

بررسی تاثیر آموزش شادکامی بر خلاقیت دانش آموزان

افسانه احمدی^۱

^۱ کارشناسی ارشد ادبیات و علوم انسانی . معلم استان ایلام ، شهرستان مهران (نویسنده مسئول)

چکیده

مقاله حاضر از نوع مروری - کتابخانه ای است که با توجه به نظرات اندیشمندان در این عرصه به رشته تحریر در آمده است. هدف از نگارش این مقاله بررسی تاثیر آموزش شادکامی بر خلاقیت دانش آموزان است. نتیجه این مقاله نشان می دهد که آموزش شادکامی بر خلاقیت دانش آموزان اثر مثبت دارد. بر اساس آنچه که شرح داده شد، می توان گفت آموزش شادکامی به دانش آموزان نیز سبب بروز خلاقیت آنها میشود. افراد خلاق توجه بیشتری به جزئیات دارند، قادرند اندیشه های گوناگون را توسعه دهند و تلاش میکنند. ایده های نو و اصیلی را که منحصر به خودشان است، ارائه دهند. افزون بر این، ایده های آنها متنوع است و به جنبه های گوناگون و راه های گوناگون می اندیشند. بنابراین، طبیعی است که این ابعاد از خلاقیت نیز در اثر آموزش شادکامی بهبود یابند.

واژه های کلیدی: شادکامی، خلاقیت، دانش آموزان

مقدمه

نشاط و شادمانی، به عنوان یکی از مهمترین نیازهای روانی بشر، به دلیل تأثیرات عمده ای که بر شکل گیری شخصیت آدمی و در یک کلام مجموعه زندگی انسان دارد، همواره ذهن انسان را به خود مشغول کرده است. با مطرح شدن روزافزون اهمیت شادی در امر سلامتی روان و خوشبختی و همچنین تأثیر آن در تقویت قوای روانی انسان، برای مقابله با پیچیدگی ها و مشکلات دنیای امروز، توجه و نظر محققان، اندیشمندان و حتی عوام مردم نسبت به آن تغییر نموده است. تحقیقات نشان میدهد که شادی، صرف نظر از چگونگی به دست آوردن آن، میتواند سلامتی جسمانی را بهبود بخشد؛ افرادی که شاد هستند، احساس امنیت بیشتری می کنند، آسانتر تصمیم میگیرند، دارای روحیه مشارکتی بیشتری هستند و نسبت به کسانی که با آنان زندگی میکنند، بیشتر احساس رضایت می کنند (مردای، ۱۳۸۱).

خلاقیت چیزی متفاوت از تفکر انتقادی است و در ارتباطات، روابط عمومی و تبلیغات وجود خلاقیت احساس میشود (ماتیوز، ۲۰۱۱). افراد، خلاق، علاقه به ریسک نمودن دارند، محدودیت ها و موانع را قبول نمی کنند و برای کارهای نا ممکن تلاش میکنند، این افراد از توانایی بالایی برای بهره گیری بهتر از امکانات محیط خود برای خلق چیزهای تازه، برخوردارند (استرنبرگ و ویلیامز، ۱۹۹۷).

به منظور پرورش خلاقیت، اکتفا به آموزش مناسب و برنامه ریزی برای ارتقای تفکر خلاق کافی نمی باشد، بلکه همواره باید به افراد کمک کرد تا بدین منظور، میزان خود پنداره و عزت نفس خود را افزایش دهند (آمابیل، ۱۹۸۳).

بیان مسئله

تأمین، حفظ و ارتقاء سلامتی احاد مردم یکی از مهمترین اهداف و الویتهای جوامع است. امروزه سلامتی، رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی است و نه فقط نبود بیماری یا ناتوانی. مفاهیمی مانند رضایت از خود و زندگی و بهزیستی در تعریف سلامتی روانی از شاخصهای مورد توجه سازمان بهداشت جهانی میباشد که با عواطف مثبتی مانند لذت، آرامش، نشاط و شادی همراه است (امانی، ۱۳۸۵).

شادی در حوزه روانشناسی یک هیجان مثبت است که عمیقتر از یک حالت خوب موقتی است. شادکامی را میتوان یک رویکرد و احساس خوشایند پایدار تعریف کرد. شادکامی و سلامت ذهنی دربرگیرنده احساسات مثبتی مانند لذت، آرامش، حس جریان داشتن و شیفگی در زندگی است. احساس رضایتمندی کلی در جنبه های مختلف زندگی را شادی مینامند. اثرپذیری یا عاطفه پذیری مثبت با فعالیت فیزیکی منظم، خواب کافی، ارتباط اجتماعی متعارف با دوستان و آشنایان و تلاش برای رسیدن به اهداف ارزشمند شخصی همراه است (امانی، ۱۳۸۵).

امروزه صاحب نظران، خلاقیت را دانشی بنیادی برای هرگونه تغییر و نوآوری و عاملی مهم در شتاب بخشیدن به نوآوری های علمی و فناورانه بشر میدانند. مطالعات موجود نیز نشان میدهند که مرکز ثقل حرکات نوین در آینده را خلاقیت و میزان بهره گیری از تفکر خلاق تشکیل میدهد. بر این اساس، یکی از چالش های جدی و قابل پیشبینی بشر در آینده مساله میزان بهره گیری از ذهنها و شخصیت های خلاق در حوزه های مختلف علمی، پژوهشی، فناورانه و بهداشتی است (پیرخائفی و همکاران، ۱۳۸۸).

