

سبک تربیت



چقدر به فرزندان خود مجال آزمون و خطا می دهیم؟

پرورش کودک کارآفرین در گلخانه نوآوری

محمد مهر

آینده هر کشوری در گرو داشتن افراد کارآفرین است. افرادی خلاق که ایده‌هایی نو برای زندگی دارند، آنها به نیازهای جامعه نگاه متفاوتی دارند و می‌توانند بهتر نیازهای یک جامعه از منطقه‌ای، محلی تا ملی و فراملی را رصد کنند و محصولی متناسب با آن نیاز به بازارهای محلی تا منطقه‌ای و بین‌المللی عرضه کنند بنابراین یک پرش می‌تواند این باشد که چطور می‌توانیم افرادی مبدع، خلاق و کارآفرین را به جامعه عرضه کنیم. یک پاسخ این است که این اتفاق از همان کودکی و شیوه‌های تربیتی باید بیفتد.

■ ■ ■

کارآفرین‌ها رابطه‌ها را می‌بینند

رابطه نوآوری و کارآفرینی واضح‌تر از آن است که نیازی به اثبات داشته باشد. کارآفرین‌ها از بستر روزمره و رایج برای حل یک مسئله بیرون آمده‌اند. مثلاً تا پیش از اختراع سشوار هم آرمیچر بوده و هم هیتر، یعنی میله‌ای که می‌چرخد و گرم‌کننده‌ای که وجود دارد. حالا یکی می‌آید و این دورا با هم تلفیق می‌کند و به این ترتیب محصولی متولد می‌شود که بیشتر وجود خارجی نداشته است، با اینکه هر دو اجزای مهم این محصول بیشتر وجود داشته اما کنار هم قرار نگرفته بوده‌اند و وقتی کنار هم قرار می‌گیرند هویت تازه‌ای می‌یابند و کارکرد جدیدی می‌پذیرند، یا قبلاً چیزی به نام بستنی نوشیدنی در بازار وجود نداشت اما یک دهه پیش برندی در ایران آمد و با تلفیق آمیبوه با بستنی، محصولی ارائه کرد که ویژگی‌های هر دو محصول پیشین را داشت با این تفاوت که هیچ کدام از آنها نبود. در واقع نوآوری دیدن روابطی است که در بیرون وجود دارد یا می‌تواند وجود داشته باشد اما بسیاری از آدم‌ها به خاطر غرق شدن در یک سطح از مسئله آن روابط را نمی‌بینند، بنابراین یک ضلع مهم در نوآوری دیدن این روابط است.

راه نوآور کردن کودکان را درست می‌رویم؟ جامعه ما در حال حاضر با حساسیت به دنبال باهوش، خلاق و نوآور کردن کودکان و نوجوانان است. والدین بسیاری با حساسیت و وسواس این خواسته خود را

سبک سلامت

حسن فرامرزی

یک، چندی بیش رسانه‌ها به نقل از یک متخصص از آمرنگران‌کننده عجیبی خبر دادند، این که: ۸۵ درصد دانش‌آموزان ایرانی ناهنجاری‌های حرکتی و اسکلتی دارند.
دو: گاهی به شوخی به همکارانم می‌گویم من امروز بیش از هر زمان دیگری شکل صندلی شش‌پا و باینکه سعی می‌کنم مسافتی از فاصله خانه تا اداره را پیاده طی کنم با این حال وقتی به خانه می‌رسم همچنان به شکل یک صندلی به خانه می‌رسم و دوباره روی همان قالبی که صندلی‌های صبح از اسکلتم گرفته‌اند و عضلات و مفصل‌هایم را به شکل خودشان درآورده‌اند این بار روی صندلی‌های خانه می‌نشیم.

