

# دانش آموزان ماندگار در آینده<sup>۱</sup>

## هفت نقطه قوت و ۲۱ توانایی جهت آمادگی برای آینده<sup>۲</sup>

ربات‌ها، هوش مصنوعی و واقعیت افزوده، زمانی شبیه داستان‌های علمی تخیلی به نظر می‌رسیدند. اما آنها بخشی معمولی از زندگی دانش آموزان ما در آینده خواهند بود. پهبادهای خریدها را تحویل خواهند داد، خودروهای خودران، جایگزین رانندگی خواهند شد و مشاغل، دائماً تغییر خواهند کرد. نسل فعلی دانش آموزان، برای پیشرفت در دنیای جدید خودکار، شتابزده و غیرقابل پیش‌بینی، به چیزی بیش از نمرات و امتیازات نیاز دارد. جهت آماده‌سازی آنها برای آینده‌ای مملو از فناوری، نمی‌توانیم به شیوه‌های یادگیری قرن بیستم پایبند باشیم. ما باید آموزش را بازنگری کنیم و یک مجموعه مهارت به‌روزرسانی‌شده را پرورش دهیم. دروسی که توسط مربیان دلسوز هدایت می‌شود، به دانش آموزان کمک می‌کند تا یادگیرندگان قوی و متفکران انتقادی باشند. اما مهارت‌های انسانی، آنها را برای مدیریت یک دنیای نامشخص مجهز می‌کند. کدام صلاحیت‌ها و شیوه‌ها<sup>۳</sup>، دانش آموزان را در آینده ماندگار یا حداقل آنها را تا حد ممکن آماده می‌کنند؟ در دهه گذشته، من تحقیقاتی را درباره ویژگی‌هایی<sup>۴</sup> که بیشترین همبستگی را با بهینه‌سازی تاب‌آوری، سلامت روان و عملکرد دارند، بررسی کرده‌ام. آمادگی برای آینده، به جای یک ویژگی تک‌بعدی، شامل هفت نقطه قوت است که من هنگام نوشتن کتاب «کامیابان: دلایلی شگفت‌انگیز برای اینکه برخی از بچه‌ها مبارزه می‌کنند و برخی دیگر می‌درخشند»<sup>۵</sup> آنها را شناسایی کردم. این نقاط قوت، ثابت و بر اساس نمرات، ضریب هوشی یا کد پستی نیستند، بلکه توانمندی‌های قابل آموزشی هستند که می‌توانند در درس‌های روزانه قرار بگیرند و به آماده‌سازی بچه‌ها برای زندگی کمک کنند. کامیابان ساخته می‌شوند، نه متولد. بیایید ببینیم بعضی مدارس چگونه این کار را انجام می‌دهند.

### ۱. اعتماد به نفس (توانمندی‌ها: خودآگاهی، آگاهی از نقاط قوت، یافتن هدف)<sup>۶</sup>

اعتماد به نفس، درکی بی‌سر و صدا از «من کیستم» است، که دلگرمی و درک ارزش نقاط قوت و علایق منحصر به فرد شخص و همچنین زمینه‌هایی را که نیاز به بهبود دارند، تقویت می‌کند. دانش آموزان با اعتماد به نفس، توانایی بیشتری در یافتن مسیر زندگی و رهایی از شکست‌ها دارند. مجمع جهانی اقتصاد در سال ۲۰۱۶ تخمین می‌زند که ۶۵ درصد از کودکان

<sup>1</sup> Future-Proofing Students, Michele Borba, ASCD Educational Leadership, MAY 2022.

<sup>2</sup> 7 Strengths and 21 Abilities for Future Readiness

<sup>3</sup> competencies and practices

<sup>4</sup> traits

<sup>5</sup> Thrivers: The Surprising Reasons Why Some Kids Struggle and Others Shine

<sup>6</sup> SELF-CONFIDENCE (Abilities: Self-Awareness, Strength Awareness, Finding Purpose)

امروزی، در شغلی کار خواهند کرد که هنوز وجود ندارد. این دانش آموزان برای همگام شدن با تغییرات سریع، باید به طور مستمر خود را بازآفرینی کنند. موفقیت در آینده، مستلزم آن است که آنها نسبت به دارایی‌های خود آگاهی کامل داشته باشند. موسسه گالوپ نیز بیش از ۱ میلیون تیم کاری را مورد مطالعه قرار داد و دریافت افرادی که روزانه فرصت‌هایی برای تمرکز بر نقاط قوت خود دارند، شش برابر بیشتر در مشاغل استخدام می‌شوند و بیش از سه برابر احتمال دارد که به طور کلی کیفیت زندگی عالی داشته باشند. گالوپ تایید می‌کند که آگاهی از نقاط قوت، اعتماد به نفس را بالا می‌برد و اعتماد به نفس، عملکرد را افزایش می‌دهد.

