

## مشکلات وابستگی فراگیران به والدین در دبستان

حسین محمودی محمد آبادی<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> دانشگاه فرهنگیان ، محمد آباد hosein.m17.1381@gmail.com

### چکیده

با فرا رسیدن سال نو تحصیلی، نگرانی های خانواده هایی که دانش آموزان کلاس اولی دارند شروع می شود. یکی از این نگرانی ها ترس از مدرسه می باشد. البته در این دوره با وجود کلاس های زیادی که کودکان قبل از شروع مدرسه می روند تقریباً مشکلی ندارند، اما باز هم بسیاری از آنها در روز های آغازین با مشکل مواجه می شوند. بسیاری از کودکان هنگام جدا شدن از والدین ناراحت می شوند، به خصوص در خانواده هایی که مراقبت های غیرمنطقی از کودک صورت می گیرد. اما برخی از کودکان اضطراب بسیار شدیدی را موقع جدا شدن از مادرشان نشان می دهند. در موارد بسیار شدید کودک حتی در اتاق مادر را تعقیب می کند، این مشکل موقعی در کودک در مدرسه می رود، آشکار می شود. به این رفتارها اضطراب جدایی می گویند.

اگر والدین کودک را در محیط مدرسه رها کنند اضطراب کودک بیشتر می شود پس باید با ملایمت، ملاحظت و نرمی با کودک ارتباط برقرار کرد و با حرف زدن با کودک به کاهش اضطرابش کمک کرد.

اضطراب در برخی کودکان در آغاز سال تحصیلی طبیعی است به خصوص برای کودکانی که وارد دوره پیش دبستانی یا کلاس اول می شوند. این دسته از کودکان چون از محیط خانه وارد محیط دیگری می شوند. با افراد جدید مواجه می شوند و محیط جدیدی را تجربه می کنند و از سوی دیگر آزادی هایی را که در محیط خانه داشتند در مدرسه ندارند دچار اضطراب می شوند. کودکان در ورود به مدرسه در زمان استراحت، نوع تغذیه و زمان بازی خود دچار تغییر شده و طبیعی است که دچار اضطراب شوند.

### واژه های کلیدی

اضطراب، مدرسه، والدین، فراگیر، معلم

#### مقدمه:

مهمترین مسئله در ورود کودکان به مدرسه جدا شدن از والدین به خصوص مادر است و چون کودک چند سال به طور طبیعی در کنار مادر بوده است جدا شدن از مادر برایش سخت است. البته اکثریت کودکان در مدت کوتاهی با محیط جدید هماهنگ شده و می‌توانند خود را سازگار کنند.

البته بعضی از کودکان جدای از اضطراب آغاز سال تحصیلی زمینه اضطراب را دارند، این دسته از کودکان به زمان بیشتری برای آمادگی نیازمندند و بی توجهی به این مسئله برای خانواده‌ها و اولیای مدرسه مشکل‌آفرین خواهد شد. برای کم شدن اضطراب این دسته از کودکان باید از قبل با کودک صحبت کرد و محیط جدید را به طور عملی به او توضیح داد؛ بدین ترتیب که با هماهنگی اولیای مدرسه قبل از شروع رسمی مدرسه، کودک وارد محیط مدرسه شود کلاس، حیاط، سرویس بهداشتی، سالن غذاخوری و ... را ببیند و با معلم و همکلاسی‌هایش آشنا شود. اگر این آشنایی در محیط غیردرسی و قبل از آغاز سال تحصیلی انجام گیرد در کاهش اضطراب کودک در زمان مدرسه مؤثر خواهد بود. از طرفی نباید اجازه داد که کودک در خانه بماند و به مدرسه نرود بلکه باید والدین حتی اگر لازم بود دقایقی در کنار کودک در مدرسه باقی بمانند و به تدریج محیط را ترک کنند تا کودک آمادگی لازم را پیدا کند.

