

ذهن کودک را با خلاقیت کوک کنید

اگر بخواهیم کمی منصفانه به زندگی خود و موقعیتی که در آن قرار داریم نگاهی بیندازیم، خواهیم دید بیشتر اوقات به کارهای یکنواخت و فعالیت های روزمره مشغول هستیم.



کارهایی که روزهای هفته ما را می بلعد و دوباره هفته دیگر با همین شکل آغاز می شود و به پایان می رسد. در این بین داشتن طرحی نو، ایده و فکری تازه و فعالیتی که بتوان نام آن را اکتشافی جدید نامید، کمتر به چشم می خورد.

اما کودکان به عنوان الگوگیرنده های اصلی زندگی به تمام آنچه در طول روز از سوی والدین و اطرافیان انجام می شود، نگاه می کنند و در نتیجه خلاقیت آنها نیز میان همه روزگار از بین می رود یا در خوش بینانه ترین حالت کم رنگ می شود. مطمئناً هیچ والدی دوست ندارد استعداد و دانش فرزندش را نادیده گرفته و براحتی از کنار آن بگذرد. بنابراین آگاهی داشتن از مهارت هایی که می تواند در پرورش خلاقیت کودکان موثر باشد، ضروری به نظر می رسد. کودکان در کنار تجربه های بزرگ و مهم والدین می توانند رشد کرده و همه آنچه به عنوان ایده و فکر مثبت است، عملی کنند. همراهی با آنها و گرفتن دست کودکان می تواند به هموار کردن مسیر خودشکوفایی و افزایش مهارت های ذهنی آنها کمک کند.

▪ «جستجو» و «تغییر» دو سر تصور خلاق

در طول روز افکار بسیار متنوع و گاهی حتی مغشوش از ذهن ما عبور می کند. این افکار می تواند مربوط به شرایط کار و حرفه ما، تحصیلات فرزندانمان، رسیدگی به امور منزل، خرید، آشپزی و وضع اقتصادی خانه و خانواده باشد، اما اگر خویشتندار باشیم و مهار ذهن مان را در دست داشته باشیم در میان همه این رشته های مغشوش و به هم

پیچیده، افکاری را جستجو خواهیم کرد که جرقه ای از ابتکار و نشانه ای از روشی جدید و موثر برای حل چالش ها و باز شدن گره های کور در آنها وجود دارد، بال و پری که می تواند ما را از فراز بحران های زندگی عبور دهد.

دکتر مریم امین زاده، روان شناس شخصیت در گفت و گو با «جام جم» معتقد است: اگر افراد نگاهی اجمالی به گذشته بیندازند، متوجه خواهند شد زمانی بسیاری از افکار و ایده های مطرح شده از سوی افراد مختلف فقط در حد یک رویا باقی می ماند، اما امروزه به مدد افکار خلاق و فراهم شدن زمینه مساعد برای رشد آنها بیشتر رویاها به واقعیت مبدل می شود. همچنین بسیاری از پدیده ها که برای ما مبهم است می تواند در آینده به شکل یک واقعیت درآید. خلاقیت یعنی نوآوری، ایجادگری و ابداع. شخص با ترکیب و حذف به اکتشاف، اختراع و ایجاد یک پدیده نو دست می زند یا قسمتی از مجهولات طبیعت را به مردم نشان می دهد. ریشه خلاقیت، قدرت تصور است که به عنوان یکی از امتیازات ویژه انسان شناخته می شود. قدرت تصور و استفاده درست و خلاقانه از آن می تواند باعث گسترش و تشکیل فناوری شود.

این کارشناس روان شناسی بر این باور است که تصور خلاق به دو صورت دیده می شود؛ یکی به شکل «جستجو» که به اکتشاف منجر می شود مانند قانون جاذبه که از سوی نیوتن کشف شد و دیگری به شکل «تغییر دادن» که به اختراع منجر می شود و شامل تجزیه و تحلیل، کوچک کردن، بزرگ کردن و ترکیب کردن است که سرانجام به ایجاد یک نظریه جدید منجر می شود. اگر افراد از مرحله «تصور خلاق» به مرحله «تلاش و فعالیت خلاق» برسند «عملی خلاقانه» انجام خواهد شد. برای به ثمر نشستن افکار خلاق، آینده نگری، برنامه ریزی، داشتن هدفی واقع بینانه، مطالعه و تلاش و پشتکار تشویق مداوم و نهراسیدن از دشواری ها ضروری به نظر می رسد.

