

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تربیت کودک، اندیشه

دکتر محسن شکوهی یکتا

دانشیار دانشگاه تهران

سرشناسه	: شور، میرنا بی. (Shure, Myrna B.)
عنوان و پدیدآور	: تربیت، کودک، اندیشه / ترجمه و تألیف محسن شکوهی یکتا.
مشخصات نشر	: تهران: مؤسسه فرهنگی هنری تربیت نوین، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۲۱۸ ص: مصور.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۷۱۱-۵-۶
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	عنوان اصلی: Raising A Thinking Child Workbook: I Can Problem Solve - 2000
یادداشت	: چاپ قبلی: سپیدبرگ، ۱۳۸۷.
موضوع	: کودکان -- اختلاف با دیگران.
موضوع	: Interpersonal conflict in children
موضوع	: حل مساله در کودکان
موضوع	: Problem solving in children
موضوع	: مهارت های اجتماعی در کودکان
موضوع	: Social skills in children
موضوع	: کودکان -- سرپرستی
موضوع	: Child rearing
شناسه افزوده	: دیج-نیمو، تریزا فوی
شناسه افزوده	: DiGeronimo, Theresa Foy
شناسه افزوده	: شکوهی یکتا، محسن، ۱۳۳۸ - ، مترجم
رده بندی کنگره	: ۹۱۳۹۵ ص ۷ الف ۷۳ BF
رده بندی دیویی	: ۶۴۹/۱
شماره کتابخانه ملی	: ۴۴۸۱۲۵۳



نام کتاب:	تربیت، کودک، اندیشه
ترجمه و تألیف:	محسن شکوهی یکتا
ویراستار:	دکتر هانیه شیرازیان
ناشر:	مؤسسه فرهنگی هنری تربیت نوین
تیراژ:	۵۰۰ نسخه
نوبت چاپ:	اول - پاییز ۱۳۹۵
لیتوگرافی، چاپ و صحافی:	دیارنگ
قیمت:	۱۸۹۰۰ تومان
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۹۱۷۱۱-۵-۶
	ISBN: 978-600-91711-5-6

تکثیر، توزیع و تدریس این اثر فقط با مجوز کتبی و نظارت مؤسسه فرهنگی تربیت نوین مجاز است.

فهرست مطالب

۱	 سخنی با شما
۴	 مقدمه
۹	 بخش اول: موقعیت‌های والدین با کودک
۱۰	 آغاز گزارش‌نویسی والدین
۱۱	 جدول الف - ۱: روش حل مسئله: گفت‌وگوهای انجام شده بین والدین و کودک
۱۳	 در آشپزخانه
۱۳	 واژگان حل مسئله: مجموعه اول
۱۷	 واژگان حل مسئله: مجموعه دوم
۱۸	 مرحله به مرحله: پیش رفتن
۲۰	 نظرهای کودکان
۲۱	 برگه مربوط به نظرهای کودکان
۲۲	 واژگان حل مسئله: مجموعه سوم
۲۵	 صفحات مربوط به والدین
۳۵	 در اتاق خواب
۳۵	 واژگان حل مسئله: مجموعه اول
۳۸	 واژگان حل مسئله: مجموعه دوم
۳۹	 برگه مربوط به نظرهای کودکان
۴۰	 بیان احساسی
۵۰	 واژگان حل مسئله: مجموعه سوم
۵۵	 صفحات مربوط به والدین
۶۳	 در حمام (دستشویی)
۶۳	 واژگان حل مسئله: مجموعه اول
۶۶	 واژگان حل مسئله: مجموعه دوم
۶۷	 برگه مربوط به نظرهای کودکان
۶۸	 واژگان حل مسئله: مجموعه سوم
۷۱	 چه کار دیگری می‌توانم انجام دهم؟
۷۲	 صفحات مربوط به والدین
۸۱	 در اتاق نشیمن
۸۱	 واژگان حل مسئله: مجموعه اول

