



نوج

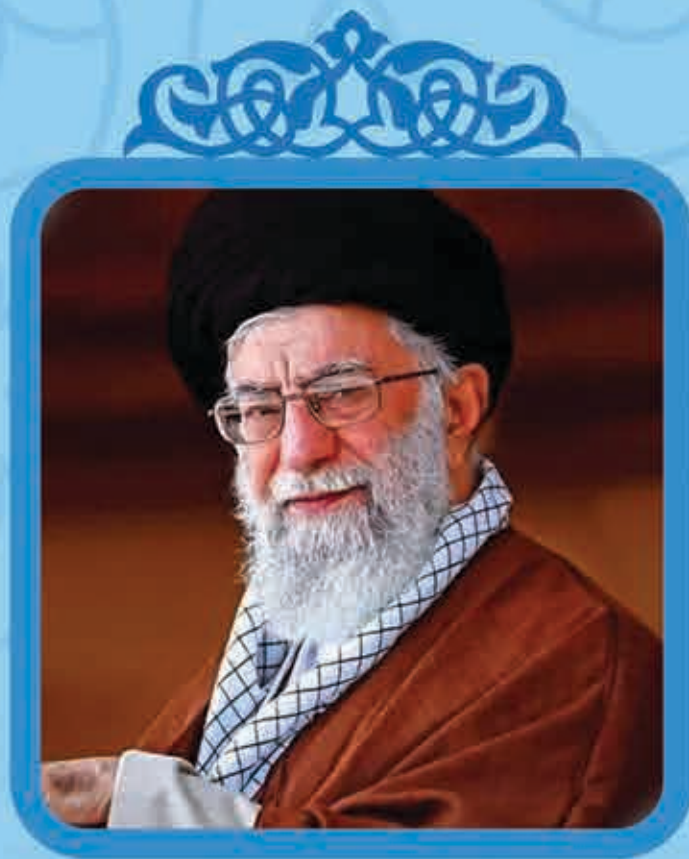


کانون پرورش فکری
کودکان و نوجوانان
استان مازندران



در این شماره می‌خوانید:

راهنماهای ایجاد انگیزه در پسران نونهال
تأثیر فشار همسالان بر رفتار و رشد روانی - اجتماعی نوجوانان
آسمان شب ما
من، کاردمستی، کتاب
یادداشتی بر کتاب «خمیره» نوشته‌ی هوشنگ مرادی کرمانی
آشنایی با بابا غضنفر
کودکی گمشده در هیاهوی تکنولوژی
داستان و شعر



رهبر معظم انقلاب، حضرت آیت الله خامنه‌ای (حفظه الله)

به تعبیر «فلسفیدن» اشاره کردند؛ این بسیار تعبیر درستی است. امروز در کشورهای پیشرفته‌ی مادی دنیا، یکی از کارهای اساسی و یک رشته‌ی مهم، تدریس فلسفه برای کودکان است. خیلی‌ها در جامعه‌ی ما اصلاً تصور نمی‌کنند که برای کودک هم فلسفه لازم است. برخی تصور می‌کنند فلسفه به معنای یک چیز قلمبه‌سلمبه‌ای است که یک عده‌ای در سنین بالا به آن توجه می‌کنند؛ این نیست. فلسفه شکل دادن فکر است، یاد دادن فهم کردن است، ذهن را به فهمیدن و تفکر کردن عادت دادن است؛ این از اول باید به وجود بیاید. قالب مهم است. اگرچه محتوا هم در همین فلسفه‌ی کودکان حائز اهمیت است، اما عمده شیوه است؛ یعنی کودک از اول کودکی عادت کند به فکر کردن، عادت کند به خردورزی؛ این خیلی مهم است. من خوشحال شدم از این که دیدم در خلال حرف‌ها این را متذکر شدند.

۲۰ مهر ۱۳۹۱

دیدار معلمان و استادان دانشگاه‌های خراسان شمالی

بسم الله الرحمن الرحيم

فصل نامه فرهنگ، هنری و ادبی نوج

صاحب امتیاز: اداره کل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان استان مازندران

مدیر مسئول: دکتر حامد قاضلی کبریا

مدیر داخلی: فرشته شه میرزادی

سر دبیر: محمد جواد کشوری

زیر نظر شورای سردبیری: سهیلا بابایی- نعیمه خنکدار- مژده پاک سرشت

ربابه هاشمی- رضا عابدی- فاطمه احسانی

همکاران این شماره:

مجتبی ولی پور- فاطمه احسانی- مریم فلاحی- ژیلّا خاکپور- حورا نیکبخت- زینب

نیلچیان- سمیه توکل- شوکت فلاح- سمیه حسن پور- فرزانه یوسفی- مهدیس

رضایی- ثمانه حاجیان- زینب اکبری- مرضیه آقا جان کردی- صفیری خلیل نژاد-

مارال شاه مرادی مقدم- فاطمه طالشی- محمد حسام باباگلی- نازنین زهرا

عابدیان- ستایش برهانی- روشا کنعانی- اسرا میادی- ابوالفضل بهنود- ترنم

حسینی- سام فروزان فر- مه سیما محمدی- ابوالفضل یخکشی- امیر کیوان

کربلایی- روشنا ملکانه- هستی علیزاده- بیتا ادیبان- سلوا معصومی- ماهک

باقرزادگان- یاسمین مصلحی- امیر رضا ابراهیمی- حسنا حسن زاده- سیده

دلارام حسینی- علیرضا امیری- آتنا آزاد

عکس: حامد افروزیان

صفحه آرایی و گرافیک: رضا عابدی

و با تشکر از واحد اداری و مالی، روابط عمومی و حراست کانون مازندران

نشانی: مازندران، ساری، خیابان رودکی- جنب پارک کوشا سنگ- اداره کل

کانون پرورش کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان استان مازندران

آدرس ایمیل: mazandaran@kpf.ir

پایگاه اطلاع رسانی:

<https://www.kanoonnews.ir/service/province/mazandaran>

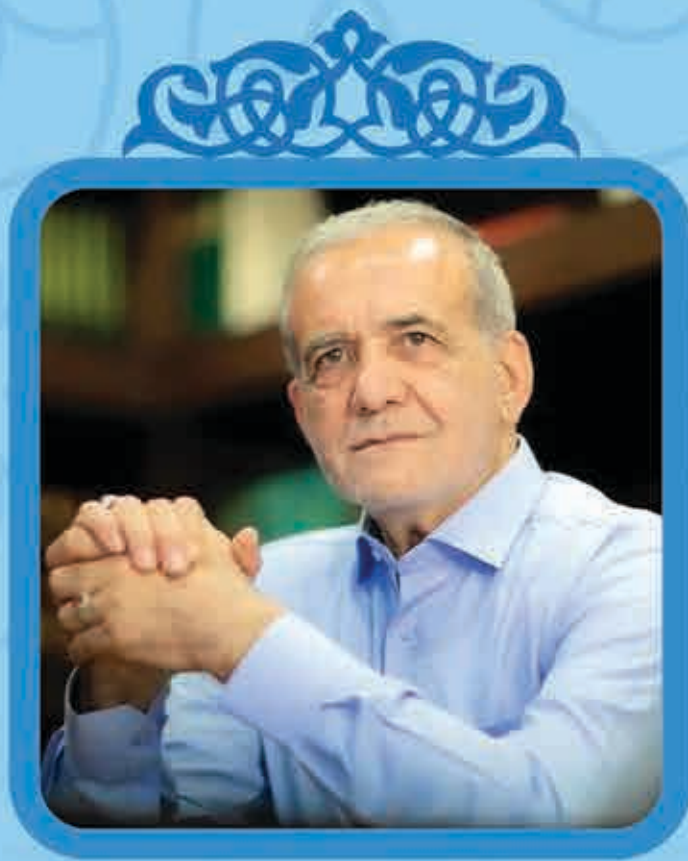
شماره تماس: ۳۳۶۰۸۵۶۵ - ۳۳۶۰۸۵۶۶



فهرست

۹	راهکارهای ایجاد انگیزه در پسران نونهال برای مطالعه
۱۷	تأثیر فشار همسالان بر رفتار و رشد روانی - اجتماعی نوجوانان
۳۵	آسمان شب ما
۳۷	من، کاردستی، کتاب
۳۸	یادداشتی بر کتاب «خمره» نوشته‌ی هوشنگ مرادی کرمانی
۴۱	آشنایی با باغ‌غنفر
۴۵	کودکی گمشده در هیاهوی تکنولوژی
۴۸	داستان و شعر
۵۴	آثار هنری
۶۲	اخبار برگزیده





جناب آقای دکتر پزشکیان، رئیس جمهور محترم

اگر بتوانیم پتانسیل بچه‌ها را به عمل تبدیل کنیم، فردا مملکتی در عالی‌ترین شکل ممکن خواهیم داشت و اگر نتوانیم در بدترین حالت ممکن قرار می‌گیریم. این که تصور کنیم افتتاح جاده، راه و سد، خبر است، تصویری اشتباه است چرا که خبر اصلی و مهم در تعلیم و تربیت این بچه‌ها و انسان‌ها و ظرفیت‌های نهفته است. این‌ها هستند که فردای این کشور را می‌سازند. باید بر روی انسان‌ها درست سرمایه‌گذاری کنیم که پتانسیل آن‌ها بروز پیدا کند. اگر آموزش‌های مدرسه را با دیدن، شنیدن، گفتن و عمل کردن توأم کنیم، یادگیری ماندگاری ایجاد خواهد شد و روز به روز خود را توانمندتر و تازه‌تر می‌کند.

نشست عدالت آموزشی، ۲۰ شهریور ۱۴۰۴



جناب آقای دکتر علیرضا کاظمی، وزیر محترم آموزش و پرورش

اگر بخواهیم عملکرد ۴۶ ساله کشور را تحلیل کنیم، دو غفلت بزرگ داشته‌ایم؛ غفلت از نظام تعلیم و تربیت و نسل آینده‌ساز و غفلت از نظام تربیتی خانواده. این دو بخش حیاتی کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند اما امروز اتفاق‌های خوبی در حال رقم خوردن است.

شخصیت کودک در همان دوران پیش‌دبستانی شکل می‌گیرد و در دوره ابتدایی نمی‌توان تحول اساسی ایجاد کرد. به همین دلیل سرمایه‌گذاری‌ها را به دوره پیش از دبستان منتقل کرده‌ایم و باید با همکاری کانون پرورش فکری و مؤسسات قرآنی، محتوای خوب، برنامه درسی مناسب و مربیان خوب تربیت کنیم.

توصیه من این است که کانون و سازمان تعلیم و تربیت کودک یک طراحی دقیق داشته باشند تا ارزش افزوده آن به جذب و درگیر کردن بچه‌ها با مسائل و مفاهیم قرآنی منجر شود و بتوانند با زندگی در آیه‌ها، در سطح خودشان، مفاهیم قرآن را بیاموزند.

در حاشیه‌ی بازدید از ضبط برنامه‌ی تلویزیونی «محفل ستاره‌ها»، ۲۷ شهریور ۱۴۰۴



جناب آقای دکتر حامد علامتی، مدیر عامل محترم کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

کیفیت آینده تربیت و رشد فکری کودکان و نوجوانان، بیش از هر چیز، به نقش آفرینی آگاهانه، خلاقانه و دلسوزانه مربیان وابسته است. شما ستون‌های اصلی این حرکت فرهنگی هستید و کانون بدون همراهی و حضور اثرگذار شما معنا نخواهد داشت. نقش مربی تنها آموزش نیست، بلکه ساختن نگاه، شکل دادن به اندیشه و بیدار کردن استعدادهایی است که آینده جامعه را رقم می‌زند. بر همین اساس، تقویت جایگاه مربیان در اولویت برنامه‌های کانون قرار دارد.

**در حاشیه‌ی دیدار با مربیان حاضر در نهمین دوره مرکز تربیت مربی کودک و نوجوان،
آذر ۱۴۰۴**



سخن مدیرمسئول

عرض سلام، ادب و احترام محضر همه‌ی شما مخاطبان فرهیخته‌ی فصل‌نامه‌ی نوج. به لطف ایزد منان نشریه‌ی نوج به نهمین شماره‌ی خود در پاییز ۱۴۰۴ رسید. قدردان همت همکاران پرتلاش و اعضای عزیز کانون جهت مشارکت فعال در تولید محتوای این نشریه صمیمانه قدردانی می‌کنم.

پاییز فصل مناسب‌ها، برنامه‌ها و جشنواره‌های گوناگون در کانون بود. از هفته‌ی ملی کودک، تا هفته‌ی کتاب و کتابخوانی، برنامه‌ی ادبی دوپنجره، تماشاخانه‌ی سیار و نمایش‌های ثابت، جشنواره‌ی پژوهش، جشنواره‌ی قصه‌گویی، بخش برنامه‌ی تلویزیونی محفل ستاره‌ها، ویژه‌برنامه‌ی پرتاب سه ماهواره ایرانی و دیگر برنامه‌ها که همگی بهانه‌ایست جهت پیشبرد اهداف چهارگانه کانون پرورش فکری در سال جاری، که به فضل پروردگار متعال و با همت و اراده‌ی خالصانه و صادقانه تمامی همکاران ما در کانون استان به نحو شایسته‌ای برگزار شد. ضمن این که در این شماره از نشریه نیز شاهد مقالات، جستارها، تحلیل‌ها، آثار فرهنگی، هنری و ادبی و اخبار برگزیده‌ی بخش روابط عمومی نیز هستیم که برآیندی از فعالیت‌های کانون پرورش فکری استان مازندران در چند ماه اخیر است.

در پایان شما عزیزان را به مشارکت در ارسال آثار در بخش‌های گوناگون، برای درج در شماره‌های آتی نشریه نوج، دعوت می‌کنم. چنانچه مسلماً بدون همراهی شما این امر غیرممکن است.

پیشاپیش از لطف شما جهت تئورق و خواندن سطور این مجموعه قدردانی کرده و امید دارم هشتمین شماره‌ی نوج بتواند گامی هرچند کوچک در بالندگی و اعتلای دانش و آگاهی مخاطبان بردارد. آماده‌ی دریافت رهنمودهای ارزشمند شما برای ارتقای کیفی نشریه‌ی نوج هستیم.

حامد فاضلی کبریا

مدیرمسئول فصل‌نامه پژوهشی، فرهنگی، هنری و ادبی نوج



مرصیه آقاجان کردی
مربی فرهنگی ادبی مراکز کتابم و نشتارود

اقدام پژوهی

راهکارهای ایجاد انگیزه در پسران نونهال مرکز کتابم و سادات شهر، برای مطالعه

رتبه دوم اقدام پژوهی در هفدهمین جشنواره ی پژوهش کانون استان مازندران

تقدیر و تشکر:

تشکر و قدردانی خود را تقدیم می کنم به سرکار خانم سهیلا بابایی، کارشناس محترم آموزش و پژوهش استان مازندران، به جهت حمایت های بی دریغشان و فرصتی که برای نگارش این تحقیق در اختیارم قرار دادند تا بتوانم بیش از پیش به تجربیاتم بیافزایم، همچنین سپاسگزارم از سرکار خانم هدی کریم بزرگوار، رابط محترم اقدام پژوهی استان که همچون معلمی مهربان با راهنمایی های دلسوزانه ی خود بنده را در این مسیر یاری نمودند. سپاسگزاری می کنم از سرکار خانم مژده پاک سرشت عزیز، از این که با نکته سنجی های بی بدیل، بنده را از تجربیات خود بهره مند نمودند و تشکر و سپاسگزاری می کنم از همه ی همکارانم در مرکز کتابم و سادات شهر.

چکیده

پژوهش حاضر در تابستان سال ۱۴۰۴ با فراوانی هشت پسر نونهال در مرکز فرهنگی هنری کتابم و سادات شهر صورت گرفت. موضوعی که مورد بررسی قرر گرفت: «راهکارهای ایجاد انگیزه در پسران نونهال مرکز کتابم و سادات شهر، برای مطالعه» می باشد. این اقدام پژوهی با هدف ایجاد انگیزه و علاقه مند کردن اعضای نونهال پسر مرکز فرهنگی هنری کتابم و سادات شهر به مطالعه کتاب انجام گرفت.

راه حل هایی که در این پژوهش ارائه شد شامل: «اجرای فعالیت معرفی کتاب توسط اعضا در مقابل یکدیگر بصورت کنفرانس» «تشویق اعضای که در مرکز داوطلبانه برای امانت کتاب مراجعه می کنند» «جمع خوانی کتاب»، «بحث و نقد کتاب»، «روخوانی کتاب و تولید پادکست»، «فعالیت معرفی کتاب به روش تولید کارت پستال»، «برپایی نمایشگاه از آثار تولید شده و دعوت از اولیا و سایر اعضا» و «پخش و نمایش فیلم و انیمیش ساخته شده بر اساس کتابهایی که در کانون موجود هستند». همه این راهکارها هر کدام طی چند جلسه اجرا شد

و بعد از مشاهدات و مصاحبه و ارزیابی مجدد از اعضا این نتیجه به دست آمد که سه طرح «کارت پستال کتابی»، «نمایش فیلم و انیمیشن» و «تولید پادکست» نتایج رضایت بخشی را جهت مطالعه هدفمند و دقیق تر اعضا به همراه داشت. البته لازم است برای تداوم فرایند مطلوب مطالعه، تعداد موضوعات کتابهای مختص این گروه سنی در کانون افزایش یابد.

کلید واژه ها: اعضای پسر، نونهال، امانت کتاب، کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

مقدمه:

کتاب، یکی از مهم ترین ابزارهای پرورش فکری و فرهنگی انسان است که نقش آن در رشد شخصیت کودکان و نوجوانان انکارناپذیر است. کتاب و کتاب خوانی برای کودکان و نوجوانان یکی از مؤثرترین راه های رشد ذهنی و شخصیتی آنهاست. مطالعه از سنین پایین به شکل گیری مهارت های زبانی و افزایش دایره ی واژگان کمک می کند و باعث می شود ذهن کودک فعال تر و کنجکاو تر شود. با خواندن کتاب، احتمال خلاق تر شدن و تفکر انتقادی در او افزایش می یابد، زیرا هر داستان درجه ای تازه به جهان های متفاوت باز می کند؛ از ماجراجویی های علمی گرفته تا روایت های تخیلی که تخیل کودک را به پرواز درمی آورند. به علاوه، کتاب خوانی در کودکی بنیان درک درست از احساسات و روابط انسانی را می گذارد.

لازمه ی سلامتی، شادابی، شد طبیعی و شکوفایی افراد در دوره کودکی و چه بسا بزرگسالی، رسیدگی و توجه به مسایل آنها در دوران کودکی است. کتاب های متناسب با شرایط و نیازهای کودکان، فرصت لازم را برای پاسخگویی به نیازها، از طریق افزایش شناخت آنان نسبت به خود و محیط اطراف فراهم

خلاقانه، جذاب و متنوع، انگیزه‌ی مطالعه را در کودکان و نوجوانان ایجاد کنند و به‌عبارتی، میل و اشتیاق به کتابخوانی را در آن‌ها افزایش دهند. هدف کلی: ایجاد انگیزه و علاقه و آگاهی جهت مطالعه کتاب در اعضای نونهال پسر مرکز کتالم و ساداتشهر اهداف جزئی:

- ۵ کیفیت بخشی به مطالعه کتاب.
- ۵ انس و الفت با کتاب و کتابخوانی.
- ۵ بالا بردن کیفیت و گرفتن نتیجه‌ی بهتر از کلاس‌های مرتبط با کتابخوانی.
- ۵ نهادینه کردن فرهنگ کتابخوانی.
- ۵ تقویت اعتماد به نفس و قدرت فن بیان در اعضا.
- ۵ هدفمند کردن حضور کودک در کانون و مطالعه‌ی کتاب.

بیان ضرورت و اهمیت مسأله:

مطالعه، از دوران کودکی یکی از مهم‌ترین عوامل رشد فکری، عاطفی و اجتماعی انسان است. ذهن کودک مانند زمینی آماده است که هر دانشی در آن کاشته شود، در آینده به بار می‌نشیند. آشنایی کودکان با کتاب و داستان نه تنها مهارت خواندن و درک مطلب را در آن‌ها تقویت می‌کند، بلکه قدرت تخیل، خلاقیت و کنجکاوی‌شان را نیز پرورش می‌دهد.

کودکی که مطالعه را از سال‌های نخست زندگی تجربه می‌کند، یاد می‌گیرد که چگونه فکر کند، سؤال بپرسد و پاسخ‌های تازه بیابد. این عادت، پایه ای محکم برای یادگیری مادام‌العمر است. از سوی دیگر، کتاب می‌تواند به کودک بیاموزد که احساسات خود را بفهمد، با دیگران همدلی کند و دنیایی وسیع‌تر از محیط اطراف خود را تجربه نماید.

والدین و مربیان نقش بزرگی در ایجاد علاقه به مطالعه دارند. وقتی والدین همراه کودک کتاب می‌خوانند یا درباره داستان‌ها گفت‌وگو می‌کنند، ارتباط عاطفی میان آن‌ها عمیق‌تر می‌شود و کودک احساس ارزشمندی بیشتری می‌کند. همین تجربه‌های ساده، بذر عشق به کتاب را در دل او می‌کارد. با توجه به این توضیحات، مربی نیز در کانون پرورش فکری بعنوان متصدی فرهنگ و اندیشه، وظیفه خود می‌داند تا کودک را به طرق مختلف تشویق و ترغیب به مطالعه کند. در این بین کودک پسر

می‌آورد. پاسخگویی به نیازها و رغبت‌های کودکان، چگونگی باورها، شخصیت و رفتارهای آنها را در بزرگسالی شکل می‌دهد. خواندن کتابهای مناسب، کودکان را تشویق می‌کند تا درباره مشکلات و تجربیات خود صحبت کنند. شخصیت‌های کتاب می‌توانند به کودکان کمک کنند تا با شناسایی افکار و احساسات خود، نسبت به رفع مشکلات خویش اقدام کنند (گلادینگ و گلادینگ، ۱۹۹۱).

برای نوجوانان، کتابخوانی نقش کلیدی در شکل‌گیری هویت و تقویت استقلال فکری دارد. آن‌ها از طریق کتاب‌ها می‌توانند دیدگاه‌های گوناگون را بشناسند، با چالش‌های درونی و اجتماعی آشنا شوند و پاسخ‌هایی عمیق‌تر برای پرسش‌های خود بیابند. مطالعه همچنین به کاهش اضطراب و افزایش تمرکز کمک می‌کند و باعث می‌شود نوجوانان در برابر تبلیغات و اطلاعات سطحی، مقاومت بیشتری نشان دهند. در نهایت، کتاب به آن‌ها اعتمادبه‌نفس و قدرت انتخاب آگاهانه می‌بخشد؛ سرمایه‌ای ماندگار که در تمام مراحل زندگی مفید خواهد بود.

کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان نیز به عنوان کتابخانه‌ای تخصصی برای کودک و نوجوان، سال‌هاست به ارائه‌ی کتاب‌های ارزشمند به این گروه از جامعه می‌پردازد. تفاوت کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان با سایر نهادهای فرهنگی در ارائه‌ی کتاب به مخاطبان، در این است که علاوه بر اختیار قرار دادن کتاب به اعضا به‌صورت امانت، راهکارهایی را نیز به‌صورت غیرمستقیم و در قالب فعالیت‌های فرهنگی، برای ایجاد انس کودک و نوجوان با کتاب، امانت‌گرفتن کتاب و خواندن آن، به مراجع‌کنندگان ارائه می‌کند.

این فعالیت‌ها باعث می‌شود کودکان و نوجوانان با اشتیاق و انگیزه‌ی بیشتری به‌سوی مطالعه‌ی کتاب و رشد فردی و اجتماعی خود گام بردارند. از جمله‌ی این فعالیت‌ها که منجر به گرایش کودک و نوجوان به کتاب و کتابخوانی می‌شود، شرکت در کلاس‌های فرهنگی، ادبی و هنری کانون است. کانون در این زمینه به‌صورت جدی به کودکان و نوجوانان خدمات‌رسانی می‌کند تا به هدف کلی و اصلی خود، یعنی انس با کتاب، دست یابد.

