

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴ هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)

## اقدام پژوهی :

چگونه توانستم مشکل دانش آموزم را در رابطه  
با گوشه گیری حل کنم؟

[www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴

هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)

فهرست

چکیده..... ۴

مقدمه..... ۵

توصیف وضعیت موجود(تشخیص مسئله)..... ۶

گردآوری اطلاعات ( شواهد یک)..... ۶

مصاحبه :..... ۷

تجزیه و تحلیل داده ها..... ۷

ویژگی راه پیشنهادی..... ۷

ارتباط عاطفی با کودک :..... ۷

انتخاب راه حل های ممکن..... ۸

انتخاب راه حل مناسب ، اعتبار بخشی و اجرای راه حل..... ۹

گرد آوری اطلاعات ( شواهد ۲)..... ۱۰

مصاحبه با پدر زهرا( اردیبهشت ۹۳)..... ۱۰

نتیجه گیری..... ۱۱

مبانی نظری پژوهش..... ۱۱

گوشه گیری..... ۱۲

این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴ هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)

علائم و نشانه ها ..... ۱۳

علائم گوشه گیری را بطور خلاصه به شرح ذیل می توان بر شمرد: ..... ۱۴

علل ..... ۱۴

معالجه گوشه گیری ..... ۱۵

کارگروهی ..... ۱۷

خلاصه ..... ۱۷

مشخصه های رفتاری کودکان کمرو و گوشه گیر ..... ۱۸

● نشانه های دیگر ..... ۱۹

● سبب شناسی مشکل ..... ۲۰

● راهکارهایی برای معلمان ..... ۲۰

پیشنهادات ..... ۲۲

منابع و ماخذ: ..... ۲۳

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴ هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

## چکیده

بسیاری از دانش آموزانی که در مقایسه با هم کلاسی هایشان، در کلاس غیرفعال اند، از نظر آموزشی و اجتماعی از رفتار مناسبی برخوردارند، اما نسبت به دیگر دانش آموزان آرام تر بوده ، از انجام کار با دیگران سرباز می زنند. بعضی از این دانش آموزان به درجات مختلف ، با مشکل خجالتی یا گوشه گیر بودن مواجه اند و عده کمی از آن ها ممکن است به سمت اسکیزوفرنی سوق پیدا کنند. این مقاله حد واسط این دو گروه از دانش آموزان را مد نظر قرار داده است، دانش آموزانی که عموماً به عنوان بچه های خجالتی (فاقد اعتماد به نفس و نگران از نظر اجتماعی ) یا گوشه گیر (کسانی که حاضر جواب نیستند، تمایلی به برقراری ارتباط ندارند و خیالباف اند) شناخته می شوند. همان طور که می دانیم هر جا که انتظارات اجتماعی جدید و مبهم باشند، درجاتی از خجالت کشیدن ، طبیعی است اما خجالتی بودن وقتی تبدیل به یک مشکل می شود که صرفاً وابسته به موقعیت نبوده، بلکه اختیاری باشد، تا جایی که به فرد برچسب خجالتی زده شود. به ویژه در موقعیتی که فرد این برچسب را پذیرفته ، آن را درونی کند، ممکن است الگوی جامعی از خجالتی بودن در او ایجاد شود و علائم دیگری مثل : عدم اعتماد به نفس در ورود به موقعیت اجتماعی و ناراحتی و سرباز زدن از ظاهر شدن در حضور دیگران ، در وی ظاهر گردد.

امسال مسئله ای که من تصمیم گرفتم راجع به آن اقدام پژوهی انجام دهم مشکل گوشه گیری یکی از دانش آموزان مدرسه ام به نام زهرا بود که توانستم به کمک راه حل های مختلف و کمک گرفتن از همکاران و افراد با تجربه این مهم را انجام دهم.

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴**

**هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

مقدمه

در هر طبقه و صنفی و در هر گروه و جمعی ، اشخاص نامتعادلی زندگی می کنند. بنابراین در مورد همه افراد، اعم از کارگر و دانش پژوه، پزشک و مهندس، زارع ، استاد دانشگاه و غیره، خطرابتلا به ناراحتیهای روانی وجود دارد. به عبارت دیگر هیچ فرد انسانی در برابر امراض مصونیت ندارد (شاملو، ۱۳۷۸، ص ۱۱).

رفتار گوشه گیری و انزواطلبی ، یکی از رفتارهای نسبتاً شایع است که فرد را به شدت آزار می دهد و اگر درمان نشود نوجوان را به سمت و سوی مشکلات دیگری مثل عدم اعتماد به نفس، افسردگی، اضطراب و زود رنجی سوق خواهد داد. عدم احساس توانمندی و کمی عزت نفس و نیز ناتوانی در بروز احساسات، بیان افکار و نظریات، خود باعث جدایی فرد از فعالیت های گروهی است.

گوشه گیری از نظر لغوی به معنای تنها و مجرد و در خلوت نشستن و از جمع کناره گرفتن است. گوشه گیر کسی است که از مردم دوری می کند و عزلت می گزیند و بدان وسیله خود را با محیط اطراف سازگار می سازد، البته هر نوع عزلت و در تنهای ماندن گوشه گیری تلقی نمی شود هر انسان گاه گاهی دوست دارد تنها باشد تا به خود شناسی و حل مشکلات زندگی بپردازد گوشه گیری زمانی حالت بیماری پیدا می کند که فرد از آمیزش با جمع و هم نوعان بیزار و بیمناک باشد در این مورد اگر گوشه گیری بموقع درمان نشود به پیدایش حالات روانی شدید و افسردگی منجر می شود. (شفیع آبادی ، ۱۳۷۴ ، ص ۹۴) .