۸۴		واژگان حل مسئله: مجموعه دوم
۸۵		برگه مربوط به نظرهای کودکان
۸۶		واژگان حل مسئله: مجموعه سوم
۸۸		تسلسل، توالی امور
۹۰		صفحات مربوط به والدین
۹۶		تمرین های بیشتر
۹۶		چه احساسی در این باره دارید؟
۹۷		چه احساسی درباره این مسئله دارم؟
۹۸		آیا هر دو احساس مشابهی نسبت به آن داریم؟
۹۸		اینجا چه خبر است؟
۱۰۰		صفحات مربوط به والدین
۱۰۴		جدول الف - ۲: روش های مسئله: گفت و گوهای انجام شده بین والدین و کودک
۱۰۵		صفحات مربوط به والدین
۱۰۷		بخش دوم: موقعیت های کودک ب کودک
۱۰۸		مجموعه ب - ۱: راهی به سوی شایستگی
۱۰۹		کودکان هم سلیقه های مختلف دارند
۱۱۴		آیا هر دو راجع به این مسئله احساسی مشابه دارند؟
۱۱۶		صفحات مربوط به والدین
۱۱۸		آیا این فکر خوبی است؟
۱۲۲		آیا الآن زمان مناسبی است؟
۱۲۴		صفحات مربوط به والدین
۱۲۷		بیاید قصه بسازیم: دو چرخه
۱۳۲		داستان خودم
۱۳۴		مشکل چیست؟
۱۳۶		صفحات مربوط به والدین
۱۴۲		برگه مثال ها: بازی ویدیویی
۱۴۵		چه کار دیگری می تواند بکند؟ بازی ویدیویی
۱۴۷		این پسر چه کار دیگری می تواند بکند؟ کامیون
۱۴۸		جدول های حل مسئله
۱۵۲		چه کار دیگری می توانند بکنند؟ برنامه تلویزیونی
۱۵۴		صفحات مربوط به والدین
۱۵۷		قبل / بعد: بعد چه اتفاقی می افتد؟
۱۵۹		صفحات مربوط به والدین

- نمونه کار: او من را هل می دهد! ۱۶۱
- چه اتفاقی ممکن است بعداً رخ دهد؟ او من را هل می دهد! ۱۶۳
- چه اتفاقی ممکن است بعداً رخ دهد؟ من آن قایق را می خواهم! ۱۶۵
- داستان احساسی: خرس پارچه‌ای ۱۶۸
- بعد چه اتفاقی خواهد افتاد؟ نقاشی ۱۷۱
- صفحات مربوط به والدین ۱۷۴
- چه اتفاقی خواهد افتاد اگر من این کار را انجام دهم؟ نرگس نمی خواهد با من بازی کند ۱۷۷
- چه خواهد شد اگر این کار را بکنم؟ داستان خودم ۱۷۹
- مجموعهٔ ب - ۲: راهی به سوی شایستگی ۱۸۲
- صفحات مربوط به والدین ۱۸۳
- ارزیابی ۱۸۹
- به کار بردن پوسترهای حل مسئله و زوج واژگان مربوط به آن ۱۹۳

اولین نشانه موفقیت کودکان در مدرسه، ریشه در موفقیت آنها در خانه دارد. برای اینکه کودکان بتوانند در دوران مدرسه به لحاظ داشتن انگیزه، توانمندی، پشتکار و توانایی حل مسئله و نیز در اندیشیدن و کشف پدیده‌های پیرامونشان افرادی خودنظم‌جو، خودآموز، خودکنترل و خودرهبر باشند، باید در تجربیات قبلی خود، این ویژگی‌ها را از راه آموزش‌های والدین به دست آورده باشند. پس اگر می‌خواهیم فرزندان ما در مدرسه موفق باشند، اگر می‌خواهیم آنها تکالیف درسی خود را شخصاً پیگیری کنند، اگر می‌خواهیم نیروی تفکر، خلاقیت و ابتکار را در آنها تقویت کنیم، باید از همان سال‌های نخست که مغز و ذهن کودک در حال شکل‌گیری است الگوها، محرک‌ها، شرایط و بسترهای لازم را برای توسعه و تقویت کنش‌های ذهنی و عاطفی آنها فراهم آوریم. بهترین بستر برای رشد ذهنی و هنر اندیشیدن و مهارت‌های حل مسئله، محیط طبیعی خانواده است. محیطی که با گرمی مهر و محبت والدین به‌ویژه مادر همراه است و کودک با احساس امنیت و اعتماد می‌تواند به کنکاش در محیط اطراف خود بپردازد.

