

۵۹

دستگاه

رشد آموزش

ISSN: 2476-3314 | www.roshdmag.ir



وزارت آموزش و پرورش
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی
دفتر انتشارات و فناوری آموزشی



شماره ۳ | بهار ۱۴۰۴ | صفحه ۴۸

فصلنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی | برای مربیان پیش‌دبستانی، والدین، مدرسان و دانشجویان | دوره شانزدهم

دعوت به دنیای کودکی



قطب‌نمای آرامش
نقش دعا و نیایش در آرامش مربی

ناخدايان کشتی تربیت
مربیان، پیشران در انتقال مفهوم‌های دینی

از بوم تا دل
نقش نقاشی در کاهش اضطراب کودک



پیامبر گرامی اسلام (صلی الله علیه وآله وسلم) می فرماید:
خبر ولایت امیر المؤمنین را حاضر به غایب و پدر به فرزند اعلام کند.
بخشی از خطبه پیامبر اسلام (ص) در غدیر خم

فصلنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی
برای مربیان، والدین، مدیران، کارشناسان، مدرسان و دانشجویان
دوره شانزدهم | شماره ۳ | بهار ۱۴۰۴ | ۴۸ صفحه
www.roshdmag.ir

خانواده مجلات رشد همه تلاش خود را کرده است تا این
مجله در دسترس عموم جامعه آموزشی و تربیتی کشور
قرار گیرد و همه مخاطبان در میهن عزیز اسلامی‌مان
امکان تهیه آن را داشته باشند.

قیمت ۳۰۰/۰۰۰ ریال

نشانی دفتر مجله:

تهران، ایرانشهر شمالی، پلاک ۲۷۰
تلفن دفتر مجله: ۰۲۱-۸۸۸۶۷۳۳۵
(داخلی ۵۳۴)
صندوق پستی مجله: ۱۵۸۷۵/۴۵۸۵
صندوق پستی امور مشترکین: ۱۵۸۷۵/۳۳۳۱
تلفن امور مشترکین: ۰۲۱-۸۸۸۶۷۳۰۸
وبگاه: www.roshdmag.ir
رایانامه: pishdabestani@roshdmag.ir
پیامک: ۳۰۰۰۸۹۹۵
چاپ و توزیع: شرکت افست

مدیر مسئول: سید سعید بدیعی

سر دبیر: مسعود تهرانی فرجاد

مدیر داخلی: سمیرا اسکندریپور

هیئت تحریریه: مرتضی طاهری، دکتر بتول سبزه،

دکتر سیامک طهماسبی

مشاور علمی: دکتر فرخنده مفیدی

ویراستار: بهروز راستانی

مدیر هنری: مجید کاظمی

طراح گرافیک: علی دانشور

۵۲ یادداشت سردبیر | نشانه‌گیری هدفمند! | مسعود تهرانی فرجاد

۵۴ تربیت کودک | کی به ما گوش داده؟ هوش داده؟! | زهره اولیایی

۵۷ کودک کنجاو | پرسشگری با کتاب | کیومرث سلطانی ابهری

۱۰ راهبردهای تربیتی | از بوم تا دل | فاطمه محمدحسینی

۱۳ جورچین تربیت | نقش مربی در رشد و تعالی کودک

۱۴ تربیت و یادگیری | الفبای نقش مربی | لیلا بنائیان

۱۶ وظیفه مربی | آگاهی در خدمت | مریم نامی

۱۹ شایستگی‌های مربی | چگونه مربی شوم؟! | منیر جعفری

۲۴ اخلاق مربی | قطب نمای آرامش | مریم سادات میری

۲۸ نقش مربی | ناخدایان کشتی تربیت | اعظم برغمندی

۳۰ مربی برنامه‌ریز | شکار لحظه‌ها | سارا خسروی مهد

۳۳ مربی شاخص | استاد شهید، مربی الهام‌بخش | مرتضی طاهری

۳۵ تربیت رسانه‌ای | دعوت به دنیای کودکی | محمدحسن ملا عبدالصمد

۳۹ تربیت کودک | من عصبانی‌ام! | سیده آرزو سجادی‌نیا

۴۲ راهبرد تربیتی | نمایش‌های شیرین | آزاده بهره‌بر

۴۵ کودک و خلاقیت | مازو معماهای ذهنی | شادی اسماعیلی



قابل توجه نویسندگان و مترجمان محترم:

● مقاله‌هایی را که برای درج در مجله می‌فرستید، باید با آموزش پیش‌دبستانی مرتبط باشد و قبلاً در جای دیگری چاپ نشده باشد. ● مقاله‌های ترجمه شده باید با متن اصلی هم‌خوانی داشته باشد و متن اصلی نیز همراه آن باشد. چنانچه مقاله را خلاصه می‌کنید، این موضوع را قید بفرمایید. ● مقاله یک خط در میان، در یک روی کاغذ و با خط خوانا نوشته یا حروفچینی شود (مقاله‌ها می‌توانند با نرم‌افزار ورد - Word - و بر روی لوح فشرده (CD) یا از طریق پست الکترونیکی مجله نیز ارسال شوند). ● نشر مقاله باید روان و از نظر دستور زبان فارسی درست باشد و در انتخاب واژه‌های علمی و فنی دقت لازم مبذول شود. ● محل قرار گرفتن جدول‌ها، نمودارها، شکل‌ها و عکس‌ها در متن مشخص شود. ● مجله در، رد، قبول، ویرایش و تلخیص مقاله‌های رسیده مختار است. ● آرای مندرج در مقاله ضرورتاً مبین رأی و نظر مسئولان رشد آموزش پیش‌دبستانی نیست. بنابراین، مسئولیت پاسخ‌گویی به پرسش‌های خوانندگان با خود نویسنده یا مترجم است. ● مجله از عودت مطالبی که برای چاپ مناسب تشخیص داده نمی‌شود، معذور است.



نمونه برگ اشتراک

پایگاه مجلات



نظرسنجی

نشانه‌گیری هدفمند!

استعدادها و برآوردن صحیح نیازهای اساسی و فطری وی منجر شود. استعدادهای کودک فقط به خواندن و نوشتن و انباشتن حافظه محدود نیست. او مستعد و نیازمند تفکر، تعقل، انتخاب، کنجکاوی، استدلال و اراده کردن هم هست.

مداخله به‌هنگام باآگاهی از نیازهای فرد فرد متربیان یا تک‌تک فرزندان محقق می‌شود. لذا تربیت و یادگیری اثربخش امری بالینی، مستمر و هوشمندانه است و توجه به نیازهای فطری و ایجاد فرصت‌های یادگیری و

امروزه «ذائقه‌سازی مغایر با فطرت کودکان»، از مهم‌ترین چالش‌های دلسوزان تعلیم و تربیت مطلوب است. فقدان شناسایی صحیح نیازهای اساسی و فطری کودک و غفلت از آن‌ها برابر است با فرصت‌دادن به بدخواهان رشد و تعالی کودکان، برای تولید محتوای متضاد با ویژگی‌ها، اقتضائات و نیازهای فطری ایشان. در قرن حاضر و چند دههٔ متمادی اخیر، تربیت و منزلت انسانی دچار تزلزل و انحراف شده است، به‌طوری که برخی از دلسوزان و دغدغه‌مندان تعلیم و تربیت واژه‌ها و عبارت‌های تلخی برای آن

به کار می‌برند؛ از جمله «قرن مدعیان دروغین تعالی انسان» یا «عصر تهدید حقوق اساسی و حقیقی بشر».

بدیهی است توجه به این نگرش برای تمام دوره‌ها و سنین رشد و تربیت انسان اهمیت دارد، اما برای دورهٔ بنیادین و پایهٔ تربیت یا همان دورهٔ اوان کودکی به عنوان دورهٔ اساسی رشد و تربیت انسان جایگاه ویژه ای دارد. با این اوصاف، امروز مسئولیت تربیت کودک بیش از هر وقت دیگری اهمیت دارد، اما این ساختن و تربیت کردن مستلزم شناخت دقیق مسئله‌ها و نیازهای تربیتی کودک است. نیازهای فطری در یک سلسله مراتب شامل نیازهای زیستی - بدنی، روانی - شناختی، اجتماعی - عاطفی، و اخلاقی - معنوی قابل شناسایی و دسته بندی هستند.

هرچند آگاهی و شناسایی نیازها در اوان کودکی بیشتر متوجه نیازهای زیستی است و کودک به تدریج با سایر نیازها آشنا می‌شود، اما در دنیای امروز فرد با سرعت بیشتری نسبت به روزگار گذشته از سایر نیازهای اساسی و خدادادی خود آگاهی می‌یابد. لذا تربیت مطلوب کودک، باید ضمن شناسایی صحیح نیازها و مسئله‌های متربی، به شکوفاشدن



کسب تجربه برای کودک، نقشی حیاتی و سرنوشت‌ساز دارد. به‌طوری که بنای رفیع تربیت صحیح دوره‌های سنی بالاتر بر پایه شناخت نیازهای فطری و اقتضائات در سنین اولیهٔ کودکی گذاشته می‌شود.

خشت اول گر نهد معمار کج
تا ثریا می رود دیوار کج

نشانه‌گیری دقیق

از اینکه در جوامع به‌ظاهر دلسوز و مدافع حقوق انسان‌ها، اما در حقیقت بدخواهان امنیت و سعادت بشر، این همه نویسنده و هنرمند برای کودکان می‌نویسند و انواع فیلم‌های کودکانه تولید می‌کنند، نباید تعجب کنیم؟! اینکه صداها

شبکهٔ ماهواره‌ای برای مخاطبان فارسی‌زبان و به‌طور خاص کودکان ایران عزیز، به تولید برنامه و محتواهای فرهنگی و اعتقادی مغایر با ارزش‌های انسانی و دینی به زبان فارسی می‌پردازند و شبانه‌روز کار می‌کنند و در

فضاهای مجازی با محتواهای جذاب، اما مغایر با نیازها و استعدادهای خدادادی و فطری، برای کودک و نوجوان اثر خلق می‌کنند، جای تعجب ندارد؟! چون کسانی که می‌خواهند ریشه‌های اخلاق و فطرت بشر را دچار آفت کنند، خوب به مسئلهٔ تربیت‌پذیری از دوران خردسالی پی برده‌اند و دقیق نشانه گرفته‌اند. زیرا پایه‌های تربیت از طفولیت مستحکم یا متزلزل می‌شود.

دنیای رسانه و ارتباطات جمعی پر از توافقات و تضادهای ارزشی و فطری است. در جامعهٔ چندبعدی ارزش‌های متضاد هم وجود دارند. در چنین شرایطی باید آگاهانه، ماهرانه و همسو با دنیای کودک، وی را در موقعیت و محیط «طیب» یا همان محیط غنی و سرشار از فرصت‌های متناسب با ویژگی‌های فطری قرار داد

جامعهٔ امروز بسته و محدود نیست. دنیای رسانه و ارتباطات جمعی پر از توافقات و تضادهای ارزشی و فطری است. در جامعهٔ چندبعدی ارزش‌های متضاد هم وجود دارند. در چنین شرایطی باید آگاهانه، ماهرانه و همسو با دنیای کودکان، وی را در موقعیت و محیط «طیب» یا همان محیط غنی و سرشار از فرصت‌های متناسب با ویژگی‌های فطری قرار داد. این موقعیت‌ها به معنای تربیت مجزا (ایزوله) نیست، بلکه تدبیری برای شکل‌گیری تربیت توحیدی از خردسالی است.

اما نکتهٔ مهم این است که ایجاد فرصت‌ها و موقعیت‌ها برای کودکان باید جذاب، متنوع، برآمده از اقتضائات و روحیهٔ آنان و در راستای نیازهای واقعی‌شان باشد؛ نیازهایی از قبیل نیاز به دانستن، کنجکاوی، دستکاری اشیاء در محیط پیرامون، تحرک، بازی و نشاط، و همچنین نیاز به مراقبت و دریافت محبت فراوان از والدین، نیاز به الگوی صحیح در عفاف و حیا، و حتی نیاز به بخشش و اغماض در بروز خطاها.

نقطهٔ مقابل این نگرش، تربیت تحمیلی، بزرگ‌سالانه و دور از پاسخ‌گویی به نیازها و اقتضائات کودکی است. همواره باید از دید کودک به مسئله‌های تربیت و یادگیری او نگریست. یادمان باشد مربی، پدر یا مادر بودن به ما این حق را نمی‌دهد که فرزندان را «فقط کنترل» کنیم، بلکه به ما این «مسئولیت» را می‌دهد که خودمان را کنترل کنیم. مربی، پدر یا مادر بودن به ما این حق را نمی‌دهد که فرزندان حرف ما را گوش کند، بلکه این «مسئولیت» را می‌دهد که به او گوش کنیم.

دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت نسل آینده وظیفه دارند، بیش از آنکه در چارچوب فکری پرورش‌دهندگان نیازهای کاذب و غیرفطری کودکان در دنیای ساختگی آنان غوطه‌ور و متأثر از آن‌ها باشند، با هوشمندی و هدف‌گذاری صحیح به تربیت فرزندانمان همت مضاعف کنند و روش‌های خود را برای تربیت نسل‌های بعد ارتقا دهند و تنها به تکرار گذشته اکتفا نکنند.

بهار طبیعت یادآور رشد، طراوت و سرزندگی است. در بهار امسال آرزومند هدف‌گذاری دقیق در تربیت اصیل و موافق با فطرت توحیدی فرزندانمان برای شما مخاطب محترم، به‌ویژه والدین و مربیان عزیز هستیم؛ به‌نحوی که با شناسایی و بررسی صحیح نیازها و چالش‌ها در تربیت و یادگیری کودکان، با بهره‌مندی نوآورانه از منابع و روش‌های معتبر علمی و تجربی موفق، بیش از گذشته کوشا و موفق باشیم.



کی به ما گوش داده؟ هوش داده؟!

راهکارهای پرورش جهان بینی توحیدی در کودک

اشاره

عوامل محیطی و اجتماعی نقش مهمی در شکل گیری جهان بینی کودک دارند. در حدیثی از پیامبر اکرم (ص) نقل شده است که ایشان از پدر و مادرهای آخرالزمان که مسلمان هستند، اما هیچ چیزی را از دین به کودکانشان یاد نمی دهند، بیزار می باشند. متأسفانه در جامعه ما از این والدین زیاد دیده می شوند که در این باره اصلاً هیچ آموزشی به بچه ها نمی دهند و بچه ها را در دنیای بی سرتو رسانه ها رها کرده اند. کودکان چه آسیب هایی دیده اند؟ و آیا والدین دغدغه آموزش دین و خداشناسی را به کودکانشان پیدا کرده اند؟ (سبحانی نسب، ۱۴۰۲).

دوره پیش دبستانی می تواند با فراهم آوردن محیطی مناسب از نظر آموزشی و پرورشی و رشد اجتماعی کودک، با پرورش درست اندیشیدن، شناخت صحیحی از آگاهی ها درباره خدا و جهان برای نوآموز فراهم آورد. در این مقاله به جهان بینی فلسفی کودک در رابطه با خدا و هستی، با توجه به جهان بینی توحیدی پرداخته می شود.

کلیدواژه ها: جهان بینی فلسفی^۱ کودک، جهان بینی توحیدی^۲ کودک، شناخت ها^۳، ارزش های اخلاقی^۴، زیبایی شناسی^۵

جهان بینی است. جهان بینی توحیدی بهترین تفسیر و معنا برای جهان امروز ماست؛ برای اینکه چگونه زندگی کنیم و چگونه به جزء جزء رفتارهایمان معنایی ببخشیم که شاد و در آسایش و آرامش زندگی کنیم. جهان بینی توحیدی به ما می آموزد که به هدف بلند جاودانه ای باور داشته باشیم که تلاش برای رسیدن به آن هدف و کار کردن برای آن هدف، هم برای ما لذت بخش و انگیزه بخش باشد و هم معنایی قوی از آینده ما و جهان برتر و جهان بعدتر برای ما ترسیم کند (پیشین).

جهان بینی کودک درباره خداوند

جهان بینی نگرش انسان به هستی و توجیه و تبیین رابطه آن با انسان و نوع تفسیر و تحلیل و برداشت انسان از هستی و آفریدگار جهان است (مطهری، ۱۳۷۴: ۶۴). جهان بینی به معنای جهان شناسی است و به شناخت انسان مربوط می شود (همان، ص ۱۲۶). خداوند آفریدگار هستی و انسان است و جهان بینی کودک شامل طرز فکر او درباره رابطه با خدا و هستی می شود. جهان بینی هر فرد با دیگری متفاوت است (همان، ص ۶ و ۷) و خانواده و مراکز آموزشی در شکل گیری این جهان بینی نقش بسزایی دارند. تنها جهان بینی و تنها ایده ای که می تواند معنایی قوی، درست و جذاب به ما بدهد، جهان بینی توحیدی است.

بهترین زمان برای اینکه جهان بینی توحیدی درون انسان جوانه بزند، رشد کند و بارور شود، زمانی است که ما کودک هستیم. آشنایی کودکان با نعمت های خدا، شگفتی های آفرینش و حکمت الهی، و آشنایی با سبک زندگی توحیدی - یعنی زندگی ای که خدا خوشش بیاید - از جمله موضوع های جهان بینی کودک درباره خداست. کتاب های داستانی مناسب درباره خداوند، بیشتر و بهتر به پرسش های کودکان درباره خدا پاسخ می دهد (سبحانی نسب، ۱۴۰۲).

باید محبت خداوند در دل کودک رشد یابد؛ زیرا محبتی که از هر گونه شائبه مادیت، انفعال و کدورت یا ظلمت تهی است، محبتی است که در نهاد انسان به خدای سبحان نهاده شده و با ذات و سرشت انسان آمیخته است.

بهترین کسی که می تواند معنای درستی به زندگی ما بدهد، خداست. جهان بینی توحیدی به زندگی ما معنای درست می دهد و اصلاً کودک و بزرگسال ندارد. به زندگی کودک نیز معنای درستی می دهد. در حال حاضر جامعه جهانی ما دچار بحران بی معنایی در زندگی، و بی هویتی و نداشتن

داد؛ به طوری که روحیه پرسشگری در کودک تقویت شود. شناخت‌ها، ارزش‌های اخلاقی و زیبایی‌شناسی همچون جهان‌بینی فلسفی کودک درباره خودش، در جهان‌بینی وی درباره خدا و هستی نقش بسزایی دارند. **داندلسن**^۱ معتقد است که دید کودکان محدود است و امکاناتی را که پیش رویشان قرار دارند به خوبی نمی‌شناسند (داندلسن، ۱۹۷۸: ۱۵). لذا باید شناخت‌ها و آگاهی‌های کودکان را نسبت به پیرامون خود و جهانی که در آن زندگی می‌کنند و نعمت‌هایی که خداوند در اختیارشان قرار داده است و درباره آفریده‌های خداوند، افزایش دهیم.

برای درک جهان‌بینی کودک

۱. رابطه با خدا و هستی موارد زیر پیشنهاد می‌شود:
۱. امیال کودک باید به طور متعادل بر آورده شوند؛ نه افراط و نه سرکوب (باقری، ۱۳۹۷: ۲۳).
۲. باید به سؤال‌های کودک پاسخ بدهیم. به هیچ وجه نباید سؤال‌ها را سرکوب کنیم؛ همیشه باید با سؤال‌های کودک برخورد مطلوب داشته باشیم (همان، ص ۲۴).
۳. همکاری با دیگران نیز اراده را پرورش می‌دهد (پیشین). کودکان را به گردش علمی در طبیعت ببریم و روحیه همکاری و دقت در طبیعت و

این محبت باید با تدابیر تربیتی درون کودک رشد یابد، تا کودک در اعمال و گفتار خود رضایت خدا را در نظر گیرد و به سوی سعادت رهنمون شود (بهشتی، ابوجعفری و فقیهی، ۱۳۸۸، ج ۲: ۱۵۵).
کودکان را از خداترسانیم. وقتی کودکی خطا می‌کند، به او بگوییم، این کار اشتباه است و خداوند این کار را دوست ندارد و از این کار ناراحت می‌شود. اما اگر کار خوب انجام بدهی، خداوند تو را بیشتر دوست دارد و به تو پاداش می‌دهد.
کودکان حدود سه یا چهارسالگی نام خداوند را یاد می‌گیرند. کودک ابتدا دنبال قوی‌ترین فرد است و چون از نوزادی مادر نیازهایش را رفع کرده است، می‌پندارد که مادر محکم‌ترین تکیه‌گاه است. ولی خیلی زود می‌فهمد که مادر هم از خیلی چیزها می‌ترسد و چون پدر از آن‌ها نمی‌ترسد، پدر را تکیه‌گاه و قوی‌ترین آدم می‌یابد. اما حتی پدر هم از بعضی چیزها می‌ترسد. در این زمان است که کودک از بزرگ‌ترها می‌پرسد: «چه کسی قوی‌ترین است؟» به او گفته می‌شود: «خدا». کودک می‌پرسد: «این خدا کجاست؟» به او گفته می‌شود: «بزرگ‌تر که شدی، برایت می‌گوییم». چون کودک پیش‌دبستانی در مرحله تفکر ابتدایی است، فقط آنچه را که می‌بیند، قبول دارد. بنابراین نمی‌توان به او گفت: «خدا نادیدنی است و همه جا هست» (حجتی، ۱۳۸۷: ۵۸).

جهان‌بینی کودک درباره جهان یا هستی

کنترل امیال در کودک، اراده را پرورش می‌دهد (باقری، ۱۳۹۷: ۲۳). کودک دوست دارد در طبیعت از درخت بالا برود، گل‌ها را بچیند، با پرندگان و حیوانات بازی کند، ولی باید بیاموزد که امیال خود را کنترل کند و دریابد که همه آفریده‌های خدا در هستی از گیاه، حیوانات و انسان‌ها، حق زندگی دارند و نباید به میل و اراده انسان آسیب ببینند. خداوند طبیعت را برای استفاده همه موجودات عالم خلق کرده است تا درست از آن استفاده کنند و آن را هدر ندهند و شکرگزار خدا باشند.

امیال کودک باید به طور متعادل برآورده شوند؛ نه افراط و نه سرکوب (باقری، ۱۳۹۷: ۲۳). طبیعت با علت‌ها سروکار دارد، ولی در اینجا بحث درباره دلایل نیست. مثلاً کودک در یک نمایشگاه کتاب می‌پرسد: «چرا کتاب‌ها را اینجا چیده‌اند؟» دلایل را برای کودک توضیح می‌دهیم. یا می‌پرسد: «چرا در روز ستاره‌ها دیده نمی‌شوند؟» باید به سؤال‌های کودک پاسخ بدهیم. به هیچ وجه نباید سؤال‌ها را سرکوب کرد؛ همیشه باید با سؤال‌های کودک برخورد مطلوب داشته باشیم (همان، ص ۲۴).

جهان‌بینی فلسفی کودک از همین سؤال‌ها و اندیشیدن‌ها شکل می‌گیرد و کودک درباره امور پیرامون خود می‌اندیشد و بر شناخت‌ها و آگاهی‌های وی افزوده می‌شود. شناخت‌ها و آگاهی‌های کودک درباره خدا، و درباره خودش، هم‌نوعانش و نیز طبیعت، جهان‌بینی فلسفی وی را شکل می‌دهد. کودکانی که از این شناخت‌ها بی‌بهره بمانند نمی‌توانند به حل و فصل امور خود بپردازند. باید از طریق گردش‌های علمی، کودکان را با طبیعت و سایر آفریده‌های خداوند آشنا کرد و به سؤال‌هایی که در ذهنتان به وجود می‌آید، به درستی، باحوصله و در حد درک و فهمشان پاسخ





شناخت‌ها، ارزش‌های اخلاقی و زیبایی‌شناسی همچون جهان‌بینی فلسفی کودک درباره خودش، در جهان‌بینی وی درباره خدا و هستی نقش بسزایی دارند

قرار داده است به مقتضای سنی کودک، جهان‌بینی فلسفی کودک را که بر پایه جهان‌بینی توحیدی است، به سویی سوق می‌دهد که در همه حال، خدا را ناظر بر اعمال و گفتار خود ببیند، رضایت خدا را در نظر بگیرد و بر رفتار خود تا حد توانش، کنترل داشته باشد. او می‌کوشد به هستی و همه موجودات عالم، اعم از انسان، جانوران، گیاهان و سایر آفریده‌های خداوند در طبیعت، و حقوق آن‌ها، احترام بگذارد و درباره پدیده‌ها و آفریده‌های خدا و پیرامون خود بیندیشد و از هر چه خدا آفریده به اندازه و به طور صحیح بهره بگیرد، آسیب نزند و اسراف نکند. برای مثال، خداوند آب را برای استفاده همه موجودات هستی آفریده است و کودکان باید بیاموزند که آن را هدر ندهند.

