

شادابی در مدارس

شهین زارع^۱

آموزگار پایه ششم دبستان شهید فهیمه سیاری ناحیه یک زنجان
shhnzare@yahoo.com

چکیده

از آنجایی که نشاط، تحرک، پویایی، شادابی از ویژگی‌های نسل امروز است و موافق طبع و مقتضیات فطری اوست، خمودگی، سستی و انزوا مانع عظیم رشد و شکوفایی و خلاقیت و کارآمدی نسل جوان می‌باشد. جلوگیری از نشاط و شادابی جوانان و جلوگیری از بروز احساسات و هیجانات عاطفی آنان، موجب سرخوردگی و بروز بیماری حقارت و عقده‌های روحی و روانی است. روانشناسان حالت شادی را نتیجه‌ی عمل هماهنگ و منسجم و سازمان یافته همه‌ی عواطف یک فرد می‌دانند و معتقد هستند که نشاط و آرامش روحی زمینه‌های باروری خرد و اندیشه را به وجود می‌آورد. براین اساس شاداب کردن مدارس امری ضروری به نظر می‌رسد و در این مقاله سعی شده است هر چند کوتاه به این مهم پردازیم. روش مورد استفاده در این مقاله، روش مبتنی بر مطالعات کتابخانه‌ای می‌باشد.

واژگان کلیدی: نسل امروز، مدارس شاداب، رشد و شکوفایی

^۱ نویسنده مسئول: کارشناس ارشد رشته‌ی تکنولوژی آموزشی

۱- مقدمه

نقش شگفت انگیز تعلیم و تربیت در زندگی انسان، بر هیچ خردمندی پوشیده نیست و تاکنون هم ضرورت آن مورد تردید قرار نگرفته است؛ چرا که تعلیم و تربیت صحیح می تواند فرد را به اوج ارزش ها برساند و اگر غلط افتد، وی را به سقوط کشاند، آدمی در آغاز ولادتش فاقد علم و ادراک و کمال است و به تدریج با تعلیم و تربیت مستقیم و غیر مستقیم استعدادهای بالقوه ی او به فعلیت می رسد و رشد و تکامل می یابد.

در دنیای امروز، عوارض روز افزون زندگی ماشینی که در حال بلعیدن همه ی احساسات، هیجانات و حتی سلامتی انسان است غیر قابل کتمان است. اضطراب های فکری و تنش های روانی نیز از مشکلات جدی انسان عصر تکنولوژی است که منجر به کاهش احساس شادی در وی شده است. در این میان مدرسه، می تواند با بوجود آوردن زمینه ها و برنامه هایی باعث هر چه شاداب کردن دانش آموزان و در نهایت جامعه شود.

براساس تحقیقات و آمار به دست آمده، نرخ شادی در ایران بسیار پایین است و در برنامه ریزی های آموزشی نیز یا جایگاهی ندارد و یا بسیار کم به آن توجه می شود. یکی از مشکلات جامعه و مدارس که از شادی و نشاط غافل هستند، افزایش بیماری های مختلف روانی از قبیل افسردگی و اضطراب است. شادی و نشاط به زندگی معنا می دهد و در پرتو آن دانش آموزان خصوصاً در دوران نوجوانی و جوانی می توانند خود را ساخته و پله های ترقی را یکی پس از دیگری طی کنند. تأثیر شادی و نشاط بر یادگیری دانش آموزان، امری غیر قابل انکار است. یادگیری انسان و سازماندهی رفتار نوجوانان در گرو نشاط و شادابی و هیجانات مثبت آن هاست. خلاقیت و شکوفایی استعدادها در گرو نشاط و انبساط روحی انجام می شود. یکی از وظایف مهم تربیتی، مدیریت برنامه ریزی آموزشی مدارس و تشویق نوجوانان به مشارکت در همه ی امور است که با تدوین برنامه ریزی آموزشی مناسب به جلب مشارکت دانش آموزان در امور مختلف مدرسه اقدام کنند. این موضوع به دانش آموزان در احساس مفید بودن و دور شدن از انزوا کمک می کند که خود یکی از موارد بانشاط زیستن است. با توجه به اهمیت شادی در دانش آموزان در این مقاله به این موضوع مهم پرداخته ام.

