

# مسابنی کار بردی تریت کودک اندیشمند

به کودکتان کمک کنید تا مشکلات روزمره‌اش را حل کند  
و با دیگران سازگاری داشته باشد.

ترجمه و تألیف:

دکتر محسن شکوهی یکتا

دانشیار دانشگاه تهران

عنوان و نام پدیدآور	: مبانی کاربردی تربیت کودک اندیشمند: به کودک تان کمک کنید تا مشکلات روزمره اش را حل کند ... / ترجمه و تألیف محسن شکوهی یکتا ... [و دیگران].
مشخصات نشر	: تهران: سپیدبرگ، ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری	: ۱۹۲ ص: مصور.
شابک	: ۵۹۰۰۰ ریال: ۹۷۸-۹۶۴-۷۴۱۶-۴۸-۱
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا.
یادداشت	: ترجمه و تألیف محسن شکوهی یکتا، هانیه شیرازیان، محبوبه درگاهی، منصوره فروزان.
موضوع	: کودکان - - سرپرستی.
موضوع	: والدین و کودک.
شناسه افزوده	: شکوهی یکتا، محسن، گردآورنده، مترجم.
رده بندی کنگره	: ۱۳۸۹ ۸۷/۷۶۹HQ
رده بندی دیویی	: ۶۴۹/۱
شماره کتاب شناسی ملی	: ۲۰۲۹۹۱۳



عنوان  
ترجمه و تألیف:  
ویرایش:  
ناشر:  
ناشر همکار:  
تیراژ:  
لیتوگرافی و چاپ:  
صحافی:  
نوبت چاپ:  
قیمت:  
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۷۴۱۶-۴۸-۱

مبانی کاربردی تربیت کودک اندیشمند  
دکتر محسن شکوهی یکتا و همکاران  
دکتر هانیه شیرازیان  
انتشارات سپیدبرگ  
مؤسسه فرهنگی تربیت نوین  
جلد ۱۰۰۰  
۱۲۸  
کیمیا  
اول - زمستان ۱۳۸۹  
۵۹۰۰ تومان  
ISBN: 978-964-7416-48-1

## فهرست مطالب

مقدمه.....	۹
بخش اول: به کودک خویش کمک کنید تا درباره مشکلات بیندیشید.....	۱۳
فصل ۱: چگونه فکر کردن.....	۱۵
آشنایی با خانواده «من مسئله را حل می کنم».....	۱۶
یکی از نتایج برنامه.....	۲۰
فصل ۲: بازی با واژگان.....	۲۳
معرفی واژگان حل مسئله.....	۲۴
یافتن فرصت برای اجرای برنامه حل مسئله.....	۲۶
انجام سایر بازی ها با واژگان.....	۲۷
کاربرد واژگان حل مسئله در موقعیت های مشکل زا.....	۳۶
یافتن فرصت های روزمره برای حل مسئله.....	۳۸
عکس العمل ها نسبت به رفتار.....	۴۱
فصل ۳: شناخت احساسات.....	۴۲
درک تصاویر.....	۴۳
تغییر احساسات دیگران.....	۴۶
صحبت درباره احساسات.....	۵۳
کاربرد حل مسئله در موقعیت های مشکل زا.....	۵۷
فصل ۴: باز هم حل مسئله.....	۶۳
کار گروهی.....	۶۴