کم بود محبت در خانواده می تواند یکی از علل بروز کم رویی باشد که توجه به به کودک و بر طرف کردن خواسته های او هم چنین تشویق و مورد مشاوره قرار دادن می تواند در درمان این نقیصه کمک کند.

امسال با شروع سال تحصیلی قصد داشتم شروع به یک کار پژوهشی کنم . که پس از چندی با مشکل قابل توجهی در یک دانش آموز مواجه شدم. مشکل زهرا گوشه گیری و انزوا طلبی بود، پدرش چندین بار مراجعه کرده بود و از افت تحصیلی و بی علافگی او در انجام تکالیف صحبت کرده بود و از اینکه علاقه ای ندارد که با سایر دانش آموزان دوست شود و همیشه توی لاک خودش است، نگران بود و خواستار حل مشکل

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴ هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

دخترش شده بود. حس انسان دوستان و مقتضیات شغل اینجانب ایجاب می کرد که نسبت به حل این مشکل باید احساس وظیفه نموده و تمام سعی و فکر خود را بکار انداخته تا مشکل این دانش آموز را حل کنم .

### **توصیف وضعیت موجود (تشخیص مسئله)**

اینجانب مدت سال است که در آموزش و پرورش مشغول به خدمت هستم . و هم اکنون نیز در آموزشگاه به عنوان مدیر انجام وظیفه می کنم. یکی از دانش آموزانم زهرا دختری با قد متوسط، یک و با عینک برچشمان سیاه ریزش می باشد که با دوستانش نمی جوشد و سرش همواره پایین و در ردیف یکی مانده به آخر کلاس نشسته است. حتی در روز بازگشایی مدارس وقتی برای بازرسی سر یکی از کلاسها رفتم با قرائت آن دانش آموزان به ترتیب قد سرجهایشان نشستند . تمامی آنها با شادی و شور و شغف خاصی در جای خود و با لبخندی بر لب نشسته بودند به جز یک نفر ، کنجکاو شدم و از بچه ها خواستم که یکی خود را معرفی نمایند تا اینکه نوبت به فرد مورد نظر رسید به آرامی خود را معرفی کرد زهرا ... و نشست فهمیدم که از درون ناراحت است . چند روزی گذشت به گفته آموزگارش باز هم رفتار او به همین صورت بود حتی زنگ تفریح هم با کسی حرف نمی زد یا تنهایی قدم می زد و یا اینکه یک گوشه می نشست و به یک نقطه خیره می شد.

مسئله مطرح در این پژوهش این است که چگونه با این چنین دانش آموزانی که به هر دلیلی با این مشکل مواجه می شوند برخورد کرده و مشکل او را حل نموده و ادامه زندگی با این شرایط واقعی را برای او سهل تر نماییم.

### **گردآوری اطلاعات ( شواهد یک)**

از روشهای مشاهده ، مصاحبه برای جمع آوری اطلاعات در این پژوهش در شواهد یک و دو استفاده شده است.

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴ هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

**مصاحبه :**

برای حل مشکل او می بایست از شرح حال زندگی اش اطلاع پیدا می کردم . گوش دادن به درد دل پدر و مادری که نگرانی از آینده فرزند دلبنده اش در چشمانش برق می زد و خودش داوطلبانه پیش قدم شده بودند بهترین گزینه برای گرفتن اطلاعات بود. لذا کارم را با مصاحبه از پدرش شروع کردم . و اطلاعاتی از زندگی او بدست آوردم. در طول مدت مصاحبه به این نتیجه رسیدم که زهرا دانش آموزی گوشه گیر است و در جمع دوستانش هم چنین است.

### **تجزیه و تحلیل داده ها**

پرسش و پاسخ از تعدادی از بچه ها کلاس ، صحبت با خانواده ی زهرا ، تحقیق درباره موقعیت او و مشاهده رفتار او در زنگ تفریح و کلیه داده های دریافت شده ، تمامی بیانگر این مطلب است که زهرا فردی گوشه گیر و انزوا طلب است.

### **ویژگی راه پیشنهادی**

تفهم اولیاء نسبت به اصلاح رفتار و ایثار در مقابل آینده فرزند خود که رو به تباهی می گراید .

احساس مسئولیت : اعضای خانواده دوست دارند که با هم در زیر یک سقف با عطف و آسایش زندگی نمایند . ولی این خانواده هر یک می خواهند حرف خود را به کرسی بنشانند و در قبال زهرا و آینده او دچار تلزلزل شده اند .

### **ارتباط عاطفی با کودک :**

هنگامی که دانش آموز مورد الطاف مهر و محبت اطرافیان واقع شود . بهتر می تواند برای رسیدن به آینده ای روشن برنامه ریزی نموده و گام بردارد. و بر پشتکار و توان خود افزوده و باورهای غلط و بدبینی را از

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴**

**هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

چشم خود دور بدارد. رابطه عمیق در بین اولیاء آرامش خاطر را فرزندان ایجاد می نماید. تا در بستری آرام آموزش و پرورش یابند. و از طریق نگاه هایی هرچند کوتاه و عمیق و محبت آمیز، نوازش، و انواع هدایای مادی یا ارتباط کلامی می تواند در آنان بسیار موثر باشد.

## **انتخاب راه حل های ممکن**

معلمان و والدین در رفع مشکلات کودکان گوشه گیر نقش بسزایی دارند و با صمیمیت و محبت باید به تمام تغییرات رفتاری مناسب و موفقیت آمیز آنان توجه کرده، آنان را تشویق کنند و بدین وسیله کودکان را به سوی فعالیتهای اجتماعی سازنده در مدرسه و خانه راغب سازند. بردن به گردشهای علمی، تشویق به سخن گفتن در حضور والدین و دوستان و بستگان و جرات دادن به او بدین معنی که می تواند در برابر جمع سخن بگوید و شرکت دادن در فعالیتهای هنری و ایفای نقش در نمایشنامه ها از جمله اعمالی است که مهارتهای اجتماعی دانش آموزان و کودکان را افزایش می بخشد و آنان را در مبارزه با گوشه گیری یاری می دهد ( شفیق آبادی، ۱۳۷۴، ص ۹۷).

