

مثلث موفقیت

راهنمای عملی کشف و پرورش استعدادها
یادگیری و بهزیستی کودکان ۱۱-۴ ساله

تألیف

پروفسور والساکوشی (MBE)

دکتر البزابت کوشی

ترجمه

دکتر سید سعادت‌الله صالحی

دکترای تخصصی مدیریت ورزشی

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اراک

دکتر ابوالفضل امیریان

دکترای روان‌شناسی

سونیا طاهری

کارشناسی ارشد روان‌شناسی ورزشی

ویراستار

پریسا سعدی‌نام



فهرست

.....	سخن سارین دربارهٔ این کتاب	۵
.....	دربارهٔ نویسندگان	۹
.....	پیشگفتار	۱۱
.....	مقدمه	۱۳
.....	مثلث موفقیت	۱۵
.....	فصل ۱ عوامل کلیدی برای کمک به فرزند شما در مسیر موفقیت	۱۹
.....	بخش الف کشف و پرورش استعداد، توانایی و علایق	۳۵
.....	فصل ۲ مروری بر تیزهوشی، استعداد و توانایی بالا	۴۱
.....	فصل ۳ هوش و استعدادهای فرزند خود را چگونه پیدا کنیم؟	۶۳
.....	بخش ب بهبود قدرت یادگیری و چشم‌انداز (بینش)	۸۷
.....	فصل ۴ کشش و به چالش کشیدن تفکر کودک	۹۱
.....	فصل ۵ راهبردهایی برای کمک به یادگیری و نگرش کودکان	۱۰۵
.....	بخش ج افزایش سلامت و بهزیستی	۱۱۹
.....	فصل ۶ نقش بهزیستی روانی در شکوفایی استعدادهای کودکان	۱۲۳
.....	فصل ۷ بهبود بهزیستی روانی مثبت فرزندان	۱۳۷
.....	فصل ۸ سلامت جسمانی کودک خود را تقویت کنید	۱۵۹
.....	فصل ۹ جمع‌بندی نهایی	۱۸۳
.....	منابع	۱۸۵
.....	پیوست‌ها	۱۹۵
.....	پیوست ۱ سؤالات والدین در جلسات گفت‌وگوی‌شان با ما	۱۹۵
.....	پیوست ۲ تاریخچهٔ آموزش تیزهوشان	۲۰۱

پیوست ۳	تعاریف سلامت و حوزه‌های مختلف بهزیستی	۲۰۷
پیوست ۴	اطلاعات تکمیلی در مورد غذا	۲۱۱
	سفری خانوادگی	۲۱۹
	موضوعی خانوادگی- در سفر اکتشافی و یادگیری ما در بزرگراه «هوش و استعداد» به ما بپیوندید	۲۱۹
	سپاسگزاری	۲۲۳
	سایر نظرات	۲۲۷
	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی	۲۳۱

سخن سائرین دربارهٔ این کتاب

این کتاب دیدگاهی قدرتمند و منحصر به فرد در مورد چگونگی به حداکثر رساندن استعداد های کودکان صرف نظر از پیشینهٔ اقتصادی یا اجتماعی آن ها ارائه می دهد. تاکید بر شناسایی و توسعهٔ علایق و اشتیاق اولیهٔ کودکان و استفاده از آن ها در جایگاه عوامل انگیزشی قوی برای شادی و موفقیت است. نویسندگان تأکید دارند که همهٔ کودکان می توانند با در نظر گرفتن فرصت ها و تشویق های مناسب پیشرفت کنند. با پیروی از راهنمایی های ساده در این کتاب والدین، پدربزرگ ها و مادربزرگ ها و مراقبان می توانند زندگی خود را تغییر دهند.

در جایگاه فردی که آسیب های دوران کودکی و سیستم مراقبت را پشت سر گذاشته ام و اولین بار از بازی شطرنج الهام و اعتماد به نفس گرفتم و به همین دلیل به مزایای رویکرد نویسندگان واقفم. و برای من فقط وجود یک یا دو بزرگسال که اهمیت دهند و توجه کنند کافی بود تا تفاوت بزرگی ایجاد شود، بنابراین می دانم که این کتاب می تواند کار ساز باشد.

ریچارد فارلی

تاجر و سرمایه گذار بسیار موفق، سفیر اقدام برای کودکان، رئیس دانشگاه لندن جنوبی

بانک و تولید کنندهٔ سابق برنامهٔ تلویزیونی Dragons Den BBC2



این کتاب راهنمایی عالی برای والدین کودکان خردسال است. والدین فصل های مربوط به ارتقای سلامت روان در کودکان و مقابله با مشکلات در زمینه هایی مانند خواب و رژیم غذایی را بسیار مفید خواهند یافت. پدر و مادر بودن در دنیای مدرن استرس زا است. اکنون خانواده ها پراکنده تر شده اند و حمایت و توصیه هایی که والدین احتمالاً از بستگان خود دریافت می کردند در دورانی که اعضای خانواده در کنار هم زندگی می کردند، اکنون برای بسیاری از مردم مدت ها است که پایان یافته است؛ اگرچه والدین هنوز هم به راهنمایی روشن، معتبر، مبتنی بر شواهد و قابل خواندن در مورد فرزند پروری نیاز دارند. این کتاب این راهنمایی را فراهم می کند و مکمل بسیار ارزشمندی برای هر خانوادهٔ دارای فرزندان خردسال خواهد بود.

استاد عظیم مجید

پزشک عمومی و رئیس بخش مراقبت های اولیه و بهداشت عمومی سلطنتی کالج لندن



من پرفسور کوشی را بیش از ۱۴ سال است که می‌شناسم، از زمانی که مسئول دوره آموزش ریاضی دانان بااستعداد و تیزهوش بود و بعد هم که استاد راهنمای من در مقطع کارشناسی ارشد و سپس دکتری شد. او به من انگیزه داد تا تحصیلاتم را ادامه دهم و همچنین اشتیاقم را افزایش داد تا نسبت به آموزش درست دانش‌آموزان توانمندی که مسئولیت آن‌ها را بر عهده دارم، اطمینان حاصل کنم.

