاطفی معلم ..... ۳۸

بررسی چالش‌ها و راهکارهای تسهیل‌گر در ارائه حمایت عاطفی معلم ..... ۳۹

همسوسازی حمایت عاطفی معلم با طیف تجربه دانش‌آموز: ملاحظات جنسیتی و سنی ..... ۴۰

شاخص‌ها و ابزارهای ارزیابی اثربخشی حمایت عاطفی معلم: رویکردی چندوجهی ..... ۴۱

#### **فصل ششم: تأثیر عوامل محیطی بر حمایت عاطفی ..... ۴۳**

مهندسی پیوند: تراکم کلاس و هندسه فضا در خدمت سلامت روان ..... ۴۳

معلم خسته، مدرسه‌ی خالی: فرسایش روانی و حمایت‌های عاطفی ..... ۴۴

پرده‌های سکوت و فریادهای خاموش: نقش قوانین مدرسه در شکل‌گیری پیوند عاطفی معلم و

دانش‌آموز ..... ۴۵

هم‌افزایی محیط‌های تربیتی: بازتاب تعامل خانه و مدرسه بر دایره حمایت عاطفی معلم ..... ۴۵

اکوسیستم حمایتی مدرسه: بسط دایره توانمندی معلم در پاسخگویی به نیازهای روانی ..... ۴۷

#### **بخش دوم: تأثیر حمایت عاطفی معلم بر سلامت روان دانش‌آموزان ..... ۴۹**

#### **فصل هفتم: ارتباط بین حمایت عاطفی و کاهش استرس در دانش‌آموزان ..... ۴۹**

نشانه‌های همدلی معلم در گرداب امتحانات: فراتر از اعداد و نمرات ..... ۴۹

- مه‌ار ریشه‌ها: تاب‌آوری بلندمدت در پرتو حمایت پیشگیرانه معلم ..... ۵۱
- آبیاری نهال‌های نوپا: چالش‌ها و راهکارهای حمایت عاطفی پایدار در کلاس درس ..... ۵۲
- هنر هم‌نوایی: ادبیات و زبان بدن معلم در مواجهه با استرس آنی دانش‌آموز ..... ۵۳
- فصل هشتم: بررسی تأثیر حمایت عاطفی بر اعتماد به نفس و عزت نفس دانش‌آموزان ... ۵۵**
- بازتاب شفقت در مواجهه با ناملایمات تحصیلی: نقش حیاتی تشویق معلم ..... ۵۵
- همراهی در سکوت، تلنگری برای بالندگی: بازتاب همدلی معلم در رهایی از انزوای یادگیرنده ..... ۵۶
- بازتاب نور باوری در آینه وجود: پژوهاک اعتماد معلم در ارتقای خودپنداره یادگیرنده ..... ۵۶
- کانون مهرورزی: ریشه‌های امنیت روانی در تعاملات معلم و شاگرد ..... ۵۷
- آینه‌داری در کلاس درس: بازخورد، مسیری به سوی خودشکوفایی ..... ۵۸
- فصل نهم: نقش حمایت عاطفی در مقابله با اضطراب و افسردگی در دانش‌آموزان ..... ۶۱**
- معماری فضای امن: راهکارهای عملی برای پرورش اعتماد در کلاس ..... ۶۱
- مداخله در بحران: هنر پاسخگویی در لحظات آشفتگی ..... ۶۲
- فصل دهم: ارتباط بین حمایت عاطفی و افزایش توانمندی‌های اجتماعی دانش‌آموزان ..... ۶۳**
- فراتر از فردیت: نقش معلم در همبستگی عاطفی دانش‌آموزان ..... ۶۳
- ارتقای مهارت‌های حل تعارض و مذاکره مؤثر در دانش‌آموزان: نقشی کلیدی برای معلم ..... ۶۴
- کانون همدلی و مهارت: پرورش تاب‌آوری اجتماعی در دانش‌آموزان ..... ۶۵
- نقش معلم راهنما در ارتقای مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان ..... ۶۶
- بازتاب نور امید: ارتقای اعتماد به نفس اجتماعی از دریچه حمایت عاطفی معلم ..... ۶۷
- فصل یازدهم: نقش حمایت عاطفی در پیشگیری از رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان . ۶۹**
- پژواکِ درون: همدلی معلم، دیده بان سلامت روان ..... ۶۹
- سنگ بنای تعلق: حمایت عاطفی معلم و استحکام هویت دانش‌آموز ..... ۶۹
- معماری اعتماد: زبان خاموش و گویای حمایت معلم ..... ۷۰
- آینه ای برای تاب‌آوری: معلم به مثابه نقشه راه هیجانی ..... ۷۱
- همدلی در طوفان: هنر هدایت هیجانی و نقش معلم به عنوان قطب‌نما ..... ۷۲