با توجه به اطلاعاتی که از طریق مصاحبه با پدر و دوستان زهرا بدست آوردم و همچنین مطالعه کتاب های روانشناسی تربیتی و مراجعه به اینترنت و مشورت با چند تن از مشاوران راه حل هایی که برای درمان گوشه گیری مفید بود به شرح ذیل لیست کردم:

۱. صحبت با پدر زهرا و اینکه او برای زندگی زهرا از هیچ کوششی دریغ نوزد: به او احترام بگذارد، محبت کند، به درس هایش توجه کند، به خواسته هایش توجه کند، پای صحبت هایش بنشیند، با او در انجام امور منزل مشورت کند، مسئولیت بدهد، تشویق کند، با مدرسه در ارتباط باشد.

۲. صحبت با معاونین آموزشی و پرورشی: حمایتهای عاطفی در جهت تقویت اعتماد به نفس دانش آموز، واگذاری مسولیت های مناسب با توجه بر میزان توان جسمی و روحی دانش آموز، تشویق و زمینه سازی



**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴**

**هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

حضور در فعالیت های جمعی و گروهی مانند انتظامات ، مراسم صبحگاهی، گروه سرود و نمایش و شورای دانش آموزی

### **انتخاب راه حل مناسب ، اعتبار بخشی و اجرای راه حل**

بهترین راه حل ممکن محبت کردن و دادن مسئولیت بود. لذا به افرادی که در تعلیم و تربیت زهرا ارتباط مسقیم داشتند، من جمله پدر ، معاونت آموزشی، معاونت پرورشی، مربی ورزش توصیه شد به زهرا توجه بیشتری داشته و به او در عرصه های مختلف ، مثل عضویت شورای مدرسه ، بهداشت یار و انتظامات ، مبصری، گروه سرود ، نمایش ، مشاوره در امور منزل و ....

موثر ترین فرد در زندگی زهرا و اینکه بیشترین تاثیر را می توانست در تعلیم و تربیت او داشته باشد، پدرش بود، لذا با او بطور مفصل در چندین جلسه صحبت شد و تاکید گردید که جای خالی محبت مادرش را پر کند. وقت بیشتری را در منزل برای او اختصاص دهد. سعی کند هر روز صبح ها تا جلوی درب مدرسه او را مشایعت کند، بعد از ظهرها زودتر به منزل برگردد، در انجام امور منزل با او مشورت کند. منزل نامناسب استیجاری خود را تغییر دهد. ارتباطش را با معلم زهرا بیشتر نموده و زمینه را برای ارتباط بیشتر او با دوستانش فراهم نماید.

شخص دومی که می توانست تاثیر زیادی در شخصیت زهرا داشته باشد و به او در حل مشکلش کمک کند خودم به عنوان معلم او بودم . بنابر این او را در کارهای گروهی درگیر کردم و به او مسئولیت دادم . همچنین محبت خود را از او دریغ نکردم .. پس از گذشت چند وقت او را به عنوان نماینده کلاس انتخاب کردم . و به سایر دانش آموزان توصیه نمودم که با زهرا دوست شده و او را در کار های گروهی مشارکت دهند.

زهرا در انتظامات مدرسه به معاون آموزشی کمک می کرد و عضو گروه سرود هم بود.

**اهم راهکار های ارائه شده به شرح زیر می باشد:**

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴**

**هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

- دادن مسئولیت توسط معاونت پرورشی ، آموزشی

- جابجایی محل سکونت و عوض کردن خانه توسط پدرش

- توجه کردن به دانش آموز توسط معلم و مدیر و معاون آموزشی

- تشویق کردن در مناسبت های مختلف چه از نظر درسی و چه از نظر پرورشی

- بردن اردو و گردش های علمی

- فراهم کردن زمینه مشارکت پدرش با مدرسه

### **گرد آوری اطلاعات ( شواهد ۲)**

**مشاهده:** چند مدت بود که رفتار زهرا را از نزدیک بطور غیر مستقیم زیر نظر داشتم. در کلاس که می رفتم می دیدم در بحث ها مشارکت دارد. اظهار نظر می کند. می خنده و خوشحال است. در حیاط دست در گردن دوستانش می اندازد و قدم می زند. او اجتماعی تر شده، سلام می کند. خوشحال است، دیگر سرش پایین و منزوی نیست. اگر کسی از اول او نمی شناخت متوجه نمی شد او واقعا مشکل داشته باشد.

### **مصاحبه با پدر زهرا ( اردیبهشت ۹۳)**

- حال زهرا چه طور است ؟ وضعیت روحی و درسی او چگونه است؟

- من نمی دانم که چگونه زحمات شما را جبران کنم ، زهرا خیلی بهتر شده است هم از نظر درسی و هم از نظر روحی. این برنامه اردوی تهران شما در روحیه زهرا خیلی تاثیر خوبی داشت. من از وضعیت تحصیلی او راضی هستم.

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴ هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

-فکر می کنید کدام برنامه ی ما در رفتار او تاثیر بیشتری داشته است؟-این مسئولیت هایی که به او داده بودید او را خیلی خوشحال می کرد . وقتی به خانه می آمد با خوشحالی می گفت : بابا امروز مبصر شده ام .  
یا اینکه من انتظامات هستم و ... این برنامه اردوی شما هم خیلی خوب بود و در روحیه زهرا واقعا تاثیر مثبت گذاشت .دست شما درد نکند .

