

فصل ۱

مشکلات کودکان

کودک آزاری

کودک آزاری طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی عبارت است از: آسیب یا تهدید سلامت جسم و روان و یا سعادت و رفاه و بهزیستی کودک به دست والدین یا افراد دیگر که نسبت او مسؤل هستند. طبق تعریف ارائه شده توسط سازمان بهداشت جهانی (WHO) هر انسان کمتر از ۱۸ سال. کودک محسوب می شود. این موضوع به قدری اهمیت داشته که در سال ۱۹۷۴ قانونی در باره این کودکان تصویب شد. طبق این قانون به کودکی که مورد غفلت و یا سوء استفاده قرار گرفته باشد به طوری که دچار ضایعات روانی، جسمانی و یا تجاوز جنسی شده باشد و یا در درمان بیماری او سهل انگاری شده و وی دچار خطرات جانی و یا تهدید به مرگ کرده باشد، دچار سندرم کودکان مضروب و مجروح شده می گویند.

با وجود قانون فوق هنوز هم سالانه هزاران کودک از طرف والدین، معلمان و مربیان مدرسه و افراد بزرگ تر کتک می خورند، طرد و سوزانده می شوند، حبس شده و گرسنه می مانند، مورد تجاوز جنسی قرار می گیرند. معلمان به علت این که بعد از والدین بیشترین اوقات را با کودک می گذرانند معمولاً نقش مهمی در تشخیص و گزارش و در نتیجه جلوگیری از اتفاقات فوق دارند. کودکانی که معلولیت روانی یا جسمانی و اختلالات رفتاری دارند مسلماً بیشتر در معرض سوء استفاده قرار می گیرند. این کودکان وابسته و آسیب پذیر بوده و بزرگترها بیشتر آن ها را مورد سوء استفاده قرار می دهند. به خصوص در مناطقی که سطح فکری پایین تر است. تجاوز جنسی به این گونه کودکان فراوان به چشم می خورد.

خشونت می تواند به صورت مستقیم (کتک زدن) و یا غیر مستقیم (بی توجهی و سهل انگاری) اعمال شود. معمولاً یکی از والدین به عنوان آزار دهنده فعال عمل می کند، یعنی مستقیماً اقدام به اجرای خشونت علیه کودک می کند و دیگری نظاره گر اعمال خشونت علیه کودک است و هیچ گونه دفاعی از او به عمل نمی آورد و نسبت به چیزی که علیه کودک

اتفاق می افتد غافل است. در این مورد چنین شخصی در کشورهای توسعه یافته مستوجب مجازات قانونی است.

انواع کودک آزاری

۱- کودک آزاری جسمی

کودکی که یکبار یا به دفعات مورد ضرب و شتم، آزار، شکنجه عمدی قرار می گیرد. خشونت عموماً به وسیله دست انجام می گیرد، از جمله سیلی زدن، نیشگون گرفتن، پرتاب کردن، شلاق زدن با کمر بند و ترکه، استفاده از آتش سیگار و قاشق داغ یا سوزاندن با آب جوش و گاز گرفتن.

۲- کودک آزاری جنسی

استفاده و وا داشتن کودک به درگیر شدن یا هر گونه رفتار جنسی یا نمایش رفتار جنسی، تجاوز، تماس جنسی، فحشا و هر گونه بهره برداری جنسی از کودک.

۳- کودک آزاری عاطفی

هر گونه رفتار نامناسبی که بر عملکرد رفتاری، شناختی، عاطفی و جسمی کودک تأثیر منفی داشته باشد، مانند توهین و تحقیر، گذاشتن نام ها و صفات بد و تحقیر آمیز روی کودک مانند، خنک، بی عرضه، شلخته، نفرین کردن و ایجاد احساس گناه و یا شرمندگی در کودک، دست انداختن، رفتارهای سرکوب گرایانه، دشنام انتظار بیش از حد از کودک، ترساندن مکرر کودک از تنبیه بدنی، رفتارهای غیر قابل پیش بینی علیه کودک که باعث بی ثباتی و دگرگونی شناختی کودک شود و اعمال خشونت علیه همسر در برابر چشمان کودک.

۴- کودک آزاری ناشی از غفلت و مسامحه

بی توجهی و غفلت نیز می تواند سبب کودک آزاری شود. به طور مثال فراهم نکردن سرپناه مناسب و لباس گرم در هوای سرد، حبس کردن کودکان در کمد یا اتاق، ترک کردن کودک خردسال برای زمان طولانی، عدم رسیدگی به وضعیت تحصیلی و بی توجهی به ترک مدرسه، فراهم نکردن مراقبت های پزشکی زمانی که کودک بیمار و یا آسیب دیده است.

گرسنه نگاه داشتن کودک و عدم تهیه مواد غذایی لازم و کافی برای کودک، این آزارها می تواند صدمه جدی به کودکان وارد کند و حتی باعث مرگشان شود. کودکانی که مورد آزار و اذیت قرار می گیرند از شکایت کردن و این که بزرگترها حرف هایشان را باور نکنند. والدین اغلب نشانه های کودک آزاری را نمی شناسند، زیرا نمی خواهند با این واقعیت روبرو شوند. کودکانی که آزرده شده اند باید هر چه زودتر درمان شده و مورد پشتیبانی خاص قرار گیرند. هر قدر آزار کودکان طولانی تر باشد احتمال بهبود کامل آن ها کمتر خواهد بود.

نشانه های آزار جنسی

رفتارهای ناشی از ترس (کابوس، ترس های غیر معمول) دردهای شکمی، شب ادراری و خونریزی.

نشانه های آزار عاطفی

تغییر ناگهانی در اعتماد به نفس، معده درد، سر دردهای بدون علت مشخص پزشکی، ترس های غیر طبیعی و افزایش کابوس ها.

تنها گذاشتن کودک در خانه

در چه شرایطی می توان فرزندان را در خانه تنها گذاشت

برای این که فرزندان را در خانه تنها بگذارید باید به یک سری از خصوصیات او و شرایط حاکم بر زندگی خانوادگی توجه کنید و تنها در صورتی که بیشتر شرایط لازم مهیا باشد می توانید فرزندان را، آن هم فقط برای چند ساعت، در منزل تنها بگذارید. قبل از اینکه فرزندان را در خانه تنها بگذارید باید این موارد را بررسی کنند:

۱ - فرزندان چقدر مسئولیت پذیر است و برای انجام دادن مسئولیت های

شخصی، تکالیف مدرسه یا کارهای منزل چقدر جدیت و دقت دارد؟

- ۲- کودک تان در برخورد با موارد غیر منتظره و پیش آمدهای ناگهانی چگونه عمل می کند؟
- ۳- آیا زمانی که کارها طبق روال معمول یا طبق خواست او پیش نمی رود، می توان آرامش خود را حفظ کند؟
- ۴- آیا نکات ایمنی را بلد است و آن ها را رعایت می کند؟
- ۵- زمانی که تحت استرس قرار می گیرد، می تواند کماکان عاقلانه تصمیم گیری کند؟
- ۶- در مواجهه با موقعیت های جدید چگونه عمل می کند؟
- ۷- آیا محله شما امن است؟
- ۸- آیا همسایگان شما قابل اعتماد هستند؟
- ۹- آیا کودک تان از این که در منزل تنها باشد احساس مثبتی دارد؟
- ۱۰- آیا ممکن است تنها بودن باعث شود کودک شما عصبی، نگران یا مضطرب بشود؟
- ۱۱- آیا کودک تان کمک های اولیه را بلد است؟
- ۱۲- آیا او می داند اگر برق منزل قطع شد، چه باید کرد؟
- ۱۳- آیا کودک تان می داند اگر غریبه ای تلفن زد چگونه با او صحبت کند؟
- ۱۴- آیا کودک تان می داند اگر جایی از خانه آتش گرفت چه باید کرد؟
- ۱۵- آیا او می داند اگر غریبه ای خواست وارد منزل شود چه باید کرد؟
- دانستن این موارد و بسیاری موارد مشابه دیگر می تواند به شما کمک کند تا ارزیابی کنید که کودک تان چه اندازه آمادگی و توانایی تنها ماندن در منزل را دارد.

اگر قرار شد کودکان در خانه تنها بمانند به چه نکاتی باید توجه کنیم؟

طبق تحقیقاتی که تاکنون انجام شده است. تنها گذاشتن کودکان در خانه امری نیست که بشود آنرا به والدین توصیه کرد و در واقع این آخرین راه حلی است که والدین مجبور می شوند برای حل مشکل شان از آن استفاده کنند. اگر والدین هیچ فرد مناسبی را برای نگهداری از

کودکشان پیدا نکنند و این امکان هم برایشان وجود نداشته باشد که او را به مهد کودک بفرستند، و مجبور شوند به عنوان آخرین راه فرزندشان را در خانه تنها بگذرند، آن هم برای چند ساعت باید به دو موضوع مهم ایمنی جسمی و ایمنی روانی فرزندشان دقت کنند.

الف - ایمنی جسمی

وقتی قصد دارید کودکی را تنها در خانه بگذارید حتماً باید به این نکته توجه کنید که او توانایی مراقبت کردن از سلامتی جسمی خود را نداشته باشد. کودکی که در خانه تنها می ماند، بیش از هر خطر دیگری در معرض صدمه های جسمی اتفاقی و غیره عمدی است، حتی در کشورهای پیشرفته نیز این گونه صدمه ها، به تنهایی و بیش از مجموع تمام عوامل دیگر، باعث آسیب دیدگی یا حتی مرگ کودکان می شود.

وقتی فرد بزرگسالی در خانه حضور ندارد که مراقب فعالیت های کودک باشد، احتمال این که کودک کارهای خطرناکی مثل آتش بازی انجام دهد یا با وسایل برقی و برنده بازی کند افزایش می یابد. همچنین عدم نظارت آگاهانه والدین یکی از عوامل مهم خطر ساز برای آزار جنسی کودکان است. احتمالاً مهم ترین اثر بالقوه تنها ماندن در منزل این است که آنها در معرض خطر بیشتری برای آسیب های جسمی و آزار جنسی قرار می گیرند، اما نظارت هوشیارانه و آگاهانه یک بزرگسال قابل اعتماد، می تواند میزان ایمنی را افزایش دهد.

عادت های ناسالم والدین

خیلی از والدینی که باید ساعاتی از روز، کودکان شان را در منزل تنها بگذارند، فکرمی کنند با قفل کردن در خانه می توانند مانع خروج کودکان از منزل شده و آنها را تأمین نمایند. هرچند این روش می تواند مانع برخی آسیب های شود، اما متأسفانه از یک سر فعالیت های ارزشمند که معمولاً در ساعات پس از مدرسه توسط کودکان انجام می شود. جلوگیری می کند.

والدینی که مانع خارج شدن کودکان از منزل شوند، آن ها را از کسب این تجربه هامحروم می کنند. از طرف دیگر قفل کردن در خانه بر روی کودکان ممکن است خطراتی را برای آن ها

ایجاد کند. به عنوان مثال اگر خانه آتش بگیرد، کودک هیچ راه فراری ندارد، یا اگر کودک آسیبی بیند، مثلاً دست خود را ببرد یا زمین بخورد و آسیب ببیند، و دسترسی به والدین نداشته باشد، نمی تواند از کسی کمک بگیرد. هرچند ما فقط کودکانی را می توانیم در خانه تنها بگذاریم که دارای یک سری مهارت های مناسب باشند و آموزش هایی هم در زمینه های لازم دیده باشند. اما به هر صورت احتمال دارد که برای کودک اتفاقی بیفتد که لازم باشد برای حفظ سلامتی خود از امکانات خارج از منزل کمک بگیرد و اگر در خانه قفل باشد کاری از دست او بر نمی آید.

از طرف دیگر اغلب کودکان وقتی در منزل تنها هستند، وقت خود را به بازی های تک نفری، تماشای تلویزیون، تفریح های ساکن و کم تحرک و خوردن خوراکی می گذرانند. کم بودن فعالیت های بدنی و عدم مشارکت در تفریح های دسته جمعی و پرتحرک، و استفاده کردن از تنقلات پرکالری از شیوه های ناسالم وقت گذرانی است که ممکن است کودک به آن عادت کند و در نتیجه، خطر چاقی و بروز مشکلات قلبی و عروقی در او افزایش یابد. این شیوه همچنین مهارت های اجتماعی کودک را کم می کند.

یکی از دیگر از باورهای شایع و اشتباه والدین این است که فکر می کنند گذراندن یک دوره کوتاه آموزش توسط پلیس یا آتش نشانان می تواند کودک را به حد کفایت برای مراقبت از خود آماده کند.

تحقیقات نشان می دهد که والدین به اشتباه نسبت به خطرهای مهمی که کودکان را تهدید می کند کمتر نگران هستند. و برعکس در مورد مسائلی که ممکن است به ندرت رخ دهد بسیار نگرانند. به عنوان مثال والدین نگرانی زیادی در مورد بچه دزدی دارند، در حالی که این مسئله شیوع چندانی ندارد. ولی در مورد آسیب های جسمی مثل جراحت، سوختگی، برق گرفتگی، شکستگی و... نگرانی کمتر دارند. در حالی که بیشتر کودکان به خصوص اگر در منزل تنها باشند، در معرض این آسیب ها قرار دارند. احتمال این که کودکی بیفتد و پایش بشکند،

دستش با آب جوش بسوزد، انگشتش را با چاقو ببرد، از پله بیفتد، یا دچار برق گرفتگی شود خیلی بیشتر از احتمال دزدیده شدن یا مورد سوء استفاده جنسی قرار گرفتن اوست.

ب - ایمنی روانی

مشکلات فکری و عاطفی کودک: کودکان نیازهای فکری و عاطفی دارند که لازم است مورد توجه قرار گیرند. بعضی از این نیازها به شکلی هستند که والدین باید به صورت روزانه به آن ها توجه کنند. گاهی کودکان نیاز دارند برای حل مشکلاتی که در زندگی روزمره با آن ها مواجه می شوند از راهنمایی های یک فرد بزرگسال کمک بگیرند. یعنی کودک باید این امکان را داشته باشد که از والدینش راهنمایی بگیرد. مثلاً «من کتابم را در مدرسه جا گذاشتم، حالا باید چه کار کنم» یا «بچه ها مرا مسخره می کنند و من مجبورم از مسیری که آن ها هستند رد شوم، باید چکار کنم. گاهی آن ها نیاز دارند احساسات خود رایان کنند و اگر در منزل تنها باشند و کسی نباشد که با او صحبت کنند، ممکن است این نیاز آنان برطرف نشود و روند رشد فکری و عاطفی شان دچار مشکل شود.

مهم است که والدین زمان هایی که در منزل هستند به این نیازها توجه کنند و سعی کنند آن ها را برطرف نمایند. همچنین ضروری است که برای رفع آن ها از روش های جایگزین استفاده کنند. لازم است تا حد امکان روزانه یا هر چند روز یک بار اوقات مشخصی را برای گفت و شنود با فرزندشان اختصاص دهند و در محیطی صمیمی به نیازهای فکری و عاطفی اش گوش فرا دهند. تحقیقات نشان داده است که گاهی وجود حیوانات خانگی نیز در رفع بخشی از نیازهای کودک مؤثر بوده است.

کودکی که از مدرسه به خانه می آید، طبیعی است که بخواهد اتفاقاتی را که در مدرسه افتاده و چیزهایی را که در ذهنش هست، برای کسی تعریف کند، و کودکانی که مجبورند بعد از بازگشت از مدرسه چند ساعتی را در خانه به تنهایی بگذرانند، ممکن است احساس کمبود کنند و این فکر در ذهن شان تکرار شود که «من کسی را ندارم که بتوانم احساسات و افکارم را برایش

بگویم» یا ممکن است مشکلاتی برای کودک پیش آمده باشد که به کمک و راهنمایی یک فرد باتجربه تر نیاز پیدا کند، و وقتی کسی را در خانه نمی بیند تا از او کمک بگیرد، احساس کمبود می کند.

برای حل این مشکل بهتر است والدین امکانی را فراهم کنند که فرزندشان بتواند با والدینش تماس بگیرد. با آن ها صحبت کند، اتفاقات مدرسه را برای شان تعریف کند و مشکلاتش را با آن ها در میان بگذارد و راهنمایی بگیرد. اگر این امکان برای والدین وجود ندارد، سعی کنند فرد دیگری را پیدا کنند که هم کودک به او احساس نزدیکی و صمیمیت کند، هم او توانایی و امکان این را داشته باشد که روزی چند دقیقه با فرزندشان صحبت کند و در صورت لزوم در حل مشکلات فرزندشان او را راهنمایی کند.

اما اگر هیچ کدام از این راه ها امکان پذیر نبود، حتماً باید والدین وقتی به خانه برمی گردند زمانی را به این مسئله اختصاص دهند، با فرزندشان صحبت کنند و مشکلات او را بشنوند. والدین باید مراقب باشند که وقتی از سر کار خود برمی گردند تمام وقت خود را، به آشپزی و انجام دادن کارهای خانه، یا تماشای تلویزیون و خواندن روزنامه نگذرانند. در این صورت حضور داشتن و نداشتن آنها در منزل تفاوتی نمی کند و باز کودک احساس کمبود و تنهایی خواهد کرد. والدین حتماً باید وقت خاصی را برای فرزندان شان خالی بگذارند. مثلاً بعد از شام، یا بعد از فلان سریال، یا قبل از خواب، بالاخره زمانی را برای صحبت کردن با کودک شان در نظر بگیرند.

والدین باید زمان خاصی را برای فرزندان خود در نظر بگیرند که فقط ویژه او باشد. اختصاص دادن این زمان به فرزندان مسئله بسیار مهمی است که نباید فراموش شود. وقتی کودک ببیند پدر حداقل نیم ساعت در هفته را در تقویمش علامت زده و به او اختصاص داده، احساس خوبی پیدا می کند، و کمتر احتمال دارد که دچار کمبود عاطفی شود و احساس تنهایی شود. نکته قابل توجه در این زمینه این است که: مهم ترین عامل در رفع نیازهای عاطفی کودک، میزان صمیمیتی است که او با والدینش احساس می کند. بنابراین حتی اگر والدین در دسترس باشند و اوقات زیاد

و مکرری را نیز به کودک شان اختصاص بدهند، ولی کودک با آن ها احساس صمیمیت نداشته باشد، نیازهای عاطفی اش برآورده نخواهد شد.

دوره نوجوانی:

نوجوانانی که در منزل تنها می ماند بیشتر در معرض خطر رفتارهای ضد اجتماعی مانند مصرف مواد مخدر و رفتارهای جنسی نامناسب قرار دارند. حتی نظارت دور یک بزرگسال می تواند از این خطرات بکاهد. نوع نظارت والدین بر فرزندان شان از کودکی به نوجوانی تغییر می کند و نکته مهم این است که در نوجوانی اهمیت نظارت نه تنها کاهش نمی یابد بلکه افزایش هم می یابد، اما روش نظارت باید تغییر یابد.

یکی از نگرانی های بی مورد والدین از تنها ماندن نوجوانان در خانه این است که، آنان در تنهایی نسبت به مسائل جنسی خود کنجکاو شوند و بخواهند آشنایی بیشتری با اعضای بدن خود پیدا کنند، که این اصلاً نگرانی موجهی نیست، و معمولاً نوجوانان در این سن اطلاعات کافی و طبیعی را در مورد این مسائل کسب کرده اند.

(۱) **نظارت مستقیم والدین:** در بعضی مشاغل، مانند مشاغلی که شیفت های چرخشی دارند یا مشاغلی که امکان کار به صورت نیمه وقت یا پاره وقت را به طور کارمندان می دهند افراد مجازند ساعات کاری خود را در طول روز به دلخواه تعیین نمایند. بعضی از مشاغل برای والدین امکان آن را فراهم می کند تا ساعات کاری خود طوری تنظیم کنند که بتوانند هنگامی که کودک در منزل است کنار او باشند. در نتیجه والدین می توانند در عین شاغل بودن، ساعات مفیدی را نیز نزد کودک شان باشند. البته تعداد چنین مشاغلی زیاد نیست.

(۲) **نظارت مشارکتی والدین:** گاهی ممکن است گروهی از والدین بتوانند ساعات کاری خود را طوری تنظیم کنند که هر کدام به نوبت، یک یا دو روز در هفته به مراقبت از فرزندان خودشان و دیگران پردازند.

۳) **مراکز مراقبت از کودکان در ساعات پس از مدرسه:** در بعضی از کشورها سازمان‌ها اجتماعی وجود دارد که با راه اندازی مراکز خاص، از کودکان والدین شاغل، در ساعت‌های قبل یا بعد از مدرسه نگهداری می‌کنند. این سازمان‌ها سعی می‌کنند مسئله تنها ماندن کودکان در منزل را به نحو مناسبی حل کنند.

۴) **کمک گرفتن از همسایگان قابل اعتماد:** گاهی می‌توان از یکی از همسایگان قابل اعتماد کمک گرفت تا اگر کودک به همراهی یا کمکی نیاز داشت به او مراجعه کند. والدین شاغلی که در همسایگی هم قرار دارند می‌توانند از این روش به صورت نوبتی و به شکل نظارت مشارکتی استفاده کنند.

۵) **نظارت تلفنی:** اگر شغل والدین به گونه‌ای باشد که به آنان اجازه بدهد به صورت مکرر با فرزندشان تماس بگیرند، آن‌ها امکان خوبی خواهند داشت که بر فرزندشان نظارت تلفنی داشته باشند. این روش امکان تبادل احساسات و اخبار را نیز فراهم می‌کند. در این صورت کودک پس از رسیدن به منزل و هرگاه که تمایل داشت یا مشکل و سئوالی برای او پیش آمد، یا وضعیت اضطراری برایش رخ داد می‌تواند با والدین خود تماس بگیرد. البته برای چنین نظارتی لازم است که کودک از منزل خارج نشود یا در صورت خروج تلفن همراه داشته باشد.

