

آموزش مهارت‌های حل مسئله به کودکان

برای معلمان، مشاوران، روان‌شناسان و درمانگران



ویژه کودکان دوره اول دبستان (اول تا سوم ابتدایی)

ترجمه و تدوین: دکتر محسن شکوهی‌یکتا، دانشیار دانشگاه تهران

سرشناسه : شور، میرنا بی. (Shure, Myrna B.)

عنوان و نام پدیدآور : آموزش مهارت‌های حل مسئله به کودکان برای معلمان، مشاوران، روان‌شناسان و درمانگران، ویژه کودکان دوره اول دبستان / ترجمه و تدوین محسن شکوهی‌یکتا.

مشخصات نشر : تهران: سپیدبرگ، ۱۳۹۳.

مشخصات ظاهری : ۳۶۸ ص. : مصور.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۶۷۹۳-۲۸-۳ / ۹۷۸-۶۰۰-۶۷۹۳-۳۰-۶ شابک دوره: ۹۷۸-۶۰۰-۶۷۹۳-۳۰-۶

وضعیت فهرست‌نویسی : فیبا.

عنوان اصلی : I Can Problem Solve (ICPS): an interpersonal cognitive problem-solving program (kindergarten and primary grades)

موضوع : شاگردان ابتدایی -- روان‌شناسی.

موضوع : حل مسأله در کودکان.

موضوع : شناخت در کودکان.

شناسه افزوده : شکوهی‌یکتا، محسن، ۱۳۳۸-، مترجم و تدوین‌گر.

رده‌بندی کنگره : LB۱۰۶۲/ش۹۸۱۳۹۳

رده‌بندی دیویی : ۳۷۲/۱۸۰۱۹

شماره کتاب‌شناسی ملی : ۳۵۱۰۲۲۰

عنوان	آموزش مهارت‌های حل مسئله به کودکان برای معلمان، مشاوران، روان‌شناسان و درمانگران، ویژه کودکان دوره اول دبستان (اول تا سوم ابتدایی)
تألیف	دکتر میرنا بی شور
ترجمه و تدوین	دکتر محسن شکوهی‌یکتا
لیتوگرافی و چاپ	۱۲۸
صحافی	غزل
شمارگان	۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ	اول، پاییز ۱۳۹۳
قیمت	۲۴۰۰۰ تومان
ناشر	سپیدبرگ
تلفن	۶۶۹۵۴۴۵۷-۶۰
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۶۷۹۳-۲۸-۳
شابک دوره	۹۷۸-۶۰۰-۶۷۹۳-۳۰-۶

فهرست مندرجات

۱۱	پیش‌گفتار
۱۳	مقدمه

پیش‌مهارت‌های حل مسئله

آشنایی با برنامه حل مسئله: روش اجرا

۳۲	۱. است - نیست
۳۸	۲. و - یا
۴۴	۳. انجام دهید - انجام ندهید
۴۶	۴. اگر بگویم
۴۸	۵. به چه کسی فکر می‌کنم؟
۵۰	۶. بعضی - همه
۵۲	۷. بیشتر درباره بعضی - همه
۵۸	۸. اگر - آن وقت
۶۲	۹. مشابه - متفاوت
۶۴	۱۰. بیشتر درباره مشابه - متفاوت
۶۶	۱۱. دو کار هم‌زمان
۷۴	۱۲. قبل - بعد
۷۷	۱۳. قبل - بعد، حالا - بعداً
۸۵	۱۴. مرور واژگان حل مسئله
۹۸	۱۵. افراد چه احساسی دارند؟
۹۹	۱۶. چطور می‌توانید بفهمید؟
۱۰۱	۱۷. خوشحال - غمگین: بیشتر درباره چطور می‌توانید بفهمید؟
۱۰۵	۱۸. عصبانی
۱۰۸	۱۹. شاید - ممکن است، مطلب بیشتر درباره افراد چه احساسی دارند؟
۱۱۱	۲۰. آیا به من گوش می‌دهی؟



