

مجموعه چهارجلدی «مدرسه کیفی: از نظریه تا کاربردی» (۲)

**برانگیختن شوق یادگیری
بر اساس تئوری انتخاب و انگیزه درونی**

مقدمه..... ۹

بخش اول: تئوری و پژوهش

فصل ۱. شناختن انگیزه درونی..... ۱۳

سؤالی دربارهٔ باور شما ۱۵

انگیزه از درون ۱۶

خلاصه ۲۵

فصل ۲. شواهد پژوهشی..... ۲۶

اهداف و داده‌ها ۲۶

روابط مثبت، سلامت روان و امنیت ۲۷

روابط مثبت، اعتماد و پیشرفت مدرسه ۲۸

روابط مثبت، رفتار اخلاک‌گر و دستاورد تحصیلی ۲۹

اجتماع‌سازی و انگیزه تحصیلی ۳۱

فرایند تفکر مسئولانه: نتایج رفتاری و تحصیلی ۳۲

بازگشت به کلاس درس معمول ۳۳

تئوری انتخاب، رفتار دانش‌آموز و پیشرفت تحصیلی ۳۴

تئوری کنترل ادراکی، رفتار و آموزش مستمر کارکنان ۳۵

جلسات کلاسی، انگیزه و فرهنگ کلاسی مثبت ۳۶

تئوری انتخاب، کانون کنترل درونی و مسئولیت اجتماعی ۳۸

واقعیت‌درمانی، کنترل درونی و انگیزه موفقیت ۳۹

مدرسه کیفی گلسری: برتری تحصیلی و فضایی شادی بخش ۴۰

مدیریت راهبرانه و همکاری ۴۱

خلاصه ۴۳

بخش دوم: مدرسه ابتدایی

- فصل ۳. رقابت به اندازه همکاری اهمیت دارد ۴۷
- تفسیر ۵۵
- برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید ۵۷
- فصل ۴. به دانش‌آموزان کمک کنید برای یادگیری ارزش قائل شوند ۵۹
- تفسیر ۷۲
- برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید ۷۵
- فصل ۵. از رئیس‌مآبی تا راهبری ۷۷
- تفسیر ۸۶
- برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید ۸۷
- فصل ۶. «پیامد» یک واژه پنج حرفی نیست ۸۹
- تفسیر ۹۲
- برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید ۹۳

بخش سوم: مدرسه راهنمایی

- فصل ۷. روابط مثبت به کسب توانمندی و استانداردهای بالا کمک می‌کند ۹۷
- تفسیر ۱۱۱
- برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید ۱۱۳
- فصل ۸. خودارزیابی به تغییر پایدار منجر می‌شود ۱۱۵
- تفسیر ۱۲۷
- برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید ۱۳۰
- فصل ۹. برانگیختن از طریق همکاری ۱۳۱
- تفسیر ۱۴۷
- برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید ۱۴۸
- فصل ۱۰. همانی باشیم که انتخاب می‌کنیم ۱۴۹
- تفسیر ۱۵۳
- برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید ۱۵۴

بخش چهارم: دبیرستان

فصل ۱۱. ایجاد محیط ارضاکندهٔ نیاز.....	۱۵۹
پرداختن به نیاز تعلق دانش‌آموزان	۱۶۰
دادن حق انتخاب	۱۶۲
تفریح به بازدهی منجر می‌شود	۱۶۳
جلسات کلاسی ارضاکندهٔ نیاز هستند	۱۶۴
کُل برابر است با مجموع اجزا و بیشتر	۱۶۵
تفسیر	۱۶۹
برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید	۱۷۰
فصل ۱۲. از گفتن تا پرسیدن.....	۱۷۳
تفسیر	۱۸۱
برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید	۱۸۳
فصل ۱۳. از تحمیل کردن تا آموزش مسئولیت‌پذیری و پرورش روابط مثبت.....	۱۸۵
تفسیر	۱۹۶
برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید:	۱۹۷
فصل ۱۴. تأملات یک دانش‌آموز سال آخر دبیرستان	۱۹۹
تفسیر	۲۰۴
برای شروع می‌توانید این کارها را انجام دهید	۲۰۵
سخن پایانی.....	۲۰۷
منابع	۲۱۱
واژه‌نامهٔ انگلیسی به فارسی	۲۱۳
واژه‌نامهٔ فارسی به انگلیسی	۲۱۴
دربارهٔ نویسنده	۲۱۵