پی‌نوشت‌ها

1. Philosophical worldview
2. Monotheistic worldview
3. Cognitions
4. Moral values
5. Aesthetics
6. Donaldson

منابع

۱. باقری، خسرو (۱۳۹۷). «کودک با کودکی کردن بزرگ می‌شود». رشد آموزش ابتدایی. دوره بیست و یکم. شماره ۸. تهران.
۲. بهشتی، محمد؛ ابوجعفری، مهدی؛ فقیهی، علی‌نقی؛ اعرافی، علیرضا (۱۳۸۸). آرای دانشمندان مسلمان در تعلیم و تربیت و مبانی آن (ج ۲). انتشارات سمت و حوزه و دانشگاه. تهران. چاپ چهارم.
۳. حجتی، سیدمحمد باقر (۱۳۸۷). اسلام و تعلیم و تربیت. دفتر نشر فرهنگ اسلامی. تهران.
۴. خبرگزاری مهر (۱۴۰۲). قصه با مسائل هویتی می‌تواند به جهان‌بینی کودکان کمک کند. کد خبر ۶۱۹۲۶۱۱.
۵. دادبه، اصغر (۱۳۸۳). کلیات فلسفه. انتشارات دانشگاه پیام‌نور. تهران. چاپ بیست و هشتم.
۶. سبحانی نسب، علیرضا (۱۴۰۲). «بینشی موفق است که روی جهان‌بینی کودکان کار کند / خدا را چگونه به بچه‌ها معرفی کنیم؟» مصاحبه، خبرگزاری تسنیم.
۷. نجفی، حسن و جعفری هرندی، رضا (۱۳۹۸). «آموزش فلسفه به کودکان و نوجوانان؛ چالش‌های کنونی و طرح راهکارهایی برای آینده». رشد آموزش قرآن و معارف اسلامی. دوره سی و دوم. شماره ۱.
۸. مطهری، مرتضی (۱۳۷۴). مقدمه‌ای بر جهان‌بینی اسلامی. نشر صدرا. تهران.
۹. _____ (۱۳۷۴). انسان و اسلام. نشر صدرا. تهران.
۱۰. _____ (۱۳۷۴). جهان‌بینی. نشر صدرا. تهران.
11. Donaldson, Margaret (1978). Children's Minds, London: Fontana, P. 15.

نعمت‌های خداوند را در آن‌ها تقویت کنیم و برخورد و استفاده صحیح از آن‌ها را به کودکان بیاموزیم. ۴. مفاهیم فکری را با داستان‌های آموزنده و جذاب، برای ایجاد پرسش در ذهن کودک و پرورش اندیشیدن آموزش دهیم (نجفی و جعفری هرندی، ۱۳۹۸: ۵۷). ۵. مهارت‌های شنیداری و گفتاری کودک را با استفاده از نوارهای تمیز شنیداری و یا حافظه شنیداری از صداهای موجود در طبیعت، مثل صدای آبشار، باد، پرندگان، حیوانات و... با داستان‌های مناسب پرورش دهیم.

۶. از داستان‌های اخلاقی برای آموزش ارزش‌های اخلاقی به کودکان استفاده کنیم (ماهری، ۱۴۰۱: ۳۰۸) و به کودکان بیاموزیم که همه موجودات حق زندگی دارند و هنگام حضور در طبیعت نباید به آن‌ها آسیب برسانیم.

۷. تربیت کودک با نگاه فلسفی به کودکان کمک می‌کند، به عنوان شهروندانی با درک عمیق از مفاهیم انسانی و اجتماعی رشد کنند. این نوع تربیت، نه تنها به نفع فرد، بلکه به نفع جامعه است؛ زیرا افرادی که با تفکر فلسفی و اخلاقی پرورش یافته‌اند، قادر به ایجاد تغییرات مثبت و پایدار در جامعه خود خواهند بود. از این رو، گنجاندن مباحث فلسفی در تربیت و داستان‌های کودک، به عنوان ابزاری ضروری برای پرورش نسل‌های آینده تلقی می‌شود (خبرگزاری مهر، ۱۴۰۲). فردی که خدا را در همه امور خود در نظر می‌گیرد، طبق جهان‌بینی فلسفی - توحیدی سعی می‌کند تا همه گفتار و رفتارش در جهت رضای خدا باشد. ۸. دل کودک را سرشار از عشق به خدا کنیم (سبحانی نسب، ۱۴۰۲: ۱). ۹. بهره‌گرفتن از کتاب‌های داستانی مناسب درباره خدا و هستی به مقتضای سن نوآموز، می‌تواند به تفکر فلسفی کودکان و جهان‌بینی آن‌ها درباره خدا و هستی کمک کند. ۱۰. کودکان را از خدا ترسانیم. وقتی کودکی خطا می‌کند، به او بگوییم: «این کار اشتباه است و خداوند این کار را دوست ندارد و از این کار ناراحت می‌شود. اما اگر کار خوب انجام بدهی، خداوند تو را بیشتر دوست دارد و به تو پاداش می‌دهد».

۱۱. با توجه به محدود بودن دید کودکان و شناخت و آگاهی‌شان نسبت به امکاناتی که پیش رویشان قرار دارد (دانلدسن، ۱۹۷۸: ۱۵)، شناخت‌ها و آگاهی‌های کودکان را نسبت به پیرامون خود و جهانی که در آن زندگی می‌کنند و نعمت‌هایی که خداوند در اختیارشان قرار داده است و درباره آفریده‌های خداوند، افزایش دهیم.

جمع‌بندی

رشد محبت خداوند درون کودک (بهشتی، ابوجعفری و فقیهی، ۱۳۸۸، ج ۲: ۱۵۵)، شناخت هستی و طبیعت پیرامون خود و دقت در هستی و آفریده‌های خداوند، پرورش روحیه پرسشگری و حس زیبایی‌شناسی طبیعی و زیبایی‌شناسی هنری کودک (دادبه، ۱۳۸۳: ۲۲۶)، اندیشیدن در طبیعت و نعمت‌هایی که خداوند در اختیار موجودات به‌ویژه انسان

پرسشگری با کتاب

کتاب رسانه‌ای برای پرورش کنجاوی کودک

اشاره

در این مقاله توصیفی که در سه بخش تهیه شده، به کتاب به‌عنوان رسانه‌ای آموزشی نگاه شده و مراجعه کودک به کتاب، رفتاری برای یادگیری فرض شده است. در بخش اول به مقوله یادگیری پرداختیم و باورهای زیربنایی در این مورد را بررسی کردیم. در این مقاله و در بخش دوم، علل گرایش کودکان به کتاب را شرح داده‌ایم و در همین بخش محتوای مطلوب برای کتاب کودکان دوره پیش دبستانی را، از حیث متن و تصویر، بررسی کرده‌ایم.

کلیدواژه‌ها: کتاب، رسانه آموزشی، کودک پیش دبستانی، قصه، تصویر، نیاز رشدی

میل به پاسخ‌گویی به نیاز رشدی

کودکان به‌عنوان یادگیرندگان مادام‌العمر، کتاب را دوست دارند و با علاقه، تصویرها و داستان‌های آن را دنبال می‌کنند. از علل مهم گرایش کودکان به کتاب می‌توانیم به موارد زیر اشاره کنیم:

ارضای حس کنجاوی

کتاب دنیای جدیدی را به روی کودک باز می‌کند که سؤال‌های تازه‌ای را برای او به وجود می‌آورد. متن یا تصویر هر کدام می‌توانند سؤال‌های تازه‌ای را ایجاد کنند و کنجاوی کودک را برای دریافت پاسخ برانگیزند. به‌منظور

بررسی مسئله اثربخشی تصویرهای کتاب دوره پیش دبستانی، تصور کنید چند کتاب یک قطع، یک رنگ و یک قطر روی یک میز قرار دارند. تنها تفاوت کتاب‌ها، طرح‌های خطی بدون رنگ روی جلد آن‌هاست. متغیر رنگ از همه تصویر گرفته شده است تا فقط تفاوت جذابیت طرح‌ها بررسی شود. یکی از آن‌ها جلدی ساده و بدون تصویر دارد. دومی، سومی و چهارمی جلدی مصور دارند. اما دومی تصویری دارد که در آن، لاک‌پشت و خرگوش پشت یک خط ایستاده‌اند و می‌خواهند با هم مسابقه دهند. در تصویر روی جلد کتاب سوم، تصویری از کله لاک‌پشتی دیده می‌شود که از سمت چپ تصویر به صورت کمی اوریب وارد صفحه شده و تنها یک چشم آن پیداست و داخل چشم او انعکاس صورت یک خرگوش وجود دارد. در تصویر روی جلد کتاب بعدی، تمام صفحه جلد شامل بافتی است مثل بافت روی لاک لاک‌پشت که شبکه‌شبهه است. به‌نظر شما احتمال مراجعه کودک به کدام کتاب بیشتر است؟

کودکان پرسشگر و کنجاو هستند. کتاب اگر برای کودک سؤال‌ی ایجاد نکند نمی‌تواند او را به خود جذب کند. اگر تصویر برای کودک پیش دبستانی آشکار باشد، یا اگر آن قدر مبهم باشد که برای او اصلاً سؤال‌ی ایجاد نکند، در جذب کودک ناکام می‌ماند. هر چیز تازه‌ای که تعادل کودک را به هم بزند، می‌تواند کنجاوی او را تحریک کند.

برقراری ارتباط

کودک برای فهم رابطه‌های موجود در جهانی که با آن مواجه می‌شود، از خود پرسش می‌کند و برای کشف آن‌ها به جست‌وجو می‌پردازد. او از خود می‌پرسد: این چیست؟ چگونه کار می‌کند؟ چه ارتباطی با یافته‌های قبلی دارد؟ با من چه ارتباطی می‌تواند پیدا کند؟ پاسخ به یک سؤال اگر چه می‌تواند کودک را به آرامش نسبی برساند، اما می‌تواند آغازگر پرسشی جدید و عمیق‌تر باشد. هر قدر پدیده پیچیده‌تر باشد، می‌تواند درگیری کودک و

پاسخ‌هایی که پیدا می‌کند، برای او سؤال‌های تازه‌ای به وجود می‌آورند. این جست‌وجوها سبب رشد فکری او می‌شوند. در چنین فرایندی او می‌آموزد چگونه با پدیده‌ها روبه‌رو شود، چگونه سؤال کند، چه سؤال‌هایی مهم هستند و پاسخ به کدام‌ها می‌تواند بقیه سؤال‌ها را پاسخ بدهد. اصلاً پاسخ سؤال مهم است یا خود سؤال؟ خیلی از پاسخ‌ها کودک را از حرکت باز می‌دارند. سؤال‌هایی هستند که او را به کنجکاوی وادار می‌کنند. یعنی آنچه برای کودک جذابیت دارد این است که من چقدر سؤال دارم!

او می‌آموزد که سؤال‌ها را می‌توان مثلاً به سؤال‌های مهم و غیرمهم دسته‌بندی کرد؛ یا مثلاً به سؤال‌هایی از چگونگی، چیستی و چرایی. او می‌آموزد که سؤال کلیدی چیست، چه تجربه‌هایی در کتاب آمده‌اند، این تجربه‌ها چه ارتباطی با تجربه‌های قبلی دارند، و چه تجربه جدیدی را خلق می‌کنند. در «کتاب جانوران»، آن‌ها تصویر خود را در آینه می‌بینند. وقتی شیر تصویر خودش را می‌بوسد، یکی از شخصیت‌های قصه از چهره‌ای که در مقابل خود می‌بیند بدش می‌آید. یا وقتی اسب آبی شکل عجیبی پیدا می‌کند و به هیجان می‌آید، هر بار کودک می‌پرسد: چرا؟ چرا شیر خودش را می‌بوسد؟ آیا می‌شود هر کسی خودش را ببوسد؟ چرا آن شخصیت قصه از چهره مقابل خودش بدش می‌آید؟ چرا رویش را بر می‌گرداند؟ چه چیزی برای اسب آبی جذابیت داشته و توجهش را جلب کرده است؟

غیر از پرسش‌های مزبور، این کتاب کودک را به جلوی آینه می‌برد تا او

کتاب اگر برای کودک
سؤالی ایجاد نکند نمی‌تواند او را به
خود جذب کند. اگر تصویر برای کودک
پیش‌دستانی آشکار باشد، یا اگر آن قدر
مبهم باشد که برای او اصلاً سؤالی ایجاد
نکند، در جذب کودک ناکام می‌ماند

پرسش او را عمیق‌تر و پیچیده‌تر کند. سؤال دیگری که پاسخ آن را جست‌وجوی می‌کند این است که دیگران این ارتباط‌ها را چگونه می‌فهمند و درک می‌کنند. به همین دلیل کتابی را که برای او پرسشی ایجاد کرده است، به هم‌سالان یا اولیای خود نشان می‌دهد و برای کشف رابطه‌ها، به واکنش آن‌ها توجه می‌کند. کودک کنجکاو ابتدا با تصویر ارتباط می‌گیرد. هنگامی که مربی متن را برای او می‌خواند، کودک تلاش می‌کند بین متن و تصویر ارتباط بگیرد. تصویری که عین‌به‌عین متن باشد، به کودک اجازه نمی‌دهد جست‌وجو کند. چون بین متن و تصویر

عین‌به‌عین تناظر برقرار می‌کند، تفکر او در لایه سطح باقی می‌ماند. اما وقتی تصویر متن را تکمیل می‌کند، پرسشی مطرح می‌شود که متن با قادر به طرح آن نیست یا اصلاً آن را طرح نکرده است. آن وقت ضمن اینکه تصویر و متن هر کدام پرسش‌هایی را طرح کرده‌اند، پرسش دیگری که ایجاد می‌شود، در خصوص چگونگی برقراری ارتباط بین متن و تصویر خواهد بود.

در دوره پیش‌دستانی، چون کودک قادر به خوانش متن نیست، تصویر جلوتر از متن عمل می‌کند و در ایجاد پرسش مقدم‌تر است. کودک برای دریافت از کتاب، می‌تواند معطل مربی نماند و با ورق‌زدن کتاب دریافت‌های خودش را داشته باشد.

تجربه لذت‌بخش

کودک وقتی جذب محتوای کتاب شد، با تجربه‌های آمده در کتاب همراه می‌شود. او هم در جنگل به گشت‌وگذار می‌پردازد، روی علفزار مرطوب دراز می‌کشد و بوی نم آن‌ها را استشمام می‌کند و لحظاتی همراه شخصیت قصه‌اش در سکوت، به آبی آسمانی که لایه‌لای شاخه‌ها دیده می‌شود، نگاه می‌کند. او هم دست خود را داخل آب روان فرو می‌برد تا جریان آب انگشت‌هایش را نوازش کند و در تمام این لحظه‌های آرامش‌بخش به مسئله‌ای می‌اندیشد که شخصیت قصه با آن روبه‌رو شده است، و راه‌حل‌های گوناگون را بررسی می‌کند.

کودک از دیدن تصویر یا شنیدن متنی که او را جذب کرده و خیال او را برانگیخته است، لذت می‌برد. این تجربه‌ها کودک را لحظاتی وارد دنیایی می‌کند که در اینجا آن را «موازی با این جهان» می‌نامیم. کودک همراه با شخصیت درون قصه با مسئله‌ها روبه‌رو می‌شود و در حل آن‌ها، او هم می‌اندیشد، نگران می‌شود و برای موفقیت شخصیتی که الان خود را به جای او می‌بیند، دعا می‌کند. کودک با شادی او شاد است و با نگرانی‌های او نگران می‌شود. اما از آنجا که این تجربه‌ها واقعی نیستند و خطری برای کودک ایجاد نمی‌کنند، کودک از این تجربه امن لذت می‌برد.

رشد و یادگیری

وقتی برای کودک پرسشی ایجاد می‌شود، در جست‌وجوی پاسخ آن می‌اندیشد، پاسخ‌های متعدد را بررسی می‌کند، از دیگران می‌پرسد و



جدیدی کسب می‌کند و می‌آموزد چه واژه‌های جدیدی برای توصیف این تجربه‌ها وجود دارند. دایره واژگان و تعداد مفهوم‌های او افزایش می‌یابد و او می‌تواند ارتباط‌های بیشتری بین مفهوم‌ها برقرار کند. از این نظر کتاب نقش یاددهی و کودک نقش یادگیرنده و بلکه نقش «خودیادگیرنده» را دارد. زیرا می‌آموزد چگونه می‌توان آموخت و چگونه جایگاه خود را در جهان پیدا کرد. در بخش سوم ویژگی‌های مخاطب، یعنی کودکان چهار تا شش ساله را از ابعاد گوناگون بررسی می‌کنیم و دو رویکرد ارائه مطالب به شکل مستقیم و غیرمستقیم در تألیف کتاب و تأثیر آن بر کودکان را شرح خواهیم داد.

پی‌نوشت

1. Self-direct learning

هم با خودش بازی کند. این بار کودک نگاهی متفاوت به آینه دارد. داستان را در ذهنش مرور می‌کند و او هم می‌خواهد همان نقش‌ها را بازی کند. با خودش می‌گوید: اگر آینه خانه آن قدر بزرگ بود که می‌توانستم همه بدنم را ببینم، چگونه دیده می‌شدم؟ آینه خانه ما باید چقدر باشد تا یک اسب آبی بتواند خودش را درون آن ببیند؟ و هزاران سؤال دیگر که ممکن است پاسخ آن‌ها مهم نباشد، اما خود سؤال اهمیت دارد. این پرسشگری ذهن کودک را ورز می‌دهد و او را پرسشگر تربیت می‌کند که در برابر هر پدیده‌ای از خود می‌پرسد: با سایر پدیده‌ها چه رابطه‌ای دارد؟ با من چه ارتباطی ایجاد می‌کند؟ سهم من و سهم بقیه در ارتباط با این پدیده چیست؟ چگونه کار می‌کند؟ و هزاران سؤال دیگر که نتیجه آن‌ها عمیق‌تر شدن فهم کودک از جهانی است که در آن زندگی می‌کند.

نقش کتاب و نقش کودک

در این نوشته، کتاب ابزاری است که می‌تواند کودک را به پرسشگری و جست‌وجو در جهان ترغیب کند. از این حیث کتاب ابزاری آموزشی محسوب می‌شود و می‌تواند به رشد و یادگیری کودک کمک کند. کودک نیز در اینجا یادگیرنده است. او می‌آموزد چگونه عمیق و پیچیده‌تر نگاه کند. او تجربه‌های

منابع

1. Mikkelsen, N. (1989). Remembering Ezra Jack Keats and The Snowy Day: What Makes a Children's Book Good?. *Language Arts*, 66(6), 608-624.
2. Recob, A. (2008). *Bibliotherapy: When kids need books*. iUniverse.



از بوم تا دل

نقش نقاشی در کاهش اضطراب کودک

اشاره

اضطراب یکی از رایج‌ترین اختلالات روانی در کودکان است که بر جنبه‌هایی از زندگی آن‌ها، از جمله تحصیل، روابط اجتماعی و سلامت روانی تأثیر عمیقی می‌گذارد. با این حال، بسیاری از کودکان توانایی ابراز احساس و هیجان خود را از طریق کلام ندارند. بنابراین، استفاده از روش‌های غیر کلامی مانند هنردرمانی، به‌ویژه نقاشی درمانی، می‌تواند راهکاری مؤثر برای مدیریت اضطراب و تقویت مهارت‌های عاطفی و اجتماعی آن‌ها باشد. در این مقاله می‌خوانیم، نقاشی می‌تواند به کودک کمک کند از طریق برون‌فکشی، هیجان‌ها، احساس و افکار خود را ابراز و به سازگاری عاطفی و اجتماعی کمک کند.

کلیدواژه‌ها: اضطراب کودکان، هنردرمانی، نقاشی درمانی، کاهش اضطراب

معنای اضطراب

برای درمان اختلالات روان‌شناختی کودکان، از روش‌های دارویی و غیردارویی متعددی بهره گرفته می‌شود. در این میان، برخی از درمانگران کودک بر این باورند که کودکان در بیان و ابراز احساسات و هیجان‌های خود از طریق کلام به قدر بزرگسالان توانمند نیستند. از این رو روش‌های هنردرمانی مانند موسیقی درمانی، نقاشی درمانی و... پیشنهاد می‌شوند.

نقاشی درمانی چیست؟

از جمله مهم‌ترین شاخه‌های هنردرمانی نقاشی درمانی است. نقاشی عبارت است از ترسیم خودانگیزخته تصویری که فرصت‌هایی برای ارتباط و بیان غیر کلامی فراهم می‌کنند. منظور از نقاشی درمانی، نقاش‌پروری و آموزش نقاشی نیست، بلکه ارائه فرصت‌هایی به فرد است تا از طریق رنگ‌ها، خط‌ها، احساس‌ها، عاطفه‌ها، نیازها و حتی دانسته‌های خود را به نحوی که مایل است آزادانه بیان کند.

در واقع با ابزاری چون نقاشی، کودک همه مسائل زندگی خود را به تجربه درمی‌آورد، خود می‌آزماید و خویش را بنا می‌کند. نقاشی یکی از راه‌های پرورش کودکان است و قبل از هر وسیله دیگر می‌تواند به آموزش کودک کمک کند. رنگ و تصویر بیش از هر چیز دیگر ذهن کودک را متوجه خود می‌کند و پدیده‌ای است که کودک پیش از هر چیز می‌تواند به خلق آن

اضطراب در دوران کودکی می‌تواند به‌طور جدی بر تحصیل و عملکرد آموزشی تأثیر بگذارد و به‌عنوان تهدید یا احساس ناامنی تلقی می‌شود که در آن فرد بر وضعیت خود مسلط نیست. این اختلال با شروع زودرس و تأثیری که بر سیر تکاملی فرد دارد، احتمال ابتلا به اختلالات دوران بزرگسالی را افزایش می‌دهد.

اضطراب جزو اختلال‌های درون‌نمود است. اختلال‌های درون‌نمود الگوهای رفتاری سازش‌نا یافته‌ای هستند که بیش از آنکه اطرافیان را آزار دهند، موجب رنجش خود کودک می‌شوند. لازم به ذکر است که این مشکلات غالباً در سنین پیش‌دبستان شروع می‌شوند و در دبستان نمود رفتاری بیشتری پیدا می‌کنند.

اختلالات اضطرابی غالباً در کودکان تشخیص داده و درمان نمی‌شوند، زیرا به‌سادگی توسط والدین و معلم‌ها نادیده گرفته می‌شوند. والدین در درمان کودکان مبتلا به اختلالات اضطرابی نقش مهمی بازی می‌کنند؛ زیرا بهترین موقعیت را دارند تا پاسخ‌های انطباقی را به فرزند خود بیاموزند و در او تقویت کنند. والدین معمولاً وقتی روی رفتار فرزند خود تأثیر می‌گذارند که ترس و اضطراب او را بهتر بفهمند و راه‌های مؤثری را یاد بگیرند تا بتوانند به فرزندشان راه و رسم کنار آمدن با این وضعیت ترسناک را یاد دهند.

