



صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری صاد
مدیر مسئول و سردبیر: محمدرضا شفیعی
دبیر تحریریه: امیر افشار فتوحی

www.rooznamehsaba.com
rooznamehsaba

تهران - خیابان آیت الله مدنی - کوچه خجسته منش - پلاک ۵
تلفن: ۶۰-۷۷۵۸۲۴۲۲ فکس: ۷۷۵۴۸۲۴۵
چاپ: موسسه فرهنگی مطبوعاتی ایران
توزیع: نشر گستر امروز



گفت و گو با لیلیا کفاش زاده نویسنده و پژوهشگر ادبیات کودک:

بازی‌های تعاملی به کاهش اضطراب کودکان کمک می‌کند

می‌شوند. پیام آن، پرهیز از خشونت است، بدون اینکه مستقیم درباره جنگ صحبت کند. یا «ساز دهنی» اثر جین کاتلر که طاهره آدینه‌پور آن را ترجمه کرده‌اند، درباره جایگاه موسیقی در تقابل با جنگ است. تصاویری زیبا و احساسی دارد و بچه‌ها در آغوش پدر و مادر هستند. این کتاب موسیقی را نجات‌بخش می‌داند. بسیاری از این آثار به نوعی تلخی جنگ را نرم می‌کنند. حتی اگر درباره جنگ باشند، شدت خشونت را کاهش داده و ذهن کودک را به سمت صلح می‌برند. کفاش زاده در پاسخ به این سوال که چگونه می‌توان به کودکان آموخت که با وجود شرایط سخت، زندگی متوقف نشده و باید ادامه داد؟ گفت: این پرسش مهمی است. باید بگویم بچه‌ها بیشتر از آنکه از گفته‌های ما چیزی یاد بگیرند، از رفتار ما می‌آموزند. این جمله را یاد شنیده‌اید که «رفتار ما تربیت فرزندمان می‌شود». ما بزرگ‌ترها اگر بخواهیم دائم نگران باشیم، اضطراب بگیریم و غصه بخوریم، فلج روانی می‌شویم. ممکن است زنده باشیم، اما عملکرد سالم روانی مان را از دست بدهیم. پس باید زندگی را حتی اگر به سختی ادامه دهیم. این نویسنده اضافه کرد: در فضای مجازی دیدم که بعضی مراکز اعلام کرده‌اند برای بازی، بچه‌ها را رایگان می‌پذیرند. اگر آن مراکز مورد اعتماد و در دسترس هستند، این فرصت خوبی به شما می‌دهد. حتی خانواده‌ها می‌توانند با دوستانشان برنامه‌های گروهی ترتیب دهند. کودک وقتی ببیند ما بزرگ‌ترها زندگی می‌کنیم، یاد می‌گیرد زندگی در جریان است. رفتار ما تربیت اوست، اینکه ما چگونه هستیم، مهم‌تر از آن است که چه می‌گوییم. وقتی کودک ببیند که کتاب در دست والدین است، خودش هم به سمت کتاب‌خوانی می‌رود. بدون اینکه لازم باشد حتی یک کلمه حرف بزنیم. رفتار ما الگوی اوست. کفاش زاده در پایان گفت: آرزوی من برای تمام مردم؛ به ویژه کودکان سرزمین ایران، این است که هر چه زودتر این شرایط به صلح و امنیت بازگردد و همه با کمترین آسیب این دوران را پشت سر بگذارند. زندگی همیشه فراز و نشیب دارد. هیچ‌جا دنیا نیست که سراسر آرامش باشد و جای دیگر سراسر بحران. زندگی، زندگی است. مهم این است که بتوانیم از دل سختی‌ها عبور کنیم. برای ایران عزیزمان، چنین توان، صبوری و امیدی را آرزو می‌کنم. / ایرنا

دچار اضطراب می‌شوند. این اضطراب دوران کودکی اگر شدید باشد و درمان نشود، متأسفانه می‌تواند تا پایان عمر با آن‌ها باقی بماند. هر حادثه‌ای ممکن است این اضطراب را دوباره زنده کند و حتی به آسیب‌های جدی روانی منجر شود.

این نویسنده با بیان این که ضروری است خانواده‌ها بدانند در برابر کودکان باید چه رفتاری داشته باشند، اظهار داشت: حتماً بچه‌ها سؤالاتی در ذهن دارند. ممکن است صداهایی را که می‌شنوند، نشناختند. بزرگ‌ترها شاید تجربه جنگ را داشته باشند و با این صداها آشنا باشند، اما برای بچه‌های امروز، این نخستین مواجهه است. باید با آرامش با آن‌ها حرف زد؛ در حدی که متناسب با درک‌شان باشد. مسائل کلی را می‌توان توضیح داد؛ مثلاً اینکه گاهی کشورها ممکن است مثل بچه‌هایی که با هم قهر می‌کنند، با هم دچار اختلاف شوند و این اتفاق‌ها پیش می‌آید، اما جای نگرانی نیست.

