کشف استعداد کودکان با مشاهده بازی‌هایشان

۹ راهکار کمتر شنیده‌شده برای کشف علایق و توانمندی کودکان که گامی مهم در شکل‌دادن به آینده فرزندان محسوب می‌شود

رفعت رحیم‌زاده حناچی | مترجم
منابع: lifehack.org، kidsource.com

محوری

عملکرد خوب فرزندان در دوران تحصیل و سایر مراحل رشد و زندگی‌شان، بستگی زیادی به شناسایی و پرورش زودهنگام توانمندی‌هایشان دارد و باعث دستیابی به بیشترین ظرفیت‌شان در آن زمینه‌های خاص می‌شود. شما به‌عنوان والدین، می‌توانید نقشی مهم در این زمینه داشته باشید. آگاه باشید که رویاپردازی در باره آینده کودک‌تان با توجه به علایق خودتان در این مسیر بسیار آسیب‌زا خواهد بود. ایجاد تعادل میان انتظارات‌تان بر مبنای واقعیت و آن چه بر مبنای «بهترین» بودنِ فرزندتان در سر می‌پرورانید، کار سختی است. با این حال باید دانست تحمیل زمینه‌های مدنظرتان به کودک، جز ایجاد فشار، ناامیدی و خستگی در فرزندتان نتیجه‌ای نخواهد داشت. کمک به فرزندتان در کشف استعدادهایش، باید در فهرست وظایف شما ارجح باشد اما چگونه می‌توان به این هدف دست یافت؟ با توصیه‌های این مطلب در این خصوص همراه شوید.

۱ فرزندتان را در معرض فعالیت‌های متنوع قرار دهید | بیشترین تلاش خود را انجام دهید تا از محدود کردن فرزندتان به زمینه‌هایی که صرفاً برای خودتان راحت و آشناست، پرهیز کنید. اگر شما در دوره رشد خود زیاد به ورزش می‌پرداختید، طبیعی است که فرزندتان را هم به سمت فعالیت‌های ورزشی سوق دهید؛ در حالی که ممکن است این زمینه، علاقه یا استعداد فرزندتان نباشد. فعالیت‌های دیگر را امتحان کنید. در همسایگی خود به دنبال فعالیت‌های متنوع باشید و از تمام امکانات موجود استفاده کنید.

۲ ذهن خود را به دنیای فرزندتان بگشایید | با گوش دادن به هر آن چه فرزندتان می‌گوید، از علایق او آگاه شوید. کودکان پیوسته درباره آن چه آن‌ها را جذب کرده است صحبت می‌کنند. حتی اگر صحبت‌های کودک‌تان برای شما خسته کننده است، تلاش کنید به او توجه کنید. همچنین از بین صحبت‌هایش زمینه‌هایی را که مورد علاقه‌اش نیست شناسایی کنید مثلاً اشتیاق نداشتن فرزندتان به انجام تمرین نقاشی، ممکن است نشان دهد که او علاقه زیادی به این هنر ندارد.

۳ فرزندتان را برای انجام علایقش تشویق کنید | با تصمیم‌گیری برای فرزندتان، رویاهای او را نادیده نگیرید! حتی اگر علایقش به‌نظر شما غیر واقعی هستند، به او اجازه دهید به سمت رویاهایش حرکت کند. شما اکنون از مسیری که سرنوشت پیش رویش قرار خواهد داد، آگاه نیستید. البته به شرطی که حوزه علاقه‌مندی‌اش برای او خطرساز نباشد.

۴ از چیزهای برنامه‌ریزی‌نشده نهراسید | ممکن است فرزندتان زمینه‌های مختلفی را امتحان کند و در نهایت نتیجه بگیرد که آن‌ها را دوست ندارد. حتی اگر کودک‌تان در زمینه‌ای سرآمد است، حق ترک آن را به او بدهید مگر آن که حس کنید شروع فعالیت‌های متعدد و ترک یک باره آن‌ها به عادتی مزمن و ناسالم در او تبدیل شده است. در این باره از فرزندتان بخواهید آن زمینه خاص را تا پایان فعالیت یا ترم جاری ادامه دهد و سپس بدون هیچ سوال یا فشاری به او اجازه دهید درباره ترکش تصمیم بگیرد. از این طریق به او در باره پایبندی به تعهد و هدر ندادن پولی که برایش هزینه می‌کنید، خواهید آموخت.

۵ ذهن کودک‌تان را به چالش بکشید | درباره وقایع جاری، اتفاقاتی که در همسایگی‌تان رخ داده، فعالیت‌های روزمره‌تان و دلایلش با کودک‌تان صحبت کنید. این‌ها زمینه‌های ایجاد پرسش را در او ایجاد خواهد کرد و ذهن‌اش را برای یافتن پاسخ به چالش می‌کشد. خلاقیت فرزندتان را با فعالیت‌هایی چون قصه‌خوانی با یکدیگر، خواندن کتاب برای او، بازی کردن، چیدن پازل و کارهایی از این قبیل تقویت کنید.