بپردازد. اگر نقاشی عمیق‌ترین وسیله برای آموزش کودک نباشد می‌توان گفت که یکی از مهم‌ترین و اولین وسایل آموزش اوست و برای تربیت روانی و تکامل فکرش راه بسیار مؤثری است. نقاشی و تجسم، انعکاس افکار و نارضایتی‌های درونی کودک نسبت به محیط پیرامون است. مطالعات نشان می‌دهند هنردرمانی نقش بسزایی در کاهش اضطراب کودکان دارد. کودکان از طریق نقاشی تصور خود از محیط پیرامون را انعکاس می‌دهند که بخشی از این تصورات می‌تواند بیانگر اضطراب‌ها و نگرانی‌های آنان باشد. بروز اضطراب و نگرانی‌ها در قالب نقاشی و تصویرهای ترسیمی باعث کاهش بروز آن‌ها می‌شود و به بیان احساسات به‌عنوان ابزار غیر کلامی مدد می‌رساند.

کودکان از طریق نقاشی تصور خود از محیط پیرامون را انعکاس می‌دهند که بخشی از این تصورات می‌تواند بیانگر اضطراب‌ها و نگرانی‌های آنان باشد

با والد می‌تواند فضای آزادی برای نقاشی به‌وجود آورد که کودک احساس کند هیچ محدودیتی در انتخاب رنگ، شکل یا حتی موضوع ندارد! برای مثال، به کودک بگویید که می‌تواند هر چیزی که می‌خواهد بکشد و هیچ اشتباهی وجود ندارد. مثلاً بگویید: «این نقاشی متعلق به توست و می‌توانی هر چیزی که دوست‌داری بکشی؛ حتی اگر یک خط باشد!»

گاهی کودک به دلیل اینکه نمی‌داند از کجا باید شروع کند، دچار فشار روانی می‌شود. مربی می‌تواند به او توضیح دهد که نقاشی فرایند است و می‌تواند از ساده‌ترین شکل‌ها و خط‌ها شروع کند. کودک با این کار حس می‌کند که می‌تواند هر مرحله‌ای را با آرامش طی کند. بسیاری از کودکان در سنین پیش‌دبستانی توانایی خود را در نقاشی به‌خوبی نمی‌شناسند و ممکن است از شروع نقاشی دچار اضطراب شوند. مربی می‌تواند با ارائه مدل‌های ساده (مانند کشیدن یک دایره، مربع یا شکل‌های هندسی ساده) به کودک کمک کند احساس کند که نقاشی آسان است.

یکی دیگر از روش‌ها نقاشی گروهی است که در آن کودکان به‌صورت گروهی با هم نقاشی می‌کشند و از یکدیگر حمایت می‌کنند. این فعالیت حس همکاری و حمایت اجتماعی را در کودک ایجاد کند و اضطراب او را کاهش می‌دهد.

نتیجه‌گیری

- اضطراب موجب کاهش توانایی‌های شناختی می‌شود و بر سلامت روان، کیفیت زندگی و حتی سبک زندگی کودک تأثیرگذار می‌گذارد.
- به باور متخصصان، مشکلات کودکان پیش‌دبستانی و دبستانی باید به‌موقع تشخیص داده شوند و مداخله‌های به‌هنگامی برای بهبود آن‌ها صورت پذیرند.
- برای کاهش اضطراب و پرخاشگری کودکان هنردرمانی پیشنهاد می‌شود؛ زیرا مقرون‌به‌صرفه و مؤثر است. از این روش می‌توان در مدرسه‌ها و مراکز آموزشی، مراکز درمانی و مانند آن استفاده کرد که نوعی درمان مکمل است و کودکان از آن استقبال بیشتری می‌کنند.

منابع

۱. آگشته، منصور؛ برنجکار، علی؛ ابراهیم‌زاده، خوشدوی (۱۳۹۶). «بررسی اثربخشی آموزش مدیریت والدین بر کاهش اضطراب کودکان پیش‌دبستانی و مقایسه آن با دارودرمانی». نشریه پرستاری کودکان. دوره سوم. شماره ۴.
۲. باقری، پرویز و یوسفی افراشته، مجید (۱۴۰۰). «مقایسه اثربخشی نقاشی‌درمانی و بازی‌درمانی گروهی بر اضطراب و حرمت خود دانش‌آموزان با اختلال نارسبایی توجه / بیش‌فعالی». ویژه‌نامه اختلالات هیجانی - رفتاری ۱۴۰۰. شماره ۱۶۲.
۳. بساک‌نژاد، سودابه؛ پلویی شاپورآبادی، فهیمه؛ داودی، ایران (۱۳۹۱). «بررسی اثربخشی آموزش مدیریت اضطراب خانواده به مادران کودکان مضطرب ۴ تا ۶ ساله مهدکودک‌های شهر اهواز». مجله علمی پزشکی جندی‌شاپور. دوره یازدهم. شماره ۴.

سؤال: به‌عنوان مربی یا والد چه موضوع‌هایی برای نقاشی می‌تواند از اضطراب کودک کم کند؟

۱. **نقاشی از مکان آرامش‌بخش:** نقاشی از مکان‌هایی است که کودک آن‌ها را آرامش‌بخش می‌خواند؛ مانند پارک، ساحل یا اتاق خواب خود. چنین نقاشی‌هایی به کودک کمک می‌کنند مکان‌های آرامش‌بخش خود را تجسم کند و از طریق رنگ‌ها و شکل‌ها اضطراب خود را کاهش دهد.
۲. **نقاشی از خود و احساس خویش:** از کودک بخواهید خود را در حال انجام فعالیتی که به او احساس خوبی می‌دهد، نقاشی کند؛ مانند بازی با دوستان، خواندن کتاب یا وقت گذراندن با خانواده.
۳. **نقاشی با رنگ‌های آرامش‌بخش:** کودک را تشویق کنید در رنگ‌آمیزی آزاد از رنگ‌های ملایم، مانند آبی، سبز و... استفاده کند.
۴. **نقاشی از احساسات (آموزش هوش هیجانی):** از کودک خود بخواهید احساسش را نقاشی کند. اگر مضطرب است از او بپرسید: «دل‌نگرانی تو چه شکلی است؟ چه رنگی است؟ اندازه بزرگی دارد یا کوچک؟» و با این روش از او بخواهید حسش را نقاشی کند و روی کاغذ بیاورد.
۵. **نقاشی از حامی‌های اجتماعی:** کودک می‌تواند نقاشی‌هایی از افرادی بکشد که به او احساس امنیت می‌دهند؛ مانند معلم، اعضای خانواده و یا دوستان، تا در او احساس حمایت اجتماعی را تقویت کند و اضطراب ناشی از تنهایی یا ترس‌های اجتماعی را کاهش دهد.
۶. **نقاشی از دستاوردها و موفقیت‌ها:** کودک می‌تواند نقاشی‌هایی از دستاوردها و موفقیت‌های خود بکشد؛ مانند کمک کردن به دوستش یا کمک او به پدر بزرگ و مادر بزرگش که به او احساس موفقیت و اعتمادبه‌نفس بدهد و احساسات مثبتش را تقویت کند.

نکته مهم!

ناگفته نماند که کودکان پیش‌دبستانی معمولاً احساس می‌کنند که نقاشی هایشان باید طبق استاندارد خاصی باشد. به همین سبب دچار اضطراب می‌شوند! یادمان نرود که هدف هنرمندپروری نیست و نقاشی‌درمانی می‌خواهد کمک کند کودکان اضطرابش را کاهش دهد. پس مربی و



نقاشی از مکان‌های آرامش‌بخش (پارک) همراه با حامی اجتماعی‌اش (مادر)



نقاشی از مکان‌های آرامش‌بخش (پارک به همراه مادرش) // نقاشی از دستاورد و موفقیت‌هایش (لگو ساختن و نقاشی کردن)



نقاشی از حامی اجتماعی (معلم) به همراه خود کودک



نقاشی از خود و حس خوبش (خاطره لالایی خواندن مادر برای او)

۴. حسینی‌نسب، سیدداوود و احساسی، ژیلا (۱۴۰۰). «بررسی اثربخشی نقاشی‌درمانی بر مشکلات رفتاری کودکان ۳ تا ۵ ساله شهر تبریز». اولین کنفرانس بین‌المللی علوم تربیتی، روان‌شناسی، علوم ورزشی و تربیت‌بدنی.
۵. رفیع‌زاده، مانده؛ مرادی عباس‌آبادی، فریبا؛ به‌نام مرادی، مریم (۱۴۰۲). «اثربخشی هنردرمانی بر اضطراب و پرخاشگری در کودکان کار شهر تهران». فصلنامه تحلیلی شناختی. دوره چهاردهم. شماره ۵۵.
۶. رکنی، ماندانا؛ زاده‌محمدی، علی؛ نوایی‌زاد، شکوه (۱۳۹۴). «بررسی اثربخشی نقاشی‌درمانی بر خلاقیت و رشد اجتماعی کودکان ۴ تا ۶ ساله». سامانه مدیریت نشریات علمی. دوره پنجم. شماره ۳.
۷. مردانی، فرزانه؛ شفیع‌آبادی، عبدالله؛ جعفری، اصغر (۱۳۹۹). «اثربخشی نقاشی‌درمانی بر اضطراب کودکان دچار اختلال کاستی توجه/ فزون کنشی». نشریه خانواده‌درمانی کاربردی. دوره اول. شماره ۲.
۸. موسوی، هدی‌سادات و خدابخشی کولایی، آناهیتا (۱۳۹۵). «اثربخشی بازی‌درمانی گروهی به شیوه مراجع‌محوری بر ترس و اضطراب کودکان پیش‌دبستانی». مجله سلامت اجتماعی. دوره سوم. شماره ۴.

9. Berlyne, D. E. (1971). Aesthetics and Psychobiology. Appleton-Century-Crofts.
10. Denham, S. A., & Burton, R. (2003). Social and emotional development in early education.
11. Gardner, H. (1982). Art, Mind, and Brain: A Cognitive Approach to Creativity. Harper & Row.
12. Ginsburg, K. R. (2007). The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bonds. Pediatrics, 119(1), 182-191.
13. Harris, P. L., & Gernsbacher, M. A. (2002). The handbook of child psychology.
14. Hodge, A. (2015). The Power of Art for Children's Development. Educational Psychology Review, 27(4), 635-656.
15. Thorp, R. G., & Gallimore, R. (1988). Teaching minds: How cognitive theory can help children.

جورچین تربیت

نقش مربی در رشد و تعالی کودک

آگاهی
در خدمت

الفبای
نقش مربی



قطب‌نمای
آرامش

چگونه
مربی شوم؟!

ناخدايان گشتی تربیت



استاد شهید
مربی الهام بخش

شکار لحظه‌ها

الفبای نقش مربی

پرورش هویت مربی در تربیت و یادگیری

اشاره

در ساختار تعلیم و تربیت کودک، مربی پیش‌دستانی جایگاهی تعیین‌کننده دارد و نباید او را صرفاً مجری هدف‌ها در نظر گرفت. چنانچه از این نگاه فاصله بگیریم، مربی پیش‌دستانی می‌تواند با اتکا به نگاه «فرایندمحور» در عرصه تعلیم و تربیت کودک و داشتن توانایی ایده‌پردازی، اجماع‌سازی و اقلان‌سازی آموزشی و تربیتی، شرکای یادگیری (کودک و خانواده) را با خود همسو سازد و هویتی جدید به عنوان مربی فراگیر را متولد کند. می‌تواند در جایگاه رهبر تربیتی و آموزشی قرار گیرد، نقشی تعیین‌کننده ایفا کند و اثری ماندگار و متعالی را در تعلیم و تربیت نسل آینده برجای بگذارد.

کلیدواژه‌ها: مربی پیش‌دستانی، هویت مربی، تعلیم و تربیت، اجماع‌سازی، اقلان‌سازی، نگاه فرایندی، جامعه‌پذیری کودک

* داشتن قدرت اجماع‌سازی و اقلان‌سازی برای اجرای برنامه‌های تربیتی؛
* اعتقاد و توجه عملی به نگاه فرایندی در تعلیم و تربیت.

سیاست‌گذاران کلان، میانی و خرد عرصه تعلیم و تربیت کودک و مربیان پیش‌دستانی، قبل از هر اقدام آموزشی و تربیتی، باید این گزاره را عمیقاً در ذهن بپذیرند که مربی مجری هدف‌های از پیش تعیین‌شده مطلوب نیست، بلکه تعلیم و تربیت جریانی سیال است که مربی به‌عنوان ناخدا، راهبر و یکی از شرکای سه‌گانه یادگیری (مربی، کودک و والدین)، ضمن آگاهی از الفبای نقش خود، از غرق شدن هر ضلع مثلث جلوگیری کند. مربی می‌تواند با درک سیالی از چگونگی ایفای نقش خود، نقش راهبری را به بهترین شکل ممکن ایفا کند.

آنچه که در عرصه تعلیم و تربیت کودک به آن کمتر توجه شده، مهیا ساختن زمینه اثرگذاری مربی است. در واقع مربی قبل از تحقق هدف‌های آموزشی و تربیتی این دوره، باید درک درستی از زمینه تربیتی فردی و جمعی هر کودک کسب کند تا بتواند میان فرایند فعلی جامعه‌پذیری و تربیتی کودک، و آنچه در پی تحقق آن است، پیوندی قابل درک برای کودک و والدین او به وجود آورد. چنانچه مربی این پیوند تعیین‌کننده را متصل کند، می‌تواند نقشی رهبرگونه و پیشران را در فرایند جامعه‌پذیری کودک ایفا کند.

مربی به عنوان یکی از اولین افراد خارج از حلقه نزدیک آشنایان برای کودک، ریل‌گذار سبک تعامل و ارتباط او با همسالان و دیگران خواهد بود. این ریل‌گذاری در صورتی می‌تواند موفق باشد که مربی در ذهن کودک شعله‌های احساس امنیت، شفقت و مهربانی را نسبت به خود و دیگران روشن ساخته باشد. پذیرش درک سیالی ایفای نقش توسط مربی، زمینه‌ای را فراهم می‌سازد تا مربی حس امنیت، اعتماد، شفقت و مهربانی را در کودک با القای تعاملی مادرگونه با او، متولد سازد.

مربی در کنار پدر و مادر، یکی از اولین الگوها در زندگی کودک به شمار می‌آید. این مهم اقتضائاتی را با خود به همراه می‌آورد که سرمشق‌گیری غیرمستقیم از رفتارهای کلامی و غیرکلامی مربی، بیشتر از سرمشق‌گیری مستقیم، در رفتارهای کودک دیده می‌شود. مربی با درک این نقش مهم و آگاهی نسبت به الفبای یادگیری مشاهده‌ای می‌تواند در کنار الگودهی‌های

دوره پیش‌دستانی، به سبب تأثیرات متعدد و غیرقابل جایگزین و همچنین به موجب برون‌سازی اولین کنشگری کودکان در محیط‌های آموزشی و تربیتی، نقشی بی‌بدیل در بنیان‌سازی ذهنی آن‌ها دارد. با اتکا به این حقیقت مهم، مربیان پیش‌دستانی در خط مقدم این تأثیرگذاری و جریان‌سازی ایفای نقش می‌کنند. با این توصیف، کنشگران تعلیم و تربیت کودک، با تأکید بر نقش مهم مربیان پیش‌دستانی، در اجرایی ساختن هدف‌های مطلوب این دوره، شاخص‌هایی را برای مربیان پیش‌دستانی، به عنوان شاخص‌های تکاملی چرخه هدف، ابزار و نتیجه برشمرده‌اند که از جمله مهم‌ترین آن‌ها می‌توان این موارد را نام برد:

- * آگاهی از هدف‌های دوره پیش‌دستانی؛
- * ایده‌پردازی در حوزه تعلیم و تربیت کودک؛
- * پذیرفتن نقش پیشرو در تعلیم و تربیت نسل آینده جامعه؛

شناخته باشند و نسبت به پیونددهی و یکپارچه سازی زمینه و آنچه به عنوان حد مطلوب بایدهای نقش مربی است، اقدام کنند در کنار آن، سیاست گذاران تعلیم و تربیت کودک باید بدانند مربیان زمانی حائز شاخص های فوق خواهند شد که آن ها بسترهای لازم را برای ارتقای جامعه پذیری شغلی آن ها مهیا سازند. چرا که تا مربی خود نسبت به نقش خود جامعه پذیر نشده باشد، نمی تواند محقق کننده هدف ها و انتظارات مورد نظر بر نامه ریزان باشد.

آنچه در عرصهٔ تعلیم و تربیت کودک به آن کمتر توجه شده، مهیا ساختن زمینهٔ اثر گذاری مربی است

منابع

۱. استار، جولی (۱۳۹۰). راهنمای مربیگری. نشر نوین. تهران.
۲. جمعی از نویسندگان (۱۳۹۳). نقش مربی در تربیت اخلاقی - معنوی. انتشارات پژوهشگاه علوم و فرهنگ. تهران.

مستقیم، با سرمشق دهی های غیر مستقیم، در ذهن و رفتار کودک نهال هایی را بکار د که محقق کنندهٔ حداکثری هدف های مورد نظر دورهٔ پیش دبستانی باشند و به فرایند جامعه پذیری کودک در حوزه های گوناگون یاری رسانند.

مربی پیش دبستانی، بعد از درک واقع گرایانه از زمینهٔ تربیتی کودک، با اقناع والدین و اجماع برای ایده های تربیتی خود که بر اساس هدف های تعیین شده شکل گرفته اند، می تواند بعد از پیوند دادن زمینه و شروع مداخلات تربیتی اش، برای شرکای یادگیری

خود، یعنی کودک و والدین، در نقش رهبر تربیتی ظاهر شود. همچنین مربی می تواند به عنوان رهبر آموزشی و تربیتی نقش پیشروانهٔ خود را در تعلیم و تربیت نسل آیندهٔ جامعه ایفا کند. به این منظور لازم است که جهان بینی خود را نسبت به بایدها و نبایدهای جامعهٔ آینده به روز کند تا بتواند فردی را برای جامعهٔ آینده تربیت کند که قادر باشد در کشمکش ها و چالش های جامعهٔ فردا، فعال و پویا بماند.

به بیان دیگر، همهٔ شاخص ها و بایدهای عملکرد مربی پیش دبستانی زمانی تکامل می یابد که او نگاه فرایند محور را در تعلیم و تربیت پذیرفته و ملاک عمل خود قرار داده باشد. زمانی که مربی فرایندهای تربیتی و آموزشی را بشناسد، می تواند نسبت به اصلاح، ارتقا و شکوفایی آن ها، با نگاه ترکیبی از جزئی نگری و کلی نگری، اقدام کند. همچنین درک فرایندها و حاکمیت نگاه فرایند محور در تعلیم و تربیت، مربی را به سمت توجه به تفاوت های فردی کودکان و برنامه ریزی فردی مبتنی بر فرایندها سوق خواهد داد. در این شرایط یقیناً مربی ساحت های مطلوب تربیتی و آموزشی را در کودک خلق می کند، ارتقا می دهد و شکوفا می سازد. همهٔ شاخص های ذکر شده می توانند ظرفیتی جریان ساز و تعیین کننده را در مربی شکل دهند و این مربی را می توان «مربی فراگیر» نامید. مربی فراگیر مهارت گفت و گو کردن را در کودکان متولد می سازد، در کودک حس کنجکاوی را خلق و هدایت می کند، کودک را به درک تفاوت ها و شباهت های اطرافش توجه می دهد، آموزش و تربیت را بر مبنای ایجاد پیوند بین شرایط فعلی و آرمانی تربیتی و آموزشی کودک، با هدف های ایجاد جامعهٔ یکپارچه، بستر سازی می کند.

بحث و نتیجه گیری

با توجه به آنچه نگاشته شد، اهمیت نقش مربی در عرصهٔ تعلیم و تربیت کودک بر هیچ پویندهٔ این راه پوشیده نیست. اما او زمانی می تواند این نقش مهم و تعیین کننده را به نحو مطلوب ایفا کند که شاخص های یاربرگر او در این مسیر، خلق و شکوفا شوند. این فرایند مهم است و شکوفایی آن در بستری تحقق خواهد یافت که سیاست گذاران ارکان گوناگون عرصه تعلیم و تربیت کودک، زمینه های فعلی را



آگاهی در خدمت

وظیفه‌های مربی کودکان در آیین نامه‌های ابلاغی

اشاره

تربیت در دوران کودکی نقش مهمی در رشد فکری، جسمی و اجتماعی کودک دارد. موفقیت برنامه تربیتی به شدت به آگاهی مربیان از وظیفه‌ها، نقش‌ها و مسئولیت‌های خود بستگی دارد. مربی با آگاهی از وظیفه‌های خود و اجرای دقیق و صحیح آن‌ها به کودکان کمک می‌کند در جنبه‌های متفاوت زندگی خود رشد کنند. زیرا کودکان در برنامه‌های تربیتی به مربیان خود متکی هستند. تربیت موفق در کودکان بدون مربیان مؤثر امکان‌پذیر نیست. مربیان نقش بسزایی در رشد اجتماعی و عاطفی کودکان ایفا می‌کنند و پایه و اساس آموزش و تربیت آن‌ها را بنا می‌گذارند. مربیان برای موفقیت در نقش خود، باید مهارت‌های سازمانی، بین فردی و حرفه‌ای لازم را داشته باشند و بتوانند وظیفه‌ها و نقش‌های خود را به صورت دقیق سازمان‌دهی کنند.

کلیدواژه‌ها: مربی کودکان، وظیفه‌های مربی، نقش مربی، آموزش پیش‌دبستانی

تربیت فرایندی پیچیده و مستلزم فعالیت تربیتی مربیانی است که آگاهانه و ماهرانه در این مسیر به گونه‌ای مبتکرانه عمل می‌کنند. مربی به عنوان مهم‌ترین عنصر در تربیت، نقشی کلیدی در پیشبرد فرایند یاددهی-یادگیری دارد و میزان شایستگی‌های فردی و حرفه‌ای وی اثربخشی فعالیت‌های تربیتی را تعیین می‌کند. درواقع، مربیگری تخصصی است که خود مجموعه‌ای پیچیده از آگاهی‌ها و مهارت‌ها را می‌طلبد. لذا مربیگری را باید حرفه بدانیم؛ نه صرفاً شغلی برای کسب روزی. بر این اساس، شخص حرفه‌ای یعنی کسی که مدبر و دارای دانش، بینش، منش و روش حرفه‌ای است. این فرد در زمره گروهی خاص از افراد قرار دارد که دارای آرمان خدمتی ارزش‌مدار و برخوردار از دانش حرفه‌ای در رشته خود



می‌اندازند. طبق ماده ۹-۱ آئین نامه شایستگی‌ها و وظیفه‌های نیروی انسانی کودکان که توسط «سازمان ملی تعلیم و تربیت کودک» تدوین و ابلاغ شده است، مربی در قبال کودکان وظیفه‌های زیر را بر عهده دارد:

الف) اجرای برنامه تربیتی، آموزشی و مراقبتی کودکان، ارائه‌شده توسط مدیر، بر اساس ضوابط ابلاغی سازمان

مربیگری با مسئولیت‌ها، نقش‌ها و چالش‌های بسیاری همراه است. مربیان اکنون علاوه بر وظیفه‌ها، نقش‌ها و مسئولیت‌های معلم سنتی، باید یک برنامه تربیتی متناسب با ویژگی‌های رشدی کودکان را در کلاس اجرا کنند. همچنین لازم است



مربیگری تخصصی است که خود مجموعه‌ای پیچیده از آگاهی‌ها و مهارت‌ها را می‌طلبد. لذا مربیگری را باید حرفه بدانیم؛ نه صرفاً شغلی برای کسب درآمد

هستند. بنابراین باید هم از ارزش‌ها و آرمان‌های خدمتی آگاه باشد و هم از واقعیت حرفه اطلاع داشته باشد. برای دستیابی به تربیت مؤثر، مربی باید در کار خود حرفه‌ای باشد و نقش‌ها، وظیفه‌ها و مسئولیت‌های لازم را بشناسد تا با استفاده از آن‌ها، در مرحله‌های بعدی بتوان شایستگی‌های مورد نظر را در او به وجود آورد. مربی پیش‌دستانی مسئول ایجاد محیط یادگیری محرک است که در آن تفکر کودکان با استفاده از پرسش‌های غیررسمی و گفت‌وگوهای آموزش‌محور گسترش می‌یابد. به عبارت دیگر مربیان فرایند یاددهی-یادگیری را با فراهم آوردن محیط مناسب و مواد آموزشی لازم، در بستر زمان و با نگاه به هدف‌های تربیتی این دوره به جریان





کودکان در مورد محیط اطرافشان کنجکاو هستند. آن‌ها در بیشتر موارد قادر نیستند خطرات و حوادث را پیش‌بینی کنند

چرا که در دنیای آموزشی امروز، اولیای کودکان در فرایند تربیت کودکان در کودکان مشارکت بسیاری دارند.

