تخته سفید شماره ۱۴۰

تاک

آماده‌سازی کودکان برای کرونا

آمنه ولی‌جانی
پژوهشگر مؤسسه مطالعات کودکی مدرس

● این روزها بحران اپیدمی کرونا با اضطراب و ترس از مواجهه با این بیماری همراه شده است که می‌تواند موجب آسیب‌های جدی بر سلامت روان کودکان شود. در شرایطی کنونی که با این بحران مواجه هستیم کودک متوجه شرایط غیرمعمول اطراف می‌شود و ممکن است بداخلاق، عصبانی یا بهانه‌گیر شود، حتی ممکن است که بعضی از آنها نشانه‌های وسواس یا نزدیکی بیش از حد به والدین را از خود نشان دهند و در مواقع حادتر ممکن است دچار شب‌ادراری شوند. کودکان هرچه سن کمتری داشته باشند برای سازگاری با بحران بیشتر نیازمند حمایت و کمک بزرگ‌ترها هستند. اگر میزان استرس و فشار زیاد باشد، می‌تواند به آسیب مناطق مرتبط با کنترل هیجان در مغز منجر شده و همچنین اگر مدت این آسیب‌ها ادامه‌دار باشد مشکلات متعددی در زمینه هیجانی، رفتار، یادگیری، تمرکز و تعاملات اجتماعی در کودک پیدا خواهد شد. البته این به این معنی نیست که کودک نباید با هیچ استرس و ناکامی روبه‌رو شود، بلکه استرس و میزان آن نباید شدید شود و در حدی باشد که کودک تحمل مواجهه با آن را داشته باشد و همچنین می‌تواند به افزایش رشد مهارت‌های مدیریت استرس در کودک کمک کند. وظیفه والدین این است که شیوه‌های مدیریت بحران را دانسته و به آنها آموزش دهند. در این شرایط، اولین قدم این است که باید آرامشتان را حفظ کنید تا بتوانید به کودکتان حس آرامش بدهید. کودک در این زمان به محبت و توجه بیشتری نیاز دارد. از این فرصت برای وقت‌گذاشتن با فرزندتان استفاده کنید و به او توجهی را که نیاز دارد، بدهید. با کودک درباره شیوه‌های پیشگیری از این ویروس، فکر و برنامه‌ریزی کنید. اگر کودک پیشاپیش اطلاعاتی راجع به بحران به دست آورده است ابتدا اطلاعات او و نگرانی‌هایش را جویا شوید. وقتی درباره بحران صحبت می‌کنید از به‌کاربردن کلمات و عبارات ترسناک یا بزرگ‌نمایی اجتناب کرده و کودک را نترسانید. برای مثال، نگویید: «همه ما خواهیم مرد یا همه مریض می‌شویم و...». اتفاقات و شرایط را به زبانی ساده، قابل درک و به اندازه‌ای که مورد نیاز کودک است برای او توضیح دهید. از کلماتی استفاده کنید که اهمیت موضوع را نشان می‌دهند ولی ترس و وحشت ایجاد نمی‌کنند. مثل اینکه «این بیماری شبیه سرماخوردگی است که ممکن است همه به آن مبتلا بشوند ولی ممکن است برخی افراد بیماری شدیدتری را تجربه کنند پس باید موارد بهداشتی را رعایت کنیم و مراقب باشیم تا مبتلاء نشویم» به نگرانی کودک توجه کنید. با او حرف بزنید و صادق باشید. بررسی کنید که او نگرانی‌های کاذبی نداشته باشد. برای پرکردن وقت کودک برنامه‌ریزی کنید تا وقتش را بیهوده هدر ندهد. فعالیت‌هایی مثل نقاشی، بازی، مطالعه و ورزش را در فعالیت روزانه او قرار دهید. مراقب باشید که بیش از حد سرگرم موبایل، اینترنت و بازی کامپیوتری نشود. روال‌های معمول را مانند زمان خواب و بیداری و غذاخوردن را مثل روزهای قبل حفظ کنید. روحیه خود را حفظ کنید. به یاد داشته باشید شما همواره الگوی فرزندتان هستید.

