



آموزش مهارت‌های زندگی به کودکان پیش دبستانی

میریم جاسمین زاده | علوم انسانی | مطالعات فرهنگی

پرتال جامع علوم انسانی



آشاره

مهارت‌های زندگی از جمله عبارتهای ذهن آشنایی است که امروزه یکی از نغدغه‌های مهم بشریت به‌شمار می‌رود؛ به همین دلیل، گروه‌ها و افراد گوناگون بر آن شده‌اند تا به آموزش آن بپردازند و کاربرد این مهارت‌ها را در سطح جامعه به‌درستی متفهم و معمول میدان سازند. این در حالی است که نشانه‌ها و ویژگی‌های خاصی از مهارت‌های زندگی در کودکان دیده می‌شوند آشنایی با این ویژگی‌ها و تلاش برای شناسایی آن‌ها علاوه بر آن که موجب تحقق این صفات در کودکان می‌شود، در ایجاد و گسترش آن در بزرگسالان نیز مؤثر است. در این مقاله، به تعدادی از این نشانه‌ها اشاره شده است.



زندگی امروز به لحاظ وسعت و پیچیدگی تحولات، یا چالش‌های فراوانی همراه است هر یک از چالش‌ها، بر چگونگی زندگی افراد و رفتارهای اجتماعی و فردی آن‌ها تأثیر می‌گذارد؛ از این رو انسان نیازمند برنامه‌ریزی خاصی است که او را برای غلبه بر تنش‌ها و مشکلات آماده کند.

«مهارت‌های زندگی، توانایی‌های شناختی، عاطفی و عملی است که موجب احساس شادکامی و موفقیت در زندگی می‌شود و لذا از ابزارهای مهم در توانمندسازی افراد برای مقابله با بحران‌های زندگی محسوب می‌شود. این «مهارت‌ها عبارتند از مجموعه‌ای از توانایی‌ها که زمینه‌ی سازگاری و رفتار مثبت و مفید را فراهم می‌کند و فرد را قادر می‌سازند که مسئولیت نقش‌های اجتماعی خود را بپذیرد و پل‌های کلمه زدن به خود و دیگران، یا حواست‌ها، انتظارات و مشکلات روزانه به‌ویژه در روابطی فردی به شکل مؤثرتری برخورد کند هم‌چنین، «مهارت‌های زندگی شخصی را قادر می‌سازند تا ناشی، نگرش و ارزش‌های وجودی خود را به توانایی‌های واقعی و عینی تبدیل کند و بتواند از این توانایی‌ها در استفاده‌ی صحیح‌تر نیروهای خود بهره‌گیری و زندگی مثبت و شادمانی را برای خود فراهم سازد (کیهان‌ش، ۱۳۸۴)».

به سبب ارزشمندی و تأثیر فراوان مهارت‌های زندگی، برنامه‌ریزی از سراسر جهان، برای آموزش این «مهارت‌ها به افراد، دست به کار شده‌اند. این آموزش در جوامع گوناگون از سنین مختلفی آغاز می‌شود و به همین علت، نوع آموزش در آن‌ها متفاوت است. اما در تمام موارد، به «مهارت‌هایی مانند آن چه در ادامه آمده است، توجه بیشتری می‌شود: چگونگی روبرویی با مسائلی مانند کینستی انسان، ارزش‌های شخصی و حقوق‌داری و اجتماعی، توانایی برقراری ارتباط با دیگران، شناخت حقوق و مسئولیت‌ها، تعیین اهداف و هدفمند بودن، تصمیم‌گیری مناسب، پرهیز از خشونت، و سلامت فردی و اجتماعی».

