مجموعه مقالات نخستین همایش ملی تحقیقات ادبی
دانشگاه علامه طباطبایی،اسفند ماه۱۳۹۷

به کار گیری نظریه ی غرقگی در آموزش ادبیات فارسی

الهام ناجی میدانی[۱]

چکیده

به کار بردن اصول روان شناسی مثبت در آموزش یکی از مسائلی است که اخیراً مورد توجه متخصصان این حوزه قرار گرفته است. از آن جا که آموزش ادبیات هم راه با درگیری احساسات است، به راحتی می توان روان شناسی مثبت را در آن پیاده نمود. مفهوم غرقگی بر پایه ی روان شناسی مثبت استوار است و به احساس ذهنی مثبت و لذت بردن از فعالیت اشاره دارد. پژوهش حاضر به منظور پیاده سازی مفهوم غرقگی در کلاس ادبیات فارسی انجام شد. بدین ترتیب. قطعه ی شعر «در جست و جوی پدر» از شهریار انتخاب گشت و در دو کلاس فارسی عمومی تدریس شد. در کلاس اول، شعر توسط مدرس کلاس خوانده شد و در کلاس دوم، شعر با صدای خود شاعر پخش گردید. سپس پرسشنامه ی غرقگی به هر دو گروه داده شد. نتایج آزمون تی مستقل حاکی از آن بود که میزان غرقگی در گروه دوم که صدای شاعر پخش شده بود، به طرز معناداری بیش تر از گروه اول بود. در پایان، نتایج مورد بحث قرار گرفت و کاربردهای آن در خصوص آموزش ادبیات ارائه شد.

کلیدواژه ها: غرقگی، آموزش، ادبیات فارسی

مقدمه

[۱] دکتری آموزش زبان انگلیسی، دانشگاه فردوسی مشهد elhanaji@gmail.com

به کار بردن سازه های روان شناسی در امر آموزش چند دهه ای است که بسیار مورد توجه قرار گرفته است. روان شناسی مثبت پدیده های روان شناختی را در سطوح مختلف مدنظر قرار می دهد و به مطالعه ی تجربیات انتزاعی مثبت، ویژگی های شخصیتی مثبت، و نهادهای مثبت می پردازد. هیجانات مثبت، ذهن انسان را باز نگاه می دارند، که خود موجب بالارفتن توانایی انسان می شود. به عقیده ی Seligman & Csikszentmihalyi (۲۰۰۰) روان شناسی مثبت مطالعه ی علمی عملکرد مثبت انسان و شکوفایی در سطوح بیولوژیکی، شخصی، ارتباطی، نهادی، فرهنگی و جهانی زندگی است. Peterson (۲۰۰۸) روانشناسی مثبت را به عنوان مطالعه ی علمی آنچه که زندگی را به بهترین شکل می سازد تعریف می کند.

«غرقگی» بر اساس مفاهیم روان شناسی مثبت مطرح گردیده است و به همین دلیل اشاره به احساس ذهنی مثبت دارد. غرقگی حالتی است که فرد چنان در یک فعالیت غرق می شود، که منجر به از دست دادن خودآگاهی می گردد و هیچ چیز دیگری برای وی مهم به نظر نمی رسد. فرد هم چنین متوجه گذر زمان نمی شود، به طوری که ساعت ها برایش به مثابه دقیقه می گذرند (Csikszentmihalyi ،۱۹۷۵). در حالت غرقگی فرد فقط متمرکز بر روی کارش است. بعد از انجام کار با فکر کردن به آن جریان، حس خشنودی عمیقی در خود حس می کند و آن حس برای همیشه در حافظه اش باقی می ماند (Csikszentmihalyi ، ۲۰۰۰). این حالت هم چنین موجب بهبود عملکرد فرد در آن کار نیز می گردد (Egbert ، ۲۰۰۳). Csikszentmihalyi (۱۹۹۰: ۴) به بیان دقیق تر غرقگی را این گونه تعریف می کند:

غرقگی کلید ورود به انگیزه ی درونی است. حالتی است که در آن فرد چنان درگیر فعالیتی می گردد که گذر زمان را متوجه نمی شود و هیچ چیز برایش اهمیت ندارد به جز آن فعالیت. این تجربه به قدری لذت بخش است که انگیزه ی فرد از انجام آن فعالیت فقط خود فعالیت است .

