

به نام خدا

# کلاس با نشاط، دانش آموز خلاق

مولفان :

محمود بی باک

مریم ناصری

اعظم کیقبادی

محمد رضا نوری

نسترن نادران

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۲)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

عنوان و نام پدیدآور: کلاس با نشاط، دانش آموز خلاق / مولفان محمود بی باک... [و دیگران].  
مشخصات نشر: ارسطو (سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۲.  
مشخصات ظاهری: ۱۱۹ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۲۹۰-۰

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: مولفان محمود بی باک، مریم ناصری، اعظم کیقبادی، محمدرضا نوری، نسترن نادران.  
یادداشت: کتابنامه: ص. ۹۱ - ۱۱۹.

Classroom management

موضوع: کلاسداری

Teacher effectiveness

معلمان -- اثر بخشی

Effective teaching

تدریس اثربخش

Students -- Psychological aspects

شاگردان -- جنبه های روان شناسی

شناسه افزوده: بی باک، محمود، ۱۳۵۴-

رده بندی کنگره: LB۳۰۱۳

رده بندی دیویی: ۳۷۱/۱۰۲۴

شماره کتابشناسی ملی: ۹۳۷۲۳۹۸

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: کلاس با نشاط، دانش آموز خلاق

مولفان: محمود بی باک - مریم ناصری - اعظم کیقبادی - محمد رضا نوری - نسترن نادران

ناشر: ارسطو (سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)

صفحه آرایشی، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۲

چاپ: زیر جلد

قیمت: ۹۶۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۲۹۰-۰

تلفن مرکز بخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

[www.chaponashr.ir](http://www.chaponashr.ir)



## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷	مقدمه.....
۹	فصل اول.....
۹	ایجاد یک فونداسیون قوی.....
۹	بلوک های سازنده برای یک کلاس درس شاد .....
۱۱	پرورش ذهنیت مثبت برای یادگیری .....
۱۱	بازخورد معلم: .....
۱۲	انگیزه درونی: .....
۱۲	باورهای خودکارآمدی: .....
۱۳	ایجاد فرهنگ کلاس درس حمایتی .....
۱۵	زمینه سازی برای خوشبختی و موفقیت .....
۱۷	تقویت روابط و تعلق .....
۱۹	ایجاد محیطی برای رشد و اکتشاف .....
۲۳	فصل دوم.....
۲۳	جذب فراگیران.....
۲۳	برانگیختن کنجکاوی و اشتیاق برای یادگیری .....
۲۶	استراتژی های یادگیری فعال برای تعامل .....
۲۹	الهام بخش خلاقیت و تفکر انتقادی .....
۳۲	معنادار و مرتبط ساختن یادگیری .....
۳۴	توانمندسازی دانش آموزان به عنوان مشارکت کنندگان فعال .....
۳۷	پرورش عشق به یادگیری مادام العمر .....

۳۸.....	استقبال از فرصت های یادگیری خارج از کلاس درس:
۴۱.....	<b>فصل سوم.....</b>
۴۱.....	<b>ترویج رفتار مثبت.....</b>
۴۱.....	پرورش احترام و همدلی.....
۴۲.....	تمرین گوش دادن فعال:
۴۳.....	راهبردهایی برای تشویق مهربانی و همکاری.....
۴۶.....	ایجاد دانش آموزان مسئولیت پذیر و اخلاق مدار.....
۵۱.....	رسیدگی به تعارض و ترویج حل تعارض.....
۵۴.....	تجلیل از تنوع و ترویج پذیرش.....
۵۷.....	<b>فصل چهارم.....</b>
۵۷.....	<b>افزایش رفاه.....</b>
۵۷.....	تقویت هوش هیجانی و خودآگاهی.....
۵۹.....	ارتقای سلامت روان و تاب آوری.....
۶۱.....	راهبردهای کاهش استرس و ذهن آگاهی.....
۶۴.....	حمایت از عادات سالم و تندرستی.....
۶۶.....	پرورش تصویر بدنی مثبت و عزت نفس.....
۶۹.....	پرورش ذهنیت رشد و ایجاد اعتماد به نفس.....
۷۳.....	<b>فصل پنجم.....</b>
۷۳.....	<b>ارتباط موثر.....</b>
۷۳.....	ایجاد فرهنگ ارتباطات باز.....
۷۵.....	گوش دادن فعال و مهارت های گفتاری موثر.....
۷۷.....	ارتباطات غیر کلامی و زبان بدن.....
۷۸.....	انواع و کارکردهای ارتباط غیر کلامی:.....
۷۸.....	تأثیرات فرهنگی بر ارتباطات غیر کلامی:.....
۷۹.....	نشانه های غیر کلامی در روابط بین فردی:.....