## **فصل دوازدهم: مطالعات موردی و تجربیات موفق در زمینه حمایت عاطفی ..... ۷۵**

بصیرت پنهان: رویکردهای ژرف‌نگرانه معلم در بازشناسی نیازهای عاطفی دانش‌آموزان ..... ۷۵

نقش ره‌یافت‌های مهربانانه: داستان تغییر یک ذهن جوان ..... ۷۶

هنر مداخله: ابزارهای نامرئی یک معلم ..... ۷۶

معماران امید: چالش‌ها و راه‌کارهای حمایت عاطفی در کلاس درس ..... ۷۷

پیوند نانوشته: همبستگی سلامت عاطفی و تعالی تحصیلی از نگاه آموزش ..... ۷۸

آغوش مهر در کلاس درس: راهنمای عملی برای معلمان ..... ۷۹

## **بخش سوم: راهکارها و پیشنهادات عملی ..... ۸۱**

### **فصل سیزدهم: شناسایی نیازهای عاطفی دانش‌آموزان مختلف ..... ۸۱**

پیوندهای پنهان: چگونه حمایت عاطفی معلم، سلامت روان دانش‌آموزان را میسازد ..... ۸۱

نقش آفتاب درونی: تنوع و رنگین‌کمان نیازهای عاطفی دانش‌آموزان ..... ۸۲

رمزگشایی از سکوت: راهکارهای مشاهده‌گرانه برای درک نادیده‌ها ..... ۸۳

نشانه‌های شکوفایی: ارزیابی اثربخشی حمایت عاطفی معلم بر دانش‌آموزان ..... ۸۳

نقاب‌های عاطفی در ازدحام و انزوای دیجیتال ..... ۸۴

راهکارهای نوین در مواجهه با نیازهای عاطفی دانش‌آموزان دارای مشکلات رفتاری ..... ۸۵

### **فصل چهاردهم: مهارت‌های ارتباطی و تعاملی مؤثر معلم با دانش‌آموزان ..... ۸۷**

زبان دل معلم: واکاوی رموز ارتباطات غیرکلامی در کلاس درس ..... ۸۷

شکل‌دهی خویشتن‌باوری از بستر بازخوردهای آگاهی‌بخش ..... ۸۹

معماران صلح در کلاس: مهارت‌های ارتباطی برای گشودن گره‌های تعارض ..... ۹۰

پیوند خانواده و مدرسه: تقویت شبکه حمایت عاطفی از طریق ارتباط مؤثر با والدین ..... ۹۲