مقدمه

وقتی «مجبور» می‌شوید کاری را انجام دهید، عملکردتان چگونه است؟ آن کار را انجام می‌دهید، اما احتمالاً همه تلاش‌تان را نمی‌کنید. از آنجایی که انگیزه شخصی از درون می‌آید (یعنی شما از درون انگیزه‌مند هستید)، وقتی کسی شما را به انجام کاری «مجبور» می‌کند، هدف‌تان این است کاری کنید که راحت‌تان بگذارد. کنترل بیرونی شاید باعث شود از دیگری پیروی کنید، اما هرگز شما را بر نمی‌انگیزد نهایت تلاش‌تان را به کار بگیرید.

حالا به زمانی فکر کنید که نهایت تلاش‌تان را به کار بستید، زمانی که عملکردتان کیفیت بالایی داشت. بدون تردید تجربه انجام آن کار برایتان رضایت‌بخش بوده است و احتمالاً آن فعالیت سبب ایجاد رابطه‌ای میان شما و دیگران شده است. درحالی‌که غرق در انجام آن کار بودید، احساس شایستگی کردید و رضایتی را تجربه کردید که با کسب موفقیتی دشوار همراه است. احتمالاً در نحوه انجام آن کار از آزادی انتخاب برخوردار بودید یا حتی در اینکه آیا اصلاً آن را انجام بدهید یا نه، آزاد بودید. شاید آن کار لذت‌بخش بوده و در حین انجام‌دادنش چیزی آموختید. خلاصه، چون انجام آن کار نیازهایتان را ارضا کرده، دوست داشتید نهایت تلاش‌تان را برای انجامش به کار بگیرید.


در حالت اول که در بالا به آن اشاره شد، در پی آن بودید از کنترل دیگری فرار کنید. نتیجه هم پیرویِ حداقلی و عملکردی بی‌کیفیت بود. در حالت دوم انگیزه داشتید نهایت تلاش‌تان را به کار بگیرید، زیرا انجام کار باکیفیت به شما امکان می‌داد نیازهایتان را برآورده کنید. در هر دو حالت، شما از درون انگیزه داشتید.

طی بیش از ۳۰ سالی که به معلمی اشتغال داشته‌ام، دانش‌آموزانی را دیده‌ام که

نهایت تلاش‌شان را به کار می‌گیرند و دانش‌آموزانی را هم دیده‌ام که کمترین تلاش ممکن را نشان می‌دهند تا معلم‌ها و والدینی را که قصد کنترل‌شان را دارند خشنود سازند. در ۲۲ سال گذشته متوجه شده‌ام برانگیختن دانش‌آموزان برای سخت تلاش کردن، بی‌نهایت هیجان‌انگیزتر و به‌لحاظ حرفه‌ای پُربارتر است.

معلمی حقیقتاً مسئولیتی ترس‌آور است؛ درعین‌حال فرصتی شگفت‌انگیز نیز هست. ما هر روز آینده را در کلاس‌ها و مدارس مان خَلق می‌کنیم. اکنون زمان آن فرا رسیده که روان‌شناسی کنترل بیرونی را پشت سر بگذاریم؛ مدلی که هرچه در چنته داشته عرضه کرده است. با استفاده از روان‌شناسی کنترل درونی می‌توانیم محیط‌هایی برای یادگیری پدید بیاوریم که دانش‌آموزان و معلمان با دنبال کردن قاطعانه اهداف تحصیلی، نیازهایشان را برآورده می‌کنند.

