

راهکارهای کنترل و مدیریت بازی کودکان (۷ سال اول) از دیدگاه روانشناسی

ویدا اکبری^۱

چکیده

فرایند «بازی» در سال های اخیر از دیدگاه تربیتی و روانشناسی مورد توجه فراوان قرار گرفته است و به تاثیر آن در جنبه های مختلف وجودی کودکان پرداخته شده است. همان طور که جسم کودک ، از بدو تولد به غذا و ویتامین های گوناگون و مفید نیاز دارد و بدان وسیله رشد و نمو می کند ؛ روح و روان آنان نیز نیازمند تغذیه است ، و بازی برای کودکان نوعی غذای روحی و روانی است؛ و یکی از نیازهای مهم کودکان به شمار می آید. بازی و تفریح برای کودکان ، جزء جدایی ناپذیر زندگی آنان است. بازی ، زندگی کودک است. کودک با بازی می آموزد ، بزرگ می شود ، تجربه می کند ، نوآوری می کند و سرانجام زندگی می کند. نوع بازی به رشد و تکوین شخصیت کودک کمک می کند. بازی می تواند وسیله ای برای بیرون آوردن کودک، از دنیای درونی خویش و کمک کننده برای برقراری ارتباط وی با دنیای بیرون باشد. همچنین بازی سبب می شود ، کودکان با دنیا و جایی که در آن زندگی می کنند، ارتباط برقرار بسازند. در بررسی های به عمل آمده متأسفانه شمار فراوانی از پدر و مادران ، توجه زیادی به بازی کودک خود و اثراتی که بازی در زندگی آنها می گذارد ، ندارند. ازسوی دیگر مدیریت و کنترل بازی های کودکان می تواند به والدین و مربیان کمک بکند تا از تأثیرات مثبت بازی ، بر رشد و توسعه کودکان استفاده، و بهره برداری لازم را ببرند .

واژگان کلیدی : راهکار ، کنترل ، کودک ، مدیریت

^۱ - طلبه سطح دو حوزه علمیه زینبیه ، شهرستان میانه استان آ.ش

مقدمه

بازی یکی از مهم‌ترین و طبیعی‌ترین فعالیت‌های کودکان است، که نقش اساسی در رشد و توسعه همه جانبه آن‌ها ایفا می‌کند. بازی، دریچه‌ای به دنیای درون کودکان است و به آن‌ها امکان می‌دهد تا تجربیات جدید کسب کنند، مهارت‌های اجتماعی را بیاموزند و خلاقیت خود را شکوفا کنند. بازی بهترین وسیله‌ای است، که کودکان با آن، به آنچه به طور شخصی دوست دارند، می‌پردازند. مقررات لازم را به طور شخصی برای آن وضع می‌کنند، احساس هویت و استقلال می‌کنند، مقدار و وقت لازم حتی زمان و مکان آن را به طور شخصی انتخاب و آنچه را می‌خواهند تجربه، کشف و می‌آموزند.

کودک در بازی به تبادل عاطفی با همسالان خود می‌پردازد؛ مسایل زندگی را در خود تجربه می‌کند و تنش‌های خود را کاهش می‌دهد. مهارت‌های حسی و حرکتی خود را رشد و گسترش می‌دهد. در دنیای خیالی خود فرو می‌رود. با این حال، با توجه به گسترش تکنولوژی و افزایش دسترسی کودکان به بازی‌های رایانه‌ای و تلفن همراه، کنترل و مدیریت بازی‌های کودکان، به یکی از دغدغه‌های اصلی والدین و متخصصان حوزه کودک تبدیل شده است. از طرفی، محدودیت‌های بیش از حد در بازی می‌تواند به رشد طبیعی کودک آسیب برساند و از طرف دیگر، آزادی بی‌حد و حصر در بازی نیز ممکن است عواقب ناخواسته‌ای داشته باشد. بنابراین، سوال اینجاست که چگونه می‌توان بازی کودکان را به گونه‌ای مدیریت و کنترل کرد که هم به رشد آن‌ها کمک کند و هم از آسیب‌های احتمالی آن جلوگیری شود؟ در این مقاله، با نگاه روانشناسی به این موضوع خواهیم پرداخت و راهکارهایی را برای کنترل و مدیریت بازی کودکان ارائه خواهیم داد.