۶ برای بازبینی نمرات فرزندتان وقت بگذارید | نمرات گذشته و جاری فرزندتان را بررسی و آن‌ها را ارزیابی کنید. تلاش کنید در این ارزیابی به الگوهایی معنادار در هر زمینه مانند انگلیسی، ریاضی، علوم، اجتماعی و... دست یابید. این کار به شما درباره مهارت فرزندتان آگاهی خواهد داد. البته توجه داشته باشید که نمرات مدرسه به عواملی دیگر مانند علایق دانش‌آموز، توانمندی معلم و بازه زمانی و بستری که درس‌ها در آن به فرزندتان معرفی شده‌اند نیز بستگی دارد.

۷ با معلم فرزندتان صحبت کنید | صرف‌نظر از کیفیت نمراتی که فرزندتان در هر درس کسب کرده است، صحبت با معلم او می‌تواند اطلاعاتی ارزشمند درباره علایق و توانمندی‌های فرزندتان به شما ارائه دهد. به هر حال آموزگاران در زمینه‌هایی که مرتبط با ظرفیت‌های یادگیری است، زمان بیشتری را با فرزندتان سپری می‌کنند. از آن‌ها درباره علایق، توانمندی‌ها و عملکرد خوب یا بد فرزندتان در زمینه‌های مختلف سوال کنید.

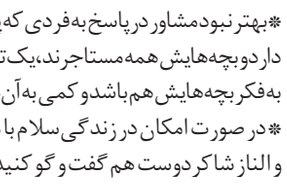
۸ بازی کردن فرزندتان را مشاهده کنید | برای مشاهده نحوه بازی کردن فرزندتان وقت بگذارید. فکر نکنید که این بازی‌ها بی‌اهمیت و بی‌معنی‌اند. آن‌ها می‌توانند منعکس‌کننده طبیعت متفاوت، علایق منحصربه‌فرد و توانمندی‌های کودک‌تان باشند. عملکرد کودک‌تان را طی بازی‌هایش یادداشت کنید. تلاش کنید بفهمید مشخصه بازی فرزندتان چیست؟ آیا بیشتر متفکرانه است، دراماتیک و نمایشی است یا بار احساسی دارد؟ آیا به مرتب‌سازی رنگ‌ها در لگوبازی اهمیت می‌دهد یا مثلاً به جزئیات توجه خاصی دارد؟ همچنین به نقش و عملکرد فرزندتان در بازی‌های گروهی نیز دقت کنید.

۹ با فرزندتان درباره علایق و استعدادهایش صحبت کنید | این واقعیت را که ممکن است فرزندتان خود و توانمندی‌هایش را بهتر از هر کسی بشناسد، دست کم نگیرید! حداقل او از علایق و چیزهایی که دوست ندارد آگاه است که اغلب به اندازه استعدادهای ذاتی‌اش حائز اهمیت‌اند. از او بپرسید از میان درس‌های مدرسه در کدام یک عملکرد بهتری دارد؟ از کدام یک بیشترین لذت را می‌برد؟ البته توجه داشته باشید که با وجود ارتباط میان استعداد و علاقه، آن‌ها را از هم متمایز کنید.

قرار و مدار

روز ضدعفونی کردن صفحه کلید و موس

امروز صفحه کلید و موس سیستمی رو که در خونه یا محل کار استفاده می‌کنین، با مواد ضدعفونی کننده معتبر، ضدعفونی کنین. شاید کسی بهش دست زده باشه یا خودتون قبل از ضدعفونی کردن دست هاتون، کلیدهاش رو فشار داده باشین و آلوده شده باشه...



ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* پرونده زندگی سلام با عنوان «نفوذ در روان تبهکاران» بسیار جالب و خواندنی بود. به خصوص قسمت تکان‌دهنده‌ترین پرونده جنایی‌اش که باورش سخت بود.
* در صفحه جوانه به جای کتاب، فیلم و پویانمایی خوب معرفی کنین که ارزش دیدن داشته باشه و وقت مون رو هدر نده.
* درباره مطلب «چرا کارهای امروزمان را به فردا می‌اندازیم؟»، اولا همه ما با این مشکل درگیریم. ثانیا، به نظرم بهترین راهکار برای مدیریتش، نوشتن کارها روی کاغذ است که شما در مطلب‌تان به آن اشاره نکرده‌اید.
* آقای دکتر شریفی‌یزدی در پرونده زندگی سلام گفتن که در شغل ما خبری از درآمد خوب نیست چون حقوق‌شون بالای ۱۰ میلیون نیست. میشه بفرمایید قانون کار چنده آقای دکتر؟
* در این روزهای سرد و کرونایی و آلوده، فقط سکته رو کم داریم که در صفحه سلامت، درباره‌اش نوشتین!
* بهتر نبود مشاور در پاسخ به فردی که پدرش سه تا خانه دارد و بچه‌هایش همه مستاجرند، یک توصیه می‌کرد که به فکر بچه‌هایش هم باشد و کمی به آن‌ها کمک کند؟
* در صورت امکان در زندگی سلام با محمدرضا گلزار و الناز شاکردوست هم گفت‌وگو کنید.

