



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

زمان پذیرش نهایی: ۱۴۰۰/۰۳/۱۵

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

ضرورت توجه به سواد عاطفی در آموزش و پرورش

سید هدایت الله خشنودی پورا^۱، رحیم بهره بر^۲، سیده فوزیه رخشا^۳، اسلام لطیف نژاد^۴

۱- کارشناسی الهیات و معارف اسلامی

۲- کارشناسی ارشد ریاضی کاربردی دانشگاه یاسوج

۳- کارشناسی فیزیک دانشگاه شیراز

۴- آموزگار اداره آموزش و پرورش شهرستان گچساران

Khoshnoodi.h12@gmail.com

چکیده

سواد عاطفی توانایی تشخیص، درک، مدیریت و بیان مناسب احساسات است. همچنین شامل حساسیت به احساسات دیگران و همدلی است. سواد عاطفی مهارت مهمی برای دانش‌آموزان است که می‌توانند به طور مؤثر ارتباط برقرار کنند، با چالش‌ها کنار بیایند، روابط مثبت ایجاد کنند و رفاه خود را افزایش دهند. در اینجا چند نکته بر اساس نتایج جستجو آورده شده است: سواد عاطفی را می‌توان در سطوح پایه آموزش داد. استراتژی‌ها و منابع مختلفی وجود دارد که معلمان می‌توانند از آنها برای کمک به دانش‌آموزان برای توسعه مهارت‌های سواد عاطفی خود استفاده کنند، مانند خواندن کتاب‌هایی که احساسات مختلف را بررسی می‌کنند، استفاده از کلمات و برچسب‌های احساسات، تمرین تکنیک‌های ذهن آگاهی و خودتنظیمی، درگیر شدن در نقش‌آفرینی و سناریوها، و ارائه بازخورد و تمجید سواد عاطفی با مغز شروع می‌شود. احساسات اطلاعات بیولوژیکی هستند که بر تفکر، یادگیری و رفتار ما تأثیر می‌گذارند. وقتی دانش‌آموزان احساسات قوی مانند ترس، خشم یا غم را تجربه می‌کنند، مغز آن‌ها ممکن است به حالت مبارزه-فرار-انجماد برود که عملکردهای شناختی آنها را مختل می‌کند. بنابراین، برای معلمان مهم است که کلاس‌های درس از نظر عاطفی ایمن ایجاد کنند که در آن دانش‌آموزان احساس ارزش، احترام و حمایت کنند. مطالعه حاضر به بررسی موضوع سواد عاطفی در مدرسه و در دانش‌آموزان می‌پردازد.

کلمات کلیدی: هوش هیجانی، سواد عاطفی، مدرسه، آموزش، احساسات



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

مقدمه

در عصر پیشرفته علم و فناوری، اغلب ما در مورد سلامت عاطفی یا سواد تقریباً در هر بخش، چه مؤسسات آموزشی و چه در محل کار، بحث کرده‌ایم. اهمیت سواد عاطفی در سال‌های اخیر زمانی که موارد خودکشی، افسردگی، اضطراب، عزت نفس پایین و سایر مسائل مربوط به سلامت روان در میان جوانان و بزرگسالان افزایش یافت، آشکار شد. پرداختن به احساسات خود هرگز موضوع مهمی برای بحث در نظر گرفته نمی‌شد، بلکه بیشتر به صورت کلیشه‌ای و مبهم مفهوم سازی شده بود. اما قبل از ورود به درک گسترده‌تر از سواد عاطفی، ما همچنین باید ایده‌ای در مورد اصطلاح سواد عاطفی داشته باشیم؟ (Salovey & Mayer, 1990)

سواد عاطفی به عنوان توانایی درک عواطف، احساسات و راه‌های ارتباط با الگوی عاطفی در نظر گرفته می‌شود. این یک مهارت مهم برای هر انسانی است که بر خود بسازد تا بتواند با هر تحول یا تغییر احساسی کنار بیاید. کلود اشتاینر، روان‌درمانگر، اصطلاح سواد عاطفی را ابداع کرد. او این اصطلاح را به عنوان «توانایی درک احساسات، توانایی گوش دادن به دیگران و همدلی با احساسات آنها و توانایی ابراز عواطف به صورت سازنده» توصیف کرد. روان‌درمانگر همراه با تعریف، پنج بخش سواد عاطفی را پیشنهاد کرد:

- شناخت احساسات خود
- داشتن حس همدلی
- یاد بگیرد که احساسات خود را مدیریت کند
- ترمیم مشکلات عاطفی و
- تعامل عاطفی
- اهمیت سواد عاطفی در آموزش (Steiner, 1984)

همراه با معلمان، والدین و مراقبان نیز از سلامت عاطفی کودک آگاه می‌شوند. با این حال، درک احساسات کودک برای والدین بسیار دشوار می‌شود زیرا ابراز احساسات با متغیرهای زیادی مانند ترس از قضاوت شدن، درک نکردن ضریب عاطفی آنها، ایستادن در مقابل آنها و ترس از پذیرش و غیره همراه است. اما مهمتر از همه، درک والدین از سواد عاطفی مهم است زیرا به فرزندان کمک می‌کند تا بفهمند چگونه به احساسات و محرک‌های عاطفی پاسخ دهند. به عنوان مثال، بسیاری از کودکان در سنین پایین، زمانی که چیزی را که می‌خواهند به دست نمی‌آورند، تمایل به عصبانیت دارند و در بیشتر موارد، والدین یا فرزندان خود را سرزنش می‌کنند و رفتار آنها را نادیده می‌گیرند تا آن را رها کنند. (Bocchino, 1999)

اما در عوض، والدین باید سعی کنند به فرزندان خود بفهمانند که این رفتار معتبر است و برای مقابله با احساساتی که از سر گذرانده‌اند، همدلی نشان دهند. در این صورت، ممکن است به راحتی عصبانیت کودکان را کاهش ندهد. با این حال، با گذشت زمان، کودک نیز عادی بودن احساسات را درک می‌کند، که در ابراز احساسات خود نسبت به والدین خود نیز شفاف می‌شود. ایجاد سواد عاطفی خوب در بین کودکان به شکستن سپری که شکاف بین کودکان و والدین را پر می‌کند، کمک می‌کند و کودک را تشویق می‌کند تا بیشتر در مورد احساسات خود صحبت کند. (Bocchino, 1999)

