

اصول آموزش کودک برای ۳ تا ۵ سالگی

درست است که کمابیش والدین از نقش خود به عنوان اولین مربی کودک و تاثیرگذارترین فرد در زندگی فرزند با اطلاع هستند...



سلامت نیوز: درست است که کمابیش والدین از نقش خود به عنوان اولین مربی کودک و تاثیرگذارترین فرد در زندگی فرزند با اطلاع هستند اما شاید بسیاری از آن ها ندانند بخشی از مشکلات در روابط اجتماعی افراد، ناتوانی در درک همسر، مشکلات کاری، سردرگمی و بسیاری از مشکلاتی که در دوران بزرگسالی رخ می دهد، می تواند ریشه در دوران کودکی و ناتوانی والدین در آموزش پایه و اصول این مهارت ها در سن حساس ۳ تا ۵ سالگی داشته باشد. این در حالی است که والدین در این سنین وقت کودک را با کلاس های آموزشی زبان های خارجی، نقاشی، رباتیک و خلاقیت پر می کنند بدون این که به مسائل مهمی نظیر کسب هویت کودک، نمایش خلاقانه و توان حل مسئله بپردازند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از خراسان؛ مسائلی که با آموزش های بسیار ساده اما اساسی می تواند روند کلی زندگی فرد را تغییر دهد. در این مطلب قصد داریم به برخی مسائل تربیتی که در این سن حساس باید به کودک آموزش داده شود، بپردازیم.

کسب هویت

۳ تا ۵ سالگی، دوران بسیار حساسی برای کودک است. اصول اساسی آموزش در این سن را که در مهد کودک یا در منزل باید توسط والدین پیگیری و اجرا شود، می توان در ۴ حوزه اساسی خلاصه کرد. کودک قبل از ۳ سالگی خودش را از پدر و مادر جدا نمی داند و در ۳ سالگی است که خودش را کشف می کند. او درک درستی از خود پیدا می کند. دکتر شهرام ناصری مشاور با بیان این مطلب به خراسان می گوید: کسب هویت در این سن از این رو برای کودک بسیار مهم است که به او کمک می کند خود را از دیگران تمیز دهد. او درمی یابد با دیگران فرق دارد. نوجوانانی که در دوران بلوغ دچار اختلال هویت می شوند و یا به فرقه های مذهبی عجیب و غریب، عرفان های کاذب و گروه های منحط موسیقی گرایش پیدا می کنند، در دوران کودکی و به هنگام تلاش برای کسب هویت ناکام مانده اند.

کودک در این سن خودش را در آینه می بیند، عکسش را می بیند و خود را از دیگران تمیز می دهد. والدین باید به او کمک کنند، خودش را «من» بنامد، با اعضای بدنش آشنا شود، اشیا را متعلق به خودش بداند. این چند کار ساده بسیار مهم تر از فراگیری زبان و آموزش نقاشی در مهد کودک است. او باید تفاوت خودش را از دیگران ببیند و به این ترتیب اولین گام های کسب هویت را بردارد.

حل مسئله

مدیری که قادر است در شرایط بحرانی به درستی تصمیم بگیرد، به صورت اتفاقی موفق نیست زیرا اصولاً هر موفقیتی حاصل دستاوردهای فرد در گذشته است. این فرد، کسی است که در کودکی مهارت حل مسئله را پیدا کرده است. والدین او توانسته اند این مهارت را در او بیورانند. در واقع فرا گرفتن مهارت حل مسئله از ۳ سالگی شروع می شود. بزرگسالانی هستند که حتی توانایی خرید مایحتاج روزانه خود را ندارند و مسائل خود را نمی توانند حل کنند. این افراد در کودکی برای حل مسائل خود تلاش نکرده اند یا فرصت تجربه و تلاش از آن ها گرفته شده است. دکتر ناصری با بیان این که یک کودک ۳ ساله دوست دارد برای حل یک مسئله راه های مختلفی را امتحان کند، می گوید: معمولاً کودکان برای انجام کارها پشتکار زیادی دارند و یک کار را چندین بار تکرار می کنند تا بتوانند نتیجه ای که می خواهند بگیرند. اگر به این پشتکار کودک توجه کافی شود، خواهید دید که چنین کودکی در آینده مدیر موفق می شود. اما اگر والدین دایم تلاش کنند که به جای او مسائل را حل کنند، او فرصت یادگیری مهارت حل مسئله را پیدا نمی کند. بنابراین بهتر است از سن ۳ سالگی از کودک بخواهیم مشکلش را به صورت کلامی بیان کند، مثلاً وقتی کفشش از پایش درآمد است، بگوید «#171 کفشم درآمد». یا اگر اسباب بازی اش را گم کرده، بگوید، حتی وقتی کاری را نمی تواند انجام بدهد، آن را بیان کند. این کار یعنی بیان مشکل به صورت کلامی، اولین قدم در حل مسئله است. سپس باید کودک را تشویق کنیم چیزهایی را که قایل

کرده ایم، پیدا کند، یعنی بازی قایم باشک با او انجام دهیم. پیدا کردن یک شیء برای کودک معادل حل یک مسئله فیزیک هسته ای برای یک دانشمند است.