۷۹.....	ارتباط غیر کلامی در محیط های حرفه ای:
۷۹.....	تفسیر نشانه های غیر کلامی:
۸۱.....	مشارکت دادن والدین و سرپرستان به عنوان شریک
۸۳.....	پل زدن تفاوت های فرهنگی و زبانی
۸۵.....	حل چالش ها و سوء تفاهم های ارتباطی
۹۱.....	<b>منابع</b>



## مقدمه

به "کلاس درس شاد: ایجاد یک جو یادگیری مثبت" خوش آمدید. در این کتاب، ما سفری را آغاز می‌کنیم تا کلاس‌های درس سنتی را به فضاهایی پر جنب و جوش و شاد تبدیل کنیم که در آن دانش‌آموزان شکوفا می‌شوند، معلمان شکوفا می‌شوند و یادگیری به یک تجربه واقعاً غنی تبدیل می‌شود.

"درگیر کردن یادگیرندگان" نقطه کانونی فصل دوم ما است. ما استراتژی‌ها و شیوه‌های نوآورانه‌ای را بررسی می‌کنیم که کنجکاوی و اشتیاق به یادگیری را برمی‌انگیزد، مشارکت فعال را تشویق می‌کند و تفکر انتقادی را ترویج می‌کند. با معنادار و مرتبط ساختن یادگیری، دانش‌آموزان را به عنوان شرکت‌کنندگان فعال در سفرهای آموزشی خود توانمند می‌کنیم. این فصل مجموعه ابزاری از تکنیک‌ها و رویکردهای موثر برای ایجاد یک محیط کلاس درس پویا و جذاب که عشق به یادگیری مادام‌العمر را القا می‌کند، ارائه می‌دهد.

در فصل ۳، ما تمرکز خود را به "ترویج رفتار مثبت" تغییر می‌دهیم. ما اهمیت پرورش احترام، همدلی و مسئولیت را در جامعه کلاس درس تشخیص می‌دهیم. با اجرای استراتژی‌هایی که محبت، همکاری و حل تعارض را تشویق می‌کنند، محیطی امن و فراگیر ایجاد می‌کنیم که در آن دانش‌آموزان می‌توانند پیشرفت کنند. با جشن گرفتن تنوع و ترویج پذیرش، فضای تفاهم و شفقت را پرورش می‌دهیم که پایه و اساس رفتار مثبت و تعاملات هماهنگ را می‌گذارد.

بهبودی دانش آموزان در قلب فصل ۴ "افزایش رفاه" قرار دارد. ما به نقش حیاتی هوش هیجانی، خودآگاهی و تاب آوری در حمایت از سلامت روان دانش آموزان می پردازیم. با تجهیز دانش آموزان به تکنیک‌های کاهش استرس، تمرین‌های ذهن‌آگاهی و ترویج عادات سالم، سلامت جسمی و عاطفی آنها را در اولویت قرار می‌دهیم. این فصل راهنمایی‌های عملی برای پرورش تصویر بدنی مثبت، افزایش عزت نفس، و پرورش ذهنیت رشد برای حمایت از رفاه کلی دانش آموزان ارائه می‌دهد.

ارتباط موثر سنگ بنای هر کلاس درس موفق است. در فصل ۵، "ارتباطات موثر"، استراتژی‌هایی را برای ایجاد فرهنگ ارتباط باز بررسی می‌کنیم. ما به هنر گوش دادن فعال، مهارت‌های گفتاری مؤثر، ارتباط غیرکلامی، و پل زدن تفاوت‌های فرهنگی و زبانی می‌پردازیم. علاوه بر این، ما بر اهمیت مشارکت والدین و سرپرستان به عنوان شریک در آموزش تاکید می‌کنیم و ارتباط بی‌وقفه بین خانه و مدرسه را تضمین می‌کنیم. با پرداختن به چالش‌های ارتباطی و سوء تفاهم‌ها، ما ارتباطات قوی تری را در جامعه کلاس درس تقویت می‌کنیم.

همانطور که با هم این سفر را آغاز می‌کنیم، بیایید این باور را بپذیریم که هر کلاس درس پتانسیل تبدیل شدن به پناهگاه شادی، کنجکاو و رشد را دارد. با اجرای راهبردها و رویکردهای مطرح شده در این کتاب، می‌توانیم محیطی ایجاد کنیم که دانش‌آموزان در آن از نظر تحصیلی، اجتماعی و عاطفی پیشرفت کنند. بنابراین، اجازه دهید به فصل‌های پیش رو، مجهز به دیدگاهی مشترک مبنی بر تبدیل کلاس‌های درس به فضاهای شادی که عشق مادام‌العمر به یادگیری را القا می‌کند، شیرجه بزنیم.