خلاقیت یکی ابعاد شناختی فرد است که در رشد و تکامل فرد و تمدن بشری نقش مؤثری دارد و زیر بنای اختراع و دستاوردهای علمی و هنری است. پژوهش های انجام شده در زمینه خلاقیت نشان میدهد خلاقیت موهبتی نیست که افرادی خاص از آن برخوردار باشند چون میتوان با کاربرد شیوه های مناسب، آن را پرورش داد.

افرادی که در انجام کارها اثربخش تر، مطمئنتر و توانمندتر عمل میکنند از میزان خلاقیت و خودپنداره تحصیلی بالاتری برخوردارند و بالطبع چنین خودپنداره ای منجر به بالاتر رفتن انگیزه پیشرفت در گام های آتی میشود. انگیزه پیشرفت به عنوان یکزمینه نسبتاً ثابت در افراد، از جمله مهمترین انگیزه ها یا نیازهای اکتسابی هر فرد می باشد که برای نخستین بار توسط موری در سالهای ۱۹۳۰ مطرح شد (بیابانگرد، ۱۳۸۴).

وی نیاز و میل به پیشرفت را به عنوان یکی از نیازهای اساسی و از ویژگی های سازگار شخصیت انسان میدانند. مک کله لند نیز نیاز و انگیزه پیشرفت را نتیجه تعارض هیجانی بین امید به موفقیت و میل به دوری و گریز از شکست میداند. اینکه امید به موفقیت از سویی به هیجانات و عقاید مثبت پیرامون موفقیت وابسته است و از سوی دیگر ترس از شکست به هیجانات منفی و اینکه موقعیت پیشرفت دور از دسترس و خارج از توان او می باشد، مرتبط است (استین مای و اسپیناس، ۲۰۰۹).

ضرورت تحقیق

بر اساس پژوهش های انجام شده، در زمینه شادکامی، ۵۰ درصد مردم آن را مهمترین موضوع به شمار آورده اند برقراری مراودات شخصیتی و اجتماعی و تشکیل دوستی های مفید قطعاً در شرایطی تحقق مییابد که فراغ خاطر، خوشحالی خوشبینی و امنیت روانی وجود داشته باشد. در غیر این صورت، توجه به محیط و انتخاب محرک های آن بی اهمیت میشود. فرد در لاک خویش فرو میرود و اوقات بسیاری را از دست

میدهد. شاید یکی از دلایل عمده از دست رفتن مدیریت زمان و هدر دادن وقت، همین پدیده بی نشاطی باشد؛ بنابراین نشاط اجتماعی سرآغاز توسعه هر جامعه محسوب میشود و بی توجهی به این موضوع زمینه

تخریب جامعه را فراهم می آورد. اگر شادکامی اجتماعی را حاصل شادی های افراد جامعه بدانیم، به این باور میرسیم که افسردگی های افراد در افسردگی جامعه مؤثر است. پس باید عوامل مؤثر در ارتقای شادی های افراد را بشناسیم و برای گسترش این عامل ها در جامعه تلاش کنیم. موضوع نشاط اجتماعی مهم است؛ چراکه توفیق هر جمع و جامعه ای به نیروهای بستگی دارد که خود را قبول دارند، خوشحال هستند و دور از سستی و افسردگی روزگار میگذرانند. برنامه ریزی برای هر جامعه نیازمند شناخت وضعیت نشاط اجتماعی است (خورشیدی، ۱۳۹۳).

یافت ها نشان میدهد که اهمیت شادکامی رابطه ای مثبتی با نتایج مطلوبی دارد که در زندگی به دست می آوریم. شادکامی در زندگی سبب موفقیت، طول عمر بیشتر، پیشرفت اقتصادی و رفتارهای بهتر اقتصادی میشود. زندگی امروزی سبب شده است که نیاز به شادکامی در زندگی بیشتر شده است. با این حال شواهد

نشان میدهد که توجه به اهمیت شادکامی به مقدار زیادی بر بهبود شرایط زندگی اثر گذار است. افراد تمایل

بسیار زیادی دارند که در شرایط ناگوار به موضوعات بد با شرایط نامناسب فکر کنند. در حالی که افراد شادکام به طور غالب با پیدایش شرایط بد و ناگوار به آن بی توجهی می کنند. برخی مطالعات نشان داده اند مولفه های فرهنگی بر میزان اهمیت شادکامی در افراد اثر گذار است و به طور قابل توجهی این موضوع را تحت تأثیر قرار میدهد. آبگو و همکاران (۲۰۱۷) بیان میدارند که نگرانی ترس با شخصیت افراد بستگی دارد و بر میزان خوشبختی و تجربه های شادکامی آنها اثر گذار است. این موضوع به یک باور کلی در ذهن افراد باز میگردد که شادکامی به عنوان یک روش برای ایجاد تغییر در افراد باز میگردد. در خصوص اهمیت شادکامی میتوان گفت که برای افراد درجه شادکامی متفاوت است و هر شخصی با توجه به رویکرد خود نسبت به زندگی سطحی از شادکامی را درک میکند (آبگو و همکاران، ۲۰۱۷).

