



ماهگیری و تربیت کودک صبور

سیده فاطمه نامجوی
کارشناس ارشد علوم تربیتی

اشاره

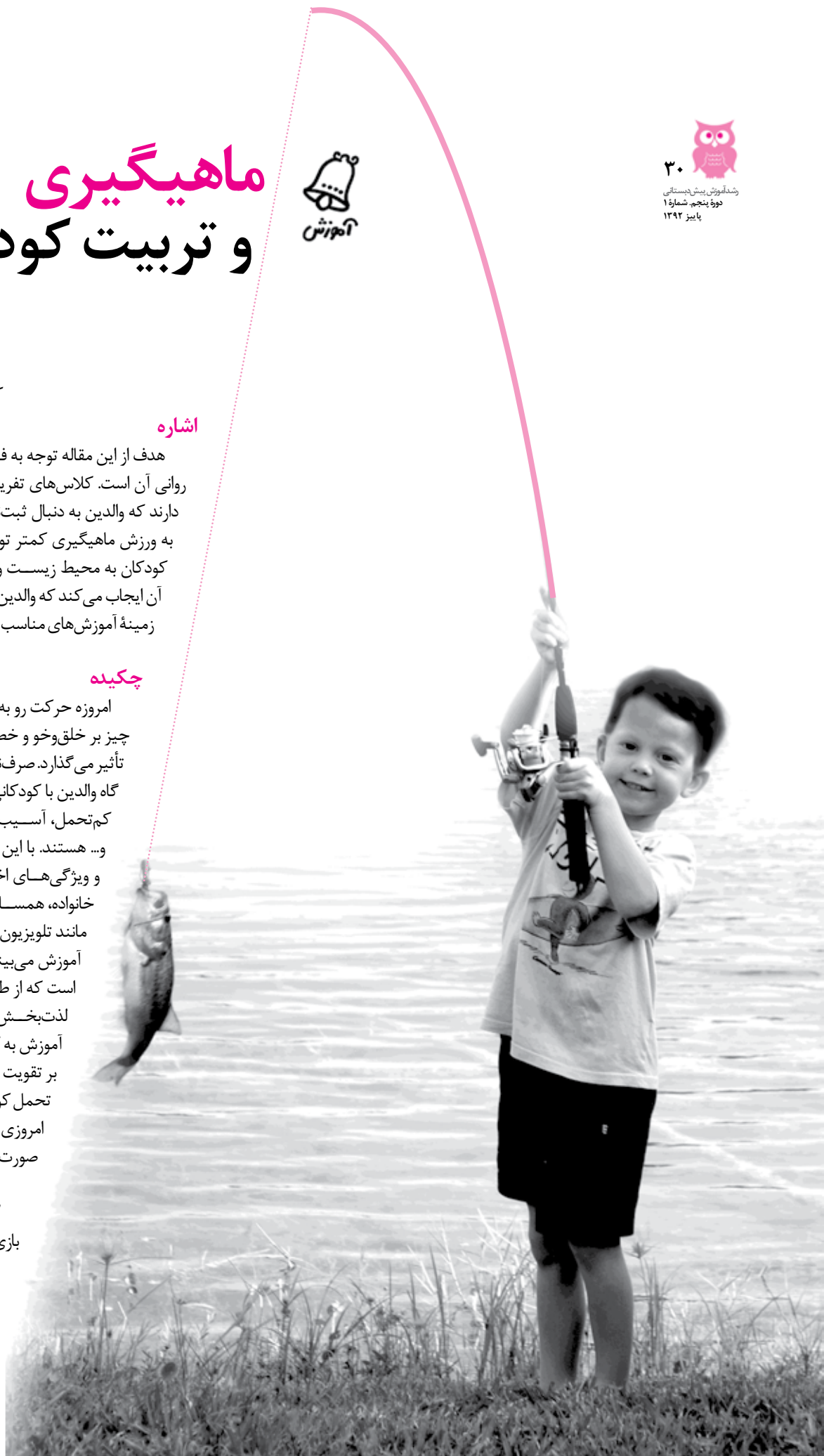
هدف از این مقاله توجه به فواید ماهگیری و آثار جسمی و روانی آن است. کلاس‌های تفریحی و ورزشی بی‌شماری وجود دارند که والدین به دنبال ثبت‌نام کودکان خود برمی‌آیند ولی به ورزش ماهگیری کمتر توجه می‌شود. علاقه‌مند کردن کودکان به محیط زیست و بهره‌مند کردن کودکان از آثار آن ایجاب می‌کند که والدین به این موضوع نیز بپردازند و در زمینه آموزش‌های مناسب به کودکان فرهنگ‌سازی شود.

