

فرزند پروری توانمند محور

استعدادهای نهفته فرزندان را شکوفا کنید





فهرست مطالب

۷	درباره نویسنده
۹	سپاسگزاری نویسنده
۱۱	پیشگفتار مترجم اول
۱۳	پیشگفتار مترجم دوم و ویراستار علمی
۱۵	مقدمه
۲۱	فصل اول: آماده‌سازی کودکان برای موفقیت
۳۱	فصل دوم: آیا می‌توان ضعف‌ها را اصلاح کرد؟
۴۵	فصل سوم: هیچ راه «درستی» برای والدین وجود ندارد
۵۷	فصل چهارم: توانمندی‌های فرزندپروری شما
۶۳	فصل پنجم: توانمندی‌های فرزندان‌تان را درک کنید
۷۳	فصل ششم: مدارس توانمندمحور
۹۳	فصل هفتم: اعتماد، حمایت، قدردانی
۹۹	زبان توانمندی‌ها
۱۰۴	آزمون کشف توانمندی‌های کلیفتون
۲۰۸	شناسایی توانمندی‌های نوجوانان کلیفتون
۲۴۵	شناسایی و کشف نقاط قوت
۲۸۳	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی
۲۸۵	واژه‌نامه فارسی به انگلیسی

مقدمه

به کسی که سمت راست تان نشسته نگاه کنید و اگر کسی سمت راست تان نیست، به کسی که سمت چپ تان نشسته نگاه کنید. شما و آن فرد در بیش از یک میلیون گُرد در دی‌ان‌ای خود با هم متفاوت هستید.

- دکتر لی سیلور؛ استاد زیست‌شناسی مولکولی و مدیر گروه دانشگاه پرینستون

وقتی اولین فرزندتان به دنیا می‌آید، یا دربارهٔ اینکه او چه اندازه تندرست است و چطور شب‌ها زودتر از بچه‌های دیگر به خواب می‌رود به خودتان شادباش می‌گویید و یا از خودتان می‌پرسید چه اشتباهی مرتکب شده‌اید که چنین فرزند ناآرام و بی‌قراری دارید که نمی‌توانید او را با ماشین به رستوران یا سفری طولانی ببرید. به هر ترتیب، یا در حال تشویق خود هستید و یا به فکر فرو می‌روید که چه اشتباهی مرتکب شده‌اید. اولین فرزند من کودکی ناآرام و بی‌تاب بود. در همان زمان، فرزند بهترین دوستم بسیار آرام بود و همیشه می‌خندید. به نظر می‌رسید بزرگ کردن بچه برای دوستم مثل آب‌خوردن باشد. من در این فکر بودم که چه کار متفاوتی باید انجام دهم و مطمئن بودم که این اولی را خراب کرده‌ام.

سپس بچه دومم از راه رسید و این بار از این متعجب بودم که بزرگ کردن یک بچه تا چه اندازه می‌تواند آسان باشد. دخترم به‌طور معمول در ماشین یا رستوران خیلی ساکت بود و ساعت‌های زیادی می‌خوابید. همین‌که دومین فرزندم به دنیا آمد، به سرعت فهمیدم که او شخصیت خودش را دارد. انطباق‌پذیری، منس آرام و سبکی آسان‌گیری که داشت بیشتر از آنکه به نوع تربیت من بستگی داشته باشد به خودش مربوط می‌شد. به کسی که بود. فرزند اولم همچنان به جنب‌وجوش و سرسختی ادامه می‌داد و در دو سال اول زندگی‌اش شخصیت رقابت‌جویانه‌اش را آشکار کرده بود. پس از اینکه دو فرزند دیگر به خانواده‌مان اضافه شد، برایم بسیار روشن‌تر شد که هر بچه‌ای که به این جهان می‌آید همان‌گونه که پدر و مادرش تصدیق می‌کنند،

منحصربه‌فرد و بی‌همتا است. گرچه که هر کدام از آنها ترکیبی از والدینشان هستند اما هر کودکی قطع‌به‌یقین انسانی یگانه است. این واقعیت همه‌والدین را به انجام تنها کاری که به‌واقع می‌تواند انجام دهند هدایت می‌کند؛ فرزندپروری به شیوه‌ای که هریک از فرزندان را به بهترین شکل شکوفا کند. سؤال اینجاست که چه چیزی این تفاوت‌ها را ایجاد می‌کند و دلیل اهمیت آن چیست؟

