

پنج‌رهی روابط در کلاس درس

تفاهم دوطرفه بین افراد یک گروه است. به عبارت دیگر، پنج‌رهی جوهری الگوی خودشان و همراهانشان را بهتر بشناسند. این الگو به تقویت مهارت‌های همدلی، همکاری و تعاون و همچنین پیشرفت بین‌گروهی و میان‌فردی می‌پردازد و آگاهی عمیقی از خود و دیگران فراهم می‌سازد. دانش‌آموزان و کلاس درس گروه منسجمی‌اند که بیشترین ارتباط را در طول سال تحصیلی با یکدیگر دارند و بخش اعظمی از یادگیری آنان در گرو این ارتباط گروهی صورت می‌گیرد. معلم به‌عنوان رهبر و سرپرست گروه و با استفاده از این ابزار می‌تواند خودآگاهی خود و دانش‌آموزانش را تقویت کند و مهارت‌های بین‌فردی مذکور را پرورش دهد.

پنج‌رهی جوهری چه بخش‌هایی دارد؟

پنج‌رهی جوهری از تلاقی دو محور شکل گرفته است. محور اول میزان آشنایی دانش‌آموزان یا معلم با طرف مقابل است. میزان شناخت دانش‌آموز و معلم به دو بخش آشنا (دارای شناخت) و ناآشنا (بدون شناخت) تقسیم می‌شود و محور دوم درباره‌ی خودآگاهی معلم یا دانش‌آموز در مورد خودش است؛ معلم یا دانش‌آموز

مرتضی فاضل
استاد دانشگاه



یکی از الگوهای بررسی ارتباط با دیگران و برقراری اعتماد با آنان نظریه‌ی «پنج‌رهی جوهری» است. این دیدگاه در مباحث روان‌شناسی و مدیریتی بارها مورد توجه قرار گرفته؛ اما برای بررسی تعامل در کلاس درس کمتر به آن پرداخته شده است. در کلاس درس هر چقدر معلم درک بهتری از دانش‌آموزان داشته باشد و با آن‌ها ارتباط بیشتری برقرار کند، زمینه‌ی رابطه‌های صمیمانه و اعتماد بیشتری را فراهم می‌کند. به کمک این روش معلم می‌تواند اعتمادسازی بین خود و دانش‌آموزانش را میسر سازد. همچنین از طریق بازخوردهای ردوبدل‌شده، بین معلم و دانش‌آموزان، معلم ویژگی‌های خود و دانش‌آموزانش را بهتر می‌شناسد و خودآگاهی خود و آنان را نیز افزایش می‌دهد. این نوشتار به معرفی الگوی پنج‌رهی جوهری، نواحی چندگانه‌ی آن و فنونی برای افزایش تعامل بر اساس این الگو در کلاس درس پرداخته است.

کلیدواژه‌ها: پنج‌رهی روابط، روابط در کلاس، پنج‌رهی جوهری

پنج‌رهی روابط یا پنج‌رهی جوهری چیست؟

در سال ۱۹۹۵، دو فرد به نام‌های جوزف لاف و هری اینگهام الگوی پنج‌رهی جوهری را ارائه کردند. پنج‌رهی جوهری نام خود را از اول اسم‌های این دو فرد گرفته است. الگوی پنج‌رهی جوهری ابزاری ساده و مفید برای به‌تصویر کشیدن و تقویت خودآگاهی و درک و



به چه میزان به خودش آگاهی دارد؟ این محور نیز به دو بخش آگاه از خود و ناآگاه از خود تقسیم شده است. ترکیب دو بعد محور اول با دو بعد محور دوم موجب ایجاد چهار بخش یا چهار پنجره در رابطه می‌شود. اندازه‌ی این چهار بخش، با توجه به فرد حاضر در گروه یا کلاس درس، می‌تواند تغییر کند. در ادامه، به بررسی چهار بخش پنجره‌ی جوهری می‌پردازیم.

