

زیستن

عادت بد

شلخته

نگاهی به ضرورت
پرورش مهارت‌های
اولیه‌ی زندگیمرضیه معین
آموزگار، نجف‌آباد

اعتماد به مدرسه ضامن موفقیت فرزند خود در طول سال تحصیلی هستند. این‌ها همان کودکانی هستند که سال‌ها در ناز و نعمت زیسته‌اند. خیلی از آن‌ها هنوز نمی‌توانند به‌طور مستقل غذا بخورند و کارهای روزمره‌ی خود را انجام دهند. اغلب آن‌ها در شش سال اول زندگی زیر نظارت مادر و پدر بوده‌اند و به واسطه‌ی تک‌فرزند بودن یا کم‌فرزندی مورد مراقبت شدید واقع شده‌اند.

شاید یکی از بزرگ‌ترین موانع پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان در سال‌های اولیه‌ی تحصیل این باشد که نمی‌توانند در مدرسه «زندگی» کنند. بارها شاهد دانش‌آموزانی بوده‌ایم که یک روز تمام از دست‌شویی مدرسه استفاده نمی‌کنند، تغذیه‌هایشان را نمی‌خورند و به محض به صدا در آمدن زنگ مدرسه با فشار ناشی از تحمل نیاز دست‌شویی، گرسنگی و اضطراب به منزل برمی‌گردند. حال مادری را تصور کنید که فرزند عزیزش ساعت یک بعدازظهر، رنگ پریده از راه می‌رسد. کیفش را به گوشه‌ای پرتاب می‌کند و به سرعت به طرف دست‌شویی می‌رود. وقتی مادر کیف کودک را واریسی می‌کند می‌بیند تمام وسایلی که با قیمت بالا برای او خریده، داخل کیفش روی هم ریخته‌اند و تغذیه‌اش نیز دست‌نخورده مانده است. این موضوع ماه‌ها ادامه پیدا می‌کند. این به‌هم ریختگی در بعضی از دانش‌آموزان برطرف می‌شود اما بی‌نظمی و ناتوانی از «زندگی در مدرسه» در برخی دیگر هرگز از بین نمی‌رود و به آرامی به عادت تبدیل می‌شود؛ عادت بد شلخته زیستن در مدرسه.

کلاس‌هایی که بعد از تعطیلی مدرسه به نظافت نیاز دارند، سبدهای وسایل گم‌شده‌ای که پر از مدادها، خودکارها و پاک‌کن‌های

اشاره

معمولاً چنین مطالبی را در شماره‌ی اول مجله دیده‌اید اما در این شماره چون به پایان سال تحصیلی رسیده‌ایم و فرض می‌کنیم که فرزندانمان داریم که باید با آن‌ها کار شود تا سه ماه دیگر به کلاس اول ابتدایی بروند؛ بنابراین، چنین محتوایی را در تبیین نوع برخورد و ایجاد مهارت‌های اولیه می‌آوریم تا به قولی بتوانیم برخی راهنمایی‌ها را زودتر ارائه کنیم و در ابتدای سال تحصیلی مسائل و مشکلات کمتری داشته باشیم.

زندگی در مدرسه

تصور کنید مادر شاغلی را که قرار است کودک شش-هفت ساله‌اش را در مدرسه‌ای دور از منزل رها کند و برود؛ جایی که دیگر دسترسی به کودک خود نخواهد داشت. مادر مرتباً از خودش می‌پرسد: آیا کودک من می‌تواند به‌موقع به دست‌شویی برود؟ اگر در اثر اضطراب رنگش پرید، معلمش متوجه می‌شود؟ آیا کودک من می‌تواند به‌موقع سوار سرویس شود؟ آیا راننده‌ی سرویس می‌تواند او را تا نزدیکی خانه‌ی مادر بزرگش هدایت کند؟ و... این اضطراب از مادرها به کودکان انتقال می‌یابد. در روزهای اول سال تحصیلی این چهره‌ها را زیاد می‌بینیم: مادران مضطرب، پدران مستأصل و کودکانی که تنها چیزی که در دل‌هایشان یافت نمی‌شود شوق یادگیری است؛ همان چیزی که برای ادامه‌ی راه مورد نیاز است (البته شاید تعمیم دادن این موضوع به همه کمی بی‌انصافی باشد و مطمئناً هستند مادرانی که با پرورش صحیح فرزندان و دادن استقلال کافی و از طرفی

