



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

زمان چاپ: ۱۴۰۰/۰۳/۱۵

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

نقش آموزش در تاب آوری فردی دانش آموزان

مریم فتاحی^۱، سودا اکبری خودلان^۲، راضیه حسن زاده دهستانی^۳ محمد جباری^۴، فاطمه بیعتی فرد^۵

۱- کارشناسی علوم تربیتی، پیام نور آبادان

۲- کارشناسی ارشد زبانی و ادبیات فارسی، دانشگاه شهید چمران اهواز

۳- کارشناسی علوم تربیتی، پیام نور ارزوییه

۴- کارشناسی مهندسی شیمی، دانشگاه شیراز

۵- کارشناسی علوم تربیتی، پیام نور

M.fatahi@gmail.com

چکیده

آموزش، تاثیر بسیار شگرفی بر تاب آوری دانش آموزان دارد؛ تاب آوری فردی، یکی از مهم‌ترین مفاهیمی است که می‌تواند به دانش آموزان کمک کند تا در مواجهه با چالش‌ها و استرس‌های زندگی، به بهترین شکل ممکن با آن‌ها برخورد کنند. آموزش در تاب آوری فردی دانش آموزان از جمله: آموزش مهارت‌های مقابله با استرس، تقویت اعتماد به نفس، آموزش مهارت‌های حل مسئله، توانمندسازی اجتماعی و آموزش مهارت‌های تفکر مثبت نقش دارد. با توجه به این نکات، آموزش مهارت‌های تاب آوری فردی به دانش آموزان می‌تواند بهبود عملکرد و کیفیت زندگی آن‌ها را افزایش دهد و آن‌ها را برای مواجهه با چالش‌های زندگی آماده کند. بنابراین با توجه به اهمیت دوران نوجوانی در زندگی افراد، هدف این مقاله بررسی نقش آموزش در تاب آوری فردی دانش آموزان می‌باشد؛ و روش تحقیق حاضر از نوع توصیفی است؛ و از نظر هدف کاربردی می‌باشد و با استفاده از کتب و مقالات معتبر علمی گرد آورده شده است.

کلید واژه: تاب آوری، دانش آموزان، آموزش



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

۱- مقدمه

دانش آموزان، ظرفیت های مهمی دارند که شکوفاسازی آنها شرط لازم و اساسی موفقیت و توسعه جوامع امروزی است، اما وجود عوامل خطر آفرین متعدد در این مسیر همواره آسیب های کوتاه مدت و بلندمدت فردی و اجتماعی را در پی داشته است. بسیاری از دانش آموزان در زمان تحصیل با موقعیت های مشکل ساز اجتماعی و آموزشی در کلاس خانه و اجتماع مواجه میشوند که میتواند به شکست آنها در مدرسه منجر شود و زندگی آینده آنان را با ضعف و ناتوانی روبه رو کند (فاستر ، ۲۰۱۳) با وجود این بسیاری از تحقیقات نشان داده اند دانش آموزانی هستند که با وجود قرار گرفتن در موقعیت های فشارزا، مشکل ساز و تهدید کننده به موفقیت می رسند؛ و سطوح بالای تحصیلی را تجربه می کنند (خلف ، ۲۰۱۴؛ هیتون ، ۲۰۱۳). این فرایند، تاب آوری تحصیلی نامیده می شود؛

به گفته آلوا (۱۹۹۱)، دانش آموزانی که تاب آوری تحصیلی دارند، حتی در صورت وجود رویدادها و شرایط استرس زا که می تواند آنها را در معرض خطر عملکرد ضعیف و در نهایت ترک تحصیل قرار دهد، انگیزه بالایی دارند و عملکرد خوبی دارند. اساساً، چارچوب تاب آوری تحصیلی با دیدگاه های سنتی متفاوت است. زیرا به جای تمرکز بر عواملی که بر شکست دانش آموزان تأثیر می گذارند، به این موضوع می پردازد که چگونه دانش آموزان می توانند در شرایط سخت به موفقیت برسند. این هرگز به معنای کنار گذاشتن دانش آموزان مشکل دار و تمرکز بر دانش آموزان با بهترین عملکرد نیست، بلکه با التزام به تاب آوری و تلاش برای ایجاد و ارتقای آن و فراهم کردن بسترهای لازم برای شکل گیری دانش آموزان تاب آور، می توان اقدامات مفیدتری را در این مسیر انجام داد. با توجه به این توضیحات، این پژوهش با هدف بررسی عوامل موثر بر تاب آوری تحصیلی دانش آموزان، با استفاده از ذخیره نظری و پیشینه پژوهشی موجود در سه سطح فردی، خانوادگی و مدرسه ای و همچنین موقعیت و اهمیت هر مقطع برای تعیین کردن، پیش بینی تاب آوری تحصیلی برای تدوین سیاست های مناسب در این زمینه عمل می کند.