برای والدین شاغل، رعایت چه تکالیفی در تامین امنیت فرزندان ضروری است

نکات زیادی را می‌توان به عنوان توصیه به والدین پیشنهاد کرد تا بتوانند سلامت جسمی و روانی فرزندان‌شان را تامین کنند، اما به طور خلاصه مهم‌ترین توصیه‌های متخصصین عبارت است از:

۱- در ارائه آموزش‌های نظری و عملی به کودک، باید به وضعیت فکری، جسمی، و روانی او و همچنین وضعیت منزل، محله و جامعه به دقت توجه شود و آموزش‌ها بر آن اساس صورت گیرد.

- ۲-) اگر منزل تلفن دارد، کودک باید پس از رسیدن به منزل با والدین تماس بگیرد و رسیدن خودش را خبر بدهد و مسائل مهم آن روز را با والدین در میان بگذارد.
- ۳-) محیط منزل باید تا حد امکان امن باشد، یعنی درها و پنجره ها قفل های مطمئن داشته باشند، منزل دارای آژیر حساس به دود باشد، آب گرم کن باید روی درج ۵۰ باشد، وسایل گرمای آشپزخانه (مکروویو، اجاق گاز)، وسایل برنده و وسایل برقی باید خارج از دسترس کودک قرار داشته باشند.
- ۴-) شماره تلفن های مهم و ضروری را در کنار تمام تلفن های منزل قرار دهید.
- ۵-) تلفن منزل دارای صفحه نمایشگر و پیغام گیر باشد و به کودک تان بگویید که تنها به شماره های خاصی که می شناسد پاسخ بدهد.
- ۶-) وسایلی مانند کبریت، فندک، سویچ ماشین، هر نوع سلاح، مواد شوینده و پاک کننده (وایتکس)، مواد سمی، سم های نباتی که برای گیاهان یا دفع حشرات استفاده می کنند، نوشیدنی های مضر، سیگار، و هر نوع دارو باید در قفسه های قفل دار و دور از دسترس کودک باشد یا ترجیحاً از منزل خارج شده باشد.
- ۷-) باید به این نکته توجه داشت که اگر کودکی به هنگام سرقت دزد از منزل، به منزل برسد و وارد منزل شود بیشتر در معرض خطر قرار می گیرد تا زمانی که در منزل نباشد و دزدی اتفاق بیفتد. بنابراین به کودکان آموزش دهید که اگر موقع ورود به منزل علامتی را مبنی بر وجود افراد بیگانه در آن جا احساس کردند. داخل منزل نشوند و به جای آن به اماکن عمومی بروند و به سرعت با والدین یا پلیس تماس بگیرند.
- ۸-) اگر خانواده قانونمند باشد، قوانین را به شکل صحیحی به کودکان آموزش داده شود، والدین اجرای قوانین را به دقت پیگیری کنند و نظام تشویق و تنبیه به شکلی مناسب به کار گرفته شود فرزندان به میزان کمتری در معرض آسیب و سوانح قرار می گیرند.

۹-) کودک باید آموزش های لازم را برای مقابله با حوادث روزمره و موارد اضطراری کسب کرده باشد و از طریق تمرین های عملی مهارت های کافی را برای مقابله با این حوادث به دست آورده باشد.

۱۰-) برای این که مطمئن شویم که کودک کاملا آماده شده است، باید در روزهای اول ، بیرون از منزل ، در فاصله کم، نزدیک و در دسترس او باشیم.

۱۱-) زمانی که قرار است والدین فرزندشان را در منزل تنها بگذارند باید برای اوقات او، با کمک خودش، خیلی دقیق و واضح برنامه ریزی کنند . باید روز قبل، با همکاری کودک ، فهرستی از کارها را تهیه کنند که او طی زمان تنهایی در منزل آنها را انجام دهد. باید تا حد امکان تلفنی با او در تماس باشند و اجرای برنامه تنظیم شده را پیگیری نمایند، و اگر کودک آن برنامه را به خوبی اجرا کرد و توانست به درستی از خودش مراقبت کند، او را تشویق کنند و به او پاداش بدهند.

۱۲-) در زمانی که کودک در خانه تنهاست باید خوارکی سالم در دسترس او باشد. برخی والدین برای این که کودک شان را سرگرم کنند تنقلات و خوراکی هایی مثل چیپس و پفک و.. برای او تهیه می کنند. این خوارگی ها از نظر عمل تغذیه برای سلامتی کودکان مناسب نیستند و در درازمدت برای آنها مشکلات متعددی ایجاد می کنند.

۱۳-) به یاد داشته باشید که زمانی که رابه جبران فعالیت های اختصاص بدهید که اگر کنار کودک بودید انجام می دادید.

۱۴-) نکته دیگری که والدین باید توجه داشته باشند روابط اجتماعی این کودکان است. معمولا والدینی که نمی توانند در خانه باشند و برفعالیت ها فرزندانشان نظارت داشته باشند ، آن ها را وادار می کنند که در خانه بمانند و از بازی کردن با دوستان خود در کوچه و خیابان خودداری

کنند. این امر ممکن است باعث شود که این کودکان در برقراری روابط اجتماعی معارت کافی را پیدا نکنند، در نتیجه والدین باید ترتیبی اتخاذ کنند که این نقیصه جبران شود.

۱۵-) والدین لازم است به طور دائم واکنش فکری و عاطفی کودک شان را نسبت به تنها ماندن در منزل بررسی نمایند.

۱۶-) والدین بابه طور مداوم مهارت های کودک را برای تنها ماندن در منزل ارزیابی کنند. بیشتر برنامه هایی که این مهارت ها را آموزش می دهند توصیه می کنند که والدین این آموزش ها را هر ۳ تا ۶ ماه دوباره تکرار کنند.

۱۷-) والدین باید فرزندشان را نسبت به جنبه های مثبت تنها ماندن در منزل آگاه نمایند و با تشویق کردن و جایزه دادن به آن ها در حضور دیگران یا مدرسه احساس مثبت آنان را نسبت به این مسئله تقویت کنند.

۱۹-) والدین هرگز نباید کودکان را مجبور کنند که برخلاف میل خود در منزل تنها بمانند. تنها گذاشتن فرزندی که به دلیل اختلالات روانی از تنهایی می ترسند یا در تنهایی دچار اضطراب های شدید می شوند (قبل از آن که کاملاً درمان شده باشند) نوعی سوء رفتار با کودکان محسوب می شود.

آیا می توان فرزندی را که از جنس مخالف هستند با هم در منزل تنها گذاشت؟

تنها گذاشتن دو یا چند فرزند غیر همجنس در خانه در صورتی که والدین از آن ها شناخت داشته باشند و هشدارها و آموزش های لازم را به آن ها داده باشند، اشکالی ندارد.

والدینی که محبوبند مثلاً پسر ۱۲ ساله و دختر ۱۰ ساله شان را با هم در خانه تنها بگذارند، باید یک سری آموزش ها به آن ها داد باشند. فرزندان باید بدانند که بعضی از قسمت های بدن هر دو فرد قسمت های عمومی و بعضی دیگر، قسمت های خصوصی هستند. و باید بدانند که کدام

قسمت‌ها خصوصی و کدام قسمت‌های عمومی‌اند، و در شرایط مختلف کدام قسمت‌های بدن را باید بپوشاند حتی در مقابل همجنس و کدام قسمت‌های بدن می‌تواند پوشیده نباشد. مثلاً در استخر کدام بخش‌های را می‌پوشانیم. والدین باید به‌طور واضح و روشن قسمت‌های خصوصی بدن را برای فرزندشان مشخص کنند و درباره آن‌های توضیح بدهند که این قسمت‌ها خصوصی است. هرگز نباید به قسمت‌های خصوصی بدن دیگران نگاه کنیم و هرگز نباید به آن‌ها دست بزنیم، قسمت‌های خصوصی بدن خودمان را هم نباید به کسی نشان بدهیم و اجازه ندهیم که کسی به آن‌ها دست بزند. و اگر کسی خواست این کار را بکند، باید اعتراض کنیم. حتی باید به فرزندان روش‌های اعتراض کردن را یاد داد.

طبق آمار اکثر موارد آزار جنسی کودکان، توسط نزدیکان و محارم مثل پدر، برادر، عمو، دایی و... بوده است. و بخش کمی از این سوء استفاده‌های توسط غریبه‌ها انجام شده است. هرچند ممکن است تعداد این گونه جرم‌ها در هر جامعه‌ای زیاد نباشد ولی متأسفانه این موارد وجود دارد. پس وظیفه ما این است که برای ایمنی فرزندانمان آموزش‌های لازم و ضروری را به آن‌ها بدهیم.

بهانه جویی کودک

درست همان گونه که بزرگ‌ترها، بدون هیچ دلیلی احساس بدحالی می‌کنند، هر کودکی نیز، گاه بی دلیل بهانه جویی می‌کند، آه و ناله سر می‌دهد، اگر می‌دانید که نیازهای فرزندتان برآورده شده است علت این احساس و رفتار کودک می‌تواند جلب توجه یا تمایز استقلال باشد. هرچند کار دشواری است توجه نکردن به او کمک می‌کند تا بهانه جویی او کاهش یابد به این ترتیب کودک به زودی یک قانون مهم را خواهد آموخت که درخواست، بسیار مؤثرتر از غرغر کردن و بهانه جویی است.

پیشگیری از مشکل**کودک را هنگام خوش رفتاری تحسین کنید**

هر رفتار شایسته و هر تلاش موفقیت آمیز کودک را برای خوب انجام دادن کارها تحسین کنید. تا از نارضایتی او مبنی بر این که هیچ کاری را نمی تواند درست انجام دهد، جلوگیری شود.

نیازهای کودک را بر طرف نمایید.

توجه داشته باشید که کودک به طور منظم غذا بخورد، حمام کند و نوازش شود و اصولاً کلیه نیازهایش به موقع بر طرف گردد، تا به این ترتیب مانع از رنجش او شوید. زیرا ناراحتی کودک ممکن است ناشی از نارضایتی او از وضعیت موجود خود باشد و او بدون گریه و زاری نتواند ناراحتی خود را بروز دهد.

معنای غرغر کردن و بهانه جویی را برای کودک توضیح دهید.

مکانی را به غرغر کردن و گریه کودک اختصاص دهید.

به غرزدن کودک توجه نکنید.

زمانی که کودک بهانه جویی نمی کند، او را تشویق کنید.

در برابر گریه و زاری کودک تسلیم نشوید.

خودتان بهانه جویی نکنید.

از دست کودک عصائی نشوید.

کودک را برای گریه و زاری تنبیه نکنید.

قهر و بد اخلاقی

میلیون ها کودک دوست داشتنی برای بیان خشم و دلسردی و یا اعلام قدرت خود به اطرافیان ، به راه های عاطفی خشنی چون قهر و بد اخلاقی روی می آورند. درمان چیست؟ . در صورت بی توجهی به بد رفتاری های کودک و تسلیم نشدن به خواسته هایش ، تعداد کج خلقی هایش کاهش یافته و یا به کلی محو می شود. هر چند وقتی کودک در برابر جمع با عصبانیت پر خاش

می کند. ممکن است بخواهید تسلیم شوید، اما بهتر است صبور باشید و پس از آن که آرام شد آرامش رفتار او را تحسین کنید.

پیشگیری از مشکل.

به کودک بیاموزید با خشم و یاس خود چگونه مقابله و آن را مهار کند.

کودک را با نوازش کردن، تایید و تحسین کنید.

تنهایی های مکرر کودک منجر به قهر و بد اخلاقی می گردد.

در وضعیت های دشوار به کودک کمک نمایید.

به بد اخلاقی کودک توجه نکنید.

سعی کنید محکم جلوی کودک بایستید.

تا حد امکان آرامش خود را حفظ کنید.

مقررات را برای کودک توضیح دهید.

کارهای بد کودک را یادآوری نکنید

کودک را تحقیر نکنید

به وسیله بی توجهی کودک را برای بد رفتاری مورد تنبیه فرار ندهید.

چسبیدن به والدین (وابستگی شدید)

تصویر کودکی که موقع آشپزی به پیراهن مادر چسبیده یا هنگام بیرون رفتن پدر و مادر از خانه به آنها آویزان شده است، برای بسیاری از والدین تصویر جالبی نیست. این یک واقعیت زندگی روزمره است. وقتی قرار است برای انجام کاری بیرون روید. به خاطر ناآرامی کودک و چسبیدن او در خانه نمانید و یا او بازی نکنید. هر چند این کار دشوار است اما تسلیم نشوید، اگر قرار است کودک را پیش پرستار بگذارید و بیرون بروید یا او را به مربی مهد کودک بسپارید، او را محکم بغل کنید و با مهر و محبت به او اطمینان دهید که خوشحالید او می تواند بدون مادر نیز بازی کند. به او بگویید که حتما بر می گردید و با صدای صمیمانه و گرم به او بفهمانید خوشحالید که فرصت بازی کردن با مربی یا سایر بچه های مهد کودک را دارد. نگرش مثبت شما بر کودک هم اثر می گذارد و الگویی به او ارائه می دهد تا از تنها ماندن و کسب استقلال

احساس خوبی داشته باشد. در آغوش کشیدن و بوسیدن کودک در اوقات فراغت کمک می کند تا متوجه شود مورد علاقه شماست و برای جلب توجه یا اطمینان به شما نمی چسبد. چسبیدن با در آغوش گرفتن تفاوت دارد، چسبیدن تنها راهی برای جلب توجه و یا اطمینان از دست رفته است.

پیشگیری از مشکل.

از ابتدا گاهی کودک را تنها بگذارید.

برنامه های تان را برای کودک توضیح دهید.

با کودک بازی قایم موشک بازی کنید و زمان مخفی شدن را نسبتاً طولانی نمایید.

به کودک اطمینان دهید که باز می گردید.

کودک را برای دوری از خود آماده کنید.

خودتان را برای سر صدا و گریه و زاری کودک آماده کنید.

وقتی کودک دوری شما را می پذیرد، از او تمجید کنید.

بازم است کودک زمانی نزدیک و زمانی دور از شما باشد.

کم کم کودک را عادت دهید که مدت زمانی از شما دور بماند.

وقتی کودک به شما می چسبد، عصبانی نشوید.

پیام های مغشوش به کودک ندهید.

بیماری خود یا کودک را دلیلی برای نقص مقررات قرار ندهید.

نافرمانی و بد اخلاقی

در سرگرمی ها و بازی های روزانه، کودکان بزرگ ترین متخصصان دنیا در زمینه امتحان میزان کاربرد قوانین والدین هستند، این که تا کجا می توان این قوانین را پیش برد، چقدر می توان هشدارها را اجرا کرد و از دستورات تا چه حد می توان اطاعت نمود. شما باید در اجرای دستورات خود پیگیر باشید تا کودک بداند که جهان بزرگسالان چگونه است. به او نشان دهید که قوانین و حرف ما ثابت می باشد. به این ترتیب کودک احساس امنیت بیشتری کرده و می داند از والدینش چه انتظاراتی باید داشته باشد. این که کنترل نهایی در دست شما باشد، شاید در

نظر کودک یک دیکتاتور محض به نظر بیاید، اما به رغم اعتراضاتش از این امر احساس راحتی می کند که محدوده ها معین شده و قوانین تعریف شده اند، و به مرور که وی از دنیای کودکان به سوی جهان بزرگسالان حرکت می کند، تعیین محدوده های بسیار آرامبخش خواهد بود.

پیشگیری از مشکل:

- ارزیابی کنید کودک بطور هم زمان چند دستور را می تواند انجام دهد: مثلاً این چنین بگویید: « کتاب را روی میز بگذار و یک لیوان بردارو به من بده». اگر کودک خواسته ی شما را بطور صیح انجام داد نتیجه می گیرید که فرزندتان می تواند بطور همزمان چند دستور را به خاطر بسپارد، و گرنه باید صبر کنید و فعلاً بیش از یک دستور را به او ندهید.

- اجازه بدهید کودک کارها را به تنهایی انجام دهد: به او فرصت دهید تا مهارت تصمیم گیری خود را پرورش داده و اعتماد به نفس بیشتری کسب نماید. هر چقدر طفل احساس کنترل بیشتری کند، امکان این که با دستورات اشخاص دیگر مخالفت داشته باشد، کمتر است.

- مقررات غیر ضروری نگذارید: قبل از اعلام یک قانون، اهمیت آن را مورد تجزیه و تحلیل قرار دهید. فرزند شما بیش از هر چیز نیاز به آزادی دارد تا حس استقلال خود را افزایش دهد. پس این آزادی را به او بدهید. در ضمن مقررات غیر ضروری، حتی توسط کودکان به سرعت شناخته می شوند و اصولاً انگیزه ای برای انجام آنها وجود ندارد.

- دستورها و قوانین صریح و روش باشد.

- کودک را به پیروی از دستورات تشویق کنید.

- پیشرفت کودک در فرمان برداری را یاد آور شوید: (درحین انجام دستورات کودک را تشویق کنید که بعد از انجام دستور).

- برای اجرای دستورها از قانون مادر بزرگ (اصل پریماک) استفاده کنید: (از فراوانی رفتاری که کودک انجام می دهد، برای افزایش رفتاری هایی که کمتر استفاده می کند استفاده کنید).

مثلاً به او بگوید وقتی که مشق هایت را نوشتی و کتابهایت را جمع کردی می توانی تلویزیون تماشا کنی.

- پیروی از دستور را با کودک تمرین کنید. (اگر کودک از دستورات پیروی نمی کند همراهش تمرین کنید).

- اگر کودک مقاومت می کند، عقب نشینی نکید.

- کودک را به خاطر عدم اجرای دستورها مجازات نکنید.

تنبیه

تعریف تنبیه: «ازرین و نولز» (۱۹۶۶) در تعریف تنبیه گفته اند «تنبیه کاهش دادن احتمال بروز آنی یک پاسخ است که در نتیجه ارائه محرکی پس از آن پاسخ حاصل می شود، محرک ارائه شده محرک تنبیه کننده و کل فرآیند تنبیه نام دارد».

یا بطور ساده تر تنبیه ارائه یک محرک آزارنده یا یک تقویت کننده منفی به دنبال یک رفتار نامطلوب است که نتیجه اش ضعیف شده یا کاهش احتمال بروز آن رفتار است.

عوارض ناشی از تنبیه و سایر روشهای تنبیهی

متأسفانه تنبیه با چنان وسعتی در خانه و مدرسه، محل کار، و دیگر موقعیتهای اجتماعی به کار می رود که به نظر می رسد جزو جدایی ناپذیر زندگی وبه ویژه بخش مهمی از ارتباطات اجتماعی بین افراد است. علت کاربرد گسترده تنبیه توسط افراد مختلف اثربخشی آن نیست بلکه علت آن است که ما همه عادت کرده ایم همدیگر را تنبیه کنیم. به قول «آلبرتو» و «تروت من» (۱۹۹۱) شاید به سبب اینکه بسیاری از افراد در خانه و مدرسه به وسیله کتک خوردن و فریاد شنیدن تربیت شده اند آموخته اند که در برخورد با دیگران به داد و فریاد یا کتک زدن متوسل بشوند، به ویژه زمانی که رقیبشان از لحاظ جسمی از خودشان ضعیف تر است.

دلیل دیگر اینکه چرا خیلی از افراد، به جای روشهای مثبت، از روش های تنبیه استفاده می کنند این است که تنبیه سریعاً رفتار تنبیه شده را متوقف می سازد و این پیامد سبب تقویت

شخص تنبیه کننده می شود، درحالی که روشهای مثبت، پس از گذشت یک مدت زمان و آن هم تدریجاً رفتار را کاهش می دهند، و این کار نیاز به صبر و شکیبایی دارد که معمولاً از کسانی که تنبیه را ترجیح می دهند ساخته نیست.

هرچند تنبیه به طور سریع رفتار تنبیه شده را متوقف می کند، این توقف به معنی یادگیر زد - ایی رفتار نیست. در واقع تنبیه، به خلاف تصور کسانی که از آن استفاده می کنند، عکس تقویت عمل نمی کند. تقویت رفتار تقویت شده را نیرومند می سازد و سبب ایجاد رفتار تازه می شود و خزانه ی رفتار را غنی می کند، اما رفتار تنبیه شده، پس از آنکه تنبیه به پایان رسید، همچنان در خزانه رفتاری فرد باقی می ماند و تا زمانی که عامل تنبیه کننده حاضر است پنهان می ماند، ولی به محض این که عامل تنبیه کننده ضعیف شد یا از میان رفت آن رفتار مجدداً ظاهر می گردد.

مشکل دیگر تنبیه عوارض جانبی آن است که از لحاظ پرورشی بسیار نامطلوب اند. یکی از عوارض این است که احساس ناخوشایند حاصل از تنبیه در لحظه تنبیه شدن از طریق قانون شرطی شدن کلاسیک، با شرایط تنبیهی و شخص یا اشخاص تنبیه کننده تداعی می شود و سبب انزجار و نفرت تنبیه شونده از شخص تنبیه کننده و شرایط و موقعیتی که در آن تنبیه صورت گرفته است می شوند.

مشکل دیگر استفاده از روش تنبیه این است که تنبیه کردن عملی است که به سرعت توسط دیگران به ویژه کودکان و نوجوانان، آموخته می شود. یکی دیگر از عوارض نامطلوب تنبیه این است که فرد تنبیه شده، برای احتراز از تنبیه ممکن است به رفتاری که تنبیه به دنبال دارد نپردازد، اما رفتارهای دیگر را جانشین آن کند، بعضی از این رفتارهای جانشین مخرب، ناسازگارانه، و روان رنجور هستند. از جمله این رفتارها مکانسیم های دفاعی هستند که مورد استفاده قرار می گیرند مانند: خیالپردازی، رویای روزانه، دلیل تراشی، فرافکنی.

