

## چگونه توانستم مشکل ناخن جویدن حسین را حل کنم؟

لیدا آهنگریان

آموزگار پایه پنجم منطقه ۱۰ تهران

h.zobeiri@yahoo.com

### چکیده

بطور کلی کودکان دارای مشکلات جسمی حرکتی به دلیل مشکلاتی که در قوام عضلانی، اختلال بینایی، اختلال شنوایی، اختلالات تکلم، اشکالات ارتوپدی (وجود دفرمیتی)، ناهنجاری های دهانی و عدم تطابق دندانی، اشکالات درکی و عاطفی، اشکالات رفتاری، رفلکس های غیرطبیعی، الگوهای غلط و وضعیت بدنی غیر عادی، اختلالات حسی، ضعف در تصور بدنی دارند، موانعی را در امر آموزش مهارت های مشارکت در فعالیت های گروهی تجربه می کنند که این موضوع به نحوی عزت نفس و اعتماد به خود و رفتارهای مناسب هیجانی و اجتماعی را در آنان کاهش می دهد. در سال تحصیلی اخیر بنده با همچنین مشکلی برخورد کردم. که به خاطر مشکل دانش آموزم حسین، مشکل ناخن جویدن داشت و در فعالیت های کلاسی شرکت نمی کرد و منزوی و گوشه گیر شده بود و دچار افت تحصیلی شده بود. بنابراین سعی کردم مشکل ناخن جویدن و عدم مشارکت در فعالیت های کلاسی و گوشه گیری وی را حل کنم. و باعث پیشرفت درسی وی شوم.

واژگان کلیدی: مهارت، اعتماد به نفس، عدم مشارکت، مشکل جسمی، توانمندی.

## مقدمه

علم از آن نقطه و آن زمان آغاز شد که بشر به فکر حل مسائل مختلف زندگی افتاد. به عبارت دیگر، تاریخ تولد بشر است. بشر اولیه برای حل مسائل و مشکلات خود از ابتدایی ترین مرحله شروع کرد و به کمک برخی از روابط تجربی قادر شد پیرامون خویش را کم و بیش بشناسد و بدین طریق پیچ و تاب و فراز و نشیب هستی آگاه شد (دلاور، ۱۳۸۰، ص ۳). یکی از این علوم، علم روانشناسی است. منظور از روانشناسی، علاوه بر پیشرفت علمی و صنفی بهبود بخشیدن به زندگی انسان نیز هست. این علاقه روزافزون روانشناسان به مسائل روزمره و علمی بشر، موجب شده است که دانش ما در افراد، به ویژه کسانی که دچار مشکلات روانی هستند، به طور قابل ملاحظه ای افزایش یابد. عدم سازش و وجود اختلالات رفتار در جوامع انسانی بسیار مشهود و فراوان است (کریم زاده، ۱۳۸۸، ص ۵۵) در هر طبقه و صنفی و در هر گروه و جمعی، اشخاص نامتعادلی زندگی می کنند. بنابراین در مورد همه افراد، اعم از کارگر و دانش پژوه، پزشک و مهندس، زارع، استاد دانشگاه و غیره، خطرابتلا به ناراحتیهای روانی وجود دارد. به عبارت دیگر هیچ فرد انسانی در برابر امراض مصونیت ندارد (شاملو، ۱۳۷۸، ص ۱۱). رفتار ناخن جویدن و انزوا طلبی و عدم مشارکت در فعالیت های گروهی، یکی از رفتارهای نسبتاً شایع است که فرد را به شدت آزار می دهد و اگر درمان نشود فرد را به سمت و سوی مشکلات دیگری مثل عدم اعتماد به نفس، افسردگی، اضطراب و زود رنجی سوق خواهد داد. عدم احساس توانمندی و کمی عزت نفس و نیز ناتوانی در بروز احساسات، بیان افکار و نظریات، خود باعث جدایی فرد از فعالیت های گروهی است. (ناصری، ۱۳۸۴، ص ۹۸). گوشه گیری از نظر لغوی به معنای تنها و مجرد و در خلوت نشستن و از جمع کناره گرفتن است. گوشه گیر کسی است که از مردم دوری می کند و عزلت می گزیند و بدان وسیله خود را با محیط اطراف سازگار می سازد، البته هر نوع عزلت و در تنهای ماندن گوشه گیری تلقی نمی شود هر انسان گاه گاهی دوست دارد تنها باشد تا به خود شناسی و حل مشکلات زندگی بپردازد گوشه گیری زمانی حالت بیماری پیدا می کند که فرد از آمیزش با جمع و هموعان بیزار و بیمناک باشد در این مورد اگر گوشه گیری بموقع درمان نشود به پیدایش حالات روانی شدید و افسردگی منجر می شود. (شفیع آبادی، ۱۳۷۴، ص ۹۴).