مرحله نوجوانی زمانی است که کودک دچار تغییرات عاطفی مختلفی می‌شود. با این حال، سطح احساسی در اوج خود باقی می‌ماند، مانند خشم، هیجان، شادی، اشتیاق و سایر احساسات مرتبط. گاهی اوقات، نوجوانان تمایل دارند در مسیرهای



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

نامطلوبی قرار بگیرند که زندگی آنها را مختل می کند. با این حال، مهم است که نوجوانان جوان را درک کنند که نوع احساساتی که در دوره نوجوانی از آنها پیشی می گیرد معتبر و طبیعی است. عواطف سرشار در میان نوجوانان صرف نظر از شرایط آنها معتبر است. بنابراین، معلمان، والدین و همسالان باید به کودک نوجوان عواطف خود را که کاملاً معتبر است درک کنند و به دنبال راههایی برای مقابله با احساسات خود باشند. یک کودک نوجوان به جای رعایت یک قانون سختگیرانه برای رفتار به شیوه ای خاص، باید احساسات خود را با شفاف نگه داشتن همه چیز و ایجاد فضای مثبت برای رشد کودک و مقابله با متغیرهای عاطفی خود بیان کند. (Bocchino, 1999)

تعریف سواد عاطفی

سواد عاطفی راهی برای «بودن» است نه فقط «انجام دادن». این یک رویکرد آموزشی در رابطه با سبک تدریس و محیط یادگیری است که می توانید با دانش آموزان خود به عنوان یک رویکرد اجتماعی برای گنجاندن توسعه دهید. (Salovey & Mayer, 1990)

در ابتدا آن را به عنوان نوعی «هوش اجتماعی» تعریف کردند که افراد را قادر می سازد بین احساسات و اعمال ناشی از آن تمایز قائل شوند. پس نقش معلم این است که محیط آموزشی امن اما غنی و چالش برانگیزی را فراهم کند که در آن کودکان آزاد باشند تا از نظر اجتماعی و عاطفی رشد کنند و در عین حال از نظر تحصیلی پرورش یابند. (Mia Kellmer, 1986)

از هرم سلسله مراتب نیازهای معروف مزلو استفاده کرد تا یک نظریه ساده شده برای نیازهای کودکان ایجاد کند. اساساً تنها زمانی که کودک از نظر عاطفی در محیط خود احساس امنیت و امنیت کند، چالش و ریسک مورد نیاز برای یادگیری را بر عهده می گیرد. یادگیری جدید اعتماد به نفس ما را به چالش می کشد، ما برای غلبه بر ناامیدی یا اعتراف به اشتباهات خود به انعطاف پذیری نیاز داریم. بسیاری از کودکان به سادگی برای انجام این کار آماده نیستند و به حمایت ما نیاز دارند تا چالشی را که از تمسخر در امان است، کشف کنند. یادگیری عمیق موفقیت آمیز تنها زمانی می تواند اتفاق بیفتد که نه تنها برای آنچه درست است، بلکه برای تلاش و راه حل هایی که از طریق همکاری پیدا می شوند، به رسمیت شناخته شود و تحسین شود. این نوع محیط حمایت کننده و در عین حال چالش برانگیز، که در آن همکاری با «داربست» برای حمایت و گسترش یادگیری تشویق می شود، از اصول سازنده گرایی اجتماعی پیروی می کند که به کودکان اجازه می دهد تا از طریق توسعه عزت نفس، کنترل خود و مهارت های اجتماعی به یادگیرندگان مستقل شکوفا شوند. (Mia Kellmer, 1986)

دلایل اهمیت سواد عاطفی

سواد عاطفی هنوز یک حوزه نسبتاً جدید و در حال رشد در آموزش است و بر اساس تئوری هوش هیجانی (گاهی اوقات به عنوان EI یا EQ شناخته می شود)، توانایی پردازش اطلاعات هیجانی است. این نظریه معمولاً توسط سالوی و مایر در سال ۱۹۹۰ ایجاد شده است، اصطلاح "هوش عاطفی" پیوند ساده ای را بین حوزه عاطفی و شناختی ایجاد می کند. امروزه کار آنها از طریق تحقیقات معاصر پشتیبانی می شود (Smith 2004; Blakemore 2005) که به ما می گوید که مغز نقش اصلی را در پاسخ عاطفی ایفا می کند. به عنوان مثال می دانیم که قشر پیش پیشانی در فرآیندهای اجتماعی، شناختی و عاطفی مانند تنظیم توجه، درد، کنترل خود، انعطاف پذیری و خودآگاهی درگیر است و به نظر می رسد که نسبت به محیط بسیار



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

حساس است. ما همچنان می دانیم که مغز ما بین حواس و احساسات ما ارتباطات قوی و حیاتی برقرار می کند. (Damasio, ۲۰۰۳)

از هوش هیجانی در محافل آموزشی اغلب به عنوان سواد عاطفی یاد می شود، اصطلاح "سواد" یک فرآیند یا مفهوم عملی را نشان می دهد که می توان "خواندن" را به فرد آموزش داد. من معتقدم یک عنصر ذاتی در احساسات وجود دارد که از طریق پرورش دقیق می توان آن را توسعه و اصلاح کرد و سپس مهارت‌های بیشتری را آموزش داد تا به آنچه ممکن است به عنوان سواد عاطفی شناخته شود، توسعه یابد. تحقیقات اولیه سالوی و مایر در طی ۱۰ سال گذشته از طریق آثار دانیل گولمن (۱۹۹۶؛ ۱۹۹۸) مجدداً شکل گرفته و در سطح بین المللی رایج شده است. گولمن این موضوع را مطرح کرد که هوش هیجانی و اجتماعی در محل کار و برای یک زندگی موفق بیشتر از هوش متعارف مرتبط است. (Damasio, 2003)