مهارت‌های زندگی، توانایی‌های شناختی، عاطفی و عملی است که موجب احساس شادکامی و موفقیت در زندگی می‌شود و لذا از ابزارهای مهم در توانمندسازی افراد برای مقابله با بحران‌های زندگی محسوب می‌شود

این در حالی است که کودکان به‌ویژه در سنین پایین، دارای نوعی ویژگی‌های رفتاری‌اند که یا «مهارت‌های زندگی ارتباط مستقیم دارند؛ به طوری که می‌توان بسیاری از اصول مربوط به این مهارت‌ها را در رفتار و ارتباطات آن‌ها یا دنیای اطراف احساس کرد. توجه به این حالات توسط هم‌پایان و والدین، موجب می‌شود آنان در برنامه‌ریزی خود در خصوص آموزش «مهارت‌های زندگی به کودکان، به منبع مهم و تأثیرگذار در این زمینه - که همان وجود کودکان و دل‌نسته‌های طبیعی یا ذاتی‌کل است - توجه ویژه داشته باشند».

از جمله این رفتارها، توانایی نه گفتن است یکی از اساسی‌ترین موارد در روابط میان فردی، توانایی نپذیرفتن تمام حواست‌ها و انتظارات دیگران است. رعایت این اصل به شرایط خاصی نیازمند است؛ از جمله آن که فرد در مورد توانایی‌های خود و انتظارات دیگران شناخت لازم را داشته باشد اما ملاحظه می‌شود که کودکان در بر خورد با آن چه

مطلوبی یا حواست‌نظر و یا تمایل آن‌ها نیست، مقاومت می‌کنند و آن را نمی‌پذیرند تا کنهی روال معمول آموزش، بنا بر دلایل گوناگون، به این ترتیب بوده که مربی یا بزرگمسانی که با کودک در ارتباط است، تلاش می‌کند کودک را از نپذیرفتن، به هر شکلی که ممکن است، باز دارد. سپس در زمانی که فرد توانایی نه گفتن را از دست می‌دهد و محاطرات دیگری در اطراف او طاهر می‌شوند که زندگی وی را تهدید می‌کند، نهت به آموزش مهارت‌های زندگی می‌رسد و در آن، سعی بر این است که مهارت از دست‌رفته بازگردانده شود. بدیهی است، در صورتی که افراد به این رفتار کودک به چشم یک مهارت و توانایی ویژه نگاه کنند، می‌توانند به جای تلاش برای حذف آن، بپذیرند شرایط استفاده از این رفتار را به کودک کل آموزش دهند.

از دیگر ویژگی‌های رفتاری در کودکان، تلاش‌کنان برای تقویت اتکا به خود است. این اتکا هم به لحاظ جسمی و هم از نظر روانی، به‌طور طبیعی در کودکان انصاف می‌افتد و والدین و مربیان می‌توانند در هر لحظه و هر روز، شاهد این روند در کودکان باشند. تقاضای افراد برای دانستن حرکتی رویه جلو، از جمله صفاتی است که در هدفمند کردن زندگی قابل توجه است هر چند این رفتار نیز در کودکان به‌صورت طبیعی شکل می‌گیرد و طاهر می‌شود، اما ناگاهانی و توجه نکردن به آن، موجب می‌شود که بزرگمسان ناخودآگاه مانع استقلال کودک شوند معمولاً ممانعت بزرگمسان در این زمینه به علت آن است که وقتی فرار یابد یا تلاش کودک برای به استقلال رسیدن و اتکا ناشی به خود همراهی شود، در این صورت کل (بزرگمسان) مجبورند درگیری و زحمت بیشتری را متقبل شوند؛ بنابراین، بر اساس یک باور دیرینه ترجیح می‌دهند، مانع از انجام چنین فعالیت‌هایی توسط کودک شوند و صبر کنند تا زمان انجام هر کاری یا کمادگی کامل کودک از نظر رفتاری فرار برند. در این رابطه می‌توان به غذا خوردن، راه رفتن، سخن گفتن و مواردی از این قبیل اشاره کرد.