کتاب‌های پرفسور کوشی همیشه به همان اندازه برای معلمان هم الهام‌بخش است. او مهارت ابهام‌زدایی از مفاهیم پیچیده را دارد و باعث می‌شود که آموزش‌های دشوار بسیار ساده به نظر برسند. او در کارهای تحقیقاتی خود اغلب نظرات والدین را گنجانده است و من طی تحقیقات خود دریافته‌ام که والدین دیدگاه متفاوت و بسیار مهمی در مورد توانایی‌های فرزند خود ارائه می‌دهند.

به نظر می‌رسد گام بعدی و کاملاً منطقی پرفسور کوشی نوشتن کتابی برای والدین در مورد پرورش موهبت‌های فرزندشان باشد. این کتاب باعث می‌شود متوجه شوم که چه خلأیی در بازار منابع این موضوع برای والدین وجود داشته است، زیرا هیچ‌کس به اندازه والدین به فکر پرورش موهبت‌های فرزند خود نیستند. به علاوه این کتاب برای همه والدین است، زیرا همانطور که پرفسور کوشی در کتاب توضیح می‌دهد، هوش ثابت نیست و همه کودکان با داشتن فرصت‌ها و انگیزه مناسب می‌توانند به موفقیت برسند. با خواندن این کتاب والدین نکاتی علمی در مورد چگونگی حمایت بهینه از کودکان خود جهت رشد توانایی‌ها را یاد می‌گیرند. در ادامه پرفسور کوشی ایده‌های عملی در مورد راه‌های الهام بخشیدن به کودکان برای به چالش کشیدن خود را ارائه می‌دهد.

ویژگی منحصر به فرد این کتاب همکاری با دکتر الیزابت کوشی و اهمیت سلامت جسمی و روانی به مثابه پیش‌نیاز یادگیری خوب است. من مدیر مدرسه ابتدایی در مرکز شهر بودم، به خوبی می‌دانم که وقتی نیازهای اساسی تری وجود دارد، تمرکز بر یادگیری کودکان چقدر دشوار است. بخش‌های مربوط به سلامت روان و جسم چالش‌های فعلی را نشان می‌دهند و هر دو بخش آموزش و سلامت، روزانه با آن دست‌وپنجه نرم می‌کنند. ارتباط این دو موضوع به شیوه‌ای که در اینجا وجود دارد، اهمیت نگاه کردن به کودک به صورت همه‌جانبه به مثابه یک کلیت را نشان می‌دهد.

من قطعاً این کتاب را به والدین مدرسه خود توصیه خواهم کرد، زیرا همه می‌دانیم مشارکت دادن والدین در آموزش فرزندان‌شان راهی عالی برای تسريع در حصول نتایج کودکان شناخته شده است. من می‌دانم که والدین با خواندن این کتاب کاملاً اعتماد به نفس و الهام خواهند گرفت.

دکتر مارگارت برادی
دانشجوی دکترای سابق و سرگروه آموزشی



فرزندپروری سخت است. بیشتر ما هیچ آموزشی جز تجربه خودمان از والدین مان نداریم! اگر آن‌ها کارشان را به درستی انجام دهند عالی است، اما اگر آن‌ها مانند بسیاری از ما کم‌وبیش خوب عمل نکنند، کار سخت می‌شود.

در اینجا توصیه‌های خوبی در مورد رشد توانایی فرزندان مان آورده شده است. شاید حتی مهم‌تر از آن، راهنمایی نحوه کمک به رشد شادی، امنیت و انعطاف‌پذیری در فرزندان مان باشد - چیزی که همه ما برای رسیدن به آن هر کاری می‌کنیم. خبر خوب این است که انجام آن گران نیست و چیزی است که همه ما از پس آن برمی‌آییم! ایده‌هایی معقول، روشن و قابل دستیابی اینجا آورده شده است تا به ما کمک کنند، جالب‌تر اینکه این ایده‌ها بر شواهد قابل اعتماد استوار است، آن هم در زمانی که بسیاری از اطلاعات صرفاً نظرات ذهنی یا دیدگاه‌های جانبدارانه هستند، بسیار ارزشمند است. خوشبختانه شواهد و مدارک به این راحتی‌ها مانع خواندن کتاب نمی‌شوند و اگر خودمان اراده کنیم، می‌توانیم آن شواهد و مدارک را بیشتر بررسی کنیم. ارزشش را دارد که این کتاب را بخوانیم یا در آن عمیق شویم تا مشوق ما در پربارترین و چالش‌برانگیزترین کاری که احتمالاً در پیش رو داریم، باشد - یعنی تبدیل شدن به پدر یا مادری عالی -.

دکتر فیل مور

پزشک عمومی، مدیر مشترک بالینی سلامت روان¹ NHS انگلستان (لندن)، رئیس شبکه کمیسیونرهای سلامت روان کمیسیون بالینی NHS

درباره نویسندگان

نویسندگان این کتاب مادر و دختر هستند.

پروفسور والسا کوشی

والسا کوشی اولین مرکز رشد استعدادهای دانشگاه محور را در دانشگاه بروئل در سال ۱۹۹۶ تأسیس کرد تا از معلمان، مربیان و والدین برای شناسایی و پرورش استعدادهای کودکان حمایت کند. او در سال ۲۰۱۹ توسط اعلی حضرت ملکه به دلیل کمک به آموزش طی چندین دهه جایزه موسوم به MBE دریافت کرد.

ویژگی منحصر به فرد کار او پی بردن به اهمیت رشد تحصیلی کودکان و در عین حال شناسایی موهبت ها و استعدادهای متعدد است. با این هدف نهایی که به کودکان برای دستیابی به پتانسیل کامل خود صرف نظر از پیشینه آنها کمک کند. او ما را تشویق می کند که به سیستم «موهبت و استعدادهای فرزندم چیست؟» به جای اینکه پرسیم: «آیا فرزند من با استعداد است؟» او ۱۸ کتاب در زمینه پرورش استعداد و آموزش ریاضی نوشته است. او همچنین مقالات زیادی در مجلات دانشگاهی بین المللی منتشر کرده است و در بیش از ۳۰ کنفرانس سخنرانی کرده است، از جمله در کنفرانس انجمن تحقیقات آموزش آمریکا (AERA) و در کنفرانس های انجمن تحقیقات آموزشی بریتانیا (BERA). او در حرفه آکادمیک خود به معلمان کارآموز تدریس کرده است، دوره های پیشرفت شغلی زیادی را مدیریت کرده و مسئول راه اندازی دوره کارشناسی ارشد آموزش استعدادهای درخشان بوده است. او همچنین استاد راهنمای پایان نامه چندین دانشجوی دکترای ملی و بین المللی بوده است که بسیاری از آنها در زمینه های مرتبط با آموزش استعدادهای درخشان پژوهش کرده اند.

