

اصلاح رفتار پرخاشگری: یک مطالعه اقدام پژوهی

مهديه شيخ

کارشناسی ارشد، زبان و ادبیات فارسی

اداره آموزش و پرورش استان سیستان و بلوچستان، زاهدان، ناحیه یک

۰۹۲۲۶۹۸۵۸۲۰

چکیده:

چنانچه معلم بتواند به موقع مشکلات دانش آموزان خود را شناسایی کند و ریشه‌ی مشکل را بیابد، می‌تواند با انتخاب بهترین راهکار درصدد از میان برداشتن آن برآید. پرخاشگری از شایع‌ترین اختلالات رفتاری در مدارس است که معلمان می‌توانند با توانایی‌های خود برای مرتفع ساختن آن در بین کودکان دبستانی اقدام نمایند. پژوهش حاضر با هدف اصلاح رفتار پرخاشگری یکی از دانش آموزان پایه چهارم ابتدایی به روش اقدام پژوهی در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ و در شهرستان زاهدان (مرکز استان سیستان و بلوچستان) انجام گرفته است. اقدام پژوهی با تشخیص این مسأله، با ارائه‌ی راهکارهایی مانند: فعال کردن دانش آموز در فعالیت‌های کلاس و مدرسه، سوق دادن و تشویق دانش آموز به سوی خوب بودن، تماس با والدین و پیگیری وضعیت دانش آموز و بررسی مشکلات عاطفی و خانوادگی، ایجاد هیجانات مثبت و فضای شاد در کلاس، آموزش روش‌های درست ارتباط با دیگران و عضویت در گروه‌های کلاسی، سعی در تغییر وضع موجود و حل مسأله نمود. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که پرخاشگری‌های دانش آموز نسبت به هفته‌های اول سال تحصیلی بسیار کمتر شده است. او قادر است که در هنگام مواجهه با رفتارهای گوناگون از طرف دیگران چگونه برخورد کند. به دلیل مسئولیت‌هایی که به او در مدرسه داده شده، از غیبت‌ها و پرخاشگری‌های او کاسته شده است.

واژگان کلیدی: پرخاشگری، دانش آموز، اصلاح رفتار، اقدام پژوهی.

۱- مقدمه:

سلامت جسمانی و روانی کودکان و نوجوانان از مهمترین دغدغه‌های جوامع بشری امروزی است. آنها تازه‌نفس‌ترین قشر جامعه هستند که می‌توانند سازندگی و تعالی آتی کشور را رقم بزنند. این در حالی است که امکان دارد تندرستی این گروه حساس و آسیب‌پذیر در اثر مسائلی مانند بهره‌مند نشدن از فرزندپروری مناسب، مشکلات محیطی و یا تنگناهای معیشتی دچار اشکال گردد (فاضلی، ۱۳۹۵ و ۱۳۹۷). دوران کودکی سال‌های مناسبی برای تشخیص مشکلات، مداخله به هنگام و پیشگیری از بروز مشکلات عاطفی، اجتماعی و تحصیلی آنان در آینده است. در واقع مداخله به‌هنگام و اصلاح رفتارهای ناسازگار کودک در این دوره حساس، موجب افزایش مهارت‌های اجتماعی و محبوبیت نزد همسالان و بزرگسالان می‌شود و کودک را برای پذیرش مسئولیت‌های آتی آماده می‌سازد (شهیم، ۱۳۸۶).

پرخاشگری یکی از اختلالات رفتاری رایج در بین دانش آموزان است که می‌تواند زمینه‌ساز بسیاری از مشکلات در آینده باشد بنابراین باید روش‌های پیشگیرانه‌ی مؤثری در جهت کاهش خشم و پرخاشگری در بین کودکان و دانش آموزان صورت گیرد. پرخاشگری اختلالی است که در کودکان و نوجوانان به صورت مختلف بروز می‌کند و یک مشکل در حال رشد نوجوانان است (حمایت‌طلب و همکاران، به نقل از حاج‌حسینی و همکاران، ۱۳۹۶). پرخاشگری دوران کودکی و خردسالی پیش‌بینی کننده رفتارهای پر خطر بعدی است زیرا این رفتارها می‌تواند رفتارهای بزهکاری، سوء مصرف مواد، افسردگی و افت تحصیلی را در آینده پیش‌بینی کند (واحدی و همکاران، ۱۳۸۷). پرخاشگری عبارت است از هرگونه رفتاری که مستقیماً به قصد آسیب رساندن به فرد دیگری صورت می‌گیرد. در راستای کنترل این رفتارها، مرتکب‌شونده باید باور داشته باشد که رفتار او به هدف آسیب رساندن به دیگری بوده است که پیامد آن برانگیختن رفتار اجتنابی است (نقدی و همکاران، ۱۳۸۹). روان‌شناسان عمل پرخاشگرانه را رفتار آگاهانه‌ای تعریف می‌کنند که هدف آن اعمال درد و رنج جسمانی یا روانی باشد (آرونسون، ۱۹۹۹؛ به نقل از بهمنی و برزگر، ۱۳۹۶). رفتار پرخاشگرانه می‌تواند به



صورت‌های مختلفی همچون پرخاشگری بدنی، کلامی، خشم و خصومت نمایان گردد. از آنجایی که دانش‌آموزان ماده اولیه و خام سازمان تربیتی هستند که باید بر اثر برنامه‌ها و مراقبت‌های مستمر مدیر و معلمان پرورش یابند (میرکمالی، ۱۳۸۰)؛ از این رو، در راستای وظیفه‌ی معلمی خود بر آن شدم تا علل پرخاشگری در دانش‌آموزان را شناسایی کنم و راه‌حلی برای مرتفع ساختن این رفتار وی، به کار گیرم.

