

ایده‌های الهام‌بخش و خلاق  
برای کار با کودکان

چگونگی برقراری رابطه و فراهم ساختن امکان تغییر

## فهرست مطالب

تقدیر و تشکر.....	۹
قصه‌ای در مورد قصه‌ها.....	۱۱
فصل ۱. بافت.....	۱۳
فصل ۲. ملاقات با قهرمان‌ها.....	۲۰
فصل ۳. دوازده اصل برقراری رابطه و فراهم ساختن امکان تغییر.....	۲۴
فصل ۴. تخیل و خلاقیت.....	۴۰
فصل ۵. تصویرسازی ذهنی.....	۴۹
فصل ۶. قصه‌گویی شفاهی.....	۶۶
فصل ۷. قصه‌سازی برای نیازی ویژه.....	۸۷
فصل ۸. نمایش عروسکی.....	۹۶
فصل ۹. قصه‌هایی در مورد روابط و مراقبت.....	۱۰۷
فصل ۱۰. قصه‌هایی در مورد مهارت‌ها و ویژگی‌ها و روبه‌رو شدن با چالش‌ها.....	۱۱۵
فصل ۱۱. قصه‌هایی در مورد ایجاد دانش و اطمینان.....	۱۲۲
فصل ۱۲. قصه‌هایی در مورد به دست آوردن تسلط و رسیدن به اهداف.....	۱۲۷
فصل ۱۳. گام‌های بعدی.....	۱۳۳
قصه‌ای درون یک قصه.....	۱۳۹
واژه‌نامه انگلیسی به فارسی.....	۱۴۰
واژه‌نامه فارسی به انگلیسی.....	۱۴۲



# فهرست فعالیت‌ها

## فعالیت‌های اکتشافی

- فعالیت اکتشافی ۱-۳: تحسین و قدردانی ..... ۳۵
- فعالیت اکتشافی ۲-۳: جایگزین‌هایی برای تحسین ..... ۳۶
- فعالیت اکتشافی ۱-۴: تخیل ..... ۴۱
- فعالیت اکتشافی ۲-۴: خلاقیت ..... ۴۵
- فعالیت اکتشافی ۳-۴: هرم خلاقیت ..... ۴۶
- فعالیت اکتشافی ۱-۵: میدان‌های پدیداری ..... ۵۰
- فعالیت اکتشافی ۲-۵: تصاویر ذهنی و حس‌های پنج‌گانه ..... ۵۰
- فعالیت اکتشافی ۳-۵: جاده‌های زندگی ..... ۵۹
- فعالیت اکتشافی ۱-۶: حکایت‌های قدیمی ..... ۶۷
- فعالیت اکتشافی ۲-۶: خاطرات مربوط به قصه ..... ۶۹
- فعالیت اکتشافی ۱-۹: مراقبت ..... ۱۰۷
- فعالیت اکتشافی ۲-۹: ویژگی‌ها و تعامل‌ها ..... ۱۱۲
- فعالیت اکتشافی ۱-۱۰: جدی گرفتن مهارت‌ها و ویژگی‌هایتان ..... ۱۱۶
- فعالیت اکتشافی ۱-۱۱: درخت یادگیری ..... ۱۲۳
- فعالیت اکتشافی ۱-۱۲: کانون کنترل ..... ۱۲۷
- فعالیت اکتشافی ۱-۱۳: تطبیق فعالیت‌ها ..... ۱۳۳

## فعالیت‌های قصه‌آفرینی

- فعالیت قصه‌آفرینی ۱-۶: افکار اولیه ..... ۷۴
- فعالیت قصه‌آفرینی ۲-۶: روح یک قصه ..... ۷۴
- فعالیت قصه‌آفرینی ۳-۶: کشف ساختار ..... ۷۵
- فعالیت قصه‌آفرینی ۴-۶: امتحان کنید ..... ۷۹
- فعالیت قصه‌آفرینی ۵-۶: تصاویر ذهنی و شخصیت‌ها ..... ۸۰
- فعالیت قصه‌آفرینی ۶-۶: مسیر داستانی یک قهرمان ..... ۸۱
- فعالیت قصه‌آفرینی ۷-۶: ایده‌های بیشتر ..... ۸۲
- فعالیت قصه‌آفرینی ۸-۶: زبان قصه‌ها ..... ۸۲
- فعالیت قصه‌آفرینی ۱-۷: تصویرسازی ذهنی و محتوای قصه ..... ۸۹
- فعالیت قصه‌آفرینی ۱-۹: نیمرخ شخصیت ..... ۱۱۴