### نتیجه گیری

مشکل زهرا گوشه گیری و انزواطلبی بود که با تاکید بر روشهای علمی و مشاوره با افراد اهل فن و متخصص تعلیم و تربیت ، همکاری و مشارکت معلم و پدرش به حول قوه الهی حل شد .  
توجه کردن ، دادن مسئولیت ، محبت کردن ، مشارکت دادن در امور منزل و مدرسه از جمله اقدامات موثری بود که به زهرا کمک کرد تا در شرایط عادی مانند سایر دانش آموزان به زندگی خود ادامه دهد. و بتواند با مشکل عدم مهر مادری کنار بیاید و خود را با زندگی موجود وفق دهد.

### مبانی نظری پژوهش

کودک کمرو هر چند که برای دیگران ناراحتی ورنجش ایجاد نمی کند لکن ممکن است به علت دنج تاشی از احساس نا امنی و بی کفایتی در خود جزء ناشادترین کودکان باشد. در نتیجه پیوسته بد نیای درون خویش پناه می برد. و اگر در مورد رفتار غیر اجتماعی این قبیل کودکان و نوجوانان چاره ای اندیشیده نشود احتمالا خطرناکترین و مساعد ترین وضع را برای ابتلاء به اسکیزو فرنی (جنون خواهند داشت . هر چند که همه کودکان کمرو و منزوی به بیماری روانی دچار نمی شوند لکن تعدادی از آنان قربانی این بیماری خواهند بود. گوشه گیری، کم رویی و انزوا طلبی عارضه ای است که باعث می شود کودک و نوجوان از برقرار کردن ارتباط با افراد و محیط خارج دوری کنند. این کودکان و نوجوانان نوعاً با تقلیل یافتن علایق ذهنی و عاطفی نسبت به اطرافیان خود از داشتن دوستان نزدیک و صمیمی محروم اند. نوجوانی که کم رو و گوشه گیر

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴**

**هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

است، معمولاً از حضور در فعالیت های جمعی سرباز می زند و فقط با تک دوست خود که نوعاً به او بسیار وابسته می شود اوقات خود را سپری می کند.

## گوشه گیری

گوشه گیری از نظر لغوی به معنی تنها و مجرد و در خلوت نشستن و از جمع کناره گرفتن است. گوشه گیر کسی است که از مردم دوری می کند و عزلت می گزیند و بدان وسیله خود را با محیط اطراف سازگار می سازد؛ البته هر نوع عزلت و در تنهایی ماندن، گوشه گیری تلقی نمی شود. هر انسان گاهگاهی دوست دارد تنها باشد تا به خود شناسی و حل مشکلات زندگی بپردازد. گوشه گیری زمانی حالت بیماری پیدا می کند که فرد از آمیزش با جمع و هم نوعان بیزار و بیمناک باشد. در این مورد، اگر گوشه گیری بموقع درمان نشود به پیدایش حالت روانی شدید و افسردگی منجر می شود (شفیع آبادی، ۱۳۷۴، ص ۹۴)

یک کودک ممکن است به دلایل مختلف نتواند با کودکان دیگر ارتباط متقابل برقرار سازد. یکی از دلایل ممکن است به ترس از عکس العمل هایی از قبیل مورد حمله واقع شدن، نادیده گرفته شدن، یا مورد تمسخر قرار گرفتن مربوط باشد. مع هذا، دلایل دیگر با ناتوانی کودک از فرا گرفتن مهارت های اجتماعی مورد نیاز برای برقرار کردن ارتباط متقابل موثر و مفید با هم سن و سالان ارتباط داشته باشد. برای مثال، کودکی که نمی داند چگونه با دیگران بازی کند به احتمال زیاد ارتباط با کودکان دیگر را ناخوشایند و تشویش انگیز خواهد یافت. در این صورت، کناره گرفتن از گروه بر اثر تقلیل اضطراب تقویت می شود.

نمونه ای از کودکانی که گوشه گیری اجتماعی آنان به کمبود مهارت های اجتماعی بر می گردد توسط بول، استوارد، هریس و بر ارائه شده است. این مولفین درباره بچه ای کودکستانی که نمی دانست چگونه از وسایل زمین بازی استفاده کند گزارش داده اند. در نتیجه این کمبود، کودک مزبور به ندرت با کودکان دیگر ارتباط متقابل برقرار می کرد ولی پس از آنکه محققین مورد بحث طرز استفاده از وسایل زمین بازی را به او

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴**

**هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

یاد دادند تماسهای بدنی و کلامی کودک با کودکان دیگر و نیز شرکت او در بازیهای مستلزم همکاری

با دیگران به سرعت افزایش پیدا کرد. متأسفانه گوشه گیری اجتماعی تنها از طریق تقویت منفی ناشی از تقلیل اضطراب حفظ نمی شود بلکه تقویت مثبتی نیز که غالباً به صورت توجه بیشتر افراد بزرگسال به کودک «خجالتی» بروز می کند باعث نگهداری این حالت می گردد .

### **علایم و نشانه ها**

گوشه گیری با یک سلسله علایم متعدد و به هم پیوسته همراه است . گوشه گیر چون مشکلاتش را نمی تواند در عالم واقعیت حل کند ، به تخیل فرو می رود و به خیالبافی می پردازد . او انسانی است بی هدف و نمی داند چه باید بکند و برای آینده اش چه طرحی بریزد. از مردم گریزان است و هر تمنا و خواهش را یک تحمیل تلقی می کند و در برابر آن بشدت مقاومت می کند ؛ از این رو ، اطرافیان دچار تضاد و کشمکش می شود. برای دفاع از حقتش اقدام نمی کند و کناره گیری را بر تلاش ترجیح می دهد .