■ خلاق بار آوردن کودکان، هزینه بالایی نمی خواهد

محیط خانه علاوه بر آن که می تواند در ایجاد و احساس آرامش به اعضای خانواده کمک کند، باید مکانی مناسب را برای رشد و پرورش استعداد و خلاقیت های نهفته کودکان فراهم آورد؛ مکانی که کودک احساس کند آنچه در ذهن دارد بیهوده نبوده و با کمک والدینش می تواند آن را بارور کند. کسب تجربیات تازه و آشنایی فرزندان با دنیای اطلاعات می تواند در پیشبرد درس های مدرسه کودک نیز کمک کننده باشد. برای این کار نیاز نیست هزینه بالایی صرف شود، فقط کافی است از امکانات موجود در خانه خود به بهترین شکل ممکن بهره ببرید. خلاقیت، استعدادی است که در همه فرزندان وجود دارد و در صورتی که محیط مناسب و مهیا باشد می تواند به شکوفایی این استعداد کمک کند. از زمانی که کودک شروع به بازی و برقراری ارتباط با دیگران می کند می توان زمینه ای فراهم کرد که خلاقیت او به ظهور برسد. در این میان تفکرات غالبی که از سوی نظام آموزشی مدرسه و خانواده به کودک منتقل می شود از جوانه زدن شاخه های ذهنی کودک جلوگیری می کند. والدین با کسب آموزش های لازم و تمرین آنهاست که می توانند به فرزندان خود در این زمینه کمک کنند. در این خصوص قدم برداشتن و جلو رفتن برای

بارورسازی هر کدام از خصوصیات کودک از جمله استقلال، اعتماد به نفس، شوخ طبعی، شجاعت، انعطاف پذیری، کنترل، پشتکار، کنجکاوی، ابراز وجود و تفکر مثبت او را به سمت خلاقیت نزدیک تر می کند.

▪ بازی کلیدی برای باز کردن قفل خلاقیت

یکی از عنصرهای مهم برای شکوفایی خلاقیت استفاده از انواع بازی ها بین کودکان و والدین در خانه و محیط بیرون است. با استفاده از پرسش های متنوع و شعرهای نیمه تمام، پازل هایی که نیازمند کامل شدن است و داستان هایی که پایان مناسبی را می طلبد، می تواند فضایی برای گسترش دایره فکری کودک به وجود آورد. اگر با کودک تان مشغول بازی شطرنج هستید، او را ملزم ندانید که عینا مانند آنچه در کتاب و قانون بازی آمده، رفتار کنید. می توانید ایده های متفاوت فرزندتان را در جابه جایی مهره ها تشویق کنید.

داستانی برای او تعریف کنید و از او بخواهید ادامه داستان را آن طور که می خواهد به پایان برساند. با هم به آشپزخانه رفته و او را از اتفاقات جالبی که هنگام پختن غذا و فعل و انفعالاتی که برای مواد غذایی اتفاق می افتد، آگاه کنید مثلا مقدار معینی از آب را در قابلمه ریخته و زمان بگیرید که تا چند دقیقه به نقطه جوش می رسد. اگر یک قاشق فلزی را در آب جوش قرار دهید و بیرون آورید در انگشتان دست تان چه احساسی پیدا خواهید کرد؟ در دو ظرف مختلف آب بریزید و در یکی نمک و به دیگر چیزی اضافه نکنید و آن را در فریزر قرار دهید و از کودک خود بخواهید که ببیند چه اتفاقی می افتد و کدام یک از قالب ها زودتر یخ می بندد؟ گاهی لازم است به صورت عملی درباره موضوعات مختلف مثلا اندازه گیری اشیا با او کار کنید. هنگام تمیز کردن کتابخانه با کمک هم کتاب های داخل قفسه را از کوچک به بزرگ مرتب کنید. جفت کردن جوراب ها و کفش ها را با هم تمرین کنید.

پیراهن های رنگ روشن را یک طرف و پیراهن های تیره را در طرف دیگر کمد قرار دهید. سعی کنید تمام حواس کودک خود را به کار ببندید. از او بخواهید چشمان خود را ببندد و صداهایی را که می شنود یا بوهایی که حس می کند، بگوید. صدای جوش آمدن آب در کتری، باز شدن در یخچال، صدای شیر آب، بوی غذا یا عطر خاص. از حس لامسه او نیز استفاده کنید. وسیله ای را که دیگر از آن استفاده نمی کنید مثلا تلفنی را که دیگر قدیمی شده و کاربردی ندارد، باز کنید و اجزای داخل آن را مشاهده و حتی قطعات را اشتباه به هم وصل کنید و تمام مدت از کار خود لذت ببرید و بخندید. فضای خانه را به محیطی تبدیل کنید که کودک به هر چیز که نگاه می کند یا هر آنچه را می شنود یا لمس می کند از آن اطلاعی کسب کرده و بتواند در آن فضا ایده های تازه خود را مطرح کند. با هم به چگونگی رشد گیاهان دقت کنید.

همان آزمایشی که اکثر والدین با آن آشنایی دارند و آن کاشتن لوبیاست و ببینید پس از چه مدت زمانی لوبیا سر از خاک بیرون می آورد؟ تا چه میزان به آب و نور خورشید نیازمند است؟ آیا اگر نور به آن نرسد رشدش متوقف می

شود؟ بسیاری از اتفاقات و شرایطی که والدین در آن به سر می‌برند، ممکن است پیش‌پاافتاده و معمولی باشد، اما برای کودک می‌تواند گنجینه‌ای از اطلاعات و دری به سوی شکوفایی خلاقیت او باشد.

