

التعليم المبني على المهارات الحياتية

بنظرة مستقبلية

Life Skills Based Learning

د. خير سليمان شواهين

الفهرس

الصفحة	المحتوى
5	المقدمة
7	قبل أن نبدأ
8	الفصل الأول: تعليم الأطفال في الهواء الطلق
20	الفصل الثاني: تعليم العادات والأخلاق وبناء الذات في البيت
36	الفصل الثالث: كيف أمنح طفلي شخصية قوية؟
46	الفصل الرابع: إكساب الأطفال عادات الناجحين في البيت
66	الفصل الخامس: تعليم الرياضيات في البيت بطرق ممتعة
83	الفصل السادس: دليل الوالدين إلى التعلم عن بعد
86	الفصل السابع: إكساب الأطفال في البيت مهارات القرن 21
89	الفصل الثامن: التعلم من الطبيعة
111	الفصل التاسع: التعلم من الفنون
119	الفصل العاشر: التعلم مدى الحياة / وتحفيزات سوق العمل
154	المراجع

تفسير ابن كثير - سورة البقرة - الآية 164

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَآخْتِلَافِ اللَّيْلِ
وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ
النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَاءٍ فَأَحْيَا بِهِ
الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ
الرِّيَاحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ
لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ (164)

0:02 / 8:03



المقدمة

بسم الله والصلوة والسلام على رسول الله، وبعد
لا أظن أنني أبالغ إن قلت أن التعليم المبني على المهارات الحياتية هو أقدم أنواع التعليم،
وهو مستمر منذ أن نزل آدم عليه السلام على الأرض وحتى الآن.

فبحن نتعلم الدين واللغة ومعرفة الذات وال العلاقات الاجتماعية والمهارات الحياتية،
والخبرات الحرفية، وغيرها، من أهلكنا، وخاصة في عصر العولمة التي تشكل خطراً كبيراً
على هذه المجالات، ولهذا نعطي هذا الجانب أهمية كبيرة في هذا الكتاب.
وكذلك يمكن للمدرسة أن تستفيد من هذا النوع من التعليم من خلال توظيف حديقة
المدرسة ومرافقها، والأماكن القريبة التي تقدم مصادر متنوعة من المعرفة، مثل
الرحلات في الطبيعة، والمخيّمات الكشفية، والمتاحف، ومحطات الرصد الجوي،
والمراسيد الفلكية.

ومدارس وكذلك الجامعات لا تقدم لنا إلا القليل من المعلومات والمهارات مما تحتاجه في
حياتنا، فهي تعلمنا اللوغارتمات، ولكن لا تعلمنا كيف نقص قطعة خشب على سبيل
المثال.

والأهم من ذلك، التكنولوجيا تتطور سريعاً، والمناهج الدراسية لا يمكنها أن تلتحقها،
ولهذا يجب علينا أن نطور مهاراتنا حتى نلحق باحتياجات العصر.

كما أن هناك نوع آخر من التعلم، وهو المرتبط بطبيعة عملك، ويجب أن تتعلم من
الآخرين، أو من خلال الممارسة، سواء كنت مزارعاً أو حداضاً، أو خبازاً، أو المهارات
المترتبة التي تحتاجها المرأة.

وقد زادت أهمية هذا النوع من التعليم في ظروف انتشار الأوبئة، وتعطيل المدارس
والجامعات، والتعليم الرقمي هو تعليم فقط، وناقص أيضاً، فلا يمكن أن يصل لمستوى
التعليم الوجاهي، وكذلك لا يتضمن تعليم التربية، ولا المهارات، ولهذا يجب أن يعود
دور الأهل، سواء الوالدين والإخوة، والجد والجددة، والأعمام وغيرهم، وهذا كان هو
الوضع الطبيعي سابقاً.

كما صار هذا التعليم ضروريا جدا للعائلات التي هاجرت إلى بلاد أخرى ، من أجل الحفاظ على دين ولغة وعادات أجدادهم .

ولا ننسى أن هذا التعليم ينقل كثير من المهارات الحياتية عبر الأجيال ، ومن أهمها خبراتهم في الغذاء والدواء ، وتاريخهم وحكاياتهم ، وعاداتهم .

ومن الأسباب المهمة جدا لهذا التعليم ، هو التقدّم التقني السريع ، وال الحاجة إلى وظائف جديدة ، وخاصة في المجال الرقمي ، ومن أكمل دراسته في مجال آخر ، ويريد أن يجد فرصة عمل في هذه الوظائف ، ليس من المنطقي أن يعود للجامعة مرة أخرى ، ولكن يمكن أن يبدأ تعلّمه من خلال دورة تدريبية ، ثم يكمل تعلّمه سواء من خلال أشخاص ذوي خبرة ، أو الكتب ، أو الممارسة .

وفيما يلي أقوال بعض الكتاب في هذا التعليم :

"الطفل المتعلّم فقط في المدرسة هو طفل غير متعلم" ، جورج سانتايانا .

"لا تجعل التعلّم في المدرسة يتعارض مع تعلّمك الحقيقي" ، مارك توين .

"لقد تعلّمت أن أفضل فصل دراسي في العالم يقع تحت أقدام شخص مسن" ، آندي روني .

وأرجو أن يكون هذا الكتاب إضافة مهمة للمكتبة العربية ، ولا تنسوني من صالح دعائكم .

المؤلف

قبل أن نبدأ:

لو عملنا قائمة بالمعلومات والمهارات والمواقف التي تعلمناها من أهلنا ونستفيد منها في حياتنا، وبين تلك التي تعلمناها من المدرسة ونستفيد منها في حياتنا، سيكون الفارق كبيراً من حيث الكمية، والتوعية، فنحن تعلمنا أهم الأشياء من أهلنا، أو لها الاعتماد على أنفسنا وقضاء حاجتنا بدون مساعدة، ثم المشي، واللغة والدين، ومعرفة الذات، والعادات والتقاليد، والتعرّف على مجتمعنا، وكثير من المهارات الحياتية، والمهارات اليدوية.

وقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : "ما من مولود إلا يولد على الفطرة، فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه"

ويقول روبرت جي انجرسول: "إن امتلاك الفطرة السليمة بدون تعليم أفضل ألف مرة من الحصول على تعليم بدون منطق".

وسأذكر بعض الجوانب التي تعلّمتها خارج المدرسة والجامعة:

لقد ولدت أواخر الخمسينيات، وأذكر يوم سقوط القدس بالتفصيل، وجميع الأحداث التي ارتبطت به، وأذكر كثير من ابرز الفترات التاريخية منذ تلك الفترة، وقد وقفت بعضاً منها في روايتي / سيرة حياتي، الفينيق وبيت العنكبوت، ووّقفت أيضاً الحياة الاجتماعية والعادات التي اندثرت، كما تعلمت الكثير عن الزراعة وتربية الحيوانات لأنني عشت

طفولي في مزرعة، وتعلّمت الكثير عن الطبيعة حولي.

وخلال عملي في التربية، تعلمت الكثير في عن الأجهزة المخبرية التعليمية من الزملاء الأكبر منّي، وخلال عملي في حوسبة المناهج تعلمت من المربجين، وتعلّمت الكثير عن الإنتاج التلفزيوني خلال عملي مع شركات إنتاج تلفزيوني للأطفال، كما أنني تعلمت الكثير عن جميع مكونات الحياة الفطرية، واستخداماتها الطبية والدوائية، من خلال رحلات في الطبيعة برفقة خبراء في هذا المجال، وتعلمت السباحة من بعض أقاربي، وتعلمت كثيراً من أمور ديني من خلال أصدقاء أكثر معرفة منّي، وهذا غيض من فيض.

وأذكر قصة حذت مع أبي رحمة الله، ويوجد قصص كثيرة شبيهة، بعضها شهدناه، وبعضها حدث قبلنا، وسمعناه من أقاربنا، لأن أبي لم يخبرنا بها لأنه لا يعتبر هذا الشيء إنجاز يستحق أن يذكره:

قال لي قريبي الكبير في السن: كان أبوك يزور الباذنجان في أواخر الأربعينيات من القرن الماضي، وجاء اثنين من الباعة المتجولين من إحدى القرى، وأرادوا شراء باذنجان واتفق معهم على ثمن الرطل (2.5 كيلوغرام) بقرش ونصف.

وعندما أراد تسليمهم الباذنجان الأسود اللامع، نظروا إلى الحقل ورأوا باذنجان مصفر، وهذا قد تجاوز فترة النضج ولم يعد مناسباً للأكل، بل يبكونه من أجل البذور، وكان الجهل مسيطرًا في كثير من المناطق، وظنوا أن هذا الباذنجان المصفر هو الناضج، فقا

له:

أنت تعطينا باذنجان أسود ولا تريد أن تعطينا من ذلك الناضج الأصفر!
يقول قريبي: كنت أتوقع أن يبيّن لهم خطأهم ويخرجهم، وربما كانت فرصة -ثمينة- للسخرية منهم، ولكنه لم يشا ذلك، وهمس لي: انتظر وسترى كيف سأنهي هذا الموقف دون أن أحرجهم، وأتعامل معهم حسب عقليتهم.

فقال أبي لهم:

أنا اتفق معكم على بيع الرطل بقرش ونصف، وكان الاتفاق على الباذنجان الأسود، ولكن هذا الأصفر أبيعه بقرشين ونصف.

فقال: هذا السعر مرتفع علينا، وسنكتفي بالباذنجان الأسود، وغادرا مسرورين، ولم يخرجهم أو يستغلّ هذا الموقف لإبراز جهلهم.
مثل هذه المواقف الحياتية اليومية يتعلّم منها الأطفال الكثير.

الفصل الأول: تعليم الأطفال في الهواء الطلق

أولاً: الغرض من التعلم في الهواء الطلق

نتصور أن يكون التعلم في الهواء الطلق:

- جزء لا يتجزأ من الحياة اليومية للأطفال
- يوفر المرح والسعادة.
- حافزاً وامتداداً لما يتعلمه الأطفال في غرفة الصف.
- يوفر الهواء الطلق تجارب حسية غنية لدعم نمو الأطفال وتطورهم.

يجب أن يتمتع الأطفال بفرص منتظمة ومتكررة وذات مغزى للعب والاستكشاف والتعلم في البيئات الطبيعية أو المساحات الخارجية الحضرية، سواء كان ذلك في ملعب أو حديقة مجاورة أو حديقة مجتمعية أو رقعة عشبية أو أي مساحة مفتوحة مجاورة. يمكن أن يتم التعلم في الهواء الطلق أيضاً في رحلات ميدانية إلى المناطق الطبيعية.

من خلال النمو مع وجود فرص متكررة ومنتظمة للاستمتاع بالهواء الطلق، يبدأ الأطفال رحلتهم ليصبحوا شباباً وبالغين يتمتعون بصحة جيدة، وأنماط حياة نشطة، ويفبدأون في الارتباط بيئتهم ومجتمعهم، ويُلعب المربون والأسرة وأعضاء المجتمع الآخرون دوراً في تحقيق هذه الرؤية، من خلال إظهار موقف إيجابي والمشاركة في الأنشطة الخارجية.

فوائد التعلم في الهواء الطلق:

يتم دعم فوائد التعلم في الهواء الطلق على التنمية الشاملة للأطفال والتعلم والصحة والرفاهية والوعي البيئي والتجذر في المجتمع من خلال مجموعة كبيرة من الأدلة البحثية

1- التطوير الشامل والتعلم:

- تحفيز نمو الدماغ وتعزيز الوظائف المعرفية - توفر التجارب الخارجية إمكانيات فريدة لتطوير الوظائف المعرفية مثل الإبداع والخيال والتفكير الندي والتفكير وحل المشكلات ومهارات التعامل مع الآخرين ومهارات الاتصال والتركيز والتعاطف.

- تلبية احتياجات الأطفال الأساسية من الحرية والمغامرة والتجربة والمجازفة وكونهم مجرد أطفال - في البيئات الخارجية مفتوحة وأقل تنظيماً، التي فرضاً للأطفال للاستكشاف والتحديات التي يجب التغلب عليها.
- تعزيز احترام الأطفال لذاتهم وثقتهم - تسمح الأنشطة الخارجية بمزيد من الأنشطة التي يبدأها الطفل حيث يتخد الأطفال خياراتهم وقراراتهم . هناك دليل على أن التمتع والاستقلالية في الاختيار .
- تحسين التنظيم العاطفي ومهارات التعامل مع الآخرين - بينما يلعب الأطفال ويتعلمون في الهواء الطلق، يكون لديهم العديد من الفرص للتفاعل مع أقرانهم والمشاركة في سيناريوهات حقيقة للتفاوض وحل التزاعات.
- تطوير المعرفة والمهارات المفاهيمية - البيئة الخارجية المتغيرة والغنية والحسية تشجع الأطفال على الاستكشاف والاكتشاف التلقائي ، فهي توفر سياقاً حقيقياً و حقيقياً لتعلم الأطفال في مجالات مثل الرياضيات واللغة ومحو الأمية، ومهارات التفكير مثل الملاحظة والتنبؤ والاستدلال.

2- الصحة والرفاهية

- تعزيز الصحة العامة والرفاهية - من المرجح أن يتمتع الأطفال الشطرون بدنياً بوزن صحي، وتحسين كثافة العظام من خلال تحسين القوة وزيادة التعرض لأنشطة الشمس وفيتامين د، ومهارات حركية أساسية أفضل، وتحسين صحة الجهاز التنفسى، ونظام مناعة أفضل، وتقليل خطر الإصابة بقصر النظر.
- ضع الأساس للمشاركة مدى الحياة في النشاط البدني - الأنشطة الخارجية مهمة لمواجهة الآثار السلبية المحتملة من التعرض المفرط للأنشطة المستقرة. وفقاً لتوصيات منظمة الصحة العالمية (WHO) ، يجب تشجيع الأطفال، من فيهم الأطفال ذوي الإعاقة، على المشاركة في مجموعة متنوعة من الأنشطة البدنية الممتعة والأمنة التي تدعم نموهم الطبيعي.

- تقليل التوتر وتحسين الرفاهية العقلية والعاطفية للأطفال - التجارب الخارجية في البيئات الخارجية الطبيعية لها تأثير مهدي وتأثير بشكل إيجابي على صحة الأطفال العقلية ومستوى الانتباه والتركيز. يمكن أن يؤثر هذا أيضاً بشكل إيجابي على الأطفال الذين يعانون من اضطراب نقص الانتباه / فرط النشاط.

3-الوعي البيئي والتجلد في المجتمع

- تعزيز الشعور بالدهشة والفضول- توفر الأماكن الخارجية قاعدة غنية من التجارب التي تسمح للأطفال بالاستكشاف المباشر للعالم وتجربة الظواهر الطبيعية .إنهم يطورون إحساساً بالدهشة والفضول حول عناصر الطبيعة (مثل الطقس والنباتات والحيوانات والرمل والماء)، وتصبح مصدر إلهام لهم وتتوفر لهم دوافع لاستكشاف العالم الحقيقي والتفكير فيه.
- تنمية الشعور بالمسؤولية والرعاية والتقدير وحب الطبيعة - تساعد التجارب الخارجية المنتظمة الأطفال على فهم أهمية المحافظة على البيئة والاستدامة.
- يشكل الارتباط العاطفي بالطبيعة الأساس لفهم الأطفال اللاحق للقضايا البيئية والواقف الإيجابية تجاه البيئة.

ثانياً: فرص التعلم في الهواء الطلق

طبيعة الهواء الطلق تُشرك الأطفال بطرق غير متاحة في الداخل ، حيث توفر المساحات المفتوحة في الهواء الطلق والموارد غير المحدودة والمحفزات المتاحة (مثلاً الأصوات والمواد الطبيعية) العديد من الفرص للأطفال للاستكشاف والتعلم في الهواء الطلق وحوله وعبره.

توفر هذه الجوانب الثلاثة للتعلم في الهواء الطلق إطاراً مفيداً لنا لفهم تنوع ونطاق الخبرات التي يمكن أن يتمتع بها الأطفال في الخارج ، وفي الواقع، الجوانب الثلاثة ليست منفصلة ولا متنافية ، ولكنها متشابكة لتحقيق أغراض مختلفة مهمة لنمو الأطفال وتطورهم.

ثالثاً: اعتبارات عملية للتعلم في الهواء الطلق

عند تسهيل تجارب التعلم في الهواء الطلق، من المهم التفكير في كيفية إنشاء فرص للعب الاهداف، وتوفير إمكانات المساحات الخارجية، وكذلك اتخاذ الاحتياطات اللازمة لسلامة الأطفال.

يهدف هذا الفصل إلى إرشادك، لجعل كل يوم يوماً تعليمياً من خلال مساعدتك على:

- التعرف على مدى سهولة تحويل حياتك اليومية والروتين العادي إلى تجارب تعليمية قيمة ومتعدة .
- التعرف على مدى الاختلاف الذي يمكنك إحداثه في تعلم طفلك وتطوره من خلال دمج هذه التجارب في حياتك اليومية
- التعرف على مدى أهمية الصحة والرفاهية ومعرفة القراءة والكتابة والحساب لرضا طفلك وسعادته وتعلمه الناجح.

تساعد طفلك على الانخراط والتعلم من خلال إشراك طفلك في المهام اليومية وجعلها متعدة من خلال:

- توفير الفرص للاختيارات وتحمل المسؤولية واتخاذ القرارات وحل المشكلات.
- إظهار أنك مهتم بتعلم طفلك.
- اطرح أسئلة واستمع وأمدح عندما يكون ذلك مناسباً.
- استخدام كلمات جديدة وتألوفة لتوسيع وإثراء نمو طفلك.
- تذكر أن طفلك سيتعلم الكثير من خلال تقليدك، لذا كن على دراية بما تعلمه وتقوله!

الصحة والرفاهية ومحو الأمية والحساب إلقاء نظرة فاحصة:
أولاً: الصحة والعافية .

ويدور هذا الموضوع حول تعلم كيفية عيش حياة صحية ونشطة، وأن تصبح واثقاً وسعيداً، وتكوين صداقات وعلاقات مع الآخرين تقوم على�احترام.

يتعلق الأمر أيضًا بإدارة المشاعر وامتلاك المهارات اللازمـة لمواجهة التحدـيات واتخـاذ خـيارات جـيدة وإـدارة التـغيير.

يمكنك تعزيـز صـحة طـفـلك ورفـاهـيـته خـلال الأـنـشـطـة الـيـوـمـيـة، فـقط فـكر في أـوقـات وجـبات الطـعام:

- سيسـاعد تحـضـير الطـعـام مـعـا طـفـلك عـلـى تجـربـة الـكـثـير من تجـارـب التـذـوق المـخـلـفة أـثنـاء التـحـضـير والـطـهي.
- شـجـع طـفـلك عـلـى التـحدـث عن إـبدـاء الإـعـجاب وعـدـم الإـعـجاب مع تقديم أـكـبر عـدـد مـمـكـن من الخـيـارات الصـحـية.
- تـناـول وجـبات الطـعـام مـعـا كـعـائـلة، وـالـتـحدـث عـنـدـما يـكـون ذـلـك مـمـكـناً.
- وبـالتـحدـث مـعـا وـتطـوـير العـلـاقـات يـكـنـ إـنشـاء فـرـص لـطـفـلك لـتـحـمـل المسـؤـولـيـة، مـثـل إـعـدـاد الطـاـوـلـة، أـشـرـك طـفـلك في المسـاعـدة في تـرـتـيب المـطـبـخ وـالـحـفـاظ عـلـيـه نـظـيفـاً. تـحدـث عـن سـبـب أهمـيـة هـذـه الأمـور.

حياة صحـيـة:

تعلـموـوا مـعـا كلـشـيء عـنـ الـبقاء بـصـحة جـيـدة، سـاعـد طـفـلك عـلـى تـطـوـير فـهم النـظـام الغـذـائـي الصـحي وكـيف يـسـاعـدـنا ذـلـك عـلـى النـمـو بـقـوـة وـتـحـسـين تـركـيزـنا عـنـ التـعـلـم. شـجـع طـفـلك عـلـى تـعـلـم طـرـق الحـفـاظ عـلـى سـلامـتـه وكـيفـيـة التـعـامل معـ حالـات الطـوارـئ وـالـسـفـر بـأـمـان:

- حـثـ طـفـلك عـلـى التـسـوق لـشـراء الأـطـعـمة الصـحـية - تـحـتـوي العـدـيد من مـلـصـقـات الطـعـام عـلـى رـمـوز أـلوـان تـبيـع لكـ مـعـرـفـة كـمـيـة السـكـر أوـ الـدـهـون فيـ الطـعـام . سـاعـد طـفـلك عـلـى اـكتـشـافـ المـتـجـاجـاتـ الصـحـية.
- شـجـع طـفـلك عـلـى تـجـربـة مـخـلـفـ الأـذـواقـ والأـلوـانـ والـروـائحـ. سـوفـ يـصـبـح طـفـلك عـلـى درـاـيـة بـمـجمـوعـة وـاسـعـة منـ الأـطـعـمة وـسيـتـنـاـولـ مـجمـوعـة مـتـنـوـعة منـ الأـشـيـاءـ.

- عندما تسافرون معًا، تحدثوا عن كيفية الحفاظ على سلامتهم، انظر إلى طرق عبور الطريق بأمان باستخدام معابر المشاة وإشارات المرور. إذا كنت تസافر بالسيارة ، يمكنك مناقشة أهمية المقاعد الداعمة وأحزمة الأمان.
- في الحالات التجارية، تحدث إلى طفلك حول ما يجب فعله إذا ضل الطريق .
- ساعدهم في معرفة عنوانهم ورقم هاتفهم حتى يتمكنوا من إخبار شخص بالغ مسئول وطلب المساعدة.
- أجعل طفلك على دراية بخدمات الطوارئ وكيفية الاتصال بالشرطة أو الإسعاف أو رجال الإطفاء للحصول على المساعدة.

المشاعر والصداقات:

غالبًا ما يستمتع الأطفال باللعب جنبًا إلى جنب مع الآخرين قبل أن يكونوا مستعدين للعب معًا.

يصل الأطفال إلى مراحل مختلفة في أوقات مختلفة.

- يمكنك مساعدة طفلك على فهم كل شيء عن مشاعره ومشاعر الآخرين: تحدث عن المشاعر وشجع طفلك على التعبير عن المشاعر والدردشة بحرية . قد تكون فرصة جيدة لذلك عندما تقضي وقتًا هادئًا ، مثل الحضن والقصص قبل النوم.

إذا كان طفلك متزعجاً، فقدم له الطمأنينة بأن كل شخص يشعر بهذا الشعور في بعض الأحيان. تحدث عن الأسباب والاستراتيجيات التي يمكن استخدامها لتحسين الأمور.

- وفر فرصًا لطفلك للاختلاط مع الأطفال الآخرين وبناء الصداقات.
- شجّع طفلك على احترام وتقدير آراء الآخرين ، ساعده طفلك على فهم أن كل شخص هو فرد مختلف وله احتياجات مختلفة.
- اخرج مع البالغين والأطفال الآخرين ، قم بقضاء بعض الوقت مع طفلك وأصدقاءه ، والاستمتاع بصحبتهم.

ثانياً: معرفة القراءة والكتابة..

هذه المهارات جزء أساسي من حياتنا اليومية، زساعدنا على فهم وتفسير عالمنا من خلال ما نسمعه ونراه ونقوله ونكتبه ونقرأه.

١- تبدأ مهارات القراءة والكتابة المبكرة باكتشاف الأطفال قدرتهم على توصيل احتياجاتهم من خلال أصواتهم الأولى وتعبيرات الوجه ولغة الجسد، تتعلق محو الأمية أيضاً باستخدام وفهم التكنولوجيا والأفلام والوسائل الأخرى.

شجع طفلك على الاستماع بعناية لجميع الأصوات من حوله والتحدث عنها معًا . مهارات الاستماع الجيدة مهمة للتعرف على الأصوات الازمة للقراءة.

استكشف العلامات المختلفة التي تراها في الشارع مثل الإشارات على الشوارع واللافتات ، تحدثا معًا عما تعنيه العلامات وسبب وجودها.



في الداخل أو الخارج، العب ألعاب الكلمات ، مثل (لعبة: اسم ولد، اسم بنت، بلد، جاد، نبات ، حيوان ،...)، سيسجع هذا طفلك على التفكير في الأصوات. سيسجع هذا طفلك على التفكير في الأصوات في بداية الكلمات وسيساعد في النهاية الطفل لتعلم القراءة.

٢- القراءة:

- حتى قبل أن يتعلم الأطفال القراءة بأنفسهم، يمكنهم الاستمتاع بالكتب والتعرف على العديد من النصوص الأخرى الموجودة على اللافتات والإشعارات والهواتف والشاشات الأخرى . القراءة مهمة للعثور على المعلومات التي تحتاجها في حياتنا اليومية، وكأداة للتعلم.

- اجعل الاطلاع على الكتب أو المجلات أو الرسوم الهزلية أو الصحف جزءاً من روتينك اليومي، على سبيل المثال قراءة صحيفة في المنزل أو لوحة الإعلانات في عيادة الطبيب .سيساعد ذلك طفلك على فهم ماهية النصوص المختلفة التي يمكن استخدامها.
- اقرأ في الداخل والخارج .استمتع بقراءة لافتات المتاجر، والملصقات على العناصر الموجودة في السوبر ماركت، وقائمة الطعام في المطعم، والبريد الذي يأتي من الباب. سيبدأ طفلك في التعرف على الكلمات والمحروف التي يراها بانتظام.
- شجّع طفلك على استكشاف الأصوات التي تصنعها الأحرف المختلفة أثناء ترتيبها معًا بقوتها على سبيل المثال "دُعْنَا نَضَعْ شِيئًا بَعِيدًا بِحَرْفِ 'د'" ، سيساعد هذا طفلك على التعرف على الأصوات ومطابقتها مع الشيء .تذكرة أن تنطق الحرف الأول بصوت وليس اسم الحرف.

3-الكتابة وصنع العلامات

- شجع طفلك على الكتابة في مواقف الحياة اليومية، سيساعد هذا طفلك على فهم الغرض من الكتابة .قم بإشراك طفلك أثناء كتابة قوائم التسوق أو الملاحظات أو بطاقات المناسبات، أو المواعيد في التقويم .
- احمل أقلام وأوراق في حقيتك حتى يتمكن طفلك من الاستمتاع باستخدامها في مواقف مختلفة.
- هناك طرق مختلفة يمكننا من خلالها الكتابة إلى أصدقائنا وعائلتنا، إذا كنت تكتب رسائل بريد إلكتروني أو رسائل نصية، فتحدثت بما تفعله وقم بإشراك طفلك.
- تأكد من وجود الكثير من مواد الكتابة في جميع أنحاء المنزل لطفلك لتجربتها والاستمتاع بها، مثل الأقلام وأقلام الرصاص وأقلام التلوين والورق، تعتبر اليوميات والتقويمات والدفاتر القديمة أوراقاً مفيدة للكتابة عليها.

4- التحدث والاستماع

- تحدث إلى طفلك خلال الأحداث اليومية، مثل وقت الإفطار ، والاستعداد للحضانة أو المدرسة، وإعداد مائدة العشاء أو الاغتسال قبل النوم ، سيساعد هذا في ترتيب الأفكار وزيادة المفردات.
- شجّع طفلك على أن يكون مبدعاً ويخبرك بقصص حول الأشياء التي حدثت خلال اليوم .أظهر أنك مهتم وخذ وقتاً لطرح الأسئلة.
- أثناء المشي على طول الطريق، اطلب من طفلك تحديد الأصوات التي يسمعها ووصف الأشياء التي يرونها. سيساعد هذا طفلك على تطوير مهارات جيدة في الملاحظة والاستماع.
- حاول ترسیخ عادة التأکد من أنك تقرأ وتحدث وتستمع لطفلك كل يوم .في بعض الأحيان يتحدث الكبار مع أطفالهم لإعطاء التعليمات ولكن ينسون أن يكونوا مستمعين ويظرون محادثات جيدة.
- كونوا قوائم التسوق معاً .عندما تصل إلى المتاجر ، اطلب من طفلك أن يتذكر بعض العناصر الموجودة في القائمة .سيساعد هذا في تحسين مهارات الاستماع والذاكرة.

5- الحساب:

يتعلق بالعد والأرقام بالإضافة إلى فهم القياس والمال والوزن والوعي بالوقت وكيفية التعامل مع المعلومات .

- يمكنك التفكير في الحساب وأنت تتناول العديد من جوانب الحياة اليومية .فكر عندما تسافر مع طفلك لمسافات قصيرة أو طويلة ، المشي أو ركوب الدراجات أو السفر بالقطار أو السيارة أو الحافلة أو الطائرة .فرص عد واستخدام الأرقام في كل مكان حولك !
- يمكنك تشجيع طفلك على حساب عدد السيارات أو العربات الصفراء الموجودة في القطار أو العجلات في شاحنة أو حافلة أو سيارة ، تحدث عن

المسافة التي قطعتها بطريقة يمكن لطفلك أن يفهمها . على سبيل المثال: "نحن على بعد شارعين من المنزل" أو "دعونا نحسب عدد الخطوات حتى نصل إلى الباب الأمامي".

- ابحث عن الإشارات والإشارات عندما تكون بالخارج - ما العدد المتماثل أو المختلف؟ تحدث عن علامات مختلفة الأشكال أو الألوان أو عليها أرقام مختلفة.
- انظر إلى العملات المعدنية معًا وقم بإشراك طفلك أثناء دفع ثمن تذاكر الحافلات والقطارات . سيساعد هذا في التعرف على العملات المعدنية وحسابها وفهم أن المزيد من العملات قد لا يعني المزيد من القيمة.

6- الأعداد والعد

- شجع طفلك على استكشاف الأرقام، وفهم أن كل رقم يمثل مبلغًا محدداً.
- عد بصوت عالي مع طفلك - فالعد للأمام وللخلف يبني الثقة في ترتيب الأرقام
- عد الأشياء الحقيقة أثناء ممارسة روتينك اليومي - الأكواب والجوارب والأحذية والملاءق . عندما يصبح طفلك واثقاً من القيام بذلك □ ، ابدأ في الإضافة والسحب . على سبيل المثال إذا أضفت 3 ، فكم سيكون لدى؟
- العب ألعاب اكتشاف الأرقام في المنزل أو في المتاجر وابحث عن الأرقام الموجودة على العبوات وال ساعات والعملات المعدنية والحافلات وابحث عن الأرقام الموجودة على العبوات وال ساعات والعملات المعدنية والحافلات وأرقام السيارات.
- استمتع بالأرقام وقم بعمل تسلسلات وأنماط معًا، وقم بتجميع العناصر في 2 أو 5 أو 10 . استخدم كلمات مثل الأول أو الثاني أو الثالث لمساعدة طفلك على فهم ووصف ترتيب الأشياء . على سبيل المثال "من سيكون أول من يرتدي ملابسه عند الخروج، ومن سيكون الثاني؟"

7- جمع وتنظيم المعلومات

- شجع طفلك على جمع الأشياء وتنظيمها ومطابقتها وفرزها بطرق مختلفة .
 - حاول التنظيم حسب الشكل أو اللون أو الحجم أو الغرض .
 - وفر فرصاً لطفلك لاستخدام الوقت والأرقام والتكنولوجيا لتحديد الخيارات لاستخدام الطفل للوقت والعدد والتكنولوجيا لاتخاذ الخيارات والقرارات، مثل اختيار البرامج التلفزيونية المفضلة .
 - شجع طفلك على مساعدتك في الغسيل، ربما عن طريق فرز الملابس الفاتحة والداكنة وبرجة الغسالة . يمكن لطفلك أيضاً تنظيم الملابس النظيفة من خلال مطابقة العنصر مع المالك. من خلال القيام بهذه الأنواع من الأعمال المنزلية معاً ، يطور طفلك مهارات الحساب أثناء إصدار الأحكام والتقديرات حول الحجم .
 - أشرك طفلك وأنت تنظر إلى جدول زمني للتخطيط لرحلتك . قرروا معاً الوقت الذي يجب أن تغادر فيه المنزل، والوقت المحتمل لوصولك، ورقم الحافلة التي تحتاج إلى ركوبها.
- 8-إن تجربة الأشياء اليومية المختلفة في المنزل يشجع طفلك على تعلم القياس
- أشرك طفلك أثناء الخبز والطبخ عن طريق قياس المكونات باستخدام ملاعق أو أكواب أو موازين . استخدم لغة مثل أكثر وأقل ، أخف ، أقل للمقارنة بين الكميات
 - أثناء قيامك بالترتيب، شجع طفلك على ترتيب الألعاب أو الكتب بالترتيب من حيث الحجم أو العرض أو الارتفاع، والملابس بالترتيب من حيث الطول أو الحجم وأثناء قيامك بفرز صندوق الألعاب معاً، اطلب من طفلك العثور على أشياء أقصر أو أطول أو بنفس الحجم تقريرياً.
 - شجع طفلك على تخمين أي كأس سيحتوي على المزيد من العصير ثم جربه ، لأن هذا سيكون ممتعاً ويزيد من فهم الحجم .

9-النقود:

تعد مساعدة الأطفال على إدراك المال جزءاً مهماً جداً من تطوير مهارات الحساب الجيد.

10-الوقت

- أثناء قيامك بأعمالك الروتينية، استخدم الكلمات التي تساعد طفلك على فهم الوقت، مثل الأمس، والغد، والأسبوع المسبق، والعام الماضي، وما إلى ذلك.
- أشر إلى الوقت على مدار الساعة، خاصة في الإفطار أو العشاء أو وقت النوم، وأوقات الصلوات ، من خلال ملاحظة مكان وجود العقارب الكبيرة والصغيرة والدردشة معهم .عندما يفهم طفلك أكثر، سيرغب في معرفة المزيد .استخدم ساعة بأرقام واضحة وملوفة.
- من خلال الاستخدام والمحادثات اليومية، سوف يفهم طفلك ماهية التقويم المستخدمة .تحدث عن اليوم والتاريخ والشهر والسنة .سجل المواعيد في التقويم معًا واحسب عدد مرات النوم أو الأيام أو الساعات حتى بداية رمضان أو عيد الأضحى ، أو أي حدث مهم آخر.
- ساعد طفلك على إدراك مرور الوقت، من خلال تشجيعه على ملاحظة التغيرات الموسمية في كل مكان.

الفصل الثاني: تعليم العادات والأخلاق وبناء الذات في البيت

ما يحتاجه كل طفل كآباء، نريد جميعاً لأطفالنا أن يصبحوا بالغين أصحاب وسعداء. الخبر السار هو أن هناك 10 أشياء يمكن لكل والد توفيرها لأطفاله لمساعدتهم على أن يصبحوا أصحاب وسعداء.

لكي يصبح بالغاً صحيحاً وسعيداً، يحتاج كل طفل إلى :

1. التفاعل - اهتمام متsonق وتطويل الأمد من البالغين الراعين.
2. اللمس - الحمل والعناق يفعلان أكثر من مجرد إراحة الأطفال، بل يساعدان أيضاً على نمو عقولهم.

3. البيئة - إن وجود بيئة آمنة وصحية ونامية أمر حيوي. يجب أن تكون خالية من مصادر الخوف والضوضاء الصاخبة والأشياء الحادة والأماكن غير النظيفة والمخاطر الأخرى.
4. التواصل - يؤدي التحدث مع طفلك إلى بناء المهارات اللفظية الالزمة للنجاح في المدرسة والحياة، كما أنه يساعد الأطفال على تعلم نقل مشاعر الغضب والغيرة والإحباط إلى الكبار.
5. العلاقات - العلاقة المستقرة مع الوالدين ومقدمي الرعاية الآخرين تخفف التوتر عن الأطفال.
6. احترام الذات - مع الاحترام والتشجيع والنماذج الإيجابية منذ البداية، يمكن للأطفال تطوير احترام الذات الرائع الذي سيساعدتهم في الحياة.
7. رعاية عالية الجودة - عندما لا تستطيع أن تكون مع طفلك، فإن الرعاية الجيدة من محترف مدرب يمكن أن تحدث فرقاً كبيراً في العالم.
8. اللعب - يساعد طفلك على استكشاف حواسه واكتشاف كيف يعمل العالم. اللعب مع الآخرين يساعد الأطفال على تعلم المشاركة والانضمام إلى فريق؛ كما أنه يحفز التفكير الإبداعي. القراءة - ستظهر لطفلك منذ البداية (حتى أثناء وجوده في الرحم) أهمية القراءة وينخلق حبًا مدى الحياة للكتب والكلمات المكتوبة.
9. القراءة □ يجب أن تظهر لطفلك منذ البداية (حتى وهو رضيع) أهمية القراءة وتبني علاقة دائمة بينه وبين الكتب حبًا مدى الحياة، ويوجد قصص أطفال مخصصة للأطفال الرضيع، مصنوعة من ورق سميك وآمن، و مليء بالصور والألوان.
10. النشيد وأغاني الأطفال توسيع عالم أطفالك ، ويمكن ربط الأناشيد بالمواضيع الدراسية الأخرى ، مثل تعليم الأخلاق والتربية الدينية والعلوم والرياضيات.

اقتراحات للأمهات والأباء الجدد:

- هل أنت أم أو أب جديد؟ تهانينا على ولادة طفلك الجديد ومرحبا بكم في الأبوة !
استمتع بكل دقيقة لأن الوقت سوف يطير وقريباً سيصبح مولودك الجديد طفلاً صغيراً .
فيما يلي بعض النصائح لمساعدتك على الاستمتاع بمولودك الجديد والعناية به .
- اعلمي أن الأطفال ي يكونون كثيراً وتعلمي ما يهدى طفلك . حاول ألا تلوم نفسك أو تغضب من طفلك إذا كنت غير قادر على تهدئة طفلك . تعلم ما ينفع يتطلب الصبر والممارسة .
 - قومي بهز الطفل ! إذا شعرت أنك مستاء، ضع طفلك في مكان آمن وابتعدي عنه لبضع دقائق.
 - احتفظي بالكاميرا بالقرب منك والتقطي صوراً متكررة لطفلك ، ينمو الأطفال ويتغيرون بسرعة كبيرة.
 - اطابي المساعدة . قد تكون رعاية المولود الجديد مرهقة ومن الطبيعي أن تحتاج إلى المساعدة .
 - التخطيط للمستقبل: احتفظي بقائمة بالأشخاص وأرقام الهواتف التي قد تحتاجينها على عجل مبرمجة في هاتفك الخلوي وبالقرب من هاتف منزلك . قومي بتضمين أرقام مثل طبيب الأطفال أو غرفة الطوارئ بالمستشفى أو أحد الأقارب .
 - احملي طفلك بقدر ما تريدين ، لا تقلقي بشأن الأصدقاء والعائلة الذين يقولون إنك "ستدللين" الطفل ، أنت تلبى احتياجات طفلك ، ويساعد الحمل والاحتضان الطفل على الشعور بالأمان والحب .
 - استمعي إلى أصدقائك وعائلتك الآخرين ولكن اتبعي توصيات طبيب الأطفال .
 - أعط الأولوية في الوقت لطفلك ، الأعمال المنزلية يمكن أن تنتظر ، تعرّف على أكبر قدر ممكن حول التطور المبكر للدماغ ، وكيف يمكنك تحسين تعلم طفلك .

- عندما يأخذ الطفل قيلولة، استخدم هذا الوقت للحصول على قسط من الراحة لنفسك.

كيف يمكن للأب بناء علاقة حبة مع أبنائه :

أظهرت الأبحاث أن حب الأب لا يقل أهمية - أو في بعض الأحيان أكثر أهمية - عن حب الأم، يكتسب الآباء الذين يتمتعون بعلاقة حب ورعاية مع أطفالهم بفرص مهمة للتأثير على الاتجاه الذي يتبعه الأطفال في الحياة .

أظهرت الدراسات أن الشباب الذين يشاركون آباءهم بنشاط في حياتهم يتمتعون بقدر أكبر من الثقة بالنفس، ويعملون بشكل أفضل في المدرسة، ويكونون أكثر قدرة على تجنب السلوكيات المحفوفة بالمخاطر، لكن كونك أباً محبًا ليس بالمهمة السهلة ، فهذا يتطلب التزاماً إضافياً ووقتاً إضافياً، بغضّ النظر عن أعمار أطفالك.