تمرکز بالا و علاقه و لذت در یک فعالیت باید به طور هم زمان صورت گیرد تا غرقگی تجربه شود (Admiraal و همکاران، ۲۰۱۱). به طور خلاصه، تجربه ی غرقگی شامل شرایط ذیل برای کسانی که آن را تجربه می کنند است (Csikszentmihalyi & Nakamura ، ۱۹۸۹):

- تمام ذهن و بدن آنها به طور کامل درگیر است؛
- میزان تمرکز آن ها بسیار عمیق است؛
- آن ها می دانند که چه می خواهند انجام دهند؛

• آن ها می دانند که چقدر خوب عمل می کنند؛
• آن ها نگران شکست خوردن نیستند؛
• زمان برایشان بسیار سریع می گذرد؛
• آن ها احساس ناخوشایند و به همراه نگرانی که بسیاری از اوقات هم راه انسان است را فراموش می کنند.

هماهنگی ذهن و بدن در آموزش بسیار مهم است زیرا موجب ایجاد علاقه و مشارکت عمیق فراگیران در فرآیند یادگیری می گردد . این اصل که بدن فیزیکی انسان با واقع شدن در محیط و تعامل با آن عملکرد ذهن را تحت تأثیر قرار داده و آن را سمت و سو می بخشد، فرضیه ی «شناخت بدن مند» نامیده می شود. در این نگرش، درک بدن، ادراک حسی حرکتی ای که به وسیله ی حواس ایجاد می گردد و حضور بدن در محیط و تعامل آن با محیط، مبنای شناخت محسوب می شود. نفوذ سیستم حرکتی (بدن) در شناخت (ذهن) در بسیاری از حوزه های شناختی یافت شده است. به عنوان مثال، هنگام شنیدن کلمات عملی (مانند ضربه زدن، پرتاب کردن، نوشتن)، همان قسمت هایی از مغز فعال می شوند که درهنگام انجام دادن آن عمل فعال می گردند.

انجام پژوهش در زمینه ی تجربه ی غرقگی می تواند حائز اهمیت باشد، زیرا کسب بینش در این زمینه کمک به بهبود یادگیری می نماید (Beard & Hoy ، ۲۰۱۰). متأسفانه، تعداد مطالعات در رابطه با غرقگی در کشور ما بسیار محدود است و در زمینه ی آموزش ادبیات فارسی، تاکنون پژوهشی در این مورد صورت نگرفته است. در این پژوهش به بررسی تأثیر تحریک حس شنوایی بر میزان غرقگی فراگیران ادبیات فارسی می پردازیم.

پیشینه ی پژوهش

از دهه ی ۱۹۸۰تاکنون مفهوم غرقگی در حوزه ها و فعالیت های مختلفی مورد بررسی قرار گرفته است؛ به عنوان نمونه: ورزش، بازی، تربیت کودک، موسیقی، صخره نوردی، هنر و آموزش. نتایج مطالعات انجام شده در این زمینه ها، همگی در راستای افزایش احساس رضایت از کار و زندگی و خنثی کردن احساسات منفی مانند اضطراب و اندوه بوده است. در حوزه ی آموزش، به طورخاص، نظریه ی غرقگی توسط برنامه ریزان، معلمان و مربیان به کار رفته است (Admiraal و همکاران، ۲۰۱۱). در واقع، به دلیل آن که محیط های آموزشی و کاری مکان های هستند که افراد زمان های طولانی در آن جا به سر می برند، بیش ترین امکان ایجاد غرقگی در آن ها وجود دارد (Csikszentmihalyi ، ۱۹۷۵). مطالعات نشان داده که غرقگی عملکرد شغلی معلمان را تحت تأثیر قرار می دهد (Colombo & Zito ، ۲۰۱۴). بررسی رابطه ی بین منبع کنترل با تجربه ی

غرقگی معلمان توسط محسنیان، بلاغت، و اللهی (۱۳۹۷) حاکی از آن است که هر چه منبع کنترل معلمان درونی تر باشد در حین فعالیت های کلاسی خود تجربه ی غرقگی بیش تری را احساس می کنند. هم چنین تجربه ی غرقگی رابطه ی مثبتی با موفقیت در طول سال تحصیلی دانش آموزان دبیرستانی دارد (Vanittersum ، ۲۰۰۹) و با افزایش خلاقیت مرتبط است (Schiepe-Tiska ، ۲۰۱۳).