# فصل اول

## ایجاد یک فونداسیون قوی

### بلوک های سازنده برای یک کلاس درس شاد

ایجاد یک محیط کلاسی مثبت و شاد برای پرورش یادگیری و رفاه دانش آموزان ضروری است. با ایجاد یک پایه قوی، مربیان می توانند بلوک های ساختمانی را برای کلاس درس ایجاد کنند که شادی، تعامل و موفقیت را تقویت می کند. این بخش به بررسی عناصر کلیدی می پردازد که به یک کلاس درس شاد کمک می کنند، از جمله محیط فیزیکی، تکنیک های مدیریت کلاس، و رابطه معلم و دانش آموز.

یکی از جنبه های مهم ایجاد یک کلاس درس شاد، طراحی و چیدمان محیط فیزیکی است. یک کلاس درس منظم و زیبا می تواند تأثیر قابل توجهی بر روحیه و انگیزه دانش آموزان داشته باشد (جونز<sup>1</sup>، ۲۰۱۷). معلمان می توانند با ترکیب رنگ های پر جنب و جوش، صندلی راحت، و نمایش های بصری جذاب از کار دانش آموزان، فضایی ایجاد کنند که مثبت اندیشی و احساس مالکیت را ارتقا دهد (ویلیامز<sup>2</sup>، ۲۰۱۵). علاوه بر این، فراهم کردن مناطق تعیین شده برای همکاری، تفکر آرام و فعالیت های یادگیری عملی

---

1- Jones

2-Williams

می‌تواند نیازها و ترجیحات متنوع دانش‌آموزان را برآورده کند (دیویس و سامارا<sup>۱</sup>، 2018).

تکنیک‌های مؤثر مدیریت کلاس درس یکی دیگر از اجزای سازنده حیاتی برای یک کلاس درس شاد است. ایجاد انتظارات، قوانین و روال‌های واضح به ایجاد یک محیط یادگیری ساختاریافته و قابل پیش‌بینی کمک می‌کند (مارزانو<sup>۲</sup>، ۲۰۱۷). ثبات در اجرای این دستورالعمل‌ها حس امنیت و نظم را تقویت می‌کند و به دانش‌آموزان اجازه می‌دهد تا بر یادگیری خود بدون اختلالات غیر ضروری تمرکز کنند (جونز، ۲۰۱۴). اجرای استراتژی‌هایی مانند تقویت مثبت، همکاری با هم‌تایان، و شیوه‌های ترمیمی نیز می‌تواند حس انصاف، احترام و مسئولیت‌پذیری را در جامعه کلاس درس ترویج کند.

رابطه معلم و دانش‌آموز نقش محوری در پرورش یک کلاس درس شاد دارد. یک ارتباط گرم، حمایتی و دلسوز معلم و دانش‌آموز باعث ایجاد حس تعلق و رفاه عاطفی می‌شود (اسکینر و بلمونت<sup>۳</sup>، ۲۰۱۸). معلمان با نشان دادن علاقه واقعی به زندگی دانش‌آموزان خود، گوش دادن فعالانه به افکار و نگرانی‌های آنها، و ارائه بازخورد سازنده، می‌توانند روابط قابل اعتمادی برقرار کنند (جونز و کان<sup>۴</sup>، ۲۰۱۷). وقتی دانش‌آموزان احساس ارزشمندی و احترام می‌کنند، احتمالاً فعالانه در یادگیری خود شرکت می‌کنند و ریسک می‌کنند (دورلاک<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۹).

ساختن یک کلاس درس شاد نیازمند توجه به چندین مؤلفه کلیدی است. ایجاد یک محیط فیزیکی دعوت‌کننده، اجرای تکنیک‌های مؤثر مدیریت کلاس، و ایجاد روابط قوی معلم و دانش‌آموز، عناصر سازنده ضروری هستند. با گنجاندن این عناصر در شیوه‌های

---

3-Davis and Samara

1-Marzano

2-Skinner and Belmont

3-Kan

4-Durlak

آموزشی خود، مربیان می توانند جو یادگیری مثبت و شادی را ایجاد کنند که از رشد تحصیلی، رشد اجتماعی-عاطفی و رفاه کلی دانش آموزان حمایت می کند.