بنابراین، مهم‌ترین و بزرگ‌ترین دغدغه‌ی کارکنان و مربیان کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در سراسر کشور این است که با بهره‌گیری از

روزهای حضور اعضای پسر در این مرکز، روزهای فرد می باشد؛ بنابراین من اعضای پسر را در هفته دو بار می بینم و می توانم با آن ها گفت و گو و تعامل داشته باشم. یکی از فعالیت هایی که طی آن با اعضا از نزدیک گفت و گو و تبادل نظر دارم، بخش امانت کتاب است. در حین انجام امانت کتاب و طی گفت و گوی اجمالی که با اعضا هنگام امانت کتاب داشته ام، متوجه شدم که اعضای پسر نسبت به اعضای دختر، در خواندن کتاب دقت و اهتمام کمتری دارند و نه تنها نمی توانند موضوع کتاب را در چند سطر توضیح دهند، بلکه حتی نام کتاب نیز در خاطرشان نمی ماند.

از همکاران نیز درباره ی چگونگی مطالعه ی پسرهای نونهال پرس و جو کردم و پی بردم که آن ها نیز از کیفیت و کمیت مطالعه ی اعضای پسر راضی نیستند و این اعضا در فعالیت هایی مانند معرفی کتاب و قصه گویی کمتر شرکت می کنند؛ هرچند روخوانی کتاب آن ها نسبتاً خوب است. تعداد هشت نفر از اعضای پسر نونهال را انتخاب کردم تا فعالیت خود را در این محدوده انجام دهم. البته اگر در جلسات آتی افراد جدیدی نیز ملحق می شدند، در کنار بچه ها به فعالیت می پرداختند.

پسرها در مرکز کتابم به فعالیت های کتاب محور علاقه نشان نمی دهند و تنها فعالیتی که به آن گرایش دارند، بازی فوتبال در حیاط است. وقتی طبق معمول بچه ها را با وعده ی بازی فوتبال بعد از کلاس، پشت میزها نشاند، پرسش و پاسخی را به منظور شناخت بیشتر از سلیقه ی بچه ها در مورد موضوعات مورد علاقه شان آغاز کردم. پسرها در این مورد با صداقت و بی تعارف حرف می زنند و طی صحبت ها متوجه شدم که بسیاری از آن ها اصلاً کتابها را نمی خوانند و تعدادی نیز از پنج کتابی که به خانه می برند، دو یا سه کتاب را مطالعه می کنند. یکی از بچه ها هم از هر کتاب تنها صفحات اول آن را می خواند تا وقتی از او می پرسم موضوع کتاب چیست، بتواند چیزهایی درباره ی آن بگوید.

شاید یکی از دلایل مطالعه نکردن بچه ها، تعداد زیاد کتابهایی باشد که در هر جلسه به امانت می برند. کم و بیش از آن ها این جمله را می شنیدم که وقتی به گفته ی مسئول مرکز پیشنهاد پنج کتاب را به بچه ها می دادم، می گفتند همه ی آن ها را نمی توانیم بخوانیم. در کلاس، از بچه ها درباره ی این که چرا

نسبت به کودک دختر نیاز به توجه ویژه ای دارد. او منطقی تر و معقولانه تر انتخاب می کند و همه سعی اش در این است تا اندیشه های هیجانی و اثری مضاعف خود را به طریقی بکار بگیرد؛ بنابراین در فعالیت کتابخوانی اگر موضوع کتاب برایش جذاب نباشد، شرکت نخواهد کرد؛ بنابراین از کتاب دوری کرده و به سمت بازی و سرگرمیهای پرتحرک خواهد رفت. ضرورت دارد که مربی بصورت کاملاً هدفمند و برنامه ریزی شده، عضو پسر نونهال را به سمت مطالعه داوطلبانه کتاب سوق دهد. اعضا پسر هنگام امانت کتاب اگر به آنها یادآوری نشود، جز معدودی از آنها، از امانت گرفتن کتاب طفره می روند و برای این کار خود نیز دلایل مختلفی ذکر می کنند که در ادامه به آن خواهیم پرداخت. توجه به این شواهد مرا بعنوان یک مربی بر آن داشت تا جهت انس بیشتر اعضا پسر با کتاب از طریق «فعالیت معرفی کتاب» در قالبهای مختلف مثل تولید پادکست، آرایه کنفرانس، بحث و نقد کتاب، تولید کارت پستال و ایجاد نمایشگاه، نمایش فیلم و انیمیشن اقدام کنم.

توصیف وضعیت موجود

کانون پرورش فکری کتابم به عنوان یکی از قدیمی ترین مراکز استان مازندران، در سال ۱۳۵۰ در شهر کتابم و در مجاورت شهرداری و شورای شهر تأسیس شد. این مرکز از ضلع شمال شرقی مشرف به یک باشگاه تربیت بدنی و مدرسه ی ابتدایی پسرانه و از ضلع جنوبی نیز در جوار یک پارک کودک می باشد. زیربنای مرکز ۷۲۰ متر است و شامل یک سالن مطالعه، سالن آمفی تئاتر و سه کلاس می شود. تعداد اعضای دختر و پسر این مرکز تا امروز بیش از ۹۰۰ نفر است و تعداد کتابها حدود یازده هزار جلد می باشد.

بنده حدود یک سال است که به عنوان مربی فرهنگی ادبی مرکز کتابم و مرکز نشرآرود مشغول به کار هستم. پیش از این نیز به مدت چهارده سال، ماهانه ۶۰ ساعت، به عنوان مربی ادبی در مراکز رامسر و کتابم فعالیت داشته ام. در مدت یک سالی که به عنوان مربی فرهنگی ادبی، چهار روز در هفته در مرکز کتابم مشغول به کار هستم، علاوه بر فعالیت های ادبی، به کارهای فرهنگی، از جمله امانت کتاب نیز می پردازم.

پیشینه تحقیق

با توجه به مهم بودن موضوع کتاب و کتابخوانی در کودکان و نوجوانان پژوهشگران زیادی در این زمینه به تفکر و پژوهش پرداخته‌اند و بنده به چند نمونه از آن بعنوان مثال اشاره می‌کنم:

۵ در مقاله‌ای با عنوان «اهمیت مطالعه برای کودکان و نوجوانان» که خانم فاطمه آقایی، دانشجوی کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان الزهرا (س) زنجان، در سال ۱۳۹۸ آن را به نگارش درآورده است، به اهمیت مطالعه در کودکان و نوجوانان پرداخته شده است. ایشان برای دستیابی به هدف خود، پژوهش را به روش توصیفی-تحلیلی و با مطالعه‌ی اسناد، کتب و مرور مقالات علمی-پژوهشی مرتبط انجام داده است. یافته‌های پژوهش نشان داد که از راه‌های دستیابی به پیشرفت علمی و فرهنگی، آزادی و استقلال کشور، دستیابی به آرمان‌های عالی الهی و انسانی و گسترش و تقویت دانش و بینش نسل امروز و فردا، همگانی کردن فرهنگ مطالعه است و این مهم بدون فراگیر شدن فرهنگ مطالعه ممکن نیست. با این حال، امروزه با ورود رسانه‌های تصویری، شاید ارزش مطالعه نزد اکثر مردم تغییر نیافته باشد، اما به دلیل در دسترس بودن رسانه‌های تصویری و به اصطلاح حاضر و آماده بودن یک وسیله‌ی تفریحی دائمی، گرایش به مطالعه کمتر و کمتر شده است. ایشان برای رفع این مسئله، نقش مدرسه و کتابخانه‌های عمومی را بسیار پررنگ می‌داند (آقایی، فاطمه، ۱۳۹۸).

۵ در مقاله‌ای پژوهشی با عنوان «تأثیر کتابدرمانی بر مهارت‌های اجتماعی کودکان دختر ۷ تا ۱۲ سال عضو فعال کتابخانه‌ی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان شهر تهران» که جمعی از نویسندگان آن را به نگارش درآورده‌اند، این مطالعه از نوع پژوهش‌های کاربردی است و به روش تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شده است. ۶۰ عضو فعال کتابخانه با به کارگیری روش نمونه‌گیری غیر تصادفی هدفمند انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها پرسش‌نامه‌ی مهارت‌های اجتماعی «گرشام و الیوت» (۱۹۹۹) بود. جلسات کتابدرمانی بر روی گروه آزمایش به مدت ۱۴ جلسه‌ی ۴۵ دقیقه‌ای، دو بار در هفته اجرا شد. نتایج حاصل به وسیله‌ی آزمون t مستقل بررسی شد و یافته‌های حاصل در سطح معناداری ($p < 0.05$) نشان داد که کتابدرمانی

علاقه‌ای به خواندن کتاب ندارند پرسیدم. طبیعی است که بچه‌ها در این سن به چنین سؤال کلی‌ای پاسخ روشنی ندهند؛ بنابراین پرسیدم چه کتاب‌هایی و با چه موضوعاتی را دوست دارند. پاسخ بچه‌ها متفاوت بود: کتاب‌های ترسناک، کتاب‌های ورزشی و فوتبالی، و کتاب‌های طنز و معمايي.

بچه‌ها می‌دانند که اگر در پایان سال بیشترین تعداد امانت را داشته باشند، به عنوان کتابخوان برتر شناخته می‌شوند؛ بنابراین در ذهن آن‌ها جای افتاده است که کمیت مهم‌تر از کیفیت است. به همین دلیل تصمیم گرفتم برای بالا بردن کیفیت مطالعه‌ی این گروه، به انجام این پژوهش همت گمارم.

اهداف پژوهش:

هدف کلی: ایجاد انگیزه در اعضا برای امانت و مطالعه کتاب.

اهداف جزئی:

- ۵ افزایش علاقه مندی اعضا به فعالیت‌های مرکز.
- ۵ افزایش اعتماد به نفس.
- ۵ افزایش دایره واژگانی اعضا.
- ۵ افزایش قدرت و فن بیان اعضا پسر.
- ۵ هدفمند کردن اعضا برای مطالعه کتاب.
- ۵ رغبت اعضا برای شرکت در کلاسهای کتاب محور.
- ۵ افزایش دقت و تمرکز.
- ۵ آشنایی با کاربرد کتاب‌ها در زمینه‌های علمی، فرهنگی و هنری.

سوالات اقدام پژوهی:

۱. چرا اعضای پسر نونهال علاقه‌ای به امانت گرفتن کتاب ندارند؟
۲. آیا در فرصت سه ماه تابستان می‌توانم به هدف خود برسم؟
۳. ارائه‌ی کدام فعالیت‌ها می‌تواند اعضا را به امانت بیشتر کتاب و مطالعه ترغیب کند؟
۴. کدام شیوه‌ی ارائه‌ی فعالیت در درگیر نمودن اعضا به فعالیت مطالعه بیشترین تأثیر را دارد؟
۵. چرا اعضای پسر نونهال با وجود امانت کتاب، آن‌ها را نمی‌خوانند؟

گروه مورد مطالعه

گروه مورد مطالعه در این اقدام پژوهی هشت نفر از اعضای پسر نونهال مرکز کتالم و سادات شهر می‌باشد.

مشاهده

ابزار گردآوری

o استفاده از نرم افزار کتابداری.

o انتخاب نمونه مورد مطالعه.

o مصاحبه با اعضا و مربیان.

از وظایف مربی فرهنگی، امانت کتاب به اعضاست. طی یک سال که در سمت مربی فرهنگی به اعضا کتاب امانت داده‌ام، متوجه شدم که اعضای پسر نسبت به امانت کتاب تمایل کمتری دارند و با این که با تشویق‌های همکاران مرکز کتاب امانت می‌برند، اما کتاب‌ها را نخوانده برمی‌گردانند و صرفاً به این خاطر که تعداد امانت کتابشان بالا برود، پنج تا از آن‌ها را به خانه برده و یکی دو تا را خوانده و باقی را نخوانده باز می‌گردانند. زمانی به این مطلب پی بردم که هنگام بازگرداندن کتاب، به‌طور غیرمستقیم موضوع کتاب را از آن‌ها جویا می‌شدم؛ مثلاً می‌گفتم: «وای چه کتاب قشنگی، آیا موضوعش هم مثل جلدش قشنگ هست؟ به‌ظرت این کتاب را بخوانم خوب است؟»

در مقابل چنین پرسش مشتاقانه‌ای، بعضی همان لحظه کتاب را باز می‌کردند تا مطلبی دستگیرشان شود و برایم توضیح دهند. بعضی هم صادقانه می‌گفتند که نخوانده‌اند و تعداد معدودی هم کتاب‌ها را خوانده بودند و برایم توضیح می‌دادند.

در ضمن، هنگام امانت کتاب متوجه شدم که به‌جز تعداد انگشت‌شماری از پسرها که خودشان به‌طور مشتاقانه به سمت کتاب رفته و تعدادی را امانت می‌گیرند، اکثر پسرها با تشویق و یادآوری مربیان به سمت قفسه‌ها رفته و کتاب امانت می‌گیرند. گزارش آماری نرم‌افزار اطلاعات نسبتاً خوبی در اختیار من قرار داد، اما واقعیت چیز دیگری را نشان می‌داد.

به این ترتیب بر آن شدم تا علت را ابتدا از خود بچه‌ها جویا شوم و مصاحبه‌ای با آن‌ها داشته باشم. بچه‌هایی را که برای این پژوهش برگزیدم، هشت نفر از اعضای پسر نونهال مرکز بودند که به‌صورت فعال و پیوسته در مرکز حضور داشتند. بنده به این دلیل که در دو مرکز مشغول به کار هستم و پسرها هم سه روز هفته به کانون می‌آیند و بازه‌ی زمانی‌ای که اقدام پژوهی حاضر را شروع کردم فصل تابستان بود، تنها یک هفته پسرهای مرکز را می‌دیدم و فرصت این را داشتم تا آن‌ها را به کلاس برده و به

بر مهارت‌های اجتماعی کودکان به‌طور کلی و در ابعاد همکاری، همدلی، خویشتن‌داری و ابراز وجود مؤثر بوده و بین میزان تأثیر این جلسات بر مهارت‌های اجتماعی دختران و پسران تفاوت معناداری وجود نداشته است (جمعی از نویسندگان).

o در مقاله‌ی پژوهشی دیگری با عنوان «بررسی تأثیر فعالیت‌های ترویج کتابخوانی اعضای کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در افزایش میزان انگیزه‌ی مطالعه» که توسط «حمید قاضی‌زاده» و «روشنک ایلانلو» به نگارش درآمده است، نوع پژوهش در این تحقیق کاربردی و روش آن پیمایشی می‌باشد. برای گردآوری داده‌ها از پرسش‌نامه‌ی استاندارد در دو بخش (سؤالات تخصصی فعالیت‌های ترویج کتابخوانی و سؤالات استاندارد انگیزه‌ی مطالعه‌ی MRQ) استفاده شده است. جامعه‌ی تحقیق ۴۰۰ نفر از نوجوانان ۲۰ کتابخانه‌ی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان شهر تهران است که در این مراکز عضو بودند. یافته‌های حاصل از این پژوهش حاکی از آن است که از میان ۱۱ فعالیت ترویج کتابخوانی، فعالیت معرفی کتاب با کسب رتبه‌ی ۵۵/۴ بیشترین تأثیر را در علاقه‌مندی اعضای نوجوان به مطالعه و فعالیت کارگاه داستان با کسب رتبه‌ی ۷۵/۲ کمترین نقش را در علاقه‌مندی اعضای نوجوان به کتابخوانی ایفا کرده‌اند. به این نتیجه رسیده‌اند که با توجه به این که برنامه‌های موجود در زمینه‌ی فعالیت‌های ترویج کتابخوانی برای اعضای نوجوان کم‌رنگ است، لذا داشتن شیوه‌های نوین و به‌کارگیری ماهرانه‌ی فنون کتابخوانی توسط مربیان و کارشناسان محترم می‌تواند گام مؤثری در نهادینه‌کردن علاقه به مطالعه در کودکان و نوجوانان داشته باشد (قاضی‌زاده و ایلانلو، ۱۳۹۶).

گردآوری اطلاعات (شواهد ۱)

در این پژوهش ابتدا علل بی‌علاقگی اعضای پسر نونهال به امانت و مطالعه کتاب در مرکز فرهنگی و هنری کتالم و ساداتشهر مورد بررسی قرار گرفت؛ به همین منظور با اعضا و مربیان مرکز مصاحبه شد و با مشاهده‌ی داده‌های آماری سیستم نرم افزاری کتابداری به تجزیه و تحلیل و شناسایی عوامل مؤثر بر مسئله، راه‌حل‌های مناسب پیش‌بینی و انتخاب شد.

تحقیق خودم ادامه دهم.

مراجعه به نرم افزار کتابداری

با مراجعه به نرم افزار کتابداری و جستجو در آن و گزارش گرفتن از امانت عضو متوجه شدم که این اعضا در هر جلسه حضور خود، تعداد پنج جلد کتاب را امانت می‌برند و از لحاظ کمی مشکلی وجود نداشت؛ اما طی گفتگویی که هنگام امانت و برگشت کتاب با اعضا داشتم پی بردم که آن‌ها کتابهای امانت گرفته شده را اغلب نمی‌خوانند.

– سنجش اعضا در کلاس به جهت کیفیت روان خوانی در گام نخست اعضا را به کلاس بردم و با هم یک کتاب را که مناسب سنشان بود، روخوانی کردیم. اعضا از نظر روان خوانی کتاب در سطح متوسط و خوب بودند؛ بنابراین دلیل بی‌علاقگی‌شان را با مصاحبه و پرسش و پاسخ مستقیم در جلسه‌ای دیگر ادامه دادم.

– مصاحبه با اعضا

در گام دوم مصاحبه‌ای با اعضا ترتیب دادم با این سوالات:

۵ آیا کتابهایی را که امانت می‌گیرید می‌خوانید؟

۵ به چه دلیل همه‌ی کتابهای امانت گرفته شده را نمی‌خوانید؟

۵ به نظر شما تعداد کتابهایی که امانت می‌گیرید زیاد است و دوست دارید تعداد کتابهای کمتری به امانت ببرید؟

۵ دوست دارید چه کتابهایی و با چه موضوعاتی بخوانید؟

۵ آیا موضوعات مورد علاقه‌تان را در کتابهایی که امانت می‌برید، یافته‌اید؟

بعد از گفتگو با اعضا به این نتایج رسیدم:

نکته‌ی جالب اینجا بود که همه‌ی این بچه‌ها بلااستثنا روخوانی کتابشان در حد متوسط و خوب بود و هنگام روخوانی کتاب هم هیچ مشکلی برای خواندن نداشتند. طی پرسش و پاسخی که با اعضا داشتم متوجه شدم که بچه‌ها موضوعات مورد علاقه‌شان را در کتابها نمی‌یابند یا اگر هم وجود دارد محدود بوده و همه‌ی کتابهای موجود و متناسب با موضوع مورد نظر خود را خوانده‌اند. موضوعات مورد علاقه از نظر پسرهای نونهال مرکز کتالم و ساداتشهر بدین ترتیب بود:

۵ کتابهای هیجانی و ترسناک.

۵ کتابهای معمایی و طنز.

۵ کتابهای کم حجم.

۵ کتابهای ادبی و شعر.

۵ کتابهای علمی.

بنابراین دلایل نداشتن علاقه به کتابهای کانون به این ترتیب بود:

۵ زیاد بودن تعداد امانت کتاب در هر جلسه.

۵ نبود یا کمبود کتابهای مورد علاقه.

۵ کاربردی نبودن کتابها برای اعضا.

۵ رفتن به کلاس‌های متعدد مثل باشگاه و کلاس زبان و کمبود وقت برای مطالعه.

۵ به یک جا نشستن و مطالعه و تفکر علاقه ندارند و بیشتر دوست دارند فعالیت‌های بدنی انجام دهند.

– گفتگو با همکاران مرکز

طی گفتگویی که با همکاران فرهنگی مرکز داشتم. آنان نیز از وضعیت علاقه‌مندی اعضا نسبت به کتاب و امانت کتاب راضی نبودند. اعضا نسبت به فعالیت کتابمحور مثل قصه‌گویی و بحث و نقد کتاب گرایش نداشتند.

انتخاب راه حل های پیشنهادی و اجرای آن:

با توجه به موارد بالا مشاهده می‌شود که همه‌نوع سلیقه‌ای برای خواندن کتاب در اعضا وجود دارد؛ بنابراین با کمی تشویق و به روش‌های مختلف و خلاقانه می‌توان اعضا را ترغیب به مطالعه کرد و آن هم هدفمند کردن مطالعه بود. اعضا اگر متوجه شوند که مطالعه چه کاربردهایی برایشان خواهد داشت و فواید مطالعه چگونه در موقعیت‌های مختلف خود را نشان می‌دهد، قطعاً به کتابها رجوع کرده و حتی شده به تعداد معدود کتابها را به امانت می‌برند. از آنجایی که سلیق مختلف بود و بچه‌ها به موضوعات متفاوتی علاقه‌مند بودند، تصمیم گرفتم طرح معرفی کتاب را برای شروع در کلاس اجرا کنم.

کنفرانس کتابی:

به این ترتیب که در هر جلسه دو عضو، داوطلبانه یکی از کتابهایی را که در طول هفته خوانده بودند، کنفرانس می‌دادند. یک نفر عکاس می‌شد و بقیه هم می‌بایستی در انتها سؤال‌هایی از فرد کنفرانس‌دهنده می‌پرسیدند. سه جلسه این طرح انجام شد و به این ترتیب بچه‌ها کتابهای مورد توجه خود را با دوستان‌شان به اشتراک گذاشتند.

یک کتاب، یک پادکست:

در این طرح قرار بر این شد که چند نفر داوطلب شوند و کتاب مورد علاقه‌ی خود را در کنار مادر یا پدر خود بخوانند و ضبط کنند تا بتوانیم با آن پادکست درست کنیم و در شبکه‌های مجازی به اشتراک بگذاریم. تفاوت این طرح با طرح کنفرانس کتاب این بود که به خواسته‌ی بچه‌ها کتاب را خودم انتخاب می‌کردم و به آن‌ها می‌دادم. به نظر می‌رسد این طرح آن قدر برایشان جذاب بوده که بهانه‌ی موضوع کتاب را کنار گذاشتند و بنا به سلیقه‌ی من کتاب‌خوانی کردند. قبل از این که اعضا به منزل بروند، در کلاس کمی روخوانی کتاب را تمرین می‌کردیم و من هنگام روخوانی اعضا صدای‌شان را ضبط می‌کردم و سپس با هم صداها را گوش داده و از لحاظ تند و ناواضح خواندن نقد و بررسی می‌کردیم. شنیدن صدای هر عضو برایش خیلی جالب بود و اعضای بعدی تشویق می‌شدند تا کتاب‌های خود را با دقت و احساس بیشتری قرائت کنند. کتاب‌کارت:

سومین فعالیتی که برای تشویق اعضای پسر برای امانت و خواندن کتاب اجرا کردم، طرح معرفی کتاب با عنوان «کتاب‌کارت» بود. به این ترتیب که بچه‌ها کتاب‌های مورد علاقه‌ی خود را به کلاس آورده و بخش‌هایی از آن را می‌خواندند و در فیش‌هایی یادداشت می‌کردند؛ در جلسات بعد، با توجه به محتوای کتاب یا تصاویر آن، کارت‌پستالی درست کرده و متن برگزیده‌ی کتاب را در کارت‌پستال می‌نوشتند. در جلسه‌ی پایانی این طرح، نمایشگاهی از کار بچه‌ها در مرکز برپا شد و ضمن دعوت از اولیا و سایر بچه‌ها، کارت‌پستال‌ها با هدف معرفی کتاب به بازدیدکننده‌ها هدیه می‌شد. قبل از اهدای کارت‌ها، اعضای مورد نظر در حضور اولیا و بچه‌ها متن‌های برگزیده‌ی نوشته‌شده در کارت‌پستال‌ها را خوانده و کتاب را معرفی می‌کردند. خواندن در حضور دیگران و احساس دیده شدن، علاوه بر تقویت اعتمادبه‌نفس و تمرکز برای دقیق و شمرده خواندن، به اعضا شوق خواندن‌های مکرر می‌داد و تمایل داشتند که همچنان به این کار ادامه دهند. سینما کتاب:

طرحی که در ادامه قصد اجرای آن را دارم، نمایش فیلم و انیمیشن است. به این ترتیب که در کنار معرفی یک کتاب و نویسنده‌ی آن، فیلم یا انیمیشنی

که از روی کتاب ساخته شده را برای اعضا پخش خواهیم کرد. این طرح به دلیل ضیق وقت تنها یک بار اجرا شد و بچه‌ها علاقه‌ی خوبی به این کار نشان دادند؛ اما به نتیجه‌ی قابل مشاهده که آیا عضو راغب به امانت‌گیری و خواندن همان کتاب می‌شود یا نه، نرسیدم و امیدوارم که بتوانم این طرح را ادامه داده و به نتایج مطلوب دست یابم.

