

Təhsil mühitində şəfqət: Şəfqətli müəllim davranışlarının şagird performansına təsiri

“Şagirdlər sizin nə qədər bildiyinizi yox, onlara **nə qədər qayğı göstərdiyinizi** hiss etdikdə dərslə maraqlanmağa başlayırlar.”

— *John C. Maxwell*

Yazıçı və müəllim olan John C. Maxwell-in bu sözləri müəllimlik peşəsinin əsasında duran bir həqiqəti xatırladır: Təhsil yalnız bilik ötürmək deyil; qarşıdakı insanı görüb onunla mənalı əlaqə qurmaq, duyğu və ehtiyaclarını oxuya bilmək, və daha dərinlə baxdıqda — bu dünyada böyüyərkən sən dəstəyinlə öyrənən bir varlığa **şəfqət** göstərə bilməkdir.

Stanford Universiteti şəfqət terminini bu şəkildə izah edir: **Şəfqət çətinliyin, narahatlığın, əzabın fərqiə varmaq, onu görməyə könüllü olmaq (ondan qaçmamaq) və onu azaltmaq niyyəti ilə hərəkətə keçməkdir.**

Bu tərif şəfqəti yalnız bir emosional reaksiya kimi deyil, **aktiv və niyyət yönümlü** bir davranış forması kimi təqdim edir. Təhsil mühitində isə bu o deməkdir ki, müəllim sinifdəki gecikən, dərsi anlamayan və ya aqressiv davranan şagirdin davranışını yalnız nizam-intizam problemi kimi deyil, **insani bir çətinliyin** ifadəsi kimi görür. Və ona uyğun şəfqətli bir yanaşma sərgiləməyə çalışır.

Məsələn, müəllim sinfə daim gecikən bir şagirdi cəzalandırmaq əvəzinə, ona sadə bir sual verir: “Nə baş verir ki, son zamanlarda dərslərə gecikirsən?” Bu sadə sual həm qarşıdakı insana dəyər verdiyimizi göstərir, həm də şəfqətin ilk addımı olan **fərqiə varmaq və maraqlanmaq** bacarığını nümayiş etdirir.

Şəfqət çox vaxt empatiya ilə qarışdırılır. Halbuki **neyroloji** baxımdan bu iki hal arasında mühüm fərqlər var. Empatiya, başqasının əzabını özümüzünmüş kimi hiss etməkdir. Bu hal beyində “ağrı mərkəzlərini” aktivləşdirərək bizi yorur, tükəndirir və zamanla “empatik yorğunluq” yarada bilər.

Şəfqətin empatiyadan əsas fərqi gördüyümüz çətinlik ilə qalmaqdan bir addım irəli gedib onu azaltmaq üçün **hərəkətə keçməkdir**. Araşdırmalar göstərir ki, şəfqət halı zamanı beyin **mükafat və motivasiya mərkəzlərini** aktivləşdirir. Yəni şəfqət bizi gücdən salmır – əksinə, daha çox dəstək verməyə motivasiya edir.

Tədqiqatlar şəfqətli müəllim davranışlarının həm şagird performansına, həm də məktəbdaxili iqlimə ciddi təsir etdiyini sübut edir. Professor **John Hattie-nin** genişmiqyaslı tədqiqatı olan **Visible Learning, 300 milyondan çox şagirdi əhatə edən 132,000 tədqiqat əsasında aparılmış 2,100-dən çox meta-analizi** bir araya gətirir. Bu, təhsil sahəsində bu günə qədər həyata keçirilmiş ən dərin və sistemli tədqiqatlardan biridir və əsas məqsədi şagirdlərin akademik nailiyyətlərinə təsir edən faktorların araşdırılmasıdır. Tədqiqatın nəticələrinə görə, müəllim-şagird münasibətlərinin akademik nailiyyətlərə təsiri **d = 0.72**-dir. Bu rəqəm, 0.40 olan orta göstəricidən (bir ilin öyrənmə inkişafı) xeyli yüksəkdir və o deməkdir ki, **müsbət müəllim-şagird**

münasibətləri sayəsində şagirdin təxminən 1.5 illik əlavə akademik inkişaf əldə etməsi mümkündür.

213 sosial-emosional öyrənmə (SEL) proqramını və bu proqramların tətbiq olunduğu **270 minə yaxın şagirdi** əhatə edən və ABŞ-da aparılmış başqa bir tədqiqata əsasən, nəzarət qrupuyla müqayisədə, sosial-emosional öyrənmə proqramlarında iştirak edən şagirdlərdə sosial və emosional bacarıqlar, davranışlar və akademik göstəricilər əhəmiyyətli dərəcədə yaxşılaşmışdır. Bu irəliləyiş **akademik nailiyyətlərdə 11 faiz bəndi (percentile point) artımla** özünü göstərmişdir.

Müxtəlif ölkələrdə aparılmış dərslər müşahidələri göstərir ki, şagirdlər şəfqətli müəllimləri daha çox **dinləyir**, dərslərə qarşı **motivasiyaları** artır, **dərketmə** qabiliyyətləri güclənir. Sınıfdə şəfqət əsaslı yanaşma **intizam problemlərinin azalmasına**, müəllim–şagird münasibətlərinin dərinləşməsinə səbəb olur. Müəllimlər özlərini daha çox mənalı və dəyərli hiss edirlər, bu da müəllimlər arasında sıx müşahidə olunan **tükənmişlik sindromu** riskini azaldır.

Bəs müəllimlər bu şəfqətli yanaşmanı necə göstərə bilirlər?

Bu sualın cavabı bizi əhəmiyyətli bir yerə aparır: **Özünə şəfqət**

Çünki bir insanın başqasına şəfqətlə yanaşa bilməsi üçün, əvvəlcə özü ilə münasibətinin sağlam olması vacibdir. Müəllimlik peşəsi isə bu baxımdan olduqca çətin və emosional yükü ağır olan bir sahədir.

Hər gün bir-birindən tamamilə fərqli, müxtəlif yaş və inkişaf mərhələsində olan onlarla şagirdlə ünsiyyət, onların duyğusal ehtiyacları və davranış formaları, rəhbərlikdən və valideynlərdən gələn müxtəlif gözləntilər – bütün bunlar müəllimlərin emosional və psixoloji tükənmə riskini artırır.

Müəllimin özünə qarşı şəfqətli və anlayışlı olması, öz ehtiyaclarını və sərhədlərini tanıması, səhvlərinə qarşı sərt deyil, öyrədici münasibət bəsləməsi olduqca vacibdir. Özünə şəfqət, müəllimin həm peşəkar, həm də şəxsi rifahının təməlidir.

Məhz bu səbəbdən növbəti məqalədə **müəllimlər üçün özünə şəfqət** mövzusunə toxunacağıq.

İstinadlar:

1. Jazaieri, H., Jinpa, G.T., McGonigal, K. et al. Enhancing Compassion: A Randomized Controlled Trial of a Compassion Cultivation Training Program. J Happiness Stud 14, 1113–1126 (2013). <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9373-z>
2. Compassion Institute & Stanford Center for Compassion and Altruism Research and Education (CCARE). <https://www.compassioninstitute.com/>
3. Visible Learning+, <https://www.visiblelearningmetax.com>

4. Durlak, Joseph A.; Weissberg, Roger P.; Dymnicki, Allison B.; Taylor, Rebecca D.; Schellinger, Kriston B. (January 2011). "The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions: Social and Emotional Learning". *Child Development*. 82 (1): 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x> PMID 21291449. S2CID 5689540