آموزش و پرورش در سالی که گذشت

بی‌شک نظام آموزش و پرورش مهم‌ترین نقش را در توسعه پایدار کشورها ایفا می‌کند و بهینه‌سازی آن اولین کاری است که دولت‌ها در برنامه‌های بلندمدت خود لحاظ می‌کنند. سال ۹۸ برای آموزش و پرورش فراز و فرودهایی به همراه داشت که مهم‌ترین آنها تغییر وزیر آموزش و پرورش بود. در این گزارش مهم‌ترین اتفاقات آموزش و پرورش در سال ۹۸ را مرور می‌کنیم.

استعفای بطحایی از وزارت آموزش‌وپرورش

خردادماه بود که خبر استعفای محمد بطحایی، وزیر آموزش‌وپرورش، در آن زمان به بهانه شرکت در انتخابات مجلس شورای اسلامی موج رسانه‌ای را به سمت آموزش‌وپرورش برد.

خبر استعفای سیدمحمد بطحایی از وزارت آموزش‌وپرورش در فضای مجازی منتشر شد؛ خبری که با تکذیب معاونت اطلاع‌رسانی وزارت آموزش‌وپرورش مواجه شد و درست چندساعت بعد از این تکذیب، دفتر سخنگوی دولت از پذیرش استعفای بطحایی توسط رئیس‌جمهور خبر داد. واکنش‌ها به این موضوع در دو طیف سیاسی کشور نیز یکسان بود، به‌گونه‌ای که اغلب افراد استعفای بطحایی با هدف شرکت در انتخابات مجلس را فریب افکار عمومی می‌دانستند و آن را پوششی برای کنارزدن محترمانه بطحایی از پست وزارت آموزش‌وپرورش عنوان می‌کردند. بسیاری از کارشناسان معتقد بودند با توجه به گستردگی جامعه فرهنگیان و اعتراضات چندین‌باره آنها در سال تحصیلی‌ای که گذشت، انباشت مطالبات و عدم واریز حق‌التدریس آنها، عدم اختصاص بودجه برای پرداخت مطالبات فرهنگیان در شب عید ۹۸ با وجود وعده‌های مختلف وزیر و معاون او و در نهایت هم رتبه‌بندی معلمان و بلاتکلیفی اجرای آن و عدم اختصاص بودجه لازم، همگی این گمانه را تقویت می‌کرد که دولت برای کسب رضایت جامعه فرهنگیان تصمیم به برکناری سیدمحمد بطحایی بگیرد. سیدمحمد بطحایی رئیس مرکز ملی نظارت راهبردی سازمان برنامه‌وبودجه کشور و سرپرست سابق وزارت آموزش‌وپرورش جمهوری اسلامی ایران و پیش از آن قائم‌مقام وزیر و معاون توسعه مدیریت و پشتیبانی وزارت آموزش‌وپرورش بوده است. بطحایی سال‌ها معاون دبیرکل شورای‌عالی آموزش‌وپرورش، مهم‌ترین نهاد قانون‌گذاری در وزارتخانه بوده و همچنین معاونت برنامه‌ریزی و نظارت در دفتر ستادی، مسئول آموزش در سرپرستی مدارس خارج از کشور، مدیریت واحدهای آموزشی، معلمی، دبیری و امور تربیتی را نیز در کارنامه خود دارد. از آغاز به کار دولت دوم حسن روحانی، بطحایی به‌عنوان وزیر وزارت آموزش‌وپرورش دولت دوازدهم برای گرفتن رأی اعتماد به مجلس معرفی شد و با ۲۳۸ رأی موافق، ۳۸ رأی مخالف و ۱۳ رأی ممتنع از مجموع ۲۸۸ رأی مأخوذه به‌عنوان وزیر آموزش‌وپرورش دولت دوازدهم برگزیده شد. وی مخالف سرسخت کنکور و آزمون‌های چندگزینه‌ای است. حذف آزمون ورودی مدارس غیرانتفاعی، نمونه‌دولتی و تیزهوشان توسط وزارتخانه در دی‌ماه سال ۹۶ به سوژه رسانه‌ها تبدیل شد. استادان روان‌شناسی و علوم تربیتی به حمایت از این تصمیم برخاستند و بی‌شک نام بطحایی به‌عنوان یکی از مخالفان جدی کنکور برای همیشه در تاریخ آموزش‌وپرورش ثبت شده است.

تعطیلی مکرر مدارس کشور

در سالی که گذشت شاهد تعطیلی مکرر مدارس کشور به دلایل برف، آلودگی هوا، برودت هوا و کرونا بودیم تا جایی که گمانه‌زنی‌ها بر این است که احتمال تغییر تقویم آموزشی و ادامه پیداکردن سال تحصیلی تا تیرماه وجود دارد.

