

## اثرات بازی در رشد شخصیت کودکان

از گذشته‌های دور درباره «بازی» نگرش‌های مثبت و منفی وجود داشته است. عده‌ای بازی را مصرف بی‌هدف انرژی‌های انباشته شده، لذت آنی و رفتارهای زائد و بیهوده تلقی کرده‌اند؛ در حالی که برخی دیگر آن را زیباترین و پاک‌ترین فعالیت برای شکوفایی و رشد کودک می‌دانند.

بازی یکی از نیازهای اساسی کودکان و مهم‌ترین فعالیت آنها به شمار می‌رود که در عین سرگرم‌کننده بودن، کارکردهای مهم دیگری نیز دارد. هر یک از این کارکردها به جنبه‌ای از زندگی کودک مربوط می‌شود و او را برای زندگی بزرگسالی آماده می‌کند. بازی انعکاس فعالیت‌های درونی کودک و میل به خوشی، آزادی و رضایت اوست که صفا و آرامش را برایش به ارمغان می‌آورد. روان‌شناسان معتقدند کودک در فعالیت‌های خودجوش باید آزاد گذاشته شود. در جریان بازی نیروهای ذهنی و جسمی کودک همراه با دقت، تخیل، نظم و ترتیب و چالاکی رشد می‌یابند. علاوه بر این، بازی محرک و انگیزه‌ای است که در جهت کسب تجارب اجتماعی از آن استفاده می‌شود. کودک از راه بازی می‌تواند به استعدادها، توانایی‌ها، خواسته‌ها، ضعف‌ها و نکات مثبت و منفی خود پی ببرد و با شناخت ویژگی‌های خود، ساخت شخصیت خویش را تحکیم بخشد. بازی به عنوان فرآیندی چندبعدی، به نحوی قابل توجه، در خدمت تکامل و رشد کودک است و می‌تواند راهی برای تخلیه انرژی‌ها در سیر مورد نظر باشد. کارل گروس، از صاحب‌نظران قرن نوزدهم، اعتقاد دارد بازی عاملی است برای رشد نیروهای خام و آماده‌سازی آنها برای استفاده در زندگی. بازی فرآیند یادگیری را برای کودک، این انسان کوچک، لذت‌بخش می‌کند و همچنین به ارضای بسیاری از نیازهای اساسی و زیربنایی او منجر می‌شود. اهمیت بازی در مباحث روان‌شناسی رشد تا حدی است که صاحب‌نظران آن را «تفکر کودک» نامیده‌اند.

بازی وسیله‌ای برای بیان احساسات، برقراری ارتباط، توصیف تجربیات، آشکار کردن آرزوها و خودشکوفایی است. فعالیت بازی در واقع تلاش کودک برای کنار آمدن با محیط است که از این طریق او خود را در می‌یابد و دنیا را درک می‌کند. بازی به کودکان اجازه می‌دهد هنگامی که سایر شکل‌های بیان کردن ناممکن‌اند، به بیان خود بپردازند.

بازی فرصت بی‌همتایی برای بزرگسالان فراهم می‌کند تا دنیا را از دیدگاه‌های کودک درک کنند و از آنجا که برای کودکان فعالیتی بسیار لذت‌بخش است، آنان را تغریب می‌کند تا آرام باشند، حالت دفاعی خود را که ممکن است داشته باشند، کاهش دهند و احساساتشان را بی‌پرده بیان کنند. بازی همچنین به آن‌ها کمک می‌کند تا مهارت‌های اجتماعی مفیدی به دست آورند و رویکردهای جدید و کارآمد حل مساله را آزمایش کنند.

کودکان از طریق بازی ارتباط برقرار می‌کنند. مشکلات کودکان در جریان رشد اغلب با عدم توانایی بزرگسالان برای درک آن‌ها توأم است. اکثر بزرگسالان از کودکان انتظار دارند که با آن‌ها از همان طریق که خود راحت‌ترند، ارتباط برقرار کنند؛ یعنی ارتباط کلامی. آن‌ها به جای اینکه با کودک، کودکانه رفتار کنند، از او انتظار دارند که رفتار خود را تا حد یک بزرگسال برساند.

بازی، وسیله‌ای برای فهم خود

کودکان سعی می‌کنند خود را بفهمانند؛ هرچند که اغلب از طریق کلامی موفق نیستند. میان آنچه از زبان کودکان فهمیده می‌شود و آنچه کودکان بیان می‌کنند، تفاوت وجود دارد.

