



از گذشته‌ی دور تاکنون

عده‌ای معتقدند با پایان فصل تابستان و رونق گرفتن دگرباره‌ی مدارس، از میزان بازی‌گوشی بچه‌ها کاسته می‌شود و آن‌ها به اصطلاح «تخته‌قاپو» می‌شوند، برای درس خواندن در خانه‌ها اتراق و سر در گریبان درس فرو می‌کنند، ولی از قرار، زمانه بدجوری عوض شده است.

قدیم‌ندیم‌ها بازی‌گوش به بچه‌هایی اطلاق می‌شد که از دم‌دم‌های خروس‌خوان صبح، به‌ویژه تابستان‌ها، یا از خانه بیرون می‌زدند یا در خانه به انواع و اقسام شیطنت‌های معمول آن دوران دست می‌زدند. نوع بازی‌گوشی‌ها هم بسته به فرهنگ محل، جنسیت بچه‌ها و فصل‌های سال متفاوت بود. اگر اندکی دورتر، قاب‌بازی و پرداختن به بازی‌های بومی معمول بود، مدتی بعد فوتبال در زمین‌های خاکی یا گل کوچک در زمین‌های آسفالت محلی جایگزین آن شد و اندکی بعد، سینما رفتن عصرگاهی و حضور در کلوپ‌های ورزشی و تفریحی جای آن‌ها را گرفت. البته ممکن است بگویید همه‌ی این مثال‌ها پسرانه است. بله، کاملاً درست است. عروسک‌بازی و خاله‌بازی‌های دخترانه، لی‌لی و مهمانی‌دادن‌های نیمچه واقعی و ساختگی با مینیاتوری از خوراکی‌ها مانند سیب و پرتقالی که به ده دوازده قاچ و فال جدا از هم تقسیم شده بودند و نیز معلم‌بازی با پوششی شبیه به خانم معلم‌های واقعی و سعی در رفتن به جلد معلم‌هایی که بیشتر دوستشان می‌داشتند، از بازی‌هایی بود که دختران بازی‌گوش، در سال‌هایی که دیگر پشت سر گذاشته‌ایم، لااقل بیشتر از پسران، روزگار خود را با آن‌ها سپری می‌کردند.

اگر چه بسیاری از بازی‌ها و غرق شدن‌های کودکانی دختران و پسران ما، از دید بزرگ‌ترها بازی‌گوشی و نوعی کار غیرآموزشی و نامحترم تلقی می‌شد، ولی به دلیل تنوعی که در آن‌ها به چشم می‌خورد، می‌توانستیم شاهد رشد حوزه‌های گوناگونی از گستره‌ی توانایی‌های رشدی و استعدادی بچه‌ها باشیم. اگر بعضی از این بازی‌ها کودکان ما را به رشد شناختی می‌رساندند، برخی دیگر رشد جسمانی - حرکتی و بعضی دیگر رشد عاطفی و روانی آن‌ها را به ارمغان می‌آوردند؛ ضمن اینکه غالباً این بازی‌ها، در سپهر جامعه‌ای صورت می‌پذیرفت که از قبل آن، رشد اجتماعی قابل توجهی نصیب بچه‌ها می‌شد و البته اگر چه در این میان، از دید برخی اولیا، حتی خواندن کتاب‌های غیر درسی، نقاشی کشیدن‌های متنوع و ساخت‌وساز کاردستی‌های خلاقانه در تابستان و طی سال تحصیلی هم بازی‌گوشی خوانده می‌شد، و از این کودکان می‌خواستند: «به جای این بازی‌گوشی‌ها به درس و مشقشان بپردازند»، ولی واقعیت این بود که این قبیل کارها، نه تنها در معنای واقعی خود، بازی‌گوشی نبود، بلکه اقداماتی بود برای توسعه‌ی مهارت‌های رشدی و استعدادهای متنوع کودکان و نوجوانان.

دکتر مرتضی مجدفر

بچه‌های بازی‌گوش بچه‌های گوشی‌باز!