دانش آموزان در طول تحصیل با شرایط سخت تحصیلی مواجه می شوند. و اگر درست عمل نکنند، سلامت روانشان به خطر می افتد که منجر به افت تحصیلی، نگرش منفی نسبت به تحصیل و حتی ترک تحصیل می شود. از طرفی انجام رفتار مناسب در این مواقع موجب احساس رضایت، شادی، امید و نگرش مثبت به تحصیل می شود. این نکته نشان می دهد که برای رویارویی مناسب با چالش های تحصیلی باید یاد گرفت که با نشاط زندگی کرد. . به طوری که می توان از رفتارهایی که برای آموزش پیشگیرانه کردی مضر است پرهیز کرد (فولادی، کجباف و قمرانی، ۱۳۹۵). با توجه به اینکه بخش زیادی از کودکان و نوجوانان در محیط آموزشی قرار دارند، شناخت دشواری های آموزشی و راه های انجام آن ضروری است. مقابله با این مشکلات؛ بنابراین بهتر است پیشایندها را با عوامل موثر بر توانایی دانش آموزان در مواجهه با چالش های تحصیلی که باعث نشاط می شود (مارتین و مارش، ۲۰۰۸). شناسایی کرد. از طرفی مشکلات بین فردی دانش آموزان می تواند بر جنبه های مثبت آموزش آنها تأثیر بگذارد و نیاز به مداخله در این زمینه وجود دارد.

تاب آوری به سه دلیل در آموزش بسیار مهم است. اول، انتظارات معلم از دانش آموز را تحت تأثیر قرار می دهد، زیرا خود معلم الگویی برای نشان دادن رفتار انعطاف پذیر است (هندرسون و میلستون، ۲۰۰۳). ثانیاً، فرآیند تدریس دشوار و پیچیده است و



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

معلم را می‌طلبند که با ابهامات، مشکلات و مشکلاتی که در کلاس با آنها مواجه می‌شود به درستی و منطقی برخورد کند، و این مستلزم داشتن یک سبک رفتاری قوی است. معلم به مدعی نیاز دارد تا استرس خود را مدیریت کند و از سوی دیگر برای حفظ انگیزه و تعهد به حرفه معلمی در طول زمان باید وظایف خود را به درستی انجام دهد (هارگریوز و فینک، ۲۰۰۶). ثالثاً، تاب‌آوری توانایی حل مشکلات، بازیابی سریع راه‌حل‌های ممکن و اقدام شجاعانه در رابطه با مسائل مختلف به‌طور مؤثر و دقیقاً با احساس تعهد به خود مدیریتی و داشتن انگیزه در آموزش برای عملکرد کل‌نگر تعریف می‌شود. از میان آنها مرتبط هستند (ابراهیمی قوام، ۱۳۹۰).

مبانی نظری و ادبیات پژوهش

تعریف آموزش

آموزش به مجموعه‌ای از فعالیت‌ها و روش‌هایی گفته می‌شود، که به منظور انتقال دانش، مهارت‌ها، ارزش‌ها و نگرش‌ها به افراد انجام می‌شود. هدف اصلی آموزش، افزایش دانش و توانایی‌های فردی است تا افراد بتوانند بهترین عملکرد را در زندگی خود انجام دهند.

آموزش می‌تواند به صورت رسمی و غیررسمی ارائه شود و می‌تواند در محیط‌های مختلفی از جمله مدارس، دانشگاه‌ها، آموزشگاه‌ها، مراکز آموزشی و حتی آموزش آنلاین انجام شود.

روش‌های آموزش ممکن است شامل محاضرات، کلاس‌های عملی، کارگاه‌ها، نمونه‌های عملی، تمرین‌ها، پروژه‌ها و استفاده از فناوری‌های آموزشی مختلف باشد. به طور کلی، آموزش به فرآیندی گفته می‌شود که با ارائه محتوا، تسهیل یادگیری و ارزیابی عملکرد دانش‌آموزان، آن‌ها را به سمت تحقق اهداف آموزشی و توسعه توانایی‌هایشان هدایت می‌کند.

تاریخچه آموزش

تاریخچه آموزش به عنوان یک فعالیت اساسی و حیاتی برای توسعه انسان‌ها، به دوران باستان بازمی‌گردد. در زمان‌های قدیم، آموزش و یادگیری به صورت شفاهی و از طریق تجربه و تماشای انجام می‌شد. از آن زمان تا امروز، فرآیند آموزش تحولات زیادی را پشت سر گذاشته است. در ادامه به برخی از مهمترین مراحل تاریخچه آموزش اشاره خواهیم کرد:

۱. دوران باستان: در این دوران، آموزش و یادگیری از طریق تجربه، تماشای شفاهی و تمرین انجام می‌شد. معلمان و مربیان از طریق داستان‌ها، افسانه‌ها و تجربیات شخصی خود دانش و مهارت‌ها را به نسل‌های جوان‌تر منتقل می‌کردند.