گستراندن بوم امن در کلاس: پرورشگاهی برای جان و جهان دانش‌آموز ..... ۹۳

### **فصل پانزدهم: تشخیص علائم هشدار دهنده مشکلات سلامت روان ..... ۹۵**

دریچه‌ای به درون: شناسایی علائم هشداردهنده در سلامت روان دانش‌آموز ..... ۹۵

پنجره‌ای به سوی فهم: نقش معلم در ارتقای سلامت روان دانش‌آموز از طریق حمایت عاطفی	۹۶
کانون توجه معلم: کشف ظرافت‌های نادیده سلامت روان	۹۶
نشانه‌های کلامی سلامت روان: از ناامیدی تا هشدار جدی	۹۷
دیده‌بانی هوشمند: رمزگشایی از نشانه‌های پنهان سلامت روان در ظاهر و رفتار دانش‌آموز	۹۸
<b>فصل شانزدهم: برنامه‌ریزی و اجرای فعالیت‌های حمایتی در کلاس درس</b>	<b>۱۰۱</b>
هم‌افزایی عاطفه و علم: تلفیق حمایت‌های روانی با برنامه‌ی درسی	۱۰۱
معماری اعتماد: شالوده‌ریزی فضای امن در کلاس درس	۱۰۲
هم‌افزایی عاطفی: بستری برای شکوفایی سلامت روان در کلاس درس	۱۰۳
مدیریت احساسات غیرمنتظره و عدم تمایل به مشارکت در فعالیت‌های عاطفی: راهبردهای	
معلمی کارآمد	۱۰۴
<b>فصل هفدهم: آموزش و توسعه مهارت‌های مقابله‌ای دانش‌آموزان</b>	<b>۱۰۷</b>
بهینه‌سازی تاب‌آوری و مدیریت هیجانات در بستر کلاس درس: فراتر از برنامه‌های رسمی	۱۰۷
معلم به مثابه برنامه درسی زنده: الگوسازی راهبردهای مقابله‌ای در لحظه	۱۰۸
معماری اعتماد: بنای دیوارهای نامرئی امنیت در کلاس	۱۰۹
فراسوی خطا: بازپروری شجاعت در مسیر مهارت‌یابی	۱۱۰
پل زدن از کلاس درس به وادی واقعیت: تعمیم مهارت‌های مقابله‌ای در دنیای واقعی	۱۱۱
<b>فصل هجدهم: نقش همکاری بین‌المللی در ارتقای حمایت عاطفی</b>	<b>۱۱۳</b>
نقش‌آفرینی نوین: کاوشی در مدل‌های جهانی حمایت عاطفی در بستر آموزش	۱۱۳
کدام سازمان‌های بین‌المللی می‌توانند در ارائه آموزش‌های تخصصی در زمینه حمایت عاطفی به	
معلمان ایرانی نقش داشته باشند؟	۱۱۴
شکاف‌های فرهنگی و سازه‌ای در همکاری‌های بین‌المللی برای تعمیق حمایت عاطفی	
دانش‌آموزان: راهکارهای عبور	۱۱۶
معیارهای ارزیابی: سنجش تأثیرات حمایت عاطفی در پرتو همکاری‌های بین‌المللی	۱۱۷
دیپلماسی نوین سلامت روان: جلب سرمایه‌های جهانی برای آینده دانش‌آموزان	۱۱۸



## مقدمه:

در دنیای امروز، با همه پیشرفت‌ها و تکنولوژی‌های جدید، موضوع سلامت روان به‌خصوص برای نوجوانان و دانش‌آموزان اهمیت ویژه‌ای پیدا کرده. این گروه سنی با چالش‌های زیادی از جمله فشارهای تحصیلی، تغییرات هورمونی، روابط اجتماعی پیچیده و مسائل خانوادگی دست و پنجه نرم می‌کنند و این چالش‌ها می‌تواند به سلامت روان آن‌ها آسیب بزند. حالا تصور کنید در کنار همه این دغدغه‌ها، دانش‌آموزی حمایت عاطفی کافی را از اطرافیانش، به‌ویژه از معلمش دریافت نکند. این کمبود حمایت می‌تواند عواقب جدی و طولانی‌مدتی برایش داشته باشد.

همین موضوع، ما رو به سمت بررسی تاثیر حمایت‌های عاطفی معلمان بر سلامت روان دانش‌آموزان سوق می‌دهد. در این کتاب می‌خواهیم به این پرسش بپردازیم که چطور یک معلم می‌تواند نقش یک پشتیبان عاطفی موثر برای دانش‌آموزانش ایفا کند. مطمئناً این حمایت فقط به گفتن جملات دلگرم‌کننده خلاصه نمی‌شود؛ بلکه دربرگیرنده جنبه‌های متعددی از برخورد معلم با دانش‌آموزان است، از ایجاد یک فضای کلاس صمیمی و بدون قضاوت گرفته تا گوش دادن فعال به مشکلاتشان و راهنمایی آن‌ها در حل چالش‌ها.

ما در این کتاب به بررسی ابعاد مختلف حمایت عاطفی می‌پردازیم و شواهد علمی و تجربی را مورد بررسی قرار می‌دهیم. همچنین به ارائه راهکارهای عملی و قابل اجرا برای معلمان می‌پردازیم تا بتوانند با به کارگیری این راهکارها، به بهبود سلامت روان دانش‌آموزانشان کمک کنند. در کنار این موارد، به محدودیت‌ها و چالش‌های موجود در این زمینه نیز خواهیم پرداخت و در پایان، تصویر جامع‌تری از اهمیت حمایت عاطفی معلمان برای دانش‌آموزان ارائه خواهیم داد. امیدواریم خواندن این کتاب برای شما هم آموزنده و مفید باشد.



