

مشخصات شرکت کنندگان (مقاله، جستارنویسی، پایان نامه، رساله و اقدام پژوهی)

نام و نام خانوادگی:	آرزو گوهری	جنسیت: زن <input checked="" type="checkbox"/> مرد <input type="checkbox"/>	استان: ایلام	شهر: دره شهر
رشته تحصیلی:	علوم اجتماعی	دانشجو <input type="checkbox"/> فارغ التحصیل <input type="checkbox"/> مقطع: کارشناسی <input checked="" type="checkbox"/> کارشناسی ارشد <input checked="" type="checkbox"/> دکترا <input type="checkbox"/>	تلفن ثابت:	تلفن همراه: ۰۹۱۸۸۴۳۷۵۹۲ پست الکترونیکی:
کانونی	پست سازمانی: مربی مسئول	سابقه کار:	غیرکانونی (آزاد)	شغل:
نام و نام خانوادگی:	جنسیت: زن <input type="checkbox"/> مرد <input type="checkbox"/>	استان:	ایلام	شهر: ایوان
رشته تحصیلی:	دانشجو <input type="checkbox"/> فارغ التحصیل <input type="checkbox"/> مقطع: کارشناسی <input type="checkbox"/> کارشناسی ارشد <input type="checkbox"/> دکترا <input type="checkbox"/>	تلفن ثابت:	تلفن همراه:	پست الکترونیکی: کانونی <input type="checkbox"/> پست سازمانی: آموزگار
تلفن همراه:	پست الکترونیکی: کانونی <input type="checkbox"/> پست سازمانی: آموزگار	سابقه کار:	نام و نام خانوادگی:	شغل:
نام و نام خانوادگی:	جنسیت: زن <input type="checkbox"/> مرد <input type="checkbox"/>	استان:	شهر:	رشته تحصیلی:
دانشجو <input type="checkbox"/> فارغ التحصیل <input type="checkbox"/> مقطع: کارشناسی <input type="checkbox"/> کارشناسی ارشد <input type="checkbox"/> دکترا <input type="checkbox"/>	تلفن ثابت:	تلفن همراه:	پست الکترونیکی: کانونی <input type="checkbox"/> پست سازمانی:	سابقه کار:
غیرکانونی (آزاد) <input type="checkbox"/>	شغل:	نام و نام خانوادگی:	شهر:	رشته تحصیلی:
نام اثر: چگونه توانستم خجالتی بودن عضو کودک مرکز دره شهر را با استفاده از فعالیت های «قرآن و حدیث و نمایش خلاق» برطرف کنم؟				
زمان انجام اثر:	سال ۱۴۰۰ <input type="checkbox"/> ماه ..... سال ۱۴۰۱ <input checked="" type="checkbox"/> اردی بهشت			
نوع طرح:	مقاله <input checked="" type="checkbox"/> جستار نویسی <input type="checkbox"/> اقدام پژوهی <input type="checkbox"/> پایان نامه <input type="checkbox"/> رساله <input type="checkbox"/>			
چکیده: (حداکثر ۳۰۰ کلمه)				
<p>اوایل بهار ۱۴۰۱ عضوی به همراه مادرش جهت ثبت نام به مرکز مراجعه نمودند عضو مورد نظر پشت مادرش قایم می شد، حرف نمی زد و از فرکانس صدای پایینی برخوردار بود و در برنامه ای مرکز اگر مادر کنارش می ماند او هم حضور داشت، همین امر باعث شده بود تا سایر اعضا او را نادیده بگیرند. در جامعه تحقیق من ۲۰ نفر عضو وجود داشتند ولی یک نفر از آنها بسار خجالتی و کم رو بود. به همین علت با بررسی عواملی چون عدم وجود اعتماد به نفس و یا نیاز به توجه بیشتر سعی نمودم تا علت مشکل را بیابم</p>				

مشخصات اثر

چگونه توانستم خجالتی بودن عضو کودک مرکز دره شهر را با استفاده از فعالیت های  
«قرآن و حدیث و نمایش خلاق» برطرف کنم؟

اقدام پژوهی : آرزو گوهری

مربی مسئول مرکز

مرکز فرهنگی هنری دره شهر

پاییز ۱۴۰۱

**با تشکراز :**

کارشناس محترم آموزش و پژوهش استان جناب آقای حاتمی که زمینه ترغیب همکاران به اقدام پژوهی و تقویت آموزش و پژوهش را فراهم می کنند.