مدرسه و اولیای مدرسه نقش مهمی در جذب و آرامش کودک دارند و می‌توانند کودک را با روش‌های درست از حالت غریبه و بیگانه خارج کرده و در کاهش اضطراب و آشنایی کودک با محیط جدید مؤثر باشند. من در اوایل سال تحصیلی این وابستگی را در یکی از دانش آموزان اول ابتدایی به مادرش دیدم و خیلی دوست داشتم به او کمک کنم و این وابستگی این دانش آموز را بهبود بخشم و بخاطر همین جریان‌ها بود که من از میان مشکلات مدرسه این مشکل را برای فعالیت کارورزی خود انجام دهم. مرحله اول: چگونه می‌توانم وابستگی بیش از اندازه دانش آموز کلاس اول را به مادرش کاهش دهم

#### توصیف وضع موجود:

اینجانب حسین محمودی محمدآبادی آموزگار پایه اول ابتدایی در هفته اول تحصیلی که مصادف با روزهای اول ماه مهر بود واقعه ای را مشاهده کردم که برای اینجانب خیلی جالب بود و آن وابستگی شدید دانش آموزان کلاس اول به مادرانشان بود در چنین روزهایی که دانش آموزان کلاس اول اولین روزهای تحصیلی زندگی خود را آغاز می‌کنند بیشتر دانش آموزان با توجه به واقعه که در بالا ذکر شده به همراه اولیای خود می‌آمدند بعد از مدتی که صدای زنگ به صدا درمی‌آمد و معاونین دانش آموزان را به خصوص کلاس‌های اول را به صف‌های خود راهنمایی می‌کردند در این هنگام موضوعی که فکر اینجانب را خیلی درگیر کرده بود به طور واضح مشاهده کردم و این مشاهده این چنین بود که بعضی از دانش آموزان با رسیدن نوبت به صف کلاس آنها به طرف اولیای خود فرار کردند و بعضی از دانش آموزان اول با ترس معاونین با نق زدن اولیای خود را صدا می‌زدند و اصرار می‌کردند که همراه آن‌ها به کلاس بروند. شاخص‌ترین مورد

در بین آن ها دانش آموزی به نام الیا بود که وابستگی اش به مادرش از همه دانش آموزان بیشتر بود که در هیچ صورتی راضی به ترک مادرش و رفتن به کلاس نمی شد.

### سوالات پژوهش

آیا این وابستگی ناشی از تعلق اولیا به کودکانش است ؟ آیا این وابستگی ناشی از تعلیم ندادن مهارت اجتماعی دانش آموزان توسط اولیا است ؟ آیا این وابستگی ناشی از از تحصیل نکردن دانش آموزان در دوره های مهد کودک و پیش دبستانی ؟ آیا این وابستگی ناشی از برخورد نادرست معاونین مدرسه با دانش آموزان می باشد؟

### گرد آوری شواهد:

دانش آموز به نام الیا از ابتدای سال گاهی به بهانه های مختلف از رفتن به مدرسه سربازمی زد و از اوایل آبان ماه این بهانه ها بیشتر شد، به خصوص اینکه به مادرش بسیار وابسته بود . رفتن به مدرسه به صورت کابوسی برای او و اهل خانواده بود و در صورت رفتن هم ، کلاس رها کرده و به خانه بر می گشت. من و خانواده او و همه ی عوامل مدرسه در پی راهکاری بودیم که این مشکل حل شود. با توجه به اطلاعات جمع آوری شده از کتاب ، مجله ، سایت های اینترنتی و ... برای گرد آوری شواهد لازم جهت تشخیص مسئله اقدامات زیر را انجام دادم :

### ۱- مشاهده رفتار دانش آموز در کلاس

در مشاهده رفتار الیا در کلاس متوجه شدم او دانش آموز بسیار آرام و کم حرفی است. بسیار به ندرت در کلاس با من و سایر هم کلاسی هایش صحبت می کند. بیشتر اوقات در کلاس سرش را پایین انداخته و در بحث های گروهی و کلاسی و پرسش و پاسخ در کلاس هیچ زمانی داوطلب نیست و در بعضی اوقات هم در حال گریه کردن است. همیشه با مادرش به مدرسه می آید و در هنگام آمدن به کلاس و رفتن مادرش همیشه نگران است. در ساعت ۱۲ ظهر به بعد شروع به گریه زاری و خواستن مادرش میکرد.

