

متن فیلم جلسه

دوره ضمن خدمت مراقبت جسمانی و عاطفی

روانشناختی دانش آموزان

متن فیلم یک

کانال ضمن خدمت سوالات مراقبت جسمانی عاطفی

@zemnhkhedmat

هدف کلی: افزایش ظرفیت فراگیران به عنوان تحلیل گر و تسهیل گر رفتار خود مراقبتی دانش آموزان

محورهای اصلی مباحث: تحول شناختی هیجانی اجتماعی اخلاقی جسمانی

بحث را با طرح کلیاتی از مباحث اصلی آغاز میکنیم. آموزشی که پیش رو داریم ضرورتاً باید به اهدافی دست پیدا

کنیم. بسته به ضروریات مطالبی سازماندهی شده برای رسیدن به اهداف

اهداف:

۱- هدف این است که فراگیران به عنوان تحلیل کننده و تسهیل گر رفتار نوجوانان عمل کنند. لازمه تحلیل رفتار

داشتن اطلاعات و دانش منسجم است. همچنین باید به درک ساختارهای نظری مربوط به آن مطالب و دانش

هم توجه شود. مباحث ارایه شده در ادامه عمدتاً محور اصلی روانشناسی تحولی است

وقتی صحبت از تحول می شود تغییرات فرد در طول زندگی، از تولد تا بزرگسالی اتفاق می افتد و دارای یک سیر

حرکت مشخص است.

در عین حال مفهوم تحول به این نکته اشاره دارد که ویژگی هایی که در این فرایند زمانی شکل میگیرد و تغییر میکند ویژگی های به هنجار میباشد. پس سیسر تحولات را به صورت بهنجار دنبال میکنیم. هر چند در کنار بدنه اصلی روانشناسی تحولی که مطالب در آن چهارچوب ارایه می شود گاهی به روانشناسی مثبت نگر و روانشناسی مرضی یا نا بهنجار هم اشاره میکنیم ولی خط اصلی به روانشناسی تحولی بهنجار است.

۲- سعی میشود توانایی تحلیل فراگیران را ارتقا دهیم و نیاز به دانش و اطلاعاتی فراتر از محتوای تهیه شده لازم است اما این محتوا ساختاری دارد که بر اساس آن ظرفیت تحلیل را ارتقا میبخشد از ظرف دیگه چیزی که در این محتوا یا ساختار تهیه شده به دو هدف مستمر می انجامد
۱- فراگیران بتوانند بر پایه مطالب گفته شده متفکرانه با موضوع روبرو شوند

۲- برای ادامه کار اشتیاق لازم را داشته باشند

مفهوم تحول:

وقتی صحبت از تحول شد چند موضوع مهم که مفهوم تحول رو به خوبی معرفی میکنه باید مورد اشاره قرار بگیرد:

· در جریان تحول فرایندهای تغییرات همیشه فرایند رو به افزایش نیست و بعضی مواقع تغییرات به صورت کاهشی و رو به اضمحلال است. یعنی یکسری ویژگی اضافه شده و یکسری ویژگی کم میشود این خاصیت تحول است. اما این خاصیت تحول همیشه چالش هایی را به همراه می آورد. پس ناگزیر تغییراتی که در زمان تحولی و زمان رشد کسب می شود تغییراتی است که با بحران ها و چالش هایی همراه است. مانند بحران سنین سه سالگی تشخیص طلبی و نوجوانی هویت طلبی و میانسالی ...
هر چند توجه و تاکید بر دوره نوجوانی است

محور مطالب در ۵ جنبه و بعد می باشد:

۱. شناختی: مطالب در چهارچوب تحول شناخت ارایه می شود. یعنی میخواهیم ببینیم فرایندهایی مثل هوش، یادگیری، ادراک و تفکر چگونه تحول پیدا میکند.

۲. بعد هیجانی انگیزشی: که جنبه انفعالی نظام روانی را تشکیل میدهد. می‌خواهیم ببینیم هیجانها در

نوجوانی چگونه تحول پیدا میکنند و در نوجوانی چه ویژگی‌هایی پیدا می‌شود

۳. بعد اجتماعی: بدون تردید جدا کردن بعد اجتماعی از بعد روانشناختی از نظر ماهیتی درست نیست، اما

به لحاظ آموزشی این کار گریز ناپذیر. تحول اجتماعی مربوط به روابط بین افراد، تعاملات آنها و تأثیر

متقابل از یکدیگر دریافت میکنند

۴. بعد اخلاقی: این بعد بیان میکند که تحول اخلاق از چه پیش زمینه‌ها و اصولی پیروی میکند و از نکات