امروزه دانشمندان بیش از هر زمان دیگری نسبت به گذشته، درباره‌ی کدهای بیولوژیکی دی‌ان‌ای، آگاه‌اند و باوجود پیشرفت تحقیقات این مسئله را با وضوح بیشتری درک خواهند کرد. حروف دی. ان. ای که کدهای ژنتیکی مربوط به هر فرد هستند- یعنی حروف **A, T, G, C**، به هزاران شیوه با یکدیگر ترکیب می‌شوند، این ترکیبات بسیار پیچیده و گسترده هستند و گروه‌هایی که از این ترکیبات به دست می‌آیند، هرگز دقیقاً همانند هم نیستند. به همین دلیل است که همه‌ی ما بی‌همتا هستیم.

درست است که این ترکیبات دی‌ان‌ای در هر فرد از پیش و به شیوه‌ای منحصربه‌فرد شکل گرفته است اما نتیجه‌ی ده‌ها پژوهش نشان می‌دهد که محیط نیز در فرایند رشد نقش مهمی ایفا می‌کند. مطالعات در زمینه دوقلوهای همسانی که در خانواده‌های متفاوت بزرگ شده‌اند، بینشی درباره‌ی تأثیر سرشت و طبیعت افراد و همچنین شیوه تربیت و پرورش آنها، به ما می‌دهد. این که افراد چه کسی هستند و قرار است چه کسی بشوند، برآیند پیوند شگفت و جدایی‌ناپذیر ژنتیک و تأثیرات محیط، با یکدیگر است. سرشت و تربیت در پیوند متقابل با یکدیگرند تا افراد را به آن کسی که هستند، تبدیل کنند.

به‌عنوان یک والد می‌توانید به صدها شیوه متفاوت فرزندان را دلگرم کنید و صدها مسئله نیز وجود دارد که درباره‌اش نگران باشید. حتی اگر گرفتار برنامه‌های روزانه‌تان باشید، هنوز هم فرصت دارید روی پرورش فرزندان‌تان به شیوه‌ای مثبت، پایدار و تأثیرگذار تمرکز کنید. شما می‌توانید به فردیت آنها احترام بگذارید. می‌توانید به آنها کمک کنید تا علایق خود را کشف کنند- استعدادهای آنها می‌تواند تبدیل به توانمندی‌های آنها شود. شما می‌توانید به آنها کمک کنید تا گرایش‌ها و علاقه‌مندی خود را کشف کنند. می‌توانید زندگی خود و زندگی آنها را صرف آن چیزی کنید که به آنها کمک می‌کند افرادی شاد و کارآمد شوند.

معجزه فردیت

طی اولین سال تدریس همچنان روی تمام کردن درس نیز کار می‌کردم. برای دریافت مدرک فوق‌لیسانس در رشته روانشناسی تعلیم و تربیت. این چیزی بود که مرا شب‌ها تا دیروقت بیدار نگاه می‌داشت. با وجود این، چیزی که باعث شد در آینده هم بتوانم همچنان ادامه دهم، کوشش برای گشودن قفلی جهت کمک به یادگیری هریک از دانش‌آموزان بود. به‌عنوان بخشی از پایان‌نامه‌ام، دانش‌آموزانی را مطالعه کردم که در یادگیری ناتوانی داشتند. این‌گونه بود که استیو را ملاقات کردم؛ یک دانش‌آموز کلاس چهارم که به‌سرعت به آنچه در قلبم می‌دانستم اعتبار بخشید و آن را اثبات کرد.

استیو همان کاری را انجام می‌داد که قرار بود انجام دهد و هیچ‌گونه دردسری در خانه و مدرسه ایجاد نمی‌کرد. آموزگارش به من گفت که او با خواندن و ریاضی دست‌به‌گریبان است. مادرش توضیح داد که او به‌اندازه کافی مورد آزمون قرار گرفته و همه نقطه‌ضعف‌هایش شناخته شده‌اند. وقتی با استیو گفتگو کردم، او هرچه که مادر و آموزگارش گفته بودند، تأیید کرد. شخصیت و فعالیت‌های استیو تحت تأثیر نقطه‌ضعف‌هایش قرار گرفته بود.

