

## پیشگفتار

---

### چگونه فرزندان با اعتماد به نفس بالا تربیت کنیم؟

هم‌زمان با ورود کودکان به مراکز پیش‌دبستانی و کسب اولین تجارب آموزشی، والدین مشتاق و علاقه‌مند هستند که بچه‌هایشان مطالب زیادی یاد بگیرند، شعر و سرود بخوانند، مفاهیم دینی و علمی را بیاموزند و ... .

در حالی که ممکن است بی‌اطلاع از این موضوع باشند که بر پایه‌ی مطالعات انجام‌شده شاه‌کلید یادگیری‌های متنوع کودکان، کسب و توسعه‌ی مهارت‌های اجتماعی آن‌ها است؛ به عبارت دیگر، «مهارت‌های اجتماعی، اساس و پایه‌ی یادگیری، خواندن، نوشتن، ریاضیات، علوم و ... هستند.»

مهارت‌هایی از قبیل حس کنجکاوی، همکاری و ارتباط با دیگران، خودکنترلی و اعتماد به نفس.

به بیان دیگر، از آنجا که یکی از چشم‌اندازهای والدین برای آینده، این است که فرزندان‌شان پیشرفت تحصیلی داشته باشند، در این ارتباط و در مسیر رسیدن به چنین چشم‌اندازی برداشتن دو گام لازم و ضروری است. گام اول این است که والدین بسترهایی را فراهم آورند تا بچه‌ها مهارت‌های اجتماعی پایه یعنی همان مهارت‌های چهارگانه بالا را کسب کنند و گام دوم این است که به تقویت مهارت‌های خواندن و نوشتن و علوم مختلف همت گمارند.

برای روشن‌گری بیشتر این حقیقت که کسب مهارت‌های چهارگانه اجتماعی مقدمه‌ای لازم بر آموزش و یادگیری علوم مختلف است و در توصیف مهارت اول، باید گفت که **کنجکاوی** کودک، یکی از نیرومندترین پایه‌های آموزش، تربیت و کسب تجارب است؛ قابلیت ارزشمند و خدادادی که تقریباً در عموم کودکان وجود دارد و مشاهدات والدین گواه این امر است که بچه‌ها با ذوق و اشتیاق فراوان و از سنین طفولیت، ضمن به‌کارگیری حواس پنج‌گانه خود به دنبال کشف چیستی پدیده‌ها و اشیاء هستند و مرتب سؤال می‌کنند: این چیه؟ اون چیه؟ و با رشد کلامی و زبانی که در سال‌های بعد در آن‌ها بروز و ظهور پیدا می‌کند، در جستجوی چرایی و چگونگی امور و پدیده‌ها بوده و سؤالات زیادی را مطرح می‌کنند: بابا چرا برف میاد؟ ماما من چه جوری به دنیا آمدم؟

بنابراین والدین آگاه و علاقه‌مند، با تحریک و در واقع اجازه دادن به کودکان برای خوب دیدن، خوب شنیدن، لمس کردن، دست‌کاری کردن، کشف کردن، انجام آزمایش و حتی بازی‌های سازنده، این توانایی

و قابلیت را در آن‌ها تقویت می‌کنند. همچنین در مواجهه با پرسش‌های فراوان کودک، با صبوری و بردباری شایسته یک پدر و مادر فهیم، به او می‌آموزند که برای یافتن پاسخ سؤالات خود می‌تواند، خوب مشاهده کند، با دقت گوش کند، لمس کند، دست به آزمایش‌های ساده و بی‌خطر بزند و البته روی کمک فکری والدین و بزرگ‌ترها هم حساب کند و نکته مهم اینکه اگر پدران و مادران بتوانند این روحیه کنجکاوی و پرسشگری دوران کودکی را در فیلسوف‌های کوچک حفظ کرده، بسط و توسعه دهند؛ چنین کودکانی در دوران تحصیل، کنجکاوی و تلاش زیادی برای درک و فهم مسائل مختلف و یادگیری علوم از خود نشان خواهند داد. مطالعه در زندگی کودکی و نوجوانی ادیسون نشان می‌دهد که این حس کنجکاوی قوی او بود که او را از راه پنجره به زیرزمین خانه می‌کشاند تا دور از چشم مادر، آزمایش‌های مربوط به الکتریسیته ساکن را روی موهای خواهرش اجرا کند.