مطالعات نشان می‌دهند اعتماد به نفس یک ویژگی کلیدی است که استخدام‌کنندگان، در فرایند مصاحبه به دنبال آن هستند و بر انتخاب افرادی که استخدام می‌کنند، تأثیر می‌گذارد. برای ایجاد اعتماد به نفس در مراحل اولیه، مدارس می‌توانند از دانش آموزان بخواهند (حتی از دوران مهدکودک) نمونه کارهای دیجیتالی پیشرفت یادگیری خود را نگه دارند تا به آنها (و بزرگسالان حاضر در زندگی‌شان) کمک کند که نقاط قوت خود را تشخیص دهند. این ابزار می‌تواند شامل خروجی‌های یادگیری و خوداندیشی باشد و دانش آموزان را در تعریف علایق، توسعه اهداف جدید و افزایش اعتماد به نفس راهنمایی کند. مدارس همچنین ممکن است ابتکاری با عنوان «ساعت نوع» را مد نظر قرار دهند؛ یعنی زمانی اختصاصی برای دانش آموزان جهت پیگیری پروژه‌هایی درباره موضوعاتی که اشتیاق و علاقه آن‌ها را بر می‌انگیزد. مطالعات نشان می‌دهند زمانی که فعالیت‌های دانش آموزان در برگیرنده مسائل دنیای واقعی، تحت کنترل و مرتبط با زندگی‌شان باشد، بیشتر درگیر موضوع می‌شوند و در کار غرق می‌گردند. به علاوه، وقتی دانش آموزان به شخصیت خود اطمینان داشته باشند، انگیزه بیشتری برای مقابله با چالش‌ها و درس گرفتن از اشتباهات خود پیدا می‌کنند.

## ۲. همدلی (توانمندی‌ها: سواد عاطفی، دیدن از منظر دیگران، دغدغه همدلانه)<sup>۷</sup>

همدلی، برای ماندگار شدن در آینده ضروری است؛ زیرا ویژگی‌های انسانی مانند اعتماد، خلاقیت، ارتباطات، رفتارهای اجتماعی و انعطاف‌پذیری را تقویت می‌کند؛ یعنی ویژگی‌هایی که در انقلاب صنعتی چهارم کلیدی خواهند بود؛ دوره‌ای که مشخصه آن «تلفیق فناوری‌های به سرعت در حال تغییر در سراسر دنیای دیجیتال، زیستی و فیزیکی است». همدلی به ما این امکان را می‌دهد که دیگران را احساس و درک کنیم و از ماشین‌هایی که می‌سازیم متمایز باشیم. پرورش همدلی برای یافتن موفقیت‌آمیز مسیر زندگی، در دنیایی که تحت سلطه هوش مصنوعی و واقعیت افزوده است، بسیار مهم خواهد بود. همدلی جایگاهی برتر در بازار کار به افراد می‌دهد. به همین دلیل است که مجله فوربس، از شرکت‌ها می‌خواهد که اصول ایجاد همدلی را اتخاذ کنند و از این اصول، به عنوان یک عنصر ضروری برای موفقیت در محیط کار یاد می‌کند. جیم کالینز<sup>۸</sup> تایید می‌کند که بهترین رهبران کسانی هستند که همدلی دارند: آن‌ها مایلند گوش دهند، بیاموزند و بهترین‌ها را در افراد به نمایش بگذارند و بنابراین احتمال کامیابی و پیشرفت شرکت آن‌ها بیشتر است.

