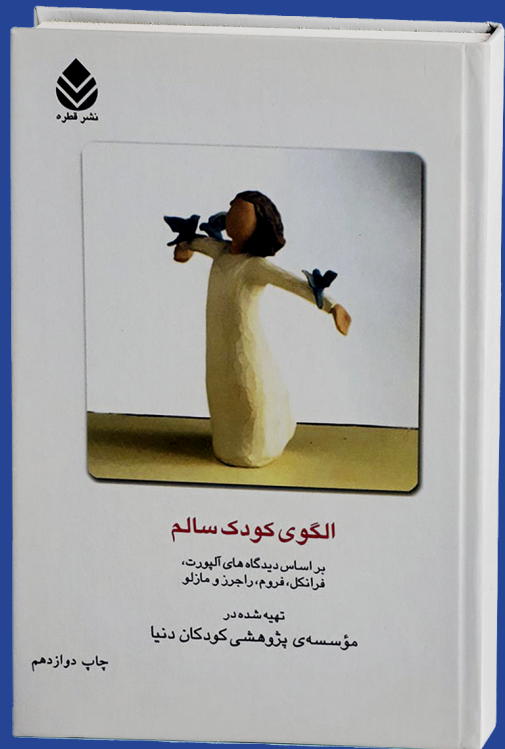


خلاصه‌ی کتاب الگوی کودک سالم



براساس دیدگاه‌های آلپورت، فرانکل، فروم، راجرز و مازلو ●

تهیه شده در مؤسسه‌ی پژوهشی کودکان دنیا ●

خلاصه نویسی: لیلاسادات سید روحانی ●

ویرایش: سمیه صادقی ●

(خلاصه کتاب‌های ارائه شده در دوران، صرفاً در جهت معرفی کتاب عرضه می‌شوند و جنبه‌ی تأیید و تصدیق از طرف مؤسسه‌ی دوران را ندارند. از اینکه ویژگی‌های منحصر به فرد کودکان را مورد توجه قرار داده و مطالب نوشته شده را به همه‌ی کودکان تعمیم نمی‌دهید و با توجه به مطالب کتاب، انتظارات خاص برای کودکان ایجاد نمی‌کنید، سپاس‌گزاریم.)

کودک سالم از دیدگاه آلپورت

آلپورت روان‌شناس نظریه‌ی انسان‌گراست. او معتقد است که یک فرد سالم بیشتر از آنکه درگیر گذشته‌ی خود باشد، به زندگی امروز و آینده‌ی خود توجه می‌کند.

اصل شایستگی در دیدگاه آلپورت جایگاه خاصی دارد. او معتقد است انسان سالم همواره سعی می‌کند کارها را به بهترین شکل انجام دهد.

هر فرد سالم در مسیر رشد خود باید تصویر درست، مناسب و اصولی از خود داشته باشد و این شناخت تصویر درست، وظیفه‌ی والدین و مراقبین کودک است. از دیدگاه آلپورت، خویشتن، شناخت و احساسی است که هر فرد نسبت به خود دارد که این احساس، اختصاصی و منحصر به فرد است. او معتقد است که خویشتن هر فرد از لحظه‌ی تولد تا دوران بلوغ ۷ مرحله دارد.

۱. خود جسمانی

- توجه به نیازهای نوزاد
- تجربه‌ی دنیا
- تحریک حواس پنج‌گانه

۲. تشخیص هویت خود

- ماساژ کودک
- دیدن خود

۳. احترام به خود

- کارهای ساده‌ی روزانه
- احترام به توانایی‌های کودک
- تمرین موفقیت
- کنجکاوی کودک
- تجربه و بازم تجربه
- احترام به بدن کودک
- صبوری با کودک
- نوازش کودک
- توجه به کودک
- شناخت خواسته‌ها
- حق خطا
- پرسیدن نظر کودک
- متنوع کردن محیط کودک

۴. گسترش خود

- مالکیت و کودک
- توجه به حریم کودک
- امنیت دادن به کودک
- ارزش های زندگی
- فعالیت های مختلف
- تفاوت ها
- احساس خوب از زندگی