## بخش اول:

### مبانی نظری حمایت عاطفی

#### فصل یکم:

### تعریف و مفهوم حمایت عاطفی در آموزش و پرورش

#### تجلیات عاطفه در کنش متقابل: مولفه‌های مشهود حمایت معلم

این سپر دفاعی از طریق مجموعه‌ای از کنش‌های ظریف و در عین حال قدرتمند در تعاملات روزمره کلاس درس شکل می‌گیرد که می‌توان آنها را در چند مولفه کلیدی مشاهده و تحلیل کرد. این مولفه‌ها، در هم تنیده و مکمل یکدیگرند و در مجموع، معماری عاطفی کلاس را برپا می‌دارند. نخستین مولفه مشهود، ایجاد فضای مثبت و ارتباط گرم (Positive Climate) است. این فضا بیش از هر چیز در رفتارهای غیرکلامی و کلامی معلم تجلی می‌یابد. معلمی که با لبخند وارد کلاس می‌شود، تماس چشمی برقرار می‌کند، از نام کوچک دانش‌آموزان استفاده می‌کند و به آنها با احترام گوش می‌دهد، سنگ بنای این فضا را می‌گذارد. فراتر از آن، نشان دادن علاقه genuin به زندگی دانش‌آموزان خارج از چارچوب درس – مانند پرسش درباره وضعیت تیم ورزشی مورد علاقه دانش‌آموز یا تحسین یک مهارت هنری او – این پیام را مخابره می‌کند که «تو به عنوان یک انسان کامل برای من ارزشمندی، نه فقط به عنوان یک شاگرد». این گرمای ارتباطی، اضطراب اجتماعی را کاهش داده و زمینه را برای بروز هیجانات واقعی دانش‌آموزان فراهم می‌آورد.

دومین مولفه، حساسیت معلم و پاسخگویی به سرنخ‌های هیجانی (Teacher Sensitivity) است. این مولفه، توانایی معلم در خوانش حالات عاطفی پنهان دانش‌آموزان را هدف قرار می‌دهد. معلم حساس، همچون یک رادار عاطفی عمل می‌کند؛ او متوجه نگاه مضطرب دانش‌آموزی که برای پاسخ دادن داوطلب نمی‌شود، سکوت غیرعادی دانش‌آموز فعال همیشگی، یا نشانه‌های خستگی و بی‌قراری در چهره دیگری می‌شود. نکته کلیدی در این مولفه، صرفاً تشخیص نیست، بلکه پاسخگویی متناسب است. این پاسخ لزوماً یک مداخله بزرگ و عمومی نیست؛ گاهی یک نگاه حمایتگرانه، یک نزدیک شدن آرام به میز دانش‌آموز و پرسیدن یک سوال خصوصی مانند «همه چیز مرتب است؟»، یا تعدیل موقت انتظارات از آن دانش‌آموز، کفایت می‌کند. این کنش‌ها به دانش‌آموز می‌آموزد که دیده می‌شود و احساساتش معتبر است. سومین مولفه، اعتبارسنجی احساسات و دیدگاه‌گیری (Validation and Perspective Taking) است. این سطح از حمایت، عمیق‌تر از صرفاً ابراز همدردی است. در اینجا، معلم تلاش می‌کند تا جهان را از منظر دانش‌آموز ببیند و احساسات او را، حتی اگر با منطق بزرگسالانه همخوان نباشد، به رسمیت بشناسد. برای مثال، در برابر دانش‌آموزی که از نمره پایین خود به شدت خشمگین یا ناامید است، معلم به جای گفتن «اینقدر ناراحت نباش، امتحان بعدی جبران می‌کنی»، می‌گوید: «می‌فهمم که

چقدر ناامید شده‌ای، چون برای این امتحان خیلی زحمت کشیده بودی». این اعتبارسنجی، به دانش‌آموز کمک می‌کند تا احساسات منفی خود را به عنوان بخشی طبیعی از تجربه انسانی بپذیرد و از برچسب زدن به خود به عنوان فردی «ضعیف» یا «احساساتی» پرهیز کند.