فصل ۵: یافتن راه‌حل‌های جایگزین ..... ۸۵

روش یافتن راه‌حل‌های جایگزین ..... ۸۷

چند راهنمایی سودمند ..... ۹۱

حل مسئله در عمل ..... ۹۳

ایفای نقش ..... ۱۰۰

چند راهنمایی سودمند دیگر ..... ۱۰۲

نمایش عروسکی ..... ۱۰۳

بازی‌های حل مسئله‌ای برای یافتن راه‌حل‌ها ..... ۱۰۴

فصل ۶: توجه به پیامدها ..... ۱۰۹

تفکر درباره توالی کارها ..... ۱۰۹

توجه به پیامدهای بین فردی ..... ۱۱۱

فرایند توجه به پیامدها ..... ۱۱۴

راهنمایی‌های سودمند ..... ۱۱۵

راه‌حل‌ها و پیامدها ..... ۱۱۸

ارزیابی راه‌حل‌ها ..... ۱۲۰

کاربرد روزمره در موقعیت‌های مشکل‌زا ..... ۱۲۳

مکالمات کوتاه‌تر ..... ۱۲۵

رشد با حل مسئله ..... ۱۲۵

ترکیب تمام اجزاء ..... ۱۲۸

بخش دوم: گذاشتن قطعات حل مسئله در کنار یکدیگر ..... ۱۳۱

فصل ۷: بازی‌ها و فعالیت‌های حل مسئله ..... ۱۳۳

بازی با کلمات در موقعیت‌های مختلف روزمره ..... ۱۳۴



۱۳۶	بازی با کلمات هنگام خواب.....
۱۳۷	بازی با کلمات هنگام انجام تکالیف.....
۱۳۹	بازی با کلمات هنگام غذاخوردن.....
۱۴۱	بازی با کلمات هنگام خرید از فروشگاه.....
۱۴۲	بازی با کلمات هنگام خواندن داستان.....
۱۴۵	بازی با کلمات هنگام مسافرت.....
۱۴۶	بازی با کلمات هنگام تماشای تلویزیون.....
۱۴۹	بازی‌ها و فعالیت‌ها در موقعیت‌های مشکل‌زا.....
۱۵۱	کتاب حل مسئله (برای مشکلات واقعی).....
<b>۱۵۴</b>	<b>فصل ۸: مکالمات ساده حل مسئله.....</b>
۱۵۵	مشکلات کودک - کودک.....
۱۵۵	مکالمات غیر حل مسئله‌ای دربارهٔ برخوردهای فیزیکی.....
۱۵۸	یک مکالمه حل مسئله‌ای دربارهٔ برخوردهای فیزیکی.....
۱۶۰	مکالمات حل مسئله‌ای دربارهٔ اذیت کردن.....
۱۶۲	مثال‌های بیشتری از مکالمات حل مسئله‌ای در مشکلات کودک - کودک.....
۱۶۸	خلاصه: مشکلات کودک - کودک.....
۱۶۹	مشکلات والد - کودک.....
۱۶۹	یک مکالمه حل مسئله دربارهٔ فراموشی.....
۱۷۱	نمونه‌های دیگری از مکالمات حل مسئله‌ای برای مشکلات والد - کودک.....
۱۸۰	مشکلات مربوط به نظرات، زمان یا مکان.....
۱۸۱	باز هم مکالمات ساده دربارهٔ مشکلات مربوط به نظرات، زمان و مکان.....
<b>۱۸۴</b>	<b>سخن آخر.....</b>



ضمیمه ۱: فهرست بازبینی خودارزشیابی ..... ۱۸۵

ضمیمه ۲: مواردی برای اندیشیدن ..... ۱۸۷

ضمیمه ۳: یادآورهای حل مسئله ..... ۱۹۱

## مقدمه

این کتاب دربارهٔ تربیت کودک می‌باشد، اما به شما خواهد گفت که فرزندانتان چه باید انجام دهند یا چگونه رفتار کنند. در عوض به شما نشان خواهد داد که چگونه می‌توانید با تشویق کودکان به تفکر، بر سازگاری اجتماعی ایشان تأثیر بگذارید. در این کتاب دربارهٔ نوع بخصوصی از تفکر صحبت می‌شود، نوعی از تفکر که در حل مشکلات روزمره با دیگران دخالت دارد. رویکرد این کتاب، یعنی روش حل مسئله، براساس پژوهش‌های بالینی با کودکان به اثبات رسیده است.

حال به یکی از مشکلاتی که اخیراً با همسر، همکار، دوست یا فرزندان داشته اید، بیندیشید. قبل از حل مشکل چه احساسی داشتید؟ مضطرب، نگران، عصبانی یا سرخورده و مأیوس؟ حال دربارهٔ احساس خود، بعد از حل مشکل بیندیشید: آرام، خوشحال یا راضی؟ تصور کنید که مشکلات حل نشده، یکی پس از دیگری باقی بمانند. این مشکلات به مرور زمان، چه تأثیری بر احساسات و عملکردهای شما خواهند گذاشت؟ احتمالاً، احساس بی‌لیاقتی و درماندگی خواهید کرد و شروع به انجام رفتارهایی می‌کنید که از نظر اجتماعی پذیرفتنی نیست. این همان حالتی است که کودکان هنگام ناتوانی در حل موفقیت‌آمیز مشکلاتشان در مواجهه با دیگران احساس می‌کنند. افرادی که به روش حل مسئله می‌اندیشند، احتمال بیشتری برای موفقیت خواهند داشت و از نظر اجتماعی، سازگارتر از کسانی هستند که نمی‌توانند به این روش تفکر کنند یا با آن آشنایی ندارند.