## بیان مسئله

ناتوانی های جسمانی می توانند بر توانایی حرکت فرد، استفاده کارآمد از دست ها و پاها، بلعیدن غذا و تنفس اثر بگذارد. همچنین این نوع ناتوانی ها می توانند بر شناخت، گفتار، زبان، بینایی، شنوایی و کنترل روده تاثیر گذارد. بنابراین هر قدر اطلاعات ما به عنوان معلم، والدین و برنامه ریزان در خصوص معلولین جسمی حرکتی بیشتر باشد، توانایی بیشتری برای بهره گیری از خدمات پزشکی، آموزش مهارت های مشارکت در فعالیت های گروهی و اجتماعی خواهیم داشت. ناتوانی های جسمانی می تواند به شکل فلج مغزی، شکاف ستون فقرات، آسیب های نخاعی و پلاسیدگی عضلانی دیده شود، فلج مغزی شایع ترین نوع آسیب در این دانش آموزان می باشد. معلولین جسمی حرکتی از لحاظ فراوانی یکی از کوچک ترین و در عین حال متفاوت ترین گروه ها در میان کودکان استثنایی هستند. در بین معلولین جسمی - حرکتی شیوع فلج مغزی در حدود ۴ تا ۵ در ۲ هزار تولد زنده است. این ارقام با توجه به متغیرهای گوناگون متفاوت است. برای مثال برخی کودکان با شکل های شدیدی از فلج مغزی به دنیا می آیند و نمی توانند ادامه بدهند و شیوع تولدهای زنده این کودکان را که می میرند در بر نمی گیرد. برخی از این کودکان نیز ممکن است چند ماه یا چند سال بعد از تولد تشخیص داده شوند. تصادفات، حوادث، مسمومیت ها، بیماری های مزمن و عوارض ناشی از آنها، عوامل ژنتیکی، سوء تغذیه مادر، سن بالای مادر، دارو، اشعه، استعمال دخانیات و... می توانند سبب بروز نوعی نارسایی حرکتی در فرد شوند. مشکل ناخن جویدن نیز علل گوناگونی دارد. عوامل گوناگونی همچون بیماری های حاد، کمبود اکسیژن مغز، تولد زود رس، عفونت مادری، ضربه حین تولد، ناسازگاری خون، عفونت جنین و عفونت پس از تولد همگی می تواند موجب این اختلال عصب شناختی - حرکتی شود. دانش آموز مورد مطالعه در این اقدام پژوهی هم از مشکل ناخن جویدن رنج می برد که باعث گوشه گیری و عدم اعتماد به نفس و عدم مشارکت در فعالیت های کلاسی در وی شده بود.

### توصیف وضعیت موجود و بیان مسئله

در سال تحصیلی جاری، با عنایت خداوند، مشغول به خدمت در پست مشاور شدم. مدرسه در مرکز شهر احداث شده است. در سال تحصیلی اخیر در میان دانش آموزانم با موردی برخورد نمودم که دچار مشکل ناخن جویدن بود و همین موضوع باعث شده بود که وی منزوی و گوشه گیر شود و اعتماد به نفس پایینی داشته باشد و در فعالیت های کلاسی شرکت نکند. در درس ها ضعیف عمل کند او با دوستانش نمی جوشید و سرش همواره پایین و در ردیف یکی مانده به آخر کلاس نشسته بود. حسین را از وقتی شناختم و به رفتار او حساس شدم که، مادرش برای شرکت در جلسه مشاوره به دعوت معلم به دبستان آمده بود. در این اقدام پژوهی من تصمیم گرفتم مشکل حسین را برطرف نموده و او را به فعالیت های کلاسی علاقه مند سازم. مشکلات درسی وی را بهبود بخشم. هدف اصلی این پژوهش حل مشکل ناخن جویدن و بالابردن انگیزه و علاقه مند نمودن حسین به مدرسه و کلاس و درس بوده است. پژوهش حاضر به روش اقدام پژوهی انجام شده است. از اینرو برنامه ریزی جهت به موقع، اطلاع رسانی در باره شرایط ناتوانی جسمی حسین و آموزش مهارت های مشارکت در فعالیت های گروهی مهارت های جسمی - حرکتی، برای حسین بسیار ضروری است. این امر باید توسط دو نهاد مهم تربیتی یعنی اداره به شکل دقیق و برنامه ریزی شده ای دنبال شود. به همین دلیل برای رسیدن به هدفم یعنی " چگونه توانستم مشکل ناخن جویدن حسین را حل کنم؟" تصمیم به بررسی و تحقیق بیشتر گرفتم.

### جمع آوری اطلاعات برای تشخیص بهتر مسئله:

#### ۱- گردآوری داده ها (شواهد ۱)

برای ریشه یابی دقیق موضوع از روش های مشاهده، مصاحبه برای جمع آوری اطلاعات در این پژوهش در شواهد یک و دو استفاده شده است: ۱- مشاهده ۲- مصاحبه ۳- پرسشنامه ۴- شاخص های کمی که در ادامه به تشریح هر یک خواهیم پرداخت.

#### ۱- مشاهده

در اینجا با مشاهده رفتار حسین و عدم همکاری و مشارکت در کلاس هدف اقدام پژوهی زیر محیا گردید. و تصمیم گرفته شد بر روی این مسئله کار شود.

#### ۲- مصاحبه

برای حل مشکل او می بایست از شرح حال زندگیش اطلاع پیدا می کردم. گوش دادن به درد دل مادری که نگرانی از آینده فرزند دلبدش در چشمانش برق می زد و خودش داوطلبانه پیش قدم شده بود بهترین گزینه برای گرفتن اطلاعات بود. لذا کارم را با مصاحبه از مادرش شروع کردم.

#### ۳- پرسشنامه

پرسشنامه ای در بین همکاران تقسیم شد و درباره چگونگی هماهنگ کردن دانش آموز مورد نظر در فعالیت های کلاسی سوال شد که همکاران با دقت به این موضوع جواب دادند.

#### ۴- جلسه

برای آگاهی از میزان علاقه معلمان، تصمیم گرفتم جلساتی با آنان داشته باشم. موارد زیر در جلسات بیان شد: در همان هفته های اول به یکی از دغدغه های اصلی معلمان پی بردم. پس از مشورت و گفتگوهای متعدد، خلاصه نتایج بدست آمده از طریق جلسات، علل ناتوانی جسمی حسین، عبارت است از: - نگرانی از هزینه گزاف درمان - ضعف در روش مهارت های جسمی - حرکتی - عدم تمایل مراجعه به مراکز توانبخشی

#### ۵- شاخص های کمی

برای بررسی بهتر میزان علاقه معلمان در بخش شاخص های کمی از پرسشنامه استفاده شده است.