- كيف يمكن للأب أن يبني علاقة أكثر حبّاً مع أبنائه؟**
- يحتاج الأطفال إلى أب مشارك، ببساطة اقضي الوقت مع أطفالك، انتبه إليهم ، معًا وبشكل فردي، وشاركهم المحادثة.
 - يحتاج الأبناء إلى أب متقبل ، اجعل أطفالك يفهمون أنك تحبهم لما هم عليه وليس لما يفعلونه ، على الرغم من أنك ستتحاسبهم على قراراتهم وسلوكياتهم، إلا أنك ستحبهم مهما حدث.
 - يحتاج الأطفال إلى أب حنون ، يمكن للأباء إظهار المودة بعدة طرق ، أخبر أطفالك كثيراً أنك تحبهم. يمكن للكلمات اللطيفة أو المشجعة أو العناق البسيط، خاصة عندما لا تكون متوقعة، أن تقوي العلاقات الأسرية بشكل كبير، مقارنة بالجهود الفعلية التي بذلوها.
 - يحتاج الأطفال إلى أب ثابت ، عندما يحافظ الآباء على عادات أبوة ثابتة، يعرف الأطفال ما يمكن توقعه وما هو متوقع منهم ، والدعم المستمر، بالإضافة إلى القواعد

العادلة وتطبيقاتها المنتظم، يمنح الأطفال اليقين في حياتهم لمساعدتهم على النمو والازدهار.

- يحتاج الأطفال إلى أب يجدونه عندما يحتاجوه، عندما يكون الأب متاحاً، فإنه يثبت لأطفاله أنهم مهمون. يمكن أن يكون التواجد بسيطاً مثل تنظيف طاولة العشاء مع طفل صغير، أو مساعدة طالب في المدرسة الإعدادية في أداء واجباته المدرسية، أو الدردشة مع أصدقاء طالب في المدرسة الثانوية.

قل ما تعني واعني ما تقول:

- ارتدي ملابس جميلة، هذه الجملة غامضة، ولا تعني شيئاً محدداً، لأن الجمال نسي، وما يراه الطفل جيلاً، قد تراه قبيحاً، وربما يشكل مخالفة شرعية أو قانونية.
- العبارات الغامضة مثل هذه تجعل الأطفال يتساءلون بالضبط كيف يجب أن يردوا. يفسرها الأطفال في ظاهرها، مما يؤدي إلى خلاف، قد يسبب الظلم للطفل، ويؤدي لشجار.

- كيف يمكنك مساعدة طفلك على التعاون مع طلباتك وتقليل الشجار؟ إبدأ بكلمة لطيفة، قل من فضلك، فضلاً لا أمراً، إن قول من فضلك يخفف من طلبنا، وعندما يتبعه دعوة محددة للعمل، فإنه يمكن أن يجعل الطفل ينفذ بشكل أسرع، وتأكد إضافة "شكراً" في الختام على توقعاتك بأنه سيتم متابعة طلبك، مثل: "الرجاء إخراج القمامنة قبل العشاء. شكرًا لك"، والميزة الإضافية هنا هي أنك تقوم بنمذجة السلوك الذي تريده أن يتعلممه طفلك.

- عند تقديم طلب محدد، أسأل طفلك: "الآن ما الذي طلبته منك الآن؟". عندما يخبرك طفلك بما قلته، فإنه يساعدك على التذكر، مثلاً: طفلك يلعب في الغرفة الأخرى، اذهب إليه، وانظر في عينيه وقل، "فلان، أرجوك أخرج القمامنة قبل العشاء

الآن، ماذا عليك أن تفعل؟" عندما يقول الطفل: "يجب عليّ أم إخراج القمامنة قبل العشاء، هل يجب أن أفعل؟"

عندما يقول الطفل هذا الكلام ، فقد أعطى نفسه تعليمات ، واضحة ومن المرجح أن يطبقها.

وضع القواعد والتائج مع المراهقين:
من المؤكد أن سنوات المراهقة يمكن أن تكون صعبة على الآباء ، وخاصة في هذا العصر.
كيف يمكنك أن تنجح في تربية ابنك المراهق؟

جزء مهم من تربية المراهق هو وضع القواعد والعواقب ، حيث تصبح القواعد والعواقب جزءاً حاسماً مهماً في التعامل مع أبنائك في سنوات المراهقة .
من المفيد أن تسأل نفسك بعض الأسئلة حول قواعده بشكل دوري .
تتضمن الأسئلة العامة التي يجب طرحها ما يلي:

- هل هم معقولة وعادلة؟
 - هل تم شرح أسباب القواعد بدقة؟
 - هل هناك الكثير من القواعد؟
 - هل هي واجبة التنفيذ؟
 - هل شارك ابني المراهق في وضع أي من القواعد؟
 - هل تتفق مع قواعد الآباء الآخرين (أولئك الذين تحترمهم)؟
 - هل هذه القواعد مصممة بشكل صحيح لتلبية احتياجات أبنائك؟
- تذكر ، مهما كانت القواعد منطقية ، فمن المحتمل أن يتحدى ابنك المراهق هذه القواعد . هذا يعني أنك بحاجة إلى أن تكون مستعداً لفرض العواقب .

يجب أن تفي العواقب بشروط معينة حتى تكون فعالة ، يجب أن تكون:
• مرتبطة بالسلوك بحيث يكون لها معنى ، مثلاً / إذا أضر ابنك المراهق بمتلكات شخص آخر ، فقد يكون جزء من العقوبة هو المساعدة في دفع ثمن الضرر ، علم ابنك المراهق كيفية التعبير عن المشاعر والرغبات بطرق مقبولة (لا تلحق الضرر بمتلكات الآخرين مجرد أنك غاضب ؛ يمكن التعبير عن الغضب بالكلمات) ، وألا تكون شديد

الخطورة أو غير قابلة للتنفيذ بحيث لا يوجد أمل في الامتثال ، مثلا ، لأن تضع عقوبة لأي طفل يرفع صوته في البيت ، هذه عقوبة ظالمة ويصعب تطبيقها.

- كن مفيداً في تغيير السلوك ، يجب أن تكون قاسية بما يكفي ، بحيث لا يرغب ابنك المراهق في الواقع بهذا الخطأ ، والتعرض لهذه العقوبة ، ويجب ألا تتضمن العقوبة الأشياء التي تريد أن يتعلم طفلك الاستمتاع بها ، مثل الذهاب إلى الجدة لقضاء عطلة نهاية الأسبوع ، أو قراءة كتاب .

الفوز في الحرب الروتينية:

"كم مرة عليّ أن أذكرك بإخراج القمامات؟" ، هذه الجملة تبدو مألوفة؟
تعتبر الوظائف المنزلية جزءاً من الحياة اليومية لكل أسرة ، ولكنها تميل إلى عمل صراع مستمر .
ويكفيك أن تشعر بالسعادة عندما تقوم بتكليف أطفالك بالأعمال المنزلية ،

- إنها طريقة مهمة لتعلم الأطفال المسؤولية ، حتى الأطفال الذين تقل أعمارهم عن عاملين يمكنهم المساعدة في جميع أنحاء المنزل ، وفيما يلي بعض المؤشرات لتسهيل العملية على الجميع ، ولتكن لديك خطة .
- يزدهر الأطفال بالروتين ، فمن الأفضل أن يكون لديهم أعمال روتينية يقومون بها في الأوقات العادلة ، مثلا ، يتم تنظيف الطاولة بعد الأكل مباشرة ، يتم إخراج القمامات فور تنظيف المطبخ ، يتم ترتيب السرير مباشرة بعد ارتداء الملابس .
- كلما طورت هذه الإجراءات الروتينية ، قل تذكريك بذلك ، وعندما تضطر إلى التذكير ، يمكن أن يكون بياناً موجزاً ، مثل ، قول كلمة: "وقت المهملات "
- يمكن أن يتناوب الأطفال على الأعمال المنزلية ، ولكن ضع في اعتبارك أن تطوير إجراءات جديدة سوف يتطلب مجهدًا إضافياً .
- تساعد التذكيرات المرئية الأطفال على البقاء على المسار الصحيح ، يمكن أن يساعد الملصق أو الرسم البياني أو لوحة العمل الأطفال في الحفاظ على تركيزهم

- التدريب والتشجيع: استخدم عملية من أربع خطوات عند مهمة وظيفة جديدة للأطفال.

أولاً، تقوم بالمهمة، وترسّحها أثناء العمل، بينما يراقب الطفل.
ثانياً، قم بالعمل معًا، أنت والطفل.

ثالثاً، يقوم الطفل بالمهمة أثناء مشاهدتك وتدريبك وتشجيعك.
رابعاً، الطفل مستعد للعمل بمفرده.

إذا ألغيت التدريب، فإنك تفتح الباب للمعارك لأنكما ستعملان وفقاً لتوقعات مختلفة.



بجاجة إلى مزيد من الأفكار لتنمية الصيف؟

انتصف الصيف، هل تنفذ أفكار الأنشطة الصيفية الممتعة لطفلك؟
كآباء، من الضروري أن يكون لدينا العديد من الأفكار الجاهزة حتى نتمكن من التواصل مع أطفالنا وبناء الذكريات، ويساعد إذا كانت هذه الأفكار غير مكلفة وسهلة التنفيذ.

فيما يلي بعض الاقتراحات للأنشطة الترفيهية في الصيف:

-نزة في الطبيعة-

- زيارة أقارب في الريف وتجربة الحياة الريفية
- مارسة العاب رياضية متاحة ، مثل لعبة الريشة.
- تصوير ومونتاج فيلم فيديو قصير، سواء ترفيهي أو وثائقي أو تعليمي.
- خطط لكرنفال الفنان الخلفي وأدعوا أطفال الحي للعب رمي الحلقات والجلوف وسباقات سيارات علبة الثقب ودبوس الذيل على الحمار وغير ذلك الكثير .
- علم أطفالك كيفية عمل طائرة ورقية ، و اختيار مكان واسع ووقت يكون هناك ريح وتطييرها
- تصوير الطيور والفراشات.

لا تنافس والد الطفل:

إذا كنت زوج الأم، أو كنت زوجة الأب، لا تحاول / تحاولي أن تأخذ مكان الأب الحقيقي، أو الأم الحقيقية، يجب أن لا تصل علاقتك مع الطفل لتلغي الوالد الحقيقي. هذا لا يمنع أن تحسن إليه وتشارك في تأديبه ، ولكن بشكل لا يصل لمستوى الوالد الحقيقي، ولا تحاول أيضاً أن تسعى لكي ينسى الطفل والده الحقيقي ، فهذا ظلم للطفل، وظلم لوالده، وظلم لك أنت ، لأن الطفل عندما يكبر يرجع لوالده، ويكتنّ لك العداء ، وهذه بعض النصائح:

- أولاً، أدرك أنك مهياً بشكل طبيعي للتنافس مع والد الصبي . من الممكن أن يتصرف الصبي بشكل أفضل مع والده لأنه لديه قواعد أقل ويسمح للصبي بالإفلات بما ي يريد . أو يمكن أن يكون والده يغدق عليه بالهدايا والأوقات السعيدة . أو يمكن أن يكون لديهم علاقة صحية بين الأب والطفل وكلاهما يرون فيك تهديداً.
- بصفتك زوج الأم الجديد، لا تنشغل بهذه المنافسة . إنه ليس مكتسبا ، ربما يشعر الطفل بال الحاجة إلى الدفاع عن والده - وهذا أمر طبيعي . ما عليك القيام به هو التأكد من أنك لا تعطيه سبباً للاعتقاد بأنك عدو.

- قل أشياء جيدة عن والده، وإذا أمكن، اعمل على التواصل مع الأب، حتى إذا كنت لا تراه وجهاً لوجه فيما يتعلق بقضايا الانضباط، يمكنك أن تحمي بعضكما، وترسل رسالة إلى الطفل أنك تشارك والده في تربيته.
- والأهم من ذلك كله، قم ببناء علاقتك الخاصة مع الطفل، والأهم من ذلك كله، التأكيد على هويته، وأنه ابن فلان، وليس ابنك، سيؤتي ذلك ثماره لاحقاً.
- كن متخدّاً مع زوجتك / زوجك في نهجك، واعمل كفريق، ولكن تأكد من أنه من الواضح أن الطفل محظوظ من خلال كل ذلك، يمكنك أن تقول : "أعلم أن والدك يحبك كثيراً ، ولديه طريقته في فعل الأشياء. لكننا نحبك كثيراً أيضاً، وقد قررنا أن هذه هي أفضل طريقة للتعامل معها في هذا المنزل".
- الحب، لا يمكنك إجبار أي طفل على حبك ، لكن يمكنك أن تحبه أولاً.

هل تريد وقف المعارك اليومية؟

استيقظ ، ارتدي ملابسك ، قم بواجبك ، تناول طعامك ، لا تضرب أخيك ، ... ، هناك أشياء كثيرة يجب أن يجعل أطفالنا يفعلونها ، وأشياء كثيرة يجب أن نمنعهم من القيام بها ، ويستمر على هذا النحو ، ولجعل الأمور أسوأ ، يقاوم أطفالنا أوامرنا ومطالبتنا. هل تريد وقف المعارك اليومية؟ هل ترغب في جعل أطفالك يتعاونون عن طيب خاطر؟ هل تريد تعلم أطفالك مهارات حياتية قيمة؟ كيف يمكنك عمل ذلك؟
هذه بعض الخيارات:

يجب الأطفال التمتع بإعطائهم هامش من الاختيار ، إنه يخفف من كثرة طلباتهم اللوحقة ، ويسمح للطفل بالشعور بالسيطرة ، وبالتالي يكون أكثر استعداداً للامتثال ، وهذه أداة قوية يمكن استخدامها مع الأطفال الصغار حتى سن المراهقة. كم عدد الخيارات؟ يمكن للأطفال الأصغر سناً التعامل مع خيارات: الحليب أم العصير؟ أحذية رياضية أم أحذية؟ هل تفعلها أم أنا؟ المشي أو الركض؟ مع تقدم الأطفال في العمر ، يمكننا تقديم المزيد من الخيارات: قبل العشاء أو بعد العشاء أو في الصباح؟ هل

ترتدي معطفك ، أو احمله ، أو ارتدي قميصاً من النوع الثقيل؟ يمكن إعطاء المراهقين إرشادات وقواعد عامة.

- كن دقيقاً، إذا سألت ، "ماذا ت يريد لتناول الإفطار؟" ، سوف تسمع من كل طفل طلب أو عدة طلبات، وتضع نفسك في مواجهة، بدلاً من ذلك، قدم خيارين أو ثلاثة فقط لجميع العائلة، وتأخذ رأي الأغلبية، أو في كل مرة يؤخذ رأي أحد الأفراد بالدور، يمكن أن تقول لهم: "ماذا تريدون على الإفطار، صحن فول، أم مناقيش، أم بيض مقلي؟"
- أنت هنا حصرتهم بثلاث خيارات فقط.

- استخدم الوقت كخيار، غالباً ما يوجد حقاً خيار واحد مقبول، يمكن أن تقول: "هل تريد الذهاب إلى الفراش مبكراً الليلة أم غداً؟" و يمكنك أن تقول، "هل تريد مشاهدة 5 دقائق أخرى من التلفزيون أم 10 دقائق؟"

ثلاث مهارات أبوية قوية:

نريد لأطفالنا أن التصرف ، نريد أن نحافظ على هدوئنا ، نريد حياة أسرية هادئة ومحبة. كيف نحقق هذه الأهداف؟

من خلال التجربة والخطأ؟ أم الحظ؟ هذا غير مرجح. من خلال المعرفة والمهارة؟ نعم ! الآباء الذين يستخدمون المهارات الجيدة لديهم قوة سحرية لنشر المزيد من السلام في منازلهم. وفيما يلي ثلاث مهارات قوية للوالدين:

- اطرح أسئلة مفيدة، أهم هدف لدينا كأب هو مساعدة أطفالنا على التطور ليصبحوا أشخاصاً واثقين ومنضبطين ذاتياً. عندما نصحيح ونلوم وننفهم، يركز أطفالنا على غضينا ولا يتعلمون من التجربة، وعندما نوجه أطفالنا باستخدام أسئلة مفيدة، فإننا نوجههم في الاتجاه الصحيح.

- بدلاً من طرح سؤال اتهام، "لماذا لا يمكنك أبداً . . . ؟" اسأل، كيف يمكننا حل هذا؟ "بعد طرح السؤال، اجلس بهدوء واستمع. قد يسعدك أن ترى طفلك يحل مشكلته.
- فقط الحقائق من فضلك: يشوش الآباء كلامهم بعبارات مؤذية وغير ضرورية ، مثل: "أنت دائماً . . أنت أبداً . . أنت تجعلني . . . أنت مثل وأسوأ من هذا، حيث يصل للشتم والتحقير.
- ابذل جهداً لتوضيح الحقائق فقط، لذا بدلاً من الحوار ، مثل: "كم مرة يجب أن أخبرك صوت التلفزيون؟ بصوت عال جداً" ، جرب هذا ، "فلان ، الرجاء إطفاء التلفزيون أو تخفيف الصوت".

● قم باختيار المعركة التي تريده، وعندما تختار واحدة □ ارجحها.

غالباً ما يقدم الآباء طلباً ثم يتراجعون عندما يصبح الطفل صعباً. في المثال أعلاه، إذا لم الطفل إطفاء التلفزيون أن تخفيف صوته، فكم عدد الآباء الذين سيغمغمون أو يشتكون أو يصرخون أو يتذمرون من ذلك؟ من المهم في العلاقة بين الوالدين والطفل أن تكسب معركتك. يمكنك المشي بهدوء إلى غرفة التي يوجد بها الولد، وإغلاق التلفزيون بنفسك ، والنظر في عينيه والقول، أتوقع منك أن تستمع إليّ، ويمكن أن تخفف الصوت ، وتعطيه فرصة أخرى ، أو تقول له: اليوم لا تزيد التلفزيون ، سأسمع لك غداً، المهم لا تتراجع وتسمح له أن ينفذ ما يريد ويرفض طلبك.

كيف تساعد طفلك على النجاح في المدرسة؟

ستبدأ المدرسة قريباً، بصفتك أحد الوالدين، لديك دور خاص في إعداد طفلك ، ومنذ الولادة، كنت أول معلم لطفلك ، ومع تقدم طفلك في العمر، لا تزال مهمًا في مساعدته على النجاح والاستمتاع بالتعلم طوال سنوات دراسته .

أشارت الدراسات إلى أن الأطفال يميلون إلى الأداء بشكل أفضل في المدرسة عندما يشارك والديهم و / أو غيرهم من البالغين المهمين في مدرستهم الرسمية عندما يشارك والديهم أو غيرهم من البالغين المهمين في تعليمهم الرسمي . فيما يلي بعض النصائح التي ستساعدك على مساعدة طفلك على النجاح في المدرسة:

- قدم لطفلك وجة فطور صحية كل صباح . أدخل الأطعمة التي تتكون من الحبوب الكاملة والفاواكه والبروتين .
- تعرّف على معلم طفلك وأظهر اهتماماً بنجاح طفلك في المدرسة
- تحدث مع طفلك كل يوم عما تعلمه في المدرسة.
- ضع قواعد حول الواجب المنزلي .
- ساعد طفلك على التنظيم للقيام بواجبه المنزلي .
- خصص مكاناً خاصاً لحثائب الظهر والأشياء الأخرى الالزمة للمدرسة.
- احضر جميع لقاءات الآباء والمعلمين طوال العام الدراسي.
- أخبر مدرس طفلك بأي مخاوف قد تكون لديك بشأن أداء طفلك في المدرسة. تحدث إلى طفلك بانتظام حول أهمية التعليم ، وفر مكاناً خاصاً يمكن لطفلك أن يدرس فيه ، شارك في الأحداث المدرسية مع طفلك عندما يكون ذلك ممكناً.

هل أنت جد تربى حفيدك؟

قد يها كان لكل الأهل دور في تربية الأطفال ، وكان للأجداد دور كبير في التربية ، خاصة تربية الصغار ، لأن الأهل كانوا يذهبون في الحقول ، ويبقى الأجداد مع الأطفال. يوم الأجداد الوطني هو يوم 8 سبتمبر ويعتبر عيد وطني يحتفل فيه بالأجداد في الولايات المتحدة الأمريكية منذ عام 1978 ، ومعترف به في عدد من البلدان في أيام مختلفة من السنة ، وإن كنت جداً أو جدة ، ومسئولة بشكل كامل أو جزئي عن الأطفال ، يمكن أن تقوم ببعض المهام:

- قم بإعداد روتين يومي لأوقات الوجبات ووقت النوم والأنشطة الأخرى بحيث يكون لدى الأطفال بعض القدرة على التنبؤ في حياتهم.
- ساعد أحفادك على الشعور بأنهم "في المنزل" من خلال إفساح المجال لهم ولممتلكاتهم . يجب أن يكون منزلك مرحباً وأمناً وصديقاً للأطفال.
- العمل على مهارات الاتصال ، تحدث إلى أحفادك وتأكد من أن الأطفال يعرفون أنه يمكنهم دائمًا التحدث إليك.
- ضع بعض القواعد وشرحها للأطفال ، ثم قم بفرضها باستمرار .
- ابحث عن مجموعة دعم - إما مجموعة مخصصة للأجداد الذين يقومون بتربية الأحفاد أو مجموعة دعم أخرى حيث يمكنك مشاركة مشاكلك مع الآخرين الذين سيتفهمون الأمر.
- تحدث إلى شخص ما . قد يكون هذا صديقاً أو قريباً أو محترفاً، مثل مستشار أو طبيب أسرة أو شخص ما في مجتمعك الديني ، يمكن أن يساعدك في تخفيف التوتر.
- تعلم أن تقول لا ". ليس لديك الوقت لفعل كل شيء . تعلم كيفية تحديد الأولويات، والتخلص من المهام غير الضرورية في حياتك.

كيف تتحدث إلى المعلم عن خاوفك

عندما يواجه طفلك مشكلة في المدرسة - مع زميل في الفصل أو مع مهمة أو المعلم نفسه - لا تتردد في التحدث إلى المعلم، فكر في الأمر كجلسة حل المشكلات أو العصف الذهني . افترض أنك أنت والمعلم تريدان ما هو الأفضل لطفلك وأنك ستجد طريقة للعمل معًا.

لتحقيق أقصى استفادة من اجتماعك، توصي جمعية التعليم الوطنية والرابطة الوطنية الأمريكية للمعلمين الآباء بهذه الخطوات:

- تحدث إلى طفلك قبل أن تذهب ، اسأل عن القضايا التي يرغب في معالجتها؛ أو، إذا كان هناك مصدر القلق يخصك، فأشرح سبب ذهابك واحصل على تعليقاته .

اطلب منه الإشارة إلى أطفال أو أنشطة أو سياسات حجرة دراسية محددة بحيث تكون واضحة قدر الإمكان عند التحدث إلى معلمه.

● قم بإعداد الأسئلة مسبقاً للمساعدة في استخدام وقتكم بحكمة، ربما سترغب في معرفة مدى توافق طفلك مع الآخرين ، وإذا كان يشارك في الفصل، وما هو مزاجه طوال اليوم، وما هي أفضل وأسوأ مواضيعه.

● كن في الموعد، ربما يعقد المعلم اجتماعات قبل وبعد اجتماعاتك ، ابق هادئاً حتى لو كنت قلقاً بشأن طفلك أو غاضباً من شيء حدث أثناء الفصل . لا ت يريد توجيه اللوم قبل أن تحصل على كل المعلومات، ولا تريد أن تضع المعلم في موقف دفاعي . بدلاً من أن تقول، أعتقد أن سياسة واجبك المنزلي مضللة، حاول أن تقول، "أبني تواجه مشكلة في سياسة الواجب المنزلي . أخشى أننا لا نفهم الغرض منه . كيف يمكننا حل هذه المشكلة؟"

العيش في خوف:

يقدر الخبراء أن 3.3 مليون طفل شهدوا أعمال عنف في منازلهم في أمريكا في عام واحد. العيش في منزل به عنف منزلي يعرض الأطفال لخطر أكبر لإساءة معاملة الأطفال وإهمالهم . ومشاهدة العنف الأسري يؤثر على الأطفال جسدياً وعاطفياً ونفسياً واجتماعياً .

كيف يمكنك مساعدة أطفالك إذا تعرضوا للعنف المنزلي ، وكيف يمكنك المساعدة في الحفاظ على سلامتهم؟

علم طفلك أن

لا يأس أن تشعر بالغضب، لكن ليس من المقبول أن تضرب ، هناك بدائل للسلوكيات العنيفة ، وهناك أشياء يجب القيام بها لحماية أنفسهم، وللحفاظ على سلامتهم. كيف يمكنك جعل أطفالك أكثر أماناً؟

- علّمهم ألا يخوضوا معركة.
- علّمهم كيفية الوصول إلى بر الأمان، والاتصال برقم 911، وإعطاء عنوانك ورقم هاتفك للشرطة.
- أخبر المدرسة ألا يسلّموا أطفالك لأي شخص دون التحدث إليك أولاً.
- استخدام الكلمة مرور حتى يتأكدوا من هوبيتك على الهاتف، وأخبر المدرسة ألا تعطي عنوانك أو رقم هاتفك لأي شخص.

هل طفلك يتحداك؟

- هل هناك ما يبعث على الجنون مثل الطفل الذي يعارض السلطة بجرأة؟
- الكثير من الأطفال هذه الأيام يعارضون صراحة سلطة آبائهم. لماذا هذا؟
- علم أطفالنا الفرق بين الحياة الواقعية والحياة على الشاشة، أي في التلفزيون والهاتف وغيره.
 - تحدث إلى أطفالك عما قد يشاهدونه على التلفزيون والأفلام، وقارن بين ما أظهرته الشاشة وما سيحدث في الحياة الواقعية.
 - كن انتقائياً بشأن ما يراه أطفالك ويقرؤونه. هذا يعني أنه يجب أن تكون مدركاً وأن تلعب دوراً نشطاً في تحديد ما يمكنهم مشاهدته أو لا يمكنهم مشاهدته.
- الآن يأتي الجزء الذي يصعب قبوله. كيف تساهم في هذه المشكلة؟
- تقديم مطالب غير قابلة للتنفيذ: عندما تطلب شيئاً من طفلك لا يمكنك فرضه، فإنك تفتح نفسك للتحدي، مثلاً، يطلب أحد الوالدين من طفله، "اذهب إلى النوم الآن"، يمكنك أن تقول له: اذهب إلى الفراش، ولكن لا يمكنك أن تجبره على النوم، ربما الوقت مبكراً، أو أنه مصاب بالأرق.
 - الكثير من الكلام والقليل من العمل: عندما تكرر طلبك لطفل أربع أو خمس مرات فإنك تضعف وضعك. سوف يكتشف طفلك بسرعة أنه يمكن أن يتتجاهلك بسهولة ولا يعاني من أي تداعيات.

- عندما لا تبذل جهداً لمتابعة طلبك بسرعة، يتعلم طفلك أن يتحداك.
- التذمر المستمر: عندما تعرف طفلك أن أكثر ما ستعاني منه بسبب تحديه هو النبرة المستمرة لصوتك في الخلفية، فلن يكتثر لأوامرك، والعلاج الوحيد هو التحدث أقل والعمل أكثر.
- عدم وجود قواعد عائلية: عندما تفتقر أسرتك إلى قواعد صارمة ومحددة، فقد يتحداك أطفالك بـ "الجهل المفترض" ، بحجة أنه لا يعرف ، وإن عدم وجود قواعد يجبرك على اتخاذ قرارات وأحكام مستمرة ، ويعنّي أطفالك من تعلم قانون الأسرة.

الفصل الثالث: كيف أمنح طفلي شخصية قوية؟

مثلاً يجب تعليم الأطفال ربط أحذيةهم، والقراءة والكتابة، وحل مسائل الرياضيات، وفهم مفاهيم العلوم والأحداث في التاريخ، كذلك يجب توجيههم في تطوير صفات الشخصية التي تقدرها أسرهم والمجتمعات في الذي يعيشون فيه.

فقط من خلال التوجيه والنماذج، والإقتداء، من خلال رعاية البالغين يتعلم الأطفال أن يكونوا صادقين ورصينين، والدفاع عن مبادئهم، والاهتمام بالآخرين، والتصرف بمسؤولية، واتخاذ خيارات أخلاقية سليمة.

يقدم هذا الفصل معلومات حول القيم والمهارات التي تشكل الشخصية الصالحة، وما يمكنك القيام به لمساعدة طفلك على تطوير شخصية قوي، ويقترح أنشطة تمكنك أنت وأطفالك في سن المدرسة من القيام بها لوضع هذه القيم في العمل في حياتهم اليومية، ونصائح للعمل مع المعلمين والمدارس لضمان العمل معًا لتعزيز القيم الأساسية التي تريد أن يتعلّمها طفلك ويستخدمها، ولا تنسى أن ديننا يحضّ على مكارم الأخلاق، وعلى الشخصية القوية، قال عليه الصلاة والسلام: "إِنَّمَا بُعْثِثُ لِأَتْمَمَ مَكَارِمَ الْأَخْلَاقِ" ، وقال أيضاً: "المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير،.."

ماذا تعني الشخصية القوية؟

الشخصية هي مجموعة من المعتقدات والصفات أو القيم التي تشكل أفكارنا وأفعالنا وردود أفعالنا ومشاعرنا.

الأشخاص ذوو الشخصية القوية يتصرفون بما يلي:

أولاً: التعاطف

ثانياً: الصدق والتزامه

ثالثاً: الانضباط الذاتي

رابعاً: إصدار أحكام جيدة

خامساً: احترام الآخرين

سادساً: احترام الذات

سابعاً: الشجاعة

ثامناً: الشعور بالمسؤولية

تاسعاً: مواطنون صالحون يهتمون بمجتمعهم

والآن إلى التفاصيل:

أولاً: التعاطف

الرحمة، أو التعاطف، تعني التماهي مع مشاعر الآخرين واحتياجاتهم والاهتمام بها، وهذا يسمح لنا بفهم وجهات نظر الآخرين، ويجعلنا ندرك معاناتهم، ويسمح لنا بالتعاطف معهم أو الشعور بمعاناتهم على أنها معاناتنا.

يتبع لنا التعاطف أيضاً الشعور بالبهجة والإثارة - بدلاً من الغضب واليأس - من نجاحات الآخرين وإنجازاتهم، وهذا ضد بعض العادات السيئة مثل الغيرة والحسد. قد يبدأ الأطفال في البكاء عندما يسمعون أصوات بكاء أخرى، ويضحكون عندما يسمعون الآخرين يصدرون أصواتاً سعيدة.

في سن الثالثة، يبذل العديد من الأطفال جهداً لعناق أو مواساة طفل آخر أو أحد الوالدين الذي يبدو مستاءً.

مع نمو الأطفال، يمكن للرحة أن توجه أفعالهم وسلوكياتهم بطرق إيجابية، إنهم يفهمون أنه من خلال فعل شيء خاطئ، فإنهم يتسببون في الألم أو التعasse للأخرين.

وتذكر الحديث الشريف:

عَنِ النَّبِيِّ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ: "مَنْ نَفَسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرَبَ الدُّنْيَا نَفَسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرَبَ يَوْمِ الْقِيَامَةِ، وَمَنْ يَسِّرَ عَلَى مُعْسِرٍ، يَسِّرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَأَللَّهُ فِي عَوْنَ الْعَبْدِ مَا كَانَ الْعَبْدُ فِي عَوْنَ أَخِيهِ،...."

ما الذي تستطيع فعله:

1- تحدث مع طفلك .عن وجهة نظر الآخرين وأنت تشاهد التلفاز ، أو تقرأ الكتب أو تناقش أشخاص آخرين ، مثلا، أسأله ، ماذا تتوقع شعور هذه الشخصية في هذه الظروف؟

2- إظهار الاهتمام بالآخرين ، مثل القيام بمهام للجيران المرضى أو فتح الأبواب للآخرين.

3- كن منفتحاً على الاختلافات ، إذا قال طفلك "يرتدى جيراننا الجدد ملابس مضحكه" ، اشرح لهم أن الناس غالباً ما يرتدون ملابس تعكس ثقافاتهم أو بلدانهم الأصلية.

4- عند تقديم هدية لأحد الأقارب أو الجيران ، كلف ابنك بحمل الهدية.

5- عدم إظهار السخرية أو الشماتة أو الاستهزاء من المرضى وأصحاب الإعاقات.

6- يمكن تكليف ابنك بكتابة قصة بعنوان "متى شعرت أنك بحاجة للتعاطف؟" ، وذلك نتيجة ظرف مرّ به ، مثل:

1- مرض أصابه هو أو أحد عائلته.

2-وفاة شخص عزيز.

3- عدم دعوته للمشاركة في نشاط مثل: رحلة ، حفلة ...

4- عدم تحصيله علامة جيدة في الاختبار رغم دراسته.

5- فقدان أو ضياع شيء خاص به مثل: هاتف خلوي.

6-انتقاله إلى مدرسة جديدة لا يعرف فيها أحد.

ويكذلك تنزيل كتابي الرقمي "التعاطف"، وهو منشور على عدة مواقع مجانية.

ثانياً: الصدق والتزاهة

بساطة، الصدق يعني أن نكون صادقين مع أنفسنا ومع الآخرين .إنه يعني الاهتمام بالآخرين بما فيه الكفاية حتى لا نخدعهم من أجل المنفعة الشخصية .إنه يعني مواجهة أخطائنا، حتى عندما يتغير علينا الاعتراف بها للآخرين أو عندما قد يوقعوننا في المشاكل.

قال الله عز وجل : (إِنَّمَا يَفْتَرِي الْكَذِبُ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْكَاذِبُونَ)

الإنصاف والتزاهة يعني التصرف بطريقة عادلة عند اتخاذ القرارات، وخاصة القرارات المهمة، على أساس الأدلة بدلاً من التحييز .إنه يعني "اللعبة وفقاً للقواعد" والدفاع عن حق كل فرد في أن يعامل بالمساواة والصدق.

لفهم أهمية الصدق والإنصاف، يحتاج الأطفال إلى تعلم العيش معًا في أسرة أو مجتمع أو حتى أمة تعتمد على الثقة المتبادلة ، بدون الأمانة والإنصاف، تصبح الثقة بعضنا البعض صعبة للغاية، وتتفكك العائلات والمجتمعات.

ما الذي تستطيع فعله:

- 1-كن نموذجاً للعلاقات الصادقة مع الآخرين ، فالأطفال يتعلّمون بالقدوة والتقليل.
- 2-ناقش مع طفلك ما هو الصدق وما هو الكذب ، ووضح له بلغة يفهمها ، مثلاً، أن الصدق لا يعني إخبار شخص ما تعتقد أنه يبدو قبيحاً ، لأن اللطف يسير جنباً إلى جنب مع الصدق.
- 3-ناقش التزاهة والإنصاف (من المحتمل أن طفلك سوف يتعلم) في مواقف مختلفة، كيف ظهر العدل في عائلتنا؟ ماذا يعني العدل للمجتمع؟ ما هي معايير الإنصاف في ديننا؟

4- تحدث عن كيفية محاولتك أن تكون عادلاً في حياتك وعملك . ما هي قضايا العدالة التي تصارع معها؟ سيهتم ابنك المراهق بشكل خاص بالتحدث معك حول هذه الأشياء

ثالثاً: الانضباط الذاتي

الانضباط الذاتي هو القدرة على تحديد هدف واقعي أو وضع خطة - ثم الالتزام بها . إنها القدرة على مقاومة فعل الأشياء التي يمكن أن تؤدي الآخرين أو تؤدي أنفسنا ، إنه ينطوي على الوفاء بالوعود والالتزامات ، وهو أساس العديد من الصفات الأخرى للشخصية.

غالباً ما يتطلب الانضباط الذاتي الثابرة والالتزام بالالتزامات طويلة الأجل - تأجيل المتعة الفورية للوفاء بها لاحقاً. ويتضمن أيضاً التعامل بفعالية مع المشاعر السيئة ، مثل الغضب والحسد ، وتنمية الصبر.

الانضباط الذاتي يساعد في تعليم الأطفال على تنظيم سلوكهم ، وينحthem قوة الإرادة لاتخاذ قرارات وخيارات جيدة . من ناحية أخرى ، فإن الفشل في تطوير الانضباط الذاتي يترك الأطفال عرضة للسلوك المدام ، وبدون القدرة على التحكم في دوافعهم أو تقييمها ، غالباً ما يغوصون في المواقف الضارة.

ما الذي تستطيع فعله:

1- تحدث مع طفلك حول تحديد أهداف يمكن الوصول إليها ، مثلاً ، ساعده في تقسيم المهام الكبيرة إلى مهام صغيرة يمكن إنجازها واحدة تلو الأخرى ، اطلب من الطفل اختيار مهمة وتحديد موعد نهائي لإكمالها ، وعند انتهاء المهمة ، تحقق معًا لمعرفة ما إذا كانت المهمة قد تم إنجازها.

2- ساعد طفلك على بناء حس كفاءته . للقيام بذلك ، تحتاج إلى تجرب نجاح ، مهما كانت صغيرة . هذا يبني الثقة والجهد في المرة القادمة . استمر في جعل المهام أكثر صعوبة قليلاً ولكنها قابلة للتنفيذ.

3- في التعليم الفعال في المدرسة ، يوجد شيء اسمه "عقود التعلم" ، حيث يوقع الطالب مع معلمه عقداً للقيام بهمة ما ، مثل قراءة وتلخيص كتاب ، القيام ببحث ، إنتاج وسيلة

تعليمية أو عمل فني ، وهذه العقود تتضمن كل شروط العقد، حيث يقع عليه الطالب والمعلم وأثنان من الشهود، ويحدد له موعد للإنجاز، وعدة مواعيد خلال فترة العمل لعرض ما تم إنجازه، ويتربّ على تحقيق هذا العقد مكافأة، قد تكون علامات، أو جائزة.

ويمكن للأب أن يطبق هذه الطريقة، ويوضع عليها مكافئات وعقوبات.

4- ساعد طفلك على بناء الشعور بقيمة الإنجاز والكفاءة، وللقيام بذلك ، تحتاج إلى تجرب نجاح يقوم بها الطفل، مهما كانت صغيرة، هذا يبني الثقة، استمر في جعل المهام أكثر صعوبة قليلاً ولكنها قابلة للتنفيذ.

5- اختر له قصصا وأشعارا عن هذا الموضوع.

ولنقرأ هذه الأبيات لعنترة، مع أنه شاعر جاهلي ، ولكنه يمتلك أخلاقا عالية ، وقدرة كبيرة على ضبط النفس ، حيث يقول:

وأَغْضَنْ طَرْفِيْ ما بَدَأْتْ لِي جَارَتِي حَتَّى يُوازِيْ جَارَتِيْ مَأْوَاهَا
إِنَّمَّا إِمْرُؤٌ سَمِحَ الْخَلِيقَةَ مَاجِدٌ لَا أَتَبِعُ النَّفْسَ الْلَّجُوجَ هَوَاهَا

رابعا: إصدار أحكام جيدة

يطور الأطفال شخصية قوية من خلال تعلم التفكير وإصدار أحكام سليمة حول ما هو صواب أو خطأ، جيد أو سيء، من أن هذا الأمر قد يكون صعبا على الكبار، ناهيك عن الأطفال.

مثلا، قد يكون من الصعب على الطفل التعرف على الفرق بين التصرف بشجاعة والتهور ، وبصفتنا آباء، يمكننا المساعدة من خلال إظهار الفرق، من خلال ما نقوم به وكذلك ما نقوله، أنه من المهم في مثل هذه المواقف التفكير بعناية وصدق فيما يجب القيام به، مع الموازنة بعناية حول كيفية تأثير الآخرين بما نقوم به في بعض الأحيان نقع في المشاكل لأننا "فقط لم نفكر". ترك عواطفنا تقودنا إلى أفعال نأسف عليها لاحقاً، يتطلب إصدار أحكام جيدة مهارات في مراقبة الدوافع، واستخدام التفكير لفرز المشاعر والحقائق، والتفكير في عواقب أفعالنا.