سالوی و مایر هوش هیجانی را متشکل از ۴ شاخه متمایز می دانستند که به زبان ساده عبارتند از ادراک، تفکر، درک و مدیریت. اینها می توانند به عنوان پایه ای برای ۵ حوزه برای سواد عاطفی که توسط گولمن (۱۹۹۶) مطرح شده است، دیده شوند. استراتژی مهر و موم (۲۰۰۵) مبتنی بر پنج جنبه اصلی مشابه است: خودآگاهی، مدیریت احساسات، همدلی، انگیزه و مهارت های اجتماعی که برای توسعه سواد عاطفی اساسی در نظر گرفته می شوند. (Blakemore, 2005)

کار هوارد گاردنر (۱۹۸۳) در مورد هوش های چندگانه را می توان به عنوان دیدگاهی موازی در نظر گرفت و تأثیر قابل توجهی بر آموزش و یادگیری داشته است. نظریه او بر گستردگی هوش ها از جمله هوش بین فردی و درون فردی تأکید دارد که هر دو به سواد عاطفی مربوط می شوند. هوش بین فردی، به در نظر گرفتن سایر افراد و حالات عاطفی آنها و هوش درون فردی، شناخت و مدیریت موفقیت آمیز احساسات خود مربوط می شود. بنابراین، ایده سواد عاطفی چیز جدیدی نیست، اما نشان دهنده آگاهی روزافزون از ماهیت چند وجهی هوش، و اهمیت درک ارتباط آن به عنوان رویکردی برای یادگیری و آموزش است. (Blakemore, 2005)

نهادهای حاکم، پیامدهای بالقوه رفتار مخرب یا در واقع سازگارانه را که مشکلات عاطفی زیربنایی را پنهان می کند، تشخیص می دهند که معلمان اغلب احساس می کنند صلاحیت رسیدگی به آنها را ندارند. در کریستی و همکاران نیز حمایت وجود دارد. (۱۹۹۹) برای این ادعا که بسیاری از کودکان فقدان همدلی را نشان می دهند که حرفه ای بودن معلم را به چالش می کشد. با این حال معلمان موفق می توانند و می توانند رشد آگاهی درون فردی و عزت نفس را تشویق کنند. اگر حتی عنصر شناختی کوچکی برای احساسات وجود داشته باشد، همانطور که شارپ (۲۰۰۱) اذعان می کند، مهارت های کنترل و درک باید در قالب سواد عاطفی پرورش، آموزش و تمرین شود. برای اینکه این مهارت ها واقعاً مؤثر باشند، باید نه تنها توسط معلمان فردی، بلکه به عنوان کل جامعه مدرسه شامل کارکنان آموزشی و غیرآموزشی، الگوسازی و آموزش داده شوند. (Weare, 2007)

معتقد است که شواهد بی چون و چرای برای حمایت از رویکرد کل مدرسه به سواد عاطفی وجود دارد. یک ملاحظاتی اساسی در شکل گیری تعریف خود، تفاسیر فردی متفاوتی است که هر یک از کارکنان در رابطه با تجربه گذشته ایجاد کرده اند. برای این پروژه مهم بود که این آگاهی از تفاوت های فردی و شخصی در درک به رسمیت شناخته شود و تا جایی که ما توانستیم، درک مشترکی از سواد عاطفی ایجاد شد، که اجازه ساخت اعتبار یا تمرکز مشترک، روشن و مشترک را می داد. مشاهدات را در همان نور اندازه گیری کنید. برای این منظور کارکنانی که بلافاصله در پروژه شرکت کردند، هرکدام درک شخصی خود را از



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

سواد عاطفی نوشتند. پس از تأمل همراه با بحث در مورد درک و مطالعه شخصی ما، تعریف زیر به عنوان درک مشترک ما در آن زمان مورد توافق قرار گرفت و با والدین مهدکودک به اشتراک گذاشته شد. این شامل تشخیص ما از تفاوت‌ها هم در بین خودمان و هم در بین دانش‌آموزان می‌شود و نیاز به پذیرش کودکان را همانطور که هستند به دلیل تجربه‌های متفاوت زندگی‌شان قدردانی می‌کند. من معتقدم که این سطح فردی از پذیرش برای سواد عاطفی اساسی است. سواد عاطفی عبارت است از آگاهی و درک توسعه یافته از احساسات خود و دیگران. این اطلاعات تفکر ما را هدایت می‌کند و در ارتباطات و رفتار ما بیان می‌شود. علاوه بر این، این درک این است که افراد به روش‌های مختلف احساسات را احساس می‌کنند و بنابراین بسته به تجربه زندگی خود واکنش‌های متفاوتی دارند (Green, & Tchinelé, 2004)

ارائه ابزارها، مهارت‌ها و فرآیندهای سواد عاطفی به معلمان

تمرکز در اینجا بر ارائه ابزارها، مهارت‌ها و فرآیندهای سواد عاطفی به معلمان برای کار با کودکان دبستانی است تا کودکان و کلاس‌های درس را با قلب حفظ کنند. چنین کلاس‌هایی دارای زبان سواد عاطفی هستند که عمدتاً غیرکلامی است و زندگی احساسی فعالی دارد که برای کودکان و معلمان به طور یکسان قابل لمس است و بافت فرآیند آموزش و یادگیری را زنده می‌کند و رنگ می‌بخشد. وظیفه بازگرداندن قلب کلاس پیچیده است و پارامترهایی که این کار را تعریف و محدود می‌کنند به شرح زیر است. (Damasio, 2003)