**۲- پیشینه عملی**

برای جمع آوری شواهد در زمینه علل ناتوانی جسمی، به سراغ صاحب نظران و معلمان دیگر رفتیم و نظراتشان را در این مورد جویا شدم.

**۱- نظریات معلمان**

**توجه:** از آنجا نظریات معلمان مهم بود نظرات آنان بیان گردیده است. خانم خانم اکرم صانعی معتقد بود که: این بخش از آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی برای همه معلمان واجب است و آگاه‌سازی معلمان در این زمینه ضروری می‌باشد. طبق نظر ایشان پس از نیازسنجی اولیه از معلمان باید این آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی‌ها در مدارس انجام شود. خانم اعظم سادات طباطبایی نیز بر ضرورت این آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی تأکید کرد و گفت: "با توجه به شرایط جامعه و پیشرفت تکنولوژی و... که باعث رشد شخصیت شده است، آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی حتی باید از دوره ابتدایی شروع شود". معلم کلاس خانم فاطمه معراجی در ارتباط با موضوع این طور نظر داد: "یکی از برنامه‌های مهم هر نظام آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی در جهان آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی مستمر است؛ آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی مستمر در رشد و تربیت و تکوین شخصیت تأثیر بسزایی دارد. دو نهاد خانه و اداره در انجام وظایف تربیتی مکمل یکدیگرند". تا اینجا مشخص شده بود که 100% معلمان با آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی موافقت می‌کنند. اگرچه در مورد نحوه آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی، زمان و محتوای آن نظراتی داشتند. به سراغ معلمان به عنوان افراد اصلی پژوهش رفتیم. در آغاز آنان را با هدف کارم آشنا کردم و به آنها اطمینان دادم که صحبت‌هایشان به صورت محرمانه باقی خواهد ماند. با توجه به سن و سالشان مطمئن بودم که اطلاعات زیادی در مورد آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی دارند، که البته طرح چند سوال ابتدایی مسئله را تأیید کرد. سوالات عبارت بود از: "چقدر پایبند به آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی هستید؟" "من موافق آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی هستم؟" "با اطرافیانم به یادگیری آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی می‌پردازم؟".

در پاسخ به این سوالات، نتایج زیر بدست آمد:

1- آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی می‌تواند در بهبودی مشکل ناخن جویدن حسین مؤثر باشد. ۲- آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی بر افزایش مفهوم خودتحصیلی حسین مؤثر می‌باشد. ۳- نتایج مورد انتظار آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی یادگیری بهتر و جلب مشارکت فعال حسین در جهت آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی و انتقال آموخته‌ها می‌باشد.

**شناسایی مهمترین عوامل مؤثر در ایجاد مسئله:****(تجزیه و تحلیل و تفسیر داده‌ها)****۱- بررسی‌های اولیه**

پس از گردآوری اطلاعات، برای اطمینان از صحت آن‌ها به بررسی اولیه داده‌ها پرداختیم. برای این کار، تک تک پرسشنامه‌ها را بررسی کردم تا داده‌های نامعتبر در آن‌ها وجود نداشته باشد. خوشبختانه فقط چند پرسشنامه به طور کامل پر نشده بودند و داده‌های از دست رفته داشتند که در روند تحلیل مشکلی پیش نمی‌آورد. (برای مثال در بعضی از پرسشنامه‌ها هر دو پاسخ علامت زده شده بود). بعد از بررسی داده‌های حاصل از مشاهدات و مصاحبه‌ها، موارد تکراری حذف شدند. (برای مثال چند پرسشنامه به طور کامل پر نشده بودند و بعضی از پرسشنامه‌ها هر دو پاسخ علامت زده شده بود).

**۲- ساماندهی و تجزیه و تحلیل داده ها**

پس از بررسی های اولیه و رفع تناقض های موجود، اطلاعات گردآوری شده به دقت مورد بررسی قرار گرفتند. برای تجزیه و تحلیل داده ها از نمودار استخوان ماهی استفاده شده است. قبل از ترسیم این نمودار، برای ساماندهی بهتر علل مشکل ناخن جویدن حسین، نسبت به معلمان به جامعه و خانواده و اداره، نتایج حاصله را طبقه بندی کردم. این علت ها در چهار دسته خانواده، اداره، جامعه و معلمان قرار داده می شوند و شامل موارد زیر هستند:

**۱- خانواده**

- عدم ارتباط کافی با روشهای آموزش مهارتهای مشارکت در فعالیت های گروهی - بی تجربگی و سن کم - نادانی و ناآگاهی - تأثیر آموزش مهارتهای مشارکت در فعالیت های گروهی های گروه همسالان - عدم ارتباط صحیح با معلمان - عدم ارتباط کافی با معلم - کم رویی در برقراری ارتباط