والدین، اولین و نافذترین معلمان فرزندان خود هستند. پایداری از روان‌شناسان بر این باورند که اثر تربیتی والدین در شکل‌دهی شخصیت و نگرش فرزندان به منزله "وراثت ثانوی" است. یعنی همان‌گونه که خصوصیات جسمی افراد، وابسته به ویژگی‌های زیستی و میراث ژنتیکی آنها است، ویژگی‌های رفتاری و خصوصیات روانی کودکان نیز متأثر از الگوها و روش‌های تربیتی والدین است که احتمالاً تا پایان عمر در وجود آنها نقش می‌بندد. محیط خانواده شکل‌دهنده اصلی شخصیت کودک است. کودک با مجموعه‌ای از مشخصات جسمانی و روانی می‌تواند به شکل‌های مختلفی رشد کند و این گوناگونی خصوصیات و منش‌ها با شیوه برخورد والدین با یکدیگر از یک سو و تعامل با فرزند خود از سوی دیگر ارتباط دارد.

"اریک اریکسون" روان‌شناس بزرگ معاصر که دوران رشد آدمی را از لحظه تولد تا آستانه مرگ بررسی کرده، بر این اعتقاد است که پرتفه رشد و تنوع آدمی از ۸ مرحله که هر مرحله با یک بحران و تعارض مواجه می‌شود، گذر می‌کند. مهم‌ترین و حساس‌ترین مراحل شکل‌گیری رشد کودک در مراحل اولیه یعنی مرحله‌ای که مادر بیشترین ارتباط را با فرزند خود دارد، اتفاق می‌افتد. تا آنجا که اریکسون می‌گوید: "اعتماد کودک به خود با اعتماد مادر به او رابطه مستقیمی دارد. در حقیقت عواطف، نگرش‌ها، افکار و احساسات مادر در شخصیت کودک اثر می‌گذارد."

فرزندان مادرانی که خود، نسبت به محیط اطراف کنجکاوند و ذهنی فعال و خلاق دارند، معمولاً از همان دوران اولیه رشد از این الگوی سازنده و پویا در کشف جهان اطراف تبعیت می‌کنند.

"ژان پیاژه" دوره کودکی را فعال‌ترین و خلاق‌ترین دوران رشد آدمی می‌داند و معتقد است که کودک با دو مکانیسم **بازی** و **تقلید** به تفسیر و تغییر جهان بیرونی می‌پردازد. کودک در **بازی**، یک فعالیت انطباقی انجام می‌دهد. یعنی عالم واقعیت را با نیازها و تجربه‌های خود تطبیق می‌دهد و جذب می‌کند و در فرایند **تقلید**، "جهان درونی" خود را با "واقعیت بیرونی" تطبیق می‌دهد.

بن‌مایه و زیرساخت همه این فرایندها، **اندیشیدن** و ذهن‌انگیزی نسبت به پدیده‌های اطراف است که در تعامل با محرک‌های بیرونی به باروری و توسعه می‌انجامد. فرایند تفکر و مهارت حل مسئله فقط به کتاب‌های درسی محدود نمی‌شود. این قابلیت از همان روزهای نخست زندگی در چگونگی مواجهه کودک با عوامل محیطی به شکوفایی و فعلیت می‌رسد.

به تعبیر "مارین برسیک": همه کودکان به‌طور طبیعی دانشمندند. آنها نسبت به دنیای اطراف خود بسیار کنجکاوند و محیط خود را خوب و دقیق وارسی می‌کنند. اگر به آنها فرصت تفکر و اندیشیدن بدهیم با دست‌کاری و فعالیت خودانگیزانه به خلاقیت و ابتکار دست می‌زنند.^۱

اگر مادران از همان ابتدا کودکان خود را تشویق کنند که نسبت به هر پدیده‌ای که در اطراف و در متن زندگی روزمره آنها وجود دارد کنجکاو و حساس شوند، فرزندان آنها در دوره‌های بعدی رشد، دارای ذهنی فعال و خلاق خواهند بود و از آنچه شعصا کشف می‌کنند لذت خواهند برد.

