

موفقیت و شکست از منظر بچه ها / اهمیت درک درست علل ناکامی در بچه ها

بچه هایی که معتقدند تلاش موثرتر از استعداد و توانایی است نسبت به بچه هایی که معتقدند هوش و توانایی موثرتر از تلاش است وضعیت تحصیلی بهتری دارند.



بچه هایی که معتقدند تلاش موثرتر از استعداد و توانایی است نسبت به بچه هایی که معتقدند هوش و توانایی موثرتر از تلاش است وضعیت تحصیلی بهتری دارند.

به گزارش خبرگزاری مهر، نقطه نظرهای بچه ها درباره این که چرا به موفقیت نایل آمده و یا شکست خورده در شکل گیری اعتماد به نفس او نقش عمده و اساسی دارد. طرز تلقی بچه از موفقیت ها و یا ناکامی هایش بر اعتماد به نفس و انگیزش او تاثیر می گذارد. ما به طور خودکار درباره موفقیت ها و ناکامی ها داد سخن سر می دهیم و موفقیت یا شکست های خویش را ناشی از توانایی ها، بخت و اقبال و کمک اطرافیان و یا فقدان آنها به حساب می آوریم. افکار بچه ها درباره چیزهایی که موجبات موفقیت یا شکست او را فراهم می کند عقایدش را درباره خودش و انتظاراتی که از آینده اش دارد شکل می بخشد. موفقیت به خودی خود نمی تواند بچه را از اعتماد به نفس سرشار سازد. طرز تلقی بچه از موفقیت و ناکامی اعتماد به نفس او را می سازد و یا آن را تخریب می کند. طرز تلقی سازنده و بازدارنده از موفقیت و شکست دارای دو بعد متفاوت است.

اولین بعد به میزان کنترل او بر موفقیت و شکستن مربوط می شود؛ اگر بچه خود را به خاطر توانایی ها و کاستی هایش مسئول بداند خود را عامل و مسبب موفقیت هایش به حساب می آورد. به همین دلیل تمام جنبه های زندگی اش را کنترل و نقاط قوت و ضعف آن را ارزیابی می کند. برای مثال بازی ضعیف خود را به تمرین محدودش نسبت می دهد و معتقد است که با کار و تلاش می تواند این وضعیت را تغییر دهد. اما اگر بچه موفقیت را صرفا ناشی از بخت و اقبال مساعد بداند و موفقیت هایش را خارج از حیطه کنترل خود تصور می کند عملکرد خوب خود را استثنایی می نامد و اجازه نمی دهد که این شایستگی موجب تقویت اعتماد به نفس او شود.

دومین بعد طرز تلقی بچه درباره موفقیت و ناکامی اش به ثبات و یا بی ثباتی او مربوط می شود؛ اگر بچه در امتحان زبان انگلیسی نمره خوبی کسب نکند و تصور کند که نمره اش ناشی از حماقت و یا خوب نبودن در زبان انگلیسی است هوش و استعداد طبیعی اش تغییری نکرده و عملکردش در مدرسه پیشرفتی نخواهد داشت. به عکس اگر او نمره پایین خود را ناشی از عدم مطالعه کافی و یا نیاموختن لغات تلقی کند، اطلاعات او بی ثبات خواهد بود و تغییر وضعیت و عملکرد او در مدرسه امکان پذیر است و می تواند در امتحان بعدی با مطالعه و آمادگی بیشتر نمره بهتری بگیرد.

البته این بدان معنا نیست که اعتقادش مبنی بر این که می تواند تغییر کند به خودی خود اعتماد به نفس او را تقویت می کند. اگر او نمره نامطلوب خود را به بی علاقهگی معلم به او و بدشانسی و یا غیر منصفانه بودن سوالات امتحانی نسبت بدهد، گرچه این وضعیت قابل تغییر است، اما این تغییر تحت کنترل او نیست زیرا نمی تواند بر شانس و اقبال و یا تعصب معلم تاثیر گذارد. بچه هنگام ارزیابی توانایی ها و عملکردش باید دو چیز کاملا متفاوت را مشاهده کند؛ نخست باید ببیند که توانایی هایش می تواند تغییر کند و بهتر و یا بدتر شود و دوم این که حس کند توانایی هایش تحت کنترل اوست. با پیروزی از رهنمودهای زیر فرزندان را ترغیب کنید تا در برابر موفقیت و ناکامی واکنش سازنده داشته باشد؛

درباره عملکرد خوب و شایسته او صحبت کنید. بچه را در درک دلایل موفقیت و ناکامی اش یاری کنید. درک دلایل موفقیت به اندازه درک دلایل شکست حائز اهمیت است. اگر بچه عملکردش را در امتحان ریاضی ناشی از خوش اقبالی بداند به توانایی های باطنی خود ایمان نمی آورد. بنابراین به محض مشاهده عملکرد خوب، شایستگی او را تحسین کنید "شما این مساله پیچیده را درک کردید" یا "تو دقیق و مراقب بودی".

از سویی دیگر، اگر بچه عملکرد خودش را در امتحان ریاضی صرفا به هوش و استعداد ذاتی اش نسبت دهد ممکن است به این نتیجه برسد که به تلاش فراوانی نیاز ندارد. این طرز تلقی که او تنها محتاج توانایی های طبیعی خویش است ممکن است او را از کار و تلاش فراوان باز دارد و در واقع یک واکنش بازدارنده باشد. در چنین شرایطی به او گوشزد کنید که به خاطر مطالعه کامل و آمادگی کافی نمره خوبی کسب کرده است بچه هایی که معتقدند تلاش در مدرسه موثرتر از استعداد و توانایی است نسبت به بچه هایی که معتقدند هوش و توانایی موثرتر از تلاش است وضعیت تحصیلی بهتری دارند. یقین حاصل کنید بچه دریافته که چگونه تلاش او در موفقیتش تاثیر گذاشته است.

وقتی عملکرد بچه خوب نیست، درباره شیوه بهبود عملکردش صحبت کنید؛ می توانید با شکوه و شکایت بچه درباره معلمش همدلی کرده و حمایت عاطفی خود را در این زمینه اعلام نمایید. برای مثال؛ برخورد معلم تو ناراحت کننده است" و آنگاه سوالي قاطع و سازنده مطرح کنید؛ درباره این وضعیت چه کاری از دست تو ساخته است؟ اگر امتحانش بد شده، به اتفاق او علت را بررسی کنید؛ این نوع مساله ها پیچیده به نظر می رسد بیا به اتفاق این مسایل را تمرین کنیم." یا وقتی تعداد سوال ها زیاد است تو ظاهرا تمرکزت را از دست می دهی. امتحان کن و بین متانت و خونسردی تا چه اندازه می تواند در کارهایت موثر

باشد. "با این اظهار نظرها، نه استعداد و توانایی، بلکه کار و تلاش او را مرکز توجه قرار می دهید و این پیام را به وی ارسال می کنید که توانایی هایش قابل پیشرفت است. پیام نهایی این است که نتایج و عواقب کار تحت کنترل توست.

کلید واژه های مطلب:

ناکامی نوجوانان

|

سبک زندگی

|

موفقیت

|