ستتحسن قدرة طفلك على التفكير وإصدار الأحكام السليمة مع بلوغه سن الرشد، ومع ذلك، مع تقدم العمر، قد يصبح من الأسهل عليها أيضًا محاولة التبرير وتقديم الأعذار للسلوك الأناني أو المتهور، ولكن إذا كنت قد ساعدته على تطوير عادات قوية من الصدق والشجاعة والمسؤولية واحترام الذات، فسيكون لطفلك القدرة على رؤية العيوب في تفكيره ويكون قادرًا على الوصول إلى الاستنتاج الصحيح حول ما يجب القيام به.

ما الذي تستطيع فعله:

- 1-علم طفلك أن يتوقف ويفكر قبل التصرف بسبب أي دافع.
- 2-علم طفلك أن يخبر الحقيقة عن المشاعر. دعه يعرف أنه ملحوظ أنه يشعر بقوة تجاه شيء ما - مثل ضرب شخص أغضبه - لا يعني أنه الشيء الصحيح الذي يجب فعله هو الضرب.
- 3-شجّع طفلك على التفكير في عواقب قراراته، أخبره بقصص صغيرة عن المواقف التي قد تواجهه وتحدث عن الإجراءات التي قد يتخدّها، ومن قد يتأثر بأفعاله، وما قد يحدث بسبب أفعاله، وما هو أفضل إجراء ممكن.

خامساً: احترام الآخرين

يعتمد احترام الآخرين على احترام الذات ويتلخص في القاعدة الذهبية: عامل الآخرين كما تحب أن يعاملوك، إنها القيمة التي تجعل العالم مكانًا أكثر لائقة وحضارة. يظهر الناس الاحترام بعدة طرق، يتحدون ويتصرون بطريقة مهذبة، يتجلبون الإهانات والتعليقات القاسية واللغة الفظة، ويتعاملون بهذه الطريقة، بما في ذلك مع أفراد الأسرة والأصدقاء، والأغرباء، ويهتمون بحقوقهم ومعتقداتهم ورفاههم، وهم يعاملون الآخرين بإنصاف وكأفراد ، بغض النظر عن العرق أو الجنس أو العمر أو المجموعة العرقية، إنهم يُظهرون التسامح تجاه الأشخاص الذين لا يشاركون معتقداتهم الشخصية وأرائهم، طالما أن هؤلاء الأشخاص لا يؤذون الآخرين، وهذا يعني أيضًا أن

تعامل بحزم مع أي شخص يحاول إقناعه بمعتقدات وآراء تتعارض مع معتقداته ، وتقطع الطريق عليه ، وتبتعد عنه .

ما الذي تستطيع فعله :

- 1-مارس طرقاً محترمة للتواصل .أظهر لطفلك كيفية التحدث مع الآخرين باحترام . اعد طفلك على حل النزاعات دون عنف ، سواء ضمن العائلة أو الأصدقاء والجيران ،
- 2-أطلب منه أن يتعامل مع الطرفين ويسمع منهمما ويحاول أن يحل الخلاف بينهما ، دون أن يجعل نفسه جزء من الخلاف ، أو يؤيد طرفا ضد الآخر ، لأسباب عائلية أو نفعية .
- 3-علم طفلك احترام التقاليد القيمة لتراثك ، تحدث عن عادات الأسرة في إظهار الاحترام وتكرير الكبار ومساعدة المجتمع ، شجعه على فعل هذه الأشياء .
- 4-اختر له قصصا من التراث الإسلامي والتاريخ العربي عن هذا الموضوع .

سادساً: احترام الذات

احترام الذات يعني احترام الذات الشعور بالرضا عن السلوك المناسب والإنجازات الصعبة ، والأشخاص الذين يحترمون أنفسهم يحترمون الآخرين أيضاً ، ولا يحتاجون إلى الاستخفاف بالآخرين من أجل المفارقة أو المبالغة في قدراتهم أو مواهبهم ، إنهم لا يحتاجون إلى الكثير من المال أو القوة ليشعروا بالرضا عن أنفسهم .

يرى الأشخاص الذين يحترمون أنفسهم أن الأنانية وفقدان الانضباط والتهور والجنون وعدم الأمانة على خطأ الواقع بها إهانة للنفس ، لديهم قوة داخلية ، ولا يرغبون في السماح للآخرين باستخدامهم أو التلاعب بهم ، وهم يعلمون أن إظهار الصبر أو التسامح لا يعني السماح للآخرين بإساءة معاملتهم .

الأشخاص الذين يحترمون أنفسهم لا ينهارون عندما يفشلون .يقبلون الأخطاء كجزء من الحياة . بينما نساعد أطفالنا على وضع معايير عالية لأنفسهم ، نحتاج أيضاً إلى إخبارهم بأن الفشل لا يمثل إحراجاً عندما يذلون قصارى جهدهم .

ويجب أن لا ننسى، إن تعليم الأطفال احترام الذات لا يعني مدح كل ما يفعلونه . كما أنهم بحاجة إلى نقد صادق من وقت لآخر . عندما ننتقد، يجب أن نركز على الأشياء التي فعلوها، وليس عليهم بشكل شخصي .
ما الذي تستطيع فعله:

- 1- شجّع طفلك على بناء هوية إيجابية ترکز على نزاهته ومواهبه .
- 2- أكد له على أن الشخصية مبنية على القرارات والإجراءات التي يتخذها الشخص كل يوم .
- 3- أعمل مع طفلك لمساعدته على الوصول إلى إمكاناته الكاملة من خلال تشجيعه على تنمية مواهبه وتحديد أهداف قابلة للتحقيق وتقدير نفسه كشخص فريد من نوعه .
- 4- علم طفلك كيفية اختيار القيم الجيدة . ساعده على التفكير في ما هي الأهداف الجديرة والوسائل المناسبة للوصول إلى تلك الأهداف .

سابعاً: الشجاعة

الشجاعة هي القدرة على التغلب على الخوف من أجل فعل الصواب، حتى لو كان صعباً أو محفوفاً بالمخاطر . يمكن أن تعني الشجاعة مواجهة الأخطار الجسدية، ولكنها قد تعني أيضاً الدفاع عن المعتقدات والتخاذل القرارات الصعبة على أساس الأدلة ، وهذا يعني أن لا تكون طائشين ولا جبناء في مواجهة واجباتنا ومسؤولياتنا .

ما الذي تستطيع فعله:

- 1- درّب طفلك على كيفية التحلی بالشجاعة . امدحه عندما يتصرف بشجاعة (ولكن لا تسخر منه أبداً لأي سبب من الأسباب - السخرية يمكن أن يكون لها آثار طويلة الأمد على ثقة الطفل بنفسه)
- 2- ناقش مع طفلك كيف يقول لا . في بعض الأحيان لا يعرف الأطفال كيف يقولون لا لأنّ رأيهم الذين يطلبون منهم القيام بأشياء خطيرة أو محفوفة بالمخاطر . علم طفلك عملية من ثلاثة خطوات لحماية نفسه:
أ- تطبيق قاعدة "المتابع": هل هذا الفعل ينتهك القانون أو القاعدة؟

ب- اتخاذ قراراً جيداً - فكر جيداً في المخاطر أو العواقب المحتملة.

ج- التصرف بسرعة لتجنب المتاعب، باستخدام خيارات مثل ما يلي - :

- قل لا !

- غادر المكان

- قل نكتة

- اقترح شيئاً أفضل للقيام به

- قدم عذرًا مثل ، "سيغضب والدي حقاً"

- تصرف وكأنك صدمت بما سمعت.

ثامنا: الشعور بالمسؤولية

أن تكون مسؤولاً يعني أن تكون جديراً بالثقة والوفاء بالوعود والالتزامات، وتتضمن قبول عواقب ما نقوله ونفعله، كما يعني تطوير إمكاناتنا، والأشخاص المسؤولون لا يختلقون الأعذار لأفعالهم أو يلومون الآخرين عندما تسوء الأمور، بل يفكرون في الأمور جيداً ويستخدمون الحكم الجيد قبل اتخاذ أي إجراء، يتصرفون بطرق تشجع الآخرين على الوثوق بهم.

الأشخاص المسؤولون يتولون المسؤولية عن حياتهم .إنهم يضعون الخطط ويفسرون أهدافاً لرعاية مواهبهم ومهاراتهم .إنهم مرنون في إيجاد طرق للتغلب على المحن، ويتخذون القرارات، مع مراعاة الالتزامات تجاه الأسرة والمجتمع.

يحتاج الأطفال إلى تعلم أن كونهم جزءاً من الأسرة والمجتمع يعني عليهم قبول بعض المسؤوليات، وعندما يتصرف كل منا بمسؤولية، ستكون عائلاتنا ومجتمعاتنا أقوى.

ما الذي تستطيع فعله:

1- عقد اتفاقيات مع طفلك وتوقع منه أن يتبعها .

2- عندما تسوء الأمور، ساعد طفلك على تحمل المسؤولية عنها جزء منها ووضع خطة للقيام بالأشياء بشكل مختلف في المرة القادمة .

3- شجّع طفلك على معرفة المزيد عن العالم وكيف يمكن لأفعاله أن تؤثر على الآخرين البعيدين.

تاسعاً: مواطنون صالحون يهتمون بمجتمعهم

تطلب المواطننة القيام بنصيبنا من أجل مجتمعنا وبلدنا. أن تكون مواطناً صالحًا يعني الاهتمام بصالح المجتمع والمشاركة بنشاط لتحسين الأمور، وقبل كل شيء، أن تكون متمنياً لدینك وأمتك.

تكشف الأبحاث أن المشاركة في برامج خدمة المجتمع والتعرف على أهمية وقيمة خدمة الآخرين يمكن أن يكون له تأثير قوي على تنمية الشخصية الإيجابية.

ما الذي تستطيع فعله:

المشاركة في أنشطة بناء المجتمع، مثل تنظيف الحدائق والمساعدة في الأنشطة المدرسية، وكيفية المحافظة على الماء وحماية البيئة، والمحافظة على الممتلكات العامة.

الفصل الرابع: إكساب الأطفال عادات الناجحين في البيت

هذا الفصل يتضمن وصفاً لستة عشر عادة عقل يتصف بها الأشخاص الأذكياء، ويستخدمونها عندما يواجهون المشكلات المعقدة وعادات العقل هذه نادراً ما تعمل بشكل منفرد وإنما بشكل مجموعة، وفي هذا الفصل سنشرح هذه العادات أولاً، ثم نقدم طرقاً لتعلم هذه العادات من خلال بعض الممارسات اليومية البسيطة، في المطبخ، ولمعرفة المزيد عنها، يمكن الرجوع لكتابي "عادات العقل والمناهج المدرسية".
وعادات العقل هي:

1- المثابرة

الشخص الناجح يتلزم بالعمل الذي يقوم به حتى يكمله، وهو لا يستسلم بسهولة، كما أنه قادر على تحليل المشكلة وتطوير نظام أو هيكل أو إستراتيجية لمحاجمة - هذه المشكلة وحلّها، ولديهم ذخيرة من الإستراتيجيات المتنوعة ، وهم يستخدمون نطاقاً واسعاً من هذه الإستراتيجيات ، كما يجمعون الأدلة للتأكد من الإستراتيجية التي

اختاروها تعمل جيدا ، وإن كانت لا تعمل جيدا يعرفون كيف يعودون للوراء قليلا ويختارون إستراتيجية أخرى ، ولديهم طرق منهاجية لتحليل المشكلة ، تحديد البداية ، وما هي الخطوات التي يجب إتباعها ، وما هي المعلومات التي يجب جمعها أو إنتاجها ، وما هي مصادر المعلومات المتوفرة ، ولأنهم قادرين على الاستمرار في عمليات حل المشكلات لوقت طويل -أي أنهم يمتلكون نفسا طويلا - فإنهم لا يتبعون من حل المشكلات الصعبة والغامضة.

الطلاب عادة يستسلمون عندما لا يستطيعون حل سؤال ما مباشرة ، بل أحيانا يزقون ورقة الأسئلة ويلقونها بعيدا ، وهم يصيرون: "لا أستطيع أن أفعل هذا ، أنه صعب جدا" ، وأحيانا يكتبون أي شيء ملء ورقة الإجابة.

بعض الطلاب لديهم صعوبة في التركيز ، فهم لا يستطيعون التركيز لفترة طويلة ، ولهذا يشرد ذهنهم بسهولة ، وأحيانا لا يمتلكون القدرة على تحليل المشكلة لاختيار إستراتيجية مناسبة لحلها ، وقد ينسحبون لأنهم لا يمتلكون ذخيرة كافية من استراتيجيات حل المشكلات ، ولهذا فلا يوجد لديهم إلا القليل من البديل ، وإذا فشلت أول إستراتيجية ربما ينسحبون معلنين إفلاسهم.

متى تمتلك عادة المثابرة؟

- حينما تستمر في أداء العمل/الواجب.
- حينما تستمر في التفكير والعمل لتصل لمرحلة عمل الواجب.
- حينما تصر على الهدف.
- حينما أتحرك دائماً، مهما ارتكبت من أخطاء، فاستمر بالحركة تجاه الهدف.
- أتراجع للوراء، وأنقدم إلى الأمام.
- حينما أمزق الأوراق ، وأمزق ، حتى أصل إلى الورق الذي يضحك لي، فاستبشر بالحل، فأشعر بالسعادة للوصول إلى الحل.
- حينما أطور مشاعر ليس لدى ما هو مستحيل، ولا يوجد صعب لا يمكن حله.

2- التحكم بالتهور

حال المشاكل الفعال يتصرف بالتأني والتزوي في إصدار الأحكام ، ف هو يفكر قبل أن يفعل ، وهو يعمد إلى وضع تصور للمتّجّ، وخطة العمل ، والهدف الذي يريد الوصول إليه قبل أن يبدأ ، أي يخطط كل المراحل من البداية إلى النهاية ويضع تصوّراً كاملاً لمراحل العمل قبل أن يبدأ ، فهو يسعى للحصول على صورة واضحة للأمر بأكمله منذ البداية ، ويعمل على توقع المشكلات التي قد تقع ويضع حلولاً تمنع وقوعها أو يمكن استخدامها حال وقوعها ^٣ ، كما يضع أمامه عدة مسارات محتملة لاختيار أفضلها ، وهو يحاول جهده التقليل ما أمكن من طريقة المحاولة والخطأ من خلال جمع المعلومات ، وأخذ الوقت الكافي للتفكير بالجواب قبل التصريح به ، وكذلك الإطلاع على وجهات النظر المختلفة.

ثُمَّاً ما يصرّح الطالب بأول إجابة ترد على ذهنه ، وقبل أن يفهم السؤال جيداً ، ودون استخدام خطة منظمة لدراسة المشكلة وتحليلها.

المراهقين الذين يتلذّبون درجة عالية من الانضباط الذاتي يتتفوقون على زملائهم المندفعين في جميع عوامل الأداء الأكاديمي ، مهما اختلفت طريقة تقييم مستوى الطالب سواء من خلال الاختبارات العادلة أو اختبارات الذكاء ،
أكون قادراً على التحكم بالتهور عندما ...

- أكون قادرًا بمحض الرغبة الأولى لأنّ أسهل من إرضاء كل ما يليها.
- أمتلك القدرة على التأنّي والتفكير والإصغاء للتعليمات وفهم التوجيهات للتعامل معها وتطورها.
- انظر بمنة ويسرى قبل قطع الشارع.
- قول لمن يتعامل معّي: دقة من فضلك...دعني أفكّر

^١ ارجع إلى برنامج (فوج - ISPPS) حل المشكلات الذي نشرناه في كتابنا (المراجع الشاملة لبرامج حل المشكلات).

- أتجنب الأحكام الفورية والقفز إلى النتائج.
- احترم الحلول البديلة التي تطل برأسها بين الحين والآخر.
- اتجنب التقييم الفوري وأحترم التقسيم الذاتي المتأني.
- انتبه...انتبه....انتبه
- أنفنس بعمق أثناء التفكير.
- أنظم ذاتي ، وأكون: هادئ ، متأمل ...

3-الإصغاء بتفهم وتعاطف

الأشخاص ذوي الفعالية العالية يبذلون الكثير من الوقت والجهد في الاستماع (كوفي 1989)، ويعتقد بعض المختصين في علم النفس أن القدرة على الاستماع لشخص آخر، والتعاطف معه، وكذلك تفهم وجهة نظره هو أحد أعلى المستويات من صيغ السلوك الذكائي، والقدرة على إعادة صياغة أفكار الآخرين، وتلمس أهم ما تتضمنه من أفكار ومشاعر وعواطف سواء تم التعبير عنها بشكل شفهي أو من خلال لغة الجسد، والتعبير عنها بشكل دقيق .

الأشخاص الذين يتلذبون بهذه العادة قادرين على الرؤية من خلال وجهات النظر المتفاوتة الخاصة بالآخرين، فهم يقيمون علاقات مع الآخرين أهم ما يميزها اللطف والرفق، ويشعرن الآخرين باهتمامهم بهم من خلال إعادة صياغة أفكارهم بدقة، ثم البناء عليها، وتوضيحها وإعطاء أمثلة عليها.
ي تلك الإنسان هذه العادة عندما...

- يطيل الاستماع ويفكر فيما يستمع له.
- يستمع للآخرين بتفهم وتفاعل حيوي ونشط.
- يستطيع فهم أفكار الآخرين وأبعادها.
- يفهم الدلالات الأدائية والتعبيرية والمشاعر التي يصدرها الآخرون.

- يستطيع الصمت عندما يتحدث الآخرون من أجل فهم كلامهم وليس لتحضير الرد.
- يعيد صياغة أفكار الآخرين.. يقرأ ما بين السطور.

4- التفكير بمرونة:

التفكير بمرونة يعتبر من أصعب الأنشطة الذهنية , حيث أن معالجة حزمة من المعلومات بأكثر

من طريقة , أو ضمن إطار أو أنظمة مختلفة يعتبر أمراً ليس بالسهل .
تعليم إنسان معلومة جديدة أمر سهل ، ولكن تغيير قناعات مسبقة ليس سهلاً ، حيث أن
عليك أولاً تفكيك الأطر السابقة وبناء إطار جديدة
الشخص المرن يستطيع النظر إلى المشكلة من زاوية مختلفة بتوجه إبداعي وهذا ما يسميه
(إدوارد ديبيونو 1991) : التفكير الجاني ، وكذلك الشخص المرن يستطيع التعامل مع
عدة مصادر من المعلومات وينظر إلى المشكلة من عدة زوايا في وقت واحد ، وهم
يتلکون ذهنا منفتحاً للتغيرات التي تعتمد على المعلومات الإضافية التي يتم التوصل
إليها ، وقد يغيرون قناعاتهم حول المشكلة مدار البحث بزاوية 180 درجة ، وهم يفهمون
العلاقة بين الغاية والوسيلة .
اكون قد اكتسبت هذه العادة إذا ...

- كنت قراءة البيانات قراءة متعددة من وجهات نظر مختلفة.
- كنت منفتحاً في تفكيري .
- كنت قادراً على التلاعب بالبدائل والتحرك ضمنها بحرية ذهنياً.

5- التفكير في التفكير (ما وراء المعرفة)

المكون الرئيس في ما وراء المعرفة عندما تواجه مشكلة تريد حلّها هو تطوير خطة للعمل، والحفظ على هذه الخطة في الذهن لفترة من الوقت، ثم التفكّر في الخطة وتقييمها عند الانتهاء منها.

وضع خطة الإستراتيجية قبل الشروع في العمل الرئيس يساعد في تتبع الخطوات المتسلسلة للسلوك الذي تم التخطيط له على مستوى الوعي خلال مدة تنفيذ النشاط، وهذا يسهل إصدار حكم على نتائج هذا العمل، وتقييمه.

من الأدوات المساعدة في تعزيز هذه العادة من عادات العقل وهي (التفكير في التفكير) استخدام المنظمات البينية والخرائط الذهنية

الطلاب عادة لا يعطون لأنفسهم بعض الوقت للتساؤل حول الأشياء التي يفعلونها وما فعلوها، وهم نادراً ما يسألون أنفسهم حول استراتيجيات التعلم الخاصة بهم، أو لتقييم مدى كفاءة أدائهم، وبعض الطلاب فعلياً ليس لديهم أدنى فكرة حول ما يجب أن يفعلوه عند مواجهة مشكلة ما، وفي الغالب لا يتذكرون القدرة على توضيح استراتيجيات اتخاذ القرار الخاصة بهم، وعندما يسأل المعلم أحد الطلاب: "كيف قمت بحل هذه المشكلة؟، وما هي الإستراتيجية التي وضعتها في ذهنك؟" أو "أخبرنا ما الذي خطر في ذهنك حتى توصلت إلى هذا الاستنتاج؟" تكون إجابة الطالب عادة: "لا أدرى، فقط قمت بذلك".

نحن نريد من الطلاب أن يتصرفوا بشكل جيد في المهام المعرفية المعقدة، ويمكن إعطاء مثال على ذلك وهو أحياناً نقرأ في كتاب ما وذهبنا مشغول بشيء آخر، وقد نقرأ عدة أسطر أو فقرات ولا يعلق في ذهنتنا شيء مما قرأنا، وفجأة نتبه أننا كنا سارحين بعيداً عن هذا النص وأننا فقدنا التواصل معه فنعود أدراجنا خلال الفقرات التي مررنا عنها حتى نصل إلى آخر فقرة وعيتها ونبداً القراءة من عندها، هذا الوعي الداخلي، وإستراتيجية الاسترجاع هو جزء من ما وراء المعرفة.

يُتطلب الفرد هذه العادة عندما يكون قادرًا على ...

• ذكر الخطوات اللاحقة لخطة عمله ووصف ما يعرفه، وما يحتاج لمعرفته، والقدرة

على تقييم كفاءة خطته وشرح خطوات تفكيره.

- تقييم الاستراتيجيات الذهنية والخطط.
- تنظيم خرائط ذهنية شاملة لعمليات التخطيط والتقييم.
- التحدث عما يدور في ذهنه حينما يكون في مهمة.

6- الكفاح من أجل الدقة (تحرّي الدقة)

من ينظر إلى بعض التحف الفنية أو المصنوعات اليدوية المتقنة يتتعجب من الصفات التي تميز هذا الصانع والتي أهمها الحرفية، والبراعة، والأناقة والتي تحتاج إلى كثير من الصبر والدقة وعدم التنازل عن أعلى المواصفات بحيث لا تشوب عمله شائبة، وكذلك الاقتصاد في النفقات للوصول إلى نتائج استثنائية، ومن التحف الفنية الرائعة تاج محل في الهند حيث شيده الملك المغولي المسلم شاه جهان (1630 □ 1648) ليضم رفات زوجه ممتاز محل ، ويعتبر من أجمل نماذج العمارة الإسلامية حيث يعرف على نطاق واسع بأنه جوهرة الفن الإسلامي في الهند وإحدى الروائع الخالدة في العالم.

الإنسان الذي يقدر المصداقية، والدقة، والانضباط ، والحرفية العالية يبذل الكثير من الوقت في التحقق من جودة منتجاتهم ، وهم يراجعون القواعد التي يلتزموا بها ، ويراجعوا النماذج والرؤى التي

يتبعونها ، كما يراجعون المعايير التي يستخدمونها للتأكد من أن منتجهم النهائي يطابق المعايير بشكل كامل ، والحرفية تتضمن الولاء والإخلاص ، والدقة والإتقان ، وتنفيذ العمل بجذافيه ، وكذلك الانضباط التام ، والتصحيح المستمر لأي خطأ قد يحدث.

بعض الطلاب لا يريدون بذل الجهد في العمل الذي يقومون به ، وعادة لا يكملون عملهم ، أو يكملوه بشكل غير صحيح ، ويهمهم المصلحة السريعة حتى لو كانت مجرد ترك العمل ولللعب بدل إنجاز العمل بشكله الصحيح.

ي تلك الفرد هذه العادة عندما....

- يعمل بحرفية أو مهنية ويتقن عمله
- السعي الكمال يشكل هماً مستمراً ومتواصلاً له

- يعمل ويعمل ويعمل للوصول للأكثر دقة.
- لا يتوقف أبداً عن العمل على المهمة.
- العمل بالنسبة له أهم من جميع المناسبات الاجتماعية واللهو والمنعة، بل العمل هو المتعة.
- الدقة هي أسمى ما أصبو إليه.
- لا يحسب الجهد ولا الوقت المبذول في مقابل المستوى.

7-التساؤل وطرح مشكلات

يقال إن تحديد المشكلة هو أهم مرحلة من مراحل حلها ، علما أن من أهم صفات الإنسان هي قدرته على البحث عن مشاكل وحلها ، حيث يطرح الأسئلة ملء الفجوات بين ما يعرف وما لا يعرف ، والأسئلة الفعالة تتصف بعدة صفات منها:

- ما هي الأدلة التي تملكها؟
 - كيف تعرف أن هذا الشيء صحيح؟
 - ما هي مصداقية مصدر المعلومات هذا؟
- كما يطرح أسئلة حول وجهات النظر المختلفة مثل:
- من أي وجه نظر نحن نرى أو نقرأ أو نسمع؟
 - من أي زاوية ، من أي منظور نحن ننظر إلى هذا الوضع؟
- كما يطرح أسئلة لعمل روابط وعلاقات سببية بين الأشياء مثل:
- ما هي أوجه العلاقات بين : (البشر ، الأحداث ، الأوضاع) ؟
 - ما الذي يتتج هذا الرابط ؟
- كما يطرح أسئلة ومشكلات افتراضية مثل:
- ماذا تعتقد أنه سيحدث إذا ؟
 - إذا كان هذا صحيحا ، فما الذي حدث؟

والذي يتقن التقصي يدرك التناقضات في الظواهر المحيطة به ويطرح أسئلة سابرة للبحث عن الأسباب مثل:

- لماذا تصيح الديوك؟
- كيف تتمكن الطيور من الطيران؟
- لماذا ينمو شعر رأسى أسرع من الشعر الموجود على باقى جسمى؟
- ماذا يمكن أن يحدث لو ملأت حوض اسماك المياه العذبة بماء صالح؟
- ما هي الحلول البديلة لمشكلة ارتفاع أسعار الوقود؟

8-تطبيق المعرفة القدمة على أوضاع جديدة

الشخص الذكي يتعلم من التجربة والخبرة ، وعندما يواجه مشكلة فإنه يراجع خبراته وتجاربه السابقة ، وقد تسمعه يقول : "هذا يذكرني ب....." أو "هذا الوضع يشبه تماما ذلك اليوم عندما....." ، وهذا يعني أن هذا الشخص عندما واجه مشكلة جديدة راجع نفسه وتذكر حالة مشابهة مرّ بها أو ربما قرأ عنها وهذا سوف يسهل عليه حل هذه المشكلة ، حيث يمكنه الرجوع إلى قاعدة البيانات - الخاصة به للحصول على معلومات أو تفسيرات أو خطوات عملية أو نظريات لفهم هذه المشكلة وحلّها ، وبهذا يستطيع حل مشكلات جديدة وغير مألوفة من خلال الاستفادة من خبراته السابقة.

كثير من الطلاب عندما يبدأون كل مهمة جديدة يتعامل معها وكأنها شيء جديد تماما ولا شيء يشبهه ، ويشعر المعلمين بالفزع عندما يطلبون من بعض الطلاب تذكر كيف قاموا بحل مشكلة شبيهة سابقا ، والطلاب لا يتذكرون شيئا حول هذا الموضوع ، وكأنه لم يحدث مسبقا ولو كان قد حدث منذ عهد قريب ، وهذا يبدو أن كل مشكلة تبقى معزولة ولا علاقة لها بما حدث سابقا أو ما قد يحدث لاحقا ، وهذه الطريقة في التفكير يطلق عليها علماء النفس "فهم الواقع بشكل حلقات منفصلة" ، أي أن كل حدث هو شيء مستقل ومنفصل عمّا قبله وبعده من أحداث ، ولا روابط بين هذه الأحداث ، وهذا يجد هؤلاء الطلاب صعوبة فيأخذ فكرة ما ووضعها في سياق مختلف.

من يمتلك هذه العادة؟

- يتعلم كثيراً من التجربة والمعاناة.
- يرجع إلى الماضي لفحص خبراته للوصول إلى طرق جديدة.
- يحدد موارده ويجدها.
- يسترجع معلوماته السابقة القديمة بسرعة ، ووقت الحاجة.

9- التفكير والتواصل بوضوح ودقة

التحدث بلغة مصقوله ودقيقة يلعب دورا هاما في تحسين الخرائط المعرفية للفرد وقدرته على التفكير الناقد، وهي معرفة أساسية للعمل الفعال، وإثراء اللغة على المستوى العام وكذلك في مجال التخصص يؤدي بشكل تلقائي إلى تطوير التفكير الفعال، فاللغة والتفكير أمران متتشابهان مثل وجهي قطعة النقود ولا يمكن فصلهما عن بعض ، فاللغة هي انعكاس مبهم وغامض للتفكير ، والأشخاص الأذكياء يبذلون جهدهم للتواصل بشكل دقيق سواء بالأسلوب الكتابي أو الشفهي ، ويبذلون جهدهم لتكون لغتهم دقيقة ومعبرة بالضبط عمّا يريدون ، ويستخدمون المصطلحات الأقرب لتوصيل المعنى ، ويبعدون عن الكلمات العامة التي تحتمل أكثر من معنى ، وأي كلمات قد تشوه المعنى أو يكن فهمها بطريقة خاطئة ، وبدلا من ذلك فإنهم يعززون حديثهم بتوضيحات ومقارنات وأدلة وبراهين وكثيّات وأرقام.

أحيانا نسمع طلابا أو بالغين يستخدمون لغة غامضة وغير دقيقة ، ويصفون أشياء أو أحداث محددة بكلمات عامة مثل:لطيف ، غريب ، حسنا ، وقد يصفون أشياء أخرى بكلمات غير مناسبة لوصف هذه الأشياء مثل:تافهة ، خردة ، عديم الفائدة ، ... ، وقد يطلقون عوميات دون دليل أو يخبرون أن هذا الشيء هو الأفضل دون دليل أو مقارنة ، مثلا: أفضل رياضة هي كرة السلة ! من يمتلك هذه العادة فإنه قادر على.....

- التفكير الواضح والتعبير عنه بكلمات واضحة.
- التقليل من كلمات الحشو في التعبير عن أفكاره.

- التحدث عن خبرته بأقل قدر من الكلمات.
- التعبير عما يفكر فيه بكلمات مصحوبة بانفعالات بسيطة ومفهومة.
- استخدام قوالب لغوية سلسة دقيقة واضحة.

10- جمع البيانات باستخدام جميع الحواس:

الأشخاص الأذكياء يعلمون أن جميع هذه المعلومات تدخل إلى الدماغ من خلال الحواس المختلفة :السمع , البصر , اللمس , الشم , التذوق.... , فنحن نعلم أن طعم عصير الليمون لذيد باستخدام حاسة التذوق , وأن رائحة نبات الريحان منعشة باستخدام حاسة الشم , وأن لون السماء أزرق باستخدام حاسة البصر أو صوت الطائرة مزعج باستخدام حاسة الشم ، وأن ملمس الحرير ناعم باستخدام حاسة اللمس.

علما أنه إذا كلما تم تخزين معلومات أكثر عن موضوع ما وفي عدة أماكن من الدماغ يزداد الترابط حول هذا الموضوع ، وهذا يعني أن الطالب يمكنه استرجاع المعلومات المخزنة في دماغه حول هذا الموضوع بسرعة ، أي عندما يستخدم الطالب عدة حواس في تعلم معلومة ما يكون قادر على استيعابها وتذكره ، كما أن كل إنسان يتميز بعدد من أنواع الذكاء ويفتقد بعضها أو تكون لديه مستوى ضعيف جدا ، فالطالب الذي لديه مستوى مرتفع من الذكاء البصري يسكون قادر على استيعاب المعلومة وحفظها إذا عرضت له بشكل بصري بدل أن يقرأها أو يسمعها ، فمثلا لو تحدثنا لهذا الطالب عن مدينة البتراء لن يحتفظ دماغه بمعلومات عن البتراء يمكن استرجاعها سريعا مقارنة لو زار هذه المدينة أو شاهد صورا لها ، وأنا في سلاسل كتبى المختلفة الخاصة بتعليم العلوم والرياضيات أحاول أن أوصل المفاهيم العلمية بطرق مختلفة ليسهل حفظها واستيعابها وهذا ضمن الهدف العام لي وهو: جعل تعليم العلوم والرياضيات: أكثر متعة ، أفضل تخصيصلا ، فالطالب عندما يجري التجربة العلمية ويصنع الجهاز المخبرى بيديه يسهل عليه استيعاب المعلومات العلمية وفهمها وحفظها واسترجاعها في أي وقت.

11- التصور والابتكار:

*المستقبل ليس مكاناً نذهب إليه ، ولكن مكاناً نبتكره نحن ، والطريق إليه لا نبحث عنها ولكن نشقها " جون سكار ، عالم وسياسي جميع البشر يتلرون القدرة على إحداث منتجات وحلول وتقنيات مبتكرة ، وذكية إذا تم تمية هذه القدرات (ستيرنبرغ 2006).

الإنسان المبدع يحاول وضع حلول للمشاكل بشكل مختلف ، ويختبر الفرص والإمكانيات المتنوعة ومن زوايا مختلفة ، ويحاولون تجربة أدوار مختلفة ، ويضعون رؤى يسعون لتحقيقها ، كما أن الأشخاص المبدعين يقومون ببعض المجازفات المحسوبة ويتخطون الحدود ويدفعون بقدراتهم إلى مستويات جديدة وبشكل مستمر (بيركتز 1991) ، حيث أن الدافعية الخاصة بهم داخلية وليس خارجية ، فالعمل يشكل تحدياً شخصياً لهم وأمر مبدئي ، وليس من أجل مصلحة مادية سريعة ، فالمهم لديهم الوصول إلى الهدف الذي وضعوه لأنفسهم والمربح المادي يمكن اعتباره (منتج ثانوي).

الشخص المبدع يتقبل النقد ، فهم يرحبون بالنقد الموجه إلى منتجاتهم ، ويبحثون عن التغذية الراجعة من أجل تطوير منتجاتهم ، فهم لا يحبون الوضع الراهن ويرغبون بالتطوير والتحسين بشكل دائم ، وهو يكافح دوماً من أجل منتجات تتميز بالابتكار ، والإبداع ، والبساطة في الاستخدام والحرفية ، والجمال والتناسق ، والتوازن ، والسعى نحو الكمال.

وبخصوص الطلاب مثلاً ، قد نجد طالباً يقول: لا أجيد الرسم ، أنا فاشل في الرياضيات ، أنا لست مبدعاً.

بعض الناس يعتقدون أن المبدع يولد هكذا مبدعاً ، وأن صفاته الوراثية فقط تحكم بابداعه ، وهذا غير صحيح تماماً ، لو امتلك الطالب مستوى متدنياً من الموهبة والإبداع وتم تنمية هذه الموهبة يمكن أن تصل لمستوى جيد ، فلو وجد طفل لديه موهبة في كتابة الشعر وتم رعاية هذا الطالب من خلال قراءة الكثير من الشعر ، وإتقان اللغة وتعلم العروض يمكن أن يصبح هذا الطالب شاعراً ، ولكن إذا أهمل ولم يتم رعايته فسوف تذوي هذه الموهبة وتحتفي.

12- الاستجابة بدهشة ورهبة

خلال وصفه لأكثر 200 شخصية ذكاء في الولايات المتحدة الأمريكية يقول (ترايسى وونج 1999) : "هم مفكرون مبدعون لديهم عواطف جيّاشة نحو ما يقولون به ، والشخص الناجح الفعال لا يقول عن أي شيء يقوم به : أنا أستطيع القيام بهذا العمل" ، بل يقول "أنا أستمتع بهذا العمل" ، وهم يسعون نحو الظواهر المثيرة للاهتمام ، ويبحثون عن مشاكل حلّها سواء لأنفسهم أو للآخرين ، ويتوجهون في إيجاد مشاكل تحتاج للحل ، ويستمتعون بالتحدي في حل هذه المشاكل ، ويستمرون بالتعلم طيلة حياتهم .

بعض الطلاب ، وحتى بعض البالغين يبتعدون عن المشكلات ويفلّقون أذهانهم عن التفكير في

حلّها ، ويطلقون مثل هذه التعليقات: "أنا لا أحب الأشياء التي تتعب الدماغ" ، "أذهب لأبيك أو أخيك فلان فهو الدماغ المفكر في هذه العائلة" ، "هذا ممل جداً" ، "لماذا أتعب نفسي في التفكير في هذه الأشياء؟" ، "وما حاجتي للتفكير في هذا؟" ، "التفكير عمل صعب" ، وكثير من الناس وخاصة بلا دننا لا يفكّر نهايّاً في قراءة كتاب أو دراسة موضوع ما أو حضور دورة أو أي نشاط أكاديمي ، ويعتبرون التفكير عملاً صعباً .
ومن يمتلك هذه العادة...

- يذهب بذهنه وجسمه إلى المشكلات الغامضة ليجد لها حلّاً ولو لم تواجهه.
- يتمتع ذهنياً بتحدي المشكلة التي تتحداه ذهنياً.
- يتعلم مدى الحياة.
- يحب الاستطلاع ، شغوف بتقصي الأسباب وما وراء القضايا.
- يعتبر الدهشة الذهنية بمثابة زناد يقدح الذهن.

13- الإقدام على مخاطر مسئولة

كل خطوة تقوم بها تحتوي على قدر من المخاطرة ، سواء داخل البيت أو خارجه ، وهذا فإن الجلوس في الزاوية خائفين متوجسين لا يفيينا بشيء ، فالعمر محدد ، قال تعالى :

(أَيْتَمَا تَكُونُوا يُدْرِكُمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُّشَيَّدَةً) النساء / 78

ولكن من جهة أخرى يجب أن لا نلقى أنفسنا إلى التهلكة ، يجب موازنة الأمور و اتخاذ القرار الأفضل .

من يختارون القيام بالمخاطر المحسوبة يسعون دائماً لدفع الأمور إلى أقصى حدودها ، هم لا يحبون الخلود إلى الدعة والراحة ، بل يبذلون أقصى قدراتهم من أجل تحقيق أهدافهم ، وهم لا يتسمرون مكانهم ويفرحوا بمكتسباتهم الصغيرة ، بل يطورون قدراتهم ، ويدفعونها إلى الأمام وبشكل مستمر ، وهؤلاء الناس يتقبلون احتمالية الفشل أو الخسارة ، ولديهم قدرة على تحمل النكسات والتعامل معها ، بل هم حقيقة لا يعترفون بالفشل .

أصحاب المهمة العالية لا يتوقفون عند أول فشل ، إن الفشل لا يحيط إلاّ النفس الفزيلة ، أما النفس القوية فهي تتخذ من فشلها عدّة لنجاحها ، إنها ترأب صدعاً بأهل قوي جديد كما ترأب صدفة الشخص الذي يمتلك هذه العادة ..

- يفكر في النجاح المرتبط بالجهد ولا يخاف من الفشل .
- يعيش على حافة إمكانياته الذهنية وأقصى قدرات تفكيره .
- يجبر نفسه ذهنياً على اقتحام المشكلات المعقدة .
- يحب المغامرات الذهنية ورحب بها .
- يعتبر أن المخاطرة والفشل فرص تساعد على معرفة الحكمة والصواب .
- يعتبر أن الجهد سبب النجاح الذهني .

