

هفت کلید مخفی برای آشکار کردن نبوغ در فرزندتان

تکنیک‌های قوی برای افزایش هوش،

تعویت اعتماد به نفس و بیشینه کردن توانایی‌های بالقوه

تألیف

آجولا میشررا

ترجمه

بهناز پاکروان

پروفسور احمد عابدی

هیئت علمی و استاد تمام دانشگاه اصفهان

ویراستار

حسام گودرزی



فهرست مطالب

۹	مقدمه
۱۱	تعهد
۱۳	خودتان را بشناسیید
۱۷	اولین کلید مخفی: همگام‌سازی دو نیمکره
۲۹	دومین کلید مخفی: مغز را آموزش دهید
۳۶	سومین کلید مخفی: خلاقیت را پرورش بدهید
۴۵	چهارمین کلید مخفی: ذهنیت رشد را ایجاد کنید
۵۳	پنجمین کلید مخفی: چیزهای مشابه همدیگر را جذب می‌کنند
۶۲	ششمین کلید مخفی: سه اصل شگفت‌انگیز
۷۴	هفتمین کلید مخفی: با نبوغ و هوش ارتباط برقرار کنید
۸۱	نتیجه‌گیری
۸۴	منابع
۸۵	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی
۸۶	واژه‌نامه فارسی به انگلیسی

مقدمه

دلایل نوشتن این کتاب متنوع است. من اغلب از دوستان و آشنایی‌ها عادات و روال زندگی‌شان را درباره تربیت کودکانشان می‌پرسم. همچنین، والدینم به دلیل روش من برای تربیت فرزندانم احساس غرور می‌کنند. حتی افرادی که با آنها به‌طور منظم ارتباط دارم (علمایان، همکاران، همسایه‌ها) درباره راز تربیت فرزندانم از من سؤال می‌کنند. من اغلب مردم را می‌بینم که مستقیم یا غیرمستقیم به دنبال توصیه‌هایی برای تربیت بهتر فرزندانشان هستند و برخی از آنها رازهای فرزندپروری موفق را در نهان تحسین می‌کنند یا مخفیانه به دنبال فراگیری آنها هستند.

برای تربیت فرزندانم، بسیاری از روش‌های یادگیری تجربی را در طول دوران بچگی‌شان (صفر تا ۱۲ سال) استفاده کرده‌ام و این کتاب، مجموعه‌ای از تلاش‌ها و رازهای آزمایش‌شده است که نه فقط من، بلکه دوستان و آشنا‌یام از آن استفاده کرده‌اند و برایشان منفعت داشته است. البته باید بگوییم که برخی از آزمایش‌ها نتایج فوری در پی نداشته‌اند. برخی نتایج ناهمگونی داده‌اند و برخی نتایج فوری به بار آورده‌اند. همین‌طور که با تکنیک‌های مختلف معرفی شده در کتاب آشنا می‌شوید، درخواهید یافت که چه باید کنید و چگونه پیش بروید؛ در واقع، راه و رسم پرورش نوع کودک را فرامی‌گیرید.

والدین می‌توانند هر فصل را به صورت فردی بخوانند و آن را امتحان کنند یا اینکه کتاب را از اول تا آخر مطالعه کنند. اگر والدین تاکنون چندین کلید مخفی را امتحان کرده‌اند ولى به نتیجه نرسیده‌اند، در پایان هر فصل یک جعبه ابزار کاربردی برای اندازه‌گیری و آزمایش اثربخشی کلیدها مخفی گذاشته‌ام.

امید دارم که تلاشم به والدین تازه‌کار کمک کند که هوشیارانه کودکانشان را پرورش بدنهند و کودکانی با اعتماد به نفس بیشتر و شادتر تربیت کنند و در عین حال بتوانند از موهبت‌های فرزندداری نیز بهره‌مند بشوند.

اغلب، والدین به این دلیل که نمی‌دانند چگونه ویژگی‌های رفتاری را در کودکان

پرورش دهنده قدری مضطرب می‌شوند یا احساس گناه می‌کنند که از پا درمی‌آیند. همچنین، فرزندپروری چالش برانگیز است، زیرا هر کودکی منحصر به فرد است. تکنیک‌هایی که برای یک کودک مؤثر است، شاید برای کودک دیگری مؤثر نباشد. به علاوه، برخی اصول اساسی در کار است که برای همه کودکان لازم است و فرقی نمی‌کند والدین آنها از چه نژاد، قومیت و ملیتی باشند. بنابراین والدین، آیا آماده اید که رازها را بیاموزید؟

خب، پس شروع کنیم

قبل از اینکه به سراغ ۷ کلید مخفی بروید، می‌خواهم با شما درباره تعهد صحبت کنم. این تعهدات از آن جهت اهمیت دارند که موجب می‌شوند نبوغ فرزندتان آشکار شود.

تعهد

تعهد چیست؟

تعهد قول انجام کاری یا بهبود شرایط یا وضعیتی است. مردم اغلب تمایزی بین تعهد و قول نمی‌گذارند. تعهد نوعی عمل است. اما، قول فقط حرف است. دو صد گفته چون نیم کردار نیست.
از شما نمی‌خواهم به من قول بدھید بلکه می‌خواهم به من تعهد بدھید.