ماده ۳-۹ آئین‌نامه شایستگی‌ها و وظیفه‌های نیروی انسانی کودکان، به وظیفه‌های مربی کودکان در قبال مؤسس یا مدیر چنین اشاره می‌کند:

* همکاری با مدیر در تنظیم برنامه تربیتی کودکان؛

* ارائه گزارش عملکرد به مدیر؛

* پایبندی به اجرای مفاد قرارداد کاری؛

* ارائه گزارش تربیتی کودکان به مدیر و تکمیل پرونده رشد و تربیت کودکان؛

* گزارش موارد خاص، مانند کودک‌آزاری به‌صورت فوری به مدیر و در صورت نیاز به مراجع ذی‌ربط؛

* پاسخگویی در قبال اقدامات و وظیفه‌های محوله به مؤسس، مدیر و معاون تربیتی - آموزشی.

ماده ۴-۹ آئین‌نامه مذکور نیز وظیفه مربی را در قبال همکاران رعایت اخلاق اسلامی و حرفه‌ای در تعامل با سایر کارکنان بر می‌شمرد.

جمع‌بندی

در پایان یادآور می‌شود انجام این وظیفه‌ها مستلزم آن است که مربی کودکان به توسعه حرفه‌ای خود در ابعاد دانشی و مهارتی علاقه‌مند باشد و در این راه بکوشد و به کرامت، ارزش و منحصربه‌فرد بودن هر فرد (کودک، اعضای خانواده‌اش و همکاران) احترام بگذارد. بنابراین، بدون درک روشنی از نقش‌ها و وظیفه‌های چندگانه و منحصربه‌فرد مربی در تربیت کودکان، مسئولیت مربی ممکن است بیش‌ازپیش پیچیده شود. بنابراین برای کسانی که به‌ویژه در آرزوی مربی‌شدن هستند، آشنایی با نقش‌ها و مسئولیت‌هایی که از آن‌ها انتظار می‌رود، ضروری است.

منابع

۱. آئین‌نامه شایستگی‌ها و وظیفه‌های نیروی انسانی کودکان، سازمان ملی تعلیم و تربیت کودک.
۲. زارعی، محمدحسین؛ نصر اصفهانی، احمدرضا؛ میرشاه جعفری، سیدابراهیم؛ لیاقتدار، محمدجواد (۱۳۹۵). «مربی پیش‌دبستانی: چه کسی و با چه مشخصاتی؟». مجله نظریه و عمل در برنامه درسی. شماره ۸.
۳. رحمانی گورجی، محمد و شیخ شجاعی، عباس (۱۳۹۸). «نقش مربی در تربیت بر اساس مبانی ملاصدرا». نشریه پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی. شماره ۴۵.
۴. یوسفی کیا، فهیمه؛ وجدانی، فاطمه؛ محمص، مرضیه (۱۴۰۱). «صلاحیت‌های حرفه‌ای مربی بر اساس دیدگاه آیت‌الله حائری شیرازی». مجله علوم تربیتی از دیدگاه اسلام. شماره ۱۸.
۵. راه‌پیمای آغمیونی، سکنیه؛ درتاج، فریبرز؛ سعادت‌ی شامیر، ابوطالب؛ ابوالمعالی، خدیجه (۱۴۰۰). «واکاوی و شناسایی مؤلفه‌های کیفیت فرایند تعامل مربی - کودک». نشریه سلامت روانی کودک. شماره ۲.
6. Phajane, Masello Hellen (2014). "Exploring the Roles and Responsibilities of Early Childhood Teachers". Mediterranean Journal of Social Sciences. N. 5.

از دانش مرتبط با سلامت و بهداشت جسمی، تغذیه، بهداشت روان و اختلالات شایع مرتبط با دوره کودکی و مواردی نظیر آن برخوردار باشند. آگاهی از ویژگی‌ها و نیازهای فردی کودکان نیز یکی از شرط‌های لازم به‌منظور تدوین برنامه تربیتی مناسب برای آن‌هاست.

ب) تنظیم و تکمیل مستمر پرونده‌های تربیتی کودکان

مربی در نقش مشاهده‌گر و ارزیاب تربیتی -

رشدی کودکان وظیفه‌های مهمی بر عهده دارد. او با

جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل اطلاعات مربوط به کودک و ثبت

مستمر آنان در پرونده‌های تربیتی می‌تواند اثربخشی برنامه‌های تربیتی خود را نیز ارزیابی کند. نکته مهم در این بخش پرهیز از اظهارنظرهای ذهنی و استفاده از ابزارهای مشاهده و ارزیابی مناسب برای توصیف دقیق و عینی رفتارهای کودکان است.

پ) مراقبت از کودکان در زمینه‌های ایمنی، بهداشت و سلامت (اعم از جسمی و روانی)

کودکان در مورد محیط اطرافشان کنجکاو هستند. آن‌ها در بیشتر موارد قادر نیستند خطرات و حوادث را پیش‌بینی کنند. بنابراین یکی از وظیفه‌های مهم مربی فراهم‌آوردن محیطی سالم و بی‌خطر برای کودکان است تا آنان از جراحات، سقوط‌ها، مسمومیت‌ها و سایر خطرات ممکن مصون باشند.

ت) مراقبت از برنامه خواب و استراحت کودکان

کودکان از عادت‌های رفتاری منحصربه‌فردی برای خوابیدن پیروی می‌کنند، اما مسلم است که عادت‌های خواب آنان تأثیر بسزایی بر روند خواب دارد و پیروی از عادت‌ها و رفتارهای نامناسب، کیفیت و کمیت خواب مطلوب را کاهش می‌دهد و به تدریج کودک را دچار عوارض رفتاری - روانی (تحرک‌پذیری)، جسمی (سر درد)، پرخاشگری (ناسازگاری) و ... می‌کند.

ث) توجه به حضور کودکان، اطلاع از علت‌های غیبت آن‌ها و اطلاع به مدیر کودکان

حضور نیافتن کودک در کودکان گاهی می‌تواند ناشی از تمایل نداشتن او به حضور در کودکان به سبب اضطراب و یا سایر موارد باشد. هماهنگی با اولیای کودکان و کسب اطلاعات دقیق در خصوص دلیل‌های غیبت کودکان و ثبت آن‌ها در پرونده تربیتی کودک بسیار حائز اهمیت است.

ج) رعایت حقوق کودکان با توجه به مفاد مرتبط در قانون حمایت از کودکان و نوجوانان

مربیان موظف هستند ضمن رعایت حقوق کودکان بر اساس مواد درج‌شده در این قانون، در شناسایی، راهنمایی و معرفی کودکان موضوع این قانون به مدیر کودکان، یا در صورت نیاز، به نهادهای حمایتی و قضایی برای انجام اقدامات حمایتی لازم بکوشند.

همچنین طبق ماده ۹-۲ آئین‌نامه مذکور، مربی موظف است در صورت لزوم با والدین تعامل تربیتی داشته باشد. بنابراین مربی می‌باید مهارت و دانش خود را در زمینه فرزندپروری افزایش دهد. تعامل مناسب با والدین در تصمیم‌گیری‌های تربیتی موجب افزایش هماهنگی خانه و مدرسه می‌شود؛

چگونه مربی شوم؟!

مهارت‌ها و شایستگی‌های حرفه‌ای مربی پیش‌دبستانی

کهنه کار، می‌توانند به توسعه مجموعه مهارت‌های خود برای حمایت بهتر از نوآموزان تحت مراقبت خود ادامه دهند.

چرا می‌خواهید مربی پیش‌دبستانی شوید؟

ممکن است به نظر برسد که مربی پیش‌دبستانی بودن، زمان بازی و سرگرمی است، اما این حرفه نیازمند کار و تلاش زیادی است. این حرفه علاوه بر تمام سختی‌ها، پاداش‌های زیادی نیز دارد. دیدن شادی در چهره کودک هنگام یادگیری مطالب و مهارت جدید، یا انجام کاری که سخت روی آن کار کرده، لذت‌بخش است. سال‌های اولیه، برای توسعه و پی‌ریزی پایه‌ای برای یک عمر یادگیری بسیار اهمیت دارند.

به‌عنوان مربی پیش‌دبستانی به فرزندان خود کمک می‌کنید که مهارت‌های اساسی را در خود توسعه دهند؛ مهارت‌هایی که در طول زندگی به آن‌ها کمک می‌کنند.

قبل از اینکه وارد حرفه مربیگری دوره پیش‌دبستانی شوید، باید از خودتان بپرسید: «چرا می‌خواهم وارد این حرفه شوم؟» شما باید مطمئن شوید که این حرفه برایتان مناسب خواهد بود. در ادامه، عواملی را معرفی می‌کنیم که معمولاً افراد را به مربی شدن در دوره پیش‌دبستانی مشتاق می‌کند:

۱. اشتیاق به کار با نوآموزان

مربیان پیش‌دبستانی باید عشقی عمیق و واقعی به کار کردن با کودکان داشته باشند. آن‌ها از تماشای رشد، یادگیری و کشف چیزهای جدید نوآموزان لذت می‌برند و علاقه زیادی به ایجاد تغییر در زندگی خود دارند.

۲. کمک به موفقیت نوآموزان

برای مربی پیش‌دبستانی مشاهده موفقیت نوآموزان بسیار ارزشمند است. چند سال اول رشد کودک اهمیت زیادی دارد و فراهم کردن محیط یادگیری جذاب، به ایجاد پایه‌ای برای موفقیت یادگیری در آینده کمک می‌کند.

اشاره

تقویت و پرورش توانایی‌ها و رشد همه‌جانبه کودکان، تلاشی پیچیده و ارزشمند است. این امر مستلزم مجموعه‌ای متنوع از مهارت‌ها و شایستگی‌هایی است که فراتر از اشتیاق صرف هستند. به‌عنوان مربی مشتاق کودکان، موفقیت شما به تسلط بر برخی مهارت‌ها و شایستگی‌های اصلی بستگی دارد. این شایستگی‌ها و مهارت‌ها برای پیشرفت حرفه‌ای شما حیاتی هستند. در این مقاله، وظیفه‌ها و مسئولیت‌هایی را که مربی پیش‌دبستانی برعهده دارد، برای شما شرح می‌دهیم. برخی از مهارت‌هایی را که ممکن است برای این نقش نیاز داشته باشید معرفی می‌کنیم، نحوه تبدیل شدن به مربی پیش‌دبستانی را توضیح می‌دهیم و تبیین می‌کنیم که چگونه می‌توانید شایستگی‌های حرفه‌ای خود را برجسته کنید.

کلیدواژه‌ها: شایستگی‌های مربی پیش‌دبستانی، مهارت‌های

مربی پیش‌دبستانی، خلاقیت و سعه صدر مربی

مربی پیش‌دبستانی برای مدیریت مؤثر و کارآمد محیط‌های یادگیری و حمایت از رشد اجتماعی، عاطفی و تربیت و یادگیری کودکان به مهارت‌هایی اساسی نیاز دارد؛ مهارت‌هایی مانند ارتباط و همکاری. این گونه مهارت‌ها مربیان را قادر می‌سازند روابط بهتری با خانواده‌ها بگیرند و در گروه‌هایی با سایر مربیان، برای حمایت از همه نوآموزان در محیط یادگیری، بهتر عمل کنند.

در حالی که برخی از مهارت‌های مربی پیش‌دبستانی ذاتی هستند، برخی دیگر را می‌توان آموخت. همه مربیان، چه تازه‌کار در این حرفه و چه

مربی پیش‌دبستانی برای مدیریت مؤثر و کارآمد محیط‌های یادگیری و حمایت از رشد اجتماعی، عاطفی و تربیت و یادگیری کودکان به مهارت‌هایی اساسی نیاز دارد

۳. کار با نوآموزان دارای توانایی‌های متفاوت

در کسوت مربی پیش‌دبستانی، شما فرصت خواهید داشت با نوآموزان دارای توانایی‌های متفاوت در هر زمینه‌ای کار کنید. این فرصتی عالی برای یادگیری بیشتر در مورد فرهنگ‌های دیگر و کمک به نوآموزان برای یادگیری و رشد به روش‌های خود است. اگر از کار با یک گروه متنوع لذت می‌برید، ممکن است این حرفه برای شما مناسب باشد.

وظیفه‌ها و مسئولیت‌های مربی پیش‌دبستانی

وظیفه‌های مربی پیش‌دبستانی، با توجه به سن، جنسیت و نیاز نوآموزانی که با آن‌ها کار می‌کند متفاوت است. با این حال، همهٔ مربیان پیش‌دبستانی یک هدف مشترک دارند: «کمک به یادگیری و رشد کودکان».

وظیفه‌های مشخصی وجود دارند که تمامی مربیان پیش‌دبستانی باید به آن‌ها توجه داشته باشند:

۱. مربیان پیش‌دبستانی محیط آموزشی امنی برای فرزندان خود ایجاد می‌کنند. نوآموزان برای یادگیری باید احساس امنیت کنند، بنابراین این وظیفهٔ مربیان است که محیط مثبت و پرورش‌دهنده‌ای به وجود آورند.

۲. مربیان پیش‌دبستانی فعالیت‌های جذابی را برای فرزندان خود برنامه‌ریزی و اجرا می‌کنند. این فعالیت‌ها باعث ارتقای یادگیری و رشد کودک در تمام زمینه‌های شناختی، اجتماعی، عاطفی و فیزیکی می‌شود. آن‌ها همچنین فرصت‌هایی را برای نوآموزان فراهم می‌کنند تا علقه‌های خود را کشف کنند.

۳. مربیان پیش‌دبستانی پیشرفت هر نوآموز را ارزیابی و آموزش خود را بر اساس آن تنظیم می‌کنند. آن‌ها با مشاهدهٔ نوآموزان در طول فعالیت‌ها،



پیگیری پیشرفت آن‌ها، و شناسایی نقاط قوت و ضعف فردی هر نوآموز، به این امر دست می‌یابند و به‌طور منظم با خانواده‌ها ارتباط برقرار می‌کنند. این کار شامل به‌اشتراک گذاشتن اطلاعات در مورد پیشرفت فرزندشان و رسیدگی به سؤال‌ها یا نگرانی‌های والدین است.

۴. مربیان پیش‌دبستانی با سایر متخصصان مانند گفتاردرمانگران، کاردرمانگران و مشاوران همکاری می‌کنند. آن‌ها با همکاری یکدیگر اطمینان حاصل می‌کنند که همه نوآموزان توجه فردی را برای موفقیت نیاز دارند.

مهارت‌های مورد نیاز مربیان پیش‌دبستانی

بهترین مربیان پیش‌دبستانی فرایند یادگیری را برای نوآموزان سرگرم‌کننده و جذاب می‌کنند و عشق به یادگیری را در کودکان خردسال برمی‌انگیزند. مربیان به کمک مهارت‌های زیر که مهارت‌های برتر مربی پیش‌دبستانی محسوب می‌شوند، می‌توانند محیطی پرورشی و محرک ایجاد کنند که رشد اولیه دوران کودکی را ارتقا می‌دهد:

۱. مهارت‌های ارتباطی

مربیان باید به‌طور واضح و مختصر فعالیت‌ها، انتظارات و قانون‌ها را برای کودکان خردسال توضیح دهند. آن‌ها همچنین باید شنوندگان خوبی باشند تا دریابند، نوآموزان چه می‌گویند و مشکلاتی که ممکن است داشته باشند را شناسایی کنند. هنگام صحبت با خانواده‌ها، ارتباط‌های روشن و مستمر باعث ایجاد مشارکتی قدرتمند می‌شود.

۲. مهارت‌های مدیریت موقعیت‌های یادگیری و تربیتی

مربی ماهر پیش‌دبستانی از راهبردهای مدیریت مؤثر محیط یادگیری، به‌منظور ایجاد یک محیط یادگیری مثبت برای همه نوآموزان استفاده می‌کند و در عین حال توجه فردی ارائه می‌دهد. درگیرنگه‌داشتن جمعی از کودکان پیش‌دبستانی می‌تواند چالش برانگیز باشد. پرهیز از اتلاف وقت و اجرای منسجم برنامه‌های روزانه به مربی کمک می‌کند نوآموزان را مشغول و درگیر نگه دارد.

۳. مهارت‌های مدیریت رفتار

بسیاری از نوآموزان در سنین پیش‌دبستانی ممکن است رفتارهای مناسبی از خودشان نشان ندهند. بنابراین، مربیان به روش‌های مشخصی برای پاسخ‌گویی مؤثر به رفتارهای چالش برانگیز، از جمله استفاده از تقویت مثبت و ایجاد قوانین در محیط یادگیری نیاز دارند. برای تخلقات شدیدتر، مربیان ممکن است به استفاده از وقت استراحت یا گفت‌وگو با خانواده در مورد رفتار نوآموز نیاز داشته باشند.

۴. مهارت‌های رشد کودک

مربیان پیش‌دبستانی باید درکی نیرومند از رشد دوران کودکی و نقاط عطف کلیدی داشته باشند که کودکان در هر حوزه رشدی به آن‌ها می‌رسند. این مهارت به مربیان کمک می‌کند برنامه یادگیری مناسبی طرح‌ریزی و فعالیت‌هایی را برنامه‌ریزی کنند که رشد فیزیکی، شناختی، زبانی و اجتماعی-عاطفی هر نوآموز را پرورش می‌دهند. همچنین به آن‌ها اجازه می‌دهد هرگونه نگرانی یا تأخیر رشدی را تشخیص دهند.

۵. مهارت‌های مدیریت زمان

مربی دوره پیش‌دبستانی باید بتواند زمان آموزش خود را به‌درستی مدیریت کند. برای مثال، آن‌ها باید برای طول روز برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی داشته باشند و بدانند چه زمانی وظیفه‌ها را به سایر کارکنان واگذار کنند. شایان توجه است، مهارت مدیریت زمان به معنای حفظ روند فعالیت‌های آموزشی در مسیر درست و در عین حال انعطاف‌پذیر است.

شایستگی‌های مربی توانمند پیش دبستانی

شاید شما از شایستگی‌هایی برخوردار باشید که نیازمند شغل مربی پیش دبستانی است، اما ممکن هم هست که از تمامی شایستگی‌های مورد نیاز برخوردار نباشید! شما همیشه می‌توانید روی توسعه شایستگی‌های مورد نیاز خود کار کنید. در ادامه برخی از شایستگی‌هایی را ملاحظه می‌کنید که مربی پیش دبستانی توانمند از آن‌ها برخوردار است:

۱. سعه صدر

نوآموزان در این سن همچنان در حال یادگیری این موضوع هستند که چگونه بر احساسات و رفتارهای خود تسلط (کنترل) داشته باشند. آن‌ها ممکن است در محیط یادگیری اختلال یا مزاحمت ایجاد کنند. مربیان باید صبور باشند و درک کنند که این رفتارها از منظر رشد، مناسب هستند. مربیان در برقراری ارتباط با خانواده‌ها نیز باید سعه صدر داشته باشند. ارتباط مؤثر همراه با سعه صدر با خانواده‌ها، عاملی کلیدی در موفقیت حرفه‌ای شما خواهد بود.

۲. خلاقیت

نوآموزان از طریق بازی و اکتشاف به بهترین شکل یاد می‌گیرند. بنابراین مربیان باید در برنامه‌ریزی یادگیری و فعالیت‌های خود خلاقیت داشته باشند تا نوآموزان را درگیر خود نگه دارند. هنگامی که نوآموزان به‌طور فعال در یادگیری شرکت می‌کنند، اطلاعات بیشتری را حفظ می‌کنند و به احتمال زیاد از این فرایند لذت می‌برند.

۳. سازمان‌دهی

مربیان پیش دبستانی مسئول اجرای طرح‌های یادگیری به گونه‌ای هستند که با استانداردهای یادگیری این گروه سنی مطابقت داشته باشند و پیشرفت هر نوآموز را به سمت نقاط عطف رشد ارزیابی کنند. مربیان باید مهارت‌های سازمان‌دهی قدرتمند داشته باشند تا به‌طور مؤثر فعالیت‌های یادگیری را برنامه‌ریزی کنند و از حفظ سوابق و اسناد مربوط به نتایج یادگیری هر نوآموز غافل نشوند.

۴. شفقت

مربیان با کودکانی کار می‌کنند که هنوز از نظر عاطفی و اجتماعی در حال رشد هستند. این یعنی نوآموزان ممکن است هنوز مهارتی برای مدیریت و بیان مؤثر احساسات خود نداشته باشند که می‌تواند باعث ناامیدی شود. اگر مربیان بکوشند دنیا را از منظر نوآموز ببینند و نسبت به تجربه‌های آن‌ها دلسوز باشند، برای ارتباط با نوآموزان مجهزتر خواهند شد. اگر نوآموزان احساس کنند که مربی‌شان به آن‌ها اهمیت می‌دهند، بیشتر به آن‌ها اعتماد می‌کنند.

نتیجه‌گیری

مرتبط و از اهمیت یکسانی برخوردار هستند. ارتباط مؤثر، همدلی، سازگاری، خلاقیت، صبر، پشتکار و تعهد به پرورش عشق به یادگیری، همگی در شکل‌دادن به ذهن و قلب کوچک‌ترین یادگیرندگان حیاتی هستند. با تسلط

به محض اینکه حرفه خود را به عنوان مربی دوره پیش دبستانی شروع می‌کنید، به یاد داشته باشید که مهارت‌های مورد بحث در اینجا، به هم

منابع

۱. رحیمی، زهرا و فولادی، مهسا (۱۴۰۰). «تدوین الگویی برای برنامه صلاحیت حرفه‌ای مربیان پیش‌دبستانی ایرانی براساس الگوی آموزشی والدورف». نشریه رویکردهای نوین آموزشی. شماره ۱۶.
۲. فلاح، عاطفه؛ احمدی، پروین؛ بیگم رضازاده شیراز، فاطمه (۱۳۹۴). «شناسایی صلاحیت‌های حرفه‌ای مربیان دوره پیش‌دبستانی». نشریه پژوهش‌های آموزش و یادگیری (دانشور رفتار). شماره ۲۲.
3. Mitranić, N., Miškeljin, L., & Pavlović-Breneselović, D. (2019). Education for sustainable development and preschool teachers' competencies. In Quality of education: Global development goals and local strategies (pp. 63-81). Institute for Pedagogy and Andragogy, Ghent University.
4. Pažur, M., Domović, V., & Drvodelić, M. (2024).



مربی پیش‌دبستانی به کمک مهارت‌هایش به نوآموزان مفهوم‌های جدید را می‌آموزد و آن‌ها را برای آمدن روزانه به کودکستان هیجان‌زده می‌کند. با این مهارت‌ها، مربیان روابط نیرومندی با فرزندان و خانواده‌هایشان برقرار می‌سازند

بر این مهارت‌ها، بر تأثیر خود بر آموزش می‌افزاید و اطمینان می‌دهد که هر نوآموز، مراقبت، حمایت و راهنمایی لازم را برای شکوفایی دریافت می‌کند.

مربی پیش‌دبستانی به کمک مهارت‌هایش به نوآموزان مفهوم‌های جدید را می‌آموزد و آن‌ها را برای آمدن روزانه به کودکستان هیجان‌زده می‌کند. همچنین با این مهارت‌ها، مربیان روابط نیرومندی با فرزندان و خانواده‌هایشان برقرار می‌سازند.