۲. مفهوم شادی

در لغت نامه ی دهخدا ذیل واژه ی شادی این کلمات آورده شده : خوش حالی، خوشدلی، شادمانی. کلماتی از زبان عربی که در زبان فارسی معادل شادی قرار می گیرند: بهجت، بشاشت، مسرت، نشاط، طرب، ابتهاج، سرور فرح و ... همچنین شادی مقابل اندوه و غم، سوگ نوشته شده است [دهخدا، ۱۲۶-۱۲۳].

۳. شادی از دیدگاه اسلام

حضرت امام موسی کاظم (ع) از پدران خویش و امام علی (ع) نقل می‌کنند که در تفسیر آیه ی " ...و لا تنس نصیبک من الدنيا" (قصص، آیه ۷۷) فرمودند: پنج چیز را فراموش نکن و بیهوده از دست مده: صحت و سلامتی، نیرو و توانایی، فراغت و فرصت، جوانی، نشاط و سرزنده بودن را تا بوسیله ی آنها آخرت را بدست آوری [لقمانی، ۱۳۸۹]. در قرآن کریم سوره ی نجم آمده است: " و انه هو اضحک و ابکی" هم اوست که می خنداند و می گریاند. زیرا تمامی اسباب خنده و گریه همچون احساسات انسان، چشم و سایر اعضا در اختیار اوست و خداوند خالق همه ی آنهاست [فرهادیان، ۱۳۸۵].

از رسول اکرم (ص) نقل شده است: در بهشت جایی است که به آن خانه ی شادی گفته می شود هیچ کس به آن خانه وارد نمی شود مگر آنکه موجب شادی کودکان شده باشد. تعبیر پیامبر ضمن اشاره به جایگاه و اهمیت شادمانی در فرهنگ اعتقادی ما از شادمان سازی افراد تحت تربیت به عنوان یک رسالت تربیتی یاد می فرمایند که این امر نیز به نوعی نشانگر حساسیت و اهمیت والای عنصر شادمانی در فرهنگ تربیتی و دینی انسان می باشد. در حدیثی از حضرت علی (ع) در مورد شادی و نشاط آمده است: شادمانی باعث انبساط روح و عامل برانگیختن وجد و نشاط است. آنچه که در قالب آیات و روایات به آن اشاره شد، بخش کوچکی است از آنچه در متون اسلامی با تعابیر متفاوت در خصوص اهمیت و تاثیرات نشاط در فرهنگ دینی ما مطرح شده است [عابدی، ۱۳۸۷].

۴. نقش شادی در تعلیم و تربیت

آموزش و پرورش پویا در محیط شاداب و فضای دل انگیز و روش های آموزش و پرورش جان افزا، معنا می یابد. صاحبان اندیشه و روی آوران به این رویکرد طرب انگیز، به خوبی می دانند که لازمه ی به کارگیری روش تربیت درونی و خلاق، فراهم آوردن موقعیت های خوشایند و برانگیختن نیروی کنجکاو و انگیزه ی پیشرفت در دانش آموزان است. چرا که آنچه مشاهدات شخصی و تجربیات کارشناسی و شواهد پژوهشی نشان می دهد گویای آن است که مدرسه های امروز، در حال فروپاشی، ایستا و میرنده است. دانش آموزان در این مدرسه ها گاه به جای طراوت و شادابی، نفرت و انزجار و به جای مهربانی و عشق ورزی، حسادت و کینه ورزی را می آموزند و به جای پرورش حس "شاد بودن" خود را ابزاری بیش نمی دانند، ابزاری در خدمت آنچه برایشان از پیش تعیین کرده اند و خود از آن بیگانه و بی خبرند. برای رهایی از این بحران باید با تحولات جدیدی که در حال تکوین است همراه شد، تحولاتی که آستن باز تولید انسانی جدید و جهانی نو در پرتو نیازها و چالش های هزاره ی سوم است. در این نو شدن ها، تنها ابزار و روش و اطلاعات، نو نمی شود، بلکه اندیشه و نگرش انسان به خود و جهان اطراف هم متحول می شود. ماهیت پیچیده ی اطلاعات و سرعت تحولات جامعه ی کنونی به گونه ای است که شتاب فزاینده