چرا تعهد لازم است؟

در حماسه اساطیری رامايانا، آشتاواکرا، به پادشاه جاناکا آگاهی می‌بخشید. آشتاواکرا با هشت نقص به دنیا آمد بنابراین نامش را «آشتاواکرا» گذاشتند.
جاناکا شاه می‌خواست عمق زندگی و وجودش را بفهمد. آشتاواکرا از او خواست به جنگل بیاید و او را ملاقات کند. پادشاه جاناکا مدت طولانی به جستجو پرداخت و در نهایت او را در حالی یافت که زیر درختی نشسته بود. هنگامی که آشتاواکرا را دید، آرام می‌خواست از اسب پایین بیاید. یک پایش بر روی یک رکاب و پای دیگر شدنها بود و در همین حال، آشتاواکرا گفت: «بایست. درست همانجا بایست». جاناکا به دشواری در آن حالت ماند. یک پا بر رکاب و یک پا در هوا او همان طور در آن حالت عجیب مانده بود. نمی‌دانیم چه مدت. برخی افسانه‌ها می‌گویند سال‌ها، برخی دیگر می‌گویند چون پادشاه دستور آشتاواکرا را تمام و کمال اجرا کرده بود، درست همانجا و در همان حالتی که آشتاواکرا گفت ایستاده بود و به موجودی کامل تبدیل شد.
اگر به دنبال کسب نتیجه هستیم، باید متعهدانه به دستور العمل‌ها گوش دهیم و به آنها عمل کنیم.

در روش آموزشی گروکول^۱، والدین باید کودکان را ۱۲ سال به معلم معنوی پسپارند. در اینجا، دانش آموزان همیشه به معلم متعهد هستند. تعهد ربط و نسبت مستقیمی دارد با نتیجه‌های که به دست می‌آورید. بنابراین برای بهبود حافظه، ایجاد اعتماد به نفس و افزایش توانایی‌های بالقوه، خوانندگان کتاب را تشویق خواهم کرد که به سه چیز متعهد باشند:

۱. یک هفته برای **یادگیری و جذب** این کتاب استراحت کنید.
۲. قبل از رفتن به کلید بعدی، جزئیات یادگیری و اقدام‌های مرتبط را بر روی صفحه خالی در پایان هر بخش، ثبت کنید. بر هر آنچه فرمی گیرید تأمل کنید و با همه آموزش‌ها به خواب بروید.
۳. صرف خواندن راه به جایی نمی‌برد. یادتان نرود که باید کارها را انجام بدهید، زیرا در غیر این صورت چیزی عایدتان نمی‌شود.

۱. نوعی روش آموزشی در هند. (و)

خودقان را بشناسید

والدین الگوهای نقش قطعی برای کودکان هستند. هر کلمه، حرکت و عملی از سوی والدین، تأثیری بر فرزند می‌گذارد. هیچ فرد دیگری یا نیروی خارجی، به اندازه والدین بر کودکان تأثیر ندارد. (باب کیشان)

کودک شما بیش از آنچه تحت تأثیر حرف‌هایتان قرار بگیرد، تحت تأثیر چیزهایی است که از شما در عمل فرا می‌گیرد. سعی نکنید چیزی به آنها یاد بدهید، زیرا این طوری چیزی از شما یاد نمی‌گیرند. آنها چیزی را که هستید به یاد می‌سپارند. (جیم هانس)

داستان الهامبخش کانرو هامپی

آشوک کانرو پدر کانرو هامپی، شطرنج باز بزرگی بود. وقتی دخترش ۵ ساله بود متوجه علاوه ا او به شطرنج شد. او شغل خود را که استادی دانشگاه بود رها کرد تا بتواند رؤیاها دخترش را برآورده کند. او به صورت تمام وقت شطرنج را به هامپی آموزش داد.

هامپی برای هندوستان بسیار افتخار آفرید. در سن ۱۲ سالگی، عنوان استاد بین المللی را کسب کرد. در سن ۱۵ سالگی، عنوان استاد بزرگ را، به عنوان جوان ترین زن، کسب کرد. دولت هندوستان به او جوایز آرجونا و پادماشری را داد. او بهترین شطرنج باز زن در هندوستان است.

همه این چیزها، به دلیل تلاش های بی وقفه پدرش بود. او الگویی مثال زدنی برای هامپی بود.

درست همان طور که باب کیشان و جیم هنسون گفته‌اند، والدین الگوی نهایی برای فرزندان هستند. هر کلمه‌ای، هر حرکتی و هر عملی از سوی والدین، کودکان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. کودکان بهترین مقلد والدین هستند.

بنابراین مهم است بدانید کجا هستید، قبل از اینکه تصمیم بگیرید به جایی که می‌خواهید بروید ...