ارزیابی طرح‌های اجرا شده (شواهد ۲):

اعضا نسبت به طرح کنفرانس کتاب و بحث و نقد کتاب احتمالاً به دلیل تکراری بودن پاسخ و علاقه، قابل قبول از خود نشان ندادند؛ اما نسبت به طرح کارت‌پستال کتابی، تولید پادکست و نمایش فیلم تمایل بیشتری از خود نشان دادند. آنچه در انتهای پژوهش به آن دست یافتم این بود که همه‌نوع سلیقه‌ای در بین اعضای نونهال پسر برای مطالعه کتاب موجود است و اگر کتابی مورد توجه پسر نونهال قرار بگیرد، با علاقه و حتی بارها آن را می‌خواند و مربی و والدین در ایجاد این علاقه نقش بسزایی دارند و می‌توانند عادت خوب مطالعه را در او نهادینه و ثابت کنند؛ در صورتی که با او هنگام مطالعه کتاب همراه شوند، درست مانند کودکی که در بدو راه رفتن نیاز دارد کسی دست او را بگیرد و او را ترغیب به راه رفتن نماید؛ سپس هنگامی که راه رفتن ملکه‌ی ذهنش شود، دیگر به حمایت والدین نیاز نخواهد داشت و راه رفتن برایش یک عادت خواهد شد. پسران نونهال نیز در صورت متعدد و متنوع بودن موضوعات کتاب‌ها، مطالعه کتاب را به طور خودجوش و مشتاقانه انجام می‌دهند.

بنابراین لازم است تعداد کتاب‌ها با موضوعات مختلف در کتابخانه‌های کانون به اندازه‌ی قابل توجه موجود باشد تا عضو بتواند به راحتی آن را در قفسه‌های کتابخانه یافته و مورد مطالعه قرار دهد.

نتیجه‌گیری

هدف اصلی این پژوهش بررسی علل بی‌علاقه بودن اعضای نونهال پسر مرکز فرهنگی هنری کنالم و ساداتشهر نسبت به امانت و مطالعه‌ی کتاب و ارائه‌ی راهکار برای ایجاد انگیزه و علاقه‌ی اعضای نونهال پسر به این فعالیت در این مرکز است. در این تحقیق، تقویت انگیزه از طریق فعالیت معرفی کتاب

کارت پستال و برپایی نمایشگاه



پادکست کتاب



در قالب‌های مختلف، از جمله «ارائه کنفرانس»، «بحث و نقد کتاب»، «تولید پادکست»، «درست کردن کارت پستال و ایجاد نمایشگاه» و «پخش فیلم و انیمیشن ساخته شده بر اساس کتاب‌های کانونی» صورت گرفته است.

این اقدام‌پژوهی از آن جهت که به بررسی عوامل افزایش انگیزه و علاقه به فعالیت کتابخوانی و امانت کتاب اعضای نونهال پسر می‌پردازد، حائز اهمیت و ضرورت است؛ چرا که قشر فعال از اعضای مرکز را پسران نونهال تشکیل می‌دهند و با وجود اینکه در کتابخانه عضو می‌شوند، امانت کتاب و مطالعه‌ی کتاب برایشان در اولویت نیست. متأسفانه طی چند سال اخیر، انگیزه‌ی مطالعه‌ی کتاب به دلیل روی آوردن کودکان و نوجوانان به فضای مجازی و بازی‌های رایانه‌ای به شدت کاهش یافته است.

برای رفع این مسئله، در کنار خانواده به‌عنوان کوچک‌ترین و در عین حال مهم‌ترین واحد اجتماعی، کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، مدرسه و کتابخانه‌های عمومی نقش بسیار مهم و مؤثری را بر عهده دارند.

پیوست

عکس سینما کتاب



کنفرانس کتاب



منبع

- آقایی فاطمه، اهمیت مطالعه برای کودکان و نوجوانان، سومین کنفرانس دانش و فناوری روانشناسی، علوم تربیتی و جامعه‌شناسی ایران، ۱۳۹۸
- سمیرا طهماسبی آشتیانی، زویا آبام و منصور تاجداران، کتابداری و اطلاع‌رسانی، جلد ۱۷ نویسندگان، شماره ۳
- قاضی زاده، حمید و روشنگر ایلانلو، فصلنامه مدیریت اطلاعات و دانش‌شناسی، سال چهارم، شماره ۲، تابستان ۱۳۹۶، (۹۸-۹۱)
- قاسمی پویا، راهنمای پژوهش در عمل، انتشارات پژوهشکده تعلیم و تربیت، چاپ دوم، ۱۳۸۱
- والسا کوشای، ترجمه مهدی نامداری پژمان، اقدام پژوهی، پژوهشی در جهت بهبود عملکرد، پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش، ۱۳۹۰
- مک نیف، جین، پاملا لوماکس، جک وایتهد، ترجمه محمدرضا آهنجیان، انتشارات رشد، چاپ چهارم، ۱۳۸۲
- محدثی، جواد، روش‌ها، نشر معرف، چاپ شانزدهم، ۱۳۸۹

تأثیر فشار همسالان بر رفتار و رشد روانی - اجتماعی نوجوانان

پژوهشگر: مارال شاهمرادی مقدم؛ ۱۵ ساله، مرکز فرهنگی هنری رامسر

رتبه نخست هفدهمین جشنواره پژوهش کانون استان مازندران در بخش پژوهش اعضای نوجوان

مربی راهنما: فاطمه نعمتی سارخانلو



بیان مسئله

من مارال هستم و اهداف بزرگ و مهمی برای خودم دارم. برای رسیدن به این اهداف، باید دقیق و هوشمندانه انتخاب کنم و مسیرم را به درستی طراحی کنم. به نظر من، نوجوانان در جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنیم، مشابه دنیای بزرگسالان، دارای قوانینی هستند که به صورت نانوشته وجود دارند. افرادی که در رأس این جامعه قرار دارند، کسانی هستند که از نظر دیگران به نوعی «خاص» یا «شاخص» به شمار می‌آیند و نقش رهبری را در زمینه‌های مختلف ایفا می‌کنند.

هدف من در زندگی ارتباط نزدیکی با همین جامعه‌ی نوجوانان دارد؛ زیرا من روزانه برنامه‌های مختلفی، چه اجباری و چه انتخابی، دارم. به مدرسه می‌روم، به باشگاه می‌روم و در کلاس‌های آموزشی شرکت می‌کنم و در واقع بخش عمده‌ای از وقت خود را در این جامعه می‌گذرانم. مهم‌تر از همه، در حال رشد کردن در همین جامعه هستم. خانم نعمتی می‌گوید: آدم‌ها لوکیشن‌هایی هستند که در آن‌ها قرار می‌گیرند، غذایی هستند که می‌خورند و موسیقی‌ای هستند که گوش می‌دهند. این جمله برای من اهمیت زیادی دارد؛ زیرا می‌خواهم درک کنم که فشار همسالان اطرافم تا چه اندازه بر من تأثیر می‌گذارد. لازم است بتوانم تشخیص دهم که این فشارها مثبت هستند یا منفی و این که آیا اساساً من به این گروه‌ها یا این جامعه تعلق دارم یا نه.

در بررسی نظریه‌ی یادگیری اجتماعی بندورا، یادگیری از طریق مشاهده و تقلید صورت می‌گیرد و در این میان، تعامل میان ویژگی‌های فرد، محیط و رفتار اهمیت زیادی دارد. بر اساس نظر بندورا، یادگیری فرد از طریق مشاهده انجام می‌شود. اگر آنچه یاد می‌گیریم از سوی دیگران تقویت شود، آن را به عملکرد تبدیل می‌کنیم؛ برای مثال، رفتاری را که مورد پذیرش دیگران است، می‌آموزیم. در غیر این صورت، اگر یادگیری‌های ما تقویت نشوند، به عملکرد تبدیل نخواهند شد (بندورا، ۱۹۷۷).

با نگاهی به نظریه‌های مختلف و تأثیری که از دوستان، باشگاه و محیط‌های دیگر داشته‌ام، به نظر می‌رسد که برای آینده، در کنار همه‌ی آنچه نوشته‌ام و برای آن برنامه‌ریزی می‌کنم، باید به دوستان و همسالانم نیز بیندیشم. هدف‌های من مشخص است و برای رسیدن به آن‌ها مسیر خود را انتخاب می‌کنم، اما این مسیر ارتباط زیادی با دوستانم و جامعه‌ی نوجوانان دارد. بنابراین، برای هدفمند بودن، لازم است دقت کنم که در چه گروهی از نوجوانان قرار می‌گیرم و چه انتخاب‌هایی انجام می‌دهم.

از نظر بندورا، مراحل یادگیری مشاهده‌ای در گروه همسالان از طریق توجه به رفتارها، به یادسپاری آن‌ها، بازنمایی رفتارها به صورت عمل و انگیزه‌ی تقویت شکل می‌گیرد. دوستان کانونی من، با وجود این که از مدارس و محله‌های مختلف هستند، در بسیاری از زمینه‌ها شباهت زیادی به من دارند؛ اما در موضوع مدرسه و تصمیمی که گرفتم تا در ابتدای پایه‌ی هشتم آن را ترک کنم، تفاوت‌هایی وجود دارد. در آن دوره، من دچار شوک و افسردگی شده بودم. شوک سال گذشته و کارگاه کانون که به شناخت مسئله‌ی من در زندگی‌ام منجر شد، دلیل اصلی انتخاب این موضوع برای پژوهشم است. در این مرحله، چنانچه رفتارهای کودک یا نوجوان از سوی والدین تقویت شود، آن رفتارها مجدداً تکرار خواهند شد.

همان‌طور که خانم نعمتی می‌گوید: «آدم‌ها غذایی هستند که می‌خورند و آهنگی هستند که گوش می‌دهند». بنابراین، من و همسالانم باید دقت کنیم که در چه گروه‌هایی از دوستان قرار می‌گیریم و این گروه‌ها چه تأثیراتی بر ما می‌گذارند؛ چرا که همگی در حال ساختن آینده‌ی خود هستیم. این موضوع تأثیر بسیار زیادی بر مسیر زندگی و آینده‌ی من خواهد داشت. در نهایت، یک نوجوان در طول روز در کلاس‌ها و محیط‌های مختلفی حضور دارد و ناگزیر است انتخاب کند که زمان خود را چگونه سپری کند. برای من، که مارال هستم، اهمیت دارد که بفهمم ارتباطاتم با جامعه‌ی اطرافم چه تأثیری بر زندگی‌ام دارد؛ زیرا همین ارتباطات می‌توانند به من جهت بدهند و مرا به مسیری هدایت کنند که در پی آن هستم. بنابراین، لازم است مراقب باشم با چه افرادی ارتباط برقرار می‌کنم و این ارتباط‌ها چه تأثیری بر من می‌گذارند.

از آن‌جا که نوجوانان در این دوره‌ی زندگی در حال شکل‌گیری هویت و شخصیت خود هستند، بسیار مهم است که بدانیم محیط اطراف آن‌ها، به‌ویژه همسالان، تا چه اندازه می‌تواند بر رفتارهایشان تأثیرگذار باشد. فشار همسالان ممکن است موجب شود یک نوجوان تصمیم‌های نادرستی بگیرد که پیامدهای آن حتی در آینده‌ی او نیز تأثیرگذار باشد.

اگر بتوانیم به درستی دریابیم که فشار همسالان چه تأثیراتی بر نوجوانان می‌گذارد، می‌توانیم به خانواده‌ها و مدارس کمک کنیم تا از این فشارها جلوگیری کنند یا دست‌کم میزان آن را کاهش دهند. این آگاهی می‌تواند به نوجوانان کمک کند تا انتخاب‌های بهتری داشته باشند و از رفتارهای پرخطر دوری کنند.

در نهایت، این پژوهش برای من اهمیت زیادی دارد؛ زیرا می‌خواهم بدانم چگونه می‌توان نوجوانان را آگاه کرد و به آن‌ها کمک نمود تا در این دوران حساس بتوانند بهتر با فشار همسالان در زمینه‌هایی مانند اعتیاد، ارتباط با جنس مخالف، چالش‌های گروه همسالان و فشارهای اجتماعی مرتبط با آزادی نوجوانان کنار بیایند. در این پژوهش، به صورت کلی به بررسی فشار همسالان پرداخته می‌شود. در صورت افزایش آگاهی در این زمینه، می‌توان راهکارهایی ارائه داد که نه تنها از بروز آسیب‌های اجتماعی پیشگیری کند، بلکه به نوجوانان کمک کند تا شیوه‌های سالم‌تری برای برقراری ارتباط با یکدیگر بیابند.

اهداف پژوهش

افزایش تشخیص و آگاهی نسبت به فشارهای مثبت و منفی همسالان بر نوجوانان

افزایش آشنایی با راهکارهای کاهش تأثیر منفی همسالان بر نوجوانان

تقویت ارتباط با والدین و معلمان به منظور مشورت و مشارکت در کاهش تأثیر فشار منفی همسالان

فرضیه‌های پژوهش

فشار همسالان می‌تواند تأثیر مثبت یا منفی بر حال و آینده‌ی نوجوانان داشته باشد.

فشار همسالان با میزان ایجاد آرامش یا استرس در روابط نوجوانان با یکدیگر مرتبط است.

بین‌الگوپرداری از سبک زندگی همسالان برای جلب توجه گروه دوستان و فعالیت در شبکه‌های مجازی ارتباط وجود دارد.

نوجوانانی که از عزت‌نفس و اعتماد به نفس پایینی برخوردارند، بیشتر تسلیم فشار همسالان می‌شوند.

نوجوانانی که از گروه‌های دوستی مثبت طرد می‌شوند، بیشتر تحت تأثیر فشار همسالان قرار می‌گیرند.

نوجوانانی که با مشکلات خانوادگی و آسیب‌های اجتماعی مواجه‌اند، بیشتر در معرض فشار همسالان قرار دارند.

نوجوانانی که محبت و توجه کافی و صحیح دریافت نمی‌کنند، آسیب‌پذیرتر هستند.

فشار همسالان شامل رفتارهای استرس‌زا از سوی همسالان، مانند تهدید، تمسخر، برچسب‌زنی و آتو گرفتن است.

فشار همسالان به مجموعه‌ای از قوانین نانوشته‌ی حاکم بر روابط همسالان گفته می‌شود که بر نوجوان اعمال می‌گردد.

روش تحقیق

روش تحقیق حاضر از نوع توصیفی – همبستگی است. این پژوهش از گفت‌وگوها، چالش‌ها و مشکلات دوران نوجوانی من‌آغاز شد و سپس با مطالعه‌ی کتاب‌ها و منابع اینترنتی ادامه یافت. با این حال، برای بسیاری از بخش‌های پژوهش و مطالبی که نگاشته می‌شود، همچنان با دوستان کانونی و اعضای

خانواده گفت‌وگو و تبادل نظر صورت می‌گیرد. از این رو می‌توان این پژوهش را توصیفی و میدانی دانست.

پیشینه‌ی تحقیق

مطالعات متعددی در زمینه‌ی نقش همسالان انجام شده است. پژوهش‌های استینبرگ (Steinberg, ۲۰۱۴) و براون (Brown, ۲۰۱۶) نشان داده‌اند که همسالان یکی از قوی‌ترین عوامل اجتماعی‌سازی در دوران نوجوانی هستند. در ایران نیز پژوهش‌هایی توسط رضایی (۱۳۹۸) و احمدی (۱۴۰۰) انجام شده است که نتایج مشابهی را گزارش کرده‌اند؛ به این معنا که فشار گروه همسالان، در کنار نظارت والدین، نقش تعیین‌کننده‌ای در مسیر رشد اجتماعی نوجوانان دارد.

در مقاله‌ی «بسترهای زمینه‌ساز خویش‌ن‌داری و مقاومت نوجوانان در برابر فشار همسالان» اثر حدیث الهامی و همکاران (۱۳۹۸)، عوامل مؤثر بر خویش‌ن‌داری نوجوانان و مقاومت آن‌ها در برابر فشار همسالان در ارتباط با جنس مخالف در قالب عوامل علی، عوامل زمینه‌ای، شرایط تسهیل‌گر و مداخله‌گر، راهبردهای مقاومت و پیامدها طبقه‌بندی شده است. مفهوم هسته‌ای به‌دست‌آمده از تحلیل یافته‌ها نشان می‌دهد که رابطه‌ی ایمن با والدین و تکیه بر آن‌ها در ارضای نیازها، موجب تقویت خویش‌ن‌داری نوجوانان و افزایش مصونیت آنان در برابر فشار همسالان می‌شود. بر این اساس، توصیه می‌شود علاوه بر آموزش مهارت‌های خودمراقبتی به نوجوانان، آموزش‌های لازم در زمینه‌ی تحکیم پیوندهای عاطفی با نوجوانان و ایجاد فضای امن روانی در خانواده به والدین ارائه شود.

نتایج پژوهش «تأثیر روابط اجتماعی بر بروز رفتارهای پرخطر نوجوانان شهر بجنورد» توسط مریم رحمانی و همکاران (۱۳۹۵) نشان می‌دهد که در بعد ساختاری رابطه‌ی اجتماعی، شبکه‌ی روابط نوجوان با خویشاوندان بلافصل تأثیر منفی و معنادار و شبکه‌ی دوستان و همسایگان تأثیر مثبت و معناداری بر رفتارهای پرخطر نوجوانان دارد، در حالی که شبکه‌ی خویشاوندان گسترده تأثیر معناداری نشان نمی‌دهد. همچنین در بعد کارکردی، عزت‌نفس تأثیر منفی و معناداری بر رفتارهای پرخطر نوجوانان دارد، اما مقیاس کلی حمایت اجتماعی تأثیر معناداری نشان نمی‌دهد. با این حال، دو زیرمقیاس «اطمینان از ارزش» و «احساس پیوند قابل اعتماد» دارای تأثیر منفی و معنادار بر رفتارهای پرخطر نوجوانان هستند. مدل معادلات ساختاری استخراج‌شده از مدل نظری پژوهش، از اعتبار مناسبی برای بررسی تأثیر روابط اجتماعی بر بروز رفتارهای پرخطر برخوردار است.

در همین پژوهش آمده است که با توجه به پژوهش‌های انجام‌شده، بروز رفتارهای پرخطر در ایران رو به افزایش است. قاضی‌نژاد و ساوالان‌پور (۱۳۸۷)، محمدخانی (۱۳۹۰) و سراج‌زاده و فیضی (۱۳۸۶) بر افزایش مصرف مواد مخدر در میان نوجوانان و جوانان تأکید کرده‌اند. آزاد ارمکی و شریفی‌ساعی (۱۳۹۰) و همچنین آزاد ارمکی و همکاران (۱۳۹۰) افزایش روابط جنسی پیش از ازدواج در ایران را گزارش داده‌اند. باریکانی (۱۳۸۷) سن شروع مصرف سیگار را ۱۴ سالگی و سن شروع نوشیدن الکل را ۱۷ سالگی گزارش کرده است. محمدی و همکاران (۱۳۸۲) میانگین سنی نخستین تماس جنسی را ۱۴ سالگی اعلام کرده‌اند و ۷/۲۷ درصد از نوجوانان مورد مطالعه‌ی آنان سابقه‌ی تماس جنسی داشته‌اند. همچنین سلیمانی‌نیا و همکاران (۱۳۸۴) شیوع رفتارهای پرخطر را در میان پاسخ‌گویان ۷/۴۴ درصد گزارش کرده‌اند. وجود چنین آمارهایی در جامعه نگران‌کننده به نظر می‌رسد و با توجه به جمعیت بالای نوجوانان در کشور،

ضرورت انجام پژوهش‌های بیشتر را نمایان می‌سازد.

شاید در این پژوهش، با توجه به اقتضای سنم، نتوانم به‌صورت مستقیم به همه‌ی این موارد بپردازم، اما بسیاری از آن‌ها را در محیط همسالان، مدرسه و مهمانی‌ها مشاهده می‌کنم؛ مسائلی که گاهی درباره‌ی آن‌ها با مربی کانون، خواهرم که پزشک است، یا مادرم که وکیل است، گفت‌وگو می‌کنیم.

مبانی نظری

نوجوانی چیست؟

نوجوانی اغلب به دوره‌ای میان کودکی و بزرگسالی گفته می‌شود که تقریباً محدوده‌ی سنی ۱۳ تا ۱۹ سال را در بر می‌گیرد. البته باید توجه داشت که این محدوده تقریبی است؛ زیرا طبق مطالعات انجام شده، سن دوره‌ی نوجوانی طی حدود ۱۵۰ سال گذشته، به میزان ۴ سال و ۸ ماه افزایش یافته است. به عبارت دیگر، هنگامی که فرد توانایی درک و انجام وظایف بزرگسالانه را پیدا می‌کند، دیگر نوجوان محسوب نمی‌شود و عملاً دوره‌ی نوجوانی پایان می‌یابد.

نوجوانی مرحله‌ای بسیار مهم در زندگی هر فرد است. هرچند همه‌ی دوره‌های زندگی اهمیت دارند، اما این دوره با سایر مراحل تفاوت دارد؛ زیرا تغییرات ناگهانی و عمیقی در رفتار و نگرش نوجوان ایجاد می‌کند. این دوره با ویژگی‌هایی همراه است که آن را از سایر مراحل زندگی متمایز می‌سازد؛ از جمله رشد جسمی سریع و ظهور نشانه‌های بلوغ. همچنین در زمینه‌ی رشد فکری، نوجوان در این دوره بیشتر می‌اندیشد و پرسش‌های عمیق‌تری مطرح می‌کند و تمایل دارد دلیل هر پدیده‌ای را بداند.

در دیدگاه زیستی اوایل قرن بیستم، نظریه‌پردازان عمده، نوجوانی را با عنوان «دوره‌ی طوفان و استرس» توصیف کرده‌اند. یکی از تأثیرگذارترین نظریه‌پردازان این حوزه، جی. استانلی هال بود که دیدگاه‌های خود را بر نظریه‌ی تکامل داروین استوار ساخت. هال (۱۹۰۴) نوجوانی را دوره‌ای پرآشوب توصیف کرد که به مرحله‌ای از تحول انسان شباهت دارد که در آن، انسان‌ها از موجوداتی وحشی به موجوداتی متمدن تبدیل شدند (برک، ۲۰۰۷؛ ترجمه‌ی سیدمحمدی، ۱۳۸۷).

ژان پیاژه (Jean Piaget) معتقد بود نوجوانی زمان دستیابی به تفکر صوری (Formal Operations) است؛ یعنی نوجوان توانایی تفکر انتزاعی، منطقی و فرضی را به دست می‌آورد و دیگر تنها به امور عینی و ملموس نمی‌اندیشد. در این دوره، تغییرات احساسی نیز شدت می‌یابد و احساسات نوجوان قوی‌تر می‌شود؛ به گونه‌ای که ممکن است زودتر دچار خشم یا شادی شود.