چهارمین مولفه کلیدی، ترویج خودمختاری و احترام به فردیت (Fostering Autonomy and Respect for Individuality) است. حمایت عاطفی موثر، دانش‌آموز را در یک پيله حمایتی منفعل نگه نمی‌دارد، بلکه او را برای مواجهه مستقل با چالش‌ها توانمند می‌سازد. معلم این کار را با فراهم آوردن فرصت‌های انتخاب (مثلاً در نحوه ارائه یک پروژه)، ارزش نهادن به عقاید و راه‌حل‌های منحصر به فرد دانش‌آموزان، و مهم‌تر از همه، با چارچوب‌بندی اشتباهات به عنوان فرصت‌های یادگیری و نه شکست‌های شخصیتی، انجام می‌دهد. این رویکرد به دانش‌آموز احساس کنترل بر زندگی خود را می‌بخشد و عزت نفس او را تقویت می‌کند، زیرا می‌داند که هویت و ارزش او مستقل از عملکرد لحظه‌ای اوست و به عنوان یک فرد صاحب فکر و اختیار، مورد احترام قرار می‌گیرد.

### معماری عاطفی در بستر اجتماعی: پیوند مدرسه و دنیای بیرون

تأثیرگذاری حمایت‌های عاطفی معلم بر سلامت روان دانش‌آموزان، فرآیندی پیچیده است که در شبکه‌ای از عوامل درونی و بیرونی شکل می‌گیرد. در این میان، نقش فرهنگ مدرسه و محیط اجتماعی پیرامون، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و می‌تواند به طور چشمگیری بر میزان، شکل و اثربخشی این حمایت‌ها تأثیر بگذارد.

فرهنگ مدرسه، به عنوان یک سیستم اجتماعی کوچک، مجموعه‌ای از ارزش‌ها، هنجارها، باورها و رفتارهای مشترک را شامل می‌شود که بر تعاملات روزمره در کلاس درس و بیرون از آن حاکم است. در مدرسه‌ای که بر احترام متقابل، همدلی، و پذیرش تفاوت‌ها تأکید می‌شود، معلم فضا و بستر مناسبی برای ابراز احساسات، اعتبارسنجی تجربیات دانش‌آموزان، و تشویق به خودمختاری در اختیار دارد. در چنین محیطی، ایجاد فضای مثبت و ارتباط گرم، امری طبیعی و خودجوش است و معلم با سهولت بیشتری می‌تواند به سرخ‌های هیجانی دانش‌آموزان پاسخ دهد و از دیدگاه‌های متنوع حمایت کند. برعکس، در مدرسه‌ای که رقابت شدید، تبعیض، یا بی‌توجهی نسبت به نیازهای عاطفی دانش‌آموزان رایج است، معلم ممکن است با موانع جدی روبرو شود. فشار برای کسب نمرات بالا، کمبود منابع، یا فقدان حمایت از سوی مدیریت مدرسه می‌تواند توانایی معلم در ارائه حمایت عاطفی را محدود کند و حتی به فرسودگی شغلی او منجر شود.

فراتر از فرهنگ داخلی مدرسه، محیط اجتماعی بزرگتر نیز نقش تعیین‌کننده‌ای دارد. خانواده، همسالان، رسانه‌ها، و جامعه به طور کلی، همگی در شکل‌دهی به نگرش‌ها و باورهای دانش‌آموزان نسبت به خود، دیگران، و جهان نقش دارند. اگر دانش‌آموزان در محیطی رشد کنند که در آن ارزش‌های مثبتی همچون مهربانی، همکاری، و تاب‌آوری مورد توجه قرار می‌گیرد، احتمال بیشتری وجود دارد که آنها نسبت به دریافت و درک حمایت عاطفی معلم، گشودگی نشان دهند. همچنین، در جوامعی که تابوی کمتری در مورد سلامت روان وجود دارد و افراد به دنبال کمک حرفه‌ای می‌روند، دانش‌آموزان راحت‌تر می‌توانند مشکلات خود را با معلم درمیان بگذارند و از حمایت‌های ارائه شده، بهره‌مند شوند.