والدین به‌ویژه مادران می‌توانند در تمام بازی با فرزند خود شرایطی را فراهم آورند که کودک را به تفکر، کنجکاوی، کشف و دست‌کاری اشیاء و اادار نمایند. فعالیت‌های برانگیزاننده مادر در ارتباط با کودک می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در عملکرد خلاق ذهن او داشته باشد. به‌عنوان مثال، فرض کنید یک کودک ۶ ماهه که هنوز نمی‌تواند به‌درستی حرکت کند و فقط در محدوده خزیدن محیط خود را جستجو می‌کند، به‌دنبال عروسکی است که در زیر میز یا روی مبل داخل اتاق قرار دارد. کودک با شتاب و اشتیاق فراوان، سینه‌خیز خود را به‌سوی عروسک می‌کشانند. در این شرایط تمامی فرایندهای ذهنی و عاطفی در بیشترین حد خود برانگیخته و فعال می‌شوند و کودک با اشتیاق فزاینده با به‌کارگیری مکانیسم‌های حرکتی، چرخش‌ها، تعقیب‌ها و چنگ‌زدن‌ها و ... در تصرف و تصاحب هدف (عروسک) سعی می‌کند. حال در اینجا، مادر می‌تواند از این موقعیت‌سازنده به‌گونه‌ای بهره‌گیرد که نیروی تفکر و هوش‌ورزی او را تقویت کند یعنی به محض اینکه کودک نزدیک عروسک می‌شود، مادر عروسک را در یک فاصله دورتر و در یک مکان پیچیده‌تر قرار دهد تا فرزند خود را به‌واسطه این محرک سازنده وادار به تحرک، پویایی و هوش‌ورزی نماید. چراکه کودک برای تصاحب عروسک تمامی نیروهای خود را به‌کار می‌گیرد و این بهترین و غنی‌ترین فرصت برای رشد ذهنی و ایجاد هماهنگی‌های روانی، حرکتی و نیز تقویت روحیه پشتکار و پایداری در کودک خواهد بود. اما مادرانی هم از روی دلسوزی و محبت فوراً عروسک را در اختیار فرزند خود قرار می‌دهند بدون آنکه به پیامدهای منفی این روش انفعالی و مراقبت به اصطلاح گلخانه‌ای توجه داشته باشند. فرزند چنین والدینی به‌تدریج روحیه انفعالی به خود می‌گیرد و همیشه انتظار دارد که دیگران هر چیزی را که اراده می‌کند در

اختیارش قرار دهند. اما یک مادر هوشمند و آگاه به ظرافت‌های تربیتی سعی می‌کند فرزند خود را با موانع، چالش‌ها و دشواری‌های زندگی عادت دهد تا کودک از همان ابتدا خودکفا و خوداتکا پرورش یابد. بنابراین والدینی که با هدف آماده‌سازی، فرزند خود را برای مواجهه مثبت و سازنده با چالش‌های زندگی، تربیت می‌کنند همیشه درصدد شکار فرصت‌ها، تصرف موقعیت‌ها و بهره‌گیری از موانع و بحران‌های دوران رشد به نفع تعالی و رشد ذهن و اندیشه کودک خود هستند.

"کتی ای، زاهلر" می‌گوید: کودکان از همان اوایل کودکی، به دست‌کاری محیط و تفکر درباره اشیاء اطراف خود اشتیاق زیادی نشان می‌دهند. مطالعات صورت گرفته بر روی مغز انسان، بیانگر آنست که فعالیت‌های روزمره کودک در تسهیل و تسریع ارتباطی نورون‌های عصبی مؤثر است. دنیای کودک اگر با کنه‌کاو، تفکر و دست‌ورزی اشیاء همراه باشد، می‌تواند نقش مهمی در رشد سیستم عصبی مغز داشته باشد.^۱

یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند کودکانی که در خانواده به گونه‌ای آموزش ببینند که خود در کشف محیط و دست‌کاری اشیاء به تفکر و تأمل پردازند، در بزرگسالی افرادی ژرف‌اندیش و خلاق خواهند شد. چراکه کودک از همان ابتدا عادت می‌کند که به چرایی و چگونگی پدیده‌ها بیندیشد.