کودکان معمولاً فراتر از آنچه بیان می‌دارند، درک می‌کنند. اکثر بزرگسالان قادرند احساسات (درماندگی، اضطراب و...) و مشکلات شخصی خود را در قالب کلام اظهار دارند؛ در حالی که محدود کردن کودکان به بیان خود از طریق کلامی در ارتباطی که باید بین کودک و مشاور به وجود آید، محدودیت‌های غیرلازم و غیرواقعی را ایجاد می‌کند. به ویژه اگر این ارتباط یک تجربه درمانی باشد.

بازی برای کودکان مساوی صحبت با بزرگسالان است. کودکان در صورتی که فرصت یابند، احساسات و نیازهای خود را از طریق بازی، به همان صورت و روشی که مشابه روش بزرگسالان است، بیان می‌دارند. بیان کودکان در مواردی نظیر ترس، عصبانیت، شادمانی، ناکامی شبیه بزرگسالان است. انواع بازی‌ها در نقش کلمات کودکان هستند و بازی‌های مختلف می‌توانند برای کودکان فرصتی فراهم آورند تا احساسات و مشکلات خود را همانگونه که تجربه کرده‌اند، بیان دارند.

نقش بازی در رشد اجتماعی کودک

از بعد رشد اجتماعی، تعامل در بازی با دیگر کودکان، کودک را قادر می‌کند تا تصورش را از خود و دیگران به صورت عام رشد دهد. کودکی که بازی می‌کند نقش خود را به طور مرتب تغییر می‌دهد و مجبور می‌شود چشم‌انداز خود را نیز متفاوت سازد. در بازی‌های گروهی که مقررات و قواعد دارند، بازیکن باید نقش دیگر بازیکنان را بداند و همچنین توانایی برعهده گرفتن نقش دیگران را در خود رشد و توسعه دهد تا از طریق پیش‌بینی آنچه در آینده اتفاق می‌افتد، بتواند رفتار خود را با آن سازگار کند. کودک شروع به ارزیابی توانایی‌های خود در مقابل دیگران می‌کند و هویت یا تصور از خود را بهبود می‌بخشد.

کودک‌انی که با دیگر کودکان بازی می‌کنند، هویت خود را بهتر کشف می‌کنند. آن‌ها از طریق بازی کردن نقش‌های متنوع بزرگسالان، مقررات اجتماعی و معیارهایی که رفتار بازیگر را تنظیم می‌کند، می‌آموزند. بازیگر باید یاد بگیرد که به قواعد بازی، حتی زمانی که انگیزه‌های آنی او را به سوی یک رفتار کاملاً متفاوت سوق می‌دهد، پایبند باشد.

بازی با بازیچه، موثر در رشد شخصیت کودکان

علاوه بر این، کودک در حین بازی خود را در موقعیت‌های اضطراب‌آور و ترسناک قرار می‌دهد و با همراهی بازیچه به جست‌وجوی راه‌حل می‌پردازد و از این طریق تسلط خود را بر موقعیت‌ها افزایش می‌دهد. کودکی که از مراجعه به دکتر هراس دارد، با همکاری بازیچه اش نقش‌های بیمار و پزشک را بازی می‌کند و از این طریق تسلط خود را در موقعیت‌هایی که احتمالاً پیش خواهد آمد مجسم می‌کند و تا حدی بر نگرانی و ترسش فائق می‌آید.

همچنین بازی ممکن است معانی خاص و مهمی برای برخی از کودکان داشته باشد و تمایلات گوناگون آن‌ها را به صورت نمادین ارضا کند اما مطمئناً نمی‌تواند برای همه بازیکنان همان مفهوم خاص را داشته باشد. بازی به خصوص با بازیچه، علاوه بر موارد ذکر شده قبل می‌تواند در رشد شخصیت کودک تاثیرات بسزای دیگری نیز داشته باشد.

بازی و رشد خلاقیت‌ها

کودک در نقش‌هایی که تمرین می‌کند، تجدیدنظر می‌کند و قسمت‌های جدید را جایگزین قسمت‌های قبل می‌کند. از این طریق تجارب خود را با ادراکات و شناخت‌های

جدیدش تلفیق می‌کند. این بازسازی‌ها و ترکیب‌ها به رشد قدرت آفرینندگی و خلاقیت او کمک می‌کنند.

کمک به درک تشخیص کودک

او در حین بازی با گدی بازیچه مهارت‌هایی را برای ایجاد ارتباط با دیگران به دست می‌آورد. توقعات دیگران از خود را در حین بازی ارزیابی و آرزوهای خود را نیز ابراز می‌کند. این راهی برای شناخت او از زندگی و مسائل آن است.