۱. بازیابی هوش قلبی کودکان در کلاس‌های درس

سیستم‌های مدرسه‌ای در فرهنگ‌های غربی بر روان‌شناسی متمرکز شده‌اند که سر را از قلب جدا می‌کند. روانشناسی با جداسازی روشنفکر از جنبه‌های انگیزشی و عاطفی تفکر و برتری که به جنبه‌های شناختی تفکر داده شده است، آسیب دیده است. او پیشنهاد کرد که حذف تمام عناصر احساس از تفکر غیرممکن است. رفتارگرایی شناختی روانشناسی است که بخشی از ذهن را طرد می‌کند. بخش مهم ذهن، زندگی عاطفی، رها کردن افراد "به عنوان روح روی یخ... موجودات سرد و بی جان و عاری از هر گونه آرزو، ترس، غم، درد و لذت". در تلاشی برای جبران این نابرابری، گولمن (۱۹۹۶) نیاز به توسعه هوش هیجانی به اندازه هوش شناختی را استدلال کرد که او آن را دانستن چگونگی ابزار احساسات، مدیریت خلق و خو، همدلی با دیگران، ایجاد انگیزه در خود و تمرین مهارت‌های بین فردی تعریف کرد. بنابراین برای مثال، همدلی توسط بومیان و جزایر تنگه تورس، آمریکایی‌های لاتین، آنگلو ساکسون‌ها و در زمینه‌های سیاسی متفاوت بیان می‌شود. هوش هیجانی زمینه‌ای است و دارای کیفیت‌های مختلفی است که گولمن (۱۹۹۵) برخی از آنها را شناسایی کرده است. منشأ آن نه در مغز در سر، بلکه در مغز در قلب است که اکنون توسط اندرو امور در تحقیقات خود در مورد احساسات (۲۰۰۷) شناسایی شده است. آنچه در اینجا پیشنهاد می‌شود یک مدل ارتعاشی از زندگی عاطفی است که ترجیحاً "زندگی احساسی" نامیده می‌شود که هوش قلب یک پدیده ارتعاشی است و قلب‌ها به معنای واقعی کلمه در پاسخ به انرژی‌هایی تا دو متر در اطراف می‌لرزند. آنها را این هوش قلبی مک‌کراتی «شهود» را نام می‌برد و پیشنهاد می‌کند که این حسی است که ما را قادر می‌سازد برای آنچه در شرف وقوع است آماده شویم. سوالی که در کلاس درس مطرح می‌شود این است که آیا تجربیات هوش قلبی را تشخیص می‌دهیم یا انکار می‌کنیم یا با استفاده از یک دستور کار صرفاً شناختی بر ارزش آن غلبه می‌کنیم. این کتاب بر روشی برای ادغام تجربیات قلبی در فرآیندهای یادگیری شناختی تمرکز می‌کند، به طوری که هیچ یک از رابطه ضعیف یا مردود دیگری با یکدیگر ادغام



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

نمی شوند، بلکه قلب و قلب ادغام می شوند، قلب فرآیندهای تفکر را القا می کند و نرم می کند و فرآیند تفکر را روشن می کند. قلب در رقص حمایت متقابل در بدن کودک. (Golman, 1996)

آموزش فراگیر و نه ویژه در آموزش

این تقسیم بین هوش شناختی و هوش هیجانی منجر به تایید و پاداش دادن به کودکانی شده است که می توانند احساسات خود را به پارادایم غالب تعالی بخشند و به کودکانی که زندگی عاطفی خود را تعالی نمی بخشند برچسب زده و آسیب شناسی کنند، حتی زمانی که این کودکان از نظر رشد جسمی یا ذهنی هستند. درون گروه هنجاری کودکانی که غم و اندوه و فقدان خود را از طریق آسیب رساندن به خود یا کناره گیری ابراز می کنند. کودکانی که از طریق پرخاشگری یا عدم تبعیت ابراز ناامیدی و یا سوء استفاده می کنند. کودکانی که طرد شده و رها شده اند و به خود آسیب می زنند یا عمل می کنند، فقط برای نام بردن چند دسته از تجربه ها، برچسب «آشفته گی عاطفی» داده شده اند و برای چندین دهه به کلاس آموزش ویژه فرستاده می شوند. با این حال، غم و اندوه و از دست دادن، خشم، ترس از طرد شدن هسته اصلی هستند. ۲ آموزش فراگیر و نه ویژه در آموزش، این تقسیم بین هوش شناختی و هیجانی منجر به تایید و پاداش دادن به کودکانی شده است که می توانند احساسات خود را به پارادایم غالب تعالی بخشند و به کودکان برچسب و آسیب شناسی کنند. که زندگی عاطفی خود را تعالی نمی بخشند، حتی زمانی که این کودکان از نظر رشد جسمی یا ذهنی در گروه هنجاری قرار دارند. کودکانی که غم و اندوه و فقدان خود را از طریق آسیب رساندن به خود یا کناره گیری ابراز می کنند. کودکانی که از طریق پرخاشگری یا عدم تبعیت ابراز ناامیدی و یا سوء استفاده می کنند. کودکانی که طرد شده و رها شده اند و به خود آسیب می زنند یا عمل می کنند، فقط برای نام بردن چند دسته از تجربه ها، برچسب «آشفته گی عاطفی» داده شده اند و برای چندین دهه به کلاس آموزش ویژه فرستاده می شوند. با این حال، غم و اندوه و از دست دادن، خشم، ترس از طرد شدن هسته اصلی هستند. (Green, & Tchinlé, 2004)

تمرکز بر کودکان ابتدایی

تمرکز بر کودکان دبستانی و کلاس های درس آنهاست، زیرا در اینجا جدا شدن سرها از هوش قلبی واقعاً با شور شروع می شود که کودکان را برای مقابله با ترن هوایی های عاطفی نوجوانی مجهز نمی کند. فرآیندها و ابزارهای ارائه شده در این کتاب به صورت توسعه ای برای کلاس مدرسه ابتدایی طراحی شده است. علاوه بر این، مطالعات رضایت معلم نشان می دهد که مهمترین عنصر رضایت معلم دبستان، رابطه و محبت نسبت به دانش آموزان است در واقع، هدف بسیاری از معلمان دبستان ایجاد پیوندهای عاطفی قوی با دانش آموزانشان است و این کتاب از فرآیند کلاس درس برای توسعه سواد عاطفی و در نتیجه بهبود کیفیت چنین رابطه ای پشتیبانی می کند. (Roffey, 2008)

احساس زندگی در درجه اول کودکان نه معلمان

در حالی که زندگی احساسی معلم بخش مهمی از قلب کلاس درس است و فصل نهم به این موضوع مهم اختصاص دارد، تمرکز اصلی این کتاب بر زندگی احساسی کودکان در کلاس درس است. همچنین، زندگی احساسی معلم بسیار پیچیده است و شامل ویژگی های احساسی معلم مؤثر، دلبستگی های عاطفی و فراقکنی های معلمان، تأثیرات سلسله مراتب اقتدارگرا،



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

فرآیندهای نتیجه برنامه درسی با استرس بالا و خواسته‌های بیش از حد و ناتوان‌کننده بوروکراتیک است به خودی خود کتاب می‌خواهد. در اینجا تمرکز بر زندگی احساسی معلم در روابط با کودکان در کلاس درس در زمینه ایجاد و حفظ یک کلاس درس با قلب از طریق آموزش سواد عاطفی است. (Roffey, 2008)