و هم چنین همکاران خوبم در مرکز

## فهرست

- ۱ ----- عنوان
- ۲ ----- تشکر
- ۳ ----- فهرست
- ۴ ----- چکیده
- ۵ ----- مقدمه
- ۶ ----- اهمیت و ضرورت
- ۷----- توصیف وضعیت موجود و تشخیص مساله
- ۸ ----- اهداف
- ۹ ----- سئوالات
- ابزار گرد آوری اطلاعات
- ۱۰ ----- شواهد ۱
- ۱۱ ----- شواهد ۲
- یافت راه حل و اجرای آن
- ۱۲ ----- نتیجه گیری
- ۱۳ ----- پیشنهادات
- ۱۴----- پیوست

### چکیده :

اوایل بهار ۱۴۰۱ عضوی به همراه مادرش جهت ثبت نام به مرکز مراجعه نمودند عضو مورد نظر پشت مادرش قایم می شد ،حرف نمی زد و از فرکانس صدای پایینی برخوردار بود و در برنامه ای مرکز اگر مادر کنارش می ماند او هم حضور داشت ،همین امر باعث شده بود تا سایر اعضا او را نادیده بگیرند .

در جامعه تحقیق من ۲۰ نفر عضو وجود داشتند ولی یک نفر از آنها بسار خجالتی و کم رو بود.

به همین علت با بررسی عواملی چون عدم وجود اعتماد به نفس و یا نیاز به توجه بیشتر سعی نمودم تا علت مشکل را بیابم

### نتیجه گیری:

برای گرد آوری از روش های مشاهده و مصاحبه استفاده نمودم و با افزایش سطح مطالعات مربیان و مشورت با والدین و و دوستان ومسولیت دادن به ایشان و مشارکت در فعالیت های گروهی و روش های دیگر مشکل را حل نمایم.

## مقدمه

کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در زمینه های مختلف فرهنگی، هنری، ادبی و اسلامی سالیان متمادی است که فعالیت دارد که علاوه بر اجرای این فعالیت ها به صورت غیر مستقیم بر روند روحی اعضا تاثیر گذار است به گونه ای توانسته اعضا را به شناخت از وجود و توانمندی های خود برساند و راه را هموار کرده تا به داشته های خود که به صورت برجسته ظاهر می شوند آینده خود را رقم می زند و زمینه اعتماد به نفس را ایجاد و تقویت می کند .

از اصلی ترین و ارزشمندترین رسالت های مراکز فرهنگی هنری کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان غنی سازی اوقات فراغت و ایجاد زمینه مساعد برای شرکت در فعالیتهای همراه با تقویت اعتماد به نفس بالا بوده است.

مربیان مرکز نیز با شناخت روحیات اعضا سعی نموده فعالیتها را متناسب با روحیات اعضا پیش ببرند.

## اهمیت و ضرورت

خجالتی بودن یکی از مسایلی است که گاه‌ها مربیان مراکز با بعضی از اعضا مواجه می‌شوند

یکی از عوامل باز دارنده در امر مشارکت گروهی همین خجالتی بودن است . مربیان در مقابل این گونه رفتارها عکس العمل های متفاوتی نشان می‌دهند که بیشتر مستلزم افزایش سطح مطالعات علمی مربیان و مشورت با والدین در جهت رفع این مساله می‌باشد.

در این بررسی سعی شده است تا ابتدا زمینه مشکل شناسایی و ریشه یابی شده و سپس به صورت علمی مورد بررسی قرار گیرد و بعد از این که راه حل هایی جهت رفع مشکل پیدا شد به صورت عملی آن مساله رفع گردد.

## توصیف وضعیت موجود و تشخیص مساله

کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان مرکز دره شهر کتابخانه تخصصی کودکان و نوجوانان است که اعضا برای پر کردن اوقات فراغت خود و مشارکت گروهی به مرکز مراجعه کرده و به تمرین زندگی می پردازند .

در طی شش ماهه ی اول سال ۱۴۰۱ با عضوی مواجه شدم که دچار نوعی خجالتی شدید بود به طوری که هنگام مراجعه به مرکز حتما می بایست مادرش او را همراهی می کرد و با دوختن چشم روی زمین و با فرکانس صدای ضعیف جواب می داد. مدتی با خانواده اش ارتباط مستقیم برقرار کرده و از طریق معلم و سایر هم کلاس هایش به رفتارهای او بیشتر پی بردم.

بعد از تحقیق متوجه شدم که هر کاری را که عضو انجام می دهد مورد سرزنش والدین قرار می گیرد، چاقی و داشتن هیکل درشت او نسبت به سایر هم کلاس هایش ، داشتن لهجه ی عربی به دلیل عرب زبان بودن پدرش، نداشتن فعالیت ورزشی مناسب به دلیل وزن بالا و پایین بودن فرکانس صدایش همگی دست به دست هم داده و این مشکل ایجاد شده است.