سوالات پژوهش

- در این اقدام پژوهی درصد پاسخگویی به سؤالات زیر هستیم:
- چه عواملی موجب بروز پرخاشگری در این دانش‌آموز شده است؟
- آیا بروز چنین رفتاری در دانش‌آموز قابل اصلاح و تعدیل است؟
- چگونه می‌توان این رفتار را در دانش‌آموزان اصلاح کرد؟

بیان اهداف

بنابراین در این اقدام پژوهی هدف زیر مد نظر بوده است:
شناسایی علل پرخاشگری دانش‌آموز پایه‌ی چهارم و اصلاح رفتار او با شیوه‌های مناسب.

پیشینه‌ی پژوهش

با توجه به اهمیت دوران کودکی و همچنین رفتار پرخاشگری، پژوهش‌های مختلفی تاکنون انجام شده است که می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:
- فاضلی (۱۳۹۷)، در پژوهشی با عنوان: «اثربخشی قصه‌درمانی بر پرخاشگری و اضطراب دانش‌آموزان دختر دبستانی»، به بررسی تأثیر قصه‌درمانی بر کاهش پرخاشگری و اضطراب دانش‌آموزان پرداخته است. در این پژوهش که نمونه آن ۳۰ آزمودنی بود که بطور تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای از میان دانش‌آموزان دبستان‌های ماهشهر در سال تحصیلی ۱۳۷-۱۳۹۶ انتخاب و به شکل تصادفی به دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) تقسیم شده بودند. او در پایان به این نتیجه رسیده است که قصه‌درمانی می‌تواند پرخاشگری و اضطراب، دانش‌آموزان دبستانی دختر را تعدیل نماید.
- شفیعی و شریف‌زاد (۱۳۹۹)، در پژوهشی تحت عنوان: «بررسی پرخاشگری دانش‌آموزان»، به بررسی پرخاشگری دانش‌آموزان و عوامل مرتبط با آن پرداخته‌اند. آنان به این نتیجه دست یافته‌اند که پرخاشگری می‌تواند در پیشرفت تحصیلی و عملکرد تحصیلی تأثیر مستقیم داشته باشد؛ لذا بر مجریان امر تعلیم و تربیت فرض است که فاکتورهای پرخاشگری را بشناسند و در جهت رفع آن اقدام عاجل کنند.
- دریانی، منصوریه و باباپور (۱۳۹۴)، در پژوهشی به بررسی اثر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر میزان پرخاشگری و جرات‌مندی دانش‌آموزان ششم ابتدایی پرداخته‌اند. جامعه آماری آنها در این پژوهش کلیه دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی شهرستان شوط در سال تحصیلی ۱۳۹۳-۱۳۹۲ بوده که تعداد آنها ۸۵۱ نفر بوده است. پژوهشگران در پایان به این نتیجه دست یافته‌اند که آموزش مهارت‌های ارتباطی بر میزان جرات‌مندی و کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان ششم ابتدایی مؤثر است.

روش پژوهش

دستیابی به هدف‌های علم یا شناخت علمی میسر نمی‌شود مگر زمانی که با روش‌شناسی درست صورت پذیرد. با اتخاذ روش یا روش‌هاست که پژوهش شکل می‌گیرد و هدف‌های شناخت علمی تحقق می‌یابد (ساروخانی، ۱۳۸۵). از آنجایی که هدف از پژوهش پیش‌رو، اصلاح و کنترل پرخاشگری و خشم یکی از دانش‌آموزان پایه چهارم ابتدایی که در دبستان حاج مهدی درودی (ب) در ناحیه یک زاهدان مشغول به تحصیل است، می‌باشد، بنابراین روش اقدام‌پژوهی در جهت اصلاح این رفتار مناسب دیده شد. اقدام‌پژوهی یا معلم‌پژوهنده، رویکردی آموزشی و پژوهشی است که هدف از آموزش و بکارگیری آن حل چالش‌ها و مسائلی است که معلمان در حین عمل و به ویژه طی فرآیند یاددهی - یادگیری با آن مواجه می‌شوند. یعنی معلم به شیوه‌های علمی و پژوهشی در فرآیندی نظام‌مند، ضمن تمرکز بر چالش‌های پیش‌رو، با پرورش فرضیاتی درباره آنها در ذهن خود، به جمع‌آوری اطلاعات درباره آنها پرداخته و آنها را به آزمون بگذارد و بدین وسیله ضمن دسترسی به راه‌حل‌های مناسب و بکارگیری آن، به حل مشکلات و موانع موجود بپردازد و ضمن بهسازی فرآیند آموزش، به تحقق یادگیری مناسب‌تر و مطلوب‌تر دست یابد. در پژوهش عملی، پژوهنده تلاش می‌کند وضعیت نامطلوب یا نامعین موجود را به وضعیت مطلوب یا معین تغییر دهد که هدف از این کار بهسازی امور و اثربخش کردن آن است (ساعات‌نژاد و همکاران، ۱۴۰۰).