باز هم از عوارض جانبی نامطلوب تنبیه وسایر روش های تنبیهی این است که اگر این روش ها ادامه یابد شخص تنبیه شده ممکن است، سرانجام به تنبیه کننده حمله ور شود. مثلاً نوجوانی که از کودکی از پدرش کتک می خورده است، ممکن است بالاخره روزی در برابر او بایستد. یکی دیگر از عوارض منفی تنبیه این است که ممکن است شخص تنبیه شونده در آینده فردی پرخاشگر شده و بخواهد همین روش را در مورد دیگران بکار گرفته و بخواهد انتقام بگیرد.

چه مواقعی می توان از تنبیه استفاده کرد

گاهی ممکن است رفتار چنان وخیم و خطرناک باشد، که هیچ روش دیگری مؤثر واقع نشود و به ناچار کاربرد تنبیه تنها روش ممکن باشد، مثل زمانی که رفتار نامطلوب فرد سلامت و بقای خود او یا افراد دیگری را تهدید می کند. وقتی کودکان کاری می کنند که ممکن است منجر به آسیب به خود یا شخص دیگری بشود، باید تنبیه بدنی شوند. مثلاً، این کار وقتی ضروری است که کودک به وسط خیابان پر رفت و آمدی می دود، دستش را به طرف ماهیتابه های داغ می برد، تا آن را از روی اجاق بردارد، یا وقتی چنگالی را در پرز برق می کند (یا سیم وسیله برقی را می جود).

اگر به این دلیل لازم بود که تنبیه به کار گرفته شود، باید آن را به طور موقتی و صرفاً به منظور کنترل رفتار مخرب به کار برد تا فرصت استفاده از روش های دیگر تغییر رفتار فراهم شود. به قول «ریس» (۱۹۷۸)، استفاده از روش تنبیه آخرین راه حل است.

وقتی کودک به چنین دلایلی باید تنبیه بدنی شود، والدین باید از چند اصل کلی پیروی کنند:

(۱) تنبیه بدنی باید بلافاصله به دنبال رفتار خطرناک کودک صورت گیرد. بهترین وقت برای

تنبیه بدنی درست زمانی است که کودک تازه کار خطرناکی را شروع کرده است یا بلافاصله بعد از مشاهده ی سرزدن کار خطرناک از اوست. اگر فرزندتان کوچک است و تنبیه با تأخیری

بیش از چند لحظه انجام شود، احتمالاً بی اثر خواهد بود. آن چه تنبیه بدنی را مؤثر می کند فوریت و ناگهانی بودن آن است.

۲) تنبیه بدنی باید یک یا دو ضربه ی محکم با دست گشوده و ترجیحاً به کفل کودک باشد.

برای اینکه تنبیه بدنی موثر باشد، باید به اندازه ای شدید باشد که کودک احساس ناراحتی مختصری بکند. اگر خیلی ملایم باشد، در حقیقت تنبیه نخواهد بود. به هر حال تنبیه نباید در بر دارنده ی ضربه پشت سر و هم تکان دادن کودک باشد، و هرگز نباید از اشیا برای زدن به کفلش استفاده شود.

۳) ابتدا تنبیه کنید و بلافاصله شرح دهید که چرا این کار را کردید. زمانی که کودک

کار خطرناکی می کند و آن کار بلافاصله باید متوقف شود، باید بلافاصله هم تنبیهش کنید، و هم در حالی که به کفلش ضربه می زنید، به او بگویید نکن. ولی توضیح خود را برای بعد بگذارید. برخی از والدین، قبل از تنبیه برای کودک توضیح می دهند که چرا باید تنبیه شوی. این کار اثر تنبیه را از بین می برد، چون تنبیه را از عمل خطرناکی که می خواهیم حذفش کنیم جدا می کند در حالی که فوریت در تنبیه خیلی مهم است.

والدینی که در مورد تنبیه زیاد روی می کنند توجه داشته باشند که تنبیه زیاد شماری از

مشکلات را پدید می آورند از جمله:

- ۱- کودکان به تنبیه بدنی عادت می کنند به طوری که این تنبیه دیگر موثر واقع نمی شود.
- ۲- تنبیه بدنی فقط آن چه را که کودک نباید انجام دهد به او می آموزد، ولی کمکی به یادگیری رفتار بهتر نمی کند.
- ۳- به کفل کودک زدن و اشکال دیگر تنبیه بدنی، سطح پرخاشگری خود کودک را افزایش می دهد.
- ۴- تاثیر تنبیه بدنی دائمی نیست.

۵- چون والدین دوست ندارند فرزندان شان را تنبیه بدنی کنند، ممکن است در پیش گیری مداوم بدرفتاری ها کوتاهی کنند.

سه روش برای کاهش بدرفتاری های کودکان، بدون تنبیه بدنی

سه روش عملی که بدون توسل به تنبیه بدنی بدرفتاری های کودکان را تعدیل می کند عبارتند از:

- ۱- نادیده گرفتن بدرفتاری های جزئی. ۲- به کار گرفتن روشی که آن را در انزوا گذاردن می نامیم. ۳- کاهش بدرفتاری با پاداش دادن به رفتار خوب.

۱) نادیده گرفتن بدرفتاری های جزئی:

همان گونه که توجه پدر و مادر به رفتار پسندیده کودک باعث تشویق کودک به ادامه این رفتار می شود، توجه نکردن به رفتارهای نامطلوب نیز باعث حذف این گونه رفتار می شود. چون توجه بیشتر والدین به کارهای مطلوب کودکان همان کار پاداش یا تقویت کننده رامی کند. اعمالی که توجه والدین را جلب می کنند، معمولا در آینده تکرار خواهند شد. بنابراین می توانیم همین اصل را در جهت عکس برای کاهش بروز بدرفتاری ها به کار گیریم. اگر توجه و قدرشناسی والدین اعمال خوب کودک را ابقا می کند، حذف آن توجه به هنگام بد رفتاری می تواند تکرار رفتارهای مسئله ساز را بکاهد.

وقتی تصمیم گرفتید به طور منظم از بدرفتاری مشخصی چشم پوشی کنید در ابتدا منتظر بدتر شدن رفتار بد کودکان باشید، چون او شما را امتحان می کند. تسلیم نشوید و به بد رفتاری کودکان توجه نکنید. حتما رفتار خوبش را تشویق کنید و فوق العاده به آن توجه نشان دهید. در بی توجهی به رفتار بد و ابراز توجه فوق العاده به رفتار خوب ثابت قدم باشید.

۲ - منزوی سازی ، جایگزین تنبیه بدنی

بی توجهی در مورد آن دسته از مشکلات رفتاری که با نیت جلب توجه والدین صورت می گیرد ، بهترین نتیجه را می دهد. ولی در پاره ای موارد، کودکان به طریقی بدرفتار می کنند که نادیده گرفتن آن بسیار دشوار است. در چنین مواقعی که والدین احساس می کنند کودک باید تنبیه شود، چاره ی دیگری مسوم به منزوی کردن ، فوق العاده مؤثر است.

منزوی کردن ، تنها گذاشتن کوتاه مدتی است که در پی سر زدن بد رفتاری جدی اعمال می شود، در غیر این صورت به تنبیه بدنی مبادرت می شود. به عبارتی این کار ترجمان روشن مندتر و مؤثرتر فرستادن کودک به اتاقش است. دلیل منزوی سازی ساده است: تنهایی و دور بودن از منبع توجه، حتی در کوتاه مدت برای کودکان ناخوشایند است. چون منزوی سازی روش موثری است، به دقت آن را مرور خواهیم کرد.

(۱) برای چه نوع رفتاری هایی باید از روش منزوی سازی استفاده کرد؟

این روش را در مورد اعمالی چون تهاجم بدنی (مثل کتک کاری با کودک دیگر و یا حمله به پدر و مادر) ، ویرانگری (مثل شکستن یا پرتاب خوشنت آمیز اشیاء) ، و کج خلقی هایی که نتوان به آنها بی توجهی کرد توصیه می کنیم.

(۲) در مورد کودکان چند ساله می توان از منزوی کردن استفاده کرد؟

منزوی سازی به صورتی که در این جا شرح داده شد، باید در مورد کودکان سه سال به بالا به کار گرفته شود.

(۳) در چه محلی کودک را منزوی کنیم؟

اولین قدم در استفاده از این روش ، عبارت است از پیدا کردن مکانی در خانه که کودک برای انزوا مجبور خواهد بود مدتی را در آن جا بگذراند. این مکان باید خیلی ملال آور (خالی از هر گونه وسیله ی سرگرمی لذت بخش) باشد ، کودک را از فعالیت ها و توجه افراد خانواده مجزا کند و در صمن جای امنی هم باشد. برخی مکانها ممکن عبارتند از: حمامی که قبلا فضای

آن با انتقال تمام اشیاء، لوازم و داروهای خطرناک ایمن کرده اید، یا اتاق خواب اضافی. اگر این امکانات در دست نیست، گوشه ای دور از مسیر رفت و آمد در اتاقی که به ندرت مورد استفاده قرار می گیرد، مکان مطلوبی برای منزوی کردن به شمار می آید. هرگز از مکان های تاریک یا فوق العاده تنگ و بسته و ترسناک برای منزوی سازی استفاده نکنید. مکان هایی مانند کمدها، انبارهای کوچک که ممکن است سبب ضربه ی روحی و صدمه ی عاطفی به کودک شود، هرگز مجزا نیستند. محدودی منزوی کردن باید فاقد اسباب بازی، وسایل سرگرمی، کتاب، تلویزیون و یا وسایل تفریحی دیگر باشد. بخاطر بسپارید که باید این مکان از فعالیت های افراد خانواده مجزا، ملال آور، و درعین حال ایمن باشد.

۴) چگونه از منزوی سازی استفاده می شود؟

وقتی کودک با ارتکاب یکی از اعمالی که قبلاً ذکر شد بدرفتاری می کند، باید فقط به او گفته شود که اگر رفتارش ادامه پیدا کند او را منزوی خواهید کرد. اگر بعد از تقاضای شما بدرفتاری باز هم ادامه یافت، باید خود به خود منزوی سازی تحقق پیدا کند. منزوی کردن به سرعت و پس از اخطار به کودک انجام شود، نه این که صبر کنید تا کج خلقی، کتک کاری یا خرابکاری تمام و کمال روی دهد.

کودکان بین سه تا پنج سال به ازای هر سال از سنشان یک دقیقه منزوی می شوند.

۵) اگر فرزندم از رفتن به محل انزوا سر باز زد، چه کنم؟

این یکی از متداول ترین مشکلات پیش روی والدین در ابتدای استفاده از روش منزوی کردن است. این مشکل زمانی پیش می آید که کودک میکوشد شما را امتحان کند. وقتی به کودک گفته اید به انزوا برود، با او بحث نکنید یا اجازه ندهید با پر گوید شما را منصرف کند. اگر نرفت خواست خود را یک بار دیگر تکرار کنید. بعد قاطعانه ولی آرام بگویید، چون وقتی به او گفتید، برود نرفت پنج دقیقه بیشتر باید در انزوا بماند. اگر باز هم نرفت به او گوشزد کنید که حالا باید ده دقیقه دیگر علاوه بر مدت اصلی در آنجا بماند. در این مقطع، اگر

کودک باز هم از اجرای دستور شما سرباز زد، او را به محل انزوا ببرید و زمان سنج را روی مدت اصلی به علاوه ده دقیقه ی اضافی تنظیم کنید.

۶) پس از منزوی سازی چه باید کرد؟

اگر فرزندتان در محل انزوا به آرامی رفتار می کند، کاری به کارش نداشته باشید. این دوره ی کوتاه تنهایی اوست و به هیچ وجه نباید نسبت به او واکنش نشان دهید. گاهی کودکان برای نشان دادن عصبانیت خود از انزوا، کج خلقی می کنند. آن را نادیده بگیرید مگر آن که کج خلقی شدید باشد و بیشتر از چند دقیقه ادامه پیدا کند. برای نا آرامی های شدید نزدیک در محل انزوا بروید و بدون توضیحی اضافه به کودک بگویید که اگر فوراً آرام نگیرد، دوباره زمان سنج را برای مدت اصلی تنظیم می کنید و همه چیز از اول شروع می شود.

۷) وقتی مدت انزوا به پایان رسید چه باید کرد؟

وقتی زمان سنج زنگ زد، کودک می تواند محل انزوا را ترک کند. پاره ای اوقات کودکان می خواهند نشان بدهند که این کار آنها را ناراحت نکرده و بعد از زنگ ساعت در آنجا می مانند. اگر این اتفاق افتاد فقط به او بگویید که هر زمان آماده است می تواند بیرون بیاید و تا محل را ترک نکرده با او حرف نزنید. هنگامی که انزوا به پایان رسید تنبیه هم به پایان می رسد. با آرامش دلیل منزوی کردن کودک را به او گوید، وحتماً آن چه را که مایلید در آینده به صورت متفاوت انجام دهد برایش شرح بدهید.

۸) پدر یا مادر هنگام منزوی سازی چه کارهای دیگری باید انجام دهد؟

منزوی سازی به عنوان یک روش تربیتی باعث کاهش بد رفتاری کودک می شود، و می تواند نیاز به تنبیه بدنی را کاملاً حذف کند. ولی به کارگیری این روش، به تنهایی نمی تواند جایگزین رفتاری پسندیده با رفتارهای ناپسند را به کودک بیاموزد، وبنابراین فقط نیمی از کل روشی است که پدر یا مادر باید برای اصلاح مشکلات رفتاری کودک بکار گیرد. نیمه دیگر، تقویت منظم رفتارهای خوب کودک است. هر وقت منزوی سازی مورد استفاده قرار گرفت،

پدر یا مادر در عین حال باید برنامه ثابتی را برای پاداش به رفتار خوب و افزایش آنها تدوین کند.

۹) آیا در انزوا گذراندن همیشه مؤثر است؟

روش منزوی سازی، در صورتی که پیگیرانه و دقیقاً آن طور که ما ارائه کردیم مورد استفاده قرار گیرد، تقریباً در مورد تمام کودکان کج خلق، آنهایی که خشونت فیزیکی به خرج می دهند یا خراب کاری می کنند موثر است. با این همه پاره ای اوقات پدر یا مادر ممکن است در استفاده از این روش با مشکلاتی روبرو شوند.

۳- رفتار ناپسند را با پاداش به رفتارهای پسندیده ی متضاد تعدیل کنید.

این واپسین روش برای کاهش بده رفتاری هاست، گرچه غالباً از سوی والدین به آن بی اعتنایی می شود. در حقیقت، سادگی زیاد این روش - و این واقعیت که شامل هیچ نوع مجازات واقعی نیست - آن را به صورت تدبیری دل خواه در می آورد. این روش مستلزم آن است که ما در مورد رفتار پسندیده ای بیندیشیم که تا وقتی کودک بده رفتاری می کند، امکان بروز ندارد و سپس برنامه ای طرح ریزی کنیم که در آن رفتار پسندیده «متضاد» قویا پاداش داده شود. چون کودک هم زمان نمی تواند هم خوب و هم بد رفتار باشد، پاداش به رفتار دالخواه موجب کاهش یا جلوگیری از مشکل رفتاری ناپسند خواهد شد. در این روش مادر دقیقاً رفتارهایی مغایر با عادات روزمره ی کودک را برای تقویت و ارائه پاداش تقویت می کند. استفاده از این روش برای رفع مشکلی رفتاری دشوار نیست، ولی نیازمند برنامه ریزی قبلی والدین است. گام های اصلی و ضروری عبارت اند از:

۱- در باره آن چه فرزندتان در حال حاضر انجام می دهد و مایلید کمتر شاهد آن باشید، فکر کنید. (مثلاً این طرف و آن طرف رفتن فرزندتان در میهمانی).

۲- گام بعدی که مستلزم ابتکار شماست، تصمیم گیری در مورد کاری است که مایلید فرزندتان انجام دهد. این کار باید مغایر بد رفتاری های روزمره اش باشد. چنان که کودک

نتواند هم زمان هم آن کار را انجام دهد و بد رفتاری کند. بازی کردن دوستانه متضاد دعوا و مشاجره است. در حالی که کار روی پازل یا تماشای کتاب رفتار متضاد دوییدن در میهمانی است. سعی کنید فعالیت مورد علاقه ی کودک را جایگزین بد رفتاری فعلی کنید.

۳- همیشه بهتر است امکان کاری مشخص و معین را برای کودک فراهم آورید تا بتوانید انجام آن را جایگزین رفتار بدی کنید که در پی کاهش آن هستید.

۴- هنگامی که به فرزندتان شرح دادید ترجیح می دهید شاهد چه رفتاری از او باشید و در حقیقت امکان آغاز فعالیت های قابل قبول را برایش کردید، یادتان باشد که از اصول اولیه ای که برای تقویت آن رفتار خوب مطرح کردیم ، بهره گیرید. به کودک به خاطر رفتار پسندیده ترش توجه ، او را تحسین و فوق العاده تایید کنید، بگذارید کودک بفهمد که نسبت به رفتاری بد سابق از مشاهده ی رفتارهای جدیدش خوشنود هستید و به خاطر خوش رفتاری ، امکان کسب امتیاز یا پاداش ویژه ای را برای کودک فراهم آورید.

فصل ۴

خلاصت

خلاقیت و شیوه های پرورش آن

از ویژگی ها بارز انسان و محور اساسی حیات او قدرت اندیشه است. انسان در طول زندگی خویش هرگز از تفکر و اندیشه فارغ نبوده و با نیروی تفکر صحیح تصمیم گرفته و توانسته است به حل مسائل و مشکلات پردازد و به رشد و تعالی نایل گردد. بنابراین تمام موفقیت ها و پیشرفت های انسان در گرو اندیشه بارور و پویا و موثر اوست. از پیچیده ترین و عالی ترین جلوه های اندیشه انسان تفکر خلاق است که درباره آن نظریه ها و دیدگاه های بسیاری وجود دارد. از این رو برای شناخت صحیح خلاقیت و فرایند آن لازم است به بررسی نظریه های مختلفی که درباره خلاقیت وجود دارد، پردازیم.

خلاقیت دارای عناصر تشکیل دهنده ای نیز هست. اولین عنصر، قلمرو مهارت هاست که مربوط به استعداد آموزش و تجربه در یک زمینه خاص است و به عنوان مواد اولیه کار محسوب می گردد، زیرا برای این که افراد در یک حوزه خاص خلاق گردند باید دارای مهارت لازم در آن زمینه باشند.

عنصر دوم، مهارت های تفکر خلاق است. همه افراد از ویژگی های مختلفی برخوردارند که باعث می شود آنها بتوانند قلمرو مهارت های خود را در راه جدیدی به کار اندازند. این ویژگی ها یا مهارت ها را می توان با آموزش و تجربه گسترش داد.

عنصر سوم، انگیزه است. انگیزه، میل به کار به خاطر همان کار است. اصولاً انگیزه زمانی ایجاد می شود که شخص کار را جالب، جذاب و رضایت آمیز بیند و به انجام آن علاقمند گردد. برای ظهور و تقویت خلاقیت در افراد باید محل تقاطع این سه عنصر مشخص گردد، زیرا محل تقاطع، ترکیب پر قدرتی است که شخص را به سوی خلاقیت سوق می دهد.

تعریف های خلاقیت

خلاقیت از جمله مسائلی است که درباره ماهیت و تعریف آن تاکنون بین محققان و روان شناسان توافق به عمل نیامده است. در مجموع تعریف ها خلاقیت را چنین تقسیم بندی می نمایند: بعضی از تعریف ها، ویژگی های شخصیتی افراد را محور قرار داده و بعضی دیگر براساس فرایند خلاق و تعریف های دیگر برحسب محصول خلاق به خلاقیت نگریسته اند. از جمله افرادی که برحسب شخصیت به خلاقیت می نگرند گیلفورد (۱۹۵۰) است. او معتقد است خلاقیت مجموعه ای از تواناییها و خصیصه هاست که موجب تفکر خلاق می شود.

تعریف های دیگری مبتنی بر فرایند خلاقیت است مانند تعریف «مدنیک»^{۱۱۷} از نظر او خلاقیت عبارت است از: شکل دادن به عناصر متداعی به صورت ترکیبات تازه که با الزامات خاصی مطابق است یا به شکلی مفید است. هرچه عناصر ترکیب جدید غیر مشابه تر باشند، فرایند حل کردن خلاق تر خواهد بود. عده زیادی به خلاقیت براساس محصول توجه نمی نمایند. به طور مثال «گیزلین»^{۱۱۸} معتقد است. خلاقیت ارائه کیفیت های تازه ای از مفاهیم و معانی است.

«تایلور»^{۱۱۹} خلاقیت را شکل دادن تجربه ها در سازمان بندی های تازه می داند.

همان طور که ملاحظه می شود وجه اشتراک این دو تعریف و تعریف های دیگری تازگی و نو بودن است. اما تازگی به تنهایی نمی تواند مفهوم خلاقیت را روشن کند. زیرا بسیاری چیزهاست که نو و تازه است اما خلاقانه نیست. براساس آنچه گفته شد «مایر»^{۱۲۰} و «وایزبرگ»^{۱۲۱} تعریف ساده و روشنی از خلاقیت ارائه دادند:

«خلاقیت توانایی حل مسائلی است که فرد قبلاً حل آنها را نیاموخته است».

¹¹⁷ . Medinick

¹¹⁸ . Ghiselin

¹¹⁹ . Taylor

¹²⁰ . Mayer

¹²¹ . Weisberg

به عبارت دیگر زمانی که فرد راه حل تازه ای را برای مسأله ای که با آن مواجه شده به کاربرد خلاقیت شکل گرفته است. این تعریف نیز شامل دو عنصر است: اول راه حلی که مسأله ای را حل کند. دوم راه حل برای کسی که مسأله را حل می کند تازه باشد. بنابراین پاسخ مشابهی ممکن است برای فردی خلاق باشد و برای دیگری غیر خلاق.