کتاب *برانگیختن شوق یادگیری* نظریه‌ی جامعی از رفتار را معرفی می‌کند که مدل کنترل بیرونی غالب را به چالش می‌کشد. شما با پژوهش‌هایی آشنا خواهید شد که به کارآمدی رویکرد مبتنی بر روان‌شناسی کنترل درونی اعتبار می‌بخشند. روایت‌هایی داستانی از معلمان، مشاوران، مدیران و دانش‌آموزان واقعی خواهید خواند که از این تئوری در عمل استفاده کرده‌اند. اکنون زمان آن فرا رسیده فرزندان‌مان را در معرض آن دسته از تجارب یادگیری قرار بدهیم که با آنچه درباره‌ی رفتار و انگیزه‌ی انسان می‌دانیم مطابقت دارند و زمان آن فرا رسیده مدارس را ایجاد کنیم که بر اساس انگیزه‌ی درونی کار می‌کنند.



بخش اول



تئوری و پژوهش

شناختن انگیزه درونی

اکثر مدارس و کلاس‌های درس بر اساس مدل پاداش یا تنبیه عمل می‌کنند و تکنیک‌های محرک-پاسخ، اصلاح رفتار یا انضباط قاطع را به کار می‌گیرند. این مدل که ریشه در حکمت قرن نوزده دارد، بر این عقیده استوار است که رفتار انسان محصول عوامل محیطی است. با مشاهده نیروی محرکی که موجب خلق آثار برجسته هنری و سایر رفتارهای انسانی خودانگیخته می‌شوند می‌توانیم نقایص مدل پاداش یا تنبیه را شناسایی کنیم و به دلیل ناقص‌بودنش آن را کنار بگذاریم.

با توجه به اینکه یک قرن را با این عقیده پشت سر گذاشته‌ایم که محرک‌های بیرونی رفتار انسان را توضیح می‌دهند، برنامه‌های تربیت معلم عمدتاً در پی آن هستند که معلمان چگونگی پاداش و تنبیه نظام‌مند دانش‌آموزان را یاد بگیرند. از این رو، بسیاری از معلمان خود را مسئول شکل‌دهی به رفتار دانش‌آموزان از طریق دادن پاداش بیرونی به آنها برای فرمان‌بری می‌دانند. این در حالی است که نظام پاداش‌دادن به دانش‌آموزان در ازای کسب موفقیت تحصیلی، سبب بی‌ارزشی همان چیزی می‌شود که در پی‌اش هستیم، یعنی یادگیری. با این کار، ناخواسته پیامی کاملاً واضح به دانش‌آموزان می‌دهیم: «اگر به خاطر پاداشی که می‌دهیم نبود، آنچه به شما درس می‌دهیم ارزش یادگیری نداشت.» به‌طور خلاصه می‌توان گفت نظام آموزشی مبتنی بر پاداش و تنبیه اساساً ضدآموزشی است.

به‌عقیده ویلیام پاورز (۱۹۹۸: ۱۲۲)، بنیان‌گذار نظریه کنترل ادراکی که یکی از اولین

نظریه‌های بلیغ درخصوص کنترل درونی است:

افراد تجربیات خودشان را کنترل می‌کنند. تنها شیوه‌ای که می‌توانید واقعاً آنها را مجبور کنید آن‌گونه رفتار کنند که شما دوست دارید، از طریق تهدید یا استفاده از زور فیزیکی بسیار زیاد است؛ حتی این هم راه‌حلی موقتی است.

معلمان با این امر موافق هستند. نویسنده، مشاور و سخنران مشهور الفی کوهن (۱۹۹۳: ۱۴۴ و ۱۴۸) خاطر نشان می‌کند:

حقیقت ۱: کودکان خردسال برای آموختن، نیازی به پاداش گرفتن ندارند... .
حقیقت ۲: در هر سنی، تأثیر پاداش بر یادگیری کمتر از تأثیر انگیزه درونی بر یادگیری است... .
حقیقت ۳: پاداش دادن به یادگیری سبب تضعیف انگیزه درونی می‌شود.

اریک جنسن (۱۹۹۵: ۲۴۲)، نویسنده و مشاور آموزشی معروف در حوزه یادگیری مغز محور، می‌نویسد:

اگر شاگرد تکلیفی را برای پاداشش انجام بدهد، این‌طور درک خواهد شد که این تکلیف ذاتاً ناخوشایند است. استفاده از پاداش را فراموش کنید... . کاری را که در مدارس انجام می‌شود معنادار، مرتبط و مفرح کنید. در این صورت مجبور نخواهید شد به دانش‌آموزان باج بدهید.