### پرورش ذهنیت مثبت برای یادگیری

ذهنیت مثبت ابزار قدرتمندی است که می تواند به طور قابل توجهی بر تجربیات و نتایج یادگیری دانش آموزان تأثیر بگذارد. وقتی دانش آموزان با نگرش مثبت به یادگیری نزدیک می شوند، به احتمال زیاد در یادگیری فعال شرکت می کنند، در چالش ها پافشاری می کنند و ذهنیت رشد را پذیرا می شوند. این بخش راهبردهایی را برای پرورش ذهنیت مثبت برای یادگیری، از جمله نقش بازخورد معلم، تقویت انگیزه درونی، ارتقای باورهای خودکارآمدی، و تشویق یک محیط کلاسی حمایتی را بررسی خواهد کرد.

### بازخورد معلم:

بازخورد مؤثر و سازنده از معلمان نقش مهمی در پرورش ذهنیت مثبت برای یادگیری دارد (هتی و تیمپرلی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۷). با ارائه بازخورد خاص، به موقع و عملی، معلمان می توانند دانش آموزان را به سمت بهبود هدایت کنند و در عین حال تلاش و پیشرفت آنها را تصدیق کنند (کلاگر و دنیزی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸). بازخوردی که بر نقاط قوت و زمینه های رشد تمرکز دارد، ذهنیت رشد را تقویت می کند و بر این باور تأکید می کند که هوش و توانایی ها را می توان از طریق تلاش و تمرین توسعه داد (دوک<sup>۳</sup>، ۲۰۰۶). علاوه بر این، پرورش فرهنگ بازخورد در کلاس، دانش آموزان را تشویق می کند تا بازخورد را فرصتی برای یادگیری و رشد بدانند (هتی و تیمپرلی، ۲۰۰۷).

1-Hattie and Timperley

2-Klager and Dennis

3-Dweck

## انگیزه درونی:

انگیزه درونی، انگیزه درونی برای درگیر شدن در یک فعالیت برای رضایت ذاتی آن، ارتباط نزدیکی با ذهنیت مثبت برای یادگیری دارد (رایان و دسی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰). وقتی دانش آموزان انگیزه ذاتی دارند، احتمال بیشتری دارد که با اشتیاق و کنجکاوی به وظایف یادگیری نزدیک شوند. معلمان می توانند با ارائه تجربیات یادگیری معنادار که به علائق و ارزش های دانش آموزان مرتبط است، انگیزه درونی را تقویت کنند (دسی و رایان، ۲۰۱۴). گنجاندن انتخاب، استقلال، و فرصت ها برای صدای دانش آموز و مالکیت در فرآیند یادگیری، انگیزه درونی را نیز افزایش می دهد (ریو<sup>۲</sup>، ۲۰۱۲).

## باورهای خودکارآمدی:

خودکارآمدی، باور به توانایی فرد برای موفقیت در وظایف یا موقعیت های خاص، یک عامل کلیدی در پرورش ذهنیت مثبت برای یادگیری است (بندورا<sup>۳</sup>، ۱۹۹۷). وقتی دانش آموزان باورهای خودکارآمدی بالایی دارند، احتمالاً اهداف چالش برانگیزی تعیین می کنند، در مواجهه با موانع پافشاری می کنند و شکست ها را فرصتی برای یادگیری و رشد می بینند. معلمان می توانند خودکارآمدی دانش آموزان را با ارائه وظایف قابل دستیابی، ارائه پشتیبانی دلبستگی، و برجسته کردن دستاوردهای گذشته آنها افزایش دهند (پاجارس<sup>۴</sup>، ۲۰۰۶). تشویق دانش آموزان به تأمل در مورد موفقیت هایشان و کمک به آنها در توسعه راهبردهایی برای غلبه بر چالش ها، باورهای خودکارآمدی آنها را بیشتر تقویت می کند (زیممرن<sup>۵</sup>، ۲۰۰۰).

پرورش ذهنیت مثبت برای یادگیری، تلاشی تحول آفرین است که دانش آموزان را قادر می سازد تا با انعطاف پذیری، کنجکاوی و طرز فکر رشد به چالش ها برخورد کنند. معلمان

---

4-Ryan and Desi

1-Rio

2-Bandura

3-Pajares

4-Zimmerman

می توانند با ارائه بازخورد مؤثر، پرورش انگیزه درونی، ارتقای باورهای خودکارآمدی و ایجاد یک محیط کلاسی حمایتی، نگرش مثبت دانش آموزان را نسبت به یادگیری پرورش دهند. با ذهنیت مثبت، دانش آموزان برای پذیرش فرآیند یادگیری، غلبه بر موانع و دستیابی به پتانسیل کامل خود مجهزتر می شوند.