۵. تصور از خود

- تشویق کردن کودک
- تأیید مهارت های کودک
- فراموش نکردن

۶. خود معقول

- انجام دادن زیاد بازی های فکری با کودک
- منطق کودک
- لذت بردن کودکان از حل مسأله

۷. تلاش اختصاصی

- خانواده
- توجه به کودک در خانواده
- رفتار صادقانه
- رفتار صمیمانه
- فضای شاد

آپورت معتقد است فرد سالم رامی توان از فرد بیمار شناسایی کرد. او معیارهایی برای سلامت یک فرد دارد:

۱. شناخت مفهوم خود

۲. ارتباط صمیمانه ی خود با دیگران

- دلسوزی و همدردی
- توجه به معلولین
- شادکردن دیگران
- کمک به دیگران

۳. امنیت عاطفی

- آموزش احساس ها به کودک
- ثبات داشتن در رفتار با فرزند

۴. ادراک واقع بینانه

- شناخت پیرامون
- راست گویی و صداقت
- تفاوت انسان ها

۵. مهارت و وظایف

آموزش انواع مهارت‌ها به کودکان
آشنایی با مشاغل

۶. جهت‌داشتن زندگی

کمک‌کردن به کودکان برای رؤیایپردازی
کمک‌به کودکان برای تلاش در جهت آرزوهایشان

او معتقد است اگر همه‌ی این موارد در کودکی تا جوانی در فرد شکل بگیرد بدون شک سلامت روانی فرد در بزرگسالی تضمین می‌شود.

کودک سالم از دیدگاه فرانکل

فرانکل از مطرح‌ترین نظریه‌پردازان امید است. او معتقد است انسان در زندگی چیزهای خیلی زیادی را از دست می‌دهد مگر بنیادی‌ترین اصل زندگی خود را که عبارت است از "آزادی انتخاب". از نظر او هیچ قدرتی این توان را ندارد که آزادی انتخاب را از انسان بگیرد. وی معتقد است انسان در هر موقعیتی چه خوب و چه بد آزاد است واکنش خود را انتخاب کند و هیچ‌کس نمی‌تواند این آزادی را از او بگیرد. در دیدگاه فرانکل سه جریان می‌تواند به معنایابی زندگی انسان کمک کند:

۱. تجربه‌هایی که انسان از زندگی می‌گیرد.

- تقویت حواس پنج‌گانه
 - تنوع مکان
 - قراردادن کودک در موقعیت‌های مختلف
 - آشناکردن کودک با انواع شهرها و روستاها
 - آشناکردن کودک با مراسم و آداب مختلف
 - آشناکردن کودکان با انواع غذاها
 - آشناکردن کودکان با انسان‌های مختلف
- فراهم کردن این فرصت‌ها برای کودکان به این معناست که آن‌ها می‌توانند با این تفاوت‌ها و تجربه‌های مختلف آشنا شوند.

۲. آنچه انسان به جهان عرضه می‌کند.

- آشناکردن کودکان با انواع قصه‌ها، افسانه‌ها شعر و متن
 - آشنایی با انواع کارهای هنری
 - آشنایی با کارهای فنی
 - انجام کارهای هنری
- فراهم کردن این فرصت‌ها برای کودکان به این معنی است که آن‌ها از این طریق چیزی را به دنیا عرضه کنند و به این ترتیب می‌توانند به زندگی معنا بخشند.

۳. برخوردی که نسبت به رنج داریم.