همان‌طور که ویلیام گلسر (۱۹۹۰: ۴۱)، مبدع تئوری انتخاب و چهره معروف بین‌المللی در حوزه روان‌شناسی کنترل درونی اشاره می‌کند:

آنچه بیرون از ما رخ می‌دهد تأثیر زیادی دارد بر آنچه انتخاب می‌کنیم انجام بدهیم، اما رویداد بیرونی سبب رفتار ما نمی‌شود. تمام چیزی که از بیرون

دریافت می‌کنیم اطلاعات است؛ اینکه چگونه انتخاب کنیم بر اساس آن اطلاعات اقدام کنیم به ما بستگی دارد.

برای آنکه بتوانیم تئوری‌های روان‌شناسی را با موفقیت به کار بگیریم ضروری است دانش کافی درباره آنها داشته باشیم. برای استفاده حداکثری شما از مطالعات موردی که بخش عمده‌ای از کتاب حاضر را تشکیل می‌دهند، این فصل یک خلاصه کلی جامع از روان‌شناسی کنترل درونی با تأکید بر تئوری انتخاب ارائه می‌دهد. من به چند دلیل بر تئوری انتخاب تأکید می‌کنم:

- تئوری انتخاب یک تئوری جامع از رفتار انسان است، نه صرفاً مجموعه‌ای از راهکارها.
- ویلیام گلسر بیش از چهل سال در مدارس فعالیت کرده است. ایده‌های وی از بوته آزمایش زمان سربلند بیرون آمده‌اند و کیفیت آموزش و پرورش را بهبود بخشیده‌اند.
- تئوری انتخاب رویکردی است که من بیش از بیست سال در زندگی شخصی و حرفه‌ای‌ام به کار بسته‌ام.

سؤالی درباره باور شما

اگر باور دارید رفتار انسان محصول پاداش و تنبیه است و رویدادهای بیرونی ما را «مجبور» به همان کارهایی می‌کنند که انجام می‌دهیم، در این صورت بی‌تردید از مدل کنونی آموزش و پرورش راضی هستید. در مقابل، اگر به اراده آزاد و مسئولیت شخصی باور دارید، در این صورت با مدل غالب در آموزش و پرورش که بر پاداش، تنبیه و میل به کنترل بیرونی دیگران استوار است، مشکل دارید. اگر باور دارید پاداش و ترس از تنبیه نمی‌تواند توجیهی برای دستاوردهای ما باشد، آنگاه روان‌شناسی کنترل

درونی برایتان معنادار خواهد بود و پیش از این درک کرده‌اید ما از درون برانگیخته می‌شویم.

به‌عنوان فردی که به مسئولیت شخصی باور دارد، این عقیده را که توسط پاداش و تنبیه شکل گرفته‌ام رد می‌کنم. نیروهای بیرونی روی من تأثیر دارند، اما موجب «شکل‌دهی» من نمی‌شوند. من مسئولیت موفقیت‌ها و شکست‌های خودم را می‌پذیرم. آزادی، انتخاب و مسئولیت‌پذیری جوهره وجود انسان هستند و من کاملاً به آنها ایمان دارم. من این باورها را برای دانش‌آموزان، معلمان و والدینی که هر روز با آنها کار می‌کنم، بازگو می‌کنم. به همین دلیل است که این کتاب را نوشته‌ام. این چیزی است که به آن باور دارم.

انگیزه از درون

روانشناسی کنترل درونی بر این باور استوار است که افراد/از درون انگیزه‌مند هستند، نه از بیرون. دستورالعمل‌های قدرتمندی که در ساختار ژنتیکی مان قرار دارند، ما را به رفتارکردن وامی‌دارند. دنیای بیرونی، من جمله تمام پاداش‌ها و تنبیه‌ها، فقط به ما اطلاعات می‌دهد. این دنیا ما را به انجام هیچ کاری مجبور نمی‌کند.