۲۱. یک داستان..... ۱۱۳
۲۲. پی بردن به چیزی که افراد دوست دارند..... ۱۱۴
۲۳. دوست داری؟..... ۱۲۴
۲۴. آیا به خاطر می‌آوری؟ بخش ۱..... ۱۳۲
۲۵. آیا به خاطر می‌آوری؟ بخش ۲..... ۱۳۴
۲۶. بیشتر درباره‌ی شاید - ممکن است، چرا - چون..... ۱۳۷
۲۷. ترسیده..... ۱۴۰
۲۸. بیا بید یک داستان بسازیم - قسمت ۱..... ۱۴۲
۲۹. بیا بید یک داستان بسازیم - قسمت ۲..... ۱۴۳
۳۰. کتاب حل مسئله من - قسمت ۱..... ۱۴۶
۳۱. اردک - قسمت ۱..... ۱۴۹
۳۲. اردک - قسمت ۲..... ۱۵۱
۳۳. راضی..... ۱۵۶
۳۴. سرخورده..... ۱۵۸
۳۵. یک زمان مناسب یا یک زمان نامناسب؟ قسمت ۱..... ۱۶۳
۳۶. یک زمان مناسب یا یک زمان نامناسب؟ قسمت ۲..... ۱۶۶
۳۷. داستان عروسک: خرگوش و سگ کوچولو..... ۱۶۹
۳۸. یک داستان..... ۱۷۲
۳۹. کتاب حل مسئله من - قسمت دوم..... ۱۷۳
۴۰. آیا منصفانه است؟..... ۱۷۴
۴۱. بیشتر درباره‌ی انصاف - نوع ۱..... ۱۷۶
۴۲. بیشتر درباره‌ی انصاف - نوع ۲..... ۱۷۹
۴۳. بی‌حوصله..... ۱۸۴
۴۴. بیا بید یک داستان بسازیم - قسمت سوم..... ۱۸۶
۴۵. چه کاری می‌توانم هنگام منتظر بودن انجام دهم؟..... ۱۸۸
۴۶. نگران - آسوده..... ۱۹۲
۴۷. یافتن یک زوج تصویر احساسی..... ۱۹۴



مهارت‌های حل مسئله

راه‌حل‌های جایگزین

۴۸. او چه کار دیگری می‌تواند انجام دهد؟ قسمت اول..... ۲۰۹
۴۹. او چه کار دیگری می‌تواند انجام دهد؟ قسمت دوم..... ۲۱۴
۵۰. مشکل چیست؟ قسمت اول..... ۲۱۷
۵۱. مشکل را حل کنیم..... ۲۲۰
۵۲. کتاب حل مسئله من - قسمت سوم..... ۲۲۲
۵۳. یک داستان..... ۲۲۸
۵۴. مقدمه‌ای بر بازی نقش..... ۲۳۰
۵۵. مشکل را حدس بزن..... ۲۳۲
۵۶. داستان عروسک: سلیقه‌ها و راه‌حل‌ها..... ۲۳۵
۵۷. بیشتر درباره نقش‌گزاری با عروسک‌ها..... ۲۳۶
۵۸. یک داستان..... ۲۳۸
۵۹. بازی X-O برای حل مسئله..... ۲۴۱
۶۰. گربه و اردک - قسمت اول..... ۲۴۴

پیامدها

۶۱. توالی ناشناخته..... ۲۵۱
۶۲. تداوم داستان..... ۲۵۸
۶۳. توالی ناشناخته میان فردی..... ۲۵۹
۶۴. کتاب حل مسئله من - قسمت چهارم..... ۲۶۵
۶۵. آنها دعوا می‌کنند..... ۲۶۸
۶۶. یک داستان..... ۲۷۳
۶۷. آیا ایده مناسبی است؟..... ۲۷۵
۶۸. بعد چه اتفاقی ممکن است بیفتد؟ قسمت اول..... ۲۸۱
۶۹. بعد چه چیزی ممکن است اتفاق بیفتد؟ قسمت دوم..... ۲۸۵
۷۰. گربه و اردک - قسمت دوم..... ۲۸۸



۷۱. این (موقعیت) چگونه می‌تواند باشد؟ ۲۹۰
۷۲. داستان عروسک، آیا آن شما را خوشحال می‌کند؟ ۲۹۴
۷۳. بعد چه چیزی ممکن است اتفاق بیفتد؟ قسمت سوم ۲۹۷
۷۴. بعد چه اتفاقی ممکن است بیفتد؟ قسمت چهارم ۳۰۱