در کتاب "بازی درمانی نوشته زهرا عبادی و مرضیه مشعل پور"^۱ به بازی، به عنوان روشی برای درمان مشکلات کودکان پرداخته شده است. در این کتاب، راهکارهایی با استفاده از بازی به کودک داده می‌شود تا احساسات آزاردهنده و مشکلات خود را از طریق بازی بروز دهد؛ تا روانشناس و درمانگر بتوانند مشکل کودک را حل کنند. نویسنده در بخش پایانی کتاب نیز انواع بازی‌های درمانی را به خانواده‌های دغدغه مند معرفی می‌کند.

^۱ - بازی درمانی، زهرا عبادی و مرضیه مشعل پور، اهواز، ۱۳۹۶

همچنین " محمدعلی پرویزیان در کتاب خود، با عنوان بازی های هدفمند برای کودکان^۱ " به این نکات اشاره می کند که در تعلیم و تربیت کودکان ، بازی نقشی اساسی دارد . در این کتاب ضمن بیان پیامدهای مهم بازی در زندگی کودکان و تاثیر آن در مراحل مختلف رشد، انواع بازی های هدفمند ویژه کودکان با مضامینی اجتماعی ، بهداشتی ، تغذیه ، مهارت فردی ، جرئت ورزی ، مسئولیت پذیری و معرفی و شیوه اجرای آن ها توضیح داده شده است .

اما محقق در پژوهش حاضر که به روش توصیفی - تحلیلی نگاشته شده است و جمع آوری اطلاعات آن به روش کتابخانه ای است، در ابتدا به تعریف جامعی از بازی و مفهوم آن پرداخته و سپس به بررسی کامل راهکارهای کنترل و مدیریت بازی کودکان از دیدگاه روانشناسی می پردازد .

۱ - مباحث مقدماتی

۱-۱. تعریف بازی:

ساده ترین تعریف هایی که از بازی ارائه شده، عبارت است از: " بازی ، کاری است که به قصد لذت و تفریح انجام شود و فایده ای در بر نداشته باشد " ^۲ . «ویلیام استرن» در کتاب روان شناسی در دوره کودکی می گوید: " بازی گزینه ای برای رشد و نمو استعدادها و یا تمرین مقدماتی، برای اعمال آتی می باشد " ^۳ .

فرهنگ « عمید بازی » را به عنوان اسم چنین تعریف کرده : سرگرمی به چیزی، ورزش، تفریح و قمار و به عنوان دیگر « بازی کردن، چیزی در دست گرفتن و خود را بیهوده در آن سرگرم ساختن و فریفتن است » ^۴.

در این تعریف به معنای مجازی بازی توجه شده نه تعریف منطقی آن ، یعنی کسی را سرگرم ساختن و فریفتن بیشتر اشاره به فضای مجازی دارند نه مفهوم عملی آن. به طور مثال در هنگامی که فردی، قول به انجام کاری داده اما اجراء آن را بی دلیل و یا براساس دلایلی غیر منطقی به تعویق می اندازد ؛ اصطلاحاً می گویند که شما را بازی می دهند و مراد از بازی دادن در این جمله فریفتن یا سرگرم ساختن است. مفاهیمی

^۱ - بازی های هدفمند ، محمدعلی پرویزیان ، انتشارات لیما ، تهران ، ۱۳۸۳

^۲ - بازی کودک در اسلام، محمدصادق شجاعی ، ص ۱۵

^۳ - روان شناسی بازی، رضا سیامک مهجور، ص ۲۰

^۴ - فرهنگ عمید ، حسن عمید

که در بازی کودکان نهفته است، بسیار فراتر از واژه هایی مانند تفریح و سرگرمی است^۱. بازی ممکن است باعث آموزش مفاهیم اصلی زندگی به کودک شود. امکان دارد بازی کودک را از خود محوری در بیاورد و زندگی اجتماعی را به او آموزش دهد. هم چنین بازی باعث فراموشی شکست ها و ناکامی های روزانه می شود، به همین علت امروزه از بازی به عنوان یک روش درمانی استفاده می شود.