سه: صندلی‌هایی‌آنکه ما متوجه باشیم مثل قالب گیرهای حرفه‌ای هر روز از اسکلت مسا، مفصل‌ها و استخوان‌ها و عضلات ما را قالب می‌گیرند و آرام آرام ما تبدیل می‌شویم به یک صندلی. شاید خنده‌دار به نظر برسد اما امروز آدم‌ها را می‌بینید که وقتی از صندلی‌هایشان بلند می‌شوند دقیقاً شکل صندلی هستند مگر آن که آرام آرام‌ها بروند و مدتی روی صندلی ننشینند تا شاید به شکل اولیه خودشان برگردند. چهار: حتی اگر در بزرگی عده‌های اعلام شده به توافق نرسیم و روی این آمار که از زبان یک کارشناس بیان شده تردید داشته باشیم اما این موضوع را نمی‌توان انکار کرد که کم‌ترکی امروز نه تنها بالای جان‌کنش‌آموزان بلکه نسل جوان و میانسال کشور هم شده است. قضیه درباره نوجوان‌ها و کودکان تا حدی روشن است، آنها هم مثل بزرگ‌ترها درگیر زندگی فناوری‌زده و شهری و زیستن در ارتفاع و برج‌ها و فضاهای محدود آپارتمانی هستند.

پنج: بحرانی که پیش‌ش روی جامعه ایرانی قرار دارد مثل

دنیا می‌کند اما به نظر می‌رسد بسیاری راه را اشتباه می‌روند و نشانی غلطی را به دست گرفته‌اند. یک بار دیگر از خودمان بپرسیم: چطور می‌توان کودک‌کافی نوآور و خلاق داشت؟ آیا مثلاً با کشاندن کودکان و نوجوانان از کلاسی به کلاس دیگری یا خرید ابزارهای هوشمند می‌توان آنها را نوآور کرد؟ آنچه امروز کارشناسان روی آن تأکید دارند این است که هیچ کدام از این راهکارها دست‌کم به تنهایی نمی‌توانند کودک‌ان ما را خلاق و نوآور کند بلکه نوع رفتار ما در فضای فرهنگ عمومی، خانواده، رسانه و فضاهای آموزشی است که اجازه می‌دهد روحیه نوآوری، ابداع و متفاوت دیدن در کودکان رشد کند و تقویت شود یا نه تضعیف شود و به پُرمردگی برسد. این طور نیست که مثلاً پدر و مادری یک سری ابزارهایی که به‌درست یا غلط به عنوان ابزارهای رشد فکری و خلاقیت کودکان در بازار وجود دارد بخرند و مشغول کارهای خود باشند و کودک هم در این میان به کمک آن ابزارها متحول و به موجودی خلاق و نوآور تبدیل شود. ساده‌انگاری است که ما چنین تصویری داشته باشیم بلکه باورهای خانواده، جامعه و مدرسه در این میان به صورت مستقیم و غیرمستقیم سایه‌های بلند خود را بر تفکر کودکان خواهد انداخت.

آیا از تجربه‌های ناموفق فاجعه می‌سازیم؟

آیا به عنوان والدین یک کودک امکان تجربه‌کردن را سه‌او می‌دهید؟ آیا می‌توان بدون تجربه‌کردن و آزمون و خطا به خلاقیت رسید؟ بسیاری از والدین حوصله ارائه میدان برای آزمون و خطا و تجربه‌کردن به کودکان و نوجوانان را ندارند. کودکی را تصور کنید که دو یا سه ساله است اما به او اجازه داده نشده که ابزارهای غذا خوردن را دست بگیرد، چرا؟ چون او با این ابزارها نمی‌تواند درست‌کارکند و خرابکاری به بار می‌آورد. آیا در چنین فضایی می‌توان امیدوار بود که خلاقیت و نوآوری به عنوان مهم‌ترین بسترهای کارآفرینی رشد و توسعه پیدا کند؟ امکان تجربه و آزمون و خطا یک مؤلفه مهم در فضا دادن به خلاقیت و نوآوری است. یک نکته کلیدی این است که ما با هر تجربه ناموفق و خطای کودکی چطور رفتار کنیم؟ به عنوان یک پرورسه برای رسیدن به یک عمل موفق

یا نه به عنوان یک فاجعه؟ این پالس‌ها خواسته یا ناخواسته از سوی پدر و مادر به کودک فرستاده می‌شود و جهت‌گیری فکری او را در آینده تحت تأثیر قرار می‌دهد.