ی این نو شدن نسبت به دهه های پیش قابل قیاس نیست، تا دیروز، هدف آموزش و پرورش ابتدایی این بود که کودک در خواندن، نوشتن و حساب کردن مهارت یابد اما امروزه در آموزش و پرورش مدرن، افزون بر این مهارت ها، نیازهای جدیدی در قالب کسب مهارت زیستن و حل مسئله در موقعیت های جدید زندگی و نیز چگونگی رویایی با چالش های هزاره ی سوم مطرح شده است. [کریمی، ۱۳۸۲: ص ۱۶].

از آنجایی که نشاط، تحرک، پویایی، شادابی از ویژگی های نسل امروز است و موافق طبع و مقتضیات فطری اوست، خمودگی، سستی، انزوا، بی تحرکی، غمناکی، پژمردگی، آفت بزرگ و مانع عظیم رشد و شکوفایی و خلاقیت و کارآمدی نسل جوان می باشد. جلوگیری از نشاط و شادابی جوانان و جلوگیری از بروز احساسات و هیجانات عاطفی آنان، موجب سرخوردگی و بروز بیماری حقارت و عقده های روحی و روانی است. اسلام دین زیبایی و نشاط و دینی آسان و منعطف است. انبساط روحی، بهجت افزایی و خنده رویی از زمینه های رشد و شکوفایی جوان و زمینه ای برای تخلیه عقده های روحی و فشارهای روانی است. نشاط و انبساط روحی، یکی از متغیرهای مؤثر در شکل گیری شخصیت مثبت در کودکان و نوجوانان است و بالعکس، اضطراب و تشویش خاطر عامل مهمی در توقف استعدادها است. روانشناسان حالت شادی را نتیجه عمل هماهنگ و منسجم و سامان یافته همه عواطف یک فرد می دانند و معتقد هستند که نشاط و آرامش روحی زمینه های باروری خرد و اندیشه را به وجود می آورد [اسکندری، ۱۳۸۶].

۵. تاثیر شادی و نشاط بر تسهیل و تقویت آموزش

در برخی کشورها به موازات آموزش علوم و فنون به جنبه های دیگری چون توسعه ی خود، رشد هیجانی و عاطفی و تمرکز حواس، تفکر، کنترل خود، مهرورزی، نوع دوستی، محبت به دیگران، مدیریت در رفتار و اخلاق نیک، امیدواری به زندگی در متن برنامه ریزی های آموزشی و تربیتی، تحت عنوان مهارت های زندگی، توجه شده است. در چنین شرایطی است که تربیت از دالان مدرسه به گستره جهان هستی وارد می شود و شور و نشاط دانستن برانگیخته می شود [صباغیان ۱۳۸۴، ص ۲۸].

در رویکرد معمول آموزش و برنامه ریزی آموزشی، معلم بسیار فعال و دانش آموزان نقش منفعلی دارند. این حالت بیشتر در زمینه یادگیری دانش و اطلاعات کاربرد دارد، اما وقتی یادگیری مهارتی خاص مورد نظر است، که باید اطلاعات در عمل مورد استفاده قرار بگیرد، شیوه آموزشی مدرن و برنامه ریزی آموزشی نوین مدنظر است و می توان از طریق نمادهای مختلف مثل:

آموزش و پرورش، دانشگاه‌ها و آموزشگاه‌ها به آموزش مهارت‌های زندگی همت گماشت تا شاهد کاهش تراکم جمعیت کیفی باشیم. اگر دانش‌آموزان مهارت‌های زندگی را بیاموزند، هیچگاه مرتکب رفتارهای هنجار شکن نخواهند شد [هافمن، ۱۳۸۴].