هویت‌یابی در نوجوانی فرایندی پیوسته از کشف و جست‌وجوی خویشتن است. اریک اریکسون (Erik Erikson)، که نوجوانی را مرحله‌ی پنجم رشد روانی-اجتماعی می‌داند، این دوره را «دوران بحران هویت» نام‌گذاری کرد. به اعتقاد او، نوجوان در این مرحله با پرسش‌هایی مانند «من کیستم؟» و «جایگاه من در جامعه کجاست؟» مواجه می‌شود. به گفته‌ی اریکسون، اگر نوجوان بتواند این مرحله را به‌درستی پشت سر بگذارد، به احساس هویت و ثبات شخصیتی دست می‌یابد؛ اما در صورت ناکامی، دچار

سر درگمی هویت خواهد شد. از ویژگی‌های بارز این دوره، استقلال‌طلبی است؛ نوجوان تمایل دارد تصمیم‌هایش را خود بگیرد و از دستورپذیری گریزان است.

نوجوانان دنیای خاص خود را دارند. در اوایل بلوغ، نوجوان ممکن است تصور کند که در مرکز جهان قرار دارد و همه چیز به وجود او وابسته است. این تصور که هم‌زمان با نشانه‌های بلوغ شکل می‌گیرد، پس از پایان بحران بلوغ به تدریج تغییر می‌کند و نوجوان به دنیای واقعیت عینی (Objective Reality) بازمی‌گردد.

میزان تغییر در نگرش و رفتار نوجوان با شدت تغییرات جسمانی او ارتباط مستقیم دارد. در اوایل نوجوانی، که تغییرات بدنی با سرعت بیشتری رخ می‌دهد، تغییرات نگرشی و رفتاری نیز با شتاب بیشتری پدید می‌آید؛ اما با کند شدن روند تغییرات جسمی، این تغییرات در نگرش و رفتار نیز تدریجی‌تر می‌شود.

هرچند هر مرحله‌ی سنی مسائل خاص خود را دارد، اما مسائل نوجوانان اغلب به گونه‌ای است که حل آن‌ها برای خود نوجوان دشوار است. این امر دو دلیل اصلی دارد: نخست آن که در دوره‌ی کودکی، مسائل معمولاً توسط والدین و معلمان حل می‌شود، در حالی که بسیاری از نوجوانان به دلیل کم‌تجربگی، به تنهایی قادر به حل مسائل خود نیستند.

فشار همسالان چیست؟

- «این همه درس خوندی، بیا بریم بیرون و کمی تفریح کنیم.»

- «تکنه مادرت اجازه نمی‌ده؟»

احتمالاً برای بسیاری از افراد پیش آمده است که به انجام کاری علاقه‌ای نداشته باشند یا آن کار برخلاف عقاید و باورهای شخصی آن‌ها باشد، اما برای هماهنگ شدن با موج همسالان، پذیرفته شدن در یک گروه یا کسب تشویق و تأیید دیگران، ناچار به انجام آن شوند.

فشار همسالان (Peer Pressure) به نفوذی گفته می‌شود که افراد یک گروه اجتماعی بر فرد اعمال می‌کنند. این پدیده در دوره‌ی نوجوانی، به دلیل تمایل طبیعی نوجوان به پذیرفته شدن و تعلق داشتن به گروه‌های دوستی، اهمیت ویژه‌ای پیدا می‌کند. نوجوان در این دوره، گاه بیش از افکار و باورهای شخصی خود، به نظر همسالانش اهمیت می‌دهد. به همین دلیل، همسالان می‌توانند نوجوان را به انجام رفتارهایی وادارند که در خارج از گروه دوستی حاضر به انجام آن‌ها نیست. در چنین شرایطی، نوجوان ممکن است حتی خطرات موجود را نادیده بگیرد و آن‌ها را به صورت نوعی پاداش تلقی کند.

در برخی موارد، تأثیر گروه هم‌سن و سال تا جایی پیش می‌رود که طرز رفتار، شیوه‌ی صحبت کردن و حتی نوع پوشش نوجوان را نیز تعیین می‌کند. البته میزان و انگیزه‌ی این تأثیر در افراد مختلف متفاوت است.

در تعریفی دیگر، فشار همسالان به مجموعه‌ای از تأثیرات اجتماعی و روان‌شناختی گفته می‌شود که افراد هم‌سن و سال یا گروه‌های مشابه بر رفتار و تصمیم‌گیری یکدیگر اعمال می‌کنند. همسالان لزوماً دوستان نزدیک نیستند، بلکه می‌توانند افرادی با شرایط مشابه مانند سن، توانایی‌ها و موقعیت اجتماعی مشترک باشند. بسیاری از افراد تصور می‌کنند عضویت در یک گروه دوستی و تسلیم شدن در برابر فشار آن، موجب احساس بهتر فرد نسبت به خود می‌شود؛ در حالی که در واقعیت، این امر می‌تواند باعث ایجاد احساس نارضایتی درونی، کاهش عزت‌نفس و احساس خیانت به باورها و ارزش‌های شخصی شود.

تأثیر فشار همسالان بر نوجوانان

فشار همسالان به معنای تأثیر تصمیم‌ها یا رفتارهای یک دوست یا گروهی از دوستان بر نوجوان است، خواه این تأثیر مثبت باشد یا منفی. به بیان دیگر، فشار همسالان زمانی رخ می‌دهد که گروهی از دوستان از نوجوان انتظار دارند رفتاری را انجام دهد، حتی اگر خود او تمایلی به آن نداشته باشد. این فشار می‌تواند منجر به شکل‌گیری عادات مثبت یا منفی در فرد شود.

روابط دوستانه و گروه‌های همسالان در دوران نوجوانی، به دلیل نیاز اجتماعی نوجوان به برقراری ارتباطات سالم و سازنده، نقش مهمی در شکل‌گیری شخصیت او دارند. نوجوانان معمولاً برای دوستی و همراهی با همسالان خود اهمیت زیادی قائل‌اند و از تعامل با آن‌ها لذت می‌برند. این گروه‌ها محیطی ایجاد می‌کنند که تأثیرات عمیقی بر رفتار و نگرش نوجوان می‌گذارد.

دوستی‌ها و کشش‌های گروهی در این دوره چنان قوی است که نوعی فرهنگ خاص میان نوجوانان شکل می‌گیرد که از آن با عنوان «فرهنگ نوجوانی» یاد می‌شود. از جمله ویژگی‌های این فرهنگ می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- پایبندی کمتر به ارزش‌های سنتی
- رازداری میان اعضای گروه
- بی‌توجهی به طبقه‌ی اجتماعی
- داشتن معیارهای خاص برای برقراری ارتباط
- استفاده از زبان و اصطلاحات ویژه
- احساس فشار برای تبعیت از سایر اعضای گروه

در این دوره، شخصیت اجتماعی نوجوان در حال شکل‌گیری است و دوستی با همسالان نقش مهمی در اجتماعی شدن او ایفا می‌کند. هنگامی که نوجوان دوستانی می‌یابد که به آن‌ها اعتماد دارد، تمام تلاش خود را برای حفظ و تقویت این روابط به کار می‌گیرد. در نتیجه، بیش از پیش تحت تأثیر تصمیم‌ها و رفتارهای دوستانش قرار می‌گیرد.

فشار گروه همسالان گاهی آن‌چنان قوی است که نوجوان را به اتخاذ تصمیم‌های نادرست سوق

می‌دهد؛ برای مثال، ممکن است به سمت رفتارهای پرخطر مانند دوستی‌های ناسالم یا مصرف مواد مخدر کشیده شود. پژوهش‌ها نشان داده‌اند نوجوانانی که بیشتر در معرض فشار گروه همسالان قرار دارند، تمایل بیشتری به انجام رفتارهای پرخطر از خود نشان می‌دهند. در این میان، محیط خانواده و شیوه‌های تربیتی نقش مهمی در میزان تأثیرپذیری نوجوان ایفا می‌کند.

در دوران نوجوانی، گروه دوستی قدرت زیادی دارد و تأثیر آن می‌تواند مسیر زندگی نوجوان را تغییر دهد. دوستان در این سن به‌عنوان همسالان و هم‌دلان، نقش پررنگی در شکل‌گیری رفتار، نگرش و تصمیم‌گیری نوجوانان دارند. آن‌ها به نوجوان کمک می‌کنند تا هویت خود را شکل دهد و مهارت‌های اجتماعی‌اش را تقویت کند. این روابط می‌توانند به شکل‌گیری ارزش‌ها و باورهای نوجوان نیز منجر شوند؛ زیرا نوجوانان به‌طور مداوم رفتار دوستان خود را مشاهده کرده و از آن‌ها الگوبرداری می‌کنند.

گروه‌های همسالان نقش‌ها و کارکردهای متعددی دارند که از جمله‌ی آن‌ها می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- ایفای نقش جایگزین خانواده
- منبع احترام و افزایش اعتمادبه‌نفس
- ایجاد ثبات در دوره‌های تغییر
- محافظت در برابر فشار بزرگسالان
- تعیین الگوهای رفتاری
- تسهیل انجام فعالیت‌های گروهی
- ایفای نقش در رشد اخلاقی و عقلانی

در برخی موارد، گروه‌های همسالان حتی نقش والدین را برای نوجوان ایفا کرده و چارچوب‌هایی رفتاری برای او تعیین می‌کنند. گاهی نیز در برابر والدین از نوجوان حمایت می‌کنند. میزان تأثیر این گروه‌ها به حدی است که شیوه‌ی صحبت کردن، نوع پوشش و رفتارهای روزمره‌ی نوجوان می‌تواند به شدت تحت تأثیر دوستانش قرار گیرد. در برخی مواقع، این تأثیر چنان پررنگ می‌شود که نوجوان در تقابل با خانواده قرار می‌گیرد و حتی موجب بروز تعارض و خشم در والدین می‌شود.

انواع فشار همسالان بر نوجوان چیست؟

فشار همسالان در دوران نوجوانی یکی از مهم‌ترین عواملی است که می‌تواند به تغییر رفتارها، تصمیمات و حتی باورهای یک فرد منجر شود. نوجوانان در این سن به شدت تحت تأثیر گروه‌های همسال خود قرار دارند. این فشار ممکن است مثبت یا منفی باشد، اما در هر صورت بر رفتار و شخصیت نوجوان تأثیر عمیقی می‌گذارد. فشار همسالان می‌تواند به شکل‌های مختلفی از جمله فشار کلامی، غیرکلامی، رفتاری و حتی از طریق تطبیق‌سازی با هنجارهای گروهی ظاهر شود.

فشار همسالان می‌تواند به دو دسته کلی تقسیم شود: فشار کلامی و فشار غیرکلامی. هرکدام از این انواع می‌توانند تأثیرات مختلفی بر رفتار نوجوان بگذارند.

۱. فشار کلامی همسالان

فشار کلامی زمانی اتفاق می‌افتد که همسالان به صورت مستقیم از فرد می‌خواهند که کاری خاص انجام دهد یا چیزی را بپذیرد. این فشار معمولاً از طریق صحبت‌ها، درخواست‌ها یا حتی تهدیدها صورت می‌گیرد. فشار کلامی می‌تواند به شدت تأثیرگذار باشد چرا که پیام‌ها به طور واضح منتقل می‌شوند و ممکن است فرد تحت تأثیر قرار گیرد تا رفتار یا تصمیم خاصی را اتخاذ کند. فرض کنید یک نوجوان به نام مهران در جمع دوستانش است و یکی از دوستانش به او می‌گوید: «چرا مثل ما سیگار نمی‌کشی؟ همه اینجا این کار رو می‌کنیم و هیچ‌کس مشکلی نداره. اگر سیگار نکشی، تو هیچ چیز نمی‌فهمی!» این جمله یک نوع فشار کلامی است که مهران را به گونه‌ای تحت تأثیر قرار می‌دهد که ممکن است احساس کند اگر این کار را انجام ندهد، از گروه دوستانش جدا خواهد شد یا حتی ممکن است به طور ناخودآگاه احساس کند که کمتر از بقیه است. چنین فشارهایی می‌توانند بر رفتار نوجوان اثر عمیقی بگذارند و او را مجبور کنند که از اصول و باورهای خود دست بکشد.

فشار کلامی ممکن است به صورت‌های مختلفی مانند دعوت به انجام کاری خاص، تهدید به طرد شدن از گروه، یا حتی فریب‌های زبانی برای انجام رفتارهایی که فرد تمایلی به انجام آن‌ها ندارد، نمایان شود. در بسیاری از موارد، نوجوانان به دلیل ترس از طرد شدن یا از دست دادن پذیرش اجتماعی، ممکن است به این فشارها واکنش نشان دهند و رفتاری را که از آن‌ها خواسته می‌شود، انجام دهند.

۲. فشار غیرکلامی همسالان

فشار غیرکلامی از طریق رفتارهای غیرمستقیم مانند نگاه‌ها، زبان بدن و سایر نشانه‌های غیرکلامی اعمال می‌شود. در این نوع فشار، فرد مستقیماً چیزی به شما نمی‌گوید، اما به گونه‌ای رفتار می‌کند که شما را به انجام کاری خاص ترغیب می‌کند. این نوع فشار می‌تواند حتی از فشار کلامی نیز مؤثرتر باشد، چرا که نوجوان به صورت ناخودآگاه تحت تأثیر زبان بدن و رفتارهای دیگران قرار می‌گیرد. فرض کنید علی در مدرسه با گروهی از دوستانش نشسته است. یکی از اعضای گروه به طور ناخودآگاه و با نگاهی خاص به او نگاه می‌کند، در حالی که بقیه اعضای گروه شروع به خندیدن می‌کنند. علی به خوبی متوجه می‌شود که آن‌ها ممکن است از او بخواهند تا در یک فعالیت خاص شرکت کند، حتی اگر او تمایلی به انجام آن نداشته باشد. در اینجا، فشار غیرکلامی از سوی همسالان از طریق رفتارهایی مانند نگاه و زبان بدن اعمال شده است، بدون اینکه کسی مستقیماً چیزی بگوید.

این نوع فشار غیرکلامی، ممکن است به فرد احساس ناخوشایندی بدهد و او را وادار کند که برخلاف میل خود، به خواسته‌های گروه پاسخ دهد. زبان بدن می‌تواند به گونه‌ای باشد که فرد احساس کند که اگر کاری را انجام ندهد، از گروه بیرون خواهد ماند یا نادیده گرفته خواهد شد.

فشار همسالان: مثبت یا منفی؟

فشار همسالان می‌تواند به دو نوع مثبت و منفی تقسیم شود که هر کدام تأثیرات متفاوتی بر نوجوان دارند.

الف: فشار منفی همسالان

فشار منفی زمانی است که همسالان فرد را به انجام کارهای خطرناک یا آسیب‌زننده ترغیب می‌کنند. این نوع فشار ممکن است نوجوان را به سمت رفتارهایی مانند مصرف مواد مخدر، سیگار کشیدن، دزدی، یا حتی دست زدن به خشونت سوق دهد. در بسیاری از موارد، نوجوانان به دلیل ترس از طرد شدن یا نیاز به پذیرش اجتماعی، این رفتارها را انجام می‌دهند، حتی اگر خودشان تمایلی به انجام آن

نداشته باشند.

۱- پوشیدن لباس‌های خاص تنها برای جلب توجه همسالان: نوجوان ممکن است برای اینکه در گروه پذیرفته شود، لباس‌هایی بپوشد که مطابق با خواسته گروه باشد، حتی اگر خود او تمایلی به پوشیدن آن‌ها نداشته باشد.

۲- مصرف مواد مخدر یا الکل: نوجوانان ممکن است تحت فشار دوستان خود به سمت مصرف مواد مخدر یا نوشیدن الکل بروند، چرا که احساس می‌کنند باید در گروه پذیرفته شوند.

۳- رفتارهای پرخطر: گاهی اوقات دوستان ممکن است نوجوان را تشویق کنند تا کارهایی انجام دهد که خطرناک است، مانند رانندگی پرخطر، پرش از ارتفاعات یا دست زدن به فعالیت‌های مشابه.

این نوع فشار منفی می‌تواند بر تمام جنبه‌های زندگی نوجوان تأثیر بگذارد و حتی او را به سمت رفتارهای جنایی یا انتخاب‌های اشتباه سوق دهد که ممکن است عواقب جدی برای آینده‌اش داشته باشد.

ب: فشار مثبت همسالان

فشار مثبت همسالان زمانی است که نوجوانان تحت تأثیر رفتارهای مثبت همسالان خود قرار می‌گیرند و به سمت انجام کارهای مفید و سالم تشویق می‌شوند. این نوع فشار می‌تواند تأثیرات زیادی بر رشد فردی نوجوان داشته باشد و او را به سمت رفتارهای سازنده و مفید مانند تحصیل بهتر، ورزش کردن، یا مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی هدایت کند.

۱- تشویق به تحصیل بهتر: وقتی دوستان نوجوان به اهمیت تحصیل توجه دارند، این می‌تواند باعث شود که نوجوان به سمت مطالعه و تلاش بیشتر برای بهبود نمراتش حرکت کند.

۲- تشویق به ورزش و فعالیت بدنی: اگر همسالان به فعالیت‌های ورزشی اهمیت بدهند، نوجوان ممکن است تحت تأثیر این فشار قرار گیرد و به سمت ورزش و سبک زندگی سالم‌تر برود.

۳- خودداری از مصرف الکل یا سیگار: در مواقعی که دوستان نوجوان به پرهیز از مواد مخدر و الکل اهمیت می‌دهند، نوجوان ممکن است تحت تأثیر قرار گیرد و خود را از این رفتارهای پرخطر دور نگه دارد.

این نوع فشار می‌تواند به نوجوانان انگیزه دهد تا رفتارهای مثبت و سازنده‌ای از خود نشان دهند و حتی در فعالیت‌های گروهی مشارکت کنند که به رشد شخصی و اجتماعی آن‌ها کمک کند.

فشار همسالان در دوره نوجوانی یکی از چالش‌های مهم است که می‌تواند بر رفتار و تصمیمات فرد تأثیرات زیادی بگذارد. نوجوانان به دلیل تمایل به پذیرش در گروه‌های همسال خود، گاهی ممکن است تحت فشار قرار بگیرند تا رفتارهایی را انجام دهند که ممکن است با باورها و اصولشان مغایرت داشته باشد. این فشار می‌تواند مثبت یا منفی باشد. فشار مثبت می‌تواند موجب تقویت رفتارهای سالم و مفید شود، در حالی که فشار منفی می‌تواند نوجوانان را به سمت رفتارهای خطرناک و آسیب‌زا سوق دهد. برای مقابله با فشار همسالان، نوجوانان نیاز دارند که توانایی تصمیم‌گیری مستقل و تفکر انتقادی را تقویت کنند تا بتوانند در برابر فشارهای بیرونی مقاومت کنند و مسیر درست را انتخاب کنند.

تشخیص فشار مثبت و منفی همسالان

گاهی اوقات برای فرد سخت است که تشخیص دهد آنچه از او خواسته می‌شود درست است یا نادرست. این مسئله به‌ویژه برای نوجوانان پیچیده است، چرا که آن‌ها قادر به پیش‌بینی نتایج بلندمدت یک تصمیم نیستند. نوجوان باید آموزش ببیند که چگونه با فشار همسالان مواجه شود تا بتواند از اثرات

مثبت آن بهره‌برداری کند و اثرات منفی را کاهش دهد. اما سوال اینجاست که با وجود مرز بسیار باریک بین فشارهای مثبت و منفی، چگونه می‌توان تشخیص داد که کدام فشار مفید است و کدام مضر؟

علائم فشار مثبت

برای تشخیص مرز بین فشار مثبت و منفی، نوجوان باید یاد بگیرد که در موقعیت‌های مختلف، سوالاتی از خود پرسد تا بفهمد کدام رفتار برای او مناسب است. سوالاتی که نوجوان باید برای شناسایی فشار مثبت از خود پرسد عبارتند از:

✘ آیا انجام این کار باعث شکل‌گیری عادت‌های خوب در زندگی من می‌شود و به سلامتی جسمی و روحی من کمک می‌کند؟

✘ آیا نتیجه این عمل مثبت و مفید خواهد بود؟

✘ آیا انجام این کار به من احساس خوبی می‌دهد و باعث تقویت عزت نفس و اصول شخصی‌ام می‌شود؟

علائم فشار منفی

فشار منفی معمولاً با احساسات منفی، نگرانی و حتی گناه همراه است. نوجوان می‌تواند با پرسیدن برخی سوالات از خود، متوجه شود که تحت فشار منفی قرار گرفته است یا خیر. سوالاتی که نوجوان باید برای شناسایی فشار منفی از خود پرسد عبارتند از:

✘ آیا من در مورد پذیرش این پیشنهاد تردید کرده‌ام و حس می‌کنم که انجام آن نادرست است؟

✘ آیا انجام این کار باعث می‌شود احساس بدی داشته باشم، عزت نفس من آسیب ببیند و احساس گناه یا شک در من ایجاد شود؟

✘ آیا این عمل به گونه‌ای است که باید آن را از دیگران مخفی کنم یا در خفا انجام دهم؟

گفتن این که «با گروه‌های نامناسب ارتباط نداشته باش» به‌نظر رویکرد ساده‌ای برای مقابله با فشار همسالان است، اما در واقع این مشکل همیشه به همین سادگی نیست! هدف شما باید این باشد که به خودتان کمک کنید توانایی تعیین مرزهای شخصی، اتخاذ تصمیم برای انتخاب بهترین دوستان و چگونگی طراحی راه حل را داشته باشید.

راهکارهای کنترل فشار منفی همسالان چیست؟

فشار همسالان می‌تواند در همه‌جا باشد؛ از مدرسه گرفته تا مهمانی‌ها، حتی در شبکه‌های اجتماعی. این فشار می‌تواند شامل رفتارهای پرخطر مثل مصرف دخانیات یا مواد مخدر، انجام کارهای غیرقانونی یا حتی کارهایی که برخلاف ارزش‌هایمان است، باشد. اما ما به عنوان نوجوان، چطور می‌توانیم از این فشارها جان سالم به در ببریم و خودمان را از آن‌ها دور کنیم؟ در اینجا چند راهکار برای مقابله با فشار همسالان آورده‌ام که می‌تواند به من و شما کمک کند تا در شرایط دشوار بهتر تصمیم بگیریم.

اعتماد به نفس داشته باش!

یکی از بزرگ‌ترین ابزارهایی که می‌تواند در برابر فشار همسالان به ما کمک کند، اعتماد به نفس است. وقتی که به خودمان باور داریم و می‌دانیم چه می‌خواهیم، دیگر لازم نیست که برای پذیرش در گروهی خاص یا انجام کاری که با ارزش‌های ما هماهنگ نیست، تسلیم شویم. با تقویت اعتماد به نفس، ما می‌توانیم به راحتی "نه" بگوییم بدون اینکه احساس گناه کنیم یا تحت فشار قرار بگیریم.

۲. دوستان درست را انتخاب کن

اگر گروه دوستان شما فشار زیادی به شما می‌آورند که رفتارهایی انجام بدهید که با شخصیت یا

اعتقاداتتان سازگار نیست، شاید وقت آن باشد که بیشتر به انتخاب‌های خود توجه کنید. تلاش کنید با افرادی معاشرت کنید که ارزش‌ها و باورهای مشابه به شما دارند. در چنین گروه‌هایی، دیگر نیازی به مقابله با فشار همسالان نخواهید داشت، چون هدف‌ها و خواسته‌های شما معمولاً با هم هماهنگ هستند.

۳. برای خودت مرز تعیین کن

بسیاری از نوجوانان به‌ویژه در دوران دبیرستان، از ترس اینکه روابط دوستانه‌شان را از دست بدهند، حاضر می‌شوند فشار همسالان را تحمل کنند. در این مواقع، مهم است که یاد بگیریم مرزهای خودمان را بشناسیم و قاطعانه از آن‌ها دفاع کنیم. اگر می‌دانید که کاری که از شما خواسته می‌شود برای شما مناسب نیست، به راحتی و با احترام می‌توانید آن را رد کنید. مهم است که این نه گفتن به‌گونه‌ای باشد که دیگر جایی برای بحث باقی نماند.

۴. برای تصمیم‌گیری به خودت اعتماد کن

اگر همیشه تصمیمات را به والدین یا اطرافیان می‌سپارید، احتمال اینکه تحت فشار همسالان قرار بگیرید بیشتر است. چون شما یاد نگرفته‌اید که به تنهایی تصمیم بگیرید و پیامدهای آن را بپذیرید. برای اینکه در برابر فشار همسالان مقاوم‌تر شوید، باید مهارت‌های تصمیم‌گیری خود را تقویت کنید. این مهارت‌ها را می‌توان با تمرین و تجربه به‌دست آورد.