کودک در حین بازی کدی اش را بغل می‌کند، به گردش می‌برد، به او غذا می‌دهد، این اعمال فرصت تمرین و تکرار حرکات فیزیکی را برای کودک فراهم می‌آورد و بالطبع او را در به کارگیری اعضایش صاحب تجربه می‌کند.

تقویت اعتمادبه‌نفس

گدی هم صحبت و مخاطبی است که پیوسته همراه کودک است و هر زمان کودک اراده کند مورد مصاحبت او قرار می‌گیرد. مخاطبی که هیچ‌گاه از صحبت کودک خسته نمی‌شود، چشم‌هایش پیوسته باز است و حواسش پرت نمی‌شود، هنگام صحبت کردن کودک خمیازه نمی‌کشد یا راه آشپزخانه را در پیش نمی‌گیرد و یا حتی به او گوشزد نمی‌کند که گرفتار است. حرف‌های تکراری کودک را گوش می‌دهد، هرگز وسط حرف‌هایش نمی‌دود، در حین صحبت اشکالات تلفظی‌اش را اصلاح نمی‌کند و یا برای روند کند صحبت او بی‌تحمل نیست.

با توجه به موارد ذکر شده این نکته قابل توجه است که ارتباط کودک با گدی یک رابطه ساده و بی‌ارزش نیست که برخی والدین تنها برای پر کردن اوقات فراغت از آن استفاده می‌کنند. این ارتباط مبانی اساسی ارتباط عمیق و گسترده روانی - اجتماعی کودکان را در دوره‌های بعدی رشد و

تکامل شخصیت آن‌ها پی‌ریزی می‌کند و باعث می‌شود آن‌ها در آینده بتوانند با قدرت تحلیل بهتر و تجارب مثبت‌تری به روابط خود با دیگران در جامعه ادامه بدهند.

بازی ابزاری برای تجربه پیدا کردن

بازی راهی برای تجربه کردن هستی توسط ادراک است و کودک از این راه خود را انسانی آزاد، مستقل و توانمند می‌یابد. در واقع، کودک از راه بازی آنچه را کسی نمی‌تواند به او بیاموزد، یاد می‌گیرد.

## بازی و رشد ذهنی

بازی امکان تجربه و تعامل‌های مستقیم با عوامل محیطی را برای کودک فراهم می‌کند. بازی نه تنها بر رفتارهای هوشمندانه و قابل مشاهده کودک اثر دارد بلکه بر ساخت فیزیولوژیکی مغز او نیز تأثیری انکارناپذیر می‌گذارد. برای مثال، موش‌هایی که در معرض محرک‌های محیطی قرار گرفته بودند از نظر مواد شیمیایی فعال کننده یا کند کننده در محل اتصال دو عصب غنی‌تر بودند.

اولیور در سال ۱۹۵۸ ضمن مطالعاتی که روی کودکان عقب مانده ذهنی در انگلستان انجام داد، آن‌ها را به دو دسته تقسیم کرد: گروه آزمایشی او به آموختن مفاهیمی از طریق بازی که روزانه چند ساعت انجام می‌گرفت، مشغول شدند و گروه کنترل صرفاً به آموزشی سنتی یعنی مطالعه در طول روز پرداختند.

نتایج به دست آمده نشان دادند که کودکان گروه آزمایشی در انجام دادن کارهای خانگی خود موفق‌تر از گروه کنترل بودند و در آزمون‌های گوناگون، نمره هوش بهتری به دست آوردند.

کودکان مفاهیم عمده‌ای را که ساخت ذهنی انسان را شکل می‌دهد از طریق بازی در می‌یابند. آشنایی او با مفاهیم پایه همچون فضا، کمیت، ساخت، شکل و... صرفاً از طریق بازی حاصل می‌شود. جالب آنکه بازی خود یکی از بهترین راه‌های مطالعه چگونگی رشد فرآیندهای ذهنی کودک است. چنان که «پیازه» ضمن مشاهده بازی کودکان خود موفق به کشف قوانین رشد ذهنی شد و «هوفمان» عقیده دارد بازی‌های تخیلی در سنین کودکی نقش برجسته‌ای در افزایش نیروی سازندگی و زندگی عاطفی کودکان ایفا می‌کنند.