مادر در سازمان‌دهی فعالیت‌های روزانه کودک و طرح موقعیت‌های تفکربرانگیز نقش دارد. او می‌تواند زمینه‌های چگونه اندیشیدن، درست اندیشیدن و عمیق اندیشیدن فرزندان خود را فراهم آورد.

کتاب حاضر یکی از بهترین، جامع‌ترین و در عین حال عملی‌ترین منابعی است که اهداف مذکور را برای برانگیختن فرزندان به تفکر در نظر گرفته است. این کتاب که به سبک بسیار ساده و روان و با تکیه بر فعالیت‌های عادی و روزانه مادران در خانه شکل گرفته است، می‌تواند راهنمای عملی مادران برای پرورش همه‌جانبه کودکان باشد. امید است که والدین اندیشمند، از این شیشه‌ساز با به‌کارگیری طرح‌های آموزشی و الگوهای مطرح شده در این مجموعه بتوانند در رشد و تعالی ذهن و روان فرزندان خود نقش سازنده‌ای داشته باشند. مجموعه حاضر، بر اساس کتاب "تربیت کودکانی که می‌اندیشند" نوشته "میرنا بی‌شور" و "ترزا فوی دیجرونیمو" ترجمه و تألیف شده است.

در خاتمه لازم است از زحمات سرکار خانم مینا نوایی در ترجمه این کتاب و تلاش‌های جناب آقای دکتر عبدالعظیم کریمی، سرکار خانم دکتر هانیه شیرازیان و همچنین همکاران مؤسسه فرهنگی تربیت نوین (پژوهشکده استاد روزبه)، مرکز خدمات روان‌شناسی و مشاوره استاد روزبه، کانون سلامی انصار و مدیریت و معلمان مؤسسه‌های فرهنگی احسان و علوی که ما را در انجام این پروژه یاری کرده‌اند، قدردانی نماییم.

دکتر محسن شکوهی یکتا

دانشیار دانشگاه تهران

چه واکنشی نشان خواهید داد اگر کودکتان

- به حرفتان گوش ندهد یا کاری را که از او خواسته‌اید، انجام ندهد؟
- کودک دیگری را کتک بزند یا اسباب‌بازی‌هایش را بردارد و به او ندهد؟

چرا برخی از کودکان در مدرسه موفق هستند و برخی دیگر این‌طور نیستند؟

طی بیش از بیست و پنج سال کار با خانواده‌ها و کودکان خردسالشان، به تجربه دریافتیم که کودکان سه یا چهار ساله در همه خانواده‌ها، صرف‌نظر از سطح درآمد آنها، می‌توانند چگونگی حل مشکلات روزانه خود را بیاموزند. ضمناً دریافتیم کودکانی که یاد دارند درباره مشکلات خود فکر کنند، در مقایسه با کودکانی که این توانایی را ندارند، بهتر می‌توانند خود را با موقعیت‌های مختلف تطبیق دهند و کسانی که به‌خوبی از عهده حل مسائل خود برمی‌آیند، رفتارهای پرخطرانه کمتری دارند، به لحاظ اجتماعی کمتر دچار سرخوردگی می‌شوند، نسبت به عواطف دیگران حساس‌ترند، آنها را بهتر درک می‌کنند، رهبران خوبی هستند و دوستان زیادی دارند.

چرا قابلیت حل مسئله برای کودکان کم‌سن تا این حد اهمیت دارد؟

تحقیقات نشان داده است کودکانی که رفتارهای تکانشی^۱ دارند، گه‌گاه گیرند و به دشواری قادر به دوست‌یابی می‌باشند، بعدها در معرض خطرهای جدی‌تری قرار خواهند گرفت. اعمال خشونت، مصرف مواد مخدر، فرار از مدرسه و برخی حالت‌های ناتوانی و عدم کارآیی روانی مثل انسداد^۲گی از جمله رفتارهای مشکل‌ساز به‌شمار می‌آیند.

گاهی توضیح علت و چرایی انجام برخی رفتارها برای کودکان می‌تواند به انجام یا عدم انجام کاری منجر شود ولی اغلب اوقات چنین روشی نمی‌تواند به‌صورت مؤثر ادامه پیدا کند. شاید به این دلیل که چنین توضیحاتی را بارها شنیده‌اند و دیگر پس از مدتی حوصله گوش دادن به آنها را ندارند. شاید هم به این دلیل است که ما به‌جای آنها فکر می‌کنیم.