به طور خلاصه، فرهنگ مدرسه و محیط اجتماعی، دو عامل حیاتی در تعیین میزان و شکل حمایت عاطفی معلم هستند. مدرسه‌ای که از یک فرهنگ حمایتی، فراگیر، و مبتنی بر احترام برخوردار باشد، به همراه یک جامعه که سلامت روان را در اولویت قرار می‌دهد، بستری ایده‌آل برای رشد و شکوفایی عاطفی دانش‌آموزان فراهم می‌کند. در چنین شرایطی، معلم می‌تواند با اطمینان خاطر و با بهره‌گیری از تمام ظرفیت‌های خود، نقش یک راهنما، حامی، و تسهیل‌گر را ایفا کند و به دانش‌آموزان در مسیر رسیدن به سلامت روان کمک کند.

### نقشه برداری از قلمرو احساس: سنجه های حمایت عاطفی معلم

بله، سنجش حمایت عاطفی معلم، علی‌رغم ماهیت ظریف و چندبعدی آن، امری ممکن و ضروری است. این سنجش نه تنها برای پژوهشگران به منظور درک عمیق‌تر سازوکارهای تاثیرگذاری، بلکه برای مدیران و سیاستگذاران آموزشی جهت طراحی برنامه‌های بهبود و توسعه حرفه‌ای معلمان، حیاتی است. با این حال، ارزیابی این پدیده نیازمند رویکردی چندوجهی است که از تکیه بر یک ابزار واحد فراتر رود. روش‌های پیشنهادی را میتوان در سه دسته اصلی طبقه‌بندی کرد.

دسته نخست، روش‌های مبتنی بر مشاهده مستقیم کلاسی است. در این رویکرد، مشاهده‌گران آموزش دیده با استفاده از پروتکل‌های استاندارد مشاهده‌ای، تعاملات میان معلم و دانش‌آموزان را در محیط طبیعی کلاس درس ثبت و کدگذاری میکنند. این مشاهدات بر رفتارهای کلامی و غیرکلامی مشخصی متمرکز است که به عنوان شاخص‌های حمایت عاطفی شناخته میشوند. برای مثال، لحن صدای گرم و پذیرا، استفاده از زبان بدن مشوق مانند لبخند زدن یا تکان دادن سر به نشانه تایید، اعتبارسنجی احساسات دانش‌آموز ("من میفهمم که این مسئله برای تو ناراحت کننده است")، و ایجاد فرصت‌هایی برای ابراز وجود و خودمختاری دانش‌آموز، همگی از جمله مواردی هستند که به صورت نظام‌مند ارزیابی میشوند. مزیت اصلی این روش، ارائه داده‌های عینی و مبتنی بر زمینه واقعی است، اما میتواند تحت تاثیر حضور مشاهده‌گر قرار گیرد و نیازمند صرف زمان و منابع قابل توجهی است.

دسته دوم، استفاده از ابزارهای خودگزارش دهی و دگرگزارش دهی است. این ابزارها که معمولاً به شکل پرسشنامه و مقیاس‌های استاندارد طراحی میشوند، ادراک و تجربیات افراد کلیدی در محیط آموزشی را میسنجند. مهمترین منبع در این دسته، گزارش‌های دانش‌آموزان است. از آنها خواسته میشود تا میزان دریافت حمایت عاطفی از معلم خود را ارزیابی کنند؛ سوالاتی مانند "آیا معلم من به احساساتم اهمیت میدهد؟" یا "آیا در کلاس احساس امنیت میکنم تا نظراتم را بیان کنم؟" میتواند درک دقیقی از تجربه زیسته دانش‌آموز ارائه دهد. علاوه بر این، خودارزیابی معلمان نیز اطلاعات ارزشمندی درباره باورها و رویکردهای آنها نسبت به حمایت عاطفی فراهم میکند. این روش‌ها امکان گردآوری داده از نمونه‌های بزرگ را با هزینه کمتر فراهم میسازند، اما همواره با خطر سوگیری ناشی از تمایل به مطلوبیت اجتماعی یا تفاوت در تفسیر سوالات روبرو هستند.

دسته سوم، تحلیل مصنوعات و تولیدات کلاسی است. این رویکرد کیفی و غیرمستقیم، به بررسی مستندات و شواهد موجود در کلاس میپردازد. نوع بازخوردهای کتبی معلم بر تکالیف دانش‌آموزان (آیا صرفاً اصلاحی است یا جنبه تشویقی و حمایتی نیز دارد؟)، محتوای قوانین کلاسی که بر دیوار نصب شده (آیا بر همدلی و احترام تاکید دارد؟)، و حتی تحلیل پروژه‌های گروهی برای مشاهده

نحوه تسهیلگری معلم در تعاملات اجتماعی، میتواند سرنخ‌های مهمی از جو عاطفی حاکم بر کلاس به دست دهد. این روش، داده‌هایی اصیل و بدون مداخله مستقیم فراهم میکند، اما تفسیر آن میتواند تا حدی به ذهنیت تحلیلگر وابسته باشد. استفاده ترکیبی از این سه رویکرد، تصویری غنی‌تر، معتبرتر و جامع‌تر از کمیت و کیفیت حمایت عاطفی ارائه شده توسط معلم ترسیم میکند.