روش گردآوری داده پژوهش من مصاحبه رودررو با سؤالات باز- بسته بود که برای شناخت توانمندی‌ها و رغبت‌ها طراحی شده بود. وقتی از والدین و آموزگاران دیگر درخواست کردم که اجازه بدهند با بچه‌ها مصاحبه کنم، بیشتر آنها برای کمک به من استقبال کردند. با این حال مادر استیو گفت: «خب، ما همین حالا هم می‌دونیم که مشکل اون چیه و تا به حال کلی تست ازش گرفته‌ایم»، و آموزگارش هم با این حالت که خودش می‌داند مشکل استیو چیست و قبلاً روی آن کار کرده، این‌طور پاسخ داد: «استیو در ریاضی، خواندن و مهارت‌های اجتماعی مشکل دارد». روشن بود که ارتباط برقرار کردن با استیو کار چالش‌برانگیزی است.

نخستین مصاحبه من با استیو دردناک بود، البته برای من. سؤالات را از او می‌پرسیدم و او پس از مکث‌های طولانی با کلمات کوتاه پاسخ می‌داد. نزدیک به پایان مصاحبه بود که به او گفتم: «بگو ببینم، دوست داری توی اوقات فراغت چکار کنی؟» او پاسخ داد که هیچ دوستی ندارد که بتواند با او بیرون برود و وقت بگذرانند و اغلب

اوقات فقط تلویزیون تماشا می‌کند.

و سپس درست لحظه‌ای که می‌خواستم سراغ پرسش بعدی بروم، چیزی درون او جرقه زد و اضافه کرد: «یه برنامه‌ای هست که من دوست دارم اون رو تماشا کنم، برنامه‌ای که در اون یک نفر به شما نشون می‌ده که چطور چیزی رو نقاشی کنید. من اون رو تماشا می‌کنم و هر چیزی رو که نشون می‌ده نقاشی می‌کنم». من قول داده بودم به مادر استیو و معلم‌اش بازخوردهایی بدهم اما چیز زیادی درباره‌ی او دستگیرم نشد تا بتوانم روی آن کار کنم. به هر چیزی چنگ می‌زدم و در نهایت در پایان جلسه به استیو گفتم که علاقه‌مندم گاهی اوقات بتوانم نقاشی‌هایش را ببینم.

صبح دوشنبه دیگری از راه رسید و همین‌طور که پشت میزم نشسته بودم و آماده می‌شدم که کلاس را شروع کنم، متوجه شدم که کسی دارد این پا و آن پا می‌کند و مترصد است که نگاهش کنم. سرم را بلند کردم و دیدم استیو است. بدون اینکه حرفی بزند تعدادی کاغذ روی میزم گذاشت که اسکیس‌هایش بودند. او هر روز با تعداد بیشتری از طراحی‌هایش پیش من می‌آمد. ما خیلی زود با هم دوست شدیم. اینکه کسی به واقع به او اهمیت می‌داد، به او گوش می‌کرد، او را می‌پذیرفت و به کاری که می‌توانست انجام دهد احترام می‌گذاشت - نه اینکه فقط به مشکلاتی توجه کند که او را تحت‌الشعاع قرار می‌داد - خوشایند بود. این موضوع استیو را تغییر داد. وقتی به کلاس پنجم رفت، دیگر تبدیل به کودکی شده بود که مدرسه را دوست داشت، در ریاضی و خواندن پیشرفت کرده بود و سه دوست جدید داشت.

به نظر نمی‌آید که این داستان شبیه داستان‌های معجزه‌آمیز باشد اما در واقع هست. استیو از آن دسته بچه‌هایی نبود که بخواهد مشهور شود، بر عکس او جزو آن بچه‌هایی بود که با آنچه که بوده رشد کرده نه چیزی که نبوده. به همین خاطر او همان معجزه‌ای است که هر کدام از ما باید باشیم.

این داستان می‌تواند در مورد هزاران کودک واقعیت داشته باشد، کودکانی که به وسیله کارهایی که می‌توانند انجام بدهند و کسی که می‌توانند بشوند تعریف می‌شوند تا کسی که نمی‌توانند بشوند. در نگاه استیو اینکه کسی به آن چیزی که هست احترام بگذارد، مهم‌تر از ریاضی، خواندن و ارتباط اجتماعی بود.