این پژوهشگر قصه‌گویی، ادامه داد: حملات شبانه باعث شده بچه‌ها در ساعات شب مضطرب‌تر شوند. از طرفی، اگر چه روان‌شناسان کودک بر استقلال تأکید دارند، اما به نظر من (که البته من متخصص روان‌شناسی نیستم، فقط تجربه مادری دارم) اکنون زمان مناسبی برای اصرار بر استقلال کودک نیست. بهتر است فضا را شبیه به یک سفر یا مهمانی کنیم. مثلاً همه با هم بخوابیم. این «شکستن قاعده» برای بچه‌ها جذاب است. آن‌هایی که معمولاً تنها می‌خوابند، حالا می‌توانند کنار والدین باشند یا والدین پیش آن‌ها بخوابند. این نوع همراهی در خواب شبانه در این شرایط، همراه با نوازش و آغوش، به بچه‌ها حس امنیت بالایی می‌دهد.

وی اضافه کرد: در مورد بازی‌ها، بازی‌های ایرانی زیادی هستند که می‌توان استفاده کرد؛ مثل «گرگم و گله می‌برم»، «گنجشک»، «کک به تنور»، یا دیگر بازی‌های قدیمی و ساده ایرانی. حتی قصه‌های کهن مانند «کدو قلقله زن» را می‌توان با ریتم و حالت تکرار شونده، به صورت خنده‌دار اجرا کرد.

وی اضافه کرد: کتاب «سازگاری» هم داستان زیبایی از دوران غارنشینی است که کودک به جای استفاده از تیر کمان برای شکار، از آن برای نواختن موسیقی استفاده می‌کند و حیوانات دورش جمع

در شرایط فعلی که دشمن صهیونیستی به کشور ما حمله کرده و طبیعتاً تبعات آن در همه اقشار جامعه احساس می‌شود؛ کودکان یکی از آسیب‌پذیرترین گروه‌ها به شمار می‌روند. اضطراب ناشی از جنگ و تغییرات ناگهانی در زندگی می‌تواند تأثیرات عمیقی بر سلامت روان کودکان داشته باشد و سال‌ها در زندگی آن‌ها باقی بماند. درباره برون رفت از شرایط بحرانی موجود و تأثیر آن بر کودکان با لیلیا کفاش زاده نویسنده و پژوهشگر ادبیات کودک و نوجوان گفت و گویی انجام شده است که در ادامه می‌خوانید.

لیلیا کفاش زاده، کارشناس بازنشسته میراث فرهنگی و پژوهشگر حوزه قصه، افسانه و فرهنگ عامه است؛ او موسس «دفتر کودک و نوجوان» در پژوهشگاه میراث فرهنگی و گردشگری است و در این سمت به آموزش مربیان کودک و فرهنگ‌ورزان حوزه میراث فرهنگی مشغول است.

لیلیا کفاش زاده، در شرایط بحرانی امروز کشورمان بر نقش بازی‌ها، قصه‌ها و فضای گرم خانواده به عنوان راهکارهایی مهم برای ایجاد آرامش و حفظ سلامت روان کودکان تأکید می‌کند و توصیه‌هایی کاربردی برای والدین و مربیان ارائه می‌دهد.

وی در پاسخ به این سوال که این روزها چگونه می‌توانیم به کودکان آرامش بدهیم؟ گفت: بهترین راه آرام‌سازی بچه‌ها بازی است؛ بازی‌های مختلف، قصه‌گویی، فیلم‌هایی که دوست دارند. اگر امکانش هست، بازی‌های گروهی با حضور اعضای خانواده در خانه ترتیب دهیم. در شرایط بحرانی، گفتن حقیقت به کودکان معمولاً به کاهش اضطراب کمک نمی‌کند، بلکه آن‌ها را نگران‌تر می‌کند. اما وقتی در فضای بازی قرار بگیرند، وقتی احساس کنند انگار در تعطیلات هستند، ذهن‌شان منحرف می‌شود و بهتر می‌توانند با شرایط کنار بیایند.

وی ادامه داد: واقعیت این است که کودکان یکی از آسیب‌پذیرترین گروه‌ها در موقعیت‌های بحرانی‌اند؛ چه زلزله، چه جنگ، چه سیل و چه سایر رویدادهای طبیعی یا انسانی. علت این است که شناخت آن‌ها از محیط اجتماعی هنوز کامل نیست و نمی‌توانند علت وقایع و روابط پیچیده اجتماعی را درک کنند، به همین دلیل به سرعت