۱-۲. فواید بازی:

کودک در خلال بازی به کشف محیط اطراف خود می پردازد و از طریق بازی، نخستین گام ها را برای اجتماعی شدن برمی دارد. همکاری و تشریک مساعی با گروه را فرامی گیرد و بر کیفیت تأثیرگذاری بر دیگران و تأثیرپذیری آگاه می شود. کودکان از طریق بازی یاد می گیرند، که چگونه می توانند رو به پذیرش افراد آورند. همچنین بر چگونگی استفاده از توانایی های دیگران برای رفع نیازهای خود آگاه می گردند. بازی باعث رشد جنبه اجتماعی شخصیت کودک می شود؛ او در بازی ناگزیر به رعایت نکات اجتماعی و قواعد بازی است.

در خلال بازی مفاهیم اجتماعی مانند رعایت نوبت، صبر و حوصله، احترام به حقوق دیگران، اعتماد به نفس، پیروزی و شکست را فرامی گیرد. در سنین اولیه کودک ترجیح می دهند تنها بازی کند و به ندرت اجازه می دهد کودکان دیگر در بازی او شرکت کنند؛ و آگاهی بازی گروهی ندارد. تا سنین پنج الی شش سالگی کودک دوست دارد که با اسباب بازی های خودش بازی کند. در این مرحله است که استعداد های شخص کودک رشد می یابد. از سویی دیگر بازی، یکی از مهم ترین عوامل در تربیت اخلاقی کودک است و نیز یکی از راه هایی است که مفاهیم و ارزش های اخلاقی را به کودکان منتقل می کند؛ یعنی رفتارهای خوب را از رفتارهای بد مشخص می کند. بنابراین کودک یاد می گیرد که اصول اخلاقی را هنگام بازی به طور کامل تر رعایت بکند^۲.

کودکان در خلال بازی ها به ویژه بازی های آموزشی، به مفاهیم ذهنی جدیدی دسترسی پیدا می کنند و مهارت های بیشتر و بهتری را کسب می کنند. آنان به کمک بازی با رنگ های مختلف و شکل های گوناگون و جهت های مختلف آشنا می شوند و تجارب ارزنده ای را به دست می آورند^۳. به بیان کلی بازی به کودک کمک می کند تا دنیایی را که در آن زندگی می کند بشناسد، بفهمد و اداره کند و میان واقعیت و تخیل فرق

^۱ - روانشناسی بازی، محمدعلی احمدوند

^۲ - روانشناسی بازی، محمد علی اکبری

^۳ - کتاب روانشناسی بازی، سهیلا خالقی تبار

بگذارد. کودک به‌هنگام بازی درباره‌ی خودش، دیگران و رابطه‌اش با آن‌ها چیزهای متفاوتی یاد می‌گیرد، به‌این‌ترتیب یک مفهوم روشن‌تر و واقع‌گرایانه‌تر از خود بدست می‌آورد.^۱

۱-۳. قدرت بازی :

بچه‌ها در سال‌های اولیه زندگی به دنیای بازی رو می‌آورند. بازی زمینه‌ی مهم دیگری است که والدین می‌توانند به وسیله آن به رشد فرزندانشان کمک کنند. بازی برای بزرگسالان چیزی است که به عنوان ایجاد تنوع در کار انجام می‌شود؛ ولی برای بچه‌ها کار محسوب می‌شود. بچه‌ها باید بازی کنند تا پرورش یابند. در بازی است که آنان دنیا و جایگاه خود را در دنیا می‌شناسند. آنان مهارت‌هایی را که لازمه‌ی رشد است تمرین می‌کنند. بچه‌ها به‌هنگام بازی، از طریق آزمون و خطا نکاتی را در مورد زندگی می‌آموزند. شیرخواران و نوپاها، هم چنین پیش‌دبستانی‌ها می‌توانند به گونه‌های مختلف از بازی با والدینشان لذت ببرند. بازی با یکدیگر رابطه مثبت ایجاد می‌کند که برای مدیریت و یادگیری بچه‌ها حیاتی است.^۲