**۲- اداره**

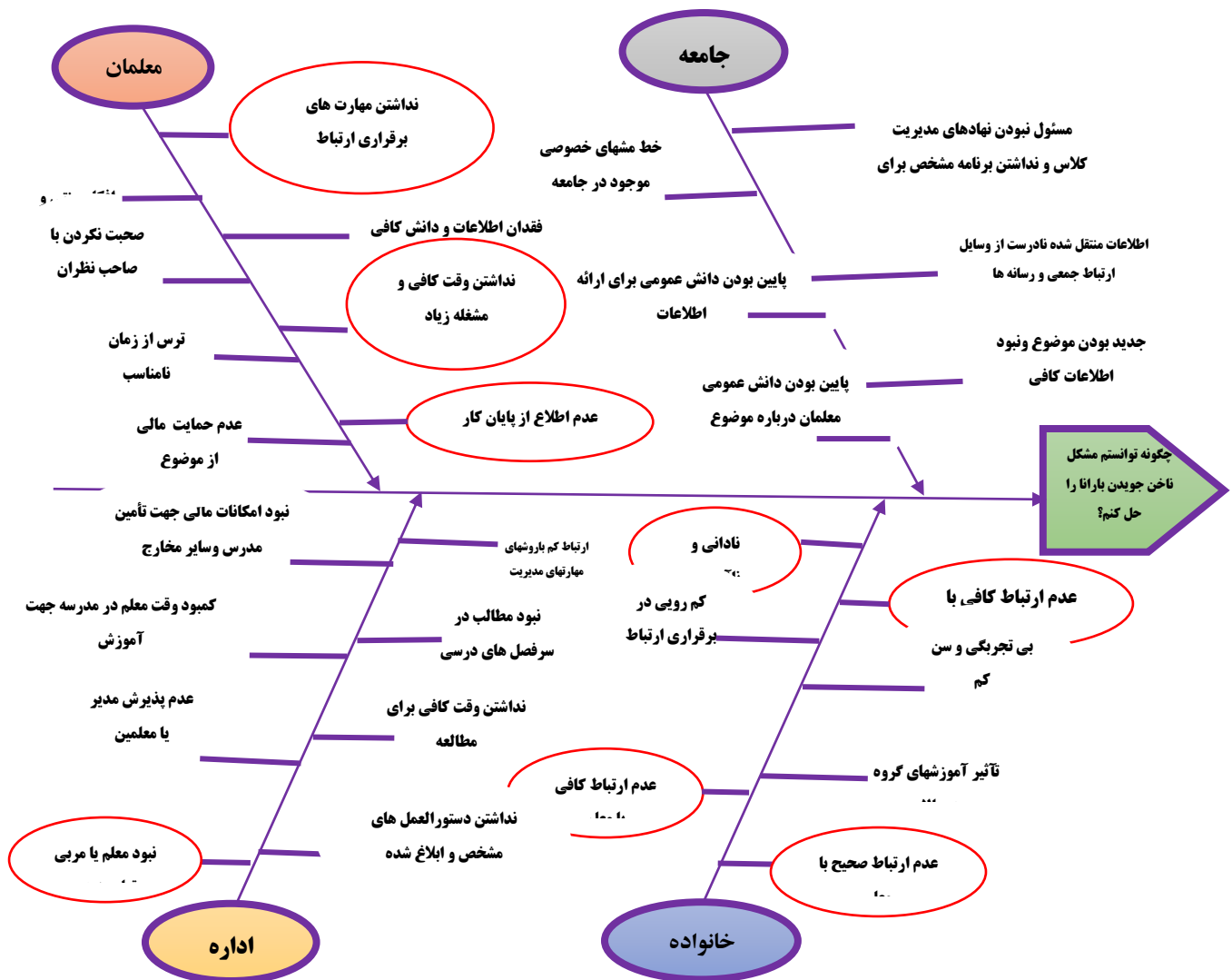
- عدم پذیرش مدیر یا معلمین - کمبود وقت معلم در اداره - نبود معلم یا مربی تعلیم دیده - نبود مطالب در سرفصل های درسی - نداشتن دستورالعمل های مشخص و ابلاغ شده - ارتباط کم با روشهای آموزش مهارتهای مشارکت در فعالیت های گروهی - نداشتن وقت کافی برای آموزش مهارتهای مشارکت در فعالیت های گروهی - نبود امکانات مالی جهت تأمین مدرس و سایر مخارج

**۳- جامعه**

- خط مشیهای خصوصی موجود در جامعه - مسئول نبودن نهادهای مدیریت کلاس و نداشتن برنامه مشخص برای آموزش مهارتهای مشارکت در فعالیت های گروهی - اطلاعات منتقل شده نادرست از وسایل ارتباط جمعی و رسانه ها - جدید بودن موضوع و نبود اطلاعات کافی - پایین بودن دانش عمومی معلمان درباره موضوع - پایین بودن دانش عمومی برای ارائه اطلاعات

**۴- معلمان**

- افکار سنتی و معمولی - فقدان اطلاعات و دانش کافی - نداشتن وقت کافی و مشغله زیاد - عدم اطلاع از پایان کار - عدم حمایت مالی از موضوع - ترس از زمان نامناسب - نداشتن مهارت های برقراری ارتباط - صحبت نکردن با صاحب نظران



نمودار ۱: نمودار استخوان ماهی آموزش مهارت های مشارکت در فعالیت های گروهی

### ۳- تفسیر داده ها

کتاب و منابع معتبر علمی و صاحب نظران، همگی بر لزوم آموزش مهارت های مشارکت در فعالیت های گروهی برای مشکل ناخن جویدن حسین به شیوه ی صحیح و در زمان مناسب تاکید دارند. (حسین یان، ۱۳۸۸، ص ۴۵). ۶۰٪ از طبقات مردم از جمله استادان، دانشجویان، فرهنگیان، با تدریس آموزش مهارت های مشارکت در فعالیت های گروهی در مدارس موافقت فرمehینی به نقل از دوایی، ۱۳۸۳، ص ۱۴-۱). پس از آموزش مهارت های مشارکت در فعالیت های گروهی و بررسی داده های بدست آمده از روش های مختلف، از تفسیر داده های نمودار استخوان ماهی کمک گرفتیم. با بررسی دقیق این نمودار به این نتیجه رسیدیم که همه عوامل تحت کنترل و قابل تغییر توسط ما نیستند، مانند نبود معلم یا مربی تعلیم دیده. که همه آنها را با خط دور قرمز نشان داده شده است.