- ۱۱۷..... فعالیت قصه‌آفرینی ۱-۱۰: هرم‌ها و تکالیف
- ۱۲۵..... فعالیت قصه‌آفرینی ۱-۱۱: درخت قصه
- ۱۳۶..... فعالیت قصه‌آفرینی ۱-۱۳: به خاطر سپردن یک قصه
- ۱۳۶..... فعالیت قصه‌آفرینی ۲-۱۳: زمان‌های متعارف برای قصه

### فعالیت تصویرسازی ذهنی

- ۵۴..... فعالیت تصویرسازی ذهنی ۱-۵: تصور هیجان

## قصه‌ای در مورد قصه‌ها

روزی، روزگاری، در سرزمینی دوردست قصه‌گویی زندگی می‌کرد که قصه‌های محشری برای خانواده‌اش می‌ساخت. شامگاهان که کارهایش تمام می‌شد و بچه‌ها شامشان را می‌خوردند و همه چیز جمع‌وجور می‌شد، در صندلی راحتی بزرگش می‌نشست و با دقت به صحبت‌های هر کدام از بچه‌ها در مورد اتفاق‌های روز گوش فرا می‌داد. آن‌گاه در مورد همه رویدادها و احساس‌هایی که از آن‌ها شنیده بود عمیقاً فکر می‌کرد و سپس قصه‌ای برایشان می‌گفت.

در زمستان نزدیک آتش در آشپزخانه قدیمی می‌نشستند. قصه‌گو در مورد سرزمین‌هایی تعریف می‌کرد که بچه‌ها فکر می‌کردند هرگز نخواهند دید و در مورد زمان‌های خیلی دور سخن می‌گفت. برایشان حکایت‌هایی در مورد شجاعت و استقامت می‌گفت، حکایت‌هایی در مورد دوستی و حکایت‌هایی در مورد انتخاب‌های خردمندانه. گاهی وقت‌ها بچه‌ها را به سفری خیالی به دنیاهایی متفاوت پر از شگفتی و جادو می‌برد. در شامگاهان گرم می‌رفتند بیرون و داخل طبیعت تا قصه‌هایی را در مورد پری‌ها و دیوهای جنگلی، در مورد خردمندی گیاهان و حیوانات و در مورد موجودات افسانه‌ای عجیب بشنوند. بچه‌ها عاشق همه این قصه‌ها بودند و هر کدام قصه‌محبوبی داشتند که دوست داشتند بارها و بارها گفته شود.

یک عصر سرد و برفی که آماده می‌شدند دور آتش بنشینند، بزرگ‌ترین دختر خانواده به پدرش گفت «من دیگر برای قصه شنیدن خیلی بزرگ شده‌ام. هر روز کلی کار برای انجام دادن دارم و باید گاهی کنار دوستانم باشم زیرا قبل از شروع جشن‌های بهاری حرف‌هایی هست که باید بزنیم.» قصه‌گو از شنیدن این حرف‌ها غمگین شد. او اهمیت قصه‌ها و تأثیر آرامش و سکوت را در پایان یک روز شلوغ می‌دانست. اما زمانی را به خاطر آورد که خودش هم سال‌ها پیش دقیقاً همین چیزها را به پدرش گفته بود. قصه‌گو می‌دانست که اگر بذر عشق به قصه‌ها در کودکان کاشته شود، همراه

با بزرگ شدن آن‌ها به شکل‌های مختلف رشد و نمو خواهد کرد. می‌دانست دخترش زمان‌های دیگری برای آرامش و سکوت در زندگی‌اش خواهد یافت. حتی امید داشت روزی دخترش برای خانواده و محله‌اش یک قصه‌گو شود. بنابراین قصه‌گوی خردمند از دخترش خواست تا فقط یک‌بار دیگر کنار آتش با آن‌ها بماند. و آن شب قصه‌ جدیدی گفت... قصه‌ای در مورد قصه‌ها.