در نتیجه بزرگترهای مهم در زندگی استیو توانستند او را با عینک تازه‌ای ببینند. آنها شروع به نمایش دادن هنر استیو کردند. او کاریکاتورهای زیادی می‌کشید و

به خاطر نوعی شوخ طبعی که داشت بچه‌های دیگر می‌توانستند با او ارتباط برقرار کنند. وقتی در این سنین هستی، نقاشی و کاریکاتور کشیدن استعدادهاى جالبی هستند. نقاشی‌ها به استیو هویت تازه‌ای بخشیدند. او به جای اینکه به عنوان کودکی شناخته شود که نمی‌تواند خوب بخواند و بنویسد و ریاضی بلد نیست، به عنوان کودکی بامزه و کسی که می‌تواند خوب نقاشی کند شناخته می‌شد.

و آیا این همان چیزی نیست که ما برای همه آدم‌ها می‌خواهیم؟ اینکه افراد به واسطه آنچه که می‌توانند انجام بدهند شناخته شوند نه آنچه که نمی‌توانند! یک ضرب‌المثل آفریقایی می‌گوید بزرگ کردن یک بچه به اندازه ساختن یک روستا طول می‌کشد و مفهومش این است که اگر کل جامعه نقش فعالی در تربیت کودک داشته باشند، کودک توانایی تبدیل شدن به یک فرد شکوفا را دارد. وجود استعدادهاى متفاوت بسیار و پذیرش آنها ضروری است تا نه تنها جهان تغییر کند، بلکه سازنده نیز باشد. تجسم آینده بهتر وابسته به وجود افرادی به کلی شبیه به هم نیست، بلکه تابع این است که هر فرد بتواند به شیوه‌ای مجزا استعدادها، نقاط قوت، باورها و هیجان‌اتش را به منصه ظهور بگذارد.

نتایج پژوهش‌های بی‌شمار روی تحول انسان معلوم کرده‌اند که شما زمانی تمام تلاش خود را برای کاری انجام می‌دهید که در آن کار بهترین باشید - یعنی زمانی که از توانمندی‌هایتان استفاده می‌کنید - و این در مورد فرزندان نیز صدق می‌کند. هر والد و هر فرزند منحصربه‌فرد است و تنها یک راه درست برای تربیت تمام فرزندان وجود ندارد. مهم این است که بر اساس استعدادهایی که به شما داده شده، توانمندی‌ها و محیط‌تان مسیری را انتخاب کنید که بتوانید آن را طی کنید. با این حال روش‌هایی وجود دارد که بتوانید آنچه را که می‌خواهید با استرس کمتر و شادی بیشتری انجام دهید. شما می‌توانید به عنوان یک والد رشد کنید و کمک کنید که فرزندان هم به عنوان یک فرد بی‌همتا رشد کنند.

من ده‌ها مطالعه و بررسی روی افراد داشته‌ام تا بفهمم چگونه رفتار می‌کنند، از مشاوره و تدریس گرفته تا پژوهش و مشارکت با صدها آموزگار و همچنین فرزندپروری در خانواده خودم و متقاعد شده‌ام آنچه می‌تواند بزرگترین تغییر و تحول را در زندگی فرد ایجاد کند این است که آن فرد حداقل یک نفر را داشته باشد که نه

تنها او را دوست بدارد و مراقبش باشد، بلکه علاوه بر اینها به فردیت‌اش احترام بگذارد. کسی که او را برای بهتر بودن و موفقیت تشویق کند. کسی که بتواند بهترین‌ها را در او ببیند. کسی که به او کمک کند تا مسیری را انتخاب کند که او را به سمت و سوی مثبتی هدایت کند. من می‌خواهم به شما کمک کنم که بتوانید برای فرزندتان چنین کسی باشید. من می‌خواهم به شما کمک کنم توانمندی‌های شخص خودتان و توانمندی‌های نهفته فرزندتان را رشد دهید.