### انتخاب راه حل مناسب، اعتبار بخشی و اجرای راه حل

پس از بررسی نهایی امکان پذیر بودن راه حل های پیشنهادی، مورد قبول واقع شدند که در اینجا نحوه اجرا و نظارت بر هر یک از راه حل های انتخابی توضیح داده می شود. بهترین راه حل ممکن محبت کردن و دادن مسئولیت بود. لذا به افرادی که در تعلیم و تربیت حسین ارتباط مسقیم داشتند، من جمله مادر، معاونت آموزشی، معاونت پرورشی، مربی ورزش توصیه شد

به حسین توجه بیشتری داشته و به او در عرصه های مختلف، مثل عضویت شورای مدرسه، بهداشت یار و انتظامات، مبعصری، گروه سرود، نمایش، مشاوره در امور منزل و... موثرترین فرد در زندگی حسین و اینکه بیشترین تاثیر را می توانست در تعلیم و تربیت او داشته باشد، مادرش بود، لذا با او بطور مفصل در چندین جلسه صحبت شد و تاکید گردید. وقت بیشتری را در منزل برای او اختصاص دهد. سعی کند هر روز صبح ها تا جلوی درب مدرسه او را مشایعت کند، بعد از ظهرها زودتر به منزل برگردد، در انجام امور منزل با او مشورت کند. ارتباطش را با معلم حسین بیشتر نموده و زمینه را برای ارتباط بیشتر او با دوستانش فراهم نماید. شخص پنجمی که می توانست تاثیر زیادی در شخصیت حسین داشته باشد و به او در حل مشکلات کمک کند من به عنوان مشاور او بودم. را در کارهای گروهی درگیر کردم و به او مسئولیت دادم. همچنین محبت خود را از او دریغ نکردم. او را به عنوان نماینده کلاس انتخاب کردم. و به سایر دانش آموزان توصیه نمودم که با حسین دوست شده و او را در کارهای گروهی مشارکت دهند. حسین در انتظامات مدرسه به معاون آموزشی کمک می کرد و عضو گروه سرود هم بود.

### گردآوری اطلاعات (شواهد ۲)

پس از اجرای راه حل های پیشنهادی، به بررسی تغییرات حاصل شده پرداختم. در این مرحله از سه روش زیر استفاده کردم:

۱- مشاهده ۲- مصاحبه با مادر حسین ۳- مصاحبه با معاون مدرسه حسین

#### ۱- مشاهده

چند مدت بود که رفتار حسین را از نزدیک بطور غیر مستقیم زیر نظر داشتم. در کلاس که می رفتم می دیدم در بحث ها مشارکت دارد. اظهار نظر می کند. می خندد و خوشحال است. در حیاط دست در گردن دوستانش می اندازد و قدم می زند. او اجتماعی تر شده، سلام می کند. خوشحال است، دیگر سرش پایین و منزوی نیست. اگر کسی از اول او نمی شناخت متوجه نمی شد او واقعا مشکل داشته باشد. او در درس ها پیشرفت کرده بود.

#### مصاحبه با مادر حسین

- حال حسین چه طور است؟ وضعیت روحی و درسی او چگونه است؟

- من نمی دانم که چگونه زحمات شما را جبران کنم، حسین خیلی بهتر شده است هم از نظر درسی و هم از نظر روحی، دیگر ناخنش هم نمی جود. این برنامه شما در روحیه حسین خیلی تاثیر خوبی داشت. من از وضعیت تحصیلی او راضی هستم. فکر می کنید کدام برنامه ی ما در رفتار او تاثیر بیشتری داشته است؟

- این مسئولیت هایی که به او داده بودید او را خیلی خوشحال می کرد. وقتی به خانه می آمد با خوشحالی می گفت: بابا امروز مبصر شده ام. یا اینکه من انتظامات هستم و... این برنامه هم خیلی خوب بود و در روحیه حسین واقعا تاثیر مثبت گذاشت. دست شما و خانم معلمش درد نکند

#### مصاحبه با معاون مدرسه حسین

- وضعیت تحصیلی حسین نسبت اوایل سال بهتر شده و از نظر روحی هم خیلی بهتر شده. دیگه آن حالت گوشه گیری که داشت، ندارد. ناخنش هم نمی جود. با بچه ها می جوشد، در کلاس سر حال است. در کارهای گروهی مشارکت دارد. در بین امتحانات جشن تولد گرفته و دوستانش را دعوت کرده است. - به نظر من، اینکه او از آن حالت گوشه گیری که در اوایل سال داشت به این مرحله رسیده است که دوستانش را به جشن تولد دعوت می کند و در روابط اجتماعی اش پیشرفت کرده است - در مجموع من از وضعیت حسین راضی هستم.

### ۲- ارزیابی تاثیر اجرای طرح

نتایج حاصل از مقایسه شواهد ۱ و ۲ نشان می داد که بخش زیادی از اهداف مورد نظرم، بدست آمده بود. برای ارزیابی تاثیر اجرای طرح و میزان موفقیت آن، از روش های زیر استفاده کردم: ۱- حساس سازی معلمان ۲- ارتقاء دانش معلمان. پس از

مشاهده تاثیر مثبت طرح روی رفتار معلمان ، نظر معاونت پیشیانی و توسعه مدیریت و معلمان را درباره طرح جویا شدم که در ادامه هر یک از روش ها تشریح شده اند:

### - حساس سازی معلمان

یکی از اهداف اصلی اجرای این پژوهش آگاه سازی معلمان از نقش خویش در امر آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی برای حل مشکل ناخن جویدن حسین و ایجاد انگیزه ی لازم برای پیگیری آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی و اجرای صحیح دستورالعملها بود. با اطلاع رسانی در مورد اثرات آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی موجود، این حساس سازی ایجاد شد و معلمان از عواقب به تعویق انداختن و مسامحه در این امر، مطلع شدند. حضور در جلسات آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی ، آمار مراجعات و میزان و نوع سوالات معلمان موید این قضیه بود.