کودک در سنین اولیه زندگی علاقه زیادی به تغییر و دست کاری اشیا دارد. این تمایل باعث می‌شود که او اسباب‌بازی‌های خود را از یکدیگر جدا سازد و دوباره با سر هم کردن آن‌ها طرحی جدید پدید آورد و آنگاه به افسانه‌پردازی و داستان‌سرایی در مورد ساخته خود متوسل شود. تمامی این موارد باعث پرورش نیروی تخیل کودک می‌شود و قدرت ابتکار و هوش او را افزایش می‌دهد.

آشنایی کودک با خود نیز از طریق بازی انجام می‌گیرد و بازی کامل‌ترین مجموعه تجربه‌های حسی و حرکتی را در اختیار او قرار می‌دهد.

در سال ۱۹۳۲ وان الستاین ، اوسط میدان توجه هفت دقیقه‌ای دو ساله‌ها را به دست آورد. این اوسط نشان می‌داد که میدان توجه یکی از کشش‌های بلوغ است اما در مطالعات بعدی میدان توجه کودکان به جای بازی با یک اسباب‌بازی ساده، مدت زیادتری با اسباب‌بازی‌های مشخص و تقریباً پیچیده اندازه‌گیری شد. نتایج نشان داد که میدان توجه بیش از آنکه به سن مربوط باشد یکی از کنش‌های نوع اسباب‌بازی است. اگر کارهای تعیین شده به اندازه کافی جذاب باشند، حتی کودکان خردسال هم دارای میدان توجه وسیعی هستند.

#### نقش درمانی بازی

بازی ابزاری طبیعی است که کودکان از طریق آن می‌توانند خودشان را بیان کنند. بازی موجب برانگیخته شدن افکار و کسب تجربیات و نتایج زیاد می‌شود. در مواردی نیز می‌تواند نقش درمانی داشته باشد. بازی درمانی یکی از رایج‌ترین شیوه‌هایی است که اغلب روان‌شناسان بالینی، روان‌تحلیلگران و مشاوران برای درمان مشکلات عاطفی کودکان به کار می‌برند. کودکی که موقعیت مصاحبه رسمی ممکن است برایش تجربه‌ای ناراحت‌کننده باشد، هنگامی که وسیله بازی آشنایی را می‌بیند، احساس راحتی بیشتر می‌کند.

بازی در درمان کودکان وسیله و ابزار ارتباطی است که با کلمات، یعنی وسیله ارتباط بزرگسالان، قابل مقایسه است. انواع بازی‌ها و اسباب‌بازی‌ها کلمات کودکان هستند و اگر به دقت انتخاب شوند، می‌توانند برای کودکان فرصتی فراهم آورند تا احساسات و مشکلات خود را همانگونه که تجربه کرده‌اند، بیان دارند.

بازی برای کودک یک زبان است. بزرگسالان توسط زبان کلامی ارتباط برقرار کرده و از آن استفاده می‌کنند. بازی درمانی به کودک این اجازه را می‌دهد تا از طریق آن به بیان احساسات، مشکلات و استرس‌های خود بپردازد و در نتیجه بر مشکلات خود فائق آید.

بازی وسیله‌ای است که کودک از طریق آن، تجارب آسیب‌رسان را کنترل می‌کند و مهارت می‌یابد. برای مثال، کودکی که مدتی بیمار و یا در بیمارستان بستری بوده است، فعالیت‌هایی مثل تزریق آمپول به گدی یا دوستانش را نشان می‌دهد یا کودکانی که درگیر جنگ، زلزله و مشکلات خانوادگی مثل طلاق یا مرگ هستند، در بازی‌هایشان طوری برخورد می‌کنند که می‌خواهند از آن استرس و فشار رهایی یابند.

متخصصان کودک در مطالعات انجام شده متوجه این موضوع شده‌اند که از طریق بازی می‌توان بر احساسات منفی و فشارزا در کودک با برون‌ریزی این احساسات غلبه کرد. برای کودکانی که قادر به بیان مشکلات و ناراحتی‌هایشان از طریق گفت‌وگو نیستند، بازی می‌تواند بهترین عامل برای شناخت و درمان اختلالات آنان باشد. بازی درمانی یکی از خدمات انسانی است که می‌تواند یک نسل را از مشکلات روانی، اجتماعی و خانوادگی نجات بخشد و فرزندان سالمی را به جامعه تحویل دهد. کودکان بسیار خردسال برای آنکه به سلامت بزرگ شوند، لازم نیست خواندن و نوشتن را بلد باشند اما قطعاً نیاز دارند بدانند که چگونه بازی کنند.

سایت جام جم سرا