# بافت

کتاب ایده‌های الهام‌بخش و خلاقانه برای کار با کودکان هم برگرفته از کار عملی معاصر و هم مبتنی بر فعالیت‌هایی است که ریشه در سنت‌های قدیمی دارند. تصویرسازی ذهنی<sup>۱</sup>، قصه‌گویی شفاهی<sup>۲</sup> (و نه صرفاً خواندن از روی کتاب‌ها با صدای ملایم یا بلند) و نمایش عروسکی<sup>۳</sup> همه تاریخچه‌ای غنی دارند.

قرن‌هاست که این فعالیت‌ها در سرتاسر جهان به عنوان ابزاری برای پیشبرد ارزش‌های خانوادگی و اجتماعی، کمک به رشد شخصی و به عنوان روش‌هایی برای ترویج دانش جمعی و آباء و اجدادی به کار گرفته شده‌اند. ابزارهای مؤثری جهت تعامل‌های تسهیلگر و حمایتگر با کودکان هستند و امروزه همچنان در بسیاری از حوزه‌های آموزشی و درمانی استفاده می‌شوند. با وجود این به نظر می‌رسد اکثر کودکان فرصت چندانی برای برخورداری از این منابع عالی به طور منظم ندارند.

پژوهش‌های اخیر<sup>۴</sup> و شواهد روایتی، مؤید آن هستند که امروزه کودکان بیش از هر زمان دیگری با استرس‌های شخصی و محیطی روبه‌رو هستند. این استرس‌ها شامل می‌شوند بر توقع داشتن سطح بالاتری از آگاهی هیجانی و «کنترل» هیجانی در سنین اولیه از یک سو و فرصت‌های کمتر برای بازی آزاد با همسالان به ویژه در فضای باز از سوی دیگر. درعین حال دنیای فن‌آورانه در حال گسترش است و روزبه‌روز دسترسی به آن بیشتر می‌شود. البته در «فضای مجازی» کودکان می‌توانند مهارت‌های استدلال، همکاری و حل مسئله را بیاموزند. با ایجاد دنیاهایی سرگرم‌کننده و خلق شخصیت‌های

- 
1. Image-making
  2. oral story-telling
  3. puppetry

۴. به‌عنوان مثال مراجعه کنید به: The Children's Society *The Good Childhood Report 2015*



«داستان‌های پس‌زمینه<sup>۱</sup>» و هزاران امکان در آینده، تصور ذهنی خود را گسترش می‌دهند. جنبه مشکل‌آفرین این پدیده آن است که کودکان به طور بالقوه زمان بیشتری از اوقات فراغت خود را این‌گونه سپری می‌کنند و به این ترتیب بسیاری از روش‌های دیگر را برای لذت بردن و یادگرفتن درباره دنیا و در مورد یکدیگر از طریق بازی، از دست می‌دهند.

فقط کاملاً آشکار شده است که استفاده نادرست از این فن‌آوری پیشرفته می‌تواند منجر به زورگویی مجازی، از دست دادن دوستی‌ها و سخنان تحقیرآمیز و خردکننده هم بشود که شاید در تماس‌های چهره به چهره هرگز تظاهر نیابند یا شاید چنین اثرات ویرانگر و دیرپایی نداشته باشند. مثلاً می‌دانیم کودکانی که به‌تازگی تجربه زورگویی داشته‌اند «از سطح بهزیستی به‌طور معنادار و قابل‌توجهی پایین‌تر از متوسط برخوردار هستند» (مجله جامعه کودکان، ۲۰۱۵، ص. ۲۶، جدول ۱).

دنیا آن‌قدر به‌سرعت در حال تغییر است که اکثر ما که نقش حمایتگر و توانمندساز<sup>۲</sup> کودکان را به عهده داریم، خودمان در کودکی روش بسیار متفاوتی از مذاکره را در مقایسه با کودکان امروزی تجربه کرده‌ایم. شاید احساس ناتوانی کنیم از این که این دو تجربه را در یک فضای تعاملی معنادار یکی کنیم. این چالش ماست. دنیا به تغییر ادامه خواهد داد و بچه‌ها نیز به آسیب‌پذیر بودن ادامه می‌دهند.