کلاس درس نه محدودیت‌های سازمانی

در نهایت، یکی از تأثیرات عمیق بر توانایی معلمان در ایجاد و پردازش زندگی احساسی دانش‌آموزان ابتدایی، نادیده گرفتن زندگی احساسی کودکان دبستانی توسط سیاست‌های آموزشی و بوروکراسی‌های اداری است که دستور کار مدارس را تعیین می‌کند. این دستور کارها بر سواد شناختی متمرکز هستند، گویی این تنها سواد ارزشمند است و به طور فزاینده‌ای منطقی می‌شود، و با اقدامات رفتاری مانند اهداف، نتایج، عملکردها، شایستگی‌ها و مهارت‌ها به صورت شناختی هدایت می‌شود. این پارادایم عقل‌گرایانه برای توسعه سیاست بازتاب عقیم بودن دستور کار عقل‌گرایی اقتصادی است که در حال حاضر بر جامعه حاکم است. در حالی که تولید کالاها و خدمات اقتصادی افزایش می‌یابد، کیفیت آن کاهش می‌یابد و ما با اپیدمی مشکلات روانی ناشی از احساس ناامیدی، سرکوب‌شده و نادیده گرفته شده مردم مواجه هستیم. این چارچوب سازمانی خردگرا، توانایی معلم را برای ایجاد کلاسی که در آن سواد عاطفی پرورش داده شود، محدود می‌کند. چارچوب عقلانی حاکم بر سیاست گذاری آموزشی امروز باید در سطح کلان به چالش کشیده شود. با این حال، اصلاحات بوروکراتیک محور این کتاب نیست، حتی اگر تأثیر محدودکننده آن بر معلمان و دانش‌آموزان اذعان شود. در عوض، این کتاب بر روی آنچه که ما می‌توانیم برای احیای قلب کلاس انجام دهیم تمرکز دارد (Figueroa-Sánchez, 2008).

توسعه سواد عاطفی در سطوح پایه

این کاری است که معلمان می‌گویند زمانی که دانش‌آموزان در مدرسه ابتدایی پیشرفت می‌کنند و وارد محیط‌های پرفشار دبیرستان و راهنمایی می‌شوند، سود پرداخت می‌کند: «اگر کاری را که قرار است در زمان انتقال از دوران کودکی به مهدکودک انجام دهیم، پس وقتی آنها در کلاس دوم هستند، آنها می‌توانند از این مهارت‌ها استفاده کنند. و آنها می‌توانند آنها را با هم‌کلاسی‌های خود در کلاس سوم و چهارم به اشتراک بگذارند. شما اختلال نخواهید داشت. شما فقط می‌توانید آموزش دهید.» در عین حال، پایان دوره ابتدایی نباید نشانه‌ای از اتمام این کار باشد: مهم است که به زمان اختصاص داده شده برای انجام فعالیت‌های رشدی مناسب در کلاس‌های راهنمایی و دبیرستان، زمانی که نوجوانان هنوز به حمایت زیادی نیاز دارند، ادامه دهیم (Figueroa-Sánchez, 2008).

در اینجا تمرین‌هایی وجود دارد که به بچه‌ها در سطوح مختلف کلاس کمک می‌کند تا دایره واژگان را توسعه دهند و مهارت‌های سواد عاطفی را برای درک بهتر و مشارکت مؤثرتر در دنیای اطراف خود تمرین کنند.

واژگان احساسات را زودتر بسازید



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

موريس الياس ، استاد روانشناسی در دانشگاه راتگرز می نویسد: در کلاس های اولیه، "کودکان باید بتوانند این احساسات را تشخیص دهند و به دقت برجسب گذاری کنند: غمگین، دیوانه، خوشحال، ترس، متعجب، ناراحت، نگران و مغرور." او می گوید استفاده از کارت های فلش یا کتاب های تصویری را در نظر بگیرید - تعداد زیادی هستند که به طور خاص بر احساسات متمرکز شده اند، اما کتاب های تصویری و فصلی درباره موضوعات دیگر اغلب طیف گسترده ای از احساسات (و حالات چهره همراه) را در بر می گیرند و خوراک غنی برای مکالمات فراهم می کنند. الياس پیشنهاد می کند که با دانش آموزان جوان، «ابتدا درباره احساساتی که در تصاویر می بینند بپرسید». اگر درست می گویند، از آنها بپرسید که چگونه می دانند. چه درست باشد یا نه، به انواع روش های نشان دادن احساسات اشاره کنید. (Golman, 1996)

فرصت هایی برای ابراز احساسات ایجاد کنید

اختصاص زمان به موضوع احساسات دانش آموزان این پیام را ارسال می کند که احساسات دانش آموزان «در کلاس درس معتبر و خوشایند است و رفاه عاطفی آنها مهم است. یا یک چک کردن سریع گل رز و خار را امتحان کنید که در آن بچه ها گل رز را به اشتراک می گذارند - اتفاق مثبتی که در آن روز برای دانش آموزی رخ می دهد - و خارهایی که کمتر از مثبت یا حتی منفی هستند. الکس شورین ونت، معلم کالج محلی ، می گوید، روشن کنید که دانش آموزان می توانند «سطح آسیب پذیری خود را انتخاب کنند». بررسی های رز و خار فرصت هایی برای دانش آموزان است تا با همسالان خود آسیب پذیری عاطفی را تمرین کنند. این سطح راحتی مستقیماً به توانایی به اشتراک گذاشتن نظرات و ریسک های تحصیلی در زمینه های دیگر ترجمه می شود (Burman, 2009).