پیشرفت امروزه جهان مدیون تلاش های همه انسانها در طول تاریخ است. انسان با توجه به پیچیدگی ها و دشواری های زندگی جهت رسیدن به رشد و پیشرفت در زمینه های گوناگون و فائق آمدن بر مشکلات و مسائل میبایست از توانایی های لازم و کافی برخوردار باشد. به عقیده میرز (۱۹۹۴)، به نقل از بدری گرگری، (۱۳۸۵) در عصری که کتابهای درسی به سرعت کهنه می شوند و نوآوری دائماً تجربه میشود، اهداف نهایی و کلی تعلیم و تربیت ناگزیر باید تغییر یابد. جایگاه منفعل فراگیران و تکیه بر پر کردن ذهن از اطلاعات دیگر جوابگوی نیازهای تربیتی نسل حاضر و آینده نخواهد بود. و برای تربیت صحیح فراگیران نیاز است تا آنها آزادانه، خلاقانه و نقادانه و به طور علمی بیندیشند.

خلاقیت به عنوان سازهای که ارتباط تنگاتنگی با تعلیم و تربیت دارد اخیراً بسیار مورد توجه واقع شده است. در حالی که رویکردهای آموزشی رسمی عموماً سعی در گسترش تفکر همگرا دارند، یکی از اهداف رویکردهای آموزشی اخیر رشد خلاقیت فردی میباشد (سائف، ۲۰۰۹). با توجه به آنچه گفته شد به نظر میرسد خلاقیت مفهومی فراگیر بوده که جنبه های وسیع و مختلفی از زندگی و تحول روانی فرد را تحت تأثیر قرار میدهد. با شناخت همبسته های مرتبط با آن و ایجاد نیم رخ قابل پیش بینیت میتوان در تدوین برنامه های آموزشی و تعلیم و تربیت جهت افزایش تفکر واگرا در دو حیطه هیجانی و شناختی اقدام کرد.

مفهوم خلاقیت

یکی از ویژگی ها و صفات شناختی که در مباحث مختلف مورد توجه محققین و پژوهشگران قرار گرفته است ویژگی خلاقیت است با توجه به مشکلات مختلفی که دنیای امروز با آن دست به گریبان است توجه به تفکر انتقادی و عامل پیشبینی کننده آن یعنی خلاقیت از اهمیت ویژه های برخوردار است.

در بین روانشناسان توافقی که حاکی از نظر مشترک پیرامون تعریف خلاقیت باشد وجود ندارد. در واقع گستردگی تعریف، نشأت گرفته از دیدگاه های گوناگون روان شناختی از این پدیده است. خلاقیت فرآیندی از خلاق بودن است، مجموعه ای از اعمال که ایده ها افکار و اشیاء فیزیکی جدیدی را به وجود می آورد (کلایتون، ۲۰۰۲).

آلدر (۲۰۰۲) "در کتاب چگونه هوش خلاق را تعریف کنیم؟"، خلاقیت را این گونه تعریف کرده است:

• چیزی است که هنر پیشگان دارند.

• یک نگرش غیر معمول یا بدیع به مسایل است.

- تداعی با عناصر شناختی منفک با ایده هاست.
- فرآیندی که به محصول با ارزش میانجامد.
- یک استعداد یا صفت خاص حاصل شده‌ی مغزی به عنوان یک نظام پیچیده است.
- فرآیندی که چیزی را جدید و با ارزش میکند.
- ویژگیها و خصوصیات بی‌همتایی از آنچه که فرد به آن معنا میدهد.

تورنس (۱۳۹۸)، به نقل از سیف، (۱۳۸۷) سه تعریف برای خلاقیت در سه زمینه پژوهشی، هنری و وابسته به بقاء مطرح کرده است. به نظر وی تعریف پژوهشی خلاقیت عبارت است از فرآیند حس کردن مشکلات و مسایل، شکاف در اطلاعات، عناصر گم شده چیزهای ناجور، حدس زدن و فرضیه سازی درباره این نواقص و ارزیابی و آزمودن این حدس ها و فرضیه ها، تجدید نظر کردن و دوباره آزمودن آنها و بالاخره انتقال نتایج. تورنس در تعریف هنری خلاقیت به مصادیقی اشاره میکند که برخی از مصادیق عبارتند از: خلاقیت مانند خواستن دانستن است، خلاقیت مانند دوباره نگاه کردن است، آفرینندگی مانند خط زدن خطاهاست، آفرینندگی مانند خواندن به سبک خود است. تورنس در تعریف خلاقیت "وابسته به بقاء" خلاقیت را عبارت از قدرت کنار آمدن با موقعیت های دشوار و خطرناک میداند، وقتی که شخص هیچ راه حل از پیش آموخته شدهای ندارد.

خلاقیت به عنوان فرآیند

یکی از سوال های مهم در باره خلاقیت آن است که انسان های مختلف چگونه خلاقیت خود را بروز میدهند ؟
آلبرشت (۱۹۸۷) یک فرآیند پنج مرحله ای برای بروز خلاقیت به شرح زیر مطرح می نماید:

۱-جذب : منظور توجه ویژه و شیفته شدن به یک موضوع است که اغلب نیازمند اطلاعات جدید است.