<sup>7</sup> EMPATHY (Abilities: Emotional Literacy, Perspective Taking, Empathic Concern)

<sup>8</sup> Jim Collins

خبر خوب اینکه، همدلی قابل آموزش است. مدارس باید به آموزش سواد عاطفی که دروازه‌ای برای همدلی است و یادگیری اجتماعی، عاطفی، همراه با بررسی و کنترل احساس روزانه ادامه دهند. اما باید راه‌هایی را نیز جهت تقویت توانایی‌های دانش‌آموزان برای دیدن از منظر دیگران پیدا کنند. برای مثال، دانش‌آموزان می‌توانند داستان‌هایی را از دیدگاه شخصیت‌های مختلف یک کتاب بازگویی کنند یا دیدگاه‌های متضاد در تاریخ، رویدادهای جاری یا زندگی واقعی را به نمایش بگذارند.

همکاری هم می‌تواند در توسعه همدلی حیاتی باشد. جلسات کلاسی، یادگیری مشارکتی و تکنیک‌های آموزشی، مانند روش آموزشی قطعات پازل الیوت آرونسون<sup>۹</sup>، می‌تواند به دانش‌آموزان کمک کند تا نظرات مختلف همسالان خود را بهتر درک کنند و به آنها احترام بگذارند. تفکر طراحی نیز می‌تواند همدلی را پرورش دهد. این کار دنیای واقعی را شبیه‌سازی و دانش‌آموزان را تشویق می‌کند تا چالش‌های سخت را در پنج مرحله حل کنند: ۱) همدلی برای درک نیازهای دیگران؛ ۲) تعریف یک مسئله؛ ۳) ایده‌پردازی؛ ۴) خلق راهکار و نمونه‌سازی و ۵) آزمایش و جستجوی بازخورد. بیگ پیکچر لرنینگ<sup>۱۰</sup> (شبکه‌ای از مدارس که طراحی یادگیری دانش‌آموز محور را نیز اجرا می‌کنند)، از بچه‌ها می‌خواهد که مسائل محلی را در گروه‌های مشاوره مطالعه کنند و سپس با حمایت یک مربی در دوره‌های کارآموزی اجتماعی شرکت نمایند. تمرین‌ها و برنامه‌هایی مانند این، به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا فراتر از دایره‌ی دوستان معمول خود، گسترش یابند؛ نقاط قوت و احساسات دیگران را بشناسند و تفکر خود را از «من» به «ما» تغییر دهند.

### ۳. خودکنترلی (توانمندی‌ها: تمرکز توجه، خودمدیریتی، تصمیم‌گیری سالم)<sup>۱۱</sup>

دانش‌آموزان ما در زمانه‌ی تغییرات بی‌سابقه، زندگی خواهند کرد و عدم اطمینان، باعث ایجاد اضطراب می‌شود. رییس بخش جراحی ایالات متحده هشدار می‌دهد که تقریباً یک سوم دانش‌آموزان دبیرستانی اکنون با احساسات مداوم غمگینی و ناامیدی دست و پنجه نرم می‌کنند. کووید ۱۹ بحران سلامت روان را تشدید کرد تا جایی که گروهی از متخصصان برجسته، اخیراً وضعیت اضطراری ملی را در سلامت روان کودکان و نوجوانان اعلام کردند. از جمله توصیه‌های رییس جراحی ایالات متحده، درخواست برای تحقیقات بیشتر درباره ارتباط بین فناوری و سلامت روان جوانان بود. مدت‌ها قبل از شیوع این بیماری همه‌گیر، ۵۰ درصد از نوجوانان اعتراف کردند که به دستگاه‌های تلفن همراه خود احساس اعتیاد دارند و اکثر آنها نمی‌توانند بیش از دو دقیقه بدون بررسی رسانه‌های اجتماعی، روی تکالیف خود تمرکز کنند. یادگیری از راه دور، فقط باعث افزایش اتکای دانش‌آموزان به فناوری شد.

برخی از مدارس در حال ابداع راه‌های خلاقانه برای مقابله با نیروهای هستند که توجه را کم می‌کنند. در سال ۲۰۱۵، چهار مدرسه دولتی دارای فقر بالا در سانفرانسیسکو، یک آیین ۱۵ دقیقه‌ای «زمان سکوت»<sup>۱۲</sup> را معرفی کردند که دو بار

<sup>9</sup> jigsaw method

<sup>10</sup> Big Picture Learning

<sup>11</sup> SELF-CONTROL (Abilities: Attentive Focus, Self-Management, Healthy Decision Making)

<sup>12</sup> quiet time

در روز انجام می‌شود و در آن دانش‌آموزان ساکت می‌نشینند یا تمرکز حواس را تمرین می‌کنند. این تمرین، حضور دانش‌آموزان، نمرات آزمون و خودتنظیمی را بهبود بخشید. یوگا تمرین دیگری است که به دانش‌آموزان کمک می‌کند استرس را مدیریت کنند، خودکنترلی را بهبود بخشند و توجه خود را متمرکز کنند. حتی یک مطالعه نشان داد که یوگا عملکرد تحصیلی و مشارکت دانش‌آموزان دبیرستان‌های شهری را بهبود می‌بخشد.