جای تعجب نیست که دانش‌آموزانی که به‌مدت طولانی تحت نظام پاداش یا تنبیه بوده‌اند، خودشان را «فاقد» کنترل می‌بینند: افرادی که موفقیت یا شکست‌شان از نیروهای بیرون از خودشان ناشی می‌شود. آنها مسئولیت‌گریز می‌شوند. وقتی مکرراً به بچه‌ها گفته‌ایم آنها را «مجبور» خواهیم کرد خوب رفتار کنند، تکلیف‌هایشان را انجام بدهند، مطالب محول‌شده را یاد بگیرند و مواردی از این دست، پرورش ذهنیت مسئولیت‌گریزی در آنها نباید ما را متعجب کند. تکیه ما بر اصول روان‌شناسی کنترل

بیرونی سهواً جمعیتی از افراد را تربیت کرده که مسئولیت شخصی را نمی‌پذیرند، و نمی‌پذیرند که زندگی‌شان عمدتاً محصول انتخاب‌های خودشان است؛ اتفاقی که هشداردهنده است.

جامع‌ترین روان‌شناسی کنترل درونی، تئوری انتخاب ویلیام گلسر (۱۹۹۸)، یک تئوری زیستی است که می‌گوید ما با نیازهای ویژه‌ای متولد می‌شویم و به‌صورت ژنتیکی دستورالعمل‌هایی برای ارضای آنها داریم. تمام رفتارهای ما بهترین تلاش‌مان در هر لحظه برای ارضای نیازهای اساسی یا دستورالعمل‌های ژنتیکی‌مان است. علاوه بر نیاز جسمانی برای بقا، چهار نیاز اساسی روان‌شناختی داریم که باید ارضا شوند تا به‌لحاظ هیجانی سلامت باشیم:

- تعلق یا پیوند
- قدرت یا شایستگی
- آزادی
- تفریح

نیاز به تعلق یا رابطه ما را برمی‌انگیزد تا روابط با دیگران را پرورش دهیم و با آنها همکاری کنیم. اگر نیاز به تعلق و رابطه نبود، فقط تلاش می‌کردیم مستقل باشیم. این دستورالعمل اجتماعی، همکاری را فراسوی استقلال و به‌سمت وابستگی متقابل و اجتماع سوق می‌دهد. مدارس می‌توانند محیط‌هایی باشند که در آن دانش‌آموزان (و کارکنان) این تمایل به پیوند و احساس تعلق را برآورده کنند. برای خَلق مدرسه‌ای برآورنده نیاز که ویژگی‌اش دستاوردهای فراوان است، ساختن نوعی حال‌وهوای ارتباطی و اجتماعی این‌چنینی ضرورت دارد.

نیاز به قدرت چیزی فراتر از انگیزه برای سلطه‌داشتن است. قدرت از طریق شایستگی، دستاورد و مهارت کسب می‌شود. دستورالعمل ژنتیکی ما برای کسب

دستاورد، یافتن مهارت‌های جدید و تحسین‌شدن برای موفقیت‌هایمان است. دستورالعمل ژنتیکی برای باکفایت‌بودن و موفق‌شدن، برای معلمان بسیار حائز اهمیت است. با علم به اینکه ما برای موفقیت از درون برانگیخته می‌شویم، می‌توانیم مدارس بسازیم که در آنها دانش‌آموزان و کارکنان به‌شیوه‌ای قدرت و شایستگی کسب کنند که هم‌راستا با رسالت آموزشی است. دانش‌آموزانی که از درون دارای انگیزه هستند شاید قدرتمند باشند، اما ممکن است ندانند چگونه به‌شیوه‌ای مسئولانه این قدرت را به دست آورند. یکی از وظایف ما به‌عنوان معلم این است که به بچه‌ها یاد بدهیم چگونه به‌شیوه‌ای مسئولانه قدرتمند باشند. خیلی مهم است نسبت به قلدری و سایر رفتارهای «قدرت‌بر» که می‌توانند مدرسه را نابود کنند گوش‌به‌زنگ باشیم. وقتی به دانش‌آموزان کمک کنیم شیوه‌های مسئولانه برای افزایش قدرت شخصی خود را از طریق کسب شایستگی تحصیلی پرورش دهند، کمتر احتمال دارد به‌شیوه‌های مخرب در پی کسب قدرت باشند.