۲-الهام : منظور رخنه ناگهانی و سریع یک راه حل است که به ذهن میرسد و فرد " آهان " می گوید.

۳-آزمایش : منظور به مرحله اجراء گذاشتن ایدهها ست تا درستی و نادرستی آن معلوم گردد.

۴-پالایش : منظور ایجاد اصلاحات و تغییرات لازم در ایده جدید جهت کاربردی کردن آن است.

۵-عرضه : منظور وجود خریدار و مشتری برای ایده جدید است تا به جامعه عرضه گردد.

رشد خلاقیت

اگرچه اجرای آزمون های هوش سنج در دوران نوزادی دارای اعتبار و روایی همزمان بسیار خوبی هستند ولی قدرت روایی پیش بینی آنها ضعیف است. وآنهایی که خلاقیت هم یکی از مؤلفه های هوشی به شمار می آید امکان پیش بینی آن هم دست کم در شرایط فعلی وجود ندارد. نمره های آزمون خلاقیت دانش آموزان در دوران کودکی نیز نتوانسته اند بیانگر واقعی خلاقیت فرد در دوران جوانی و بزرگسالی باشد،

اگرچه خمیر مایه اصلی هوش ارث است اما در خصوص خلاقیت احتمالاً نقش اصلی بر عهده تجربه، تعلیم و تربیت و محیط مساعد است. اگر دوره رشد زیست شناختی و روان شناختی انسان به طور سطحی به چهار مرحله کودکی، نوجوانی، جوانی و بزرگسالی و سالمندی تقسیم میشود. احتمالاً شکوفاترین دوره رشد خلاقیت دوره بزرگسالی (۳۰ تا ۶۰ سالگی) و بخشی از دوره سالمندی است یعنی خلاقیت با افزایش سن زیاد میشود. هر چند ممکن است در مقاطع خاصی از رشد کاهش داشته باشد.

خلاقیت در سنین نوجوانی و جوانی

بیشتر آرای مربوط به رشد شناختی، محدوده سنی نوجوانی نخستین جوانی را سنین انتهایی برای رشد نهایی فعالیتهای ذهنی میدانند. در این سن مغز به نهایت رشد فیزیکی خود میرسد و تفکر صوری که حداعلاهی رشد شناختی است مستقر میگردد. در پی استقرار هوش و عملیات انتزاعی در دستگاه روانی فرد،

نوجوان در زمینه تفکر صوری، استدلالهای فرضی استنتاجی، تفکر منطقی و تفکر فراشناختی به ظرفیت های جدیدی پی میبرد و قدرت حل مسئله در او افزایش مییابد (قاسم زاده، ۱۳۸۰).

عموماً انتظار میرود که نوجوانان به دلیل مسلط شدن به فرآیند استدلال منطقی از قدرت خلاقیت خوبی برخوردار باشند. در حالی که تحقیقات موجود همبستگی معنا داری بین نوع فرآیند تفکر نوجوان و میزان رفتارهای خلاقانه او پیدا نکرده اند. احتمالاً یک دلیل برای کاهش خلاقیت در سنین نوجوانی، وجود فشارهای روانی و اجتماعی در نوجوان برای همنوای با گروه همگن است و کسب هویت که برای درگیری در موقعیت هایی که منجر به خلاقیت میشوند. در اختیار نوجوان فرصت کمتری را قرار میدهد و به همین

دلیل آن دسته از نوجوانانی که از اعتماد به نفس و خود باوری بیشتری برخوردار هستند و کمتر تحت تأثیر گروه همگن قرار می گیرند خلاقیت بیشتری دارند.

ویژگی های افراد خلاق

یکی از جریان های عمده تحقیقی در حیطه خلاقیت، تلاش در جهت شناسایی ویژگی های افرادی است که مبتکر، مبدأ و درجهات مختلف خلاق بوده اند میباشد. با توجه به تأثیری که این افراد در پیشرفت جوامع از خود میگذرانند اهمیت پاسخگویی به این سؤال که، چه ویژگی هایی چنین افراد را از سایرین متفاوت میسازد؟ دو چندان میشود از سوی دیگر همیشه این سؤال نیز مطرح بوده است که آیا خلاقیت سبب پیدایش ویژگیهای خاصی در افراد خلاق شده یا صاحبان این خصایص هستند که میتوانند خلاق باشند؟ هر چند برای این سؤال پاسخ قاطعی نیامده است اما به اعتقاد غالب محققان هر دو جنبه لازم و ملزوم یکدیگر تشخیص داده شده اند (افروز، ۱۳۷۲).

شهر آرای (۱۳۶۹) در مورد ضرورت توجه به این ویژگی ها معتقد است که یکی از روش های علمی که ما را در شناختن روش های پرورش خلاقیت و تهیه و تنظیم محتوای آموزشی مناسب برای بچه های خلاق کمک میکند، مطالعه خصوصیات فردی شخصیتی و وضع محیطی افراد خلاق و تفاوت های آنها با افراد غیر خلاق است.

