

مربیگری دانش آموزان

ویژه مهارت های اجرایی

پگ داسون، ریچارد گور

مترجمان:

زینت السادات میر غفوریان؛ اکبر عباسی

سر شناسنامه: داوسون، پگ / Dawson, Peg
 عنوان و نام پدیدآور: مربیگری دانش آموزان؛ ویژه مهارت های اجرایی / پگ داوسون؛ ریچارد گور؛ مترجمان زینت السادات میرغفوریان؛ اکبر عباسی
 مشخصات نشر: تهران، پیک مشاور، ۱۳۹۶
 مشخصات ظاهری: ۳۴۴ ص.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۲۷۵-۳-۴
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 یادداشت: عنوان اصلی Coaching Students with Executive Skills Deficits 2012
 موضوع: توانایی اجرایی در کودکان
 Executive ability in children
 موضوع: توانایی اجرایی در نوجوانان
 Executive ability in adolescence
 موضوع: شاگردان ابتدایی — راهنمای مهارت های زندگی
 School children — Life skills guides
 موضوع: رشد کودکان
 Child Development
 موضوع: شناسه افزوده: گور، ریچارد
 Gore, Richard
 شناسه افزوده: میرغفوریان، زینت السادات، ۱۳۵۹ - مترجم
 شناسه افزوده: عباسی، اکبر ۱۳۴۱ - مترجم
 رده بندی کنگره: ۱۳۹۶ د ۸۷۲ BF ۷۲۳
 رده بندی دیویی: ۱۵۸/۳
 شماره کتابشناسی ملی: ۲۸۹۶۰۸



مربیگری دانش آموزان

ویژه مهارت های اجرایی

نویسنده: پگ داوسون؛ ریچارد گور

مترجمان: زینت السادات میرغفوریان؛ اکبر عباسی

ویراستار: شهرزاد عباسی

طراح جلد: استودیو رویش

ناشر: انتشارات پیک مشاور

شمارگان: ۵۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۹۷

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۲۷۵-۳-۴

قیمت: ۳۷۵۰۰ تومان

تلفن مرکز پخش: ۰۹۲۰۴۸۸۰۲۸۰ - ۰۹۲۰۴۸۸۰۱۸۰

فهرست

۷	درباره نویسندگان
۹	مقدمه
۱۵	بخش اول؛ پیشینه نظریات و تحقیقات
۱۷	فصل اول؛ مهارت‌های اجرایی و پیشرفت ذهنی
۲۹	فصل دوم؛ نظریه‌های پایه در روش مربیگری
۴۷	بخش دوم؛ مربیگری ما
۴۹	فصل سوم؛ مربیگری پایه برای موفقیت تحصیلی
۹۹	فصل چهارم؛ تکنیک‌های پیشرفته مربیگری
۱۴۵	فصل پنجم؛ تنظیم برنامه مربیگری آکادمیک برای مدارس
۱۶۳	بخش سوم؛ کاربردهای خاص
۱۶۵	فصل ششم؛ مربیگری هم‌سال در کلاس
۱۸۵	فصل هفتم؛ مربیگری همسال به منظور ارتقاء مهارت‌های اجتماعی
۲۰۵	فصل هشتم؛ افکار پراکنده
۲۱۱	تمرینات عملی
۲۱۱	تمرینات عملی؛ تکنیک اول؛ مهارت‌های ارتباطی
۲۲۳	تمرینات عملی؛ تکنیک دوم؛ تمرین مهارت‌های اجرایی
۲۲۷	تمرینات عملی؛ تکنیک سوم؛ ثبت تأثیرات مربیگری
۲۴۱	پاسخنامه تمرینات
۲۵۷	پیوست‌ها