Ghonsooly & Hamedi (۲۰۱۴) میزان ایجاد غرقگی توسط ژانرهای مختلف در زبان آموزان را مورد بررسی قرار دادند و به این نتیجه رسیدند که ژانر توصیفی بیش ترین میزان غرقگی را ایجاد می کند. Egbert (۲۰۰۳) در مطالعه ی تأثیر غرقگی در یادگیری زبان نشان داد که نظریه غرقگی چارچوب جالب و مفید برای مفهوم سازی و ارزیابی فعالیت های یادگیری زبان ارائه می دهد. در پژوهشی مهم، ابراهیمی و همکاران (۱۳۹۶) با مطالعه بر روی فارسی آموزان غیر ایرانی نشان دادند که الگوی تدریس مبتنی بر هَیجامَد (هیجانات برآمده از حواس) باعث تولید هیجان مثبت و ایجاد احساس لذت در زبان آموزان می شود و بدین ترتیب در آن ها حالت غرقگی پدید می آورد. آن جا که حواس دریچه ی شناخت جهان پیرامون در علوم شناختی محسوب می شوند و پدیده ی غرقگی از علوم شناختی منشعب می شود (Csikszentmihalyi ، ۱۹۸۸)، تحریک حواس می تواند موجب ایجاد حالت غرقگی در افراد گردد.

هدف این مطالعه تحریک حس شنوایی در آموزش ادبیات به منظور ایجاد غرقگی در فراگیران است. از آن جا که ادبیات با احساسات و عواطف آمیخته است، تصور می شود فضای مناسبی جهت پدید آوردن حالت غرقگی در فراگیران ایجاد نماید. در این راستا، سؤال پژوهشی این مطالعه عبارت است از:

آیا پخش صدای شاعر تفاوت معناداری در میزان غرقگی دانشجویان در هنگام قرائت شعر ایجاد می نماید؟

روش شناسی پژوهش

طراحی پژوهش از نوع شبه-تجربی بود. دو کلاس فارسی عمومی در دانشگاهی در مشهد که مدرس هر دوی آن ها یک نفر بود، به طور تصادفی انتخاب شد. هر کلاس شامل ۴۰ دانشجوی کارشناسی از رشته های مختلف بود. کلاس اول شامل ۱۸ دانشجوی پسر و ۲۲ دانشجوی دختر با میانگین سنی ۱۹,۲ و کلاس دوم شامل ۱۳ دانشجوی پسر و ۲۷ دانشجوی دختر با میانگین سنی ۱۹,۶۸ بود. مدرس هر دو کلاس یک خانم با مدرک دکتری زبان و ادبیات فارسی بود. به منظور انجام پژوهش پرسش نامه ی غرقگی (برگرفته از ابراهیمی و همکاران، ۱۳۹۶) مورد استفاده قرار گرفت. این پرسشنامه شامل ۱۰ سؤال

با شش گزینه ی لیکرت (اصلاً، خیلی کم، کم، نامعلوم، زیاد، خیلی زیاد) است. پاسخ دهندگان می بایست بر اساس میزان غرق شدن در فعالیت و لذت بردن از آن، برای هر سؤال یک گزینه را انتخاب کنند (ر.ک. ضمیمه برای نمونه ای از سؤالات). روایی پرسش نامه در پژوهش Shahian (۲۰۱۶) توسط تحلیل عاملی تأییدی مورد بررسی قرار گرفت. هم چنین، در پژوهش ابراهیمی و همکاران (۱۳۹۶) ضریب آلفای کرانباخ آن ۰,۹۳ گزارش شد. در پژوهش حاضر ، ضریب آلفای کرانباخ ۰,۸۹ به دست آمده، که تأییدکننده ی پایایی این پرسش نامه است.