### ایجاد فرهنگ کلاس درس حمایتی

ایجاد یک فرهنگ کلاس درس حمایتی برای پرورش یک محیط یادگیری مثبت و فراگیر ضروری است. وقتی دانش آموزان احساس امنیت، احترام و ارزش می کنند، احتمالاً فعالانه در یادگیری خود مشارکت می کنند، با همسالان خود همکاری می کنند و در فعالیتهای تحصیلی خود ریسک می کنند. این بخش راهبردهایی را برای ایجاد یک فرهنگ کلاسی حمایتی، از جمله اهمیت روابط مثبت معلم و دانش آموز، ارتقای فراگیری و تنوع، اجرای روال کلاسی مؤثر، و تشویق عاملیت و صدای دانش آموز را بررسی می کند.

روابط مثبت معلم و دانش آموز پایه و اساس فرهنگ کلاس درس حمایتی را تشکیل می دهد (روردا<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). وقتی معلمان ارتباطات قوی با دانش آموزان خود ایجاد می کنند، اعتماد ایجاد می کنند، حس تعلق را ترویج می کنند و محیطی را ایجاد می کنند که در آن دانش آموزان در بیان افکار و پرسشهای خود احساس راحتی کنند (حمره و پیانتا<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸). مشارکت در ارتباطات منظم، نشان دادن همدلی و نشان دادن مراقبت و احترام به فردیت هر دانش آموز به توسعه روابط مثبت کمک می کند (روردا و همکاران، ۲۰۱۱).

ترویج فراگیری و جشن گرفتن تنوع در کلاس درس برای ایجاد یک فرهنگ حمایتی بسیار مهم است (لادسون-بیلینگز<sup>۳</sup>، ۲۰۱۴). معلمان می توانند با ارزش گذاری و احترام

---

1-Roord

2-Hamre & Pianta

3-Ladson-Billings

به پیشینه ها، فرهنگ ها و دیدگاه های متنوع دانش آموزان، محیطی فراگیر ایجاد کنند. این را می توان از طریق انطباق برنامه درسی که حاوی محتوا، ادبیات و منابع چندفرهنگی است که طیفی از هویت ها و تجربیات را نشان می دهد، به دست آورد (بانکس<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵). تشویق بحث های باز، ترویج همدلی، و پرداختن به تعصبات یا کلیشه ها نیز برای پرورش یک کلاس درس فراگیر ضروری است (گی<sup>۲</sup>، 2018).

ایجاد روال ها و انتظارات کلاسی روشن و ثابت برای ایجاد یک فرهنگ حمایتی حیاتی است (بروفی و گود<sup>۳</sup>، 2014) وقتی دانش آموزان بفهمند که از آنها چه انتظاری می رود و کلاس درس چگونه کار می کند، احساس امنیت می کنند و می توانند بر یادگیری خود تمرکز کنند. ثبات در روال ها به دانش آموزان کمک می کند تا حس ساختاری را توسعه دهند که به رفاه کلی آنها کمک می کند (روردا و همکاران، ۲۰۱۱). معلمان می توانند از نشانه های بصری استفاده کنند، دستورالعمل های صریح ارائه دهند و برنامه های قابل پیش بینی را برای حمایت از روال های مؤثر ایجاد کنند (بروفی و گود، 2014).

توانمندسازی دانش آموزان برای داشتن عاملیت و صدای در کلاس، حس مالکیت و مشارکت را تقویت می کند (فردریکس<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). معلمان با دادن فرصت هایی برای انتخاب، تعیین اهداف و مشارکت در فرآیندهای تصمیم گیری، استقلال و انگیزه آنها را ارتقا می دهند (ریو، ۲۰۱۳). این را می توان از طریق پروژه های مشترک، بحث های دانش آموزی، و فرصت های منظم برای تأمل و بازخورد به دست آورد (دسی و رایان، ۲۰۱۸). فراهم کردن بسترهایی برای صدای دانش آموزان به آنها اجازه می دهد تا

---

1-Banks

2-gay

3-Brophy and Good

4-Fredericks

در شکل دادن به فرهنگ کلاس درس مشارکت کنند و احساس مسئولیت و مسئولیت پذیری را ترویج کنند (میترا<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴).

ایجاد فرهنگ حمایتی در کلاس درس یک تلاش چندوجهی است که مستلزم تلاش عمدی معلمان است. معلمان می توانند با پرورش روابط مثبت معلم و دانش آموز، ترویج فراگیری و تنوع، اجرای روتین های کلاس درس مؤثر، و تشویق صدای دانش آموز، محیطی ایجاد کنند که در آن دانش آموزان احساس حمایت، ارزش و قدرت کنند. فرهنگ کلاس درس حمایتی، پایه و اساس تجربیات یادگیری بهینه، رشد اجتماعی-عاطفی، و توسعه مهارت های ضروری را که فراتر از کلاس درس است، می گذارد.