فرایند خلاقیت

فرایند خلاق چیست؟ طی چند فرایندی راه حل‌های خلاق برای مسائل شکل می گیرد؟ آیا فرایند خلاقیت مراحل مختلفی را در بر دارد؟ در خلال فرایند خلاق چه گام‌هایی برداشته می شود؟

«پوانکاره»^{۱۲۲} ریاضی دان مشهور می گوید: مدتی روی توابع ریاضی کار کردم. هر روز پشت میز کارم می نشستم، دو یا سه ساعت کار می کردم، اما نتیجه ای نمی گرفتم. یک شب بر خلاف معمول مقداری قهوه سیاه نوشیدم و این باعث شد نتوانم بخوابم. افکار مختلفی از ذهنم گذشت از جمله آنچه قبلاً روی آن کار می کردم، دوباره در ذهنم مجسم کردم. در این هنگام و در زمان کوتاهی نتایج را روی کاغذ یادداشت نمودم. براساس آنچه که «پوانکاره» طرح نمود و با الهام از مراحلی که ذکر کرد، «والاس»^{۱۲۳} تقسیم بندی معروف خویش از مراحل خلاقیت را ارائه نمود. این مراحل چهارگانه عبارتند از:

۱- آمادگی^{۱۲۴} ، ۲- نهفتگی ، ۳- اشراق^{۱۲۵} ، ۴- اثبات^{۱۲۶}

¹²² . Poincare

¹²³ . Wallace

¹²⁴ . Preperation

¹²⁵ . ILLumination

¹²⁶ . rerification

مراحل والاس:**۱- آمادگی**

یک دانشمند یا هنرمند، قبل از خلق اثر خویش باید از ابعاد مختلف با زمینه کاری خویش آشنا باشد. مثلاً برای ارائه یک نظریه تازه یا یک اثر هنری باید بر مقدمات آن کار مسلط باشد و از یک نوع آمادگی کلی در زمینه های مختلف برخوردار باشد مثلاً در نقاشی، آشنایی با رنگ ها، ابعاد، چشم اندازها و غیره ضروری است. علاوه بر این آمادگی عمومی یک نوع آمادگی خاص نیز ضرورت دارد. منظور از آمادگی، خاص بررسی جستجو، مطالعه و جمع آوری مدارک درباره موضوع مورد نظر است. یکی از روشهای مفید در این زمینه مطالعه عقاید و نظرات دیگران درباره آن موضوع است. فرد با آشنایی با نظرات دیگران و مراحل طی کرده اند بسیاری از واقعیت ها و مشکلات و موانعی که در کار خود دارد را بهتر درک می کند. اما بعد از آن برای رشد افکار خویش نظریه های دیگر را رها می نماید.

۲- نهفتگی

در این مرحله ظاهراً نوعی توقف در کار دیده می شود و فرد هیچ گونه تلاشی برای رسیدن به نتیجه انجام نمی دهد. و ممکن است حتی راجع به مسأله فکر هم نشود. بعضی از روان شناسان معتقدند در این مرحله ذهن ناخودآگاه شروع به فعالیت می کند، یعنی هرچند به ظاهر فاقد هرگونه پیشرفت آشکار است، در واقع مسأله رها نشده است؛ بلکه ذهن ناخودآگاه آن را دنبال می کند «پوانکاره» در این زمینه می گوید: در آغاز قابل توجه تر از همه، پیدایش یک اشراق ناگهانی است که نشانه روشنی از عمل طولانی و پیشین ناخودآگاه است. من تأثیر فعالیت ناخودآگاه در ابداعات ریاضی را مسلم می دانم. دیده شده است بعضی از افراد خلاق مسأله ای را که روی آن کار می کرده اند به عمد کنار می گذارند و به فعالیتی دیگری می پرداخته اند تا برای حل مسأله آمادگی کافی بیابند.

۳- اشراق

این مرحله در فرایند خلاقیت جایگاه خاصی دارد، چون در این مرحله تفکر شکل گرفته و حل مسأله روشن می شود. اغلب متفکران ظهور این مرحله را ناگهانی می دانند. فرد خلاق در طول کار طبیعتاً با موانعی برخورد می کند که کار را دچار وقفه می سازد و امکان هرگونه پیشرفت را از فرد سلب می کند ولی ناگهان موضوع روشن می گردد و فرد می تواند همه موانع را از سر راه بردارد. مرحله اشراق توأم با جنبه های عاطفی است چون فرد با تحقق مسأله ای که از آن جدا بوده است احساس لذت می کند. و این امر، خود، انگیزه تلاش و کار را بیشتر می کند. «پوانکاره» می گوید: درست همان وقت که پیرامون مسئله ای فکر می کردم برای گردش و مطالعه زمین شناسی از شهر خارج شدم در موقع مسافرت مسأله ریاضی را فراموش نمودم. اما پس از مدتی وقتی داشتم سوار اتوبوس می شدم، بدون این که قبلاً راجع به مسأله فکر کرده باشم یا افکار دیگر مقدمات رسیدن به جواب مسأله را به ذهنم ایجاد کرده باشند، ناگهان به ایده تازه ای دست یافتم. هرچند تحقق اشراق و بصیرت چندان قابل پیش بینی نیست، اما می توان با ایجاد محیط مساعد آن را تسریع کرد. افراد خلاق برای ایجاد شرایط مساعد روش های مختلفی دارند که می تواند برای آنها مفید باشد در حالی که شاید این روش برای دیگری بی تأثیر باشد.

۴- اثبات

در این مرحله فرد خلاق آنچه را به دست آورده است اعم از اختراع، اکتشاف یا نظریه تازه اش را مورد ارزیابی قرار می دهد، شواهد آنرا دوباره می سنجد و آن را از لحاظ منطقی آزمایش می نماید. او همین طور می تواند از دیدگاه و قضاوت دیگران بهره مند شود، تا اثر خویش را تکمیل کند. در واقع اهمیت و ارزش کار تازه به وسیله بازبینی روشن می گردد.

هوش و خلاقیت

درباره مسأله هوش و خلاقیت و رابطه آنها مطالعات زیادی انجام گرفته و نظریات گوناگونی ارائه شده است. از معروف ترین الگوها در این زمینه الگوی «گیلفورد» است که با وجود

انتقاداتی که از آن به عمل آمده «باخر^{۱۲۷}، هورن^{۱۲۸}» هنوز هم در بحث هوش و خلاقیت مطرح است.

این الگو شامل سه جنبه اساسی عملکردها، محصولات، محتواست، که ترکیبی از آنها ۱۲۰ توانایی را مشخص می کند که عبارت است از:

۱- **عملکرد:** اعمال فکری است که منجر به تولید می گردد و به عنوان فرایند اصلی ذهن تلقی می گردد و شامل پنج بعد است: شناخت و آگاهی، حافظه، تفکر و واگرا، تفکر همگرا، ارزیابی و قضاوت تصمیمات. شناخت و حافظه به دریافت مطالب بدون هیچ گونه استدلالی مربوط می شود. طبیعتاً برای فرایندهای عالیتز فکر، ما نیاز داریم اطلاعات کافی راجع به مسائل نیازمندیم. به عبارت دیگر جمع آوری و بازآفرینی مطالب نقش زیربنایی برای تفکر در سطوح بالاتر را دارد. تفکر همگرا همان استدلال یا تفکر منطقی است که تلاش می شود با استدلال راجع به حقایق به یک جواب صحیح برسد. تفکر واگرا تفکر بسیار بازی است که تنها به یک جواب برای مسأله نمی اندیشد بلکه به راه حل های متعدد و ابعاد مختلفی از مسأله توجه می نماید. در تفکر ارزشیاب ملاک هایی برای ارزشیابی تعیین شده و مسائل با این ملاکها سنجیده می شود.

۲- **محتوا:** انواع اطلاعاتی که روی آن عملیات انجام می گیرد، شامل محتوای شکلی که اطلاعات عینی را در بر می گیرد مثل تصاویر و مسائلی از قبیل شکل، رنگ، محتوای نمادی که اطلاعاتی قراردادی و یا علائمی مانند اعداد یا فرمولهای شیمیایی است. محتوای معنایی اطلاعاتی است دربرگیرنده معنای کلمات، محتوای رفتاری شامل تعامل انسان و مهارت های اجتماعی است.

۳- **محصولات:** اجرای عملیات روی محتوا، محصولاتی را پدید می آورد به شکل های مختلف منفرد یا واحد طبقه بندی شده نشانگر روابط ساده است. ارتباط پیچیده تر محصولات از طریق

¹²⁷ . Butcher

¹²⁸ . Horn

نظام ها، تبدیلات و استعارات نشان داده می شود. طبیعتاً برای استفاده از روابط پیچیده نیداز اسبایت ابتدا از واحدها، طبقات، روابط ساده مطلع بود. تفکر همگرا و واگرا در این الگو ارتباط مستقیم با هوش و خلاقیت دارند.

الگوی «گیلفورد» نشان می دهد هوش یک ویژگی منفرد نیست بلکه مجموع عملیات متعدد است. اگر این ساختار کلی، هوش را نشان دهد، خلاقیت شامل برخی از این عوامل است. پس لزوماً هوش و خلاقیت با هم ارتباط دارند ولی حدود این رابطه کاملاً متغیر است.

از معروفترین مطالعات در رابطه با هوش و خلاقیت پژوهش «گتزلز» و «جکسون»¹²⁹ است. در این پژوهش دانش آموزان یک دبیرستان مورد بررسی قرار گرفتند، دیده شد دانش آموزان خلاق حتماً جزء با هوش ترین شاگردان نبودند. بنابراین نتیجه گرفته شد بین خلاقیت و هوش رابطه زیادی وجود ندارد.

«والاک» و «کوگان»¹³⁰ «ولش»¹³¹ با الهام از کارهای «گتزلز» و «جکسون» ارتباط بین هوش بالا و پائین و خلاقیت بالا و پائین را آزموده و چنین ترکیبی ارائه نمودند:

خلاقیت بالا- هوش بالا: این دانش آموزان هم آزادی و هم کنترل رفتار دارند و هم رفتار کودکانه و هم بزرگسالانه از خود نشان می دهند.

خلاقیت بالا- هوش پائین: این دانش آموزان تعارض درونی داشته، در مدرسه احساس ناکامی و بی لیاقتی دارند، اما این افراد در یک محیط بدون فشار موفق هستند.

خلاقیت پائین- هوش بالا: این دانش آموزان را می توان به عنوان معتاد به مدرسه توصیف کرد. تلاش مداوم برای یافتن نمرات عالی دارند و مورد توجه معلمان هستند.

خلاقیت پائین- هوش پائین: این بچه ها از مکانیزمهای دفاعی مانند فعالیت زیاد و فعالیت ورزشی استفاده می کنند.

¹²⁹ . Getzels and Jackson

¹³⁰ . Wallash and Kigan

¹³¹ . Wellsh

از مجموع این تحقیقات گسترده می توان نتیجه گرفت هوش زیاد لزوماً خلاقیت بالا را به همراه نمی آورد. اما کم هوشی می تواند مانع خلاقیت گردد.

خانواده

در تحقیقات متعددی ثابت شده است ظهور خلاقیت با موقعیت خانوادگی ارتباطی نزدیک دارد. متخصصان معتقدند میزان خلاقیت را می توان با ایجاد محیط مناسب خانوادگی افزایش داد. با توجه به این که دوران کودکی حساسترین مرحله در رشد خلاقیت است، خانواده به عنوان بنیادی ترین عنصر در شکل گیری خلاقیت می باشد.

«آلبرت»^{۱۳۲} و «رانکو»^{۱۳۳} راجع به تأثیر خانواده بر خلاقیت کودکان تحقیقات وسیعی کردند. آنها دریافتند بچه ها و بزرگسالانی که در ریاضیات و علوم سرآمد بوده و از نبوغ برخوردارند زمینه های خانوادگی متفاوتی نسبت به سایر افراد داشته اند. «مک کینون» معتقد است رعایت نکته های زیر از طرف والدین باعث می شود کودک در آینده فرد خلاقیتی گردد:

احترام زیاد، آزادی عمل برای کشف جهان اطراف ، آزادی برای تصمیم گیری ، استقلال عمل ، عدم وابستگی زیاد بین کودک و والدین ، عدم نگرانی والدین به خاطر کودک ، محیط فامیلی وسیع چنان که کودک ملزم نباشد تنها خود را با شخصیت پدر و مادر تطبیق دهد و همانند سازی کند.

دو جنبه اساسی در خانواده هایی که فرزندان خلاق دارند وجود یک ارتباط مثبت بدون وابستگی زیاد بین کودک و والدین وجود یک جو آزاد و غیرمستبدانه است. طبیعی است که روش های سلطه جویی والدین منجر به دنباله روی و هماهنگی در کودکان می شود که مانع هرگونه ابتکار و خلاقیت است.

¹³² . Albert

¹³³ . Runco

تحقیقات «گتزلز» و «جکسون» این نکته را تأکید کرده است نتیجه مطالعات دلالت بر این دارد که والدین کودکان خلاق در روش های تربیتی شان بندرت از استبداد و محدودیت انضباطی استفاده می کردند. این کودکان از آزادی بیشتری در رفتار و تصمیم گیری برخوردار بودند، در حالی که کودکان کمتر خلاق دارای خانواده منظم و سنتی و بیش از حد تمیز بودند. مادرانی که از فرزندانشان بیشتر مراقبت می کردند فرزندان کمتر خلاق داشتند. مراقبت زیاد والدین از کودک موجب می شود که او هرگز فرصت تجربه کردن و آموختن نداشته باشد، درحالی که خلاقیت و ریسک کردن توأم با یکدیگرند زیرا اگر شخص همواره محتاطانه راه روشن را انتخاب کند، هرگز نمی تواند دست به کار تازه ای بزند.

«دوینگ»^{۱۳۴} نیز سه خصوصیت اساسی که با خلاقیت در کودکان مرتبط است را چنین ذکر می کند: ۱- تربیت آزاد منشانه، ۲- گرایش قوی فکری گوناگون و وسیع والدین، ۳- احساس جدایی عاطفی والدین نسبت به کودک. (نقل از گالاگر)

«کروپلی»^{۱۳۵} در مقایسه والدین کودکان خلاق با کودکان غیر خلاق به این نتیجه رسید که: والدین کودکان خلاق معتقد به دادن استقلال به کودکان هستند و اراده و خواست آنها را می پذیرند و به آنها حق می دهند با والدین خود موافق نباشند. (نقل از «گالاگر»)

دادن استقلال به کودکان و آزادی فکر و عمل آنها موجب کم شدن اتکای آنها به دیگران می گردد و در نتیجه می توانند با فکر و تجربه و عمل خویش قوه ابتکارشان را به کار بگیرند. انسان گرایانی مانند «راجرز» و «مزلو» معتقدند استقلال درونی، عدم وابستگی مقاومت در برابر کنترل اجتماعی افراطی، برای فعالیت خلاق ضروری است. بنابراین جو آزاد خانه بزرگسالانی که کار خلاق انجام می دهند موجب تشویق بچه ها به کارهای مشابه می شود.

¹³⁴ . Dewing

¹³⁵ . Cropley

بنابراین نقش الگویی والدین نیز دارای اهمیت خاص است، والدینی که خود ابتکار عمل داشته باشند الگوی مناسبی برای برانگیختن کودکان در ابداع و خلاقیتند. به عکس والدینی که در کارها دنباله رو هستند، طبق مد لباس می پوشند، در کارهای مختلف مثلاً در کارهای فنی خانه یا آشپزی طبق دستورالعمل و کتاب پیش می روند و از خود ایده ای ندارند این ویژگیها را به کودک خویش منتقل می کنند.

جو عاطفی خانواده با رشد خلاقیت کودک ارتباط مستقیم دارد. روابط مودت آمیز بین افراد خانواده موجب احساس امنیت عاطفی و روانی در کودک می گردد. و کودک اعتماد به نفس لازم برای ابداع و ابتکار و کار را خواهد داشت.

«گوان»^{۱۳۶} رابطه خلاقیت را با رشد عاطفی مورد توجه قرار داده و به این نتیجه رسیده است که کودکان در یک محیط امن روانی به راحتی خطرها را تجربه می کنند و به آسانی قوه ابتکار خویش را به کار می گیرند. او می گوید: بچه ها باید ابتدا محیط شان را، سپس خود و در نهایت دنیا را بپذیرند. رسیدن به اوج، عشق به آرمانها، عدالت، حقیقت و زیبایی دارای اهمیت زیادی است. عشق به والدین نیز در خلاقیت کودکان تأثیر بسزایی دارد. در جو امنیت و تأیید، بچه آزاد است آزمایش کند، ریسک کند و تخیلاتش را شرح دهد. اگر والدین بچه را محدود کنند، فرد منطبق و مطیعی بار می آید، بچه های قوی تر برای رسیدن به تجربه تازه مقاومت می کنند، در نتیجه گاهی با والدینشان دچار تضاد می شوند.

«میلگرام» موقعیت خانوادگی را از عوامل سیاسی در تحقق توانایی های بالقوه انسان می داند. او استناد به تحقیقاتی می نماید که نشان داده اند رفتار و نگرش والدین و کمیت و کیفیت علائق آنها و نحوه تعامل آنها با بچه هایشان در رشد تواناییهای فرزندانشان کاملاً مؤثر است «آلبرت» و «رانکو»^{۱۳۷}، «تولان»^{۱۳۸}.

¹³⁶ . Gowan

¹³⁷ . Runco

¹³⁸ . Tolan

بسیاری از افراد سرآمد و خلاق متذکر شدند که تلاش های والدین و دیگر مربیان عامل پرورش استعداد آنها بوده است. «آلبرت، رانکو، بلوم^{۱۳۹}، کوکس^{۱۴۰}». «کارن لیست»^{۱۴۱} و «رنزولی»^{۱۴۲} در مطالعه ای که بر روی زنان هنرمند داشتند به این نتیجه رسیدند همه آنها خانواده های حمایت کننده داشته اند. تمام زنها گزارش کردند که والدین آنها به کار آنها علاقه نشان داده اند و از آنها حمایت کرده اند.

شیوه های آموزش و تمرین خلاقیت

با توجه به این که درباره شیوه های آموزش و تمرین خلاقیت در فصلی مجزا بحث خواهیم کرد در اینجا تنها به شیوه های دوبونو و تورنس اکتفا می گردد. «دوبونو» معتقد است: اگر بخواهیم از تفکر جانبی یا خلاق استفاده نمائیم. لازم است، مهارتهایی را تمرین نماییم. دوبونو برای تمرین تفکر جانبی، روشهایی را ارائه نموده است، بعضی از این روشها عبارتند از:

۱- تغییر

تفکر جانبی به دنبال یافتن راه حل های تازه از طریق تغییر ساخت و تنظیم مجدد اطلاعات است. برای تمرین این شیوه تعیین سهمیه روش خوبی است، یعنی در هر موضوع رسیدن به تعداد معینی جواب مشخص گردد. بدین ترتیب افراد تا تکمیل سهمیه به بررسی راه های مختلف می پردازند.

۲- شک و تردید

برای تحقق تفکر جانبی لازم است به مفروضات شک نمود. زیرا هدف تفکر جانبی تغییر یا تجدید ساخت هر الگویی است. استفاده از شیوه، چرا در انجام این روش موثر است. و مربوط به زمانی نیست که فرد جواب را نداند بلکه ممکن است مطلب کاملاً آشنا باشد و باز فرد پرسد

¹³⁹ . Bloom

¹⁴⁰ . Cox

¹⁴¹ . Caren List

¹⁴² . Renzullie

چرا؟ هدف این روش ایجاد شکاکیت نیست. بلکه مهم این است که شخص بداند میان فرض ها زندانی نمی گردد. بدین ترتیب با آزادی بیشتر می تواند از آنها استفاده کند.

۳- تعویق قضاوت

در تفکر جانبی، در نهایت صحیح بودن جواب، مطرح است. اما در طول راه اشتباه مجاز است. اگر فرد بخواهد همواره در مسیر صحیح حرکت کند، فرصت های خوبی را ازدست می دهد. زیرا چه بسا فکر نادرستی که در نهایت به ایده ای مناسب و صحیح منجر شود، اما اگر تلاش بر همیشه صحیح بودن باشد آن فکر هرگز اجازه بروز نخواهد یافت. زمانی که درست بودن ملاک است یک جواب یا نظم کفایت می کند و راجع به جواب و نظم بهتر فکر نمی شود. با تأخیر در قضاوت فرد هر اندیشه ای را فوری بی ارزش نمی خواند و مدت بیشتری آن را دنبال می کند و موجب پرورش اندیشه های دیگر می شود.

در اجرای عملی این روش می توان ایده های غلط را ارائه داد و به جای بررسی علت غلط بودن آن، به بررسی این نکته که چگونه می توان آن را مفید ساخت، پرداخت. یک ظرف سوراخ را می توان فوری به دور انداخت یا به کاربردهای دیگری برای آن فکر کرد.

۴- ایده های حاکم

یافتن ایده های اصلی در یک مطلب، نقش مهمی در اجتناب فرد از این که تحت تاثیر آنها واقع شود دارد، کسی که نتواند ایده حاکم را بیابد تحت تاثیر آن قرار می گیرد. در اجرای عملی می توان از افراد خواست به مطالعه مقاله یا کتابی پردازند و سپس ایده های حاکم آنرا برگزینند.

۵- تقسیم

تقسیم یک مطلب یا موضوع به بخشهای متعدد راهی موثر در جهت تغییر ساخت موضوع می باشد. منظور از این روش تجزیه یک موضوع به اجزاء نیست، بلکه مهم خلق اجزا است.