اسلاوین (۱۹۹۱) ضمن طرح عوامل هیجانی دخیل در حل مسئله به ویژگی منحصر به فردی در افراد خلاق اشاره کرده و معتقد است که آنها از ایجاد اشتباهات و جاهل به نظر رسیدن ترسی کمتری داشته و به نظر میرسد که در موقعیت های حل مسئله، بیشتر با شوخی عمل کرده که این خود باعث آرمیدگی میشود.

نقش ویژه مدارس در پرورش خلاقیت

حسب نظر افلاطون وظیفه مهم آموزش و پرورش و مدارس تبدیل "بودن های محدود" انسان به "شدنهای نامحدود" است همچنین سقراط هدف آموزش را در ایجاد نیاز به دانستن، نه ارائه دانسته ها تلقی، میکرد (موید نیا، ۱۳۸۴). مفهوم این سخنان تأیید وجود استعداد فراوان ظاهراً پوشیده در ذات انسان

است. در دنیای امروزی، مسئولیت خطیر این فرآیند در درجه اول متوجه مدارس می‌باشد. "پرورش استعدادها و کمک به تقویت خلاقیت" جزو اهداف رسمی و سیاست‌های تعریف شده وزارت آموزش و پرورش کشورمان است.

به گفته بل والاس در کلاسهای درس خلاق، فکر بیش از حافظه ارزش دارد و معلم تعادلی بین امنیت روانی و آزادی دانش آموزان برقرار نمی‌سازد تا آنها بتوانند ریسک کنند در چنین کلاس‌هایی، معلم هدایتگر و تسهیل کننده فرآیند یادگیری دانش آموزان می‌باشد در حالیکه در کلاس غیر فعال معلم مقتدر، دربند زمان و غیر حساس به نیازهای احساسی دانش آموزان و مقید به نظم دادن اطلاعات است (موید نیا، ۱۳۸۴). وجود و تداوم مسائلی چون تاکید بر سطوح اولیه حیطه شناختی و محفوظات، تکالیف زیاد، عدم توجه به تفاوت‌های فردی، کلاسهای پرجمعیت، انضباط سخت، برنامه و ساعات درسی غیرقابل انعطاف، عدم آشنائی کافی معلمان با ویژگیهای دانش آموزان خلاق، روشهای تدریس سنتی، معلم محوری، تاکید زیاد بر ارزیابی و نمره، ارجحیت موفقیت تحصیلی، فشار برای همخوانی، تلقی سکوت و کم تحرکی به ادب، غالب بودن جریان تفکر همگرا، عدم تجهیز منابع و امکانات و ... همه بعنوان مصادیق موانع بروزخلاقیت دانش آموزان محسوب میشوند.

جان دیوئی متفکر بزرگ مسائل تربیتی اعتقاد دارد "مدرسه باید خود انگیختگی دانش آموزان را تشویق کند. کار مدرسه نباید آموزش تبعیت و فرمانبرداری باشد بهتر است مدرسه فقط مقررات را محور کار قرار ندهد تا دانش آموزان فرصت بروز خلاقیت خود را داشته باشند." در حالیکه امروزه ایده‌ها ی نو کودکان به واسطه غیر معمول بودن مورد بی اعتنائی و چه بسا مورد استهزاء قرار گرفته و سرکوب میشود. جو انعطاف پذیر مدرسه، شرائط حل بسیاری از مشکلات مورد نظر را فراهم میکند کودکان باید در فعالیت های کلاسی، انجام تکالیف و ... از آزادی نسبی برخوردار شوند البته این موضوع نافی ضرورت استقرار نظم و انضباط نیست چراکه مطابق اصول علمی، هرهدف آموزشی میتواند در کلیات تابع نظم و در جزئیات تابع انعطاف باشد. در این صورت هم معلم و هم دانش آموزان، احساس امنیت داشته و با اعتماد به نفس به انجام فعالیت های خلاقانه میپردازند.

عوامل مؤثر در عملکرد خلاق معلمان

یکی از عوامل مؤثر در کیفیت یادگیری دانش آموزان، ساختار کلاس درس است. معلمان از طریق کلاس‌ها به آموزش محتوای برنامه آموزشی می‌پردازند. ساختار کلاس شرایط جوّ حاکم بر کلاس یا به عبارتی مجموع کیفیت محیطی داخل هر کلاس است. ساختار کلاس از جنبه های مختلف فیزیکی، عاطفی، فکری و اجتماعی میتواند مورد توجه قرار گیرد. معلمان از طریق چگونگی عملکرد در جنبه های مطرح شده میتوانند سبب رشد یا بازداري خلاقیت در کلاس باشند.