ریسک‌پذیری و تعریف درست از شکست واقعیت آن است که ما در بزرگسالی الگوهای تکرار شونده کودکی را باز تولید می‌کنیم. اگر در کودکی آزمون و خطا در چشم ما به عنوان یک محدوده و خط قرمز شناسانده شده باشد مسلماً ما در آینده آدم‌های ریسک‌پذیر، اهل امتحان، اهل نزدیک شدن به چالش و نگاه متفاوت داشتن به یک مسئله نخواهیم بود. آدمی که از زمین خوردن هراسی نداشته و به راهی که می‌رود باور داشته باشد آزمون و خطا را به عنوان بخشی از زندگی پذیرفته است. این یک واقعیت است که ا دیسوس یا هر مخترع دیگری که تحول چشمگیری در ساختار زندگی انسان پدید آورده‌اند به یکباره به ابداع و اختراع یک محصول نرسیده‌اند، بلکه بارها و بارها تجربه کرده و پیش رفته‌اند. در واقع از زاویه دید این افراد چیزی به نام آنچه ما تجربه شکست می‌نامیم معنایی ندارد، بلکه آنچه ما شکست و ناکامی می‌نامیم در چشم آنها تجربه و پله‌ای برای رسیدن به مقصد است، مثل گوه‌نردی که از دامنه شروع می‌کند و درست است که در طول مسیر ممکن است گام‌های اشتباهی هم برداشته باشند اما همه آن تلاش‌ها در جای خود ارزشمند بوده‌اند و چه بسا گامی که در ابتدا تصور می‌شد اشتباهی برداشته شد به کشف جناح و جبهه‌ای از همان کوه برای یک صعود تازه منجر شده است.

پس سخن این است که خلاقیت امری خلق‌الساعه به رعد و برقی نیست، اگر چه ممکن است به یکباره به رنگ‌های از یک ایده در ذهن برسید، اما مثل معدن کارانی که رگ‌های از طلا را در دل کوه دنبال می‌کنند این تعقیب امری زمانبر و نیازمند کار مداوم، برنامه‌ریزی و صحیح مسیر است تا سرانجام از دل این آزمون و خطاها محصولی خلاقانه زاده شود، بنابراین فرصت و مجال دادن برای تجربه‌های متعدد می‌تواند یک گام مهم در تقویت نوآوری در کودکان و نوجوانان باشد.

۸۵ درصد دانش‌آموزان ایرانی ناهنجاری‌های حرکتی و اسکلتی دارند

سندروم صندلی شدن را جدی بگیریم!



مبتلا به آرتروز و سایر عوارض استخوانی می‌شوند. آدم‌هایی که راه رفتن‌هایشان عجیب و غریب است، آدم‌هایی که مفصل‌هایشان در آغاز میان‌سالگی خشک شده است و مثل لوله‌های زنگ‌زده سُر و صدا می‌کند. همه اینها عوارض و حزنناکی دارد که متأسفانه ما چشم‌های خود را به روی و استخوان بسیار خواهیم شنید؛ آدم‌هایی که در جوانی

د

آیا به عنوان والدین یک کودک امکان تجربه کردن را به او می‌دهید؟ آیا می‌توان بدون تجربه‌کردن و آزمون و خطا به خلاقیت رسید؟ بسیاری از والدین حوصله ارائه میدان برای آزمون و خطا و تجربه‌کردن به کودکان و نوجوانان را ندارند

آیا پدیده‌های پیرامونی را هم چندوجهی می‌بینیم؟ مؤلفه مهم دیگر این است که چقدر به پدیده‌های پیرامونی خود نگاه چند وجهی داریم؟ اگر پدیده‌ها و رخداد‌های دور و بر خودمان را به شکل یک هرم چندوجهی تصور کنیم در آن صورت هر کسی می‌تواند روبروی یک ضلع قرار بگیرد و به آن پدیده نگاه کند، اما اگر تصور کنیم پدیده‌های دور و بر ما خطی و همان چیزی هستند که ما می‌بینیم و ضلع و زاویه دیگری ندارند، در این صورت به فضای نوآوری و خلاقیت نخواهیم رسید حتی اگر ظاهراً از خلاقیت و نوآوری دفاع کنیم و بخواهیم که این اتفاق بیفتد. اگر والدین، مدرسه و نظام آموزشی و رسانه اصرار داشته باشند که فقط یک راه‌حل و یک راهکار برای یک موضوع وجود دارد، در آن صورت نوآوری پُرمرده می‌شود، چون امکان اندیشیدن از کودکان و نوجوانان سلب خواهد شد، اما اگر این تفکر در جامعه بسط داده شود که هر مسئله‌ای می‌تواند راهکارهای متنوعی داشته باشد - راهکارهایی که برخی بهتر از راه‌حل‌های دیگر هستند - این فرصت را در اختیار نوجوانان قرار می‌دهد که صرفاً از یک زاویه مرسوم به یک مسئله نگاه نکنند.