یکی از مهم‌ترین عوامل فرح زاء، سلامتی جسم و روان دانش‌آموزان است. صبحانه مناسب و حاوی مختصری مواد قندی، سهم به‌سزایی در شادابی روزانه دارد. همچنین برخی پروتئین‌های موجود در گوشت، سبوس، غلات و ویتامین‌ها در افزایش نشاط غیر قابل انکار است. وقتی که جسم و روان دانش‌آموز با تغذیه درست، احساس توانمندی و آرامش را داشته باشد، با حوصله به موضوعات درسی گوش فرا داده و ارتباط مناسب با کلاس برقرار کرده، در نتیجه آموزش بهتر صورت می‌گیرد. ایجاد نشاط و شادابی، یکی از موثرترین راه‌ها برای افزایش تمرکز دانش‌آموزان و گوش دادن و توجه به درس همچنین بهداشت روانی دانش‌آموزان می‌شود.

۶. فوائد شادی و نشاط در دانش‌آموزان

- نشاط و سلامت روحی: سرور و نشاط موجب انبساط و بهجت روح می‌شود. امام علی (ع) در این باره فرموده اند: شادمانی موجب انبساط روح و مایه وجد و نشاط است.
- رشد علمی و تحصیلی: نشاط روح یکی از عوامل موفقیت در هر کاری، از جمله رشد تحصیلی است. کسانی که به علت‌های گوناگون، نشاط خود را از دست می‌دهند، نمی‌توانند در تحقیق و تحصیل علم موفق باشند و حتی گاهی از آن دست می‌کشند.

۷. عوامل موثر در شادی و نشاط دانش‌آموزان

- شناخت عوامل موثر بر سلامتی و نشاط روحی و جسمی می‌تواند برای دستیابی به نشاط، کمکی موثر باشد.
- استراحت به موقع و کافی: استراحت کافی یکی از مسائلی است که هر انسانی خواهان موفقیت در زندگی خود می‌باشد، حتما باید آن را رعایت کند. زیرا استراحت کافی و به موقع باعث افزایش قدرت و نیروی او شده و به بالا بردن کیفیت و کمیت یادگیری کمک می‌کند.
 - ورزش: ورزش صحیح و درست، باعث سرحالی و نشاط و سلامتی و تقویت اراده‌ی انسان می‌گردد و انسان را نیرومند و قوی می‌گرداند. ده دقیقه ورزش صحیح و با تفکر، به طوری که تمام اعضای بدن انسان به طور صحیح فعال و گرم شوند، کافی است تا انسان را از نظر روحی و جسمی قوی کند. طبق تحقیقات پژوهشگران ۵ تا ۱۵ دقیقه ورزش کردن، باعث آمادگی و سرحالی و افزایش قدرت یادگیری انسان، برای مطالعه می‌شود. البته در مواقع بیماری باید از ورزش و فعالیت سنگین خودداری نمود.

• سریع بلند شدن از رختخواب و سریع خوابیدن: بهتر است صبح‌ها به محض بیدار شدن، از رختخواب بلند شد و شب‌ها به محض ورود به رختخواب، سریع به خواب رفت [محمدی، ص ۸۳].

۸. پیشرفت تحصیلی کودکانی که شاد نیستند چگونه است؟

سازمان جهانی بهداشت، گزارشی از اثر رفتارهای سالم بر روی عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان ارائه نموده است. این گزارش، یافته‌هایی را در مورد تاثیر مستقیم سلامت بر روی عملکرد تحصیلی از طریق بررسی یک سری عوامل خطر شامل اختلال‌های روانی و به خصوص اختلالات افسردگی و اضطراب که مطابق با این گزارش اثرات درازمدت منفی و معناداری بر عملکرد تحصیلی دارند، ارائه نموده است. افسردگی در کودکان اثرات وسیع و عمیقی در جنبه‌های مختلف زندگی برجای می‌گذارد. یکی از این ابعاد، عملکرد تحصیلی کودک است [سورک و د پاز نیوز، ۲۰۱۱].^۲ تحقیقات دلالت بر آن دارند که کودکان افسرده در مقایسه با سایر کودکان، دارای مشکلات تحصیلی هستند و بین افسردگی و پیشرفت تحصیلی رابطه معناداری وجود دارد. البته این به این معنا نیست که افسردگی علت عملکرد تحصیلی ضعیف است، بلکه علل و عوامل دیگری ممکن است موجب عملکرد تحصیلی ضعیف و افسردگی باشد. اما باید توجه داشت که عملکرد ضعیف یکی از علائم ثانوی افسردگی است [شوآرتز و همکاران].