- از نظر فرانکل دیدگاه ما نسبت به موقعیت‌هایی که داریم مهم‌تر از خود موقعیت است. یعنی نگاه ماست که موقعیت را خوب یا بد جلوه می‌دهد. برای این کار:
- شناخت احساسات و آموزش احساسات
 - فرصت‌دادن به کودک برای بیان احساساتش
 - آموزش به کودکان برای میزان بیان هر احساس عاطفی
 - آموزش کنترل هیجانات عاطفی به کودک
 - آشنایی با درد

فرانکل برای شکل‌گیری شخصیت سالم چند نکته‌ی مهم دیگر را در نظر می‌گیرد:

۱. کار و ارزش کار: آموزش ارزش کار به کودکان

۲. عشق: بالنده‌کردن عشق دورنی کودک توسط اطرافیانش

از نظر فرانکل این عشق یک احساس ساده نیست بلکه روندی است که باید به آن توجه داشت، آن را بیان کرد و برایش قدرشناسی و سپاس‌گزاری به جای آورد.

۳. توجه به آینده

- رؤیاپردازی کردن کودکان

- داشتن آرزو

- داشتن تجسم خلاق

- فکرکردن به موقعیت بهتر

کودک سالم از دیدگاه اریک فروم

فروم، انسان‌گراترین روان‌شناس انسان‌گرا است. او معتقد است شخصیت انسان محصول فرهنگی است که آن فرد در آن رشد می‌کند. فرهنگ هم عنصر مجزا نیست بلکه مجموعه‌ای از عوامل مختلف فردی، محیطی و اجتماعی است که حتی پیشینه‌ی تاریخی فرد نیز در این مجموعه قرار می‌گیرد. انسان فطرتاً نیاز به داشتن زندگی و شخصیت سالم دارد. او معتقد است برای دستیابی به شخصیت سالم لازم است به چند نیاز در فرد توجه شود.

۱. نیاز به وابستگی

وابستگی تعلقاتی است که انسان برای تداوم زندگی خود، به انسان‌های دیگر، جامعه و طبیعت اطراف خود دارد. انسان موجودی اجتماعی است و نیاز به توجه دارد. این توجه اگر در زمان مناسب خودش اتفاق نیفتد؛ بعدها فرد را دچار مشکل می‌کند. دوران نوزادی یکی از مهم‌ترین زمان‌های توجه‌کردن به انسان است.

۲. نیاز به رشد و تعالی

هر انسانی نیاز دارد خودش را رشد دهد و از ایستابودن به انسانی فعال و تأثیرگذار تبدیل شود. ریشه‌ی این نوع نگرش از کودکی در انسان شکل می‌گیرد و والدین می‌توانند آن را تقویت کنند.

۳. نیاز به هویت

انسان‌ها نیاز دارند احساس هویت کنند. نیاز دارند بدانند که پیشینه‌ی فرهنگی، تاریخی، مذهبی و اعتقادی‌شان... چیست. والدین می‌توانند در ایجاد هویت کودک نقش بسیار مؤثری داشته باشند.

انسان سالم از نظر اریک فروم:

از نظر فروم انسان سالم یک انسان بارور است. یعنی اینکه یک فرد بتواند همه توانایی‌ها و استعداد‌های خود را به کار گیرد و از آن‌ها به خوبی استفاده کند. فروم سه جنبه از انسان بارور را این‌گونه نشان می‌دهد:

۱. عشق بارور

۲. تفکر بارور

۳. وجدان اخلاقی

۱. عشق بارور

عشق بارور، عاشق شدن نیست بلکه رفتار متریقی یک انسان است که رابطه‌ی او را با جهان هستی تنظیم می‌کند. (رابطه‌اش با همه‌ی موجودات زنده، همه‌ی دستاوردهای بشری، میراث فرهنگی و...)

۲. تفکر بارور

دومین ویژگی انسان سالم تفکر بارور است. این تفکر مستلزم هوش و عقل است. تفکر بارور یعنی تفکر سازنده و مؤثر برای خود و دیگران، که والدین می‌توانند در طول روز با انجام یک سری بازی‌ها و همچنین توجه به بعضی مسائل، این تفکر بارور را در کودک پررنگ کنند.

۳. وجدان اخلاقی

وجدان اخلاقی نیرویی است که رفتار فرد را هدایت می‌کند. این نیرو می‌تواند یک قدرت بیرونی مانند ترس از مجازات یا یک قدرت درونی باشد. از دیدگاه فروم، وجدان اخلاقی بیرونی ضد انسان بارور است، اما وجدان اخلاقی درونی یک ویژگی انسان بارور است.