۱-۱-۱ به کودکان بیاموزید که چگونه "احساس خود را تغییر دهند"

وقتی معلمان به دانش آموزان فضایی می دهند تا ساکت شوند و درباره جایی که در آن هستند فکر کنند، این یک روش مشخص برای آنها برای تمرین مهارت های هوش هیجانی مانند خودآگاهی و خود مدیریت است. بالارد که یک بار در هفته یک تمرین تمرکز حواس را در کلاس درس خود انجام می دهد، می گوید: «فرضیه این است که اگر بتوانید این کار را انجام دهید، آنگاه برای تعامل با محیط خود به روشی پیشگیرانه، به جای واکنشی بسیار، مجهزتر هستید. در طول تمرین، دانش آموزان در یک دایره می ایستند، روی تنفس خود تمرکز می کنند و سپس توجه خود را به بازتاب معطوف می کنند. بالارد خاطر نشان می کند: "گاهی اوقات ما در مورد موضوعی که قرار است در کلاس بحث کنیم، فکر می کنیم." من همیشه یک دقیقه را صرف این می کنم که همه، از جمله خودم، روی نحوه ظاهر شدنمان در فضا تمرکز کنند. ما همیشه مطمئن می شویم که بدون قضاوت نسبت به خودمان چگونه ظاهر می شویم.» بالارد می گوید: فواید این تمرین - کاهش استرس، تقویت حافظه کاری و کاهش واکنش عاطفی - باعث می شود که این تمرین «دیگر لذت بخش نباشد، بلکه یک ضرورت باشد» (Burman, 2009).

به کودکان بیاموزید که چگونه احساس خود را تغییر دهند



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

هنگامی که دانش‌آموزان ریچاردسون در شناسایی و بیان احساسات خود احساس راحتی کردند، او راهبردهایی را معرفی کرد که می‌توانستند از آنها برای تغییر مثبت احساسات خود در موقعیت‌های مختلف استفاده کنند: برای مثال از یک بزرگسال کمک بخواهند، یا در یک فضای آرام اختصاصی استراحت کنند، و از کلمات استفاده کنند. یک درگیری ریچاردسون می‌نویسد: «به تدریج متوجه شدم که این واژگان در مکالمات و همکاری دانش‌آموزان نمایان می‌شود. «مشاهده‌ها صرفاً به دور شدن دانش‌آموزان ختم نشد. با حمایتی، آنها می‌توانستند درباره آن صحبت کنند و در کلاس به کار خود ادامه دهند.

اوکیم بالارد، معلم دبیرستان، می‌گوید: وقتی معلمان به دانش‌آموزان فضایی می‌دهند تا ساکت شوند و درباره جایی که در آن هستند فکر کنند، این یک روش مشخص برای آنها برای تمرین مهارت‌های هوش هیجانی مانند خودآگاهی و خودمدیریتی است. بالارد که یک بار در هفته یک تمرین تمرکز حواس را در کلاس درس خود انجام می‌دهد، می‌گوید: «فرضیه این است که اگر بتوانید این کار را انجام دهید، آنگاه برای تعامل با محیط خود به روشی پیشگیرانه، به جای واکنشی بسیار، مجهزتر هستید. در طول تمرین، دانش‌آموزان در یک دایره می‌ایستند، روی تنفس خود تمرکز می‌کنند و سپس توجه خود را به بازتاب معطوف می‌کنند. بالارد خاطرنشان می‌کند: "گاهی اوقات ما در مورد موضوعی که قرار است در کلاس بحث کنیم، فکر می‌کنیم." من همیشه یک دقیقه را صرف این می‌کنم که همه، از جمله خودم، روی نحوه ظاهر شدنمان در فضا تمرکز کنند. ما همیشه مطمئن می‌شویم که بدون قضاوت نسبت به خودمان چگونه ظاهر می‌شویم.» بالارد می‌گوید: فواید این تمرین - کاهش استرس، تقویت حافظه کاری و کاهش واکنش عاطفی - باعث می‌شود که این تمرین «دیگر لذت‌بخش نباشد، بلکه یک ضرورت باشد» (Knight, 2014).

در نظر گرفتن دیدگاه‌های دیگر را تمرین کنید. مغز ما دائماً در تلاش است تا نیات، احساسات و باورهای دیگران را استنباط کند - چیزی که روانشناسان از آن به عنوان نظریه ذهن یاد می‌کنند - تا بتوانیم در تعاملات اجتماعی مختلف پاسخ مناسبی بدهیم. برای اکثر بچه‌ها، این کار پیچیده‌ای است، و سوءتفاهم‌ها اغلب حتی برای باهوش‌ترین افراد از نظر اجتماعی بروز می‌کند. تحقیقات تئوری ذهن معتقد است که توانایی ما برای پیش‌بینی اینکه دیگران چگونه رفتار خواهند کرد، یک توانایی رشدی است: «کودکان - از سال‌های اولیه تا اواسط کودکی و نوجوانی تا بزرگسالی - درک خود و دیگران و همچنین موقعیت‌های مبهم را تغییر می‌دهند و توسعه می‌دهند. و عواطف و طعنه،" نویسندگان یک مطالعه اخیر توجه داشته باشند. آنها می‌افزایند که خانواده‌ها، همسالان و به ویژه مدارس می‌توانند تأثیر قابل توجهی بر این پیشرفت داشته باشند.

(Knight, 2014)

تمرین‌هایی که به بچه‌ها اجازه می‌دهد درباره آنچه که دیگران ممکن است تجربه یا احساس کنند فکر کنند، در دنیای درونی دیگران زندگی کنند تا درک خود را توسعه دهند - در حین خواندن با صدای بلند یا مستقل، از بچه‌ها می‌خواهند برای لحظه‌ای داستان را ورق بزنند و بگویند. برای مثال، آن را از نگاه یک شخصیت دیگر می‌تواند سازنده باشد. یا یک فعالیت شنیداری انعکاسی را امتحان کنید: پس از چندین ماه توسعه واژگان عاطفی، دانش‌آموزان در کلاس درس ریچاردسون با هم جفت شدند و با ترسیم از نمودار لنگر بصری، «به نوبت احساسات خود را بیان کردند، زبان شریک زندگی خود را منعکس کردند، و زمانی را که احساس کردند را به یاد آوردند. به همین ترتیب، او می‌نویسد (Knight, 2014).