تنظیم روابط و عواطف

همچنین در ۳ تا ۵ سالگی روابط و عواطف اجتماعی کودک پایه گذاری می شود. بزرگسالانی که در روابط شغلی و عاطفی خود مشکل دارند، مردانی که توان درک احساسات همسرشان را ندارند، افرادی که در حضور افراد ناشناس احساس راحتی نمی کنند و یا نسبت به دیگران احساس دل بستگی شدید یا هراس مفرط دارند، ممکن است در ۳ سالگی در رابطه با والدین و اطرافیان احساس خوبی را تجربه نکرده باشند و این احساس بد را در تمام عمر با خود به همراه دارند.

دکتر ناصری با اشاره به این که پس از کسب هویت، اولین تلاش های کودک برای برقراری روابط اجتماعی صورت می گیرد، تصریح می کند: تصور کنید کودک می خواهد با پرستارش رابطه عاطفی برقرار کند، بعضی بچه ها به دنبال تماس فیزیکی هستند، بعضی برای پذیرفته شدن در جمع همسالان داد و ستد کودکانه با پرستار دارند، بعضی خودشان را در آغوش او می اندازند. هر یک از این رفتارها نشانه های دل بستگی اولیه است و چنان چه اولین سرمایه گذاری عاطفی کودک شکست بخورد، کودک در بیان احساس و رابطه با دیگران دچار مشکل می شود. در چنین شرایطی کودک به ۲ شیوه واکنش نشان می دهد یا اجتناب می کند یا وابستگی شدید پیدا می کند. از سوی دیگر ارتباط کودک با همسالان نیز در همین سال ها شکل می گیرد. ممکن است کودک در رابطه با بزرگسالان تجربه خوب یا بد و در رابطه با همسالان تجربه دیگری داشته باشد. کودکی که اجتنابگر است، احتمالاً در هیچ یک از این موارد تجربه مثبتی نداشته است. در همین سن است که باید اجازه بیان احساسات به کودک را بدهیم حتی احساساتی مثل حسادت، تنفر و یا خشم زیرا سرزنش کردن مانع ایجاد احساس در کودک نمی شود بلکه مانع بیان آن می شود. بنابراین ضروری است که والدین به کودک اجازه دهند احساسات خود را تمام و کمال بیان کند و از بیان آن نهراسد.

نمایش خلاقیت

تمام کودکان خلاق هستند و این والدین اند که اجازه خلاق بودن را از آن ها می گیرند. والدین همواره باید به خاطر داشته باشند که هیچ موفقیتی تصادفی نیست و فقط والدینی می توانند خلاقیت کودک خود را کشف کنند که اجازه دهند کودک راه حل های مختلف را برای حل مشکلاتش پیدا کند.

دکتر ناصری با اشاره به این که سن ۳ تا ۵ سالگی بهترین سن برای بروز خلاقیت در کودک است، تصریح می کند: اولین کار کودک در مواجهه با محیط پیرامون تماشا، تقلید و سپس آزمایش بدن و توانایی هایش و بررسی ساختمان و مواد هر چیزی است. در این سن کاغذ، خمیر بازی و اسباب بازی وسایلی است که کودک دوست دارد آن را بشناسد. توصیه ما به والدین این است که اسباب بازی را با کمترین هزینه و زحمت خریداری کنند تا اگر کودک آن را خراب کرد، سرزنش نشود. کودک در این سن یک کار را مرتب تکرار می کند و والدین باید اجازه دهند به این کار ادامه دهد. همچنین واکنش کودک به تصاویر و عکس ها بسیار مهم است. کودک به تصویر خیره می شود، حرف می زند، صدای چیزی را که می بیند درمی آورد و سپس سعی می کند اسم آن را بگوید. کودک در این سن به جای حرف زدن، نمایشنامه بازی می کند و با تمام بدن حرف می زند. او سعی می کند با حرکات بدن و تقلید صدا ارتباط برقرار کند. به همین دلیل توصیه ما این است که گفته های کودک را تصحیح نکنید و بگذارید تلفظ صحیح کلمات را خودش یاد بگیرد. حوزه حرکتی کودک به علت وجود آپارتمان های کوچک محدود است. بهتر است در این شرایط «بکن نکن» های بی دلیل را کنار بگذاریم. سعی کنیم تا جایی که ممکن است به او فضا بدهیم تا بتواند بازی کند.