تقسیم مصنوعی باعث می شود، اجزاء به شیوه های جدید بدهم پیوند بخورند. هدف این روش بر هم زدن یکپارچگی یک قالب ثابت است، بنابراین لزومی ندارد تقسیم تمام موضوع را فرا بگیرد. در اجرای عملی موضوع را انتخاب نموده، به طور مثال حمل و نقل با اتوبوس و سپس اجزا در نظر می گیریم. به طور مثال اندازه اتوبوس، تعداد افراد، راحتی و آسایش، انتخاب مسیر ... و

۶- معکوس سازی

در این روش ابتدا مطالب را به شکل اولیه در نظر میگیریم و سپس آن را معکوس و قلب می نماییم. به طور مثال به جای جاری نمودن آب از بالا به سوی بالاروانه می کنیم. این روش برای رهایی از الزام در نگرش بر موضوع به شیوه رایج است. همچنین برای مقابله بر ترس از اشتباه کردن و انجام کاری که درست بودن آن مورد تردید است، می تواند مفید باشد. گاهی ممکن است براساس ارائه سازی به نتایج مناسبی نیز رسید.

در اجرای عملی، موضوعاتی ارائه می گردد و سعی می شد افراد تا آن جا که ممکن است به روش های مختلف آن موضوع را وارانه سازند. «تورنس» نیز مهارت هایی را برای خلاقیت ضروری می داند و به والدین و مربیان پیشنهاد می کند. این مهارت ها را می توان به کودکان و نوجوانان خویش بیاموزند.

۱- بررسی راه های مختلف: با بررسی راه های بیشتر در حل مسأله، امکان یافتن روش های مناسب و بهتر بیشتر خواهد بود. به طور مثال معلمی که علی رغم تفاوت های فردی دانش آموزان از روش تدریس معینی پیروی می کند، نمی تواند در کارش موفقیت چندانی به دست آورد. برای ارائه راه حل ها باید هرچه بیشتر از قضاوت و داوری و انتقاد نسبت به ایده ها دوری جست و محدودیتی برای ارائه ایده ها اعمال نمود. برای ایجاد این مهارت می توان از سوالاتی که مسأله را به طور عمیق بررسی می کند و فرد را به تفکر وا دارد بهره گرفت. سوالاتی که با

پاسخ آری و نه تکمیل نگردد. علاوه بر اینها، توجه به جنبه های مختلف مسأله دستیابی به راه حل های مختلف بیشتری را میسر می سازد.

۲- ابتکار: معمولاً با حذف تفکر عادی و عاداتی و با اندیشیدن به چیزهای غیر معمولی، غیر عادی، امکان ابتکار فراهم می گردد. عوامل احساسی، فوق منطقی در داشتن ابتکار تأثیر دارد. فرد مبتکر از این که با دیگران متفاوت عمل کند، نباید مضطرب گردد. افراد مبتکر با ایده های ابتکاری و راه حل های غیر عادی و غیر معمول که به فکر دیگران نمی رسد، مسائلی را که بقیه فکر می کنند، راه حلی ندارد، به طور جالبی حل می کنند. توجه به اهمیت مسأله و تحریک عواطف برای حل مسأله راه دیگری برای برانگیختن ابتکار است. راه حل های ابتکاری توأم با تلاش های زیادی است، بنابراین برای تحریک افراد به پاسخ ابتکاری باید مسأله از نظر آنها اهمیت کافی و ارزش کار داشته باشد.

۳- درک اصل مطلب: در این روش فرایند تفکری که با تجزیه اطلاعات موارد غیر اساسی و بی مورد و غیر مفید را رها می نماید و به اطلاعات اساسی و مهم در حل مسأله می پردازد، محور کار است. برای رشد این مهارت می توان از کودکان و نوجوانان خواست مطلب یا داستانی را بخوانند و اصل مطلب را نقاشی کرده یا به شکل شعار یا شعاری در آورند. باید خلاصه نمودن مطالب نیز می تواند در این زمینه موثر واقع شود. برای خلاصه نمودن باید مطلب را روشن و ساده نمود و همین، موجب یافتن اصل مطلب می گردد.

۴- تعویق قضاوت: جلوگیری از قضاوت فوری، یک مهارت اساسی در خلاقیت است. زیرا داوری فوری درباره یک راه حل مانع راه حل های ابتکاری می گردد. اسبورن همواره تأکید داشت، خلاقیت و قضاوت نمی توانند همزمان عمل کنند زیرا قضاوت تفکر انتقادی مانع خلاقیت می گردد. برای جلوگیری از زود داوری فرد باید تمام عوامل را در نظر بگیرد به نتایج توجه کند، به هدف های مسأله پردازد و راه های مختلفی را بررسی نماید.

۵- **توجه به عواطف:** عواطف و عوامل غیرمنطقی نقش اول را در خلاقیت بازی می کنند. عواطف می توانند در رابطه با خلاقیت تسهیل کننده یا بازدارنده باشند. یعنی تفکر خلاق را حمایت کنند یا آن را پس بزنند، عواطف موجب می شود، فرد عمیقاً درگیر کار شود، چنان که با شور و اشتیاق آن را دنبال کند و کارهای فوق العاده ای ارائه دهد. برای درگیری عاطفی، اجرای نمایشهای خلاق می تواند مفید باشد.

۶- **تجسم قوی:** یکی از موارد تعیین کننده در خلاقیت توانایی تجسم اشیاء، مفاهیم و فرایندهاست. چگونگی این تصویرها نیز اهمیت زیادی دارد. هرچه تصویرها روشن، قوی، زنده و متنوع باشد، امکان ابداع و ابتکار بیشتر است. نقاشی، دستکاری شکل ها، تحریک کنجکاوی در مورد یک عکس یا سایر وسائل تجسمی، ترغیب تجسم آنچه خواننده یا بیان می شود و بسیاری از بازی ها و روش های مفیدی برای این مهارت هستند.

۷- **تخیل:** بسیاری از ابداعات، اختراعات، در نتیجه قدرت تخیل است. بسیاری از داستان های تخیل امروزه به واقعیت پیوسته اند. یکی از جنبه های روش تخیلی این است که فرد خود را جای چیزی دیگر قرار می دهد. روش های پرورش تخیل زیاد و متفاوت است، از جمله خواندن و نوشتن داستان های علمی، تخیلی. نمایش خلاق نیز روش مناسبی در این زمینه است.

۸- **نگاهی دوباره:** نگرش متفاوت به مسائل جزء لاینفک خلاقیت است. دانشمند خلاق متوجه جنبه های تازه ای از پدیده هاست. نقاش خلاق با دیدی متفاوت مسائل را دریافته و در یک نقاشی آن را ترسیم می کند. بسیاری از روش های حل خلاق مسائل مانند روش «اسبورن»، «پارنزی سینکتیکز»^{۱۴۳} به دنبال همین جنبه هستند. شیوه تغییر نقش یکی از شیوه های موثر در این زمینه است به طور مثال جابجایی نقش ها مانند والدین، کودک، معلم، دانش آموز.

۹- **درون کاوی:** اغلب افراد خلاق در تجسم مسائل درونی توانایی بالایی دارند. توجه و تمرکز بر مسائل درونی فرایند خلاقیت را تسهیل می کند. شیوه گفتگو با خود شامل مقدار

¹⁴³ . Synectics

زیادی احساسات و اطلاعات پنهانی است. گفتگو با خود احساسات سرکوب شده را آشکار کرده و این خود راهی است که منجر به یافتن راه حل می شود. علاوه بر آن شیوه حل خلاق مسائل «سینکتیکر» نیز در این زمینه می تواند مفید باشد.

۱۰- شوخ طبعی: شوخ طبعی از ویژگی های بارز افراد خلاق است، از یک نظر می توان گفت: شوخ طبع کسی است که به خود و دیگران فراتر نگرند. شوخ طبع مربوط ساختن مسائل بی ارتباط و نامتناسب است که خلاف آداب معمول است. ترکیب کردن احساسات متضاد است. برای تقویت این مهارت باید خنده را مجاز دانست و شوخ طبعی در بحث و نوشته ها را تأیید نمود.

ب - فهرست خصوصیات

در این روش به جای این که به موضوع به شکل کلی بنگریم آن را به اجزای کوچکتری تقسیم می کنیم و به هر جزء مستقلاً می پردازیم. در این روش فرد فهرستی از صفات مختلف یک شیء یا ایده را آماده می کند و سپس هر صفت را جداگانه بررسی می نماید. این روش را می توان هم در مسائل ساده و هم پیچیده به کار برد و همچنین از اشیاء تا مسائل انتزاعی را دربر گرفت. مثلاً می توان شیء ساده ای مانند میز، کاغذ، مواد و غیره را در نظر گرفت، آن گاه از شیء مورد نظر فهرستی تهیه کرد که کلیه ویژگی های آن را مانند شکل، اندازه، رنگ، کاربرد در برگیرد. آن گاه روی هر خصوصیت تمرکز کرد و راههایی که بتوان آن خصوصیت را اصلاح کرد یا تغییر داد و آن را بهبود بخشید را جستجو کرد و مشخص نمود. با تقسیم مسأله به اجزای آن می توان به ایده های بیشتری دست یافت و با مسأله از ابعاد مختلف برخورد نمود.

همچنین می توان این روش را در مورد مسائل انسانی و معنوی به کار برد. مثلاً هنگامی که می خواهیم مشکل ناسازگاری در کودکان و نوجوانان را تغییر دهیم و اصلاح کنیم، یا روش تدریس مناسبی برای توسعه تفکر خلاق در دانش آموزان طراحی نماییم. در این جا نیز اجزای مسأله را مشخص نموده و سپس برای هر جزء فهرستی از خصوصیات تهیه کنیم و سپس راه

حل ها و ایده هایی که می تواند جهت بهبود موقعیت مؤثر باشد را یادداشت نمائیم. در این مرحله می توان از جلسه تحریک مغزی نیز بهره گرفت و کار را تکمیل نمود. این روش توسط «رابرت کرافورد»^{۱۴۴} مطرح گردیده است.

ج - فهرست سوالات

در این روش فهرستی از سوالات مختلف تهیه می شود تا موجب برانگیختن قدرت تفکر و تصور فرد گردد سوالات آن گونه تنظیم می شوند که ایده برانگیز باشند. این روش هم توسط «اسبورن» طراحی شده است و می تواند به شکل فردی و گروهی مورد استفاده قرار گیرد.

سوالات عبارتند از:

۱- کاربردهای دیگر: آیا می توانید از این وسایل استفاده دیگری نمود؟ چگونه می توان آن را تغییر داد تا کاربرد دیگری داشته باشد؟ از چه راههای دیگر این وسیله مورد استفاده قرار می گیرد؟ با استفاده از این سؤال ها گاهی می توان از یک چیز بی ثمر و زاید استفاده مطلوب به عمل آورد. به طور مثال می توان از دانش آموزان خواست از چیزهای زاید در خانه شان وسایل مختلفی درست کنند.

۲- اقتباس: از چه روش دیگری می توان برای این کار اقتباس کرد؟ چه چیزی دیگری شبیه این وسیله است؟ چه ایده دیگری می توان از آن برداشت نمود؟ آیا قبلاً شبیه آن وجود داشته است؟ جستجوی مشابهات منجر به یافتن ایده های با ارزشی می گردد، چنان که بسیاری از ابداعات، اختراعات حتی شاهکارهای ادبی از موارد مشابهی اقتباس گردیده است.

۳- تعدیل و تغییر: چگونه می توان در ویژگی های شیء تغییر به وجود آورد؟ با چه تغییر می توان آن را مناسبتر ساخت؟ تغییر می تواند در اندازه، شکل، رنگ، بو، حرکت، معنی و مفهوم چیزی باشد، گاهی می توان با تغییر کمی کیفیت بالایی به شیء یا امری داد.

¹⁴⁴ . Robert, Crawford

۴- جانشین سازی: چه چیزی را می توان جانشین ساخت؟ چه کسی را می توان به جای آن به کار گرفت؟ چه احساسی را می توان جانشین نمود؟ به جای این اجزاء چه اجزائی می توان به کار برد؟

بسیاری از ایده های خلاق به سبب این سوال که چه چیزی را می توان جایگزین نمود ایجاد گردیده است. با تغییر و جایگزینی فردی به جای فرد دیگر، ماده ای به جای ماده دیگر، مکانی به جای مکان دیگر و فرایند به جای فرایند دیگر می توان به نتایج ارزشمند زیادی رسید. در واقع جایگزینی تکمیل کننده اقتباس و تغییر است.

۵- بزرگ سازی: چه چیزی را می توان به آن افزود؟ آیا باید قوی تر باشد؟ اگر به آن اجزائی اضافه شود چه می شود؟ اگر بزرگتر گردد، چه؟
بزرگ نمایی می تواند در اندازه، تکرار بیشتر، استحکام بالاتر، ارزش بیشتر، افزایش اجزاء و غیره نمود یابد. همچنین می توان از این شیوه در مسائل رفتاری استفاده نمود. مثلاً وقتی می خواهیم فردی را از خطری بر حذر داریم یا بزرگ نمودن عواقب کار به نتیجه بهتری برسیم. از طریق جمع و ضرب کردن امور راه های متعددی در حل مسائل باز می شود.

۶- کوچک سازی: چه چیز را می توان حذف کرد؟ آیا می توان آن را کوچکتر نمود؟ آیا می توان سبک تر نمود؟ آیا می توان آن را تجزیه کرد؟
در کوچک سازی با حذف چیزهای غیرلازم و ساده نمودن امور، راه های خلاقیتی برای تولید محصولات با بهره وری بیشتر ایجاد می کند. علاوه بر حذف کردن می توان با تقسیم نمودن نیز گاهی به شیوه های خلاقیتی رسید. همچنین بسیاری از ابداعات در نتیجه فشرده کردن، تراکم بیشتر و طول متر به وجود آمده اند.

۷- تغییر ترتیب: به چه نحو دیگری می توان در این ترتیب تغییر داد؟ چه نتیجه ای از تغییر ترتیب حاصل می گردد؟ اجزاء نسبت به هم چگونه قرار بگیرند بهتر است؟

در بسیاری مواقع لزومی به رعایت تسلسل و توالی معمول در کارها نیست و می توان با بهم زدن آن مسائل را بهبود ببخشیم.

۸- وارونه سازی: برعکس آن چیست؟ چگونه می توان معکوس کرد؟ روش متضاد چیست؟ معکوس نمودن در هر زمینه ای کاربرد دارد. مثلاً با معکوس کردن نقش ها می توانیم انتظارات افراد را دریابیم. یا در مورد اشیاء به ایده های تازه ای دست یابیم، چرا به جای سفید سیاه نباشد؟ چرا به جای پایین بالا نباشد؟ چرا کار من غیرمنتظره نباشد؟

۹- ترکیب: چه افکاری را می توان ترکیب کرد؟ چه اشیائی با هم ترکیب شوند پدیده جالبی می شود؟ بسیاری از ابداعات عملی با ترکیب تازه ای از چیزهای موجود ایجاد شده است. یا بسیاری عقاید خوب ترکیبی از نظریات مختلف است.

در مجموع فهرست سوالات به افراد کمک می کند تا بتوانند ایده های تازه و مناسبی پیرامون موضوعی که روی آن کار می کنند ارائه بدهند. زیرا این سوالات به منزله ی محرکی است که استعداد خلاق افراد را به کار می اندازد. حتی افرادی که قوه تفکر خلاق خویش را فعالیت بخشیده اند و در بروز خلاقیت موفق بوده اند باز نیازمند استفاده از این فهرست سوالات هستند.

د - ارتباط اجباری^{۱۴۵}

این روش که توسط «چارلزاس وایتینگ»^{۱۴۶} طراحی شده است، نوعی رابطه اجباری و تحمیل شده بین دو یا چند چیز یا فکر است، دو امری که معمولاً هیچ ارتباطی با هم ندارند. با مربوط ساختن دو فکر یا دو شیء که هیچ گونه رابطه ای با یکدیگر ندارند مفهوم تازه ای به دست می آید که زمینه ای برای ایده یابی و ایجاد تفکر خلاق می گردد.

¹⁴⁵. Forced association

¹⁴⁶. Charles S. Whiting

این روش مبتنی بر این اندیشه است که هر فکر یا شیء ترکیب جدیدی از امور است. آسانترین راه برای انجام این شیوه استفاده از جدول است. اشیاء و تصورات و افکار در سمت چپ جدول به ترتیب نوشته می شود و اشیاء و تصورات دیگر در بالای جدول. نقطه تلاقی هر کدام ترکیب و مفهوم تازه ای است که بسیاری اوقات ایده بخش است. بنابراین در این روش افراد حاضر در جلسه برای یافتن ارتباط بین دو چیزی نامأنوس فکر می کنند و بدین ترتیب به ایده های تازه دست می یابند.

اغلب می توان به سهولت از این روش استفاده نمود. و بهره خوبی از آن گرفت. این روش به خصوص برای کودکان مفید است. چون می تواند جنبه سرگرمی و بازی به خود بگیرد و همچنین منجر به ابداع و ابتکار از سوی آنها گردد. مثلاً ابداع یک سرگرمی تازه با ترکیب وسایل سرگرمی ها و بازی های متفاوت یا ترکیب تازه ای برای غذاهای مختلف.

و - « سینکتیکز »^{۱۴۷}

« گوردون »^{۱۴۸} و همکارانش شیوه جالب دیگری برای رشد خلاقیت به نام « سینکتیکز » تدوین نمودند. « سینکتیکز » ترکیبی از دو لغت لاتینی به معنی اتصال و همراهی عناصر به ظاهر بی ربط است. این شیوه زمانی که راه حل های قدیمی برای انجام کار مناسب نباشد، مطرح می گردد. یعنی باید به افراد فرصت ابتکار راه های جدید برای اشیاء و ابزار خویشتن داد. گوردون آن را « آشنایی زدایی » می نامید یعنی که فرد تلاش می نماید با دید تازه ای به چیزهای آشنا بنگرد.

تفکر خلاق در این شیوه به وسیله فعالیت استعاری و تمثیلی شکل می گیرد. بدین ترتیب از شباهت امر مانند مقایسه یک چیز یا فکر دیگر به وسیله استفاده از یکی به جای دیگری بهره می گیرند و تفکر خلاق در خلال این جایگزین ها رخ می دهد و مطالب و امور نا آشنا را ارتباط داده و یا فکر تازه ای از افکار آشنا به وجود می آورند. بنابراین این روش ساختی را ایجاد می

¹⁴⁷ . Synectics

¹⁴⁸ . Gordon

کند که اشخاص بتوانند به وسیله آن خود را برای ایجاد تخیل و بصیرت در فعالیت های روزمره رشد دهند و خلاقیت در خلال این جریان استفاده ارتباطی به وجود می آید.

شیوه های پرورش خلاقیت در مدرسه

محققان معتقدند همه انسان ها در کودکی از استعداد خلاق برخوردارند، لکن عدم وجود محیطی مناسب و بی توجهی و عدم تقویت این توانایی مانع ظهور آن می گردد. برای هر جامعه ای وجود افراد خلاق اهمیت زیادی دارد. زیرا جوامع در دوره انتقال و تغییر نیاز مبرمی به راه حل های خلاق برای مسائل حال و آینده خود دارند.

«توین بی» معتقد است اگر جامعه نتواند از موهبت خلاقیت حداکثر استفاده را بنماید و بدتر از این، اگر این توانایی را سرکوب کند، انسان دیگر از حق ذاتی اش یعنی اشرف مخلوقات بودن محروم می گردد، زیرا در آن صورت کم ثمرترین مخلوقات است. همین دلیل کافی است که جامعه برای تعلیم و تربیت خلاق اولویت قائل شود. با توجه به مدت زمان زیادی که بچه ها در مدرسه می گذرانند می توان گفت تجربه های مدرسه نقش اساسی در تحقق خلاقیت آنها در آینده دارد، لکن تحقیقات نشان داده است افراد برجسته بندرت از مدرسه و معلمانشان به عنوان عامل مؤثر مهمی در رشد توانایی ها و خلاقیتشان یاد نموده اند. (نقل از: بلوم^{۱۴۹}، میلگرام)

اصول تورنس

«تورنس»، بیست اصل برای توسعه تفکر خلاق از طریق تجربه های مدرسه ارائه می دهد:

۱- تفکر خلاق را با ارزش بدانید

هر مربی در هر مقطع باید به عقاید جدیدی که توسط کودکان و نوجوانان طرح می شود، توجه نماید و این افراد را تشویق کند تا استعداد خلاقشان را توسعه دهند. هر مربی باید به این

¹⁴⁹ . Bloom

مسئله بیش از آموزش اطلاعات اهمیت دهد. تفکر خلاق در کسب اطلاعات جایگاه مهمی دارد.

طبیعی است اگر به تفکر خلاق اهمیت داده شود بچه ها به طرف آن کشیده می شوند اگر انتظار داریم، خلاقیت توسعه یابد باید یاد بگیریم که آن را با ارزش بدانیم.

۲- بچه ها را به محرک های محیطی حساس تر سازیم

تقریباً همه مطالعات اخیر از افراد بسیار خلاق در رشته های مختلف بر اهمیت حساسیت به انواع محرک های محیطی تأکید داشتند. نوع حساسیت بنا به موضوع فرق می کند. مثلاً کسی می تواند در روابط اجتماعی خلاق باشد که به احساسات، نیازها و روحیات انسانی و مانند آن حساس باشد. در حالی که نیاز به حساسیت به پدیده های شیمیائی نیست. لکن یک یک شیمیدان خلاق به حساسیت زیادی نسبت به پدیده های شیمیائی نیازمند است ولی لازم نیست به پدیده های اجتماعی حداقل در حوزه ای که مربوط به تحقیقات شیمی است پردازد. لازم است بچه ها را به طبقه وسیعی از محرکهای وسیعی حساس تر کنیم.