بررسی شده در این بعد احترام و احساس احترام دوجانبه و .. است

۵. بعد جسمانی: در این بخش مباحث پیرامون بلوغ و تغییرات جنسی و ضوابط و اصول مبتنی بر آن شکل

میگیرد کانال ضمن خدمت سوالات مراقبت جسمانی عاطفی

[@zemnhkhedmat](https://www.instagram.com/zemnhkhedmat)

نکته نهایی: وقتی این مباحث مطرح میشود نهایتاً به تصویر واضح یا نسبتاً واضح از سنین نوجوانی بدست

می‌آید و باعث ارتقا رویارویی با مسائل نوجوانان می‌شود و همچنین باعث ظرفیت‌سازی بیشتر در تحول

روانشناختی و جسمانی می‌شود (با هدف اینکه مراقبت‌ها و خود مراقبتی نوجوانان را تسهیل کنیم)

پس محتوای که ارائه می‌شود به شما کمک میکند تا بتوانید در جهت تقویت بنیادهای روانشناختی خود

مراقبتی نوجوانان سهم کاملتری را ایفا کنید

متن فیلم دوم: مباحث تحول شناختی (محدودیت‌ها و ظرفیتها)

مباحث این فیلم:

· ظرفیت‌های منطق‌صوری

· جدا شدن نحوه تفکر از محتوای تفکر

· استدلال فرض‌قیاسی

· درک تناسب

· عملیات ترکیبی کانال ضمن خدمت سوالات مراقبت جسمانی عاطفی

بخش اول: ظرفیت ها و محدودیت های منطق صوری در سنین نوجوانی

Ø ظرفیت های منطق صوری چیست؟

قبل از اینکه بچه ها به سنین ۱۲-۱۱ سالگی برسند، تفکر آنها عینی است یعنی تفکرات آنها تابع امور محسوس می باشد و نمی توانند به خوبی پیرامون موضوعات انتزاعی و مجرد (چیزهایی که ملموس نیست) استدلال کنند.

درست است که استدلال کردن را پیش از این آموخته اند اما استدلال آنها وقتی به کار می افتد که درباره ی مسائل زندگی روزمره و امور محسوس باشد.

از سنین ۱۷-۱۱ سالگی ما انتظار داریم یک ظرفیت فوق ال

اما در ادامه علاوه بر اینکه تفکر، محتوای تفکر و صورت تفکر از هم جدا می شوند در عین حال استدلال فرض قیاسی هم شکل می گیرد.

استدلال فرض قیاسی همانطور که به ان اشاره کوتاه شد، بر این مسئله تاکید دارد که مامی توانیم در این سنین ببینیم که بچه ها چیزی را به عنوان فرض، حتی فرض محال قرار دهند و این فرض محال را منشأ و خواستگاه استدلال های منطقی خود قرار دهند.

بنابراین چیزهایی که می تواند محقق نشود یا اصلاً محقق نشده می تواند محقق شدنی پذیرفته یا فرض شود.

این فرض به این معناست که در حقیقت می تواند استدلال ما را بر پایه ی اموری غیر ممکن هم بنا کند.

Ø فرض قیاسی و استدلال قیاسی

پیش از این برای بچه ها این امکان میسر نبود یعنی اگر قرار بود مثلاً بچه ها فرض کنند که برف سیاه است این فرض اصلاً در ذهن آنها قابل قبول نبود و نمیتوانستند بر اساس سیاه بودن برف استدلال های خود را شکل دهند اما در این سنین اتفاق می افتد.

∅ درک تناسب

ظرفیت سوم درک تناسب ها است. تناسب ها مسئله بسیار مهمی است که بچه ها در سنین قبل قادرند بین پدیده های مختلف مقایسه انجام دهند ولی قادر نیستند بخوبی روابط دو به دو بین موضوعات را در رابطه با هم قرار دهند. دقت کنید روابط بین متغیرها در رابطه با همدیگر قرار می گیرند نه فقط خود متغیرها و یا نه فقط موضوع ها.

مثلاً وقتی ما از نسبت پرنده با پر و نسبت موی انسان با انسان حرف می زنیم در واقع صحبت از تناسب ها به میان می آوریم.

بچه ها در این سنین می توانند بفهمند رابطه بین موی سر انسان با انسان مثل رابطه پر مرغ با مرغ است. این درک سطح بالاست و قادر هست که فرد را به نتایج پیشرفته منطقی هدایت کند.

همچنین ظرفیت دیگری که در سنین نوجوانی پدید می آید عملیات ترکیبی است.

∅ عملیات ترکیبی

ماوقتی از یک نوجوان می پرسیم یک مسئله برای او مطرح می کنیم. مسئله این است که از چندتا قوطی که مایع یک رنگی در آن وجود دارد مثلاً ۵ قوطی داریم که در هر کدام به یک اندازه ثابت و مشخص مایعی وجود دارد که رنگ های آن به هم شبیه است، یعنی بی رنگ یا خنثی است و می خواهیم به او بگوییم که از این مجموعه قوطیهایی که ماده ای در آن است رنگ زرد تولید می کند.