این بازی‌ها و از دید تعدادی از اولیا بازی‌گوشی‌ها، باعث می‌شد فرزندان ما به طور متوازن رشد و جنبه‌های گوناگونی از حیات اجتماعی را تجربه کنند و به اندوخته‌های زیسته‌ی خود بیفزایند.

سال‌های سال، این نوع بازی‌های متداول بازی‌گوش‌مآبانه را پشت سر گذاشتیم. در گذر زمان، فناوری‌های نوین زندگی ما را درنوردیدند و با محصولات متنوع خود، رنگ و بوی دیگری به روزگارمان دادند. به تدریج بچه‌های بازی‌گوش ما گوشی‌باز شدند و تکیه‌کلام ما که دیگر خود دوران کودکی و نوجوانی را پشت سر گذاشته و پای در جای پای اولیایمان گذاشته بودیم، تغییر یافت: «بچه جان! این قدر گوشی‌بازی نکن!»

اگر بازی‌گوشی‌های پیشین گسترده‌ی قابل توجهی از مهارت‌ها و توانمندی‌های رشدی، از جمله مهارت‌های اجتماعی، ارتباطات گروهی و کنش‌ها و پویای اجتماعی را نصیب کودکان و نوجوانانمان می‌کرد، گوشی‌بازی غالباً آنان را منزوی، تکرور، سر در بالین و محدود به داده‌های موجود در گوشی کرد. درست است گوشی‌بازی از بسیاری جهات، دارای اطلاعات، سرگرمی‌ها و مطالب دانشی مهمی است و به طور فزاینده‌ای می‌تواند دانش و مهارت‌های شناختی و حتی زبان‌آموزی کودکان و نوجوانانمان را رشد دهد، ولی بازدارنده‌ی رشد جسمانی - حرکتی و حتی در برخی موارد رشد عاطفی - روانی آن‌ها نیز می‌شود و این، به غیر از آسیب‌های احتمالی فراوانی است که می‌تواند به رشد اخلاقی - معنوی فرزندان ما وارد کند.

چه باید کرد؟

اکنون مهرماه است و دانش‌آموزان گوشی‌باز بازی‌گوش، با فرصتی که در تعطیلات تابستانی خود برای تشدید گوشی‌بازی در اختیار داشته‌اند، وارد کلاس‌های درس ما شده‌اند. با این دانش‌آموزان چه باید کرد؟!

گوشی‌بازی آفت زمانه‌ی ماست. چالش هزاره‌ی سوم است، معضل تربیتی امروز خانواده‌هاست، رنجی است که اکنون چند صباحی است با ما همراه شده است. گوشی‌بازی مشکل است و اگر بتوانیم آن را به مسئله تبدیل و تهدیدهای موجود در آن را به فرصت تبدیل کنیم، خواهیم توانست این بحران را به راحتی مدیریت کنیم. اگر ما نتوانیم گوشی‌بازی را حذف کنیم، به دلیل ارتباط مستمری که با خانواده‌ها داریم، می‌توانیم آن را محدود کنیم. راهکارهایی که در ادامه ارائه می‌شوند، روش‌های ساده‌ای برای احیای لذت‌های فراموش شده و همراهی توأمان مدرسه، خانواده و دانش‌آموزان با این لذت‌ها، به منظور دور ساختن کودکان و نوجوانان از گوشی‌بازی است:



راهکارهایی برای محدود ساختن گوشی بازی

برخی از روش‌هایی که در زیر ارائه می‌شوند، در وهله‌ی اول برای خود ما، در مقام آموزشکاران صحنه‌ی عمل، و در وهله‌ی بعد برای ارائه به پدران و مادران دانش‌آموزانمان در نشست‌های مدرسه‌ای، است:

● در نشست‌ها و مهمانی‌های خانوادگی، به افراد تذکر دهیم گوشی‌بازی نکنند حتی دیده شده است در برخی خانواده‌ها، به توصیه‌ی صاحبخانه، یکی از بزرگ‌ترهای فامیل، گوشی‌های مهمانان را در محلی جمع‌آوری و در پایان مهمانی به آنان بازمی‌گرداند.

● برای استفاده‌ی همه از تلفن همراه، تبلت و رایانه در منزل ساعت تعیین کنیم و خود به آن پای‌بند باشیم.