از دیگر موارد در رابطه با زندگی هدفمند، شناسایی علاقه‌مندی‌ها و نیز آگاهی از حقوق خود و دیگران است کودکان به‌طور شگفتانگیزی همواره در تلاش‌اند تا علاقه‌مندی‌های خود را کشف کنند. به هر آن چه در اطرافش است، توجه می‌کنند، آن‌ها را دست‌کاری و تجربه می‌کنند و یا لایحه، برای آن چه مورد علاقه‌شان است، مدت‌ها وقت صرف می‌کنند. بهترین برداشت از چنین رفتارهایی که متسلب یا سی کودکان و سطح درک‌کنان است، تلاش برای شناسایی علاقه‌مندی‌ها و ایجاد فرصت‌هایی برای بودن یا آن‌هاست. بدیهی است، این نکته تا حدودی رهنمون کب آگاهی از حقوق خود نیز است.

کودکان از جوهرش، جویبیدن و بازی کردن لذت می‌برند این اعمال علاوه بر آن که مورد علاقه‌ی کل است بخشی از حقوق کودکان نیز به‌شمار می‌رود آن‌ها به‌طور طبیعی وقتی به غذا احتیاج دارند، آن



را اعلام و در جلوه‌ست می‌کنند. وقتی حسته باشند، به جواب می‌روند و برای بازی کوش، از به کارگیری هر وسیله‌ای هر چند ساده، دریغ نمی‌کنند این‌ها برای بزرگسالان می‌تواند تنگای گرسناخت حقوق و تلاش برای حفظ آن باشد هم چنین، موجب می‌شود به حقوق کودک احترام گذاشته شود چنانچه حضرت رسول اکرم (ص) نیز در کلام گه‌بهار خود به این نکته اشاره کرده‌اند که کودک باید در همت سال لول سروری کند.

در ارتباطات میل فردی، ایجاد ارتباط چهره‌به‌چهره و چشم‌درچشم، از جمله نکات مهمی است که موجب برقراری ارتباط صحیح و صحیحی در بین افراد می‌شود. کودکان خردسال از این مهارت به شایستگی بهره‌مندند این رفتار در کودکان زیر دو سال، به‌ویژه زمانی که هنوز پای تربیت و آموزش بزرگسالان به‌طور جدی وارد نشده‌اند، پیش‌در دیده می‌شود وقتی با کودک صحبت می‌شود یا کودک مخاطب قرار می‌گیرد او به صورت و چشمان طرف مقابل خود نگاه می‌کند البته این در شرایطی است که مشغول کاری نباشد که توجه او را کاملاً به خود اختصاص داده است.

هم چنین از دیگر رفتارهای مثبت کودک در ارتباطات میل فردی آن است که او هرگز کینه‌دوستان نیست. به راحتی و با گذشت زمان قدگی، هراسی که او را از زده‌اند فراموش می‌کند یا به عبارتی نادیده می‌گیرد. گذشته از این نکته که روان‌شناسان معتقدند تعلم انفعالی که در زندگی کودک روی می‌دهد، بر ذهن و روان او تأثیر می‌گذارد، باید پذیرفت که کودک به لحاظ آن که در زمان حال زندگی می‌کند، از آنچه در گذشته (هر چند نه چندان دور) برایش پیش آمده است، می‌گذرد و آن را کنار می‌گذارد. زندگی در زمان حال و لذت بردن از اکنون، مهارت یا ارزشی است که از نتایج آن ناشی زندگی شاد و پر تلاش است.

کودک با اصرار بزرگ‌ترها نگرانی چیزی نمی‌شوند برای آن‌ها همین اهمیت دارد که می‌توانند در حال حاضر یا وسیله‌ای و یا با یک دوست بازی کنند. یاد بگیرند، هنگامی که مریی یا والدین تلاش می‌کنند به او بجهانند، اگر عنای را نخورد یا شندش را مسواک نزند و مواردی مانند این، فلان عاقبت به در انتظار او خواهد بود، یا ایس کار در واقع قدم‌های اوکیه را برای داشتن زندگی پر از صفترا فراهم می‌کنند هر چند که در بسیاری موارد کودک توجه چنانی به این نه‌بده‌ها ندارند و عاقبت فقط برای رهایی از دست بزرگ‌سالی که اصرار به لحام کاری دارند، به آن می‌دهند از ایس نکته می‌شود نتیجه گرفت، آگاه‌سازی کودک از



