

به نام خدا

# هنر مدیریت کلاس

(استراتژی‌هایی برای یک محیط یادگیری مثبت)

مولفان:

لیلا مقتدری نسب

مینا فرهنگ‌نیا

عیسی اتابک

زهرا مددی

سارا دلاور اردکانی

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: هنر مدیریت کلاس: استراتژی‌هایی برای یک محیط یادگیری مثبت / مولفان  
لیلا مقتدری نسب... [و دیگران].

مشخصات نشر: ارسطو (سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۲.  
مشخصات ظاهری: ۱۱۵ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۳۰۲-۰

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: مولفان لیلا مقتدری نسب، مینا فرهمندنیا، عیسی اتابک، زهره مددی، سارا دلاور اردکانی.  
یادداشت: کتابنامه: ص. [۸۹]-۱۱۵.

عنوان دیگر: استراتژی‌هایی برای یک محیط یادگیری مثبت.

موضوع: کلاسداری

محیط مدرسه

یادگیری

تدریس اثربخش

معلمان -- اثر بخشی

شاگردان -- روان شناسی

مدرسه‌ها -- برنامه‌های بهبود آموزش

مدرسه‌ها -- مدیریت و سازماندهی -- جنبه‌های روان‌شناسی

School management and organization -- Psychological aspects

شناسه افزوده: مقتدری نسب، لیلا، ۱۳۶۴-

رده بندی کنگره: LB۳۰۱۳

رده بندی دیویی: ۳۷۱/۱۰۲۴

شماره کتابشناسی ملی: ۹۳۷۷۳۰۰

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: هنر مدیریت کلاس

مولفان: لیلا مقتدری نسب - مینا فرهمندنیا - عیسی اتابک

زهره مددی - سارا دلاور اردکانی

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

صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۲

چاپ: زیرجد

قیمت: ۹۳۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب‌رسان:

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۳۰۲-۰

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

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



انتشارات ارسطو



چاپ و نشر ارسطو  
Chaponashr.ir

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷	مقدمه.....
۱۱	فصل اول.....
۱۱	ایجاد یک فونداسیون قوی.....
۱۱	بلوک های سازنده برای یک کلاس درس شاد .....
۱۳	پرورش ذهنیت مثبت برای یادگیری .....
۱۳	بازخورد معلم: .....
۱۳	انگیزه درونی: .....
۱۴	باورهای خودکارآمدی: .....
۱۵	ایجاد فرهنگ کلاس درس حمایتی .....
۱۷	زمینه سازی برای خوشبختی و موفقیت .....
۱۹	تقویت روابط و تعلق .....
۲۱	ایجاد محیطی برای رشد و اکتشاف .....
۲۵	فصل دوم.....
۲۵	جذب فراگیران.....
۲۵	برانگیختن کنجکاوی و اشتیاق برای یادگیری .....
۲۷	استراتژی های یادگیری فعال برای تعامل .....
۳۱	الهام بخش خلاقیت و تفکر انتقادی .....
۳۳	معنادار و مرتبط ساختن یادگیری .....

۳۶	توانمندسازی دانش آموزان به عنوان مشارکت کنندگان فعال
۴۰	استقبال از فرصت های یادگیری خارج از کلاس درس:
۴۳	<b>فصل سوم</b>
۴۳	<b>ترویج رفتار مثبت</b>
۴۳	پرورش احترام و همدلی
۴۴	تمرین گوش دادن فعال:
۴۵	راهبردهایی برای تشویق مهربانی و همکاری
۴۸	ایجاد دانش آموزان مسئولیت پذیر و اخلاق مدار
۵۰	ایجاد یک جامعه کلاس درس ایمن و فراگیر
۵۳	رسیدگی به تعارض و ترویج حل تعارض
۵۶	تجلیل از تنوع و ترویج پذیرش
۵۹	<b>فصل چهارم</b>
۵۹	<b>افزایش رفاه</b>
۵۹	تقویت هوش هیجانی و خودآگاهی
۶۱	ارتقای سلامت روان و تاب آوری
۶۳	راهبردهای کاهش استرس و ذهن آگاهی
۶۸	پرورش تصویر بدنی مثبت و عزت نفس
۷۳	<b>فصل پنجم ایجاد فرهنگ</b>
۷۳	ارتباط موثر ایجاد فرهنگ ارتباطات باز
۷۵	گوش دادن فعال و مهارت های گفتاری موثر
۷۷	ارتباطات غیر کلامی و زبان بدن