#### ۴. صداقت (توانمندی‌ها: آگاهی اخلاقی، هویت اخلاقی، تفکر اخلاقی)<sup>۱۳</sup>

دانش‌آموزان با صداقت، نسبت به خود صادق و با دیگران صادق و همچنین مسئولیت‌پذیر، سخت‌کوش و تاب‌آور هستند؛ فارغ‌التحصیلانی که در دنیای جدید و شجاع خود به آن‌ها نیاز داریم. دانش‌آموزان، صداقت را به صورت ناخودآگاه نمی‌آموزند؛ بلکه باید به‌طور هدفمند آموزش داده شوند و ما کارهای زیادی در این زمینه داریم. پنجاه و هفت درصد از نوجوانان معتقدند افراد موفق، کاری را که باید انجام دهند تا برنده شوند، انجام می‌دهند، حتی اگر متضمن تقلب باشد. با این حال، ۹۲ درصد از بچه‌ها از معیارهای اخلاقی و رفتارشان «کاملاً راضی» هستند. ۷۷ درصد حتی می‌گویند «وقتی صحبت از انجام آنچه درست است می‌شود، من بهتر از بسیاری از افراد دیگر می‌دانم». جای تعجب نیست که یک مطالعه ۱۰ ساله نشان داد اکثر فارغ‌التحصیلان دبیرستان، فاقد استدلال اخلاقی کافی هستند و در بررسی مسائل اخلاقی زندگی روزمره خود مشکل دارند. ویلیام درسیویچ<sup>۱۴</sup>، استاد سابق دانشگاه ییل هشدار می‌دهد که ما در حال فارغ‌التحصیل کردن «گوسفندانی عالی» هستیم: دانش‌آموزانی باهوش، اما بی‌روح که فاقد هدف، محدوده‌های اخلاقی و توانایی‌های تفکر انتقادی هستند. چگونه می‌توانیم با این موضوع مقابله کنیم؟ گفت‌وگوی سقراطی<sup>۱۵</sup> یکی از راه‌های کمک به دانش‌آموزان برای توسعه استدلال اخلاقی است. یک بار معلم انگلیسی دبیرستانی در کالیفرنیا را تماشا می‌کردم که از مدل درس سقراطی<sup>۱۶</sup> با سؤالاتی که از کتاب «بیگانه»<sup>۱۷</sup> گرفته شده بود، استفاده می‌کرد. قوانین او واضح بود: «محترم باشید، واضح صحبت کنید، حداقل پنج بار شرکت کنید و آماده باشید تا یک گفتگوی علمی داشته باشید». در کل دوره، دانش‌آموزان کلاس هفتم او، به طور مشترک و قدرتمندانه، در مورد مسائل اخلاقی مانند جهان‌شمولی اخلاق، نژادپرستی و برابری، فکر می‌کردند و در مورد آنها بحث و گفتگو داشتند.

پروژه‌های خدماتی مناسب نیز می‌تواند صداقت را تقویت کند. اما این تجربیات باید معنادار باشند و با علایق دانش‌آموزان یا باورهای اخلاقی آنها مطابقت داشته باشند (مانند داوطلب شدن در آشپزخانه‌های محلی یا راهپیمایی برای یک هدف). قرار دادن دغدغه‌های شخصی در اقدام اخلاقی، یک استراتژی قدرتمند برای توسعه صداقت و کاهش استرس است؛ مفهومی که به نظر می‌رسد بسیاری از دانش‌آموزان نسل Z آن را درک می‌کنند. اگرچه این نسل مجبور است در ترس از قربانی شدن با اسلحه، بیماری‌های همه‌گیر، تغییرات آب و هوایی، نژادپرستی و مشکلات مالی بزرگ شود، اما به عقیده بسیاری، آن‌ها

