

نقشه گنج

کودکان و نوجوانان می توانند بسیاری از مهارت های مهم زندگی را لایه لای صفحات کتاب ها پیدا کنند

محبوبه عظیم زاده | در دنیایی که کودکان و نوجوانان هر روز با حجم زیادی از اخبار و اطلاعات و پیام های مختلف روبه رو می شوند. آنچه بیش از اطلاعات به آن نیاز دارند. مهارت هایی است که به کمکشان بیاید. مهارت هایی که به آن ها کمک کند بهتر فکر کنند. بهتر ارتباط بگیرند و بهتر با چالش های زندگی کنار بیایند. کتاب های مهارت محور. چه آن هایی که روایتشان بر تصویر استوار است و چه کتاب های متنی. می توانند یکی از ساده ترین. در دسترس ترین و مؤثرترین ابزارهای پرورش این مهارت ها باشند. به شرط آنکه آگاهانه و متناسب با نیاز کودک انتخاب شوند.



دنیای متنوع کتاب های مهارت محور

یک کتاب مهارت محور شبیه معلمی نیست که مدام درس بدد. بیشتر شبیه به دوستی است که دست کودک را می گیرد. او را با یک موقعیت تازه روبه رو می کند و به او فرصت می دهد خودش فکر کند. احساس کند و راهش را پیدا کند. یک کتاب خوب معمولاً باعث می شود تا کودک:

- احساساتش را بشناسد و درباره آن ها حرف بزند.
- با دیگران همدلی کند.
- برای حل مسئله فکر کند.
- مسئولیت تصمیم هایش را بپذیرد.
- با شکست و ناکامی کنار بیاید.
- همکاری و احترام به دیگران را تمرین کند.

همه کتاب ها قرار نیست آموزشی باشند



کتاب ها قرار نیست حتماً سرشار از نکته ها و مهارت های آموزشی باشند. آن ها می توانند صرفاً جنبه سرگرمی داشته باشند و کودک یا نوجوان با خواندن آن ها غرق لذت شود. با این حال، گاهی خانواده ها فقط به دنبال کتاب هایی هستند که مستقیماً یک مهارت را آموزش بدد. نگاهی که انتخاب ها و لذت بی نهایت دنیای قصه ها را محدود می کند. داستان های فانتزی، طنز، ماجراجویی یا حتی قصه هایی که صرفاً سرگرم کننده به نظر می رسند نیز می توانند خلاقیت، تخیل، همدلی، انعطاف پذیری و قدرت حل مسئله را در کودک تقویت کنند. گاهی مهم ترین مهارتی که یک کتاب به کودک هدیه می دهد. لذت بردن از خواندن است. عادتی که زمینه یادگیری های بعدی را فراهم می کند.

چرا قصه ها بهترین معلم هستند؟



کودکان با توصیه ها کمتر و با تجربه ها بیشتر یاد می گیرند. داستان این امکان را فراهم می کند که بدون قرار گرفتن در موقعیت واقعی، ترس، شکست، دوستی، حسادت، انتخاب یا مسئولیت پذیری را تجربه کنند. آن ها همراه شخصیت ها تصمیم می گیرند، اشتباه می کنند، پیامد ها را می بینند و راه حل پیدا می کنند. به همین دلیل، داستان فقط سرگرمی نیست؛ نوعی تمرین برای زندگی است.

پایان قصه ابتدای داستان ماست



آخرین صفحه کتاب. تازه آغاز ما چراست! بسیاری از مهارت هایی که یک داستان می تواند به کودک بیاموزد. در گفت و گوی بعد از خواندن شکل می گیرند. قرار نیست از کودک امتحان بگیرید یا پیام اخلاقی داستان را از او بپرسید. کافی است درباره شخصیت ها، انتخاب هایشان و احساساتی که تجربه کرده اند با او حرف بزنید. پرسش هایی مثل:

- به نظرت چرا این شخصیت این تصمیم را گرفت؟
- اگر جای او بودی، چه کاری کردی؟
- کدام شخصیت را بیشتر دوست داشتی؟ چرا؟
- فکر می کنی داستان می توانست پایان دیگری هم داشته باشد؟
- این گفت و گو ها به کودک کمک می کنند احساساتش را بیان کند. از دیدگاه دیگران به موضوع نگاه کند و برای موقعیت های مختلف، راه حل های متفاوتی پیدا کند.

تصویرها هم داستان می گویند



کتاب های تصویری نیز انتخاب های بسیار خوبی هستند. پیش از آنکه کودک خواندن را بیاموزد، تصویر را می خواند. او از حالت چهره شخصیت ها، رنگ ها، فاصله آدم ها، زاویه نگاه و حتی سکوت میان دو تصویر، معنای سازد. به همین دلیل، در کتاب های تصویری، بخش مهمی از آموزش نه با کلمات، بلکه با دیدن اتفاق می افتد. شاید به همین دلیل است که بسیاری از متخصصان، کتاب های تصویری را یکی از بهترین ابزارها برای آموزش مفاهیمی مانند همدلی، شناخت احساسات، احترام به تفاوت ها و حل مسئله می دانند؛ مفاهیمی که گاهی یک تصویر، بهتر از چندین جمله آن ها را منتقل می کند.