ریز و درشت هستند و خوراکی‌هایی که توی کیف‌ها می‌مانند و کپک می‌زنند و دور ریخته می‌شوند، همه گواه بر ناتوانی دانش‌آموزان حتی در سنین بالاتر در صحیح زیستن در مدرسه است. بسیاری از دانش‌آموزان در انضباط در زمان هم دچار مشکل‌اند. زنگ‌های استراحت را به بازی و شوخی‌های دوستانه می‌گذرانند و ساعت‌های درس را به اجازة گرفتن‌های مکرر و خروج‌های بی‌موقع. این بی‌انضباطی‌ها گاهی حتی به دوره‌ی بزرگ‌سالی هم کشیده می‌شود. گزاره نیست اگر بگوییم بسیاری از عادت‌های صحیح یا ناصحیح آموزشی‌های دانش‌آموزان در سال‌های اولیه‌ی دوره‌ی ابتدایی پرورش پیدا می‌کنند. امروزه با همه‌گیر شدن نسبی شرکت دانش‌آموزان در دوره‌ی پیش‌دبستانی و غیررسمی و غیراجباری بودن فعالیت‌ها در این دوره شاید بهترین فرصت برای آموزش «چگونه زیستن» در مدرسه فراهم آمده است؛ موقعیتی که در سال‌های بعد به دلیل اجباری بودن محتواهای آموزشی و فشرده بودن برنامه‌ی درسی کمتر دست بدهد.

مروجان نظم و ترتیب

کودکان تازه‌وارد دبستان، به آموزش نظم و ترتیب در قالب‌های متفاوت نیاز دارند. آموزگاران به این نکته واقف‌اند که کودکان در آن سن معنی نظم و ترتیب را گاهی اصلاً «نمی‌دانند». آن‌ها نیاز دارند که تمام نکات نظم و ترتیب را به صورت ریز و عملی یاد بگیرند اما این آموزش نباید به صورت نصیحت و اکتفا به یک روش خاص باشد بلکه با بازی، قصه، عملکرد، تشویق و تقویت رفتارهای مثبت می‌توان نظم را به کودکان آموخت. پایش طرح‌ها و استمرار و الزام در رعایت نظم، حتی در موارد کوچک، پایه‌گذار عادت‌های صحیح در کودکان است. از طرفی معلمان باید بدانند که الگوی نوآموزان هستند. بچه‌ها در این سن شاید نتوانند بخوانند اما بسیاری از آن‌ها روزهای هفته را می‌شناسند و برای تک‌تک روزها برنامه‌ریزی کرده‌اند. مثلاً می‌دانند که روز سه‌شنبه قرار است بعد از مدرسه به خانه‌ی دایی بروند یا روز پنجشنبه همان روزی است که فردایش تعطیل است. اگر بنا به دلیلی قرار است برنامه‌های روزانه عوض شوند بهتر است دلایل به‌صورت واضح و قاطع برای آن‌ها توضیح داده شود و گرنه طی چند دوره عدم رعایت برنامه‌ی کلاسی، نوآموزان به سرعت برنامه‌ی معلم را در ذهن خود غیرقابل استناد ترسیم می‌کنند و الگویی را که از یک آموزگار برنامه‌دار و منضبط داشته‌اند، در هم می‌شکنند.