۲. دوران میانه: در این دوران، مراکز آموزشی مانند مدارس و دانشگاه‌ها تأسیس شدند. آموزش به صورت رسمی‌تر و سازمان‌یافته‌تر ارائه می‌شد و محتوای آموزشی توسعه یافت.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

۳. دوران جدیدتر: با پیشرفت فناوری و انقلاب صنعتی، روش‌های آموزشی نیز تغییر کردند. استفاده از کتب درسی، تکنولوژی‌های آموزشی، آموزش آنلاین و آموزش مبتنی بر مهارت‌ها و توانایی‌های عملی به شکل گسترده‌تری مورد استفاده قرار گرفت.

امروزه، آموزش به عنوان یکی از اصلی‌ترین راهکارها برای توسعه انسانی و اجتماعی در سطح جهانی شناخته شده است و تلاش‌های بیشتری برای بهبود کیفیت و دسترسی به آموزش در سراسر جهان انجام می‌شود.
انواع آموزش

آموزش به شکل‌های مختلفی ارائه می‌شود، که هر کدام ویژگی‌ها و مزایا و معایب خاص خود را دارند. برخی از انواع آموزش معروف عبارتند از:

۱. **آموزش رسمی:** این نوع آموزش در مدارس، دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزشی رسمی ارائه می‌شود. دارای برنامه‌ها و سرفصل‌های آموزشی مشخصی است و با ارزیابی و صدور مدارک تحصیلی همراه است.

۲. **آموزش غیررسمی:** این نوع آموزش خارج از سیستم آموزش رسمی ارائه می‌شود و ممکن است به صورت خصوصی یا در محیط‌های غیررسمی مانند کلاس‌های آموزشی خصوصی، کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی مختلف ارائه شود. هر یک از این انواع آموزش می‌توانند نقش مهمی در توسعه فردی و اجتماعی ایفا کنند و بسته به نیازها و هدف‌های آموزشی، انتخاب شوند.
تعریف تاب آوری فردی

تاب‌آوری یک مفهوم روان‌شناختی است که به توانایی یک فرد برای مقابله با استرس، فشارها، بحران‌ها و مواجهه با مشکلات و چالش‌های زندگی اشاره دارد. فرد تاب‌آور، توانایی دارد تا با تغییرات و مواقع سخت زندگی به خوبی سازگاری پیدا کند و به سرعت از تجربیات منفی به عنوان یک فرصت برای رشد و توانمندی‌های جدید استفاده کند.

نقش آموزش بر تاب آوری فردی دانش‌آموزان

آموزش می‌تواند نقش مهمی در تقویت و توسعه تاب‌آوری فردی دانش‌آموزان داشته باشد. این نقش می‌تواند از طریق ارائه مهارت‌ها، اطلاعات و تجربیات مربوط به تاب‌آوری صورت گیرد.

تاب‌آوری شامل چندین عنصر است که شامل موارد زیر می‌شود:

۱. **پذیرش و تسلیم:** تاب‌آوری به معنای پذیرش و تسلیم واقعیت‌های زندگی است و فرد قادر است با قبول واقعیت‌ها و وضعیت‌های موجود، بهترین تصمیمات را برای مقابله با آن‌ها بگیرد.
۲. **قدرت داشتن بر احساسات:** تاب‌آوری شامل توانایی مدیریت و کنترل احساسات منفی و استرس است تا فرد بتواند با احساسات خود به خوبی کنار بیاید و بهترین تصمیمات را بگیرد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

۳. **انعطاف پذیری**: تاب‌آوری نیازمند انعطاف‌پذیری و توانایی سازگاری با تغییرات و شرایط مختلف است تا فرد بتواند به بهترین شکل ممکن با مواقع سخت زندگی روبرو شود.

۴. **پشتیبانی اجتماعی**: حضور پشتیبانی اجتماعی و ارتباطات مثبت با خانواده، دوستان و افراد معنی‌دار در زندگی فرد نقش مهمی در تاب‌آوری او دارد.