۳- دستکاری اشیا و عقاید را تشویق کنید

بچه ها اغلب مایلند به دستکاری و بررسی اشیا پردازند که مربوط به کنجکاوی آنهاست. مطالعات ما پیرامون تفکر خلاق دانش آموزان دبستانی نشان داد بین درجه دستکاری و کیفیت و کمیت پاسخ های ابتکاری همبستگی زیادی وجود دارد.

۴- چگونگی آزمایش منظم عقاید را یاد دهید

یکی از هدف های کاملاً پذیرفته شده تربیتی این است که به بچه ها آزمون واقعیت ها را آموزش دهیم تا آنها تصویر واقعی از دنیایی که در آن زندگی می کنند به دست آورند. معلمان باید از کلاس های ابتدائی شروع کنند و به بچه ها نشان دهند چگونه برای مشخص کردن مسئله هر پیشنهاد را بطور منظم آزمون می کنند. بطور مثال در یک مسئله معلم یا کلاس راه های

مختلفی که ممکن است مسأله حل شود را مشخص کنند و سپس دانش آموزان را تشویق کنند که راه های متفاوتی بیابند. بعد از تلاش برای یافتن راههای مختلف به آنها اجازه دهند راجع به بهترین راه تصمیم بگیرند. به عقیده «تورنس» این روش می تواند از سطوح پائین خلاق بطور مثال کلاس سوم انجام شود.

۵- تحمل عقاید تازه را توسعه دهید

یکی از مهمترین عیوب نظام تربیتی امروزی تأکید زیاد بر برقراری هنجارهای رفتاری است تا تولید کارهای تازه و اصیل (ابتکاری) که بر خلاف انتظار است را اذیت کنند. درحالیکه مربیان باید عقاید تازه افراد خلاق را حمایت و بچه ها را تشویق به این تحمل کنند.

۶- از تحمیل یک الگوی خاص اجتناب کنید

آزادی، یک اصل اساسی در کار خلاق است. راههای زیادی برای انجام کارهاست. بنابراین مقید نمودن افراد برای تبعیت از یک الگوی خاص اثرات منفی به بار می آورد.

۷- در کلاس جوّ خلاق ایجاد کنید

کلاسی دارای جوّ خلاق است که فضایی آزاد داشته باشد. لازمه این امر موجب فقدان ترس و احساس امنیت است. برای ایجاد تفکر خلاق در بچه ها ایجاد گروه های کلاسی نقش مؤثری دارد بچه های گروه با شرکت در ایجاد افکار خلاق احساس لذت و رضایت می کنند.

۸- به کودک یاد بدهید تفکر خلاق خویش را ارزشمند بداند

بچه ها باید یاد بگیرند به عقایدشان اهمیت بدهند. یک روش این است که بچه ها عادت کنند افکارشان را یادداشت کنند. تهیه یک دفتر مخصوص برای این امر مفید است. اغلب ما بسیاری از ایده های خوب را از دست می دهیم چون آنها را فراموش می کنیم. پس بهتر است افکارمان را روی کاغذ بنویسیم حتی اگر در ارزش ایده ای تردید کنیم بهتر است ثبت نماییم.

آن ایده ممکن است در زمانی دیگر مورد بررسی، انتقاد و تغییر قرار گیرد یا ایده مهم دیگری را در ما برانگیزد.

۹- مهارت هایی را به منظور اجتناب از بدآموزی همسالان آموزش دهیم
 بچه های خلاق گاهی ویژگی های دارند که می تواند اثرات نامطلوبی بر روی کلاس بگذارد مانند مستقل عمل کردن و عدم هماهنگی و اعتنا به جمع و هدف های گروه. مربیان باید مهارت های لازم برای شناخت احساسات دیگران را به او بیاموزند و اجازه دهند منفرد کار کند اما نه آن گونه که خود را از جمع جدا سازد.

۱۰- اطلاعات لازم راجع به فرایند خلاق را ارائه دهیم
 کودکان را به فرایند خلاق آشنا کنیم. برنامه های آموزشی خلاقیت را مانند روش «اسبورن» تمرین کنیم.

۱۱- احساس ضعف در برابر شاهکارها را دور کنید
 احساس ضعف در برابر شاهکارها مانع رشد استعداد خلاق می شود. اگر معلم وقت بگذارد و جزئیات روشی که هنرمند یا نویسنده استفاده می کند را برای دانش آموز توضیح دهد، این احساس ضعف کاهش می یابد.

۱۲- یادگیری خودانگیز را تشویق و ارزیابی کنید
 کنجکاوی بچه ها موجب خودانگیزی آنها می گردد. معلمان و والدین می توانند آن را زنده نگه دارند، سازمان بندی زیاد و برنامه ریزی مانع خودانگیزی که عامل مهمی در ایجاد خلاقیت است، می شود. چگونگی ارزیابی نیز در خودانگیزی داری اهمیت است. اگر ما حفظ جزئیات را ارزیابی کنیم، دانش آموزان به حفظ مطالب می پردازند. اما اگر ارزیابی براساس توانایی تکمیل و کاربرد اصول باشد آنها تلاش خواهند کرد چنین کنند.

۱۳- خار در پای ایجاد کنید (یعنی توجهشان را به یافته های بحث برانگیز جلب کنید). «نورث رپ» معتقد است کسی متفکر خلاق نمی شود، مگر بطور مداوم خاری در پا داشته باشد. بنا به نظر او افرادی که پوست نازکی دارند نمی توانند خلاق باشند. فردی که دارای تفکر خلاق است دائماً با مشکلات دست و پنجه نرم می کند، به آن فکر می کند: تحلیل می نماید و در نهایت راه های مختلفی را از طریق شواهد تجربی و آزمایشی می سنجد. «نقل از تورنس»
معلمان در تمام سطوح می توانند خارهایی در پا ایجاد نمایند. در مدارس ابتدائی می توانند انگیزه بچه ها را با ایجاد سوالات و کمک به آنها برای یافتن جواب حفظ کنند.

۱۴- برای تفکر خلاق ضرورت‌هایی ایجاد نمائیم
معلمان می توانند فرصت‌هایی ایجاد کنند که دانش آموزان را به تفکر خلاق وادار نماید به طول مثال استفاده از مسایلی که تا حدی مشکل باشد و به راحتی به جواب نرسد.

۱۵- موقعیت‌هایی برای فعالیت و فرصت‌هایی برای آرامش ایجاد کنید
تقسیم اوقات به فعال و آرام، در ایجاد ایده های تازه مهم است. ایده های مهم برای بعضی افراد ناگهانی و در انواع فعالیت‌های متنوع پیش می آید. تاریخ نشان داده گاهی ابداعات و اکتشافات در دوره های آرامش و سکوت به وجود آمده است. معلم می تواند به بچه ها کمک کند تا در روز اوقاتی در سکوت و آرامش داشته باشد و تمام وقت در گروه نمانند.

۱۶- برای رسیدن به عقاید، منابع قابل دسترسی فراهم کنید
واضح است برای این که بچه ها به عقاید دیگران پی ببرند. باید به منابع دسترسی داشته باشند. طبیعی است امکان ندارد مدارس و حتی اجتماع همه منابع لازم را در اختیار بچه ها قرار دهد. پس آنها را آموزش داد تا کمبودهای خلاقانه را بپذیرند. منظور از پذیرش خلاقانه این است که فرد تلاش می کند از منابع در دسترس، برای رسیدن به هدف حداکثر استفاده را بنماید.

۱۷- عادت رسیدن به کاربرد کامل عقاید را تشویق کنیم

غالب افرادی که به مضامین کامل عقاید نمی پردازند، نمی توانند به کشف مهمی نایل آیند زیرا به اندازه کافی به مغزشان برای رسیدن به نتایج و رای نتایج منطقی فشار وارد نمی کنند. باید به بچه ها آموخت که گاهی نیاز است روزها، هفته ها، ماهها، یک مطلب را تا به دست آوردن شواهد کامل دنبال کنند.

۱۸- انتقاد سازنده را توسعه دهید نه فقط انتقاد کردن را با هر موضوعی که تدریس می شود، باید فرصت هایی برای تقویت و توسعه عادت و مهارت انتقاد سازنده به وجود آورد.

۱۹- کسب شناخت در رشته های مختلف را تقویت کنید

شناخت، و رای رشته تحصیلی، در ایجاد عقاید بنیادی مفید است. بسیاری از عقاید و روش هایی که در یک رشته طرح می شود از رشته تخصصی دیگری گرفته می شود و در آن رشته به کار می رود.

۲۰- معلمانی که با روح حادثه جویی باشید

بچه های بسیار خلاق روحیه حادثه جویی دارند و معلمانی که به این روحیه توجه می کنند در توسعه این روحیه کمک می کنند. معلمانی که خود روحیه حادثه جویی دارند این روحیه را در دانش آموزان تقویت می کنند و در خلاقتر شدن آنها تأثیر دارند.

فصل ۴

نگات تریپتی

اسلام

حقوق کودکان بر والدین

رسول خدا حضرت محمد(ص) فرمود:

«بر پدر لازم است به فرزندش نوشتن، شنا، و تیراندازی تعلیم دهد، و جز روزی حلال و پاک به او ندهد».

انسان موجودی بانیزهای متعدد است که نمی توان او را از نیازهایش جدا ساخت. برخی از این نیازها مربوط به جسم و تن و بعضی مرتبط با روح و روان مربوط است. بخشی از این نیازها در زمینه حیات اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و بخش دیگر در زمینه مسائل فرهنگی، اخلاقی، مذهبی اوست البته این نیازها به جهت رتبه و اهمیت و اولویت نیز قابل تقسیم هستند. نقش والدین، معلمین و مسؤولان در تامین این نیازها و خواست ها بسیار مهم است. اولین نیازی که به آن می پردازیم نیاز به محبت است.

نیاز به مهر و محبت در عموم انسان ها خصوصاً کودکان بر کسی پوشیده نیست. به تعبیر یکی از صاحب نظران تربیتی، از بین مجموعه نیازهای آدمی شاید هیچ کدام به اهمیت و اعتبار نیاز عاطفی و احتیاج به مهر و محبت نباشد. اساساً محبت برای انسان نیازی طبیعی به شمار می آید و زندگی بدون محبت سرد و بی صفا و خسته کننده است. محرومیت از محبت، موجب بروز عوارض و صدمات روانی می شود که ریشه و منشاء بسیاری از ناهنجاری ها و ناسازگاری ها به شمار می آید. هراسانی آرزومند است که محبوب دیگران باشد و از اظهار محبت دل گرم و مسرور می شود. هم چنان که متقابلاً دوست دارد به افراد دیگر دل بستگی داشته باشد و ابراز محبت و علاقه نماید تا پایه های روابط استوار و زندگی پرشور و نشاط گردد. تامین این نیاز روانی مانند تامین سایر نیازمندی های روحی است، و تاثیر شگرفی در شخصیت انسان مخصوصاً در مراحل اولیه زندگی دارد.

از نظر اسلام این تبادل محبت و مهرورزی باید از دوران کودکی آغاز و پایه ریزی شود و بهترین و برترین کسانی که باید آن را پایه گذاری کنند، پدر و مادر، مخصوصاً مادر است.

امام صادق علیه السلام نیز نقل کرده اند: «خداوند در اثر مهر ورزی به فرزندان، بنده خود را مورد رحمت قرار می دهد».

نکاتی که باید در ارتباط با حقوق کودک مد نظر والدین قرار گیرد عبارتند از:

۱- بوسیدن کودک

معمولاً کودک علاقه مند است پدر و مادر و خویشاوندان و نزدیکان او را ببوسند و در آغوش بگیرند و از طرف دیگر می بینیم که او نیز می خواهد عاطفه خود را متقابلاً نشان دهد و بوسه های گرم خود را به گونه های پدر و مادر و دیگران نثار کند. بوسیدن و بوسه زدن کودک امری است که نیاز او را به محبت سیراب می کند و او را راضی می سازد. ،

پیامبر اکرم می فرمایند: «فرزندان خود را زیاد ببوسید زیرا باهر بوسه، برای شما مقام و مرتبه ای در بهشت فراهم می شود که فاصله میان هر مقامی پانصد سال است»

۲- اظهار محبت زبانی

راه دیگر مهر ورزی، ابراز محبت است که در لسان روایت و قرآن از آن تعبیر به مودت شده است. دوست داشتن همراه با ابراز کردن آن مورد نظر است. شاید به همین خاطر است که در آیه شریفه سوره شورا می فرماید: «ای پیامبر بگو من برای ابلاغ رسالت از شما مزدی نمی خواهم، مگر این که دوستی با نزدیکان و خویشاوندانم را اعلام کنید». در باره فرزندان نیز مهر ورزی با تعبیر مودت ذکر شده است. بلکه لازم است آن را بر زبان آورند و اظهار نمایند. به هر حال در مسیر تربیت انسان ها مخصوصاً کودکان محبت، اکسیری است که مس وجود انسان را به طلا تبدیل می کند. مولوی چه زیبا می گوید:

از محبت خارها گل می شود وز محبت سرکه ها مل می شود

۳- عدم افراط و رعایت عدالت

در مهرورزی و ابراز محبت دو نکته حائز اهمیت و قابل توجه است. نکته اول عدم افراط در مهرورزی است. همچنان که تفریط در محبت خطر ناک و آفت زا ست و ریشه امید و نشاط

وحیات را در وجود انسان می خشکاند، افراط در محبت نیز آنرا می پوشاند. پس خشکیدن و پوسیدن نتیجه نامطلوبی است که در هر دو روش مشترک است. تعادل و توازن در مهر ورزی عامل بالندگی و رشدیافتنی است. آنچه در دین سفارش شده است رعایت اعتدال است، افراط در محبت نتیجه اش پر توقع بار آمدن کودک، جوانه زدن ریشه های خود پسندی، عجب و سرکشی در برابر حقیقت و یا به عکس عدم اعتماد به نفس و احساس وابستگی شدید است. امام باقر علیه السلام می فرمایند: «بدترین پدران کسی است که در نیکی به فرزندان خود افراط و زیاده روی کند».

نکته دیگر که باید در محبت کردن به آن توجه کرد، رعایت عدالت در بین فرزندان است. حتی اگر به هر علتی والدین یکی از فرزندان خود را بیشتر دوست داشته باشند، نباید آن را اظهار کنند، زیرا کودکان آن را در می یابند و تبعیض تخم کینه و حسد و قهر وجدایی را در دل آنها می کارند.

پیامبر اسلام می فرمایند: «از خدا بترسید و در بین فرزندانان به عدالت رفتار کنید».

پیامبر در مورد بوسیدن فرزندان به رعایت عدالت توصیه کرده اند. ایشان می فرمایند.

« خداوند دوست می دارد حتی در بوسیدن بین فرزندانان عدالت را مراعات کنید».

۴- نام گذاری

نخستین وظیفه والدین انتخاب نام مناسب به ویژه نام ائمه و انبیا و چهره های صالح برای فرزندان است. چون نام نیکو بازتاب روانی و تربیتی در آینده کودک دارد. روح کنجکاو انسان، سرانجام او را به اندیشیدن درباره نام و وجه تسمیه خویش می کشاند. از پدر و مادر، معلم و دوستان می پرسد و یا با جست و جو در فرهنگ لغات در پی یافتن مفهوم دقیق نام و عنوان خویش بر می آید. شعف و رضایت، احساس غرور و آرامش را در چهره آنانی که به معنای نام خویش دست می یابند و به گسترده معنایی و ارزش عنوانی خویش پی می برند می توان یافت.

حضرت علی (ع) در این باره می فرمایند: «فرزند خویش را پیش از تولد نام گذاری کنید، هرگاه نمی دانید پسر است یا دختر، آنان را به تناسب مرد و زن بودن نام گذاری کنید.»

۵- احترام به کودکان

کودکان امانت خداوند و هدیه او هستند، به خدا وابسته اند، همچون عروسک و اسباب بازی نیستند که در باره آنها تحقیر روا شود. او چنان وابسته به خدای بزرگ است بزرگ و صاحب کرامت است باید به گریه و فریادهایش توجه کرد. باید با او با احترام رفتار نمود. او باید حس کند که شخص بزرگی است و در نزد دیگران احترام دارد و او را می پذیرند.

۶- سلام کردن به کودکان

معمولاً فرزندان به پدر و مادر خود سلام می کنند و باید به چنین وضعی عادت نمایند، لیکن پدر و مادر نباید همواره انتظار داشته باشند که کودکان سلام کنند، بلکه باید در مواردی هم پدر و مادر به فرزندان سلام کنند. پیامبر فرمودند: پنج چیز را تا هنگام مرگ ترک نخواهم کرد پنجمین عمل سلام کردن به کودکان است تا این که سنتی باشد و بعد از من باقی بماند.

گاهی که کودک سلام کردن را فراموش کرد خوب است پدر و مادر سلام کنند و گاهی حتی در سلام کردن بر او سبقت بگیرند. وقتی با کودک ملاقات می کنیم خوب است با او دست بدهیم و احوالپرسی کنیم.

۷- شرکت کودکان در مجالس

شرکت کودکان در مجالس، میهمانی ها، جشن ها یا سوگواری ها، تاثیر بسیاری در تربیت و پرورش شخصیت اجتماعی و اخلاقی کودکان دارد. برای رسیدن به این هدف لازم است نکات زیر رعایت شود:

- در ابتدای ورود سلام بدهید و در احوال پرس ها بگذارید کودک خود جواب بگوید.
- باید در مجالس برای کودکان نیز جاباز کرد و به او احترام گذاشت.
- لباس هایی برای او تهیه شود که مورد خنده و استهزای کودکان دیگر نشود.

- بگذارید کودک خود میوه یا شیرینی را بر دارد.
- چنانچه از جانب بزرگ ترها سوالی از کودک بشود بگذارید خود کودک پاسخ بگوید.

۸- بها دادن به لوازم بازی و وسایل کودکان

گاهی والدین، وسایل مربوط به کودکان را دست کم گرفته مثلاً عروسک کودک را که بسیار مورد علاقه اوست برداشته به جایی پرت می کنند و یا جای مخصوصی برای کاغذ و قلم و وسایل مدرسه اش در نظر نمی گیرند و یا این که با عصبانیت وسایل او را برداشته، هم به کودک وهم به وسایل مورد نظر او پرخاش و توهین می کنند. متأسفانه این بی توجهی باعث می شود کودک هم خودش و هم وسایلش را زیادی احساس کند واز وجود خویش احساس شرم کند همین بر خوردها زمینه ساز عقده و حقارت و کوچک به حساب آوردن کودک می شود. واضح است که اثرات سوئی در بر خواهد داشت.

۹- احترام به دوستان کودک

شیوه های تکریم کودکان می تواند زمینه ساز تربیت اجتماعی و اخلاقی باشد، کودکان در دوره دبستان و راهنمایی دوستانی دارند که برایشان عزیز هستند. والدین می توانند با دعوت از دوستان کودک و ایجاد یک میهمانی کوچک مثل جشن تولد یا جشن تکلیف، برخورد گرم و محترمانه با دوستان فرزندانشان داشته باشند. والدین محترم در حضور دیگران از کارهای خوب تشکر و قدردانی کنند. دوستان خوب آنها را مورد تکریم قرار دهند.

۱۰- مسؤلیت دادن به کودکان و نوجوانان

به کودکان و نوجوانان اعتماد کنید و مسؤلیت بدهید و در عین حال مواظب و مراقب آنان باشید. کودک و نوجوانی که عزت نفسش حفظ شده است در رویارویی با مسائل و مشکلات از استواری و مقاومت بیشتری برخوردار است و آسیب پذیری او کمتر است. والدین که به فرزندان خود روحیه و امید می دهند و توانایی های او را تحسین و تمجید می کنند این نیاز را به

خوبی در او ارضا می کند و موجب می شوند که اعتماد به نفس فرزند آنها تامین شود و فرزندان با اطمینان مسیر پر نشیب و فراز زندگی را طی کنند و با روحیه ای مقاوم با مسائل و مشکلات و مسئولیت ها مواجه شوند.

۱۱ - پرهیز از توسل به زور

یکی از امور فطری هر انسان این است که در عمق وجودش عشق به کمال و جمال وجود دارد، هر جا کمال و جمال وجود داشته باشد افراد انسانی شیفته و بدان علاقه مند می شوند. یکی از شیوه های بسیار عالی اسلام برای نفوذ در دیگران این است که به جای پرداختن به دیگران، بکوشند کمالات روحی و اخلاقی خود را ظهور و بروز دهند. والدین و مربیان باید به دوره نوجوانی و مشکلات و حساسیت ها و نیازهای نوجوان و جوان توجه داشته باشند و خود را به دنیای روحی و ذهنی آنان نزدیک سازند و به جای تندی و خشونت، ملایمت و سازگاری پیشه کنند و به تکریم شخصیت آنان پردازند.

۱۲ - مشورت با کودکان و نوجوانان

یکی از عواملی که به نوجوانان شخصیت می دهد، مشورت کردن با آنها در امور خانواده است. این کار سبب می شود که آنها احساس کند در خانواده به حساب می آیند و به نظرشان توجه می شود. مشورت با نوجوانان و سهیم کردن او در برنامه ریزی زندگی، خانوادگی، توجه به نیازها و علایق، توجه به اوقات فراغت او و نظایر آن، همگی نشان احترام به نوجوان محسوب می شود. والدین در انجام امور خانواده از نوجوان نظرخواهی کنند و برخی از مسائل خانوادگی را با وی در میان بگذارند، مانند زمان تماشای تلویزیون، میهمانی رفتن، مسافرت رفتن، تعمیر خانه و نظایر آن.