### زمینه سازی برای خوشبختی و موفقیت

ایجاد یک پایه محکم برای تقویت شادی و موفقیت در کلاس ضروری است. وقتی مربیان یک محیط حمایتی و مثبت ایجاد می کنند، دانش آموزان بیشتر در سفرهای یادگیری خود احساس انگیزه، مشارکت و توانمندی می کنند. این بخش به بررسی راهبردهایی برای بسترسازی برای شادی و موفقیت می پردازد، از جمله پرورش ذهنیت رشد، ارتقای خودکارآمدی تحصیلی، توسعه مهارت های اجتماعی-عاطفی، و تشویق رویکرد مبتنی بر نقاط قوت.

پرورش ذهنیت رشد برای ایجاد زمینه برای شادی و موفقیت بسیار مهم است (دوک، ۲۰۰۶). وقتی دانش آموزان این باور را می پذیرند که توانایی هایشان را می توان از طریق تلاش و پشتکار توسعه داد، به احتمال زیاد به چالش ها با انعطاف پذیری و تمایل به یادگیری برخورد می کنند (هایموویتز و دوک، ۲۰۱۶). معلمان می توانند با ارائه دستورالعمل های صریح در مورد انعطاف پذیری مغز، تأکید بر قدرت هنوز «یعنی من»

هنوز آن را درک نکرده‌ام» و شکست‌ها را به‌عنوان فرصت‌هایی برای رشد و یادگیری چارچوب‌بندی مجدد کنند، ذهنیت رشد را تقویت کنند (یگر و دوک<sup>۱</sup>، 2012).

ارتقای خودکارآمدی تحصیلی برای ایجاد زمینه برای شادی و موفقیت دانش آموزان بسیار مهم است (بندورا، ۱۹۹۷). وقتی دانش‌آموزان به توانایی‌های خود برای موفقیت تحصیلی باور داشته باشند، به احتمال زیاد اهداف چالش‌برانگیزی را تعیین می‌کنند، مشکلات را ادامه می‌دهند و به نتایج مطلوب دست می‌یابند (پاجارس، ۲۰۱۷). معلمان می‌توانند خودکارآمدی تحصیلی دانش‌آموزان را با فراهم کردن فرصت‌هایی برای تجارب تسلط، ارائه بازخورد سازنده و الگوبرداری از استراتژی‌های موثر افزایش دهند (زیمرن، ۲۰۱۴). تشویق دانش‌آموزان به تأمل در مورد پیشرفت خود و تجلیل از دستاوردهایشان، باورهای خودکارآمدی آنها را بیشتر تقویت می‌کند (هانیکه و برودبنت<sup>۲</sup>، 2016).

توسعه مهارت‌های اجتماعی-عاطفی پایه‌ای حیاتی برای شادی و موفقیت می‌گذارد (دورلاک و همکاران، ۲۰۱۱). وقتی دانش‌آموزان مهارت‌هایی مانند خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی، ایجاد رابطه و تصمیم‌گیری مسئولانه را به دست می‌آورند، برای عبور از چالش‌ها، ایجاد روابط مثبت و تنظیم احساسات خود مجهزتر می‌شوند. یادگیری عاطفی، (۲۰۲۰). معلمان می‌توانند شیوه‌های یادگیری اجتماعی-عاطفی صریح (SEL) را در برنامه درسی ادغام کنند، فرصت‌هایی را برای یادگیری مشارکتی فراهم کنند و رفتارهای مثبت و راهبردهای مقابله‌ای سالم را مدل کنند (الیاس<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). با اولویت دادن به SEL، مربیان محیطی را پرورش می‌دهند که بهزیستی عاطفی و تعاملات اجتماعی مثبت را ارتقا می‌دهد.

---

1-Yeager & Dweck

1-Honicke & Broadbe

2-Elias

اتخاذ یک رویکرد مبتنی بر نقاط قوت برای ایجاد زمینه برای شادی و موفقیت حیاتی است (لوپز و لوئیس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). هنگامی که مربیان، نقاط قوت، استعدادها و علایق منحصر به فرد دانش آموزان را شناسایی و پرورش می دهند، احساس شایستگی و ارزش خود را پرورش می دهند (واترز و سان<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸). معلمان می توانند روش های آموزشی متنوعی را که سبک های یادگیری متفاوت را در بر می گیرد و به دانش آموزان اجازه می دهد تا نقاط قوت خود را به نمایش بگذارند، ترکیب کنند (نیمیک و ودینگ<sup>۳</sup>، ۲۰۱۴). معلمان با تمرکز بر نقاط قوت، فرهنگ کلاسی مثبتی را ترویج می کنند که اعتماد، مشارکت و رفاه کلی دانش آموزان را تقویت می کند.