بخش اول: ناحیه‌ی آشکار یا ناحیه‌ی باز

بخش اول اطلاعاتی را درباره‌ی خود معلم یا دانش‌آموز در بر دارد که هم معلم و هم دانش‌آموز از آن اطلاعات خبر دارند. به عبارت بهتر این ناحیه همان نکاتی است که هر فردی در مورد خودش می‌داند و دیگران نیز از آن‌ها آگاه هستند یا اطلاعاتی دریافت می‌کنند. این اطلاعات عبارت‌اند از:

● **اطلاعات واقعی:** اطلاعات شخصی مانند سن، محل تولد و محل زندگی، تعداد فرزندان، اعضای خانواده، علایق و مسائلی که مرتبط با خانواده و روابط خارج از شغل و مدرسه‌اند.

● **احساسات:** عواطف و هیجانات گوناگونی که در زندگی شخصی و شغلی هر کس تجربه می‌شود.

● **رفتارها:** ویژگی‌های رفتاری نظیر نحوه‌ی صحبت کردن و طرز برخورد و تعامل با دیگران که همه می‌توانند به وضوح در فرد مشاهده کنند.

● **افکار:** نگرش، بینش، اندیشه‌ها و باورهایی که شخص به آن‌ها اعتقاد دارد و بر اساس آن‌ها رفتار می‌کند.

● **خواسته‌ها:** اهداف، خواسته‌ها، قوانین و مقرراتی که در کلاس درس به اجرا گذاشته می‌شود.

● **انگیزش:** آنچه در فعالیت شغلی و تحصیلی برای شخص مهم است و باعث می‌شود معلم یا دانش‌آموز به تلاش و کوشش واداشته شود.

● **دانش و مهارت:** اطلاعات و توانمندی‌های خاصی که فرد در طول زندگی شخصی و حرفه‌ای خود کسب کرده است.

در برقراری ارتباط معلم با دانش‌آموزان هدف این است که معلم و اعضای کلاس موارد گفته‌شده را با یکدیگر ردوبدل کنند. ناحیه‌ی آشکار می‌تواند به‌عنوان فضایی تلقی شود که ارتباطات خوب و همکاری‌های فارغ از انحراف، بدگمانی، تعارض و سوءتفاهم در آن فضا رخ می‌دهد. معلم و دانش‌آموزانی که برای بیش از یک سال یا مدت طولانی‌تری در کنار هم بوده‌اند، ناحیه‌ی باز بزرگ‌تری نسبت به کلاس‌های درسی که تازه شکل گرفته‌اند، دارند.

دانش‌آموزان جدید ناحیه‌ی باز کوچکی دارند؛ چراکه آن‌ها کمتر یکدیگر را می‌شناسند. وسعت و اندازه‌ی ناحیه‌ی باز از طریق درخواست و دریافت فعالانه‌ی بازخوردها از سایر اعضای کلاس گسترش می‌یابد. این فرایند به «درخواست بازخورد» هم شناخته می‌شود. هر چقدر فضای بازخورد در کلاس درس بیشتر مهیا باشد و افراد به‌راحتی و بدون ترس و تهدید نظراتشان را بیان کنند و به‌آسانی خودآشنایی کنند، ناحیه‌ی باز گسترش‌یافته‌تری پیدا می‌کنند. برای توسعه‌ی ناحیه‌ی باز دانش‌آموزان در کلاس درس توجه به این نکات ضروری است:

● معلم باید برنامه‌ای ترتیب دهد تا دانش‌آموزان، در





همان روزهای اول در کلاس درس، نام و مشخصات دوستانشان را به خوبی به خاطر بسپارند. معلم در این زمینه می‌تواند چند مسابقه‌ی هیجان‌انگیز برگزار کند.

● معلم برنامه‌ای اتخاذ کند تا دانش‌آموزان احساسات خود را در کلاس درس به او و دانش‌آموزان دیگر بیان کنند.

● معلم در کلاس درس گاهی بچه‌ها را با نام کوچکشان خطاب کند تا احساس صمیمیت بیشتری فراهم شود.

● معلم گاهی از تجربه‌های زندگی شخصی‌اش برای بچه‌ها سخن بگوید.