راهبردهای چگونگی رشد خلاقیت و تفکر دانش آموزان

- متناسب نمودن محتوا با نیازها، درک و فهم دانش آموزان
- هدایت معلمان در استفاده از شیوه ها و الگوهای نوین تدریس
- تدریس بر اساس شاگرد محوری و شرکت دادن دانش آموزان در تدریس
- یاد دادن مفاهیم به صورت عینی به نحوی که از وسایل استفاده شود

- گروه بندی دانش آموزان به گونهای که هر گروه، کار خاصی را با مطالعه و تحقیق انجام داده و نتیجه کار را به کلاس گزارش دهد.
- درگیر کردن یادگیرنده با مطلب آموزشی و حل مسأله از طریق خود دانش آموز
- تقویت قدرت تخیل و تصویر سازی ذهنی در دانش آموزان
- ایجاد روحیه پرسش از خود در دانش آموزان به گونهای که به هر پدیده‌ای که میبینند با دقت بنگرند
- ایجاد امنیت برای دانش آموزان در جنبه های عاطفی اجتماعی، فرهنگی، مذهبی و غیره
- دور کردن دانش آموزان از تعصبات فردی و اجتماعی از طرق مختلف
- تمرکز بر حواس پنجگانه
- مصاحبت با افراد خلاق و بهره گیری از راهکارهای آنان
- ایجاد محیطی برای آموزش لذت بخش
- تشویق دانش آموزان به نوشتن و جمع آوری سخنان بزرگان (خورشیدی و همکاران، ۱۳۸۹).

شادی

شادکامی، یک صفت شخصیتی فرضی مشخص، با نشاط و سرزندگی، مردم آمیزی، قابلیت اعتماد و نظایر آن تعریف شده است. اینکه، آدمیان چه چیزی را شادی تلقی کنند. دلایل فراوان دارد. هر چند از روان شناسان شناختی، کمتر کسی دامنه نظریه پرادزش را به شادی و شادکامی کشانده است، اما، شک نیست که شادی جنبه شناختی در خور توجهی دارد. آناکارینا و لئوتولستوی معتقدند که همه خانواده های شاد، کم و بیش مثل هم هستند و فاکتورهای بارز و مشخص آنها از نظر کمیت و کیفیت نزدیک به هم میباشند. اما برعکس، خانواده های ناشاد، به شیو ههای مختلفی، ناشاد بودن را تجربه میکنند. خوشحالی، خرسندی و یا شادی یک حالت روانی است که در آن فرد احساس عشق، لذت، خوشبختی و یا شادی میکند. مسائل مختلفی همچون مسائل زیستی، روان شناختی و یا دینی برای تعریف و دلیل خرسندی آورده شده است. دانشمندان دریافته اند که شادی و خوشحالی سبب تقویت سیستم دفاعی بدن و همچنین سیستم اعصاب انسان می شود. تحقیقات نشان داده است شادی رابطه مستقیمی با مسائلی همچون روابط و تعاملات اجتماعی، وضعیت فرد از نظر داشتن شریک زندگی، کار، درآمد و حتی نزدیکی به انسان های شاد دارد. فیلسوفان و متفکران مذهبی شادی را واژه های برای یکی زندگی خوب و یا موفق و نه صرفاً یک احساس تعریف میکنند (بردبار، ۱۳۸۸).

مفهوم احساس شادمانی

از عهد باستان به احساسات مثبت انسان از جمله شادی توجه میشده است. افلاطون در کتاب جمهوری به سه عضو وجود آدمی اشاره میکند که عبارتند از قوه تخیل یا استدلال، احساسات و امیال. شادمانی از نظر افلاطون حالتی از انسان است که بین این سه عضو، تعادل و هماهنگی برقرار باشد. ارسطو شادمانی واقعی را عبارت از زندگی معنوی میداند و جان لاک و جرمی بنتهام معتقدند که شادمانی مبتنی بر تعداد وقایع لذت بخش است (جعفری، ۱۳۸۳).

به عقیده ارسطو دست کم سه نوع شادی وجود دارد:

در پایینترین سطح نظریه مردم عادی است که شادی همان لذت است. در سطح بالاتر آن مردمی با فرهنگ

بالا تر معتقدند شادی همان موفقیت و کامیابی است. نوع سوم شادی به زعم ارسطو شادی ناشی از معنویت است (عابدی، ۱۳۸۱).

انواع شادمانی

وینهون (۱۹۹۲) معتقد است که به غیر از شادمانی فراگیر که توصیف آن گذشت ما با دو نوع شادمانی دیگر مواجه ایم. بنابراین سه اصطلاح که برای انواع شادمانی استفاده میشوند عبارتند از:

۱. شادمانی فراگیر

۲. سطح عاطفی لذت جویی

۳. رضایت و خرسندی

شادمانی فراگیر: شادمانی فراگیر مفهومی است که قبلاً تعریف شده، این نوع شادمانی یک قضاوت کلی از زندگی است. اصطلاح کلی یا فراگیر برای تاکید در مورد تفاوت با جزء محدودتر شادمانی که در قسمت بعدی می آید مورد استفاده قرار میگیرد. این مساله پذیرفته شده است که این اجزا زیر مجموعه هایی را در تخمین یا برآورد کیفیت کلی زندگی شخص تشکیل میدهند.

سطح عاطفی لذت جویی: میزان و درجهای است که شخص احساسات مختلف به ویژه احساسات لذت بخش را تجربه میکند. سطح عاطفی یا حس لذت جویی همان خلق و خو نیست. ما انواع مختلفی از خلیات را تجربه میکنیم. خلقهای تعالی طلب، خلقهای آرام، خلقهای بی قرار، خلقهای بداخلاق و عبوس و... هر یک از این خلیات به وسیله ترکیب خاصی از تجارب جسمی متمایز میشود. یکی از این تجارب حسی، آهنگ یا ریتم لذت جویی است. مفهوم سطح لذت جویی تنها به لذت هایی مربوط میشود که در احساسات تجربه میشوند، یعنی لذت در احساس، در هیجانات و در خلیات. بنابراین یک سطح لذت جویی بالا ممکن است بر اساس هیجانات عشقی، گذرا و قوی باشد یا بر اساس خلیات آرام بخش، محکم و پایدار باشد.