زمینه سازی برای شادی و موفقیت در کلاس درس مستلزم تلاش عمدی مربیان است. معلمان با پرورش ذهنیت رشد، ارتقای خودکارآمدی تحصیلی، توسعه مهارت های عاطفی-اجتماعی، و تشویق رویکرد مبتنی بر نقاط قوت، محیطی را ایجاد می کنند که از رشد جامع دانش آموزان حمایت می کند. وقتی دانش آموزان احساس قدرت، اعتماد به نفس و ارزش می کنند، به احتمال زیاد از نظر تحصیلی، اجتماعی و عاطفی پیشرفت می کنند. با ایجاد این پایه، مربیان مسیری را برای دانش آموزان ایجاد می کنند تا شادی و موفقیت را در داخل و خارج از کلاس تجربه کنند.

## تقویت روابط و تعلق

ایجاد روابط قوی و احساس تعلق در کلاس درس برای رفاه و موفقیت تحصیلی دانش آموزان بسیار مهم است. وقتی دانش آموزان احساس می کنند با همسالان و مربیان خود ارتباط برقرار می کنند، احتمالاً فعالانه درگیر یادگیری، همکاری مؤثر و ایجاد یک خودپنداره مثبت هستند. این بخش راهبردهایی را برای تقویت روابط و پرورش حس

3-Lopez and Lewis

4-Waters and Son

5-Niemiec & Wedding

تعلق، از جمله اهمیت روابط معلم و دانش آموز، تعامل با همسالان، ایجاد یک جامعه کلاس درس حمایتی، و ترویج شیوه های فراگیر بررسی خواهد کرد.

روابط مثبت معلم و دانش آموز نقش اساسی در پرورش حس تعلق و پیشرفت تحصیلی ایفا می کند (رودا و همکاران، ۲۰۱۱). هنگامی که معلمان روابط حمایتی و مراقبتی با دانش آموزان خود برقرار می کنند، یک محیط امن و قابل اعتماد ایجاد می کند (حمره و پیانتا، ۲۰۱۸). این روابط را می توان با نشان دادن همدلی، گوش دادن فعال، ارائه حمایت فردی و ارائه بازخورد سازنده پرورش داد (پیانتا و همکاران، ۲۰۱۲). ایجاد روابط قوی معلم و دانش آموز باعث افزایش انگیزه، مشارکت و رفاه کلی دانش آموزان می شود.

تشویق تعاملات مثبت با همسالان برای تقویت روابط و احساس تعلق در بین دانش آموزان ضروری است (ونتزل و رامانی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶). فعالیت های یادگیری مشارکتی، پروژه های گروهی و بازی های مشارکتی فرصت هایی را برای دانش آموزان فراهم می کنند تا با یکدیگر تعامل کنند، از یکدیگر یاد بگیرند و مهارت های اجتماعی را توسعه دهند. معلمان می توانند با الگوبرداری از ارتباطات محترمانه، تسهیل بحث های فراگیر، و پرورش فرهنگ مهربانی و همدلی، روابط مثبت با همسالان را ارتقا دهند (فری<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). ایجاد یک محیط کلاسی که تنوع را جشن می گیرد و حمایت متقابل را تشویق می کند، حس تعلق دانش آموزان را تقویت می کند.

ایجاد یک جامعه کلاس درس حمایتی برای تقویت روابط و احساس تعلق بسیار مهم است (ویس<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). معلمان می توانند با ترکیب یخ شکن ها، فعالیت های تیم سازی و جلسات کلاسی برای ارتقای تعاملات و تجربیات مشترک، جامعه ای مثبت ایجاد کنند (رافی<sup>۴</sup>، ۲۰۱۲). اجرای شیوه های ترمیمی، استراتژی های حل تعارض و فرآیندهای تصمیم گیری مشارکتی، دانش آموزان را قادر می سازد تا در ایجاد فرهنگ

---

1-Wentzel and Ramani

1-Frey

2-Weiss

3-Rafi

کلاس درس مثبت مشارکت کنند (اوشر<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). یک جامعه کلاسی پشتیبان حس تعلق را پرورش می دهد، جایی که هر دانش آموز احساس ارزشمندی، احترام و ارتباط می کند.