چقدر در افق فکر کودکان قرار می‌گیریم؟ چقدر اجازه گفت‌وگو به کودکانمان می‌دهیم؟ چقدر با کودکان خود گفت‌وگو می‌کنیم؟ گفت‌وگو نه به معنای احوالپرسی و پرسیدن از چیزهای روزمره و نسبتاً کم‌اهمیت و سطحی، گفت‌وگو به این معنا که ما تلاش کنیم از افق نگاه کودکان و نوجوانان به یک مسئله‌ای نگاه کنیم، اگر این اتفاق بیفتد کودکان و نوجوانان ما بیشتر باور خواهند کرد که ایده‌های آنها همان قدر جدی و مهم است که ایده‌های بزرگ‌ترها و بنابراین ذهن آنها برای نگاه متفاوت به مسائل پیرامونی‌شان فعال‌تر خواهد شد اما اگر فضای مونتولوژی‌د روابط والدین و فرزندان یا معلمان و دانش‌آموزان برقرار شود و تلاشی برای قرار گرفتن در افق دید دانش‌آموزان صورت نگیرد در آن صورت مسلماً پالس‌های مثبتی برای تقویت خلاقیت در کودکان ما ارسال نخواهد شد.

د

گاهی به شوخی به همکارانم می‌گویم من امروز بیش از هر زمان دیگری شکل صندلی شده‌ام و با اینکه سعی می‌کنم مسافتی از فاصله خانه تا اداره را پیاده طی کنم با این حال وقتی به خانه می‌رسم همچنان به شکل یک صندلی به خانه می‌روم و دوباره روی صندلی‌های صبح از اسکلتم گرفته‌اند و عضلات و مفصل‌هایم را به شکل خودشان در آورده‌اند، این بار روی صندلی‌های خانه می‌نشیم.

شش: مسلماً پدر و مادری که شکل صندلی شده‌اند، نمی‌توانند فرزند خود را همراهی کنند. مردمی که شکل صندلی شده‌اند بهتر موری کاری‌شان پایین می‌آید. افراد جامعه‌ای که شکل صندلی شده‌اند نمی‌توانند روی پای خود بایستند چون به شکل صندلی قالب‌گیری شده‌اند. امروز آدم‌هایی در جامعه ما شکل گرفته‌اند که عمل‌نیازی به پاندارند و اگر باباشان قطع شده‌هیچ لطمه‌ای به زندگی آنها نمی‌خورد چون آنها همه مسیرها را با آسانسور و خودرو و پله برقی طی می‌کنند. من و شما هم فکر کنیم به اینکه چند گام در روز با پاهایمان برمی‌داریم و چقدر شبیه به یک صندلی شده‌ام؟

نگاه

کودکی که از دیوار راست بالا می‌رود

اسپایدر من‌های خستگی‌ناپذیر!

پریناز مهربانی

کودک‌کافی که از دیوار راست بالا می‌روند و والدین، معلمان و مربیان خود را کلافه کرده‌اند، کودکانی که به درس، انجام به‌موقع تکالیف و حتی رفت و آمد و سایر قوانین کلاس توجهی ندارند و رفتارهای آنان از دید دیگران مطابق قوانین و هنجارهای حاکم بر زندگی نیست. کودکانی که به قول برخی از والدین از عهده انجام یک کار درست و حسابی بر نمی‌آیند، اما هنگام بررسی رفتارهایی که از این کودکان سر می‌زند به نتایج مهمی دست پیدا می‌کنیم که اگر درمان و راهکارهای صحیح را پیش بگیریم مشکلات و اختلالات رفتاری آنان رفع می‌شود.