فصل ۹

تأثير اینترنت

بر کودکان

مقدمه:

در ابتدای این فصل توجه خوانندگان گرامی را به این نکته جلب می‌نمایم که منظور از مباحث مطرح شده در این فصل ابداع به معنی نادیده گرفته شدن فواید فناوری‌های جدید نیست. نقش این گونه وسایل در سرعت انتقال اطلاعات و پیشرفت علوم بر هیچ کس پوشیده نیست، از سویی دیگر دردنیای کنونی نمی‌توان کودکان و نوجوانان را از دست یابی به این فناوری‌های جدید محروم کرد و مانع پیشرفت‌های آتی آنها شد. ولی باید کودکان و نوجوانان به طور کنترل شده و هدایت شده از این وسایل استفاده نمایند تا علاوه از بهره‌مندی از مزایای آنها از خطرات آنها نیز در امان باشند. همچنین در این فصل سعی شده است تا اطلاعات ضروری به پدر و مادرها ارائه گردد تا والدین بتواند هم با امنیت خاطر اجازه استفاده از این فناوری‌ها را به فرزندان خود بدهند و هم نسبت به کنترل و هدایت فرزندان خود اعمال نظر نمایند.

تاثیرات رایانه و اینترنت بر کودکان و نوجوانان

فناوری رایانه بطور وسیع در جامعه گسترش پیدا کرده است و با تمامی جنبه‌های زندگی از مدرسه تا محل کار، خدمات بانکی، خرید و فروش، پرداخت مالیات و حتی رای‌گیری تلفیق شده است. امروزه این فناوری نقش مهمی در زندگی کودکان ایفاء می‌کند و این نقش بسرعت در حال افزایش است. بطوریکه تعداد کودکان ۱۷-۲ سال که رایانه را در منزل استفاده می‌کنند از ۴۸٪ در سال ۱۹۹۶ به ۷۰٪ در سال ۲۰۰۰ صعود کرده است. استفاده از اینترنت نیز از ۱۵٪ به ۵۲٪ در این دوره ۵ ساله افزایش پیدا کرده است. اما آیا این فناوری زندگی کودکان را بهبود می‌بخشد؟

علی‌رغم جنبه‌های مثبت، از قبیل جنبه‌های آموزشی و ارائه خدمات ارتباطی و ... رایانه و اینترنت جنبه‌های منفی نیز دارد. استفاده کنترل نشده رایانه بویژه وقتی با دیگر فناوری‌ها از قبیل تلویزیون همراه باشد کودک را در معرض خطر اثرات مضر آن بر تکامل فیزیکی، اجتماعی و

روانی قرار می دهد. که از آنها می توان به مشکلات بینایی، صدمات سیستم اسکلتی، چاقی، اثر بد مهارت های اجتماعی، مشکلات ارتباطی در خانواده و اعتیاد الکترونیکی اشاره کرد. اگر از رایانه صحیح استفاده شود اثرات مثبتی دارد. با رعایت نکاتی هنگام استفاده از کامپیوتر می توان مطمئن شد که استفاده از رایانه زندگی کودکان را در حال و آینده بهبود می بخشد. از آنجائیکه رایانه در همه جای زندگی حاضر است، مهم است که بفهمیم چگونه این فناوری می تواند رشد و تکامل کودکان را بهبود ببخشد یا منحرف کند. در مورد نوجوانانی که از اینترنت استفاده می کنند، این خطرات وجود دارد که آنها بخواهند همه اوقات فراقتشان را به فعالیت های اینترنتی مثل چت کردن اختصاص دهند. در اینصورت علاوه بر اینکه مزایای فعالیت های اجتماعی را از دست می دهند، ممکن است به اینترنت وابستگی هم پیدا کنند و یا بر اثر کنجکاوی و تنوع طلبی به مکانهای نامناسب نیز سر زده و اوقات خود را تلف نمایند و در پایان هم حاصل آنها از این اوقات فراغت به جای سازندگی و نشاط افسردگی، احساس گناه و پشیمانی و اعتیاد به اینترنت باشد.

علل جذابیت اینترنت

چرا کودکان، نوجوانان و جوانان اینترنت را دوست دارند؟ چرا بعضی از افراد تا آن اندازه جذب اینترنت می شوند که ممکن است به آن وابستگی و اعتیاد هم پیدا کنند؟ برای پاسخ دادن به سؤالات فوق می توان موضوع را از دو جنبه مورد بررسی قرار داد. اول اینکه رایانه و اینترنت حتماً دارای یک سری جذابیت ها و قابلیت هایی هستند که افراد را به طرف خود می کشانند. زیرا امکانات زیادی از قبیل تلفن، تلویزیون، رادیو و... تا به حال ابداع و به جهانیان عرضه شده، ولی هیچکدام از آنها نتوانسته اند به اندازه رایانه و اینترنت افراد را به خود جذب کنند بطوری که نسبت به آنها وابستگی ایجاد شود. جنبه دیگری که می توان به موضوع پرداخت، توجه به نوع مخاطبان اینترنت است. نوجوانان، جوانان و مخصوصاً دانشجویان بیشتر از سایر اقشار جامعه به رایانه و اینترنت گرایش دارند.

ویژگی های روانشناختی رایانه و اینترنت

«کندل» در مورد رایانه و اینترنت (*دو ویژگی ماهیت رسانه و حس کنترل*) را مطرح می کند، که در زیر آنها را مورد بحث قرار می دهیم؛

ماهیت رسانه: «مارشال مک لان» رسانه ها را به دو دسته تقسیم کرده است: رسانه ی گرم و رسانه ی سرد، رسانه ی گرم رسانه ای است که از اطلاعات کاملاً پُر است و فرد موقع استفاده از آن کاملاً منفعل است و لازم نیست که به طور فعال در آن درگیر شود. فیلم، رادیو و کتاب مثال هایی از رسانه گرم هستند، زیرا در آنها تصویر دیده می شود، صدا شنیده می شود و کلمات خوانده می شوند، اما فرد تجربه ای که در استفاده از آنها کسب می کند تجربه فعالی نیست.

در رسانه سرد برخلاف رسانه گرم، فرد مجبور است در فرایند انتقال تجربه درگیر شود. روزنامه و تلویزیون تا اندازه ای گرایش دارند که در دسته رسانه های سرد جای بگیرند، زیرا در روزنامه فرد چیزی را می خواند ولی این خواندن در ابتدا از صفحه اول روزنامه که به صفحه موزاییک روزنامه معروف است انتخاب می شود. همانطور که در تعریف رسانه سرد بیان شد، این نوع رسانه ها تجربه سرگرم کننده مهمی را ایجاد می کند. رایانه و فعالیت های وابسته به آن در طبقه رسانه های کاملاً سرد جای می گیرد، زیرا افراد را به شدت در موقع استفاده درگیر می سازند و همچنین حالت انتخابی دارند، به همین خاطر کامپیوتر و اینترنت طبیعتاً رسانه سرگرم کننده و مهیج می باشند و افراد زیادی را به خود جذب می کنند.

احساس کنترل

دومین ویژگی رایانه و اینترنت، احساس کنترلی است که این رسانه برای فرد ایجاد می کند. فرد وقتی که از رایانه و اینترنت استفاده می کند، احساس کنترل عجیبی در فعالیت هایش تجربه می کند. فرد می تواند به رایانه اش فرمان دهد به همان شیوه ای که تمایل دارد ظاهر شود و اطلاعات را به همان شیوه ای که او را خشنود می سازد سازمان دهد. برای افرادی که احساس کنترل اندکی در سایر حوزه های زندگی شان داشته اند رایانه و اینترنت فرصت خوبی را فراهم

می آورند تا آنها احساس کنترل خیلی زیادی را تجربه نمایند. به عنوان مثال اتاق گفتگوی همزمان (چت) یک تجربه بین فردی را فراهم می کند، این مسئله بخصوص در افرادی که تجاربی منفی در این زمینه داشته اند نمود بیشتری دارد ولی در ارتباط اینترنتی مثل گفتگوی همزمان همه این حالات از بین می روند و از لحاظ کلامی برای فرد ارضاکننده هستند، در نتیجه فشار ارتباط با دیگران ملایم تر و معتدل تر می شود. همچنین در اینترنت فرد می تواند جنسیت، سن، نژاد و ظاهر خویش را تغییر داده و طور دیگری خود را نشان دهد که این خود کنترل فوق العاده ی شخص را در تعاملات نشان می دهد و نشانه ای از خواست های واقعی او که از مهار کنترل های اجتماعی اوست، می باشد.

مشکلات عمده استفاده کودکان و نوجوانان از اینترنت

این مشکلات را می توان در سه گروه (فیزیکی، اجتماعی و روانی) طبقه بندی نمود که در ذیل به شرح آنها می پردازیم.

۱- مشکلات جسمی:

الف - مشکلات بینایی

به اعتقاد پزشکان کودکانی که به مدت طولانی از رایانه استفاده می کنند در معرض خطر نزدیک بینی قرار می گیرند. اگرچه ۷۰٪ بزرگسالانی که به دلیل نگاه ممتد به صفحه نمایشگر و کار طولانی مدت با رایانه به علائم سندرم بینایی رایانه مبتلا هستند. تحقیقات نشان داده است که کودکان بدلائل ذیل برای ابتلا به این سندرم مستعدتر هستند:

- عدم توجه به مسائل بهداشتی و سلامت خود. ممکن است ساعت ها در مقابل صفحه رایانه بنشینند و بر آن تمرکز کنند.

- عدم بیان مشکلات بینایی توسط کودکان و نادیده گرفتن آنها.

- ایستگاه های کاری رایانه اغلب متناسب با وضعیت بالغین طراحی می شود و برای کودکان مناسب نیست.
- برای پیشگیری از سندرم بینایی رایانه در کودکان باید قبل از شروع مدرسه معاینه کاملی از چشم کودکان از نظر دید نقاط دور و نزدیک صورت گیرد.
- ایستگاه های کاری رایانه متناسب با وضعیت کودکان طراحی شود.
- فاصله بین نمایشگر و چشم کودک ۲۸-۱۸ اینچ توصیه می شود. فاصله کمتر از ۱۸ اینچ برای کودکان مضر است.
- والدین باید از رفتارهای که بر مشکلات چشمی دلالت می کند آگاه باشند از قبیل قرمزی چشم، مالش مکرر چشم ها، سردرد، پوزیشن های (حالت های) غیر معمول، (شکایت از تاری دید و خستگی چشم).

ب - صدمات سیستم اسکلتی

- مشکلات نواحی معج، گردن و پشت، کودکانی را که طولانی مدت از رایانه استفاده می کنند، تهدید می کند. این مشکل با وضعیت قرارگیری کودک در حین کار با رایانه در ارتباط است. برای پیشگیری از این صدمات پوزیشن صحیح قسمت فوقانی بدن در حین کار با رایانه حفظ شود پشت بوسیله صندلی حمایت شود.
- در حین نشستن بر روی صندلی نباید بر عقب زانوها فشار وارد شود.
- پاها روی سطحی محکم (کف زمین یا بر روی سطح شیب دار) قرار گیرد.
- سر بر روی گردن متعادل باشد..-
- زاویه بین ساقه پا و ران بیش از ۹۰ درجه باشد.
- معج بطور خنثی قرار گیرد (زاویه کمتر از ۱۵ درجه

مواردی که باید برای کودکان ۵ تا ۱۲ ساله در نظر گرفت

- یک محل کار طبیعی و آسان طراحی شود. فضایی که کودک بتواند به آن دسترسی پیدا کند.
- به راحتی بنشیند بدون اینکه بدنش را بطور نامتناسب خم کند یا بیچاند
- وضعیت صفحه رایانه را بررسی کنید. صفحه رایانه طوری قرار گیرد که کودک بدون اینکه گردنش را به عقب و جلو خم کند آنرا به راحتی ببیند.
- وجود تجهیزات مناسب در محل کار: صندلی راحت، میز ثابت، صفحه کلید سطح پایین با شیب منفی، موس در اندازه مناسب برای کودک.
- صفحه نمایشگر عاری از گردو غبار باشد و نور کافی موجود باشد
- مدت زمان استفاده از رایانه کنترل شود. زیرا صدمات فیزیکی با طول مدت استفاده از کامپیوتر در ارتباط است.

چاقی

کودکانی که مدت طولانی در مقابل رایانه می نشینند، فعالیت هایشان از فعالیت های مورد نیاز سلامتی (از قبیل ورزش) دور می شود در نتیجه خطر چاقی افزایش پیدا می کند (۱۱). برای به حداقل رساندن خطر چاقی توصیه می شود که مدت استفاده از رایانه به ۱-۲ ساعت در روز محدود و بر فعالیت های از قبیل ورزش تاکید شود.

تشنج اپیلتیک (حساس به نور): تشنج بطور اولیه بوسیله شکل خاصی از اپی لپسی ایجاد می شود. اپی لپسی حساس به نور زمانی ایجاد می شود که کودک حساسیت بالایی به نورهای لرزان دارد در این حالت زمانی که در مقابل نورهای درخشان رایانه و فلاش های ناشی از بازی های رایانه ای قرار می گیرد تشنج آغاز می شود. علائم متنوع می باشد که شامل سردرد، تغییر در میدان بینایی، سرگیجه، گیجی، کاهش آگاهی و تشنج می باشد. به محض توقف استفاده رایانه علائم ناپدید می گردد.

اثر اینترنت بر مهارت های اجتماعی

علی رغم اینکه اینترنت بعنوان یک فناوری شگفت آور معرفی شده است بر مهارت های اجتماعی افراد اثرات منفی دارد. بهترین راه برای کشف خود زمانی که کودک در حال رشد و یادگیری است، تعامل با دیگر کودکان می باشد. یادگیری از طریق تجربه و تحریک حسها اتفاق می افتد، زمانی که کودک از رایانه استفاده می کند کمتر اتفاق می افتد. کلیک کردن بر موس و بازی های رایانه ای پیشرفت مناسب مهارت های اجتماعی کودک را به تأخیر می اندازد. زمانی که کودک به اینترنت معتاد شد، انگیزه اش برای تعامل با دیگران کم می شود که خود اثرات منفی بر ارتباط شخصی و تعاملات اجتماعی دارد.

مطالعات اخیر نشان می دهد که استفاده از اینترنت سبب ایجاد احساس بدبختی، تنهایی و بطور کلی کاهش سلامت روانی می شود. اشخاصی که از اینترنت بیشتر استفاده می کنند دوستی ها را کمتر حفظ کرده، زمان کمتری با خانواده صحبت می کنند، استرسورهای بیشتری را تجربه کرده اند و احساس تنهایی و افسردگی می کنند.

اینترنت و خانواده

اینترنت امروزه جایگاه ویژه ای در ساختار زندگی خانواده ها پیدا کرده است و رایانه به عنوان یک وسیله اما با کاربردی متفاوت تر، متنوع تر و شخصی تر وارد خانه شده و عرصه زندگی اجتماعی را دچار تغییر و تحول نموده و روابط اجتماعی جدیدی با ویژگیهای نوین در جامعه حاکم می سازد.

دلیل اصلی خانواده ها از خرید رایانه و ارتباط با شبکه اینترنت در منزل آموزش می باشد. والدین اعتقاد دارند که این ابزار نگرش کودک را به مدرسه بهبود می بخشد. اما با گسترش سریع استفاده از این فناوری سؤال مهمی که ایجاد می شود تأثیر آن بر ارتباطات بین اعضای خانواده است. استفاده از اینترنت به چند دلیل بر روابط خانواده تأثیر می گذارد.

- استفاده از اینترنت یک فعالیت زمان گیر است پس می تواند مدت تعامل کودک با خانواده اش را کاهش دهد. زمان اختصاص داده شده برای تعامل با یکدیگر پیش شرط ارتباط با کیفیت می باشد. در یک مطالعه ۵۰٪ خانواده ها بیان کردند که مدت زمانی که آنلاین هستند کمتر باهم صحبت می کنند و ۴۱٪ موافق یادگیری رفتارهای ضد اجتماعی در این مدت بودند.
- اینترنت کشمکش های جدیدی را در خانواده ایجاد می کند. وجود فقط یک کامپیوتر در منزل رقابتی بین کودک و والدین برای استفاده از کامپیوتر ایجاد می کند که گاهی سبب کشمکش می شود استفاده از صفحات وبی که از نظر محتویات متناسب سن کودک نمی باشد سبب بحث و کشمکش بین والدین و کودکان می شود.
- گاهی کشمکش ناشی از دستیابی کودکان به اطلاعات خصوصی والدین می باشد.
- والدین نگران هستند که اینترنت کودک را از سایر فعالیتها منحرف کند و همچنین اثر ایزوله کننده ای بر او داشته باشد.

اعتیاد الکترونیکی

مطالعات نشان داده است که الگوهای رفتاری اعتیاد در بین مصرف کنندگان سنگین اینترنت وجود دارد. بررسی ها شیوع آن را از ۶٪ تا بیش از ۸۰٪ گزارش کرده اند. نگران کننده ترین جنبه اعتیاد به اینترنت، آسیب دیدن کودکان است. آنها به راحتی به بازی های چند نفره حتی بخش های مبتذل وابسته می شوند. معتادین به اینترنت ساعت های بسیار طولانی در طول روز را به استفاده از این وسیله ارتباطی می گذرانند به نحوی که عملکرد شغلی و اجتماعی آنها تحت تأثیر قرار می گیرد، کارشناسان این نوع استفاده غیر طبیعی از اینترنت را اصطلاحاً اعتیاد به اینترنت می نامند. علت اعتیاد به اینترنت در بسیاری از این افراد، دستیابی به راهی برای سرکوبی اضطراب ها و تنش های زندگی است به گفته پژوهش گران احتمال اعتیاد به اینترنت در افراد گوشه گیر و افرادی که در ارتباط های اجتماعی و بین فردی خود مشکل دارند بیش از سایرین است.

علایم شناخته شده این اختلال شامل

- الف) استفاده از رایانه برای خوشگذرانی، شادی یا تسکین استرس .
- ب) احساس تحریک پذیری غیر قابل کنترل و افسردگی زمانی که از آن استفاده نمی کنند.
- ج) صرف زمان طولانی و هزینه زیاد برای نرم افزار و سخت افزار، روزنامه ها و فعالیتهای مربوط به رایانه .
- د) بی خیال شدن نسبت به کار، مدرسه و خانواده.
- به آنهایی که نمی توانند از صفحه رایانه دور شوند توصیه می شود به یک شبکه حمایت شده و سالم متصل شوند.
- زمانی که حس می کنند باید رایانه را روشن کنند با کسی تماس بگیرند و با او صحبت کنند. این روش رفتار شناختی است به این ترتیب به افراد کمک می شود تا الگوی ذهنی خود را دریابند و بدانند چگونه باید آنرا تغییر دهند.

بازی های رایانه ای

امروزه گسترش بازیهای الکترونیکی و رایانه ای به تهدید بزرگ برای قشر جوان تبدیل شده است و این امر می تواند به بروز بیماری های روانی و افسردگی در قشر جوان نیز منجر شود. امروزه دسترسی کودکان و قشر جوان به بازی های الکترونیکی به سادگی امکان پذیر است در حالی که اکثر والدین نسبت به خطرات استفاده بیش از حد این بازی ها بی اطلاع هستند. در گذشته بازی ها از طریق ارتباط کودکان با یکدیگر انجام می شد اما امروزه کودکان از زمان درک و فهم این بازی ها بیشترین ساعات روز را صرف اینگونه بازی ها می کنند در حالی که این ارتباط هیچگونه رابطه عاطفی و انسانی ایجاد نمی کند و در صورتی که اگر بازی ها فکری نیز نباشد تأثیر گذاری نامطلوب بر روحیات کودک خواهد داشت.

تأثیر بازی های رایانه ای بویژه در ایجاد خشونت در کودکان و نوجوانان

تحقیقات نشان می دهد که تأثیر بازی های رایانه ای بر رفتار خشونت آمیز کودکان و نوجوانان به وجود چند عامل بستگی دارد. اولین عامل اینکه درجه شدت خشونت در بازی چه اندازه است. دوم توانایی کودک برای تشخیص و تمیز بین دنیای تخیلی و واقعیت زندگی است. عامل سوم قدرت کودک برای مهار کردن تمایلات و انگیزه های وجودی است و بلاخره عامل چهارم چارچوب ارزشی است که کودک در آن رشد کرده است و یا هم اکنون زندگی می کند و نیز ارزش هایی که در متن و محتوی بازی مستتر است.

تحقیقات اخیر دلالت بر این نکته دارد که بازیهای رایانه ای سبب صدمات مغزی طولانی مدت می شود. بازی های رایانه ای فقط قسمت های از مغز را که به بینایی و حرکت اختصاص دارد تحریک می کند و به تکامل دیگر نواحی مغز کمک نمی کند. کودکانی که ساعت های زیادی را به بازی اختصاص می دهند «لب فرونتالشان (قطعه پیشانی مغز)» تکامل پیدا نمی کند. لب فرونتال نقش بسزایی در تکامل حافظه، احساس و یادگیری دارد. افرادی که لب فرونتال آنها تکامل پیدا نکرده است بیشتر مستعد اعمال خشونت آمیز هستند و کمتر توانایی کنترل رفتارهایشان را دارند. در مقابل فعالیت هایی مانند محاسبات ریاضی فعالیت این قسمت از مغز را تحریک می کند.

- بازی های رایانه ای پر تحرک باعث بروز بیماری های استخوانی و عصبی در ناحیه دستها و بازوها می شود.

- یکی از دلایل شب ادراک کودکان بازی های ترسناک رایانه ای است. در بازی های رایانه ای کودک به تنهایی بازی می کند و گاه بدون برنامه ریزی ساعتها مشغول بازی می شود. تجربیات دوران کودکی در بزرگسالی تداوم می یابد. فردی که منفعل بازی می کند تا انتهای عمر منفعل می شود.