هدف این کتاب تغییر نوع نگاهی است که در دنیا نسبت به پرورش فرزند وجود دارد. کتاب فرزندپروری توانمندمحور با دانشی عمیق و ابزاری ساده در دفاتر تحقیق و توسعه توانمندمحور موسسه گالوپ و با همکاری مدارس در کشورهای سراسر جهان طراحی و تهیه شده است. این کتاب از منبع پژوهش‌های گالوپ بینش مهمی در اختیار شما قرار می‌دهد و به عناصر سازنده یک زندگی خوب و رویکردهای تربیتی مبتنی بر استعداد‌های والدین و فرزندان می‌پردازد. همچنان که داستان‌ها و تمرینات عملی را درباره چگونگی رشد استعدادها و توانمندی‌ها، مدیریت ضعف‌ها و مشارکت با مدارس و معلمان می‌خوانید، قدم اول را برای سفر توانمندی‌های خانواده‌تان برداشته‌اید و در حال ایجاد تغییر و تحول در آینده آنها هستید.

فصل اوّل

آماده‌سازی کودکان برای موفقیت

«ممکن است نسل گمشده‌ای از آدمها وجود داشته باشند که از پای درآمده و تسلیم شده

باشند، تنها به این دلیل که منبع انگیزه‌هایشان اندکی کوچکتر از من بوده است»

- دکتر نیل داگراس تاپسون؛ اختر فیزیکدان

از روزی که می‌فهمید کودکی در راه است پرسش‌ها رو به افزایش می‌گذارند؛ این سؤال‌ها درست مثل دانه‌های کوچکی هستند که به مرور بزرگ و بزرگ‌تر می‌شوند: چگونه یک کودک را تمام شب می‌خوابانیم؟ آیا درست است که فرزندتان در تختخواب شما بخوابد؟ بهترین زمان آموزش استفاده از توالت چه وقت است؟ آیا وقتی بچه‌دار می‌شویم، والدین هر دو باید بیرون از خانه کار کنند؟ اگر کودک شما اجازه داشته باشد روی مبلمان بپرد بهتر از آب در می‌آید یا اگر اجازه نداشته باشد؟ مدت زمان مناسب تماشای تلویزیون چقدر است؟ بهتر است کودک شما ورزش کند یا یک نوازنده باشد؟ شب‌ها تا چه ساعتی اجازه دارد بیرون از خانه بماند؟ کدام کالج برای او گزینه مناسبی است؟

یک پاسخ «درست» برای هیچ کدام از این سؤالات وجود ندارد. زیرا؛ پاسخ درست برای اکثر سؤالات، به خودتان، فرزند و خانواده شما بستگی دارد اما اگر این گونه مسائل را در جای درست خود ببینیم، متوجه می‌شویم که پاسخ به آنها برای موفقیت‌های آتی یک کودک بسیار کم اهمیت‌تر از آن است که حتی فکرش را بکنید. منظور من از موفقیت به دست آوردن مقام یا ثروت نیست، بلکه؛ شادکامی، احساس رضایت و خرسندی و زندگی‌ای متناسب با نیازها و خواسته‌هاست و مهم‌تر از همه زندگی‌ای که فرد بتواند به همراه کسانی که برایش مهم هستند و او هم برای

آنها مهم است، از استعدادهايش در جهت ساختن محیطی حمایت کننده و انگیزه بخش استفاده کند. موفقیت این است. خوشبختانه، عناصر موفقیت چیزهایی هستند که والدین می توانند به طور مستقیم روی آنها تأثیر بگذارند.

والدین برای اینکه بتوانند کار خود را خوب انجام دهند میزان قابل توجهی فشار هیجانی را متحمل می شوند و به خاطر کتابها و مقالاتی که مدام بر آسیب های ناشی از تربیت غلط یا فرصت های از دست رفته والدین ناکافی تمرکز می کنند، اضطراب بالایی را تجربه می کنند. زمان زیادی طول می کشد تا بتوانید شاهد تغییراتی باشید که روی آن سرمایه گذاری کرده اید. تربیت فرزند، شغلی دائمی و پرفراز و نشیب است، سرشار از ناکامی و شادی - و کاری است سخت - بدون اینکه در موقعیت مکانیسم هایی برای ارزیابی وجود داشته باشند. مکانیسم هایی که نشان دهند آیا شما دارید کارتان را درست انجام می دهید یا خیر. فرزندپروری حتی بیشتر از شغل افراد مستلزم مسئولیت پذیری است و تأثیر بسیار زیادی روی آینده دارد. با وجود این، آموزش رسمی و معینی برای آن وجود ندارد.