رضایت و خرسندی: درجه و میزانی است که شخص احساس میکند آرزوهایش برآورده شده است. در این مفهوم فرض میشود که شخص مقداری آرزوی هوشیارانه برای خودش ایجاد کرده است و یک ایده و تصویری نیز در این زمینه تحققشان تشکیل شده است. صحت و درستی واقعی این ایده در معرض خطر نیست بلکه این مفهوم، با درک و فهم انتزاعی و ذهنی شخص ارتباط دارد، زمانیکه آن میزان از آرزوهایمان را که تا به حال رشد داده ایم ارزیابی میکنیم و آنچه احتمالاً "در آینده به ثمر می رسد را تخمین میزنیم. این مفهوم مرتبط با این معناست که فرد گذشته و آینده رادارزیابی کردن با هم ترکیب میکند.

صفات شخصیتی و شادمانی

یکی از مشغله های پژوهشگران حوزه خوشبختی ذهنی، جستجوی همبسته ها و مکانسیم های علی این سازه است که تاکید عمده در این خصوص بر عوامل شخصیتی است. نظریه های صفت شخصیت چنین استدلال میکنند که در جنبه های مهم رفتار و تجربه افراد را میتوان با تعداد محدودی ابعاد مشخص ساخت، و نیمرخ های صفات شخصیتی خاص با شادمانی پیوند دارند. صفات شخصیتی در جامعه از توزیع بهنجار پیروی میکنند. بنابراین از نظر هر صفت مفروض (مثل برون گرایی) بیشتر مردم در حد متوسط و تعداد اندکی در سطوح بسیار پایین یا بسیار بالا قرار میگیرند (کار، ۱۳۸۵).

در مورد رابطه بین صفات شخصیت و سلامت ذهنی بر پنج تبیین احتمالی اشاره میکنند:

۱. در مدل‌های خلق و خو چنین استدلال می‌شود که فقط آغاز شادمانی و صفات شخصیت هردو از طریق وراثت و از قبل تعیین میشوند و لذا بین صفات شخصیت و سلامت، همبستگی وجود دارد.
۲. در مدل‌های شناختی فرض بر این است که خلق و خوی تعیین شده به وسیله وراثت بر چگونگی پردازش ادراک و اطلاعات تأثیر دارند و این نیز به نوبه خود سلامت افراد را تحت تأثیر قرار میدهد.
۳. در مدل‌های اجتماعی شدن، تصور بر این است که فرایندهای یادگیری هم تجلی صفات شخصیت و هم سلامت ذهنی را تبیین میکنند.
۴. در مدل‌های همخوانی، فرض بر این است که سلامت ذهنی زمانی رخ میدهد که بین نیمرخ صفات شخصیتی فرد و محیط او هماهنگی برقرار است و برخی نیمرخ‌های شخصیتی شرایط پردازش خوب شخص محیط را تسهیل می‌کنند.
۵. در مدل‌های هدف، تصور بر این است که گزینش، پیگیری و دستیابی به اهداف بر سلامت ذهنی تأثیر می‌گذارند و برخی نیمرخ‌های خاص شخصیت با گزینش و نیل به اهداف به ویژه با آنهایی که به شادمانی منجر میشوند، برجسته اند (کار، ۱۳۸۵).

نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که آموزش شادکامی بر خلاقیت دانش‌آموزان اثر مثبت دارد. بر اساس آنچه که شرح داده شد، می‌توان گفت آموزش شادکامی به دانش‌آموزان نیز سبب بروز خلاقیت آنها میشود. افراد خلاق توجه بیشتری به جزئیات دارند، قادرند اندیشه‌های گوناگون را توسعه دهند و تلاش میکنند ایده‌های نو و اصیلی را که منحصر به خودشان است، ارائه دهند. افزون بر این، ایده‌های آنها متنوع است و به جنبه‌های گوناگون و راه‌های گوناگون می‌اندیشند. بنابراین، طبیعی است که این ابعاد از خلاقیت نیز در اثر آموزش شادکامی بهبود یابند.

افزایش توانایی شناختی نیز میتواند زمینه بیان ایده‌های جدیدتر و متنوع‌تر، گسترش ایده‌ها و توجه بیشتر به جزئیات را فراهم سازد و به این ترتیب رشد و شکوفایی بیشتر خلاقیت دانش‌آموزان را به همراه داشته باشد. به بیان دیگر، آموزش شادکامی سبب میشود دانش‌آموزان بیشتر به جزئیات توجه کنند، بیشتر به راه‌حل‌های گوناگون برای حل یک مسئله بیاورند، در ایده‌پردازی اصالت داشته باشند و ایده‌هایی نو و متنوع ارائه دهند.