از نظر علمی، مغز شامل مغز پسین و مغز پیشین می‌شود. قشر پیش‌پیشانی مسئول تمرکز توجه، تصمیم‌گیری، کنترل تکانه‌ها و رفتار و دیگر فرآیندهای هیجانی است. به همین دلیل است که وقتی از کودکان دلیل رفتارشان را می‌پرسیم، برایشان سخت است که توضیح بدهند. قبل از تحلیل رفتار کودکان، ضروری است که رفتار خودمان را به عنوان والدین، بررسی کنیم. کودکان بیشتر از اعمال والدینشان می‌آموزند و نه از چیزی که به آنها گفته می‌شود. به خصوص کودکان خردسال، همیشه برای هر چیزی به والدینشان نگاه می‌کنند. والدین برای آنها، همهٔ دنیا شان هستند. کودکان رفتار والدینشان را نگاه می‌کنند، به مثل این که والدین چگونه صحبت می‌کنند، چگونه با مردم، موقعیت‌ها، احساسات و ... برخورد می‌کنند. همهٔ اینها کودکان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. والدین نیاز دارند سبک والدگری خودشان را بفهمند و محیطی درست برای رشد فرزندشان مهیا کنند.

سبک‌های مختلف فرزند پروری رایج، عبارت‌اند از:

والد مستبد

والدین مستبد برای فرزندانشان تصمیم‌گیری می‌کنند، قوانین سختگیرانه وضع می‌کنند و نظمی برقرار می‌کنند که همیشه باید طبق آن عمل کرد. همچنین اگر کودک گوش ندهد و بر طبق انتظارات والدین رفتار نکند او را تنبیه می‌کنند. در این سبک والدگری، والدین قوانین رفتار درست و نادرست را تعریف می‌کنند و انتظار دارند که کودک بر طبق قوانین آنها رفتار کند.

والد سهل‌گیر

این سبک والدگری متضاد با سبک والدگری مستبد است. این سبک والدگری با دیگر سبک‌ها متفاوت است. قانون‌های کمی وجود دارد یا اصلاً قاعده و قانونی در کار نیست؛ کودکان برای تصمیم‌گیری در مورد وظایف آزادند.

والد مقتدر

این سبک والدگری مناسب‌ترین و متوزن‌ترین رویکرد است. این سبک والدگری فرصلات‌هایی را برای کشف محیط به کودکان می‌دهد. والدین مرزهایی می‌گذارند، رفتارهای پذیرفتنی را تعریف می‌کنند و کودکان را در مسیر درست هدایت می‌کنند. والدین همچنین به نیازهای جسمی، ذهنی، روان‌شناختی و هیجانی کودکانشان پاسخ می‌دهند. والدین می‌دانند چه زمانی آزادی بدهند و برای چه رفتارهایی مرز بگذارند.

والد طرد کننده

در این سبک والدگری، والدین نگران رفتارها و اعمال کودکان نیستند. آنها هیچ توجهی به کودکان نمی‌کنند، همچنین، والدین نیز کاملاً آنها را نادیده می‌گیرند و در کودکان منجر به احساس تنها‌بی، دوست داشتنی نبودن و تنفر از خود می‌شود.

والدین هلیکوپتری: مُد عصر جدید

در این سبک والدگری، والدین مانند هلیکوپتر بالای سر کودکان می‌چرخند و دائمآ رفتارهای آنان را زیر نظر دارند، والدین بیش از حد درگیر می‌شوند و مسئولیت افراطی برای تجارت کودکان، به خصوص شکست‌ها و موفقیت‌هایشان بر عهده می‌گیرند. افراط و تفریط والدین به دلیل فشار رقابتی منجر به عزت نفس پایین در کودکان و اضطراب می‌شود.

البته هر کدام از والدین، یعنی پدر و مادر می‌توانند سبک والدگری خودشان را در خانواده داشته باشند. برای مثال: مادر می‌تواند سهل‌گیر باشد در حالی که پدر ممکن است رویکرد مستبد را نشان بدهد. والدین نیاز دارند که یکدیگر را در سبک‌های فرزندپروری حمایت کنند. هر دو والد نباید سبک والدگری یکسان داشته باشند. برای مثال: سبک سرد و بدون مشارکت.

از میان تمام سبک‌های فرزندپروری، سبک مقتصد بهتر است چون نتایج مثبتی مانند اعتماد به نفس قوی و ثبات هیجانی کودکان را به همراه دارد. همچنین عواملی مانند فرهنگ، درک کودکان از سبک‌های والدگری، مرزهای خانواده و جامعه، نقش مهمی در این زمینه دارد.

والدین نیاز دارند که با سبک والدگری سازگار شوند که کمک می‌کند روابط بهتری با کودکان داشته باشند. در وضعیت مطلوب، کودکان باید موقعیت‌های مختلف والدین را درک کنند. برای مثال: والدین می‌توانند در زمینه مطالعه سخت‌گیر باشند اما برای دیگر وظایف بچه‌ها آسان‌گیر باشند. در بخش بعدی، من همه کلیدهای مخفی ای را پیش می‌نمهم که به شما کمک می‌کند شعله نبوغ فرزندتان را برافروزید. یادتان نزود که به سه تعهد قبلی که پیشتر مطرح کردم، پاییند باشید تا بتوانید مزایای ۷ کلید مخفی را به دست آورید.