

چگونه توانستیم استرس دانش آموزم آیلا را در تدریس مجازی کاهش دهیم؟

فاطمه اعتباری

آموزش و پرورش ناحیه ۲ بندرعباس، دبستان دخترانه راهیان علم آموزگار پایه دوم

چکیده

رسیدن به اهداف آموزشی که مدارس به عنوان هدف اساسی خود به آنها توجه دارند مستلزم تامین بهداشت روانی دانش آموزان است. تحقیقات متعدد نشان می دهند که سلامت روانی دانش آموزان با پیشرفت تحصیلی آنها ارتباط دارد و دانش آموزانی که به نحوی از مشکلات روانی یا از نبود بهداشت روانی مناسب رنج می برند، اغلب با افت تحصیلی مواجه هستند. بنابراین ضروری به نظر می رسد جهت تامین شرایط مناسب برای نیل به اهداف آموزشی، تربیتی و تضمین سلامت افراد جامعه در سنین مختلف، عوامل بازدارنده آن را مورد بررسی قرار داد. کلمه ی استرس را به شیوه های مختلف استفاده می کنند بعضی از استرس برای مراجعه به خواسته ها و فشارهایی استفاده می کنند که شخص با آنها روبه روست و گرفتگی و تنش را واکنش مشخصی در برابر آن موقعیت می دانند. برخی دیگر استرس را سطحی از حالات منفی که شخص با آن روبه روست می دانند و دسته سوم معتقدند اگر تقاضا از شخص بیش از توان او باشد، شخص دچار استرس می شود.

واژگان کلیدی: استرس، تدریس، مجازی

مقدمه

توصیف وضع موجود:

در کلاس دوم که تدریس می کنم دانش آموزی به نام آیلا دارم که وقتی می خواهد در تدریس مجازی و ارتباط تصویری، مخصوصاً هنگام پرسش و پاسخ مطالب درسی با من ارتباط برقرار کند هول و دستپاچه و دچار اضطراب و استرس می شود طوری که دچار لکنت زبان و (من و من کردن) می شود و شروع به لرزیدن می کند و نمی تواند به خوبی صحبت کند و درس را جواب دهد و باعث افت تحصیلی او شده است. این وضعیت موجب نگرانی و ناراحتی من شده است. با خود فکر کردم که چرا آیلا این حالت را دارد و مشکل او چیست، در صورتی که معلم سخت گیری نیستم و نمی توانم بگویم که بچه ها از من می ترسند. این موضوع مرا بر این داشت که بتوانم مسئله آیلا را به شکل مطلوب حل نمایم.

جمع آوری شواهد ۱

۱- مشاهده ی رفتار آیلا:

در جلسات خانگی که با او داشتم سعی کردم به نوعی حالت رفتاری آیلا را با خودم زیر نظر بگیرم و همچنین به دلیل کرونا چندبار او را به تنهایی به مدرسه دعوت کردم و با او صحبت کردم.

۲- مصاحبه با آیلا:

از او پرسیدم: که چرا موقع پاسخگویی به سؤالات معلم هول و دستپاچه می شوی؟