14- إيجاد الدعاية

اكتشف العلماء أن للضحك تأثيرات إيجابية على بعض وظائف الجسم، حيث يحدث استرخاء للأوعية الدموية، والانخفاض لمستويات هرمونات الإجهاد، وتنمية جهاز المناعة، والانخفاض عدد نبضات القلب، والضحك يؤدي لإفراز الإندروفين وهو مواد مسكنة للألم، ويزيد نسبة الأكسجين في الدم، كما أن للضحك فوائد نفسية، فهو يطلق الإبداع، ويحرّض مستويات التفكير العليا.

بعض الناس ومنهم بعض الطلاب -يُحشرون- الضحك والمزاح في كل الأوقات والظروف، وكثيراً ما يتضمن هذا الضحك السخرية من بعض الزملاء، وليس هذا هو المطلوب، هنالك وقت للجد وهنالك وقت للضحك ضمن الشروط التي ذكرناها سابقاً. الهدف من هذه العادة التي نريد أن يكتسبها الطلاب هو البحث عن مصادر السرور وانشراح الصدر في الأشياء العادية المحيطة بنا وأثناء انهماكنا في الأعمال المجهدة التي تقوم بها، وبحيث لا نضيع عليها الكثير من الوقت.

١٥- التفكير التبادلي

في عصر ثورة المعلومات لم يعد بإمكان شخص واحد أن يكون عارفاً بكثير من العلوم، ففي مجال الطب مثلاً كان الطيب في الماضي يفعل كل شيء، أمّا الآن فهنالك الكثير من التخصصات في الطب والصيدلة والأجهزة الطبية وغير ذلك الكثير.

يحتاج الإنسان للتعاون مع الآخرين لتجويد أعماله وأفكاره، وهو ما يتطلب المقدرة المتزايدة على التفكير بالاتساق مع الآخرين ، وأن نجد أنفسنا أكثر تواصلاً معهم وأكثر حساسية تجاه احتياجاتهم، فعندما نكون أعضاء في مجموعات نشعر أننا أقوى بكثير فكريًا وماديًا من أي فرد منا لوحده ، وعن رسول الله صلى الله عليه وسلم: " مثل المؤمنين في توادهم وتراحمهم وتعاطفهم مثل الجسد الواحد إذا اشتكتى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى".

من يمتلك هذه العادة..

- يشارك الآخرين تفكيره وإنجازه.
- يطور أفكار الآخرين ويتطور أفكاره بالتفاعل مع أفكارهم.

- يتتجنب الوحدة، ويعتبر أن المجتمع من الأشخاص الأذكياء فرصة للتلاقي الأفكار.
- يطور تفكيره لكي يتواافق مع الآخرين حينما يفكر معهم.
- يطور صورة جديدة عن تفكيره الاجتماعي وعن ذاته.
- يطور افتتاحاً ذهنياً مع أفكار الآخرين وما لديهم من بدائل.

16- الاستعداد الدائم للتعلم المستمر

إن المعرفة الإنسانية تتضاعف مرة كل ثمانية أعوام ، فالتدفق الهائل في المعرفة وسعة تولدها وتوظيفها في مختلف مجالات الحياة يفرض على العملية التعليمية أن تصبح مستمرة ، وأن تصبح حياة الفرد سلسلة من التعليم والتدريب ، وذلك لكون النظام التعليمي مهما كانت مدته لن يستطيع تزويد الفرد بالقدر الكافي من المقومات الازمة للمستقبل ، فالطفل اليوم يدخل في مجال التعليم يواجه قدرًا من المعرفة العلمية يعادل تقريباً ضعف مقدار المعرفة التي كان يواجهها الطالب في مثل سنّه قبل عشر سنوات ، ومن ناحية أخرى فإن المتخريج من الجامعة سيعيش بعد تخرجه بأفكار ومفاهيم أصبحت قدية وتجاوزها العلم ، وكأنه يعيش في عالم مجهول ، كما أن التغير المعرفي قد زاد من صعوبة التنبؤ بالتغيير والاستعداد له ، فنجد المؤسسات التربوية تجد صعوبة بالغة في تحديد ما سوف يحتاج إليه الفرد على المستوى البعيد.

ولعل هذا يفرض على النظام التعليمي الاهتمام بالعنصر البشري الذي يتمتع بمستوى عالٍ من المهارة والفعالية في شتى المجالات حتى يتسعى له التفاهم مع لغة العصر ومتابعة كل ما هو جديد من أفكار ومهارات وخبرات ، فالآفكار الجديدة والمهارات هي التي تقدر النسبة التي يتقدم بها المجتمع ، ولعل ذلك هو المهمة الرئيسية للنظام التربوي في المجتمع إذ لا تتوفر مثل تلك الخبرات والتخصصات إلا من خلال مؤسسات تعليمية يتم التخطيط لها بشكل يتوافق مع الموارد كافة والإمكانات المتاحة في المجتمع.

الأشخاص الأذكياء في تعلم دائم ، هم يبحثون عمّا هو جديد في المعرفة ، ويطورون معلوماتهم وقدراتهم بشكل مستمر ، وهو لاء الذين يتلذذون بهذه العادة يكافحون دوماً

من أجل مزيد من المعرفة والإطلاع ، ويفسرون عن المشكلات والأوضاع ويتعلمسون المواضيع الخلافية ، ونقاط التوتر باعتبارها فرصة قيمة للتعلم.

ومن يمتلك هذه العادة...

- متعلم طوال الوقت
- محب للاستطلاع طول الوقت
- يبحث دائماً عن التحسن الذهني والعمليات الذهنية الأكثر تقدماً.
- دائم التغيير والتعديل للعمليات الذهنية الأكثر تقدماً.
- دائم العناية بتحسين ذاته، وتعديل أفكاره، ونمو إمكاناته واستعداداته.
- حينما لا يعرف يترى بذلك (من قال لا أدرى فقد أفتى).

عادات العقل في المطبخ:

فيما أمثلة وغاذج لاستخدام عادات العقل في المطبخ ، والهدف تقديم هذه العادات بشكل سهل وواضح يفهمه الجميع ، والشخص الناجح يستخدم المهارات التي يمتلكها في جميع الظروف ، ويمكن أن يقوم الوالدين بنقل هذه الخبرات التي تعلّموها من الكتاب ومن ممارستهم لها في المطبخ ، إلى مختلف مجالات الحياة ، وهذه هي الأمثلة:

1-المثابرة

محاولة تعلم طرق ووصفات الطهي مرات ومرات.

إكمال المهمة حتى إنجاز عملية الطبخ ، حتى لو كنت تطبخ عدد كبير من الناس فهذا أوجب للالتزام.

2-التحكم بالتهور

أخذ الوقت الكافي لقراءة الوصفة.

تحضير الأدوات والمكونات.

قراءة الوصفة ثانية عند بدء العمل.

3-الإصغاء بتفهم وتعاطف

اسأل شريكك أو مساعدك في الطبخ حول شعوره عن الخطوات التي تقوم بها.
اسأل نفسك، هل مزاجي مناسب لكي أطبخ طعاماً شهياً

4-التفكير بمرونة:

اسأل نفسك ما هي المكونات التي يمكنني استبدالها لو لم تتوفر؟
اسأل نفسك ما هي الأدوات التي يمكنني استبدالها لو لم تتوفر؟

5-التفكير في التفكير (ما وراء المعرفة)

أثناء وبعد إكمال العمل فكر وتأمل بطريقتك في العمل، هل هي منظمة؟ هل أنت
فوضوي؟ هل تلتزم بشروط السلامة وصحة الغذاء؟
راجع نفسك هل الوصفة التي استخدمتها هي أفضل وصفة متوفرة لطهي هذا الصنف
من الطعام؟ هل هذا الطعام مناسب لنا من حيث الكلفة والفوائد الصحية؟

6-الكافح من أجل الدقة (تحري الدقة)

قس كميات المواد المستخدمة في الطبخ بدقة.
إذا خشيت أن تخلط بينها ضع عليها علامة لتعرفها.
تأكد من تفاصيل خطوات الطبخ بدقة ويفضل الرجوع إلى الكتاب أو المصدر الذي
أخذت منه الوصفة خوفاً من تخطي إحدى المراحل أو تقديم خطوة قبل خطوة.

7-التساؤل وطرح مشكلات

اسأل نفسك ما هي الخضار والفواكه والمكونات المتوفرة في هذا الفصل وهي الأقل ثمناً
والأنسب استخداماً.

سواء إذا نجحت أو فشلت راجع نفسك والخطوات التي قمت بها وحدد سبب فشلك إن
فشلتك حتى لا تكرر فشلك.

اسأل نفسك كيف يمكنني تحسين الطعم أو الرائحة أو الشكل؟

8-تطبيق المعارف القديمة (الماضية) على أوضاع جديدة

اسأل نفسك هل سبق وأن قمت بعمل شبيه لما فعلتهاليوم؟

اسأل نفسك هل يوجد لدى وصفة شبيهة لهذه الوصفة أو أفضل منها؟

9- التفكير والتواصل بوضوح ودقة

تأكد من معرفة أسماء واستخدامات كل المكونات والأدوات التي استخدمتها.

تعرف على مختلف الطرق وتقنيات الإنتاج الخاصة بهذا النوع من الوصفات.

إذا قمت بتعديل على الوصفة وحصلت على نتيجة أفضل تأكد من توثيق كامل الخطوات التي اتبعتها وكميات المواد والأدوات التي استخدمتها لاستخدامها أنت وتنقلها إلى غيرك.

10- جمع البيانات باستخدام جميع الحواس

تدوّق الطعم بعد كل خطوة من خطوات الطبخ.

شم الرائحة بعد كل خطوة من خطوات الطبخ، وإذا ابتعدت عن مكان العمل قليلاً

تأكد من أي رائحة تشمها فقد يحترق الطعام أو ينضج زيادة.

تفحّص مظهر الطعام وشكله وقوامه، فالحساء مثلًا يجب أن يكون سائلاً وغير كثيف،

وقالب الكعك يجب أن يكون متتفحاً وهشاً، والمرق يجب أن لا يكون كثيراً على بعض

الأطعمة، ...

11- التصور والابتكار

غير في الوصفات لإرضاء أذواق ورغبات و حاجات مختلف الزبائن، مثلًا طعام قليل

السكر للمصابين بمرض السكري، طعام قليل السعرات الحرارية للمصابين بالبدانة،

طعام حار و مليء بالبهارات لبعض الناس وهكذا.

زيت الطعام وقدمه بطرق مختلفة فكما يقال (العين التي تأكل).

12- الاستجابة بدھة ورھة

ابحث عن كل ما ينھض الوصفات في الثقافات والبلدان المختلفة، فقد يكون لديك بعض الثوابت وتتجدها مختلفة عند الثقافات الأخرى.

اجعل عملية الطبخ عملية ممتعة بإضافة أي شيء تجده ممتعاً لك.

13- الإقدام على مخاطر مسئولة

جرّب أطعمة ووصفات مختلفة قد تكون غريبة ولكن قد تعجبك.

جرّب طبخ أشياء لا تطبخها في العادة من خضار ولحوم وغير ذلك.

14- إيجاد الدعاية

تذكر أن أفضل طباخ لا بد أن يقع أحياناً بعض الأخطاء.

لا تنزعج إذا أتلفت الطبخة أو حرقتها.

25- التفكير التبادلي

شارك الآخرين بخبراتك وخبراتهم.

يمكن عمل مجموعات خاصة بالطبخ على موقع التواصل الاجتماعي مثل:

Facebook وSkype والتعاون مع آخرين بالقيام بتنفيذ بعض الوصفات، خاصة أن بعض هذه

الموقع تتيح التواصل بالمشاهدة

إذا أعجبتك وصفة يمكن نشرها على الإنترنت.

16- الاستعداد الدائم للتعلم المستمر

تعلم وصفات جديدة بشكل دائم.

تابع أخبار صناعة الأغذية.

تعلم وصفات حمية مختلفة.

تعلم تقنيات جديدة في الطبخ.

الفصل الخامس: تعلم الرياضيات في البيت بطرق ممتعة

سبق أن صدر لي الكثير من الكتب في الرياضيات، ومنها كتاب (الرياضيات الصديقة / كيف نربي أبناءنا على حب الرياضيات؟)، وهو الأقرب إلى موضوع هذا الفصل. من المعروف أن الأطفال الصغار من آباء متعلمين يتمتعون بميزة كبيرة في المدرسة، لكن هل تعلم أنه يمكنك أيضاً مساعدة أطفالك على تعلم الرياضيات من خلال ممارسة الرياضيات ودعمها في المنزل؟

تبر الرياضيات اليوم أكثر أهمية للنجاح المدرسة أكثر من أي وقت مضى، لأن أكثر المهن الحالية الآن تتطلب أساساً ثابتاً في الرياضيات - وهذا صحيح تقريباً لأي نوع من الوظائف التي سيأخذها أطفالك في الاعتبار في المستقبل، وخاصة في المجال الرقمي. يمكنك تشجيع وتعزيز تعلم الرياضيات لأطفالك من مرحلة ما قبل المدرسة إلى المدرسة الثانوية، ويمكن أن يكون دورك محورياً لموفدهم تجاه الرياضيات وإنجازهم في هذا المجال. حتى لو لم تكن قد درّست الرياضيات بعمق، يمكنك مساعدة أطفالك. يمكن لشيء بسيط مثل توقع أن يكون أطفالك قادرين في الرياضيات أن يحدث فرقاً في تعلمهم الرياضيات.

تم تصميم هذا الفصل لمنحك أفكاراً وموارد لدعم دورك في تعليم الرياضيات لطفلك. تأتي المعلومات التي ستتجدها في الصفحات التالية من مجموعة متنوعة من المصادر وتتمثل

أفضل تفكير اليوم حول كيفية مساعدة الأطفال على تعلم الرياضيات ، الهدف منه تشجيع دعم الوالدين الأقوى والأكثر استنارة لتعليم الرياضيات وزيادة التحصيل الرياضي لجميع طلابنا، ونجن على أمل أن تجده أنت وعائلتك مصدرًا قيماً وغنياً بالمعلومات ومفيداً.

أولاً: جعل الرياضيات جزءاً من حياة عائلتك

يحتاج كل طفل وبالغ إلى معرفة وفهم الرياضيات . إنه جزء من حياتنا اليومية . كلنا "نقوم بالرياضيات . "نحن نحسب المال، ونقيس الأشياء، ونفرز من الأكبر إلى الأصغر، ونعرف عدد الأميال في المدينة والوقت الذي يستغرقه للوصول إلى هناك . في العمل، قد نستخدم جداول البيانات أو الآلة الحاسبة أو الكمبيوتر أو السجل النقطي أو أداة قياس الدقة . والقائمة تطول وتطول.

يتم تعليم الأطفال الرياضيات في المدرسة، لكن تظهر الأبحاث أن الأسر جزء أساسي من عملية التعلم هذه . بمعنى آخر، من خلال إجراء الرياضيات مع أطفالك ودعم تعلم الرياضيات في المنزل، يمكنك إحداث فرق كبير . توجد طرق عديدة لجعل الرياضيات جزءاً من حياة أسرتك .

فَكِّرْ في القائمة المرجعية التالية للأفكار الرئيسية:

1- تحدث دائمًا عن الرياضيات بطرق إيجابية بغض النظر عن خلفيتك في الرياضيات، دع أطفالك يعرفون أن تعلم الرياضيات مهم جدًا .

بعد توصيل موقف إيجابي يمكن فعله بشأن الرياضيات هو الطريقة الوحيدة الأكثر أهمية بالنسبة لك لضمان نجاح أطفالك في الرياضيات .

كن إيجابياً دائمًا عندما تتحدث عن الرياضيات - لا تخبر أطفالك أبداً أن الرياضيات صعبة للغاية أو أنك كرهتها عندما كنت في المدرسة، دعهم يعرفون مدى أهمية الرياضيات من خلال الإشارة إلى كيفية استخدام الناس للرياضيات في الحياة اليومية . شجعهم على بذل قصارى جهدهم دائمًا في هذا المجال .

2- اعرف ما يدرسه أطفالك في الرياضيات: كن على دراية بالرياضيات التي يتعلمونها أطفالك كل عام وتعرف على المعايير المطلوبة منهم للوفاء بها . اسألهم عما يدرسوه في فصل الرياضيات، وتحقق معهم بانتظام بشأن واجبات الرياضيات، وفصل الرياضيات، وتحقق معهم بانتظام بشأن واجبات الرياضيات المنزلية، وساعدهم في المشاريع المدرسية عندما يكون ذلك مناسباً . إذا واجه أطفالك صعوبات في تعلم الرياضيات، فاعمل معهم للتغلب على هذه المشاكل ، وستجد لاحقاً في هذا الفصل بعض الاستراتيجيات للمساعدة في الرياضيات.

لا تتردد في التحدث مع معلم طفلك إذا كنت بحاجة إلى مزيد من المعلومات أو المساعدة.

3- ليكن لديك توقعات عالية لأطفالك: تظهر الأبحاث أنه عندما تعتقد أن أطفالك يمكنهم تعلم المفاهيم الصعبة، فإنهم سيرتقون إلى مستوى مناسب - لذا توقع الكثير منهم، كن واثقاً من أن أطفالك يمكنهم تعلم الرياضيات ومن ثم ادعهم بنشاط أثناء قيامهم بذلك ، ابحث عن البرامج والأنشطة التي تركز على الرياضيات ، مع تقدمهم في السن ، شجعهم علىأخذ أكبر عدد ممكن من دورات الرياضيات المتقدمة في المدرسة الثانوية.

4- شجّع أطفالك على استخدام التكنولوجيا في الرياضيات: ساعد أطفالك على استخدام الآلات الحاسبة وأجهزة الكمبيوتر والإنترنت للقيام بذلك الرياضيات في المنزل ، وتعلم البرمجة والحساب الذهني والتفكير الحاسوبي .

الرياضيات والتكنولوجيا شريكان عظيمان ، وتحظى المهام مثل العمليات الحسابية الطويلة والمعقدة والمخططات والجدالات والرسوم البيانية وجداول البيانات قوة استخدام الرياضيات والتكنولوجيا معاً . يساعد القيام بالمهام التي تتضمن الرياضيات والتكنولوجيا على استعداد أطفالك من أجل المستقبل.

5- اجعل الرياضيات جزءاً يومياً من عائلتك :

في الصفحات التالية ستجد بعض الأفكار حول كيفية القيام بذلك .
اقضِ وقتاً مع أطفالك في ألعاب لوحية بسيطة وألغاز وأنشطة تتضمن الرياضيات .
أشرك أطفالك في أنشطة مثل التسوق والطهي ومشاريع الإصلاح في المنزل لتظهر لهم أن
الرياضيات عملية ومفيدة ، شجع أطفالك على حل المسائل التي تتضمن الرياضيات .
أشرك أطفالك في محادثات حول ما يفكرون فيه عند حل مسائل الرياضيات ، ابحث عن
فرص لاستكشاف الرياضيات معاً .

ثانياً: منح طفلك بداية جيدة في الرياضيات

يبدأ الأطفال الصغار في تعلم الرياضيات قبل أن يأخذوا خطوتهم الأولى في فصل رياض الأطفال . عندما يمسك الأطفال الصغار بثلاثة أصابع ويسألون عن "عدد الكعكات" ،
فإنهم يقومون بالفعل بالرياضيات ومستعدون لتعلم المزيد .

بصفتك أحد الوالدين ، قد يكون من المغرى التفكير في أنك لست مضطراً للقلق بشأن مساعدة طفلك على تعلم الرياضيات حتى المدرسة الابتدائية ، ولكن يتم زرع بذور العديد من مفاهيم الرياضيات المهمة وهو صغار جداً . في الواقع ، يمكن للتجارب المبكرة أن تحدد كيف ينظر طفلك إلى الرياضيات لبقية حياته أو حياتها . ليس من السابق لأوانه البدء في تعليم الرياضيات ، ومحبّتها !

الأطفال الذين تترواح أعمارهم بين عامين وأربعة أعوام يختبرون الرياضيات بشكل عام من خلال العد البسيط ، حيث يعد العد مفهوماً أساسياً ومهماً للغاية يساعد الأطفال على تنظيم العالم من حولهم . يعمل العد المبكر على تعريف الأطفال بمفاهيم الرياضيات التي تصبح أعمق وأكثر تعقيداً في المدرسة الابتدائية .

كلما زادت فرص الأطفال الصغار في العد ، كلما فهموا بشكل أفضل معنى واستخدام الأرقام - وزادت ثقتهم بالرياضيات لاحقاً .

نصائح لأولياء أمور الأطفال الصغار :

- عد بشكل متكرر، اعثر على الأشياء التي يمكنك عدّها كل يوم وفي كل مكان وبكل طريقة، ابدأ ببطء ببعض الأشياء، ومع نمو قدرة طفلك على العد، اجتّ عن مجموعات أكبر وأكبر من الأشياء المختلفة ليعدّها.
- عزّز عد طفلك وعندما ينتهي طفلك من العد، يمكنك أن تقول، "واحد، اثنان، ثلاثة كعكات، لقد قمت بعد ثلاثة كعكات، صحيحاً أي خطأ يقع منه فوراً، عد مرة أخرى برفق مع طفلك، وامسك إصبعك ولمس كل كعكة وأنت تذكر الرقم.
- أحياناً ينسى الأطفال الأشياء التي قاموا بعدها، إذا حدث هذا، اجعل طفلك ينقل كل كائن إلى كومة "معدودة"، إذا أصيب طفلك بالإحباط أو استمر في تكرار الخطأ نفسه، فكن صبوراً في الوقت الحالي، يمكنك ببساطة التوقف عن العد والمحاولة مرة أخرى في يوم آخر.
- لا تقلق إذا كان طفلك يستخدم أصابعه في العد. الأصابع هي أفضل الأدوات الرياضية التي يمتلكها الأطفال، إنها دائمًا في المتناول وجاهزة للاستخدام. يمكنك أيضاً تشجيع طفلك على استخدام أشياء أخرى تتبع عددهم: حبة حبة واحدة لكل حرف في اسمه أو عصا مثلجات لكل باب في منزلك، أو حتى مسبحة.
- بمجرد أن يتقن طفلك العد الأساسي، ابدأ في التدرب على كيفية عد الأرقام الفردية والزوجية، والخمسة وحتى العشرات. سيعطي هذا طفلك بداية رائعة لتعلم الرياضيات في المدرسة .



ثالثاً: اكتشاف الرياضيات في منزلك

الرياضيات في المنزل في كل مكان، إنه العالم الذي يحيط بنا، إنه في الطبيعة وفي منزلك، في الداخل والخارج.

من خلال الإشارة إلى الرياضيات في الحياة اليومية، يمكنك مساعدة طفلك الصغير على تعلم بعض المفاهيم الأساسية وفهم سبب أهمية الرياضيات.

إذا كان طفلك في روضة الأطفال أو في إحدى الصفوف المبكرة، يمكنك حقاً تعزيز الرياضيات التي يتم تدريسها في المدرسة من خلال الممارسة في المنزل. لا يجب أن تتم الرياضيات في المنزل وأنت جالس على المكتب، بل أثناء وقت اللعب، أو في نزهة على الأقدام، أو أثناء تحضير العشاء، أو عندما يبحث طفلك عن شيء يفعله - هذه كلها فرص رائعة لاقتراح نشاط رياضي، إليك بعض الأفكار التي ستساعد أطفالك على اكتشاف - واستخدام - الرياضيات من حولهم، ولست مضطراً للالتزام بها فقط، فهي مجرد أمثلة، ويمكنك أن تجد مئات مثلها بما يتناسب مع ظروف بيتك.

1-في منطقة اللعب، يمكن لطفلك

- عد القطع الخشبية أثناء قيامه ببناء برج.
- فرز الألعاب أو قطع الليجو حسب الحجم أو النوع أو اللون.
- ترتيب الدمى أو السيارات أو المكعبات من الأكبر إلى الأصغر.
- تطلب منه وصف حجم اللعبة وشكلها.
- لعبة "متجر" خيالي باستخدام الدمى والقطع البلاستيكية أو الخشبية الملونة.

2-يمكن لطفلك في المطبخ :

- البحث عن الأشكال المألوفة ثنائية الأبعاد - الدوائر والمربعات والمثلثات وما إلى ذلك - مثل طبق مستديرة أو منديل مربع .
- ترتيب بعض أوعية الطعام البلاستيكية حسب الحجم أو النوع .
- عد الأطباق والأواني والأكواب والملاعق .
- تقسيم الكعكة لقطع متساوية حسب عدد أفراد العائلة.

3- يمكن لطفلك أن يقوم ببعض الأنشطة حول المنزل:

- يقيس طول غرفة بواسطة خطوطه
- يستخدم حجارة صغيرة لرسم مربع
- يستخدم كوب بلاستيكي وأوعية صغيرة لقياس كمية الماء في الوعاء، مع الاحتياط أن يكون الوعاء صغيراً بحيث لا يضع الطفل رأسه به وينتقل.

4- طفلك خارج المنزل:



ازرع حديقة بها صفوف وأعمدة من البذور.
عد البتلات على أزهار مختلفة.

قم بقياس طول نبات دوار الشمس يومياً، مع تتبع كيفية نموه.
احسب عدد المرات التي تستطيع فيها القفز على الحبل.

رابعاً: الرابط بين الرياضيات والقراءة

يفهم جميع الآباء أهمية القراءة، لكن هل جمعت بين الرياضيات والقراءة في نفس الوقت؟
من الممكن وضع الرياضيات والقراءة معًا بطريقة مفيدة والاستمتاع بفعلها. ستعمل قراءة الكتب التي تحتوي على موضوعات الرياضيات على تعزيز متعة أطفالك وإثارة اهتمامهم بكل الم الموضوعين في وقت واحد.

تعد قراءة كتاب أطفال يركز على الرياضيات أمراً فعالاً بشكل خاص عندما تأخذ الوقت الكافي لتشجيع طفلك على التفكير في الرياضيات في القصة. هذا يعني أنك قد تحتاج إلى تعديل أسلوبك في القراءة معًا عندما تختار كتاباً بموضوع رياضيات.
قبل البدء في الكتاب، قد يكون من الممتع خبز بعض ملفات تعريف الارتباط أو الحصول على لوحة من ملفات تعريف الارتباط المشتراء من المتجر في مكان قريب لمساعدة طفلك على تصور المسائل الحسابية التي ستقرأ عنها - فقط لا تأكلها حتى نهاية القصة !

خامساً: فهم معايير الرياضيات الأساسية المشتركة

أهم المعايير هي:

1- فهم المشاكل: يحاول الطلاب الجيدون فهم مشكلة ما، وإيجاد طريقة لبدء مشكلة جديدة، ومواصلة العمل حتى عندما تكون المشكلة صعبة، وعندما يعتقدون أنهم قاموا بحل مشكلة ما، فإنهم يفكرون فيما إذا كانت الإجابة منطقية، وإذا حل الطلاب الآخرون المشكلة بطريقة مختلفة، فإنهم يستمعون إلى حلولهم ويحاولون فهم أسبابهم.

2- السبب بشكل مجرد: يستخدم الطلاب الجيدون الأرقام بطرق حقيقة مجردة . يستخدمون الأرقام ورموز الرياضيات والمعادلات لتمثيل العلاقات الرياضية في المواقف المجردة والفعلية.

يفكرون في حجم ومعنى الأرقام في المواقف المختلفة، ويطبقون هذا الإحساس بالأرقام في تفكيرهم وحل المشكلات.

يفكر طلاب الرياضيات الجيدون فيما إذا كانت إجابتهم منطقية وتحل المشكلة.

3- بناء الحجج: يستخدم الطلاب الجيدون جميع المعلومات التي لديهم، وكل ما يعرفونه من الرياضيات، للعثور على إجابات ، وهم يقومون بتخمينات ذكية، ويطبقون التفكير المنطقي لاستكشاف واختبار أفكارهم ، وهم قادرون على استخدام أدوات الرياضيات مثل النماذج والرسوم البيانية والحسابات والتكنولوجيا، إلى جانب التفكير الرياضي السليم، لشرح إجاباتهم ، ويطرحون أسئلة جيدة، ويستمعون بعناية إلى أفكار وحلول الطلاب الآخرين.

4- النمذجة الرياضية: يحل الطلاب الجيدون مسائل الرياضيات التي يجدونها في المدرسة والمنزل وفي حياتهم اليومية ، وباستخدام النمذجة الرياضية، يعملون مع الأرقام لإيجاد حلول واقعية.

يقومون بعمل رسومات، وإنشاء خطط، وبناء نماذج مادية وحاوسبة للمشكلات التي يواجهونها، وعندما يكون ذلك ممكناً، يكتبون المعادلات التي تمثل المواقف التي جربوها.

5-استخدم الأدوات بشكل مناسب: يفكرون الطلاب الجيدون في جميع أدوات الرياضيات المتاحة لهم لحل المشكلات، بما في ذلك علبة الهندسة، والورق وقلم الرصاص والآلات الحاسبة والنماذج وجداول البيانات والبرامج الإحصائية، وهم يختارون بعناية أفضل الأدوات لأي موقف رياضي معين، ويستخدمون تلك الأدوات بالطريقة الصحيحة لحل المشكلة.

6-الاهتمام بالدقة: يحسبون الطلاب الجيدون بدقة وكفاءة، ويشاركون الأفكار الرياضية مع الآخرين باستخدام أفضل المفردات وتدوين الرياضيات التي يعرفونها، وهم حريصون على التأكد من صحة الرياضيات التي يقومون بها، وعندما يعشرون على خطأ، فإنهم يعودون عملهم للحصول على أفضل إجابة ممكنة لكل مشكلة.

7-ابحث عن الأنماط: يحاولون الطلاب الجيدون اكتشاف ومراقبة الأنماط والترتيب المنطقي والبنية في أنماط الرياضيات والترتيب المنطقي والبنية في مواقف الرياضيات، ويستخدمون الترتيب والأنماط التي يكتشفونها لمساعدتهم على حل المشكلات.

8-ابحث عن الاستدلال المتركر: يقررون الطلاب الجيدون ما إذا كانوا سيطبقون طريقة تقليدية، أو يستخدمون نهجاً إبداعياً، أو يوظفون طريقاً مختصراً في حل مشكلة ما. يطبقون الطلاب الجيدون ما تعلموه في مشكلات مماثلة ويتحققون باستمرار من تقدمهم أثناء عملهم.

يستخدمون خبرتهم وملحوظتهم للأنماط لحل المشكلات المماثلة بكفاءة.

سادساً: مساعدة ابنك في الواجب المنزلي في الرياضيات
يقلق العديد من الآباء بشأن مساعدة أطفالهم في أداء واجبات الرياضيات المنزلية، خاصة عندما يكبر أطفالهم وتصبح الرياضيات أكثر تعقيداً.

إذا كان الأمر كذلك، فلilik شيئاً يسعدك تعلمه: لست مضطراً لأن تكون خبيراً في الرياضيات المساعدة في واجبات الرياضيات المنزلية.

يعد توفير طاولة مضافة جيداً وكرسيّاً مريحاً مكاناً مهماً للبدء، ولكن تذكر أن أفضل مكان للواجب المنزلي ليس بالضرورة غرفة نوم ابنك أو ابنته، إذا كان طفلك يدرس في المطبخ أو طاولة غرفة الطعام بدلاً من ذلك ، يمكنك المساعدة دون الحاجة إلى الجلوس طوال الوقت . يمكنك المساعدة عندما يحتاج ذلك ، وأنت تقوم بمهامك الخاصة في الوقت نفسه، ستتاح لك الفرصة للحفاظ على تركيز وقت الواجب المنزلي من خلال منح طفلك الدعم والتشجيع والتذكريات اللطيفة.

تتمثل الإستراتيجية الجيدة في المرور بمنطقة عمل طفلك و " تسجيل الوصول " بشكل دوري ، ستخبرك نظرة سريعة غالباً ما إذا كان الوقت قد حان للتوقف وتقديم بعض الدعم الإضافي ، وعندما يتضح أن مساعدتك مطلوبة، اجلس وامنح طفلك اهتماماً الكامل ، وعلى الرغم من صعوبة ذلك في بعض الأحيان، إلا أن الحفاظ على سلوك هادئ والتحلي بالصبر يمكن أن يساعد طفلك حقاً عندما يواجه صعوبة في الرياضيات. يقلل العديد من الآباء بشأن عدم معرفة الرياضيات التي يدرسها أطفالهم . في هذه الحالة ، تكون طريقة تقديم المساعدة في الواجبات المنزلية بسيطة للغاية: اطرح الأسئلة وتدريب على الاستماع بعناية . يمكن أن تساعد الأسئلة العامة البسيطة طفلك على فهم الرياضيات تدريجياً، وبناء الثقة، وتشجيع التفكير والتواصل الرياضي.

عندما تمنحك الفرصة للتحدث عن الرياضيات، غالباً ما يكون الأطفال قادرين على تذكر ما تعلموه في الفصل ورؤيه الحل بأنفسهم . يمكن أن يفتح السؤال الجيد تفكير طفلك حول المشكلة المطروحة.

- فيما يلي بعض الأسئلة المفيدة للأباء لتجربتها ، تذكر أن الاستماع إلى إجابات طفلك - وتقديم إجابات هادئة - لا يقل أهمية عن الأسئلة التي تطرحها.

عندما يكون طفلك غير متأكد من كيفية بدء المشكلة، أسأل
• هل يمكنك إخباري بما تعرفه الآن؟

- ما هي حقائق الرياضيات لديك؟
 - ماذا تحتاج لتكشف؟
 - هل يمكنك تقدير الجواب؟
 - كيف يمكنك أن تبدأ؟
 - ماذا يمكنك أن تجرب أولاً؟
 - هل يمكنك عمل رسم أو صورة لتببدأ؟
- بينما يعمل طفلك على حل مشكلة، اسأله:
- كيف يمكنك تنظيم معلوماتك؟
 - هل ستساعد القائمة أو الجدول؟
 - ماذا سيحدث لو ؟
 - أرني ماذا لو ...؟
 - أرني ما فعلته ولم ينجح .هل يمكنك شرح الإستراتيجية التي تستخدمنها لحل هذه المشكلة؟
 - لماذا فعلت ؟ ماذا يمكنك ان تفعل بعد ذلك؟
 - هل ترى أي أنماط؟
- عندما يجد طفلك إجابة، اسأله :
- هل هذه الإجابة منطقية؟
 - لماذا تعتقد ذلك؟
 - كيف حصلت على إجابتك؟
 - لماذا تعتقد أنه الحل صحيح؟
 - أقنعني أن الحل الذي تقدمه منطقياً، اشرحه بطريقة مختلفة.

عندما لا تكون الأسئلة وحدها مجديّة، فإن الإستراتيجية الأخرى لمساعدة طفلك هي تحديد صديق أو قريب يعرف رياضيات أكثر منك .اكتشف ما إذا كان هذا الشخص على

استعداد للرد على مكالمة هاتفية، أو تواصل بواسطة أحد مواقع التواصل الاجتماعي بين الحين والآخر من ابنك أو ابنته.

يمكن أن يكون الإنترنت أيضًا مصدراً مناسباً عندما يحتاج طفلك إلى مساعدة في الواجبات المنزلية، على الرغم من أن بعض الواقع تفرض رسومًا مقابل هذه الخدمة. أحد الواقع المجانية التي تستحق الاستكشاف هو Ask Dr. Math ، وبالطبع يوجد موقع عربية كثيرة، مجانية أو مدفوعة الأجر، كما يوجد دروس بالعربي في أكاديمية خان:

[/https://ar.khanacademy.org](https://ar.khanacademy.org)

سبعينا: بناء مجموعة أدوات الرياضيات لـ
عندما يعمل طلاب المدارس الابتدائية والمتوسطة على الرياضيات، فإنهم يحتاجون أحياناً
إلى القليل من المساعدة في التنظيم. تتطلب الرياضيات بعض الأدوات الأساسية وقد
يكون الأمر محبطاً عندما يقوم الأطفال بواجب الرياضيات المنزلي ولا تكون هذه
الأدوات متاحة بسهولة.

يمكنك تشجيع ودعم تعلم الرياضيات في المنزل من خلال بناء "مجموعة أدوات الرياضيات" مع طفلك. مجموعة الأدوات عبارة عن مجموعة من كل الأدوات التي سيحتاجها طفلك تقريرًا لواجب الرياضيات المنزلي - وكلها مضمونة في صندوق سهل الاستخدام.

لإنشاء مجموعة الأدوات، ستحتاج إلى العثور على قائمة المستلزمات التالية أو شرائها .
صندوق أحذية أو صندوق بلاستيك يغلق ، سيحتوي صندوق يبلغ طوله حوالي 30 سم واحدة على جميع عناصر مجموعة الأدوات.

- زوجان من الأقلام الرصاص - لا ييدو أن أحدهما كافٍ أبداً .
 - مراة صغيرة من البلاستيك.

² لصنع الكثير من الوسائل والأجهزة التعليمية في الرياضيات ، يمكن الرجوع لكتابي "تعليم الرياضيات باستخدام الوسائل التعليمية".

- محاة كبيرة، في الرياضيات، الأخطاء هي جزء من عملية التعلم والمحاة الصغيرة في نهاية قلم الرصاص لا تدوم طويلاً بما فيه الكفاية،
- ورقة صغيرة من ورق اللاصق الملون، هذا مفید في رسم الصور وتدوين العمليات الحسابية التي لا تحتاج إلى تدوينها في ورقة الواجب المنزلي لطفلك.
- مسطرة بلاستيكية أو خشبية، تأكيد من أن مرقمة بالبوصة والستيمتر.
- مقص، أفضلها هي التي لها مقابض بلاستيكية وشفرات معدنية.
- إصبع غراء، ستدلهم من عدد المرات التي يستخدمها طفلك في مشاريع الرياضيات.
- فرجار لرسم الدوائر .احصل على النوع الذي يحمل قلم رصاص حقيقي .
يستخدم الطلاب في الصفوف من الرابع إلى الثامن هذه الأداة .
- منقلة بلاستيكية أو معدنية لقياس الزوايا ، يتم استخدام هذه الأداة أيضاً من قبل طلاب الصف الرابع إلى الثامن
- عدّاد أرقام مناسب.
- آلة حاسبة للجيب تعمل بالطاقة الشمسية (لا تحتاج إلى بطاريات) ، وهي مفيدة للتحقق من العمل وإجراء العمليات الحسابية المعقدة .من المحتمل أن يبدأ طفلك في استخدام الآلة الحاسبة في الصف الرابع.
- علبة الهندسة تتضمن عدد من القطع السابق، مثل، منقلة، ومثلثات بلاستيكية، وفرجار.

ثامناً: ربط التكنولوجيا بالرياضيات

- هذا الرابط صار بديهياً في هذا العصر، حيث أن علوم البرمجة والذكاء الاصطناعي والتفكير الحاسובי والروبوت، وهندسة البيانات كلها مرتبطة بشكل وثيق بالرياضيات، ويمكن الرجوع لكتبي في جميع هذه المواضيع.
- تم اختراع الآلات الحاسبة وأجهزة الكمبيوتر لتوفير الوقت والسماح لنا بحل المشكلات الصعبة بسهولة أكبر، هذه الأدوات جيدة جداً في هذا الأمر لدرجة

أنها أصبحت ضرورية لممارسة الرياضيات في المنزل وفي مكان العمل . تمنحنا التكنولوجيا صوراً مرجئة للأفكار الرياضية، وتساعدنا في تنظيم البيانات وتحليلها، وتسمح لنا بإجراء الحسابات بسرعة وكفاءة ودقة ، واذكر في المدرسة الثانوية عندما كان يطلب منا عمل رسم بياني لمعادلة، كنّا نتمنى لو توجد طريقة لكي نتأكد من حلّنا، الآن يوجد موقع وتطبيقات كثيرة ترسم لك الرسم البياني لأي معادلة.