تولید رنگ زرد به این ترتیب برای نوجوان امکان پذیر می شود که قادر هست یکی یکی مثل یک دانشمند این مواد با هم ترکیب کند و از ترکیبات ممکنه نهایتاً به رنگ زرد برسد. دقت کنید این کار توسط بچه های کم سن و سال تر هم انجام می شود ممکن است بطور اتفاقی به رنگ زرد برسند اما فرق نوجوان برای رسیدن به پاسخ درست، این است که نوجوان سیستماتیک عمل می کند یعنی نظام دار است به این معنا که از جایی شروع می کند، دو به دو و بعد سه تایی باهم دیگر و در آخر چهار تا از این مواد ترکیب می کند و

بعد از اینکه آن را انجام داد دوباره آن را تکرار می کند. دقت کنید تکرار کردن این کار یعنی اینکه از نظم منطقی برخوردار است، در صورتی که اگر از بچه ها بخواهیم که دوباره آن را تکرار کنند و در مورد آن توضیح دهند، از توضیح روش کار ناتوانند.

پس چندتا مهارت یا ظرفیت مهم مطرح شد که شامل:

۱. تفک انتزاعی وجداشدن محتوا از نحوه تفکر

۲. استدلال فرضی قیاسی که می تواند فرض را پایه ی استدلال قرار دهد

۳. درک تناسب ها که می تواند روابط بین پدیده ها با روابط بین پدیده های دیگر ارتباط دهد که مفهوم

تناسب مصداق پیدا می کند

۴. عملیات ترکیبی

تمام این موارد بعنوان ظرفیت های اصلی برای تفکر صوری یا منطق صوری قابل توجه است اما نکته ای که

باید در انتها به آن اشاره کرد، ظرفیت های فوق العاده ای که تا قبل از این وجود نداشته یا به درجات نازل

وجود داشته است. این فرصت بسیار مغتنمی است برای اینکه بچه ها بتوانند دنیا را آنطور که هست و

بصورت دقیق و کامل تر بشناسند بدون اینکه تحت تاثیر ظواهر و ویژگی های ظاهری تغییر پذیر قرار

بگیرند.

متن فیلم سوم : مباحث تحول شناختی (محدودیت های منطق صوری)

مباحث اختصاصی این جلسه عبارتند از:

· جلوه های خود میان بینی در سنین نوجوانی:

· تحقق عمل از طریق تفکر

· حجت طلبی افراطی

· تمرکز بر ظاهر

بخش دوم را بعنوان محدودیت های منطق صوری آغاز میکنیم...

پیش از این در مورد ظرفیتهای منطق صوری صحبت شد اما میدانیم که همواره در کنار ظرفیت ها محدودیتهایی هم شکل می گیرد.

محدودیتهای منطق صوری از کجا ناشی می شوند؟

اسم دقیق این محدودیت ها را خود میان بینی می گویند.

خود میان بینی چیست؟ خود میان بینی نوعی بد فهمی، کج فهمی یا درک نادرست از واقعیت های عینی است، خود میان بینی یعنی اینکه ما نمی توانیم درک درستی از موضعی به غیر از موضع خودمان داشته باشیم. به طور مثال خود میان بینی های سنین کودکی را اگر به خاطر بیاوریم می بینیم که بچه سه ساله کتاب مصور داستان را مقابل خودش گرفته و از مادرش میخواهد که کتاب را برایش بخواند این در حالی است که مادر صفحات کتاب را نمی بیند، کودک در سن سه سالگی قادر نیست این واقعیت را درک کند که اگر او کتاب را می بیند لزوماً مادر هم کتاب را نمی بیند بنا براین وقتی که بچه ها نمی توانند خودشان را جای دیگری قرار بدهند و دنیا را از نگاه خودشان صرفاً مورد ملاحظه قرار می دهند ما بهش می گوییم خود میان بینی اتفاق افتاده است.