روش ما در این کتاب، آموختن این نیست که کودکان چه کاری را و به چه علت باید انجام دهند یا نباید انجام دهند، بلکه هدف این است که به آنان بیاموزیم "چگونه" بیندیشند تا بتوانند برای خود تصمیم بگیرند که کاری را انجام دهند یا ندهند. این روش می‌تواند مشکلات رفتاری را بهبود بخشد یا مانع بروز آن شود. در

۱- رفتارهای ناگهانی که بلافاصله بعد از برخورد با یک محرک و بدون تأمل و تفکر صورت می‌پذیرد را "تکانشی" گویند.

این کتاب، والدین روش‌هایی را می‌آموزد که به کمک آن، می‌توانند به کودکان بیاموزند چگونه مشکلات روزمره خود را در ارتباط با دیگران حل کنند و با انجام تمرین‌های مختلف، مهارت‌های اندیشیدن را فراگیرند. ما این روش را "حل مسئله" می‌نامیم.

این کتاب مخصوص چه کسانی است؟

این کتاب مخصوص والدین و کودکان است تا با یکدیگر آن را به کار ببرند. توجه داشته باشید که منظور از والدین، هر فرد بزرگسالی نظیر مادر، پدر، پدربزرگ یا قیم کودک است که با کودک سر و کار دارد و مایل است چگونگی تفکر درباره حل مشکل را به کودک آموزش دهد. اغلب فعالیت‌ها یا بازی‌ها، مخصوص کودکان چهار تا هفت ساله است اما کودکان کمی کم‌سن‌تر یا کمی بزرگ‌تر نیز می‌توانند آنها را انجام دهند. برخی از بازی‌های اولیه را کودکان دو ساله یا کودکانی که تازه سخن گفتن را آغاز کرده‌اند نیز می‌توانند انجام دهند.

کاربرد این کتاب چیست؟

- تلاش کودکان شما را در اندیشیدن برای خود تقویت می‌کند.
- به شما شیوه‌های عملی جهت آموزش مهارت‌های اجتماعی و عاطفی به کودکان را می‌آموزد.
- فرصت‌های بی‌شماری در امتداد شمار کودکان‌تان قرار می‌دهد تا:
 - ۱- بیش از پیش حس همدلی و بگامی را بین خودتان ایجاد کنید؛
 - ۲- بهتر بتوانید با عصبانیت‌ها و سرخوردگی‌ها کنار بیایید؛
 - ۳- مشکل‌گشاهای بهتری باشید.
- به شما امکان می‌دهد تا پیشرفت کودکان‌تان را دربار مهارت‌های حل مسئله و تغییر رفتار ثبت کنید.
- برای شما راه‌های متعددی فراهم می‌آورد تا بتوانید به کودکان‌تان صحبت کردن به روش "حل مسئله" را تمرین کنید.
- به شما کمک می‌کند تا پیشرفت کار خود را در زمینه حل مسئله بررسی نمایید.

چگونه باید از این کتاب استفاده کرد؟

از آنجا که در کتاب حاضر، "حل مسئله" با استفاده از مهارت‌های گام به گام آموزش داده می‌شود باید کار خود را از ابتدای کتاب آغاز کنید و همگام با آن تا انتها پیش روید. فقط آن دسته از بازی‌ها را انجام دهید که کودکان درک می‌کند و از آن لذت می‌برد. از بازی‌هایی که برای کودکان بسیار مشکل است بگذرید، اما هیچ وقت تمام یک فصل را رها نکنید. ممکن است کودک چهار ساله معنای واژه **سرخورده** را درک نکند اما احتمالاً به راحتی می‌تواند کلماتی چون **شاد**، **غمگین** یا **عصبانی** را در بازی‌ها درک کند. هر وقت برنامه را به پایان رساندید می‌توانید به ابتدا بازگردید و بازی‌ها را به ترتیبی که آنها دوست داشته‌اند، دوباره اجرا کنید و حتی چند ماه بعد می‌توانید همان بازی‌هایی را که ناتمام گذاشته یا انجام نداده بودید، در صورتی که احساس می‌کنید کودکان قادر به درک آنها است، دوباره انجام دهید یا همان بازی‌ها را تکرار کنید تا مفاهیم درست و عمیق درک شوند.