محدود ساختن تمام جنبه ها و فعالیتهای زندگی ، خجالت و سکوت ، محرومیت ، ناتوانی در برقراری رابطه با دوستان و معلمان ، فرار از فعالیتهای اجتماعی و به تعویق انداختن انجام دادن کارها ، بی حوصلگی و کسالت و احساس خستگی و نگرانی از آینده ، کمک نخواستن از دیگران ، هنگام نیاز ، در انجام دادن کارها از این شاخه به آن شاخه پریدن ، سازش با وضع موجود و اعتراض نکردن به آن ، حتی در صورت احساس ناراحتی و نگرانی ، احساس پوچی و بی ارزشی ، ابراز وجود نکردن، تسلیم شدن در برابر خواسته های دیگران ، تقصیر گناهان را به گردن گرفتن ، ناتوانی در بروز احساس خصومت و پرخاشگری ، اجتناب از رقابت ، درون گرایی و در خوی فرو رفتن، زود رنجی ، داشتن نگرش منفی و بدبینانه به اطرافیان ، مطرح نکردن اشکالات درسی در کلاس و عقب ماندگی درسی در بین دانش آموزان گوشه گیر بسیار مشاهده می شود .

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴**

**هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

## **علائم گوشه گیری را بطور خلاصه به شرح ذیل می توان بر شمرد:**

۱- به تخیل فرو می رود به خیالبافی می پردازد ۲- از مردم گریزان است و هر تمنا و خواهش را یک تحمیل تلقی می کند و در برابر آن مقاومت می کند ۳- برای دفاع از حقوقش اقدام نمی کند و کنار ه گیری را بر تلاش ترجیح می دهد ۴- محدود ساختن تمام جنبه ها و فعالیت های زندگی ۵- خجالت و سکوت ۶- ناتوانی در برقراری روابط با دوستان و معلمان ۷- فرار از فعالیتهای اجتماعی و به تعویق انداختن انجام دادن کارها ۸- بی حوصلگی و کسالت و احساس خستگی و نگرانی از آینده ۹- کمک نخواستن از دیگران هنگام نیاز ۱۰- در انجام دادن کارها از این شاخه به آن شاخه پریدن ۱۱- سازش با وضع موجود و اعتراض نکردن به آن حتی در صورت احساس ناراحتی ۱۲- احساس پوچی و بی ارزشی ۱۳- ابراز وجود نکردن ۱۴- تسلیم شدن در برابر خواسته های دیگران ۱۵- تقصیر گناهان را به گردن دیگران انداختن ۱۶- ناتوانی در بروز احساس خصومت و پرخاشگری ۱۷- اجتناب از رقابت ۱۸- درون گرایی و در خود فرو رفتن ۱۹- زود رنجی و زود گریستن ۲۰- پریشانی و بی قراری ۲۱- غیبت از مدرسه ۲۲- بی علاقگی به کلاس ۲۳- عدم تمرکز حواس ۲۴- اختلال در خوراک و حواس ۲۵- بی اعتنای به وقایع اطراف ۲۶- بی اعتمادی نسبت به توانایی های خود ۲۷- داشتن نگرش منفی و بد بینانه به دیگران ۲۸- مطرح نکردن مشکلات درسی در کلاس و عقب ماندگی درسی

## **علل**

عوامل متعددی موجب گوشه گیری می شود. غم و اندوه شدید و مداوم ، فقر و تنگدستی ، احساس گناه ، ضعف و نقص جسمانی ، تکبر و غرور، احساس حقارت شدید، عقب ماندگی درسی ، پذیرفته نشدن در خانه و مدرسه ، حسادت و انتقام جویی ، احساس ترس و نا امنی ، نابسامانی های خانوادگی ، طلاق ، بی پاسخ گذاشتن پرسشهای کنجکاوانه کودکان ، بی حوصلگی در برقراری ارتباط سالم با کودکان ، نبودن الگوی اجتماعی مطلوب در خانه، محرومیت از محبت مادر، عدم حضور پدر ، اعتیاد والدین ، شکستها و ناکامیهای

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴ هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

پی در پی ، اختلال در عملکرد غدد فوق کلیوی ، حمایت افراطی کودک همراه با چشم پوشی شدید ، بیماریهای طولانی کودک ، انتقال کودک به مدرسه و مکان جدید، تبعیض و انتقادهای و بهانه گیریهای مستمر و بی مورد والدین و معلمان در بروز گوشه گیری نقش بسزایی دارد . در مواقعی گوشه گیری و فرار از موقعیت مخاطره انگیز ، معقول ترین شیوه برای مقابله با ناکامی به شمار می رود . در این زمینه ، مشخص شده است که علت اصلی گوشه گیری برخی زندانیان در زمان جنگ اول در بازداشتگاههای آلمان ، غلبه بر وحشت و فشار وارد شده، بوده است . در این حالت ، عواملی نظیر شدت فشار و ترس ، غیر ممکن بودن فرار و بیماری های جسمی در تشدید گوشه گیری زندانیان موثر بوده است. در خود فرو رفتن نوجوان در دوره بلوغ نیز ممکن است به گوشه گیری بینجامد؛ به عبارت دیگر زمانی ، گوشه گیری نوجوان با تفکر درباره طبیعت و خویشتن و مشاهده و تجزیه و تحلیل امور پیرامون همراه است که از کنجکاوی او نشأت می گیرد و بدان وسیله نوجوان می خواهد به چراهای درونی خود پاسخ دهد. همچنین هرگاه نوجوان در سازگاری با محیط اجتماعی شکست بخورد، احتمال می رود گوشه گیر شود (شفیع آبادی، ۱۳۷۴، ص)

### **معالجه گوشه گیری**

از آنجا که گوشه گیری کودکان معمولاً نه به صورت اجتناب از افراد بزرگسال بلکه به صورت کناره گیری از کودکان جلوه می کند، هدف درمان باید افزایش ارتباط متقابل با همسن و سالان کودک باشد . قسمت عمده کارهایی که درباره کودکان گوشه گیر انجام گرفته با استفاده از کودکان بالنسبه عادی کودکان بوده است ، ولی آموزش مهارتهای اجتماعی را می توان در مورد کودکان شدیداً ناراحت نیز انجام داد . بدیهی است با کودکانی که آشفته و مختل هستند به بیش از ده جلسه آموزش نیاز است تا بتوان از ثبات و دوام نتایج درمانی اطمینان حاصل نمود (مهريار، ۱۳۷۰، ص ۲۹۲) .