- ۷۷.....انواع و کارکردهای ارتباط غیر کلامی:
- ۷۸.....تأثیرات فرهنگی بر ارتباطات غیر کلامی:
- ۷۸.....نشانه های غیر کلامی در روابط بین فردی:
- ۷۹.....ارتباط غیر کلامی در محیط های حرفه ای:
- ۷۹.....تفسیر نشانه های غیر کلامی:
- ۸۰.....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
- ۸۹.....منابع
-



## مقدمه

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. با ایجاد یک پایه قوی، درگیر کردن فراگیران، ترویج رفتار مثبت، افزایش رفاه، تقویت ارتباط موثر و حفظ یک کلاس درس شاد، هدف ما ایجاد محیطی است که رشد همه‌جانبه هر دانش‌آموز را پرورش دهد و از آن حمایت کند.

در فصل اول، "تنظیم پایه"، ما اهمیت ایجاد یک زمینه محکم برای یک کلاس درس شاد را تشخیص می‌دهیم. ما به عناصر اصلی که به جو یادگیری مثبت کمک می‌کند، از جمله پرورش فرهنگ کلاس درس حمایتی، تقویت روابط و تعلق، و ایجاد محیطی برای رشد و اکتشاف، کاوش می‌کنیم. با ایجاد این ستون‌های اساسی، ما زمینه را برای یک تجربه آموزشی متحول می‌سازیم که دانش‌آموزان را برای دستیابی به پتانسیل کامل خود توانمند می‌کند.

"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 می دهیم. ما اهمیت پرورش احترام، همدلی و مسئولیت را در جامعه کلاس درس تشخیص می دهیم. 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 می دهیم که پایه و اساس رفتار مثبت و تعاملات هماهنگ را می گذارد.

بهزیستی دانش‌آموزان در قلب فصل ۴ "افزایش رفاه" قرار دارد. ما به نقش حیاتی هوش هیجانی، خودآگاهی و تاب آوری در حمایت از سلامت روان دانش‌آموزان می پردازیم. با تجهیز دانش‌آموزان 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 دانش‌آموزان ارائه می دهد.

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 می تواند نیازها و ترجیحات متنوع دانش آموزان را برآورده کند (دیویس و سامارا<sup>3</sup>، 2018).

---

1-Jones

2-Williams

3-Davis and Samara

تکنیک های موثر مدیریت کلاس درس یکی دیگر از اجزای سازنده حیاتی برای یک کلاس درس شاد است. ایجاد انتظارات، قوانین و روال های واضح به ایجاد یک محیط یادگیری ساختاریافته و قابل پیش بینی کمک می کند (مارزانو<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). ثبات در اجرای این دستورالعمل ها حس امنیت و نظم را تقویت می کند و به دانش آموزان اجازه می دهد تا بر یادگیری خود بدون اختلالات غیر ضروری تمرکز کنند (جونز، ۲۰۱۴). اجرای استراتژی هایی مانند تقویت مثبت، همکاری با همتایان، و شیوه های ترمیمی نیز می تواند حس انصاف، احترام و مسئولیت پذیری را در جامعه کلاس درس ترویج کند.

رابطه معلم و دانش آموز نقش محوری در پرورش یک کلاس درس شاد دارد. یک ارتباط گرم، حمایتی و دلسوز معلم و دانش آموز باعث ایجاد حس تعلق و رفاه عاطفی می شود (اسکینر و بلمونت<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸). معلمان با نشان دادن علاقه واقعی به زندگی دانش آموزان خود، گوش دادن فعالانه به افکار و نگرانی های آنها، و ارائه بازخورد سازنده، می توانند روابط قابل اعتمادی برقرار کنند (جونز و کان<sup>۳</sup>، ۲۰۱۷). وقتی دانش آموزان احساس ارزشمندی و احترام می کنند، احتمالاً فعالانه در یادگیری خود شرکت می کنند و ریسک می کنند (دورلاک<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۹).