اگر چه مشکلات تحصیلی، فقط ویژه افسردگی دوران کرونا نیست ولی کودکان افسرده معمولاً مشکلات تحصیلی دارند. البته هنوز مشخص نشده که این مشکلات، پیامد افسردگی هستند یا پیشاینده افسردگی. تحقیقات متعددی نشان داده‌اند که بزرگسالان افسرده در حافظه و پردازش اطلاعات، مشکل دارند [لائر و دیگران، ۱۹۹۴].^۳ البته در این رابطه روی کودکان تحقیقات کمتری شده است ولی گاربر و کامینسکی به مطالعاتی اشاره می‌کنند که نشان می‌دهند کودکان افسرده در تکالیفی که به استدلال‌های پیچیده و حل مسئله نیاز دارند، مشکل پیدا می‌کنند [به نقل از شرودر و گوردن، ترجمه فیروز بخت، ۱۳۸۵]. لائر و دیگران وجود اشکالات حافظه‌ای (یعنی اشکال در به یاد آوردن فوری و فراحافظه) در کودکان افسرده را ثابت کردند. کودکان افسرده همچنین در مورد توانایی‌های حافظه‌ای خود اغراق می‌کنند. وانگهی لائر و دیگران نتیجه گرفتند، شدت افسردگی، رابطه معناداری با این اشکالات دارد. این تحقیق نشان می‌دهد مشکلات تحصیلی کودکان افسرده معلول افت مهارت‌های شناختی آنان است. این عملکرد تحصیلی ضعیف، افسردگی کودک را تشدید می‌کند. کودکانی که افسردگی خود را با رفتار مخرب ابراز می‌کنند، زمان ارزشمند کلاس درس را به علت اخراج از کلاس به دلایل انضباطی از دست می‌دهند.

² Suhrcke & De Paz Nieves

³ Lauer

گاهی افسردگی نسبت به ناتوانایی های یادگیری در درجه ی دوم قرار دارد و این مشکلات همزمان را باید به منظور درمان افسردگی مورد توجه قرار داد [نادو، ۲۰۰۸].

اگر مدرسه به جای جوی سلطه‌جویانه و غیرقابل انعطاف از جوی مناسب و حمایت‌کننده برخوردار باشد، هم معلم با احساس امنیت و آسودگی خیال می‌تواند به ارائه طرح‌ها و برنامه‌ریزی آموزشی جدید و مؤثر بپردازد و هم دانش‌آموزان با اعتماد به نفس و ایمنی روانشناختی به انجام فعالیت‌های خلاق می‌پردازند. امروزه در دنیا یکی از مباحثی که در امر یاددهی و یادگیری به شدت روی آن تأکید می‌شود، یادگیری چگونه «فکر کردن» و چگونه «یادگرفتن» است، نه «چه یادگرفتن». گاهی توجه بیش از حد به «چه یاد گرفتن» سبب می‌شود از نظر کمیت مفاهیم زیادی را در ذهن دانش‌آموزان انباشته کنیم، به آنها ماهی می‌دهیم آن هم به مقدار زیاد که ناچارند مازاد آن را دور بریزند و توجهی به چگونگی یاد گرفتن آنها و مفید بودن مواد آموخته شده برای زندگی حال و آینده دانش‌آموزان نداشته باشیم [اسکندری، ۱۳۸۶].

۹- شاداب سازی ظاهری مدرسه

۱ - **فضاسازی و زیباسازی حیاط مدرسه**: دیوارهای تزیین شده با نقاشی های زیبا، سطح زمین مناسب، کاشت درخت و فضای سبز، قرار دادن نیمکت های رنگی، زیبا، تابلوی زیبا در سر در مدرسه، مناسب بودن اندازه محیط مدرسه.