اختلال بیش‌فعالی attention deficit hyperactivity disorder که به ADHD معروف است، نشانه‌ها و علامت‌های آن حداقل به صورت مدام حدود شش ماه طول می‌کشد و هیچ آزمون مشخصی برای تشخیص این اختلال وجود ندارد بلکه بیشترین نشانه‌ها و علامت‌های تشخیصی برای آن توسط والدین، معلمان و مربیان کودک تشخیص داده می‌شود و این افراد می‌توانند بیشترین همکاری را در جهت تشخیص علامت این بیماری با مشاوران و روانشناسان داشته باشند. علاوه بر این حدود ۳ تا ۵ درصد کودکان به این اختلال مبتلا می‌شوند که شیوع آن در پسران سه برابر دختران است و معمولاً شروع آن از سه سالگی رخ می‌دهد و تشخیص و مراجعه برای درمان هنگامی روی می‌دهد که کودک حداقل در محیط خانه و مدرسه رفت و آمد می‌کند و وظایف متعددی را بر عهده دارد. علت اساسی برای این بیماری در نظر گرفته نشده است ولی توارث و ساختارهای ژنتیکی در آن تأثیر بسیار دارد. برخی از نشانه‌های این اختلال که در کودکان و حتی نوجوانان مشهود است عبارتند از:

- اصولاً نظم‌پذیری برای این کودکان مشکل است مثلاً هنگام خوابیدن یا بیدار شدن در ساعت‌های خاصی، غذا خوردن و... - این کودکان در رابطه با بسیاری از رفتارهایی که از خود بروز می‌دهند اصلاً فکر نمی‌کنند و به همین خاطر در بسیاری از مواقع کارهای رفتارناکی انجام می‌دهند و هیجانات بالایی در رفتار آنها دیده می‌شود.

- انرژی پایین‌پذیری دارند. انگار اسپایدرمن‌هایی خستگی‌ناپذیر هستند و اصلاً آرام‌و قرار ندارند.



توجه به‌باری کنترل خشم و تکانشگری و کنترل مدیریت هیجان‌ها استفاده کنید. به عنوان مثال یکی از بازی‌هایی که برای کنترل هیجانات از قبیل خشم و پرخاشگری در بازی درمانی در نظر گرفته می‌شود بازی با حباب‌سازهای دستی است که کودک با تنفس عمیق و دمیدن در حلقه، حباب بزرگی می‌سازد که به تمرکز کردن هم کمک می‌کند. سعی کنید برای فعالیت‌های گوناگونی که کودک شما باید انجام دهد برنامه‌ریزی کنید تا به خوبی از عهده فعالیت‌های مدرسه و سایر وظایف خود بر بیاید. به عنوان مثال در برخی از درس‌ها هنگام شروع کردن، آنها را همراهی کنید. ساعت‌های درسی را بیشتر از یک ساعت برای آنها نگذارید زیرا کودک خسته می‌شود، پس برای او ساعت‌هایی را برای استراحت در نظر بگیرید. محرک‌های محیطی را کاهش دهید تا فرزندتان راحت‌تر تمرکز کند. مثلاً تلویزیون را خاموش کنید و با تلفن صحبت نکنید. برای بالا بردن کیفیت انجام تکالیف برای فرزند خود پاداش‌های مثبت و تشویق در نظر بگیرید.

علاوه بر این موارد همان طور که گفته شد ورزش کردن بر بیش‌فعالی اثر گذار است زیرا ورزش مداوم باعث آزاد شدن انتقال‌دهنده‌هایی همچون دوپامین و کاهش ترشح هورمون‌هایی همچون کورتیزول می‌شود و همین عوامل منجر به بهبود توجه و تمرکز در کودکان می‌شود و حتی یک روش برای تخلیه هیجان‌های منفی محسوب می‌شود.

در خاتمه تأکید می‌شود با مراجعه به مراکز خدمات مشاوره‌ای و بهره گرفتن از روش‌های رفتار درمانی، روان درمانی و حتی دارو درمانی می‌توان اقداماتی گسترده و اساسی برای بهبود بازی‌هایی که به دقت و توجه نیاز دارند با مشکل