● معلم از واژه‌ی «من» همراه با بیان احساساتش در گفت‌وگو با دانش‌آموزان استفاده کند؛ مثلاً «من ناراحت می‌شوم وقتی می‌بینم شما حین صحبت‌های من حواستان پرت است» یا «من از اینکه می‌بینم دانش‌آموزی تکالیفش را مرتب می‌نویسد واقعا لذت می‌برم».

● معلم ارتباط چشمی را هنگام گفت‌وگو با دانش‌آموزان حفظ کند.

● معلم در ارتباط با دانش‌آموزان سعی کند بیشتر گوش‌دهنده‌ی فعال و پذیرا باشد.

● معلم از دانش‌آموزان بخواهد از تجربه‌های خود و خانواده‌شان سخن بگویند و در درس‌هایی مثل انشا فرصت بیان تجربه‌های حقیقی زندگی را به آن‌ها بدهد.

بخش دوم: ناحیه‌ی کور

بخش دوم مربوط به اطلاعات و ویژگی‌هایی است که دیگران در مورد شخص می‌دانند؛ اما برای خود فرد ناشناخته است. از طریق دریافت بازخورد از دیگران و جست‌وجو می‌توان و لازم است ناحیه‌ی کور را کاهش داد و بر وسعت ناحیه‌ی باز یا آشکار افزود. ناحیه‌ی کور ناحیه‌ی ناآگاهی و بی‌خبری از خویشستن است که ممکن است برای معلم و دانش‌آموزان اتفاق بیفتد. ویژگی‌های شخصیتی و رفتاری‌ای وجود دارند که شاید معلم یا دانش‌آموزان خودشان از آن‌ها اطلاعی نداشته باشند، اما چون

در کلاس درس تمامی جزئیات رفتاری افراد زیر ذره‌بین نگاه و توجه دقیق تعداد زیادی از دانش‌آموزان قرار می‌گیرد، آن‌ها به‌خوبی توسط دیگران شناخته می‌شوند. دانش‌آموزان می‌توانند با بازخورد دقیق خویش به شناسایی ناحیه‌ی کور دوستان و معلمشان کمک کنند. کاهش ناحیه‌ی کور شخصیت معلم و دانش‌آموز، علاوه بر توسعه‌ی ارتباط، موجب می‌شود آنان استعداد، توانمندی‌ها و نقاط قوت و ضعف خودشان را بشناسند و به تعبیر بهتر رشد و توسعه‌ی شخصی داشته باشند. چه‌بسا معلمی که خودش فکر می‌کند با دانش‌آموزان منصف و مهربان است، اما در واقعیت و از نگاه مجموع دانش‌آموزان این چنین نیست. بارها نیز دیده شده است که دانش‌آموزان از ویژگی‌های رفتاری خویش آگاهی نداشته‌اند و با نظرخواهی از تعداد زیادی از دوستانشان کم‌کم ویژگی‌های خویش را پذیرفته‌اند؛ لذا یکی از راهکارهای رسیدن معلم به رشد و توسعه‌ی شخصی دریافت مستمر نظرات دانش‌آموزان است، به‌شکلی که هویت آنان ناشناخته بماند و آنان بتوانند بدون ترس و نگرانی نظرات خود را به‌راحتی بیان کنند. همچنین معلم می‌تواند برای اینکه ناحیه‌ی کور دانش‌آموزانش آشکار شود، از فن صندلی داغ استفاده کند. برای اجرای این فن در کلاس درس باید به این موارد توجه شود:

- فن صندلی داغ روشی است که تا حدودی اضطراب ایجاد می‌کند و برای اجرای آن لازم است از دانش‌آموزان غیرمضطرب، علاقه‌مند و داوطلب استفاده شود.

- لازم است این فن در اواسط سال اجرا شود تا دانش‌آموزان شناخت نسبی به هم‌کلاسی‌هایشان داشته باشند.

- در این فن لازم است معلم دانش‌آموز داوطلبی را که روی صندلی داغ نشسته است، هنگامی که مورد هجوم و فشار شدید دوستان قرار می‌گیرد، مورد توجه و حمایت قرار دهد و مانع از کینه‌ورزی برخی دانش‌آموزان شود.