- قبل اختراع الحاسوبات، كنّا نرجع لكتاب خاص بالجداول، حيث يتضمن جداول بالنسبة المثلية ، واللوغاريتمات والجذر التربيعي ، والمربع والمكعب. يمكن أن تساعد التكنولوجيا أيضاً الطلاب على تعلم الرياضيات وفهمها، يمكنها أن تحفز الاهتمام، وتزيد من قدراتهم على حل المشكلات، وعند استخدامها بحكمة، تمنح جميع الطلاب فرصاً أكثر في علوم الرياضيات من خلال التوجيه المناسب، ويمكن لأطفالك استخدام الأدوات التقنية حل المشكلات الرياضية الصعبة، وبناء المهارات الحسابية، ومعالجة مشاكل الرياضيات الواقعية مثل التخطيط لرحلة عائلية على الطريق، أو بناء ميزانية، أو التوفير للشراء.
- لكن التكنولوجيا ليست بدليلاً عن التعلم والرياضيات، فبقدر ما نحب أن تقدم التكنولوجيا حلولاً سحرية لمشاكل الرياضيات، فهي يمكن أن تكون مدمّرة. لكي تساعدنا التكنولوجيا في الرياضيات، لا يزال يتبعنا علينا معرفة كيف ومتى نجمع، ونطرح، ونضرب، ونقسم . يجب أن نفهم الأرقام، ونعرف كيفية إجراء الحسابات، وأن نكون على دراية باستراتيجيات حل المشكلات، وهذا صحيح لكل من الأطفال والكبار.
- لن تساعد الآلة الحاسبة أطفالك في إيجاد حل مشكلة ، إذا لم يعرفوا ما إذا كانت تتطلب الضرب أو القسمة. يمكن للتكنولوجيا أن تدعم وتطور تعلم الطلاب للرياضيات، لكنها لا تحل محل المهارات الأساسية أو فهم مفاهيم الرياضيات.

- مثلاً، لو ذهبت للسوق لشراء أغراض، يفترض أن تقوم أنت بحساب مجموع ثمنها بدون استخدام حاسبة، وإن كنت تتقن الحساب الذهني، فسوف تتمكن من حسابها قبل أن تخرج الهاتف الخلوي، وتشغل تطبيق الهاتف.

فيما يلي بعض الأفكار حول الكيفية التي يمكن أن تساعد بها التكنولوجيا في تعلم أطفالك للرياضيات:

- ساعد أطفالك في تحديد الأداة الرياضية الأفضل لمشكلة معينة - التكنولوجيا والورق والقلم الرصاص والرياضيات العقلية أم التقدير (التخمين).
- ساعدتهم على التفكير والتحدث خلال عملية حل المشكلة. قد تسهل كتابة المشكلة على الورق أولاً اختيار أفضل أداة حلها.
- إذا كان لديك آلة حاسبة أو كمبيوتر أو حاسوب لوحي أو أدوات رياضية أخرى في المنزل، فقم بإرشاد أطفالك في استكشاف أنواع المهام التي يمكنهم القيام بها. ساعدتهم في التجربة، ثم دعهم يلعبون، وعندما يجبن الوقت لاختيار أداة ل مهمة رياضية حقيقة، فمن المرجح أن يختاروا الأداة الأفضل.
- عند استخدام الآلات الحاسبة والتقنيات الأخرى، فإن تحديد ما إذا كانت الإجابة منطقية أمر بالغ الأهمية. إن تعلم حقائق الرياضيات الأساسية ومعرفة كيفية التقدير ومارسة الرياضيات العقلية وفهم الرياضيات الكامنة وراء مواقف الحياة الواقعية سيساعد أطفالك على فعل ذلك، وما أقصده، أن الآلة يمكن أن تعطيك نتيجة خاطئة، ربما بسبب خطأ في الإدخال، وهذا تأكيد من أن الإجابة منطقية.
- في بعض الأحيان، يمكن أن تساعد الآلة الحاسبة أو الكمبيوتر الأطفال في التركيز على إجراءات حل المشكلات أو رؤية أنماط الأرقام دون التورط في الحسابات. يمكن أن تساعد هذه الأدوات والتقنيات المتخصصة الأخرى أيضاً الطلاب الذين لديهم احتياجات خاصة أو تحديات جسدية على الانخراط بشكل أكبر في الرياضيات

- بالنسبة للأطفال الذين يكافحون من أجل تعلم حقائق الرياضيات، يمكن أن توفر التطبيقات والبرامج عبر الإنترن特 تدريبات ومارسات إضافية. معظم هذه البرامج تشارك وتتحرك بوتيرة الطالب وتقدم ملاحظات فورية. يمكن أن تكون مفيدة للغاية، ولكن يتم تحذير الآباء من التركيز كثيراً على التدريبات الرياضية وحدها.
- يمكن للأدوات عالية التقنية أن تمنح الأطفال الأكبر سنًا فرصًا لرؤيه العروض المرئية للأفكار الرياضية المعقدة، مثلاً، يمكن أن تساعد برامج جداول البيانات الطلاب على تنظيم المعلومات الإحصائية، وتحويل الأرقام إلى خططات ورسوم بيانية مرئية، وتحديد الأنماط في العلوم والرياضيات، وعمل تنبؤات بناءً على المعلومات التي يجمعونها.
- تعد حاسبات الرسوم البيانية أدوات رائعة لطلاب المدارس الثانوية، مما يسمح لهم بطرح أسئلة "ماذا لو" ومعرفة ما يحدث عندما يتغير متغير واحد ويظل كل شيء كما هو. نظراً لأن هذه الآلات الحاسبة يمكنها إنتاج 20 رسم بيانيًا في الوقت الذي يستغرقه عمل رسم واحد فقط بالورق والقلم الرصاص، وهذا فإنها تشجع الطلاب على استكشاف المواقف الرياضية الصعبة بدقة.
- يمكن لموقع الإنترنرت أن تزود الطلاب من جميع الأعمار بتعليم الرياضيات، والمساعدة في الواجبات المنزلية، والألعاب التفاعلية التي تركز على الرياضيات، والمسائل الشيقة، والألغاز الصعبة.

تاسعاً: مواجهة تحدي الجبر

الجبر مهم، إنه يساعدنا على التحقيق في عالمنا ووصفه وفهمه. الجبر هو الرياضيات التي تسمح لنا باستخدام الحروف والرموز لتعليم العلاقات وتحليل المواقف الرياضية عبر الصيغ والمعادلات. بالنسبة للطلاب، يعد الجبر أيضًا بوابة النجاح في الجامعة والوظائف! يمثل الجبر طريقة مختلفة للتفكير في الرياضيات واستخدامها. الجميع بحاجة إلى الجبر. إنه مفيد في جميع مجالات الرياضيات - القياس والإحصاء والاحتمالات وحل المشكلات

والهندسة - وهو مطلوب الآن في معظم المهن، بما في ذلك تلك التي تعتمد على العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات ، وفي برنامج STEAM لتعلم الرياضيات العليا، يحتاج جميع الطلاب إلى إتقان هذه الطريقة المجردة في التفكير كجزء من أساس رياضي متين.

الذي يحتاجه أطفالك للدراسة في المدارس الابتدائية والمتوسطة لضمان نجاحهم لاحقاً في الجبر:

- بناء الطلقة في التعامل مع الأرقام: يسمح "الإحساس بالأرقام" القوي للطلاب بفهم استخدامات الرياضيات بما يتجاوز العمليات الحسابية البسيطة ، هناك حاجة إلى فهم كيفية ملائمة الأرقام معًا في نظام الأرقام الخاص بنا ، من أجل إجراء تعميمات في الجبر.
- تطوير الكفاءة مع الكسور: نفس المفاهيم والمهارات التي تسمح لنا بالجمع والطرح والضرب والقسمة والتحويل والمقارنة مع الكسور المتكافئة وغير المتشابهة تستخدم أيضًا في حل المعادلات الجبرية.
- اكتشاف الأنماط والتحقق منها: الأنماط موجودة في كل مكان في عالمنا. بمجرد اكتشاف الطلاب للأنماط، يحتاجون أيضًا إلى العثور على القواعد التي تقوم عليها هذه الأنماط. يمكن استخدام الجبر لوصف "قواعد" الأنماط رياضيًا .
- تعميم العلاقات: الوظيفة هي علاقة بين خصائص مختلفان ولكن تتأثران بعضهما البعض. يمكن استخدام الجبر لعمل تعميمات رياضية حول مثل هذه العلاقات والتي تكون صحيحة لجميع الحالات.
- دمج أفكار الهندسة والمعادلات: يمكن وصف القدرة على تحليل الأشكال الهندسية ثنائية وثلاثية الأبعاد، وفهم العلاقات النسبية، والعثور على أطوال وزوايا ومساحات غير معروفة باستخدام المعادلات الجبرية والصيغ والرسوم البيانية.

عاشرًا: إلقاء نظرة على رياضيات المدرسة الثانوية

تزداد صعوبة وتعقيد مفاهيم الرياضيات عند دخول الطلاب إلى المدرسة الثانوية ، يجب أن يتوقع جميع الطلاب مواجهة مواد أكثر صعوبة مما درسوه في المدارس الابتدائية والمتوسطة . النجاح في دروس الرياضيات بالمدرسة الثانوية هو نتيجة العمل الجاد والمثابرة .

يمكنك مساعدة طلاب مدرستك الثانوية على النجاح في الرياضيات من خلال فهم ما يجب عليهم تعلمه، وتشجيعهم على مواكبة الواجبات المنزلية، واقتراح طرح الأسئلة في الفصل . أخبر أطفالك أنك تثق في قدرتهم على النجاح ودعم تعلمهم بنشاط في المنزل والمدرسة ، تحدث دائمًا بشكل إيجابي عن الرياضيات ، وذكر أطفالك مدى أهمية الرياضيات للانضمام إلى الجامعة .

ولمساعدة أطفالك في تعلم الرياضيات بطريقة سهلة ومتعدة ، يمكنك الحصول على نسخ من كتب في الرياضيات ، ومهارات التفكير في الرياضيات ، ومنها ، الرياضيات الصديقة ، كيف تعلم أبناءك الاحتراف والإبداع في الرياضيات ، الحساب الذهني ، مدخل سهل ومحظوظ في التفاضل والتكامل ، وكتب أخرى عديدة ، وكذلك كتب على خطة عملى أرجو أن تكون قد صدرت قبل أن تقرأ هذه السطور .

الفصل السادس: دليل الوالدين إلى التعلم عن بعد

في الشهور الماضية أجبر الجميع على التعلم عن بعد ، ولم يكن الناس مستعدين لهذا ، وليس لديهم أي خبرة ، ووقعت أخطاء كبيرة ، بل يمكن أن تقول مأسى كثيرة ، لقد رأيت الأم تعطي هاتفها لإبنتها لمدة دقائق قصيرة لإجراء اختبار وهو يشاهد التلفزيون ، بل إن أحد الأخوات أخبرتني أنها هي من قدم الاختبار عن ابنها الذي كان مشغولا بقطاف الزيتون .

أولاً: إعداد المكان

1- قم بإعداد مساحة مخصصة:

قم بإنشاء مساحة لطفلك هادئة وخالية من المشتتات وجاهزة للذهاب كل يوم للتعلم . قد يكون هذا مكتباً منزلياً أو غرفة نوم احتياطية إذا كان لديك واحدة ، أو ربما مساحة

عامة مثل طاولة المطبخ. الشيء المهم هو أنه عندما يكون الأطفال في هذا الفضاء، فإن لديهم أدواتهم في متناول أيديهم وتكون طريقة تفكيرهم حول التعلم.

2- توفير الأدوات:

تأكد من أن المواد التي يحتاجها طفلك قريبة منك. بالنسبة للأطفال الأصغر سناً ، قد يشمل ذلك أقلام الرصاص وأقلام التحديد الفسفوري وأقلام التلوين وإصبع الغراء والدباسة. قم بمعاينة الدروس من مدرسة طفلك لعرفة المواد المطلوبة. عندما تتم مقاطعة الدرس بسبب عدم توفر المواد في متناول اليد، فإن ذلك يقطع تدفق التعلم ويشتت انتباه طفلك.

3- قم بإنشاء جدول زمني واقعي ومرن:

أثناء التعلم عن بعد، يمكن أن يبدو اليوم بدون برنامج واضح طويلاً للغاية ، من خلال معرفة برنامج التعلم الخاص بطفلك ، وخطة المدرسة، قم بإنشاء خطة تعليمية مفصلة لما سيحدث خلال اليوم. تأكد من تحديد فترات الراحة والأنشطة الأخرى مثل الأعمال المنزلية أو الأعمال الفنية ، وب مجرد أن يكون لديك جدول زمني، كن مرئياً بشأنه، مع العلم أن الأضطرابات ستحدث بالتأكيد

4- وضع القواعد:

اجلس مع طفلك وقم بوضع بعض القواعد التي يتوقع منه إتباعها أثناء التعلم عن بعد ، مثل ، "كن مستعداً للتعلم" ، و "خذ فترات راحة حسب الحاجة" و "قم بعمل أفضل ما لديك." معالجة القضايا التي يتحمل أن تنشأ. هل الهواتف المحمولة مسموح بها في مساحة التعلم الخاصة بك؟ هل الطعام مسموح به؟ عندما يكون لديك مشكلة ، كيف ستحلها؟

5- احتفل بالنجاح:

أضف بعض المرح إلى التعلم عن بعد من خلال البحث عن فرص للاحتفال بالنجاحات. يمكنك الاحتفال بشيء بسيط مثل يوم يتحقق فيه طفلك جميع العناصر الموجودة في خطة التعلم الخاصة به. يمكنك الاحتفال بهذه المناسبة بنزهة، أو قالب حلوى.

ثانياً: تنظيم الوقت

من المهم تحديد وقت للدروس الإلكترونية للأبناء، وعدم ترك الأمر فوضى.

1- ضع برنامجاً

قم بإنشاء جدول يومي يسمح للأطفال بالتعلم وكذلك الاستقلالية، لا يمكنك إتباع نفس الجدول الزمني بالضبط كل يوم.

2- إدارة وقت المدرسة

في فترات العطل المدرسية، مثل فترة الحظر بسبب جائحة كورونا، كان التعليم كله في البيت، وفي هذه الظروف، لا تجتهد لإنشاء يوم دراسي مدته 7 ساعات. مقدار وقت التعلم عن بعد في اليوم الموصى به من قبل الخبراء يتراوح من 90 دقيقة لطلاب المرحلة الابتدائية الصغار، إلى 4 ساعات ونصف لطلاب المدارس الثانوية.

3- ضع بعض المرح في برنامجك

ضع ضمن البرنامج التعليمي بعض الأنشطة الممتعة، حتى الأطفال الصغار يمكنهم المساعدة في تبادل الأفكار مع العائلة للقيام بها معاً.

4- خصص وقتاً لممارسة الرياضة

النشاط البدني مفيد للجسم والدماغ. إذا استطعت، يمكنك المشي حول المبني أو الذهاب في جولة بالدراجة. حتى في الداخل، يمكنك لعب الكرة الطائرة بالبالون أو التنافس في تحدي عائلي.

5- حدد وقت القراءة في جدولك الزمني

مهارة القراءة هي المؤشر رقم 1 للطلاب الذين يلتحقون بالجامعة والنجاح فيها. تأكد من وصول الأطفال إلى مواد القراءة ، يمكن استعارة أو شراء كتب ورقية ، أو تنزيل كتب رقمية من الإنترنت ، وهناك ألف من الكتب المجانية في جميع الحالات ، ويمكن أن تجدوا لي حتى 60 كتاب رقمي على الإنترنت ، وهذه أحد الروابط :

https://atfalbook.blogspot.com/2018/02/blog-post_3.html

6- خصص وقتاً للتواصل والتواصل

اختر وقتاً لإيقاف تشغيل الشاشات في وقت ما خلال اليوم ، ربما في وقت العشاء . الأخبار مليئة بالأشياء التي تسبب القلق. خصص وقتاً للتواصل ، ولهذا يجب أن تجلس العائلة بدون تشغيل أي جهاز تواصل ، والحديث بعيداً عن أخبار اليوم السيئة.

الفصل السابع: إكساب الأطفال في البيت مهارات القرن 21

تساعد هذه الاستراتيجيات الأساسية في تطبيق ما نعرفه عن كيفية تعلم الأطفال لدعم تقديم أفضل تجارب التعلم المبكر للقرن الحادي والعشرين - في المدرسة وخارجها:

أولاً: قواعد عامة

1- الأطفال هم الأهم:

ابحث عن فرص للتركيز على اهتمامات الأطفال. إذا كان الأطفال يشاهدون ويستمتعون اهتماماً بطاولة تخلق فوقيهم، فاغتنم الفرصة لصنع طائرات ورقية.

توفير الفرص لمساعدة الأطفال على تطوير مهارات تتجاوز اللغة المبكرة ومعرفة القراءة والكتابة والرياضيات. قدم التغذية الراجعة والتشجيع على أساس منتظم لتعزيز تنمية المهارات في المهارات الأساسية ، والتنمية الاجتماعية والعاطفية ، وتعزيز احترام الذات.

2- تعليم قائم على اللعب

شجع جميع أنواع اللعب في بيئة التعلم - اللعب الدرامي والبناء والإبداعي والبدني والتعاوني.

3- التعليم التعاوني

وفر فرصاً للأطفال للعب والتفاعل مع بعضهم البعض (مثل اللعب الدرامي ، ولعب الدمى ، وما إلى ذلك). أنشطة التصميم حيث يكون للأطفال فرص حل المشكلات والابتكار معاً، يمكن الرجوع لكتابي (الألعاب تربوية مثيرة للتفكير).

4- التعليم المدمج

يمكن الدمج بين اللعب العادي واللعب الرقمي ، ويوجد موقع تقدم هذا النوع من الألعاب.

5- مواقف مرنة

كن على استعداد لتغيير الخطة. إذا كان الأطفال متخصصين للعبة التي يلعبونها، ولكن حان الوقت لقراءة قصة في نفس الوقت، قم بتعديل خطتك بناء على ما يفعلونه، واطلب منهم التحدث عن لعبتهم أو العثور على قصة مربطة باللعبة.

ثانياً: معايير القرن 21 :

1- التركيز على مهارات القرن 2 ، بما في ذلك المحتوى والخبرات.

2- بناء التفاهم عبر وبين المواد الأساسية وكذلك العلوم والتخصصات المرتبطة بالقرن 21

3- الاهتمام بالفهم العميق بدلاً من المعرفة الضحلة .

4- إشراك الطلاب مع العالم الواقعي بما يتضمن ذلك من معطيات ، وأدوات ، وخبرات سيحتاجون للتعامل معها في المستقبل ، سواء في الجامعة أو العمل والحياة ، والطلاب يتعلمون بشكل أفضل عندما يشاركون في أنشطة في حل مشاكل ذات مغزى.

5- السماح بمستويات متعددة من التفوق والتميز.

المناهج وطرق التدريس المناسبة للقرن 21:

- 1- التدريب على المهارات بشكل مستقل ضمن السياق العام للمواضيع المنهجية المختلفة.
 - 2- التركيز على توفير فرص لتطبيق مهارات القرن 21 عبر المواضيع الدراسية المختلفة وباستخدام النهج القائم على الكفاءة في عملية التعلم.
 - 3- تمكن أساليب التعلم المبتكرة التي تعمل على توظيف التكنولوجيا بشكل فاعل في التدريس، وتحقيق النهج القائم على حل المشاكل ومهارات التفكير العليا.
 - 4- تشجيع التكامل مع موارد المجتمع خارج نطاق المدرسة.
- التقييم في القرن 21
- 1- يدعم التوازن في التقييم، بما في ذلك لاختبارات الموحدة عالية الجودة، جنبا إلى جنب مع التقييم التكويني الفعالة، وهذا يتم خلال الدرس، والتقييم التلخيلي في نهاية الدرس أو الوحدة أو الفصل الدراسي.
 - 2- جمع التغذية الراجعة حول أداء الطالب خلال الدروس.
 - 3- يتطلب التوازن بين التقييم التكويني والتلخيلي حول توظيف التكنولوجيا، لقياس مهارات الطالب في هذا المجال.

ثالثاً: المهارات الحياتية

المهارات الستة الأساسية التي تشكل أساس التعليم الناجح في القرن 21:

- 1- التعاون:
العمل معا للمشاركة والتأييد والعمل معا للتوصيل لحلول وسط ترضي الجميع للقضايا الخامسة من خلال العمل الجماعي الناجح.
- 2- التواصل:
القدرة على القراءة بشكل صحيح، والكتابة، والتقديم، وفهم الأفكار ضمن مجموعة متنوعة من وسائل التواصل ومختلف أنواع الحضور.

3- الإبداع والابتكار

استكشاف الخيال . صقل وتحسين الأفكار الأصلية .

4- حل المشكلات

تجربة مفاهيم جديدة أو مألوفة أثناء معالجة المعلومات حتى يتم التوصل إلى حل قابل للتطبيق.

5- المواطنة المسئولة

إظهار الاستخدام السليم للتكنولوجيا، والوعي العالمي، والالتزام بالصفات الأخلاقية داخل وخارج الصنوف الدراسية.

الفصل الثامن: التعلم من الطبيعة

أنا شخصياً تعلّمت الكثير من الطبيعة ، سواء خلال طفولتي في مزرعة كبيرة فيها ، فيها الكثير من النباتات والحيوانات ، أو في الفترة اللاحقة حيث عشت في قرية وكنا نمضي معظم وقت فراغنا في السهول والجبال والأودية ، وكذلك في الجامعة خلال الرحلات العلمية مع دكتورة المواد التي ندرسها ، مثل ، تصنيف النبات ، وأذكر أني في رحلة لدبّين ، اكتشفت أنا وزميل نبات متطفّل صغير ينمو على جذور أشجار الصنوبر ، ولونه زهري ، وقد عرضناه على الدكتور الذي أكد أن هذا النبات غير مسجل في المنطقة ، وتم حفظه في متحف التاريخ الطبيعي في الجامعة الأردنية بأسمائنا.



كما تعلّمت الكثير من خلال رحلاتنا في الطبيعة برفقة خبير الطبيعة، د.درويش الشافعي،

ومن خلال التجوّل في الطبيعة يتعلّم الطلابُ الكثير من المعلومات والمهارات والقيم، وكذلك يبنوا قدراتهم الجسمية والعقلية والروحية، حيث يتعلّموا كيف يحمّوا أنفسهم من مصادر الخطر بالطبيعة مثل العقارب، وكيف يتسلّقوا المرتفعات، وكيف يتجاوزوا الجاري المائي، ويتعلّمون على مكوّنات الطبيعة من صخور ومعادن، ونباتات وحيوانات، ويكتسبوا معلومات عن فوائد وأضرار هذه المكوّنات، حيث يوجد كثير منها صالح للأكل، وقد استفاد أجدادنا بعضها في الغذاء وساعدت في حمايته من المجاعات، وكذلك استخدم كثير منها كأدوية وعلاجات، وما زالت تستخدم حتى الآن، والعلم استخلص الكثير من المواد الغذائية والدوائية منها، وما زال الكثير يحتاج إلى اكتشاف، ويمكن أيضا اختيار مكان طبيعي جميل وقريب من أجل حصة الرسم.

يوجد أسباب كثيرة للتعلم من الطبيعة:
1-الطبيعة في كل مكان!

يوجد في كثير من المدارس والمنازل أماكن طبيعية قرية منها ، وحظ سكان القرى والضواحي أكثر حيث توفر الكثير من الأماكن الطبيعية حولهم ، وقرب الطبيعة يعني عدم بذل نفقات للوصول إليها.

2-الطبيعة تعزز التحصيل الدراسي.

تظهر الدراسات أن الطلاب يتعلمون أكثر عندما يشاركون في دروس حقيقة قائمة على البحث والتقصي في البيئة الطبيعية.

4. الأنشطة القائمة على الطبيعة تعمل على تحسين سلوك الطلاب.
الطلاب الذين يشاركون في التعلم الحقيقى يسيئون التصرف بشكل أقل من الآخرين.
أيضاً، الاستراحة في الهواء الطلق تزيل الإجهاد والتوتر.

5- يتم تحفيز الطلاب للتعلم عندما يكون المحتوى مرتبطاً بالطبيعة.
6- التعلم في الهواء الطلق يعزز التواصل.

يتعلم الطلاب الذين يشاركون في الأنشطة الخارجية التواصل مع أقرانهم بطريقة أفضل.
7- يقوم الطلاب بتحسين مهارات التعاون عندما يقضون الوقت في الخارج.
إنهم يصلقون مهاراتهم أثناء حل المشكلات في الملعب أو محاولة حل المشكلات المتعلقة بالتعلم الطبيعي.

8-تساعد الطبيعة الطلاب على التركيز، بما في ذلك طلاب اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه.

ينخرط الطلاب بشكل أكبر في التعلم لأن الطبيعة حقيقة وذات صلة بهم.
9-يصبح الطلاب أكثر صحة وسعادة عندما يقضون الوقت في الخارج.
يمحصل الطالب على مزيد من التمرين عندما يكونون في الخارج، سواء في فترة الراحة أو التربية البدنية أو حتى لتعلم الطلاب.

10- توفر الطبيعة بيئه رائعة لتكامل المناهج.

11-تحسين القدرة على التحمل ، والمهارات الحركية

12-تنمية السلوكيات المستدامة بيئياً ومحو الأمية البيئية.

13-القيام بعمارات صحية وآمنة.

- 14-تحسين الإبداع والقدرة على الصمود.
- 15-تحسين التحصيل الدراسي والتنظيم الذاتي.
- 16-تقليل التوتر وزيادة الصبر والانضباط الذاتي والقدرة على الانتباه.
- 17-تحسين المهارات المعرفية ذات المستوى الأعلى .

ومن المهم أن نعرف أن التعلم من الطبيعة لا يجبرك على السفر إلى الغابات البعيدة ، بل يمكنك أن تتعلم من الطبيعة في وسط المدينة وحدائق بيتك إن وجدت ، والحدائق العامة ، والأشجار على جنبات الشوارع ، وحتى داخل البيت إن وجدت نباتات زينة ، وربما بعض الحيوانات الألifie ، مثل الطيور والأسماك وغيرها ، ويوجد الكثير من الكائنات الحية التي تعيش حولنا ونحن لا نشعر بأكثرها ، ومن أجمل هذه المشاهد أنني أستيقظ على أصوات عصافير على أشجار الليمون والأسكندنية خارج نافذتي ، واقرب من النافذة بهدوء ، لأرى العصافير تلهو وتبحث عن طعامها ، كما أنه في كل عام تعشش على بعض نوافذ بيتي بعض الحمام ، وأنا لا أسمح لأحد أن يزعجها ، ونستمتع بمراقبتها وهي تنمو .

وفيما يلي بعض مجالات التعلم من الطبيعة التي تحيط بنا:
العالم الخفية/ الكائنات الحية التي تعيش حولنا

أولاً: هناك عوالم خفية في فناء منزلك أو حديقته الخلفية ، وفي منزلك نفسه ، وفي المناطق المجاورة لك. فيبيتك معرض لأن تغزوه الحشرات والفنران والجرذان والقطط والبكتيريا وبعض النباتات أيضاً .

ويحتمل أن تضم حديقته الخلفية بعض الحشرات والديدان والخلدان وفقاران الحقل والطيور، وغيرها من الكائنات الأخرى التي تقيم في الحديقة، أو تزورها بين الحين والحين. وبعض هذه الكائنات ينشط أثناء النهار، وبعضها الآخر ينشط ليلاً. وحياة كثيرة منها قد اكتشفه العلماء اكتشافا جزئياً فقط، ومنها ما لم يكتشف بعد على الإطلاق. والحسنة الواحدة قد تنطوي حياتها على عشرات من العالم الخفية التي تستحق الاكتشاف، فربما تكون استجاباتها للظروف المتغيرة من السخونة أو البرودة غير معروفة

على الإطلاق، وقد يكون غذاؤها الذي تأكله في العلم مجهول الكمية والنوع، وكذلك انفعالاتها عند صنوف المخاطر التي تحدق بها.

هل تعتقد أن ذلك كله يكون عديم الأهمية؟

إن بعض الحشرات تفسد من المحاصيل الغذائية ما تبلغ قيمته مئات الألوف من الدولارات، في حين أن بعضها الآخر ينقد هذه المحاصيل نفسها من الدمار. وثمة غير هذه وتلك حشرات تسبب أمراضًا تودي بحياة الألوف المؤلفة من الناس، أو تصيبهم بالإعياء. واكتشاف صغير يقوم به أحد المكتشفين قد يضع حدًا لبعض هذا التخريب وذلك الشقاء.

ثانيةً: هناك العوالم الخفية في المدينة ومنتزهاتها. فلو كنت من سكان المدن، ففي مقدورك مثلاً اكتشاف خفايا حياة القطط والكلاب في مدينتك، ومعرفة طرز سلوكها التي تدفعها إلى أن تأتي بما تلاحظه عليها من تصرفات؛ ولو أنك سألت من يقومون بتوصيل الحاجيات إلى المنازل في أنحاء المدينة، عما تفعله القطط والكلاب في أجزاء المدينة المختلفة، فربما تمكنك من اكتشاف الأسباب التي تدفع الكلاب إلى أن تأتي بتصرفات معينة، وربما استطعت بهذا أن تصل إلى وسيلة تعين مدينتك على إعداد خطط أفضل لمعالجة مشكلات هذه الحيوانات هذا لا يعدو أن يكون مثلاً لواحد من العوالم الخفية الكثيرة الماثلة في المدينة. وإليك أمثلة لخفايا أخرى.

ما هي النظم التي تتبعها القطط والفئران والجرذان في أثناء تنقلها في مدينتك؟ وما أثر هذه الحيوانات على حياة سكان المدينة؟ وأين تخبيئ الحيوانات البرية في منتزه مدينتك؟ وما الدافع إلى اختبائها وكيفيتها؟ وما هو مصير الحيوانات البرية التي تستأنس في المدينة؟ وأي أنواعها أكثر نجاحاً في الإبقاء على حياتها؟ وكيف؟

ثالثاً: هناك العوالم الخفية في الريف. فإن كنت من سكانه فأنت -ولا شك- مستطيع أن تقوم بمجموعة مدهشة من الاكتشافات. ولو فرض أن ذهابك إلى الريف كان مقصوراً

على زيارات صيفية فقط، فلا زالت أمامك فرصة لمصادفة الكثير مما تستطيع اكتشافه هناك. إن حظيرة المزرعة مثلاً تزخر بالكثير مما يستحق الاكتشاف.

مثال:

أثر عطف الإنسان على الأبقار أو الماعز، أو عدم اكتراثه بها، في كثرة ما تدره من لبن أو قلتة،

أو معرفة طبيعة الحرب التي تدور رحاها بين قطط المزرعة وما تقتنه من فتران وجرذان ويضم الريف الفسيح، خارج حدود المزرعة، مئات من العوالم الأخرى، أغلبها مجهول لم تمتد إليه يد بالبحث. منها مثلاً:

بكم طريقة مختلفة تبني الطيور من النوع الواحد أعشاشها؟
ولماذا وأين تختفي العظاميا (السحالي) في فصل الشتاء؟ وكيف تختفي؟
وما مدى التغير بين درجة حرارة أجسامها في مخابئها شتاء، وفي أثناء حياتها خارج تلك المخابئ؟

وما هي التغيرات التي تطرأ على قلف الشجرة أثناء نموها؟
وما هي العقاقير الطبيعية التي يستخدمها الناس إذا مرضوا؟
وما مقدار فاعليتها في شفائهم؟

رابعاً : هناك العوالم الخفية في المدن والبلاد الأخرى التي ربما لم يسبق لك رؤيتها، والتي قد لا تزورها البة؛ ولكنك تستطيع -بالرغم من ذلك- اكتشافها بالاستعانة بالكتب والإنتernet، أو بالمراسلة بالبريد الإلكتروني أو المحادثة، أو عن طريق تبادلك النماذج (العينات) مع أهلها، فإن كنت تعيش في منطقة بعيدة عن البحر يمكن أن تراسل صديق يعيش في إحدى المدن الساحلية ليزودك بالصور والعينات..

خامساً: هناك العوالم الخفية تحت الأرض. فعلوم الجيولوجيا والحفريات والأثار كلها مبنية أساساً على الكشف والتنقيب تحت سطح الأرض؛ وهناك أيضاً دراسات تتناول الحياة والأحياء تحت الأرض، سواء في باطن التربة نفسها، أو داخل الكهوف. إن الكثير

من أسرار الأرض يرقد داخل الكهوف والمناجم، وبين "عينات" الصخور التي يستخرجها المتنقبون عن البترول؛ بل في طبقات التربة القرية من السطح، التي يمكن الكشف عنها وبواسطة الجاروف والمعول.

ومعظم أعشاش النمل الأبيض والنمل المألف يوجد في باطن الأرض، واكتشاف مثل هذه المدن والخلايا في حد ذاته فيه من الإثارة ما في اكتشاف مدينة خافية مفقودة. والحياة التي في باطن التربة - وبخاصة حياة بعض الكائنات كدودة الأرض - قد تساعد أو تعيق نمو النباتات. ويدلّك هذا على ما قد يكون لاكتشاف في باطن الأرض من قيمة تعود على المزارعين بشروء طائلة.

سادساً: هناك العوالم الخفية تحت الماء. إن في مقدرتك أن تضع نافذة زجاجية في جانب من جوانب بركة، وأن ترقب من خلالها الصراع بين الحياة والموت الذي تدور حوادثه في البركة. ولو أنك دققت النظر تحت الأعشاب البحرية التي تكسو الصخور القرية من البحر، لاكتشفت أسراراً لم يسبقك إليها إنسان من قبل. ولو أنك تزودت بجهاز بسيط للغطس، وغضست تحت الماء لتفتحت أمامك آفاق جديدة للكشف.

سابعاً: هناك العوالم الخفية في الغلاف الجوي المحيط بالأرض وما يعلوه من طبقات الجو العليا. فمثلاً: ما طول المسافة التي يقطعها الغبار الناتج عن انفجار أحد البراكين؟ وما المدة التي يظل خلالها ذلك الغبار معلقاً في الجو؟ وما هو تأثير هذا الغبار على لون السحب؟ وهل في مقدورك أن تبعث برسالة إلى بلد آخر، عن طريق باللون تدفعه إلى التحليق إلى ارتفاعات شاهقة، ثم تتركه لفعل الرياح في طبقات الجو العليا؟ وما هي أسباب ظهور أشكال مختلفة من السحب؟ وكيف تتشكل في السماء وكأنها تحكي قصصاً متباعدة؟

ثامناً: هناك العوالم الخفية في الفضاء الخارجي، التي يمكننا اكتشافها بواسطة المرقب الفلكي أو "التلسكوب". إن سقوط الشهب والغبار الشهيبي، أو أشعة الضوء المنبعثة من

مذنب يقترب من الأرض، إن أمثال هذه الأشياء، وكثير غيرها، يدعوك لاكتشافات جديدة.

(يمكنك الرجوع إلى كتابنا : علم الفلك ، أو الكتاب الرقمي مختبر في السماء) ، إنك - ولا شك - تستطيع القيام باكتشافات كثيرة لو توافق لديك من الحماسة والقدرة الدافعة ما يتواافق للرواد الكاشفين؛ إذ ينبغي أن يكون لديك من الرغبة ما يدفعك إلى الاستمرار في البحث عن حقيقة ما تكتشف، حتى لو تبين لك أن ما توصلت إليه مختلف تماماً لما كنت تتوقعه في البدء، أو مناقض لما ينبعك به الناس؛ فتاريخ العلوم حافل بالتناقضات وبقصص الحقائق التي تكتشف عن عكس ما كان يظنه الناس ويعتمدون به. فالعالم - على سبيل المثال - يبدو لنا مسطحاً، لكن العلماء أثبتوا أنه كروي، والشمس تبدو لنا كأنها تدور حول الأرض، لكن الحقيقة التي توصل إليها العلماء أثبتت أن الأرض هي التي تدور حول الشمس.

ويمكنك أن تشتري منظار يركب على كاميرا الهاتف الخلوي ، لرؤية أجرام أكثر في السماء ، وكذلك لمراقبة الكائنات الحية عن بعد.

وعليك أيضاً أن تبني في نفسك الشجاعة والتصميم على المضي في الكشف، حتى لو جابهتك المصاعب وخيبة الأمل. إن في هذا لأكبر اختبار للمكتشف الحق؛ لأن الصعاف وغير الجادين من المكتشفين ينسحبون عادة حينما تقف في طريقهم الصعب، أو إذا ما تعرضوا لضحك الناس وسخريتهم. وكل إنسان تقريباً تراوده الرغبة في الانسحاب إذا عاقته المصاعب، غير أن المكتشف الأصيل يعلم أن في محاولته تذليل الصعب والتغلب على العقبات أحسن مران وأضمن سبيلاً للوصول إلى النجاح. ولو قدر لك مرة أن تعالج إحدى الصعاب بروح طيبة وبذكاء، فكثيراً ما يتضح لك أنها لم تكن على قدر ما تخيلت من الصعوبة. والعقبة التي لا تقوى على اجتيازها، يمكنك التغلب عليها لو أنك وجهت تفكيرك إلى البحث عن طريقة جديدة لمعالجتها؛ فالقائد بيري مثلاً حاول الوصول إلى القطب الشمالي مراراً، لكنه كان يخفق في ذلك مرة تلو الأخرى، ومع ذلك كان هذا الإخفاق يزيده في كل مرة علمًا بكيفية التغلب على المسالك الموحشة للقطب الشمالي، حتى استطاع في النهاية أن يفوز بالنصر. ومّر باستور بآلاف من حوادث الإخفاق المخيبة

للآمال قبل أن يتوصل إلى اكتشاف اللقاح الفعال لمحاربة الأمراض؛ وبالإضافة إلى ذلك الإخفاق كان يتعرض دائمًاً لسخرية غيره من يدعون بالعلماء، ومن موظفي الحكومة الرسميين، واستهزائهم بجهوده. لا تتوقف عن البحث، ولا تستسلم لل Yas أبدًا، هذا هو شعار المكتشف الأصيل.

ويتحتم أيضًا أن تكون ذا ذهن متفتح متعطش لمعرفة الحقيقة التي ينبغي أن تبحث عنها في جميع الاتجاهات على حد سواء، حتى تتمكن من بلوغها؛ ولو أنه ليس من السهل أن يكون للفرد مثل هذا الذهن المتفتح، لأن الكثرين منا قد كيفوا عاطفياً على وجه يجعلهم يؤمنون بأشياء كثيرة لا أساس لها من الصحة. فلو أنك كنت تبحث مثلاً عن الخطر الفعلى للثعابين بالنسبة للإنسان، و كنت قد نشأت في كنف عائلة تعتقد أن الثعابين شر وبيل، وأنه لا بد من قتلها أو تجنبها جيئاً، فحينئذ يصبح من العسير عليك أن تدرسها كما يدرسها عالم ذو ذهن متفتح، لأنك ستكون قد تكيفت عاطفياً منذ الصغر معتقداً أن كل ثعبان شرير، وهو اعتقاد بعيد كل البعد عن الحقيقة.

ومهما كانت طبيعة الشيء الذي تعتزم اكتشافه فإنك -ولا شك- ستحتاج إلى الإمام بما وصل إليه الآخرون من معلومات في الميدان نفسه. غالباً ما تكشف لك دراستك أبحاث السابقين عن أخطاء ينبغي عليك تجنبها، وتقودك إلى سبل في البحث ثبتت لهم جدواها؛ هذا بالإضافة إلى مثل هذه الدراسة ستحيطك علمًا بالتوابي المجهولة التي لم تبحث بعد. فتش عن الكتب والمجلات والنشرات العلمية التي تخص بموضوع دراستك في المكتبات؛ ولو فرض أن المكتبة القريبة منك صغيرة، فغالباً ما يمكنها أن ترسل في طلب الكتب التي تريدها من مكتبة أخرى، بل وربما من مكتبات بعض الجامعات الكبيرة. ادرس أبحاث الآخرين بعناية، وسجل في مذكراتك كل ما تراه هاماً.