او قبل از شروع شغل دانشگاهی معلم مدرسه ابتدایی و عضو تیم مشاوره ریاضیات اداره آموزش داخلی لندن (ILEA) بود. کاری که والسا بیش از همه به آن افتخار می کند تأسیس برنامه دانش پژوهان شهری است، با هدف بالا بردن اهداف و دستاوردهای نوجوانانی که در شرایط چالش برانگیز زندگی می کنند و پشتیبانی از ادامه مسیر آنها به سمت زندگی شاد و موفق. او تعداد قابل توجهی از پروژه های تحقیق و توسعه را برای دولت بریتانیا و چندین موسسه خیریه هدایت کرده است.

والسا احساس می کند خوش شانس است که استاد دانشگاه است. با این حال برای هر خواننده ای که ممکن است فکر کند مسیر زندگی او از ابتدا مسیر آسانی بوده، اینگونه نبوده است. او در کودکی «فاجعه» بود و در کمال تأسف و وحشت والدینش، زمانی که ۱۳ ساله بود، به خاطر انجام ندادن تکالیف معمول مدرسه و به جای آن استفاده از تفاسیر خلاقانه و جایگزین آن تکالیف در مدرسه، به طور موقت از مدرسه اخراج شد. همان مدرسه ای که برای همه کودکان و والدین محل امید است!

دکتر الیزابت کوشی

الیزابت، پزشک عمومی (GP)، سرپرست اداره آموزش عمومی دانشجویان مقطع کارشناسی پزشکی، مدرس مدعو در مقطع کارشناسی ارشد و محقق پزشکی در کالج امپریال لندن بوده است. او همچنین دکترای خود را در رشته پزشکی از امپریال کالج لندن دریافت کرد. او مادر است و به نظر خودش این نقش چالش برانگیزترین اما پربارترین نقشی است که تا به حال بر عهده گرفته است! در این کتاب او یکی از علایق بزرگ خود را دنبال می کند که به والدین کمک کند تا پایه های مناسبی برای تقویت بهزیستی و ظرفیت یادگیری کودکان ایجاد کنند و بدین ترتیب به تحقق رویای تقریباً هر پدر و مادر و پدربزرگ و مادربزرگی در رابطه با فرزندان و نوه هایشان برای داشتن زندگی شاد، سالم و موفق کمک کند.

اشتیاق او برای کمک به کودکان در دانشکده پزشکی شعله ور شد. زمانی که او جوایز مربوط به سلامت اطفال و کودکان را به دست آورد. برای مثال او یکی از دو دانشجوی پزشکی بود که در بین هم ورودی های خود جایزه کالج سلطنتی سلامت اطفال و کودکان را در سال آخر دانشکده پزشکی دریافت کرد. الیزابت در نقش پزشکی جوان در بیمارستان ها و سپس در مطب عمومی کار کرد. او در آزمون «عضویت در کالج سلطنتی پزشکان عمومی» (MRCGP) موفق شد. مدرک کارشناسی ارشد خود را در رشته اپیدمیولوژی به پایان رساند و سپس مدرک دکترای پزشکی را از امپریال کالج لندن دریافت کرد. او جوایز ملی و نیز کمک هزینه های تحقیقاتی ملی مختلفی را دریافت کرده است.

مادر بودن، پزشک، مدرس و کارشناسی ارشد و محقق پزشکی همگی به او کمک کرده اند تا بتواند دیدی کلی و متفاوت در مورد بهزیستی کودکان و عوامل بیرونی اثرگذار بر شناسایی ظرفیت های کودکان ارائه دهد. وی این را هم کاملاً قبول دارد که مفاهیم تئوری هرگز به این راحتی قابل اجرا نیستند!

الیزابت در نقش پزشک عمومی در مناطق مرفه و همچنین بسیار محروم کار کرده و طیف وسیعی از مشکلات جسمی و روانی - اجتماعی را در کودکان از طبقات مختلف اجتماعی - اقتصادی دیده است. او کودکان بی شماری را دیده است که اغلب به دلیل ترس از شکست در آزمون ها و مشکلات اجتماعی استرس و اضطراب داشتند. این امر او را به افزایش آگاهی در مورد اضطراب و استرس در بین کودکان و ارائه کمک و راهنمایی علاقه مند کرده است.

الیزابت هنوز خودش در مدرسه بود که والدینش برای اولین بار در حوزه آموزش استعداد های درخشان درگیر شدند و او در جریان ایده های توسعه گرایانه آن ها قرار گرفت. او مجذوب گفت و گو ها و بحث های آن ها شد و به طور فزاینده ای به رشته و مفاهیم مربوط به استعداد درخشان علاقه مند شد. بسیاری از صحبت ها در اتاق نشیمن به موضوعات مرتبط با IQ و استعداد های خاص افراد مشهور تبدیل شد و زیاد در مورد آن ها صحبت می شد.

پیشگفتار

تا همین اواخر اطلاعات بسیار کمی به صورت عینی در مورد کودکان، دوران کودکی، تربیت کودک یا والدین وجود داشت. بسیاری از مردم دیدگاه‌های محکم و غیرقابل تغییر در مورد همه این مسائل داشتند، اما برای اکثر مردم تربیت کودک امری عادی و عملی بود - در واقع تربیت کودک را مجموعه‌ای از عادات فرهنگی بدیهی می‌دانستند. در مقابل والدین امروزی با حجم وسیع و روزافزون تحقیقات علمی در مورد تمام جنبه‌های آموزش و پرورش و تربیت کودک از جمله رژیم غذایی، خواب، بهزیستی و سلامتی مواجه هستند. در این کتاب نویسندگان اطلاعات مرتبط و مفید از معدن پیشینه پژوهشی موجود را مورد بحث قرار می‌دهند و آن را برای خواننده قابل دسترس و کاربردی می‌کنند.