مقدمه

هالوول و رایتلی (۱۹۹۴) در کتاب خود «رانده شده به سوی حواس پرتی» یک پاراگراف را به موضوع مربیگری افرادی که دارای اختلال بیش فعالی هستند اختصاص داده‌اند. از این پاراگراف مختصر متوجه می‌شویم که صنعتی مجازی ظهور کرده است که هدف اصلی آن کمک به موفقیت دانش‌آموزان دارای اختلالات رفتاری است. در یک کنفرانس سالانه با موضوع کودکان و بزرگسالان دارای اختلالات رفتاری و بیش فعالی تقریباً ۱۰ درصد از کل جلسات به موضوع مربیگری با عناوینی از قبیل مصاحبه‌های انگیزشی اختصاص داده شد؛ یک ابزار مربیگری قدرتمند، مربیگری فعال؛ ابزاری برای ارتقا، پیشرفت و ورود به کالج و اینکه تصور می‌ماند افراد دارای اختلالات رفتاری و بیش فعالی می‌توانند به دانش‌آموزان خود کمک کنند تا بتوانند این محبه‌ایز را گسترش دهند و سازمان یافته‌تر شوند. ۱۵ درصد از جلسات بر موضوع کمک به دانش‌آموزان دارای اختلالات رفتاری و بیش فعالی برای پیشرفت در مهارت‌های اجرایی آن‌ها اختصاص داده شد. نکته قابل توجه این بود که در مطالبی که در رابطه با جلسات مربیگری بود به مهارت‌های اجرایی اشاره‌ای نشده بود و در جلسات مرتبط با مهارت‌های اجرایی نیز به مربیگری اشاره‌ای نشد.

در سال ۱۹۹۸ ما کتابچه‌ای با نام «مربیگری دانش‌آموزان بیش فعال»^{۱)} چاپ کردیم. (داوسون و گار، ۱۹۹۸). ما از آن زمان به بعد کتاب‌های زیادی در رابطه با مهارت‌های اجرایی برای مخاطبانی که در ذهنمان داشتیم نوشتیم - مشاوران مدرسه و دیگر مربیان (داوسون و گار، ۲۰۰۴، ۲۰۱۰)، والدین (داوسون و گار، ۲۰۰۹) و بزرگسالانی که در محیط شغلی کار می‌کنند (مارتین، داوسون و گار، ۲۰۰۷؛ مارتین، داوسون و گار، ۲۰۱۰). اگرچه راهنمای مربیگری بر کار ما در رابطه با مهارت‌های اجرایی ارجحیت داشت، اما خیلی زود متوجه شدیم که مربیگری یک استراتژی مداخله‌جویانه ایده‌آل برای کمک به دانش‌آموزان در تمام سنین و با هدف بهبود عملکرد اجرایی آن‌ها است.

این کتاب طوری طراحی شده است تا بتواند این دو مفهوم را در کنار هم قرار دهد. قدرت و توان مدل مربیگری ما بر مبنای یک نظریه در ادبیات رفتاری پایه‌ریزی شده است که از زمان توسعه آن تحقیقات و مطالعات زیادی بر اساس آن انجام شده است. (به عنوان مثال پلامر و استونر، ۲۰۰۵؛ مریم و کودینگ، ۲۰۰۸) این مدل برای دانش‌آموزان مختلفی با اهداف مختلف رفتاری به کار