۵. **خود آگاهی**: فرد تاب‌آور نیازمند شناخت خود و احساسات و نیازهای خود است تا بتواند به بهترین شکل ممکن با چالش‌ها و مشکلات زندگی روبرو شود

به طور کلی، تاب‌آوری مهارت‌های مهمی را شامل می‌شود که فرد را قادر می‌سازد تا با چالش‌های زندگی به بهترین شکل ممکن مقابله کند و از تجربیات منفی به عنوان فرصت‌هایی برای رشد و ارتقاء استفاده کند.
روش تحقیق

روش تحقیق حاضر از نوع توصیفی است؛ و از نظر هدف کاربردی می‌باشد، با استفاده از کتب و مقالات معتبر علمی گردآوری شده است

نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش آموزش بر تاب‌آوری فردی دانش‌آموزان می‌باشد؛ با توجه به اسننتاج مطالب مقاله حاضر دریافتیم که، آموزش می‌تواند نقش مهمی در کنترل و تقویت تاب‌آوری دانش‌آموزان داشته باشد. روش‌هایی از جمله آموزش مهارت‌های حل مسئله، تقویت انعطاف‌پذیری، آموزش خودآگاهی، آموزش پشتیبانی اجتماعی و... می‌تواند به کنترل تاب‌آوری دانش‌آموزان کمک کند. پس به طور کلی با ارائه آموزش‌های مناسب و متناسب با نیازهای دانش‌آموزان، می‌توان تاب‌آوری فردی آن‌ها را تقویت کرد و آن‌ها را برای مواجهه با چالش‌های زندگی آماده کرد.

منابع

۱) منابع فارسی

ابراهیمی، قوام صغری (۱۳۹۰) رابطه تاب‌آوری و رضایت مندی شغلی در میان معلمان مدارس عادی و استثنایی شهر تهران روانشناسی افراد استثنایی، (۱)۱، ۶۷-۸۲.

شعبانی، حسن (۱۳۹۰) مهارت‌های آموزشی روشها و فنون تدریس، تهران: به، چاپ بیست و چهارم شکاری عباس (۱۳۹۱) تاثیر یادگیری مشارکتی بر رشد مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان دوماهنامه علمی - پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی ۵ (۱): ۳۷-۳۱

صادقیان، نبی اله (۱۳۸۱) ویژگیهای مدرسه اثر بخش و کارآمد مجله رشد معلم دوره هیجدهم، شماره ۶. صادقی، عباس حسینی فاطمه (۱۳۸۷) بررسی دیدگاههای دانشجویان در مورد تدریس مطلوب در دانشگاه گیلان، مجله آموزش عالی ایران ۱۲۳-۱۴۸ (۲)۱



صافی، احمد (۱۳۸۳). مدیریت و برنامه ریزی در آموزش و پرورش تهران: انتشارات اداره کل آموزشهای ضمن خدمت وزارت آموزش و پرورش چاپ چهارم.

صیادپور، زهره صیادپور مرجان (۱۳۹۶). بررسی تأثیر یادگیری مشارکتی بر اضطراب و انگیزه پیشرفت تحصیلی نشریه: پژوهش در نظام های آموزشی شماره زمستان ۱۳۹۶ دوره ۱۱، شماره ۳۹، ص ۷-۱۳.

فولادی، اسماء، کجباف محمد باقر و، قمرانی امیر (۱۳۹۵) اثر بخشی آموزش سرزندگی تحصیلی بر موفقیت تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی دانش آموزان دختر مجله آموزش و ارزشیابی، ۱۱(۴۲) ۳۷-۵۳

محمدی فر، محمد علی، & شیرازی نقندر، سمیه. (۱۴۰۱). بررسی تأثیر آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت پذیری، تاب آوری و امیدواری دانش آموزان دختر مقطع متوسطه. مشاوره مدرسه، ۲(۱)، ۱-۱۵. doi: ۱۰.۲۲۰۹۸/jsc.۲۰۲۲.۱۰۶۶۱.۱۰۳۶

۲) منابع انگلیسی

- ۱) Alva, S. (۱۹۹۱). Academic invulnerability among mexican-american students: the importance of protective and resources and appraisals. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, ۱۳, ۱۸-۳۴.
- ۲) Foster, T. A. (۲۰۱۳). An exploration of academic resilience among rural students living in poverty, unpublished doctoral dissertation, School of Education, Piedmont College.
- ۳) Hargreaves, A and Fink, D. (۲۰۰۶). Sustainable leadership, Jossey-Bass, San Francisco, CA.
- ۴) Heaton, D. (۲۰۱۳). Resilience and resistance in academically successful Latino students. Phd thesis, Utah State University <http://digitalcommons.usu.edu/etd/۱۴۹۰/>.
- ۵) Henderson, N & Milstein, M. (۲۰۰۳). Resiliency in schools: Making it happen for students and educators, Corwin Press, Thousand Oaks, California.
- ۶) Khalaf, M. A. (۲۰۱۴). Validity and reliability of the academic resilience scale in Egyptian context. *US-China Education Review*, ۴ (۳), ۲۰۲-۲۱۰.
- ۷) Martin, A. J., & Marsh, H. W. (۲۰۰۸). Academic buoyancy: Towards an understanding of students' everyday academic resilience. *Journal of School Psychology*, ۴۶(۱), ۵۳-۸۳.