در این کتاب، متن‌هایی برای والدین مطرح شده است. با این متن‌ها به گونه‌ای انعطاف‌پذیر برخورد کنید. لازم نیست آنها را کلمه به کلمه بخوانید. اگر مایل بودید می‌توانید بازی‌ها و فعالیت‌های تازه‌ای ابداع کنید، اما فقط زمانی می‌توانید این کار را انجام دهید که به درستی متوجه شده باشید که کودکان چه چیزی را و چرا باید بیاموزد.

تنها وسایلی که کودک لازم دارد، مداد و مداد رنگی است. به کار بردن مداد رنگی‌های مختلف در برخی فعالیت‌ها علت خاصی دارد، اما در برخی دیگر صرفاً برای رنگ کردن تصویر است. اگر این روش را برای چند کودک به کار می‌برید، از صفحاتی که پاسخ‌های کودکان را در آنها ثبت می‌کنید، کپی بگیرید و برای هر کدام به طور جداگانه یکی را استفاده کنید. برای رنگ کردن نیز شاید لازم باشد چند نسخه از صفحات تهیه کنید.

بخش‌های مختلف این کتاب

این کتاب به دو بخش تقسیم شده است: موقعیت‌های والدین با کودک و موقعیت‌های کودک با کودک.

از جمله مشکلات معمول والدین با کودک، می‌توان به مشکلات ذیل اشاره کرد:

- کودک نمی‌خواهد اتاقش را مرتب کند.
- کودک روی مبل و صندلی، بالا و پایین می‌پرد.
- وقتی با تلفن مشغول صحبت هستید، به شما شروع به حرف زدن می‌کند.

مشکلات بین والدین و کودکان تقریباً در همهٔ خانواده‌ها رایج است. در این بخش، امکان تمرین برای حل این مشکلات و همین‌طور مشکلات اختصاصی که در خانه شما (به دلیل شرایط خاص خانواده شما) ممکن است بروز کند، را خواهید یافت.

برخی از مشکلات کودک با کودک عبارتند از:

- دو کودک بر سر یک اسباب‌بازی باهم دعوا می‌کنند.
- کودکی احساس می‌کند از بازی جمعی کودکان دیگر طرد شده است.
- کودکی به مسخره کردن کودک دیگر می‌پردازد.

این بخش به کودکان امکان می‌دهد تا به تمرین "حل مسئله" برای رفع تعارض‌های خود بپردازند.

هر یک از دو بخش کتاب نیز به دو قسمت تقسیم شده است: فعالیت‌هایی برای کودکان و فعالیت‌هایی به نام "صفحات مربوط به والدین" که مخصوص شماست و کمک می‌کند تا مناظرهٔ حل مسئله و شیوهٔ صحبت با کودکان را تمرین کنید. هر دو بخش مهم است. بخش اول به کودکان کمک می‌کند تا در حل مشکلات ماهر شود و بخش دیگر به شما کمک می‌کند تا او را در این امر یاری دهید. به مرور درمی‌یابید که روش صحبت کردن با کودکان تا چه حد ساده است به شرطی که عمیقاً صفحات مربوط به والدین را بررسی کنید و آن را به صورت جدی به کار گیرید.

در پایان این مجموعه، پوسترهایی را حاوی زوج کلمات حل مسئله خواهید یافت که می‌توانید با آنها بازی کنید. می‌توانید آنها را جدا کنید یا کپی بگیرید و به دیوار اتاق کودکان یا روی یخچال بچسبانید. این پوسترها می‌تواند یادآور خوبی برای واژگان حل مسئله باشد و بعدها به کودکان در حل مشکلات کمک کند. در ضمن شما می‌توانید خودتان پوسترهایی را برای بقیه واژگان مرتبط با حل مسئله طراحی و آماده کنید.