<sup>13</sup> INTEGRITY (Abilities: Moral Awareness, Moral Identity, Ethical Thinking)

<sup>14</sup> William Deresiewicz

<sup>15</sup> Socratic dialogue

<sup>16</sup> Socratic lesson model

<sup>17</sup> Outsiders

متنوع‌ترین، فراگیرترین، از نظر سیاسی فعال‌ترین و تحصیل کرده‌ترین نسل تاریخ هستند. آنها راه‌هایی را برای هدایت اضطراب خود، بابت شجاعت و اقدام دلسوزانه پیدا کرده‌اند که بهترین فرمول برای توسعه صداقت و رویارویی با آن چیزی است در پیش است.

## ۵. کنجکاوی (توانمندی‌ها: تفکر کنجکاو، حل مسئله خلاقانه، تفکر واگرا)<sup>۱۸</sup>

کنجکاوی، ذهن‌ها را باز می‌کند و بچه‌ها را به یادگیری مداوم سوق می‌دهد. اگر مشقتی رخ دهد، این قدرت به بچه‌ها کمک می‌کند تا در برابر احتمالات باز بمانند و راهکار پیدا کنند. کنجکاوی، تاب‌آوری را افزایش می‌دهد اما آمادگی آینده را نیز ایجاد می‌کند. مجمع جهانی اقتصاد پیش‌بینی می‌کند که کنجکاوی و مهارت‌های تفکر انتقادی و حل مسئله، در صدر فهرست چیزهایی است که بچه‌ها برای بازار اشتغالی که به سرعت در حال تکامل است، به آن نیاز دارند. گوگل به دنبال به کارگیری «خلاقان باهوش» است؛ یعنی کسانی که آزمایش می‌کنند، راهکار پیدا می‌کنند و از شکست نمی‌ترسند. کنجکاوی، همچنین یادگیری را تقویت می‌کند: یک فراتحلیل از ۲۰۰ مطالعه نشان داده که کنجکاوی به اندازه هوش مهم است و اشاره کرده که تعیین‌کننده کلیدی در عملکرد تحصیلی و همچنین مشارکت و عملکرد بیشتر در کار است. علم می‌گوید که درس‌های چالش‌برانگیز و سؤالات باز و همچنین پاسخ‌های جالب، کنجکاوی را تشویق می‌کنند و مشارکت دانش‌آموز را افزایش می‌دهند. به عبارت دیگر، زمانی که نوجوانان با موضوعاتی مواجه می‌شوند و پرسش و پاسخ آنها باعث مکث و تعجب می‌شود، بیشتر درگیر می‌شوند. بنابراین چگونه مریان می‌تواند ریسک‌پذیری خلاقانه را در عصر انطباق، وسواس آزمایش و آگاهی از ایمنی تقویت کنند؟ معلمان می‌توانند چالش‌های مختصر و روزانه‌ای مانند «به چند روش می‌توانید از گیره کاغذ استفاده کنید؟» یا «به چند روش می‌توانید از یک دایره چیزهایی به وجود آورید؟» را مطرح کنند. همچنین دانش‌آموزان می‌توانند هر روز در گروه‌های کوچکی کار کنند تا با طوفان فکری، راهکارهایی برای مشکلات جهان (مانند چگونگی جلوگیری از زورگویی یا تغییرات آب‌وهوایی) بیابند یا در کارگاه خلاقیت مدرسه، چیزهایی را سر هم کنند.

برخی مدارس و کلاس‌های درس، روز نوآوری<sup>۱۹</sup> برگزار می‌کنند که در آن، دانش‌آموزان موضوعی را انتخاب می‌نمایند که کنجکاوی‌شان را برمی‌انگیزد. سپس این موضوع را به صورت گروهی یا مستقل مطالعه و اکتشافات خود را ارائه می‌کنند. به طور مشابه، یادگیری مبتنی بر مسئله، دانش‌آموزان را تشویق می‌کند تا موضوعی را انتخاب کنند که به آنها مربوط می‌شود؛ سؤالات مهم پرسند و نمونه‌های اولیه را برای حل آن، ایجاد و آزمایش کنند. جوی که تفکر خارج از چارچوب را با مشارکت فعال تشویق می‌کند، دانش‌آموزان را برای کامیابی و پیشرفت در محیط‌های کاری آینده آماده می‌نماید.