۲- توصیف وضع موجود:

بی شک در نظام آموزش و پرورش رسمی هر کشور مقطع ابتدایی، هم به لحاظ کمی یعنی تعداد معلمان و دانش آموزان و هم از لحاظ کیفی، یعنی تأثیری که این دوره در موفقیت تحصیلی دانش آموزان در سراسر زندگی و دوران تحصیل دارد و از اساسی ترین و مهم ترین مقاطع تحصیلی است (سمیعی درونه، ۱۳۹۴). از سوی دیگر امروزه کودکان و نوجوانان در معرض خطرهای زیادی همچون خشونت و پرخاشگری قرار گرفته اند به گونه ای که این موارد در مدارس مختلف و در مقاطع مختلف تحصیلی بسیار به چشم می خورد. در این میان، خشونت و پرخاشگری از تهدیدات جدی در آینده ای آنان به شمار می آید چرا که اگر پیشگیری نشود، پیامدهای منفی برای آنان در پی خواهد داشت. بنابراین باید اقدامات اساسی برای مقابله و مرتفع ساختن این رفتار تدارک دیده شود و از توانایی های معلمان برای آموزش مهارت ها به دانش آموزان استفاده شود.

در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ در سمت آموزگار در دبستان حاج مهدی درودی (ب) مشغول به انجام وظیفه می باشم. مدرسه ای که پس از انتقالی ام به ناحیه یک زاهدان در آنجا مشغول به خدمت شدم. این دبستان دارای ساختمان قدیمی است و دانش آموزان به صورت چرخشی در دوره ی اول و دوم ابتدایی در آنجا تحصیل می کنند. دوره ی دوم، متشکل از سه پایه (چهارم، پنجم و ششم) و دوازده کلاس (چهار کلاس پایه ی چهارم، چهار کلاس پایه ی پنجم و چهار کلاس پایه ی ششم) است. در این مدرسه یک دفتر برای دوره ی اول و یک دفتر برای دوم و یک دفتر مشترک برای آموزگاران برای هر دو دوره است. اتاق بهداشت در یک انتهای سالن و اتاق پرورشی در طرف دیگر سالن قرار دارد که کلاس ما در انتهای سالن قرار دارد. ۱۲ آموزگار، یک مربی ورزش، یک معاون پرورشی، یک معاون آموزشی، یک معاون اجرایی، خدمتگذار و مدیر در دوره ی دوم این مدرسه مشغول به خدمت می باشند. همچنین دانش آموزان این مدرسه را ۳۶۳ نفر با روحیات مختلف و خانواده هایی در سطوح مختلف تشکیل می دهند.

مهراد، پسری بود که از همان روزهای ابتدایی شروع سال تحصیلی، نظرم را به خود جلب کرد. در اولین هفته ی سال تحصیلی، وقتی به سمت کلاس چهارم که در انتهای ساختمان قرار داشت، می رفتم، متوجه تنش و دعوا میان شایان و مهراد شدم. مهراد و شایان با یکدیگر به شدت درگیر شده بودند. با دیدن من، دانش آموزان کلاس بر روی صندلی های خود نشستند اما شایان و مهراد هیچ کدام حاضر نبود بر روی صندلی آخر کلاس بنشینند و هر دو برای نشستن بر روی اولین صندلی تلاش می کردند. وقتی علت را از آنان جویا شدم، شایان اظهار داشت که مهراد او را کتک زده است و قصد داشته او روی صندلی که در قسمت جلو قرار دارد بنشیند. وقتی به مهراد گفتم که با توجه به اینکه دوستش ابتدا اینجا نشسته و او خیلی دیر به مدرسه آمده و باید در انتهای کلاس بنشیند، با حالت حق به جانب پاسخ داد که حاضر نیست بر روی صندلی بنشیند اما با تذکرات من مهراد بر روی صندلی آخر کلاس نشست و درس را شروع کردیم. اما پس از زنگ تفریح و ساعت کلاس بعدی، وقتی وارد کلاس شدم متوجه برخورد مهراد با یکی دیگر از دانش آموزان شدم که مدام دوستش را با پوزخند به سخره گرفته است. روزها و هفته های دیگر نیز متوجه چنین برخوردها و رفتارهایی از مهراد شدم. این رفتار مهراد نه تنها در زنگ کلاس بلکه در زنگ های تفریح نیز ادامه داشت و اعتراض دیگر دانش آموزان را به همراه داشت. همچنین از آنجایی که معاونان و مدیر مدرسه در ساعات تفریح نیز نظاره گر رفتار دانش آموزان بودند، آنان نیز از رفتارهای مهراد بسیار ناراحت بودند. وضعیت اخلاقی مهراد و پرخاشگری، زورگویی و تمسخرهای او نسبت به دیگر دانش آموزان من را سخت به فکر واداشت؛ بنابراین به دنبال یافتن راه حلی بودم تا بتوانم مهراد را به مدرسه و درس علاقه مند سازم تا به این ترتیب از پرخاشگری او کاسته شود و این رفتار او اصلاح شود. پس ابتدا با روش مصاحبه و مشاهده ابتدا رفتار او را بررسی کردم و به دنبال چرایی آن برآمدم.