او معتقد است اگر والدین مراحل قبلی را به خوبی انجام دهند این مرحله به راحتی در کودکان شکل می‌گیرد.

کودک سالم از دیدگاه راجرز

نگاه راجرز به انسان، نگاه بسیار خوشبینانه‌ای است. او معتقد است که از همان دوران نوزادی باید به انسان فرصت داد تا طبیعی زندگی کند و در مسیر رشد قرار گیرد. از نظر او فرصت دادن به انسان و متجلی شدن همه‌ی نیروها و استعدادها درونی راحت و ساده نیست، بلکه درد، سختی، غم و تنش هم دارد که وقتی در مسیر رشد قرار بگیرد لذت بخش است. باید به بچه‌ها اجازه داد تا دنیا را تجربه کنند.

کودک نسبت به پیرامون خودش بسیار کنجکاو است. ضمن اینکه محیط برای کودک فراهم باشد، نیاز است تا به این کنجکاوای کودک احترام گذاشته شود. از نظر راجرز مراقب خوب آن کسی نیست که نگذارد هیچ اتفاقی برای کودک رخ دهد، بلکه مراقب خوب کسی است که به کودک یاری کند تا از هر اتفاقی درس خود را بگیرد و بداند برای رویارویی با آن اتفاقات چه تمهیداتی را به کار ببرد.

نوزاد از بدو تولد، تصویر خودش را، از اطرافیان دریافت می‌کند. اگر این تصویر؛ مثبت، مفید و با مهر و محبت باشد، شخصیت آن فرد هم به همان اندازه سالم خواهد بود و بدون شک تصویر مثبتی از خودش به دست می‌آورد. والدین باید به کودک اجازه دهند که خطا و اشتباه کند.

والدین و مراقبین نباید به کودک احساس گناه دهند و نباید به خاطر اشتباه‌های معمولی و کارهایی که انجام می‌دهد تحقیرش کنند، زیرا اجازه و جسارت کشف دنیا از او گرفته می‌شود. مهم‌تر از همه اینکه والدین باید کودکشان را بدون قید و شرط دوست بدارند.

از نظر راجرز باید به کودک فرصت داد تا همه‌ی حس‌هایش را بشناسد و آن‌ها را بروز دهد. یک مراقب آگاه، هوشیارانه فرزند خود را یاری می‌دهد که هر چه بهتر و کامل‌تر با حس‌های عاطفی خود هم‌گام شود، در درک احساس کودکشان به او کمک کنند، درباره‌ی احساسات مختلف با فرزندشان صحبت کنند، به کودک یاد دهند که به حس‌های خودش اعتماد کند. همه‌ی این کارها در شناخت احساسات بسیار مهم و تأثیرگذار است. از نظر راجرز، انسان آزادانه می‌تواند در زندگی انتخاب‌هایی داشته باشد اما لازم است که مسؤولیت انتخاب‌های خودش را هم بپذیرد.

از دیدگاه راجرز وقتی به کودکان فرصت تجربه داده شود و به آن‌ها کمک شود تا با احساس خود همراه شوند و حتی به آن‌ها آزادانه حق انتخاب داده شود، نتیجه‌ای که حاصل می‌شود یک زندگی خلاقانه است.

کودک سالم از دیدگاه آبراهام مازلو

از دیدگاه مازلو هر انسان یک ماهیت درونی دارد. این ماهیت؛ مجموعه‌ای از خصوصیات بالقوه است که می‌تواند بالفعل شود. این خصوصیات همگانی است و هر کودک از بدو تولد این توانایی‌ها را به شکل طبیعی با خود دارد. فرهنگ خانواده، محیط زندگی، فرصت‌های یادگیری و ... کمک می‌کند تا آن‌ها بارز شوند. مازلو یک الگوی ۵ مرحله‌ای را که به شکل هرم است، پیشنهاد می‌کند که به الگوی نیازهای رشد معروف است. او معتقد است که هر انسان برای خود شکوفایی از این مراحل گذر خواهد کرد. یک سیستم آزاد خوب کمک می‌کند که انسان‌ها بتوانند این مراحل را به خوبی طی کنند. او انسان را موجودی در حال رشد، پویا و خلاق می‌بیند که پیوسته در جست‌وجوی شایستگی خود است.