ما انسان‌ها برای آزادبودن و انتخاب‌کردن نیز دارای انگیزه هستیم. داشتن آزادی انتخاب بخشی از معنای انسان‌بودن و یکی از دلایلی است که گونه‌ ما توانسته تکامل بیابد، سازگار شود و رشد کند. معلمان کارآمد به دانش‌آموزان کمک می‌کنند انگیزه آزادبودن را به‌شیوه‌ای دنبال کنند که در ضمن آن با سایرین محترمانه رفتار کنند. دانش‌آموزانی که خودشان را افرادی می‌بینند که از آزادی کافی برخوردارند، دیگر مدام به‌دنبال ارضای این نیاز نخواهند بود. در مقابل، دانش‌آموزانی که خودشان را افرادی می‌بینند که هیچ انتخابی ندارند، طوری رفتار خواهند کرد که فکر می‌کنند آزادی موردنظرشان را به آنها خواهد داد. اغلب اوقات رفتارهای آنها کلاس را به هم می‌ریزد، مزاحم یادگیری می‌شود و آسیب جسمی به دیگران وارد می‌کند. معلمانی که روان‌شناسی کنترل درونی را می‌فهمند، محیط‌هایی ایجاد می‌کنند تا در محدوده‌ای ایمن

و مناسب رشد و بهینه برای یادگیری، آزادی کافی برای دانش‌آموزان فراهم باشد. هروقت چیز جدیدی یاد می‌گیریم، تفریح می‌کنیم؛ تفریح پنجمین انگیزه جهان‌شمول انسان است. این نشاط و احساس اکتشاف است که به ما امکان می‌دهد تا جایی که می‌توانیم بیاموزیم. گلسر (۱۹۹۰) قید می‌کند تفریح پاداش ژنتیکی یادگیری است. رابطه نزدیک بین تفریح و یادگیری از اهمیت خاصی در مدارس برخوردار است. کلاس درس بدون شادی هرگز دانش‌آموزان را بر نمی‌انگیزد به‌طور منظم کار تحصیلی کیفی انجام دهند. معلمان باتجربه کلاس‌های درس شادی ایجاد می‌کنند که به کسب دستاوردهای تحصیلی کیفی کمک می‌کند. وقتی معلمان و بچه‌ها تفریح می‌کنند، عمیق‌تر و بهتر یاد می‌گیرند و دانش‌آموزان میل شدید به یادگیری را که در مقطع پیش‌دبستانی آشکارا دیده می‌شود، حفظ می‌کنند.

نیازهای اساسی ما به خلق دنیایی منحصربه‌فرد و ایدئال در درون هریک از ما می‌انجامد که به ما انگیزه می‌دهد. درحالی‌که نیازی جهانی من را برمی‌انگیزد تا با دیگران پیوند و تعلق داشته باشم، این فردیت من است که مرا سوق می‌دهد با یک فرد خاص پیوند برقرار کنم و هنگام انجام یک فعالیت خاص احساس تعلق کنم. ما در طول حیات‌مان دنیایی ایدئال خلق می‌کنیم که شامل افراد، رفتارها، ارزش‌ها و باورهایی است که برای ما مهم‌اند. در تئوری انتخاب، این دنیای ایدئال «دنیای مطلوب» نام دارد؛ اما صرف‌نظر از اینکه چه نامیده می‌شود، این دنیا منبع انگیزه ما است. از آنجایی‌که تمرکز این کتاب بر انگیزه درونی است، من برای اشاره به این مفهوم از عبارت «دنیای درونی» استفاده خواهم کرد. وقتی دانش‌آموزان سخت کوشیدن و یادگیری حداکثری را در این دنیا قرار بدهند، از نظر علمی شکوفا خواهند شد.