^{۱)} ADHD (Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder) Student

گرفته شده است. بر اساس مطالعات انجام شده ما مطمئن هستیم که مربیگری همان‌طور که تعریف شده است بر اساس شواهد موجود انجام می‌شود؛ بنابراین یک روش مداخله‌ای بالارزش برای دانش‌آموزانی است که عملکرد خوبی ندارند. علاوه بر این مربیگری نوعی مداخله است که خود را در معرض تغییر و تبدیل قرار می‌دهد تا بتواند نیازهای گروه‌های مختلف دانش‌آموزی را برطرف کند. در نتیجه می‌تواند یک ابزار مناسب برای مدرسی باشد که از مدل سه‌گانه پاسخ به مداخلات (مدل RTI)^۱ استفاده می‌کنند. در مرحله اول این ابزار می‌تواند توسط معلمان به‌عنوان یک روش مداخله برای کل کلاس و برای کمک به دانش‌آموزانی که نیازمند به دست آوردن مهارت‌های لازم برای سازمان‌دهی وظایف و به یاد داشتن تکالیفشان هستند مورد استفاده قرار بگیرد. در مرحله دوم این ابزار می‌تواند به‌عنوان یک روش مداخله برای یک گروه کوچک و برای دانش‌آموزانی که به خاطر ضعف‌هایشان در مهارت‌های اجرایی از قبیل کنترل احساسات، ضعف در مدیریت زمان، برنامه‌ریزی و اولویت‌بندی با جامعه در کشمکش هستند مورد استفاده قرار بگیرد. در مرحله سوم این ابزار می‌تواند به‌عنوان یک برنامه حمایتی برای دانش‌آموزانی که ممکن است به خاطر ضعف در مهارت‌های اجرایی متحمل شکست شده باشند مورد استفاده قرار بگیرد. از آنجایی که مربیگری دانش‌آموزان دارای اختلالات رفتاری و بیش‌فعالی یک شروع خوب داشته است، ما در حال حاضر دارای سال‌ها تجربه در استفاده از این مدل هستیم. ما بر این باوریم که با این تجربه کافی می‌توانیم یک توضیح و تفسیر کامل از مربیگری ارائه کنیم. ما اطلاعات کافی را فراهم می‌کنیم تا بتوانیم ابزاری را که مدارس برای اجرایی کردن برنامه‌های مربیگری و یا افرادی که با دانش‌آموزان دارای ضعف‌های اجرایی کار می‌کنند به آن نیاز دارند در اختیارشان بگذاریم.

در یکی از کارتون‌های مورد علاقه ما از سندیکای کم‌درآمد F Minus مصاحبه‌ای بین یک کارفرمای آینده‌نگر و یک متقاضی شغل انجام می‌شود. کارفرما می‌گوید: برای به دست آوردن این کار باید پایتخت کشورها را بشناسی و با خط شکسته بنویسی و در رابطه با تقسیم‌بندی‌ها اطلاعات داشته باشی و عنوانی که خوانده می‌شود «موفقیت تحصیلی Dale در پایه چهارم». این نشان می‌دهد که چرا باید در مدارس علاوه بر محتوای کتاب‌های درسی مطالبی اضافی نیز به کودکان آموزش داده شود. درحالی‌که برخی از دانش‌آموزان به راحتی مهارت‌های اجرایی را به دست می‌آورند و این می‌تواند به خاطر قدرت ذهن و یا والدین خوب آن‌ها باشد، برخی دیگر در این زمینه شکست می‌خورند و بدون آموزش مستقیم و حمایت قادر به دستیابی به این مهارت‌ها که از مهارت‌های حیاتی در زندگی هستند، نخواهند بود. مربیگری می‌تواند ابزاری برای حمایت و آموزش باشد.

مروری کلی بر مطالب کتاب

این کتاب به سه بخش تقسیم شده است. در بخش اول ما نظریه‌ها و تحقیقاتی که از مدل مربیگری ما حمایت می‌کنند را ارائه کرده‌ایم. در فصل اول کتاب خلاصه‌ای از مهارت‌های اجرایی و نحوه به‌کارگیری آن‌ها برای پیشرفت ارائه شده و بر این موضوع تأکید شده است که چگونه در دوران کودکی و نوجوانی می‌توان به این مهارت‌ها دست یافت. از آنجایی که مربیگری همان‌طور که ما تصور می‌کنیم یک استراتژی مداخله جویانه برای دانش‌آموزانی با ضعف در مهارت‌های اجرایی است هرگونه بحث و نظر در رابطه با مربیگری باید از نظر پیشرفت مهارت‌های اجرایی قابل درک باشد.