پاییز امسال تحت تاثیر بحران آلودگی هوا و حاکم‌شدن شرایط اضطرار در پایتخت، مدارس برای هفت روز پیاپی تعطیل شدند. شاید گریزی از تعطیلی مدارس نباشد چراکه سلامت جسمی دانش‌آموزان در اولویت قرار دارد اما آنچه در این میان باید تدبیری برای آن اندیشیده شود، پرکردن این ساعات دور از آموزش است.

تعطیلی بعدی به دلیل شیوع ویروس کرونا بود که عملا مدارس را در ماه آخر سال به تعطیلی کشاند. در این میان معلمان که نگران وضعیت آموزشی دانش‌آموزان‌شان بودند به صورت خودجوش شروع به تهیه فیلم‌های آموزشی کرده و هر کدام از طریق پیام‌رسان‌هایی که در دسترس‌شان بود اقدام به برگزاری مجازی آموزش کردند. به زعم بسیاری از فرهنگیان مسئله تهدید کرونا در آموزش و پرورش فرصتی فراهم کرد تا معلمان با فضای مجازی آشتی کنند. معلم‌های سنتی که تا دیروز نه تنها از فضای مجازی حتی نحوه استفاده از کامپیوتر اطلاعی نداشتند، ناخواسته به سمت یادگیری و ارتباط‌گرفتن با فضای مجازی رفتند تا فرصت آموزش به دانش‌آموزان‌شان را از دست ندهند.

موضوعی که کارشناسان و صاحب‌نظران آموزشی نیز به آن پرداخته‌اند این است که فضای مجازی راه را برای تعامل و ارتباط خانواده‌ها با مدیران و معلمان مدرسه باز کرده می‌توان از این ظرفیت در روزهایی که دانش‌آموزان امکان حضور فیزیکی در کلاس درس را ندارند، بهره گرفت.

آنان می‌گویند مدارس باید به گونه‌ای برنامه‌های درسی و ساعات آموزشی را تنظیم کنند که در صورت بروز اتفاقاتی همچون آلودگی هوا یا برف و سرما و وقوع باران‌های سیل‌آسا که یکی، دو سالی است در برخی نقاط کشور زندگی روزمره را مختل کرده است و حتی مسئله شیوع ویروس کرونا، خللی در این چرخه ایجاد نشود.

با این اتفاقات اخیر امید است معلم در نظام جدید آموزش و پرورش در مقام یاور بالندگی انسان، ایفای نقش کند نه انتقال‌دهنده اطلاعات. با ظهور فناوری‌های جدید، حرفه تدریس از تاکید بر معلم‌محوری و آموزش مبتنی بر سخنرانی به فراگیرمحوری و محیط‌های یادگیری تعاملی تغییر یافته است. معلم باید روش‌های تفکر را که اغلب توسط فناوری در اختیار او قرار می‌گیرد، مدنظر قرار دهد.

دردسرهای اجرای رتبه‌بندی معلمان

طرح رتبه‌بندی معلمان بر اساس سند تحول بنیادین نظام آموزشی یکی از موضوعات مهمی است که در راستای ارتقای شایستگی حرفه‌ای معلمان باید به مرحله اجرا در می‌آمد؛ طرحی که دولتمردان در دولت و مجلس شورای اسلامی با اعتبار دو هزار میلیاردتومانی مصوب در بودجه سال ۹۸، مصمم به عملیاتی‌کردن آن بودند.

با تغییر وزیر آموزش و پرورش و حضور حاجی‌میرزایی اولین مطالبه فرهنگیان پیگیری رتبه‌بندی معلمان بود اما به محض اجرائی‌شدن آن بار دیگر اعتراض فرهنگیان مبنی بر عدم اجرای درست این قانون آغاز شد. پس از ابلاغ مصوبه رتبه‌بندی معلمان و مشکلات مختلف آن از جمله حذف رتبه‌های قبلی و اعمال رتبه‌های جدید، حذف ضریب تعجیل و بازگشت دوباره آن و شرط آزمون برای ارتقای رتبه معلمان و تمام مشکلاتی که اجرا و برگزاری آن رقم زد، گذاشتن کارکنان اداری در دوراهی بازگشت به مدرسه یا ماندن در ادارات ناگهان معاون وزارت آموزش و پرورش اعلام کرد رتبه‌بندی حذف شده است. البته او اشاره هم می‌کند باب رتبه‌بندی بسته نشده و می‌توانیم برای سال جدید و از طریق مبادی ذی‌ربط پیگیری و تأکید کنیم که باید با توجه به برنامه ششم توسعه رتبه‌بندی اجرا شود.