۳- شواهد (۱):

پس از جمع آوری اطلاعات در مورد پیشینه ی پژوهش مورد نظر و بررسی پژوهش های انجام شده در رابطه با موضوع پیش رو تصمیم گرفتم تا به روش اقدام پژوهی به اصلاح رفتار دانش آموزم، بپردازم. ابتدا با مدیر و معاونان در این باره صحبت کردم و از آنان خواستم تا این موضوع را در جلسه ی شورای معلمان مطرح سازند تا همکاران دیگر که چنین دانش آموزانی با رفتارهای مشابه دارند، نظریات آنان را نیز برای حل این مشکل جویا شوم. در جلسه ای که در دفتر مدیریت برگزار شد، همکاران ضمن نقد و بررسی چنین رفتاری بیان کردند که برای حل مشکل ابتدا باید به دنبال ریشه ی آن بود و علت آن را باید کشف کرد. اولین گام برای درمان، شناخت و ریشه یابی علل پرخاشگری است. با شناخت این عوامل می توان همکاری های لازم را برای کاستن میزان شدت پرخاشگری ارائه کرد. مانند: مهر و محبت و دلجویی، صبر و متانت نشان دادن در موقع پرخاشگری، تشویق، اجرای عدالت در منزل، برآورده کردن نیازهای کودک (انورزاده، ۱۳۹۰). با توجه به موضوع پژوهش، بنده از روش های مصاحبه و مشاهده برای رسیدن به چرایی رفتار مهراد، به جمع آوری اطلاعات پرداختم. ابتدا در زنگ های نگارش از دانش آموزانم خواستم به جای نوشتن انشاء، نامه هایی برای من بنویسند و در آن نامه بیان کنند که در طی هفته ای که گذشت چه کسی و چه چیزی باعث خوشحالی و ناراحتی آنان شده است؟ و به آنها اطمینان خاطر دادم که

نامه‌های آنان به صورت خصوصی خوانده می‌شود. این نامه‌نگاری موجب شد که دانش‌آموزان به صورت صادقانه اتفاقاتی را که موجب شادی و ناراحتی آنان شده است، بیان کنند. مهرداد در نامه‌های خود گفته بود که «احساس می‌کنم دیگران من را دوست ندارند با آنان بازی کنم. آنها خیلی من را عصبانی می‌کنند» و در نامه‌ای دیگر نوشته بود «دیروز پدر و مادرم من را خیلی عصبانی کردند، آنها من را همیشه با لاله (خواهرم) مقایسه می‌کنند». از آنجایی که مهرداد، پایه‌های اول، دوم و سوم را در دوره‌ی اول همین مدرسه گذرانده بود بنابراین از معلمان وی در سال‌های گذشته و مدیر قبلی‌اش اطلاعاتی را درباره‌ی رفتارهای او به دست آوردم. همچنین با تماس‌هایی که با والدین او داشتم متوجه شدم که معلمان سال گذشته از رفتار مهرداد بسیار ناراحت بوده و در مهرداد در آستانه‌ی اخراج از مدرسه نیز قرار گرفته است. اطلاعاتی که دست آوردم نشان می‌داد که نشانه‌های رفتاری او عبارتند از:

- **اذیت و آزار فیزیکی و کلامی دیگران:** در ساعت‌های کلاس و زنگ تفریح مشاهده کردم که مهرداد از طریق زبان بدن در پی آزار رساندن به دیگران است. او گاهی به آنان پوزخند می‌زد و تمسخر می‌کرد و گاهی کلماتی به کار می‌برد تا دوستانش را برانگیزد و با آنان گلوپز شود. او مدام به دنبال ایجاد تنش و درگیری با دانش‌آموزان دیگر بود.
- **تهدید کردن:** در صحبت‌هایی که با همکاران داشتم و با مشاهده‌ی رفتار وی متوجه شدم که مهرداد به دنبال آن است که دیگران باید به حرف او گوش دهند و اگر دانش‌آموزی مقابل او بایستد زود از کوره در می‌رود، عصبی می‌شود و دانش‌آموز دیگر او را تهدید به کتک زدن می‌کند.
- **صدمه رساندن به وسایل شخصی دیگران:** متوجه شدم، زمانی که دانش‌آموزان دیگر با او درگیر می‌شوند مهرداد به وسایل آنان صدمه می‌زند و پس از ناراحتی دانش‌آموزان در پی خراب شدن وسایلشان به آنان نیشخند می‌زند.
- **عدم تمایل به انجام تکالیف در سی و توجه به کلاس:** با اطلاعات به دست آمده و مشاهده‌ی رفتار او متوجه شدم که مهرداد نسبت به درس و مدرسه بسیار بی‌تفاوت است. موقع تدریس کتاب را از کیف بیرون نمی‌آورد و تکالیف در منزل را نیز به ندرت انجام می‌دهد.
- **غیبت‌های زیاد:** یکی دیگر از ویژگی‌های مهرداد، غیبت‌های مکرر و زیاد او بود.