من معتقدم به خاطر به حداکثر رساندن سطح بهزیستی کودکان باید برای آن‌ها تجربه‌های باکیفیتی فراهم سازیم تا درکشان را از این دنیای بزرگ توسعه بخشیم بدون این که فایده و لذتی را که می‌توانند از درگیری با فن‌آوری به دست آورند انکار کنیم. این امر در وهله اول مستلزم آن است بخواهیم برای فعالیت‌های خلاقانه‌ای که کودکان مایل به مشارکت در آن‌ها هستند، وقت و انرژی بگذاریم.

مثلاً در مسیری که می‌خواهیم دنبال کنیم محدود ساختن استفاده کودکان از بازی‌های رایانه‌ای مؤثر نیست مگر آن که چیز دیگری داشته باشیم که بتواند جایگزین لذت رسیدن به مرحله بعدی، شکستن رکورد قبلی یا بردن ژتون‌های مجازی برای

---

1. back stories

2. enabling

خرید یک سلاح جادویی شود. به همین ترتیب تلاش در جهت کاهش استفاده مفراط کودکان از رسانه‌های اجتماعی، مبارزه دشواری خواهد بود مگر آن که فرصت‌هایی برای تجربه حس لذت‌بخش تماس با دوستان از طریق سایر وسایل داشته باشند.

وقتی کودکی از ریخت‌وپاش و خلاق بودن لذت می‌برد، باید فرصت مکرر این کار را داشته باشد نه این که فقط نیم ساعت صبح‌های سه‌شنبه این کار را انجام دهد! یا اگر همچون من باور دارید قصه‌گویی و نمایش عروسکی فرصت‌های ارزشمندی را برای یادگیری کودکان در مورد خود، در مورد روابط و درباره دنیای گسترده فراهم می‌سازند، پس باید خود را ملزم کنیم تجربه‌های منظمی را برای قصه و نمایش عروسکی فراهم سازیم. باید این تجربه‌های لذت‌بخش را وارد زندگی روزمره کودک کنیم به گونه‌ای که مشتاقانه دنبال آن‌ها بگردد و فرصت مشارکت در آن‌ها را هم به عنوان شنونده و هم قصه‌گو یا عروسک‌گردان داشته باشد. در دنیای آرمانی این فرصت‌ها از سنین پایین شروع خواهد شد ولی هیچ‌وقت دیر نیست.

پیشنهاد‌های عملی بسیاری برای فعالیت در سرتاسر این کتاب ارائه شده است، اما هیچ رهنمودی از این دست ارائه نمی‌شود مگر همراه با کشف پیچیدگی‌ها، چالش‌ها و لذت‌هایی که هنگام مبادرت به خاص‌ترین رابطه که عبارت است از حمایت از کودکان، با آن‌ها روبه‌رو می‌شویم. رابطه‌ای که ظرفیت بالقوه تأثیرگذاری بر زندگی کودک را به روش‌هایی دارد که هرگز نمی‌دانیم. جهت تسهیل تعامل‌های مؤثر با کودکان معتمد ما باید:

- در مورد چالش‌هایی که کودکان با آن‌ها روبه‌رو هستند و نقاط قوت و منابعی که هر یک از کودکان دارا هستند، اطلاعاتی داشته باشیم.
- همه تلاش خود را برای درک دنیا از نقطه نظر کودک انجام دهیم و بر اساس این درک با کودکان ارتباط برقرار کرده و به آن‌ها پاسخ دهیم.
- از روش‌های ترجیحی خود برای تعامل با کودکان در یک چارچوب نظری و عملی ایمن آگاه باشیم (مثلاً شاید یک معلم و یک والد هرکدام فعالیت‌های این کتاب را به شیوه‌ای بسیار متفاوت استفاده نمایند، ولی با وجود این، فعالیت‌های مزبور را بر اساس دانش و تجربه خود استوار خواهند کرد).