باز هم تأکید می‌کنیم که تا همین اواخر هم تولد فرزند مساوی با سرنوشتش بود. بچه‌های کشاورز در مزارع کار می‌کردند و بچه‌های ماهیگیر به دریا می‌رفتند، در مقابل در دهه‌های اخیر فرصت‌های گسترده‌ای برای اکثر کودکان در کشورهای توسعه یافته گشوده شده است. دویست سال پیش یکی از سؤالات اساسی در ذهن والدین این بود که «چطور می‌توانم این کودک را به شغلی پردرآمد برسانم؟». امروز سؤال رایج‌تر این است که «چگونه می‌توانم به فرزندم کمک کنم تا از استعداد خود حداکثر استفاده را بکند؟» البته این مواضع کلی هستند. بسیاری از والدین هم هستند که از قبل به فکر خود یا فرزندانشان نیستند، اما می‌توان پیش‌بینی کرد شما که در حال مطالعه این کتاب هستید، جزء چنین والدینی نیستید. شما در واقع در حال تحقیق هستید که چگونه به فرزندتان کمک کنید تا بهترین عملکرد را داشته باشد.

ما آدم‌ها در نصیحت کردن کم نمی‌آوریم. افراد متعصبی هستند (مثلاً «مامان‌های سخت‌گیر» که به فرزندپروری خود بسیار افتخار می‌کنند و از کودکان خود می‌خواهند که دستورات آن‌ها را دنبال کنند). ایدئولوگ‌هایی وجود دارند که دیدگاه‌های فلسفی، مذهبی یا سیاسی محکمی در مورد چگونگی تربیت کودکان برای تبدیل شدن به شاخص از پیش تعیین‌شده مطلوب در بزرگسالی دارند. اینجا اما شما رویکرد متفاوتی دارید، منبعی از اطلاعات مرتبط با فرزندپروری در اختیار شماست که توسط والس‌ها و الیزابت کوشی و براساس بهترین مطالعات علمی موجود در مورد دوران کودکی و رشد کودک گردآوری شده است. این اطلاعات طیفی از موضوعات از جمله آموزش، یادگیری، تفکر، رژیم غذایی، سلامت جسمی و روانی را پوشش می‌دهند. نویسندگان از مطالعات خود برای پرداختن به سؤالات کلیدی والدین استفاده می‌کنند، زیرا این سؤالات در محیط امروزی مطرح می‌شوند. چگونه می‌توانم

نقاط قوت فکری فرزندم را برای بهبود یادگیری و خلاقیت او تقویت کنم؟ چگونه به فرزندم کمک کنم تا از نظر جسمی و روحی قوی شود؟ کودک من چقدر به خواب نیاز دارد؟ رژیم غذایی خوب چیست و چگونه می‌توانم فرزندم را به خوردن این غذا وادارم؟

نویسندگان (این کتاب) دانشمند هستند، بنابراین به‌خوبی می‌توانند تحقیقات مرتبط را تبیین کنند، همچنین مادر، پدر بزرگ و مادر بزرگ هم هستند. آن‌ها می‌دانند که «دنای واقعی» چقدر می‌تواند دشوار باشد و بنابراین مطالب علمی (این کتاب) با خرد و فروتنی ارائه می‌شوند، علاوه بر این رویکرد «کودک کامل» را در پیش می‌گیرند. فرزند شما قرار نیست فقط غذا بخورد، بخوابد، یاد بگیرد یا مواردی از این دست. فرزند شما انسان است. فرزند شما صفحه کاغذ خالی نیست که بتوانید فیلمنامه خود را روی آن بنویسید. فرزند شما طبیعت خاص خود را دارد که شما باید یاد بگیرید که با آن تعامل داشته باشید.

اینجا یاد دوران کودکی خود افتادم. خواهر بزرگترم قبل از رفتن به مدرسه خواندن، نوشتن و انجام محاسبات اولیه را به من آموخت. خواهرم اصلاً نتوانست چیزی به برادر کوچکترم بیاموزد، زیرا به قول خودش «او آرام نمی‌گیرد». ما پسرها طبیعت بسیار متفاوتی داشتیم. من درونگرایی مضطرب بودم و او برونگرایی شاد بود. با این که ما در محیط فیزیکی یکسانی زندگی می‌کردیم، اما ادراک ما از آن کاملاً متفاوت بود. برای او دوچرخه فرصتی طلایی برای رفتن به مکان‌های مختلف بود، اما برای من دوچرخه تهدیدی وجودی بود. من بیشتر (و البته ایمن تر) در کتاب سیر می‌کردم. همه با برادرم به خوبی رفتار می‌کردند، اما با من با بدبینی رفتار می‌کردند و من هم با همان بدبینی با آن‌ها رفتار می‌کردم. فطرت و تربیت تعامل دو طرفه دارند. من و برادرم هر دو در کار انتخابی خود موفق شدیم، زیرا همه به ما کمک کردند تا بهترین آن چیزی که قبلاً بودیم، باشیم.

والدین خوب به هویت مستقل فرزندان احترام می‌گذارند. فرزندپروری نمایشی هنرمندانه است و می‌تواند از روی آگاهی یا ناآگاهانه و به‌هم‌ریخته باشد. والسا و الیزابت کوشی در این کتاب بهترین پایگاه اطلاعاتی ممکن را برای ایفای این نقش به شما پیشنهاد می‌کنند.

پروفسور چارلز دسفورجز

نویسنده کتاب تأثیر مشارکت والدین، حمایت والدین و آموزش خانواده بر پیشرفت و سازگاری دانش‌آموزان: مروری بر تاریخچه پژوهشی. طرح پژوهشی وزارت آموزش و مهارت‌های انگلستان، ۲۰۰۳.