ساختن یک کلاس درس شاد نیازمند توجه به چندین مؤلفه کلیدی است. ایجاد یک محیط فیزیکی دعوت کننده، اجرای تکنیک های مؤثر مدیریت کلاس، و ایجاد روابط قوی معلم و دانش آموز، عناصر سازنده ضروری هستند. با گنجانیدن این عناصر در شیوه های 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.

---

1-Marzano

2-Skinner and Belmont

3-Kan

4-Durlak

## 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 دنیسی<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).

### 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>۴</sup>، ۲۰۰۰). وقتی دانش آموزان انگیزه ذاتی دارند، احتمال بیشتری دارد که با اشتیاق و کنجکاوی به وظایف

1-Hattie and Timperley

2-Klager and Dennis

3-Dweck

4-Ryan and Desi

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>۱</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>۲</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 دابستی، و برجسته کردن دستاوردهای گذشته آنها افزایش دهند (پاجارس<sup>۳</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 (زیمرمن<sup>۴</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 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.

---

1-Rio

2-Bandura

3-Pajares

4-Zimmerman

## ایجاد فرهنگ کلاس درس حمایتی

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

روابط مثبت معلم و دانش‌آموز پایه و اساس فرهنگ کلاس درس حمایتی را تشکیل می‌دهد (روردا<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). وقتی معلمان ارتباطات قوی با دانش‌آموزان خود ایجاد می‌کنند، اعتماد ایجاد می‌کنند، حس تعلق را ترویج می‌کنند و محیطی را ایجاد می‌کنند که در آن دانش‌آموزان 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 دانش‌آموز به توسعه روابط مثبت کمک می‌کند (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 می‌توانند با ارزش گذاری و احترام به پیشینه‌ها، فرهنگ‌ها و دیدگاه‌های متنوع دانش‌آموزان، محیطی فراگیر ایجاد کنند. این را می‌توان از طریق انطباق برنامه درسی که حاوی محتوا، ادبیات و منابع چندفرهنگی است که طیفی از هویت‌ها و تجربیات را نشان می‌دهد، به دست آورد

---

1-Roorda

2-Hamre & Pianta

3-Ladson-Billings

(بانکس<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵). تشویق بحث‌های باز، ترویج همدلی، و پرداختن به تعصبات یا کلیشه‌ها نیز برای پرورش یک کلاس درس فراگیر ضروری است (گی<sup>۲</sup>، 2018).

ایجاد روال‌ها و انتظارات کلاسی روشن و ثابت برای ایجاد یک فرهنگ حمایتی حیاتی است (بروفی و گود<sup>۳</sup>، 2014). وقتی دانش‌آموزان بفهمند که از آنها چه انتظاری می‌رود و کلاس درس چگونه کار می‌کند، احساس امنیت می‌کنند و می‌توانند بر یادگیری خود تمرکز کنند. ثبات در روال‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا حس ساختاری را توسعه دهند که به رفاه کلی آنها کمک می‌کند (روردا و همکاران، ۲۰۱۱). معلمان می‌توانند از نشانه‌های بصری استفاده کنند، دستورالعمل‌های صریح ارائه دهند و برنامه‌های قابل پیش‌بینی را برای حمایت از روال‌های مؤثر ایجاد کنند (بروفی و گود، 2014).