۵. عواقب کارها را بسنج

هر انتخابی که می‌کنیم، پیامدهایی دارد. زمانی که تحت فشار قرار می‌گیرید، باید کمی صبر کنید و به عواقب آن فکر کنید. برای مثال، اگر دوستانتان از شما می‌خواهند که کاری خلاف قانون یا ارزش‌هایتان انجام دهید، به یاد داشته باشید که این کار می‌تواند برای شما یا دیگران مشکلات جدی ایجاد کند. با توجه به این عواقب، انتخاب بهتری خواهید داشت.

۶. نه گفتن را یاد بگیر

در شرایطی که احساس می‌کنید تحت فشار قرار دارید، باید بتوانید به راحتی نه بگویید. «نه» گفتن فقط به معنای رد کردن یک درخواست نیست، بلکه به معنای احترام گذاشتن به خودتان و باورهایتان است. به یاد داشته باشید که اگر دوستانتان از شما ناراحت شدند، این ناراحتی موقتی است و در نهایت شما باید تصمیماتی بگیرید که به نفع شماست.

۷. از بزرگ‌ترها کمک بگیر

در مواقعی که فشار همسالان به حدی می‌رسد که نمی‌توانید آن را تحمل کنید، هیچ اشکالی ندارد که از یک بزرگ‌تر کمک بگیرید. اگر احساس می‌کنید که در شرایط سختی قرار دارید و نمی‌توانید از زیر فشار بیرون بیایید، از یک معلم، مشاور یا حتی یکی از اعضای خانواده درخواست مشورت کنید. این کمک می‌تواند به شما احساس امنیت بدهد و راه‌حلی برای مقابله با مشکلاتتان پیدا کنید.

۸. یک بهانه پیدا کن

اگر در موقعیتی قرار گرفتید که نمی‌توانید به راحتی نه بگویید، یک بهانه بیابید. مثلاً می‌توانید بگویید که باید به خانه برگردید چون جلسه خانوادگی دارید، یا قول داده‌اید که با شخص دیگری باشید. بهانه آوردن به شما این امکان را می‌دهد که از موقعیت خارج شوید بدون اینکه لازم باشد با دوستانتان دچار برخورد شوید.

۹. با خود روراست باش

یکی از مهم‌ترین نکات این است که همیشه با خود روراست باشید. ارزش‌ها و اعتقادات خود را

بشناسید و بدانید که چه چیزهایی برای شما مهم است. اگر نسبت به خودتان آگاهی داشته باشید، کمتر در معرض فشار همسالان قرار خواهید گرفت. هیچ وقت برای اینکه بخواهید شبیه دیگران شوید، از عقاید خود دست نکشید.

۱۰. برای فشار همسالان آماده باش

گاهی اوقات، فشار همسالان به طور ناگهانی وارد می شود. بنابراین بهتر است از قبل برای مقابله با آن آماده باشید. فکر کنید که اگر دوباره با چنین وضعیتی روبه رو شدید، چگونه واکنش نشان خواهید داد. داشتن یک برنامه پیش دستی می تواند کمک کند تا در لحظه تصمیمات بهتری بگیرید.

فشار مثبت همسالان بر نوجوانان می تواند یکی از چالش های مهمی باشد که این دوران به همراه دارد. نوجوانان در سنین حساس به طور طبیعی به دنبال تعلق به گروه های اجتماعی و ایجاد ارتباط با دیگران هستند. این میل به پذیرفته شدن توسط دوستان، ممکن است باعث شود که فشار همسالان به آن ها وارد شود، حتی زمانی که نمی خواهند وارد فعالیت های خاصی شوند یا به انتخاب های گروهی اعتراض کنند.

- راهکار های افزایش فشار مثبت همسالان چیست؟

شما نمی توانید فرد موفقی شوید وقتی دوستان نا امید و تنبلی دارید و برعکس اگر خودتان فرد تنبل و ناامیدی هستید با داشتن دوستان موفق، حتماً رشد خواهید کرد.

در این شرایط، فشار همسالان معمولاً در قالب های مختلف مانند همراهی با گروه برای انجام کارهایی که از نظر فرد ممکن است نادرست یا غیر مناسب باشد، یا احساس نیاز به تطابق با توقعات و رفتارهای گروه شکل می گیرد. این نوع فشار می تواند بر تصمیم گیری، سبک زندگی، انتخاب های اجتماعی و حتی در نظر گرفتن دوستان تاثیر بگذارد.

برای مقابله با فشار مثبت همسالان، نوجوانان باید استقلال فکری خود را تقویت کنند و توانایی «نه گفتن» و مقاومت در برابر فشارهای گروهی را یاد بگیرند. در ادامه، تعدادی راهکار برای مقابله با این نوع فشار ذکر می شود:

(۱) تقویت اعتماد به نفس و خودآگاهی

مهم ترین راه برای مقابله با فشار همسالان این است که نوجوان به خود و باورهایش اعتماد داشته باشد. اگر نوجوان از خودآگاهی کافی برخوردار باشد و «بداند که چه چیزی برایش مهم است» و «چه چیزهایی را نمی خواهد»، می تواند بهتر در برابر فشارهای گروهی مقاومت کند.

(۲) یادگیری گفتن «نه» به طور مؤثر

نوجوانان باید یاد بگیرند که چگونه به درخواست های گروه یا دوستان «نه» بگویند. این نه گفتن باید بدون احساس گناه و اضطراب باشد. می توانند از جملاتی مانند «این کار برای من مناسب نیست» یا «من این کارو نمی کنم» استفاده کنند.

(۳) حمایت از دوستان مثبت و همفکر

برای نوجوانان مهم است که دوستانی پیدا کنند که از نظر ارزشی به آن ها نزدیک تر باشند و بتوانند در مواقع فشار همسالان از آن ها حمایت دریافت کنند. «انتخاب دوستان درست» می تواند به تقویت اعتماد به نفس و ایجاد روابط سالم تر کمک کند.

(مشاوره و گفتگو با بزرگترها

نوجوانان باید بدانند که همیشه می‌توانند با خانواده یا معلمان خود صحبت کنند. صحبت با یک فرد بزرگتر یا کسی که تجربه بیشتری دارد می‌تواند در زمان‌های دشوار راهگشا باشد و به نوجوان کمک کند تا دید بهتری نسبت به موقعیت پیدا کند.

(۵) انتخاب فعالیت‌های متنوع و مثبت

پیوستن به گروه‌های اجتماعی یا فعالیت‌های گروهی که باعث رشد و بهبود شخصیت نوجوان می‌شود، می‌تواند از فشارهای منفی همسالان جلوگیری کند. برای مثال، شرکت در فعالیت‌های ورزشی، هنری یا داوطلبانه می‌تواند به نوجوانان کمک کند تا با افرادی آشنا شوند که ارزش‌ها و علایق مشابهی دارند.

(۶) درک تفاوت‌های فردی و احترامی که باید به آن‌ها گذاشته شود

یکی از نکات مهم این است که نوجوانان باید یاد بگیرند که هر فردی دارای ویژگی‌ها و انتخاب‌های شخصی خاص خود است. هیچ‌کس نباید مجبور شود تا فقط به خاطر خواسته‌های دیگران، رفتار خود را تغییر دهد.

(۷) ارزش‌گذاری به خود و علایق شخصی

نوجوانان باید به خود و علایق خود احترام بگذارند. وقتی فردی خود را دوست داشته باشد و از علایق خود حمایت کند، فشارهای اجتماعی کمتر روی او تاثیر می‌گذارد.

(۸) پذیرش عدم توافق با گروه

ممکن است نوجوانان در مواقعی نتوانند با تمامی نظرات گروه موافق باشند. این کاملاً طبیعی است که فردی دیدگاه متفاوتی نسبت به دیگران داشته باشد. نوجوانان باید یاد بگیرند که بی‌پرده و بی‌هیچ ترسی نظرات خود را بیان کنند و از درگیری‌های بی‌جا دوری کنند.

(۹) تعادل در روابط اجتماعی

روابط باید متعادل باشند و نوجوانان باید یاد بگیرند که چطور زمان خود را میان دوستان، خانواده و علایق فردی تقسیم کنند. این تعادل باعث می‌شود که فشارها بر نوجوان کم شود و بتواند با آرامش بیشتری تصمیم بگیرد.

(۱۰) ایجاد مهارت‌های ارتباطی قوی

مهارت‌های ارتباطی صحیح به نوجوانان کمک می‌کند تا بهتر بتوانند با دوستان خود درباره احساسات و خواسته‌هایشان صحبت کنند. این مهارت‌ها همچنین به آن‌ها کمک می‌کند که در مقابل فشار همسالان بهتر ایستادگی کنند و اعتماد به نفس خود را حفظ کنند.

به طور خلاصه، فشار مثبت همسالان در دوران نوجوانی می‌تواند به چالش‌های بزرگ تبدیل شود، اما با داشتن استقلال فکری، اعتماد به نفس، دوستان مناسب و حمایت‌های خانوادگی و اجتماعی، نوجوانان می‌توانند با این فشارها مقابله کنند و روابط سالم‌تری بسازند.

مقاومت در برابر فشار همسالان برای هر نوجوانی می‌تواند چالش‌برانگیز باشد. اما با تقویت اعتماد به نفس، انتخاب دوستان درست، و یادگیری مهارت‌های تصمیم‌گیری، می‌توانیم خود را از این فشارها رها کنیم. در نهایت، مهم است که به ارزش‌ها و باورهای خود پایبند باشیم و در هر شرایطی تصمیمات خود را با دقت و آگاهی اتخاذ کنیم.

چه کسانی بیشتر تحت تأثیر فشار همسالان قرار می‌گیرند؟

افرادی که بیشتر از بقیه تحت تأثیر فشار همسالان قرار می‌گیرند، معمولاً ویژگی‌هایی دارند که باعث

۱. اعتماد به نفس پایین

وقتی کسی به خودش و توانایی‌هایش اعتماد ندارد، بیشتر در معرض خطر قرار دارد. مثلاً ممکن است اگر گروه دوستانش از او بخواهند که کاری را انجام دهد، برای اینکه تایید یا پذیرش آن‌ها را به دست بیاورد، مجبور شود رفتارش را تغییر دهد. برای این افراد، اینکه در چشم دیگران خوب به نظر برسند، خیلی مهم است. این افراد معمولاً وقتی چیزی از دست می‌دهند (مثل پذیرش از سوی دوستان) احساس بی‌ارزشی می‌کنند، بنابراین می‌خواهند هر کاری بکنند تا در گروه دوستان خود باقی بمانند.

۲. نیاز شدید به پذیرش اجتماعی

نوجوانانی که به شدت نیاز دارند در گروه‌ها و جمع‌های مختلف پذیرفته شوند، بیشتر از دیگران تحت تأثیر فشار همسالان قرار می‌گیرند. این افراد ممکن است هر کاری انجام دهند تا عضو گروه‌های محبوب یا پرنفوذ باشند، حتی اگر این کارها برخلاف ارزش‌های شخصی‌شان باشد. برای این افراد، مهم‌ترین چیز در زندگی، تعلق داشتن به گروه‌ها و جلب نظر مثبت دیگران است. این نیاز به پذیرش می‌تواند باعث شود که افراد کاری کنند که در اصل خودشان با آن راحت نیستند.

۳. ناتوانی در گفتن «نه»

برخی از نوجوانان نمی‌توانند به راحتی به دیگران بگویند «نه». این افراد ممکن است در مواقعی که گروه از آن‌ها خواسته‌ای دارند، نتوانند مخالفت کنند یا از تصمیماتشان دفاع کنند. در این صورت، بیشتر تحت تأثیر قرار می‌گیرند. این مشکل ممکن است از ترس طرد شدن یا نگرانی از دست دادن دوستی‌ها باشد. این افراد نمی‌خواهند در چشم دیگران بد به نظر برسند و همین موضوع باعث می‌شود که نتوانند در برابر فشارهای گروهی مقاومت کنند.

۴. دوران نوجوانی و بلوغ

در دوران نوجوانی، فرد هنوز در حال کشف هویت خودش است و معمولاً نمی‌داند که چه چیزی برایش درست یا غلط است. به همین دلیل، تمایل زیادی به هم‌سطح شدن با دیگران و پذیرفته شدن در گروه‌های مختلف دارد. در این دوران، ممکن است تصمیمات افراد بیشتر تحت تأثیر دیگران قرار بگیرد تا ارزش‌ها یا اصول شخصی‌شان. در این سن، فرد هنوز در حال شکل‌دهی به شخصیت خودش است و نیاز به تایید دیگران برای احساس هویت و ارزش دارد. این می‌تواند موجب شود که حتی تصمیمات اشتباهی بگیرد، چون نمی‌خواهد از گروه خود جدا شود.

۵. افراد تنها یا منزوی

نوجوانانی که به هر دلیلی احساس تنهایی می‌کنند یا در جمع دوستان خود جایی ندارند، بیشتر تحت تأثیر فشار همسالان قرار می‌گیرند. آن‌ها ممکن است برای اینکه به گروهی تعلق داشته باشند، هرکاری انجام دهند، حتی اگر این کارها برخلاف تمایلات یا اخلاقیات خودشان باشد. این افراد ممکن است از اینکه از گروهی طرد شوند، ترس داشته باشند. به همین دلیل، سعی می‌کنند هر طور که شده، خود را به گروه تحمیل کنند تا احساس تعلق و امنیت بیشتری پیدا کنند.

۶. وابستگی عاطفی شدید به دوستان

وقتی کسی خیلی به گروه یا دوستانش وابسته است و نمی‌خواهد این روابط را از دست بدهد، بیشتر تحت تأثیر فشار همسالان قرار می‌گیرد. در این مواقع، حتی اگر خواسته‌های گروه به ضرر خودش باشد، برای حفظ رابطه با دوستانش می‌پذیرد. این وابستگی می‌تواند منجر به رفتارهایی بشود که فرد به طور طبیعی از آن‌ها اجتناب می‌کند، زیرا برای او حفظ روابط عاطفی با دوستان مهم‌تر از هر چیز دیگری است.

نقش والدین و مربیان در کاهش فشار همسالان

فشار همسالان می‌تواند تأثیرات زیادی بر رفتار، انتخاب‌ها و نگرش‌های نوجوانا بگذارد. در این میان، والدین و معلمان نقش تعیین‌کننده‌ای در هدایت نوجوانان دارند. از طریق حمایت‌های مؤثر و راهنمایی‌های دقیق، این دو گروه می‌توانند به نوجوانان کمک کنند تا فشارهای اجتماعی را به‌درستی مدیریت کنند و خودشان را از تأثیرات منفی آن‌ها حفظ نمایند.

والدین معمولاً اولین افرادی هستند که با نوجوانان در ارتباطند و تأثیر زیادی بر شکل‌گیری شخصیت و تصمیم‌گیری‌های آنان دارند. وقتی رابطه والدین و فرزند بر پایه اعتماد و احترام متقابل باشد، نوجوان احساس می‌کند می‌تواند به راحتی مشکلات خود را با والدین در میان بگذارد و از حمایت آن‌ها برخوردار شود. این نوع ارتباط باز و صمیمی کمک می‌کند که نوجوانان در مواجهه با فشار همسالان، احساس ناامنی و اضطراب نداشته باشند. والدین باید به فرزندان خود مهارت‌های لازم برای ایستادگی در برابر فشار گروهی را بیاموزند. اگر والدین بتوانند به نوجوانان یاد بدهند که چگونه از اصول و ارزش‌های شخصی خود دفاع کنند و به جای تأثیرپذیری از دیگران، تصمیمات خود را بر اساس تفکر منطقی و مستقل بگیرند، نوجوانان در مواجهه با فشارهای اجتماعی مقاوم‌تر خواهند بود.

نقش معلمان در هدایت نوجوانان

معلمان نیز در دوره نوجوانی تأثیر زیادی بر رشد شخصیت و تصمیم‌گیری نوجوانان دارند. محیط مدرسه یکی از مهم‌ترین فضاهایی است که نوجوانان تحت تأثیر فشار همسالان قرار می‌گیرند. معلمان می‌توانند با ایجاد فضایی حمایتی و امن در کلاس، کمک کنند تا دانش‌آموزان احساس کنند که از پشتیبانی برخوردارند و می‌توانند بدون ترس از قضاوت شدن، مشکلات و دغدغه‌های خود را بیان کنند. علاوه بر این، معلمان می‌توانند مهارت‌های اجتماعی، ارتباطی و تصمیم‌گیری را به دانش‌آموزان آموزش دهند. این مهارت‌ها به نوجوانان کمک می‌کند تا در برابر فشار همسالان، قدرت انتخاب صحیح داشته باشند و از پیروی کورکورانه از دیگران پرهیز کنند.

یکی از مهم‌ترین روش‌ها برای کاهش تأثیرات منفی فشار همسالان، همکاری مؤثر میان والدین و معلمان است. وقتی والدین و معلمان به‌طور مشترک بر تقویت مهارت‌های اجتماعی و تصمیم‌گیری نوجوانان کار کنند، می‌توانند به آن‌ها کمک کنند تا در برابر فشار گروهی استقامت بیشتری نشان دهند. این همکاری می‌تواند به نوجوانان این احساس را بدهد که در هر دو محیط خانه و مدرسه حمایت می‌شوند و این امر اعتماد به نفس آنان را افزایش می‌دهد.

والدین باید فضای امن و بدون قضاوتی برای فرزندان خود فراهم کنند تا آن‌ها بتوانند در مورد فشارهای اجتماعی و مشکلات خود صحبت کنند. حمایت عاطفی والدین و ارائه مشاوره‌های مؤثر می‌تواند به نوجوانان کمک کند تا از پس مشکلات اجتماعی برآیند و احساس امنیت و خودارزشی داشته باشند. همچنین، والدین با به اشتراک گذاشتن تجربیات خود و توضیح دادن اهمیت پایبندی به ارزش‌ها، می‌توانند اعتماد به نفس فرزندان را تقویت کرده و آن‌ها را در برابر فشار همسالان مقاوم کنند.

نقش مربیان و کارگاه‌های آموزشی در حمایت از نوجوانان

مربیان نیز می‌توانند از طریق برگزاری کارگاه‌های آموزشی مهارت‌های مختلفی مانند مدیریت استرس، ارتباطات مؤثر و تصمیم‌گیری را به نوجوانان آموزش دهند. این کارگاه‌ها به نوجوانان کمک می‌کند تا مهارت‌های لازم برای مقابله با فشار همسالان را بیاموزند و در موقعیت‌های مختلف اجتماعی، انتخاب

بهتری داشته باشند. همچنین، مربیان می‌توانند با شناسایی نشانه‌های فشار همسالان، حمایت‌های لازم را به دانش‌آموزان ارائه دهند و از آسیب‌های احتمالی آن جلوگیری کنند.

ارتباطات مثبت میان والدین، مربیان و نوجوانان

برقراری ارتباطات مثبت میان والدین، مربیان و نوجوانان می‌تواند تأثیر بسزایی در کاهش فشار همسالان داشته باشد. این ارتباطات باید بر پایه اعتماد، احترام و درک متقابل باشد. وقتی والدین و مربیان به طور فعال به صحبت‌های نوجوانان گوش می‌دهند و دغدغه‌های آن‌ها را جدی می‌گیرند، نوجوانان احساس می‌کنند که از حمایت عاطفی کافی برخوردارند و این امر موجب می‌شود که در برابر فشارهای اجتماعی ایستادگی کنند.

در نهایت، والدین و معلمان با همکاری و تعامل مؤثر می‌توانند نقش بسزایی در کاهش تأثیرات منفی فشار همسالان بر نوجوانان ایفا کنند. این حمایت‌ها و راهنمایی‌ها به نوجوانان کمک می‌کند تا با اعتماد به نفس و آگاهی بیشتر با چالش‌های اجتماعی روبه‌رو شوند و تصمیمات صحیح‌تری اتخاذ کنند. نوجوانانی که از حمایت کافی برخوردارند و مهارت‌های لازم برای مقابله با فشار همسالان را آموخته‌اند، به راحتی می‌توانند مسیر زندگی خود را با اعتماد به نفس بیشتری پیدا کنند.

نتیجه‌گیری و پیشنهادها

نوجوانان آینده یک جامعه هستند. هر عاملی کم یا بیش می‌تواند آینده یک کشور را قوی یا ضعیف نماید. تأثیر همسالان بیشترین تأثیر بیرون خانواده بر نوجوانان است.

عامل اصلی بروز فشار منفی همسالان عدم روابط مهم با خانواده و همچنین ضعف در اعتماد به نفس و باورهای فرد نوجوان هست. از سویی خانواده مستحکم و نوجوانان آگاه بیشتر تحت تأثیر فشار مثبت همسالان قرار می‌گیرند. آنچه در کانون ما درباره توسعه فردی و نقش خودمان در جامعه یاد می‌گیریم از نظر بسیاری از نوجوانان همسال ما غیر ضروری یا سختگیرانه است. بیشتر همسالان ما پی دسترسی راحت به لذت و راحتی هستند.

پیشنهاد می‌گردد دانش‌آموزان بعد از شناسایی شخصیت قالب در شهرها، محلات یا مدارس در کارگاه‌های حال خوش زندگی کانون شرکت نمایند. در کانون بارها مشاهده کردم که مربیان از حضور روانشناسان در زمینه‌های مختلف برای ایجاد رفتارهای مناسب یا برای کاهش آسیب‌های مانند پرخاش و خشم و ... بهره می‌برند. آموزش‌هایی مانند مهارت «ته گفتن» و تصمیم‌گیری مستقل به نوجوانان در مدارس، تقویت ارتباط والدین و فرزندان برای کاهش تأثیر گروه‌های منفی، ایجاد گروه‌های دوستی مثبت در محیط‌های آموزشی و فرهنگی، برگزاری کارگاه‌های روان‌شناسی رشد و رفتار اجتماعی برای معلمان و مشاوران پیشنهاد می‌گردد.

محدودیت‌های پژوهش

متغیرهای فرهنگی و خانوادگی به دلیل محدودیت‌های سنی برای برخی موضوعات خاص در این پژوهش به صورت کامل بررسی نشدند.

منابع و مآخذ

- ✖ استنبرگ، لورنس. (۲۰۱۴). روان‌شناسی نوجوانی. ترجمه دکتر سیدمحمد موسوی. تهران: نشر رشد.
- براون، بی. (۲۰۱۶). دوستی و فشار همسالان در نوجوانی. نیویورک: انتشارات مک‌گرو هیل.
- باندورا، آلبرت، ماهر، فرهاد، (۱۳۷۲) نظریه یادگیری اجتماعی، راهگشا
- الهامی، حدیث، شریعتمدار، آسیه، جعفرزاده، دنیا، (۱۳۹۸) بسترهای زمینه ساز خویشتنداری و مقاومت نوجوانان در برابر فشار همسالان
- برک، لورل، سید محمدی، یحیی، (۱۴۰۳) روانشناسی رشد، ارسباران



عنوان طرح: آسمان شب ما

رقیه رضایی، مربی فرهنگی مرکز فرهنگی هنری ادبی نشتارود



همه چیز از یک مشاهده‌ی ساده شروع شد: بچه‌ها عاشق ستاره‌ها بودند، اما این علاقه معمولاً در کلاس می‌ماند و به خانه نمی‌رفت. از طرفی، خانواده‌ها هم به دنبال بهانه‌ای بودند برای باهم بودن آرام، بدون موبایل و شلوغی. شب‌هایی که آسمان صاف‌تر بود، وقتی بچه‌ها از ماه و ستاره سؤال می‌پرسیدند، این پرسش در ذهن من شکل گرفت:

چرا نجوم بهانه‌ای نباشد برای گفت‌وگوی خانواده‌ها؟ اینجا بود که ایده‌ی «نجوم: پلی میان کودک و خانواده» متولد شد. این طرح اهدافی را دنبال می‌کند.