بچه‌ها به فرصت‌هایی نیاز دارند که بدون والدین به بازی بپردازند. این کار به بچه‌ها فرصت یادگیری، آزادی و تفحص می‌دهد؛ البته وقتی فرزندتان از شما می‌خواهد در بازی اش شرکت کنید باید بپذیرید. در مواقع دیگر هم بازی با فرزندتان شامل آموزش مهارت‌های ویژه خواهد بود یا به او کمک می‌کند احساساتش را بیان کند. بچه‌ای که وانمود می‌کند شخصیت حیوانی را دارد یا بجای عروسک صحبت می‌کند؛ می‌تواند احساساتش را در قالب کلمات ابراز کند.^۳

۲- بازی در ۷ سال اول زندگی :

کودک با بازی رشد می‌کند و به تدریج به واقعیت‌ها می‌رسد. هر مرحله‌ای از رشد کودک در پرورش و شکفتگی شخصیت او سهم خاصی دارد. تمایل کودک به بازی، دویدن، جست و خیز تاثیر عمیقی در زندگی او دارد؛ اما در هر مرحله سنی و رشد متفاوت است.^۴ اگر چه در هر سن مشخصات و نمودهای بازی کودکان متفاوت است؛ اما از همان ماه‌های اول تولد تا زمان بلوغ در هر سن یک نوع بازی بین کودکان رایج است که در سنین دیگر نیست و این امر ربطی به محیط، ملیت، وضعیت اجتماعی کودک ندارد. با توجه به

^۱ - مبانی بازی و بازی درمانی در کودکان، عظیم سلطان زاده

^۲ - جوان فریمین، والدین فهمیده و کودکان باهوش

^۳ - دان دیک میر، والدین و کودکان زیر شش سال ص ۳۳

^۴ - فروغ علی شاهرودی، بازی و زندگی، ص ۲۷

۴-۳. شرکت در بازی کودک:

یکی از راه‌های پرورش شخصیت و مدیریت کودک شرکت بزرگسالان و پدر و مادر در بازی آنان است. زمانی که پدر و مادر خود را تا مرز کودکی تنزل می‌دهند؛ و با شرکت در بازی کودکان، به آنان در کارهای کودکانه یاری می‌رسانند، روح و روان کودک از مسرت و شادی سرشار می‌شود. برای اینکه بتوانید بازی جالب و سرگرم‌کننده با کودک خود داشته باشید؛ باید شوق بازی با کودک در وجودتان باشد و درضمن بازی، همه حواس خود را به او بدهید. در چنین حالتی کودک نگاه می‌کند، می‌بیند و می‌آموزد بنابراین پدر و مادر می‌توانند ضمن بازی با کودک، توجه او را به قوانین و مقررات بازی جلب کنند و بدین ترتیب بازی کودک خود را کنترل و مدیریت بکنند^۱.

مدیریت و کنترل بازی کودک و همراهی با او باعث ایجاد خصلت‌های بسیار نیک در کودک می‌شود از جمله مستقل بودن، منظم بودن، رعایت کردن وقت و بنابراین با هم‌بازی شدن با کودکان می‌توانیم دنیا را از دریچه و زاویه که او می‌بیند ببینیم و درک کنیم و بدین ترتیب با کودک همدلی کنیم. وقتی که با کودک هم‌بازی می‌شویم رفتارها احساسات تفکرات و تخیلات و تصورات کودک را بهتر می‌پذیریم و تمامی حالات کودک را طبیعی تلقی می‌کنیم. بدین ترتیب می‌توانیم مدیریت و کنترل بهتری بر بازی کودک داشته باشیم.

۴-۴. بازی‌های گروهی

بازی‌های گروهی، نقش بسیار مهمی در رشد و توسعه همه جانبه کودکان دارند. این بازی‌ها نه تنها باعث سرگرمی و تفریح کودکان می‌شوند، بلکه به رشد مهارت‌های اجتماعی، عاطفی و شناختی آن‌ها نیز کمک می‌کنند. یکی از مهم‌ترین تاثیرات بازی‌های گروهی بر کودکان، کمک به آن‌ها در یادگیری مدیریت و کنترل خود است.