قطب‌نمای آرامش

نقش دعا و نیایش در آرامش مربی

اشاره

در دنیای پرچالش حرفه‌ای، به‌ویژه در شغل‌هایی که با تربیت و هدایت انسان‌ها سروکار دارند، در مسیر رویارویی با فشارهای روزمره و مسئولیت‌های سنگین، گاهی بازگشت به درون و ایجاد ارتباطی عمیق‌تر با سرچشمه آرامش، تقویت روحیه، کاهش فشارهای روانی و افزایش تمرکز، راهگشای بسیاری از چالش‌هاست. جست‌وجوی آرامش از طریق رویکردهایی که فراتر از ابزارهای مادی‌اند، می‌تواند ذهن و روح را در هماهنگی بیشتری قرار دهد و فرد را برای مواجهه بهتر با مسائل آماده کند.

کلیدواژه‌ها: دعا و نیایش، آرامش مربی، روحیه معنوی دعا و نیایش مربی، راه‌های کاهش فشار روانی در آموزش پیش‌دبستانی



تنش و چالش‌های مربی کودکان

فشار روانی (استرس) و تنش پاسخی طبیعی به عوامل فشارزا و چالش‌های زندگی است. در محیط‌های آموزشی، مربیان کودکان ممکن است با تنش‌های متفاوتی روبه‌رو شوند که از جمله آن‌ها می‌توان به فشارهای مربوط به انتظارات از عملکرد، مشکلات رفتاری کودکان، مدیریت زمان و تنش‌های ناشی از تعاملات با والدین اشاره کرد. این فشارها می‌توانند روی سلامت روانی

مربیان کودکان، به‌ویژه در محیط‌های آموزشی و تربیتی، با چالش‌های بسیاری روبه‌رو هستند. این چالش‌ها می‌توانند شامل فشارهای زمانی، رفتارهای پیچیده کودکان، و ارتباط با والدین و دیگر اعضای کارکنان آموزشی باشد. در چنین شرایطی، مربیان نیازمند روش‌هایی برای کاهش فشار روانی و حفظ آرامش ذهنی خود هستند تا بتوانند بهترین عملکرد را در راستای تربیت و آموزش کودکان داشته باشند. یکی از روش‌های مؤثر در این زمینه، دعا و نیایش است.

احساس ارزشمندی و نشاط:

از نگاه روان‌شناسی، خودکم‌بینی، نداشتن اعتماد به نفس و احساس حقارت و پوچی، عوامل مهمی در اضطراب و ناآرامی انسان هستند که با دعا رنگ می‌بازند. کم‌احترامی به خود در افراد، از

احساس ناتوانی، احساس

پوچی و بی‌معنا دانستن

زندگی، حمایت‌نشدن

از سوی دیگران،



و جسمی مربیان تأثیر منفی بگذارند و باعث کاهش کیفیت کار آن‌ها شوند. دعا و نیایش، در بسیاری از فرهنگ‌ها و ادیان، به‌عنوان ابزاری معنوی به کار می‌رود و به‌ویژه در شرایط دشوار و تنش‌زا، نقش حمایتی بسیاری دارد. دعا می‌تواند در قالب‌های گوناگون، از جمله صحبت با خداوند، یا تکرار اذکار، صورت گیرد. نیایش در حقیقت فرایندی روانی است که فرد را قادر می‌سازد ارتباطی عمیق و آرامش‌بخش با دنیای معنوی برقرار کند و از این طریق تنش‌های روزمره خود را کاهش دهد.

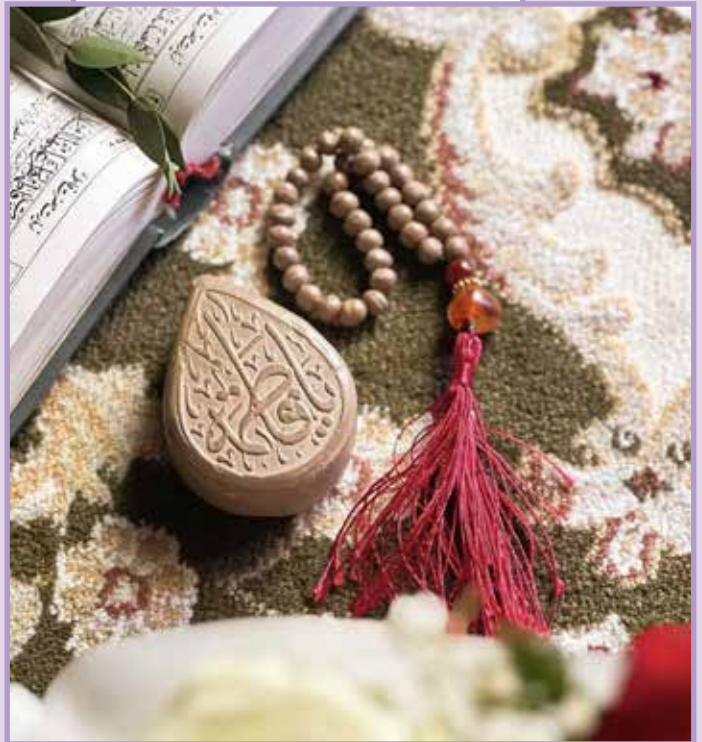
مطالعات علمی نشان داده‌اند دعا و نیایش می‌تواند به کاهش فشارهای روانی و تنش کمک کند. بر اساس نتایج تحقیقات، این اعمال می‌توانند موجب بهبود عملکرد نظام عصبی، افزایش احساس امنیت و کاهش اضطراب شوند. مطالعه انجام‌شده در دانشگاه کالیفرنیا نشان داد دعا می‌تواند سطح فشار روانی و اضطراب را در افراد کاهش دهد و آن‌ها را قادر سازد در شرایط فشارزا با آرامش بیشتری واکنش نشان دهند (پارک و همکاران، ۲۰۱۳). همچنین، پژوهش‌های دیگری نشان داده‌اند که «خودآرامی» (مدیتیشن) و نیایش می‌توانند روی نظام عصبی تأثیر مثبت بگذارند و به کاهش تنش‌های جسمی و روانی کمک کنند (بنسون، ۲۰۰۰).

کاهش فشار روانی با دعا و نیایش

در میان روش‌های متفاوت کاهش تنش، دعا و نیایش به‌ویژه در میان افرادی که اعتقادات مذهبی دارند، یکی از مؤثرترین راه‌ها شناخته شده است. به‌طور خاص، دعا می‌تواند به مربیان کمک کند در مواجهه با چالش‌های روزمره، به احساس آرامش بیشتری دست یابند و بتوانند بر مشکلات غلبه کنند. برخی از فایده‌های دعا و نیایش در این زمینه عبارت‌اند از:

درماندگی در برابر موقعیت‌های اضطراب‌زا و بحران‌های زندگی، ترس از شکست و نداشتن تسلط (کنترل) بر محیط ناشی می‌شود. چنین مشکلاتی در اثر ارتباط و پیوند قلبی با خداوند از بین می‌روند و انسان بر اثر آراستگی به صفات خدایی، از اعتماد به نفس والایی لبریز می‌شود (ولی‌زاده، ۱۴۰۱).

افزایش احساس امنیت: نیایش می‌تواند به عنوان روشی برای تمرکز ذهن و ایجاد آرامش درونی عمل کند. مریبان



می‌توانند از دعا به عنوان یک لحظه کوتاه برای استراحت ذهنی استفاده کنند تا از تنش‌ها و فشارهای روزمره رهایی یابند. همچنین دعا می‌تواند به فرد این احساس را بدهد که در برابر مشکلات زندگی تنها نیست و از حمایت و کمک نیرویی بالاتر برخوردار

است. این احساس امنیت و تسکین، به مریبان کمک می‌کند در مواجهه با چالش‌های شغلی، آرامش خود را حفظ کنند.

به دست آوردن انرژی و نیروی عظیم: دین‌پژوهان، فیلسوفان و بسیاری از روان‌شناسان معاصر دریافته‌اند که دعا نقشی اساسی در بهداشت روان و سلامت فرد و جامعه ایفا می‌کند؛ چرا که با دعا کردن انرژی و نیرویی عظیم به دست می‌آوریم. در واقع، اتصال به قدرت خداوندی که منشأ و اصل وجود انسان است، والاترین شکل انرژی جهان را آزاد می‌کند. با این نیرو می‌توان احساس‌ها و فکرهای منفی را دور ریخت و با عزمی راسخ بر مشکلات زندگی غلبه کرد (پیشین).

تقویت حس امید و ایمان: دعا به فرد امکان می‌دهد که به فرایندهای زندگی احساس امید و ایمان داشته باشد. دعاکننده انجام هیچ کاری را برای خدا دشوار و ناممکن نمی‌بیند. مریبانی که به طور مداوم دعا می‌کنند، غالباً در مواجهه با مشکلات به این نتیجه می‌رسند که این شرایط موقتی است و باید به ایمان خود تکیه کنند. دعا و ارتباط با خدا به انسان شوق زیستن و شجاعت ارزانی می‌کند. به گفته دیل کارنگی، ایمان محکم و دعا به درگاه الهی، نگرانی و تشویش را که موجب نیمی از مشکلات روحی و روانی است برطرف می‌سازد (پیشین).

تقویت ارتباطات انسانی: نیایش می‌تواند به مریبان کمک کند احساس همبستگی و همدلی بیشتری با دیگران پیدا کنند. این امر باعث می‌شود که آن‌ها در مواجهه با کودکان و دیگر همکاران، رفتارهای مهربانانه و حمایت‌گرانه‌تری از خود نشان دهند. دعا و نیایش می‌تواند فرد را به یک حس همبستگی و همدلی با دیگران برساند. مریبان با داشتن این ویژگی‌ها می‌توانند ارتباط بهتری با کودکان برقرار سازند و

در موقعیت‌های تنش‌زا، رفتارهای آرام‌تر و حمایت‌گرانه‌تری از خود نشان دهند.

افزایش آرامش جسمی و ذهنی:

برخی از مطالعات نشان می‌دهند که دعا می‌تواند تأثیرات مثبتی بر نظام عصبی و کاهش تنش‌های جسمی نیز داشته باشد. دعا باعث بهبود کیفیت خواب و کاهش تنش‌های عضلانی می‌شود. برای مربیان کودکان، این اثرات می‌تواند به آن‌ها کمک کند انرژی و توان جسمی و روانی خود را برای انجام بهتر وظایفشان بازسازی کنند.

راهکارها

۱. مربیان می‌توانند زمانی خاص را در روز (مانند صبح زود یا قبل از خواب) به دعا اختصاص دهند. این زمان می‌تواند یک لحظه از روز باشد که مربی از فعالیت‌های روزمره فاصله بگیرد و فقط به آرامش و معنویت بپردازد.

۲. مربی می‌تواند قبل از شروع به کار و تعامل با کودکان، دعای کوتاهی بخواند تا خود را آرام و برای مواجهه با چالش‌ها آماده کند. این کار می‌تواند به افزایش تمرکز و کاهش اضطراب کمک کند.

۳. برخی مربیان ممکن است بخواهند دعا و نیایش را به عنوان بخشی از فعالیت روزانه در کلاس به کار ببرند. این کار نه تنها به آرامش مربی کمک می‌کند، بلکه می‌تواند کودکان را نیز در ایجاد محیطی آرامش‌بخش و معنوی یاری دهد.

۴. مربی می‌تواند آیات قرآن یا دعاهای کوتاه را روی کاغذ یا تابلوهای یادآوری در محل کار یا کلاس بچسباند. هر بار که به این یادآوری‌ها نگاه می‌کند، می‌تواند لحظه‌ای را برای تمرکز و آرامش در نظر بگیرد.

۵. مربی می‌تواند در مواجهه با چالش‌های رفتاری کودکان، از دعا برای تقویت صبر و آرامش درونی خود بهره بگیرد. برای مثال، زمانی که احساس می‌کند رفتار کودک

بیش از حد برای او چالش‌برانگیز شده است، می‌تواند دعایی کوتاه برای آرامش درونی بخواند و با ذهنی آرام‌تر به مدیریت رفتار کودک بپردازد.

۶. مربی نکات مربوط به کودکان را باید به تناسب سن و موقعیت‌های کودکان در قالب نیایش‌های ساده کودکان و کوتاه مطرح کند؛ به‌ویژه در قالب شعرهای کودکانه، و...

سخن آخر

دعا و نیایش به عنوان ابزار معنوی می‌تواند تأثیرات مثبتی بر کاهش تنش و افزایش آرامش مربیان کودکان داشته باشد. نتایج تحقیقات نشان می‌دهند دعا نه تنها در عرصه‌های دینی، بلکه به عنوان روشی روان‌شناختی، برای حفظ سلامت روانی مربی کودکان و بهبود کیفیت عملکرد شغلی آن‌ها مؤثر است. استفاده از دعا به عنوان راهکاری عملی در زندگی مربی می‌تواند در کاهش تنش و ایجاد آرامش مؤثر باشد. با توجه به فشارهای شغلی و چالش‌های متعدد مربیان، دعا و نیایش نه تنها به آن‌ها کمک می‌کند به‌طور فردی با چالش‌ها روبه‌رو شوند، بلکه می‌تواند به ایجاد محیطی آرامش‌بخش و معنوی در کلاس‌های آموزشی و تربیتی نیز کمک کند. به کارگیری دعا به عنوان ابزاری برای آرامش و بهبود وضعیت روانی، می‌تواند باعث بهبود کیفیت آموزش و ارتباط مربیان با کودکان شود.

منابع

۱. ولی‌زاده، محمدجواد (۱۴۰۱). «فرایند و مکانیزم تأثیر دعا بر کاهش اضطراب و افسردگی». دوفصلنامه علمی دعاپژوهی. سال دوم، شماره ۳.
۲. وحیدی‌نژاد، محمد و غلامی‌پمرو، فاطمه (۱۴۰۳). «بررسی نقش دعا در آرامش روان». هشتمین همایش بین‌المللی مطالعات دینی، علوم انسانی و اخلاقی زیستی در جهان اسلام.
۳. محسنی، الهه؛ توکلی، آتنا؛ حامدی، معصومه؛ هاشمی، سمانه (۱۴۰۲). «تأثیر دعا در سلامت روان و پیشگیری از افسردگی». همایش کنفرانس ملی مدیریت. نشریه روان‌شناسی و علوم رفتاری. دوره چهارم.

ناخدایان کشتی تربیت

مربیان کودک، پیشران تعلیم و تربیت در انتقال مفهوم‌های دینی

نقش الگویی

نقش الگویی مربی پیش‌دبستان، به‌عنوان مهم‌ترین فرد در تعلیم و تربیت کودک، بسیار مهم و اساسی است. چرا که رشد و یادگیری با سرعت بیشتری در این بازه سنی انجام می‌شود و تجربیات این دوره پایه و اساس یادگیری در دوره‌های بعد، به‌ویژه دوره دبستان است. با آموزش مفهوم‌های دینی و اصول و ارزش‌های اخلاقی، کودک رفتارهای مثبت و اجتماعی‌تری انجام می‌دهد و مهارت‌های اجتماعی مثل همدلی، انسان‌دوستی، احترام به دیگران، حل مسئله و... را می‌آموزد. این آموزش‌ها می‌توانند آن‌ها را برای مواجهه با چالش‌های آینده آماده کنند.

از آنجا که مربی با نفوذ معنوی خود قلب، اندیشه، رفتار کودک را تسخیر می‌کند، هرآنچه که مربی انجام دهد توسط کودک تقلید می‌شود، چراکه کودک مربی را الگوی خود قرار داده است. بنابراین کمالات و شخصیت او را در خویش متجلی می‌کند. مربی مسئول روح و تفکر کودکان است و پیش از هر آموزشی، شخصیت و رفتار مربی به‌عنوان الگو باید ساخته شده باشد؛ زیرا که نقاط مثبت یا منفی وی در رفتار کودک هویدا می‌شود.

نقش تسهیلگری

از دیگر تأثیرات مثبت می‌توان به نقش تسهیلگری مربی اشاره کرد که در فرایند آن، مربی به‌عنوان راهنما عمل می‌کند. در این شرایط، کودک فعال و دارای خلاقیت می‌شود. یعنی مربی می‌تواند بهترین و پسنیدیده‌ترین فضایل اخلاقی و ارزش‌ها و حتی خودسنجی را، با روش‌های آموزشی جدید، به کودک انتقال دهد.

نقش همکار

مربی پیش‌دبستانی، به‌عنوان پیشران آموزش، دلسوزی ایمن، و دستیار و شریک خانواده، با برانگیختن و ایجاد علاقه نسبت به مفاهیم دینی قابل درک در کودک، او را با خداوند مهربان، قرآن مجید، معصومین (علیهم‌السلام) و اعمال عبادی آشنا می‌سازد. رمز موفقیت در دوره پیش‌دبستانی ایجاد علاقه و انگیزه است. در اینجا مربی همکار نزدیک والدین است که با استفاده

اشاره

مربیان به‌عنوان پیشرانان تعلیم و تربیت، نقشی کلیدی در توسعه مهارت‌ها، دانش‌ها و ارزش‌های کودکان دارند و سبب رشد و تربیت اجتماعی، جسمی، عاطفی و شناختی کودکان می‌شوند.

کلیدواژه‌ها: نقش الگویی مربی، نقش تسهیلگری مربی، تأثیر مفهوم‌های دینی، تربیت، یادگیری در تربیت کودکان

کودکی اولین و مهم‌ترین دوره زندگی آدمی است. کودک برای نخستین بار با طبیعت ارتباط می‌گیرد، برای نخستین بار روابط اجتماعی برقرار می‌کند، و به مفهومی از خویش دست می‌یابد. در این بازه سنی است که هویت کودکان شروع به شکل‌گیری می‌کند. در دوره پیش‌دبستانی مربی محوریت دارد و نقش او در تربیت کودک پررنگ است.

نقش مربیان در انتقال مفهوم‌های دینی

لازم است مربی هم از لحاظ علمی و هم از لحاظ مهارتی در سطح درخوری باشد؛ یعنی از دانش روان‌شناسی کودک آگاهی داشته باشد و با شناخت مراحل رشد کودک، از روش‌های متنوع و مؤثر تدریس استفاده کند. همچنین با اصول و مبانی دینی آشنا باشد تا ارزش‌ها و آموزه‌های دینی را به کودک انتقال دهد. بتواند با کودک ارتباط مؤثر برقرار کند و در نهایت با مدیریت صحیح، فضای امنی برای یادگیری کودک به وجود آورد. کیفیت رفتار مربی با کودک می‌تواند موجب علاقه یا بی‌اعتنایی و حتی تنفر کودک نسبت به محیط آموزشی شود. در ادامه به برخی نقش‌های مثبت و مهم مربی اشاره می‌کنیم.

از روش‌های آموزشی متناسب می‌تواند به شکل‌گیری پایه‌های اخلاقی و دینی کودک کمک کند. در این صورت کودک آموزه‌های دینی را همسو و هماهنگ در هر دو محیط خانه و مهد کودک، دریافت می‌کند.

راهکارهایی برای انتقال مفهوم‌های دینی

* آموزش تجربی و تعاملی مربیان می‌تواند مفهوم‌های دینی را به کودکان انتقال دهد.

* مربیان می‌توانند داستان‌های شخصی خود را با زبان ساده و قابل فهم با کودکان به اشتراک بگذارند تا انتقال مفهوم‌های دینی به صورت ملموس صورت پذیرد. توجه کنیم که از موارد انتزاعی پرهیز نماییم مانند رازق بودن خدا.

* از هنر و خلاقیت و ابزارهای رسانه‌ای مثل نمایش، سینما و... می‌توان برای انتقال مفهوم‌های دینی بهره برد.

سخن آخر

* انتقال ارزش‌ها و مفهوم‌های دینی از وظایف اصلی مربیان پیش‌دبستانی است. آن‌ها پیش‌روران تعلیم و تربیت به‌شمار می‌روند.

* نقش الگویی مربیان در انتقال ارزش‌ها و مفهوم‌های دینی نقشی انعکاسی است.

* نقش مربی به‌عنوان تسهیلگر برای کودکان، نقشی مشاوره‌ای، راهنما و کمک‌کننده است.

* نقش مربی به‌عنوان دلسوز و شریک خانواده، نقش همکار و همراه است.

منابع

۱. اتحادی‌فر، محمدرضا؛ بزی، عبدالمجید؛ پیری، مصطفی (۱۳۹۴). «ویژگی‌های مدیران و مربیان پیش‌دبستانی». مجموعه مقالات همایش ملی آموزش ابتدایی.
۲. تربتی‌نژاد، حسین؛ طباطبایی، مریم‌سادات؛ امیری‌رومنان، مهسا (۱۴۰۱). «بررسی روش‌های آموزش آموزه‌های دینی در مقطع ابتدایی». نشریه پژوهش در آموزش معارف و تربیت اسلامی. دوره دوم، شماره ۳.
۳. ستوده، الهه و تهرانی فرجاد، مسعود (۱۳۹۹). رنگین کمان ۱: انس با قرآن کریم در دوره پیش‌دبستانی. انتشارات مدرسه. تهران.
۴. سیفی، اصغر (۱۳۹۴). آموزش پیش‌دبستانی. دومین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روان‌شناسی مطالعات اجتماعی و فرهنگی.
۵. شفیع‌آبادی، عبدالله (۱۳۷۹). راهنمایی و مشاوره کودک. انتشارات سمت. تهران.
۶. غفوری کله، معصومه (۱۳۸۴). «بررسی هویت دینی و ملی جوانان تهران با تأکید بر تأثیر خانواده بر آن». پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه الزهرا. تهران.
۷. مهدیار، طاهره (۱۳۹۷). «نقش معارف و متون دینی در هویت کودکان». اولین همایش ملی هویت کودکان ایران اسلامی در دوره پیش‌دبستانی.
۸. مرکز پاسخ‌گویی به سؤالات و شبهات دینی، آموزش مسائل دینی به کودکان.
۹. شوشتری گوگ‌تپه، ودود؛ مجل چوبقلو، محمدعلی؛ یاری حاج عطالو، جهانگیر؛ دانش‌پور هریس، زرین (۱۴۰۲). «بررسی نقش معلم در برنامه درسی آموزش پیش‌دبستانی مبتنی بر بازی». فصلنامه تعالی تعلیم و تربیت و آموزش دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج. دوره اول، شماره ۴.



شکار لحظه‌ها

روش‌های مدیریت موقعیت‌ها و فرصت‌های تربیت و یادگیری در کودکی

اشاره

مدیریت کلاس در پیش‌دبستانی، یکی از اساسی‌ترین وظایف مربیان است که نقشی حیاتی در شکل‌گیری مهارت‌ها و رفتارهای کودکان ایفا می‌کند. در این مقاله روش‌ها، ابزارها و فن‌هایی مطرح شده‌اند که می‌توانند به مربیان در مدیریت بهتر کلاس کمک کنند. برقراری ارتباط مؤثر، ایجاد محیط یادگیری جذاب، مدیریت رفتارهای چالش‌برانگیز و تعامل سازنده با والدین از جمله روش‌های مدیریت موفق کلاس پیش‌دبستانی هستند.

کلیدواژه‌ها: مدیریت کلاس پیش‌دبستانی، آموزش خلاقانه، مهارت‌های اجتماعی، تعامل با والدین، محیط یادگیری

می‌گذارد. محیطی که به‌خوبی طراحی شده باشد، می‌تواند حس کنجکاوی و خلاقیت کودکان را تقویت کند.

ویژگی‌های محیط یادگیری مناسب:

- استفاده از رنگ‌های شاد و متنوع برای ایجاد جذابیت بصری؛
 - ایجاد فضاهای مشخص برای فعالیت‌های گوناگون (مانند نقاشی، کتابخوانی و بازی)؛
 - تجهیز کلاس به وسایل چندمنظوره که کودکان را به کاوش تشویق کند.
- برای مثال، مربیان می‌توانند از مواد طبیعی مانند شن، خاک و برگ برای انجام فعالیت‌های تعاملی استفاده کنند که به کودکان کمک می‌کند با محیط پیرامون خود ارتباط برقرار سازند.