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴ هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

معلمان و والدین در رفع مشکلات کودکان گوشه گیر نقش بسزایی دارند و با صمیمیت و محبت باید به تمام تغییرات رفتاری مناسب و موفقیت آمیز آنان توجه کرده ، آنان را تشویق کنند و بدین وسیله کودکان را به سوی فعالیت های اجتماعی سازنده در مدرسه و خانه راغب سازند .

بردن به گردشهای علمی ، تشویق به سخن گفتن در حضور والدین و دوستان و بستگان و جرات دادن به او بدین معنی که می تواند در برابر جمع سخن بگوید و شرکت دادن در فعالیتهای هنری و ایفای نقش در نمایشنامه ها از جمله اعمالی است که مهارتهای اجتماعی دانش آموزان و کودکان را افزایش می بخشد و آنان را در مبارزه با گوشه گیری یاری می دهد ( شفیع آبادی، ۱۳۷۴، ص ۹۷).

#### **انواع و علل خجالتی و گوشه گیر بودن در کلاس درس**

خجالتی بودن یا گوشه گیری ممکن است بخشی از شخصیت کلی یک دانش آموز بوده ، با پاسخ خاص موقعیتی به یک عامل استرس زای مخصوص باشد. کودکان می خواهند بدانند که دیگران در مورد آنان چه می گویند، مخصوصاً در موقعیت های اجتماعی ، که موجب می شود آن ها در معرض دید قرار گرفته ، از نظر روان شناسی بی دفاع باشند. انواع دیگری از عدم تطابق اجتماعی ممکن است از یک تجربه خاص یا علل محیطی ناشی شود. بعضی از کودکان به سبب این که والدینشان به ندرت با آن ها گفت و گو می کنند یا به ندرت آن ها را با این گونه موارد به طور شفاهی آشنا می سازند یا این که شانس کار کردن گروهی با دوستانشان را نداشته اند، از مهارت های ارتباطی موثر بی بهره اند.

ترس و اضطراب اجتماعی ، ممکن است به یک واکنش در حال پیشرفت نسبت به شکست های مکرر، بدرفتاری یا دوری از بزرگ ترها یا هم کلاسی نیز منجر شود. بعضی از دانش آموزان ممکن است تطابق گروهی خوبی با هم کلاسی هایشان داشته باشند و بتوانند واکنشی متقابل با معلم خود انجام دهند، با وجود این وقتی از آنان خواسته می شود به سوالی پاسخ دهند یا در جمعی حضور یابند یا در فعالیتی شرکت کنند تا مورد ارزیابی قرار گیرند، از نظر ارتباطی با مشکل مواجه می شوند.



**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴ هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**  
**کار گروهی :**

بعضی از نویسندگان ، برای درمان خجالتی و گوشه گیر بودن دانش آموزان ، روش کار با گروه را پیش نهاد کرده اند. (رزنبرگ و دیگران) این گونه فعالیت ها، شامل درگیربودن دانش آموزان در برنامه معلم دانش آموزان دیگر بودن ، ایجاد فرصت هایی برای بازی کردن دانش آموزان با بچه های کوچک تر، کمک خواستن از گروه برای وارد کردن بچه های گوشه گیر در کارهای گروهی و نیز درگیر کردن آنها در فعالیت های رقابتی گروه های کوچک کلاسی است.

دخالت های معلمان : بروفی ( ۱۹۹۵ ) نظریات معلمان موفق را در چگونگی برخورد آن ها با

دانش آموزان خجالتی مورد بررسی قرار دارد. بیش ترین پاسخ هایی که به او داده شد، عبارت بودند از :

(۱) تغییر محیط اجتماعی (مثل نشان دادن آن ها در میان هم کلاسی های مهربان و واگذاری آن ها به یک نفر یا یک گروه کوچک).

(۲) تشویق یا اتخاذ تدابیری برای افزایش جواب گویی دانش آموزان.

(۳) کاهش استرس و دست پاچگی

(۴) دخالت دادن دانش آموزان خجالتی در فعالیت های ویژه

### خلاصه

- گوشه گیری ( تعریف لغوی ) : به معنی تنهایی و در خلوت نشستن و از جمع کنار ه گرفتن است . کودک یا نوجوان گوشه گیر از برخورد با دیگران دوری می کند و به صورت افراطی سعی در جدا شدن از آنها دارد . در فعالیتهای گروهی همکاری و مشارکت لازم را ندارد و نیز از شرکت در بازی های دسته جمعی خوداری

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴**

**هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

می کند و از جهت کلامی در عین حال که قادر به تکلم وهم صحبتی است ، کمتر رابطه برقرار می کند از بیان خواسته ها و نظرات خود در بین دیگران خوداری می کند .