● ترتیبی اتخاذ کنیم که کودکانمان به طور مرتب پدر بزرگ‌ها و مادر بزرگ‌های خود را ببینند و شرایطی ایجاد کنیم که سنت قصه‌گویی‌های فولکلور، خاطره‌گویی و بیان خاطرات کودکی توسط آن‌ها پابرجا بماند. همچنین، ایجاد موقعیتی که بچه‌ها با پدر بزرگ‌ها و مادر بزرگ‌های خود بازی کنند، بهترین حالات برای دور ساختن بچه‌ها از گوشی‌بازی است.

● سنت بردن بچه‌ها به مساجد، زیارتگاه‌ها و اماکن فرهنگی - مذهبی را زنده نگه داریم. حضور در این مکان‌ها - البته اگر با برنامه‌ریزی‌های جذاب از طرف مدیران آن‌ها نیز همراه باشد - لذت‌های جدیدی را نصیب فرزندانمان خواهد کرد که به طور قطع در گوشی‌بازی یافت نمی‌شود.

● یک دفتر ۱۰۰ یا ۲۰۰ برگ برای خود و فرزندانمان تهیه کنیم و با هم قرار بگذاریم کارهایی را که هر روز انجام می‌دهیم، در آن بنویسیم. ممکن است خود ما برای نوشتن دفتر خاطرات انگیزه داشته باشیم، ولی بهتر است در مورد فرزندانمان از برخی انگیزاننده‌ها استفاده کنیم. در این صورت، آن‌ها کم‌کم به این فکر می‌افتند که کارهای مثبتی انجام دهند تا چیزی برای نوشتن در دفتر و دریافت انگیزاننده‌ها داشته باشند.

● در یک باشگاه ورزشی عضو شویم. باشگاه‌های زیادی برای انواع ورزش‌ها نام‌نویسی می‌کنند. یکی از این باشگاه‌های معتبر را شناسایی کنیم که به والدین و فرزندان خدمات توأمان می‌دهند و از مزایای آن برای خود و فرزندانمان بهره‌مند شویم. این کار موجب بالا بردن سلامت جسمی و روانی، و افزایش مهارت‌های اجتماعی - ارتباطی می‌شود.

● متناسب با جنسیت و شرایط سنی، یک کار داخل منزل برای فرزندانمان در نظر بگیریم و ترتیبی اتخاذ کنیم تا بابت این کار، حتی دستمزد هم دریافت کند تا احساس بی‌حوصلگی و بی‌انگیزگی به او دست ندهد.

● عکاسی هنر خوبی است و امروزه در اغلب خانه‌ها، به غیر از تلفن‌های همراه و تبلت‌ها، دوربین عکاسی نیز پیدا می‌شود. اگر در منزل دوربین عکاسی داریم، همراه با فرزندانمان طرز کار با آن را بیاموزیم و به‌طور مشترک به عکاسی از سوژه‌های گوناگون بپردازیم. عکاسی کردن می‌تواند به افزایش دقت، تمرکز و نیز گسترش دایره‌ی تفکر و دید ما و فرزندانمان نسبت به محیط اطراف، کمک زیادی کند.

● آشپزی کردن، یکی از مفرح‌ترین راه‌ها برای دور شدن از گوشی‌بازی است. لازم نیست آشپزی بلد باشیم. فقط کافی است دست به کار شویم و با هر چیزی که دم‌دستمان است، یک غذای خوشمزه (شاید هم پدازه!) درست کنیم. در این راه، آشپزی خانوادگی لذت کار را چند برابر خواهد کرد.

● مهمان یار مهربان باشیم. خودمان دائم کتاب بخوانیم و کتاب‌های مورد علاقه‌ی فرزندانمان را نیز تهیه کنیم. در ژاپن پدران و مادران با انگیزش‌هایی که از واحدهای آموزشی دریافت می‌کنند، موظفاند سالانه ۲۰ کتاب مطالعه کنند. این رقم برای معلمان و دانش‌آموزان سالی ۵۲ کتاب است.