۴- تجزیه تحلیل اطلاعات (یافتن راه حل):

مهرداد، دانش‌آموزی که بزرگترین مشکل او پرخاشگری نسبت به دیگران است و پژوهش حاضر نیز مربوط به او است. پس از بررسی و دقت در شواهد به دست آمده و مطالعه در رابطه با مسأله‌ی موجود عوامل مؤثر در پرخاشگری‌های فراوان دانش‌آموز را مورد بررسی قرار دادم تا بهتر بتوانم راه‌حلی را ارائه دهم.

- عدم آگاهی دانش‌آموز از چگونگی مهارت با دیگران؛

- مشکلات خانوادگی؛

- خسته و کسل بودن کلاس برای او؛

- نداشتن علاقه و انگیزه از درس خواندن و آمدن به مدرسه؛

- عدم برقراری ارتباط دوستانه با معلم و دیگر دانش‌آموزان؛

- جلب کردن نظر و توجه دیگران به خود با رفتارهای نادرست.

۵- انتخاب راه حل و اعتبار بخشی:

پس از جمع‌آوری اطلاعات درباره‌ی مهرداد و علل پرخاشگری و خشم‌های او، تصمیم گرفتم تا به روش اقدام‌پژوهی، رفتار پرخاشگری این دانش‌آموز

را مرتفع سازم. زمانی که در پی پاسخ به چرایی یک موضوع و حل آن هستیم، باید بهترین روش‌ها را انتخاب کنیم تا بتوانیم به نتایج مطلوب‌تر برسیم. یکی از این روش‌ها مشورت کردن است؛ در جستار پیش‌رو، نشستی با همکاران مدرسه برای حل مشکل این دانش‌آموز برگزار کردم. همکاران پیشنهاد دادند که از چند راه حل، استفاده کنم. از جمله:

- از طریق فعال کردن دانش‌آموز در فعالیت‌های کلاس و مدرسه؛
- سوق دادن و تشویق دانش‌آموز به سوی خوب بودن؛
- تماس با والدین و پیگیری وضعیت دانش‌آموز و بررسی مشکلات عاطفی و خانوادگی؛
- ایجاد هیجان‌ات مثبت و فضای شاد در کلاس؛
- آموزش روش‌های درست ارتباط با دیگران؛
- عضویت در گروه‌های کلاسی.

۶- اجرای راه حل و نظارت:

با توجه به رفتارهایی که در مهرداد مشاهده کرده بودم، برای بهبود رفتار شاگردم راه‌حل‌های موقتی را انتخاب کردم تا با انجام آن‌ها بتوانم تغییرات مثبتی در مهرداد به وجود آورم.

• **فعال کردن دانش‌آموز در کلاس و مدرسه با دادن مسئولیت به او:** با واگذاری برخی مسئولیت‌ها به کودکان می‌توان تا حدودی به او فهماند که در چه چیزهایی توانایی دارد و بدینوسیله حس مثبت در او ایجاد کرد. ابتدا مهرداد را به عنوان دستیار معلم انتخاب کردم و از خواستم در فعالیت‌های کلاس با من همکاری کند. سپس از معاونین مدرسه خواستم که به عنوان مسئول انتظامات به مهرداد در زنگ‌های تفریح مسئولیت بدهند و همچنین از معاون پرورشی خواستم تا با توجه به توانایی‌ها و علایق مهرداد از وی در انجام فعالیت‌های پرورشی استفاده نماید. همچنین یکی از بهترین راه‌هایی که می‌تواند موجب کاهش تنش شود و حال بد را به حال خوب تبدیل کند، ورزش کردن است. در این راستا از مربی تربیت بدنی مدرسه درخواست داشتم تا مهرداد را به عنوان کاپیتان در تیم انتخاب کند و همچنین به عنوان مسئول وسایل ورزشی انتخاب شود تا در پایان زنگ ورزش به جمع‌آوری وسایل بپردازد.

• **سوق دادن دانش‌آموز به طرف خوب بودن:** والدین و معلمان در گفتار روزمره‌شان کلمات ناسالمی بر زبان می‌آورند. این کلمات ناسالم که بطور مرموزی در گفتار متداول بزرگترها مستتر است، پیام‌های مخرب هستند که کودک تحت تأثیر آنها دیگر به ادراک خود از جهان اعتماد نخواهد کرد، احساساتش را انکار خواهد کرد، و نسبت به ارزش خود دچار شک و تردید خواهد شد. والدین و معلمان بایستی این کلمات ناسالم را در گفتارشان ریشه‌کن کنند (گینات، ۱۳۸۷). بنابراین نباید دانش‌آموز را سرزنش و موعظه کرد بلکه می‌بایست با استفاده از سوق دادن دانش‌آموز به سوی خوبی و در نظر گرفتن نکات مثبت او را مورد تشویق قرار داد و بدینوسیله مشکل رفتاری او را حل کرد.