در گروه اول که گروه کنترل بود، مدرس کلاس شعر «در جست و جوی پدر» از شهریار را قرائت نمود و بعد در مورد آن توضیح داد. در گروه دوم، که گروه آزمایش بود، صدای شاعر در حال خواندن آن شعر در کلاس پخش شد و سپس مدرس در مورد شعر توضیحاتی همانند آن چه برای گروه کنترل گفته بود، ارائه نمود. در انتهای هر کلاس، پرسش نامه ی غرقگی به دانشجویان داده شد و از آن ها خواسته شد پرسش نامه را در ارتباط با آن جلسه ی کلاس پاسخ دهند. برای تجزیه و تحلیل داده ها از نرم افزار اس پی اس اس ۲۲ استفاده شد.

یافته ها

در ابتدا، جهت بررسی نرمال بودن داده ها آزمون کولموگروف اسمیرنف به کار گرفته شد. مقدار احتمال مربوط به آزمون کولموگروف اسمیرنف برابر ۰/۷۵۱ بود که از ۰/۰۵ بزرگتر است بنابراین با اطمینان ۹۵٪ نرمال بودن داده ها مورد تایید قرار می‌گیرد. سپس، آزمون تی مستقل جهت مقایسه ی میانگین سطح غرقگی بین دو گروه انجام شد. نتایج آزمون تی مستقل در جدول ذیل ارائه شده است.

جدول ۱: نتایج آزمون تی مستقل جهت مقایسه ی میزان غرقگی بین دو گروه

گروه	تعداد	میانگین	درجه آزادی	مقدار تی	سطح معناداری
آزمایش	۴۰	۶,۳۰	۵۱,۴۳	۱۰۷,۶۰	۰,۰۰
کنترل	۴۰	۱,۶۵			

همان طور که در جدول ۱ مشاهده می گردد، میانگین سطح غرقگی در گروه آزمایش بیش تر از گروه کنترل است. بدین ترتیب، شنیدن صدای شاعر نقش مثبتی را در ایجاد

حس غرقگی در فراگیران ایجاد نموده است. با توجه به معنادار بودن آزمون تی (سطح معناداری=۰,۰۰)، می توان گفت تفاوت معناداری بین میزان غرقگی در گروه آزمایش و کنترل وجود داشته است. بنابراین، شنیدن صدای شاعر تأثیر قابل توجهی بر ایجاد حالت غرقگی در دانشجویان دارد.

بحث و نتیجه گیری

متون ادبی سازگاری بالایی با عواطف، احساسات، و نیازهای انسانی افراد دارند و در عین حال بازتاب کنش های زبانی و فرهنگ جامعه اند (لطافتی، ۱۳۸۷). همان طورکه نتایج پژوهش حاضر نشان داد، به کار بردن متون ادبی می تواند بستر مناسبی را جهت استفاده از نظریه ی غرقگی ایجاد نماید. در آموزش زبان فارسی به غیرفارسی زبانان نیز ادبیات بستری مناسب را فراهم می آورد تا یادگیری هم راه با لذت بیش تری اتفاق افتد و به کارگیری غرقگی این لذت را می تواند دوچندان کند. علاوه بر این، همان طور که قبلا اشاره شد، غرقگی موجب بالا بردن انگیزه ی درونی فراگیران می گردد که این امر میزان یادگیری را افزایش می دهد. به طور کلی، به نظرمی آید نظریه های روان شناسی در تدریس ادبیات فارسی مهجور مانده اند، و با وجود ظرفیت بالای آن ها در ارتقاء امر آموزش، توجه چندانی به آن ها نمی شود. حال، علم روان شناسی، و به خصوص روان شناسی مثبت، راه کارهایی جهت ایجاد علاقه و انگیزه ی بیش تر در فراگیران ارائه می کند. بنابراین، به جای نالیدن از بی حوصلگی، بی انگیزگی، و عدم تمرکز فراگیران، مدرسان باید از علم روان شناسی بهره گیرند و سازه های آن را در تدریس خود پیاده کنند.