- در مورد آنچه باور داریم مؤلفه‌های اصلی کمک یا پرورش رابطه در بافت رابطه شخصی مان هستند، صراحت داشته باشیم.
- نقاط قوت خود را بدانیم و از افراد، موقعیت‌ها و رویدادهایی که برایمان چالش‌انگیز هستند، آگاه باشیم. این امر مستلزم مهارت‌هایی در زمینه خودآگاهی و توانایی اندیشیدن بر روی افکار، احساسات و اعمالمان به‌طور سازنده است. آگاهی نسبت به خودمان و فهمیدن انگیزه‌هایمان برای انجام کارها به ما کمک می‌کند تا به شکلی عینی‌تر بفهمیم که چرا برخی چیزها مؤثر واقع می‌شوند و برخی دیگر نه.
- فعالیت‌ها را بشناسیم. درک ارزش یک فعالیت انتخاب شده و مفاهیم زیربنای کاربرد آن، سازوکارها و اطمینانی را فراهم می‌سازد که بتوان بر اساس نیازهای فردی تغییراتی در آن به وجود آورد.

همه این حوزه‌ها به روش‌های مختلف در این کتاب مورد بررسی قرار خواهند گرفت. با وجود این و فراتر از همه، یک حوزه مهم‌تر وجود دارد که باید مورد توجه قرار گیرد: «می‌دانیم» که در کنار جمع‌آوری دانش مبتنی بر واقعیت و تجربه، اثربخشی تعامل‌هایمان با کودکان بر محور چیزی نه چندان کمی‌پذیر ولی البته قابل‌شناسایی می‌چرخد. غنای تجربه‌ای که می‌تواند برخاسته از تعامل‌های خلاق بین بزرگسالان و کودکان باشد، این دیدگاه را تقویت می‌کند که برقراری ارتباط با کودکان به شیوه‌ای معنادار علاوه بر این که یک علم است، هنر نیز هست.

بحث‌های بسیار با والدین، بالینگران و دانشجویان در مورد ایده‌ها و مشارکت در فعالیت‌های ارائه شده در این کتاب، پیوسته این رابطه بین دانش (جنبه «علمی») و عمل شهودی که بر پایه آن دانش است (جنبه «هنری») را برجسته ساخته است. تجربه هر فردی نشان می‌دهد این رابطه چگونه در همه تعامل‌هایی که با کودکان داریم مطرح است، خواه در موقعیت خانوادگی باشد یا آموزشی، یا درمانی یا اجتماعی. هنر یک تعامل، آن چیزی است که وقتی وارد رابطه‌ای می‌شویم که در آن یک شخص نقش اساساً حمایتگر را در ارتباط با دیگری دارد در «فی‌مابین»<sup>۱</sup> روی می‌دهد.

در «فی مابین» دانش و تجربه ما با نگرش‌ها و اهدافمان همسو می‌شوند؛ شخصی (کودک یا بزرگسال) را با همه دانش، تجربه، نگرش‌ها و اهدافی که دارد ملاقات می‌کنیم و راهی را برای تعامل با وی می‌یابیم که مراقبت‌کننده، امن و احترام‌آمیز است. در فعالیت مشترکی شرکت می‌جویم که بین دنیا‌های متفاوت بزرگسالان و کودکان پلی می‌زند.

اینجاست که تصورذهنی، خلاقیت و بینش در هر دو طرف شرکت‌کننده رشد می‌کند؛ اینجاست که تصویرسازی ذهنی، قصه‌گویی و نمایش عروسکی می‌توانند نقشی منحصر به فرد و پاداش بخش داشته باشند.

## استفاده از این کتاب

اطلاعات و فعالیت‌های این کتاب به روشی سازمان داده شده است که شما را تشویق می‌کند تجربه‌تان را کم‌کم پرورش دهید، به اندازه کافی به شما زمان می‌دهد تا ایده‌های مختلف را امتحان کنید و در مورد ارتباطشان با موقعیتتان بیندیشید.

همان‌طور که خواهید دید فلسفه اصلی فعالیت‌ها در سایر راهکارهای حمایت‌گرانه و توانمندساز نیز مشهود است. این نکته مهمی است. استفاده خلاقانه از تصور ذهنی نباید به عنوان چیزی کاملاً متفاوت یا جدای از اصول عملی که در همه تعامل‌هایمان با کودکان کاربرد دارد، در نظر گرفته شود.