طی روزهای متوالی و شناختی که از رفتارهای مهرداد پیدا کرده بودم، متوجه برخی اخلاقیات او شده بودم. بنابراین تصمیم گرفتم تا تنها به رفتار پرخاشگری او تکیه نکنم بلکه اعمال و نکات مثبت او را مورد توجه و تشویق قرار دادم. برای مثال، یکی از اخلاقیات مهرداد، بخشنده بودن او بود. او زمانی که با خود خوراکی می‌آورد از آن به دوستانش می‌بخشید. بنابراین در حضور همکلاسی‌هایش به نکات مثبت او اشاره می‌کردم ولی درباره‌ی رفتارهای پرخاشگرانه‌ی او در تنهایی و خلوت به او متذکر می‌شدم. هنگامی که متوجه شدم مهرداد به انجام دادن تکالیف و درس علاقه‌مند شده است به جای دادن نمره‌های توصیفی برای او یادداشت‌های توصیفی می‌نوشتم. «مهرداد، دست خط بسیار زیبا و تمیز است». «مهرداد همه‌ی کلماتی که نوشتی، صحیح است، لذت بردم». «خیلی خوشحالم که مبحث میلیون را به خوبی فهمیده‌ای».

• **تماس با والدین و پیگیری وضعیت مهرداد:** متأسفانه در اوایل سال تحصیلی و برگزاری اولین جلسه‌ی اولیا و مربیان در تاریخ ۲۰ مهر، متوجه شدم که والدین مهرداد در جلسه حضور ندارند. همچنین با گذشت بیش از ۴۰ روز از سال تحصیلی، خانواده‌ی وی پیگیر مسائل درسی وی نیستند. به همین دلیل تصمیم گرفتم در جلسه‌ی خصوصی با مادر مهرداد صحبت کنم و علل رفتار وی و عدم پیگیری وضعیت

درسی از جانب آن‌ها را جویا شوم. مادر مهرداد اظهار داشت که به دلیل رفتارهای ناپسند پسرشان از آمدن به مدرسه بسیار واهمه دارند چرا که مهرداد در خانه نیز به حرف آنان گوش نمی‌دهد و در خانه نیز همچون رفتاری را دارد و در سال تحصیلی گذشته، آموزگار بابت چنین رفتارهایی از والدین مهرداد بسیار گله‌مند بوده است. از مادر مهرداد خواستم که برای مرتفع ساختن مشکل رفتاری مهرداد تلاش خواهیم کرد و آن‌ها نیز می‌بایست در این امر با بنده همکاری کنند. بنابراین پس از جلسه دیدار با مادر مهرداد، در زمانی که مهرداد به دلیل کسالت و یا خواب ماندن و ... به مدرسه نمی‌آمد جویای احوال او می‌شدم. هنگامی که درباره‌ی علت خشم‌های زیاد مهرداد با او گفت و گو می‌کردم، مهرداد به من گفت که پدر و مادرش در خانه به او می‌گویند که «در آینده هیچ کاره‌ای نخواهد شد و به او امیدی ندارند و مدام من را با خواهر و برادرم مقایسه می‌کنند» و «این حرف‌ها باعث می‌شود من بیشتر عصبانی شوم». بنابراین، این مسائل را با والدین او در میان گذاشتم و از آن‌ها خواستم که سعی بر این داشته باشند تا دیگر جملاتی که موجب سرخوردگی مهرداد می‌شود بیان نکنند و او را با دیگران مقایسه نکنند. چرا که زمان احساساتی شدن کودک (خصوصاً احساسات منفی) بهترین زمان برای تقویت رابطه و پیوند بوده و تسکین دادن او مهمترین وظیفه پدری - مادری است. درحالیکه برخی از والدین تصور می‌کنند با نادیده گرفتن و یا کم اهمیت شمردن آنها، خود بخود مرتفع می‌شوند اما سیستم احساسی عاطفی چنین عمل نمی‌کند. در واقع اگر به احساسات منفی کودک به درستی پاسخ داده نشود، به تدریج در اعماق وجودی ذهن کودک نفوذ کرده و همچون موربانه او را از درون می‌خورد. در اکثر موارد اگر کودک دریابد که احساس و حال او واقعی و درست است و دیگران (پدر و مادر) او را می‌شنوند و درک می‌کنند، حتی اگر راه حلی وجود نداشته باشد حداقل سم و زهر آن احساسات منفی گرفته خواهد شد. مسئله مهم در این رابطه شناسایی و توجه به احساسات منفی در همان مرحله اولیه است. (ساداتیان، ۱۳۸۹).

