

تاب آوری و افزایش اعتماد به نفس در دانش آموزان

زهرا غفاری

دانشجوی رشته دبیری زبان و ادبیات فارسی دانشگاه فرهنگیان

چکیده:

روایت پژوهی Narrative inquiry یک چارچوب تحلیلی است که در آن پژوهشگر به تفسیر داستان‌های مرتبط با پدیده مورد بررسی می‌پردازد. این روش به عنوان یک روش تحلیل کیفی در ابتدای قرن بیستم مطرح گردیده است. کلیات مربوط به این روش در بحث تحلیل روایت مورد بحث قرار گرفته است. رشد نرخ خودکشی، افت تحصیلی، عدم تاب آوری و اعتماد به نفس در میان نوجوانان امروز و آسیب پذیری آنان از شرایط خانوادگی، اقتصادی به شدت افزایش یافته است. این مسئله امروزه در بیشتر مدارس ایران نمود یافته است. این نمونه گزارش تجربه ای است درباره دانش آموزی که به دلیل مسائل و مشکلات خانوادگی اعتیاد پدر افسردگی ما در شرایط نامناسب اقتصادی و غیره تاب آوری خود را در برابر مشکلات از دست داده و دو بار اقدام به خودکشی ناموفق کرده بود این دانش‌آموز تمایلی به ادامه تحصیل نداشته و ارتباط خود را با اطرافیان قطع نموده بودند چنین در این نمونه روایت پژوهی با بررسی مشکلات ساختاری در رفتار و کنش‌های دانش آموز اقداماتی برای حل مشکلات عمر نظیر روانشناسی رنگها تکنیک‌هایی نه شناسی تمرکز و حواس انجام شد که طی فرآیندهای متداوم مشکل افت تحصیلی خودکشی اضطراب و استرس او که در نتیجه عدم تاب آوری و ضعف اعتماد به نفس به وجود آمده بوده رفع شد.

واژگان کلیدی: تاب آوری، خودکشی، اعتماد به نفس، افت تحصیلی

مقدمه:

انسان موجودی کمال طلب است و تمام خوبی‌ها را به صورت بی‌نهایت می‌طلبد. به همین دلیل علاقه و گرایش زیادی به زندگی جاودانی دارد اما گاهی اوقات مسائلی در زندگی انسان پیش می‌آیند که زندگی او را از حالت عادی خارج می‌سازند. در این شرایط انسان دو واکنش نسبت به این مسائل نشان می‌دهد، ۱. به مقابله و تلاش برای رسیدن به حالت عادی و رسیدن به موفقیت می‌پردازد ۲. در مقابل مشکلات تاب و توان خود را از دست می‌دهد و در مقابل آنها شکست خورده و افسرده می‌شود و حتی ممکن است دست به خودکشی بزند.

اما این عمل ناپسند (خودکشی) از منظر قرآن و احادیث امری نکوهیده و ناپسند است. >> من قتل نفسه متعمدا فهو فی نار جهنم خالدا فیها: هر کسی که دانسته خودکشی کند پیوسته در دوزخ خواهد بود. امام صادق علیه السلام، وسایل الشیعه>>
خودکشی عمل ناپسندی است. اگر چه عواملی مانند افسردگی، عدم توانایی مقابله با مشکلات، شرایط اقتصادی سخت، عدم اعتماد به نفس و... زمینه‌ساز و پیش‌مقدمه ایجاد این عمل ناپسند می‌باشند، اما این عمل در هر صورت غیر اخلاقی است و در اسلام نیز به هیچ وجه قابل پذیرش نبوده است. تا جایی که برخی علما معتقدند نباید کسی که خودکشی کرده را غسل داد و نماز میت بر او خوانده شود. چرا که خداوند از روح خود در آدمی دمید و خودکشی یعنی خیانت در امانت خداوند.

در آیه ۲۹ سوره مبارکه نساء: ولا تقتلوا انفسکم، خداوند خودکشی را ممنوع کرده است. >> خودکشی به هر وسیله حرام است حتی اگر بیماری به قصد زودتر مردن خود را مداوا نکند و در نتیجه بمیرد، که نوعی خودکشی است. عبدالحسین دستغیب، ج ۱، ص ۱۱۲ گناهان کبیره >>

این مشکل منشا‌هایی نیز دارد که از نظر "امیل دورکیم" خودکشی یک عمل اجتماعی است و عوامل متعددی باعث ایجاد آن میشوند. از جمله عوامل زمینه‌ساز خودکشی می‌توان به استرس و اضطراب اشاره نمود که فرد دچار افزایش ضربان قلب و اشتباه در