### ارتقاء دانش معلمان

هدف دیگری را که دنبال می کردم، انتقال دانش و اطلاعات لازم در زمینه آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی برای حل مشکل ناخن جویدن حسین بود. با برگزاری جلسات و کارگاه‌های آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی متعدد، بخش زیادی از این امر مهم بدست آمد. معلمان از اصول علمی آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی ، شیوه آن و آنچه باید برای حل مشکل ناخن جویدن حسین بیاموزند، آگاه شدند. لازم به ذکر است، برای دستیابی کامل به این هدف می بایست جلسات بیشتر و کاملتری برگزار می گردید و معلمان نیز موظف به حضور در تمام جلسات می شدند.

### ۳- اعتبارسنجی

به منظور اعتبار بخشیدن به کارم و برای جلوگیری از خطاها و اشتباهات احتمالی، از همان ابتدای کار با افراد صاحب نظر مشورت کردم . شروع به آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی و تحقیق درباره مساله کردم، موضوع را با معاونت پیشیانی و توسعه مدیریت و دیگر معلمان در میان گذاشتم. آنها ضمن ضروری دانستن رسیدگی به موضوع و مثبت خواندن اثر طرح، از من خواستند که با کارشناسان بیشتری در این باره مشورت کنم. خانم اکرم صانعی گفتند: طرح آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی و افزایش علاقمندی اولیاء که در طول سال تحصیلی، توسط مشاور انجام شد، دارای تعدادی نقاط قوت و ضعف است. نقاط قوت طرح، آگاهی معلمان از روشهای صحیح آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی و افزایش توانمندی حسین است و نقطه ضعف طرح اینکه برنامه باید به دفعات بیشتری انجام شود تا بر روی همه دانش آموزان بررسی گردد. خانم اعظم سادات طباطبایی گفتند: که در طول دوره شاهد اجرای طرح آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی و افزایش علاقمندی اولیاء بودند که برگزار می شد و توانست اطلاعات آنان را در زمینه علاقمندی اولیاء به آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی بالا ببرد و در کل جلسات بسیار مثمر ثمر بوده است. معلم کلاس خانم فاطمه معراجی گفتند: در سال جاری معلمان در طرحی شرکت داده شدند که توسط مشاور محترم برای حل مشکل ناخن جویدن حسین برگزار شده بود. این طرح، آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی و افزایش علاقمندی اولیاء به آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی برای حل مشکل ناخن جویدن حسین بود، با شرکت در جلسه پایانی، نتایج بسیار عالی را در معلمان و اولیاء مشاهده کردم، از جمله : برداشت درست و منطقی از رفتار، ارتباط عاطفی و بهتر معلمان با اولیاء ، توجه به خود آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت های گروهی مستمر . و خیلی راحت تغییرات رفتار را در حسین مشاهده کردم.

### نتیجه گیری

حسین دانش آموز کلاس پنجم بود که مشکل او مشکل ناخن جویدن و گوشه گیری و انزوا طلبی و عدم مشارکت در فعالیت های گروهی بود. با تاکید بر روشهای علمی و مشاوره با افراد اهل فن و متخصص تعلیم و تربیت ، همکاری و مشارکت معلم و مادرش به حول قوه الهی حل شد. توجه کردن ، دادن مسئولیت ، محبت کردن ، مشارکت دادن در امور منزل و



مدرسه از جمله اقدامات موثری بود که به حسین کمک کرد تا در شرایط عادی مانند سایر دانش آموزان به زندگی خود ادامه دهد. و بتواند با مشکل عدم مهر مادری کنار بیاید و خود را با زندگی موجود وفق دهد. هدف اصلی این پژوهش، آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی و حل مشکل حسین که ناخن جویدن و گوشه گیری و انزوا طلبی و عدم مشارکت در فعالیت‌های گروهی بود. برای علاقه مند نمودن به آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی و توانایی‌های خودش بود. برای گردآوری اطلاعات از اسناد و مدارک، مصاحبه، جلسه و پرسشنامه استفاده شد. پس از تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده، علت‌ها را در نمودار استخوان ماهی دسته بندی کردم. سپس با همکاری تعدادی از معلمان به تفسیر علت‌ها پرداختیم و راهکارهایی برای حل مشکل معلمان مطرح شد.