- گوشه گیری ( کمروزی - انزواطلبی ) عارضه ای است که باعث می شود کودک و نوجوان از برقرار کردن ارتباط با محیط خارج دوری کنند . این کودکان و نوجوانان نوعا با تقلیل یافتن علایق ذهنی و عاطفی نسبت به اطرافیان خود از داشتن دوستان نزدیک و صمیمی محرومند . جوانی که کمروزی و گوشه گیر است معمولا از حضور در فعالیت های جمعی سر باز می زند و فقط با تک دوست خود که نوعا بسیار به او وابسته می شود اوقات خود را سپری می کند. (ماهنامه پیوند )

### **مشخصه های رفتاری کودکان کمروزی و گوشه گیر**

رفتار گوشه گیری یا انزواطلبی به عنوان یکی از مشکلات عمده در کودکان و نوجوانان محسوب می شود و متأسفانه برای آنکه در مدرسه ایجاد دردسر و مشکل نمی کنند دیرشناخته شده و گاه به عنوان فردی مودب و بی دردسر از طرف دیگران معرفی می گردند. در نتیجه تشخیص و شناخت آنها به تاخیر می افتد و زمانی متوجه مشکل می گردند که کار درمان سخت تر و وضعیت شاگرد حادث شده است.

این کودکان و نوجوانان دارای احساس بی کفایتی بوده و به دنیای درون خود پناه می برند و بیش از حد متواضع هستند و حتی اگر با مسئله ای مخالف باشند جرات بیان مخالفت یا نظرات خود را ندارند. این افراد نسبت به مسائل اطراف خود حساسیت بیش از حدی دارند و اگر مسئله ای مخالف نظر آنها باشد یا مجبور به شرکت در کار جمعی باشند، در گوشه ای کز کرده و با کسی حرف نمی زنند و گاه در هنگام شدت ناراحتی ناخن های خود را می جویند. رفتار چنین کودکانی همواره با شک و تردید همراه است و دور از اطمینان که جهش های ناشیانه و پس روی های ناگهانی به دنبال دارد.

همه این حرکات این تصور را ایجاد می کند که شخص کمروزی بین دو نیروی متضاد در کش و واکش است. هر کودک کمروزی دارای خصوصیتی است که ناتوانی او را در نظر خودش بزرگ تر و در نظر دیگران نمایان تر

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴**

**هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

جلوه می دهد. مثل این است که کودک با کمرویی خود می خواهد بگوید؛ «می بینید که من چقدر رنج می برم، پس راحتم بگذارید!» بدین ترتیب کودک با رفتار تردیدآمیز خود به جایی می رسد که از ارتباط های اجتماعی که برای او رنج آور و دشوار است پرهیز می کند، زیرا می ترسد نتواند به صورت مناسبی با آنها روبه رو شود.

### ● نشانه های دیگر

دست های کودک کمرو غمناک است. کودکی که از کمرویی خود به ستوه آمده است جرات نمی کند دست کسی را که به سوی او دراز شده است بفشارد، زیرا می ترسد که او متوجه غمناک بودن دست هایش بشود. دشواری دیگر برای بعضی از کودکان انزواطلب احساس نیاز رفتن به دستشویی است، زیرا می ترسند برای رفتن به دستشویی از معلم اجازه بگیرند و معلم اجازه ندهد، این دسته از کودکان گاهی موقع حرف زدن دچار دشواری هایی می شوند. از ترس اینکه نتوانند منظور خود را شرح دهند، به لکنت زبان دچار می شوند. این نقص بیشتر در مقابل کسانی مطرح می شود که کودک از قضاوت ایشان بیمناک است. حرف زدن با کسی که مورد اطمینان اوست و به او محبت دارد برایش آسان است. بعضی از معلمان گاهی دیده اند که کودک کمرویی که مورد پرسش قرار گرفته، چنان دست و پای خود را گم کرده است که به ادعای خود سوال را نشنیده است. کودک کمرو با کناره گیری از گروه کودکان، از بازی هایی که به فعالیت گروهی نیاز دارد خودداری می کند و این رفتار او را از آموختن اصول زندگی اجتماعی باز می دارد و مانع رشد احساس اجتماعی بودن در او می شود.

کودک کمرو از نوعی احساس حقارت رنج می برد، او به توانایی هایی که دارد اعتماد ندارد و آنها را ناچیز می شمارد. خود را برای زندگی ضعیف و نامجهز می بیند و چنین می پندارد که برای دفاع در مقابل مشکلات آماده نیست.

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴ هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

### ● سبب شناسی مشکل

گاه گفته می شود که کمرویی نوعی بیماری خانوادگی است. اما این گفته صحت کامل ندارد. کمرویی در اغلب موارد یک نقص موروثی نیست (به جز در مواردی که با نشانه هایی از بیماری اسکیزوفرنی همراه است) بلکه رفتار نامناسبی است که کودک از محیط کسب می کند که سبب شناسان برای آن عللی را برشمرده اند.

مشکلات و اختلافات ریشه دار خانوادگی، محرومیت از محبت، فعالیت های اجتماعی بیش از حد پدر و مادر، نقص عضو یا بیماری های دیگر جسمانی، شکست های متعدد در زندگی، تحقیر کودک در مقابل جمع، انتقاد و تمسخر در حضور دیگران، نداشتن معیارهای خاصی که کودک و نوجوان برای محبوب شدن، برای خود در نظر بگیرد، توقع بیش از حد داشتن از کودک، تغییراتی که در خانواده پیش می آید مانند تولد خواهر یا برادر کوچک تر از جمله عواملی است که منجر به گوشه گیری و کمرویی در کودک خواهد شد.

### ● راهکارهایی برای معلمان

۱) سعی کنید علت اصلی کمرویی و کناره گیری کودک را پیدا کنید. از یادداشت های روزانه، نمایش، ایفای نقش، جملات ناتمام، قصه گوئی یا فنون مشاوره استفاده کنید تا کودک را بهتر بشناسید. کودکان اغلب احساسات خود را در اینگونه از فعالیت ها واضح بیان می کنند.