- **ایجاد هیجانات مثبت و فضای شاد در کلاس:** از جمله مواردی که موجب کسل شدن و عدم بازخورد مناسب آموزشی در میان دانش‌آموزان می‌شود، یکنواخت و خشک بودن کلاس درس است. لذا باید روشی به کار گرفته شود تا موجب شود دانش‌آموز با رغبت بیشتری به کلاس بیاید. بنابراین تصمیم گرفتم تا با بهره‌گیری از روش‌های فعالانه و برگزاری جشن‌هایی به مناسبت‌های مختلف با شاداب‌سازی محیط کلاس، هیجانات منفی دانش‌آموز را کاهش دهم.
- **آموزش روش‌های درست ارتباط با دیگران:** گاهی علت پرخاشگری یک دانش‌آموز این است که روش‌های صحیح و درست ارتباط با دیگران را به خوبی فراموش کرده است. لذا با آموزش روش‌های درست ارتباط با مهرداد و جایگزین کردن رفتارهای درست به جای رفتارهای نادرست و مخرب در جهت بهبود رفتار دانش‌آموز پرداختم. برای مثال مهرداد هنگامی که کار اشتباهی انجام می‌داد و می‌دانست که مقصر است اما باز هم از طرف مقابل عذرخواهی نمی‌کرد. بنابراین در هر جلسه از کلاس با خواندن حدیث، یک نکته ارتباطی را به دانش‌آموزان یادآوری می‌کردم و بیان می‌کردم که اگر راه‌های برخورد با دیگران را یاد بگیریم، می‌توانیم شخصیت محبوبی در نظر دیگران باشیم. همچنین در مورد اینکه چه رفتاری خوب است و چه حرکتی بد است آنها را راهنمایی می‌کردم.
- **عضویت در گروه‌های کلاسی:** یکی از مواردی که در ابتدای سال تحصیلی معلمان به آن می‌پردازند، گروه‌بندی دانش‌آموزان پس از آگاهی از وضعیت آموزشی و تربیتی آنان است. پس از اینکه به شناخت کافی در رابطه با روحیات و وضعیت آموزشی دانش‌آموزان رسیدم، تصمیم گرفتم آنان را به گروه‌های مختلف تقسیم کنم. اما گروه‌بندی کلاسی یکی از مشکل‌ترین فعالیت‌هایی بود که انجام شد. زیرا برخی از دانش‌آموزان حاضر نبودند با بعضی از همکلاسی‌هایشان همگروه شوند و همچنین به دلیل عدم توجه تکالیف و پرخاشگری‌های مکرر مهرداد، هیچ کدام از گروه‌ها حاضر نبود با او همگروه شود. اما سرانجام دانش‌آموزانم را به گروه‌های چهار نفره تقسیم کردم و مهرداد را در یک گروه فعال کلاس قرار دادم.

۷- شواهد (۲) توصیف وضع مطلوب:

پس از اجرای راهکارهای انتخاب شده متوجه تغییرات مثبتی در مهرداد شدم. به گونه‌ای که مهرداد نسبت به درس و مدرسه علاقه‌ی بیشتری پیدا کرده بود. از پرخاشگری او به میزان قابل توجهی کاسته شده بود. دادن مسئولیت‌ها در کلاس و مدرسه موجب شده بود که به فعالیت‌های مدرسه متعهد

شود و این مسئولیت‌ها از غیبت‌های او کاسته بود. مهرداد در برخورد با دیگر دانش‌آموزان سعی می‌کرد که بهترین رفتار را از خود بروز دهد. هنگامی که با خانواده مهرداد تماس گرفتم و از والدین او درباره‌ی تغییر رفتار مهرداد سؤال پرسیدم که چه تغییری در رفتار او به وجود آمده است؟ مادر مهرداد اذعان داشت که نسبت به گذشته بسیار صبورتر شده و در خانه نیز از پرخاشگری‌های او کاسته شده است.

۸- ارزیابی نهایی و اعتبار سنجی:

به منظور اعتباربخشی به نتایج پژوهش بعد از اجرای راهکارها و تحلیل و بررسی نتایج اقدامات صورت گرفته و مقایسه اخلاق دانش‌آموز پیش و پس از اجرا، در جلساتی که با همکاران در شورای معلمان برگزار گردید و پس از توضیحاتی که در خصوص شیوه‌ی اجرای راهکارها ارائه گردید از همکاران خواسته شد که روند اقدام پژوهی را مورد بررسی و نقد خود قرار دهند و نکات منفی و مثبت طرح را یادآور شوند. با جمع‌بندی و شنیدن نکته نظرات همکاران در اجرای این طرح، مشخص شد که نظرات ایشان در اجرای طرح مورد تأیید است. همچنین برخی از همکاران که دانش‌آموزانی با چنین ویژگی‌هایی در کلاس خود داشتند، خواستند تا راه‌حل‌ها و شیوه‌های طرح در اختیارشان گذاشته شود تا آنها نیز بتوانند از راه‌حل‌های آزموده‌شده استفاده کنند. با توجه به نتایجی که پس از اجرای این پژوهش به دست آمد، معلوم شد که راه‌حل‌های استفاده شده در کنترل خشم و پرخاشگری دانش‌آموز بسیار مؤثر بوده است و توانسته است در رفتار دانش‌آموز مورد نظر تغییرات مثبتی ایجاد کند.