به دنبال هر یک از فعالیت‌های اکتشافی اصلی که از شما خواسته می‌شود انجام دهید، مثال‌هایی آورده می‌شود که نشان می‌دهند چگونه این فعالیت را می‌توان برای استفاده با کودکان تغییر و تطبیق داد. تطبیق‌ها یا به صورت تطبیق کلی مشخص می‌شوند یا تطبیق قصه‌گویی و نمایش عروسکی. در سرتاسر کتاب بخش‌هایی هم تحت عنوان فعالیت‌های تصویرسازی ذهنی و رهنمودها می‌بینید که کمکتان می‌کند مطمئن شوید این فعالیت‌ها برای کودکان بی‌خطر هستند، فعالیت‌های قصه‌آفرینی (مرتبط با قصه‌های شفاهی و نمایش‌های عروسکی) و نشانگر<sup>۱</sup> قصه یا نشانگر نمایش عروسکی که نکته‌های عملی در مورد تنظیم زمان قصه و نحوه اداره عروسک‌های

نمایشی مطرح می‌کنند، آمده است.

در کتاب، منتخبی از «نکته‌های مهم عصب‌شناختی» هم آورده شده است که مثال‌های کوچکی از اطلاعات موجود حاصل کار عصب‌شناس‌ها هستند.

هم‌چنین نمونه‌هایی از گفتگو با کودکان را نیز در کتاب گنجانده‌ام. این نمونه‌ها روش‌هایی را که از طریق آن‌ها می‌توانیم زبان امکان و تغییر را بشناسیم، مشخص می‌کنند. با وجود این هیچ‌یک از فعالیت‌ها بدین منظور طراحی نشده است تا برای «واداشتن کودکان به حرف زدن» علیرغم میلشان استفاده شود.

پیشنهاد می‌کنم دفترچه‌ای داشته باشید که افکار و تصورات خود را در آن درج کنید تا بتوانید به آن‌ها مراجعه کنید. زمانی که فکر می‌کنید درست است این کار را انجام دهید. کم‌کم یادداشت‌های دفترچه جمع می‌شوند به گونه‌ای که وقتی کتاب را تمام کردید، در کاربرد تصویرسازی ذهنی و نمایش عروسکی<sup>۱</sup> به روش‌های گوناگون احساس اعتماد به نفس خواهید کرد و در گفتن یک یا چند قصه شفاهی استاد خواهید شد. این پایه‌ای برای کارهای بیشترتان خواهد شد.

مهارت در قصه و بازی به عنوان ابزارهای حمایتی کمک به رشد و تغییر کودکان، در ابتدا مستلزم زمان و دقت است. با وجود این نکته‌ای که هر چه در مورد اهمیت آن بگویم کم است این است که استفاده از تصویرپردازی، قصه‌گویی و بازی با عروسک‌های نمایشی همگی روش‌هایی زیبا و طبیعی برای ارتباط با کودکان هستند.

اگر قبلاً از این ابزارها استفاده نکرده‌اید لطفاً منتظر نمانید تا کتاب را تمام کنید و بعد ناگهان شیرجه بزنید و از آن‌ها به عنوان روشی سرگرم‌کننده برای تجلیل از نعمت تصور ذهنی با یک کودک استفاده کنید. توانایی تصور، یکی از ارزشمندترین منابع شخصی است که هر یک از ما دارا هستیم. تصور ذهنی زنده، عشق به قصه‌ها و غوطه‌ور شدن در دنیایی از باورپذیرسازی، همگی بخشی از تجربه‌های سالم کودکی و بزرگسالی هستند. استفاده از تصویرپردازی، بازی با عروسک‌های نمایشی و قصه‌گویی

---

۱. در این کتاب من جنبه‌هایی از کاربرد عروسک‌ها و عروسک‌های نمایشی را که مربوط به محافظت از کودکان می‌شود، نمی‌آورم. این امر مستلزم آموزش ویژه‌ای است هرچند بی‌تردید برخی اصول بنیادین مطرح شده همچنان کاربرد خواهند داشت.