خود میان بینی یکی از پیامدهای تحول شناختی است. پیامد تحول شناختی یعنی ما چه بخواهیم و چه نخواهیم در جریان تحول دچار خود میان بینی خواهیم بود. خود میان بینی یا بدفهمی ناشی از ناتوانی در درک مواضع دیگران از یک واقعیت است. در سنین مختلف و مراحل مختلف تحول هم ما شاهد خود میان بینی هایی هستیم منتهی شکل و شمایلش و کیفیتش تغییر می کند. در سنین نوجوانی هم به همین ترتیب نوجوان قادر نیست خیلی از مسایل را آنطور که دیگران می فهمند بفهمد، قادر نیست به خوبی خودش را جای پدر و مادرش قرار بدهد و شرایط زندگی خانوادگی را از نگاه آنها درک نکند بنابراین نتیجه هایی می گیرد و اقداماتی می کند که فراتر از واقعیت است یا با واقعیت فاصله محسوس دارد. خود میان بینی های نوجوانی در عین حال که یک ضرورت رشدی به حساب می آیند اما به واسطه تجربه و

به مرور قابل تقلیل است همانطور که خود میان بینی های سنین قبل به مرور و براساس تجربه های بعدی تقلیل پیدا کرد نوجوانی هم همراه با خودمیان بینی آغاز می شود ولی در انتهای تحول یعنی ذر ۱۶ یا ۱۷ سالگی خود میان بینی های سنین نوجوانی کاهش پیدا می کند و واقعیت های جهان عینی در منظر نگاه نوجوان واضح تر و قابل قبول تر می شود. این خود میان بینی ها شکل های مختلف و انواع مختلف دارند در باره خود میان بینی های سنین نوجوانی به چند نمونه از این خود میان بینی اشاره می کنیم.

خود میان بینی هایی که نوجوان مرتکبش می شوند یا به اون دچارند عبارتند از :

تحقق عمل از طریق تفکر: یعنی اینکه نوجوانان فکر می کنند قادرند بر اساس توانایی های سطح بالای انتزاعی خودشان واقعیت ها یا اعمال را محقق بکنند این تفکر خود میان بینانه است چرا؟ چون برنامه ریزی میکند و فکر میکند که دارد اصولی عمل میکند و اصولی فکر میکند دقیقا درست است منطق و اصول منطقی را دارد کاملا در تفکراتش پیاده می کند و این عالی است اما وقتی فکر میکند که می تواند بر اساس تفکر منطقی دنیا را تغییر بدهد یا اوضاع را دگرگون بکند اینجا مرتکب خود میان بینی شده است بنا بر این حرف بزرگتر را هم نمی تواند بفهمد چرا چون منطق به قدری توسعه پیدا کرده و به قدری محاصره ش کرده، منطق قوی و منطق انتزاعی به قدری او را احاطه کرده که نمی تواند فراتر از منطق واقعیت ها را ببیند این خود میان بینی باعث مشکلاتی در روابط او با دنیا با اطرافیان و همچنین با دنیای خارج می شود این مشکلات به او می فهماند که کارزار تفکر به تدریج البته و کارزار واقعیت ها از هم جدا هستند و البته برای اینکه این مسئله را به خوبی سپری بکند احتیاج به تجربه های متعدد دارد ولی خوب جالب اینجاست که خودش بیه خوبی بر این مسئله و بر این محدودیت واقف نیست بنا بر این فکر می کند که می تواند همه

چیز را بر اساس اصول منطقی بی عیب و نقصی که به دست آورده بسازد اما هنوز روی زمین راه نمی رود

چشمش به آسمان هست و دنیای خودش را بر اساس ظرفیت های منطقی می سازد بدون

اینکه لزومی احساس بکند که باید حتما روی زمین را برود و یا واقعیت ها را آنطور که هست ببیند.

به طور مثال یک نوجوانی قصد دارد از طریق انجام کار پیک موتوری پولدار بشود خیلی جالب است استدلال

هایش را که می شنوید متوجه می شویم که چقد بی عیب و تقض دارد استدلال میکند که مثلا با خرید

یک موتور با میزان مصرف بنزین با قرار گذاشتن با سوپر محله و مثلا روزی چند بار از این رفت و آمدها

داشته باشد اینقدر پول می تو

های آنها نشان می دهد که واقعیت ها رفتار والدین حرف هایشان، پیشنهاد هایشان و نظراتشان هیچکدام منطقی نیست .

از نظر آنها یعنی نوجوانهایی که به این تواناییها دست پیدا کردند درستی و نادرستی چهارچوب دارد و اما اگر این چهارچوب را رعایت نکنیم نمیتوانیم درست عمل کنیم این خیلی خوب است اما آنقدر غرق این ظرفیت پیشرفته شدند که نمی توانند بفهمند که خیلی از مواقع واقعتاها به ما تحمیل می شود و ما قادر نیستیم با استدلال و منطق این واقعیت ها را اصلاح بکنیم پس یادمان باشد که به عنوان والد یا مربی اعتراض های نوجوانمان را به محدودیت های زندگی از این منظر نگاه کنیم که اگر به وضع موجود معترض است اگر وضع موجود را قبول ندارد به این دلیل است که مطلوبی در ذهنش ساخته که بی عیب و نقص است و وقتی اینها را با هم مقایسه میکند نمی تواند بپذیرد آنچیزی که هست آنچیزی نیست که او می خواهد و این برایش سخت و غیر قابل تحمل است بنابراین عنادی با معلم و والدین ندارد او دنیا را براساس منطق بی عیب و نقص می بیند.