در ارتباط با مهارت دیگر یعنی **خودکنترلی** می‌توان به تعدادی از قابلیت‌ها و توانایی‌هایی اشاره کرد که با هوش هیجانی نیز ارتباط دارد مهارت‌هایی که خمیرمایه اولیه آن در نهاد و شخصیت کودکان وجود دارد، ولی نیاز به تقویت و جهت‌دهی مناسب از جانب والدین دارد. توانایی‌هایی از قبیل سخت‌کوشی، پشتکار، کار را به پایان رساندن، تلاش، دقت، توجه و تمرکز بر اشیاء، پدیده‌ها و امور. در اینجا خوب است اشاره‌ای به نتایج ارزنده یکی از تحقیقات پژوهشگران دانشگاه ایالتی اورگان آمریکا داشته باشیم. این تحقیقات که بر اساس مطالعه روی چهارصد و سی کودک به انجام رسیده نشان داد که اولاً مهارت‌های

رفتاری و اجتماعی مهم‌تر از مهارت‌های تحصیلی (خواندن و نوشتن و...) است. دوم اینکه، کودکان پیش‌دبستانی ای که قادرند با توجه بیشتری بر روی کارها تمرکزکنند و بر روی یک کار تا آخر باقی بمانند، پنجاه درصد بیشتر در مقطع دانشگاه موفقند.

بالاخره مهارت اجتماعی مهم دیگر، اعتمادبه‌نفس است. معنی ساده و قابل فهم اعتمادبه‌نفس این است که کودک به خودش اعتماد داشته باشد و بر این باور باشد که توانایی‌هایی بالقوه متعددی در او وجود دارد که با سعی و تلاش و فراهم آوردن زمینه‌های لازم می‌تواند آن‌ها را به فعلیت برساند یعنی از خود بروز دهد به بیان دیگر، هرگاه بتواند بدون توقع کمک از دیگران کاری را متناسب با توانایی‌های خود آغاز کرده و تلاش کند که آن را به پایان برساند و بالاخره این احساس زیبا و قشنگ را داشته باشد که: «من می‌توانم». در این حالت می‌گوییم کودک اعتماد به نفس دارد. حال سؤال این است که چگونه چنین باور و احساسی در کودک شکل می‌گیرد؟ و چگونه به چنین مهارتی دست می‌یابد؟

در پاسخ باید گفت که: اعتمادبه‌نفس صفتی ارثی نیست، بلکه اکتسابی است. البته یک‌شبه هم‌چنین اتفاق نمی‌افتد. به تعبیر کارشناسان علوم تربیتی ۹۹ درصد تربیت، زمینه‌سازی و فراهم کردن شرایط مناسب و مستعد است؛ درست مثل آماده‌سازی زمین برای کشت و زرع که شاید ماه‌ها و سال‌ها زمان می‌برد. در واقع اساس شکل‌گیری چنین باوری در دوران طلایی کودکی، در کانون خانواده و به دست پدر و مادری فهمیم، آگاه و کاربلد صورت می‌گیرد.

دستیابی کودک به اعتمادبه‌نفس دارای چنان اهمیتی است که می‌توانیم بگوییم: یکی از ارزشمندترین و ماندگارترین میراثی که والدین برای فرزندان خود به جای می‌گذارند، اعتمادبه‌نفس است. حال شایسته است که در ادامه مطلب به تبیین نقش خانه و خانواده و والدین در شکل‌گیری یک اعتمادبه‌نفس و عزت‌نفس مطلوب در فرزندان بپردازیم.

بدین منظور سعی بر آن داریم که به شکلی کاربردی و قابل‌فهم، شش باید تربیتی، یعنی شش مؤلفه یا فاکتور تربیتی که باید در کانون خانواده وجود داشته باشد و پنج نباید تربیتی به معنی پنج ویروس مخرب تربیتی که حتی‌المقدور نباید فضای خانواده و شیوه تربیتی پدر و مادر آلوده به آن باشد و شش راهبرد مهم تربیتی را مطرح کنیم؛ که رعایت مجموعه این بایدونبایدها و راهبردها می‌تواند پی‌ریزی اساس عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس مطلوب را در فرزندان به دنبال داشته باشد.