توانمندسازی دانش‌آموزان برای داشتن عاملیت و صدای در کلاس، حس مالکیت و مشارکت را تقویت می‌کند (فردریکس<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). معلمان با دادن فرصت‌هایی برای انتخاب، تعیین اهداف و مشارکت در فرآیندهای تصمیم‌گیری، استقلال و انگیزه آنها را ارتقا می‌دهند (ریو، ۲۰۱۳). این را می‌توان از طریق پروژه‌های مشترک، بحث‌های دانش‌آموزی، و فرصت‌های منظم برای تأمل و بازخورد به دست آورد (دسی و رایان، ۲۰۱۸). فراهم کردن بسترهایی برای صدای دانش‌آموزان به آنها اجازه می‌دهد تا در شکل‌دادن به فرهنگ کلاس درس مشارکت کنند و احساس مسئولیت و مسئولیت‌پذیری را ترویج کنند (میترا<sup>۵</sup>، 2014).

ایجاد فرهنگ حمایتی در کلاس درس یک تلاش چندوجهی است که مستلزم تلاش عمدی معلمان است. معلمان می‌توانند با پرورش روابط مثبت معلم و دانش‌آموز، ترویج فراگیری و تنوع، اجرای روتین‌های کلاس درس مؤثر، و تشویق صدای دانش‌آموز،

---

1-Banks

2-gay

3-Brophy and Good

4-Fredericks

5-Mitra

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 نکرده ام») و شکست ها را به عنوان فرصت هایی برای رشد و یادگیری چارچوب بندی 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 دانش آموزان به توانایی های خود برای موفقیت تحصیلی باور داشته باشند، به احتمال زیاد اهداف چالش برانگیزی را تعیین می کنند، مشکلات را ادامه می دهند و به نتایج مطلوب دست می یابند (پاجارس، ۲۰۱۷). معلمان می توانند خودکارآمدی تحصیلی دانش آموزان را با فراهم کردن فرصت هایی برای

تجارب تسلط، ارائه بازخورد سازنده و الگوبرداری از استراتژی های 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>۱</sup>، 2016).

توسعه مهارت های اجتماعی-عاطفی پایه ای حیاتی برای شادی و موفقیت می گذارد (دورلاک و همکاران، ۲۰۱۱). وقتی دانش‌آموزان مهارت‌هایی مانند خودآگاهی، خود مدیریتی، 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 شیوه های یادگیری اجتماعی-عاطفی صریح (SEL) را در برنامه درسی ادغام کنند، فرصت هایی را برای یادگیری مشارکتی فراهم کنند و رفتارهای مثبت و راهبردهای مقابله ای سالم را مدل کنند (الیاس<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). با اولویت دادن به SEL، مربیان محیطی را پرورش می‌دهند که بهزیستی عاطفی و تعاملات اجتماعی مثبت را ارتقا می‌دهد.

اتخاذ یک رویکرد مبتنی بر نقاط قوت برای ایجاد زمینه برای شادی و موفقیت حیاتی است (لوپز و لوئیس<sup>۳</sup>، ۲۰۰۹). هنگامی که مربیان، نقاط قوت، استعدادها و علایق منحصر به فرد دانش‌آموزان را شناسایی و پرورش می‌دهند، احساس شایستگی و ارزش خود را پرورش می‌دهند (واترز و سان<sup>۴</sup>، ۲۰۱۸). معلمان می‌توانند روش‌های آموزشی متنوعی را که سبک‌های یادگیری متفاوت را در بر می‌گیرد و به دانش‌آموزان اجازه می‌دهد تا نقاط قوت خود را به نمایش بگذارند، ترکیب کنند (نیمیک و ودینگ<sup>۵</sup>، ۲۰۱۴). معلمان با تمرکز بر نقاط قوت، فرهنگ کلاسی مثبتی را ترویج می‌کنند که اعتماد، مشارکت و رفاه کلی دانش‌آموزان را تقویت می‌کند.