یکی دیگر از جلوه های آشکار خود میان بینی در سنین نوجوانی تمرکز بر ظاهر است.

تمرکز بر ظاهر یعنی: توجه و هوسپاری بیش از اندازه به خویشتن به بدن به ظاهرش و به تمام ویژگیهایی که به چشم او می آید بنابراین به نظر میرسد که این خود میان بینی نشانه ای از پرداختن بیش از اندازه به وجوه ظاهری خودش است شکل و شمایلش لباسش لحن کلامش و حرف زدنش همه را دایما مورد توجه قرار می دهد و این توجه بیش از حد است و یک اتفاق دیگری که در همین بستر می افتد این است که او همیشه خودش را از نگاه دیگران ملاحظه می کند همیشه میخواهد ببیند که دیگران به او چه طوری نگاه می کنند، چطوری به او نمره می دهند و چه نمره ای میدهند و ارزیابی دیگران برایش مهم است ارزیابی دیگران درباره جنبه های ظاهری خودش .

این سه مورد که گفتیم تحقق عمل از طریق تفکر، حجت طلبی افراطی و تمرکز بر ظاهر جلوه های واضح خود میان بینی در نوجوانی است که تحت عنوان محدودیت های تفکر صوری پرداختیم.

متن فیلم چهارم : مباحث تحول شناختی (یادگیری فعال)

مباحث اصلی این فصل عبارتند از :

• یادگیری فعال

• روان شناختی فعال

• برون سازی

• خطای شناختی

• ارزشهای یادگیری فعال

بخش سوم را از تحول شناختی آغاز می کنیم عنوان این بخش یادگیری فعال

یادگیری فعال یعنی اینکه یادگیرنده بتواند به طور فعالانه، جستجو گرانه و کنجکاوانه یاد بگیرد اینجا یادگیری

همسویی زیادی با مسیر تحول شناختی دارد.

همسویی یادگیری فعال با تحول شناختی یعنی چه؟

اگر ما انتظار داشته باشیم که یادگیرنده های ما تابع شرایط یاد بگیرند یعنی شرطی بشوند، واکنش بدهند به

محیط و موقعیت و خیلی فکر نکنند کنجکاوی نداشته باشند، دست ورزی نداشته باشند، آنجا ما میگوییم

یادگیری غیر فعال نقطه مقابلش یادگیری فعال است در یادگیری فعال بر اساس تجربه هایی که در تعامل با

محیط کسب می شود

یادگیری شکل می گیرد .

مثال واضحی را برایتان عنوان می کنیم وقتی که یک کودک را در مسیر فعالیت هایش، جستجو هایش و تجربه

هایش مورد مشاهده قرار می دهیم متوجه می شویم که ارتباط کودک با محیط اطرافش با دنیای اطرافش اعم از

دنیای فیزیکی و یا محیط ارتباطی یک تعامل است.

معنای تعامل چیست؟ یعنی روی محیط اثر می گذارد و از محیط اثر می پذیرد

بنا بر این ما وقتی می توانیم بگوییم که یادگیری به خوبی اتفاق افتاده است که این شرط یعنی شرط تعاملی

بودن یادگیری و تعاملی بودن ارتباط با دنیا احراض شده باشد بیااید یک مقداری موضوع را بسطش بدهیم و باز بکنیم از منظر یک روان شناس تحولی وقتی افراد می توانند موضوعات را در ذهن شان خوب درون سازی بکنند که فعالانه با محیط در تبادل قرار بگیرند.

کانال ضمن خدمت سوالات مراقبت جسمانی عاطفی

@zernhkhdmat

دقت کنید این عمل متقابل فعال می تواند خیلی وسیع و یا خیلی محدود باشد محدود به تجربه های کودکانه و یا وسیع در حد فراتر از موقعیت های محسوس .

پس دقت کنید که یادگیری فعال نیاز دارد که فرد کنجکاوی بکند اما کنجکاوی چه موقعی ایجاد می شود؟

کنجکاوی واقعا وقتی ایجاد می شود که فرد برایش سوال به وجود می آید سوال چه موقعی به وجود می آید؟ زمانی که آنچه که فرد می داند و آنچه که با آن مواجه می شود همخوانی ندارد .

بنا بر این آدم کنجکاو آدمی است که در معرض سوالهایی قرار می گیرد و قصدش پاسخ دادن به سوال است ما اینجا کنجکاوی را محصول عدم هماهنگی بین شناخت کنونی فرد با موقعیت جدید می دانیم.