مدیر سابق برنامه پژوهشی آموزش و یادگیری شورای تحقیقات اقتصادی و اجتماعی (ESRC)
معاون سابق و مدیر دانشکده آموزش دانشگاه اکستر

مقدمه

والسا کوشی و الیزابت کوشی

چرا این کتاب؟

ما مادر و دختر هستیم و این کتاب براساس سال‌ها تحقیق و کار ما با والدین، معلمان و کودکان در زمینه‌های مرتبط با این موضوع‌ها است. در این کتاب ما برای اولین بار راهنمای صحیحی را در هر دو زمینه آموزشی و بهداشتی برای شما آورده‌ایم که ریشه در تحقیقات و سیاست‌های ملی و بین‌المللی دارد. ما همچنین شواهد مبتنی بر روایات واقعی و توصیه‌های عقلانی را براساس تجربیات خود و دیگران ارائه می‌دهیم، زیرا قبول داریم که پژوهش‌ها را نمی‌توان مستقیماً در هر جنبه‌ای از زندگی کودکان به کار برد چون کودکان ربات نیستند!

در طول چند سال گذشته ما در مدارس با والدین و مراقبین صحبت کرده‌ایم و در پایان جلسه از آن‌ها خواسته‌ایم پیام‌های کلیدی را که از سخنرانی ما برداشت می‌کنند، به ما بگویند. آن پیام‌ها ما را در ایجاد مدل مثلث موفقیت و آنچه در این کتاب گنجانده شده است، راهنمایی کرده‌اند.

اولین پیام این است که هر کودکی استعدادهایی دارد که گاهی آشکار و گاهی پنهان‌اند. یافتن و پرورش این استعدادها می‌تواند به کودک شما کمک کند تا انگیزه، اراده، خودباوری، عزم راسخ و پشتکار خود را - عمدتاً بسیار فراتر از حوزه اولیه علاقه‌اش - رشد دهد. اگر از راهنمایی‌های ارائه شده در این کتاب برای یافتن و پرورش علایق و استعدادهای خاص فرزندان پیروی کنید، احتمالاً فرزندان دارای اعتمادبه‌نفس بیشتر، شادتر و موفق‌تر خواهد شد.

پیام دوم مربوط به مفهوم نوروپلاستیسیته از علوم اعصاب است. مغز ما انعطاف‌پذیر است و می‌توانیم با تحریک مغزمان برای ایجاد ارتباطات بیشتر، ظرفیت یادگیری خود را افزایش دهیم. این کار به ما قدرت می‌دهد که این افسانه را که هوش ثابت است کنار بگذاریم، همچنین کودکان را تشویق می‌کند تا تلاش بیشتری برای فکرکردن، داشتن نگرش مثبت و عدم ترس از اشتباه داشته باشند.

پیام سوم نقش مهم سلامت روانی و جسمی است. در چند دهه گذشته تأثیر شگرف سلامت روانی و جسمی بر یادگیری و پیشرفت به خوبی اثبات شده است. در پروژه‌هایی که انجام دادیم، متوجه شدیم کودکان و والدین می‌توانند فعالانه با یکدیگر همکاری کنند تا سلامت روانی و سلامت جسمی کودکان را افزایش دهند.

این کتاب برای چه کسانی مفید است؟

این کتاب برای والدین، مراقبان، پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها نوشته شده است. به جای هر بار استفاده از سه کلمات مذکور از اصطلاح والدین برای اشاره به هر سه گروه استفاده می‌کنیم، همچنین در این کتاب از کلمات کودک و کودکان به جای هم استفاده می‌کنیم. همه والدین بهترین‌ها را برای فرزندان خود می‌خواهند، اما انجام بهترین کار برای کودکان نیازمند درک، توجه و کمی تلاش برای هدایت آن‌ها در مسیر درست است. ما در سرتاسر کتاب، براساس تجربه و تحقیقات خود، ایده‌ها و نکات عملی در مورد چگونگی دستیابی به این هدف را در اختیار شما قرار می‌دهیم. در کنار ایده‌ها نمونه‌های زیادی از این که چگونه والدین می‌توانند هوش، استعدادها، علایق و نقاط قوت فرزندانشان را در کنار حمایت از سلامتی آن‌ها رشد و پرورش دهند، آورده‌ایم.

مجموعه‌ای از اصول و فعالیت‌ها را مانند *انجام مشترک کارها با هم*، *صحبت کردن با هم*، *رشد تفکر و همکاری با مدرسه فرزندان*، به شما ارائه داده‌ایم. لطفاً نمای کلی مدل مثلث موفقیت ما را در صفحه بعد بخوانید.



فصل ۱ توسط والسا و الیزابت نوشته شده است. قسمت الف (*فصل‌های ۲ و ۳*) و قسمت ب (*فصل‌های ۴ و ۵*) توسط والسا و قسمت ج (*فصل‌های ۶، ۷ و ۸*) توسط الیزابت نوشته شده است.

مثلث موفقیت



مرور

«آنچه والدین انجام می‌دهند مهم‌تر از این است که چه کسی هستند.»

پروفسور چارلز دسفورجس

کارشناس بین‌المللی مشارکت والدین و مدیر سابق برنامه آموزش و یادگیری شورای تحقیقات اقتصادی و اجتماعی^۱ (ESRC).

این نقل قول قدرتمند نشان می‌دهد که نقش شما به مثابه والد، پرستار یا پدربزرگ و مادربزرگ در زندگی فرزندان حیاتی است.

هر پدر و مادری دوست دارد فرزندش در مدرسه و زندگی موفق باشد. موفقیت برای افراد مختلف معنای متفاوتی دارد، اما عناصر مشترکی در آنچه والدین معتقدند در موفقیت فرزندانشان نقش دارند، وجود دارد. صرف نظر از پیشینه و تحصیلات والدین مشتاقانه آرزو دارند که فرزندانشان شاد و سالم باشند، تحصیلات خوب داشته باشند و در ادامه شغل رضایت‌بخشی به دست آورند. ما این موضوع را در مدل مثلث موفقیت خود ثبت کرده‌ایم. این برنامه برای راهنمایی والدین و

1. Economoc and Social Research Council

مراقبان در مسیر هیجان‌انگیز کمک به فرزندان‌شان به سمت موفقیت در مدرسه و زندگی طراحی شده است. مثلث موفقیت ما از سه بخش تشکیل شده است که با هم پایه موفقیت و رضایت در زندگی را تشکیل می‌دهند:

- کشف و پرورش استعداد، توانایی و علایق
- بهبود قدرت یادگیری و بینش (چشم‌انداز)
- افزایش سلامتی و بهزیستی

اجزای سه‌گانه مثلث موفقیت

در اینجا خلاصه‌ای کوتاه از سه عنصری که در این کتاب مورد بحث قرار می‌دهیم آورده شده است.