چکیده

امروزه حرکت رو به جلو و سریع جامعه بیش از هر چیز بر خلق‌و‌خو و خصایص انسان و به‌ویژه کودکان تأثیر می‌گذارد. صرف‌نظر از خوب یا بد بودن این اتفاق، گاه والدین با کودکانی روبه‌رو می‌شوند که بسیار کم‌تحمل، آسیب‌پذیر و غیراجتماعی، پرخاشگر و... هستند. با این تأکید که کودک این خصایص و ویژگی‌های اخلاقی و رفتاری را از محیط خانواده، همسالان، جامعه، رسانه‌های فرهنگ مانند تلویزیون، بازی‌های نامناسب رایانه‌ای و... آموزش می‌بینند. در این مقاله سعی بر این است که از طریق بازی - که تنها راه آموزش لذت‌بخش و تفریحی و همچنین تنها راه آموزش به کودکان در سنین پایین است - بر تقویت صبر، حوصله و بالا بردن آستانه تحمل کودکان تأکید شود؛ زیرا در جامعه امروزی کودک نیازمند این آموزش به صورت کامل و قطعی است.

کلیدواژه‌ها: ورزش، ماهگیری،

بازی



جلب می‌کند.

معمولاً پدران و مادران هنگام تفریح یا ماهیگیری از همکاری نکردن کودکان و بی‌حوصلگی آن‌ها گله و شکایت می‌کنند. البته ریشه این بی‌حوصلگی‌ها را گاه باید در فقدان وحدت تصمیم‌گیری در لذت بردن از تفریح یا ورزشی خاص جست‌وجو کرد. چرا که الگوی رفتاری کودکان در ابتدا پدرها و مادرها هستند. راه‌هایی که در این مقاله به آن‌ها اشاره شده است، می‌تواند تا حدی به علاقه‌مندی کودکان به این ورزش کمک‌رسان باشد.

باید در نظر داشت که فضا برای کودکان از اهمیت بسزایی برخوردار است؛ همان‌گونه که محل بازی کودکان باید تا حد ممکن ایمن و به‌دور از خطر باشد، مکان ماهیگیری نیز باید ایمن و مناسب باشد تا اولین تجارب کودک بدون ترس و در امنیت کامل و مثبت در ذهنش نقش ببندد. تا آنجا که ممکن است، آموزش ماهیگیری به‌صورت غیرمستقیم و با بازی و تفریح و تشویق‌های مکرر و در برابر کارهای مثبت و همکاری او صورت گیرد. برچسب‌های جایزه به شکل‌های ماهی و موجودات دریایی علاوه بر آشنایی کودکان با آن‌ها بر علاقه‌مندی به موجودات دریایی و تشویق آن‌ها نقش بسزایی دارد. برای علاقه‌مند کردن کودکان به ماهیگیری خرید ابزار کوچک و کاربردی در حد توانایی آن‌ها بسیار مهم است. خرید چوب‌های سبک، قلاب‌های مناسب، جعبه‌های کوچک رنگی و کاربردی که از همان ابتدا زمینه آشنایی کودکان را با ابزار این ورزش فراهم می‌کنند؛ بسیار اثرگذار است. لازم است به کودکان فرصت تهیه مقدمات ماهیگیری داده شود و آن‌ها با نحوه آماده کردن طعمه آشنایی پیدا کنند.

استفاده از شکل‌های زیبا، پوسترها، نقاشی‌ها، چیدمان اتاق کودک و لباس‌هایی که از این ورزش بر روی آن‌ها شکل و نشانه‌ای وجود دارد، نیز در افزایش علاقه‌مندی کودکان به این ورزش نقش بسزایی دارد. کودکان را تشویق کنیم که در کشیدن نقاشی از طبیعت و ماهیگیری توانا تر شوند و اهمیت آب، دریا، رودخانه‌ها، ماهی‌ها و چرخه طبیعت را به زبان ساده و با ابزاری مانند نقاشی، تصویر و کارتون برای آن‌ها بیان کنیم.

در بازار اسباب‌بازی‌هایی در زمینه آموزش ماهیگیری وجود دارد که در علاقه‌مند کردن کودکان به ماهی و ماهیگیری ورزشی بی‌تأثیر نیستند. خرید اسباب‌بازی‌های ارزان و مفید تأثیر بیشتری بر کودکان می‌گذارد تا خرید اسباب‌بازی‌های گران‌قیمتی که معمولاً کاربرد تزیینی و نمایشی دارند.

کودکان معمولاً آب‌بازی را از همان سنین ابتدایی دوست دارند، از فرو بردن اجسام در آب و شناور شدن آن‌ها لذت می‌برند و مفاهیم کیفی ریاضی و علوم را به‌وسیله آن یاد می‌گیرند. پس،

کودکی که در محیط خانواده با پدر و مادری صبور سروکار دارد که در هر شرایطی آرامش خود را مقدم بر هر عامل منفی و ضدآرامش می‌دانند و صبر و تحمل و بردباری برایش کاملاً ملموس است و با آن رشد یافته است، اصولاً در کودکی و بزرگسالی انسانی موفق خواهد بود. پس علاوه بر اهمیت آرامش و صبوری والدین، در تربیت کودک، از همان سنین پایین می‌توان این مهم را در کودکان تقویت کرد.