## منابع و مأخذ

- احمدیان، سعید، (۱۳۸۸) بهداشت روانی، انتشارات رشد،
- اسماعیلی، محمد. (۱۳۸۰). بررسی اثر آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی درس مهارت‌های زندگی در تعامل با شیوه‌های فرزند پروری بر عزت نفس معلمان استان اردبیل. فصلنامه پیام مشاوره، سال سوم، شماره ۶.
- اصغری پور، حمید و اصغری پور، نگار و فضلی خوانی، منوچهر، ۱۳۸۳، مشاوره با دانش آموزان در مدارس، مشهد: انتشارات ضریح آفتاب.
- افروز، غلامعلی (۱۳۷۲) کتاب و فرهنگ کتابخوانی، ماهنامه پیوند، تهران، انجمن اولیاء و مربیان، تابستان.
- افروز، غلامعلی (۱۳۷۲) روانشناسی و تربیت کودکان و نوجوانان، چاپ سوم، تهران، انتشارات انجمن اولیا و مربیان،
- آقاجانی، مریم. (۱۳۸۱). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی مهارت‌های زندگی بر سلامت روان و منبع کنترل نوجوانان. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه الزهرا.
- اکبری، ابوالقاسم، ۱۳۸۱ مشکلات نوجوانان و جوانان، چاپ پنجم نشر ساوالان، تهران، سال
- باپیری، امید علی. (۱۳۷۶). بررسی اثر بخشی روش آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی مهارت‌های گروهی حل مسأله در درمان نوجوانان اقدام کننده به خودکشی در ایلام. پایان نامه کارشناسی روان شناسی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران، انستیتو روان پزشکی تهران.
- بخشی، خداداد، (۱۳۸۳) روان شناسی رفتار انسانی، انتشارات پرشکوه.
- براهنی، اسماعیل و امیری، حسین و امیدیان، رسول، (۱۳۷۲) روشهای افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان، انتشارات انجمن اولیاء
- تبریزی، مصطفی (۱۳۷۲) کتاب درمانی، چاپ اول، تهران، انتشارات فراروان
- ثمری، علی اکبر و لعلی فاز، حسین . (۱۳۸۴) . آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی اثربخشی آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی مهارت‌های زندگی بر استرس خانوادگی و پذیرش مدیریت کلاس . فصلنامه اصول بهداشت روانی سال هفتم، بهار و تابستان، شماره بیست و پنج و بیست و شش،
- جوادی، عباس و کدیور، اسماعیل، (۱۳۷۴) روشهای افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان، انتشارات انجمن اولیاء
- حسینی بیرجندی، سید مهدی، ۳۸۴، اصول و روشهای راهنمایی و مشاوره، تهران: انتشارات رشد
- حسینی، سید ابوالقاسم . (۱۳۷۸). مفاهیم و اهداف بهداشت روانی. فصلنامه علمی- پژوهشی اصول بهداشت روانی، سال اول، شماره اول
- حقیقی، جمال و موسوی، محمد، مهرباب زاده هنرمند، مهناز و بشلیده، کیومرث (۱۳۸۵). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های مشارکت در فعالیت‌های گروهی مهارت‌های زندگی بر سلامت روانی و عزت نفس معلمان دختر سال اول مقطع متوسطه، مجله علوم تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره سوم، سال سیزدهم، شماره ۱

- دادستان، منصور، (۱۳۶۹) روشهای افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان، انتشارات انجمن اولیاء
- دفریتاس، کریستال (۲۰۰۲) کلیدهای آموزش مهارتهای مشارکت در فعالیت های گروهی و مراقبت از سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان. ترجمه سارا رئیسی طوسی. (۱۳۹۲) چاپ دوازدهم. تهران: نشر صابرین
- رضوانی، حمیدرضا (۱۳۸۵) نگاهی به تعلیم و تربیت در سیره نبوی. تهران: سازمان بسیج فرهنگیان، مرکز علمی فرهنگی جنات
- سازمان بهداشت جهانی. برنامه آموزش مهارتهای مشارکت در فعالیت های گروهی مهارت های زندگی. ترجمه ربابه نوری قاسم آبادی و محمد خانی (۱۳۷۷). تهران: واحد بهداشت و پیشگیری از سوء مصرف مواد سازمان بهداشت جهانی.

ضمائم و پیوست ها:

پیوست ۱ مشاوره فردی با دانش آموز حسین پایه پیوست ۲ مشاوره با مادر دانش آموز حسین پنجم در خصوص مشکل ناخن جویدن.



مادرش میگفت حدود ۳ سال است که مشکل ناخن جویدن دارد. از زمانی که بچه برادرش بدنیا آمده این مشکل را پیدا کرده. یکسری راهکار به مادر حسین پیشنهاد شد. از جمله خمیر بازی که دست هایش بیشتر مشغول باشد و بیشتر تلفنی با مادرش در ارتباط بودم که آیا حسین نسبت به قبل بهتر شده یا نه؟ به لطف خدا و همکاری اولیا، مشکل ناخن جویدن برطرف شد. بقولی که دادم انجام وظیفه کردم. به حسین جایزه دادم

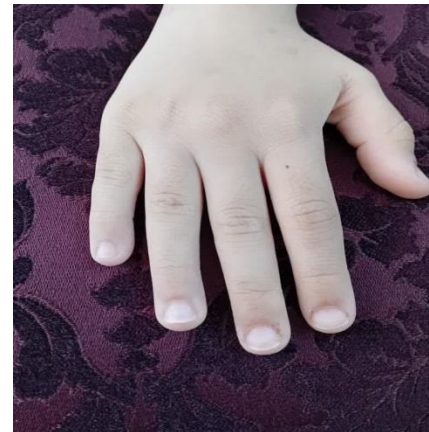
با حسین صحبت شد که اگر ناخن جویدن را ادامه ندهد به او جایزه میدهم و قرار شد هر هفته بیاید و ناخن هایش را بمن نشان بدهد.

پیوست ۳ خمیر بازی جایگزین ناخن جویدن شد

نمونه کارهای خمیر بازی حسین عزیز



پیوست ۴ دست زیبای حسین که از ناخن جویدن مشکلس برطرف شد .  
 پیوست ۵ ناخن های حسین از اول این بود



پیوست ۶ پرسشنامه آموزش مهارت های مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین

پاسخ دهنده عزیز:

این پرسشنامه فقط به منظور اهداف پژوهشی تهیه شده است جملات زیر را به دقت بخوانید و در صورتی که هر یک از آنها با وضعیت فعلی شما مطابقت دارد، در ستون «بلی» و چنانچه به هیچ شکلی با وضعیت شما مطابقت ندارد «خیر» را علامت بگذارید.