بخش الف: کشف و پرورش استعداد، توانایی و علایق

اینکه کودکان قدر استعداد، توانایی و علایق ویژه خود را بدانند و بابت آن خوشحال باشند، به افزایش عزت‌نفس، اعتماد به نفس و انگیزه آن‌ها کمک می‌کند.

در فصل دوم دیدگاه‌های مختلف در مورد استعداد، توانایی و علایق را مورد بحث قرار می‌دهیم. عباراتی مانند ضریب هوشی (IQ) را مورد بحث و بررسی قرار می‌دهیم و ابهام‌زدایی می‌کنیم. از نظریه هوش‌های چندگانه پروفیسور هاوارد گاردنر برای شناسایی طیف کاملی از توانایی‌ها و استعدادهایی که افراد دارند استفاده می‌کنیم. این نظریه فقط بر توانایی‌های سنتی و اصلی تحصیلی تمرکز نمی‌کند، بلکه بر طیفی از هوش‌ها از جمله هوش موسیقایی، شخصی، فضایی - بصری و زبانی تمرکز دارد. اگرچه نظریه گاردنر در محافل دانشگاهی به خوبی جا افتاده است، اما در بین والدین کمتر شناخته شده است. درک مفاهیم این حوزه‌ها مهم است تا بتوانید استعداد، توانایی و علایق فرزندتان را کشف کنید و پرورش دهید و به او کمک کنید تا ظرفیت بالقوه خود را بالفعل کند.

فصل ۳ این سؤال بسیار مهم را مورد بحث قرار می‌دهد: چگونه استعداد، توانایی و علایق ویژه فرزندانمان را شناسایی کنیم؟ ما روشی ساختاریافته برای شناسایی استعداد، توانایی و علایق فرزند شما ارائه می‌دهیم، همچنین در مورد چگونگی به کارگیری هوش‌های چندگانه گاردنر به صورت عملی با فرزندان صحبت می‌کنیم. چالش‌های پیش روی والدین در شناسایی استعدادها و ویژه فرزندان‌شان با پشتیبانی تحقیقات و نمونه‌های موردی کودکانی که با آن‌ها کار کرده‌ایم مورد بحث قرار می‌گیرد.

بخش ب: بهبود قدرت یادگیری و بینش (چشم‌انداز)

هوش ثابت نیست و ما می‌توانیم ظرفیت یادگیری کودک را تغییر دهیم. این پیامی قوی است که تحقیقات نیز آن را تأیید می‌کنند. درک بهتر این مفهوم به والدین کمک می‌کند تا دیدگاه‌های قطعی در مورد کلیشه‌های آموزشی را که فقط براساس نتایج آزمون هستند را کنار بگذارند. پرورش ذهن کودکان می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا نسبت به یادگیری احساس خوش‌بینی بیشتری داشته باشند. این موضوع می‌تواند منجر به اعتمادبه‌نفس بیشتر در مدرسه و در ادامه زندگی شود.

در فصل‌های ۴ و ۵ ایده‌های عملی برای کمک به کودکان جهت بهبود قدرت یادگیری و دیدگاه خود را برای تبدیل هوش خاص خود به موفقیت‌های بیشتر ارائه می‌کنیم.

ما در مورد نقش کنجکاوی، خلاقیت و چگونگی پرسیدن سؤالات با کیفیت بالا که پاسخ‌های باکیفیت را به دنبال دارد، بحث می‌کنیم. ازجمله راهبردهای مختلفی که ما توصیه می‌کنیم عبارت‌اند از: تشویق کودکان به تفکر نقّادانه، صحبت‌کردن، یادگیری با هم در خانه و شخصیت‌سازی. همچنین بر اهمیت همکاری با مدرسه فرزندان و نگاه به آینده تأکید می‌کنیم.

بخش ج: افزایش سلامت و بهزیستی

والدین نقش حیاتی در رسیدگی به تمام جنبه‌های بهزیستی فرزندان خود دارند. فقدان عزت نفس کودکان خردسالی که مورد زورگویی قرار گرفته‌اند و رنج بردن از سطوح بالای اضطراب می‌تواند آن‌ها را به عدم مشارکت در یادگیری سوق دهد. این موضوع به نوبه خود می‌تواند بر موفقیت و کامیابی آن‌ها تأثیر بگذارد، علاوه بر این کودکی که عادات غذایی خوب را اتخاذ می‌کند، به احتمال زیاد می‌تواند راحت‌تر فکر کند و سالم بماند و به دستاوردهای بیشتری برسد. والدین با کمک به کودکان برای داشتن انتظارات بالا، رشد اراده و عزم جزم می‌توانند به آن‌ها کمک کنند تا خودارزشی‌شان را افزایش دهند. این کار می‌تواند به شادی بیشتر و عملکرد بالاتر کمک کند.

فصل‌های ۶ و ۷ بر نقش مهم بهزیستی روانی مثبت در بالفعل شدن ظرفیت کودکان تمرکز دارد. این فصل‌ها به برخی از عناصر مختلف می‌پردازند که به زندگی سالم‌تر و شادتر کمک می‌کنند و بحث می‌کنند که چگونه می‌توانید به تقویت شخصیت فرزندان کمک کنید، استرس و اضطراب را کاهش دهید و به او کمک کنید تا خوش‌بین، انعطاف‌پذیر و شادتر شود.

فصل ۸ به بررسی این موضوع می‌پردازد که چگونه می‌توانید با تغذیه خوب، داشتن فعالیت بدنی و خواب باکیفیت به فرزندان خود کمک کنید سالم بمانند و ظرفیت یادگیری خود را بهینه کنند.