بازی‌های گروهی، اغلب دارای قوانین و مقررات مشخصی هستند. کودکان با شرکت در این بازی‌ها یاد می‌گیرند که این قوانین را رعایت کنند و به نوبت عمل کنند. این امر به آن‌ها کمک می‌کند تا در زندگی روزمره نیز نظم و انضباط را رعایت کنند. در بازی‌های گروهی، کودکان مجبور می‌شوند در موقعیت‌های

^۱ - اسماعیل بیابانگرد روش‌های افزایش عزت‌نفس در کودکان و نوجوانان، بخش دوم

مختلف تصمیم‌گیری کنند. این تصمیم‌گیری‌ها می‌تواند ساده یا پیچیده باشد، اما در هر صورت به کودکان کمک می‌کند تا مهارت‌های تصمیم‌گیری خود را تقویت کنند.^۱

در این نوع بازی، کودکان می‌آموزند که چگونه با دیگران همکاری کنند و به یک هدف مشترک برسند. این مهارت در زندگی روزمره و کار گروهی بسیار مهم است. زمانی که کودکان در بازی‌های گروهی موفق می‌شوند و به اهداف خود می‌رسند، اعتماد به نفس آن‌ها افزایش می‌یابد. این اعتماد به نفس به آن‌ها کمک می‌کند تا در سایر زمینه‌های زندگی نیز موفق‌تر باشند. همچنین این بازی‌ها فرصت‌های زیادی را برای کودکان فراهم می‌کنند تا با همسالان خود ارتباط برقرار کنند، مهارت‌های ارتباطی خود را تقویت کنند و روابط اجتماعی خود را گسترش دهند.^۲

بنابراین در بازی‌های گروهی می‌توان با انتخاب بازی‌های مناسب، ایجاد قوانین مشخص، تشویق همکاری و..... بازی کودک را مدیریت و کنترل کرد. بازی‌های گروهی یک ابزار قدرتمند برای رشد و توسعه کودکان هستند. این بازی‌ها به کودکان کمک می‌کنند تا مهارت‌های مهمی مانند مدیریت خود، همکاری، تصمیم‌گیری و تحمل ناکامی را بیاموزند. بنابراین، تشویق کودکان به شرکت در بازی‌های گروهی می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا به افراد موفق و اجتماعی تبدیل شوند.

^۱ - حسن احدى، مراحل رشد و تحول انسان، فصل چهارم ص ۷۴
^۲ - آ. اس نیل، کودکانی آزاد و مستقل تربیت کنیم، ص ۹۸

نتیجه گیری

انسان نیاز به حرکت و جنبش دارد و بازی بخش مهمی از این نیاز است. هر فرد برای رشد ذهنی و اجتماعی خود، نیازمند اندیشه و تفکر است و بازی خمیر مایه این تفکر و اندیشه است. آمادگی جسمی و روحی برای مقابله با مشکلات بخشی از فلسفه ی بازی کودکان است، بنابراین، بازی هر چه گسترده تر، پیچیده تر و اجتماعی تر باشد کودک از مصونیت روانی بیشتری برخوردار می شود. کشف دنیای اطراف بخش دیگری از فلسفه بازی است .

از طریق بازی کودکان یاد می گیرند که چگونه با دیگران تعامل برقرار کنند مهارت های ارتباطی را توسعه دهند و با دیگران ارتباط برقرار سازند. بنابراین برای پدر و مادر لازم است تا از تأثیر بازی، بر روان فرزندان خود آگاه باشند و بتوانند از طریق بازی آموزش های مهم را به بچه یاد بدهند. بازی کودکان یکی از مراحل تأثیرگذار در رشد کودک است و تنها برای ایجاد سرگرمی نیست؛ بلکه به منظور یادگیری نیز اهمیت فراوان دارد. کودکان، بیشترین بخش روز خود را به بازی و سرگرمی می پردازند، بنابراین مدیریت و کنترل بازی کودک، از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است و نقش بسیار مهمی در روند رشد کودک دارد.

بنابراین پدر و مادرها می توانند با هدایت و کنترل هوشمندانه بازی های کودک در مسیر رشد آنها تأثیر چشمگیری داشته باشند . مدیریت و کنترل بازی کودک و نیز موثر بودن بازی ، در رشد شخصیت کودک از همه لحاظ همواره دغدغه والدین است . والدین باید برای رسیدن به یک نتیجه مطلوب و رضایت بخش اقداماتی را انجام دهند که از جمله آنان مشارکت در بازی کودک ، همدلی و تشویق کودک و ... می باشد .