ما در فصل دوم به بررسی نظریه و تحقیقاتی که بر اساس مدل مربیگری توسعه یافته‌اند و تأثیرگذاری خود را نشان داده است می‌پردازیم. این بخش شامل آموزش مکاتبات و تحقیقاتی در زمینه‌های خردتنظیمی، خودمدیریتی نیز می‌شود و نشان می‌دهد که چگونه می‌توان به دانش‌آموزان آموزش داد تا رفتارهای خود را که مرتبط با موفقیت‌های علمی اجتماعی هستند از قبیل تعیین هدف، خودنظارتی و خودارزیابی مدیریت کنند. همچنین در این بخش مطالبی هم در مورد مطالعاتی که در حمایت از اثربخشی مدل مربیگری انجام شده آورده شده است.

در بخش دوم کتاب مدل اصلی مربیگری ما ارائه شده است که به‌عنوان یک روش مداخله برای استفاده در مدارس متوسطه طراحی شده تا به دانش‌آموزان کم‌توان برای رسیدن به موفقیت‌های علمی کمک کند. ما مربیگری را به‌عنوان یک فرآیند دوماه‌ای در نظر می‌گیریم: ابتدایی و پیشرفته. در فصل سوم مربیگری پایه با ارائه اصول مربیگری تعریف شده است. در این فصل به موضوعاتی از قبیل اینکه چگونه می‌توان تصمیم گرفت که آیا یک دانش‌آموز کاندیدای خوبی برای مربیگری است یا خیر و همچنین نحوه انجام مصاحبه برای تعیین هدف و چگونگی برگزاری جلسات روزانه مربیگری و همچنین نحوه پایان دادن به جلسات مربیگری به‌نحوی که دانش‌آموز بتواند با استفاده از مهارت‌هایی که آموخته است به استقلال برسد پرداخته شده است. علاوه بر این پیشنهادهایی هم در رابطه با نحوه آموزش مهارت‌های اجرایی و تقویت استراتژی‌های انگیزشی و نحوه جمع‌آوری اطلاعات برای نظارت بر پیشرفت و تعیین میزان موفقیت ارائه شده است. در این فصل در رابطه با این موضوع که چگونه مدل استاندارد مربیگری که برای استفاده در دبیرستان طراحی شده است می‌تواند برای برآورده کردن نیازهای دانش‌آموزان با سنین مختلف تغییر کند نیز مطالبی ارائه شده است.

فصل چهارم در رابطه با تکنیک‌های مربیگری پیشرفته است. این بخش شامل مدل‌های آموزشی مربیان در رابطه با (۱) مهارت‌های ارتباطی مؤثر، (۲) تکنیک‌هایی برای ارتقای مهارت‌های اجرایی

دانش آموزانی که زیر نظر مربی هستند، ۳) پروسه های قابل اندازه گیری برای ثبت میزان تأثیرگذاری مدل مربیگری (۴) راه حل هایی که مربیان می توانند برای حل مشکلات علمی اجتماعی دانش آموزان استفاده کنند (۵) پروسه آموزش های ویژه و بخش ۵۰۴ و همچنین پروسه هایی از قبیل تعریف مدل سه گانه پاسخ به مداخلات به منظور درک مربی از نحوه مطابقت هر کدام از این موارد با مدل مربیگری می شود.

فصل پنجم در رابطه با مراحل است که برای تنظیم برنامه های مربیگری در مدرسه لازم است. از بین این مراحل می توان به شناسایی و انتخاب مربی، انتخاب دانش آموزانی که نیاز به مربی دارند، درخواست از دانش آموزان برای همکاری، کسب اجازه والدین، نظارت بر روند مربیگری و ارزیابی نتایج مربیگری و همچنین روش هایی برای جمع آوری اطلاعات مرتبط با قبل و بعد از این روش مداخله اشاره کرد.

بخش سوم به برنامه های ویژه مربیگری اختصاص داده شده است. در فصل ششم نحوه تنظیم یک برنامه مربیگری همسال، در کلاس شرح داده شده است. در این فصل مراحل لازم برای ایجاد یک برنامه مربیگری همسال، نحوه آموزش مربیان همسال، نمونه فرم های رضایت نامه، فرم تعیین هدف و فرم های ثبت گزارش برای نظارت بر پیشرفت ارائه شده است.