---

1-Honick & Broadbe

2-Elias

3-Lopez and Lewis

4-Waters and Son

5-Niemiec & Wedding

زمینه سازی برای شادی و موفقیت در کلاس درس مستلزم تلاش عمدی مربیان است. معلمان با پرورش ذهنیت رشد، ارتقای خودکارآمدی تحصیلی، توسعه مهارت‌های عاطفی-اجتماعی، و تشویق رویکرد مبتنی بر نقاط قوت، محیطی را ایجاد می‌کنند که از رشد جامع دانش‌آموزان حمایت می‌کند. وقتی دانش‌آموزان احساس قدرت، اعتماد به نفس و ارزش می‌کنند، به احتمال زیاد از نظر تحصیلی، اجتماعی و عاطفی پیشرفت می‌کنند. با ایجاد این پایه، مربیان مسیری را برای دانش‌آموزان ایجاد می‌کنند 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 دانش‌آموزان بسیار مهم است. وقتی دانش‌آموزان احساس می‌کنند با همسالان و مربیان خود ارتباط برقرار می‌کنند، احتمالاً فعالانه درگیر یادگیری، همکاری مؤثر و ایجاد یک خودپنداره مثبت هستند. این بخش راهبردهایی را برای تقویت روابط و پرورش حس تعلق، از جمله اهمیت روابط معلم و دانش‌آموز، تعامل با همسالان، ایجاد یک جامعه کلاس درس حمایتی، و ترویج شیوه‌های فراگیر بررسی خواهد کرد.

روابط مثبت معلم و دانش‌آموز نقش اساسی در پرورش حس تعلق و پیشرفت تحصیلی ایفا می‌کند (روردا و همکاران، ۲۰۱۱). هنگامی که معلمان روابط حمایتی و مراقبتی با دانش‌آموزان خود برقرار می‌کنند، یک محیط امن و قابل اعتماد ایجاد می‌کند (حمره و پیانتا، ۲۰۱۸). این روابط را می‌توان 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 دانش‌آموز باعث افزایش انگیزه، مشارکت و رفاه کلی دانش‌آموزان می‌شود. تشویق تعاملات مثبت با همسالان برای تقویت روابط و احساس تعلق در بین دانش‌آموزان ضروری است (ونتزل و رامانی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶). فعالیت‌های یادگیری مشارکتی،

پروژه‌های گروهی و بازی‌های مشارکتی فرصت‌هایی را برای دانش‌آموزان فراهم می‌کنند تا با یکدیگر تعامل کنند، از یکدیگر یاد بگیرند و مهارت‌های اجتماعی را توسعه دهند. معلمان می‌توانند با الگوبرداری از ارتباطات محترمانه، تسهیل بحث‌های فراگیر، و پرورش فرهنگ مهربانی و همدلی، روابط مثبت با همسالان را ارتقا دهند (فری<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). ایجاد یک محیط کلاسی که تنوع را جشن می‌گیرد و حمایت متقابل را تشویق می‌کند، حس تعلق دانش‌آموزان را تقویت می‌کند.

ایجاد یک جامعه کلاس درس حمایتی برای تقویت روابط و احساس تعلق بسیار مهم است (ویس<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). معلمان می‌توانند با ترکیب یخ شکن‌ها، فعالیت‌های تیم‌سازی و جلسات کلاسی برای ارتقای تعاملات و تجربیات مشترک، جامعه‌ای مثبت ایجاد کنند (رافی<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲). اجرای شیوه‌های ترمیمی، استراتژی‌های حل تعارض و فرآیندهای تصمیم‌گیری مشارکتی، دانش‌آموزان را قادر می‌سازد تا در ایجاد فرهنگ کلاس درس مثبت مشارکت کنند (اوشر<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). یک جامعه کلاسی پشتیبان حس تعلق را پرورش می‌دهد، جایی که هر دانش‌آموز احساس ارزشمندی، احترام و ارتباط می‌کند.

ترویج فراگیری برای تقویت روابط و احساس تعلق در میان دانش‌آموزان با پیشینه‌های مختلف حیاتی است (گی، ۲۰۱۸). معلمان می‌توانند با استفاده از شیوه‌های آموزشی پاسخگوی فرهنگی که هویت، تجارب و دیدگاه‌های دانش‌آموزان را مورد احترام و اعتبار قرار می‌دهد، 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 می‌دهد، حس تعلق را تقویت می‌کند (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 دانش‌آموزان می‌شود.

1-Frey

2-Weiss

3-Rafi

4-Osher