قبل از ارائه مطالبی در این خصوص به تحقیقی که والتر میشل، استاد دانشکده روان‌شناسی دانشگاه کلمبیا، در اواخر دهه ۱۹۶۰ روی ۶۵۳ کودک چهار ساله انجام داده است، جلب می‌کنم.

او کودکان را پشت میزی نشاند؛ بشقاب تنقلات را مقابل آن‌ها قرار داد و گفت: «شما می‌توانید خوراکی خود را سریع بخورید ولی اگر ۵-۱۵ دقیقه صبر کنید و خوراکی را نخورید، خوراکی دیگری پاداش می‌گیرید و بعد می‌توانید هر دو را بخورید.»

می‌دانیم که خوراکی برای کودکان چقدر وسوسه‌انگیز است و بارها دیده‌ایم که آن‌ها نمی‌توانند لحظه‌ای در برابر خوراکی مقاومت کنند. منتها هدف این پژوهشگر این بود که به تفاوت‌های فردی کودکان و میزان صبر و تحمل آن‌ها پی ببرد.

دکتر میشل مشاهده کرد که تنها ۳۰ درصد از کودکان توانستند صبر کنند. آن‌ها از روش‌های مختلفی برای پرت کردن حواس خود استفاده کردند که وسوسه نشوند. او بعدها در بررسی زندگی آینده این کودکان نیز به این نکته مهم دست یافت که بین صبر، کنترل بر خود و موفقیت افراد رابطه‌ای مستقیم وجود دارد. در سال ۱۹۸۱، یعنی حدود بیست‌و یک سال بعد، او تعدادی پرسش‌نامه به والدین و مشاوران این کودکان داد و درباره وضعیت تحصیلی و نمره قبولی آنان در امتحانات ورودی دانشگاه و اینکه چگونه این جوانان با مشکلات زندگی دست و پنجه نرم می‌کنند، پرسید.

نتایج نشان داد که کودکانی که نتوانسته بودند در برابر یک بشقاب خوراکی تحمل کنند، نمرات پایین‌تری داشتند، هنگام مشکلات افسردگی بیشتری را تحمل می‌کردند و در تمرکز هم مشکل داشتند. در مقابل، کودکانی که توانسته بودند ۱۵ دقیقه صبر کنند، نمره امتحان ورودی‌شان به‌طور متوسط ۲۵ درصد بالاتر از کودکانی بود که فقط ۳۰ ثانیه صبر کرده بودند. نتایج این تحقیق گویای این حقیقت است که کودکانی که صبر و تحمل بیشتری را آموزش می‌بینند، در آینده به موفقیت‌های بیشتری دست می‌یابند. بعد از بیان اهمیت صبر در موفقیت‌های آینده کودکان - که قطعاً برای هر پدر و مادری از اولویت‌هاست - به بحث آموزش این امر می‌پردازم که در این مقاله از طریق علاقه‌مندی کودکان به ورزش ماهیگیری است. البته ماهیگیری ابزاری آموزشی است که چون لذت‌بخش و شادی‌آفرین است، توجه کودکان را هم به خود

صبر و حوصله بزرگ‌ترها و خرید شناورهای رنگی از دیگر موارد این آموزش حرفه‌ای و در عین حال ساده و شیرین است.

از همان ابتدا کودک را با نقش موجودات زنده، زندگی آن‌ها، کمک به حفظ و نگهداری از طبیعت، رعایت اصول اخلاقی، ورزشی و بهداشتی آشنا کنید و فرهنگ رهاسازی ماهی و ماهیگیری ورزشی را به او آموزش دهید. نکته مهم در این مقاله تأثیر الگو و الگوبرداری کودکان از بزرگ‌ترها به خصوص والدین است. کودکی که از همان ابتدا رعایت بهداشت محیط و حفاظت از مکان‌های طبیعی و محیط زیست را در رفتارهای والدین خود دیده باشد، قطعاً چه در کودکی و چه در بزرگسالی نگرهبان طبیعت خواهد بود. پس، بر این اصل توجه کنیم که کوچک‌ترین برخورد - چه مثبت

چه منفی - با محیط زیست از

نگاه تیزبین کودکان دور نخواهد ماند. اگر به دنبال این هستیم که کودک ما با اصول اخلاقی آشنا شود، نخست باید خود رعایت‌کننده این اصول اخلاقی باشیم. چرا که اگر کودک بر اثر وسوسه، کنجکاوی یا تأثیرپذیری در مسیری هم گام نهد که مورد نظر ما نباشد، احتمال برگشت او بسیار زیاد است. با این تأکید که اگر ارزش‌ها در وجود او درونی شده باشند، می‌توان