برخی خانواده ها مانع انجام بازیهای الکترونیکی از سوی فرزندان خود می شوند و در واقع با مخالفت کردن فرزندان را نسبت به استفاده از این بازیها حریص تر می کنند و از طرفی کودکان از هر فرصتی حتی پنهانی سعی در استفاده از این بازی ها دارند.

نتیجه گیری

در چند سال اخیر رایانه و اینترنت به تدریج تا حدی جای تلویزیون را گرفته است و احتمال می رود که در آینده ای نزدیک نقش عمده تری از تلویزیون را در زندگی کودکان و نوجوانان داشته باشد. در صورتیکه از این فناوری صحیح استفاده شود اثرات مثبتی دازد. در حالی که تحقیقات بیانگر خطراتی ناشی از کاربرد بی رویه و غلط از آن است که تمامی کاربران بویژه کودکان را تهدید می کند. برای اطمینان از استفاده بهینه و اینکه رایانه زندگی کودکان را در حال و آینده بهبود ببخشد، بطور کلی توجه به پیشنهادهای زیر کمک کننده است :

- آشنایی والدین با رایانه و گذراندن دوره های آموزشی در این زمینه و در صورت لزوم یادگیری برخی نکات از کودکان.

- صحبت با کودکان در مورد نحوه استفاده از رایانه از سوی آنان و خطراتی که در هنگام آنلاین شدن ممکن است آنها را تهدید کند.

- قرار دادن رایانه در مکانی از منزل که بتوان فعالیت های کودک را تحت نظر داشت .

- محدود کردن زمان استفاده از رایانه ، در صورتیکه وی از تماس های اجتماعی خود کاسته باشد. استفاده بیش از حد از رایانه معمولاً نشانگر یک مشکل است.

- همراهی با کودکان هنگام حضور آنان در اتاق های گفتگوی اینترنتی -

- بررسی نامه های الکترونیکی کودکان و حذف پیام های نامتناسب.

- استفاده از نرم افزارهای فیلتر کننده برای جلوگیری از مشاهده محتویات نامناسب. چنین نرم افزارهایی همچنین می توانند نشانی تمام سایت های که کودک به آنها سر زده را ثبت کنند تا

والدین بعداً آنها را بررسی کنند. البته هیچ یک از نرم افزارها نمی توانند جایگزین همراهی والدین با کودکان شوند

- برنامه ها متناسب با رشد و تکامل کودک باشند.

- تشویق کودک به تعامل با خانواده بجای استفاده بیش از حد از رایانه.

- رایانه بعنوان ابزار مکمل آموزشی باشد نه تنها راه آموزشی.

- تهیه برنامه های آموزشی برای والدین، معلمان و دیگر افرادی که با کودکان کار می کنند.

پژوهش های در مورد اثرات استفاده از رایانه بر تکامل فیزیکی، هوشی، عقلی، اجتماعی و روانی کودکان انجام گیرد.

تلفن همراه ، کودکان و نوجوانان

یکی از دست آوردهای علوم و فناوری جدید، تلفن همراه است که با وجود نداشتن سابقه زیاد، ولی از جایگاه مهمی بین مردم برخوردار شده است. علت این امر سرعت بخشیدن به برقراری ارتباط و ارتباط گیری آسان در نقاط مختلف جهان است. این وسیله علاوه بر صوت و تصویر اطلاعات مهمی دیگری نیز مخابره و دریافت می نماید. وابستگی شدید گروه های مختلف جامعه و نقش مهم تلفن همراه در تبادلات اجتماعی و بازرگانی و اقتصادی و بر هیچ کس پوشیده نیست.

اما پرسش مهم این است که آیا تلفن همراه ، برای کودکان و نوجوانان به همان اندازه بزرگسالان مهم است و ممکن است در صورت نبودن آن آسیب جدی به روند تحصیلی کودکان وارد آورد؟

آیا نداشتن تلفن همراه ممکن است اختلالی در رشد جسمی- روانی کودکان و نوجوانان

وارد آورد؟

اعتقاد اکثر روان شناسان و متخصصین تعلیم و تربیت و حتی پزشکان، در مورد این پرسش ها منفی است و آنها معتقدند که حتی در اختیار گذاشتن تلفن همراه برای کودکان می توانند آسیب های جدی جسمی - روانی - اخلاقی - اجتماعی و تحصیلی را در پی داشته باشد. تجارب سال های گذشته (نگارنده) دلالت به همین امر دارد. موارد متعددی از والدینی که جهت مشاوره در مورد مشکلات نوجوانان خود به کلینیک مراجعه می نمودند، نقطه انحراف و مشکلات تحصیلی، اخلاقی و اجتماعی نوجوان خود را از زمان خریداری تلفن همراه برای فرزند خود می دانستند.

استفاده از تلفن همراه قبل از ۲۰ سالگی احتمال سرطان را پنج برابر می کند

تحقیقات دانشمندان سوئدی نشان داده است که استفاده از تلفن همراه می تواند بسیار برای کودکان خطرناک باشد. امروزه استفاده از تلفن های همراه بسیار فراگیر شده است. این دستگاه ها علاوه بر این که به کاربران خود امکان برقراری تماس و فرستادن پیام کوتاه را می دهند با مجهز شدن به امکاناتی مانند GPRS، دوربین های چند مگاپیکسلی، پخش کننده های موسیقی و بسیاری امکانات دیگر طرفداران زیادی در بین مردم، خصوصاً در میان نوجوانان و جوانان پیدا کرده است.

اما از این پس در هنگام خریدن یک گوشی تلفن همراه علاوه بر این که در مورد امکانات و قابلیت های آن تحقیق می کنید این نکته را به یاد داشته باشید که با نزدیک کردن این وسایل ارتباطی به گوش خود، ممکن است خود را در معرض چه خطراتی قرار دهید. شواهد جدید نشان می دهد این وسایل ممکن است خطر ابتلا به سرطان مغز را خصوصاً در میان کودکان افزایش دهد. همچنین افرادی که بیش از ده سال است از این وسایل ارتباطی استفاده می کنند می توانند در خطر ابتلا به سرطان قرار داشته باشند.

چندی پیش تحقیقی توسط ۱۳ کشور انجام شد و قرار است به زودی به چاپ برسد. سازمان محیط زیست اروپا بعد از انجام این تحقیقات زنگ خطر را به صدا درآورد. دولت فرانسه هم تصمیم دارد استفاده از این تلفن‌های همراه را در مدارس ابتدایی ممنوع اعلام کند.

در تحقیقات اولیه هیچ مدرکی که دال بر خطرناک بودن این وسایل باشد به دست نیامد و به همین دلیل صنایع ساخت تلفن همراه با قدرت هرچه تمام‌تر اقدام به تولید این گوشی‌ها در طرح‌ها و شکل‌های گوناگون کردند. این صنایع متوجه شدند این گوشی‌ها روز به روز در میان کودکان طرفداران بیشتری پیدا می‌کند و به همین دلیل سعی کردند با اضافه کردن قابلیت‌هایی بیشتر کودکان را به سمت خرید این وسایل ترغیب کنند.

در آخرین تحقیقاتی که در کشور سوئد صورت گرفته است مشخص شد استفاده طولانی مدت از این وسایل ممکن است خطرات بسیار بالقوه‌ای داشته باشد. این دانشمندان در این بررسی‌ها متوجه شدند افرادی که مدت زمان طولانی از این وسایل استفاده می‌کنند ممکن است دو برابر بیشتر از دیگر افراد در سمتی که گوشی تلفن همراه را نگه می‌دارند مبتلا به تومورهای مغزی غیر قابل درمان شوند.

از آنجا که بروز این گونه سرطان‌ها بین ۲۰ تا ۳۰ سال زمان نیاز دارند. کارشناسان و پزشکان معتقدند باید در چند سال آینده منتظر افزایش سرطان‌های مغز در میان کاربران تلفن همراه باشیم.

این محققان در بررسی‌های خود متوجه شدند بسیاری از افرادی که استفاده از تلفن همراه را قبل از سن ۲۰ سالگی آغاز کرده‌اند ممکن است پنج برابر بیشتر از دیگران به سرطان دچار شوند که این موضوع زنگ خطر استفاده از تلفن همراه را در میان کودکان و نوجوانان به صدا درآورده است.

اگر نتایج این تحقیقات درست باشد ما باید اقرار کنیم که دچار مشکل بزرگی شده ایم. هم‌اکنون بیش از دو میلیارد نفر در سراسر جهان از گوشی تلفن همراه استفاده می‌کنند. در انگلیس نزدیک به ۹۰ درصد از کودکان زیر ۱۶ سال دارای تلفن همراه هستند. همچنین نزدیک به ۴۰ درصد کودکان دبستانی در این کشورها دارای تلفن همراه هستند. پروفیسور «دیوید کارپنتر» از دانشگاه نیویورک در این باره گفت: ما پیش‌بینی می‌کنیم که زمانی که این کودکان بزرگ تر شدند ما شاهد یک اپیدمی از سرطان‌های مغز در بین آنها باشیم. با این حال هنوز هم اقدامات مؤثری برای کاهش خطرات ناشی از در معرض این اشعه‌های خطرناک بودن صورت نگرفته است. .

به هر حال همگان منتظر هستند نتایج تحقیقی که توسط سازمان بین‌المللی سرطان که با بودجه‌ای نزدیک به ۳۰ میلیون دلار در ۱۳ کشور جهان به انجام رسیده است، منتشر شود تا کاربران تلفن‌های همراه به دید تازه‌ای نسبت به خطرات احتمالی آن برسند

خطرات اعتماد به موبایل

بر اساس تحقیقاتی که "استفاده منطقی برای اثر گذاری مثبت" نام گرفته است، نوجوانانی که در طول روز برای ساعات طولانی از تلفن‌های همراه استفاده می‌کنند و وقت خود را با صحبت کردن با آن و یا ارسال پیام کوتاه صرف می‌کنند، احتمالاً با اختلالات روانی مواجه خواهند شد .

بر اساس این خبر، «فرانسیسکا تورسیلاس» استاد دپارتمان ارزیابی‌های شخصیتی، روانی و درمان در دانشگاه گرانادا، تعداد زیادی از نوجوانان ۱۸ تا ۲۵ ساله شهر گرانادای اسپانیا را مورد ارزیابی قرار داده و رفتار آنان را در خصوص استفاده از تلفن همراه و خطرات آن مورد مطالعه قرار داده است. .

به گفته «تورسیلاس»، این اعتیاد در نتیجه تغییرات اجتماعی به وجود آمده که در طول دهه گذشته، پدیدار گشته اند. بر اساس این تحقیق، عمده ترین تفاوت موجود میان این نوع از اعتیاد و اعتیاد به الکل و یا مواد مخدر این است که تلفن همراه ظاهراً هیچ تأثیر مخربی بر روی ساختار فیزیکی اشخاص ندارد و تنها تأثیرات روانی آنها است که برجای می ماند. وی در همین خصوص می گوید: «اعتیاد به تلفن همراه به طور جدی می تواند بر روی وضعیت روانی افراد تأثیر گذارد اما از آنجایی که این اعتیاد هیچگونه علائم و نشانه فیزیکی ندارد بنابراین اختلالاتی که به وجود می آورند مشهود نیستند».

بر اساس این گزارش حدود ۴۰ درصد از جوانان اعتراف کرده اند که از تلفن های همراه خود بیش از ۴ ساعت در روز استفاده می کنند و اکثر آنان نیز تأکید کرده اند که چندین ساعت را در روز صرف کار کردن با امکانات مختلف تلفن های همراه خود می کنند .

بسیاری از این افراد حتی در مواردی که تماسی را از دست می دهند و یا پیام های ارسالی آنان پاسخی را در بر نداشته باشد، بسیار غمگین و ناراحت می شوند .

بر اساس این گزارش، معتادان به تلفن همراه فعالیت ها و کارهای بسیار مهمی را نادیده می گیرند (نظیر اشتغال و تحصیل) و حتی از دوستان نزدیک و اعضای خانواده خود نیز فاصله می گیرند و هنگامیکه تلفن همراه با آنان نباشد مدام به تلفن همراه خود فکر می کنند .

به گزارش «تالیانوز»، بیشتر معتادان به تلفن همراه مردمی هستند که دارای اعتماد به نفس کمی بوده و در برقراری روابط اجتماعی با دیگران مشکل دارند و به همین خاطر احساس می کنند که همواره باید از این طریق با دیگران در ارتباط و در تماس باشند .

به گفته «تورسیلاس» هنگامی که این افراد به هر دلیلی از تلفن های همراه خود جدا می شوند بسیار غمگین و افسرده می شوند و حتی خاموش بودن تلفن همراه برای این افراد نگرانی و تشویش ایجاد می کند و باعث به وجود آمدن اختلالاتی در وضعیت خواب این افراد می شود. در بعضی مواقع مشاهده شده است که این افراد به لرزه افتاده و با مشکل سوء هاضمه نیز مواجه

می شوند. «تورسیلاس» در عین حال تصریح می کند که یک دلیل منطقی و خوب برای استفاده از تلفن همراه می تواند برای نوجوانان یک فاکتور مثبت نیز محسوب شود باعث می شود این افراد دوستان را در کنار خود حس کنند و همچنین احساس کنند که از جانب آنان حمایت می شوند. «تورسیلاس» در جای دیگری به این نکته اشاره می کند که سو استفاده از تلفن همراه نیز در عین حال می تواند تأثیر مخربی را بر شکل گیری ساختار شخصیتی و روحی نوجوانان برجای گذارد. .

پیشنهاداتی در رابطه با پیشگیری استفاده از محتویات غیر اخلاقی تلفن همراه در مدارس

مقدمه: کارکردهای مثبت و منفی وسیله ارتباطی به نام تلفن همراه بر کسی پوشیده نیست ، اقدامات قهری برای ممنوعیت استفاده از تلفن همراه در مدارس به عنوان آخرین راه ممکن ، مناسب است اما پیشگیری از این معضل مهمتر و مسلماً وجود امکانات ، بلوتوث ، حافظه های بالای مولتی مدیا ، دوربین ، ضبط صدا ، پیامک ها و غیره باید عاملی برای جدیت مسئولان مدارس و معلمان در عدم استفاده دانش آموزان از این وسیله داخل مدرسه باشد ، علی الخصوص مقاومت دانش آموزان و درگیری های زیاد والدین با کارکنان مدارس شاید منجر به تضعیف روحیه کاری ، خستگی و استرس طرفین نیز بشود.

۱ - صرف انتشار چند بخشنامه کمک اساسی به حل مشکل تلفن همراه و دوربین در این مقطع زمانی نخواهد کرد ؛ تشکیل یک جلسه کارشناسی آسیب شناسی استفاده از تلفن همراه ، با حضور پلیس ، روان شناس ، جامعه شناس ، مشاور ، مسئولین تربیتی ، مسئولین انجمن اولیا و مشاوره ، قاضی و غیره زیر نظر و توسط ادارات آموزش و پرورش بسیار مفید خواهد بود که

دارای دو کارکرد مؤثر است :

- ۱- وحدت نظر و رویه دوایر در این خصوص ۲- پیدا کردن راه کارهای بدیع در برخورد با مشکل تلفن همراه و استفاده آن در مدارس ۳- انتقال یافته های جلسه بحث و بررسی به صورت کاملاً "کارشناسی به مدیران مدارس ۴- توجه به تفاوت های فرهنگی مدارس و شهرها
- ۲- در مدرسه در قدم اول باید توسط کارکنان مدارس ، خصوصاً "معلمان در کلاس ، تبعات منفی استفاده از تلفن همراه با تاکید بر دو بعد ؛ حواس پرتی دانش آموز و عدم استفاده از کلاس و درس ؛ و دوم ؛ توجه به ضررهای استفاده مدام در سنین زیر ۱۷ سال ناشی از امواج مغناطیسی وسوم ؛ آثار ویرانگر محتوای برخی تراک های غیر اخلاقی با حفظ جوانب و احتیاط های لازم ، برای استفاده کنندگان یا بی توجهان به تذکرات قبلی مسئولین مدرسه (نه همه دانش آموزان) ، تشریح گردد. بهترین محل برای توجیه کارکنان مدارس جلسه شورای معلمان مدرسه است.
- ۳ - تهیه تراکت هایی توسط مدارس مبنی بر مشکلاتی نظیر ؛ حواس پرتی در مدرسه و عدم توجه کافی به درس و کلاس ، انتقال بیماری های ویروسی و باکتریایی ، مشکلات امواج مغناطیسی تلفن همراه و غیره و نصب در سالن مدرسه
- ۴- دعوت از مشاور ، جامعه شناس یا پزشک مسلط به موضوع برای حضور در مدرسه ای که بیشترین مشکل را از این بابت دارد و داشتن یک سخنرانی برای افراد علاقمند به حضور در جلسه برای استفاده از سخنرانی ، و تشریح مضرات و آسیب های استفاده از تلفن همراه در دانش آموزان
- ۵- در مدارس که بیشترین درگیری ها را در این رابطه دارند و یا برای افراد علاقمند به استفاده از مطالب سخنرانی ، یک سخنران آگاه و مسلط از دایره اجتماعی نیروهای انتظامی یا یک قاضی با هدف ارشاد و راهنمایی و اطلاع رسانی (نه با هدف برخورد) ، برخی جرائم احتمالی

استفاده از موبایل و محتویات آن تشریح شود چرا که خیلی از دانش آموزان مشکل دار نمی دانند که همراه داشتن محتویات غیر اخلاقی در موبایل یک جرم تلقی می شود

۶- پرسش و پاسخ مسئولان مدرسه با دانش آموزان به صورت کلاسی یا منتخب جمعی، در مورد انگیزه های استفاده از موبایل در مدرسه و کسب آمار و فرضیات در این رابطه، به فرایند پیشگیری و اقدامات مناسب مدرسه کمک خواهد کرد.

۷- یک راهکار بسیار ساده و موثر اینکه؛ برخی از خانواده ها از مشکلات همراه داشتن تلفن همراه توسط دانش آموز اطلاعات کافی ندارند و در مقابل مدیر مدرسه مقاومت می کنند و گاه به درگیری هم خواهد انجامید، بهترین محل برای دادن آگاهی به والدین تشکیل جلسه انجمن اولیای کلاسی است (که در مجمع عمومی کل مدرسه به خاطر محدودیت های رسمی سخنران و غیره کارساز نخواهد شد) اگر در جلسات انجمن کلاسی با توجه به یافته های علمی، آسیب های احتمالی مغناطیسی، روانی، حواس پرتی، لرز، استرس، اضطراب، کاهش خورد و خوراک، انتقال بیماری های ویروسی و باکتریایی، مشکلات گوارشی، بد خوابی، لرز، حساسیت و غیره در اثر استفاده مشترک در مدرسه و غیره برای آنان تشریح شود و مستندات آن ارائه گردد، علاوه بر اینکه والدین به فکر عدم استفاده از تلفن همراه توسط فرزندانشان در مدرسه خواهد افتاد، ممکن است یک پشتیبان خوب برای مدیر و مربی پرورشی و مشاور مدرسه باشند و درگیری ها و شکایات به حداقل خواهد رسید (مقاومت تعدادی از والدین در مدرسه برای این مورد هم دور از انتظار نیست اما تغییر نگرش اکثریت والدین کار مهمتری است.

۸- تاکید مدیران به دانش آموزان و والدین که هر ساعت از زمان حضور در مدرسه می توانند از تلفن مدرسه (با نظارت مدیر برای کارهای خیلی ضروری) استفاده نمایند و یا والدین از منزل با تلفن مدرسه تماس بگیرند، بهانه برخی دانش آموزان را بی اثر خواهد کرد، البته این مورد

هزینه چندانی برای مدرسه ندارد و بار مالی زیادی بر دوش مدرسه نخواهد گذاشت ولی در مقابل به دردسر ها و جنگ اعصاب آنطرف مشکل خواهد ارزید.

۹- این مشکل مقطعی است و با فرهنگ سازی در آینده حل خواهد شد، اما حتی یک مشکل مانند انتشار تصاویر دختران گرفته شده در یک مدرسه، در زمان فعلی جبران ناپذیر است آوردن مستندات ممنوعیت تلفن همراه در کشور های خارجی مانند، ژاپن، قبرس، انگلستان، هند و غیره، توجه مدیران یا والدین را به اهمیت موضوع جلب می کند و اعتراضات آنان را به حداقل خواهند رساند، از همه مهمتر، مسلماً یک یا چند روش ابداعی و بدیع وجود دارد که با همفکری و مباحثه و بررسی ابعاد مثبت و منفی آن می توان با این مشکل برخورد کرد ولی نیازمند یک برنامه تقریباً "طولانی تر برای پیشگیری از آسیب های تصاویر و تراک های غیر اخلاقی، داستان های غیر اخلاقی بسیار مخرب در مدارس و در سطوح دانش آموزی هستیم.

۱۰- از تمام موارد بالا مهمتر اینکه، تقویت ابعاد دینی دانش آموزان و اینکه این ممنوعیت استفاده یا ذخیره یا حتی دیدن تراک ها و مطالب غیر اخلاقی، در وجود فرد نهادینه شود، کمک مؤثری به حل مشکل خواهد کرد، حتی دانش آموزان معتقد و با تقوا ممکن است به سایر دانش آموزان در این باره تذکر دهند یا آنها را از عواقب کارشان مطلع نمایند و اینکه خدا را در همه حال ناظر بر اعمال خود بدانند.

۱۱- تقویت قدرت ابراز وجود در دانش آموزان، باعث خواهد شد به پیشنهاداتی در مورد ذخیره یا دیدن تراک های غیر اخلاقی یا ارسال و دریافت اس ام اس ها و ام اس های غیر اخلاقی و بلوتوث های غیر مجاز، با قاطعیت " نه " گفته و از دام این مشکلات رهایی یابند. نقش مربیان پرورشی و مشاوران مدارس در این بخش، بسیار مهم است

فصل ۱۰

دوره نوجوانی