امیدواریم از همراهی با ما در مسیر کشف و پرورش استعداد، توانایی و علایق فرزندان خود و درعین حال حمایت از بهزیستی آن‌ها لذت ببرید. ما سوابق موردی ناشناس کودکان و والدینی را که با آن‌ها ملاقات کرده‌ایم در اختیار شما قرار می‌دهیم، همچنین ایده‌هایی را با شما در میان می‌گذاریم که چگونه والدین می‌توانند نقشی محوری در شناسایی و تحقق استعداد و توانایی‌های فرزندان و بهزیستی آن‌ها داشته باشند.

منابع (مراجع) مورد استفاده در فصول مختلف به ترتیب ظهور آن‌ها ارائه شده‌اند، بنابراین به برخی از منابع مهم چندین بار در یک فصل اشاره شده است.

فصل ۱

عوامل کلیدی برای کمک به فرزند شما در مسیر موفقیت

والسا کوشی و الیزابت کوشی

در این فصل ده عامل کلیدی را که باید از آن‌ها آگاه باشید تا بتوانید به فرزندان خود برای رسیدن به ظرفیت کامل خود کمک کنید، بیان می‌کنیم. در فصول بعدی کتاب به طور عمیق‌تر خواهیم گفت که چگونه این مراحل را عملی کنید. در سراسر کتاب نمونه‌هایی از کودکانی که با آن‌ها کار کرده‌ایم و افرادی که می‌شناسیم را نیز ارائه می‌کنیم. سعی می‌کنیم توضیح دهیم که چگونه می‌توانید زندگی فرزندان خود را متحول کنید: تلاش‌های شما هم برای فرزندان و هم برای شما مفید خواهد بود. ما نام والدین و فرزندان را تغییر داده‌ایم تا نظرات آن‌ها ناشناس باقی بمانند. این کار را به دلایل اخلاقی و احترام به حریم خصوصی دیگران انجام داده‌ایم. آنچه در اینجا می‌نویسیم براساس تحقیقات و تجربیات ما است، اما بسیاری از کارشناسان در سطح ملی و بین‌المللی بر این تفکر و جهت‌گیری تأثیر گذاشته‌اند. در سراسر کتاب از این افراد تقدیر شده است.

عوامل کلیدی برای کمک به تبدیل ظرفیت فرزندان به موفقیت

۱۰ عامل زیر را برای انتقال دانش و کمک به شما برای تبدیل ظرفیت فرزندان به موفقیت ایجاد کرده‌ایم. در فصل‌های بعدی به تفصیل هر یک از این موارد را مورد بحث قرار می‌دهیم و برنامه‌های عملی را برای شما ارائه می‌دهیم.

(۱) توانایی‌های فرزندان به پیشینه اجتماعی شما بستگی ندارد

فرزندان شما صرف نظر از اینکه چقدر ثروتمند یا فقیر یا تحصیل کرده‌اید، می‌توانند قدرت‌ها و توانایی‌های بسیار ویژه‌ای داشته باشند. در بسیاری از موارد شاهد بودیم کودکانی که در شرایط چالش‌برانگیز زندگی می‌کنند و دارای هوش ویژه هستند، با حمایت صحیح و دسترسی والدین به

اطلاعات به سطوح بالایی از موفقیت دست یافته‌اند. محیطی امن و پرورش‌دهنده و نوع حمایت صحیح والدین کلید شکوفایی همهٔ کودکان است. بیشتر کار ما معطوف به پیگیری چیزی است که اصطلاحاً آن را استعداد «پنهان شده»^۱ می‌گوییم که ممکن است اغلب پنهان باشد و باید قفل آن باز شود.

بحثی عمومی در مورد فقدان پویایی اجتماعی در بریتانیا وجود دارد؛ بدین معنی که کودکانی که از والدینی با درآمد پایین متولد می‌شوند یا به دانشگاه نرفته‌اند نسبت به کودکانی که والدین مرفه با نظام‌های حمایتی و ارتباطات خوب دارند، شانس کمتری برای کسب تحصیلات خوب و ورود به مشاغل معتبر و با درآمد خوب دارند. در تحقیقات خود متوجه شدیم که بیشتر والدین آرزوهای بزرگی برای فرزندان خود دارند و چیزی که آن‌ها فاقد آن هستند اعتمادبه‌نفس و دانش در مورد چگونگی کمک به آن‌ها در دستیابی به این اهداف است. برخی از برنامه‌های مداخله‌ای که برای نوجوانان خانواده‌های با شرایط زندگی پرچالش سازمان‌دهی کرده‌ایم بسیار موفق بوده است، اما واقعاً نیاز است در مورد کودکان کوچک‌تر (۵-۱۰ سال) دارای محرومیت نیز مداخلاتی صورت گیرد. برخی از خانواده‌ها هیچ کتابی در خانه ندارند و در فقر نسبی زندگی می‌کنند و بسیاری از کودکان هنگام رسیدن به مدرسه گرسنه هستند و اول صبح مدارس به آن‌ها صبحانه می‌دهند. در اغلب اوقات پس از اتمام دورهٔ ابتدایی فاصلهٔ زیادی بین پیشرفت این کودکان نسبت به میانگین گروه سنی آن‌ها وجود دارد.

برنامهٔ دانش پژوهان شهری^۲ (USP) که والسا و همکارانش در سال ۲۰۰۰ در دانشگاه برونل تأسیس کردند به‌طور ویژه برای نوجوانان ۱۲ تا ۱۶ ساله ای طراحی شده بود که استعداد موفقیت در زندگی را داشتند، اما استعدادهایشان به دلیل شرایط بیرونی پنهان بود یا قابل مشاهده نبود. بسیاری از آن‌ها کمتر از حد انتظار دستاورد داشتند و نمرات آزمون آن‌ها پایین بود. با این حال گروه ما به دنبال یافتن استعداد آن‌ها برای عملکرد خوب و موفق، عقل و توانایی خیابانی^۳ برای کنار آمدن با چالش‌های زندگی روزمره و حل آن‌ها بود. مدارس درون‌شهری شرکت‌کننده با والدین برای معرفی دانش‌آموزان برای این برنامه همکاری کردند. بیش از ۱۵۰۰ دانش‌آموز از سراسر لندن در این برنامه ۲ تا ۴ ساله شرکت کردند. دانش‌آموزان برای شرکت در برنامه گاهی اوقات نیاز به طی مسیر از این سوی لندن به آن سوی لندن داشتند که یک‌بار در ماه در روزهای شنبه برگزار می‌شد. بسیاری از والدین مجبور بودند صبح شنبه دانش‌آموزان را با ناز و نوازش و ملایمت از خواب بیدار کنند تا به دانشگاه برونل بروند.