در شرایطی که «دستورالعملی برای تربیت» وجود ندارد، دوران کودکی بزرگسالانی را مطالعه می کنیم که به خوبی از موضوعات مشترک، تجربه های مشترک و یک باور مشترک نسبت به والدینشان پرده برداشته اند. ده ها پژوهش - از ویکتور و میلدرد جورج گورتزل با عنوان «گهواره های تعالی» تا «پرورش استعداد در جوانان» بنجامین بلوم و «بلوغ» میهالی و باربارا اشنایدر - همگی به طور مشترک اشاره می کنند که تربیت شامل وظایفی چون رفتار کردن با کودکان به عنوان یک فرد یگانه، احترام گذاشتن به تمایلات طبیعی آنها، استعدادها و علاقه مندی های شان است.

برانگیختن منابع انگیزه

زمانی که جیسون وو کوچک بود و در تایوان بزرگ می شد، والدین اش تصویری درباره زندگی ای که برای خودش خواهد ساخت نداشتند اما شاهد شور و اشتیاق او بودند. او امروز، در حالی که شاید مشهورترین طراح لباس سخنرانی های ریاست جمهوری است، به یک رهبر جهانی در زمینه طراحی مد تبدیل شده است. چه چیزی در دوران کودکی

او تفاوت ایجاد کرده بود؟ وو مایه افتخار و سرافرازی والدین‌اش است. در دوران مدرسه یک روز معلم جیسون به مادرش گفت که بهتر است او از زیاد بازی کردن دست برداشته و روی درس‌هایش تمرکز کند. این حرف بر خلاف دیدگاه آبل چنگ؛ صاحب وبلاگ فرزندپروری بود و والدین او را متعجب کرد. مادر وو اهمیت جستجوی استعدادها را می‌دانست و اجازه می‌داد که آنها بدرخشند. مادرش می‌دانست انجام دادن آنچه که اکثریت مردم انجام می‌دهند کمکی به پسرش نخواهد کرد. او می‌دانست هر کسی برای شاد و موفق بودن باید اشتیاق خودش را دنبال کند و هیچ اهمیتی ندارد که چقدر احمقانه به نظر برسد.

در حالی که برادر جیسون وقت زیادی را صرف بازی‌های ویدیویی می‌کرد، جیسون عروسک‌ها را ترجیح می‌داد. والدینش او را دلسرد نمی‌کردند. در واقع برایش عروسک می‌خریدند. وقتی نه ساله بود، به مادرش التماس می‌کرد که برایش یک چرخ خیاطی بخرد و بالاخره در روز کریسمس آن را به دست آورد. جیسون اوقات خیلی زیادی را صرف درست کردن لباس عروسک‌ها می‌کرد. مادرش او را به فروشگاه‌های بزرگ لباس عروس می‌برد. او می‌توانست از روی لباس‌هایی که پشت ویتترین می‌دید طرح بزند. وو می‌گوید: «من فکر می‌کنم داشتن پدر و مادری که توانستند مرا بفهمند یک موهبت بود. چون در غیر این صورت، شاید من کودکی می‌شدم که هیچ کس او را درک نمی‌کرد و هیچ وقت کشف نمی‌شد».

مدیر افلاک‌نمای هایدن نیویورک و شاید مشهورترین متخصص فیزیک نجومی آمریکا؛ نیل دگراس تاپسون، می‌گوید که دنیای او نیز از آن روزی وسعت بخشیده شد که نه ساله بود و به دیدن افلاک‌نمای هایدن رفت. از آن روز به بعد فهمید که می‌خواهد هرچه بیشتر دربارهٔ کهکشان بیاموزد. برخوردار بودن از حمایت والدینش به اشتیاق او شدت بخشید. آنها پس از اولین بازدید از افلاک‌نما یک تلسکوپ به او هدیه کردند و تشویقش کردند تا مهارتش را در استفاده از آن پرورش دهد.

این مهارت باعث شد تیسون احساس قدرت کند و اعتمادبه‌نفسی به او داد تا بتواند این احساس را حفظ کند، چیزی که در سال ۱۹۶۰ هر کودک سیاه‌پوست اهل برونکس که می‌خواست اختریفیزیکدان شود حتماً به آن احتیاج داشت.