هر چیزی که در دنیای درونی‌مان قرار می‌دهیم، به یک یا چند نیاز اساسی خودمان ربط دارد: تعلق، قدرت، آزادی، تفریح و بقا. دلیل اینکه یک شخص، فعالیت، باور یا ارزش به بخشی از دنیای درونی ما تبدیل می‌شود، دقیقاً این است که برآورنده یک نیاز

است. هریک از ما دنیای درونی خودش را می‌سازد و هیچ‌دو انسانی، حتی دوقلوهای همسان، وجود ندارند که تصاویر یکسانی در دنیای مطلوب‌شان داشته باشند. آنچه در دنیای درونی‌مان قرار می‌دهیم چیزی است که تمایل داریم برای رسیدن به آن تلاش کنیم. اگر می‌خواهیم دانش‌آموزان بیشتری را برانگیزیم تا کاری باکیفیت انجام دهند، باید محیط‌هایی برای یادگیری خلق کنیم که تعداد بیشتری از دانش‌آموزان مدرسه، یادگیری و سخت‌کوشیدن را در دنیای درونی خود قرار دهند. این مهم‌زمانی رخ می‌دهد که دانش‌آموزان دریابند در محیطی که برایشان احساس ایمنی و بقا فراهم می‌شود، یادگیری کمک‌شان می‌کند با دیگران ارتباط برقرار کنند، احساس کفایت کنند، حق انتخاب داشته باشند و لذت ببرند.

آنچه «واقعیت» می‌نامیم، دنیایی است که تجربه می‌کنیم، یعنی دنیای ادراکی. در اصل، ادراک همان واقعیت است. به‌لحاظ تئوری، دنیای ادراکی می‌تواند با دنیای واقعی مطابقت داشته باشد. با این حال، این دو معمولاً تا حدودی با هم متفاوت‌اند، چون اطلاعات طی سفر از دنیای واقعی (بیرون از ما) به دنیای ادراکی (دنیایی که ما در ذهن‌مان می‌سازیم) تغییر می‌کنند.

در ابتدا، حواس ما بر اطلاعاتی که از دنیای بیرونی می‌آید حداقل تا اندازه‌ای اثر می‌گذارد. به‌دلیل محدودیت‌هایی که در سیستم حسی خود داریم، اطلاعات ورودی تغییر می‌کند. ما بر اساس آنچه می‌بینیم و می‌شنویم، تصمیم می‌گیریم. اگر اطلاعات را در سطح حواس دریافت نکنیم مانند این است که، لاقلاً تا آنجا که به ما مربوط می‌شود، اصلاً چیزی وجود نداشته است.

در مرحله بعدی، اطلاعات از فیلتری عبور می‌کند که در تئوری انتخاب فیلتر دانش کلی نامیده می‌شود. یک کارکرد طبیعی در انسان، فهمیدن اطلاعات است. ما موجوداتی معنا‌ساز هستیم و یکی از شیوه‌هایی که این‌گرایش خودش را نشان می‌دهد، فهمیدن

دنیا بر اساس دانش کنونی مان است. ما به صورت ناهشیار اطلاعات ورودی را پردازش می‌کنیم تا با مدل ازپیش موجود خودمان از «واقعیت» مطابقت داشته باشد. درست همان‌طور که روان‌شناسان اولیه رفتار انسان را بر اساس استدلال علت و معلول فیزیک نیوتنی (که در آن زمان غالب بود) درک می‌کردند، هریک از ما بر اساس دانش کنونی خودمان معنا را می‌سازیم. گاهی دانش قبلی ما صحیح است و اطلاعات ورودی تحریف نمی‌شود. اما گاهی دانش ما ناقص است. معلمان باتجربه با سؤال کردن از دانش قبلی دانش‌آموزان، پیش از آنکه مفاهیم جدید را آموزش بدهند، این مسئله را همواره ارزیابی می‌کنند. آنها می‌دانند دانشی که دانش‌آموزان با خودشان به کلاس می‌آورند بر یادگیری آنها اثر می‌گذارد. ما می‌توانیم با افزودن اطلاعات جدید به فیلتر دانش کلی، ادراک را تحت تأثیر قرار دهیم. با داشتن اطلاعات جدید و صحیح، ادراک ما شباهت بیشتری به «دنیای واقعی» پیدا می‌کند. معلمان کارآمد سعی می‌کنند مطمئن شوند که دانش‌آموزان به صحیح‌ترین دانش ممکن مجهزند و ادراک آنان با واقعیت بیرونی مطابقت دارد.