### ۲- مصاحبه با مدیر و سایر همکاران مدرسه

در صحبتی که با مدیر مدرسه راجع به الیا داشتم، ایشان نیز به این موضوع اشاره کردند که الیا نمی تواند با سایر دانش آموزان ارتباط موثر و خوبی داشته باشد. بیشتر اوقات زنگ تفریح در حیاط فقط با یکی از هم کلاسی هایش دیده می شود. زمانی که با او کاری دارم و از او می خواهم به دفتر مدرسه مراجعه کند، پشت در دفتر ایستاده و جرات وارد شدن به داخل را ندارد. در صحبتی که با چند همکار دیگر داشتم آنها نیز اشاره کردند الیا بسیار آرام و ساکت است . و همیشه به مادرش وابسته است.

### ۳- مصاحبه با مادر الیا

در تماس تلفنی از مادر الیا خواستم به مدرسه مراجعه کند تا با وی صحبتی داشته باشم. بعد از مطرح کردن مشکل الیا در کلاس و مدرسه از مادرش خواستم تا کمی راجع به رفتار الیا در منزل و نحوه برقراری ارتباط او با سایر اعضای خانواده و فامیل صحبت کند. طبق گفته های مادرش الیا در منزل نیز پسری بسیار آرام بوده، خیلی کم با پدر و مادرش صحبت می کند و مسائل و مشکلاتش را به ندرت در منزل مطرح می کند. در مهمانی های خانوادگی اغلب شرکت نکرده و یا در صورت شرکت بسیار آرام و ساکت نشسته و با کسی صحبت نمی کند. در هنگام حضور مهمان در منزل نیز بیشتر وقت را در اتاق خود گذرانده و از حضور در جمع مهمان ها خودداری می کند. مادر الیا به این نکته نیز اشاره کرد که خودش بسیار کم و مختصر صحبت می کند و اهل زیاده گویی و توضیح بیش از حد نیست و پدر الیا برای امرار معاش خانواده بیشتر وقت خود را در خارج از منزل سپری کرده و در ساعات فراغت از کار بیشتر استراحت کرده و بسیار کم با فرزندانش صحبت کرده و با آنها ارتباط برقرار می کند.

مادر الیا چنین عنوان می کرد که الیا از بدو تولد از او جدا نشده و همیشه او با الیا بوده است. همچنین از صحبت هایی که شد به این نتیجه رسیدیم که مادر الیا نیز به شدت بهپسرش وابسته است. به اینکه باید توجه کرد که الیا پسری تپل است که بسیار وابسته مادر شده است.

### تجزیه و تحلیل و گردآوری اطلاعات

باتوجه به اطلاعات جمع آوری شده در رابطه با علل وابستگی و مشاهده رفتار الیا در کلاس و مصاحبه ای که با مادر الیا داشتم متوجه شدم از مهم ترین دلایل وابستگی و عدم علاقه به ماندن در کلاس می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- عدم ارتباط صمیمی و دوستانه پدر با فرزندان در منزل و آگاه نبودن از مسایل و مشکلات روزمره آنان.
- عدم ارتباط الیا با همکلاسی هایش

### ارائه راهکار موقتی

- ۱- برای تشویق او برای ماندن در مدرسه، جوایزی در قبال پیشرفت تحصیلی (ولوبه مقدار کم) در حضور دانش آموزان به او داده شود.
- ۲- درزنگ های تفریح به او مسولیت (دربان) بدهیم تا خودش مانع رفتن سایر دانش آموزان از مدرسه شود.
- ۳- در صورت لزوم ارجاع به مشاور
- ۴- صحبت با خود دانش آموز و نصیحت او
- ۵- ارتباط صمیمی و دوستانه آموزگار و سایر معلمان با او
- ۶- تعویض جای نشستن دانش آموز در نیمکت ها با دانش آموزان دیگر

### دلایل انتخاب راه حل

الیا نیز مانند برخی از کودکان هنگام ورود به سال اول دبستان دچار مشکلاتی هم چون ناراحتی، بی قراری، ترس از مدرسه و حتی بیزاری و تنفر از مدرسه شده است. ترس غیر منطقی او از مدرسه به معنی امتناع از مدرسه رفتن و یکی از نشانه های اضطراب جدایی از والدین، خانه، خانواده و بخصوص مادر و یا شرایطی است که به آن وابسته شده است.