وعليك أن تنظر بعين الشك إلى كل ما كتبه الآخرون، وكل ما تسمعه ولو كان قد صدر عن أكبر العلماء، وتذكر أن الإنسان غير معصوم من الخطأ.. وستبرهن لك أبحاثك وتجاربك على أن العالم الشهير قد تكون له كبوات. فلكم سخر فطاحل علماء الطب في منتصف القرن التاسع عشر من بعض الأطباء الذين حاولوا -في ذلك العهد- أن ينبعوا إلى أن الأيدي والمعدات القدرة يحتمل أن تنقل الأمراض من شخص إلى آخر؛ ولكننا

نعلم اليوم شناعة الخطأ الذي وقع فيه أولئك المستهزئون المتهكمون، ونرثى لثاث الآلوف الذين لقوا حتفهم نتيجة جهل هؤلاء الساخرين. ولهذا ينبغي أن تزن أقوال الآخرين، وتضعها موضع الاختبار؛ وأن تذكر أن تجربة واحدة أو تجربتين لا تكفيان، فالمكتشف الحق قد يجري مئات الأبحاث والتجارب قبل أن يتحقق من أنه يقتفي الأثر الصحيح للحقيقة.

وكن على يقين من أن أبحاثك لن تنتهي؛ فقد قضى مندل معظم حياته في دراسة وراثة النباتات والحيوانات، ومات وهو يعلم أن ما فعله لا يعدو أن يكون بداية صغيرة لبحث سيطرقه من بعده مئات من الباحثين في الميدان نفسه، وأن هؤلاء قد يدخلون الكثير من التعديلات على عمله، بل ربما يقلبوه رأساً على عقب. إن العالم الأصيل يتأنى في الحكم بما أسفرت عنه أبحاثه من اكتشافات، بغض النظر عن مدى الدقة وطول الفترة متى قضاها في البحث والدراسة والتجربة. ومهما أحس أنه على صواب، فهو يفترض دائماً احتمال اقترافه بعض الأخطاء، ويخشى أن يبرهن الباحثون من بعده على خطأ ما يعلنه من نتائج، كله أو بعضه؛ ولذا فالمكتشف أو العالم الحق لن يصبح أبداً عالماً بكل شيء، فهو لا يصل إلى الحقائق التامة، وإنما يتوصل فقط إلى حقائق نسبية. والشيء الوحيد الذي يعلمه حقاً هو أن الواقع في الخطأ أمر عادي يتعرض له كل الناس.

اجمع أجود الأدوات التي يمكنك الحصول عليها أو تجهيزها لاكتشافاتك. والكتب أهم هذه الأدوات، لأنها تمدك بقدر كبير من المعلومات العامة الأساسية لبحثك، كما تساعدك في التعرف على أنواع الكائنات. وبعض الكتب لا بد من أن تحمله معك إلى حقل التجربة ، لكن ينبغي ألا تنسى أن الكتب قد تحوي بعض الأخطاء، وأنك قد تخطيء في تفسيرك ما تطالعه فيها.

وبعض الأجهزة كالمجهر، والتلسكوبات، و"البارومترات" (أجهزة قياس الضغط الجوي) وموازين الحرارة، تعتبر أدوات نافعة لا غنى عنها في معظم أعمال الكشف؛ إلا أن الأصناف الجيدة من مثل هذه الأجهزة-لسوء الحظ-باهظة التكاليف، وقد تعجز أنت عن تحمل نفقات الصنف الجيد من جهاز تحتاج إليه لإنجاز بحثك، وفي هذه الحالة قد تضطر إلى أن تحصر هدفك من البحث في أشياء تكفيها أجهزة في مقدورك الحصول

عليها. ويكنك الرجوع إلى بعض كتبى لمساعدتك فى صنع بعض الأجهزة (مثل كتاب *كيف نقىس؟*)

ولكراسة المذكرات التي تدون فيها مشاهداتك أهمية قصوى بالنسبة للاكتشاف. ومعظمنا يعتقد أن كتابة المذكرات عن مشاهداتنا عمل ممل، وغالباً ما نتلمس الأعذار للهرب منه ، لكنني أود أن أقدم في هذا الشأن نصيحة للمكتشفين المبتدئين من يجدون مشقة في تدوين مذكراتهم، وعندما يزداد اهتمامك بالكشف ستشعر يوماً ما - على حين فجأة - بأنك لن تحصل على المزيد من الاكتشاف أو تتبعها إلى أية معلومات أخرى هامة، إلا إذا قمت بتدوين بعض مشاهداتك بعناية. وكلما اتسعت دائرة مشاهداتك بعد ذلك، زادت مذكراتك وأزدادت متعتك.

ومن الأشياء التي تعينك كثيراً أن ترتبط بعلاقة صداقة بأحد العلماء المشغلين بالبحث في الميدان الذي تود اكتشافه نفسه، أو في ميدان آخر قريب منه. فإذا كان في إمكانك أن تفعل هذا، دون أن تزعجه في عمله، أو تستفيد كثيراً من وقته، فدعه يشير عليك بالطرق والوسائل الالزمة لتنفيذ مشروع اكتشافك. والأرجح أن الرجل سيسعدك أن يقدم لك العون، إن كنت صادقاً حقاً في رغبتك.

خطط لاكتشافك مقدماً بقدر إمكانك، لكن بدون أن تشعر بأنك مقيد بالالتزام خطة محددة صارمة. وأبسط خطط الاكتشاف هي أفضليها جائعاً بالنسبة للمبتدئين. وستجد أن أغلب المشروعات المقترحة في هذا الكتاب سهلة ميسورة، لأن المشروعات الأكثر تعقيداً تحتاج إلى سنوات من البحث المتواصل، وإلى قدر كبير من المران. وستلمس بنفسك، في أثناء دراستك لوسائل الاكتشاف المقترحة هنا، مدى السهولة الالزمة لوضع الخط وتتنفيذها. سر في سبيلك إذاً إليها المكتشف، مقتحماً أغوار عالم الطبيعة الخفية، مع تمنياتي بأن تكشف لك بحوثك عن الكثير من العجائب، وكنوز المعرفة والخبرة العظيمة.

العالم الخفية في منزلك وحديقته الخلفية
في ظلام الليل... أنصت! وفي منتصف يوم حار من أيام الصيف... أصبح السمع! راقب...
 واستمع... مثل ذلك مثل مخبر نشيط يقتفي أثر مجرم، أو مكتشف يلاقي بعض صيادي

رؤوس البشر، من لا هم لهم إلا الإطاحة برأسه... هذه اليقظة، وذلك الوعي بما يدور حولك، هما ميزة المكتشف. هكذا ترى في فناء منزلك أو حديقته الخلفية، بل في داخل المنزل نفسه، أشياء كثيرة، وتسمع ما لا يسمعه غيرك من الناس. إن في الحديقة الخلفية وفي المنزل، عوالم خفية، كبيرة وصغيرة تنتظرك لتكتشف عن كنهها. ولنبدأ أولاً بالحديث عن العوالم الكبيرة.

الحشرات وأقرباؤها في منزلك:

تغير على منزلك الحشرات والعنكبوت، وذوات المائة رجل، والكائنات المتشابهة، في الفصول الدافئة من كل عام. ويأتي بعضها متأخراً بعد ذلك، هرباً من البرد في الخارج. فلو أنك أنصتت، فيصل إلى سمعك طنين ذبة، ثم طنين أقوى صادر عن زنبور

ولو قربت أذنك من نافذة بالطابق العلوي، فقد تسمع صوتاً ريقاً لعنكبوت يركض عبر نسيجه، متوجهًا إلى شق بالجدار، لاجئاً إلى مأواه الخفي فيه. ولو وضعت أذنك على الأجزاء الخشبية

في المنزل فقد تسمع أحياناً -ولسوء الحظ - صوت النمل الأبيض، الذي يتبادل أفراده بالإشارات، وهم يقضمون الخشب بفكوكهم. وقد ستسمع صوت دبيب خفيف هامس لواحدة من ذوات المائة رجل، وهي تزحف داخل ثقب في الأسمنت.

هكذا تدور الأحداث والماسي ليلاً ونهاراً داخل منزلك، فشغالات النمل مثلاً قد أتت كفتيان الكشافة إلى داخل المنزل من قريتها التوارية في بقعة من الحديقة، وهي -بالمثل- تكشف عالماً غريباً عنها، ذلك هو عالم المنزل، تبحث فيه عن الغذاء، مستعينة على ذلك بجواسها الشممية. ويتقدم قادتها في أغوار المجهول، بحذر شديد، وقررون استشعارها دائبة الاهتزاز، تبحث وتفتش، ولكنها على استعداد لأن تعود أدراجها وتولي الإدبار، إذا ما تهددها خطر ما.

ويقع أحد الزناير فريسة في نسيج عنكبوت، ويناضل جاهداً لينجو بحياته من خيوطه النسيج اللزجة، ويحاول يائساً لمنع العنكبوت كلما اقترب منه، ويطن منزراً، ويطلق صبيحة الحرب، معلناً استعداده للقتال، على الرغم من شعوره بدنو أجله.

كل هذه الكائنات تتيح لك فرصاً كثيرة ممتعة للاكتشاف. وثق -إذا ما تعمقت في بحثك- أنك ستصل إلى اكتشاف أمور لم يسبقك إلى اكتشافها إنسان. فقد ترغب في الإلام بمعلومات عن كل أنواع الحشرات وأقربائها التي تعيش داخل منزلك أو تغير عليه، محاولاً أن تعرف من أين تأتي هذه الكائنات؟ ... ولماذا تأتي؟ ... وماذا تأكل؟ ... وكيف تقتنص غذاءها وكيف تهرب من أعدائها؟ إلى غير ذلك من الأسئلة الكثيرة. وقد تقوم بتصنيف تلك الكائنات في مجموعات، فتعتبر بعضها من قطان المنزل، التي تقضي كل الوقت داخله؛ وتعامل بعضها على أنها مغيرة على المنزل، تقبل عليه سعياً وراء الغذاء، أو بحثاً عن المأوى، ولا تلبث أن تغادره ثانية؛ وتنظر إلى بعضها الآخر على أنها قد أخطأت سبيلاً، فدخلت المنزل بدون قصد.

وستحتاج في القيام بمثل هذه الابحاث إلى تدوين قدر كبير من المذكرات، والاستعانة بالكتب والمناجف، لمعرفة أنواع الكائنات وتصنيفها، وإلى عمل بعض الرسومات البيانية والخرائط: لتبيان بالأولى عدد المرات التي تكرر فيها ظهور الكائنات المختلفة وأماكن ظهورها، وتوضح على الخرائط مسار الكائنات المغيرة داخل المنزل، وأماكن الاختفاء المفضلة بالنسبة للكائنات المقيمة به. وربما ترغب بادئ ذي بدء في تجربة اكتشاف بسيط، لأن تختار كائناً واحداً فقط من كائنات المنزل، وتحاول الإلام بكل شيء عنه.

انتق الكائن موضوع اكتشافك بنفسك، ولا تدعني أقوم عنك بهذا الاختيار. ولكني على أية حال سأختار لك مثلاً في هذه المرة، العنكبوت المنزلي ، لأوضح لك معلم الطريق الذي ينبغي أن تسلكه في اكتشافك. إن هذا العنكبوت من أعداء مدبرة البيت المنزل النشطة التي تحرص دائماً على هدم نسيجه بواسطة مكنسة تحيط طرفها بقمash مبلل. وهو أكثر ما يكون نشاطاً أثناء الليل، وتتجدد خيوط نسيجه مدللة من السقف في صبيحة اليوم التالي. وهو بالنسبة إليك لا يعود أن يكون عنكبوتًا صغيراً رمادي اللون يولي الإدبار فرعاً كلما اقتربت منه، ولكنه- بالنسبة للذبابية أو البقة الصغيرة التي يتربص بها على الحائط، أو يوقعها في نسيجه- يعتبر نمر الظلام المخيف المسلح بالفكوك ذوات الأطراف السامة. وهو في نظر الشخص العادي مجرد عنكبوت يطؤه بقدميه ثم ينساه، أما بالنسبة إليك فقد يكون كائناً خاصاً يقودك إلى عالمه الخفي الحافل بالأسرار

ما الذي تريد أن تعرفه عن العنكبوت المترلي؟

ما هي أماكن الصيد والاختفاء المفضلة بالنسبة للعنكبوت، داخل المنزل وفي المباني
الملحقة به؟

لكي تحصل على إجابة شافية عن هذا السؤال، ارسم خريطة لكل طابق في المبنى ووضح
عليها أماكن أنسجة العنكبوت التي تصادفها، مشيراً إلى كل منها برقم معين، وواظِ
على تحديد موقع الأنسجة الجديدة التي تصادفها بعد ذلك على الخريطة، مستخدماً في
كل يوم قلماً أو حبراً من لون مختلف. ثم اكتب أرقام الأنسجة المختلفة كلها أسفل
الخريطة، ودون في مقابل كل منها تاريخ اليوم الذي شاهدت فيه النسيج لأول مرة،
وتاريخ آخر يوم رأيته فيه. وحدد أيضاً على الخريطة اتجاهات الآثار التي يتركها
العنكبوت خلفه خلال تنقله أثناء الليل.. وهكذا تتوصل بالتدريج إلى التعرف بدقة على
أماكن تواجد العناكب، ووجهتها المفضلة أثناء تنقلها. وستعينك هذه المعرفة حتماً على
المضي في كثير من الاكتشافات الأخرى حول العنكبوت المترلي.

ما هي الأشياء التي يخشاها العنكبوت؟

وكيف يحاول الهرب من الخطر؟

هذا مثال آخر من الأسئلة الكثيرة التي لا يمكن الإجابة عنها إلا عن طريق المراقبة بدقة
وصبر.

حاول أن تراقب العنكبوت في كل الظروف الممكنة. وقد تضطر إلى مضاييقته لتدفعه إلى
الخروج من بيته، لترى ما يفعله في الخارج. ربما تجده مذعوراً لوجوده في وضع النهار
بعيداً عن بيته، فهو لا يخرج إلا ليلاً عندما يكفل له الظلام الحماية من أعدائه. ولو
استخدمت مصباحاً كشافاً أحمر أثناء الليل، فستجد أن الضوء الأحمر لا يزعج العنكبوت
إلا نادراً، بعكس الضوء الأبيض.. هكذا تستطيع أن تراقبه وأن تتحرك من حوله
بصورة طبيعية، طالما كنت تلتزم متنهي الهدوء في حركتك. حاول أن تضع حشرات
مختلفة في نسيج العنكبوت، لتعلم أيها يخشاه العنكبوت، ولماذا؟ وأيها يهاجمه العنكبوت
بدون تردد.

وقد يتبرد إلى ذهنك سؤال آخر وهو: هل يمكن ترويض العنكبوت؟ هل سمعت عن البراغيث المدربة؟ فلم لا يكون هناك عنكبوت مدرب أيضاً؟

إن في الإمكان ترويض معظم الحيوانات بتقديم مكافآت من الغذاء لها، كلما استجابت لما يطلب منها؛ فأنت تستطيع أن تلمس نسيج عنكبوتك بفرشاة رقيقة، ثم تقدم له ذبابة يتغذى بها، وتواظب على هذا الفعل حتى يعتاد العنكبوت التقدم للحصول على وجنته من الذباب في كل مرة تلمس فيها نسيجه بالفرشاة بخففة مرة واحدة. حاول بعد فترة أن تلمس النسيج مرتين متتاليتين، وقدم للعنكبوت زنبوراً أو غلة كبيرة. فقد تلاحظ انتفاعاً معيناً على العنكبوت للمرة واحدة، وانتفاعاً آخر مختلفاً تماماً للمستين. وحينئذ تكون قد بدأت في ترويضه. ومن هذه البداية ربما أمكنك الاستمرار في ترويضه، حتى تدرسه على أن يحضر إذا ما ناديته، أو يختبئ إذا ما وجهت إليه كلمة معينة.. إلى غير ذلك من الحال.

وقد تتساءل: هل هناك فائدة ترجى من وراء هذا الترويض؟ أجل، إنه يزيد من فهمك لعنكبوتك من جهة، وقد يقودك من جهة أخرى إلى ترويض حيوان آخر يفيد الإنسان بصورة من الصور.

وهناك سؤال آخر على قدر كبير وحيوي من الأهمية، ألا وهو: هل للعنكبوت المترنح فائدة اقتصادية بالنسبة للإنسان؟ وهل توازي هذه الفائدة ما يسببه العنكبوت لمدبرة المنزل من متاعب؟ ستحتاج إلى القيام ببعض الأبحاث الشاقة، وإن كانت مثيرة، لتصل إلى إجابة عن هذا السؤال. ستتجدد أن من بين ما يقبض عليه العنكبوت ويأكله حشرتين تسبيان غالباً الأذى للإنسان، وهما الذباب المترنح والبعوضة. وفي كل مرة يقتل فيها عنكبوت مترنح حشرة من هاتين الحشرتين تكون حاملة لجراثيم مرض خطير كالتييفود أو الحمى الصفراء، ربما يكون في عمله هذا إنقاذ لحياة إنسان، أو على الأقل الحد من مرض خطير يكلف الإنسان نفقات باهظة. فلو قتل عنكبوت مترنح واحد طوال حياته قدرأً من الذبابات كافياً لإنقاذ إنسان من مرض ما ألم به الفراش أسبوعين، لبلغت قيمة هذا العنكبوت 100 دولار على الأقل وربما أكثر من ذلك بالنسبة للإنسان الذي قام بذلك العنكبوت بإنقاذه. عندئذ لن يراودنا الشك في أن مائة دولار تفوق كثيراً المضايقة التي يسببها عنكبوت واحد لمدبرة المنزل.

إن من الصعب تحديد قيمة أي عنكبوت متزلي بالأرقام، على هذا النحو، غير أنك لو قمت بقدر كاف من التقصي والبحث، فقد تصل إلى تقدير قريب جداً من الصواب. يمكنك أن تسأل مكتب الصحة العامة في مدحلك عن معلوماتهم بشأن نسبة أعداد الذباب المتزلي والبعوض الحامل للمرض، ثم تعكف على مراقبة عشرة من العناكب المنزلية مثلاً، لترى كم ذبابة وبعوضة تقتلها وتفترسها هذه العناكب في خلال شهر. فلو أنها قتلت وافتربت 250 ذبابة وبعوضة في الشهر، لصار معدل ما يقتله العنكبوت الواحد منها 25.

فإذا ما علمت من المختصين بشئون الصحة أن واحدة من كل 25 بعوضة وذبابة تحمل مرضًا خطيرًا، يمكنك أن تخزن بأن قيمة أي عنكبوت من هذه العناكب تفوق كثيراً ما يحدث من أضرار في حيطة المنزل.

هذه لا تعدو أن تكون نماذج قليلة للأسئلة التي يمكنك أن تسألاها عن العنكبوت المتزلي، ونماذج لكيفية البحث عن إجابة لها. ومهما كان نوع العالم الخفي الذي تعقد العزم على اكتشافه في المنزل، سواء أكان حشرة أم عنكبوتًا، فأرأوا أم طائراً من عشاق المنازل، فابدأ بوضع أكثر ما تستطيع من الأسئلة حوله، ثم ابحث واستمر في اكتشافك حتى تتوصل إلى الإجابة عنها جميعاً.

الحياة في فناء منزلك أو حدائقه الخلفية في العادة يحيي فناء المنزل أو حدائقه المنزل الخلفية بعض الحشرات والديدان والعناكب والخلدان والفتران والطيور.. وغير ذلك من الكائنات التي تقيم فيه أو تزوره من آن لآخر، بعضها ينشط نهاراً وبعضها ينشط في الليل. ومن هذه الكائنات ما قام العلماء ببحث حياتها بحثاً جزئياً فقط، ومنها ما لم يكتشفوها بعد؛ وحياة الحشرة الواحدة قد تنطوي على عشرات من الحقائق المجهولة، تنتظرك لتكتشف عنها النقاب؛ فقد لا تعلم شيئاً عن مدى استجابتها وأوجه نشاطها تحت الظروف الحرارية المتغيرة، أو عن انفعالها عند إحساسها بالخطر، وقد يكون نوع غذائها وكمية ما تأكله في العام مجهولاً؛ وربما تكون معرفتنا بنوع غذائها ذات أهمية خاصة، فبعض الحشرات يخرب من المحاصيل الغذائية ما تبلغ قيمته مئات الألوف من الدولارات، وبعضها الآخر قد ينقذ هذه المحاصيل

نفسها من الخراب. وثمة حشرات غير هذه وتلك تجلب المرض إلى ألوف من الناس. واكتشاف صغير يقوم به مكتشف أصيل قد يضع حدأً لبعض هذا التخريب والشقاء. وكل محاولة لاكتشاف حياة طائر من الطيور تنطوي غالباً على مغامرة جديدة كل الجدة. ولهذا ينبغي أن تجعل حديقة منزلك الخلفية مكاناً تتوافد عليه الطيور في سرور ... هبئع لها مكاناً للاستحمام (يكون بعيداً عن متناول القطط). وحوامل للغذاء، وقدم لها بعض الغذاء في فصل الشتاء، حينما يندر غذاؤها في الطبيعة؛ وأعد لها بعض الشجيرات والنباتات المعرّفة لتختنى فيها.

قرى النمل:

بعض أنواع النمل التي لا حصر لها في العالم، ستتجدد ب أنها قد أقامت مستعمراتها الشبيهة بالمدن في حديقة منزلك الخلفية. هذا النمل لا يعرف للراحة سبيلاً. فهو في حركة دائمة، إلى أن يدفعه برد الشتاء إلى الاختباء والنوم عميقاً في باطن الأرض. ودراسة هذه الكائنات ومدنها، مثلها تماماً كمثل زيارة مدينة يسكنها أناس صغار الحجم جداً، لدرجة أنه قد يخيلي إليك أحياناً أنك تستطيع -لو أدنى ذاك من الأرض- أن تسمع الشرارة التي تبدو بين غلتين تلقيان: إذ يبدو -بكل تأكيد- أنهمما تتحاطبان معاً، وفي جدية بالغة عادة، وتراهما تهرولان في حماسة على أثر سماع رسالة تبدو عاجلة.

لقد سبق لي أن قمت بمراقبة كثير من مدن النمل، وكانت أولى مراحل اكتشافي هي مراقبة النمل فوق سطح الأرض؛ فوجدت أن الشغالات تناسب في خطوط طويلة قد تمتد عدة أمتار، في اتجاهات مختلفة من المداخل الرئيسية للمدينة. وكل خط يضم صفين من النمل أحدهما يسير فيه النمل في اتجاه الحقل لجلب قطع من أوراق الشجر. والصف الآخر يعود فيه النمل بأجزاء الأوراق المقطوعة إلى العش. وكانت هناك بين هذا النمل ثلاثة أنواع من الشغالات الحمراء: الكبيرة والمتوسطة والصغيرة . فلما سرت إلى الشجيرة التي كانوا يسلبونها أوراقها، لاحظت أن الشغالات الصغيرة والمتوسطة الحجم كانت تقوم بعمليّة تقطيع الأوراق، مستعينة في ذلك بفكوكها الحادة؛ في حين كانت الشغالات الكبيرة تقوم بحمل الأجزاء المقطوعة من الأوراق، العودة بها إلى القرية، وبدا

لي صف النمل، حامل الأوراق المقطوعة، كأنه صف من القوارب الشراعية الصغيرة ذات الشراع الأخضر! وكانت صغار الشغالات أحياناً تستعين على العودة إلى المدينة بامتطاء قمم تلك الأشوعة الخضراء...

ويرسل بعض النمل كفتیان الكشافة للبحث عن شجيرات أو أشجار جديدة يمكن نزع أوراقها. ومثل هذا النمل يتحرك ببطء على التربة باحثاً منقباً، حتى إذا ما وجد شجيرة أو شجرة مفضلة لديه، خلف وراءه في طريق عودته إلى المدينة أثراً ذا رائحة خاصة، يتبعه سائر النمل، فيجد طريقه إلى تلك الشجيرة. وكنت متھمساً لاختبار مقدار ذكاء النمل، فحفرت أخدوداً عميقاً عبر أحد مسالك النمل، وأقمت جسراً فوقه. ولدهشتي وجدت أن النمل لم يستخدم هذا الجسر، وإنما أصر على أن يهبط ثم يصعد على جوانب الأخدود، ليصل إلى جانبه الآخر، غير أنني عندما ذهبت مرة أخرى في صبيحة اليوم التالي، وجدت النمل مندفعاً في ثقة فوق الجسر الصغير! وودت لو عرفت كيف؟ ولماذا؟ ومتى بدأ النمل في استخدام هذا الجسر؟

وأخذت معني في اليوم التالي جاروفاً ومعولاً وشرعت أحفر متعمقاً داخل مدينة النمل. وللتو اندفعت جنود النمل خارجة من جحورها لهاجتي. كانت هذه الجنود من النوع الكبير ولها رؤوس وفكوك ضخمة، وفي استطاعتها إحداث عضة مؤلمة. ولكنها كانت في الوقت نفسه غاية في الرعبونة، ولذا عملت على حماية قدمي منها بلبس حذاء طويل وكانت أنفاس النمل عن رجلي بالسرعة نفسها التي كان يحاول بها أن يتسلقها ليغضبني، إلا أن أحد الجنود تمكّن من مغافلتي، إذ شعرت فجأة بألم شديد

ولو تبادر إلى ذهنك أنني كنت العدو الوحيد المهاجم لهذه المدينة، فأنت خطئ.. لقد رأيت أنواعاً مختلفة من النمل، دقيقة في حجمها للدرجة أنها لا تكاد ترى إلا بالمجهر-رأيتها تحفر أنفاقاً دقيقة في جدران حجرات ذلك النمل الكبير حامل الأوراق، وتسرق غذاءه ، وتحمله بعيداً، لتخفيه في أماكن خاصة. إن مثل هذه القرى تخفي عادة كثراً من الأسرار. وإليك بضعة أمثلة للأسئلة التي وجهتها لنفسي، من أجل اكتشاف عالم النمل الخفي هذا: ما نوع الأوراق التي يفضلها النمل؟ ولماذا؟

لقد بدا لي أنه يفضل أوراق أشجار البرتقال، حتى إننا كنا نضطر إلى وضع السم حول جذوعها، لوقايتها من غائلة هذا النمل. وربما كان تفضيل النمل لهذه الأوراق راجعاً إلى أنها تصلح أكثر من غيرها كغطاء لحدائق الفطريات التي تنمو تحت الأرض. ولكي أتأكد من ذلك كان ينبغي على تربة بعض هذه الفطريات، مستخدماً أنواعاً مختلفة من الأوراق كغطاء لها، لأرى أي أنواع حدائق الفطريات الناتجة يفضل النمل مذاقها. على أنني ما زلت أعتقد أن أوراق البرتقال -ولا شك- كانت تضفي نكهة مستساغة على الفطريات التي يستطيعها النمل.

هل يعمل جنود النمل تحت قيادة ضابط؟ أو بمعنى آخر: أيحارب النمل أعداءه بطريقة منتظمة، أم أنه يقاتل كأفراد، كل فرد مستقل عن الآخر؟ لقد رأيت الجنود الكبار بدقة فائقة، فوجدت أنها- في كل مرة كنت أشق فيها نفقاً جديداً- كانت تندفع من التفوق نحوي لهاجمي، في حين يتراجع النمل الأصغر إلى داخل النفق، وبدا لي أن خروج الجنود كان في اندفاعه منتظمة، كما لو كانت قد صدرت إليها إشارة من كائن ما بذلك. ولكنها حينما كانت تبلغ سطح الأرض كانت تتفرق هنا وهناك في كل الاتجاهات باحثة عن العدو. فلما عثرت على حذائي حاولت في الحال أن تعمل فكوكها بالبعض فيها.. وهكذا أسفرت مشاهداتي عن أن اندفاع الجنود للخارج يبدو بأنه منظم، ولكنها متى أخذت تهاجم كان هجومها أقرب ما يكون إلى القتال الفردي، ولا شك في أنها لا تتنظم آنذاك في فرق محددة تتأمر بإمرة ضباط ما.

هل يتبع النمل خطة ما أو أسلوباً معيناً، في مهاجمة الطفيليين وطرد اللصوص الذين يغرون على مديتها؟

إننا نألف وجود قوة من الشرطة في مدننا لحماية المواطنين الشرفاء من اللصوص وأمثالهم من المجرمين؛ ولكنني طوال الفترة التي قضيتها في مراقبة قرية النمل حامل الأوراق هذه، لم أشاهد أي أثر لقوة شرطية مماثلة من بين أفراد النمل. لقد كان هناك -ولا شك- جنود الجيش التي حاربت ضد المغرين على المدينة من الخارج، ولكنني لم أعثر على دليل واحد يشير إلى قيامها بمحاربة الأعداء في الداخل. وليس معنى هذا أن النمل

لا يملك وسيلة لمحاربة العدو الداخلي، إلا أن قصر الفترة التي قمت خلالها بلاحظة مدينته ، هي التي لم تكن كافية لإظهار الدلائل القاطعة على ذلك بوسيلة أو بأخرى. وهناك ولا شك أسئلة أخرى كثيرة يمكنك أن تحاول الإجابة عليها إذا قمت باكتشاف إحدى مدن النمل المأهولة أو النمل الأبيض. ولكن تأكد من أن تفك في أكبر قدر من الأسئلة التي يمكن أن تدور بخلدك بشأن ذلك النمل.

وتحت ظرف بضعة عوالم أخرى يمكنك اكتشافها في الحديقة الخلفية لمنزلك، من بينها:
الحلازين والبزاقات -أين، وكيف تختبئ؟ وما هو نوع الغذاء الذي تفضله!
المسالك التي تطرقها السحالى، كيف، وأين، ولماذا تفضل استخدامها؟
أوراق الأشجار والشجيرات، ومدى اختلاف أحجامها وأشكالها تبعاً لكمية ما تتعرض له يومياً من ضوء الشمس.

طرق القنصل التي تتبعها خنافس الأرض، ومعدل ما تقضى عليه من الآفات كل ليلة.
كمية الغذاء الذي تستهلكه الجنادب
المراحل التي تمر بها الحشرات خلال نموها من البيضة وحتى اليرقة والمحشرة البالغة
نسبة التالفة من الفاكهة مثل التفاح بسبب يرقات الحشرات والديدان، وكيف يمكن تقليله بالمعالجة الحيوية

كيف تتغير مصادر الغذاء التي يتغذى عليها أحد الطيور المستوطنة خلال الفصول المختلفة

حاجة الطيور من الماء وعلاقة ذلك بنوع غذائها
كيف تعيش الضفادع في أوقات الجفاف

دراسة طبيعة الأرض التي يعيش فيها الخلد ، ونوعية النباتات التي تعيش فيها ، والمسافات بين فتحات الأنفاق

البحث عن أعشاش الطيور وتفحصها عن بعد بواسطة منظار يدوى خوفاً من إزعاج الطيور وتصويرها من وضع البيض وحتى اكتمال نمو الفراخ

العالم المجهري

يمكنك أن تشتري مجهاً رقمياً زهيد الثمن يرتبط بالحاسوب، أو يتصل بكميراً المايكروفون، وإن حصلت على شيء من هذا، فأنت تملك أداة كشف هامة يمكنها أن تقودك إلى اكتشاف عالم خفية كثيرة، حتى لو اضطررت للبقاء داخل المنزل، مثلما يحدث أحياناً، مثل أيام الشتاء البارد، ومعظم الشبان -إذا ما منحوا مجهاً- يستعملونه بشغف عظيم بضعة أيام فقط، ثم يتركونه جانباً بعد ذلك في صندوق مغلق دون استعمال، وتتراكم من فوقه الأترية سنوات عدة. ولو أنك اشتريت مجهاً من مالك الخاص الذي تكسبه فربما زاد تقديرك له، واعتزازك به أكثر مما لو منحته.

ومن بين الأسباب الأخرى التي تفقد المرأة اهتمامها بمجهاً، أن تكون عدساتة سيئة، أو أن يكون استعماله على الوجه الصحيح صعباً.

ومن بين العالم الخفية الأخرى التي يمكنك اكتشافها:

العلاقة بين كمية الطحالب في ماء بركة ما، وكمية ضوء الشمس التي تصل إلى البركة، أثر التيارات المائية على أنواع الكائنات المجهريّة المختلفة.

طرق التكاير المختلفة التي تتبعها الطحالب.

السرعات المختلفة التي تتحرك بها "الأميا" في الماء، وبخاصة سرعتها إذا ما أثيرت.

الوسائل المتباعدة التي تلجأ إليها الكائنات المجهريّة لحماية نفسها من الجفاف..... إلى غير ذلك.

ولى جانب مراقبة الحياة المجهريّة في الماء، يمكنك أيضاً مراقبة الحياة في دم أي حيوان. ففي مقدورك مثلاً أن ترقب حركة الدم أثناء الحياة داخل غشاء رقيق في قدم الصندل، وذلك بأن تخدر الصندل أولاً، أو تدفعها إلى النوم بمحذر، بواسطة الكلورفورم، ثم تضع قدمها تحت المجهر، وتنظر إلى الغشاء الممتد بين أصابع قدمها.

(ملحوظة: هذه التجربة يجب أن تجري تحت إشراف أحد مدرسي العلوم، أو شخص ناضج ذي خبرة).

ثم هناك أيضاً الدراسة الخلابة لقطاعات من جلود وأجسام الحيوانات والنباتات. فهذه يمكن عمل قطاعات رقيقة منها بواسطة سكين خاصة بعمل القطاعات المجهري، وتلخص هذه القطاعات فوق شرائح مجهريه بواسطة البلسم الشفاف، ثم تغطى برباعات رقيقة جداً من الزجاج ، فإن لم يكن لديك سكين خاصة بك للقطع ، فربما تولى أحد المعامل البيولوجية تجهيز مثل هذه القطاعات لك. ادرس تلك القطاعات بعناية، لعرفة حجم وشكل كل الأعضاء الداخلية في جسم النبات أو الحيوان الذي أخذت منه هذه القطاعات.

ومن طريق هذه الدراسة يمكنك صنع نماذج مجسمة من الشمع أو المطاط، ذات ثلاثة أبعاد، للأعضاء المختلفة، بل ربما لقطاعات بأكملها من الجسم ، ومن بين العوالم الخفية الكثيرة التي يمكن اكتشافها بهذه الطرق كيف يستخدم حيوان أو نبات معين أعضاء الداخلية المختلفة؟ وكيف يتلاءم تركيب هذه الأعضاء مع احتياجات الحيوان؟ لم يعرض هذا الفصل إلا قليل من المقترنات الخاصة بالعوالم الخفية في متزلك وحديقته الخلفية. ويمكنك معرفة مئات غيرها من الموضوعات التي تصلح مادة لاكتشافاتك عن طريق الكتب والاتصال بالعلماء.

مراقبة الحيوانات الكبيرة:

ثمة طريقة أخرى تمكن المرء من الرؤية في الظلام دون أن يرى. وذلك باستعمال مصباح كشاف أحمر اللون. فالضوء الأحمر لا يتسبب في إزعاج معظم الحيوانات، بل إن كثيراً منها لا يستطيع رؤيته، ولكن هذا الضوء كاف بالنسبة للإنسان، ويمكنه من مراقبة هذه الحيوانات بسهولة. ولكي لا تشم الحيوانات المفترسة رائحتك، أدلك جسمك وملابسك بنبات له رائحة نفاذة مثل نبات الشيح. ولو غمرت ملابسك في بعض الماء الذي غلى فيه مثل هذا النبات، فذلك كفيلاً بمحو رائحة الإنسان منك تماماً.

والواقع أنه لا يعرف إلا القليل عن الحيوانات التي تسعى أثناء الليل. ومن بين دورات الحياة التي لا يعرف عنها إلا النذر اليسير دورات حياة الشعابين الليلية. إننا نعلم عن يقين أن هذه الكائنات لها عيون كعيون القطط، يمكن أن تتسع أحداها أتساعاً كبيراً أثناء الليل، كي تسمع بدخول كمية أكبر من الضوء. وهي تزحف بهدوء في الليل باحثة عن

الحشرات الليلية الكبيرة والصفادع والثدييات الصغيرة. ومعرفة المزيد من عادات هذه الثعابين وانفعالاتها تحتاج في الواقع إلى كثير من الاكتشافات الليلية المتقدمة. وكذلك القنفذ وابن أوى وغيرها من الثدييات الكبيرة

والخفافيش كذلك ثدييات صغيرة خلابة، يلذ للمرء مشاهدتها أثناء الليل. وسيلزمك لهذا الغرض منظار مكبر من نوع جيد، تستعمله في الساعات الأولى من المساء. وستتحقق سريعاً من أن هناك أنواعاً متباعدة من الخفافيش، تطير في أوقات متباعدة من الليل، ولها عادات مختلفة. ففي إحدى البيئات تخرج الخفافيش القزمة البالغة الصغيرة مع أول بودر الغسق، وتطير شاردة في غير نظام، وترواغ لتصيد الحشرات.

وفي موطن آخر تخرج الخفافيش البنية أولاً، ولا تبدو شاردة تماماً. كالسابقة ولكنها تطير أيضاً في خطوط متعرجة. ثم تخرج بعدها الخفافيش البنية الكبيرة والخفافيش الباهتة الكبيرة، الأولى تطير في خطوط مستقيمة طيراناً متعمراً، في حين تطير الخفافيش الباهتة الكبيرة طيراناً حائراً في غير نظام، ومماثلاً تقريباً طيران الخفافيش القزمة الصفراء المتماهية في الصغر. وتحب الخفافيش الباهتة أن تطير بمحاذاة حواف الجبال، على حين تهبط الخفافيش القزمة دائماً إلى قلب الوادي ساعية بنوع خاص وراء الزنابير، أو المستنقعات، حيث تكثر الحشرات. وتفضل معظم الخفافيش السكنى داخل الكهوف، ولكن بعضها، كالخفافيش الحمراء والبيضاء، يفضل التعلق بالأشجار والتختفي فيها.

ولعل في عادات الخفافيش وأماكن معيشتها وتفاصيل حياتها في المنطقة المجاورة لك، عالماً خفياً آخر يمكنك اكتشافه: إذاً إليك بعض الأسئلة التي ربما ترغب في أن تسألاها وتجد الإجابة عنها:

في أي وقت من أوقات الليل تطير أنواع الخفافيش المختلفة؟ ولماذا؟
كيف تستدل على أنواع الخفافيش المختلفة بمجرد مشاهدة طريقة طيرانها؟
ما نوع الأماكن التي تفضل الصنوف المحلية من الخفافيش الالتجاء إليها للنوم أو للبيات الشتوي؟ ووضح ذلك على خريطة أو برسم تخطيطي.
أي أنواع الخفافيش أكثر تفضيلاً للاغتناء بالبعوض؟ وما أثر هذه الأنواع في التخلص من تلك الآفات؟

ما هي أنواع الخفافيش التي تنسع إلى البيات الشتوي في منطقتك؟ وما هي الأنواع التي ترحل جنوباً في فصل الشتاء؟

هل يمكن رسم أشكال تخطيطية توضح الطريقة التي يتبعها كل نوع من الخفافيش في الحصول على الغذاء؟

الفصل التاسع: التعلم من الفنون

الفنون متنوعة، وبعضها يناسبنا والبعض الآخر لا يناسب، وهناك فنون محّرمة علينا. والفن يعتمد على الموهبة، التي يمكن تربيتها بالتدريب والممارسة، ومن خلال الفنون يمكن اكتساب الكثير من الفوائد، ومنها:

1. الإبداع

الآن أكثر من أي وقت مضى، يبحث أصحاب العمل عن المفكرين المبدعين الذين يمكنهم المضي قدماً في أعمالهم، وليس فقط المتفوقين الأكاديميين، لأن كثير من المهن التقنية الإبداعية الحديثة تحتاج إلى لمسات فنية، فعند اختراع جهاز جديد، أو تصميم تطبيق ذكي، أو إعداد فيديو، كل هذه المجالات تحتاج لموهبة فنية، وممارسة هذه الهوايات في الصغر، تحول إلى مهنة في الكبر.