او به مجله پاراد گفت: «من در آرزوی اختریفی یکدان شدن بودم و و دوست داشتم خودم را اینطور تعریف کنم، نه با رنگ پوستم. فقط خوشحال بودم چیزی دارم که می‌توانم درباره‌اش فکر کنم؛ به جای اینکه درباره رفتار جامعه با خودم فکر کنم. معلم‌ها می‌گفتند: تو باید به این گروه یا آن گروه بپیوندی، نه به کانون فیزیک. منبع انگیزه من از وقتی که ۹ ساله بودم فعال شده بود اما مقداری انرژی نیاز بود تا بتوانم بر موانع غلبه کنم. «احتمالاً نسل گم شده‌ای از آدمها بوده‌اند که تسلیم شده‌اند تنها به این دلیل که، منبع انگیزه‌هایشان اندکی از من کوچکتر بوده است».

برانگیختن منابع انگیزه چیزی است که تمام والدین می‌توانند آن را انجام دهند - توجه کردن به علاقه‌مندی‌های یک کودک، زمان دادن به او برای اینکه بتواند درباره آن علاقه‌مندی‌ها چیزهایی کشف کند و کمک کردن به او تا بتواند در کاری مهارت کسب کرده و متخصص شود. علاقه‌مندی‌های یک کودک ممکن است دایناسورها، اعداد، طراحی، تجربه کردن و یا ساختن چیزهایی با قطعات اسباب بازی باشند. توانایی دنبال کردن یک علاقه و خبره شدن در آن، کودک شما را به سطح و فضای دیگری می‌برد و او را تشویق می‌کند که به دنبال یادگیری باشد و راه خود را در زندگی پیدا کند. آن مسیر ممکن است به تبدیل شدن به یک طراح فوق‌العاده، یک اختریفی یکدان، معلم، چوپان، فروشنده و یا شرکت در فعالیت‌های بشردوستانه منتهی شود.

آسان‌ترین راه کمک به فرزندان برای اینکه بتواند راهش را پیدا کند و یک زندگی رضایت‌مندانه بسازد این است که شما از استعدادها و توانمندی‌های خود آگاه باشید و به فرزندان کمک کنید تا او هم استعدادها و توانمندی‌های خودش را پیدا کند. اگر مردم با توانمندی‌هایشان کار کنند، بسیار موثرتر خواهند بود. انجام دادن کاری که شما به بهترین وجه آن را انجام می‌دهید، باعث شادی بیشتر شما نیز خواهد شد.

نظریه توانمندی‌ها

موسسه گالوپ دهه‌هاست که توانمندی‌ها را مطالعه می‌کند. این مطالعات نشأت گرفته از کارهای اولیه پدرم؛ دکتر دونالد کلیفتون هستند. او استاد روان‌شناسی تعلیم و تربیت بود و درباره اینکه مردم چگونه حالشان خوب می‌شود و چه چیزی به موفقیت آنها کمک

می‌کند مطالعه می‌کرد. تحقیقات پدرم درست زمانی بود که رشته روان‌شناسی فقط بر پژوهش روی کمبودها و نقطه ضعف‌ها و اینکه چرا مردم حالشان بد است متمرکز بود. انجمن روانشناسی آمریکا کلیفتون را پدر روانشناسی توانمندمحور نامید و او زمینه‌های تحقیقاتی بسیار جدیدی را برای هزاران دانشمندی که از او پیروی می‌کردند، فراهم کرد. در دهه ۱۹۹۰، موسسه گالوپ تحت سرپرستی کلیفتون، پرسشنامه سنجش توانمندی‌های کلیفتون را به‌عنوان مقیاس عینی استعداد‌های فرد که می‌توانست به صورت آنلاین در کمتر از یک ساعت اجرا شود، توسعه داد. این ابزار ۳۴ زمینه توانمندی‌ها را بر اساس نظریه کلیفتون مشخص می‌کند؛ نواحی‌ای که بیشترین توان فرد برای شکوفا کردن توانمندی‌ها را نشان می‌دهد. گزارش پرسشنامه کشف توانمندی‌های کلیفتون، ۵ زمینه برتر استعداد‌های فرد را در فهرستی فراهم می‌آورد. تا زمان نوشته شدن این کتاب، بیش از ۱۲ میلیون نفر آزمون کشف توانمندی‌های کلیفتون را به بیش از ۲۵ زبان مختلف انجام داده‌اند. شما می‌توانید برای کسب اطلاعات بیشتر درباره هریک از ۳۴ زمینه توانمندی‌ها و تعاریف آنها به بخش آزمون کشف توانمندی‌های کلیفتون کتاب مراجعه کنید.