در یک میزگرد، با تعدادی از والدین مصاحبه‌ای صورت گرفت که دختران دبیرستانی‌شان، خود را آمادهٔ ورود به دانشگاه می‌کردند. این والدین معتقد بودند که باید دخترانشان را قبل از



ورود به دانشگاه در زمینه مهارت‌های تصمیم‌گیری آموزش دهند. وقتی به آنها گفته شد که این مهارت‌ها را می‌توان از ۳ یا ۴ سالگی آغاز کرد، بسیار تعجب کردند. یکی از مادران شرکت‌کننده در برنامه حل مسئله، به پسر ۴ ساله‌اش رامین کمک کرد تا بتواند به این نتیجه برسد که چگونه دوستش را متقاعد کند که اجازه دهد وی با اسباب بازی‌اش بازی نماید. درواقع زمانی که رامین به مادرش گفت، اسباب بازی را قاپ زده، مادرش به او کمک کرد تا درباره آن راه‌حل و سایر راه‌حل‌های ممکن بیندیشد. مادر به او کمک کرد تا به احساس خویش و کودک دیگر، به اتفاقات بعدی و کارهای دیگری که می‌توانست انجام دهد توجه کند. این نوع گفت‌وگو که «گفتگو به روش حل مسئله» نام دارد، به رامین کمک کرد تا حلال مشکل بهتری گردد. اگرچه او فقط ۴ سال داشت، در این سن شروع به تفکر درباره خویش نمود.

در خلال ارزیابی‌های ساختاریافته از هزاران کودک، مشخص شده است که کودکان واجد مهارت‌های حل مسئله، در مقایسه با کودکانی که فاقد این مهارت‌ها هستند احساس ناکامی کمتری دارند و هنگامی که امور بر وفق مرادشان نباشد به احتمال کمتری، کنترل رفتارهای خود را از دست می‌دهند، کمتر پرخاشگرند و بیشتر مراعات حال دیگران را می‌کنند. علاوه بر این توانایی آنها در دوست‌یابی و انجام فعالیت‌های گروهی و رعایت حقوق دیگران بیشتر است. برخی از کودکان بسیار کمرو نیز می‌آموزند تا از حقوق خود دفاع کنند و بیشتر اهل معاشرت شوند.

علی‌رغم وجود تحقیقات اولیه‌ای که نشان‌دهنده رابطه قطعی بین تفکر حل مسئله و رفتار هستند این سوال مطرح است که اگر این نوع مهارت‌های تفکر، ملاکی برای تمیز کودکانی که در مدرسه رفتارهای اجتماعی ماهرانه‌تری از خود نشان می‌دهند از کودکان فاقد این مهارت‌ها باشد، آیا می‌توان به افرادی که توانایی حل مسئله ضعیف‌تری دارند، این مهارت‌ها را آموخت و آنها را به سطح هم‌سالان کارآمدشان رساند؟ اگر واقعاً افزایش مهارت‌های تفکر حل مسئله، در رفتار مؤثر باشد، پس می‌توان رویکرد جدیدی برای کاهش و احتمالاً پیشگیری از مشکلات رفتاری پیش از غیر قابل کنترل شدن آنها ارائه کرد.

نتایج تحقیقات نشان داد که اولاً کودکانی که در مقطع پیش‌دبستانی تحت آموزش روش حل مسئله قرار گرفتند، توانایی‌های حل مسئله‌شان بهتر از گروه مشابهی بود که این آموزش‌ها را دریافت نکرده بودند. ثانیاً کودکانی که در کسب مهارت‌های حل مسئله پیشرفت داشتند در





بروز رفتارهای تکانشی کاهش بیشتری از خود نشان دادند. اندازه‌گیری‌هایی که یک و دو سال بعد انجام شد، نشان‌دهنده حفظ این تغییرات مثبت بود. ثالثاً کودکان پیش‌دبستانی که مشکلات رفتاری نداشتند و تحت آموزش حل مسئله قرار گرفته بودند، مشکلات رفتاری کمتری از خود نشان دادند.