<sup>18</sup> CURIOSITY (Abilities: Curious Mindset, Creative Problem-Solving, Divergent Thinking)

<sup>19</sup> Innovation Days

## ۶. پشتکار (توانمندی‌ها: طرز فکر رشد، هدف‌گذاری، یادگیری از شکست)<sup>۲۰</sup>

دنیا نامطمئن، نیازمند دانستن نحوه سازگاری و تحمل است. موفقیت در مدرسه و زندگی، به تلاش شخصی بستگی دارد. دانش‌آموزانی که دستاوردهای‌شان را به انگیزه درونی خود نسبت می‌دهند، نسبت به دانش‌آموزانی که فکر می‌کنند کنترل بر نتایج ندارند، خلاق‌تر و تاب‌آورتر هستند. یک نظرسنجی توسط انجمن ملی کالج‌ها و کارفرمایان نشان داد که ۱۰۰ درصد کارفرمایان از کارکنان انتظار دارند که سرسخت، حرفه‌ای و دارای اخلاق کاری قوی باشند. گرایش‌های فرزندپروری مانند کنترل‌گری<sup>۲۱</sup>، مانع‌برداری<sup>۲۲</sup> و نازپرورده کردن، تاب‌آوری کودکان را از بین می‌برد. به همین دلیل، برخی از مدارس برای تعدیل تمایلات حمایتی بیش از حد والدین تلاش می‌کنند. مثلاً، مدرسه پگاسوس در هانتینگتون بیچ<sup>۲۳</sup> کالیفرنیا، با شروع کلاس سوم، والدین را از آوردن تکالیف یا اقلام غیرضروری فراموش شده و همراهی فرزندشان در کلاس منع می‌کند. سایر مدارس نیز سیاست‌های مشابهی را اتخاذ کرده‌اند.

پادشاه‌های بیرونی نیز ایستادگی و شهامت را کاهش می‌دهند. به همین دلیل است که برخی از مریبان، ارائه مداوم جوایز و برچسب‌ها را کم می‌کنند. انگیزه یک فرآیند درونی است. تمرکز بر تلاش‌ها و نه نتایج نهایی، به ایجاد شهامت، فاعلیت<sup>۲۴</sup> و نگرش «من به این رسیدم»<sup>۲۵</sup> کمک می‌کند؛ چیزهایی که بچه‌ها برای حل و فصل چالش‌ها به آن‌ها نیاز دارند. ما باید همچنان به دانش‌آموزان کمک کنیم تا ذهنیت‌های رشد را توسعه دهند. اما چگونه؟

بیش از ۱۰۰۰ مطالعه نشان داده‌اند که تعیین اهداف بالا و خاص، با افزایش عملکرد کاری، پشتکار و انگیزه مرتبط است. هرگز مشاهده یک دبیرستان در دوندین نیوزیلند<sup>۲۶</sup> را فراموش نمی‌کنم؛ جایی که دانش‌آموزان هر روز خود را با تفکر درباره نحوه بهبود عملکرد درسی‌شان آغاز می‌کردند. آن‌ها یک حوزه یا مهارت تحصیلی را شناسایی می‌کردند، یک هدف خاص را یادداشت می‌کردند، برنامه خود را با یک شریک یادگیری در میان می‌گذاشتند تا مطمئن شوند که قابل دستیابی است، در صورت نیاز آن را اصلاح و سپس پیشرفت خود را پیگیری می‌کردند. آموزش مهارت‌هایی مانند تعیین هدف، ماندن در کار، مدیریت زمان و مدیریت موانع غیرقابل پیش‌بینی، به افزایش پشتکار کمک می‌کند. یک مطالعه روی دانشجویان کارشناسی نشان داد که خودهدایت‌گری<sup>۲۷</sup> مهم‌ترین عامل در آمادگی شغلی است.