پژوهش حاضر کاستی هایی نیز دربرداشت.: نمونه ی استفاده شده محدود بود؛ در کلاس های فارسی عمومی صورت گرفته بود، متغیرهایی هم چون جنسیت و رشته ی تحصیلی شرکت کنندگان کنترل نشده بود. هم چنین، تنها از حس شنوایی جهت ایجاد غرقگی استفاده شده بود. مطالعات بعدی می توانند چگونگی ایجاد غرقگی در کلاس های ادبیات فارسی مربوط به دانشجویان رشته ی زبان و ادبیات فارسی و یا آموزش زبان فارسی به غیرفارسی زبانان را مورد بررسی قرار دهند. علاوه براین، به کاربردن حواس دیگر انسان جهت پدیدآوردن حالت غرقگی در امر آموزش ادبیات، جای پژوهش و مطالعه دارد.

منابع فارسی

ابراهیمی، ش.، پیش قدم، ر.، استاجی، ا.، و امین یزدی، س.ا. (۱۳۹۶). «معرفی هیجامد و بررسی تأثیر آن در غرقگی و سبک های یادگیری فارسی زبان آموزان غیرایرانی». پژوهش نامه ی آموزش زبان فارسی به غیر فارسی زبانان. سال ششم/ شماره ی اول (پیاپی ۱۳)، ۸۲-۵۷.

لطافتی، ر. (۱۳۸۷). «ادبیات، بستری مناسب برای آموزش زبان به زبان آموزان ایرانی». پژوهش زبان های خارجی. ۴۶. ۱۰۱-۱۱۵.

محسنیان، آ.، بلاغت، س.ر.، و اللهی، ذ. (۱۳۹۷). «رابطه ی منبع کنترل با تجربه ی غرقگی و توانمندسازی روان شناختی معلمان». فصلنامه مطالعات روانشناسی تربیتی. ۳۱. ۲۱۷-۲۴۳.

منابع انگلیسی

Admiraal, W., Huizenga, J., Akkerman, S., & Dam, G. T. (2011)."The concept of flow in collaborative game-based learning". Computers in Human behavior. 27/3. 1185-1194

Beard, K.S., & Hoy, W.K. (2010). "The nature, meaning, and measure of teacher flow in elementary schools: A test of rival hypotheses". Educational Administration Quarterly. 46/3. 426-458.

Colombo, L., & Zito, M. (2014). "Demands, resources and the three dimensions of flow at work: A study among professional nurses". Open Journal of Nursing. 4/4. 255-264.

Csikszentmihalyi, M. (1975). "Beyond boredom and anxiety". San Francisco: Jossey Bass.

Csikszentmihalyi, M. (1990). Flow: The psychology of optimal experience. New York: Harper and Row.

Csikszentmihalyi, M., & Nakamura, J. (1989). "The dynamics of intrinsic motivation: A study of adolescents". In C. Ames and R.E. Ames (Eds.) Research on motivation education: Goals and cognitions, vol. 3. London: Academic Press.

Egbert, J. (2003). "A study of flow theory in the foreign language classroom". The Modern Language Journal. 87. 499-518.

Ghonsooly, B., & Hamedi, M. (2014). "An investigation of the most flow inducing genres". International Journal of Research Studies in Education. 4/2. 1-10.

Peterson, C. (16 May 2008). "What Is positive psychology, and what is it not?". Psychology Today. Retrieved 11 July 2018.

Schiepe-Tiska, A. (2013). In the power of flow: The impact of implicit and explicit motives on flow experience with a special focus on the power domain. Unpublished Dissertation, Technics University München.

Seligman, Martin E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). "Positive psychology: An introduction". American Psychologist. 55/1. 5–14.

Shahian, L. (2016). Examining the relationship between flow, emotioncy and reading comprehension: A case of Iranian EFL learners . Unpublished master's thesis, Ferdowsi University of Mashhad.

Vanittersum, K. (2009). Flow as a positive state: Antecedent and outcomes of flow states. Unpublished Thesis (Master of Art), Kansas State University, Manhattan Kansas.

ضمیمه

نمونه سؤالات پرسش نامه ی میزان غرقگی

۱. متوجه گذر زمان نشدم.
۲. کاملا مجذوب فعالت شدم.
۳. در افکارم کاملاً غرق شدم.