- دوستان فردی که روی صندلی داغ نشسته است، صرفاً لازم است ویژگی‌های مثبت و منفی رفتاری را که او می‌تواند تغییری در آن‌ها ایجاد کند بیان کنند.

- در چنین فنی فرد در ابتدا حق مخالفت ندارد



و صرفاً شنونده‌ی فعال است؛ البته در پایان فرصت پاسخگویی یا انکار سخنان دیگران را دارد.

● چنین فنی چون آگاهی عمیقی برای فرد ایجاد می‌کند و نقاط کور و پنهان شخصیت او را بر ملا می‌سازد؛ لذا می‌تواند آثار تربیتی زیادی داشته باشد و تغییرات زیادی در فرد ایجاد کند.

● برای اجرای این فن در کودکان بهتر است از ویژگی‌های مثبت آن‌ها شروع و به تدریج به دانش‌آموزان اجازه داده شود سراغ ویژگی‌های منفی بروند.

بخش سوم: ناحیه‌ی پنهان

بخش سوم که ناحیه‌ی پنهان یا پوشیده نام دارد، شامل ویژگی‌ها و اطلاعاتی است که برای معلم یا دانش‌آموز شناخته شده است؛ اما او این اطلاعات را از دیگران پنهان می‌کند. زمانی که معلم با دانش‌آموزان یا دانش‌آموزان با یکدیگر ارتباط عمیق‌تری برقرار می‌کنند و اعتماد بیشتری بین آن‌ها شکل می‌گیرد، آن‌ها از طریق خودافشایی، اطلاعات بیشتری را درباره‌ی خودشان با دیگران در میان می‌گذارند و از وسعت ناحیه‌ی پنهان خویش می‌کاهند. ناحیه‌ی پنهان شامل حریم شخصی افراد، حساسیت‌ها، نیت‌های پنهانی و رازهای فرد است. ناحیه‌ی پنهان آن چیزی است که هر فرد در مورد خودش اطلاع دارد؛ ولی لازم نمی‌داند دیگران از آن اطلاع داشته باشند. البته افراد نیازمند حریم خصوصی و پنهانی هستند و به هیچ‌وجه شایسته نیست این ناحیه‌ی پنهان به صورت ناگهانی و به‌طور کامل آشکار شود؛ اما گاهی ناحیه‌ی پنهان هر فرد آن‌قدر وسیع است که اجازه‌ی رشد و توسعه به ناحیه‌ی باز نمی‌دهد. در کلاس درس، معلم ضمن حفظ حریم شخصی خود و دانش‌آموزانش لازم است در کاهش ناحیه‌ی پنهان خویشتن و دانش‌آموزانش اقدام کند. برای کاهش ناحیه‌ی پنهان معلم و دانش‌آموز در فضای کلاس توجه به این نکات لازم است:

● برای کاهش ناحیه‌ی پنهان، معلم نقش الگویی دارد؛ لذا لازم است به‌عنوان الگو به خودافشایی بپردازد و از وسعت ناحیه‌ی پنهان خویش بکاهد. برخی از معلمان حتی از افشای نام کوچک خود

خودداری می‌کنند و این پیام مهم را به دانش‌آموزان می‌دهند که ناحیه‌ی پنهان خود را گسترش دهند.

● بیشترین فشار روانی و مقاومت در افراد به‌خاطر حفظ ناحیه‌ی پنهان است. در صورتی که بخش پنهان معلم و دانش‌آموزان در روابط کاهش یابد، افراد انرژی روانی زیادی برای رشد و توسعه‌ی خویشتن کسب می‌کنند.

● گاهی به این دلیل دانش‌آموزان به پنهان‌کاری روی می‌آورند که ترس از قضاوت‌های نادرست دیگران دارند. بهتر است معلم به دانش‌آموزان یاد دهد از قضاوت کردن دیگران بپرهیزند.

● معلم باید از فشار بیش‌ازحد بر دانش‌آموزانی که به پنهان‌کاری می‌پردازند خودداری کند و در صورتی که دانش‌آموزی در مورد موضوعی مقاومت می‌کند، از اصرار کردن خودداری کند تا خود دانش‌آموز پس از آمادگی و با میل و رغبت به خودافشایی بپردازد.