سعیده

ارتباط‌های کلامی غلط و جایگزین صحیح آن

زوجین

در تصمیم‌های مثبت همسرتان، مشوق و همراه باشید و با پیش‌بینی‌های منفی او را متوقف نکنید.

متن: الهه توانا

شوهرم خیلی به تمیز بودن خانه حساس است

خانمی ۲۹ ساله و خانه‌دار هستم. شوهرم ۳۳ ساله و کاسب است. مشکل ما این است که او خیلی به تمیز بودن خانه حساس است. من هم واقعا برای مرتب بودن خانه تلاش می‌کنم اما دو تا بچه داریم که امکان کنترل‌شان وجود ندارد. او هم این مسئله را از چشم من می‌بیند و می‌گوید تو بی‌عرضه‌ای. چه کنم؟

صدیقه معدنی | کارشناس ارشد روان‌شناسی

مشاوره زوجین

خواهر گرامی، در خصوص حساسیت همسرتان به تمیزی که در پیامک‌تان به آن اشاره کرده‌اید، دو احتمال را بررسی می‌کنیم: احتمال اول این که شما اهل رعایت نظافت و تمیزی در حد معمول هستید ولی همسرتان دچار وسواس در تمیزی هستند و دوست دارند شما هم همه چیز را مانند ایشان رعایت کنید. احتمال دوم این است که شما اهل رعایت نظافت نیستید و همسرتان انتظار معقول دارد. تکلیف شما در احتمال دوم مشخص است و بعید به نظر می‌رسد که شرایط‌تان این گونه باشد، به خصوص که خودتان هم گفته‌اید من برای مرتب کردن خانه تلاشم را می‌کنم. در عین حال اگر این طور است توجه شما را به مطلب سمت چپ یعنی ستون بانوان جلب می‌کنیم. حالا بنا را بر احتمال اول می‌گذاریم یعنی وسواس همسرتان و رعایت در حد اعتدال شما و این که تغییر عادت‌های رفتاری غلط کمی زمان بر است و نیازمند کمک گرفتن از مشاور در درمان وسواس شوهرتان.

بچه‌ها را مسئول مرتب کردن خانه کنید

گفته‌اید که امکان کنترل بچه‌ها وجود ندارد. در خصوص حساس بودن همسر شما به تمیزی باید چند راهکار در ارتباط با کودکان‌تان را به شما یادآوری کنم. اگر بچه‌ها اتاق جدا دارند، ریخت و پاش لوازم‌شان را محدود به اتاق خودشان کنید. برای بچه‌ها ساعت و مکان آزادی را مشخص کنید. مثلا به آن‌ها بگویید بعد از صبحانه می‌توانید تا قبل ناهار از اسباب بازی‌هایتان در پذیرایی استفاده کنید و قبل از غذا همه باید جمع شوند. از آن‌جا که برای کودکان عادت کردن به مسئله نظم در بازی و قاعده‌مند شدن کمی زمان بر و نیازمند حوصله است، بهتر است کارها را کوچک‌تر کنید. تعداد وسایل در دسترس کودکان را کم کنید تا نگران به هم ریختگی منزل‌تان نشوید. این مسئله موجب می‌شود کنجکاوی کودکان به اسباب بازی‌هایشان حفظ شود و به صورت دوره‌ای وسایل را عوض کنید و یک سری دیگر در اختیارشان بگذارید. یک راه خوب برای مسئول کردن بچه‌ها درباره انجام کارهای مربوط به اتاق و حیطه‌شان این است که پاداش یا امتیازی را که قرار است به آن‌ها بدهید، مشروط کنید به انجام کامل کاری که خواسته‌اید. مثلا دیدن کارتون مورد علاقه بعد از جمع کردن اتاق.