مدیریت تغذیه و دست‌شویی

در مورد استفاده از تغذیه و دست‌شویی نیز نوآموزان در سال‌های اول حضور در مدرسه به آموزش نیاز دارند. مربی یا معلم می‌تواند با ارائه‌ی یک برنامه‌ی دقیق تغذیه‌ای و پایش آن کنترل تغذیه‌ی کودکان را در دست بگیرد. این کنترل به معنی لقمه‌لقمه کردن مواد غذایی و گذاشتن آن در دهان بچه‌ها نیست. برای مثال، اگر قرار است دانش‌آموزان در روز یک وعده میوه و یک وعده لقمه بخورند، مربی

باید این مسئله را هر روز یادآوری کند. مثلاً ساعت نه صبح وقت خوردن تغذیه است. خوردن تغذیه در دوره‌ی پیش‌دبستانی با دوره‌ی ابتدایی کمی فرق دارد. در دوره‌ی ابتدایی، در همه‌ی زنگ‌های کلاس برنامه‌ها اجباری هستند و فشرده کردن آن‌ها در اکثر موارد غیرممکن است؛ چون امکان دارد به روند آموزشی لطمه وارد کند ولی در دوره‌ی پیش‌دبستانی مربی این آزادی عمل را دارد که در بین فعالیت‌های کلاسی، زمان‌هایی را به آموزش آداب و مدیریت تغذیه‌ها اختصاص دهد. بحث آداب غذا خوردن و مدیریت تغذیه دو مقوله‌ی جدا از هم‌اند. آداب غذا خوردن و رعایت اصول آن موضوعی جدا و مدیریت تغذیه نیز امری جداگانه است. برای مثال، باید به نوآموزان یاد داده شود که اگر در منزل صبحانه نخورده‌اند، در وعده‌ی اول غذایی باید لقمه‌ی خود را مصرف کنند یا مثلاً مصرف شیر سرد و نان و پنیر و خیار به‌طور هم‌زمان، آن هم در فصل زمستان، باعث دل‌درد می‌شود یا تخم‌مرغ پخته باید در زمان کوتاهی مصرف شود و نگهداری آن به مدت طولانی درست نیست. شاید خرده گرفته شود که این‌گونه آموزش‌ها برای نوآموزان کمی زود است، ولی این‌گونه نکات در سال‌های بعد به مرور به عادت‌های بسیار مفید نه تنها در مدرسه بلکه در کل زندگی فرد تبدیل می‌شوند. در مورد دست‌شویی رفتن نیز نکات لازم باید به‌طور کامل آموزش داده شوند. چرا که شرایط استفاده از سرویس‌های بهداشتی در خانه و مدرسه یا مرکز پیش‌دبستانی کاملاً متفاوت است.

مدیریت وسایل

اغلب دانش‌آموزانی که به کلاس اول دبستان گام می‌گذارند، یک ماه اول را به کلنجار رفتن با چگونگی مدیریت وسایل می‌گذرانند. برنامه‌ی بسیار فشرده‌ی کلاس اول دبستان، به‌ویژه در یک ماه اول، این فرصت را از آموزگار می‌گیرد که بتواند مدیریت وسایل را به دانش‌آموز بیاموزد (هر چند نباید از نقش معلمان کلاس اول نیز در این مورد چشم‌پوشی کرد). مربیان دوره‌ی پیش‌دبستانی می‌توانند با استفاده از روش‌های بسیار متنوع، مدیریت وسایل از قبیل مدیریت لباس‌ها، کفش‌ها، جوراب‌ها و لوازم التحریر را آموزش دهند. دانش‌آموزان پیش‌دبستانی باید یاد گرفته باشند که چه موقع کاپشن و کلاه بپوشند، چه موقع از دستمال‌های توی کیفشان استفاده کنند یا چطور از وسایلشان مراقبت کنند. آن‌ها باید وسایل خود را به راحتی از وسایل دیگران تشخیص بدهند. برخی از مربیان پیش‌دبستانی، پاک‌کن و تراش نوآموزان را در اختیار می‌گیرند و در مواقع ضروری مداد آن‌ها را می‌تراشند و اشکالات نقاشی آن‌ها را پاک می‌کنند. به جای این کار بهتر است تراش و پاک‌کن در اختیار خود نوآموز قرار بگیرد و در عوض به او آموزش داده شود که چه موقع و چطور از آن‌ها استفاده کند. البته ممکن است آموزش این موضوعات کمی زمان‌بر باشد و نوآموزان در مراحل اولیه در این کار دچار اشتباهاتی شوند ولی یادگیری‌ای که در این سن و از این طریق حاصل می‌شود، ارزش صرف این زمان و هزینه را دارد.