● تشویق دانش‌آموزان به خاطره‌نویسی و شرح زندگی خود موجب کاهش ناحیه‌ی پنهان در آنان می‌شود.

● برخورد با دانش‌آموزانی که در کلاس درس به تمسخر دیگران یا ویژگی‌های خاص اقوام و افراد می‌پردازند موجب کاهش ناحیه‌ی پنهان دانش‌آموزان می‌شود.

● ترویج فعالیت‌های گروهی اعم از آزمون‌های گروهی، تکلیف‌های گروهی و... در کلاس درس موجب کاهش ناحیه‌ی پنهان و توسعه‌ی ناحیه‌ی باز دانش‌آموزان می‌شود.

بخش چهارم: ناحیه‌ی ناشناخته

ناحیه‌ی ناشناخته عبارت‌اند از اطلاعات، احساسات، توانایی‌های نهفته، استعدادها و تجربه‌هایی که هم برای فرد و هم برای دیگران ناشناخته‌اند. این امور ناشناخته شامل احساسات، رفتارها، توانایی‌ها و نگرش‌های مثبت و منفی و حتی جنبه‌های عمیق‌تری

از شخصیت فرد؛ نظیر ترس‌ها، اضطراب‌ها، احساسات ناخودآگاه یا سرکوب‌شده می‌شوند.

کشف استعدادهای پنهان و ناشناخته یکی دیگر از جنبه‌های کاهش ناحیه‌ی ناشناخته است. مهیاکردن شرایط برای افراد به‌منظور تجربه‌ی چیزهای جدید، بدون اینکه به آن‌ها برای موفق‌شدن فشار آورده شود، معمولاً یک روش مفید برای کشف توانایی‌های ناشناخته و در نتیجه کاهش ناحیه‌ی ناشناخته است.

معلم از طریق خلق محیطی که افراد را به خودافشایی، مشاهده‌ی ساختارمند خویشتن، ارائه‌ی بازخورد و کسب تجربه‌های جدید تشویق می‌کند، می‌تواند به کاهش ناحیه‌ی ناشناخته کمک کند. البته ناحیه‌ی ناشناخته همانند ناخودآگاه ناحیه‌ای است که برای دستیابی به آن لازم است فرد وقت و فرصت زیادی را به خودآزمایی و خودشناسی اختصاص دهد و احساسات و نیازهای سرکوب‌شده‌ی خود را از طریق دریافت بازخوردهای متعدد از دیگران و مطالعه‌ی خویشتن موردشناسایی قرار دهد. برای رسیدن به چنین جایگاهی، گاهی لازم است چندین سال متوالی فرد به تمرین و ممارست بپردازد یا تحت درمان‌های روان‌کاوی قرار گیرد.

سخن پایانی

بسیاری از آموزه‌های تربیتی و فرهنگی مستلزم تعامل و ارتباط سالم بین معلم و دانش‌آموزان است. پنجره‌ی روابط الگویی است که می‌تواند به معلمان در افزایش تعاملات بیشتر در کلاس درس کمک کند و رشد و توسعه‌ی فردی آنان و دانش‌آموزانشان را افزایش دهد و تغییرات تربیتی ارزنده‌ای را در رفتار و شخصیت دانش‌آموزان به وجود آورد. مسلماً کارایی و کیفیت یادگیری دانش‌آموزان، به‌ویژه یادگیری‌های گروهی، در پرتو چنین تعاملاتی نیز افزایش می‌یابد و خلاقیت و توانمندی دانش‌آموزان نیز به منصفه‌ی ظهور خواهد رسید. البته برای رسیدن به چنین جایگاهی لازم است ابتدا معلم ظرفیت وجودی خویش را افزایش دهد تا نگران کاهش ناحیه‌های پنهان و کور شخصیت خویش نباشد و با بسترسازی لازم و از طریق فنون مطرح‌شده، ترتیبی اتخاذ کند که خودآگاهی دانش‌آموزانش افزایش یابد و به جای خودمحموری، فعالیت و یادگیری گروهی در کلاس درس و همچنین شخصیت اجتماعی دانش‌آموزان رشد کند.