▪ از تجربه‌های پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها مدد بگیرید

به گفته دکتر امین زاده، نقش و تأثیر تجربه در یادگیری بسیاری از مهارت‌های مهم زندگی قابل انکار نیست. بنابراین از قدرت تجربه خود برای رشد خلاقیت فرزندانتان استفاده کنید. از این که در گذشته با استفاده از قدرت تفکر خود به چه موفقیت‌هایی دست پیدا کرده‌اید، زمینه‌گفت وگو را بین خود و فرزندتان ایجاد کنید. از او بخواهید اگر در رابطه با آخر هفته و چگونه گذراندن آن نظری دارد، مطرح کند و حتی المقدور به آن عمل کنید. اکثر ما پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌هایمان را دیده‌ایم که چگونه با استفاده از امکانات کم و وسایل ساده برای اعضای خانواده مواد غذایی خوش‌آب و رنگ یا لباس‌های زیبا تهیه می‌کردند. آنها با استفاده از تصور خلاق خود دست به کار می‌شدند و در حد توان برای خانه و فرزندشان آنچه را نیاز بود، تهیه می‌کردند. برای کودکان خود تعریف کنید که نیاکانشان هم از قدرت فکر و ایده‌های تازه بهره می‌بردند و در جهت صحیح از آن استفاده می‌کردند.

این مورد به عمل شنیدن بدون گفتن چیزی بازمی‌گردد، و معمولاً بعد از توجه به علائمی است، لفظی یا غیرلفظی، که کودک احساس هیجانات سنگین می‌کند. شنیدن انفعالی موجب ترغیب کودکان برای ادامه صحبت می‌شود و غالباً موفقیت‌آمیز است. توجه شما در طی شنیدن انفعالی باید تلاش برای فهم پیام کودکان باشد. (گاهی اوقات کودکان بیمناک می‌شوند و دیگر صحبت نمی‌کنند)

▪ واکنش‌های تصدیقی

پاسخ‌هایی مانند «آ-ها» و «اوه- فهمیدم» و اشاره‌ها و حرکت‌هایی که ارتباط برقرار می‌کنند نشان می‌دهند که شما دقت می‌کنید و مایلید که صحبت‌های او را بشنوید.

▪ گشاینده در

جملاتی مانند «می خواهی در موردش صحبت کنی؟» یا «بیشتر بگو» یا «به نظر می رسد که چیزی در ذهنت است»، موجب تشویق کودک به ادامه صحبت می شود. این پاسخ ها و واکنش ها بسیار سخت و قاطع هستند زیرا توجه شما را در مورد احساسات کودکان بدون داوری و حس شما، نشان می دهد.

▪ شنیدن فعال

بسیار شبیه شنیدن موثر است. در شنیدن فعال، شما نباید تلاش کنید تا یک پیام حقیقی را نشان دهید بلکه باید آینه ای باشید که هر آنچه کودک می گوید را نشان دهید. شنیدن فعال با شنیدن انفعالی متفاوت است زیرا فردی که می شنود به طور فعال پیام گوینده را با کلمات خودش دقیقا شرح می دهد. بنابراین، اگر شنونده پیام را متوجه نشود، گوینده حرف های او را تصحیح می کند.

شنیدن مشکلات فرزندان هر چند پیش پا افتاده موجب روشن شدن بزرگترها می شود. کودکان نیاز به این دارند که کسی احساسات آنها را بفهمد. با گوش کردن به کودکان، به آنها اجازه می دهیم تا در مورد احساسات و هیجاناتی صحبت کنند که موجب ناراحتی شان شده و این باعث می شود تا والدین دریابند که چطور اینگونه احساسات را کنترل کنند.

والدین همدرد، همدل، زمانی که کودکانشان را در حال گریه می بینند، می توانند خودشان را در موقعیت آنها ببینند و درد آنها را حس کنند. زمانی که کودکانمان را در حالت عصبانیت، می بینیم، می توانیم ناامیدی و خشم شان را حس کنیم.

اگر بتوانیم چنین احساسات نزدیکی را حس کنیم، کودکانمان را درک کرده ایم، تجربیاتشان را باور کرده و کمکشان می کنیم تا یاد بگیرند که خودشان را تسکین دهند. این توانایی ما را مانند الواری در رودخانه نشان می دهد که ممکن است در شیب تند رودخانه قرار گیرد. مهم نیست که چه موانعی و مشکلاتی در مسیر ارتباطمان با کودکان قرار دارد، می توانیم در مسیر رودخانه بایستیم و آنها را به سوی هدف هدایت کنیم. حتی اگر مسیر بسیار گول زنده باشد (همانطوری که غالبا در دوره نوجوانی است)، می توانیم به کودکان در گذشتن از موانع کمک کنیم و در یافتن مسیرشان ریسک کنند.

روزنامه کیهان