زمان و زمان‌بندی

اگر کودکان از انجام این روش لذت ببرند، بیشترین استفاده را از فعالیت‌های این کتاب خواهند کرد. ابتدا کار را با پنج تا ده دقیقه تمرین آغاز کنید، سپس آن را به بیست تا سی دقیقه در روز (با توجه به کشش و علاقه کودکان) برسانید. هر وقت احساس کردید که کودکان خسته است، فعالیت‌ها را متوقف کنید. با سرعتی که برای کودکان قابل قبول باشد، پیش بروید. اگر بازی‌های اولیه خیلی آسان به نظر می‌آیند، سریع‌تر پیش بروید ولی به کلی از آن صرف‌نظر نکنید چون وجود آنها برای درک بقیه تمرین‌ها ضرورت دارد. در صورت امکان، زمان خاصی را در هر روز برای انجام بازی‌ها و فعالیت‌های کتاب اختصاص دهید. نظم و انضباط به ایجاد و برقراری عادات مناسب کمک می‌کند. خیلی زود و پس از چند روز با اعلام این مطلب که "حالا وقت بازی حل مسئله است" (نوع این زمان بعد از مدرسه یا قبل از خوابیدن باشد) می‌بینید که کودکان کاملاً به آن عادت کرده است. حتی اگر یک روز آن را فراموش کنید، او به یادتان خواهد آورد. اگر کودکان این درس‌ها را به خوبی آموخته باشند می‌تواند واژگان و تفکر مربوط به آن را در هر جایی (به‌عنوان مثال: در اتومبیل، به هنگام خرید و در منزل) یادآور شود.

خانواده خود را در حل مشکلات توانا کنید.

هدف این مجموعه، ارائه انبوهی از فکرها و فرصت‌هایی جهت تمرین "حل مسئله" است. از این طریق می‌توانید به خانواده‌ای تبدیل شوید که قادر است مشکلات خود را حل کند. کودکان بزرگ‌تر در خانه می‌توانند این روش را به کودکان کم‌سن‌تر بیاموزند تا همه بتوانند در این فعالیت‌ها شرکت کنند.

این مجموعه به شما کمک می‌کند که کودکان را در جهات ذیل هدایت کنید.

- مسائل و مشکلات را بهتر شناسایی کنند.
 - به احساس خود و دیگران بیشتر اهمیت دهند.
 - درک کنند که گفتار و کردارشان تا چه حد می‌تواند بر دیگران تأثیرگذار باشد.
 - از همه مهم‌تر اینکه همیشه بیش از یک راه برای حل مسئله وجود دارد.
- هر وقت شما به آنچه در فکر و قلب کودکانتان می‌گذرد علاقه نشان دهید، آنها نیز نسبت به احساس‌ها و نظرهای شما علاقه‌مند می‌شوند و به آنها توجه می‌کنند.

در پایان این برنامه، گواهی‌نامه‌ای به شما به‌عنوان "خانواده حلال مسئله" اعطا می‌شود. این عنوان، عنوانی توخالی و بی‌معنا نیست زیرا خانواده‌های حلال مشکل از جهات بسیاری با بقیه خانواده‌ها تفاوت دارند. در این خانواده‌ها:

- کودکان می‌آموزند که چگونه بیندیشند، نه اینکه چه فکری داشته باشند.

- کودکان می‌آموزند دربارهٔ یک مشکل فکر کنند، سپس با توجه به اثری که راه‌حل بر خودشان و دیگران دارد، تصمیم بگیرند.
- کودکان مهارت‌هایی به‌دست می‌آورند که آنان را قادر می‌سازد تا آنچه می‌خواهند را با موفقیت بیشتر به‌دست آورند و با سرخوردگی ناشی از عدم دستیابی به آنچه می‌خواهند، راحت‌تر مواجه شوند.
- والدین، مهارت‌ها و توانایی‌هایی کسب می‌کنند که آنها را در تربیت کودکان حلال مسئله‌یاری می‌دهد.
- کودکان به انسان‌هایی متفکر و با احساس تبدیل می‌شوند که بر اساس ترس از تنبیه رفتار نمی‌کنند بلکه هدف‌شان انجام رفتار و داشتن احساسی است که نه به خودشان آسیب می‌رساند، نه به دیگران.

www.ketab.ir