از روش‌های تشویقی فراوان استفاده کرد. اگر بهداشت را رعایت کردند، اگر در هنگام ماهیگیری سر و صدای اضافی و آزاردهنده تولید نکردند، اگر همکاری لازم را داشتند... منتها توجه داشته باشید که آستانه تحمل کودکان در ابتدا کم است. پس آموزش‌های ماهیگیری را تا حد امکان کوتاه کنید و رفته‌رفته اگر تمایل و علاقه‌مندی در آنان دیده شد، بر ساعت‌های آن بیفزایید. به این صورت که اگر در روزی که هدف شما آموزش کودک است،

یک تا دو ساعت وقت به این کار اختصاص دهید و بعد به سایر کارها و تفریحات بپردازید، کم‌کم کودکان با علاقه‌مندی بیشتر خود تقاضای زمان بیشتر برای ماهیگیری خواهند داشت. کودکان هنگام ماهیگیری یاد می‌گیرند که چگونه زمینه گرفتن ماهی را آماده کنند، به چه نحوی زمینه‌چینی کنند و چگونه رعایت نکات لازم را داشته باشند، چگونه انتظار بکشند و چگونه انتظار کشیدن خود را هدفمند و لذت‌بخش سازند، چگونه ماهی را بگیرند و رها کنند. همه این زنجیره آموزش‌های مفیدی در خود دارد که فرایند دسترسی به هدف را به کودک یاد خواهد داد تا برای هر کاری هدف داشته باشد، مقدمه‌چینی کند و صبر و حوصله داشته باشد تا به نتیجه برسد. این مهم میسر نمی‌شود مگر اینکه پدران و مادران برای کودک خود وقت بگذارند و به‌طور اصولی کودک خود را با این موارد آشنا سازند و خود الگویی برای این ورزش حرفه‌ای باشند که قطعاً فرهنگ‌سازی و کار کردن به شیوه اصولی یا در اکثر موارد، بهترین نتیجه را می‌دهد. آموزش مهارت‌های ماهیگیری علاوه بر دانش نیازمند تجربه نیز هست و کودکانی که از سنین پایین این علاقه‌مندی در آن‌ها شکل گرفته باشد، با ارزش‌های والایی آشنا می‌شوند. اعتماد به نفس، حس رقابت سالم، هدف‌گذاری، پرورش عضلات و ماهیچه‌ها، رعایت نکات ایمنی، بهداشتی، اخلاقی، آداب ارتباط با دیگران، بالا بردن آستانه تحمل و دقت و تمرکز و صدها مورد دیگر در آموزش ورزش ماهیگیری به کودکان نهفته است.

به امید اینکه کودکان ما، که متأسفانه از دوران کودکی کمتر به سوی ماهیگیری می‌روند و کمتر به‌طور اصولی با این ورزش آشنا می‌شوند، آگاهی بیشتری از طرف بزرگ‌ترها کسب کنند. زیرا قطعاً آموزشی که از دوران کودکی بر دل و جان کودک نقش می‌بندد، مانند نقشی است که هرگز غبار فراموشی بر آن نخواهد نشست. این یکی از راه‌های حفظ طبیعت و علاقه‌مند کردن کودکان به محیط زیست و افزایش بردباری است که به آنان می‌آموزد همانند طبیعت صبور و آرام باشند. در نظر داشته باشیم که آشتی با طبیعت یک گام به سمت نزدیکی به خدا و پرورش خصایص خوب و نیکو در همگان است. امیدواریم این چند سطر اندکی حساسیت بزرگ‌ترها را در توجه به آموزش کودکان از طریق بازی و ورزش و ترویج آموزش ماهیگیری و فواید فراوانی که بر جسم و روان دارد، افزایش دهد. چون در ماهیگیری همان‌طور که ذکر شد، پرورش همه‌جانبه‌ای نهفته است که هم جسم و هم روح از آن برخوردار می‌شود و چه بهتر که این آموزش و پرورش از سنین کودکی در برنامه کودکان ماقرار گیرد تا عضلات و ماهیچه‌ها، ذهن و فکر و مفاهیم ارزشی و اخلاقی در آن‌ها رشد یابد و از برترین فواید آن، یعنی بالا بردن آستانه تحمل برای رسیدن به هدف، برخوردار شوند.



کودکی که از همان ابتدا رعایت بهداشت محیط و حفاظت از مکان‌های طبیعی و محیط زیست را در رفتارهای والدین دیده باشد، قطعاً چه در کودکی چه در بزرگسالی نگرهبان طبیعت خواهد بود