به هر حال، با اعمال امتیازات قانون مدیریت خدمات کشوری، معلمان در پیام‌های خود می‌گویند نسبت به شیوه اعمال این قانون و افزایش حقوق خود ناراضی هستند و نه تنها در مقایسه با سایر کارکنان دولت بلکه حتی در مقایسه با کارکنان اداری آموزش و پرورش آن را تبعیض‌آمیز می‌دانند.

سیدحمایت میرزاده، سخنگوی کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس، با اعتراض به درست اجرانشدن رتبه‌بندی گفت: رتبه‌بندی معلمان و افزایش ۵۰درصدی حقوق معلمان دو مبحث جداگانه هستند که در هفته گذشته این موضوع مورد اعتراض و نارضایتی فرهنگیان قرار گرفته است. رتبه‌بندی معلمان یک قانون است که در ماده ۶۳ برنامه ششم توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی و در سند توسعه بنیادین به آن تاکید شده است، باید پرونده رتبه‌بندی معلمان بسته و اجرائی شود و دولت بودجه مورد نیاز این طرح را تهیه کند. افزایش ۵۰درصدی حقوق باید مشمول حال کل فرهنگیان از معلمان گرفته تا دستگاه‌های اجرائی آموزش و پرورش باشد؛ متأسفانه قانون رتبه‌بندی معلمان به‌درستی اجرائی نشد و نتیجه آن نارضایتی بسیاری از فرهنگیان بوده است. حال باید دید اگر ملاک فقط افزایش ۵۰درصدی حقوق فرهنگیان بود پس چندین سال بحث و گفت‌وگو درباره رتبه‌بندی معلمان برای چه منظوری بوده است؟

یادداشت

از توهم تا واقعیت کرونا

مهرنوش محمدی
کارشناس ارشد روان‌شناسی

● همه ما ترس را تجربه کرده‌ایم، میزان خطری که با آن مواجه می‌شویم به مقدار زیاد به شغل، محل زندگی، اطرافیان و کسانی که با آنها در تعامل هستیم مربوط می‌شود. ترس و اضطراب طبیعی با واقعیت متناسب و البته تا حدودی لازم است.

اگر افراد نترسند احتیاط نمی‌کنند و از سلامتی خود مراقبت نمی‌کنند. اگر جان و سلامتی هر فرد برایش مهم باشد از آن محافظت کرده و به تبع آن به سلامتی و پویایی جامعه نیز کمک می‌کند؛ اما نکته حائز اهمیت این است که چه میزان از ترس و استرس لازم است؟ در پاسخ باید بگویم ترس تا جایی که زندگی عادی فرد را دچار اختلال نکند عادی و طبیعی است. این مقدمه را ذکر کردم تا به ترس امروز مردم جامعه نگاهی اجمالی داشته باشم.

این روزها با میهمان ناخوانده و جدیدی به نام بیماری کروناویروس درگیر شده‌ایم. البته جدا از مسری‌بودن این بیماری و نیز اقدامات پیشگیرانه‌ای که برای دچارنشدن به آن باید رعایت کنیم، موضوع دیگری که ذهن افراد جامعه را به خود درگیر کرده توهم بیماری است.

افراد دچار نوعی خودبیمارانگاری شده‌اند. خیلی اوقات ترس دچارشدن به این بیماری و حس تلقین‌پذیری است که افراد جامعه را درگیر می‌کند. همان‌گونه که گفته شد تا حدودی ترس لازم است زیرا باعث می‌شود اعضای جامعه بهداشت را رعایت کرده و به بیماری مبتلا نشوند؛ اما اگر این ترس و اضطراب بیش از حد باشد مقاومت بدن فرد پایین می‌آید که ریسک فاکتوری است برای ابتلا به این بیماری.

اما در این شرایط حساس چه کنیم که ترس بر ما غلبه نکرده و ما را بیمار نکند؟ برای این کار باید نکاتی را رعایت کرد که به برخی از آنها تیتروار در این یادداشت اشاره می‌کنم.

