

بنام خداوند جان و خرد

تاب آوری تحصیلی

مؤلف

پریا یوسفی کوره چی طنج

فهرست نویسی فیبا

سرشناسه	: یوسفی کوره چی طسوج، پریسا، ۱۳۷۰ -
عنوان و نام پدیدآوران	: تابآوری تحصیلی / مؤلف پریسا یوسفی کوره چی طسوج.
مشخصات نشر	: تهران، رشد فرهنگ، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۹۶ ص.
شابک	: ۵- ۷۲- ۸۵۳۰- ۶۰- ۹۷۸-
وضعیت فهرستنویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۱۱۱.
موضوع	: موفقیت تحصیلی - جنبه های روان شناسی
موضوع	: Academic achievement - Psychological aspects
موضوع	: پیشرفت تحصیلی - ایران (School) - Iran
موضوع	: انعطاف پذیری در کودکان
موضوع	: Resilience (Personality trait) in children
موضوع	: انعطاف پذیری در نوجوانان
موضوع	: Resilience (Personality trait) in adolescence
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۶ ت ۲ ی ۹ / LB ۱۰۶۰
رده ی دیوید	: ۳۷۰/۱۵۲۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۷۰۶۷۳۰

نام سرشناسه: تابآوری تحصیلی

مؤلف: پریسا یوسفی کوره چی طسوج

ناشر: رشد فرهنگ

طراح جلد: حمید لژیسی

صفحه آرای: انتشارات رشد فرهنگ

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: واصف

نوبت چاپ: اول - تابستان ۱۳۹۶

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان



انتشارات رشد فرهنگ

شابک: ۵- ۷۲- ۸۵۳۰- ۶۰- ۹۷۸-

ISBN: 978-600-8530-72-5

آدرس انتشارات: تهران، خیابان مرتضوی، بعد از تقاطع جیحون، پلاک ۷۰۶

تلفن: ۶۶۳۷۷۵۷۰

Email: Roshdefarhang@yahoo.com

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۹	مقدمه
۹	تاریخچه مطالعه تابآوری
۱۲	تعاریف تابآوری
۱۴	مدل‌های تابآوری
۱۶	مدل جبرانی
۱۷	مدل چالش
۱۸	مدل عامل - وظیفه
۲۰	چارچوب تابآوری کار
۲۲	مدل‌های مفهومی تابآوری
۲۳	مدل‌های متمرکز بر متغیر
۲۳	۱. مدل جمع‌پذیر
۲۴	۲. مدل تعاملی
۲۵	۳. مدل غیر مستقیم
۲۶	مدل‌های متمرکز بر شخص
۲۷	ویژگی‌های افراد تابآور
۲۸	می‌پذیرند که، موانع بخشی از زندگی هر انسان است
۲۸	دارای منبع کنترل درونی هستند
۲۸	از مهارت‌های حل مسئله برخوردارند
۲۹	ارتباطات محکم اجتماعی دارند
۲۹	خود را فردی قربانی ارزیابی نمی‌کنند
۲۹	قادرند متناسب با موقعیت، درخواست کمک کنند

- ۳۰ پژوهش‌های انجام شده در زمینه تاب آوری
- ۳۴ دیدگاه گروتبرگ (۲۰۰۱) در مورد تاب آوری
- ۳۶ برآورد کردن میزان تأثیر آن بر دیگران
- ۳۶ افزایش نگرش‌های مثبت نسبت به یادگیری
- ۳۷ تاب آوری تحصیلی
- ۳۹ اول: ویژگی‌های شخصیتی
- ۳۹ دوم: عوامل خانوادگی
- ۳۹ سوم: عوامل بیرونی
- ۳۹ عوامل -افض فردی
- ۴۰ عوامل خطر برای فردی
- ۴۰ عوامل محافظه‌گرای
- ۴۰ (۱) نیاز به مهارت
- ۴۱ (۲) نیاز به خودگردانی
- ۴۱ (۳) نیاز به وابستگی
- ۴۱ عوامل خطر برای محیطی
- ۴۶ افزایش خودباوری
- ۴۷ افزایش کنترل
- ۴۸ افزایش تعهد
- ۴۸ کاهش اضطراب
- ۵۰ برنامه آموزش تاب آوری تحصیلی
- ۵۳ ویژگی مدارس مؤثر
- ۵۴ برنامه بازآموزی اسنادی پنسیلوانیا
- ۶۸ برنامه بازآموزی اسنادی
- ۶۸ مهارت‌های شناختی