چه مهارتی؟ چه کتابی؟



گاهی والدین یا مربیان از خود می پرسند بهترین کتاب برای کودک کدام است؟ اما شاید این سؤال را بتوان به نحوی دیگر نیز پرسید: کودک من امروز به یادگیری چه مهارتی نیاز دارد؟ اگر کودک در برقراری ارتباط با همسالان مشکل دارد، کتابی درباره دوستی می تواند مفید باشد. اگر از شکست می ترسد، داستانی درباره تاب آوری، انتخاب مناسب تری است. اگر قرار است به مدرسه برود یا خواهر یا برادر جدیدی به خانواده اضافه شود، کتاب هایی که به این تجربه ها می پردازند، می توانند به او احساس امنیت بیشتری بدهند. فراموش نکنیم که کتاب زمانی اثرگذارتر است که پاسخگوی نیاز امروز کودک باشد، نه صرفاً پرفروش یا مشهور فراموش نکنید که برای داشتن یک انتخاب درست می توانید با مشاوران کودک یا تسهیلگران کتاب نیز مشورت کنید.

چند قدم تا انتخاب بهتر



برای داشتن یک تجربه بهتر از تعامل فرزندان با کتاب، بهتر است چه در زمان خرید و چه در زمان مطالعه، چند نکته را به خاطر بسپاریم:

کتاب ها و نیازها

نیازهای یک کودک سه ساله با یک نوجوان یکسان نیست. هر دوره سنی، مهارت های خاص خود را می طلبد؛ از شناخت احساسات و کنترل هیجان در سال های نخست زندگی گرفته تا تصمیم گیری، تفکر انتقادی، مسئولیت پذیری و مدیریت روابط در نوجوانی.

کتاب ها و تجربه ها

کتاب آغاز یک مسیر است. نه پایان آن. اثر واقعی زمانی شکل می گیرد که کودک فرصت داشته باشد درباره آنچه خوانده حرف بزند، سؤال بپرسد و تجربه هایش را با دیگران به اشتراک بگذارد.

کتاب ها و چالش ها

گاهی یک کتاب درباره ترس از مدرسه، مهاجرت، دوستی، طلاق والدین، از دست دادن عزیزان یا تولد فرزند جدید در خانواده، بسیار مفیدتر از کتابی است که فقط به دلیل شهرت یا پرفروش بودن انتخاب شده است.

کتاب ها و سلیقه ها

وقتی کودک به موضوع کتاب علاقه داشته باشد، احتمال اینکه با آن ارتباط برقرار کند و پیامش را بپذیرد بیشتر است.

کتاب ها و بازگو کردن ها

تکرار، بخشی از فرایند یادگیری است. کودکان در هر بار خواندن، جزئیات تازه ای کشف می کنند. احساسات شخصیت ها را بهتر می شناسند و مفاهیم داستان را عمیق تر درک می کنند.

کتاب ها و مهارت ها از نگاه آمار و ارقام

پژوهش های سال های اخیر نشان می دهد کتاب خوانی، اگر با انتخاب آگاهانه و همراهی بزرگ ترها باشد، می تواند فراتر از تقویت سواد، در رشد مهارت های شناختی، اجتماعی و هیجانی کودکان نیز نقش داشته باشد. پشت بسیاری از توصیه هایی که درباره کتاب خوانی برای کودکان می شنویم، پژوهش های علمی قرار دارد. این نکات، با استناد به وبگاه یونیسف، آکادمی اطفال آمریکا و پژوهش های منتشر شده در مجله Developmental Psychology، بخشی از یافته ها را روایت می کنند.

گفت و گو درباره کتاب، اثر آن را بیشتر می کند

بررسی شانزده پژوهش در این زمینه نشان می دهد والدینی که هنگام کتاب خوانی از کودک سؤال می پرسند، در واقع او را وارد گفت و گو می کنند. این خواندن تعاملی باعث رشد معناداری در دایره واژگان کودکان می شود.

رشد مغز با کتاب خوانی و گفت و گو

در سال های نخست زندگی بیش از یک میلیون اتصال عصبی در هراتانیه در مغز کودک شکل می گیرد. سرعتی که در هیچ دوره دیگری از زندگی تکرار نمی شود. تجربه هایی مانند گفت و گو، بازی و کتاب خوانی در شکل گیری این اتصالات نقش مهمی دارند.

اثرات بلند مدت در دوران بزرگ سالی

در یک پژوهش روی بیش از ۲۵۰ کودک، مشخص شد کودکانی که از دوران نوزادی بیشتر کتاب خوانی مشترک را تجربه کرده بودند، چهار سال بعد، هنگام ورود به مدرسه، دامنه واژگان، سواد نوشتاری و مهارت های خواندن بهتری داشتند.

کاهش استرس والدین

کتاب خوانی مشترک والد و کودک، علاوه بر رشد زبان و سواد، با تقویت همدلی، کاهش استرس والدین، بهبود روابط عاطفی و رشد اجتماعی-هیجانی کودک نیز ارتباط دارد. همچنین پژوهش های تصویربرداری مغزی نشان داده اند که کتاب خوانی با رشد بهتر بخش هایی از مغز که با زبان و خواندن مرتبط هستند، همراه است.

فواید کتاب خوانی مکرر

کودکانی که والدینشان بیش از پنج روز در هفته با آن ها کتاب می خوانند در مقایسه با کودکانی که کمتر از هفته ای یک بار این تجربه را دارند نه تنها در سواد پایه بلکه در کارکرد های اجرایی مغز مثل حافظه و انعطاف ذهنی و همچنین مهارت های اجتماعی-هیجانی عملکرد بهتری دارند.

تکرار، یادگیری را عمیق تر می کند

یک فراتحلیل شامل ۳۸ مطالعه روی ۲ هزار و ۴۵۵ کودک نشان می دهد تکرار خواندن یک داستان و کتاب خوانی تعاملی، یادگیری و آژگان جدید را به شکل معناداری افزایش می دهد. برخلاف تصور بسیاری از والدین، اصرار کودک به شنیدن دوباره یک کتاب، بخشی از فرایند یادگیری است. نه نشانه تکراری بودن آن.