جدیدترین تحقیقات نشان می‌دهد، کودکانی که تحت آموزش روش حل مسئله قرار گرفته‌اند، علاوه بر تغییرات رفتاری (حتی از پایه اول دبستان)، در برنامه درسی آموزشی خویش نیز عملکرد بهتری ارائه می‌دهند. احتمالاً زمانی که رفتارهای کودک با استفاده از بهبود مهارت‌های حل مسئله اصلاح می‌شود، بهتر می‌توانند تقاضاهای کلاسی مبتنی بر تکلیف را دریابند و در نتیجه در امور مدرسه نیز عملکرد بهتری خواهند داشت.

درواقع، کودکانی که چگونگی تفکر درباره روابط با دیگران را می‌آموزند عموماً در زندگی موفق‌تر هستند.

اگرچه معلمان و روان‌شناسان بالینی در طول تاریخ ادعا کرده‌اند که تسکین تنش‌های احساسی می‌تواند به افراد کمک کند تا به شیوه‌ای منطقی بیندیشند، اما روش حل مسئله به عکس این مطلب معتقد است، یعنی توانایی تفکر منطقی می‌تواند به تسکین تنش‌های احساسی کمک نماید. کاملاً روشن است که در دراز مدت آموزش نحوه تفکر درباره مشکلاتی که کودکان در مواجهه با دیگران با آنها سرو کار دارند، از اهمیت زیادی برخوردار خواهد بود.

با کاربرد روش حل مسئله، در خواهید یافت که این رویکرد، مزایای فوری برای شما و فرزندتان خواهد داشت. روش حل مسئله به شما کمک خواهد کرد تا:

- نسبت به تفاوت بین دیدگاه خود و فرزندتان هوشیارتر شوید.
- خواهید آموخت که اگر به فرزندتان کمک کنید تا به مشکلاتش با تامل بیندیشد به جای آنکه برای توقف رفتار کنونی‌اش بلافاصله اقدامی بکنید، در دراز مدت، خدمت بیشتری به او کرده اید.
- بتوانید الگویی از تفکر به شیوه حل مسئله برای فرزندتان فراهم سازید و به‌عنوان یک والد اندیشمند، فرزندانتان را نیز به تفکر ترغیب کنید.

روش حل مسئله به کودکانتان کمک خواهد کرد تا:

- زمانی که با مشکلی در ارتباط با دیگران مواجه می‌شوند، درباره کاری که می‌کنند بیندیشند.



- به شیوه‌های مختلف برای حل یک مسئله، توجه کنند.
- پیامدهای اعمال خویش را در نظر بگیرند.
- دربارهٔ خوب یا بد بودن کارشان، تصمیم‌گیری بگیرند.
- هم‌قادر به درک احساسات دیگران باشند و هم نسبت به احساسات خود بی‌توجه نباشند.

در طی ۲۵ سال، براساس ارزشیابی‌های دقیق از هزاران کودکی که تحت این روش آموزش دیدند، تا سن ۱۲ سالگی، با سطوح هوشی متفاوت، از مدارس شهری و روستایی مختلف، موفقیت روش حل مسئله به اثبات رسیده است.

در این کتاب تلاش شده است تا خارق‌العاده بودن این رویکرد و اینکه والدین چقدر آسان می‌توانند مهارت‌های حل مسائل بین فردی را در خانه به فرزندانشان بیاموزند مورد توجه قرار گیرد. و اکنون روش حل مسئله را به شما تقدیم می‌کنیم.

مطالبی که در پیش روی دارید، بر اساس کتاب "تربیت کودک اندیشمند" - که به‌وسیله پروفیسور میرنا بی‌شور و با همکاری حدود ۹۰ نفر از متخصصین و مؤسسات آموزشی و پژوهشی مختلف تهیه گردیده - ترجمه، تدوین و نگارش شده است. گروهی از محققین در مؤسسه فرهنگی تربیت نوین (پژوهشکده استاد روزبه) ما را در انجام این مهم یاری کرده‌اند که در اینجا لازم است از یکایک آنها تشکر و قدردانی کنیم: خانم‌ها محبوبه درگاهی و منصوره فروزان در ترجمه، دکتر هانیه شیرازیان در پژوهش و بازنگری و دکتر محمد رضائی در ویراستاری علمی و خانم زینب کثیری در ویراستاری ادبی این مجموعه تلاش بسیاری داشته‌اند.

همچنین لازم می‌دانیم از مدیریت و همکاران کانون اسلامی انصار که امکانات لازم برای تحقق چنین مجموعه‌هایی را فراهم کردند، سپاسگزاری نماییم.

دکتر محسن شکوهی یکتا