آنچه در آینده منتظر آن‌هاست، به‌خ و رمز خاصی احتیاج دارد که در این رابطه نیز انگیزه‌داری از دنیای کودک می‌تواند اثر مثبتی داشته باشد از جمله آن که کودک شادی بازی، آرامش و بهره‌مندی را می‌پسندند و در چنین شرایطی، رفتارهای شایسته‌ای دارند؛ بنابراین، بهتر است پیامد لحام یک کار، رسیدن بیش‌تر به چنین فضایی باشد؛ برای مثال، اگر عنای را وجود، در این صورت سالم و شاد می‌ماند. تصور این نتیجه از لحام یک کار برای کودک، خوشایندتر از تصور جلوگیری از وقوع یک فاجعه است و لذا بیش‌تر او را به لحام کاری شریب می‌کند.

زندگی با کودک، به سادگی نمایانگر ویژگی‌های زندگی اجتماعی و ضروریات آن است. کودک برای زندگی کردن و سالم ماندن، به اطرافیش نیازمند است او در ازای کنکلی که از دل دریافت می‌کند، بچند و شریبی وجودش را به امان هدیه می‌دهد؛ به‌طوری که دیگر بزرگ‌ترها هم نمی‌توانند بدون حضور او زندگی کنند. کودک می‌تواند حتی زمانی که نطایی لازم برای سخن گفتن را به دست نیآورده است، با اطرافیش ارتباط برقرار کند و با بی‌اعترفی یکی از استانی اسعادان زبلی پس است و می‌تواند خواسته‌هایش را به انتخابی گوناگونی بیان کند و هرگز در این راه از غیر مستقیم‌ترین یا در کافه سخن گفتن اسعادان نمی‌کند.

برای دوست داشتن دیگران شریب نمی‌تواند و به صورت تمام کسانی که وجودشان مثبت است و به او سرنگام می‌دهند، بچند می‌زند؛ به همین سادگی هم در مواجهه با افراد و شرایطی که احساس نامانی کند، احساسش را به هر شکلی بیان می‌کند. توجه به این ظرافت‌ها در رفتار و اعمال کودکان، که خویشاوندی بی‌واسطه‌ای یا مهارت‌های زندگی دارد خود می‌تواند به‌عنوان بهترین منبع آموزشی مورد استفاده‌ی برنام‌ریزان، مربیان و والدین قرار بگیرد از سوی دیگر تلاش برای حفظ و رشد چنین صفاتی در کودک می‌تواند یاد او را به مهارت‌های بزرگسالان نیز بیاورد.

منابع

1. گروه نویسندگان کتاب جامع بهداشت عمومی (۱۳۷۹) - سرپرست آموزش بهداشت و ارتقای سلامت - سازمان بهرپرست کشور - تهران (۱۳۷۹) (www.tb.ac.ir)
2. باسیر، رهمان‌نات، راهمائی آموزش مهارت‌های زندگی، گروه آموزش و پرورش راهمائی تحصیلی تهران اداره‌ی آموزش و پرورش شهر تهران، ۱۳۷۳.
3. محمدنوری، پروانه مهارت‌های زندگی سازمان بهرپرست کشور، تهران، ۱۳۷۵.
4. یادآورد - سخنرانی آموزش مهارت‌های زندگی برای دختران سازمان بهرپرست کشور، ۱۳۷۹، تهران
5. گروه نویسندگان کتاب جامع بهداشت عمومی (۱۳۷۹) - سازمان بهرپرست کشور، تهران (www.tb.ac.ir)
6. کیانوش طبرمه ارزش‌بایر طرح آموزش مهارت‌های زندگی سازمان آموزش و پرورش شهر تهران تهران، ۱۳۷۱.
7. وود، جولیا تری ارتباطات میان‌فرهنگی، موه‌د ضروربخش انتشارات مهتاب، تهران، ۱۳۷۹.