### کالبدشکافی تعامل: تمایز میان قلب و قلم معلم

تفکیک حمایت عاطفی از سایر کارکردهای معلم، به ویژه نظارت بر رفتار و ارزیابی عملکرد تحصیلی، یکی از ظریف‌ترین و در عین حال حیاتی‌ترین چالش‌ها در تحلیل پویایی کلاس درس است. این دو حوزه، هرچند در عمل غالباً در هم تنیده‌اند، از منظر هدف، کانون توجه و ماهیت تعامل، تفاوت‌های بنیادینی دارند. تمایز قائل شدن میان آنها نه به معنای ایجاد یک مرز غیرقابل نفوذ، بلکه به معنای درک شفاف نقش‌های متفاوتی است که معلم در لحظات گوناگون ایفا میکند. نخستین و اساسی‌ترین وجه تمایز در "کانون نیت" (Locus of Intent) نهفته است. هدف غایی حمایت عاطفی، پرورش سلامت روان، ایجاد احساس امنیت روانشناختی، و تقویت حس تعلق و ارزشمندی در دانش‌آموز است. در این پارادایم، معلم بر دنیای درونی دانش‌آموز - احساسات، نیازها و چشم‌اندازهای او - متمرکز است. تعامل، معطوف به "فرد" است. در مقابل، هدف اصلی نظارت و ارزیابی، مدیریت محیط یادگیری، اطمینان از پیشرفت تحصیلی و انطباق با استانداردهای آموزشی است. در اینجا، کانون توجه معلم بر رفتار بیرونی و عملکرد دانش‌آموز - پاسخ‌های او، تکالیفش و پایبندی او به قوانین - قرار دارد. تعامل، معطوف به "وظیفه" یا "عملکرد" است. برای مثال، وقتی دانش‌آموزی در حل یک مسئله ناکام میماند، رویکرد نظارتی صرفاً به تصحیح خطا میپردازد ("راه حل تو اشتباه است")، اما رویکرد مبتنی بر حمایت عاطفی، ابتدا احساس دانش‌آموز را به رسمیت می‌شناسد ("میبینم که این مسئله تو را کلافه کرده است") و سپس برای حل مشکل به صورت مشترک اقدام میکند.

دومین حوزه تمایز، "ماهیت بازخورد" است. بازخورد ارزیابانه، ماهیتاً قضاوتی است؛ عملکرد را با یک معیار یا استاندارد مشخص (پاسخ صحیح، انتظارات برنامه درسی) میسنجد و اغلب بر نتیجه متمرکز است. زبان آن میتواند دستوری و اصلاحی باشد. در سوی دیگر، بازخورد حمایتی، ماهیتاً توصیفی و غیرقضاوتی است. این نوع بازخورد بر فرایند و تلاش دانش‌آموز تمرکز دارد تا بر نتیجه نهایی. هدف آن تشویق به تداوم تلاش و تقویت خودباوری است، حتی اگر نتیجه مطلوب حاصل نشده باشد. به عنوان مثال، معلمی که صرفاً ارزیابی میکند، زیر تکلیف دانش‌آموز مینویسد: "نمره ۷ از ۱۰، نیاز به تلاش بیشتر". اما معلمی که حمایت عاطفی را با ارزیابی تلفیق میکند، مینویسد: "از ایده خلاقانه‌ای که در این بخش به کار بردی لذت بردم. برای تقویت استدلال، به نظر میرسد مرور فلان منبع بتواند کمک‌کننده باشد."