۷ فهرست مطالب

۷۰ مهارت‌های رفتاری و اجتماعی

۷۵ فهرست منابع

www.ketab.ir

مقدمه

یقیناً پرورش دانش‌آموزان پرشور، مستقل و تاب‌آور از اهداف و آرمان‌های بیشتر نظام‌های آموزشی در سراسر جهان می‌باشد. چرا که تربیت و بار آوردن چنین دانش‌آموزانی به پویایی نظام آموزشی و شکوفایی جامعه در مسیر اهداف عالی و الهی و تربیت نیروی انسانی متعهد و مستعد به پیشرفت جامعه می‌انجامد. لذا بر خود وظیفه می‌دانم که از طریق تألیف این کتاب، قدسی "در چند به اندازه قطره‌ای در برابر اقیانوس" برای کمک به رشد و تعالی تربیتی فرزندان این مرز و بوم بردارم.

تاریخچه مطالعه تاب‌آوری

مطالعه علمی تاب‌آوری در حدود سال ۱۹۷۰ پدیدار شد وقتی که یک گروهی از محققان پیشرو به پدیده سازگاری نسبت در میان گروهی از کودکان در معرض خطر توجه نمودند (ماستن، ۲۰۱۲). پژوهش‌های پیش‌گام در مورد تاب‌آوری به یک انقلاب در زمینه فکر کردن در مورد ریشه و درمان آسیب‌شناسی روانی منجر شد. تلاش‌های تحقیقاتی مستقیماً به سوی درک آسیب‌شناسی یا نقایص بود تا بر روی اینکه چطور مشکلات آشکار می‌شوند (رایت، ماستن و نارایان، ۲۰۱۳).

از نظر تاریخی، مطالعه تاب‌آوری، سه موج را به همراه داشته است (گارمزی و ماستن، ۲۰۰۶)

موج اول بررسی تاب‌آوری، در پاسخ به این سؤال بود، «چه ویژگی‌هایی باعث می‌شود که گروهی از افراد در مواجهه با عوامل خطرزا یا شرایط ناگوار موفقیت را تجربه کنند و افراد دیگر در برابر این عوامل تسلیم شوند؟»، بیشتر ادبیات و منابع موجود تاب‌آوری، جستجویی برای توصیف کیفیت‌های تاب‌آورانه درونی و بیرونی است که به افراد کمک می‌کند تا در پی روزهایی پرخطر و یا پس از عقب‌نشینی، بتواند سازگار شده و یا کارکرد قبلی خود را بازیابند. کیفیت‌های تاب‌آور بودن، پیامدهای نخستین موج بررسی تاب‌آوری را بازنمایی می‌کنند.

موج دوم بررسی تاب‌آوری، تلاشی برای پاسخ به این سؤال بود، کیفیت‌های تاب‌آوری، چگونه کسب می‌شوند؟ فلچ^۱ (۱۹۷۷، ۱۹۸۸) اظهار نمود، کیفیت‌های تاب‌آور بودن از طریق تانم^۲ تخریب و انسجام مجدد^۲ کسب شده‌اند. یک فرایند مفصل‌تر کسب کیفیت‌های تاب‌آوری به عنوان کارکردی از انتخاب هشیار یا ناهشیار به وسیله ریچار سون و همکاران (۱۹۹۰) مطرح گردید. برای اهداف آموزشی و مشاوره با دبیران، تاب-

^۱ Flach, C

^۲ low of disruption and reintegration

آوری به عنوان مدل خطی ساده‌ای^۱ است که بر اساس آن فرد یا گروه از میان مراحل تعادل زیستی - روانی - معنوی^۲، تعامل با فوریت‌های زندگی^۳، تخریب‌ها^۴، آمادگی برای انسجام مجدد^۵ و انتخاب برای انسجام مجدد به صورتی تاب‌آورانه^۶، برگشت به تعادل یا فقدان^۷ عبور می‌کند. موج دوم بررسی تاب‌آوری، منجر به مفهوم تاب آور بودن شد. موج سوم آشکار ساخت که در فرایند انسجام مجدد از تخریب در زندگی برخی اشکال انرژی انگیزشی^۸ مورد نیاز است. انسجام مجدد تاب آورانه به انرژی فزاینده‌ای برای رشد نیاز دارد، و مطابق نظریه تاب‌آوری این منبع انرژی، یک منبع معنوی یا تاب‌آور بودن فطری است (ریچاردسون، ۲۰۰۲).

¹ simple linear model

² biopsychospiritual homeostasis

³ life prompts

⁴ disruption

⁵ readiness for reintegration

⁶ choice to reintegrate resiliently

⁷ back to homeostasis or with loss

⁸ Motivational energy