كيف يمكن أن تلمس المظاهر الإبداعية لدى طفلك:

- يعبر عن الأفكار بطرق فريدة ومن وجهات نظر متنوعة
- يسعى إلى جعل أعماله أو أدائه مختلفاً عن الآخرين
- يستخدم شيئاً بطريقة جديدة أو لغرض مختلف

2. النقاء بالنفس

بالنسبة للكثير من الناس، يعتبر رهاب المسرح أحد أكبر مخاوفهم. يمرض بعض الأشخاص جسدياً عند التفكير في التحدث أمام زملائهم أو تقديم عرض تدريسي، أو إلقاء كلمة أمام جمهور.

المهارات التي يتم تطويرها من خلال المسرح، لا تدربك فقط على كيفية توصيل رسالة بشكل مقنع، ولكن أيضًا تبني الثقة التي تحتاجها لتولى قيادة المسرح. تمنح الخبرة في المسرح الأطفال ممارسة للخروج من منطقة الراحة الخاصة بهم وتسمح لهم بارتكاب الأخطاء والتعلم منها في البروفة. تمنح هذه العملية الأطفال الثقة في الأداء أمام جمهور كبير. تخيل ما يمكن للأطفال تحقيقه بكل الثقة التي يحتاجون إليها للنجاح.

تنمية الثقة.

كيف يمكن أن تلمس مظاهر الثقة لدى أطفالك:

- يتطوعون بالآراء والأفكار
- ي Mishon ورؤوسهم مرتفعة وابتسامة على وجوههم
- هم على استعداد لتجربة أشياء جديدة
- إنهم مرتاحون للقاء أشخاص جدد

3- حل المشكلات

تولد الإبداعات الفنية من خلال حل المشكلات، كيف أحول هذا الطين إلى مزهرية جميلة؟ كيف أصور عاطفة معينة من خلال الرسم؟ دون أن يدركون ذلك ، فإن الأطفال الذين يشاركون في الفنون يتعرضون باستمرار لتحدي حل المشكلات.

كل هذه الممارسة في حل المشكلات تعمل على تطوير مهارات الأطفال في الاستدلال والفهم. الفنون تعليم الأطفال التعامل مع المشكلات كفرص مثيرة لتحدي مهاراتهم وإبداعهم ، والفن وسيلة قوية للعمل من خلال المشاكل التي قد تحدث في الحياة يسمح للأطفال بتحقيق الحلول الممكنة واختبارها على أقرانهم. هذا ترين قيم سيساعد في تطوير مهارات مهمة حل المشكلات ضرورية للنجاح في أي مهنة

كيف يمكن أن تلمس قدرة أطفالك على حل المشكلات:

- يتعاملون مع المشكلة كتحدي مثير.
- يحللون المشكلة عن طريق طرح الأسئلة ذات الصلة.

- إنهم قادرون على اتخاذ خيارات معقدة من خلال تقييم الحلول الممكنة في ضوء السياق.

- إنهم منفتحون على تجربة أفكار متعددة حتى يتم العثور على حل.

4. المثابرة

تقدم لنا الحياة العديد من التحديات التي تتطلب منا التفاني والإصرار والصبر، سواءً أكان ذلك كتابة ورقة تاريخ من 10 صفحات، أو العمل على عرض تقديمي للرئيس التنفيذي لشركتك.

تساعد الخبرة في الفنون الأطفال على فهم وتقدير المكان الذي يمكن أن تصل إليه المثابرة. عندما يبدأ الطفل تعلم عمل أفلام صور متحركة باستخدام الحاسوب، يعرف أنه لن يصل لمستوى الأفلام التي تنتجها الشركات، ولكن يمكنه أن يطور نفسه ويبذل جهده، ليصل في وقت ما إلى ذلك المستوى، وخاصةً أن خبراء الرسوم المتحركة في تلك الشركات كانوا أطفالاً وبدؤوا في تعلم هذا الفن مثله، وعندما يبدأ في التعامل مع هذا العالم الذي يتزايد فيه التنافس حيث يُطلب من الناس تطوير مهارات جديدة باستمرار، سيجد أن المثابرة ضرورية لتحقيق النجاح.

كيف يمكن أن تلاحظ أن أبناءك لديهم القدرة على المثابرة والصبر؟

- يرون الأخطاء كفرص للتعلم.
- لا يتخلون عن شيء يريدون تعلمه.
- يعتقدون أن الأهداف قابلة للتحقيق على الرغم من أنها قد تشكل تحديات.
- يطلبون التدريب من الآخرين الأكثر مهارة مما هم عليه.

5. التركيز

القدرة على التركيز هي مهارة أساسية تم تطويرها من خلال العمل الجماعي. أثناء المشاركة في نشيد جماعي، يجب على الأطفال مشاهدة والاستماع إلى بعضهم البعض من

أجل معرفة متى وكيفية الحفاظ على نفس الإيقاع، الأمر نفسه ينطبق على المسرح. يتطلب الحفاظ على التوازن بين الاستماع والمساهمة قدرًا كبيرًا من التركيز والتركيز. لا يتطلب الأمر من كل مشارك التفكير في دوره فحسب، بل في كيفية مساعدة دوره في الصورة الكبيرة لما يتم إنشاؤه. أظهرت الأبحاث الحديثة أن المشاركة في الفنون تحسن قدرات الأطفال على التركيز والتركيز في جوانب أخرى من حياتهم.

كيف يمكن أن تلاحظ أن أبناءك لديهم القدرة على التركيز؟

- إنهم يقومون بالاتصال بالعين ويوجهون أجسادهم نحو الشخص الذي يستمعون إليه
- إنهم قادرون على التركيز على مهمة ما على الرغم من الإلهاء
- إنهم يراقبون العالم من حولهم، ويتعلمون منه.

6. التواصل غير اللفظي

تطور الفنون المسرحية، وفنون الإلقاء وعي الطفل بكيفية تواصله مع العالم من خلال لغة جسده.

يمكن الكثير من الناس في حياتهم غير مدركين للرسائل التي يرسلونها مع مواقفهم وإيماءاتهم. من خلال الخبرات في تعليم المسرح والإلقاء، يتعلم الأطفال تحفيظ آليات لغة الجسد.

إنهم يختبرون طرقًا مختلفة للحركة وكيف تنقل هذه الحركات مشاعر مختلفة. ثم يتم تدريبهم على مهارات الأداء للتأكد من أنهم يصورون شخصياتهم بشكل فعال للجمهور. هذا أمر قوي، ليس فقط على المسرح، ولكن في مقابلة العمل.

كيف يمكن أن تلاحظ أن أبناءك لديهم مهارات التواصل غير اللفظي؟

- يمشون طويلاً دون أن ينحنا
- يقفون وأذربعهم غير مقاطعة
- يقومون بالاتصال بالعين أثناء التفاعل مع الأشخاص الذين يقابلونهم
- يستخدمون تعابير وجههم للتعبير عن الإيجابية

7. تلقي ردود فعل بناءة

بعد تلقي تعليقات بناءة حول أداء أو قطعة فنية مرئية ، أو قصيدة شعرية ، أو قصة قصيرة ، جزءاً معتاداً من أي تعليم في الفنون اللغوية والبصرية، مثلاً، تتمتع الفنون المرئية بثقافة النقد الجماعي، حيث يتم تشجيع الأطفال على مشاهدة عمل بعضهم البعض والتحدث عنه. يتعلم الأطفال أن التغذية الراجعة هي جزء من التعلم وليس شيئاً يسيء إليه أو يؤخذ على حمل شخصي.

إنه شيء مفيد. الهدف هو تحسين المهارات ، ويتم دمج التقييم في كل خطوة من العملية. لقد بني كل تخصص فنون معايير لضمان أن النقد هو تجربة قيمة ويساهم بشكل كبير في نجاح القطعة النهائية. هذه مهارة لا تقدر بثمن يجب تطويرها، لأنها عندما يصبح الأطفال بالغين، سيتم تقييمهم في مكان عملهم ويجب أن يأخذوا هذه التعليقات على أنها بناءة وليس هجوماً شخصياً.

كيف يمكن أن تلاحظ أن أبناءك لديهم مهارات تلقيّ ردود الأفعال؟

- يسألون عن ردود الفعل حول أي شيء يفعلونه
- يستمعون إلى التعليقات دون مقاطعة
- صادقون مع أنفسهم ويقبلون الحالات التي تحتاج إلى تحسين
- ليسوا دفاعيين ويشعرون بالامتنان لأن شخصاً ما قد صرف بعض الوقت لمساعدتهم على التطور.

8. التعاون

معظم تخصصات الفنون تعاونية في طبيعتها. من خلال الفنون ، يمارس الأطفال العمل معًا ، وتقاسم المسؤولية ، والمساومة مع الآخرين لتحقيق هدف مشترك. عندما يكون للطفل دور يلعبه في فرقة إنشادية أو مسرحية ، يبدأون في فهم أن مساهمتهم ضرورية لنجاح المجموعة ، ومن خلال هذه التجارب يكتسب الأطفال الثقة ويداؤون في

معرفة أن مساهماتهم لها قيمة حتى لو لم يكن لديهم الدور الأكبر. تعد هذه المهارة ضرورية في بيئة العمل، حيث تزيد الشركات دائمًا موظفين يعملون كفريق. كيف يمكن أن تلاحظ أن أبناءك لديهم مهارات التعاون؟

- إنهم على استعداد لتقديم تنازلات لتحقيق هدف مشترك
- يقدرون ويحترمون آراء الآخرين في المجموعة
- يأخذون المبادرة للمساهمة
- يشعرون أن مساهماتهم لها قيمة

9. الإخلاص والتفاني

عندما يتدرّب الأطفال على متابعة المساعي الفنية التي تؤدي إلى منتج أو أداء نهائي ، فإنهم يتعلّمون ربط التفاني بالشعور بالإنجاز. إنهم يمارسون تطوير عادات عمل صحية تمثل في الحضور في الوقت المناسب لإجراء التدريبات والعروض، واحترام مساهمات الآخرين، وبذل الجهد في نجاح المقطع الأخير.

في الفنون المسرحية، مكافأة التفاني هي الشعور الدافع بتصفيق الجمهور، مما يجعل كل جهودك جديرة بالاهتمام. إن الإنجازات المذهلة التي يختبرها الأطفال من خلال الفنون تساعدهم على إدراك أن الأشياء غير العادية يمكن أن تحدث عندما تكون متفانينًا وثابرين على التحدّيات، ومع هذه النّظرة للحياة، لا توجد أهداف لا يستطيع الطفل تحقيقها. كيف تعرف أن أطفالك لديهم هذه المهارات؟

- يمارسون في أوقات فراغهم
- هم يركزون أثناء البروفات
- يأخذون التغذية الراجعة كفرصة للتحسين
- إنهم يثقون في المدرّين لدفعهم إلى أبعد مما يعتقدون أنهم يستطيعون تحقيقه

10. المساءلة

عندما يتدرّب الأطفال على إنشاء شيء ما بشكل تعاوني، فإنهم يعتادون على فكرة أن أفعالهم تؤثّر على الآخرين. يتعلّمون أنه عندما لا يكونون مستعدّين أو في الوقت المحدّد، فإن الآخرين يعانون، مثلاً، عندما لا يظهر شخص ما في فرقة المسرح، فإن ذلك يؤثّر على تقديم الفرقة وعلى الروح المعنوية لكل شخص هنالك.

من خلال الفنون، يتدرّب الأطفال أيضًا أنه من المهم الاعتراف بأنك ارتكبت خطأً وتحمل المسؤولية عنه. لأن الأخطاء جزء منتظم من عملية التعلم في الفنون، ويبدأ الأطفال في رؤية الأخطاء تحدث، فيعترف بها، ويتعلّم منها، ويمضي قدماً.

هذه مهارة حاسمة للتعلم في وقت مبكر من الحياة لأنها تساهُم في تنمية نزاهة الشخصية التي يبحث عنها كل صاحب عمل في الموظف.
كيف تعرف أن أبناءك لديهم حس المسائلة؟

- إنهم متزمتون بالحضور في الوقت المحدّد والاستعداد
- إنهم لا يريدون تفوّيت البروفة لأنهم يدركون أن هذا سيجعل الأمور صعبة على الآخرين في المجموعة
- إنهم على استعداد للاعتراف بأنهم أخطأوا
- إنهم يصححون الأخطاء بسرعة ويستخدمونها كفرصة للتحسين.

11- كيف تراقب وتبحث عن قرب ، وتدقق في التفاصيل:

عندما نبدأ في تعليم فنون الأطفال، يكونون عفويين ولديهم أسلوب ونهج مبسط، مثلاً، إذا طلبت من طفل صغير أن يرسم رأس إنسان، سيبدأ برسم دائرة للرأس ثم خطوط للجسم واليدين، بينما مع اكتسابه المزيد من المهارات الفنية، يبدأ من الخطوط الرئيسة في الوجه، ويقوم برسم التفاصيل الصغيرة، ويتقدّم من جزء لآخر، وفي ذهنه تصوّر كامل للرسم.

12- الشعور بالتعاطف:

عندما يقوم الطالب بعمل فني باستخدام بعض الخامات الطبيعية ، التي يحضرها من مكان ما ، سوف يحب هذه الخامات ومصدرها ، مثلاً يستخدم الصدف البحري لإنتاج عمل فنيّ ، سوف يحب البحر ، والصدف ، والحيوانات التي تتبع هذا الصدف.

13- ملاحظة الأنماط والارتباطات

الفنان أثناء عمله يتلمس الروابط أو الأنماط ، سواء في الطبيعة ، أو في الخامات التي يستخدمها ، فالرسام مثلاً ، يعرف أن هناك أنماط في الألوان ، حيث يوجد ألوان باردة مثل الأزرق والأخضر ، وألوان حارة مثل الأحمر والأصفر.

الفنان الخط العربي يعرف أنماط الخطوط ، وما يميز كل نمط ، وكيفية اختيار الخط ، وكذلك الذي يعمل في الأصوات ، يوجد أنماط للأصوات ، وغير ذلك.

14- يمكن أن يساعدك الفن في التعبير عن شخصيتك الفردية:
عندما تشاهد لوحة فنية أو لوحة خط عربي ، أو مسرحية ، أو عمل خزفي ، فإنك ستأخذ فكرة عن شخصية صاحب العمل الفنيّ بسهولة .

الفصل العاشر: التعلم مدى الحياة/ وتغييرات سوق العمل

من الطبيعي أن يتعلم الأطفال من أهلهم كثير من المهارات ، ولكن بمستويات مختلفة ، حسب المستوى التعليمي للأهل ، والوقت والجهد الذي يبذلوه معهم ، وهذا سوف نفصله في فصول لاحقة ، ولكن الآن سنركّز على أهمية التعلم مدى الحياة ، وأهميته بشكل رئيس للبالغين.

سأله أحدهم أحمد بن حنبل رحمه الله: إلى متى سوف تستمر في طلب العلم وقد أصبحت إماماً للمسلمين وعالماً كبيراً؟

فقال له (مع المخبرة إلى المقبرة) ويعني بذلك أنه سيستمر في طلب العلم إلى أن يموت ويدخل القبر.

أولاً: التعلم مدى الحياة أكثر أهمية مما تعتقد
هناك نوعان من الناس النوع الأول يمكنك من خلال النظر إليه أن تعرف في أي نقطة تجمّد.

قد يكون شخصية لطيفة للغاية ، لكنك تعلم أنك لا تتوقع المزيد من المفاجآت. بينما النوع الآخر، يستمر في التحرك، يتغيّر، وهذا لا يعني أنهم غير مستقررين ، ولكنهم استمروا في المضي قدما إلى الأمام، وإجراء تجارب جديدة مع الحياة ، وحركتهم تستمر طيلة حياتهم ، وهم الوحيدون الذين ما زالوا على قيد الحياة.
وقد سُئل أحمد بن حنبل رضي الله عنه، إلـ

فيما يلي خمسة أسباب وجيهة لتكون متعلماً مدى الحياة:

1- سيساعدك التعلم مدى الحياة على تنمية الرؤية
يواجه بعض الناس مأزقاً كبيراً ، وهو أنهم لا يعرفون حقاً الطريقة التي يريدون الذهاب إليها في الحياة ، لذا فهم يتجلبون بلا هدف وسرعان ما يصبحون راكدين وعديمو الجدوى.

حل هذه المشكلة هو رؤية جديدة ، والرؤية هي صورة مستقبل أفضل من الحاضر. إنه تصوير واضح وموثوق لغد أفضل.

تحننا الرؤية الاتجاه وتحفزنا على السعي وراء واقع أفضل.

لكن من أين تأتي الرؤية؟ ما هي البيئة المثلثي التي تولد فيها الرؤية؟
الرؤية تفضل عقلاً متفاعلاً ومستنيراً. غالباً ما يتم العثور عليه "على طول الطريق" في رحلة فضولية دائمة التوسيع. عندما ننخرط في لقاءات جديدة، نرى أشياء لا نراها عادة، ونبداً في تصور فرص جديدة.

غالباً ما تتشكل الرؤية كتجميع لأجزاء مختلفة وغير مرتبطة.

سأل أحظ شيئاً ما في المتحف، وأقرأ فكرة في مجلة، وأسمع شيئاً في محادثة ؟ ثم هناك لحظة تتحدد فيها الأجزاء غير المرتبطة سابقاً في كيان جديد. إنها تجربة رائعة، أصبحت ممكنة من خلال عيش حياة تتعرض باستمرار لمفردات فكرية متعددة.

2- التعلم مدى الحياة سيبيك على اطلاع دائم.

في القرون السابقة كانت الحياة تسير على وتيرة واحدة بدون تغيير يذكر لقرون، ولكن هذه الأيام التغيير يحدث كل يوم ، سواء في مجال العلوم والتكنولوجيا ، أو التغيرات السياسية ، أو تغيير الأفكار والمبادئ ، وهناك غزو من جميع الجهات يطال كل جوانب حياتنا ، وهذا يجب أن تكون على إطلاع على ما يحدث ، ونكون قادرين على التعامل معه لحماية أنفسنا وأبنائنا ، وهذا المعدل السريع للتغيير يجعل التعلم مدى الحياة أمراً ضرورياً ، لأنك إذا لم تكن تنمو وتتعلم ، فسوف تصبح سريعاً قدماً ، وعفا عليك الزمن ، وهذه بعض المعلومات التي أوردها كتاب أمريكي طبع عام 2015 ، أي قبل 6 سنوات من الآن ، وهو يقول: أترد في الاستشهاد بالبيانات التالية لأنها أصبحت قدية حتى عندما كتبتها. لكن ركز على الآثار المترتبة على كل عبارة ، مدركاً أن الحقائق المحددة تتغير باستمرار ، وكمية المعرفة تتسع باطراد.

□ يتم نشر 3000 كتاب يومياً.

□ جميع العلماء والمهندسين الذين عاشوا على الأرض عبر التاريخ ، 80٪ منهم على قيد الحياة اليوم.

□ يقول المدير التنفيذي في Google إننا نقوم الآن بإنشاء قدر كبير من البيانات كل يومين يعادل ما فعله البشر منذ فجر التاريخ حتى عام 2003.

□ يوجد قدر أكبر من المعرفة في عدد عطلة نهاية الأسبوع في صحيفة نيويورك تايمز ، أكثر من كل المعرفة التي كان يصل إليها الشخص العادي في حياته كلها في القرن التاسع عشر.

□ سيتم إنشاء 1.5 إكسا بايت من المعلومات هذا العام. (تعني البايضة exa مiliار مiliar). وهذا أكثر مما تم إنشاؤه في 5000 سنة الماضية.

أمريكا كذبة كبيرة..

يقول هذا الكاتب الأمريكي:

تواجه الولايات المتحدة تحديات في دورها كقائد عالمية.

لدى كل من الصين والهند طلاب متفوقون أكثر من الولايات المتحدة.

الولايات المتحدة تحتل المرتبة 20 في العالم من حيث انتشار النطاق العريض للإنترنت.

تتضمن الصين قريباً متحدثين باللغة الإنجليزية بين سكانها أكثر من أي دولة أخرى في العالم.

تتحل الولايات المتحدة الآن المرتبة 25 في الرياضيات ، والمرتبة 17 في العلوم ، والمرتبة 14 في القراءة من بين 34 دولة تضم منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD)

وفي كل مجال من مجالات الحياة ، يتم رفع المستوى. وأفضل ما في الأمس هو المعيار السائد اليوم ، وستصبح القاعدة السائدة اليوم دون المستوى قريباً، سيجد الأفراد والمؤسسات أن المنافسة صعبة بشكل متزايد، ويستحيل البقاء على قيد الحياة إذا لم يبقوا جدداً باستمرار. سيأتي النجاح المستمر من التعلم المستمر. لـ

3. الميل مدى الحياة سيجعلك أكثر قابلية للتوظيف.

³ في 1987 اشتريت حاسوباً كان الأحدث في وقتها، قرص صلب 4 جيجا بايت، وسرعته 222 وخلال سنوات قليلة صار مجرد خردة، والآن تشتري ذاكرة Flash Memory بحجم الإظفر، سعتها أضعاف ذلك القرص الصلب.

⁴ لغرض إيجاد فرص عمل يمكن الرجوع لكتابي "التدريب الذاتي"

قال أبراهم لينكولن الرئيس الأمريكي الأسبق: "إذا كان لدى ست ساعات لقطع شجرة ، كنت سأقضي ساعتين في شحذ الفأس".

ويذكرنا بيانه ب مدى أهمية الحفاظ على دقة الأدوات التي نؤدي بها عملنا . وفي القرن الحادي والعشرين، معظمنا الوظائف المهمة في البلاد المتقدمة مرتبطة بالمعرفة ، وهذا يعني أن "فأسنا" هو أذهاننا.

وتتراوح "مدة صلاحية" معظم المعارف التقنية من 12 إلى 18 شهراً؛ بعد ذلك تصبح قديمة جداً بحيث لا يمكن اعتباره متطورة ، ولكي تكون فعالين في القوى العاملة ، يجب أن نبني أذهاننا حادة.

4-سيقيك التعلم مدى الحياة متعددًا وجذاباً.

عندما أقابل شخصاً ما لأول مرة ، يستغرق الأمر حوالي 20 دقيقة فقط من المحادثة لتحديد ما إذا كانت حياته أو حياتها قديمة أو حديثة.

إن أعراض الحياة الضامرة واضحة: الفضول الباهت ، والرؤبة المتعبة ، والمفردات غير الخيالية ، والقصص القديمة المستخدمة بشكل مفرط ، والوتيرة البطيئة الضعيفة.

قد يتم وصف الأشخاص الذين ضغطوا على زر الإيقاف المؤقت في تطورهم الشخصي يوماً ما من خلال شاهد القبر الوهمي الذي ينص على ما يلي: "مات في سن 45؛ العمر المدون 70." ، وبصراحة ، هؤلاء الناس غير مهتمين وبلا حياة.

لكن الأشخاص الذين هم على قيد الحياة بالكامل ، وحاضرون ، ومنخرطون بشكل حيوي في الحياة ، من المثير للاهتمام أن يكونوا معهم ، ولديهم ما يساهمون به في الحياة وال العلاقات ، التعلم مدى الحياة يحافظ على العلاقات الممتعة والمتناهية.

5. التعلم مدى الحياة ممتع.

⁵ على خطني عدة كتب في علوم البيانات ، مثل هندسة البيانات ، التنقيب في البيانات ، برمجة البيانات.

السبب الرئيسي في أننا يجب أن نكون متعلمين مدى الحياة هو الفرح المطلق به. العالم مكان رائع يوفر مجالات لا حصر لها لاختبارها واستكشافها.

تسارع أذهاننا وتنخرط فيها وتكافأ عندما نفكر في عجائب خلق الله وما ثر الإِنسان. تمنّنا شبكة الويب العالمية وصولاً فورياً وحديثاً إلى معظم معرفة في العالم. باستخدام جهاز الكمبيوتر الخاص بك ، يمكنك زيارة أي مكان والتحقيق في أي فكرة ، والقيام بذلك سيجعل خيالك ويعذّي عقلك.

لقد تجاوزت الستون عاماً، ولكنني أعمل أفضل من فترة شبابي ، لأنّي عندى خبرة أكثر ، وقت أقل ، ولهذا أحاول أن أستثمر وقتي بأفضل ما يمكن ، لأنّي على خطّي كتب كثيرة أتمنى أن أكمل تأليفها قبل أن أموت ، ومع كل كتاب علم جديد ، وخبرات جديدة ، وباختصار ، عالم رائع جديد.

قائمة جرد التعلم مدى الحياة الخاص بك:

خصص بعض دقائق للرد على التقييم التشخيصي التالي. كن صريحاً وصادقاً:

1. ضع قائمة بالكتب التي قرأتها في الأشهر الستة الماضية.
 2. ما هي أبعد مسافة سافرت إليها من المنزل في حياتك؟ في الـ 24 شهراً الماضية؟
 3. من هم الموجهون الخاصون بك ، سواء الموجهين البعيدين (الأشخاص الذين تحترمهم ولكن لا تعرفهم شخصياً) والموجهون الشخصيون (الأشخاص الذين تتفاعل معهم على أساس ثابت ومتعمد)؟
 4. صف آخر مرة فشلت فيها.
 5. ما هي مجالات الحياة التي تثير فضولك حالياً؟
 6. ما الكلمات التي أضفتها مؤخراً إلى مفرداتك؟
 7. ما الذي تعلنته مؤخراً وغير طريقة تفكيرك و / أو سلوكك؟
 8. ما الذي حفظته مؤخراً؟
- احتفظ بإجاباتك ، سنتناول كل من هذه القضايا في الأبواب التالية.

ثانياً: أحد عشر شرطاً أساسياً للتعلم مدى الحياة

فيما لي أحد عشر اقتراحًا من شأنها أن تعزز قدرتك على التعلم.

1. اعتماد نهج شامل للتعلم.

نحن كائنات متعددة الأبعاد، لذلك نتبني نهجاً متعدد الأبعاد للتعلم مدى الحياة. العزم على النمو والتطور فكريًا وعاطفيًا وعلاقيًّا^٦ ومهنيًا وروحياً وجسديًا.

جميع المجالات الستة مهمة ومتراقبة؛ إهمال أحدهم سيؤثر على الآخرين ، وتنمية المرء سيعزز الآخرين. بعبارة أخرى ، ستؤثر رفاهيتك العاطفية على الرفاه الروحي الذي سيؤثر على علاقاتك. سلامتك الجسدية تؤثر على جميع المجالات. على سبيل المثال ، أمارس الرياضة ثلاثة مرات في الأسبوع ، مرة واحدة للإرهاق. لا أستمتع بفعل ذلك ، لكنني دائمًا سعيد لأنني فعلت ذلك. أمارس الرياضة للحفاظ على شكل جسمي بحيث يعزز ، لا يعيق ، نشاطي عقلي. أنا أكافح بكل قدراتي الجسدية حتى أعمل من أجل عوالم الوعي الأعلى والأكثر أهمية.

2. تنمية العقل المستفسر. كن فضولي:

يقول الإمام الشافعي رحمه الله :

كلما أدبني الدهر ... أراني نقص عقلي

وإذا ما ازدلت علمًا ... زادني علمًا بجهلي

وقال ألبرت أينشتاين ذات مرة، "ليس لدى موهبة خاصة. أنا فقط فضولي بشغف".

أعتقد أنه كان متواضعاً في الجملة الأولى، لكن لاحظ تركيزه على الفضول في العبارة

الثانية. العقل الفضولي المستفسر مرن، حريص، لا يشبع.

⁶ علاقيًّا : مصطلح يصف علاقاتك، مثل العلاقات العاطفية، وعلاقات العمل، والصداقات.

تحدث ويل دبورانت عن هذا الفضول الفكري: "منذ ستين عاماً كنت أعرف كل شيء؛ الآن لا أعرف شيئاً. التعليم هو الاكتشاف التدريجي لجهلنا بها." ينحنا الفضول شهية لتشبع للتعلم والنمو.

"رالف والدو إيمeson" ٧ كان يرحب بأصدقائه بالسؤال : "ما الذي أصبح واضحاً لك أكثر، منذ أن التقينا آخر مرة؟" كان إيمeson يدعو الآخرين لمشاركة ما استجد لديهم حول ما كانوا يفكرون فيه. وكان سؤاله أيضاً اختياراً دقيقاً، لماذا لو لم يكن لدى الشخص إجابة حقيقة على هذا السؤال؟

ماذا لو لم يكن هناك شيئاً واضحاً؟ يفترض سؤاله وجود عقل مستفسر وفضولي، يعمل باستمرار على تطوير أفكار وأراء متعددة.

أعتقد أن إيمeson كان يتوقع أيضاً المعاملة بالمثل في المحادثة، وسيكون لديه الفرصة لمشاركة ما كان يفكر فيه.

إذا اقترب منك شخص ما بشكل غير متوقع وسألتك: "ما الذي أصبح أكثر وضوحاً لك منذ آخر لقاء لنا؟"

هل سيكون لديك إجابة جاهزة ترغب في مناقشتها؟ يجب أن نقوم دائماً بتدليل ورعاية الخواطر والأفكار المختلفة. يجب أن تكون عقولنا حاضنة لتطوير الأفكار.

على مدار الحياة ، يجب أن نستمتع بآلاف الأفكار التي تتضح تدريجياً ولكن باستمرار. الفضول هو الذي يحدد الذي يجب أن نهتم به ونرعاه ، ومن خلال الفضول نكشف عن أشياء جديدة نحبها ونتابعها.

⁷ رالف والدو إمرسون (1803-1882) (بالإنجليزية: Ralph Waldo Emerson) ، كاتب مقالاتٍ ومحاضرٍ وفيلسوفٍ وشاعرٍ أمريكيٌّ،

3. كن على استعداد لدفع ثمن النمو.

هناك العديد من "التكاليف" التي ينطوي عليها كونك متعلماً مدى الحياة. أحدهما يتعلق بالبيئة التي نحن فيها.

هناك نوع من الأسماك - الكارب الياباني ، المعروف باسم KOI - ينمو في الحجم فقط بما يتناسب مع حجم الماء الموجود فيه.

عند وضعه في حوض مائي صغير، ستنمو السمكة 5-7 سنتيمتر، وإذا تم وضعه في جسم مائي أكبر، فسوف ينمو إلى 25 سنتيمتر، عند وضعها في بحيرة كبيرة، يمكن أن تصل إلى حجمها الكامل إلى متر.

بطريقة مماثلة، يمكن ليبيتك أن تمنع وتحد من نموك وتطورك الشخصي. قد تكون هذه هي الوظيفة التي تعمل فيها - على الرغم من أنك قد تشعر بالأمان والعمل مقبول، إلا أنك عالق في بيئه مخدرة للعقل، وقد يكون المكان الذي تعيش فيه - فالعقلية العنصرية خانقة. قد يكون الأصدقاء الذين تربطك بهم محبطين - فقد تحتاج إلى مجموعة أكثر نشاطاً من الناحية الفكرية.

لكن البيئة المناسبة يمكن أن تحفز نموك وتساعدك على الوصول إلى إمكاناتك. لحسن الحظ، قد يكون لديك سيطرة على بعض أبعاد الحياة هذه: اختيار مكان عملك، يمكنك الانتقال إلى مدينة تلهمك، اختيار أصدقاء يدونك.

لا تقلل من شأن الشجاعة التي يتطلبه الأمر لتغيير البيئات والجهد اللازم للتكييف والازدهار في بيئه جديدة. يمكن أن يكون خطيراً وصعباً. قد تفشل حتى. لكن الأمر يستحق المخاطرة والجهد. الحياة أقصر من أن تصفع؛ إنها ليست بروفة ، وهي الوحيدة التي تحصل عليها. □

التكلفة الأخرى المرتبطة بالتعلم مدى الحياة هي الوقت والطاقة والموارد المالية المطلوبة.

□ ماذا تفعل بوقت فراغك ، مشاهدة التلفزيون أو قراءة كتاب؟

هل تذهب للتسوق لشراء أشياء لا تحتاجها حقاً أو تأخذ كتاباً للدورة التدريبية؟

هل تذهب للتسوق لشراء أشياء لا تحتاجها حقاً أو تأخذ دورة في مركز تدريب محلي؟

إن كيفية استخدامك لوقت فراغك ، أمر مهم للغاية ومؤشر كبير على النجاح .
□ ماذا تفعل بأموالك الفائضة ، هل ستتفق أموالك على أحدث / أفضل الأدوات أم في رحلة سياحية / ثقافية ؟

ستؤثر اختياراتك وأولوياتك في الحياة في النهاية وتشكل من أنت .
إن عقلك ، وليس الظروف ، هو الذي يحدد نوعية حياتك ، عقلك هو أساس كل شيء تختبره ، وكل مساهمة تقدمها في حياة الآخرين ، وبالنظر إلى هذه الحقيقة ، من المنطقي تدريب هذا العقل " ، سام هاريس
هل قبلت المسؤولية عن نموك الشخصي ؟
هل لديك خطة واضحة وعملية لهذا المجال من حياتك ؟
نموك الشخصي ليس من مسؤولية قسم الموارد البشرية حيث تعمل . لن يخبرك أحد على فعل ذلك ؛ ضع خطتك الخاصة .

5. تعلم التوقع والتفكير.
" التجارب ليست حقاً لك حتى تفكير فيها ، وتحللها ، وتفحصها ، وتشكك فيها ، وتفكر فيها ، وفهمها في النهاية ". - وارين بنيس ⁸

-توقع - قبل أن تختبر شيئاً ما ، فكر فيما أنت على وشك القيام به . لماذا تفعل ذلك ؟ ما الذي تمنى إنجازه ؟
يساعدنا التوقع على فهم سياق العمل حتى نتمكن من تعظيم الخبرات .
تأمل - بعد تجربة شيء ما ، فكر في ما حدث .
ماذا تعلمت ؟ كيف يجب أن أتابع الموضوع ؟
يساعدنا التفكير على فهم التجارب

⁸ يمكن الرجوع لكتبي الورقية في التفكير ، كما يمكن تنزيل نسخ مختصرة من هذه الكتب من الإنترنت ، من مواقع مثل صيد الفوائد ، وغيرها

مفهوم 10/60

تشير هذه الفكرة إلى أنه في جميع تجارب الحياة ، يجب عليك تكريس ، أو تحصيص ، نسبة معينة من وقتك لثلاثة عناصر:

التوقع (ربما 10٪) .. قبل التجربة

والتجربة الفعلية (ربما 60٪)

والتفكير التأملي (ربما 30٪) .. بعد التجربة

يمكن تعديل النسب المئوية للأنشطة المختلفة.

على سبيل المثال:

عند قراءة كتاب - اقض بعض دقائق في توقع ما تأمل أن تتعلم من الكتاب، اقرأ الكتاب ، ثم فكر فيما تعلمته. قد تكون هذه الحصة 5/60 .35

قبل موعد العمل - فكر فيما تأمل في تحقيقه في الاجتماع ، وعقد الاجتماع ، ثم فكر فيما حدث وخطوات العمل التالية. قد تكون هذه النسب 20/65 .15

قبل الإجازة - ابحث عن المكان الذي ستذهب إليه ، ورحلة سعيدة ، وفي نهاية كل يوم قم بتدوين أفكارك حول تجربتك. قد تكون هذه النسب 20/70 .10

"لا تشکوا أبداً في أن مجموعة صغيرة من المواطنين الملتزمين والواعين يمكن أن تغير العالم. في الواقع ، وربما هذه الطريقة الوحيدة المتاحة للتغيير " وسوف يتعزز تعلمك بشكل كبير إذا خصصت حتى قدرًا صغيرًا من الوقت لكل من التوقع والتفكير .

6. سجل أفكارك.

احفظ بفكرة تكتب فيها الأفكار المهمة. هذه ليست يوميات تسجل فيها سجلك ، وليس منظماً شخصياً حيث تحتفظ بقائمة مهامك. إنها مجلة فكرية تسجل فيها ما تتعلمها وما يصبح أكثر وضوحاً بالنسبة لك ، وهذه الأيام يمكن تسجيلها على هاتفك

بشكل نص أو ملف صوتي أو فيديو، ولكن الفعل المادي للكتابة مهم. يقال إن تدوين شيء ما يعادل سماعه ست مرات. يقول ستيفن كوفي ، "الكتابات تربط العقل الوعي والعقل الباطن. الكتابة هي نشاط عصبي عضلي مختار يطبع الدماغ حرفياً". الكتابة تساعدنا على تدوين أفكارنا. إن وضع الأفكار على الورق يجبرنا على التعبير عما تعلمنا ويزيد من قدرتنا على فهم وحفظ هذه الأفكار، ، وكما قال أحد المفكّرين: "الأفكار تفكك نفسها على الشفاه ومن خلال أطراف الأصابع."

7. اعتبر نفسك غير مكتمل

"كلنا مختلف فيما نعرفه ، لكن في الجهل اللامتناهي ، كلنا متساوون."، كارل بوب قليل من الأشياء ستعيق التعلم أكثر من الغطرسة الفكرية المصحوبة بإحساس زائف بمعرفة كل شيء. للأسف ، يعيش بعض الأشخاص كما لو أنهم بلغوا الحد الأقصى من التعلم .

بدلاً من ذلك ، يجب أن ننظر إلى أنفسنا على أنها غير مكتملين ، ويعتمد النهج السليم والصحيح للتعلم على التواضع العميق القائم على حقيقة أننا نعرف القليل جداً ونفهمه ، علماً أن الابتكار والإبداع والتعلم يحدث في عالم المجهول.

ويتحدا جون جاردنر بهذا الفكر:

"معظم الرجال والنساء يقضون حياتهم مستخدمين ما لا يزيد عن جزء صغير من الإمكانيات الموجودة بداخليهم."

ويشجعنا هيل وباركر وتيت على فحص تفكيرنا دائمًا: "يجب أن يصبح الاختبار المستمر لجودة تفكيرنا جزءاً أساسياً من كل عملية تحسين. تشمل الأسئلة الجيدة التي يجب طرحها:

□ في الأشهر الستة الماضية ، ما الذي غيرت رأيي بشأنه؟

□ ما الذي تعلّمته هذا الشهر ، والذي يجعل أفعالي الشهر الماضي أقل فعالية؟ ، أي ما الذي تعلّمته هذا الشهر وجعلني أندم على أفعال قمت بها في السابق ، وخاصة في الشهر السابق؟

□ ماذا عن عقلتي الحالية التي أجد نفسي أتساءل عنها مؤخراً؟ هل كل قناعاتي صحيحة؟ أم أن عليّ إعادة التفكير بها؟

□ الذين اعرفهم ويفكرون بطريقة مختلفة تماماً عما أفعله ، ما الذي تعلّمته منهم مؤخراً؟

8. لا تبالغ في تقدير قدراتك.

بعض الناس يحقق بعض النجاح ، فيطمع ويتوسّع أكثر بكثير من قدراته ، ويفشل ، يجب أن تكون طموحاً ، ولكن هناك طموح يعتمد عليك فقط ، لأن يكون طموحك أن تكون شاعراً أو رسّاماً ، ولكن هناك طموحات تتطلب معايير ليست ملكك ، لأن يكون طموحك أن تكون لاعباً مشهوراً ، وجسمك لا يصلح لهذا الغرض ، أو أنك تريد أن تكون رجل أعمال ثري ، ولا تملك المال ، في هذه الحالة إذا اعتمدت على القروض ستورّط نفسك من البداية ، وقد تكون نهايتك السجن ، ولهذا ، عندما لا تكون الخيوط كلها بيدهك ، يجب أن تنمو تدريجياً حسب قدراتك ، وتستفيد من الفرص التي قد تتاح لك لنمو سريع.

9. تطوير قاعدة المغذيات الفكرية الشخصية الخاصة بك.

بشكل منتظم ، تحتاج إلى الاستمتاع بالمصادر التي أثبتت جدواها والتي توفر "غذاءً للتفكير".
تحتاج إلى تحديد واستخدام قاعدة المغذيات الفكرية الشخصية التي توفر مصدرًا ثابتاً للأفكار المهمة.

قد تشمل قاعدة المغذيات الفكرية:

- قراءة القرآن الكريم وكتب الحديث.