در فصل هفتم یک مدل برای مربیگری ارائه شده است. این مدل طوری طراحی شده تا به دانش آموزان برای ارتقای مهارت های اجتماعی کمک کند. نویسندگان این فصل پامیلا پلامر است. پلامر نویسنده مطالعه ای است که در آن آموزش همسال در سطح کلاس با مربیگری همسال به منظور کمک به دانش آموزان دارای اختلالات رفتاری و بیش فعالی و ترس رفتارهای اجتماعی مثبت آن ها مقایسه شده است.

فصل هشتم فصل پایانی این کتاب است که در آن هدف نهایی مربیگری مشخص شده است. هدف نهایی استفاده از این مدل این است که به دانش آموزان کمک کند تا بتوانند به خودمختاری و استقلال برسند. در این فصل خلاصه ای از یک کار تحقیقاتی که اخیراً توسط دانش آموزان کالج انجام شده آورده شده است. دانش آموزان در این کار تحقیقاتی توضیح داده اند که چطور مربیان به دانش آموزانی که نیاز به حمایت دارند کمک کردند تا بتوانند دانش آموز بهتری باشند و تفاوت این مدل با دیگر استراتژی هایی که برای دانش آموزانی که نیاز به حمایت دارند وجود هستند شرح داده شده است.

چندین سال پیش، استنلی پگرو (۱۹۹۶) مقاله ای با عنوان «اصلاح اصلاحات: چرا همیشه اصلاحات آموزشی موجب بدتر شدن شرایط می شود؟» نوشت. او در این مقاله به نوآوری های موفقیت آمیز پیتر دراگر اشاره کرد. دراگر گفته است: بیشتر ایده ها و تغییرات در طول تاریخ ریشه یابی نشده اند. برخی از این ها نظرات و ایده های جالبی هستند که فقط در حد ایده باقی مانده اند. دراگر سه ویژگی زیر را در رابطه

با نوآوری بیان کرده است:

- ۱- نوآوری‌هایی که تبدیل به یک نوآوری موفق می‌شوند یک راه‌حل واضح و ساده را که شامل یک سیستم برای پیاده‌سازی و اجرا است ارائه می‌کنند.
 - ۲- نوآوری‌های موفق کوچک هستند اما سعی به انجام کارهای بزرگ دارند.
 - ۳- نوآوری‌هایی که بر اساس علم و دانش باشند شانس کمی برای موفقیت دارند مگر اینکه تمام اطلاعات لازم علمی در دست باشد.
- هدف ما از نوشتن کتاب مربیگری دانش‌آموزان فاقد مهارت‌های اجرایی ارائه راه‌حل‌های ساده و قابل اجرا است که شامل یک سیستم کامل برای اجرا و پیاده‌سازی می‌شود. اگرچه ما تغییرات زیادی را در برنامه مربیگری ارائه کردیم که ثابت کرده‌اند می‌توانند مؤثر باشند اما از خوانندگان می‌خواهیم تا با تغییرات کوچک شروع کنند. باید یک هدف را با مجموعه‌ای از نیازها انتخاب کنند و آن را در مقیاس کوچک امتحان کنند. زمانی که ما برای اولین بار شروع به کار با مدل مربیگری کردیم آن را بر روی یکدیگر امتحان کردیم و نام این روش را به بیگری متقابل گذاشتیم. این روش به ما کمک کرد تا متوجه نحوه عملکرد برنامه مربیگری و تأثیراتی که عوامل این مدل که در موفقیت مؤثر هستند بشویم. از آنجایی که هیچ جایگزینی برای تجربه‌های اولیه وجود ندارد ما خوانندگان را تشویق به استفاده از مدل مربیگری متقابل کردیم. ما در مورد برنامه مربیگری و وعده‌هایی که در رابطه با کمک به دانش‌آموز می‌دهد بسیار هیجان‌زده هستیم و امیدواریم که خوانندگان هم همین‌طوری باشند.