اهداف اصلی

- تقویت ارتباط عاطفی کودک و خانواده
- ایجاد تجربه‌ی مشترک یادگیری در فضای غیررسمی
- کاهش اضطراب و تنش‌های روزمره از طریق تماشای آسمان
- آشنایی ساده و لذت‌بخش با مفاهیم نجومی

اهداف ویژه‌ی کانون

- فعال‌سازی نقش خانواده در برنامه‌های فرهنگی
- تبدیل مرکز به پایگاه تجربه‌های خانوادگی
- افزایش مشارکت داوطلبانه‌ی والدین

مخاطبان طرح

- کودکان ۹ تا ۱۴ سال
- والدین (پدر، مادر یا هر عضو فعال خانواده)

نقش‌ها:

- کودک: کاوش‌گر، پرسش‌گر و روایت‌گر
- خانواده: همراه، شنونده و هم‌بازی
- مربی: تسهیل‌گر (نه معلم صرف)



با توجه به اهدافی که طرح دنبال می‌کند، برنامه به این شکل آغاز می‌شود: ابتدا، با استفاده از کتابهای نجوم و تماشای فیلمهای مرتبط، اعضا به اندازه‌ی نیاز با آسمان آشنا می‌شوند. پس از این مرحله، در یک مناسبت خاص، مانند «بارش شهابی»، از والدین دعوت می‌شود تا در یک شب، به همراه فرزندان در کانون حضور یابند. در این نشست، ضمن معرفی اجمالی آسمان، فعالیت‌های مشترک و گروهی والد و فرزند اجرا می‌شود؛ از جمله نقاشی، کاردستی، مشاهده‌ی اطلس‌ها و کتابهای مرتبط با نجوم. از والدین و اعضا خواسته می‌شود یک کار کاردستی مشترک ارائه دهند؛ برای مثال ساختِ صورِ فلکی و تاباندن آن‌ها بر روی دیوار سفید که شور و جلوه‌ی خاصی به مخاطبان می‌بخشد.



بخش دوم

بخش دوم شامل نوشتن یک احساس یا به عبارت کانونی، یک دل‌نویسته درباره‌ی آسمان است با عنوان: «آرزوی من برای ستاره‌ها». پس از نوشتن متن‌ها، دل‌نویسته‌ها به درختی در حیاط کانون آویزان می‌شوند تا اثری ماندگار از نگاه اعضا و والدین به ستاره‌های آسمان شهر ما باقی بماند و به یادگار ثبت شود.

مشاهده‌ی بارش شهابی

با نزدیک شدن به زمان بارش شهابی، برای مشاهده‌ی آسمان به ساحل می‌رویم. خانواده‌ها با چیدن وسایل اردو، آماده‌کردن خوراکی و پخش موسیقی ملایم نجومی و به دور از هر نور مصنوعی، به تماشای آسمان می‌نشینند. در بخش پایانی، شرکت‌کنندگان می‌توانند روی ماسه‌های ساحل نقاشی‌های دل‌خواه خود را با موضوع نجومی بکشند. همچنین امکان عکاسی از این شبِ رؤیایی وجود دارد و کودکان می‌توانند با بیل و سطل‌هایی که به همراه دارند، به بازی و ساخت اجرام نجومی با شن‌های ساحل بپردازند.





عنوان طرح: من، کاردستی، کتاب؛ آشنایی با دنیای کتاب‌ها از طریق کاردستی

حورا نیکبخت، مربی مسئول مرکز فرهنگی هنری ادبی جویبار



مقدمه:

کتابخوانی، به ویژه در سنین پایین، یکی از بهترین روش‌ها برای گسترش دایره‌ی دانش و تخیل کودکان است. به منظور ایجاد انگیزه در این مسیر و ترکیب سرگرمی با یادگیری، طرح «من، کاردستی، کتاب» در کانون پرورش فکری کودک و نوجوان ارائه می‌شود. این طرح هدفش ترویج فرهنگ کتابخوانی و در عین حال تقویت خلاقیت و مهارت‌های دستی بچه‌ها است.

شرح طرح:

در این طرح، مربی از پیش کتاب‌هایی مناسب برای گروه‌های سنی مخاطب، که قابلیت فوق‌رو داشته باشند انتخاب کرده و در اختیار بچه‌ها قرار می‌دهد. این کتاب‌ها معمولاً داستان‌های جذاب و آموزنده‌ای دارند که دنیای تخیل کودک را به چالش می‌کشند.

مراحل اجرا:

انتخاب کتاب: مربی کتاب‌هایی با موضوعات متنوع و جذاب انتخاب می‌کند که مناسب گروه سنی مخاطب باشند. این کتاب‌ها می‌توانند شامل داستان‌های فانتزی، علمی یا مذهبی باشند.

کتابخوانی: بچه‌ها به صورت گروهی یا انفرادی کتاب‌ها را می‌خوانند. مربی به آنها کمک می‌کند تا مفاهیم مهم کتاب را درک کرده و از آن لذت ببرند.

خلق کاردستی: پس از خواندن کتاب، بچه‌ها به فعالیت‌های هنری و کاردستی می‌پردازند که از دل داستان‌ها الهام می‌گیرند. برای مثال، اگر داستان در مورد یک مترسک باشد، بچه‌ها یک مترسک کوچک از مواد مختلف می‌سازند یا اگر داستان در مورد تخم‌مرغ‌های رنگی باشد، یک سبد تخم‌مرغ رنگی درست می‌کنند.

پوشش و نمایش: در پایان، بچه‌ها می‌توانند کاردستی‌های خود را به نمایش بگذارند و در مورد داستانی که خوانده‌اند و کاردستی‌ای که ساخته‌اند، توضیح دهند. این کار به تقویت مهارت‌های ارتباطی آنها نیز کمک می‌کند.

هدف طرح:

هدف از این طرح، ایجاد علاقه به کتابخوانی در کودکان و همچنین پرورش خلاقیت و مهارت‌های دستی آنهاست. با این روش، کودکان علاوه بر یادگیری از طریق کتاب‌ها، از طریق فعالیت‌های عملی هم دستاوردهای قابل لمس و هنری پیدا می‌کنند.

نتیجه‌گیری:

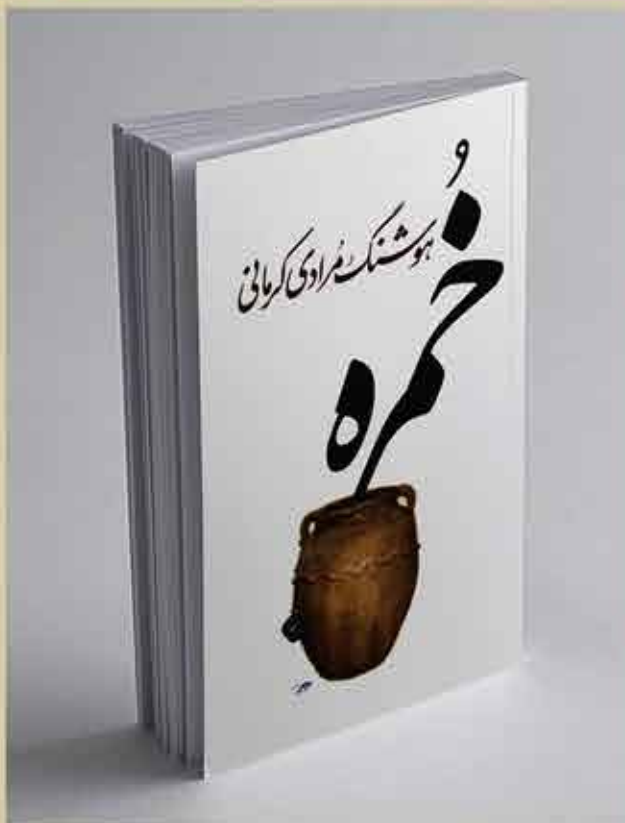
طرح «من، کاردستی، کتاب» فرصتی است برای کودکان تا دنیای کتاب‌ها را با دست‌های خود بسازند. این روش جذاب و تعاملی می‌تواند به کودکان کمک کند تا بیشتر با مفاهیم کتاب‌ها ارتباط برقرار کنند و در عین حال از آن لذت ببرند.



یادداشتی

بر کتاب «خمره» نوشته‌ی هوشنگ مرادی کرمانی

فاطمه احسانی، کارشناس آفرینش‌های فرهنگی کانون مازندران



هوشنگ مرادی کرمانی در سال ۱۳۲۳ در روستای سیرجان استان کرمان به دنیا آمد. از سال ۱۳۳۹ در کرمان ضمن همکاری با رادیوی محلی، نویسندگی را آغاز کرد. در سال ۱۳۵۳ قصه‌های مجید را خلق کرد که جایزه مخصوص کتاب برگزیده سال را نصیب وی کرد. همچنین، جایزه جهانی اندرسون را در سال ۱۳۵۹ برای «بچه‌های قالب‌خانه» دریافت نمود.

اولین اثر وی که به انگلیسی ترجمه شده، «داستان سماور» از مجموعه‌ی قصه‌های مجید می‌باشد. البته آثار او به زبان‌های آلمانی، اسپرانتو، فرانسوی، ایتالیایی، هلندی، عربی، ارمنی و هندی نیز ترجمه شده است. در سال ۱۳۸۴ از مرادی کرمانی به عنوان چهره ماندگار تقدیر شد. مرادی کرمانی نویسنده نام آشنای ایرانی است که به دلیل داشتن آثاری با نثری ساده و روان و دل‌نشین، بسیار مورد اقبال عموم قرار گرفته است.

با توجه به این که در دوران معاصر پیوند عمیقی بین ادبیات و سینما به وجود آمده و منجر به تولید آثار سینمایی ماندگاری با اقتباس از کتاب‌های نویسندگان برجسته شده است، آثار کرمانی نیز از این قاعده مستثنی نبوده و تصویرسازی فوق‌العاده کتاب‌هایش موجب شده تا کارگردان‌ها بتوانند با تکیه بر داستان‌های مرادی کرمانی، آثار جذابی خلق کنند. این آثار سینمایی توانسته نسل جدید را با دنیای شگفتانگیز داستان‌های مرادی کرمانی آشنا کند. از جمله این آثار ماندگار می‌توان به «چکمه» به کارگردانی محمدعلی طالبی، «خمره» به کارگردانی ابراهیم فروزش، «مربای شیرین» به کارگردانی مرضیه برومند، «گوشواره» به کارگردانی وحید موساییان، «کیسه برنج» به کارگردانی محمدعلی طالبی، سریال «قصه‌های مجید» به

کارگردانی کیومرث پوراحمد و «مهمان مامان» به کارگردانی داریوش مهرجویی اشاره کرد. در این نوشتار به بررسی یکی از داستان‌های مرادی کرمانی به نام «خمره» می‌پردازیم. داستان «خمره» دیپلم افتخار CPN هلند، جایزه خوزه ماری کاستاریکا، جایزه کتاب سال فرهنگ و هنر اتریش و کتاب منتخب آلمان در سال ۱۹۹۴ را از آن خود کرده است.

خلاصه داستان از این قرار است: داستان در مدرسه ای در روستای کویری اتفاق می‌افتد، جامعه‌ای که فقر در آن خودنمایی می‌کند. خمره که مخزن آب مدرسه است و همه‌ی بچه‌ها از هر قشری از آن آب می‌نوشند، ترک می‌خورد. دانش‌آموزان، معلم مدرسه و روستاییان هر کدام به شیوه‌ای سعی در حل مشکل خمره دارند، اما موفق نمی‌شوند. نبود آب در مدرسه،

دانش آموزان و متعاقب آن معلم و اوضاع مدرسه را دگرگون می کند. پس از تلاش های بسیار، در نهایت با پشت سر گذاشتن مشکلات فراوان، کوزه ی جدید در فصل امتحان بچه ها از وزارت فرهنگ به مدرسه می رسد.

داستان خمره از یک مسئله ی به ظاهر پیش پا افتاده، زمانی بلند برای نوجوانان به وجود آورده که در لایه لای آن به مسائلی مانند وضعیت اقتصادی مردم، رابطه ی روستاییان با معلمی غریب، رابطه ی مدرسه با آموزش و پرورش و شناخت دنیای کودکانه پرداخته شده است. با به خدمت گرفتن طنز ویزه ی مرادی کرمانی، او به بیان دردها و کمبودهای اجتماعی می پردازد و موفق به آفریدن صحنه هایی می شود که در پشت لبخندی که بر لب می نشاند، غمی عمیق را یادآور می شود.

اتفاق ساکت بود، دل محمود گرفت. بالاخره به حرف آمد: «آقا، آقای مدیر، بنظر شما خمره درست می شود یا نه؟»

«چه کار داری که خمره درست می شود، تو که شاگرد مدرسه نیستی؟»

«من خیلی دوست دارم از خمره مدرسه آب بخورم. وقتی که از مدرسه آب می خورم، خیال می کنم شاگرد مدرسه ام.»

بعضی توصیفها در داستان خمره بسیار زیباست و مرادی کلمات را طوری به خدمت گرفته که مخاطب می خواهد وارد داستان شود و گوشه های از مشکلات را حل کند. زمانی که داستان های هوشنگ مرادی کرمانی را می خوانیم، گاهی طنز شیرینی بیان می کند و گاهی هم مصائب اجتماعی، فقر و تنگدستی و بروکراسی اداری را با طنز ظریف به خواننده القا می کند. مرادی کرمانی از این دست نویسندگانیست که طنز را برای تحقیر و تمسخر به کار می گیرند. لبخندی که از خواندن اثری مانند خمره بر لب هویدا می شود، بیشتر از روی دلسوزی و ترحم است. گاهی با شخصیت بخشی به اشیاء، طنز به کار رفته را تقویت می کند. طنز در خدمت زبان کودکان مدرسه است و با شخصیت های داستان تنظیم شده است.

عبداللهی گفت: «آقا، خداییش را بخواهید، ما به چشم خودمان ندیدیم که به خمره سنگ بزنند، اما هیچ وقت تیر و کمان از دستش نمی افتد. گنجشکها خوب می شناسنش، سایه اش را که از دور می بینند، دوتا بال دارند، چهار تای دیگر هم قرض می کنند و مثل گلوله در می روند. آقا، نشانه گیری اش حرف ندارد.»

و یا طنزی که از زبان کودکان مدرسه با سادگی و بی تکلف بازگو می شود.

بچه ها شلوغ کردند، هر کس چیزی گفت:

– ما توی خانه مان لیوان نداریم، تو کاسه آب می خوریم. پدرمان هم از سر کوزه آب می خورد.

– آقا، ما فقط دوتا آب خوری برنجی داریم که مادرم نگهشان داشته برای مهمان. آن ها را به ما نمی دهد که بیاوریم مدرسه.

– ما پنج تا لیوان بزرگ بلوری داریم، اگر بیاوریم می شکنند. مادرمان از خانه بیرون می کند.

– آقا، ما کوزه ی نو داریم، بیاوریم.

– نه، کوزه می شکنند و مشکلات دارد.

– آقا، ما کاسه می آوریم.

– آقا، ما بطری می آوریم.

بسیار خوب، بسیار خوب، و بد حرف نزنید، شلوغ نکنید.»

یکی دیگر از ویژگی های زبان داستان مرادی کرمانی، جابه جایی ارکان جمله و به کار بردن کلمات به گونه ای است که تأثیرگذاری آن را دو چندان کند.

«بابا، رسید به پسر، چوب را دور سرش چرخاند و محکم خواباند تو شانه قنبری.»

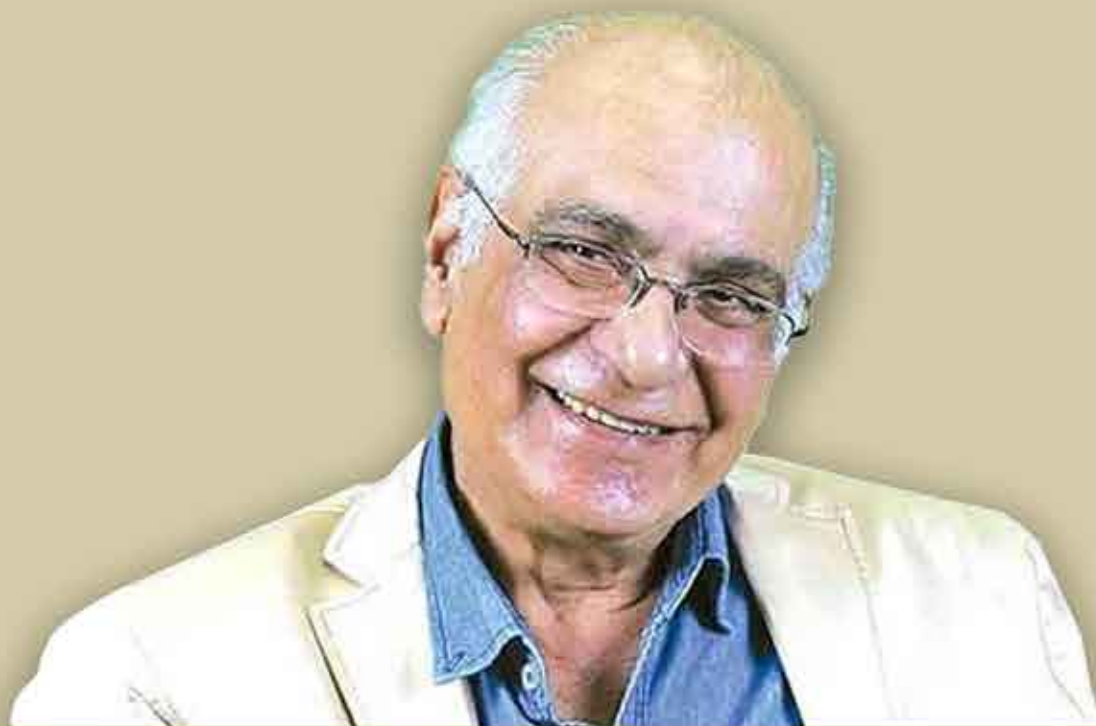
اگر زدن چوب به کار می‌رفت، جمله، جمله‌ای معمولی بود، ولی خواباندن چوب بر شانه‌ی کسی شدت زدن و اثر آن را بیشتر می‌کند.

گاهی اوقات از جابه‌جایی کلمات برای محاوره‌ای شدن جمله‌ها استفاده می‌کند. از نکات جالب نوشته‌های مرادی کرمانی آن‌گونه که از مصاحبه‌هایش برمی‌آید، برگرفته شدن برخی از شخصیت‌ها و فضای داستان از دوران کودکی و نوجوانی خود نویسنده است. چنانچه در مصاحبه‌ای بیان می‌دارد که مدرسه در داستان "خمره" برگرفته از مدرسه‌ای است که خودش در آن درس می‌خواند و شخصیت معلم مدرسه برگرفته از شخصیت عمومی خودش می‌باشد که معلم همان روستای سیرجان کرمان بوده است.

از نگاهی دیگر پرداختن به موضوع آب و کم آبی همیشه حائز اهمیت بوده و اکنون ما در برهه‌ی حساسی از تاریخ بشریت قرار داریم که گاهی دیدن یک فیلم یا خواندن یک کتاب با فلسفه‌های زیست‌محیطی، نظیر ارزش نهادن به زندگی و اهمیت بحران آب، ممکن است انسان متمدن امروز را به بازبینی افکار و عملکردش وادار کند.

خواندن و دیدن آثاری این‌چنین، می‌تواند تلنگری به خودمان باشد و انسانی که خود را محور عالم می‌داند باید همه‌ی انرژی‌اش را جمع کند و با تلاش گروهی، بحران آب را در جامعه‌اش مرتفع سازد و سعی کند کمی از این دید انسان‌گرایی محض فاصله بگیرد و گامی کوچک در جهت تغییر نگرش انسان همه‌چیزخواه و فرمانروا بردارد.

مرادی کرمانی به خوبی توانسته است با نوشتن این داستان توجه مخاطب را به مقوله‌هایی مانند حفظ محیط زیست جلب کند. موفقیت او نه در گنجاندن شعارهای گل‌درشت در متن داستان، بلکه به دلیل انتقال چنین مفاهیمی در بستر داستانی جذاب بوده است.





آشنایی با «بابا غضنفر»

جستاری از شوکت فلاح، مربی فرهنگی مرکز فریدونکنار

کنم؛ با ایدم برداری خلاقانه از واژه‌ی کانونی «کانون یار».

در کتاب رازهای قصه‌گویی نوشته‌ی باتریس مونترو خواندم که در قصه‌گویی فضایی وجود دارد به نام «گفت‌وگوی نمایشی» که همچون رابطی میان قصه و شنونده عمل می‌کند. گفت‌وگوی نمایشی نه مکالمه‌ای پرسش و پاسخی است و نه تک‌گویی درونی، بلکه نخی است که چندین قصه را به هم وصل می‌کند و به اجرا پیوستگی می‌بخشد. (در واقع نوعی مقدمه‌چینی پیش از اجرای قصه است). من نیز با بردن بچه‌ها به آن فضای سنتی، مقدمه‌ای برایشان فراهم کردم تا با ایجاد این حس، به آرامی وارد گود قصه شوند. از همین رو، قصه‌گویی سنتی نقالی نیز بسیار مورد توجه اعضای علاقه‌مند قرار گرفت و نقالی هم به فعالیت‌های محبوب آنان اضافه شد.

یکی از روزها، وقتی برای خرید از بقالی محل به کوچه رفتم، او را دیدم؛ پیرمردی آراسته با کلاه ایرانی قدیمی (کلاه داش‌مشتی)، دستمال گردن، جلیقه و کتوشلواوی که خط اتویش را می‌شد از ابتدای کوچه دید، و برق کفش‌هایش زیر نور آفتاب چشم‌ها را خیره می‌کرد. کنار جدول نشسته بود و از پشت عینک آفتابی‌اش، با تسبیحی دانه‌درشت در دست، به رفت‌وآمدها نگاه می‌کرد.

آن روزها، زمان ضبط قصه برای جشنواره‌ی استانی قصه‌گویی پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها با عنوان قصه‌های ماندگار «آسنی» بود. به سبب علاقه‌ای که به سالمندان داشتم، مسئولیت جمع‌آوری قصه‌ها را بر عهده گرفتم. با گشت‌وگذار در محل چند قصه ضبط کردم، اما همچنان به دنبال قصه‌ای منحصر به فرد با قصه‌گویی خاص بودم. گویا آن روز پیدایش

روزهای اولی که به مرکز فریدونکنار آمدم، برایم روزهای پرماجرا و پرچالشی بود. از بچه‌های محله، از کوچه‌ها، و از پیرمردها و پیرزن‌هایی که دم در خانه‌ها کنار هم جمع می‌شدند و گپ می‌زدند، تا اعضای پراثری و حال‌وهوای غریب مرکز. سالن مطالعه دل‌باز اما کم‌نور بود. وقتی وارد مرکز می‌شدم، دلم بیشتر از کم‌نور بودن سالن، از چیدمان میز و صندلی‌ها می‌گرفت که باب میل و سلیقه‌ی کانونی نبود.

در یک نگاه، در ذهنم چیدمانی عبور کرد: یک طرف مرکز را می‌شد تبدیل به «کافه‌کانون» کرد، آن طرف را «چهارراه مطالعه و کتاب‌خوانی» و وسط سالن را، که میان چهار ستون قرار داشت، «گود قصه‌گویی».

در همان روزهای اول، آستین بالا زدم و حدود یک ماه طول کشید تا سالن به شکل مطلوب‌تری درآمد. فضا سازی هر بخش توجه اعضا را بسیار جلب کرد، اما در این میان «گود قصه‌گویی» دیدنی‌تر شده بود. اعضا از در سالن که وارد می‌شدند، با چیدمان دایره‌وار صندلی‌ها و عروسک مادر بزرگی روبه‌رو می‌شدند که روی تخت چوبی به پشتی قدیمی تکیه داده و با زنبیلی حصیری در دست و عصای چوبی‌اش می‌خواست به دکان محل برود. همچنین متکاها و کوسن‌های طرح سنتی و نردبان چوبی کنار ستون، فضا سازی گود قصه‌گویی را تکمیل می‌کرد.