ترس و اضطراب خود را باید کنترل و مدیریت کرد، هر روز صبح با خود بگوییم من خوبم، من ورزش می‌کنم، من بهداشت فردی را رعایت می‌کنم و رژیم غذایی مناسب دارم، پس بیمار نمی‌شوم. ورزش‌کردن در خانه توصیه می‌شود نه در پارک و باشگاه ورزشی. اما با همه این اوصاف هستند افرادی که موازین بهداشتی را رعایت نکرده و با انجام رفتارهای خرافه و جهالت‌بار سلامت خود و تمام جامعه را به خطر می‌اندازند. این افراد مرا به یاد این آیه شریفه می‌اندازند: «قالوا لم تمسنا النار...و غرهم فی دینهم ما کانوا یفترون».

گفتند آسیب و آتش به ما نمی‌رسد به دین‌شان مغرور شدند و به خدا افترا بستند این کارها عبودیت نیست. پس احتیاط از اهم واجبات است، جسم ما و روح ما امانتی است از جانب پروردگار که باید از آن محافظت و همه امور را نیز به خدا واگذار کرد؛ بنابراین با رعایت نکات بهداشتی و پرهیز از خرافات و جهالت می‌توان این بحران را با موفقیت پشت‌سر گذاشت.

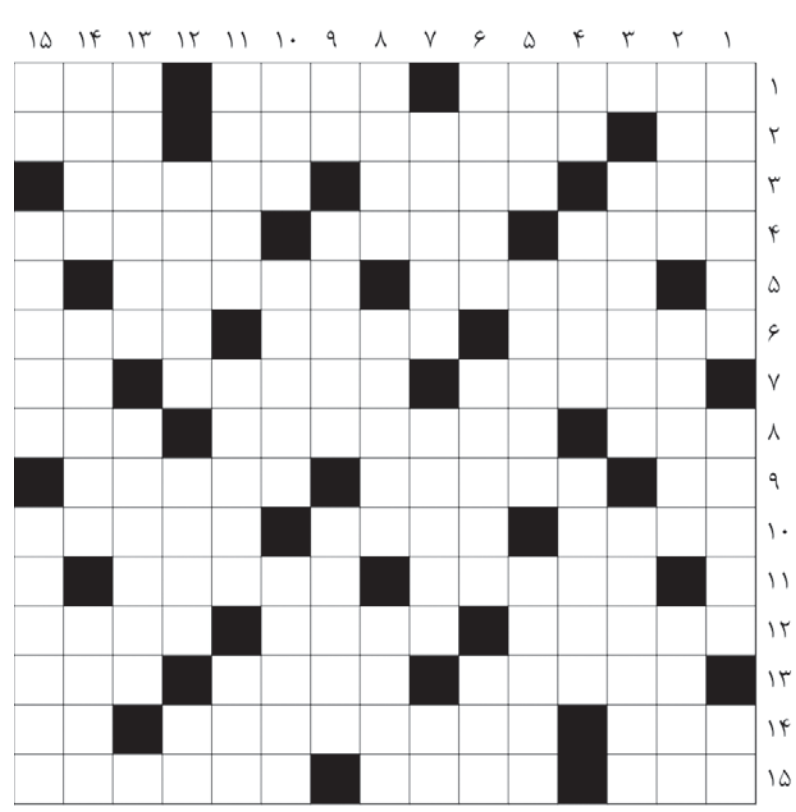
جدول ۳۶۳۰ ■ طراح: بیژن گورانی

افقی:

۱- شهر و جزیره‌ای در جنوب چین، جهنم، نوعی ماهی خوراکی دریای خزر ۲- سوسن زرد، تیم سرخ‌پوش تهران، قسمت مهم و اساسی هر چیز ۳- از قبایل قدیمی اعراب، لقب حضرت عیسی(ع)، مجموع کارکنان یک اداره ۴- زن گندمگون، همسر گزیدن، سازمان ۵- پیوسته، پیاپی- از جزایر ژاپن ۶- چند زاویه، ترس شدید، جان‌ها ۷- کهنه و فرسوده، بی‌شرم، نت ششم ۸- شیخ‌نشین امارات، صبر و شکیبایی، سیم حاوی جریان برق ۹- تکرار حرفی، به نرمی رفتار کردن، زنان عرب ۱۰- شبه جزیره کوهستانی مصر، پیکار، تیره و ظلمانی ۱۱- واضح و آشکار، به طور امانت ۱۲- هفته‌نامه طنز مرحوم کیومرث صابری، بحر، مقابل تقدم ۱۳- غیر قابل انکار، کفش پاشنه‌دار قدیمی، ترس ۱۴- همنشین برهمن، آی‌کیو، تکرار حرفی ۱۵- شهری صنعتی در غرب آلمان، رزق، رفت‌وآمد