سواد عاطفی به عنوان یک رویکرد به یادگیری و آموزش



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

قبلاً، شرحی از زمینه پروژه، برنامه ریزی تحقیقات اولیه و یافته های پایه ارائه کردم. اینها بر اساس مشاهدات و تأمل قابل توجهی بر روی تعاملات اجتماعی در مهدکودک بود و باعث ایجاد سوال اقدام پژوهی شد ... اگر سواد عاطفی در مرحله پیش دبستانی به عنوان بخشی از زمان روزانه گروه های کوچک و در طول فعالیت های مهدکودک به یک تمرکز آشکار تبدیل شود، آیا این امر توانایی کودکان را برای بیان احساسات و مدیریت رفتار اجتماعی خود تقویت می کند. من همچنین این ایده را مطرح کردم که سواد عاطفی راهی برای بودن است نه فقط انجام دادن. این یک رویکرد آموزشی در مورد سبک تدریس و محیط یادگیری است، اکنون در نظر بگیرید که چگونه می تواند روی تمرین شما تأثیر بگذارد. این ایده ها بر اهمیت ایجاد حس تعلق از طریق استفاده از گروه های کوچک برای آموزش مهارت های خاص در چارچوب حمایتی تأکید می کنند. این رویکرد یکپارچه و همدلانه به یک فلسفه تدریس و یادگیری مشترک بستگی دارد، که سواد عاطفی را در برنامه درسی مرکزی قرار می دهد، عزت نفس و استقلال بیشتر دانش آموز را توسعه می دهد. (Winans, 2012)

چالش های سواد عاطفی دانش آموزان

ما با سواد عاطفی متولد نشده ایم. این باید در طول زندگی ما توسعه یابد. با این حال، مانند بسیاری از جنبه های توسعه، اگر در جوانی ظاهر نشود، این خطر وجود دارد که هرگز به اندازه کافی توسعه پیدا نکند. به همین دلیل است که چنین تمرکزی روی افزایش سواد عاطفی در کودکی وجود دارد. متأسفانه عوامل متعددی ممکن است برای جلوگیری از پیشرفت آن واسطه شوند:

یک عامل بیولوژیکی است. برخی از کودکان دارای مزاج معتدل دشواری هستند که به راحتی خود را به درون نگری و تنظیم نمی دهد. سایر کودکان، مانند آنهایی که دارای ناتوانی های رشدی هستند، به سادگی استعداد مشابهی برای باسواد شدن عاطفی ندارند. عامل اصلی دیگر محیطی است: حمایت والدین و خانواده. آیا افراد خانه شما بیان و شناسایی احساسات را ترویج می کنند؟ بسیاری از خانواده ها بی تفاوت تر هستند و در نشان دادن احساسات خود مشکل دارند. خانواده های دیگر در تنظیم احساسات خود مشکل دارند و مشاجره های مکرر یا مشکلاتی در مدیریت خشم دارند. هنگامی که شما با سواد عاطفی احاطه نشده اید، توسعه آن بسیار سخت تر است. این امر باعث می شود آنچه در خارج از خانه اتفاق می افتد مهم تر شود. و کودکان بیشتر وقت خود را بیرون از خانه در مدرسه می گذرانند. بنابراین، این سوال پیش می آید: آیا معلمان سواد عاطفی را ترویج می کنند؟ اگرچه برخی از معلمان و کارکنان مراقبت از کودکان از سواد عاطفی آگاه هستند، اما این موضوعی نیست که به اندازه برخی جنبه های دیگر رشد مورد توجه قرار گرفته باشد. در نتیجه، ممکن است به اندازه ای که برای جبران هر گونه کسری از زندگی خانگی آنها لازم است، با کودکان تبلیغ نشود. (Hein, 2013)

یک مشکل دیگر ماهیت تعامل اجتماعی امروزی است. در دنیای امروز، ما در گوشی ها، تبلت ها و رایانه هایمان دفن شده ایم. ما زمان بیشتری را صرف ارسال پیامک و زوم می کنیم تا زمانی که در یک اتاق انجام می دهیم. در نتیجه، فرصت کمتری برای درگیر شدن در تعاملات معنادار رودررو با دیگران وجود دارد. به طور کلی، ما در جامعه ای کمتر کنونی نسبت به قرن گذشته زندگی می کنیم. علاوه بر این، انتظارات ما از پسران و دختران متفاوت است. به دلیل هنجارهای جنسیتی اجتماعی، این باور وجود دارد که پسران و مردان نباید احساسات خود را ابراز کنند. بنابراین، پسران فرصت های یکسانی برای توسعه سواد عاطفی دریافت نمی کنند و به دختران در درک احساسات و توسعه همدلی مزیت می دهند. (Oksuz, 2016)



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

بالاخره بچه ها از همیشه شلوغ ترند. فعالیت‌ها مطمئناً مزایای خود را دارند، اما یک نقطه ضعف این است که مشغله زیاد از اجتماعی شدن عادی جلوگیری می‌کند. یادتان هست زمانی که بچه بودید و وقت آزاد برای معاشرت با دوستان داشتید؟ شما با یکدیگر صحبت کردید و فعالیت‌های خود را طراحی کردید. اکنون، بچه‌ها خوش شانس هستند که زمان‌های برنامه‌ریزی نشده قابل توجهی دارند. و وقتی این کار را می‌کنند، اغلب از دور به یکدیگر پیام می‌دهند. (Oksuz, 2016)

نتیجه گیری

از زمان پیدایش، مفهوم سواد عاطفی به درستی توجه و تحسین جهانی را به خود جلب کرده است و همچنین بحث‌هایی را در مورد کاربرد آن برانگیخته است. دلیل جذابیت زندگی با سواد عاطفی به دلیل پتانسیل آن برای تغییر و بهبود قابل توجه کیفیت زندگی و رفاه کلی افراد از هر طبقه است. این کتاب همچنین دستورالعمل‌های جامعی را ارائه می‌دهد که باید در حوزه‌های مختلف مدرسه، محل کار و خانه دنبال شوند. (Hein, 2013).