تحقیقی تحت عنوان "بررسی تأثیر آموزش راهبردی فراشناختی بر پرورش خلاقیت دانش‌آموزان دختر سال سوم دبیرستانهای تهران" در سال ۱۳۸۰ توسط عبدوس صورت گرفته و نتیجه نشان داده است آموزش فراشناختی و خلاقیت رابطه مثبت و معنی‌دار داشته و آموزش راهبردی فراشناختی بر پرورش و تقویت خلاقیت دانش‌آموزان تأثیر مثبت دارد.

نصوحی دهنوی (۱۳۸۲) نشان داد که بین میزان شادمانی دانش‌آموزان با کیفیت روابط آنها با مدیران، دبیران، دبیر ورزش و مشاور مدرسه و امکانات مدرسه همبستگی معناداری وجود دارد.

عباسی (۱۳۸۳)، در پژوهشی به بررسی برخی عوامل مؤثر بر نشاط و شادابی دانش‌آموزان دبیرستان‌های دخترانه شهر اصفهان می‌پردازد. این عوامل عبارتند از: تعامل معلم با دانش‌آموزان، مشارکت دانش‌آموزان در فعالیت‌های کلاس و مدرسه،

روشهای تدریس و ارزشیابی معلم، جو سازمانی مدرسه و امکانات آموزشگاهی. نتایج نشان میدهد بیشترین و کمترین تأثیر به ترتیب مربوط به جوسازمانی و کمترین، مشارکت در فعایت های کلاسی بوده است.

جعفری (۱۳۸۷)، در پژوهشی به بررسی رابطه بین ابعاد شخصیت و خلاقیت با شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تبریز پرداخته است. یافته ها نشان دهنده وجود ارتباط معنادار ما بین ابعاد شخصیت و خلاقیت با شادکامی بود.

منابع

- امانی، آنیثا، هادیان همدانی، روژینا. (۱۳۸۹). بررسی اثربخشی آموزش مهارت اجتماعی بر افزایش میزان شادی دانشجویان، مجموعه مقالات چهارمین سمینار بهداشت و روان دانشجویان
- سرمد، زهره و بازرگان، عباس و حجازی، الهه. (۱۳۸۱). روشهای تحقیق در علوم رفتاری، ناشر: آگاه.
- صالحی صدقیانی، جمشید. (۱۳۸۱). تحلیل آماری پیشرفته، نشر هستان.
- جعفری، علی. (۱۳۸۷). رابطه ابعاد شخصیت و خلاقیت با شادکامی در بین دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه تبریز، پا یان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه پیام نور مرکز تهران.
- خورشیدی، رضا. (۱۳۹۳). نظریه نشاط اجتماعی، درآمدی بر راههای ارتقای نشاط اجتماعی، رشد. آموزش علوم اجتماعی، شماره ۶۲.
- جوکار، بهرام. (۱۳۸۶). رابطه هدف گرایی و شادی. مجله روانشناسی دانشگاه تبریز، دوره اول، شماره ۵
- حافظ نیا، محمدرضا. (۱۳۷۷). مقدمه ای بر روش تحقیق در علوم انسانی، ناشر: سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی سمت
- عابدی، م. (۱۳۸۳). بررسی اثر بخشی آموزش شناختی رفتاری فوردایس بر شادمانی، اضطراب، افسردگی و روابط اجتماعی دانشجویان دانشگاه اصفهان در خلاصه مقالات چهارمین هفته ی پژوهش دانشگاه اصفهان. معاونت پژوهشی دانشگاه اصفهان.
- مردای، مریم. (۱۳۸۱). شادمانی و شخصیت بررسی موردی، تازه های علوم شناختی، ش ۲.
- نصوحی دهنوی، محمود. (۱۳۸۲). بررسی رابطه بین میزان شادمانی و عوامل آموزشگاهی دانش آموزا. دبیرستانی، پا یان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان.

Agbo, A.A., & Ngwu, C.N. (2017). Aversion to happiness and the experience of happiness: The moderating roles of personality. *Personality and Individual Differences*, 111 (Supplement C), 227-231.

Berzonsky, M.D., Kuk, L.S. (2005). Identity style, psychosocial maturity, and academic performance. *Personality and Individual Differences*, 39, 235-247.

Eisenberg, D.; E.Golberstein & J.B.Hunt (2009). Mental Health and Academic Success in College , Journal of Economic Analysis & Policy: Contributions to Economic Analysis & Policy, Vol.9, Issue 1, P.1-35.

Fitzpatrick, M.A.(2004).The family communication patterns theory: Observations on its development and application.The Journal of Family Communication, 4, 167-179.

Hall, D.T.(2002), Careers In and Out of Organizations, Sage, Thousand Oaks, CA.

Koerner, A.F., & Fitzpatrick, M.A.(2002c).Toward a theory of family communication.communication theory, vol 12 (1), 70-91.studies, vol 53, 234-251

Peterson,C.(2000).Th future of optimism.American Psychologist,55 (1),44-55. Stone, V.A., Chaffee, S.H.(1970).Family communication patterns and source message orientation.Journalism quarterly, 47, 239-246

. Thompson, M.D.(2001).Informal student-faculty interaction: Its relationship to educational gains in Science and Mathematics among community college students.Community College Review, 29 (۱): ۳۵-۵۷.