عمودی:

۱- دستگاه تهویه مطبوع مرکزی، بسیار بی‌رحم، راز بی‌پایان! ۲- اخترشناسی، ورزشگاه مشهور انگلستان، جامه ۳- زبانی از شاخه زبان‌های سامی، سمبلیک ۴- ظرف سفالی بزرگ، تأکیدشده، باقیمانده ۵- لطیف، موسیقیدان عصر ساسانی، هدایت‌کننده ۶- پاره و جدا کردن، نوعی مالیات، به‌طور ناگهانی ۷- از رسته‌های نظامی، ییلاقی در تهران، گل سرخ ۸- پایتخت قطر، شلیک پیاپی گلوله، رهسپار ۹- افسارگسیخته، پایتخت تبت، شکلی هندسی ۱۰- از اجزای شلوار، فیلم زندگی کابوهای غرب، غیر خدا ۱۱- زیان‌دیدن، فاقد تحرک، سنگ سبز قیمتی ۱۲- اصطلاحی در ورزش کشتی، خودروی باربری کوچک، کمبود آن موجب بیماری گوآتر می‌شود ۱۳- برکنارشده از مقام و قدرت، زمین زراعی که آبیاری می‌شود ۱۴- چند وکیل، یارو، معادل فارسی قیام ۱۵- تکنیک، مخالف، حق‌العمل



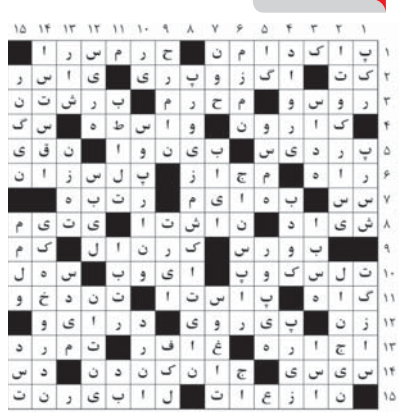
حل سودوکو سخت

۵	۹	۳	۸	۷	۴	۱	۶	۲
۴	۷	۱	۳	۶	۲	۵	۹	۸
۸	۶	۲	۱	۵	۹	۷	۳	۴
۱	۸	۵	۹	۴	۳	۶	۲	۷
۷	۳	۹	۲	۱	۶	۸	۴	۵
۶	۲	۴	۷	۸	۵	۹	۱	۳
۳	۱	۶	۵	۲	۷	۴	۸	۹
۹	۵	۸	۴	۳	۱	۲	۷	۶
۲	۴	۷	۶	۹	۸	۳	۵	۱

حل سودوکو ۲۶۲۵

۴	۱	۸	۹	۶	۲	۷	۵	۳
۷	۲	۶	۳	۵	۱	۴	۸	۹
۹	۳	۵	۸	۴	۷	۶	۱	۲
۲	۴	۷	۱	۸	۳	۹	۶	۵
۳	۵	۹	۴	۲	۶	۸	۷	۱
۸	۶	۱	۵	۷	۹	۳	۲	۴
۵	۹	۳	۷	۱	۸	۲	۴	۶
۱	۸	۲	۶	۹	۴	۵	۳	۷
۶	۷	۴	۲	۳	۵	۱	۹	۸

جدول ۳۶۲۹



سودوکو سخت ۲۶۲۶

زمان پیشنهادی: ۴۰ دقیقه

قانون‌های حل جدول سودوکو:

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.

۲- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

		۳	۲					
۷	۴			۳		۸	۶	
۹					۸			
۲	۳	۴				۵		
		۸				۶	۴	۱
			۸					۹
	۱	۲		۹			۷	۳
					۱	۲		

سودوکو ساده ۲۶۲۶

زمان پیشنهادی: ۲۰ دقیقه

سودوکو

سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

				۸	۷			
				۲		۳	۷	
۹		۴				۱	۸	
۸						۲		۹
۵		۷	۲	۹	۳	۶		۸
۲		۳						۴
	۶	۸				۴		۳
	۵	۹		۷				
			۶	۳				