۲ - **زیباسازی ساختمان مدارس**: رنگ آمیزی در و پنجره و ساختمان، نصب پرده های زیبا، زیباسازی راهروها، کلاس ها و قرار دادن گلدان های گل های طبیعی و مصنوعی در راهروها، مناسب بودن اندازه کلاس ها و...

۳ - **زیباسازی و تمیز بودن نمازخانه، کتابخانه و کارگاه**: استفاده از خوش بو کننده ها، قفسه های زیبا، مناسب بودن محیط کتابخانه، نمازخانه و کارگاه.

۴ - **پوشش های ظاهری معلم ها، مدیر و کارکنان، دانش آموزان**: استفاده از روپوش های شاد برای دانش آموزان و همچنین پوشش مرتب و استفاده از رنگ های شاد و روشن برای کارکنان مدرسه.

۵ - **رعایت بهداشت**: تمیز بودن محیط مدرسه، کلاس ها، بهداشت فردی، اجتماعی، دانش آموزان اگر قرار باشد روح دانش آموز پرورش و رشد یابد، باید این روند از روح معلم آغاز شود. چنانچه روح معلم افسرده و ناتوان باشد، شانس ناچیزی برای تقویت و مراقبت از روح دانش آموزان وجود خواهد داشت.

معلمانی که نمی‌توانند حضور توانمند خود را هر روز در کلاس درس نمایش دهند، از لحاظ انتقال فکر با دانش‌آموزان هماهنگ نیستند و برای پاسخگویی به نیازهای دانش‌آموزان آمادگی ندارند. معلم باید با توجه به هرگونه نقص در درک و دریافت دانش‌آموز، تلاش کند تا توانایی روش‌های جدید تدریس و گرداندن کلاس را در خود کشف کند. اگر دانش‌آموزان آگاه شوند که چه باید بخوانند، چرا باید بخوانند، درسی که می‌خوانند چه سودی در آینده نزدیک و آینده دور برای آنها دارد و مورد کاربرد درس در جامعه کجاست و چگونه مورد استفاده قرار خواهد گرفت، اهداف برای شان روشن خواهد شد.

۱۰- نشانه‌های شادابی مدرسه

ویژگی‌های زیر می‌تواند نشانه‌های شادابی تحصیلی یک مدرسه و نشاط را در یک برنامه‌ریزی آموزشی جامع به همراه داشته باشد:

۱. پرسش‌گری: معلم می‌تواند جهت افزایش اطلاعات خود از همه منابع در دسترس از جمله مبادله اطلاعات با همکاران آموزشی خود در برنامه‌ریزی آموزشی استفاده کند. ارتباط با سایر محافل از جمله محافل دانشگاهی، مراکز تحقیقاتی و یا شرکت در همایش‌های تعلیم و تربیتی می‌تواند بسیار مؤثر باشد.

۲. افزایش مطالعه: منابعی مانند: کتاب‌های مرتبط، مجلات، مقالات جدید، مراجعه به سایت‌های اطلاعاتی و نمایه‌های اسنادی

۳. افزایش اطلاعات تجربی و مشاوره‌ای: شرکت در همایش‌های علمی، کارگاه‌های آموزشی و دوره‌های ضمن خدمت، فرصت‌هایی مناسبی برای این مورد هستند. چنین فرصت‌هایی هم مهارت معلمین را در برنامه‌ریزی آموزشی افزایش می‌دهد و هم تعاملات مشاوره‌ای و مهارت استفاده از تجربیات دیگران را افزایش می‌دهد. بهره‌گیری از یک قالب استاندارد در روش مورد نظر، مقایسه بین روش‌ها و نیز شیوه مشارکت آنها را آسان تر می‌کند [هاتوس، ۱۳۸۶].