بعد سوم، "چارچوب زمانی و ارتباطی" است. نظارت و ارزیابی غالباً موقعیت محور و معاملاتی (Transactional) هستند؛ یعنی در پاسخ به یک رویداد خاص مانند ارائه تکلیف، برگزاری آزمون یا نقض یک قانون رخ میدهند. اما حمایت عاطفی، فرایندی مستمر و مبتنی بر رابطه (Relational) است. این حمایت در بستر یک ارتباط پایدار و قابل اعتماد ساخته میشود و به مثابه جوی است که بر تمام تعاملات کلاسی حاکم است. در واقع، یک زیربنای مستحکم از حمایت

عاطفی، اثربخشی بازخوردهای نظارتی و ارزیابانه را به شدت افزایش میدهد، زیرا دانش آموزی که احساس امنیت و احترام میکند، پذیرای بیشتری برای دریافت انتقادات سازنده خواهد داشت.

### راز تنفس در کلاس: کاوش در موانع حمایتی معلمان

گذار از مرحله شناخت اهمیت حمایت عاطفی به مرحله اجرای عملی آن، همواره با موانعی ظریف و گاه غیرقابل پیش‌بینی همراه است که نیازمند کاوش عمیق و رویکردی جامعه‌شناختی و روانشناختی است. ارائه و دریافت حمایت عاطفی مؤثر، فرآیندی دو سویه است که هم معلم و هم دانش‌آموز را در بر می‌گیرد و هر یک چالش‌های منحصر به فرد خود را دارا هستند.

در سوی معلم، یکی از بنیادی‌ترین چالش‌ها، محدودیت‌های زمانی و فشارهای اداری است. در فضایی که معلمان با حجم انبوهی از وظایف آموزشی، پرورشی و اداری روبرو هستند، تخصیص زمان کافی برای برقراری ارتباط عمیق و شنیدن فعالانه به دنیای درونی دانش‌آموزان، امری دشوار می‌گردد. این فشارهای بیرونی می‌تواند منجر به سطحی‌نگری در تعاملات و اولویت‌دهی به جنبه‌های قابل سنجش و کمی عملکرد به جای ابعاد کیفی و عاطفی گردد. همچنین، عدم آمادگی یا آموزش ناکافی در زمینه مهارت‌های ارتباطی و روانشناختی، چالش دیگری را برای معلمان ایجاد می‌کند. بسیاری از آنان، هرچند با نیت خیر، فاقد دانش لازم برای تشخیص صحیح نیازهای عاطفی دانش‌آموزان، مدیریت تعارضات یا ارائه بازخورد حمایتی مؤثر هستند. این امر می‌تواند منجر به سوءتفاهم، برقراری ارتباط نادرست، یا حتی ناخواسته تشدید مشکلات عاطفی دانش‌آموز گردد.

از سوی دیگر، در بخش دانش‌آموزان، ترس از قضاوت یا انگ‌خوردگی یکی از موانع اصلی در ابراز نیازهای عاطفی و پذیرش حمایت است. دانش‌آموزانی که در گذشته تجربه‌های منفی در زمینه ابراز احساسات یا دریافت کمک داشته‌اند، ممکن است نسبت به اعتماد به معلم و گشودن گره‌های درونی خود مقاومت نشان دهند. آنها نگرانند که ابراز ضعف یا نیاز به کمک، قضاوت معلم یا همسالان را برانگیزد و جایگاه اجتماعی یا تحصیلی آنها را تحت تأثیر قرار دهد. علاوه بر این، تفاوت‌های فردی و فرهنگی در نحوه ابراز هیجانات و نیاز به حمایت، چالش دیگری را ایجاد می‌کند. برخی دانش‌آموزان به طور طبیعی گشوده‌تر و اجتماعی‌تر هستند، در حالی که برخی دیگر درون‌گراترند و نیازهای عاطفی خود را به شیوه‌ای غیرمستقیم یا پنهان ابراز می‌کنند. درک و پاسخگویی به این طیف وسیع از ابراز هیجان، نیازمند حساسیت و انعطاف‌پذیری بالا از سوی معلم است. نهایتاً، تجربه‌های قبلی نامطلوب با نظام آموزشی یا معلمان می‌تواند پایه‌های اعتماد را در دانش‌آموزان سست کند و پذیرش هرگونه حمایت را، حتی اگر با حسن نیت ارائه شود، دشوار سازد. این تجربیات، نوعی سپر دفاعی در برابر تعاملات عاطفی ایجاد می‌کند که شکستن آن، نیازمند زمان، صبر و رویکردی بسیار سنجیده از سوی معلم است.