● با هم به کتاب‌فروشی، نمایشگاه کتاب، سینما، تئاتر و یا کلاس هنری برویم. رفتن به کتاب‌فروشی، بازدید از نمایشگاه کتاب، عضویت در کتابخانه‌ی عمومی محل، دیدار از گالری عکس و موزه، حضور در کنسرت موسیقی، رفتن به سینما و دیدن فیلم در فضای لذت‌بخش و اختصاصی سینما، نشست‌ها در پای صحبت یک هنرمند صنایع دستی که هنرش در حال فراموشی است، دیدار با یک خواننده‌ی سنتی (برای مثال عاشیق در آذربایجان، بخشی در ترکمن صحرا، دوتارنواز در خراسان) و مواردی از این دست، روش‌هایی برای فرار از گوشی‌بازی است، به شرط اینکه تمام وقتمان در این قبیل بازدیدها (باز با فیلم گرفتن که نوع دیگری از گوشی‌بازی است) سپری نشود.

● لاف‌ل یک زبان خارجی یاد بگیریم. یادگیری زبان خارجی را برای فرزندانمان به نوعی آموزش اجباری تبدیل نکنیم، بلکه این کار را برایشان یک تفریح بدانیم. کافی است از فایده‌های یادگیری یک زبان خارجی آگاهی پیدا کنند، بدون شک علاقه‌ی آن‌ها به مرور بیشتر خواهد شد.

● داستان بنویسیم. خودمان داستان بنویسیم یا تمرین داستان نوشتن کنیم - حتی اگر داستان‌نویسی بلد نباشیم، داستان که خوانده‌ایم - و از فرزندانمان بخواهیم هفته‌ای یک داستان کوتاه بنویسند. آن‌ها را به انجام این کار تشویق کنیم. حتی می‌توانیم سوژه بدهیم و بگوییم در مورد این اتفاق یا



درمورد آینده‌ی خودشان داستان بنویسند. آن‌ها را وادار به فکر کردن کنیم و همراه با یکدیگر در منزل کارگاه تفکر راه بیندازیم. در این کارگاه، فرزندان را از نظر ذهنی درگیر کنیم تا با کنار هم قراردادن وقایع و اتفاقاتی که در موردشان بحث کرده‌ایم، بیندیشند و در نهایت، آن‌ها را با مهارت در کنار هم قرار دهند و بالاخره داستانی به وجود بیاورند.

● تمام موزه‌های شهر و سپس کشورمان را بگردیم. بسیاری از مردم یک شهر، حتی تمامی موزه‌های شهر خودشان را بازدید نکرده‌اند، چه برسد به بازدید از موزه‌های سایر شهرهای کشورشان و نیز سایر کشورها. بازدید از موزه، هم تفریح است و هم می‌تواند تجربه‌ای جالب، مفید و آموزنده باشد. موزه جایی برای آشنایی با فرهنگ‌ها و تاریخ گذشتگان و معاصران است.

● به فرزندانمان یاد بدهیم و با آن‌ها همراه شویم تا با استفاده از چوب، حصیر، کاغذ شابلن خیاطی، چسب و چند متر نخ، یک بادبادک زیبا بسازد. بعد در اولین حضور بیرون از خانه، در مکان‌های مناسب آن را به آسمان بفرستیم و از داشتن روزی خاطره‌انگیز و پرهیجان لذت ببریم. به جز ساخت بادبادک، ساخت کاردستی‌های دیگر هم می‌تواند ضمن تقویت خلاقیت و افزایش اعتماد به نفس بچه‌ها، مهارت‌های دیگرشان را نیز بیشتر کند.

● بازیهای بومی - محلی را احیا کنیم. ایام حضور در پارک‌ها، تفرجگاه‌های بیرون شهر، مسافرت‌های خانوادگی، اردوگاه‌ها و... مکان‌های مناسبی برای این قبیل کارها هستند.

چند راهکار خیلی ساده‌تر

همه‌ی زندگی لم دادن در یک گوشه‌ی منزل و گوشه‌ی بازی نیست. به غیر از روش‌هایی که ذکر شد، راهکارهای خیلی ساده‌ی زیر هم می‌تواند شما و فرزندان را از گوشه‌ی بازی به دور کند:

● با توپ‌های کوچکی که قابلیت فشرده شدن و برگشتن به حالت قبل را دارند، بازی کنید.