بسیاری از محققان از این دستورالعمل‌ها برای ایجاد برنامه‌های آموزشی متناسب با تنظیمات مختلف ساخته شده‌اند. برای کنترل احساسات یک مهارت قدرتمند است و خطر سوء استفاده احتمالی از آن برای دستکاری احساسات دیگران به دلایل غیراخلاقی وجود دارد. از سوی دیگر، برخی از سازمان‌ها در حال حاضر از آن به عنوان معیار دیگری برای بررسی استعداد عاطفی کارکنان به جای ارتقای نگرش‌ها و رفتارهای محل کار استفاده می‌کنند. (Hein, 2013)

سواد عاطفی می‌تواند یک اصطلاح بسیار عالی و بزرگ به نظر برسد. بیایید ابهام زدایی کنیم! محققین سالویو و مایر این اصطلاح را در سال ۱۹۹۷ ابداع کردند. آنها می‌گویند که سواد عاطفی توانایی شناخت، درک و مدیریت احساسات خود و دیگران است. اگر صادق باشیم، انجام این کار برای بزرگسالان عصبی سخت است، نه کمتر از دانش آموزان جوان ما! با این حال، بزرگی تعریف نباید ما را از اولویت دادن به این مهارت حیاتی باز دارد. وقتی مفهوم سواد عاطفی دانش آموزان خود را هدف قرار می‌دهیم، آنها را برای زندگی آماده می‌کنیم.

در اینجا ۳ دلیل وجود دارد که چرا هدف قرار دادن این مهارت برای کلاس‌های درس ما و آینده دانش آموزان ما ضروری است. (Oksuz, 2016)

ارتباطات خوب مهارت‌های سواد عاطفی دارند.

وقتی رفتارهای چالش برانگیزی مانند فرار، ضربه زدن و جیغ زدن را می‌بینیم، اغلب به این دلیل است که دانش آموز احساسات خود را تعیین نکرده است و/یا آن احساسات را به دیگری که می‌توانند حمایت کنند بیان نکرده است. در حالی که احساس می‌کنیم احساسات ما بسیار مهم است و صادقانه باید تشویق شود، این رفتارها این قدرت را دارند که یادگیری را کاملاً از مسیر خارج کنند! وقتی یک کودک می‌تواند بگوید: "من آنقدر ناامید هستم که نمی‌توانم این پاسخ را دریافت کنم!" یا "من واقعاً غمگین هستم زیرا پدرم دیشب برای یک سفر کاری طولانی رفت" - این یک کلید به ما می‌دهد. ما می‌توانیم به تعیین استراتژی‌های مقابله‌ای مفید و مؤثر برای آنها کمک کنیم، همدلی را گسترش دهیم و حمایت‌هایی ارائه کنیم که بتواند آنها را از طریق آن احساسات راهنمایی کند. برخی از دانش آموزان همیشه آماده یا قادر به شناسایی احساسات خود نیستند. (Figueroa-Sánchez, 2008).

افراد با سواد عاطفی همدل هستند.



وقتی بتوانیم احساسات خود را شناسایی کنیم، همدلی را با دیگران آسان تر می کنیم. وقتی دانش آموزی دیروز در طول تعطیلات ناامیدی خود را شناسایی کرد و امروز هم همسالانش همان ناامیدی را شناسایی کرد، می توان همدلی را راحت تر پرورش داد. دانش آموزان می توانند با شخصیت هایی در کتاب ها و فیلم هایی ارتباط برقرار کنند که احساسات مشابهی را تجربه می کنند که می دانند قبلاً احساس کرده اند. بدون سواد عاطفی، این تجربیات به هم می ریزند زیرا کودکان نمی توانند با احساسی که مطمئن نیستند قبلاً آن را احساس کرده اند، ارتباط برقرار کنند. (Winans, ۲۰۱۲)

سواد عاطفی یک مهارت ملموس زندگی است.

من فکر می کنم همه ما می توانیم قبول کنیم که سواد عاطفی یک مهارت زندگی است. ما نمی توانیم با بزرگتر شدن در کودکی، نوجوانی و بزرگسالی موفق باشیم مگر اینکه بتوانیم سواد عاطفی را تجسم کنیم. دانش آموزان به مهارت شناسایی احساسات خود نیاز دارند تا بتوانند به کمک مورد نیاز خود دسترسی پیدا کنند، مهارت های مقابله ای را انتخاب کنند که واقعاً از آنها حمایت می کند و بنابراین می توانند با دیگران همدردی کنند (Burman, 2009).

بنابراین، بیایید عملی شویم. چگونه این را آموزش دهیم؟

ما باید با دانش آموزان خود تمرین کنیم تا احساسات خود و دیگران را شناسایی کنیم. افزودن چک کردن احساسات روزانه در بالای روز، الگوبرداری از ابراز احساسات خود به عنوان معلم، تمرین در گروه های کامل و کوچک با تصاویر کارتونی ها و عکس های واقعی، و پیش بینی احساسات شخصیت ها در داستان ها عالی است. (Burman, 2009).

مراجع

۱. دلدار، رضوی، مجید رضا، & فقیه نیا. (۲۰۲۲). تأثیر آموزش سواد رسانه ای بر میزان استفاده از شبکه های اجتماعی و بهبود بلوغ عاطفی دانش آموزان دوره دوم متوسطه. فناوری آموزش، ۱۶(۲)، ۴۰۱-۴۱۲.
۲. بهادر مطلق، غلام، احمدی، غلامعلی، نصری، صادق، & امام جمعه. (۲۰۲۳). طراحی برنامه درسی آموزش سواد عاطفی برای دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان. دوفصلنامه مطالعات برنامه درسی آموزش عالی.
۳. Alemdar, M., & Anılan, H. (2022). Reflection of social capital in educational processes: Emotional literacy and emotional labor context. *Asia Pacific Education Review*, ۲۳(۱), ۲۷-۴۳.
۴. Benner, G. J., Filderman, M. J., Barnard-Brak, L., Pennefather, J., Smith, J. L. M., & Strycker, L. A. (2023). Evidence of efficacy of the Integrated Literacy Study Group professional learning program to enhance reading instruction for students with emotional and behavioral disorders. *Psychology in the Schools*, 60(1), 182-198.
۵. Blakemore, S. J., Bristow, D., Bird, G., Frith, C., & Ward, J. (2005). Somatosensory activations during the observation of touch and a case of vision-touch synaesthesia. *Brain*, 128(7), 1571-1583.
۶. Bocchino, R. (1999). *Emotional literacy: To be a different kind of smart*. Corwin Press.
۷. Burman, E. (2009). Beyond 'emotional literacy' in feminist and educational research. *British educational research journal*, 35(1), 137-155.
۸. Damasio, A. (2003). Feelings of emotion and the self. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1001(1), ۲۵۳-۲۶۱.