## ۷. خوش‌بینی (توانمندی‌ها: تفکر خوش‌بینانه، ارتباطات جسورانه، امید)<sup>۲۸</sup>

بچه‌های خوش‌بین، چالش‌ها و موانع را موقتی می‌دانند و می‌توانند بر آن‌ها غلبه کنند؛ بنابراین احتمال موفقیت‌شان در

<sup>20</sup> PERSEVERENCE (Abilities: Growth Mindset, Goal Setting, Learning from Failure)

<sup>21</sup> helicoptering

<sup>22</sup> snowplowing

<sup>23</sup> Pegasus School in Huntington Beach

<sup>24</sup> agency

<sup>25</sup> I got this

<sup>26</sup> Dunedin, New Zealand

<sup>27</sup> Self directedness

<sup>28</sup> OPTIMISM (Abilities: Optimistic Thinking, Assertive Communication, Hope)

مدرسه و زندگی بیشتر است. بدین‌ها، چالش‌ها را دائمی می‌بینند (مانند بلوک‌های سیمانی که جابجایی آن‌ها غیرممکن است) و بنابراین، احتمال تسلیم‌شدن‌شان بیشتر است. مروری بر ۱۹ مطالعه نشان داد که آموزش نحوه بهبود دورنمای زندگی به دانش‌آموزان، می‌تواند از آنها در برابر افسردگی محافظت کند، رضایت از زندگی و تاب‌آوری آنها را افزایش دهد و قدرت یادگیری‌شان را بهبود بخشد. این نقطه قوت هفتم، بهره‌وری و مشارکت در کار را نیز افزایش می‌دهد. یک نظرسنجی از بیش از ۱۱۰۰۰ کارمند نشان داد که افراد دارای طرز فکر بسیار خوش‌بینانه، ۱۰۳ درصد بیشتر از افراد دارای سطح خوش‌بینی پایین، شغل خود را دوست دارند.

برای یادگیری خوش‌بینی یک فوریت وجود دارد: همانطور که قبلاً ذکر شد، از هر سه دانش‌آموز دبیرستانی، یک نفر احساس غم و ناامیدی مداوم را گزارش می‌کند. دسترسی فوری به اخبار آزاردهنده، ضرر دارد. یک دانشجوی سال اول از سن دیگو<sup>۲۹</sup> به من گفت که «همواره اتفاقات بد زیادی رخ می‌دهند و باعث می‌شوند فکر کنیم که دنیا ترسناک است». بیماری‌های همه‌گیر، تغییرات آب‌وهوایی، بلایای طبیعی و سایر رویدادهای غیرقابل پیش‌بینی در پیش هستند؛ به همین دلیل است که خوش‌بینی، برای ماندگاری در آینده بسیار مهم است. احساس کنترل داشتن، درماندگی را کاهش می‌دهد. برای تقویت خوش‌بینی، برخی از مدارس در اطلاعیه‌های صبحگاهی، داستان‌هایی از بچه‌های عادی که دنیا را بهتر می‌سازند، پخش می‌کنند. به درخواست دانش‌آموزان، دبیرستان گاردن سیتی<sup>۳۰</sup> در نیویورک، یک مانیتور تلویزیون را در ورودی خود اضافه کرده تا کلیپ‌های ویدیویی از اخبار محلی و ملی الهام‌بخش را نمایش دهد. چندین نوجوان به من گفتند که وقتی هر روز صبح وارد مدرسه می‌شدند، چقدر مشتاق دیدن این اخبار خوب بودند. یک نوجوان توضیح داد که «این تصاویر، ما را نسبت به آینده خود امیدوار می‌کند».

علاوه بر ایجاد یکپارچگی، پروژه‌های خدماتی مرتبط و دانش‌آموزمحور نیز می‌توانند خوش‌بینی را افزایش دهند. اما ممکن است مریان بخواهند از توصیه یک نوجوان از دبیرستان گلنبارد وست<sup>۳۱</sup> در ایلینوی پیروی کنند: «کودکان باید به خود این پروژه‌ها اهمیت دهند؛ نه اینکه برای درج در رزومه خوب‌اند».

## مسیر آینده

جهان، در حال تغییر است و شیوه‌های آموزشی ما نیز باید تغییر کنند. وظیفه اخلاقی ما است که این نسل را به محتوا و توانمندی‌هایی مجهز کنیم که برای مدیریت آینده‌ای غیرقابل پیش‌بینی و کامیابی، به آن نیاز دارند. انجام این کار ممکن است مهم‌ترین وظیفه آموزشی ما باشد.

پی‌نوشت: آدرس منابع علمی مقاله، در متن اصلی موجود است و در ترجمه حذف شده است.

<sup>29</sup> San Diego

<sup>30</sup> Garden City High School

<sup>31</sup> Glenbard West High School