۳۴ زمینه توانمندی‌ها از نظر کلیفتون			
۱) دستیابی	۱۰) کل‌نگری	۱۹) سازگاری	۲۸) صمیمیت
۲) کنش‌گری	۱۱) انصاف	۲۰) ایده‌پردازی	۲۹) مسئولیت‌پذیری
۳) انطباق‌پذیری	۱۲) بافت‌نگری	۲۱) پذیرش	۳۰) حل مسئله
۴) تحلیل‌گری	۱۳) ژرف‌نگری	۲۲) فردیت	۳۱) اتکاء به نفس
۵) هماهنگی	۱۴) هدایت‌گری	۲۳) گردآوری	۳۲) شهرت و اعتبار
۶) باورمندی	۱۵) انضباط	۲۴) خردورزی	۳۳) تفکر استراتژیک
۷) فرماندهی و رهبری	۱۶) همدلی	۲۵) یادگیری	۳۴) جلب توجه
۸) معاشرت	۱۷) تمرکز	۲۶) کمال‌طلبی	
۹) رقابت	۱۸) آینده‌نگری	۲۷) مثبت‌نگری	

استعداد (نحوه فکر کردن، احساس کردن و رفتار کردن به صورت ذاتی و طبیعی)
سرمایه گذاری (صرف زمان برای تمرین و توسعه مهارت‌ها و ایجاد زمینه دانش و آگاهی)

X

توانمندی (توانایی ارائه یک کارایی نسبتاً کامل به صورت همیشگی)

=

برای روشن شدن تفاوت میان استعدادها و توانمندی‌ها، سازمان گالوپ تعریف بخصوصی را به هریک از آنها اختصاص داده است. *استعداد*؛ نحوه فکر کردن، احساس کردن و رفتار کردن به صورت طبیعی است و *توانمندی*؛ نتیجه در نظر گرفتن آن استعداد و سرمایه گذاری روی آن به وسیله مهارت، دانش، آگاهی و تمرین استفاده از آن در مسیری است که فرد بتواند کارایی نسبتاً کاملی را در فعالیت مورد نظر ارائه کند. به‌عنوان مثال در تحلیل اطلاعات، تجسم امکان‌ها و فرصت‌های آینده و تشخیص خصوصیات منحصر به فرد هر شخص.

با وجود این، مردم همیشه از استعدادهای خود آگاه نیستند. استعدادها بسیار نهفته هستند اما همیشه وجود دارند. حتی در صورتی که شما هنوز به وجودشان در خود پی نبرده باشید. در حقیقت مردم بیشتر فکر می‌کنند که هر استعدادی که آنها دارند، دیگران نیز دارند. در واقع این گونه نیست، بلکه استعدادهای هریک از شما به صورت تنگاتنگی با رفتارهایتان و ادراکی که از جهان دارید، در هم گره خورده‌اند.

مت که در یک مزرعه در ایالت آیوا بزرگ شده است می‌گوید: «درست مثل هر کودک دیگری که می‌شناختم عضو **4-H** بودم، علاوه بر این من در همه کانون‌های **4-H** نیز عضو بودم. اکثر مردم در کانون نگهداری از دام‌ها عضو بودند، دخترها خیاطی و آشپزی را هم می‌گذرانند و پسرها باید یک کار عملی هم انجام می‌دادند اما من در طول این سال‌ها در تمام دوره‌های تک نفره‌ای که اجازه‌اش را می‌دادند شرکت می‌کردم و خیلی خوب از پس آنها بر می‌آمدم؛ من اغلب در کارناوال مسابقه ایالتی استیت فیر روبان بنفش می‌گرفتم. روبان بنفش جایزه پروژه‌های ممتاز و برجسته بود اما موضوع