شما دقت کنید اساسا وقتی یک نفر دارد تجربه های جدیدی را به دست می آورد اگر قرار باشد معنای خاصی از این تجربه ها کسب کند و بفهمد که داستان از چه قرار است لازم است که دریافتهای قبلی خودش را با آنچه که جدید است و با آنها مواجه می شود را مطابقت بدهد ما این را برون سازی می نامیم .

برون سازی یعنی چه؟ یعنی اینکه ما سعی میکنیم ذهنمان را با واقعیت ها منطبق بکنیم

شما در نظر بگیرید یک انسانی را که در یک قبیله خیلی دور از تمدن و یک قبیله بدوی دارد زندگی میکند در

آفریقا برای اولین بار یک هواپیما می بیند این هواپیما را که می بیند آن چیزی که اسمش را میگذارد هواپیما

نیست اسم ان از نظر این فرد قبیله ای و قبیله نشین مثلا یک نوع پرنده است برای اینکه او هواپیما را بشناسد

باید بفهمد که در کنار پرنده یک چیز دیگر هست که شبیه پرنده است ولی پرنده نیست بنا بر این باید ذهنش را

تغییر دهد این تغییر زمانی اتفاق می افتد که فرد وقتی که هواپیما را می بیند برایش این سوال پیش بیاید که

این چیست اگر برایش این سوال پیش نیاید که این چیست ان را به عنوان پرنده می شناسد و هیچ مشکلی هم

نیست .

بنا بر این در ارتباط با آن پدیده جدید مثل ارتباط با پرنده عمل می کند اما یک نکته ای اینجا وجود دارد ما اگر

دنیا و تجربه های قبلی خومان را اصلاح نکنیم بر پایه تجربه هایمان دچار خطای شناختی می شویم.

خطای شناختی یعنی چه؟ اینکه سازش و سازگاری من را با محیط و دنیای اطرافم کم می کند خطای شناختی

باعث می شود که من مسیر ذهنی خودم را دنبال بکنم بدون اینکه آن را بر پایه تجربه هایم اصلاح کرده باشم.

یادگیری فعال دقیقاً اینکار را می کند یادگیری فعال در تعامل با دنیای خارج فرد قرار می گیرد و به این ترتیب

می تواند هم ذهنش را با واقعتهای عینی قرار دهد و هم آنچه را که در دنیای واقعی وجود دارد را به ذهنش

منتقل بدهد این فرایند فرایندی است که ما به آن میگوییم یادگیری فعال.

برای اینکه یادگیری فعال اتفاق بیافتد ما باید چکار کنیم؟

یادگیری فعال لازمه آن این است که ما موقعیتهایی برای فرد ایجاد کنیم که آن موقعیتهای نه برایش خیلی

سخت و دشوار باشد فهم آن و نه برایش خیلی ساده و بیش پا افتاده باشد یک موقعیتهایی که سؤالی برایش

مطرح بکند که سؤالی حیاتی برایش پیش بیاید.

بعضی از انسانها خیلی کنجکاو نیستند چرا؟ چون به سؤالی زندگی شان خیلی هوشیار نیستند یا بهتر است

بگوییم که سعی می کنند از سؤالی اجتناب کنند این بچه ها یا این آدمها در بزرگسالی ممکنه این اتفاق

برایشان بیافتد

کسانی هستند که از مسایل به سادگی میگذرند چرا؟ چون برایشان مواجه شدن با سوال و یا بهتر است بگوییم با

چالش دشوار است و تحملشان کم است در باره این صحبت خواهیم کرد.

اما حاصل این یادگیری فعال چیست؟ یا آنچه که ما به آن تحت عنوان ارزشهای یادگیری فعال می گوئیم

چیست؟ یا چه چیزهایی است؟

یکی از پیامدها و یا ارزشمندی ها و سودمندی های یادگیری فعال استقلال فکری و عملی است انسانهایی که

کنجکاوانه زندگی می کنند و انسانهایی که بر اساس پاسخ دادن به سؤالی اساسی زندگی شان زندگی می

کنند انسانهایی هستند که استقلال فکرو عمل بیشتری دارند کمتر تابع محیط اند و کمتر تابع دیگران هستند

این استقلال ارزش بسیار زیادی برای سازگاری آنها در زندگی هم اجتماعی و هم در زندگی فردی آنها دارد ارزش

دوم برای یادگیری فعال این است که یادگیری فعال انسانها را نسبت به محیط شان مستعد و آماده نگه می دارد یعنی آنها از آنچه که در محیطشان میگذرد غافل نیستند و جستجوگرانه و فعالانه به محیط شان توجه می کنند.