۲) برای جلب اعتماد کودک و ایجاد یک ارتباط خوب تلاش کنید.

۳) از کودک خجالتی بخواهید که به دانش آموز دیگر، در نقش یک معلم کمک کند. هر توانایی و نکته جالب را که باعث بهبود روابط کودک می شد را اصل قرار دهید.

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴ هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

۴) کودک کمرو و گوشه گیر را در فعالیت های گروهی کوچک یا در فعالیت های کودکان دیگری که با آنها دوست است درگیر سازید. یک کودک خجالتی بیشتر دوست دارد در گروه های کوچک صحبت کند. او را برای انجام کارهای خاص با کودکان دیگر همراه کنید.

۵) به کودک کمرو و گوشه گیر مسوولیت های مختلفی واگذار کنید. مانند انتقال پیام ها، کمک به مسوولان مدرسه، کمک به دفتردار مدرسه، تدارک وسایل آزمایشگاه و ... از واگذاری کارهای سخت به کودک و همچنین کارهای اجرایی و نمایشی مانند صحبت کردن در مقابل کلاس که او را دستپاچه می کند خودداری کنید.

۶) از کارهایی که کودک خجالتی دوست دارد و قادر به انجام آن است از قبیل شرکت کردن در گروه دوستان، صحبت کردن با شخصیت معروف و یا بازی در یک گروه، فهرستی تهیه کنید و به کودک فرصت دهید تا یکی از این کارها را انتخاب کند و برای رسیدن به هدف شایستگی خود را نشان دهد. از رفتارهای تمرینی استفاده کنید.

۷) با صحبت کردن در مورد کمرویی و گوشه گیری کودکان آنها را ناراحت نکنید. همچنین از صدا کردن و دعوت آنها برای اجرای فعالیت های خاص در مقابل دیگران بدون هماهنگی قبلی اجتناب کنید. یک روش مناسب برای تشویق کودک شرکت در کلاس طرح تمرین و پرسش و پاسخ با کودک است. در این روش کودک و معلم قبلا سوال و جواب را تمرین کرده اند سپس زمانی که معلم کودک را پای تخته فرا می خواند، کودک احساس می کند که این فعالیت (پرسش و پاسخ) راحت و آسان است و اعتماد به نفس پیدا می کند.

۸) خودپنداره مثبت را در کودک تقویت نمایید.

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴**

**هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

۹) برای آموزش کودک کمرو از روش «ابراز وجود» استفاده کنید. از کودک بخواهید موقعیت هایی را که دوست دارد در آنها موثر باشد و راه های تماس برای برخورد با هر موقعیتی را بررسی کند، سپس طبق برنامه ای تعیین شده با کودک کار کنید.

۱۰) زیمباردو (۱۹۷۷) پنج مرحله را برای تغییر رفتار کودک گوشه گیر پیشنهاد می کند؛ درک خود، فهم دلایل گوشه گیری، عزت نفس، گسترش فعالیت های اجتماعی و کمک به دیگر افراد کمرو (برای غلبه بر کمرویی خود و دیگران)

### **پیشنهادات**

در پایان چند توصیه به آموزگاران محترم دارم:

- دادن مسئولیت بهترین گزینه برای حل مشکل دانش آموزان گوشه گیر می باشد

- تشویق کردن می تواند اعتماد بنفس آنها را افزایش دهد.

- برگزاری گردش های علمی و اردو ها به منظور تعامل با سایر دانش آموزان بسیار مفید است.

- فراهم کردن زمینه برای ارائه گزارش و سخنرانی پیرامون مسائل درسی و کارگاهی توسط این چنین دانش آموزان برای برطرف کردن مشکل گوشه گیری آنان مفید است.

- در س هنر فرصت خوبی است تا در پایان فعالیت هنری به نقد هنری و خود ارزیابی پرداخته شود و مجال نقد و ارزیابی به آنها داده شود .

- شناخت، پیش مقدمه انجام هر اقدامی می باشد. لذا توصیه می گردد که معلمان عزیز از همان روز های اول سال تحصیلی با کمک مسئولین مدرسه ، اولیا نسبت به شناخت کامل دانش آموزان اقدام کنند.

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط ۴**

**هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید. [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

- دانش و آگاهی نسبت به مسائل تربیتی و آموزشی ابزار موفقیت معلم می باشد. مطالعه کتب روانشناسی تربیتی و روشهای تدریس باید به یک عادت برای معلمین تبدیل شود.

- از شتابزدگی و هر گونه اقدامی قبل از آگاهی خودداری گردد. برخورد نامناسب مانند تجویز داروی نامناسب می باشد که گاهی اوقات خسرات جبران ناپذیری به بار می آورد و برای برگشت به نقطه اول هیچ راهی وجود ندارد.

#### **منابع و ماخذ:**

- ۱- سیف الهی، وجی الله، راهنمای اقدام پژوهی، انتشارات گیلان، ۱۳۸۷
- ۲- اکبری، ابوالقاسم، مشکلات نوجوانان و جوانان، چاپ دوم نشر ساوالان، تهران، سال ۱۳۸۱
- ۳- نوایی نژاد، شکوه: رفتارهای بهنجار و نابهنجار کودکان و راههای پیشگیری و درمان، انتشارات انجمن اولیاء و مربیان، ۱۳۷۲
- ۱- اصغری پور، حمید - اصغری پور، نگار و فضلی خوانی، منوچهر، ۱۳۸۳، مشاوره با دانش آموزان در مدارس، مشهد: انتشارات ضریح آفتاب.
- ۲- حسینی بیرجندی، سید مهدی، ۳۸۴، اصول و روشهای راهنمایی و مشاوره، تهران: انتشارات رشد
- ۳- عزت پور، نازی، گوشه گیری و درمان آن (بر خط)