۱۱- بحث و نتیجه‌گیری

آموزش و پرورش پویا در محیط شاداب و فضای دل‌انگیز و روش‌های آموزش و پرورش جان‌افزا، معنا می‌یابد؛ لذا برای شاداب سازی مدارس باید کوشید. شادی و سلامت روحی و رشد علمی و تحصیلی از فواید غیر قابل انکار مدارس شاداب بر دانش‌آموزان است. عوامل مختلفی در شادی و نشاط دانش‌آموزان مؤثر است از جمله: استراحت به موقع و کافی، ورزش و...

از سویی دیگر طبق گزارش سازمان جهانی بهداشت، افسردگی در کودکان افسردگی در کودکان اثرات وسیع و عمیقی در جنبه های مختلف زندگی برجای می گذارد. یکی از این ابعاد، عملکرد تحصیلی کودک است.

برای شاداب سازی مدارس، می توان از روش های مختلف مانند فضا سازی و زیباسازی حیاط مدرسه، زیباسازی ساختمان مدارس، پوشش ظاهری معلم ها، مدیر و کارکنان و دانش آموزان بهره برد.

همچنین معلمان می توانند با داشتن برخی ویژگی ها مانند خوش بینی و مثبت نگری، عدم تبعیض و ... به شادابی دانش آموزان کمک کنند.

همچنین می توان برای ایجاد نشاط در مدرسه از راه های مختلف مانند تاسیس بانک های جایزه و تشویق دانش آموزان، برپایی جشن، تقویت و توسعه ی بازدیدهای علمی و ... استفاده کرد.

از نشانه های شادابی یک مدرسه می توان به روحیه ی پرسش گری و افزایش مطالعه و اطلاعات تجربی و مشاوره ای اشاره کرد.

منابع

منابع فارسی:

- [1] اسکندری، محرم (۱۳۸۶). راهنمای روش های نوین تدریس، انتشارات رهیافت، چاپ اول.
- [2] دهخدا، ع.ا، ۱۳۷۳، لغت نامه .
- [3] صباغیان، زهرا. مدرسه و تقویت نشاط و امید به زندگی، ۱۳۸۴، ماهنامه پیوند، شماره ۳۰۹-۳۱۰-۳۱۱.
- [4] عابدی، م. ۱۳۸۷. بررسی و مقایسه ی اثربخشی روش های مشاوره ی شغلی به سبک نظریه ی یادگیری اجتماعی، سازگاری شغلی و مدل شناختی و رفتاری فوردایس بر کاهش افسردگی شغلی مشاوران آپ. شهر اصفهان. پایان نامه ی دکتری مشاوره دانشکده ی روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی تهران.
- [5] فرهادیان، م. ۱۳۸۵. اساس التربیه و التعليم فی القرآن و الحدیث. قم: مرکز نشر مکتب الاعلام اسلامی.
- [6] کاردان، ع.م. ۱۳۸۰، درآمدی بر تعلیم و تربیت اسلامی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، انتشارات سمت.
- [7] کریمی، ع.ع. تربیت طربناک، شور و طرب در تربیت، ۱۳۸۶. تهران، وزارت آموزش و پرورش، موسسه فرهنگی منادی تربیت.
- [8] لقمانی، ا. ۱۳۸۹. شیوه ی جذب جوانان در تبلیغ. قم: انتشارات پارسیان.
- [9] محمدی، ۱۳۷۶. بررسی رابطه بین سبک های رهبری معلمان و بهداشت روانی دانش آموزان متوسطه شهر تهران، پایان نامه ی کارشناسی ارشد، مدیریت آموزشی.
- [10] هافمن کارل و همکاران (۱۳۸۴). روانشناسی عمومی، از نظریه تا کاربرد، ترجمه: هادی بحیرایی و همکاران، تهران: نشر ارسباران.

[11] Shuhrcke, M. & de Paz Nieves, C.2011. The impact of health and health behaviors on educational outcomes in high-incomes countries: a review of the evidence. Copenhagen: Who Rgional Office for europe.

[12] Lauer, R.E.Giordani, B. Boivin,M.H. Halle, N. Glasgow, B. Alessi, N.E.& Berent, s.1994.Effects of deprission on memory performance and metamemory in children.Journal of the American Academy of child and adolescent Psychiatry.