پس از آن، قصه‌گویی یکی از فعالیت‌های دوست داشتنی اعضا شد؛ اعضا به شوق نشستن در گود قصه‌گویی و شنیدن قصه در آن فضای نوستالژیک، بیشتر به مرکز می‌آمدند. این رغبت باعث شد در میان اعضا چند نفر را به عنوان «قصه‌یار» انتخاب

نی می‌نواخت و آوازه‌های قدیمی می‌خواند و ننه معصومه نیز در خوانش و قصه‌گویی همراهی‌اش می‌کرد. اطرافیان با دست‌زدن، آن دو را بر سر ذوق می‌آوردند.

خاطره‌ی بی‌مانند آن شب‌ها فراموش‌شدنی نیست؛ لحظاتی که لذتش سال‌هاست در دلم ماندگار مانده. در همان شب‌نشینی‌های شعر و قصه با طعم پرتقال‌های شیرین محلی بود که قلمم سبز شد و چشمه‌ی شعر در وجودم جوشید. و هرچه می‌گذرد، قلمم همچون سرو می‌نویسد، چراکه در زمینی جوانه زده که تکه‌ای از قلب‌های ماندگار است.

پایان زندگی پدربزرگ و مادربزرگ، همانند قصه‌ی لیلی و مجنون بود؛ پایانی که خود، آغاز قصه‌ای دیگر است. باباحیدر در هفتادسالگی به آسمان‌ها رفت و نهم‌معصومه، که تنهایی ایوان خانه او را هر روز غمگین‌تر می‌کرد، چند ماه پس از مرگش طاقت نیاورد. در غروب پنجشنبه‌ای، درست زمانی که سر بر مزار همسر گذاشت، قلبش ایستاد. آن روز، مادربزرگ دیگر سر از مزار برنداشت و برای دیدار پدربزرگ به آسمان پرکشید.

اما مرگ، پایان کبوتر نیست؛ این قصه‌ها در نسل‌های بعد نیز جاری‌اند، چراکه بسیاری از آن شب‌نشینی‌ها و قصه‌ها، به آداب و رسوم و فرهنگ اصیل هر منطقه بدل شده‌اند.

در رسوم کهن مازندران، آوازخوانی را «خونش»، قصه را «آسینی» و قصه‌گویی منظوم دونفره (گفتم‌گفتا) را «گلی‌به‌گلی» می‌نامند؛ قصه‌هایی که گاه به زبان شعر گفته می‌شدند. این‌ها را زیر کرسی خانه‌ی مادربزرگ شنیدم؛ قصه‌هایی چون مهربانو، گل دخترجان، یه‌دونه انار، آهوخانم و بسیاری دیگر. این سنن، عامل گرمی و نشاط در خانواده‌ها بود. در بخشی از قصه‌گویی گلی‌به‌گلی، ضرب‌آهنگ بداهه‌ای وجود داشت؛ مانند هم‌خوانی منظم در پاسخ به قصه‌گو، یا استفاده از ابزار ساده‌ای همچون دست‌زدن و زدن ملاقه بر تشت یا دیگ فلزی.

همان‌طور که محو‌بیان شیوای آقای غضنفر شده بودم، در این باره با او گپ‌و‌گفت داشتم و این تجدید خاطرات برایم لذتبخش بود. به او گفتم:

کرده بودم؛ آن پیرمرد خوش‌لباس نامش «غضنفر» بود.

پس از سلام و احوال‌پرسی به او گفتم: «با دیدن شما یاد پدربزرگم افتادم. پدربزرگم قصه‌گوی دانایی بود.»

ناگهان گفت: «من هم بسیار قصه می‌دانم!»

وقتی گفت صد و یک سال سن دارد و چند دهه و حکومت را دیده است، با حیرت گفتم: «قصه‌های شما حتماً شنیدنی است!» و او را برای فردا صبح به مرکز دعوت کردم.

در فصل چهارم کتاب رازهای قصه‌گویی، ابزارهای قصه‌گو شرح داده شده است. در حین گفت‌وگو با آقای غضنفر، واژگان مؤثر و بیان شیوا و هماهنگ او مرا مجذوب کرد و دریافتم که قصه‌گویی هنری است که می‌توان آن را در هر شخصی و در هر سنی کشف کرد. کیفیت صدای او در این سن بالا و هماهنگی در گفتار و روایت زندگی‌اش، تأثیر کلامش را چند برابر می‌کرد. دیدن این‌همه ویژگی در پیرمردی که یک قرن را پشت سر گذاشته، خیره‌کننده بود.

در کانون می‌توان از چنین گوهرهایی برای آشنایی اعضا با سبک زندگی درست بهره برد، چراکه هرچه به نسل‌های پیشین نگاه کنیم، سبک زندگی سالم‌تری می‌بینیم. کودکان امروز به آن آموخته‌ها بسیار نیاز دارند، به‌ویژه اگر از زبان شیرین یک پیرمرد یا پیرزن بیان شود.

بسیار خوشحال بودم که دعوت‌م را پذیرفت. گفت: «قصه‌ی زندگی‌م را از جوانی تا حالا بگویم، خوب است؟»

در آن لحظه پرتاب شدم به محله‌ی کودکی‌هایم، آهومحله؛ به آن دوران که بساط شب‌نشینی‌هایمان زیر کرسی خانه‌ی پدربزرگ و مادربزرگ با قصه‌های «باباحیدر» و «نهم‌معصومه» به راه بود؛ قصه‌هایی از زندگی که هنوز در خاطرم ماندگار است.

پدربزرگم برای میهمانانش ساعت‌ها قصه می‌گفت. به‌خوبی یادم هست که اقوام گاهی با سکوت و شکستن تخمه و گاهی با شادی و تشویق، باباحیدر را به وجد می‌آوردند. او در حین قصه‌گویی

واژه‌های اصیل مازندرانی را از او می‌پرسید: «حیدر، به این اجاق سنگی در گویش مازنی چه می‌گویند؟»

باباحیدر پاسخ می‌داد: «کله»

«نام این نان‌های کوهی چیست؟»

می‌گفت: «کِلوا»

معمولاً تا عصر در گوسفندسرا می‌ماندند و پیش از غروب به روستا برمی‌گشتند. شنیدن این خاطرات از زبان پدربزرگم در نوجوانی برایم پر از هیجان بود. وقتی در یکی از اردوهای انجمن شعر به روستای یوش و بازدید از خانه‌ی نیما رفتیم، همه‌ی آن خاطرات را به زبان قصه برای دوستانم بازگو کردم. با دیدن عکس پدربزرگم و رفیقانش در کنار نیما در صحرا، ذوقم دوچندان شد. تابلوی عکس را با شور و شوق به دوستانم نشان دادم، از آن عکس گرفتم و برای دیوار نوستالژی‌های اتاقم چاپ کردم و همچنین برای معرفی پدربزرگم در نخستین جلسه‌ی انجمن گت‌بابا و پیلامار، به اعضا نشان دادم.

اعضا با پدربزرگم و مادربزرگشان به انجمن می‌آمدند. در جلسات دیدم که حضور آنان در انجمن و شرکت در جشنواره‌ی قصه‌گویی کانون، شور و رغبت فراوانی در کودکان ایجاد کرده است. دریافتم که به هدمم رسیدهام: آشنایی نسل جدید با سبک زندگی گذشتگان، رسم و رسوم آنان، و انتقال پیام مهرورزی و وفاداری از راه هنر قصه.

در یکی از جلسات، نوبت به قصه‌گویی باباغضنفر رسید. او نقل‌هایی از زندگیش از جوانی تا صدویک سالگی بیان کرد. همه خیره به باباغضنفر و پوشش آراسته و سخنانش بودند؛ در نگاهشان شگفتی از شیوایی و توان سخنش موج می‌زد.

یکی از اعضای نقال مرکز گفت: «باباغضنفر! روایت‌های زندگی شما در این ۱۰۱ سال آن‌قدر پرهیجان و پرماجرا بود که احساس کردم زندگیتان یک شاهنامه است!»

باباغضنفر پاسخ داد: «بله! من تا این سن، خوان‌های بسیاری را پشت سر گذاشته‌ام و هر داستان از دهه‌های زندگی‌ام برایم همانند خوانی بوده است. زندگی هر کسی می‌تواند گذشتن از خوان‌ها و امتحانات سخت باشد.»

«اگر اجازه بدهید، از این پس شما را باباغضنفر صدا بزنم؟»

با خوشرویی گفت: «بله دخترم.»

فردا صبح، رأس ساعت ده، در گرمای تابستان، با صندلی کوچکش در مرکز حاضر شد. پس از نوشیدن چای با نبات، قصه‌ی زندگیش را آغاز کرد. روایات زندگیش شیرین و پر از اتفاقات دل‌نشین بود، پر از نکات بدیعی که بستری مناسب برای کار با کودکان نسل جدید داشت. از اتفاقات زندگیش می‌شد فهمید انسانی شریف است. بر خود، به‌عنوان مربی و دوست‌دار بچه‌ها، وظیفه دانستم پژوهش در این زمینه را آغاز کنم.

انجمن قصه‌ی پدربزرگ و مادربزرگ را با عنوان گت‌بابا و پیلامار تشکیل دادم. ابتدا از تدوین قصه‌های پدربزرگ و مادربزرگم آغاز کردم و صوت آن‌ها را، که از قدیم برایم ماندگار مانده بود، به پادکست تبدیل کردم تا در جلسات قصه‌گویی مرکز از آن استفاده کنم. سپس جلسات انجمن قصه را با دعوت از گوهرهای سال‌خورده از سر گرفتم.

جلسه‌ی اول با معرفی پدربزرگم و باباغضنفر آغاز شد. پدربزرگم سواد چندانی نداشت، اما کتابی مصور و مکتوب بود که از پاس شب تا اذان صبح، ورق‌هایش تمام نمی‌شد. اهل روستای یوش، زادگاه علی اسفندیاری «نیما یوشیج» بود و در کوهستان یوش زندگانی می‌کرد. در جوانی، به‌مدت هفت سال «چار بیدار» نیما بود و در یکی از اتاق‌های حیاط مصفای او زندگی می‌کرد.

«چاربیداری» شغلی اصیل و باقدمت در مازندران است. چاربیدار به کسی گفته می‌شود که در گذشته، با استفاده از چهارپا کالاهای و وسایل موردنیاز روستاییان را به دستشان می‌رساند و خدمت‌رسانی می‌کرد.

همسر نیما، عالیه‌خانم، گاهی همراه او از تهران به یوش می‌آمد. پدربزرگم آنان را با اسب به گوسفندسرا می‌برد. باباحیدر برایشان نم‌د پهن می‌کرد، با سنگ اجاقی می‌ساخت و جای آتشی دم می‌کرد. روایت می‌کرد که نیما معمولاً روی تخته‌سنگی می‌نشست و ساعت‌ها مشغول نوشتن می‌شد و گاهی

کردم و تا «خوان هفتم» و دیگر روایتهای شاهنامه ادامه دادم. ایشان دستی توانا در شاهنامه‌خوانی دارند و شفافیت در بیان، نقدهای استادانه و تشویق‌های صادقانه‌شان موجب رشد و توانمندی در این هنر فاخر و حماسی می‌شود.

چنین شد که اجرای خوان اول را با سرودن این دوبیتی آغاز کردم:
زندگی هفت‌خوان رستم بود
خوان اول، ولی خوشی کم بود
خوان هفتم، کمان‌کشی بر دل
آخر شاهنامه، خرم بود



با شنیدن چنین تعبیری، در من انگیزه‌ای نو پدید آمد که کارگاه نقالی را با مرشد باباییان، استاد شاهنامه‌خوانی، از سر بگیرم. پیش‌تر نیز گهگاه قصه‌گویی سنتی و نقالی انجام داده بودم، اما هیچ‌گاه زندگی هر انسان را همانند خوان‌های شاهنامه ندیده بودم. این نگاه مرا مصمم‌تر کرد.

در کارگاه‌های قصه‌گویی، هر خوان از شاهنامه را با حوادث و اتفاقات زندگی انسان‌ها پیوند دادم و با بیان تمثیل‌ها، اعضای بیشتری را به هنر نقالی علاقه‌مند کردم.

نقل‌های پرحادثه‌ی باباغضنفر از زندگیش باعث شد به شاهنامه نگاهی تازه پیدا کنم و این نگاه را در میان اعضا تقویت نمایم. باباغضنفر صد و یک‌ساله، که در هجده‌سالگی با بیماری صعب‌العلاجش مبارزه کرده بود، این بخش از زندگیش را «خوان دوم» می‌نامید و می‌گفت: «همان‌طور که رستم اژدها را شکست داد، من هم بیماری‌ام را شکست دادم و با امید به خدا ۱۰۱ سال عمر گرفتم.»

او انسان‌های بدطینت را همانند دیوهای شاهنامه می‌دانست و می‌گفت: «وقتی رستم در خوان هفتم بر دیو سفید چیره می‌شود، با خون جگر دیو، نور به چشمان کیکاووس و سپاهیان ایران بازمی‌گردد. من نیز در زندگی از انسان‌های دیوسیرت بسیار آزار دیدم، اما مغلوب‌شان نشدم. خون جگر خوردم، اما از بدی‌هایشان درس گرفتم و راه نیکی را پیش گرفتم.»
در پایان، باباغضنفر یکی از رازهای طول عمرش را خوش‌نیت بودن، از غیر خدا طلب نکردن، خشمگین نشدن، و ایستادگی با صبر و آرامش در برابر مشکلات دانست.

حالا شاهنامه برایم رنگ و بویی تازه یافته بود. پس از یک سال، جرأت پیدا کردم مطراق (چوب نقالی) را در دست بگیرم و روی صحنه بایستم. در مرکز، کارگاه نقالی با اعضا برگزار کردم تا برای جشنواره آماده شوند. دو عضو مستعد را به انجمن نقالی استان معرفی کردم و خود نیز برای شرکت در بخش قصه‌گویی سنتی و شاهنامه‌خوانی، عزمم را جزم نمودم.

کارگاه نقالی را با مرشد باباییان از «خوان اول» آغاز



کودکی گمشده در هیاهوی تکنولوژی

جستاری از فرزانه یوسفی
مربی فرهنگی مرکز شماره سه ساری

حالا وقتی کودکان را می بینم که فقط با انگشت روی صفحه های صاف ضربه می زنند، حس می کنم بخشی از آن دنیای زنده و پرهیاهو در حال خاموش شدن است. گاهی از خودم می پرسم: آیا ما مقصر نیستیم که کودک امروز را میان انبوه تصویر و صدا رها کرده ایم، بی آن که راه خیال را به او یاد دهیم؟

یک بار دختر بچه های در کلاس گفت: «خانم! کاش این قصه فیلمش هم بود.» خندیدم و گفتم: «آگه تو بخوای، خودت می تونی فیلمش رو توی ذهنت بسازی.» مکث کرد، بعد آرام گفت: «آهان... یعنی با خیال؟» و من همان لحظه فهمیدم که چقدر نیاز است و باید خیال ورزی را دوباره به بچه ها یاد بدهیم. چون قصه، بازی و تخیل، راهی است برای زنده ماندن دنیای کودکی.

اما اعتراف می کنم، این فقط دغدغه ی شغلی من نیست؛ دغدغه ی شخصی من هم هست. من در تمام این سال ها، کنار کودکان، خودم را هم از نو شناختم. قصه گفتن برایم فقط کار نیست؛ فرصتی است برای لمس دوباره ی بخش گمشده ای از وجودم. وقتی در نگاه بچه ها غرق می شوم، در واقع دارم به کودکی خودم سر می زنم. به آن دختر بچه ای که روزی با دفترچه و مداد رنگی، آرزوهایش را نقاشی می کرد. شاید برای همین، گم شدن کودکی امروز، برایم مثل گم کردن تکه ای از خودم است.

بارها پیش آمده که بعد از پایان کلاس، تا مدت ها به حرف ها و رفتار بچه ها فکر کنم. مثلاً روزی پسر بچه ای گفت: «خانم، من توی بازی گوشیم قهرمانم، ولی توی مدرسه همیشه می بازم.» همین جمله برایم مثل تلنگر بود. ما کودکانمان را در دنیایی بزرگ می کنیم که مرز واقعیت و مجاز در آن تار شده است. آن ها در بازی های دیجیتال قهرمان

چند وقت پیش در کلاس قصه گویی، اتفاقی افتاد که ذهنم را تا روزها درگیر کرد. پسر کوچکی کنارم نشسته بود. هنوز قصه را شروع نکرده بودم که دستش رفت سمت جیبش و گوشی اش را بیرون آورد. صفحه ی درخشان موبایل روی صورتش نور انداخت، نوری که حتی از صدای من هم پررنگ تر بود. همان جا با خودم فکر کردم: «کودکی کجاست؟ پشت قصه های ما، یا پشت این صفحه ی سرد؟»

سال هاست که در کانون پرورش فکری مربی ام. در این سال ها، صدها چهره ی کوچک از مقابلم گذشته اند؛ بچه هایی با نگاه های کنجکاو، لبخندهای بی پروا، و دنیایی که هنوز در قالب واژه ها نمی گنجد. اما در چند سال اخیر، چیزهایی می بینم که گاهی دلم را می لرزاند. انگار کودکی آرام آرام در میان صدای زنگ پیام ها و تصویرهای پر زرق و برق گم می شود. دیگر صدای دوییدن در کوچه ها، بازی های دست جمعی و خنده های بلند مثل قبل نیست. خیلی از بچه ها بیشتر وقتشان را با گوشی، تبلت یا بازی های مجازی می گذرانند.

در کلاس، وقتی قصه می گویم یا شعری می خوانم، بعضی ها خیلی زود حوصله شان سر می رود. نگاهشان به نقطه ای خیره می ماند، گویی ذهنشان جای دیگری است. اما جالب اینجاست که وقتی از فضای دیجیتال فاصله می گیرند، دوباره برق خیال در چشم هایشان روشن می شود. کافی است چند دقیقه کنار هم بازی کنیم یا قصه ای ساده بخوانیم تا همان لبخند قدیمی، همان هیجان واقعی، برگردد.

من خودم از نسل قصه ام. بچگی ام با دفترهای خط دار، مدادهای کوتاه شده و بازی های خیابانی گذشت. هنوز یادم هست که چطور با تکه ای چوب، خانه و مزرعه و آدمک می ساختم. خیال، دنیای من بود.

یاد گرفت توجه را تقسیم کند؛ نیمی به من، نیمی به صفحه‌ی مجازی. بچه‌ها از رفتار ما الگو می‌گیرند، نه از حرف‌هایمان. اگر ما بیشتر از آدم‌های اطرافمان به صفحه‌ی موبایل نگاه کنیم، طبیعی است که کودکانمان هم دنیای واقعی را کم‌کم فراموش کنند.

گاهی فکر می‌کنم کودکی مثل یک شعله است. اگر در معرض باد تند تکنولوژی قرار گیرد، ممکن است خاموش شود؛ اما اگر کسی کنارش بنشیند، با مهربانی از آن محافظت کند، می‌تواند روشنی‌بخش زندگی باشد. در این سال‌ها یاد گرفته‌ام که نگه داشتن این شعله، نیاز به صبر دارد. نمی‌شود با فریاد گفت «گوشی را کنار بگذار»، بلکه باید با تجربه، با لذت، با بازی، جایگزینش کرد.

برای همین، من هم در شیوه‌ی کارم تغییر ایجاد کرده‌ام. مثلاً در یکی از کلاس‌ها تصمیم گرفتم به جای قصه‌گویی معمولی، از بچه‌ها بخواهم با گوشی‌های خودشان عکس‌هایی از طبیعت بگیرند و بعد با آن عکس‌ها قصه بسازند. همان ابزار تکنولوژی، وقتی در خدمت خلاقیت قرار گرفت، نتیجه متفاوت شد. بچه‌ها با ذوق از عکس‌هایشان حرف می‌زدند، قصه می‌نوشتند، نقاشی می‌کشیدند. فهمیدم راه درست، حذف نیست، بلکه هدایت است.

من هم از تکنولوژی استفاده می‌کنم. از ویدیوهای آموزشی، کتاب‌های دیجیتال، و حتی شبکه‌های اجتماعی برای آشنایی با روش‌های تازه‌ی تربیتی. اما همیشه در ذهنم یک خط قرمز دارم: نگذارم این ابزارها جای تجربه‌های انسانی را بگیرند. چون در عمق قلبم باور دارم که آموزش، بدون لمس انسانیت، ناقص است.

هر بار که در کانون، بچه‌ها را به بازی یا قصه

اند، اما در دنیای واقعی اعتمادبه‌نفس‌شان کم‌رنگ است. این فاصله، مرا آزار می‌دهد.

گاهی حس می‌کنم باید از نو یاد بگیرم چطور قصه بگویم. قصه‌هایی که نه فقط شنیده شوند، بلکه لمس شوند، بو بگیرند، جان داشته باشند. برای همین سعی کردم در کلاس‌هایم از ابزار ساده استفاده کنم: از سنگ و چوب و پارچه و رنگ. اجازه می‌دهم بچه‌ها خودشان قصه بسازند، شخصیت خلق کنند، یا پایان‌ها را تغییر دهند. وقتی می‌بینم چطور از دل یک بازی ساده، دنیایی تازه می‌سازند، امید در دلم زنده می‌شود. همان‌جا مطمئن می‌شوم که کودکی نمرده، فقط پنهان شده؛ شاید پشت لایه‌ای از نور صفحه، اما هنوز نفس می‌کشد.

تکنولوژی خودش بد نیست. مثل آتش است؛ اگر بلد باشیم از آن درست استفاده کنیم، گرما و روشنایی می‌دهد. اما وقتی جای همه‌چیز را بگیرد، خطرناک می‌شود. گوشی و تبلت می‌توانند وسیله‌ی یادگیری باشند، اما نباید تنها وسیله‌ی بازی و ارتباط کودک باشند. کودکی که فقط با صفحه‌ی موبایل بازی می‌کند، فرصت تجربه کردن را از دست می‌دهد. دیگر خاک را لمس نمی‌کند، باد را حس نمی‌کند، یا خیس شدن زیر باران را نمی‌فهمد. یاد می‌گیرد فقط «تماشا کند»، نه اینکه «بسازد».

گاهی از خودم می‌پرسم: مقصر کیست؟ ما بزرگ‌ترها چقدر در این کوتاهی سهم داریم؟

حقیقتش این است که وقتی خودمان ساعت‌ها در گوشی‌مان هستیم، چطور انتظار داریم فرزندانم سراغ قصه و بازی واقعی بروند؟ خودم بارها متوجه شده‌ام که بی‌آنکه بخواهم، وسط کار با بچه‌ها پیام‌هایم را چک کرده‌ام. بعدها از خودم شرم‌منده شدم. چون همان لحظه، بچه‌ای که مقابلم نشسته بود،

دعوت می‌کنم، اتفاقی جادویی می‌افتد. چشمانشان برق می‌زند، صدای خنده‌شان بلند می‌شود و دنیا رنگ می‌گیرد. همان‌جا مطمئن می‌شوم که کودکی نمرده، فقط گوشه‌ای از دلشان پنهان شده و منتظر فرصتی است تا دوباره بیدار شود. شاید این همان چیزی است که من، به‌عنوان یک مربی و یک انسان، باید حفظش کنم: امید به زنده ماندن دنیای کودکی.

گاهی، بعد از کارگاه، وقتی سکوت همه‌جا را می‌گیرد، به روزهایی فکر می‌کنم که خودم کودک بودم. یادم می‌آید چطور با قصه‌ها بزرگ شدم، با خیال‌ها دویدم، و با رؤیاها خندیدم. حالا می‌فهمم که شاید مأموریتم در این جهان همین باشد: نگهبانی از دنیایی که خودم روزی در آن نفس کشیده‌ام. دنیایی که اگر گم شود، بخشی از وجود من هم گم می‌شود.

کودکی، گوهری است که اگر گم شود، درخشش زندگی هم کم می‌شود. باید مراقبش باشیم. تکنولوژی می‌تواند همراه خوبی برای آموزش باشد، اگر در کنارش خیال و بازی و دوستی را زنده نگه داریم. آن وقت کودکی نه گم می‌شود، نه خاموش؛ بلکه با بال‌های خیال و ابزارهای دانش، پرواز می‌کند و جهانی تازه می‌سازد؛ جهانی که در آن، هم نور دانایی هست و هم گرمای انسانیت.