ترویج فراگیری برای تقویت روابط و احساس تعلق در میان دانش آموزان با پیشینه های مختلف حیاتی است (گی، ۲۰۱۸). معلمان می توانند با استفاده از شیوه های آموزشی پاسخگوی فرهنگی که هویت، تجارب و دیدگاه های دانش آموزان را مورد احترام و اعتبار قرار می دهد، یک کلاس درس فراگیر ایجاد کنند (لادسون-بیلینگز، ۲۰۱۴). ارائه مواد آموزشی متنوع، ادبیات و منابعی که طیف وسیعی از صداها و فرهنگها را نشان می دهد، حس تعلق را تقویت می کند (بانکس، ۲۰۱۵). اجرای آموزش متمایز، اجازه دادن به چندین نقطه ورودی برای یادگیری، و فراهم کردن امکانات برای نیازهای فردی، باعث فراگیری و تقویت روابط مثبت در بین دانش آموزان می شود.

تقویت روابط و پرورش حس تعلق در کلاس برای رشد تحصیلی و اجتماعی-عاطفی دانش آموزان ضروری است. با اولویت دادن به روابط مثبت معلم و دانش آموز، ترویج تعاملات با همسالان، ایجاد یک جامعه کلاس درس حمایتی، و پذیرش شیوه های فراگیر، مربیان می توانند فضایی ایجاد کنند که دانش آموزان احساس ارزشمندی، احترام و ارتباط داشته باشند. وقتی دانش آموزان احساس تعلق داشته باشند، احتمال پیشرفت تحصیلی، ایجاد روابط مثبت با همسالان و داشتن خودپنداره مثبت بیشتر است. با تقویت روابط و تعلق، مربیان زمینه را برای یک تجربه یادگیری مثبت و غنی برای همه دانش آموزان فراهم می کنند.

## ایجاد محیطی برای رشد و اکتشاف

ایجاد محیطی که باعث رشد و اکتشاف شود برای پرورش کنجکاوی، خلاقیت و عشق به یادگیری دانش آموزان ضروری است. وقتی دانش آموزان احساس می کنند که از آنها

حمایت می‌شود، به چالش کشیده می‌شوند و تشویق می‌شوند تا ایده‌های جدید را کشف کنند و ریسک کنند، احتمال بیشتری دارد که مهارت‌های تفکر انتقادی را توسعه دهند، دانش خود را گسترش دهند و به پتانسیل کامل خود دست یابند. این بخش به بررسی استراتژی‌هایی برای ایجاد محیطی می‌پردازد که باعث رشد و اکتشاف می‌شود، از جمله نقش ذهنیت رشد، اهمیت پرورش کنجکاوی، فراهم کردن فرصت‌هایی برای یادگیری مبتنی بر تحقیق، و پرورش فرهنگ کلاس درس حمایت‌کننده و محرک.

پرورش ذهنیت رشد برای ایجاد محیطی که باعث رشد و اکتشاف می‌شود، بسیار مهم است (دوک، ۲۰۰۶). زمانی که دانش‌آموزان بر این باورند که توانایی‌هایشان را می‌توان از طریق تلاش و تمرین توسعه داد، به احتمال زیاد چالش‌ها را پذیرفته و به عقب‌نشینی‌ها به عنوان فرصت‌هایی برای یادگیری نگاه می‌کنند (هایموویتز و دوک، ۲۰۱۶). معلمان می‌توانند با ارائه دستورالعمل‌های صریح در مورد انعطاف‌پذیری مغز، آموزش دانش‌آموزان در مورد قدرت هنوز (به عنوان مثال، "من هنوز آن را درک نکرده‌ام")، و ستایش تلاش و پشتکار، یک ذهنیت رشد را پرورش دهند (یگر و دوک، ۲۰۱۲). پرورش ذهنیت رشد به دانش‌آموزان قدرت می‌دهد تا پتانسیل رشد خود را ببینند و آنها را تشویق به کشف احتمالات جدید می‌کند.

پرورش کنجکاوی کلید ایجاد محیطی است که باعث رشد و اکتشاف می‌شود (کید و هایدن<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵). وقتی دانش‌آموزان کنجکاو هستند، فعالانه به دنبال دانش هستند، سؤال می‌پرسند و در تجارب یادگیری عمیق‌تر شرکت می‌کنند. معلمان می‌توانند با گنجاندن سؤالات باز، ارتباطات دنیای واقعی و فعالیت‌های عملی در درس‌های خود، کنجکاوی را تقویت کنند (کانگ<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). فراهم کردن فرصت‌هایی برای دانش‌آموزان برای پیگیری علایق خود، بررسی موضوعات مرتبط شخصی و شرکت در

---

1-Kidd and Hayden

2-Kang