

# شکل‌گیری شخصیت کودک با بازی

بازی، فعالیتی طبیعی، لذت‌بخش، شگفت‌انگیز، پرمز و راز و وسیله‌ای برای بیان احساسات، برقراری روابط، توصیف تجربیات، آشکارکردن آرزوها و خودشکوفایی می‌باشد.



بازی در رشد شخصیت کودکان، بسیار مهم است. کودکان از طریق بازی، مهارت‌های جدیدی می‌آموزند و می‌توان به نکات مثبت و منفی شخصیت آنان و همچنین مشکلاتشان پی‌برده و در جهت درمان و اصلاح مشکلات رفتاری‌شان اقدام نمود.

در بازی، کودک از محدودیت‌ها آزاد است. او بدون ریسک شکست، تجربه‌ای از بازی دارد زیرا خودش قوانین آن را می‌سازد. کودکان از طریق بازی، توانایی حل مشکلات خود را پیدا می‌کنند و می‌توانند به وسیله آن، اعتمادبه‌نفس و روحیه‌ی استقلال‌طلبی را در خود پرورش دهند.

بازی، وسیله‌ای است طبیعی برای کودک جهت ابراز و بیان «خود». «آلفرد آدرل»، روان‌شناس معروف می‌گوید: «هرگز نباید به بازی به عنوان روشی برای وقت‌کشی نگاه کرد.»

«گری لندرث» اظهار می‌دارد: «بازی کردن برای کودک، مساوی است با صحبت کردن برای یک بزرگسال.» بازی و اسباب‌بازی، کلمات کودکان هستند. برای درک بیشتر دنیای کودکان، باید آنان را هنگام بازی مورد مشاهده قرار داد زیرا از طریق بازی، احساسات، ناکامی‌ها و اضطراب‌های خود را بیان می‌دارند و با دنیای پیرامونشان ارتباط برقرار می‌کنند. آنان ممکن است نتوانند به وسیله‌ی کلام و گفتار، احساسات و افکارشان را بازگو کنند اما از طریق بازی، قادرند داستان بسازند، آن را بسط دهند و راهی برای بیان مشکلاتشان بیابند.

کودکان، هنگامی که در دنیای خیالات و تصوراتشان غوطه‌ورند و با عروسک، اسباب‌بازی، مدارنگی، خمیر، ماسه و... سرگرم بازی‌اند، خیلی راحت پاسخ چرهای و چگونه‌ها را می‌دهند. کودک با به‌کارگیری و تغییر شکل دادن وسایل بازی، آن‌چه ذهنش را مشغول می‌دارد، برون می‌ریزد و سعی می‌کند ناراحتی‌ها، ترس‌ها، دلخوری‌ها، توانایی‌ها و... را بازسازی کند.

بازی کودکان فقط برای تفریح نیست، بلکه آن را جدی‌ترین کار کودکان باید قلمداد کرد زیرا فعالیتی قابل ارزش‌یابی و یک روش طبیعی یادگیری است. کودک از طریق بازی، تجربه و آزمایش می‌کند، نتیجه می‌گیرد و می‌آموزد. بازی، قدرت ابداع، ابتکار و تمرکز را در کودک می‌پروراند و در کشف رابطه‌ی میان اشیاء و آن‌چه پیرامون اوست، یاری‌اش می‌دهد.

بازی باید با سن و خصوصیات کودک، هماهنگی داشته و جنبه‌ی بدآموزی نداشته باشد. نوع اسباب‌بازی، در رشد کودک، نقش به‌سزایی دارد و در صورت نامناسب بودن، علاوه بر این که به رشد او کمک نمی‌کند، سبب بروز مشکلاتی نیز می‌شود.

بازی به کودک کمک می‌کند تا دنیایی را که در آن زندگی می‌کند، بشناسد، بفهمد، اداره کند و میان واقعیت و تخیل، تفاوت قائل شود، بنابراین از ارزش درمانی زیادی برخوردار است. امروزه بازی، جایگاه خود را در تشخیص مسائل و مشکلات روانی کودکان و درمان آن‌ها پیدا کرده است.

«بازی درمانی»، یکی از رایج‌ترین شیوه‌هایی است که روان‌شناسان و مشاوران برای درمان مشکلات عاطفی کودکان به کار می‌برند. متخصصان

بازی درمانی، به کمک این فن و تدارک اسباب‌بازی‌های ضروری و تشکیل جلسات بازی برای کودکان، رفتارهای نامناسب و مشکلات ایجاد شده را مورد بررسی و درمان قرار می‌دهند. بازی در واقع تلاش کودک برای کنار آمدن با محیط است که از طریق آن، خود را می‌یابد و دنیا را درک می‌کند.

«بازی درمانی» می‌تواند برای کودکان دارای مشکلات رفتاری هم‌چون پرخاشگری، استرس، کمبود عزت نفس، نابه‌سامانی‌های خانوادگی، ناسازگاری‌های اجتماعی، اضطراب و کمبود اعتمادبه‌نفس، مفید باشد. همچنین کودکانی که مورد ضرب و شتم و آزار جنسی قرار گرفته‌اند، می‌توانند از طریق بازی درمانی، به پالایش فکری خود پرداخته و تا حد زیادی به آرامش و بهبودی برسند.

### توصیه‌هایی به پدر و مادران در مورد بازی کودکان:

- به بازی کودکان اهمیت دهید زیرا زندگی آنان در بازی، شکل واقعی به خود می‌گیرد.
- تلاش کنید تا بازی‌های کودکان، متناسب با فرهنگ و ارزش‌های خانواده باشد.
- با دقت در تفکرات خلاق و پویایی کودکان در حال بازی، با شخصیت آنان آشنا شوید.
- در بازی کودکان دخالت نکنید اما راهنما و کمک‌کننده‌ی خوبی باشید.
- با هم‌بازی شدن با کودکان، راه دوستی را باز کنید.
- کاری کنید که بازی به صورت تجربه‌ای لذت‌بخش در ذهن کودک باقی‌بماند.
- برای متوقف کردن بازی کودکان، امر و نهی نکنید.
- با توجه به روحیه‌ی کنجکاو کودک، به گونه‌ای او را راهنمایی کنید که به تفکر مثبت و اندیشه‌ای سازنده دست‌یابد.
- مراقب باشید که محیط بازی، موجب آسیب‌های جسمی، فکری و یا روانی کودک نشود.
- در انتخاب نوع بازی، به سن، جنس و توانایی‌های فرزندتان توجه کنید.
- از محدود کردن کودک هنگام بازی بپرهیزید.
- اگر در حضور فرزندتان با وسایل موجود در خانه برای او اسباب‌بازی (ماشین، عروسک و...) بسازید، ارتباط عاطفی میان شما و او تقویت خواهد شد.
- در محیط‌های بازی گروهی هم‌چون زمین بازی در پارک‌ها، اجازه دهید کودکان با یکدیگر هم‌بازی شوند و از وارد شدن به محیط بازی آنان بپرهیزید.

### منابع:

- «روان‌شناسی بازی» «پیتر هیوز» ترجمه‌ی «کامران گنجی»
- «بازی درمانی» «کارل لندرث» ترجمه‌ی «خدیجه آراین»
- «بازی و نقش آن در رشد شخصیت کودک» «ایوب سلسانی»

### فاطمه رها ملک زهتاب

کارشناس ارشد روان‌شناسی کودکان استثنایی