جفت‌های راه حل - پیامد

۷۵. اگر آن را انجام دهم چه اتفاقی ممکن است بیفتد؟ قسمت ۱ ۳۰۹
۷۶. مشکل چیست؟ قسمت دوم ۳۱۳
۷۷. تصور کنید که ۳۱۶
۷۸. آیا می‌دانم؟ ۳۱۹
۷۹. اگر آن را انجام دهم چه اتفاقی ممکن است بیفتد؟ قسمت ۲ ۳۲۱
۸۰. چه کار دیگری می‌توانم انجام دهم؟ ۳۲۴
۸۱. داستان عروسک: مرور راه‌حل‌ها ۳۲۶
۸۲. یک داستان ۳۲۹
۸۳. مرور نهایی ۳۳۱
- پیوست الف: رهنمودهایی برای آموزش مستمر حل مسئله ۳۳۹
- پیوست ب: یادآوری‌های گفت‌وگو با استفاده از واژگان حل مسئله ۳۴۴
- پیوست ج: مفهوم واژه حل مسئله: تصاویر ۳۴۸
- پیوست د: خلاصه‌ای از روش‌های مدیریت رفتار حل مسئله ۳۶۶



فهرست فعالیت‌های تکمیلی

تعامل در کلاس

- ۳۴..... واژگان حل مسئله: است - نیست
- ۴۰..... واژگان حل مسئله: و - یا
- ۵۴..... واژگان حل مسئله: بعضی - همه
- ۵۹..... واژگان حل مسئله: اگر - آن وقت
- ۶۸..... واژگان حل مسئله: مشابه - متفاوت
- ۸۰..... واژگان حل مسئله: قبل - بعد، حالا - بعداً
- مرور واژگان حل مسئله: است - نیست، و - یا، بعضی - همه، اگر - آن وقت، مشابه - متفاوت، قبل - بعد، حالا - بعداً
- ۸۷.....
- ۱۲۶..... پی بردن به احساسات دیگران
- ۱۵۴..... استفاده از داستان اردک
- ۱۶۰..... واژگان حل مسئله: راضی، سرخورده
- ۱۶۸..... یک زمان مناسب، یک زمان نامناسب
- ۱۸۱..... منصفانه یا غیرمنصفانه؟
- ۱۹۰..... واژه حل مسئله: بی حوصله
- ۲۲۴..... یافتن راه حل‌ها
- ۲۴۶..... یافتن راه حل‌های بیشتر
- ۲۷۱..... نحوه برخورد با دعوا
- ۲۷۹..... آیا ایده مناسبی است؟
- ۳۰۴..... گفت‌وگو با استفاده از واژگان حل مسئله
- ۳۲۷..... پرسیدن چرا؟

یکپارچگی در برنامه درسی

- ۳۶..... واژگان حل مسئله: است - نیست
- ۴۲..... واژگان حل مسئله: و - یا
- ۵۶..... واژگان حل مسئله: بعضی - همه



- ۶۱.....واژگان حل مسئله: اگر - آن وقت.....
- ۷۱.....واژگان حل مسئله: مشابه - متفاوت.....
- ۸۲.....واژگان حل مسئله: قبل - بعد، حالا - بعداً.....
- مرور واژگان حل مسئله: است - نیست، و - یا، بعضی - همه، اگر - آن وقت،
- ۹۰.....مشابه - متفاوت، قبل - بعد، حالا - بعداً.....
- ۱۳۰.....پی بردن به احساسات دیگران.....
- ۱۸۲.....منصفانه یا غیرمنصفانه؟.....
- ۲۰۴.....همهٔ واژگان احساسی حل مسئله.....
- ۳۰۷.....افزودن پیامدها.....

پیش‌گفتار

ارتباط مؤثر با هم‌سالان، معلمان و اعضای خانواده، به مجموعه‌ای از توانایی‌ها نیاز دارد؛ یکی از این توانایی‌ها، داشتن مهارت حل مسئله است. این مهارت در حل مسائل درون‌فردی و میان‌فردی در تمام محیط‌ها نظیر خانواده، محیط کار و جامعه، نقش مثبت ایفا می‌کند. اهمیت و تأکید بر حل مسئله تا جایی است که برخی ذکر فرایند حل مسئله را در کنار فرایندهای تفکر، نادرست می‌دانند؛ زیرا از نظر آنها هدف از کل فرایند تفکر، حل مسئله است. بنابراین اگر بخواهیم کودکانی صاحب اندیشه، متفکر و مسئله‌گشا تربیت کنیم، ناگزیر باید راه سالم زیستن را که همان روش سالم اندیشیدن است، از اوان کودکی به آنها بیاموزیم. اگر والدین، معلمان و جامعه بتوانند چگونه سالم اندیشیدن را به کودکان بیاموزند، انسان‌هایی سالم‌تر و دنیایی بهتر خواهیم داشت.