۱. نیازهای بدنی

از دیدگاه مازلو در صورتی که نیازهای بدنی کودک فراهم نشود کودک نمی‌تواند در مرحله‌ی دیگری از رشد قرار بگیرد چون همواره در صدد تأمین نیاز است.

۲. نیاز به امنیت

دومین نیازی که انسان پس از گذر از نیازهای بدنی به آن توجه می‌کند، نیاز به امنیت است. یعنی وقتی کودک احساس کرد که از جنبه‌ی بدنی کامل است، به امنیت، ثبات، حمایت، نظم و رهایی از ترس و اضطراب نیازمند می‌شود. یعنی همه‌ی کودکان در دوره‌ای از زندگی خود تلاش می‌کنند تا به شکل‌های مختلف امنیت را احساس کنند.

۳. نیاز به تعلق داشتن

وقتی نیاز به اهمیت داشتن؛ به شکل منطقی و معقول برآورد شود، در فرد نیازهای تعلق داشتن ایجاد می‌شود. نیاز به تعلق داشتن یعنی اینکه فرد احساس کند به کسی تعلق دارد و یا کسی یا کسانی هم به او تعلق دارند. به نوعی دیگر نیاز به تعلق، همان احساس محبت‌کردن و عشق داشتن است. کودکان از همان بدو تولد و بعد از تأمین شدن نیازهای اولیه به حضور یک مراقب مداوم و همیشگی نیازمندند. کودکان این نیاز را احساس می‌کنند تا مورد توجه و مهر و محبت فرد یا افرادی قرار گیرند. بزرگسالان بهتر است به طور مداوم این احساس خوب را به کودکان پیرامون خود بدهند.

۴. نیاز به احترام

فرد پس از تأمین سه نیاز قبلی، نیاز به احترام پیدا می‌کند. نیاز به احترام هم از جانب دیگران است و هم از جانب خود. به عبارت دیگر احترامی که خودمان به خودمان می‌گذاریم و احترامی که دیگران به ما می‌گذارند. کودکان خردسال نیاز دارند که مورد احترام بزرگسالان قرار گیرند. بزرگسالان هم می‌توانند از راه‌های مختلف، احترام به کودک را توسعه دهند.

۵. نیاز به خودشکوفایی

پنجمین مرحله از نیازهای ارائه‌شده از مازلو نیاز به خودشکوفایی است. یعنی فرد در این مرحله نیاز دارد تا خود را بر اساس آنچه که هست عیان کند. در این مرحله، فرد نیاز دارد تا تمام استعدادها و توانایی‌های خود را شکوفا کند و به عنوان یک انسان والا در جامعه نقش داشته باشد. مازلو معتقد است اگر به انسان‌ها فرصت داده شود، آن‌ها می‌توانند به این درجه از رشد و بالندگی دست پیدا کنند. وقتی والدین به کودکان فرصت می‌دهند تا در مرحله‌ی چهارم، استعدادها و توانایی خود را شناسایی کنند، در این مرحله چنین امکانی را به دست می‌آورند تا این استعدادها را به عرصه‌ی ظهور درآورند.

مازلو معتقد است که خودشکوفایی، ناگهانی و یک‌باره نیست، بلکه مراحل مقدماتی دارد که لازم است آن‌ها را برای رسیدن به سطح نهایی آماده کرد. مازلو نکته‌های زیر را به عنوان زیرساخت‌های خودشکوفایی مطرح می‌کند:

- پذیرش خود و دیگران
- آموزش نادرستی به کودکان
- توسعه‌ی شادی
- تشویق کودکان به کارهای خلاق