فهرست تمیزکاری ایجاد کنید

بچه‌ها ممکن است ندانند برای مرتب کردن خانه باید از کجا شروع کنند و با خود بگویند: «وای، من هیچ وقت نمی‌تونم این اتاق رو مرتب کنم، چرا خودم رو به زحمت بندازم؟» شما فقط کمکش کنید تا شروع کند. توصیه می‌شود از مجموع کارهای لازم برای تمیزی اتاق یک فهرست تهیه کنید. برای بچه‌های کوچک با تصاویر و برای بزرگ‌ترها با نوشته، دستورالعمل‌ها را تعیین کنید: ۱- رخت خوابت را مرتب کن، ۲- رخت‌های چرک را داخل سبد بگذار، ۳- لباس‌هایت را آویزان کن، ۴- اسباب‌بازی‌ها را از وسایل دیگرت جدا نگه‌دار و ۵- کف اتاقت را جارو بزن.

با شوهرتان صحبت کنید

بعد از این تغییرات و در یک فرصت مناسب با شوهرتان در همین باره صحبت کنید و به او بگویید که شما تمام تلاش‌تان را به کار گرفته‌اید. درباره کارهایی که برای تمیزی خانه صورت می‌گیرد، به او گزارش دهید تا در جریان کم و کیف این اتفاق قرار بگیرد.

بانوان

۶ اشتباه رایج در زمان نظافت منزل

مارال مرادی | روزنامه‌نگار

تصور کنید بعد از این که تمام روزتان را مشغول تمیزکاری خانه بودید و درست در لحظه‌ای که فکر می‌کنید بالاخره نظافت به پایان رسیده، کسی روی شانه‌تان می‌زند و می‌گوید: «تو تمام این مدت مشغول کثیف کردن خانه بوده‌ای!». در ادامه به شش اشتباهی که موقع نظافت، خانه را دوباره کثیف می‌کند، اشاره خواهد شد.

اشتباه اول برنامه نداشتن

نکته‌ای که موقع نظافت خانه باید به آن دقت کنید این است که ترتیب تمیز کردن و مرتب کردن خانه باید به نحوی باشد که گرد و خاک از گوشه‌ای از اتاق یا آشپزخانه جمع و به سمت در خروجی هدایت شود! مثلا در آشپزخانه، ابتدا روی کانتر را با دستمال تمیز کنید و در ادامه کف آشپزخانه را تِی بکشید.

اشتباه دوم تمیز نکردن دستمال گردگیری

موقعی که مشغول نظافت هستید، اسفنج آلوده می‌تواند دست‌ها، دهان و چشم‌های شما و البته هر وسیله‌ای را که با آن برای شست‌وشو در تماس بوده، آلوده کند. به همین دلیل قبل از شستن ظرف‌ها یا نظافت خانه، از تمیز بودن اسکاچ، اسفنج و دستمال‌های گردگیری مطمئن شوید. همچنین بعد از هر بار نظافت خانه دوباره آن‌ها را برای دفعات بعدیِ تمیزکاری خانه بشویید و خشک کنید.

اشتباه سوم رعایت نکردن بهداشت تخته‌گوشت

تخته مخصوص خرد کردن گوشت را از سبزیجات جدا کنید. همچنین بعد از هر بار استفاده به خوبی آن را بشویید و سپس کمی سرکه روی آن اسپری کنید. اجازه دهید یک شب تا صبح سرکه روی تخته گوشت بماند و صبح روز بعد، تخته گوشت را با کمی الکل یا مایع شوینده دوباره ضدعفونی کنید و بشویید.

اشتباه چهارم توجه نکردن به دمای آب ماشین‌لباس‌شویی

استفاده مداوم از آب سرد برای شست‌وشوی لباس‌ها، ممکن است باعث انتقال میکروب از لباس‌های قبلی به لباس‌های جدیدی شود که برای شست‌وشو داخل لگن ماشین لباس‌شویی می‌ریزید. زیرا آب سرد به اندازه آب گرم توان از بین بردن میکروب‌ها را ندارد. همین موضوع باعث می‌شود در صورت استفاده مداوم از آب سرد، مخزن ماشین لباس‌شویی شما آلوده و این آلودگی در شست‌وشوهای بعدی به لباس‌های دیگر منتقل شود.

اشتباه پنجم تمیز نکردن سطل زباله

درست است که شما سطل زباله‌تان را به طور منظم خالی می‌کنید و داخل سطل کیسه مخصوص زباله قرار می‌دهید اما فراموش نکنید که باید برنامه‌ای منظم برای شست‌وشوی داخل سطل زباله‌تان داشته باشید.

اشتباه ششم تصور اشتباه درباره تمیز بودن ماشین ظرف‌شویی

این که ماشین ظرف‌شویی شما می‌تواند از پس تمیز کردن ظرف‌ها بربیاید به این معنی نیست که می‌تواند از پس تمیز کردن خودش هم بربیاید. لبه‌های بیرونی ماشین ظرف‌شویی و زیر دستگاه لازم است هر چند مدت یک بار تمیز شود. این موضوع درباره یخچال، فریزر و مایکروویو شما هم صدق می‌کند.

در تهیه این مطلب از سایت اسپارد کمک گرفته شده است.