### دلایل ترس الیا از مدرسه:

۱- اضطراب جدایی: معمولا مادران بچه هایی که دچار اضطراب جدایی هستند، شخصیتی افراطی، مضطرب، بیش از حد حمایت کننده، مردد، حساس و عاطفی هستند که اضطراب خود را با بیان افکار منفی و عمل خود به بچه ها منتقل می کنند  
۲- یادگیری: ترس و یا امتناع از مدرسه بیش از آن که علت شخصیتی و عاطفی داشته باشد ناشی از یادگیری است مادر یا پدری که در ارتباط با کودکان خود مفاهیم و یا نکته های منفی از مدرسه، تنبیه و توبیخ ها و تجارب ناخوشایند خود را از دوران تحصیل بیان می کنند و از آن ها می خواهند که مواظب رفتارهایشان باشند خواه ناخواه باعث ترس کودکان از مدرسه می شوند.  
۳- وابستگی: اضطراب کودک گاهی به دلیل وابستگی به مادر محیط خانه، خانواده و یا هر تکیه گاه و پناهگاه دیگر است. معمولا مادران سعی در وابسته کردن کودک به خود دارند و به واکنش های عاطفی او نسبت به ترک، پاسخ می دهند. بنا بر این برای پیشگیری از به وجود آمدن این مشکلات و یا برطرف کردن آن و نیز آماده کردن الیا برای پذیرش شرایط جدید و مانوس شدن او با محیط دبستان موارد زیر را مد نظر قرار می دادیم.

### \* کم کردن وابستگی الیا:

باید مادر سعی می کرد با استفاده از روش های مناسب ( مثل گذاشتن الیا در خانه اقوام به مدت یکی دو ساعت در روز به صورت پراکنده یا بردن او به پارک و همراه کردن او با کودکان همسن و سال خودش) به تدریج وابستگی او را به خود کم کند.

### \* ایجاد آمادگی ذهنی در الیا:

باید مادر او سعی می کرد با شروع سال تحصیلی ذهن آن را نسبت به مدرسه، معلم آماده کند. به طوری که با تعریف و تمجید واقعی و منطبق برواقعیت از مدرسه و معلمان شور و اشتیاق مدرسه رفتن را در کودک ایجاد نماید. باید سعی می کرد به او اطمینان دهد معلمش مهربان است و او را حمایت خواهد کرد.

### ایجاد انگیزه:

باید مادر الیا سعی می کرد با علاقه و اشتیاق زیاد در باره آنچه که او در مدرسه خواهد آموخت مثل خواندن، نوشتن، حساب کردن، شمردن، نقاشی، ورزش کردن حرف بزند. \* با کتاب خواندن برای او و هدیه دادن کتاب داستان به کودک علاقه او را به یادگیری خواندن و با سواد شدن افزایش دهید.

## اجرای راهکارها

برای تشویق اوجوايز مختلفی که توسط مدرسه و حتی اولیای تهیه شده بوده دانش آموزان داشت. در زنگ های تفریح مسوولیت در بانی راه اوسپردیم و همچنین خودمان با اوصحت کردم؛ بهانه های مختلفی می آورد، گاهی می گفت: «من از معلم خوشم نمی آید». «می خواهم جایم را عوض کنم». در عمل به هیچ کدام از این هاراضی نمی شد و از جواب دادن طفره می رفت. حتی تهدید هم اثر نمی کرد. او دلیل آن را خستگی او عنوان می کردند. و همچنین نمی توانده بازی هایش برسد.