۹- نتیجه‌گیری و پیشنهادات:

پرخاصگری یکی از شایع‌ترین ویژگی‌های اخلاقی است که در بین کودکان دبستانی دیده می‌شود. اما پیشگیری از این مسأله می‌تواند از تبعات و مشکلاتی که برای افراد در آینده به وجود می‌آورد، بکاهد. اولین گام برای جلوگیری از پرخاصگری در کودکان، ریشه‌یابی و شناخت علل پرخاصگری در آنان است. همچنین نوع برخورد معلم با این امر و برخورد مناسب می‌تواند از بروز چنین رفتاری در دانش‌آموز جلوگیری کند. دادن مسئولیت‌های مختلف با توجه به علائق و توانایی‌های دانش‌آموز می‌تواند تأثیر بسزایی در کاهش پرخاصگری داشته باشد. متأسفانه برخی از والدین و معلمان شیوه‌ی صحیح ارتباط با دیگران را به کودکان نمی‌آموزند. یاد دادن مهارت ارتباطی نیز از عوامل کاهنده‌ی پرخاصگری است. به وجود آوردن محیطی شاداب و جذاب از میزان خطراتی که کودک در آن قرار دارد می‌کاهد و موجب انگیزه‌ی مثبت در او می‌شود. با پژوهشی که با هدف اصلاح رفتار پرخاصگری مهرداد صورت گرفت مشخص شد که پرخاصگری‌های مهرداد نسبت به هفته‌های اول سال تحصیلی بسیار کمتر شده است. او اکنون قادر است که در هنگام مواجهه با رفتارهای گوناگون از طرف دیگران چگونه برخورد کند. به دلیل مسئولیت‌هایی که به او در مدرسه داده شده، از غیبت‌ها و پرخاصگری‌های او کاسته شده است.

منابع:

- انورزاده. ملاحظت. (۱۳۹۰). کاهش اضطراب در کودکان. ماهنامه آموزشی و تربیتی پیوند.
- بهمنی. پارسا. برزگر. مجید. (۱۳۹۶). اثربخشی قصه درمانی بر کاهش پرخاصگری و افزایش مهارت‌های اجتماعی در کودکان پیش دبستانی. روش‌ها و مدل‌های روانشناختی. صص ۲۰۵-۲۱۸.
- حاج‌حسینی. منصوره. خورسندی شیرغان. محمد. زندی. سعید. (۱۳۹۶). آموزش مهارت‌های زندگی در هنرستان‌ها: راهبردهای ضروری و مؤثر جهت کاهش پرخاصگری و قلدری. نشریه علمی - پژوهشی آموزش و ارزشیابی. صص ۱۶۹-۱۵۱.
- دریانی. فاطمه. منصوریه. نسترن. باباپور. جلیل. (۱۳۹۴). آموزش مهارت‌های ارتباطی، پرخاصگری و جرأت‌مندی در دانش‌آموزان ابتدایی. مجموعه مقالات پنجمین کنگره انجمن روانشناسی ایران. صص ۵۸۸-۵۶۸.
- ساداتیان. اصغر. (۱۳۸۹). کمرویی، خجالت، ترسوئی، اضطراب و ترس از مدرسه. تهران: انتشارات ما و شما.
- ساروخانی. باقر. (۱۳۸۵). روش تحقیق در علوم اجتماعی. چاپ یازدهم. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
- سعادت‌نژاد. مختار. معافی. علی. کلبادی‌نژاد. علیرضا. (۱۴۰۰). بررسی ساختارهای اقدام پژوهی و درس پژوهی. ماهنامه آفاق علوم انسانی. سال پنجم. شماره پنجاه و پنجم. صص ۶۳-۴۳.



- شفیعی. صابر. شریف‌زاد. میلاد. (۱۳۹۹). بررسی پرخاشگری دانش‌آموزان. مجله پژوهش‌های معاصر در علوم و تحقیقات. سال دوم. شماره ۱۲. صص ۲۵-۳۴.
- شهیم. سیما. (۱۳۸۶). پرخاشگری رابطه‌ای در کودک پیش‌دبستانی. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران. سال سیزدهم. شماره ۳. صص ۲۷۱-۲۶۴.
- فاضلی. عصمت. (۱۳۹۵). مدل‌یابی گرایش به مصرف سیگار براساس باورهای سلامت، نگرش‌ها، هنجارهای ذهنی و تاب‌آوری. فصلنامه‌ی پژوهش در سلامت روانشناختی. دانشگاه خوارزمی.
- فاضلی. عصمت. (۱۳۹۷). اثربخشی قصه‌درمانی بر پرخاشگری و اضطراب دانش‌آموزان دختر دبستانی. فصلنامه‌ی علمی پژوهشی علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شوشتر. سال دوازدهم. شماره چهارم. صص ۲۴۶-۲۲۷.
- گینات. هایم. (۱۳۸۹). روابط معلم و دانش‌آموز، کتابی برای پدران، مادران، آموزگاران. ترجمه‌ی سیاوش سرتیپی. تهران: نشر علم.
- میرکمالی. سیدمحمد. (۱۳۹۱). روابط انسانی در آموزشگاه. تهران: انتشارات یسپرون.
- نقدی. هادی. ادیب‌راد. نسترن. نورانی‌پور. رحمت‌الله. (۱۳۸۹). اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر پرخاشگری دانش‌آموزان پسر سال اول دبیرستان. فصلنامه دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه.
- واحدی. شهرام. فتحی‌آذر. اسکندر. حسینی‌نسب. سید داوود. مقدم. محمد. (۱۳۸۷). بررسی پایایی و روایی مقیاس پرخاشگری پیش‌دبستانی و ارزیابی میزان پرخاشگری در کودکان پیش‌دبستانی ارومیه. فصلنامه اصول بهداشت روانی. صص ۲۴-۱۵.