درنهایت، اطلاعات از فیلتری به‌نام فیلتر ارزش‌گذاری عبور می‌کند. بسته به اینکه آیا اطلاعات ورودی نیازی از ما را در آن لحظه برآورده می‌کند یا نه (اغلب به صورت ناآگاهانه)، به تمام اطلاعات ورودی ارزش مثبت، منفی یا خنثی می‌دهیم. هر قدر چیزی را مثبت‌تر یا منفی‌تر ارزش‌گذاری کنیم، بیشتر احتمال دارد آن را به‌گونه‌ای متفاوت از دیگران ادراک کنیم. این امر می‌تواند تبیینی برای یک رویداد معمولی باشد: دو دانش‌آموز (یا کارمند مدرسه) ممکن است چیزی را در «دنیای واقعی» مشاهده کنند و توضیحات کاملاً متفاوتی بدهند درباره آنچه شاهدش بودند، چون ارزش‌ها بر آنچه آنها «دیدند» اثر می‌گذارد. اغلب ما فرض را بر این می‌گذاریم که ادراک ما درست است و ادعا می‌کنیم دیگری «اصلاً متوجه موضوع نیست». اما یک بار خردمندی گفت: «من درست متوجه می‌شوم؛ فقط به‌شیوه‌ای متفاوت از تو متوجه می‌شوم.» وقتی

معلم به کلاس می‌گوید قرار است فعالیت جدیدی انجام بدهند، دانش‌آموزان بر اساس دانش موجود و ارزش‌های کنونی‌شان، ادراکی از فعالیت آتی خلق می‌کنند. زمانی که این فعالیت به کلاس درسی مملو از دانش‌آموزان اعلام می‌شود، «واقعیت» یگانه و عینی آن فعالیت به «واقعیت‌های» چندگانه تبدیل می‌شود. معلمانی که روان‌شناسی کنترل درونی را می‌فهمند، می‌دانند «واقعیت» پیچیده‌تر از آن است که در ابتدا به نظر می‌رسد.

مخلص کلام اینکه ما از طریق حواس خود اطلاعات را دریافت می‌کنیم، بر اساس دانش خود آن را درک می‌کنیم و با مقایسه‌کردنش با ارزش‌های شخصی‌مان، آن را ارزش‌گذاری می‌کنیم. ما به‌صورت فعالانه ادراک‌هایی می‌سازیم که باور داریم با آنچه در «دنیای واقعی» وجود دارد، برابرند. اینکه آیا این ادراکات به‌درستی منعکس‌کننده واقعیت هستند یا نه، اساساً توفیری ندارد. ما بر اساس ادراکاتی که خودمان شکل می‌دهیم زندگی می‌کنیم.

مغز ما لحظه‌به‌لحظه در حال مقایسهٔ دو ادراک است: تصویر درونی از اینکه دوست داریم در آن لحظه دنیا چگونه باشد، و ادراک خودمان از آنچه در آن لحظه واقعی است. هنگام مقایسهٔ این دو، به‌صورت خودکار ارزیابی می‌کنیم این دو ادراک تا چه اندازه به هم نزدیک و شبیه‌اند. اگر این دو تا اندازه‌ای شبیه باشند، ترازوی درونی ما متعادل است و زندگی‌مان لاف‌لاقل در آن لحظه ارضاکنده است. از طرف دیگر، اگر این دو ادراک خیلی با هم متفاوت باشند، ترازوی درونی‌مان از تعادل خارج می‌شود و پیامی دریافت می‌کنیم که می‌گوید چیزی درست نیست.

تصور کنید شما معلم ریاضی هستید و در حال تدریس مفهومی جدید به دانش‌آموزان هستید. جلوی کلاس ایستاده‌اید و در حال اشاره به نکتهٔ مهمی هستید. همهٔ معلم‌ها تصویری دارند از اینکه در زمان‌هایی مثل این، کلاس باید چگونه به نظر برسد. نوعاً، چیزی که می‌خواهید این است که دانش‌آموزان توجه کنند، در درس