ارجاع الیا به همراه مادرش به مشاور یکی دیگر از راه هایی بود که در این اقدام پژوهی انجام گرفت. طی دو جلسه مشاوره با این دانش آموز و مادرش که انجام شد. نتیجه ای قابل توجهی نگرفتیم. همه ی راهکارها را خود دانش آموز از قبل بلد بود. و هیچ کدام از راه حل ها او را راضی نمی کرد. طی چندین جلسه دعوت اولیای دانش آموز به مدرسه و همچنین مراجعه به خانه آن ها (از آن جایی که پسران در این سن وابستگی عاطفی زیادی به مادر دارند)

یکی دیگر از راهکار هایی که به کار بردم این بود که برای حل این مسأله، من که قبلاً رابطه دوستی خوبی با دانش آموز برقرار کرده بودم علت را از طریق مصاحبه با دانش آموز و کمک معاون آموزشگاه (با توجه به رفتار پراسرسی که در کلاس داشت) دریافتم. با دعوت از مادر دانش آموز به مدرسه و قول گرفتن از او در حضور فرزندش که دیگر بدون فرزندش در ساعاتی که الیا در مدرسه است به جایی نرود حتی ایشان ۲ جلسه هم در دفتر مدرسه نشست تا خیال فرزندش راحت شود. الیا زنگ های تفریح او به دفتر سر می زد تا ببیند که من هستیم یا نه.

با کمک معاون آن جلسه به الیا مسوولیت در بانی دادیم و من هم در دفتر مدرسه بودم و قرار بود که به او به دفتر سر بزند که یادش رفت و از روزه بعد بود که او دیگر در کلاس درس حاضر می شد. البته به اولیا به خصوص به مادرش توصیه کردیم که حتی الامکان نیم ساعت مانده به وقت تعطیلی مدرسه در خانه حاضر باشد و در خانه حرف از برنامه های خرید و دید و بازدید در زمانی که او در مدرسه بوده نزنند.

## گرد آوری شواهد ۲

الیا در طول یک ماه بعد از اجرای راهکارهای پیشنهادی، حضور در کلاسش منظم بود. به گفته پدر و مادرش دیگر کمتر بهانه می گرفت. حتی تنهایی و یا با دوستانش به مدرسه می آمد. معاون مدرسه هم از رفتار و آرامش او در کلاس و مدرسه رضایت داشت.

## ارزشیابی تأثیر اقدام جدید و تعیین اعتبار آن

آماده ساختن کودک برای زندگی در خارج از محیط خانوادگی، یکی از بزرگترین وظایف اجتماعی پدر و مادر است و کیفیت روابط خانوادگی، تأثیر عمیق و پایداری بر تحول روانی کودکان برجای می گذارد. خانواده ای که از توان و امکانات لازم برخوردار است تا وظایف پدر و مادریش را به نحوی مطلوب و با موفقیت انجام دهد، در هر یک از اعضایش احساس ایمنی، وابستگی و رفاقت ایجاد می کند؛ همچنین احساس داشتن هدف، پیشرفت و ارزش فردی را در آنان به وجود می آورد

از نظر تعریف اضطراب و هراس از مدرسه به ترس نامعقول و شدید نسبت به چیزی یا موقعیتی یا مکانی گفته می شود. از آنجایی که هراس و اضطراب بهم نزدیک هستند لذا هراس یا به زبان عامیانه ترس از مدرسه ، اختلال اضطراب مدرسه نیز گفته می شود. شدت اضطراب و ترس به حدی است که موجب اختلال فعالیت و زندگی فرد در آن زمینه خاص می شود.

در هراس از مدرسه کودک از رفتن به مدرسه اجتناب می کند یا در صورت اصرار در رفتن به مدرسه با اختلالات روانی و رفتاری یا جسمی همراه خواهد بود. اضطراب یا هراس از مدرسه را در واقع بایستی شکل شدیدتر خجالت دانست که در آن کودک شدیداً از تعامل و مواجهه و مورد توجه و ارزیابی قرار گرفتن توسط هم کلاسی ها و معلمین مضطرب و نگران است و می ترسد که کاری خجالت آور از او سر زند یا مورد تحقیر و سرزنش دیگران قرار گیرد . ترس از مدرسه را می توان پیش درآمد اضطراب جدایی دانست ( در واقع در صورت عدم اصلاح آن به اضطراب اجتماعی تبدیل خواهد شد). بایستی توجه داشت که مدرسه گریزی با امتناع و اجتناب از مدرسه رفتن متفاوت است زیرا در اولی کودک احساس چندانی در رفتن و نرفتن به مدرسه ندارد و کودک از مدرسه فرار می کند و معمولاً از والدین خود نیز مخفی نگه می دارد و درگیر کارهای خلاف و ضد اجتماعی می شود.