● برخی خط‌کش‌ها روی خودشان شکل‌های گوناگونی مانند دایره، مربع و مستطیل دارند. از این شابلون‌ها برای کشیدن شکل‌های هندسی و تقاطع دادن آن‌ها استفاده کنید و شکل‌های جدید و زیبایی پدید آورید.

● به دوران کودکی برگردید و با فرزندان خود خمیربازی کنید. اگر قدری حوصله کنید، خواهید دید که ساختن توپ‌های کوچک، شکل‌های هندسی و حیواناتی از خمیر هنوز چه قدر لذت‌بخش است. البته اگر اسب شما شبیه بز شد، خیلی ناراحت نشوید. نخست آنکه از دوران کودکی خیلی فاصله گرفته‌اید، دیگر اینکه لاقل برای ساعاتی از گوشه‌ی بازی دور شده‌اید.

● به ورزش‌های ساده و بدون ابزار روی بیاورید. شاید

ورزش مچ، باز و بسته کردن انگشتان و چرخش گردن برای شروع کار مناسب باشد.

● کاغذی به دست بگیرید و با مداد شروع به خط‌خطی کردن کنید. اگر مدادهای شما چند رنگ باشند بهتر است. بسیاری از آثار هنری نفیس از همین خط‌خطی کردن‌ها به وجود آمده‌اند. همچنین می‌توانید بی‌هدف و بدون اینکه به موضوع خاصی فکر کنید، روی کاغذ شروع به نوشتن کنید. باز بسیاری از آثار ادبی، از همین نوشتن‌های بدون برنامه‌ی قبلی پدید می‌آیند.

● روی فرش با انگشت خود دایره بکشید. بعد این کار را با کشیدن دایره روی ماسه و آرد یا شکری که داخل یک ظرف ریخته‌اید، ادامه دهید. اگر ظرفتان بزرگ باشد، می‌توانید از دایره کشیدن صرف پا فراتر بگذارید و نقاشی یا خطاطی روی ماسه را نیز امتحان کنید.

● در گوشه‌ای از داخل آپارتمان و اگر دارای منزل ویلایی هستید، در گوشه‌ای از حیاط خانه، کارگاه گل‌بازی راه بیندازید و علاوه بر ورز دادن به گل، به ساختن مجسمه‌ی گلی به شکل دستی نیز روی بیاورید. اصلاً ممکن است یک وقت شرایط جور شود و گل‌بازی ساده‌ی خودتان را با خرید یک چرخ و ابزار و ادوات دیگر و راه‌اندازی یک کوره‌ی ساده، به سفالگری و ساخت وسایل گلی تبدیل کردید. اگر کوره جور نشد، علی‌الحساب می‌توانید از خدمات رایگان خورشیدخانم بهره‌مند شوید!

● نقطه‌بازی کنید. بازی دوز، نخودی یا سنگ‌ریزه‌ی علم کنید. بساط اسم و فامیل راه بیندازید. مار و پله و

منج‌های قدیمی را احیا کنید. به شیوه‌ی دوران

نوجوانی خود، روی کاغذ، تانک‌ها و ادوات جنگی یکدیگر را از بین ببرید. همه‌ی این‌ها بازی‌های ساده‌ای هستند که با اندکی توجه، برای لحظاتی ما را از گوشه‌ی بازی دور خواهند کرد.

● روی یک مقوای ضخیم (کارتن) به اندازه‌ی کاغذ A4 دو سوراخ کوچک ایجاد کنید. این کار را تا چند ردیف تکرار کنید (مانند ردیف سوراخ‌های کفش یا کتانی). سپس بند کفش واقعی، نخ ضخیم یا کاموای مناسب را از سوراخ‌ها رد کنید و یک‌بار برای کودکان، از ردیف بالا به پایین، همانند بند کفش، ببندید. حال از بچه‌ها بخواهید به‌صورت بازی، این کار را به دفعات تکرار کنند و تا زمانی که به سرعت قابل قبولی نرسیده‌اند و البته بازی برایشان کسل‌کننده نشده است، کار را ادامه دهند.