دورهٔ پیش‌دبستانی، به‌عنوان یکی از حساس‌ترین مرحله‌های رشد کودک، بستری برای یادگیری و توسعهٔ مهارت‌های بنیادین زندگی فراهم می‌کند. مدیریت مؤثر کلاس در این دوره، نه‌تنها به رشد شناختی و عاطفی کودکان کمک می‌کند، بلکه پایه‌ای قوی برای یادگیری در سال‌های بعدی به وجود می‌آورد. این مقاله جنبه‌های متفاوت مدیریت کلاس پیش‌دبستانی را بررسی کرده و راهکارهایی عملی به مربیان ارائه می‌دهد تا با بهره‌گیری از آن‌ها، یادگیری را به تجربه‌ای شاد و پرمهر برای کودکان تبدیل کنند.

۱. طراحی محیط یادگیری خلاقانه

محیط فیزیکی کلاس اولین تأثیر را بر کودکان

تعیین قوانین و تبیین روشن انتظارات

یکی از ارکان مدیریت کلاس تنظیم قوانین روشن است. قوانین باید برای کودکان ساده، مختصر و قابل درک باشند. مشارکت کودکان در تدوین این قوانین، حس مسئولیت‌پذیری را در آن‌ها تقویت می‌کند.

نمونه‌هایی از قوانین کلاس:

- دست‌ها را قبل از غذا بشوییم؛
 - همه با هم کار کنیم و به دیگران کمک کنیم.
- علاوه بر تنظیم قوانین، مربیان باید این قوانین را با ثبات به اجرا درآورند تا کودکان مفهوم نظم را درک کنند.

۲. تقویت ارتباط مثبت با کودکان

ارتباط مؤثر بین مربی و کودک، پایه‌ای برای مدیریت موفق کلاس است. کودکان باید احساس کنند که مربی به آن‌ها اهمیت می‌دهد و در کنارشان حضور دارد.



قوانین باید برای کودکان ساده، مختصر و قابل درک باشند. مشارکت کودکان در تدوین این قوانین، حس مسئولیت‌پذیری را در آن‌ها تقویت می‌کند

روش‌های تقویت ارتباط:

- * گوش‌دادن فعال به حرف‌های کودکان؛
 - * تشویق کلامی برای تلاش‌ها و موفقیت‌های کوچک؛
 - * برقراری ارتباط چشمی و استفاده از لبخند.
- ارتباط مثبت نه تنها باعث ایجاد اعتمادبه‌نفس در کودکان می‌شود، بلکه رفتارهای مثبت را در آن‌ها تقویت می‌کند.

۳. استفاده از روش‌های تدریس بازی محور

بازی یکی از اصلی‌ترین ابزارهای یادگیری در دوره پیش‌دستانی است. مربیان می‌توانند از بازی‌ها برای آموزش مهارت‌های اجتماعی، حل مسئله و تقویت تخیل استفاده کنند.

انواع بازی‌های مفید:

- * بازی‌های گروهی که همکاری و تعامل را تقویت می‌کنند؛



روش‌های تعامل:

* ارسال گزارش‌های منظم درباره عملکرد کودک؛
* برگزاری جلسه‌های حضوری و مشورتی؛
* ارائه پیشنهادهایی برای تمرین‌های خانگی.
تعامل مثبت با والدین می‌تواند به بهبود رفتار و پیشرفت یادگیری کودکان کمک کند.

۷. ارزیابی و بازنگری مستمر عملکرد کلاس

ارزیابی مداوم یکی از ابزارهای اصلی برای بهبود مدیریت کلاس است. مربیان باید به‌طور منظم عملکرد خود را ارزیابی و تغییرات لازم را اعمال کنند.

عنصرهای ارزیابی:

- مشاهده تعاملات کودکان و شناسایی نقاط قوت و ضعف آنان؛
 - تحلیل بازخوردهای دریافتی از والدین؛
 - استفاده از ابزارهای سنجش برای بررسی پیشرفت کودکان.
- این فرایند به مربیان کمک می‌کند به‌طور مستمر عملکرد خود را بهبود بخشند و بهترین تجربه یادگیری را برای کودکان فراهم کنند.

نتیجه‌گیری

مدیریت کلاس در دوره پیش‌دبستانی نیازمند ترکیبی از خلاقیت، صبر و مهارت‌های حرفه‌ای است. مربیان باید با ایجاد محیطی جذاب، برقراری ارتباط مثبت، استفاده از روش‌های بازی‌محور و تعامل سازنده با والدین، فضایی شاد و یادگیرنده برای کودکان فراهم کنند. این تلاش‌ها نه تنها به رشد همه‌جانبه کودکان کمک می‌کند، بلکه نقش آن‌ها را به‌عنوان یادگیرندگان مستقل و موفق در آینده تقویت می‌کند.

منابع

۱. باندورا، آلبرت (۱۹۹۷). تئوری یادگیری اجتماعی. نشر رشد. تهران.
۲. شریعت‌زاده، رضا (۱۳۹۸). راهنمای مدیریت کلاس پیش‌دبستانی. انتشارات رشد. تهران.
۳. حیدری، ناهید (۱۴۰۰). رویکردهای نوین در مدیریت کلاس. نشر دانشگاهی. تهران.



رفتارهای چالش برانگیز
بخشی طبیعی از رفتارهای
دوران کودکی هستند. مربیان
باید با استفاده از روش‌های مثبت
و خلاقانه این رفتارها را
مدیریت کنند

* بازی‌های نقش‌آفرینی که به کودکان کمک می‌کنند احساسات خود را بیان کنند؛
* پازل‌ها و معماها برای تقویت مهارت‌های شناختی.
برای مثال، داستان‌گویی تعاملی که کودکان را در ساخت داستان مشارکت می‌دهد، می‌تواند تخیل و خلاقیت آن‌ها را تقویت کند.

۴. مدیریت رفتارهای چالش برانگیز

رفتارهای چالش برانگیز بخشی طبیعی از رفتارهای دوران کودکی هستند. مربیان باید با استفاده از روش‌های مثبت و خلاقانه این رفتارها را مدیریت کنند.

راهکارهای پیشنهادی:

- * شناسایی علت رفتار (مانند خستگی، گرسنگی یا نیاز به توجه)؛
 - * ارائه بازخورد مثبت و هدایت کودک به سمت رفتار مناسب؛
 - * ایجاد فرصت‌هایی برای آرامش کودک، مانند گوشه آرامش.
- مربیان باید از تنبیه مستقیم پرهیز و بر تقویت رفتارهای مثبت تمرکز کنند.

۵. استفاده از فناوری و ابزارهای دیجیتال

در دنیای امروز، فناوری می‌تواند ابزاری قدرتمند برای مدیریت کلاس باشد. ابزارهای دیجیتال نه تنها یادگیری را جذاب‌تر می‌کنند، بلکه به مربیان یاری می‌رسانند مفهوم‌های پیچیده را به روشی ساده آموزش دهند.

ابزارهای مفید:

- * نرم‌افزارهای آموزشی تعاملی؛
 - * تخته‌های هوشمند برای نمایش محتوای بصری؛
 - * بازی‌های دیجیتال آموزشی که مهارت‌های شناختی و اجتماعی را تقویت می‌کنند.
- استفاده از فناوری باید با دقت و متناسب با نیازهای رشدی کودکان انجام گیرد.

۶. تعامل مؤثر با والدین

تعامل با والدین یکی از جنبه‌های مهم مدیریت کلاس است. والدین باید در جریان پیشرفت کودکان خود باشند و نقش فعالی در فرایند یادگیری آن‌ها ایفا کنند.

استاد شهید مربی الهام بخش



تربیتی و اجتماعی استاد شهید، از ثمرات آن‌ها برخوردار شوند. اینک اگرچه ذکر فضایل شهید مطهری در این نوشته کوتاه ممکن نیست، در ادامه به برخی از صفات الگویی آن مربی الهام بخش به صورت گذرا اشاره می‌کنیم:

- سوز هدایت و تشخیص مقتضیات زمان؛
 - بیان رسا و قلم توانا؛
 - ایمان راسخ به هستی بخش جهان؛
 - خستگی ناپذیری در امور فرهنگی و اجتماعی؛
 - سلوک متواضعانه، توجه به نیازها و پاسخ‌گویی به شبهات؛
 - شناخت زمان و مخاطبان؛
 - تلاش برای شکوفایی استعدادها و فطریات انسانی؛
 - روحیه انتقادپذیری و تواضع علمی؛
 - رابطه صمیمی و مهربانانه با شاگردان و دانشجویان؛
 - رویکرد علمی و پژوهشی در امور؛
 - سادگی و فروتنی.
- روحش شاد و راهش نورانی و پُرهرو باد

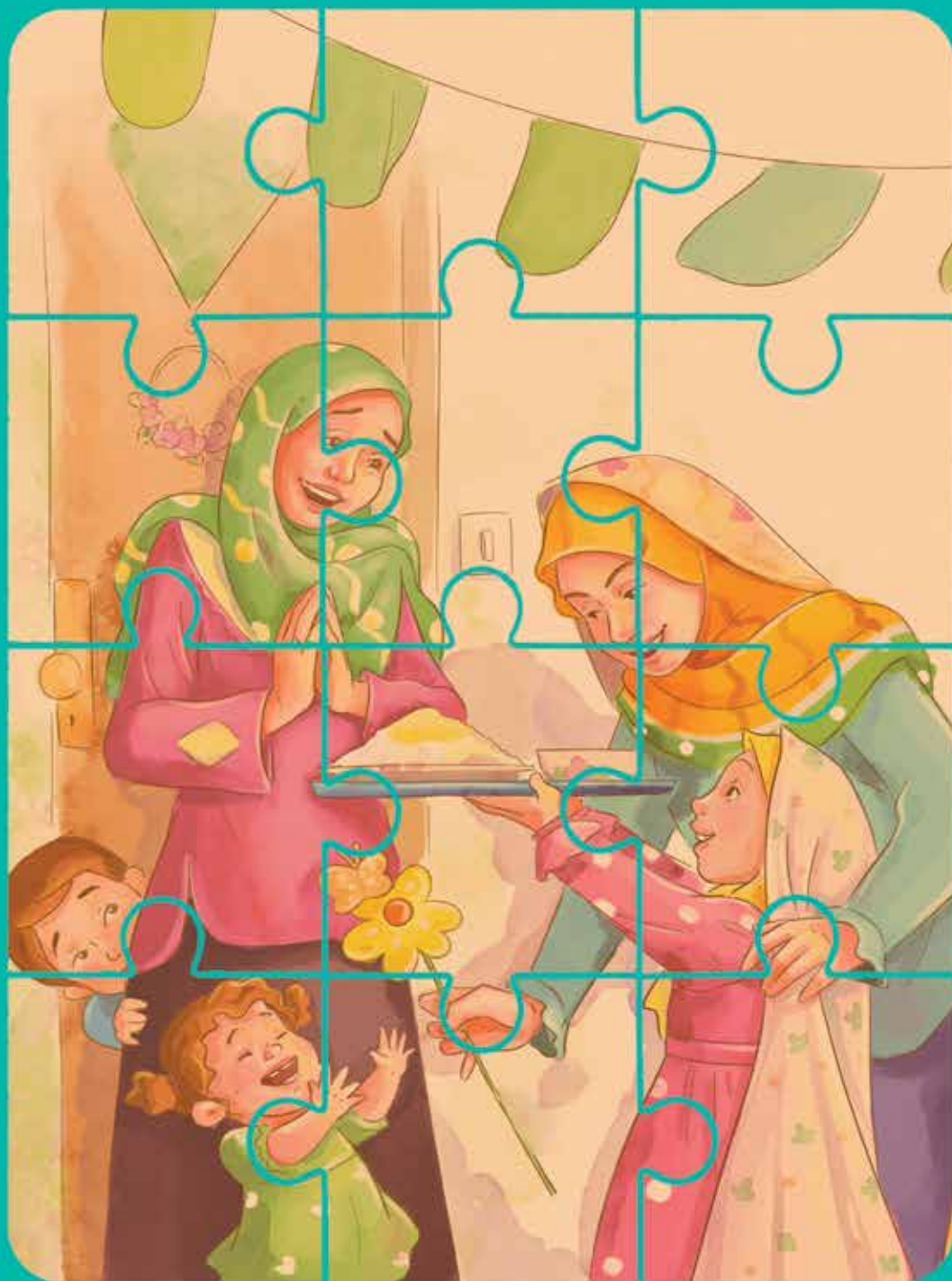
اگر قرار باشد کتاب مربیان بزرگ باردیگر تجدید چاپ شود، بدون شک نام استاد شهید **مرتضی مطهری** نیز باید به نام سایر مربیان افزوده شود. آن مربی اندیشمند و مجاهد، در عمر پُر بار نه‌چندان طولانی خود آثار بزرگ و آموزنده‌ای بر جای گذاشت که سخنرانی‌ها و کتاب‌های متعدد، روانبخش و بدون اشکال (به تعبیر امام راحل) از آن جمله است. تربیت شاگردان و دانشجویان فراوان و توانمند در دانشکده الهیات و معارف اسلامی، حسینیه ارشاد، مسجدالجواد و... از ثمرات دیگران استاد فرزانه است. شهید مطهری در هدایت و تربیت دیگران، به‌ویژه نسل جوان، بسیار بی‌تاب بود و اگرچه درخشش و شهرت علمی وی، بیشتر در دوران انقلاب اسلامی نمایان شد، لیکن در سال‌های پیش از انقلاب اسلامی نیز برای ایفای رسالت تربیتی خود، فرصت‌ها را از دست نمی‌داد. به‌عنوان نمونه

برای تبیین فلسفه حجاب و پاسخ‌گویی به برخی شبهات رایج از مجله‌ها و نشریه‌های آن زمان غافل نبود و در آن‌ها مطلب می‌نوشت.

جا دارد مربیان کودک و نوجوان با الهام از آن شخصیت کم‌نظیر، ویژگی‌ها و سجایای اخلاقی و عملی آن مرد بزرگ را چراغ راه خویش قرار دهند و با مطالعه کتاب‌های

اگرچه درخشش و شهرت علمی وی، بیشتر در دوران انقلاب اسلامی نمایان شد، لیکن در سال‌های پیش از انقلاب اسلامی نیز برای ایفای رسالت تربیتی خود، فرصت‌ها را از دست نمی‌داد

با قدردانی از مربی فرزندانمان، الگوی کودکان باشیم.



دعوت به دنیای کودکی

بررسی تبعات آموزش مجازی
از منظر شناختی

اشاره

نوآموز قرن ۱۲، چه ویژگی‌های روان‌شناختی و جامعه‌شناختی دارد؟ خانواده، مدرسه، رسانه‌های جمعی و تعاملی، مراکز مذهبی و... در تقویت یا تضعیف نیاز شناختی نوآموز چه تأثیری دارند و این تأثیر به چه صورت شکل می‌گیرد؟ در مقاله حاضر کوشیده‌ایم به تبعات آموزش مجازی، تأثیر یادگیری تلفیقی بر ادراک و رفتار مربی و متربی، و ویژگی‌های آن از دیدگاه شناختی بپردازیم.

کلیدواژه‌ها: سواد رسانه، آموزش، تربیت رسانه، کودک، فناوری

در گذشته وقتی فردی اراده انجام کاری را می‌کرد، باید برای رسیدن به نتیجه، سلسله اقداماتی را انجام می‌داد. در این میان تأثیر مفهومی‌هایی مانند «آموزش»، «تلاش» و «صبر» غیرقابل انکار بود. اما اکنون با گسترش فضای رایانه‌ای (سایبری)، فاصله خیال و تصور و حتی اراده، تا رسیدن به نتیجه، بسیار کاهش پیدا کرده است.

از طرف دیگر، اگر «شناخت» را یکی از نیازهای انسان به‌خصوص کودکان بدانیم و اگر «یادگیری» را نوعی «شناخت» تلقی کنیم، این سؤال مهم مطرح می‌شود که با توجه به دنیای فناوری، ذهن پیچیده

آموزش مجازی حقیقتی
از دور بسیار خوش‌رنگ و لعاب
و کاربردی است که اگر بدون توجه
به زیرساخت‌های فنی و محتوایی و
پیوست‌های فرهنگی انجام گیرد،
خسارت‌های جبران‌ناپذیری به
نظام تعلیم و تربیت می‌زند

مانند «آموزش»، «تلاش»، و «صبر» امری غیرقابل‌انکار بود. اما اکنون با گسترش فضای رایانه‌ای، فاصله خیال و تصور بسیار کاهش پیدا کرده است. به‌طوری که اگر هم‌اکنون کودکی بخواهد در مورد موضوعی کنجکاوی کند یا ارتباطی با فردی برقرار سازد، در فضای رایانه‌ای با کمترین زمان، به‌راحتی و بدون «آموزش»، «تلاش» و «صبر»، به‌خواسته خود می‌رسد. نادیده‌گرفتن عناصرهای آموزش، تلاش و صبر در روند تربیت و یادگیری نوآموزان خطرات بسیار زیادی دارد.

در این فرایند دو اتفاق خواهند افتاد: اول آنکه بسیاری از مفاهیم‌ها دچار تغییر خواهند شد؛ مفاهیمی مانند آموزش، علم‌آموزی، تفریح، ارتباطات اجتماعی و... سپس این تغییرات که با مدیریت حاکمان فضای رایانه‌ای به‌صورت تدریجی اعمال می‌شوند، به‌تهدید و استحاله فرهنگی ملت‌ها می‌انجامد. دوم آنکه عنصر مهم صبر در متربیان تقلیل پیدا می‌کند و می‌تواند باعث کاهش تاب‌آوری در میان افراد شود. تقویت عنصر صبر در میان متربیان که نتیجه آن تاب‌آوری است می‌تواند به شکوفایی استعداد و استمرار در تلاش هنگام شکست بینجامد.

هر پدیده‌ای که با عنوان محصول فناوری مطرح می‌شود، مانند هر وسیله دیگری، دارای پیوست فرهنگی است. یادگیری تلفیقی نیز بسته به نوع ابزار و ارائه آن، دارای پیوست‌های فرهنگی تربیتی است.

در بسیاری از کشورها، اینترنت مخصوص کودک و یا نوجوان، برای صیانت از آن‌ها راه‌اندازی شده است، اما در ایران حتی دانش‌آموز اول ابتدایی می‌باید قربانی جنگ شناختی در اینترنت اغواگر و هدایت‌شده باشد. اینترنتی که نوآموز معصوم و

کنجکاو پیش‌دبستانی، وقتی به توصیه مربی و یا از سر کنجکاوی، میوه و یا گلی را در آن جست‌وجو می‌کند، سر از جاهایی در می‌آورد که به گفته همه کارشناسان سمی مهلک برای رشد ذهنی و شناختی اوست. کودک ابتدایی در شبکه‌ای اجتماعی عضو است که یکی از کانال‌های آن کانال مدرسه اوست. طبیعی است که ذهن پویا و کنجکاو وی سری هم به پنجره‌های پرزرق‌وبرق خطرناک شبکه اجتماعی بزند. حتی اگر بر فرض محال کنجکاوی هم نکند، این سکوها (پلتفرم‌ها) و برنامه‌های کاربردی (اپلیکیشن‌های) فعلی است که کاربر را به سمتی که خودشان می‌خواهند هدایت می‌کنند.

کم‌شدن فاصله خیال و واقعیت

در گذشته وقتی فردی اراده انجام کاری را می‌کرد، باید برای رسیدن به نتیجه، سلسله اقداماتی را انجام می‌داد. در این میان مفهوم‌هایی

پیامدهای کسب اطلاعات از فناوری‌های چندرسانه‌ای!

عده‌ای بر این باورند که دوران یادگیری از طریق متن گذشته است. از همین رو تنها راه کسب اطلاعات و انتقال دانش و آموزش را





آیا یادگیری مجازی بر حافظه تأثیر می‌گذارد؟

از پیامدهای یادگیری مجازی، به‌خصوص در شرایط فعلی آموزش در مراکز پیش‌دبستانی و مدرسه‌ها، نداشتن تمرکز، حواس‌پرتی، اختلال در حافظه ناشی از ابزارهای دیجیتال است. هم‌اکنون آموزش‌های مجازی در بستر تلفن همراه یا رایانه شخصی صورت می‌گیرد. این ابزارها می‌توانند یادگیری را دچار اختلال سازند. در این زمینه تحقیقات متفاوتی انجام شده‌اند که در نمونه‌ای دو نفر از پژوهشگران مرکز کورنل، دانشجویان یک کلاس را به دو گروه تقسیم کردند. به گروه اول اجازه دادند که هنگام شنیدن درس استاد وبگردی کنند. بررسی فعالیت‌های آن‌ها نشان داد که آن‌ها به وبگاه‌های (وبسایت‌های) مرتبط با موضوع سخنرانی مراجعه کردند و در این میان به سایت‌های غیرمرتبط نیز سر زدند، رایانامه‌هایشان (ایمیل‌هایشان) را چک کردند، به خرید اینترنتی دست زدند، چند ویدیو تماشا کردند، و خلاصه همه آن کارهایی را انجام دادند که کاربران هنگامی که برخط هستند انجام می‌دهند. گروه دوم نیز همان درس را می‌شنید، اما اجازه نداشت از رایانه کیفی (لپ‌تاپ) استفاده کند.

کمی بعد از این آزمایش دو گروه تحت آزمون قرار گرفتند تا میزان آنچه که بلافاصله از درس استاد به حافظه سپرده بودند سنجیده شود. به گزارش همبروک (۲۰۰۷) طبق پژوهش‌های پژوهشگران، وبگردها در زمینه به‌خاطر سپردن فوری محتوای مطالب آموزش داده شده عملکرد بسیار ضعیف‌تری داشتند. علاوه بر این مراجعه آن‌ها به وبگاه‌های مرتبط یا غیرمرتبط با درس استاد، عملاً تغییری در اصل وضعیت ایجاد نکرده بود. زیرا همگی آن‌ها عملکرد ضعیفی داشتند. وقتی هم پژوهشگران این آزمایش را با یک کلاس دیگر تکرار کردند نتیجه همان بود.

یادگیری چندرسانه‌ای می‌دانند. اما برخی از پژوهش‌ها خلاف این ادعا را ثابت می‌کنند. برای نمونه در پژوهشی که در سال ۲۰۰۷ در نشریه روان‌شناسی رسانه منتشر شد، پژوهشگران از بیش از ۱۰۰ داوطلب خواستند از طریق مرورگر وب در رایانه محتوایی درباره کشور مالی مشاهده کنند. برخی از داوطلبان نسخه‌ای از این اطلاعات را می‌دیدند که شامل فقط مجموعه‌ای متنی بود.

گروه دیگر همان نسخه را مشاهده می‌کرد، اما در کنار صفحه‌های متن، پنجره‌ای بود که در آن نمایش صوتی تصویری از محتوای مرتبط نیز پخش می‌شد. این دسته اخیر از داوطلبان شرکت‌کننده در آزمایش، کنترل این پنجره را در دست داشتند و هر وقت می‌خواستند می‌توانستند آن را متوقف کنند یا راه ببندازند. داوطلبان بعد از مشاهده این نمایش در آزمون ۱۰ سؤالی درباره محتوای نمایش شرکت کردند. میانگین پاسخ درست کسانی که فقط متن را دیده بودند ۷/۰۴ بود، در حالی که بینندگان چندرسانه‌ای فقط به ۵/۹۸ سؤال پاسخ درست دادند که این از نظر پژوهشگران تفاوت بارزی بود.

همچنین در پژوهش روکویل (۲۰۰۷) از داوطلبان خواسته شد به چند سؤال درباره این فعالیت آموزشی پاسخ بدهند. بیندگانی که فقط صفحه متنی را دیده بودند، آن را جالب‌تر، آموزشی‌تر، قابل فهم‌تر و لذت‌بخش‌تر از بینندگان برنامه در دستگاه چندرسانه‌ای یافته بودند. تعداد بیشتری از اعضای گروه بینندگان چندرسانه‌ای می‌گفتند که من چیزی از این نمایش نفهمیدم. پژوهشگران به این نتیجه رسیدند این دست از فناوری‌های چندرسانه‌ای که در وب رایج‌اند، ظاهراً روند کسب اطلاعات را به جای تقویت، بیشتر محدود می‌کند.