منابع

- ۱ - احدی ، حسن ، مراحل رشد و تحول انسان ، انتشارات بنیاد ، تهران ، ۱۳۶۶.
- ۲ - احمدوند ، محمدعلی ، روانشناسی بازی ، انتشارات دانشگاه پیام نور، تهران ، ۱۳۸۳.
- ۳ - اعتمادی ، بابک ، مدیریت زمان ، انتشارات پیام عدالت ، تهران ، ۱۴۰۳.
- ۴ - پرویزیان ، محمدعلی ، بازی های هدفمند ، انتشارات لیما ، اندیشه ، ۱۳۹۷.
- ۵ - جهانشاهی فرد ، سعید ، تکنیک های فرزندپروری ، انتشارات ارجمند ، تهران ، ۱۴۰۰.
- ۶ - خالقی تبار، سهیلا ،روانشناسی بازی ، انتشارات شرکت چاپ و نشر ، تهران ، ۱۴۰۲ .
- ۷ - دینک میر، دان، والدین و فرزندان زیر شش سال ، مترجم مجید رئیس دانا ، انتشارات رشد ، تهران ، ۱۳۸۷ .
- ۸ - عبادی، زهرا و مرضیه مشعل پور ، بازی درمانی ، انتشارات صبح دانش ، اهواز ، ۱۳۹۶.
- ۹ - روانشناسی رشد ، گروه نویسندگان ، انتشارات سمت ، تهران ، ۱۳۹۳.
- ۱۰ - روانشناسی رشد ، گروه نویسندگان ، نورالدین رحمانیان ، انتشارات آگاه ، ۱۳۶۴.
- ۱۱ - سلطان زاده ، عظیم، مبانی بازی و بازی درمانی در کودکان، انتشارات چکامه مهر ، اسلامشهر ، ۱۴۰۲ .

- ۱۲ - سیاسی، علی اکبر، نظریه های شخصیت، انتشارات دانشگاه تهران، تهران، ۱۳۷۱.
- ۱۳ - شاهرودی، علی، فروغ، بازی و زندگی، انتشارات رسانش، تهران، ۱۳۸۳.
- ۱۴ - شجاعی، محمدصادق، بازی کودک در اسلام، انتشارات موسسه بوستان کتاب، قم، ۱۳۹۸.
- ۱۵ - عمید، حسن، فرهنگ عمید، انتشارات امیر کبیر، تهران، ۱۳۶۳.
- ۱۶ - فابر، آدل، چگونه به کودکمان گوش کنیم و چگونه با او صحبت کنیم، مترجم فاطمه سادات موسوی، انتشارات ما و شما، تهران، ۱۴۰۰.
- ۱۷ - فریمن، جوآن، والدین فهمیده و کودکان باهوش، ترجمه لیلا صالحی، انتشارات نسل نو اندیش، ۱۳۸۱.
- ۱۸ - لی لندرث، گری، فرزند پروری، ترجمه الهه آقایی، انتشارات دانژه، تهران.
- ۱۹ - مارزولو، جین، آموزش از راه بازی، ترجمه لیلی انگجی، انتشارات آموزش و پرورش، تهران، ۱۳۶۶.
- ۲۰ - مقاله بازی و بازی درمانی در روانشناسی، فرشاد روزه، دانشجوی علوم تربیتی
- ۲۲ - مهجور، سیامک، روانشناسی بازی، انتشارات ویرایش، تهران، ۱۴۰۲.
- ۲۲ - نیل، آ.اس، کودکانی آزاد و مستقل تربیت کنیم، ترجمه عبدالرضا صرافان، انتشارات دستان، تهران، ۱۳۷۲.
- ۲۳ - هیبتی، عالیہ، فرزندپروری آگاهانه، انتشارات پاریسیان، البرز، ۱۳۹۷.
- ۲۴ - هایمز، جیمز وکلارالامبرت، کودکان سه تا دوازده ساله، ترجمه بهروز شهبازی و جمشید شباهنگ، انتشارات امید، ۱۳۴۵.