مدرسه گریزی نوعی اختلال رفتاری بوده و معمولاً در زمینه اختلافات و مشکلات جدی خانوادگی ، تجربیات بسیار بد و شدید و استعداد ژنتیکی بروز می کند و از طریق مجموع عوامل زمینه خانوادگی ، رفتار درمانی و خانواده درمانی مورد اصلاح قرار می گیرد. در اضطراب یا هراس از مدرسه به دلیل پس زمینه های روانی کودک ، مدرسه جای شکست و عدم موفقیت و محل پیدا کردن احساس بد نسبت به خود است و هر درسی یا فعالیت گروهی فرصتی برای نشان دادن بی لیاقتی و کودنی آنها تصور می شود. هر سوال و جوابی برای کودک زمانی برای تحقیر به حساب می آید.

کودکان برای مقابله با اضطراب و ترس معمولاً به طور نا خودآگاه دست به مکانیسم فرار یا انکار می زنند که بر حسب شدت هراس و وسعت آن ، جزئیات و روش آنها متفاوت خواهد بود. برخی ممکن است فقط در مورد درس خاص غیبت کنند یا اصلاً از رفتن به مدرسه اجتناب کنند.

به عنوان یک قاعده کلی در سیستم های آموزشی تربیتی در مدارس بایستی ترتیبی اتخاذ داده شود تا حد ممکن هیچ دانش آموزی زیر نور افکن تفتیش و سرزنش دیگران ( هم کلاسی ها و معلمان ) قرار نگیرد.

نمرات و تذکرات بایستی به طور خصوصی به دانش آموزان انتقال داده شوند و از هر اقدامی که موجب ایجاد احساس خجالت ، ناتوانی یا زیر سوال رفتن شخصیت کودک شود ، جدا خودداری شود

هر نوع تنبیه فیزیکی یا بی احترامی و هتک حرمت ، جنایتی در حق کودک و جامعه است و معلمین جزء اولین افرادی باید باشند که با آن مقابله می کنند.

### نتیجه گیری و گزارش نهایی:

در مشکل مورد بحث ما وقتی مشکل ریشه یابی شد و با قولی که از مادرش گرفتیم برای حضور در خانه و استقبال از فرزندش هنگام برگشتن از مدرسه، و دادن مسولیت به دانش آموز و برجسته کردن نقاط قوت دانش آموز، مشکل او حل شد و بعد از آن با آرامش بیشتری در سر کلاس حاضر می شد.

نکته ای که باید اشاره کرد این که تغییر در رفتار یک فرد به پروسه ی زمانی طولانی تری نیازمند است و نباید عجله و شتاب نمود.

#### I. راهکارهایی برای حل مشکل مشابه در خانواده ها

- ۱- پدر و مادرها باید سعی کنند کودکان خود را مستقل به بار آورند. کودکی که همه ی امکانات زندگی به صورتی سهل و ساده در اختیارش گذاشته می شود، نخواهد توانست خود را با محیطی سازگار کند که هر کس از حقوقی مساوی سهم می برد.
- ۲- اعمال و رفتار پدر و مادر باید به نحوی باشد که کودک آمادگی پذیرش محیط های جدید و سازش با آنها را داشته باشد.
- ۳- یاری و مساعدت والدین به کودک، باید به نحوی غیر مستقیم انجام بگیرد و کودک خود را عاملی بالقوه و بالفعل در برابر سد مشکلات ببیند.

#### منابع و ماخذ:

محمودی محمد آبادی، حسین، (۱۴۰۲)، اختلالات یادگیری کودک و نوجوان (علائم و پیشگیری از آن)  
میدانی، پژوهشی