نگاه سطحی نتیجه مطالعه متن های بر خط

یکی دیگر از ویژگی های یادگیری در فضای مجازی، خوانش نوآموز بر بستر صفحه نمایش است. این موضوع جدا از فرصت ها و مزایایی که دارد، در طولانی مدت می تواند باعث عمیق نشدن فراگیری در مطالب شود. در همین زمینه در پژوهشی در سال ۲۰۰۶، **یاکوب نیلسن**، مشاوره با سابقه در زمینه طراحی صفحه های وب، دست به پژوهشی دیگر در زمینه «حرکت چشم» کاربران وب زد.

در این پژوهش با نصب دوربین کوچکی مقابل چشمان ۲۳۲ نفر، حرکت چشم آن ها را در حین مطالعه صفحه ها پیگیری کردند و متوجه شدند که به ندرت پیش می آید هیچ کدام از آن ها متن بر خط را به همان روش منظم و خط به خط مطالعه کتاب چاپی بخوانند. اکثریت قابل توجهی از آن ها هنگام مطالعه، خیلی سریع از بالا به پایین متن می رفتند و الگوی حرکتی را دنبال می کردند که تقریباً شبیه حرف f در زبان انگلیسی بود. آن ها ابتدا نگاهی سطحی به دو سه خط اول متن می انداختند. بعد چشمان کمی پایین تر می رفت و حدوداً وسط صفحه توقف می کرد و به چند خط نگاه کلی می انداخت. در پایان آن ها به چشمان اجازه می دادند با کنجکاوی در پایین صفحه کمی به سمت چپ بلغزد.

همچنین این الگوی مطالعه بر خط در پژوهش مرتبط بعدی که در آزمایشگاه تحقیقات کاربرد نرم افزاری در دانشگاه ایالتی ویجیتا صورت گرفت، تأیید شد.

تحلیل نیلسن نتایجی را تأیید کرد که پژوهشگران آلمانی هم به آن رسیده بودند. آن ها در گزارشی اعلام کرده بودند که کاربران ۱۰ ثانیه یا کمتر، چشم به بیشتر صفحه های وب می دوزند. از هر ۱۰ صفحه، کمتر از یکی ممکن است مشاهده اش بیش از دو دقیقه طول بکشد. سهم قابل توجهی از این صفحه ها مختص پنجره های مرورگری بود که هنوز مشاهده نشده بودند و در پس زمینه میز کار (دسکتاپ) بازمانده بودند. پژوهشگران متوجه شدند که حتی صفحه های جدیدی که اطلاعات فراوان و پیوندهای (لینک های) متعدد دارند نیز معمولاً تنها برای مدت زمان کوتاهی مورد مشاهده قرار می گیرند. این نتایج نکته ای را که نیلسن در سال ۱۹۹۷، بعد از اولین تحقیق درباره مطالعه بر خط مطرح کرده بود، تقویت می کرد. آن زمان این سؤال را مطرح کرده بود که: «چطور کاربران در وب مطالعه می کنند؟» و پاسخ موجز این بود که: «آن ها مطالعه نمی کنند».

نتایج این آزمایش نشان می دهد که محیط دیجیتالی غالباً افراد را ترغیب می کند موضوع های بیشتری را گسترده تر، اما سبک تر بررسی کنند و ابرپیوندها (هایپرلینک ها) افراد را از مطالعه و تفکر عمیق بازمی دارند. الگوی جدیدی از مطالعه در حال شکل گیری است که ویژگی بارز آن اینترنت گردی و مرور اجمالی، یافتن کلیدواژه ها، خواندن یک باره و مطالعه غیر خطی است.

سخن آخر

با توجه به مطالب مطرح شده می توان گفت با گسترش فناوری، تغییر ذائقه و سبک زندگی، ممکن است زیست نظام آموزشی در سراسر دنیا دچار دگرگونی شود. سؤال مهم اینجا مطرح می شود که واکنش نظام آموزشی در قبال این تغییرات چیست؟ آیا نظام آموزشی، این تغییرات را بدون هیچ چون و چرا و پیوست فرهنگی می پذیرد؟ آیا کارشناسان حوزه های متفاوت علوم انسانی، علوم تربیتی، علوم رسانه و علوم شناختی در سامان دهی این تغییرات نقشی ایفا می کنند؟

در مجموع می توان گفت آموزش مجازی حقیقتی از دور بسیار خوش رنگ و لعاب و کاربردی است که اگر بدون توجه به زیرساخت های فنی و محتوایی و پیوست های فرهنگی انجام گیرد، خسارت های جبران ناپذیری به نظام تعلیم و تربیت می زند.

پی نوشت:

۱. متأسفانه در فضای مجازی کشور ما هم که آن رعایت های لازم با وجود این همه تأکید که من کردم صورت نمی گیرد و در یک جهانی واقعاً ول است. همه کشورهای دنیا روی فضای مجازی خودشان دارند اعمال مدیریت می کنند، [در حالی که] ما افتخار می کنیم به اینکه ما فضای مجازی را ول کرده ایم! این افتخار ندارد. فضای مجازی را بایستی مدیریت کرد. (رهبر معظم انقلاب، سخنرانی نوروزی اول فروردین ۱۴۰۰).

منبع:

کار، نیکلاس (۱۹۵۹ م)، ترجمه: حبیبی، محمود، اینترنت با مغز ما چه میکند، نشر گمان، ۱۳۹۴.



من عصبانی‌ام!

پرخاشگری و راهکارهای
درمان آن در کودکان

اشاره

امروزه با وجود تغییرات عمیق فرهنگی و تغییر در شیوه‌های زندگی، بسیاری از افراد در رویارویی با مسئله‌های زندگی فاقد توانایی‌های لازم و اساسی هستند. همین امر آنان را در مواجهه با مسائل و مشکلات روزمره و مقتضیات آن آسیب‌پذیر کرده است. کودکان نیاز دارند علاوه بر کسب توانایی خواندن، نوشتن و حساب کردن، مهارت‌های زندگی را نیز فراگیرند. یکی از مؤلفه‌هایی که برای دستیافتن کودکان به زندگی سالم برای کودکان ضروری است و سلامت و تعادل دستگاه روانی آنان را تضمین می‌کند، مقابله با هیجانات ناخوشایند، کاذب و افراطی است. این مهارت، یکی از مهارت‌های اساسی به‌خصوص برای کودکان پیش از دبستان است، چرا که در این دوره به تعادل هیجانی و عاطفی، از جمله برقراری رابطه سالم با دیگران، و کسب مهارت‌های اجتماعی برای دوست‌یابی نیاز دارند.

کلیدواژه‌ها: پرخاشگری، علل و علائم پرخاشگری، درمان پرخاشگری، کودکان پیش از دبستان

خشم و عصبانیت یکی از احساسات برجسته‌ای است که هر انسانی آن را تجربه می‌کند. این احساس به شکل‌های متفاوتی بروز می‌کند، به‌طوری‌که یا به صورت ظاهری و در چهره بروز می‌کند و یا به صورت درونی و با افسردگی، احساس درک‌نشدن و موارد دیگر نشان داده می‌شود. از طرف دیگر، پرخاشگری نتیجه خشم و عصبانیت است. مثلاً ممکن است فرزندان با شنیدن نه به تماشای تلویزیون، محل را ترک کند و رفتار تهاجمی از خود نشان دهد. رفتارهای پرخاشگرانه کودکان معمولاً خصمانه هستند و شدت بالایی دارند.

علائم پرخاشگری در کودکان

- عصبانیت و طغیان انفجاری یا خشونت‌آمیز؛
- تمسخر یا توهین به همسالان به‌منظور تحریک آن‌ها؛
- تهدید به صدمه‌زدن به خود یا دیگری؛
- استفاده از اسباب‌بازی یا اشیاء به‌عنوان سلاح؛

مجموعه‌های سینمایی و تلویزیونی و بازی‌های ویدئویی که حاوی رفتارهای خشونت‌آمیز، جنگ، دعوا، توهین کلامی، سخنان ناپسند و قتل باشند، می‌توانند اثرات مضر بر ذهن افراد داشته باشند

- صدمه‌زدن به حیوانات؛
- تخریب اموال و وسایل دیگران؛
- دروغ و دزدی؛

علت‌های پرخاشگری کودکان

۱. نقش عوامل خانواده در پرخاشگری کودکان پیش از دبستان

یکی از کارکردهای اصلی خانواده، تکوین و شکل‌دهی به شخصیت انسان‌هاست. به اعتقاد پریا و همکارانش (۲۰۱۲)، فشار روانی (استرس) و ناکارآمدی والدین، با یکدیگر ارتباط خطی دارند، و حتی سطح پایین فشار روانی می‌تواند در کیفیت والدگری اختلال ایجاد کند. همچنین فشار روانی می‌تواند احتمال ایرادگیرتر شدن، تنبیه‌کننده‌تر شدن، و تحریک‌پذیرتر شدن والدین را افزایش دهد. فشار روانی والدین با ایجاد اختلال و ناکارآمدسازی شیوه‌های تربیتی والدین و تعاملات والد-فرزند به بروز پرخاشگری در کودکان منجر می‌شود. بنابراین والدینی که هنوز چگونگی مواجهه با مسائل فشارزای زندگی و کنار آمدن با ناامیدی‌های آن را یاد نگرفته‌اند، با کودک خود رفتار مناسبی ندارند و کودکان نیز الگوهای رفتاری آنان را سرمشق خود قرار می‌دهند.

۲. تماشای مجموعه‌ها یا فیلم‌های خشونت‌آمیز

مجموعه‌های سینمایی و تلویزیونی و بازی‌های ویدئویی که حاوی رفتارهای خشونت‌آمیز، جنگ، دعوا، توهین کلامی، سخنان ناپسند و قتل باشند، می‌توانند اثرات مضر بر ذهن افراد داشته باشند. به‌خصوص که ذهن کودکان شکننده‌تر و پذیرای هر آن چیزی است که به نمایش در می‌آید. بنابراین تأثیر و خطر محتوای خشونت‌آمیزی در کودکان بیشتر است. کودکان می‌توانند این رفتارها را از طریق مشاهده مدل‌های پرخاشگرانه بیاموزند و رفتارهای مشابهی نشان دهند.

۳. ناامیدی

طبق فرضیه «ناامیدی-پرخاشگری»، پرخاشگری نتیجه سرخوردگی است. «ناامیدی» پاسخی احساسی است که در آن فرد قادر به دستیابی به هدف خود نیست. در مورد کودکان نیز زمانی که آن‌ها قادر به بیان خواسته‌ها یا نیازهای خود نباشند، ناامیدی می‌تواند تظاهر یابد. مثلاً در مواردی چون طلاق یا جدایی والدین نیز، کودک ممکن است فکر کند که



از دست دادن ناگهانی اشتها، پر خوری، ناراحتی معهده، اختلالات خواب، کابوس و سردرد از علامت‌های فشار روانی در کودک هستند.

احساسات او نسبت به جدایی والدین درک نشده و دچار ناامیدی شود و رفتارهایی مانند بی‌توجهی به خواسته‌های والدین از او سر بزند. نقل و انتقال و دوری از دوستان یا بروز تغییرات عمده ناگهانی نیز باعث تنهایی، ناامیدی و رفتارهای پر خاشگرنه در کودک خواهد شد.

۴. محیط‌های پرتنش

به سبب مشکلات زندگی‌های امروزی، تغییرات مثبت یا منفی در برنامه‌ها، کودکان ناخوابسته دچار فشار روانی می‌شوند. البته تنش به ما کمک می‌کند که برای انجام یک کار انگیزه پیدا کنیم، اما وقتی شدت می‌یابد، می‌تواند مخرب و ناسالم باشد. از دست دادن ناگهانی اشتها، پر خوری، ناراحتی معده، اختلالات خواب، کابوس و سردرد از علامت‌های فشار روانی در کودک هستند. در این صورت باید مداخله صورت گیرد تا به پر خاشگری نینجامد.

راه‌های درمان پر خاشگری در اوان کودکی

۱. شن‌بازی:

شن‌بازی درمانی روشی است غیر کلامی، نمادین و بر اساس تجربه‌های خلاق افراد که در آن کودک با ساختن دنیای خود در جعبه شن، به بیان تعارض‌ها، تمایل‌ها و هیجان‌های خویش می‌پردازد. در واقع شن‌بازی باعث توجه به دنیای درونی و نیازهای عاطفی می‌شود و به ذهن اجازه می‌دهد خاطرات سرکوب‌شده گذشته خود را در زمان کنونی بازیابی کند.

۲. قصه‌گویی:

روشی مؤثر و غیرمستقیم برای رساندن پیام، بدون ایجاد مقاومت در ذهن هشیار شنونده است. در واقع می‌توانیم آنچه را که می‌خواهیم به کودک بگوییم، در قالب یکی از شخصیت‌های قصه به او منتقل کنیم. از آنجا که در دوره پیش از دبستان ساختار شخصیتی و رفتاری انسان بنیان گذاشته می‌شود، دوران کودکی دورانی سرنوشت‌ساز و مثبت است. پس برای جلوگیری از ایجاد پر خاشگری در کودکان، اگر علت پر خاشگری کودکان رفتار پر خاشگرنه خود شماست، باید در رفتار خود تغییر ایجاد کنید. از تماشای برنامه‌های نامناسب برای سن کودک جلوگیری کنید. تنش و فشار روانی را از محیط زندگی خود و کودکان دور سازید و از انجام رفتارهایی که موجب ناامیدی

و سر خوردگی در کودک می‌شوند اجتناب کنید

منابع

۱. شایق، محمد؛ برزگر بقروبی، کاظم؛ رحیمی، مهدی (۱۴۰۰). «تقش عوامل خانوادگی در پر خاشگری کودکان پیش دبستانی با واسطه‌گری مهارت‌های اجتماعی». نشریه طلوع بهداشت. دوره بیستم، شماره ۱.

۲. فرشاد چراغی بیدقی، فرشاد و علی اکبری دهکردی، مهناز (۱۳۹۵). «آموزش مهارت مدیریت هیجان بر پر خاشگری کودکان». کنفرانس ملی روان‌شناسی اجتماعی ایران.

3. Pereira J, Vickers K, Atkinson L, Gonzalez A, Wekerle C, Levitan R. (2012). Parenting stress.

4. Pereira, J., Vickers, K., Atkinson, L., Gonzalez, A., Wekerle, C., & Levitan, R. (2012). Parenting stress mediates between maternal maltreatment history and maternal sensitivity in a community sample. *Child Abuse & Neglect*, 36(5), 433–437. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2012.01.006>

نمایش‌های شیرین

انتقال مفاهیم دینی از طریق بازی‌های نمایشی به کودکان

اشاره

منظور از نمایش، مجسم کردن و به صورت مشهود و محسوس درآوردن پیام‌ها و آموزه‌هاست. روش نمایشی یکی از روش‌های آموزشی است که تأثیر فوق‌العاده‌ای دارد. از راه آن می‌توان آموزه‌های دینی را در قالب‌های قابل مشاهده و به گونه‌ای روشن، آسان و محسوس به کودکان آموزش داد. نمایشی کردن مفاهیم عقلی و انتزاعی، به‌ویژه برای کودکان، با توجه به غلبه بر خورد حسی آنان، موجب می‌شود که این‌گونه مطالب بهتر درک شوند و یادگیری عمیق‌تری صورت پذیرد. معمولاً کودکان خاطرات نمایشی را که در کودکی دیده‌اند، به شکل آگاهانه یا ناآگاهانه، تا آخر عمر در حافظه خود حفظ و نگهداری می‌کنند.

کلیدواژه‌ها: کودکان پیش‌دبستانی، مفاهیم دینی، بازی‌های نمایشی، نمایش خلاق

در حدیثی آمده است که روزی عده‌ای از بزرگان یهود به مدینه آمدند و از حضرت علی (علیه‌السلام) در مورد خدا سؤالاتی کردند؛ از جمله درباره معنی جمله «إِنَّمَا تُولُوا فِثْمَ وَجْهِ اللَّهِ»؛ یعنی چطور ما به هر طرف رو کنیم، به طرف خدا هستیم؟ حضرت علی (علیه‌السلام) به ابن عباس دستور داد هیزمی آماده کند و آتشی را برافروزد. آنگاه از آنان سؤال کرد: «صورت آتش به کدام جهت است؟» گفتند: «ما که برای شعله آتش صورتی نمی‌یابیم»؛ یعنی شعله آتش که پشت و رو ندارد. آنگاه حضرت فرمود: «كَذَلِكَ رَبِّي إِنَّمَا تُولُوا فِثْمَ وَجْهِ اللَّهِ»؛ یعنی همان گونه که شعله پشت‌ورو ندارد و شما در هر طرف آن باشید، روبه روی آن هستید، خدا نیز پشت و رو ندارد (محمدبن علی، ۳۸۱ ق، ص ۱۸۲)

همچنین می‌توان به رفتار نمایشی امام

اصولاً استفاده از روش نمایشی، و به صورت محسوس و مشهود درآوردن مفاهیم و مسائل آموزشی، از جمله روش‌هایی است که در قرآن کریم نیز فراوان مورد استفاده قرار گرفته است. قرآن کریم با استفاده از روش نمایشی توانسته است اصول اعتقادی را اثبات و برای عموم مردم قابل درک و فهم کند.

مجسم کردن مفاهیم دینی از طریق نمایش در قرآن کریم و سیره معصومین (ع)

قرآن کریم هنگامی که مثلاً در صدد تقویت ایمان مخاطبان به زندگی پس از مرگ و مسئله معاد است، به ارائه نمونه‌های مشابه حسی و قابل مشاهده در این دنیا می‌پردازد. یکی از نمونه‌های عینی که قرآن مجید بارها به آن پرداخته و برای اثبات این امر در برابر چشم همگان به معرض نمایش قرار داده، زنده شدن مجدد گیاهان است. علاوه بر تعالیم وحی، معصومان (علیهم‌السلام) نیز در پاره‌ای از موارد برای محسوس و مجسم کردن مفاهیم و حقایق دینی از روش نمایشی استفاده کرده‌اند. پیامبر گرامی اسلام (صلی‌الله علیه و آله) در موارد متعددی، مانند آموزش نماز و حج، از این روش استفاده کرده است و به مردم می‌فرمود: «صَلُّوا كَمَا رَأَيْتُمُونِي أُصَلِّي»؛ نماز بگزارید، آن گونه که می‌بینید من نماز می‌گزارم (علامه مجلسی، ۱۰۳۷، ج ۸۲، ص ۲۷۹).

حسن(ع) و امام حسین(ع) در آموزش وضوی صحیح به پیرمردی که آن را به درستی انجام نمی داد، اشاره کرد.

بنابراین طبیعی است که جنبه آموزشی روش نمایشی مؤثرتر و پرجاذبه تر از روش گفتاری صرف است؛ چرا که روش نمایشی همزمان گوش و چشم مخاطب را به کار می گیرد. از این رو، در آموزش مفاهیم دینی کودکان لازم است تا آنجا که امکان دارد مواد و مطالب آموزشی به صورت نمایشی ارائه شوند (امیری، ۱۴۰۲: ۱۱).

لازم به ذکر است نمایش انواع متفاوتی دارد که بسته به نوع آموزش و خلاقیت کودک و مربی می توان از آن ها بهره جست. برخی انواع نمایش عبارتند از: نمایش با ماسک، نمایش عروسکی، ایمایش (پانتومیم)، نمایش خلاق و نمایش (تئاتر).

کمک می کند. مثلاً مربی نقش کشاورزی را ایفا می کند که چون باران نباریده است نگران دانه هایی است که کاشته و...

در این فعالیت کودک می آموزد که به راهنمایی های خداوند در طول زندگی نیاز دارد.

یا در یک نمایش دسته جمعی، کودکان به بنا، نقاش ساختمان، مهندس معماری، نقشه کش، نجار و... تقسیم می شوند و هر کدام با ایفای نقش خود می کوشند ساختمان را بسازند و تکمیل کنند.

در نهایت مربی توجه آن ها را به این موضوع چنین جلب می کند: همان طور که این ساختمان زیبا برای به وجود آمدنش به سازندگانی مثل شما نیاز دارد، این زمین و آسمان و همه دنیا هم نیازمند سازنده ای است و او خداوند یکتاست.

نمونه هایی از نمایش خلاق در انتقال اصول و مفاهیم دینی

توحید (خداشناسی)

فعالیت خداشناسی می تواند نخستین آموزه های دینی برای کودکان باشد. در این زمینه، حضور و هدایت مربی پررنگ تر است. به این صورت که مربی به تلهایی یا با استفاده از عروسک های نمایشی، موقعیتهایی از مشکلات انسان ها را به نمایش درمی آورد. کودکان در هر مرحله پاسخ می دهند که خداوند چگونه به یاری آن ها می آید و در رفع مشکلات به آن ها

نبوت

مربی نقش پزشک را بازی می کند و کودکان به عنوان بیمار به مطب او مراجعه می کنند. مربی برای هر کدام از آن ها داروهای خاصی را تجویز می کند و نحوه مصرف آن داروها را نیز شرح می دهد. آن ها را راهنمایی می کند که در طول روز چقدر و چند بار مصرف کنند تا حالشان خوب شود. بعد از مدتی همه کودکان با رعایت دستورها و راهنمایی های مربی حالشان خوب می شود؛ به جز چند نفر که به حرف مربی گوش نداده اند و طبق دستورات او عمل نکرده اند. مثلاً بیشتر از حد لازم دارو خورده اند یا



چند وعده را نخورده‌اند.

در انتهای بازی مربی به کودکان یادآور می‌شود، همان‌طور که اگر در مورد مصرف داروها راهنمایی او نبود، امکان داشت حالشان بدتر شود و یا به اشتباه بیفتند، انسان‌ها هم برای آگاهی از راه درست و اشتباه‌نکردن در زندگی به راهنمایی‌هایی نیاز دارند که همان پیامبرانی هستند که خداوند برای ما قرار داده است.

شکرگزاری

مربی در نقش حضرت سلیمان که می‌تواند با

حیوانات حرف بزند، با به دست‌کردن دستکش

عروسی قورباغه و مورچه، این داستان را بیان

می‌کند و هم‌زمان به ایفای نقش می‌پردازد:

«حضرت سلیمان روزی که در کنار دریا

نشسته بود، مورچه‌ای را می‌بیند که دانه

گندمی به دهان دارد، ناگهان قورباغه‌ای سر

از آب درمی‌آورد و مورچه را قورت می‌دهد و به

قعر دریا می‌رود. مدتی بعد هر دو بدون گندم به

ساحل برمی‌گردند. حضرت سلیمان از این حرکت

تعجب می‌کند و از مورچه دلیل این کار را می‌پرسد.

مورچه می‌گوید: «خداوند به ما مأموریت داده است که دانه

گندم را به قعر دریا ببریم و به کرمی که زیر سنگ ته دریاست برسانیم. کرم

هم دانه را خورد و از خداوند به خاطر همه نعمت‌هایش و اینکه حواسش به

غذای او هم بوده است، تشکر کرد.»

مربی در انتها به بچه‌ها یادآور می‌شود که ما هم باید از خداوند مهربان

به خاطر این همه نعمت‌هایی که به ما داده و همیشه حواسش به ما بوده و

هست تشکر کنیم (محمدصادق مقدسیان، ۱۴۰۳)

کلام آخر

از آنجا که مفاهیم دینی برای کودکان پیش‌دبستانی از جنس مفاهیم

انتزاعی و غیرحسی هستند، بهتر است برای آموزش و انتقال آن‌ها

از روش‌هایی استفاده شود که آن مفاهیم را برای کودکان ملموس‌تر و

محسوس‌تر می‌سازند. یکی از این روش‌ها هنر نمایش و بازی‌های نمایشی

است که مربی می‌تواند در انتقال مفاهیم دینی و ارزشی از آن بهره بگیرد.