1. submerged
2. Urban Scholars Programme
3. streetwise

طرح‌هایی مانند USP به شکل‌های مختلف در همه دانشگاه‌های بریتانیا به‌مثابه بخشی از طرح‌های مشارکت گسترده دولت و پویایی اجتماعی موجود است. والدین به ما گفتند که انتخاب شدن برای برنامه‌ای دانشگاهی در ۱۲ سالگی تأثیر مثبتی بر روند زندگی بسیاری از کودکان داشته است.

مورد واقعی: لئون و مادرش

مادر لئون به ما گفت که هیچ‌کس در خانواده آن‌ها تا به حال به دانشگاه نرفته است. انتخاب شدن برای شرکت در USP باعث شد لئون و خواهرانش به دانشگاه بروند. خواهرانش از آنچه او به آن‌ها گفت تحت تأثیر قرار گرفتند و هیجان‌زده شدند. مادر لئون احساس می‌کرد که زندگی خانواده‌اش در نتیجه (شرکت در این برنامه) تغییر کرده است.

در مصاحبه‌ای لئون نظرات زیر را در مورد کسی که او را تحت تأثیر قرار داد بیان کرد:

من مادرم را بیشتر از همه به‌خاطر اراده او برای انجام کارهای غیرممکن تحسین می‌کنم. او هر کاری که از دستش بریاید برای فرزندانش انجام می‌دهد، چه مالی و چه هیجانی. او همیشه از من در تحصیلات، چه روزهایی که خوب بودم و چه روزهایی که بد بودم، حمایت کرده است. هرچند به گفته خودش چیز زیادی در مورد سیستم آموزشی نمی‌داند.

مورد واقعی: جوی

داستان مشابهی توسط جوی نقل شده است:

مردم همیشه می‌گویند که مدرسه ما در منطقه‌ای فقیرنشین است پس هیچ‌کس به جایی نمی‌رسد، اما انتخاب شدن برای چیزی مانند رفتن به دانشگاه بروئل در ۱۲ سالگی الهام‌بخش بود.

مورد واقعی: آنتونی

آنتونی، نوجوان ۱۲ ساله دیگری، را برای آزمون‌های حل مسئله در سطح جهانی انتخاب کردیم. این آزمون‌ها توسط سازمان صلاحیت‌ها و برنامه درسی انگلستان در سال ۲۰۰۱ برای ۱۰ درصد دانش‌آموزان برتر کشور طراحی شدند. امتحان را داد و گفت:

احساس خوبی داشتم و پروفیسور کوشی به من گفت که این آزمون برای ۱۰ درصد دانش‌آموزان برتر در سراسر جهان طراحی شده است. من واقعاً از او برای این فرصت تشکر کردم. حتی این را در رزومه خودم و پوشه افتخاراتم ذکر کرده‌ام و در مصاحبه دانشگاهم برای تحصیل در رشته مهندسی عمران به آن اشاره کرده‌ام.

(۲) هوش ثابت نیست - می‌توانید ظرفیت یادگیری فرزندان را تغییر دهید

تیزهوش بودن را اغلب به‌مثابه داشتن ضریب هوشی بالا (IQ) می‌دانند. بسیاری نمره IQ را معیاری برای سنجش هوش افراد می‌دانند. یکی از خاطره‌انگیزترین اتفاقاتی که والسا به یاد می‌آورد این است که به والدین شرکت‌کننده گفت که در حال حاضر شواهد تحقیقاتی قوی داریم که به ما می‌گویند هوش فرد در بدو تولد ثابت نیست و می‌تواند با برخی حمایت‌ها افزایش یابد. برخی از والدین گفتند که چنین چیزی به گوش آن‌ها هم خورده است، اما اجازه دهید اکنون نظرات معتبر کارشناسان را مرور کنیم.

به گفته لیندا شفیلد، استاد دانشگاه کنتاکی شمالی در ایالات متحده که با او کار کرده‌ایم، هوش و توانایی می‌تواند تغییر کند. او این دیدگاه را به چالش می‌کشد که هوش ثابت است و نمی‌توان آن را افزایش داد.

شفیلد نکته مفید دیگری را نیز توضیح می‌دهد. او در مورد انعطاف‌پذیری مغز، یعنی ظرفیت مغز برای تغییر با هر نوع یادگیری صحبت می‌کند. او ادعا می‌کند که مغز انسان در طول زندگی انعطاف‌پذیری شگفت‌انگیزی دارد و «با غنی‌سازی مناسب مغز هرگز از تغییر و سازگاری به عبارتی رشد و هرس ارتباطات، سازمان‌دهی و سازمان‌دهی مجدد در پاسخ به تجربیات و حتی رشد نوروهای جدید دست نمی‌کشد».

این دیدگاه که افراد می‌توانند باهوش‌تر شوند توسط محققان دیگری نیز تأیید شده است، از جمله متخصص مشهور جهان، کارول دوک (Dweck)، روان‌شناس اجتماعی و استاد دانشگاه استنفورد در ایالات متحده که در مورد ایجاد ذهنیت رشد در کودکان صحبت می‌کند. ذهنیت رشد مبتنی بر این باور است که هوش ظرفیتی قابل توسعه است و ثابت نیست. در چند سال گذشته سبک تدریس و بازخورد بسیاری از معلمان به فرزندان تحت تأثیر تحقیقات و نوشته‌های کارول دوک قرار گرفته است. او قدرت ذهنیت کودکان را در موفقیت و پیشرفت آن‌ها بیان کرده است، صرف‌نظر از اینکه آن‌ها به‌منزله فرد با استعداد شناخته شده‌اند یا خیر. دوک نوع عاداتی را که والدین و معلمان می‌توانند برای ایجاد ذهنیت رشد اتخاذ کنند، توصیف می‌کند. در ادامه کتاب بیشتر به این موضوع خواهیم پرداخت.

پروژه‌ای که با حمایت مالی شهردار لندن و دپارتمان آموزش در انگلستان انجام شده است و والسا