## اهداف اصلی و فرعی

بررسی علل کمرویی عضو

برقراری ارتباط کلامی با عضو

بررسی علل ضعف مربیان در برخورد با ایشان

بکارگیری روش‌هایی جهت اعتماد کردن عضو

تقویت عزت نفس و اعتماد به نفس در عضو

## سوالات پژوهشی

- ۱- آیا سرزنش های والدین موجب ضعف در اعتماد به نفس او شده است؟
- ۲- آیا عدم ارتباط با گروه همسالان باعث اختلال رفتاری او شده است؟
- ۳- آیا این اختلال ژنتیکی است؟
- ۴- نقش مربیان در این زمینه چگونه بوده است؟
- ۵- چه راه کارهایی برای رفع مشکل وجود داشته است؟

## ابزار گرد آوری اطلاعات

مشاهده و مصاحبه ، منابع مکتوب و سایت های اینترنتی

## شواهد ۱

سعی کردم از مصاحبه با والدین و منابع و کتاب های مختلف و مشاوره با روانشناس استفاده نمایم تا بتوانم در ابتدا علت رفتارش را پیدا کنم و راهکارهایی برای افزایش اعتماد به نفس در او ایجاد شود. طبق اطلاعات جمع آوری شده چندین عامل مهم در به وجود آمدن چنین رفتاری نقش داشته است:

الف: سرزنش و عکس العمل والدین

به هنگام انجام هر کاری بلافاصله از ناحیه ی پدر القاب کودن، نفهم و ... می شنود.

ب: دوگانگی زبان پدر و مادر

پدر عرب زبان است و مادر لهجه لری دارد

ج: چاقی بیش از حد و وزن بالا نسبت به سایر همسالان

دور شدن از ورزش و باشگاه به دلیل چاقی

چ: عدم ارتباط با گروه همسالان

ح: ضعف در تحصیل

خ: پایین بودن فرکانس صدا

## شواهد ۲

بعد از مرحله گرد آوری شواهد نوبت به انتخاب راه حل طبق اطلاعات گرد آوری شده می باشد.

- دعوت به همکاری و همدلی والدین نسبت به رفتارهای گذشته و بیان راهکارهای مناسبی که نتیجه بخش بوده است.
- توجه به عضو در کارگاه های عمومی و برجسته کردن فعالیت های کوچک و حتی کلمات و حرف های بریده عضو
- انتخاب عضو به عنوان سرپرست گروه قرآنی با توجه به تسلط عضو بر زبان عربی
- مشارکت عضو در برنامه های گروهی همچون اجرای نمایش خلاق و ایفای نقش های کوتاه
- تشویق عضو به عنوان کتابخوان برتر
- شرکت دادن عضو در مسابقات فرهنگی در قالب بیان شیرین ترین خاطره در: اولین جشنواره استانی نماز "
- بیان روزانه جمله "تا اشتباه نکنیم درست نمی شود" به صورت عملی در تمام فعالیتهای مرکز به عنوان "تمرین زندگی"

## نتیجه گیری

وقتی مساله ایی پیش می آید همگی به دنبال چرایی آن بر می آیند که چرا به وجود آمده است؟ مشکل چیست؟ از کجا نشات گرفته است؟ و بهد به دنبالعلل مشکل هستیم؟

این اختلال کمرویی که با مقادیر متفاوتی از : اضطراب ، افسردگی ، عاطفه منفی ، عزت نفس پایین ، احساس تنهایی همراه است که در عضو مشاهده شد سعی نمودم با برقراری ارتباط نزدیک با والدین و دادن مسولیت و تاکید بر روش های کاربردی در طول تابستان رفتارهای قبل کم کم از بین رفت و رفتار متعادل جایگزین آن شد به طوری که در شهریور ماه عضو به خاطره گویی در بخش جشنواره نماز استانی علاقه نشان داد وبا تمام وجود با صدای بلند حدود ۱۰ دقیقه برای همه ی اعضای مرکز خاطره تعریف کرد و بعد هم در کتاب سازی که به همین منظور بود شرکت کرد و در دو بخش "خاطره گویی و کتاب سازی" مرکز که از طرف استان برگزار شده بود برگزیده و جوایزی دریافت کرد و هم اکنون جزو اعضای فعال و کتاب خوان مرکز می باشد.

## پیشنهادات

- به روز شدن اطلاعات مربیان با هدف استفاده از فن آوری های نو
- ارتباط با والدین برای پی گیری مشکل و حل مشکل
- به کارگیری روشهای جذاب و ارتباطی صمیمانه با اعضا
- باور داشتن جمله "کانون تمرین زندگی است"