همه روزه انواعی از مشکلات میان‌فردی بین کودکان، کودک با والدین یا کودک با سایر افراد بزرگسال ایجاد می‌شود. کسانی که از عهده حل مسئله برمی‌آیند، بیش از آنها که مهارت اندکی در این زمینه دارند، از خود سازگاری اجتماعی نشان می‌دهند. کودکانی که مفاهیم حل مسئله را فرا گرفته‌اند، در به‌دست آوردن آنچه خواستار آن در زمان مناسبی می‌باشند، موفق‌ترند و بهتر قادرند سرخوردگی را در هنگامی که نمی‌توانند به چیز دلخواه خود برسند، تحمل کنند. حل مسئله نه تنها به کاهش رفتارهای دشوار کمک می‌کند، بلکه می‌تواند از وقوع مشکلات بین‌فردی نیز پیش‌گیری کند. کودکانی که قادر به تفکر درباره مشکلات خود هستند، بهتر می‌توانند خود را با موقعیت‌های مختلف تطبیق دهند و کسانی که به‌خوبی از عهده حل مسائل خود برمی‌آیند، رفتارهای پرخاشگرانه کمتری دارند، به لحاظ اجتماعی کمتر دچار سرخوردگی می‌شوند، نسبت به عواطف دیگران حساس‌تر می‌باشند و آنها را بهتر درک می‌کنند، رهبران خوبی هستند و دوستان زیادی دارند. کسانی که مغلوب مشکلات می‌شوند، از مهارت‌های حل مسئله اندکی برخوردارند. این افراد به محض اینکه با مانعی برخورد می‌کنند، ممکن است رفتارهای تکانشی از خود بروز دهند، احساس ناکامی کنند، پرخاشگرانه رفتار کنند



یا برای پرهیز از موقعیت مشکل‌ساز گوشه‌گیر شوند. تکرار چنین موقعیت‌هایی ممکن است به ایجاد و بروز رفتارهای غیرانطباقی منجر شود.

کودکان امروز نه تنها با مشکلات متداول تحولی مواجه هستند، بلکه باید فشارهای روانی بسیاری را در دنیای پیچیده کنونی تحمل کنند. ما به‌عنوان معلم، پدر و مادر و متخصصان سلامت روان، باید تمام امکانات و منابع خود را بسیج کنیم تا فرزندانمان را از تحقیر کردن خودشان، تفکر نامعقول، هیجانات عاجزکننده و رفتارهای ناکام‌کننده مصون نگهداریم. برنامه‌های پیشگیری در حوزه سلامت روان، تحول را در جمیع جهات تسهیل می‌کنند و برای کودکان امکان پذیرش خود، کسب مهارت‌های میان‌فردی، فراگیری راهبردهای حل مسئله و تصمیم‌گیری، کنار آمدن با هیجانات مشکل‌ساز و دیدگاه انعطاف‌پذیر را فراهم می‌کنند. اگر این برنامه‌ها به‌صورت هدفمند اجرا شوند، مهارت‌هایی به کودکان می‌آموزند که اگرچه تمام مشکلاتشان را حل نمی‌کند ولی برخی از این مشکلات را مرتفع نموده یا شدت آنها را کاهش می‌دهد.

در تدوین کتاب حاضر، همکاران مؤسسه فرهنگی تربیت نوین و مرکز خدمات روان‌شناسی و مشاوره استاد روزه ما را یاری نموده‌اند؛ لذا لازم می‌دانیم از همگی آنان تشکر نماییم. هم‌چنین از آقای حسین حبیبی ماچیان و خانم نیره زمانی، پژوهشگران؛ آقای دکتر محمد رضایی و خانم دکتر هانیه شیرازیان، ویراستاران علمی؛ خانم زینب کثیری، ویراستار ادبی؛ آقای محمد جعفرزاده، طراح جلد؛ خانم انسیه محمدی، گرافیک؛ خانم زهره علی‌وردی، تایپیست و آقای علیرضا عباسیان، همکار اجرایی قدردانی می‌نماییم. در ضمن لازم می‌دانیم از مدیریت و همکاران کانون اسلامی انصار که امکانات لازم برای تحقق چنین مجموعه‌ای را فراهم کردند، سپاس‌گزاری نماییم.

امید است این کتاب، با جنبه‌های کاربردی کم‌نظیری که دارد بتواند برای معلمان، دست‌اندرکاران امر تعلیم و تربیت، روان‌شناسان و مشاوران و متخصصان کودک مفید واقع شود.

دکتر محسن شکوهی یکتا