۱	بیشتر اوقات در حال مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین به سر میبرم.	بلی	خیر
۲	در خانه مطالعه مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین می کنم.	بلی	خیر
۳	اغلب در حال مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین هستم.	بلی	خیر

۴	من علاقمند به مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین هستم.	بلی	خیر
۵	با اطرافیانم در حال مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین می‌گذرانم.	بلی	خیر
۶	هیچ وقت درباره مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین نگران نیستم.	بلی	خیر
۷	صحبت کردن در مقابل جمع برایم سخت است.	بلی	خیر
۸	جلسات ی زیادی برای مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین دارم.	بلی	خیر
۹	چیزهای زیادی در من وجود دارند که باید آنها را تغییر دهم.	بلی	خیر
۱۰	به آسانی نمی‌توانم تصمیم بگیرم.	بلی	خیر
۱۱	دیگران از بودن با من لذت می‌برند.	بلی	خیر
۱۲	در محل کار در حال مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین هستم.	بلی	خیر
۱۳	همیشه در حال مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین هستم.	بلی	خیر
۱۴	به کمک خود در مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین افتخار می‌کنم.	بلی	خیر
۱۵	همیشه کسی باید به من بگوید چه کار کنم.	بلی	خیر
۱۶	انجام هر کار جدیدی وقت زیادی را از من می‌گیرد.	بلی	خیر
۱۷	اغلب از آنچه مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین کرده ام متأسفم.	بلی	خیر
۱۸	بین همسن و سالان خود مشهور هستم.	بلی	خیر
۱۹	معمولاً افراد به احساسات من توجه می‌کنند.	بلی	خیر
۲۰	هرگز ناخشنود نیستم.	بلی	خیر
۲۱	تا آنجا که بتوانم مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین را اجرا می‌کنم.	بلی	خیر
۲۲	من به راحتی مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین مطالعه می‌کنم.	بلی	خیر
۲۳	معمولاً می‌توانم مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین کنم.	بلی	خیر
۲۴	من فردی نسبتاً شادمان هستم.	بلی	خیر
۲۵	من ترجیح می‌دهم با افراد کوچکتر از خودم مشارکت در فعالیت های گروهی اجرا کنم.	بلی	خیر
۲۶	خانواده‌ام انتظارات بیش از حدی از من دارند که مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین مشکل	بلی	خیر

		ناخن جویدن حسین داشته باشم.	
۲۷	بلی	من تمام کسانی را که مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین می کنند دوست دارم.	خیر
۲۸	بلی	دوست دارم خانوادهام مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین نمایند.	خیر
۲۹	بلی	من خود را باور می کنم.	خیر
۳۰	بلی	مثل من بودن خیلی سخت است.	خیر
۳۱	بلی	همه چیز در زندگی من مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین است.	خیر
۳۲	بلی	همسن و سالانم معمولاً از مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین من پیروی می کنند.	خیر
۳۳	بلی	در خانه من توجه زیادی به مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین دارند	خیر
۳۴	بلی	هرگز از مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین خسته نمی شوم.	خیر
۳۵	بلی	آن طور که دوست دارم مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین را انجام نمی دهم.	خیر
۳۶	بلی	می توانم تصمیم بگیرم و به آن پایبند بمانم.	خیر
۳۷	بلی	من معمولاً دوست ندارم یک بی سواد باشم	خیر
۳۸	بلی	من خودم را دست کم می گیرم.	خیر
۳۹	بلی	دوست ندارم در مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین باشم.	خیر
۴۰	بلی	خیلی وقتها دوست دارم مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین را ترک کنم.	خیر
۴۱	بلی	من اصلاً کمرو نیستم.	خیر
۴۲	بلی	من اغلب اوقات در میان جمع احساس دلخوری می کنم.	خیر
۴۳	بلی	من اغلب احساس می کنم از خود شرمندهم.	خیر
۴۴	بلی	من مانند دیگران نیستم.	خیر
۴۵	بلی	اگر مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین برای گفتن داشته باشم معمولاً آن را می گویم .	خیر
۴۶	بلی	همسن و سالانم اغلب از مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین من حسادت می کند.	خیر
۴۷	بلی	خانوادهام مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین قبول ندارند.	خیر
۴۸	بلی	من همیشه راست می گویم.	خیر

۴۹	اطرافیانم در من احساس مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین را بوجود می‌آورند.	بلی	خیر
۵۰	برایم مهم نیست که هنگام مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین بر من چه می‌گذرد.	بلی	خیر
۵۱	من فردی تشنه مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین هستم.	بلی	خیر
۵۲	هنگام مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین به آسانی ناراحت می‌شوم.	بلی	خیر
۵۳	افراد دیگر بیشتر از من مورد علاقه دیگران هستند.	بلی	خیر
۵۴	اغلب اوقات این احساس را دارم که اطرافیانم مرا تحت فشار برای مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین قرار می‌دهند.	بلی	خیر
۵۵	همیشه می‌دانم که برای مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین به مردم چه بگویم.	بلی	خیر
۵۶	اغلب در میان جمع مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین نمی‌کنم.	بلی	خیر
۵۷	معمولاً مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین مرا آزار نمی‌دهد.	بلی	خیر
۵۸	نمی‌توانند مثل من مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین کنند.	بلی	خیر
۵۹	مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین را انجام می‌دهم.	بلی	خیر
۶۰	می‌توانم در مشارکت در مشکل ناخن جویدن حسین از خود یا دیگران اطمینان بدهم.	بلی	خیر
۶۱	از خواندن کتاب، روزنامه و مجله لذت می‌برم.	بلی	خیر