منابع

۱. امیری، زهرا (۱۴۰۲). القای مفاهیم دینی به کودکان در قالب بازی‌های نمایشی. پژوهش‌های مطالعات اسلامی معاصر. دوره اول. شماره ۴. مهرماه.

۲. نعیمی‌ذاکر، مقصود (۱۳۹۱). آموزش مفاهیم دینی به خردسالان برای مربیان مهدهای کودک - کتاب نمایش. معاونت امور اجتماعی سازمان بهزیستی. انتشارات لک‌لک، چاپ دوم. تهران.

۳. مقدسیان، محمدصادق (۱۴۰۳). وبگاه (وبسایت) وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، معاونت قرآن و عترت. ستاد خبری نمایشگاه قرآن، باغ آیات.

۴. مجلسی، محمدباقر (۱۰۳۷ ق)، بحارالانوار، ج ۸۲

۵. ابن بابویه، محمد بن علی (۳۸۱ ق)، التوحید، جامعه المدرسین حوزه علمیه قم، دفتر انتشارات اسلامی، ۱۴۱۶ ق.

معاد

تعدادی از بچه‌ها به کمک مربی نقش

درختان زمستانی را با پوششی سفید بازی

می‌کنند که به خواب رفته‌اند. تعدادی دیگر

نقش درختان بهاری را با پوششی سبز و

رنگارنگ بازی می‌کنند که بعد از مدتی از

سرما جایگزین درختان زمستانی می‌شوند و

به نشانه آمدن بهار شاخ و برگ خود را تکان

می‌دهند و شادی می‌کنند. تعداد دیگری از بچه‌ها

نقش دانه‌هایی را ایفا می‌کنند که با آمدن بهار از دل

خاک بیرون می‌آیند، رشد می‌کنند و بالا می‌آیند.

مربی در انتها به عنوان قصه‌گوی نمایش، با بیان ساده و کودکانه‌ای، این

تحول در طبیعت را به بازگشت انسان‌ها بعد از کوچ کردن از این عالم تشبیه

می‌کند. لازم است با مراجعه به منابع معتبر از جمله کتاب «پژوهشی در

مفهوم مرگ در ذهن کودک» نویسنده دکتر عبدالعظیم کریمی برای پاسخ

به سوالات اجتماعی کودکان درباره معاد آماده‌تر باشیم.

فروبردن خشم

مربی با استفاده از عروسک‌های نمایشی، موقعیت‌هایی را به نمایش

درمی‌آورد که طی آن‌ها، برخوردهایی ناشی از خشم بین دو طرف رخ

می‌دهند. سپس از کودکان می‌خواهد که با ایفای نقش، چگونگی واکنش

آرام و بردبارانه را نمایش دهند.

نیکی کردن

ابتدا مربی قصه‌ای از یک شهر را بیان می‌کند که ساکنان آن نیکی کردن

و خوب‌بودن را بلد نیستند. سپس از کودکان می‌خواهد که آن شهر سفر کنند

و به آن‌ها راه و رسم نیکی کردن را یاد دهند.

مسجد

مربی ضمن نشان دادن تصویر یکی از مسجدهای باشکوه و زیبا، از

کودکان می‌خواهد که فرض کنند گروهی هستند که به تماشای آن مسجد

رفته‌اند. هریک چه چیزهایی در آن مسجد توجهشان را جلب کرده است؟

آن را در قالب نمایش اجرا کنند.

بهداشت و نظافت

مربی از کودکان می‌خواهد به صورت دایره‌وار بایستند. بعد با بردن اسم

مازو معماهای ذهنی



چگونه فشار روانی و اضطراب را مدیریت کنیم؟

می‌شوند. اضطراب معمولاً باعث می‌شود ذهن به سمت بدترین سناریوها حرکت کند و فرد را از تفکر منطقی و سازمان‌یافته بازدارد.

نظریه فشار روانی، لازاروس

آرنولد لازاروس، نویسنده، روان‌شناس و محقق بالینی در حوزه شناخت‌درمانی، بر این باور بود که فشار روانی پدیده‌ای شناختی و عاطفی است و زمانی بروز می‌کند که فرد احساس کند منابع لازم برای مدیریت یک موقعیت خاص را ندارد. این نظریه شامل دو مرحله است:

۱. ارزیابی اولیه: در آن فرد ارزیابی می‌کند که آیا این اتفاق یک موقعیت تهدید است یا چالش، و یا اهمیت ندارد.

۲. ارزیابی ثانویه: در آن فرد از خود می‌پرسد: آیا منابع کافی و توانایی لازم را برای مقابله با آن دارم؟

اگر فرد ارزیابی کند که منابع کافی برای مدیریت چالش را ندارد، دچار فشار روانی می‌شود. این فشار می‌تواند باعث کاهش تمرکز، افزایش اشتباه‌ها و مختل شدن فرایند حل مسئله شود.

فرض کنید کودکی با یک بازی چیدمان بلوک مواجه شده و باید برجی بلند بسازد. اگر کودک در ارزیابی اولیه احساس کند برج او ممکن است فرو بریزد و در ارزیابی ثانویه به این نتیجه برسد که او توانایی جلوگیری از این اتفاق را ندارد، دچار اضطراب می‌شود. معلم یا والدین می‌توانند با جمله‌هایی مثل «حتی اگر بریزد، با هم دوباره آن را می‌سازیم»، به او کمک کنند این ارزیابی را تغییر دهد.

نظریه شناختی بندورا: خودکارآمدی

آلبرت بندورا، روان‌شناس، پژوهشگر و استاد دانشگاه استنفورد، معتقد بود که اعتمادبه‌نفس یا خودکارآمدی نقش مهمی در حل مسئله دارد. وقتی فرد احساس کند که توانایی حل یک مسئله را دارد، احتمال موفقیتش بیشتر است. اما اضطراب و فشار روانی می‌توانند این اعتمادبه‌نفس را کاهش دهند و فرد را به سمت اجتناب از چالش سوق دهند.

اما چگونه می‌توانیم خودکارآمدی و یا همان اعتمادبه‌نفس را در کودکان تقویت کنیم؟

اشاره

زندگی روزمره پر از چالش‌هایی است که برای حل آن‌ها به توانایی‌های ذهنی و عاطفی قوی نیاز داریم. اما زمانی که اضطراب و فشار روانی (استرس) به این معادله اضافه می‌شوند، همه‌چیز پیچیده‌تر می‌شود. مقاله حاضر به بررسی چالش‌های پنهانی پرداخته است که هیجانات منفی در مسیر حل مسائل ایجاد می‌کنند و نشان می‌دهد چگونه می‌توان با استفاده از فن‌های ساده و مؤثر، نه تنها بر این چالش‌ها غلبه کرد، بلکه ذهنی مقاوم و خلاق نیز پرورش داد.

کلیدواژه‌ها: چالش‌های ذهنی، فشار روانی و اضطراب، خودکارآمدی، تقویت اعتمادبه‌نفس، مهارت‌های حل مسئله، رویکردهای روان‌شناختی، مدیریت هیجان‌ها

حل مسئله یکی از مهارت‌های اساسی در زندگی است که به ما کمک می‌کند بر چالش‌های روزمره غلبه کنیم و تصمیمات بهتری بگیریم. اما همه ما در مواجهه با مسائل دشوار، احساس تنش و نگرانی می‌کنیم. این احساس در کودکانی که هنوز تجربه کافی در مدیریت چالش‌ها و هیجان‌های خود ندارند، می‌تواند مانع بزرگی باشد. در مقاله حاضر به بررسی این موضوع می‌پردازیم که چگونه اضطراب و فشار روانی می‌تواند توانایی کودکان را در حل مسائل مختل کند و چه فن‌هایی برای کمک به آن‌ها در مدیریت این چالش‌ها وجود دارد.

اثرات اضطراب و تنش بر حل مسئله

اضطراب و تنش دو عامل کلیدی هستند که می‌توانند به‌طور قابل توجهی توانایی فرد را در حل مسئله‌ها تحت تأثیر قرار دهند. این عوامل نه تنها تمرکز را مختل می‌کنند، بلکه باعث کاهش قدرت تصمیم‌گیری و خلاقیت نیز

کودک را تقویت کند. برای مثال کودکی که می‌بیند هم‌کلاسی‌اش مسئله پیچیده‌ای را حل کرده است، ممکن است احساس کند که او نیز می‌تواند موفق باشد.

۳. از یاد نبردن تشویق و حمایت:

تشویق و بازخورد مثبت از سوی دیگران می‌تواند به افزایش خودکارآمدی کمک کند. برای مثال والدین می‌توانند بگویند: «تو دفعه



اضطراب و فشار روانی
می‌توانند خودکارآمدی را کاهش
دهند.
مدیریت هیجانات مثبت
می‌تواند به تقویت آن
کمک کند

۱. ایجاد و تأکید بر تجربیات موفقیت‌آمیز:

وقتی فرد تجربه موفقیت در انجام کاری را دارد، اعتمادبه‌نفس او افزایش می‌یابد. برای مثال، کودکی که در حل یک مسئله ریاضی موفق شده است، احتمالاً در آینده نیز به حل مسائل مشابه علاقه نشان می‌دهد.

۲. ایجاد یادگیری مشاهده‌ای:

مشاهده موفقیت دیگران می‌تواند اعتمادبه‌نفس



قبل خیلی خوب از پس این مسئله برآمدی، این بار هم موفق می‌شوی.»
۴. در نظر داشتن وضعیت عاطفی و جسمانی: اضطراب و فشار روانی می‌توانند خودکارآمدی را کاهش دهند. مدیریت هیجانات مثبت می‌تواند به تقویت آن کمک کند.

مدل حل مسئله دآنسوری

توماس ج. دآنسوری، روان‌شناس بالینی، حل مسئله را یک فرایند بیان کرد که پنج مرحله دارد و هر یک از این مرحله‌ها می‌تواند تحت تأثیر اضطراب یا تنش قرار گیرد:

۱. تعریف مسئله: شناسایی مشکل توسط فرد.

۲. تولید ایده: ایجاد ایده‌ها و راه‌حل‌های متفاوت برای حل مسئله. اگر در این مرحله اضطراب ایجاد شود ممکن است خلاقیت را کاهش دهد و کودک را نگران کند که ایده‌هایش نادرست باشند، و در نهایت به سکوت کودک در بیان آن‌ها منجر می‌شود.

۳. ارزیابی ایده‌ها: تحلیل مزیت‌ها و عیب‌های هر راه‌حل. در این مرحله فشار روانی ممکن است کودک را به تصمیم‌گیری سریع و بدون تحلیل دقیق سوق دهد.

۴. انتخاب راه‌حل: تصمیم‌گیری نهایی برای اجرای راه‌حل.

۵. اجرا و بازبینی: پیاده‌سازی راه‌حل و ارزیابی نتیجه.

فرض کنید کودکی نمی‌تواند تصمیم بگیرد که زنگ تفریح با کدام دوستش بازی کند. معلم می‌تواند با او گفت‌وگو کند و به او کمک کند مرحله‌های حل مسئله را طی کند؛ مثلاً:

* **مشکل را تعریف کن:** «نمی‌دانم با کدام دوستم بازی کنم.»

* **ایده بده:** «می‌توانم با هر دو دوستم بازی کنم، یا فقط یکی را انتخاب کنم.»

* **ایده‌هایت را بررسی کن:** «اگر با هر دو بازی کنم، شاید زمان کم بیاورم.»

* **تصمیم بگیر:** «امروز با یکی بازی می‌کنم و فردا با دیگری.»

اما هنگامی که کودک در حل مسئله دچار فشار روانی و اضطراب می‌شود، راهکار مقابله با آن چیست؟

۱. فن‌های (تکنیک‌های) آرام‌سازی

آموزش تکنیک‌های ساده آرام‌سازی، مانند تنفس عمیق یا شمارش تا پنج، می‌تواند به کودک کمک کند احساس فشار روانی یا اضطراب را کنترل کند. برای مثال، اگر کودکی هنگام یادگیری یک مهارت جدید، مانند بستن بند کفش، ناامید شد، می‌توانید بگویید: «بیا کمی استراحت کنیم و چند نفس عمیق بکشیم.» همچنین می‌توانید مراقبه (مدیتیشن) ساده‌ای را به کودکان آموزش دهید تا با تمرکز بر یک کلمه یا تصویر دلخواه، ذهن خود را آرام کنند. استفاده از داستان‌های تصویری و صداها یا آرامش‌بخش نیز می‌تواند مفید باشد.

۲. تقسیم مسئله به بخش‌های کوچک‌تر

تحلیل و فهم مشکلات بزرگ ممکن است برای کودکان تنش‌زا باشد. تقسیم مشکل به بخش‌های کوچک‌تر به آن‌ها کمک می‌کند مشکل را بهتر درک و حل کنند. مثلاً اگر کودک نمی‌تواند اسباب‌بازی‌هایش را مرتب کند، می‌توانید بگویید: «اول ماشین‌ها را جمع کن. بعد نوبت عروسک‌هاست.» همچنین سعی کنید به تدریج به کودکان یاد دهید که چگونه مسئله‌ها را به بخش‌های کوچک‌تر تقسیم کنند.

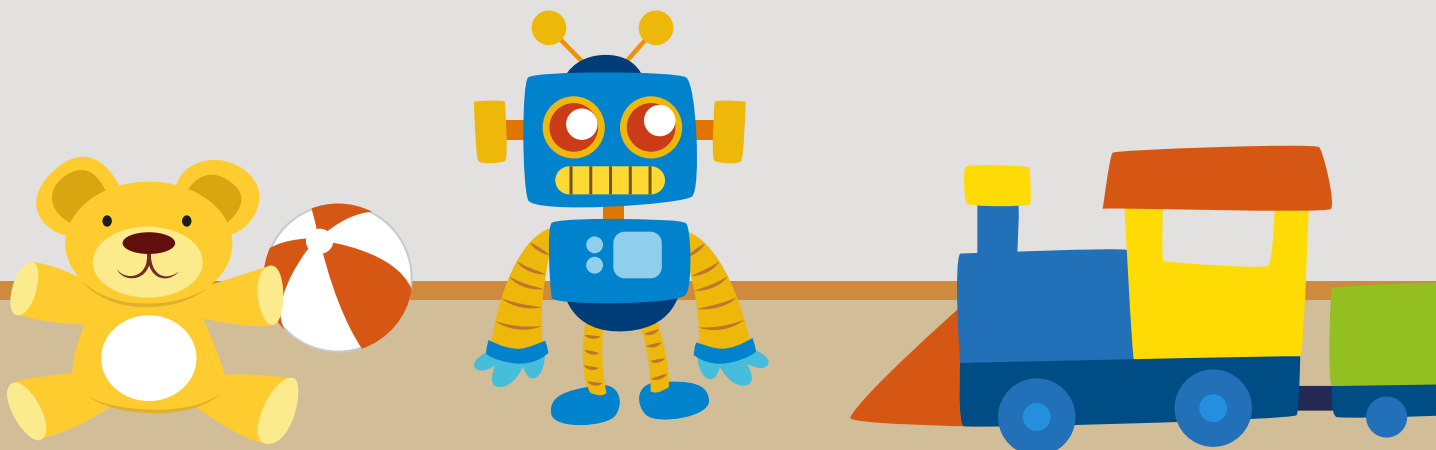
۳. ارائه انتخاب‌های محدود و کنترل‌شده

ارائه گزینه‌ها به کودک کمک می‌کند احساس تسلط و کنترل داشته باشد و اضطرابش کاهش یابد. برای مثال، اگر کودک در انتخاب اسباب‌بازی‌ها دچار اضطراب شد، می‌توانید بگویید: «می‌خواهی با ماشین‌ها بازی کنی یا با لگو؟»

۴. داستان‌گویی یا استفاده از بازی برای حل مسئله

داستان‌گویی و بازی نقش مهمی در آموزش مهارت‌های مدیریت فشار

اگر کودکی هنگام یادگیری یک مهارت جدید، مانند بستن بند کفش، ناامید شد، می‌توانید بگویید: «بیا کمی استراحت کنیم و چند نفس عمیق بکشیم»



نتیجه‌گیری

حل مسئله یکی از مهارت‌های کلیدی برای رشد و پیشرفت کودکان است، اما اضطراب و فشار روانی می‌توانند مانع‌های بزرگی در این مسیر ایجاد کنند. با شناخت تأثیرات منفی این عوامل و به‌کارگیری روش‌هایی مانند تقویت اعتمادبه‌نفس، آموزش فن‌های آرام‌سازی، تقسیم مسئله‌ها به بخش‌های کوچک‌تر و فراهم کردن محیط حمایتی، می‌توانیم به کودکان کمک کنیم با چالش‌ها به‌طور مؤثر و بدون ترس مواجه شوند. این فرایند نه تنها توانایی‌های شناختی آن‌ها را تقویت می‌کند، بلکه پایه‌گذار ذهنیتی مثبت و مقاوم برای آینده خواهد بود. توجه به احساسات و هیجانات کودکان، به همراه تشویق به تجربه و یادگیری، به آن‌ها امکان می‌دهد که مسیر حل مسئله را با آرامش و اعتماد بیشتری طی کنند.

منابع

۱. لازاروس، ریچارد [بی تا]. استرس و مدیریت آن. ترجمه مهدی گنجی. نشر ساوالان.
۲. استرنبرگ، رابرت (۱۳۹۲). روان‌شناسی شناختی. ترجمه سیدکمال خرازی و الهه حجازی. نشر سمت. تهران.
۳. هومن، حیدر علی (۱۳۱۱). تربیت کودک: راهبردهای عملی. نشر رشد. تهران.
۴. کرین، ویلیام (۱۴۰۰). نظریه‌های رشد (مفاهیم و کاربرد). ترجمه غلامرضا خوی نژاد و علیرضا رجایی. نشر رشد. تهران.
۵. اس. یک، جودیت (۱۴۰۱). درمان شناختی-رفتاری: نظریه و عمل. ترجمه دکتر حسین آزاد و همکاران. نشر ارجمند. تهران.

روانی و حل مسئله دارند. از جورچین‌های (پازل‌های) ساده استفاده کنید تا تفکر منطقی کودک تقویت شود. همچنین می‌توانید از داستان‌گویی تعاملی بهره ببرید و از کودکان بخواهید در داستانی که شما آغاز می‌کنید، راه‌حل‌هایی پیدا کنند. مثلاً داستانی درباره خرگوشی بگویید که نمی‌تواند خانه‌اش را بسازد. تعریف کنید و از کودکان بخواهید که راه‌حلی ارائه دهند. همچنین می‌توانید با کودک بازی «چه کار کنیم اگر...؟» انجام دهید. مثلاً بپرسید: «اگر توپت روی درخت گیر کند، چه کار می‌کنی؟»

۵. ایجاد محیط حمایتی و بدون قضاوت

ایجاد فضایی که کودک احساس کند اشتباه کردن اشکالی ندارد، تنش او را کاهش می‌دهد. همچنین تمرکز بر فرایند و نه نتیجه، به کودکان احساس ارزشمندی می‌دهد؛ حتی اگر نتیجه کامل نباشد. فرض کنید کودکی در نقاشی کردن اشتباه کرد. به او بگویید: «اشتباه کردن هم بخشی از یادگیری است. بیا دوباره امتحان کنیم.»

۶. تأکید بر مثبت‌اندیشی

تقویت نگرش مثبت در کودکان می‌تواند به آن‌ها کمک کند با چالش‌ها بهتر کنار بیایند و اعتمادبه‌نفس بیشتری پیدا کنند. برای مثال وقتی کودک با ساختن یک برج بلوکی مشکل دارد، بگویید: «تو خیلی خوب کار کردی. فقط یک بلوک دیگر نیاز داری. می‌دانم که می‌توانی!»

۷. تشویق به درخواست کمک

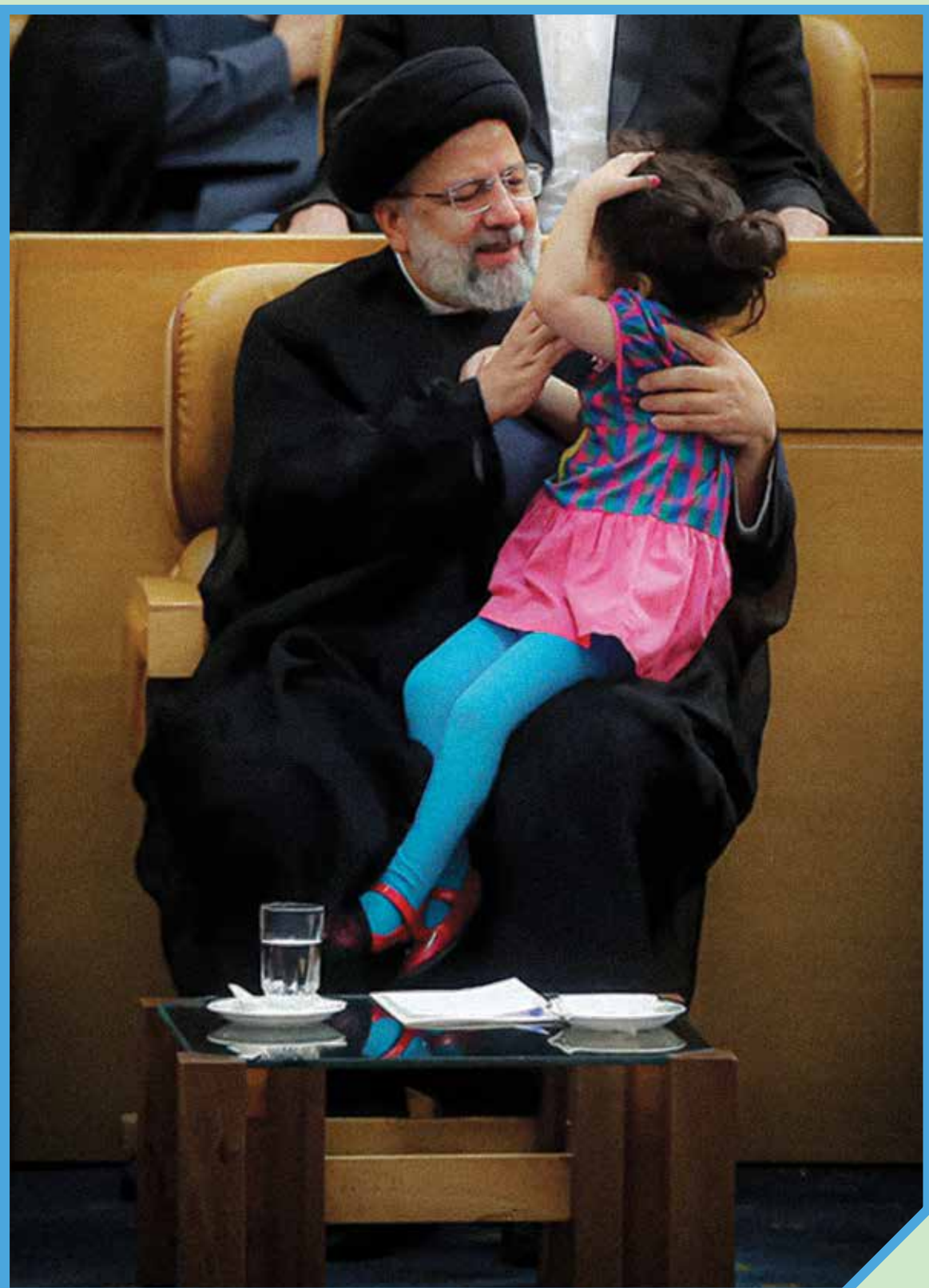
آموزش به کودک که کمک خواستن از افراد مورد اعتماد هیچ اشکالی ندارد، می‌تواند به شکل قابل توجهی اضطراب را کاهش دهد.





روحه اصغر بکیر کر چه منزل کو چک است
 دلرناش روشنای دمسیر کو دل است





خادم ملت، دلسوز کودکان
#شهیدجمهور