داستان کوتاه: خوابم نمی‌برد

فاطمه طالبی، ۱۵ ساله از مرکز نشتارود
مربی: مرضیه آقاخان‌کردی

کجایی؟... نمی‌توانم پیدایت کنم... اگر خودت را به من نشان ندهی، گریه می‌کنم... اینجایی؟... چرا این قدر خاکی شدی؟ مگر بهت نگفتم این قدر خاک‌بازی نکن؟ از دیشب داشتم دنبالت می‌گشتم... از بعد آن اتفاق گمت کردم... همان اتفاق دیشب را می‌گویم! یادت آمد؟ خوب معلوم است که یادت هست. همین دیشب بود.

صبح جمعه در آغوشم خوابیده بودی؛ آرام و مثل همیشه ساکت. آسمان هنوز پیراهن شب را از تن جدا نکرده بود. دیگر وقت خواب من هم رسیده بود و خوب خوابم هم نمی‌آمد. موهای کوتاه قهوه‌ای‌ات در موهای بلندم گم شده بود. چشمانم دنبال خواب می‌گشتند. خیلی دیر شده بود. باید زود زود می‌خوابیدم. می‌خواستم بخوابم؛ اما خوابم نمی‌برد. شاید به خاطر استراحت بعد از ظهرم بود، یا شاید به خاطر گرمای اتاق؛ نمی‌دانم!

مامان گفته بود سمت پنجره نروم؛ اما نمی‌توانستم گرما را هم تحمل کنم. خودم را آن قدر کشیدم تا دستم به دستگیره‌ی سفیدش برسد. بالاخره باز شد. دیگر هر دو تایمان خنک می‌شدیم. آسمان شب را خیلی دوست دارم؛ آخر می‌دانی رنگ آسمان شب، مانند رنگ موهایم است. محکم بغلت کردم و با هم به ستاره‌ها نگاه کردیم؛ من با چشمان سیاه و تو با چشمان دکمه‌ای‌ات. ستاره‌های آن شب از همیشه قشنگ‌تر بودند، مگر نه؟ تا آن موقع هیچ ستاره‌ی دنباله‌داری ندیده بودم، تا این که آن شب یکی شان را دیدم. مسیرش به سمت ما بود. از آن ستاره‌ی بزرگ نمی‌ترسیدم، چون خیلی زیبا بود و مانند خورشید در آن همه تاریکی می‌درخشید. دوستش داشتم، اما انگار او از من خوشش نمی‌آمد؛ چون فاصله را نفهمید. نفهمید که نباید روی خانه‌ی ما بیفتد و با سروصدای وحشتناکی پایین افتاد. او با صدایش همه را بیدار کرد، حتی تو را!

نمی‌دانم چرا ساکت‌تر از همیشه هستی؟ چرا می‌دانم! ترسیده‌ای. راستش من هم ترسیده‌ام. این جا دیگر مثل قبل زیبا نیست. بابا نیست. مامان نیست و من...

موهایم انگار زیر چیزی گیر کرده‌اند و من زیر دیوار بزرگی خوابیده‌ام...



شعر: «مه مازرون»

محمد حسام باباگلی، ۱۳ ساله،
مرکز فرهنگی هنری ادبی قائمشهر
مربی: فائزه رسکتی

«مه مازرون»

ته مه مازندرون ته مه دیاری
ته نیما یوش و آرش یادگاری
ته مه مار و پیر ته مه براری
ته مه دوش برار دل قراری
تهیی آتا بهشت که گوم بییه
هر که بمو ته پلی بد ندیه
گیرمبه از ته من جان دباره
ته غیرت، ته اصالت افتخاره
اگه مه سر تا پا طلا بئیرن
نلمبه ته ره از اما بئیرن
خدا خامبه ته ره بهله مسه
دنی باشه ته پلی غم و غصه

برگردان فارسی:

«مازندران من»

ای مازندران تو سرزمین من هستی
تو یادگاری هستی از دوران آرش و نیما یوشیج
تو مانند مادر و پدر و برادر من هستی
تو برادری همراه و هم‌دل هستی
تو بهشتی هستی که گمشده و دست نخورده است
هرکسی در خاکت پا گذاشت بلا و بدی ندید
من با یاد تو جانی دوباره می‌گیرم
و همواره غیرت و اصالت تو برایم افتخار است
اگر سر تا پای مرا از طلا بسازند
نمی‌گذارم که تو را از من دور کنند
از خدا می‌خواهم تو را در پناه خود نگه دارد
هیچ غم و غصه‌ای همراهت نباشد



شعر: «دعای ساده»

آتنا آزاد، ۱۴ ساله
مرکز فرهنگي هنري ادبي محمودآباد
مربي: سيده نرگس حسيني

نه خانه‌ای بزرگ می‌خواهم
نه معجزه.
فقط کمک کن
آدم خوبی باشم
همین
برای امروز
کافی‌ست.

سه یادداشت بر مجموعه شعر

«سینه‌ام پر از دویدن گوزن‌هاست»

سروده مهدی مردانی



ستایش برهانی، ۱۲ ساله
مرکز فرهنگی هنری ادبی کتالم
مری: مرضیه آقاجان‌کردی



یادداشت اول



لازم می‌دانم از آقای مهدی مردانی برای نگارش این کتاب سپاس گزاری کنم. شعرهای این مجموعه را با دقت مطالعه کردم و در مجموع از آن‌ها لذت بردم؛ از برخی بیش‌تر و از تعدادی کمتر. شعرهای این کتاب سرشار از تصاویر شاعرانه‌اند. در میان این تصاویر، برخی بسیار تازه و بدیع‌اند؛ چنان‌که نمونه‌ی روشن آن را می‌توان در شعر «سفر» مشاهده کرد. زبان شعرها نیز روان و گویا است و همراهی آن با قالب نیمایی، آوایی خوش و موسیقی دل‌انگیزی پدید آورده است. از آنجا که خود من شعرهای دارای وزن و قافیه را بر شعرهای بی‌وزن ترجیح می‌دهم، این ویژگی برایم جذابیت زیادی داشت.

با وجود این که مجموعه شامل سی شعر است و هرکدام فضا و تصویر ویژه‌ی خود را دارند، اما مضمون‌های مشخصی در همه‌ی

آن‌ها مشترک است؛ مضامینی همچون حرکت، امید، شجاعت و پویایی. هنگام خواندن شعرها گاه این پرسش برایم پیش می‌آمد که آیا این سروده‌ها جدا از یکدیگرند یا می‌توان آن‌ها را همچون اجزای یک شعر بلند و واحد در نظر گرفت. برای مثال، دو شعر «ردپای باد» و «رودخانه» حتی در واژگان و تصویرسازی‌ها نیز شباهت‌هایی دارند؛ واژه‌ی «قطار» در هر دو شعر مفاهیمی چون رفتن، حرکت و جاری بودن را منتقل می‌کند. می‌توان گفت تمامی شعرهای این کتاب کم‌وبیش چنین مفاهیمی را در خود دارند و این هم‌سویی موضوعی برای من دل‌پذیر بود؛ زیرا خواننده را به ادامه‌ی مطالعه ترغیب می‌کند. گویی شاعر مفهومی یگانه همچون امید و پویایی را در ذهن داشته و آن را در قالب سی شعر، در فضاها و تصاویر گوناگون بیان کرده است. این شیوه برای من بسیار جالب بود. همچنین عاطفه و احساس شعرها پرننگ و تأثیرگذار است و من توانستم با احساسات شاعرانه‌ی آن‌ها ارتباط برقرار کنم و امیدی را که در سرتاسر مجموعه جاری است، به‌خوبی دریافت نمایم.

سه یادداشت بر مجموعه شعر

«سینه‌ام پر از دویدن گوزن‌هاست»

سروده مهدی مردانی



روشا کتغانی، ۱۲ ساله
مرکز فرهنگی هنری ادبی نشتارود
مربی: مرضیه آقاجان‌کردی



یادداشت دوم

پیش از هر چیز، از آقای مردانی سپاسگزاری می‌کنم که با سرودن این شعرهای دل‌نشین برای نوجوانان، زمانی ارزشمند صرف کرده‌اند.

این کتاب مجموعه‌ای است از شعرهای زیبا که عمدتاً در قالب نو و نیمایی سروده شده‌اند و مضمون آن‌ها رنگ و بوی امید دارد؛ مضامینی که می‌تواند برای نوجوانان الهام‌بخش باشد. مطالعه‌ی کتاب برای من دریچه‌ی تازه‌ای گشود و توجهم را به نکات جدیدی جلب کرد. در میان شعرها، «سفر» بیش از دیگر آثار در ذهنم برجسته شد.

در این مجموعه، بیشترین موضوعات حول محور امید، ساختن آینده و عشق شکل گرفته است؛ امری که نشان می‌دهد شاعر با نگاهی مثبت به جهان می‌نگرد و همین نگاه، مخاطب از جمله من را به تأمل بیشتر و نگرشی امیدبخش‌تر نسبت به زندگی دعوت می‌کند. با این حال، یکنواختی نسبی در مضمون شعرها باعث شده است که برخی از آن‌ها از نظر ریتم و مفهوم به یکدیگر نزدیک باشند. به نظر من، تنها شعری که فضای متفاوت‌تری دارد، «در اوج» است؛ شعری درباره‌ی عقاب که بیش از دیگر آثار به موضوع شجاعت و دل‌کندن از امنیت آشنا می‌پردازد.

در شعر «شب باش» نیز دیدگاهی نو درباره‌ی شب دیده می‌شود. برخلاف نگرش عمومی که شب را تاریک و هراس‌انگیز می‌داند، شاعر آن را سرشار از

آرامش معرفی کرده است. همین نگاه تازه، برای من جذاب و تأمل‌برانگیز بود.

عنوان کتاب «سینه‌ام پر از دویدن گوزن‌هاست» نیز در همان ابتدا کنج‌کاوی‌ام را برانگیخت و مرا به خواندن اثر واداشت تا ببینم پشت این تصویر شاعرانه چه مفهومی نهفته است. در مجموع، با وجود زبان ساده و امیدبخش کتاب و کنار گذاشتن نقاط قوت و ضعف، به این مجموعه دلبسته شدم و می‌توانم بگویم از بهترین مجموعه شعرهایی است که تاکنون خوانده‌ام.

سه یادداشت بر مجموعه شعر

«سینه‌ام پر از دویدن گوزن‌هاست»

سروده مهدی مردانی

یادداشت سوم



اسرا میادی، ۱۳ ساله
مرکز فرهنگی هنری ادبی کتالم
مری: مرضیه آقاجان‌کردی

از خواندن شعرهای این کتاب بسیار لذت بردم. تصویرسازی‌ها در بسیاری از شعرها چشمگیر و خلاقانه بودند. نمونه‌ی روشن آن، شعر «سفر» است؛ جایی که جاده به شالی تشبیه شده که به دور گردن کوه پیچیده و کوه را دعوت به حرکت می‌کند. یا در شعر «یک روز رنگی» با تصویر زیبای «در خواب گل‌دان رد پای ابر پیدا بود»، شاعر جهان

را با زبانی خیال‌انگیز توصیف می‌کند. به جز تصاویر، مفهوم شعر «سفر» نیز برای من بسیار عمیق و تأثیرگذار بود. اندیشه‌ی حرکت مداوم و ادامه‌دادن راه، یادآور تلاش و مسیر زندگی است؛ مفهومی که حتی گفت‌وگو درباره‌ی آن با مربی‌ام ما را به مباحثی همچون مرگ و زندگی کشاند و نشان داد که این شعر ظرفیتی تأمل‌برانگیز دارد.

شعر «یک روز رنگی» نیز سرشار از شور زندگی بود و احساسی روشن و پرنشاط را منتقل می‌کرد. با این حال، در برخی شعرها با مضمون‌ها یا تصاویر تکراری مواجه شدم؛ مانند شعر «از گلوی چوب» که مضمون درد دل‌های یک درخت را بازتاب می‌دهد و مشابه آن را در آثار دیگر نیز دیده بودم.

از نظر مفهومی، تمام شعرها پیام‌هایی امیدبخش درباره‌ی حرکت، تلاش و ادامه‌دادن مسیر زندگی داشتند؛ پیام‌هایی که در من حس خوبی ایجاد کرد و مرا به اندیشه‌های تازه رساند. زبان روان و روشن شعرها، در کنار قالب نیمایی، به موسیقی دل‌نشینی انجامیده بود. در مجموع من شعرهای موزون را بر شعرهای بی‌وزن ترجیح می‌دهم.

یکی از بخش‌هایی که برایم جالب بود، عنوان شعرها بود. برخی از عنوان‌ها را با یکدیگر ترکیب کرده و به عبارات تازه و شاعرانه‌ای رسیده بودم؛ از جمله «ردپای باد و رودخانه» که ترکیب آن می‌شود «ردپای باد روی رودخانه»، یا «ماه و برکه» و «عاشقانه‌ها» که باهم به «عاشقانه‌های ماه و برکه» تبدیل می‌شوند. این بازی با عنوان‌ها برایم لذت‌بخش بود. با این حال، عنوان اصلی کتاب را کمی طولانی می‌دانم و خودم به عنوان‌های کوتاه‌تر علاقه‌مندم.

در میان شعرها، برخی جمله‌ها و مفاهیم بیش از دیگران بر ذهنم اثر گذاشتند. در شعر «رودخانه»، عبارت «ایستگاه آخرت کجاست؟» برایم بسیار سنگین و تأمل‌برانگیز بود. شعر «در سکوت شهر» به روشنی بیان می‌کند که قهرمان زندگی هر کس، خود اوست. در شعر «لبخند و مروارید» نیز غمی پنهان جریان دارد که به شکلی لطیف درون انسان را آرام می‌کند.

خوشنویسی



فاطمه آزادگان، ۱۹ ساله، مرکز کتالم، مربی ساره اسمعیلی



مه سیما محمدی، ۱۸ ساله مرکز قائم شهر، مربی شهلا نیکونیا

خوشنویسی

چو ایران نباشد تن من مباد

فرنگ ادا ای سر زده سر زده در رنگ ایران هر دلی صفا
ما کلاوی طوطا که کلامی درشت که افسی در گشت در گشت
سرد یک بخت هر گدا تا افسان است کلاوی
تا افسان ای بخت در گشت
بخت سر سبز در گشت در گشت
فران نامہ در گشت در گشت
عالمی ای بخت در گشت در گشت
اوست در گشت در گشت

علیرضا

هلیانا مرادیان ۱۲ ساله مرکز شماره یک ساری، مربی شهلا نیکونیا

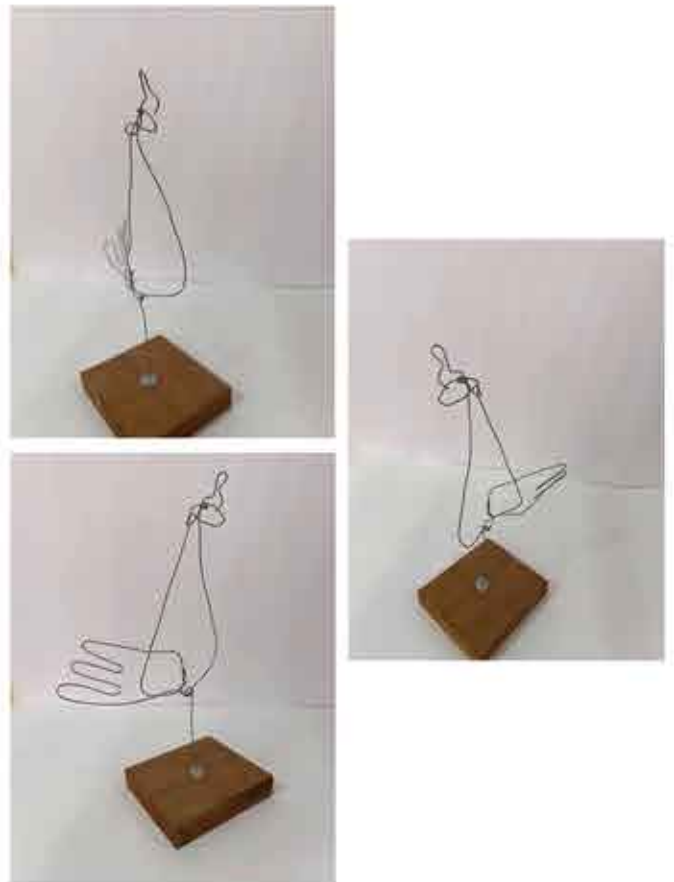


ابوالفضل بهنود ۱۷ ساله، مرکز پل سفید، مربی آمنه قاسم نژاد

سفال و حجم



ابوالفضل یخکشی . ۱۵ ساله مرکز بهشهر . مربی لیلا غلامی



هستی علیزاده . ۱۵ ساله . مرکز شماره ۳ ساری . مربی زینب اکبری



سفال و حجم

امیرکیوان کربلایی ۱۳ ساله مرکز بهشهر
مربی لیلا غلامی



روشنا ملکانه. ۹ ساله. مرکز محمود آباد
مربی زهرا تمیری»



عکاسی

بیتا دیبانی ۱۵ ساله، مرکز شماره ۳۵ ساری
مربی زینب اکبری



سلوا معصومی، ۱۸ ساله، مرکز کلاردشت
مربی سمیه توکل



عکاسی

ماهک باقرزادگان. ۱۴ ساله. مرکز شماره ۲ ساری
مربی زینب اکبری



یاسمین مصلحی. ۱۵ ساله. مرکز شماره ۲ ساری
مربی زینب اکبری

عکاسی



زینب اکبری. مربی فرهنگی
مرکز شماره ۳ ساری



زینب نیلچیان. مربی مسئول
مرکز شماره ۳ ساری

عکاسی



مجتبی ولی پور، معاون اداری مالی کانون مازندران



مغری خلیل نژاد، مربی فرهنگی هنری مرکز کیاسر

نقاشی



حسنا حسن زاده
۹ ساله. مرکز محمود آباد
مربی زهرا تمیری

سیده دلارام حسینی. ۱۳ ساله. مرکز آمل
مربی آرزو قناعت



نقاشی



امیررضا ابراهیمی. ۱۳ ساله. مرکز شماره ۳ ساری. مربی زینب اکبری



علیرضا امیری. ۱۱ ساله. مرکز کیاسر. مربی صفی خلیل ثراد

نقاشی



سمیه توکل
مربی مسئول مرکز کلاردشت



ژیلا خاکپور
مربی مسئول مرکز نور

NEWS!

اخبار برگزیده
کانون



تماشاخانه سیار کانون با اجرای نمایش و برنامه های شاد مهمان کودکان مازندران شد

تماشاخانه سیار کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان با اجرای نمایش «کلوچه های خدا» و مجموعه ای از برنامه های فرهنگی، هنری و آموزشی، از ۲۵ تا ۳۰ مهرماه در شهرهای مختلف استان به حرکت درآمده است. این کاروان فرهنگی از ۲۵ تا ۳۰ مهرماه در شهرهای بابل، جویبار، محمودآباد، سرخورد، نور، رویان، چمستان، کلاردشت، نشتارود، شیروود، خرمآباد و رامسر به اجرای برنامه خواهد پرداخت.

کتابها و تولیدات هنری کودکان با نیازهای ویژه در ساری به نمایش درآمد

نمایشگاه آثار حسی-لمسی ویژه کودکان و نوجوانان با نیازهای ویژه، با حضور جمعی از مسئولان استانی و فرهنگی در مرکز فراگیر کانون پرورش فکری شماره یک ساری گشایش یافت.



ویژه برنامه های هفته ملی کودک در مازندران

از سوی ستاد گرمی داشت هفته ملی کودک استان مازندران، ویژه برنامه های متعدد فرهنگی، هنری، ادبی و ... در سراسر استان مازندران برگزار شد.





استاندار مازندران در دیدار با کودکان منتخب کانون پرورش فکری: سرمایه‌گذاری برای کودکان، مسیر توسعه پایدار مازندران است / با کودکان کانون آینده را روشن‌تر دیدم

استاندار مازندران در دیدار با اعضای منتخب کودک کانون پرورش فکری مازندران، سرمایه‌گذاری برای کودکان را مسیر توسعه پایدار این استان عنوان کرد و افزود: با کودکان کانون، آینده را روشن‌تر دیدم.



گردهم آیی سراسری مسئولان مراکز فرهنگی هنری مازندران

گردهم آیی سراسری مربیان مسئول مراکز فرهنگی هنری کانون مازندران با حضور مدیرکل، معاونین، مسئولان و کارشناسان واحدهای ستادی در ساری برگزار شد.



NEWS!

اخبار برگزیده
کانون



اجرای دواثر نمایشی در قالب طرح تناوبی تئاتر و رویداد «هزار رویا، یک نگاه» برای دانش‌آموزان در شهرستان‌های مختلف استان اجرا شد



نشست تخصصی دوپنجره با
موضوع نقد و بررسی اشعار
مجموعه شعر «سینهام پر از
دویدن گوزن هاست» با حضور
نویسنده کتاب در ساری برگزار
شد.



پس از سالها پیگیری با حضور حامد فاضلی، مدیرکل کانون پرورش فکری مازندران، و علی اصغر باقرزاده، نماینده مردم بابلسر در مجلس شورای اسلامی، و با حمایت برار جانی، خیرنیک اندیش، راهاندازی مراکز فرهنگی هنری کانون در شهرستان بابلسر کلید خورد.



مرحله استانی بیست و هفتمین جشنواره بین المللی قصه گوئی با شعار الهام بخش «جهان، با قصه کودکان را ببین» روزهای ۲۵ و ۲۶ آذرماه در شهرستان چالوس برگزار شد.



این جشنواره با حضور مجید قناده، کارگردان و مجری پیش کسوت حوزه کودک و نوجوان و برگزاری کارگاه های تخصصی قصه گوئی و نمایشگاه های جنبی ویژه مربیان و کودکان و نوجوانان همراه بود.



ویژه برنامه هفته پژوهش روز ۲۱ آذر ۱۴۰۴ با همکاری کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان شهرستان رامسر و مؤسسه آموزش عالی رحمان این شهرستان برگزار شد.



جشن هفته کتاب در کانون مازندران به مناسبت روز کتاب، کتابخوانی و کتابدار، برنامه های متنوع فرهنگی، هنری و ادبی با حضور جمعی از دانش آموزان در سالن سینما کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان برگزار شد.



استاندار مازندران در دیدار با اعضای کانون پرورش فکری:

صدای شما را می شنویم / کانون خانه امید و خلاقیت است

مهدی یونسی رستمی، استاندار مازندران، در نشست صمیمی با اعضای فعال نوجوان کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان استان، کانون را خانه امید و خلاقیت عنوان کرد و خطاب به نوجوانان گفت: صدای شما را می شنویم.



ویژه برنامه علمی و فرهنگی «تا ثریا» همزمان با پرتاب ماهواره های ایرانی با حضور کودکان، نوجوانان و خانواده ها و به صورت زنده از شبکه صدا و سیما مازندران و شبکه یک سیما در کانون پرورش فکری مازندران برگزار شد





عکس از:
ثمانه حاجیان
کارشناس آموزش و پژوهش
کانون مازندرانی



ملت بزرگ ایران
خود را بهت و بهت خود را
بر رخ و بخت ان کشید

لبخند خداوند

می‌روید از لب‌های تو یک روز لب‌خندت
آنگاه باطل می‌شود با غصه پیوندت
وقتی تمام روح تو سرشار از شادی‌ست
طعم خوشی را می‌چشد این قلب در بندت
با اشک تو جاری شود از ابرها باران
با خنده‌ات خشنود می‌گردد خداوندت
زیبایی‌ات را در نقاب خنده می‌بینی
آنگاه می‌بینی اثر کرده‌ست ترفندت
وقتی که غم‌ها را به چهره بازگردانی
باطل شود حتما درون قلب سوگندت

نازنین زهرا عابدیان، ۱۵ ساله
عضو مرکز فرهنگی هنری ادبی شماره یک بابل
مربی: مانده یحیی پور