ارزش دیگری که باز برای یادگیری فعال می توانیم قائل بشویم این است که یادگیری فعال انسانها را برانگیخته میکند و انگیزه و سائق شناختی را در آنها افزایش می دهد.

سائق شناختی یعنی اینکه آنها روزه روز هر چه بیشتر دوست دارند یاد بگیرند و بفهمند و جستجو کنند پس بنابراین انگیزه های درونی این افراد که از طریق یادگیری فعال دنیا را می شناسند به شکل درونی افزایش پیدا می کند و برای به دست آوردن پاداش یاد نمی گیرند بلکه برای پاسخ دادن به سوالهای کنجکاوانه شان یاد می گیرند و این باعث می شود تا آنچه را که برایشان مهم است ارزش بگذارند و در نتیجه انگیزه های درونی بیشتری برایشان به وجود بیاید نهایتاً در ارتباط با یادگیری فعال می توانیم ارزش چهارم را بیان کنیم. و آن این است که دانشی که اینگونه کسب میشود دانش مستحکم، قوام یافته، منظم و سازمان یافته است دانش پراکنده نیست، خط حرکت کسب دانش مطابقت دارد با خط تحول شناختی دقت کنید استحکام دانش از پیامدهای یادگیری فعال است.

حتما تجربه کردید وقتی که یک کتاب جدید می خریم و ما این کتاب را از اول به عنوان یک کلیشه ای رفتار شروع نمیکنیم به خواندن بلکه سعی میکنیم در لابلای این کتاب چیزهایی را پیدا بکنیم و بفهمیم داستان از چه قراره آن کتاب را خیلی بهتر یاد می گیریم و می فهمیم تا اینکه از اول آن کتاب یا از صفحه اول شروع کنیم به خواندن،

خواندن نوع دوم که عرض کردم خواندن نافع و کلیشه ای است.

پس بنابراین چیزی که من از خلال یادگیری فعال کسب میکنم دانشی که به دست می آورم دانشی قوام یافته، طبقه بندی شده، منظم و منضبط است و این انسجام معرفت و شناخت من را نشان میدهد هر چقدر من دانشم مرتبط با هم باشد یعنی معلومات مختلف در یک ارتباط منطقی با هم قرار بگیرند دانش من از استحکام بیشتری برخوردار است کمتر و دیرتر فراموش می شود و قابل استفاده بیشتری هم هست.

متن فیلم پنج : مباحث تحول شناختی (تفکر خلاق در تقابل)

مباحث این جلسه :

· تفکر واگرا یا خلاق

· ویژگی های تفکر خلاق یا واگرا

· ویژگی های افراد خلاق

بخش چهارم از تحول شناختی تحت عنوان ویژگی های تفکد خلاق در تقابل با تفکر همگرا درباره تفکر خلاق اطلاعاتی داریم که نشان میدهد این تفکر از نظر فرایندی در تقابل با تفکر همگرا یا منطقی قرار میگیرد. اگر این دو تفکر را بخواهیم معرفی کنیم باید بگوییم که وقتی داریم درباره یک سوال فکر میکنیم که جواب مشخصی دارد این نوع فکر کردن ما تفکر همگراست. چرا؟ چون معلومات ما در حال پردازش است و قرار است به یک جواب درست برسیم. بنابراین این اگر شکل این فرایند را رسم کنیم مانند مسیرهای مختلفی است که به طرف یک نقطه جمع می شون.

این تفکر هم گرا ارزشهای خاص خود را دارد بدون تردید بسیاری از سوالات ما توسط این روش پاسخ داده می شود. مثلا سوالات معلوماتی یا سوالات هوش مستلزم استفاده از تفکر همگرا است.

تفکر واگرا: بعضی از سوالات هست که پاسخ مشخص ندارد و پاسخ های متعددی دارد. همه پاسخ هایی که

میتونیم به این نوع سوالا بدهیم پاسخ درست است. به این نوع تفکر که به این گونه سوالات پاسخ میدهد

میگوییم تفکر واگرا و خلاق

باید بگوییم هر دو نوع تفکر ارزشمند و بعضی ها در تفکر واگرا موفق تر و بعضی دیگر در تفکر همگرا توانایی

بیشتری دارند

تمایز این دو تفکر در نوع سوالات است. مثلا از دان شاموز بیرسیم رنگ های پرچم ایران را بیان کند این سوال

مستلزم تفکر هم گراست چون جواب مشخص دارد. ولی اگر از او بیرسیم یک لنگه کفش چه استفاده هایی دارد

دیگر یک پاسخ خاص و مشخص نمیتوان به ای سوال داد بلکه میتوان چندین جواب برای ان در نظر گرفت

ویژگی های تفکر خلاق:

۱. سیالی: یعنی پاسخ های متعدد دارد. مثل مثال کاربرد لنگه کفش. هر چه پاسخ ها بیشتر شود سایل تر

است. بنابراین این افرادی خلاقترند که پاسخ های بیشتری به سوال بدهند

۲. اصالت: پاسخ های اصیل ملاک خوبی به اینگونه بفرمایید تفکر خلاق پشتش هست. پاسخی که تکراری

نباشد. مثلاً اگر محصولی ساخته شود و نمونه مشابه داشته باشد خیلی اصیل نیست. پس هر چه پاسخ

منحصر به فردتر و محدودتر باشد اصلیتری خواهد بود

۳. بدیع بودن: نو بودن پاسخ، بدیع بودن، عجیب و غریب بودن، تازگی داشتن، متفاوت بودن، اینها نشانه

پاسخ های واگرا است

۴. سودمندی: بیماران اسکیزوفرمی رو دقت کنید دارای پاسخ های سیالی هستند ولی سودمندی ندارد

پاسخ های آنها. یعنی هر چیزی که بیا میکنند ایا فایده دارد. هر جایی که سودمندی کنار ویژگی های بالا

وجود داشته باشد میتوان به عنوان محصول واگرا ان را بیان کرد و ان را به تفکر واگرا بیان کرد.

یعنی تفکر خلاق محصولی که دارد ویژگی های بالا را دارا می باشد

ویژگی های افراد خلاق:

۱. در پردازش اطلاعات خود خیلی قضاوت اخلاقی امور را انجام نمیدهند. و از قضاوت کردن و بستن فرایند

تفکر پرهیز میکنند. بعضی از افراد افراد قضاوت گر هستند و دوست دارند زودتر به نتیجه برسند و این

فرد نتیجه مدار است (قضاوت کردن چه از نظر اخلاقی یا غیر اخلاقی). مثلاً فردی که قضاوت گر است

دوست دارد نتیجه گفتگو زود مشخص شود. ولی افراد خلاق تمرکز شون روی فرایند گفتگو است و به

نتیجه خیلی فکر نمیکنند. و خود این فرایند دست آنها را باز میگذارد که نتیجه قطعی بدست

نیاورند. بنابراین این افراد پذیرش بیشتری از پاسخ های مختلف دارند. ولی افراد منطقی دوست دارند

نتایج مطمئن بدست آورند. در حالی که افراد خلاق همه نتایج را میپذیرند

۲. تحمل ابهام: تحمل ابهام در مورد همه یکسان نیست. به طور مثال وقتی با سوالی روبرو میشویم و برای

ان سوال جواب قطعی ای نداریم و میتوانیم سوال را در ذهن حفظ کنیم بدون اینکه ان را از ذهنمون

پاک کنیم و یا کنارش بگذاریم و صورت مساله را پاک نکنیم یعنی تحمل ابهام ما بالاست. تحمل ابهام

یعنی وضعیت نامعلوم را تاب بیاوریم و افت انگیزه نداشته باشیم و به عنوان دغدغه اصلی به پیگیری آن مساله بپردازیم. این ویژگی ارزشمندی برای تفکر خلاق است. اگر بخواهیم همه چیز رو در زمان کوتاه حل کنیم دیگر نمیتوانیم ذهنی خلاق داشته باشیم. البته تحمل ابهام یک ویژگی شخصیتی است نه ویژگی شناختی. ولی در بعضی افراد این ویژگی تا حد بالایی کمک میکند تا پاسخ های احتمالی دیگر را نیز در نظر بگیرند.

۳. دانش سازمان یافته: خیلی ها فکر میکنند که خلاقیت نیازی به دانش سازمان یافته ندارد. دانش را در اینجا ما کلمه سازمان یافته را به آن متصل میکنیم. دانش سازمان یافته با دانش مجزا فرق میکند. البته

افرادی که مطالب را خوب یاد میگیرند و به صورت فعال یاد میگیرند دانش سازمان یافته تری دارند. وقتی دانش سازمان یافته باشد یعنی هر چه که یاد گرفته می شود به هم مربوط و در یک نظام یکپارچه به هم متصل است. بنابر این اگر قرار باشد محصول خلاق از تفکر خلاق بوجود بیاید باید دانش سازمان یافته ای به عنوان پشتوانه آن باشد. خلاقیت باید پشتوانه معلوماتی داشته باشد و آدم خلاق باید در مورد مطالب مختلف اطلاعاتی کامل و دقیق داشته باشد. بدون اطلاعات منسجم و دقیق و نظام دار نمیتوان محصولی خلاق داشت

کانال ضمن خدمت سوالات مراقبت جسمانی عاطفی

[@zemnhkhedmat](https://www.instagram.com/zemnhkhedmat)