- قراءة كتب في المواضيع التي تهمي.
- نقاش في المواضيع مهمة مع أصدقائي على الفيسبوك.
- جلسات نقاش علمي مع أصدقاء متخصصين في مجالات مختلفة.

10. اكتشف وابسط أسلوب التعلم الشخصي الخاص بك أين موقعك على الخريطة؟

لا أقصد المكان الذي تقف فيه، فكلنا لدينا تطبيق الخرائط، ونرسل خريطة الموقع (Location) لكل زائر جديد لنا، ولكنني أقصد، أين هو مكانك أنت في هذا العالم، أو كما نقول، ما هو موقعك من الإعراب؟

"إياك أن يكون "مني للمجهول"

عليك أن تبحث بنفسك، عن نفسك، وتحدد موقعك، وأين تريد أن تصل، وتباحث عن أيسر طريق للوصول إلى ذلك الموقع، وبالتأكيد فإن خرائط جوجل لن تنفعك هنا.
كيف تتعلم بشكل أفضل؟
متى وأين تتعلم بشكل أفضل؟

كل واحد منا لديه أسلوب التعلم الأمثل بشكل فريد. قد يستغرق الأمر عدة سنوات لتجربة خيارات مختلفة والعثور على الأفضل بالنسبة لك.

إليك أفضل ما يناسبني، بالنسبة لبيئتي التعليمية المثلثي:

أتعلم بشكل أفضل في بيئة هادئة. أنا لا أقرأ أو أفكر أو أحافظ جيداً في مكان صاحب.

مساحة التعلم الأكثر إنتاجية لدى هي في المنزل.

حتى أقوم بعملي في التأليف أحتاج للوصول إلى مستوى عال جداً من الأداء والصبر، وهذا لا أصل له بسهولة، ولكن إن وصلت له أحافظ عليه وأتقنّ به، حتى

يأت شيء أقوى مني، مثل المرض، عندها سأبدأ من جديد

ليس لدى وقت مثالي من اليوم للعمل فيه بشكل أفضل؛ يمكنني العمل في أي وقت.

□ عندما أشعر بالتعب أو الضيق، أجلس مع زوجي، ألعب مع أطفال العائلة الصغار، اذهب في رحلة للطبيعة، أجلس مع صديق نتناقش في موضوع يهمنا، وأكثر شيء يخفف الإجهاد هو السباحة.

□ لا أشارك في المناسبات الاجتماعية إلا في أضيق الحدود ولو قت قصير جداً، وأغراض البيت أشتريها من أول الشهر وتبقى أشياء قليلة أشتريها من محلات القرية.
□ عندي حساب على الفيسبوك ولدي أصدقاء رائعين، نشارك الأفكار والابتسamas.

وخصوص مهارات المطالعة والقراءة السريعة يمكن قراءة كتي:

- مهارات القراءة من أجل المعرفة وما وراء المعرفة
- القراءة السريعة والقراءة التصويرية

11. تأمل في العدسة التي ترى العالم من خلالها، قد تحتاج لتغييرها، تنظيفها، كسرها.
"يجب أن ننظر إلى العدسة التي نرى العالم من خلالها، وكذلك إلى العالم الذي نراه، لأن العدسة نفسها تشكل كيف نفسر العالم." ستيفن كوفي



يقول عالم النفس بريان ليتل: "إذا كان لديك نظام بناء يتمحور بشكل أساسي حول بنية أساسية واحدة، فهذا يعني أن لديك مساحة صغيرة للمناورة ، وعندما يتم تحدي هذا البناء يكون لديك درجات محدودة من الحرية في التเคลل في عالمك".

مثلا، شخص هوايته الوحيدة ممارسة لعبة رياضية، ولكن بعد أن كبر في السن لم يعد قادرًا على اللعب، وإن لم يفكّر في الخروج من العدسة الضيقة التي ينظر فيها للعالم، ولا تسمح له إلا برأوية لعبته سوف يفشل، ويصل للإحباط، ولكن لو نظر للعالم بنظرة جديدة، يمكن أن يختار هوایة أخرى تناسبه، مثل زراعة نباتات زينة، تربية طيور، المطالعة، تسجيل خبرته في اللعبة بشكل كتاب أو نشرها بشكل لقطات فيديو.

وهذه قصة من حياتي، ومن يريد أن يعرف أكثر عن حياتي، يمكنه قراءة روايتي، الفينيق وبيت العنكبوت، وهي منشورة ورقياً، ورقمياً (مجاناً) وهي تقدم مثلاً لإعادة النظر للعالم بعين جديدة:

رف الحمام والحمام بلدي..

لقد عشت 31 عام بجسم طفل عمره 5 أعوام، صحيح أني كتبت أشعاراً رومانسية، ولكنني مجرد كلمات شاعر يخفي مشاعره.

قبل إكمال علاجي بقليل دفعني الطبيب وقال لي إذهب وتزوج، كنت ما زلت بريئاً، ساذجاً، أنظر للعالم بنظرة طفولية، يفرضها علي جسمي الطفولي، ولا يشفع لي عقلي الناضج.

ذهبت لمدرسة بنات ثانوية لعمل ما، وخرجنا مع خروج الطالبات، وكان السائق يضع أغنية: "رف الحمام والحمام بلدي..".

قتلت له بكل براءة: هل هذه الأغنية عن الحمام البلدي الذي نأكله؟

نظر نحوي وابتسم مبكر، وأشار إلى رف البنات الذي أمامنا، وقال: بل هذا!

بعدها بقليل، وعندما ملكت جسم بالغ، بدأت انصب شبابي، ولم تمر أسبوعاً إلا وقد أوقعت بالعصفورة خاصتي، وعاد السائق يضع أغنية:

"طلّو طلّو الصيادي وسلامن يلمع
في عصفورة لونا رمادي تطير وتدلّع
من وادي لوادي وما قدروا عليها الصيادي"

في وقت مبكر من الحياة ، تم تصنيع عدساتنا من قبل عائلتنا الأصلية وبيئتنا المحلية.

والحقيقة الأبرز هي أننا ورثنا مجموعتنا الأولى من النظارات.
هل سبق لك أن قمت بتحليل وانتقاد العدسات التي ترى العالم من خلاها؟
إنه شيء مهم للقيام به ، لأن القيام بذلك قد:

- يسبب لك التغيير
- يعمل على ترسيخ وجهة نظرك
- يساعدك على فهم الآخرين
- يشجعك على احتضان التنوع
- يكون ترياقاً للامبالاة الفكرية

هذا النوع من التحليل ليس لضعف القلوب ، ولكنه ضروري إذا كنت تريد تحرير عقلك من القيود الجامدة.

ولتوثيق معلوماتك وخبراتك ووجهات نظرك الجديدة ، يمكن أن تجعل لنفسك أثنتين من السجلات أو القواميس ، ويقول أحد الكتاب الذين ترجمت بعضها من كتبهم:

القاموس الشخصي

عندما أسمع أو أقرأ عبارة أو كلمة لست على دراية بها ، أدخلها في قاموسي المخصص. من الواضح أن هذه القائمة لا تتضمن كل الكلمات التي أعرفها ، إنها تسرد فقط الكلمات الجديدة التي أتعلمها. يمكنك إعداد ملف في Apple Microsoft Excel أو Numbers والذي سيقوم تلقائياً بترتيب إدخالاتك أبجدياً. لدي أيضاً عمود لتسجيل كيفية استخدام الكلمة لأول مرة في محادثة.

خطوط تواريخ يجب تذكرها:

عندما أقرأ أو أسمع عن حدث تاريخي ، أقوم بإضافته إلى خطوط التسلسل الزمني المخصص الخاص بي. أسجل أيضاً كيف أصبح هذا التاريخ مثيراً للاهتمام؛ ربما قرأت كتاباً عنه أو سمعت عنه في رحلاتي. احتفظ أيضاً بهذا التسلسل الزمني في ملف حاسوبي ، جداول ، أو قواعد بيانات ، وسيقوم تلقائياً بترتيب التواريخ بترتيب

تصاعدي، على الرغم من أنه يتبع على الاحتفاظ بملفين ، أحدهما لتواريخ ميلادي والآخر قبل الميلاد. تواريХ.

وأخيرا ، عندما ننخرط باستمرار في التعلم مدى الحياة ، سنكون مختلفين قليلاً وأفضل

ثالثا: التعلم مدى الحياة هو أكثر قابلية للتنفيذ مما تعتقد / 10 إجراءات من شأنها أن تعزز تعلمك

حسن الحظ، يمكن الوصول بسهولة إلى التعلم مدى الحياة ويمكن تحقيقه تماماً. ليس الأمر كما لو أنك ستضطر إلى تولي وظيفة ثانية أو تغيير مهنتك. سوف يتناسب بسهولة مع حياتك وروتينك الحالين ، وما عليك سوى تطوير بعض العادات الجديدة وستبدأ في جني نتائج إيجابية بسرعة.

ناقشنا في الجزء الثاني 11 متطلباً أساسياً للتعلم مدى الحياة ، والآن دعونا نفكر في كيفية القيام بذلك.

فيما يلي 10 استراتيجيات واضحة من شأنها أن تعزز تعلمك:

1. متابعة تعليم واسع.

كثير من الناس يقتصرن عليهم وراء المعرفة على مجال أو موضوع واحد ضيق - عادة مهنتهم. في حين أنه من المهم مواكبة التطورات المهنية ، فمن الأفضل إتباع نهج واسع للتعلم.

إذا كنت مهندساً معمارياً ، فكن جيداً في ما تفعله وابق على اطلاع دائم في مجالك، ولكن أيضاً ادرس التصميم، وتاريخ الفن، أو البستنة، أو برامج الكمبيوتر التي تفيدك سواء في الحسابات أو التصميم أو الرسم، ويمكن أيضاً تعلم الخرائط الذهنية وتثبيق في هذا المجال تستخدمه في مكتبك ، كما يمكن أن تدرس عن الخدمات الجديدة في البناء وطرق البناء التقليدية لدى الشعوب المختلفة ، وعلاقة البناء مع الطبيعة ، وتوفير الماء والطاقة ، كما يمكن أن تقرأ كتاب عن تحليل الشخصية والفراسة ، لتعرف شخصية زبونك ، وهذا يساعدك في تصميم بناء أنساب له ، وغير ذلك الكثير.

ستجعلك دراسة العديد من الموضوعات المختلفة في الواقع محتفًا أفضل لأنها ستجعلك شخصًا أفضل.

يقول فيراتزي: "تؤدي التجارب المختلفة إلى ظهور أدوات مختلفة. خذ فضولًا عميقًا وغير محدود حول أشياء خارج مهنتك."

2. اقرأ.

أحد الأشياء الرائعة في الحياة هو أنه يمكن سد أي فجوات في تعليمك، مهما كان عمرك أو وضعك، من خلال القراءة والتفكير في ما تقرأ.

هل أنت في أي من المجموعات التالية؟

33٪ من خريجي المدارس الثانوية في الولايات المتحدة لم يقرؤوا كتابًا أبداً بعد المدرسة الثانوية.

42٪ من طلاب الجامعة لم يقرؤوا كتابًا آخر بعد التخرج.

80٪ من العائلات الأمريكية لم تشتري كتاباً العام الماضي.

70٪ من البالغين لم يكونوا في محل لبيع الكتب أو طلبوا كتاباً عبر الإنترنت في السنوات الخمس الماضية.

[المصدر: Statisticbrain.com]

أتمنى ألا تكون مثلاً في هذه الإحصائيات، ولكن، متى كانت آخر مرة قرأت فيها كتاباً مثيراً للاهتمام يغذي عقلك ويضيف قيمة إلى حياتك؟

الفائدة المحتملة من القراءة بانتظام مذهلة. إذا كنت تقرأ 60 دقيقة في اليوم، يمكنك قراءة كتاب واحد في الأسبوع، وأربعة كتب في الشهر، و 52 كتاباً في السنة، و 520 كتاباً في 10 سنوات. هذا من شأنه أن يغير حياتك.

إذا قرأت 520 كتاباً ، في عالم يقرأ فيه الشخص العادي أقل من كتاب سنويًا ، فإنك ستتطور ميزة حاسمة في الحياة.

اقرأ على نطاق واسع وفكّر بعمق. اقرأ كما لو أن حياتك تعتمد عليها.

وحتى نضمن إكساب أبنائنا حب القراءة والمحافظة عليها طيلة حياتهم، يجب أن نرسيخ فيهم هذه العادة من الصغر.

ولكن لماذا القراءة مهمة هذه الدرجة؟

تعد القراءة مهمة في حياة الأطفال، فهي من أهم الوسائل الضرورية لتنمية القدرة اللغوية والفكرية والوجدانية لديهم.

- 1- تعد القراءة دور فعال وحيوي في حياة الأطفال وتحديداً القراءة الصامتة، والتي تختلف تماماً عن القراءة الجهرية لأنها تعتمد تماماً على حاسة السمع.
- 2- تساعد القراءة على إعمال العقل وسرعة عملية فهم المادة المقرؤة، والاستقلالية، والاعتماد على الذات.
- 3- تساعد هواية القراءة في فتح الكثير من أبواب الثقافة والمعرفة سواء كانت دينية أو علمية أو أدبية أو اجتماعية.
- 4- تتحقق مهارة القراءة للأطفال الترفيه والتسلية والمتعة، هذا بجانب إلى التعرف على خبرات وتجارب الآخرين في المجالات المختلفة.
- 5- تنمية مهارة القراءة للأطفال تساعدهم أن يعيشون بحياتهم ويستخدمون عقولهم ويكسبون مجموعة كبيرة من الأفكار والسلوكيات والقيم.
- 6- تعليم الأطفال للقراءة في سن ما قبل المدرسة لا يستطيع أنه يقوم به الطفل بمفرده، حتى يصل إلى مرحلة القراءة دون مساعدة، يحتاج الأمر مجهود كبير وحيل كثيرة تبدأ منذ ولادة الطفل.

بعض الطرق لتنمية مهارة القراءة لدى الأطفال :

- 1- يجب إتباع روتين يومي قبل الذهاب للنوم للقراءة لطفلك بالسرير، حتى إن كان في سن صغير لا يسمح له بإدراك وفهم القصة بالكامل، فمع مرور الوقت سيعتاد على سماع نطق الحروف والكلمات وتقييزها.
- 2- أجعل المكان المخاط بالطفل محاط بالكتب الملونة، التي يوجد بها حروفًا والأرقام.

3- لابد من التوجه إلى أقرب مكتبة مع الطفل، وعمل جولة بين الكتب لبناء علاقة صداقة بينهما، واسمح له باختيار قصة يجب أن تحكيها له ليلاً.

4- الأسرة لها دور مهم في توجيه الأطفال نحو كل أنواع القراءات سواء كانت الأدبية أو الثقافية أو الدينية أو الاجتماعية أو الترفيهية وغيرها من القراءات المفيدة ومنها «القصص الإسلامية وقصص القرآن التي تتناول جوانب الخير والشر والصراع القوي بينهما، والسيرة النبوية وقصص الصحابة والخلفاء الرائدين وقصص الأنبياء، وقصص العلماء والناجحين».

3. الحفظ والاستظهار / التذكّر

المعرفة بدون ذاكرة غير مجده. لا يهم عدد الكتب التي قرأتها، أو الأفلام الوثائقية التي شاهدتها، أو المحاضرات التي سمعتها - إذا كنت لا تستطيع تذكر ما تعلمته، فهناك القليل من القيمة على المدى الطويل، ومن أجل أن تتعرض على أفضل الأساليب للحفظ، يمكن الرجوع لكتابي (*الذاكرة والتعلم / إستراتيجيات في الحفظ والاسترجاع السريع*)

4- السفر

يقول الشافعي:

تَعْرِبُ عَنِ الْأَوْطَانِ فِي طَلَبِ الْعُلَىٰ وَسَافِرْ فَقِي الْأَسْفَارِ خَمْسُ فَوَّايدٍ
تَفَرُّجُ هَمٌّ، وَأَكْتِسَابُ مَعِيشَةٍ وَعِلْمٌ، وَآذَابٌ، وَصُحْبَةٌ مَاجِدٌ

ومن الممتنع أن نستمتع بجهلنا، من خلال الإطلاع على أشياء جديدة لا نعرفها. وعندما أسافر لبلد لا أذهب للمولات والأسواق الحديثة، لأنها كلها متشابهة في جميع البلاد، بل أذهب للأسوق الشعبية وأختلط بالناس وأتحدى إليهم وأبني علاقات معهم. ويقول أحد الكتاب: "السفر قاتل للتحيز والتعصب الأعمى وضيق الأفق". والسفر يتبع لك أن تستمتع بجهلك!

هل يمكن الاستمتاع بالجهل؟

نعم، بل متعة لا توصف، وشغف في متنه الروعة، وأنا ابحث دائماً عن الجهل لأنستمتع به، وهذه بعض الأمثلة:

-عندما تزور مكاناً معروفاً لك يكون عندك علم مسبق بالأشياء التي ستراها وستتعامل معها، أما عندما تذهب لمكان جديد لم يسبق لك أن زرته، أي هو شيء مجهول بالنسبة لك تكون متوجباً لمعرفة ما ستري، ويكون كل شيء جديد ومثير ومحظوظ بالنسبة لك.

-عندما تأكل أطعمة تعرفها يختلف عن الوضع عندما تدعى ل الطعام لم يسبق لك أن تذوقه، ويكون هذا أكثر متعة عندما تتناول أطعمة غريبة في بلاد تزورها، فهي تعطيك معلومات ثرية عن ثقافة ذلك البلد ومنتجاته الزراعية.

ومضة الإلهام...

5. متابعة تنشيط العلاقات.

كن مقصوداً فيقضاء الوقت مع أفراد متفاعلين وحيويين، وكن متعمداً في حادثاتك معهم.

أنا لا أحب الجلسات الكبيرة التي يكون بها عدد كبير من الناس، وخاصة إن كانوا من مستويات ثقافية واهتمامات متنوعة، ستكون في أمور عامة عديمة الفائدة، وسيسيطر على الجلسة الأعلى صوتاً، ولكني أحب أن أجلس مع شخص أو اثنين فقط، من مستوى ثقافي متقارب، ونناقش في موضوع مهم في مجال اهتمامنا، وقد يكون لدى كلٌّ مثلكها الآخرون.

وحاول باستمرار توسيع شبكة علاقاتك مع أشخاص مميزين.

قبل سنوات نشرت على صفحتي على الفيسبوك سلسلة منشورات تحت عنوان (هؤلاء أصدقائي)، وهم أصدقاء في العالم الحقيقي من علماء ومخترعين وباحثين ومبرجين، وذوي خبرات مختلفة، وعندما أشعر بحاجة لاستشارة في موضوع ما، أستعرض قائمة أصدقائي وأتصل بالشخص الأقرب للموضوع الذي أعمل عليه، غالباً، أجد ما أحتاجه.

ولكن ، حتى تتحصل على أكبر فائدة ، عندما تلتقي بأشخاص مثيرين للاهتمام ، حاول أن يكون لديك جدول أعمال ، وقائمة بالأسئلة التي تريد طرحها ، حتى لا تفوتك الفرصة بمجرد الحديث عن قضايا عشوائية تافهة ، مثلا ، يمكنك أن تسأل:

ما هي أولوياتك في الحياة؟

كيف تحافظ على أداء عالي في عملك؟

ما الذي تعمل عليه حاليا؟

كيف تبقى عاطفيا و جديدا فكريأ؟

ما هي النصيحة التي يمكن أن تسديها لي بشأن ...؟

6. التعلم من النجاحات والفشل .

يقول بو برونوسون: "الفشل صعب لكن النجاح يمكن أن يكون أكثر خطورة. إذا كنت ناجحا في شيء الخطأ ، فإن مزيج الشأن والمآل والفرصة يمكن أن يجبرك إلى الأبد." وسئل أحد رجال الأعمال الناجحون ، عن مصدر خبرته ، فقال: بسبب المحاولات الناجحة.

قالوا له: وكيف جاءت هذه المحاولات الناجحة؟ فقال: من المحاولات الفاشلة.

وتوماس إديسون ، عن الألف محاولة لاختراع المصباح الكهربائي ، فقال: لم أفشل ، لقد وجدت للتو 10000 طريقة لن تعمل."

قال ونستون تشرشل: "النجاح هو القدرة على الانتقال من الفشل إلى الفشل".
الجهد الأخير لتحويل المعرفة إلى عمل ."

وتذكر أنه إن كنا خائفين من الفشل ، فلن تتحرك أبداً خارج منطقتنا الآمنة ، وفكّر في أن الفشل هو أحد الخيارات ، وهناك احتمالية لحدوثه .

عندما تفشل ، ابحث عن الأسباب وليس الأعذار. قم بتحليل ما حدث ، وحدد بعض الأسباب ، وتعلم ، واضبط ، والفشل غير مقبول إذا كان نتيجة الكسل أو سوء التخطيط أو سوء التنفيذ.

باختصار ، الفشل هو نوع من النجاح ، لأنه سوف يساعدك في اختيار طريقة أخرى للنجاح ، ويكشف لك بعض العوائق في الطريق لتبتعد عنها 😊 ..

هل تفشل بما فيه الكفاية؟

ومن جهة أخرى ، يجب أن تكون حريصين على عدم المبالغة في رد الفعل تجاه التجارب المؤلمة. الفشل واللحظات المحرجة والأحداث المؤذية ، إن لم نتعامل معها بشكل صحيح فسوف تؤدي إلى الإحباط.

7. استعن بمدرس شخصي.

تشير الدراسات إلى أنه إذا كنت ترغب في الحصول على تدريب سريع ، فإن العمل مع مدرب شخصي يكون أكثر فائدة من العمل بمفردك أو حتى مع الأصدقاء. المساعدة الشخصية أمام مدرب خبير تقدم ملاحظات مستنيرة لا تقدر بثمن ، ووجود مدرب يمكن أن يساعدنا في التدريب على صقل المهارات المهنية والحياتية.

8. تعلم من الآخرين ومن خبراتك الخاصة.

يمكن أن تأتي المعرفة من مصادر عديدة. المعرفة المستعملة هي ما نتعلم من الآخرين ؛ المعرفة التجريبية هي ما نتعلم من خلال مراقبة تجاربنا الحياتية وتحليلها وإدراكها.

9. الاحتفاظ بقائمة أهداف

حيث تكتب قائمة بالأهداف التي تسعى لتحقيقها ، وال فترة الزمنية المحددة لكل هدف ، والخطوات التي ستتحاول أن تقوم بها من أجل تحقيق هذا الهدف.

الأهداف الذكية:

من أجل الحصول على فرصة للنجاح يجب أن تتميز الأهداف بالذكاء ، ولكي تكون أهدافك ذكية وقابلة للتحقق يجب أن تتحلى بما يلي :

S	Specific	أن يكون الهدف دقيقاً ومحدداً
M	Measurable	أن يكون قابلاً للقياس

A	Achievable	أن يكون قابلا للإنجاز
R	Realistic	أن يكون واقعيا
T	Time	أن يكون له إطار زمني

1- الدقة والتحديد :

ويتحقق ذلك برؤيه واضحة عامة لنفسك .. وإجابة على تساؤلاتها :
 مثلا : ما الذي أريد فعله؟ ولماذا مهم أن أقوم به؟ وكيف سأقوم به؟
 ولزياد من الدقة، وضع أسئلة ثم أجب عليها بشكل مبسط وواضح :
 من : المشتركون في هذا الهدف ؟
 ماذا : أرغب في تحقيقه فعلا ؟
 أين : سيكون موقع الهدف للبدء به ؟
 متى : ابتداء الإطار الزمني ؟
 ما هي : الاحتياجات الأساسية والقيود المفروضة ؟
 لماذا : أسباب أو فوائد محددة مبسطة من إنجاز الهدف ؟

2- قابل للقياس :

اجعل هدفك معايير ومراحل قصيرة تعلمك بتتائج تحقيقك الهدف ..
 وبالتالي، تستطيع البقاء في مسارك الصحيح، والوصول حسب تقديرك ..
 أسأل نفسك : ما مؤشر نجاح الهدف وتحقيقه؟ بكم؟ وكم أنجزت؟

3- قابل للتحقيق :

فترسم صورة المسار اللازم، بوضع قائمة بأهدافك عموما
 لتطور مواقفك، مؤهلاتك، وقدراتك، مهاراتك
 والإمكانيات اللازمة لنجاح الهدف.

عندما تعرف هدفك بوضوح، وتدرك إمكانياتك، وما الذي تحتاجه للوصول ..
 تصبح حركاتك أكثر ثباتا وقوة مهما كان الطريق وعرا أو شائكا ..

لأنك ترى النهاية السعيدة.

4- واقعي :

القناعة لا تتنافى مع الطموح، كيف هذا؟

فهناك أهداف عالية جداً وواقعية.

لابد من الإرادة والقدرة، والثقة بأن الهدف يمكن تحقيقه ليكون واقعياً.

حدد هل أنجزت أهدافاً مماثلة سابقاً.. وابحث عن الظروف الازمة لتحقيقه.

5- محدود بإطار زمني :

المهم أن تضع تاريخ بدء وانتهاء.. وكم المدة الازمة الكافية لكل مرحلة ..

بدون نقطة النهاية، لا تجد تقييماً واضحاً .. أو حتى متى تقييم عملك ..

إضافة للتكاسل والتسويف، والشعور بأنك قادر على البدء في أي وقت ..

الأخطر من ذلك .. قد يأتي وقت لا ينفع فيه البدء في الهدف المطلوب .

6- مزايا وضع أهداف متكاملة:

- تفهمها أفضل للتخطيط المشترك على مستوى العمل .
- إحساساً واضحاً وقوياً بالاتجاهات .
- تفهمها أفضل لمعنى المسئولية في المسألة ككل .
- التفهم التام لوضع الأولويات .
- تحسين الاتصال والمحفزات .

عيوب عدم وجود أهداف

- العجز عن تحديد الاتجاهات التي تسير إليها .
- عدم معرفة ما تم إنجازه بالفعل .

- عدم معرفة ما إذا كان ما تفعله الإدارة ينطبق على الخطط طويلة المدى ، أو
الهدف ذات المستوى الأعلى .
- الارتباك والتشویش .

المعايير الستة للأهداف الناجحة:

فكرا في ستة معايير أساسية بينما تتخذ قرارك ، وتلك هي: العالم الشخصية ، المثل العليا ، قابلية التحقق ، المرونة ، الوقت ، الأولويات ..
اجعل أهدافك تتحدد في ضوء تلك المعايير الستة.

1-العالم الشخصية

وهنا عليك أن تراقب سلوكك في الجسم مستخدما خمس فئات المواقف الصعبة أو السهلة بالنسبة لك .
توجهاتك، وأفكارك، ومعتقداتك بشأن التعبير عن نفسك .
العقوبات التي تقف حائلا في طريقك نحو الجسم .. مثل أشخاص .. مخاوف معينة ..
المهارات التي تمتلكها بما يتعلق بسلوك الجسم .. مثل الاتصال بالعين .. نبرة الصوت ..
الإشارات ..

أقض بعض الوقت الآن لمراجعة سجلك ، والبحث عن أفكار من شأنها أن تساعدك في تحديد أهدافك .. قد تجد صعوبة غالبا في التعامل مع زميل عمل مندفع سريع الغضب ، ربما كان هذا الشخص يصر على القيام بالأعمال بطريقته الخاصة ولا ينصت إلى أفكارك ، قد تكون استجابتك هي الانسحاب ، وتجنب المواجهة عن طريق ابتلاء رأيك المخالف والالتزام الصمت ، قد تكون أيضاً تضيع الوقت والطاقة في البحث عن طريق لتقيي على هدوئك معه ، والعمل بطريقتك وعلى مسؤوليتك الخاصة .. هل يمكن لسلوك الجسم أن يساعدك في هذا الموقف ؟

2-المثل العليا

بالتأكيد هناك أشخاص في حياتنا يحملون المثل العليا التي نتمانها لأنفسنا ، هذا النموذج الجيد قد يكون صديق ، معلم ، شخصية شهيرة ، قائد

ركز على الصفات التي ترغب في اكتسابها ، وتصب في هدفك الرئيسي □ الحسم - ،
مثل الثقة بالنفس ، الشجاعة ، الإصرار ، الصدق
اجعل تفكيرك في مثلك الأعلى يزودك بالطاقة الالزمة للاستمرار في عملائك الخاصة
بشأن تحسين الحسم ..

3-قابلية التحقق

تقدّم ببطء نحو تحقيق تغييراتك في سلوك الحسم ، وبخطوات صغيرة من أجل زيادة
فرصك في النجاح ، لا تضع أهدافاً خيالية غير قابلة للتحقيق وتختاطر بالفشل المبكر ،
وبدلاً من ذلك ، افعل القليل كل يوم ، وتقدم خطوة بخطوة .

ذكر نفسك باستمرار بأن تقسم أهدافك الأساسية الكبيرة إلى خطوات صغيرة يمكن
إنجازها . خذ وقتك . سرعان ما سوف تلاحظ التغيير في نفسك ، وسوف تصل إلى
أهدافك الكبيرة عن طريق خطوة صغيرة ، ثم أخرى وأخرى .

4-المرونة

إن اتخاذ قرار بشأن التغيير وكيفية التغيير كما تريده يمكن أن يكون عملية صعبة ومعقدة
ليست لها نهاية . الأهداف لا تستقر مطلقاً ؛ إنها تتغير على الدوام وفقاً لتغييرك ، وتغير
ظروف حياتك . ربما أردت في وقت ما أن تنهي دراستك ، وعندما فعلت هذا ، تفتح
 أمامك فجأة نطاق كامل جديد من الاحتمالات ، أو ربما أنك فكرت في أن تكسب مبلغاً
 معيناً من المال سنوياً ! وبذلك يجب أن يكون لديك المرونة التي تعطيك القدرة على
 الاستجابة لأهدافك الجديدة الوقت وهو كما قلنا ، أن نحدد وقت محدد لتحقيق الهدف ،
 وإلا ترك الأمور هكذا في المطلق .

5-الأولويات

بعد تحديد قوائم أهدافك قصيرة المدى ، ومتوسطة المدى ، وطويلة المدى ، رتب كل
مجموعة من الأهداف □ التي تدرج في قائمة واحدة □ وفق أولوياتك .
حدد أهدافك "القمة □ والوسط □ والقاع ." .
أهداف القمة: الأهداف الأكثر أهمية .

أهداف الوسط: الأهداف المهمة التي لا تحتاج إلى تحقيقها على الفور أو في أسرع وقت .
أهداف القاع: تلك الأهداف التي يمكن تأجيلها إلى وقت غير محدد دون أن تسبب ضغطاً شديداً عليك .

إذا اخترت اثنين من أهداف القيمة من كل من قوائم الوقت الثلاث، فسوف يكون لديك ستة عناصر ذات أولوية قصوى تعمل على إنجازها خلال فترة شهر واحد وفي كل شهر يمكن اختيار قائمة جديدة من الأهداف ذات الأولوية القصوى ، بعض الأهداف سوف تظل على القيمة ، وأخرى لن تبقى كذلك .

تحقيق أهدافك من خلال الاحتفاظ بثقة الآخرين
الفوز بالأهداف من خلال الإخبار بالحقيقة الصريحة

لا توجد طريقة أفضل للفوز والاحتفاظ بثقة الآخرين من إخبارهم بالحقيقة البسيطة
الصريحة دون زخرفة ، كذلك فإنه لا توجد طريقة أسرع لفقدان ثقة أحد الأشخاص من
أن تكذب عليه ، إذن ، إذا أردت أن تكتسب سلطة مطلقة في التعامل مع الآخرين ، وإذا
أردت الإيماء إليهم بوضع يمنحك ثقتهم ، فعليك باتباع الإرشادات الخمسة التالية :

عليك باتباع الأمانة المطلقة والصدق في جميع الأوقات

ولا يوجد هناك استثناء لهذه القاعدة بالطبع ، إن هذا لا يعني أنه يجب عليك أن تتعمد
إهانة أحد الأشخاص أو جرح مشاعره بقول الحقيقة له ، إذا استطعت ألا تذكر شيئاً
جيداً عن شخص ما إذا لا تقل أي شيء .

10. تعلم من الأفكار الهامة.

عندما تختار لنفسك شعاراً يحمل معاني مهمة ، قد يكون سبباً قوياً لتحفيزك ،
في المدرسة الابتدائية وأنا في الصف الرابع ، دخلت مرّة غرفة مدير المدرسة ، وشاهدت
على الجدار لوحة مكتوب عليها "من طلب العلا سهر الليالي" ، فحفظتها وجعلتها شعاراً
لحي .

وعندما أبدأ بعمل صعب ويحتاج لصبر ، يكون شعاري "لن تصنع المجد حتى تلعق الصبراً"

ولهذا يمكنك أن تبحث في الحكم وبشكل أساسى الخاصة بالتحفيز ، على حكمة تجعلها شعارك.

البحث باستمرار عن الأفكار الهامة.

- اكتبها.
- أحفظها.
- شاركها.
- قم بتطبيقها.

وهذه بعض أشهر الأقوال في التحفيز:

• لا يمكننا حل المشكلات بنوع التفكير الذي استخدمناه عندما توصلنا إليها. - البرت اينشتاين

• "يأتي النجاح عادةً لمن هم مشغولون جداً في البحث عنه." - هنري ديفيد ثورو "الإحباط والفشل هما من أضمن خطوات النجاح". - ديل كارنيجي

• "لا شيء في العالم يمكن أن يحل محل المثابرة. الموهبة لن تفعل؛ لا شيء أكثر

شيوعاً من الرجال الفاشلين ذوي الموهبة. العبرية لن تفعل؛ العبرية غير المجزية هي مثل تقريراً. التعليم، لأن العالم مليء بال المتعلمين المهملين ." كالفين كوليوج

• "هناك ثلاثة طرق لتحقيق النجاح النهائي: الطريقة الأولى هي أن تكون طيباً.

الطريقة الثانية هي أن تكون طيباً. الطريقة الثالثة هي أن تكون طيباً". - السيد روجرز

• "النجاح هو راحة البال ، والتي هي نتيجة مباشرة للرضا الذاتي بمعرفة أنك بذلت الجهد لتصبح أفضل ما لديك." - جون وودن

• "لا تدع البارحة تستهلك الكثير من اليوم." - ويل روجرز

• "إما أن تدير اليوم أو يسير اليوم." - جيم رون

• "عندما نسعى جاهدين لنصبح أفضل مما نحن عليه، يصبح كل شيء من حولنا أفضل أيضاً." - باولو كويلو

- "يُضيّع معظم الناس الفرصة لأنها ترتدي ملابس العمل وتبدو وكأنها عمل". - توماس أديسون
- "تحديد الأهداف هو الخطوة الأولى في تحويل ما هو غير مرئي إلى مرئي". - توني روبيتر
- "التواجد معًا هو البداية. البقاء معًا هو التقدم. العمل معًا هو النجاح". - هنري فورد
- "الحياة مثل ركوب الدراجة. لتحافظ على توازنك يجب أن تواصل التحرك". - البرت اينشتاين
- "إذا لم يكن بإمكانك فعل أشياء رائعة بعد ، فافعل أشياء صغيرة بطريقة رائعة". — نابليون هيل
- "أفضل طريقة للحصول على فكرة جيدة هو أن يكون لديك الكثير من الأفكار" — لينوس بولينج

رابعاً: كيف تحصل على أقصى فائدة من القراءة

هذا الجزء يتحدث بإيجاز عن قيمة القراءة، وفيما يلي بعض الأفكار الإضافية حول كيفية التعلم من القراءة ، لزيادة الفوائد التي يمكن أن تحصل عليها من القراءة:

1. اقرأ.

اجعل القراءة أولوية؛ وإلا فإنك ستهملها.

اجعل القراءة جزءاً منتظمًا من روتينك. بعض الناس يقرأون يومياً ، د والبعض الآخر يقرأ لفترات أطول في عطلة نهاية الأسبوع.

احتفظ دائمًا بكتاب معك حتى تتمكن من الاستفادة من أوقات الراحة أثناء النهار، الزيادات الصغيرة في الوقت تضيف بسرعة

ما أنت عليه اليوم وما ستكون عليه خلال خمس سنوات يعتمد إلى حد كبير على شيئين: الأشخاص الذين تقابلهم ، والكتب التي تقرأها. لذلك يجب أن تسأل نفسك:

ما هي الكتب التي يجب أن تقرأها؟

مع من تقيم علاقة؟

2. اختر مادة جيدة يمكنك التعلم منها.

هناك فرق بين القراءة للمتعة والقراءة للتعلم.

قد تقرأ الجريدة اليومية أو بعض الروايات، للمتعة، ومتابعة الأخبار، لكنني لا تقرأها لتعلم.

قرر أنك سستثمر الوقت في القراءة بنية التعلم

- غالباً ما يكون من الصعب العثور على مادة جيدة يمكنك التعلم منها. لا تستهين بمدى صعوبة ذلك؛ معظم المواد المطبوعة هي عديمة الجدوى. فيما يلي بعض الاقتراحات للعثور على مادة جيدة.

• احصل على توصيات من الأصدقاء الذين يستمتعون بالتعلم من خلال القراءة.

• اقرأ مراجع الكتاب الذي قرأته وأعجبك

• حدد المؤلفين الذين تستمتع بقراءتهم.

• أيضاً ، يجب أن تدرك أن المعلومات المنشورة على الويب أو وسائل التواصل الاجتماعي ربما لا تتمتع بنفس التزاهة مثل الكتاب الذي تم بحثه جيداً.

3. اكتشف تفضيلاتك الشخصية في القراءة.

البعض يحب أن يقرأ في كتاب كبير، وغيره يحب أن يقرأ كتب صغيرة.

كل شخص لديه مجالات اهتمام يحب أن يقرأ بها.

للعلم، بعض الكتب الورقية الشمية، ابحث في الإنترنت، فقد تجدها منشورة ومجاناً،

4. تطوير عملية من شأنها أن تساعدك على الاحتفاظ بما قرأته

إستراتيجية SQ3R للقراءة:

هذه الإستراتيجية مشتقة من الحروف الأولى للكلمات التي تمثل مراحل القراءة وهي

(SURVEY - QUESTION - READ - RECITE - REVIEW)

وباللغة العربية: (استعراض-سؤال-قراءة-سرد-مراجعة) ، وستتعرف على هذه الطريقة بالتفصيل:

- الاستعراض أو المسع:

ويعني إلقاء نظرة عامة سريعة على الفصل ، وهذه الخطوة لا تستغرق سوى بضع دقائق، تتنقل خلال الفصل سريعاً، وتلق نظرة على عنوان الفصل، المقدمة والتمهيد، والعناوين، والفقرات الموجزة، إن وجدت ، تنظر في شعار أو رمز الفصل إن وجد ، الصور، والمخططات والرسوم البيانية، والجداول، السطور المطبوعة بالبند العريض. من خلال المعاينة السريعة يمكنك التقاط المعلومات العامة ، وبالتالي يمكنك معرفة أين تبحث عن المعلومة التي قد تحتاج إليها ، وهذا يمكنك من الحصول على فكرة أفضل عن كيفية تنظيم المعلومات ويفتح مكان في الدماغ لتخزين المعلومات الجديدة ، ويثير اهتمامك بالمواضيع المناسبة بالنسبة لك أو الشيقة ، ويلفت نظرك إلى المعلومات الصعبة.

- طرح الأسئلة:

قبل البدء في قراءة وحدة أو موضوع قم بتحويل العنوان إلى سؤال ، فإذا كان الموضوع عن "أسباب الإجهاد عند الإنسان المعاصر" يمكن صياغة السؤال التالي: "ما هي أسباب الإجهاد عند الإنسان المعاصر؟" ، حيث أن طرح السؤال يثير فضولك ويساعدك في الفهم والاحتفاظ بهذه المعلومات في الذاكرة ، ويساعدك في إبراز النقاط المهمة. ويقول خبراء التربية أنه عندما تقرأ أو تسمع شيئاً وتعيد صياغته بلغتك فإن هذا يساعد كثير في حفظ هذه المعلومات في الذاكرة .

- القراءة :

قراءة المادة الموجودة تحت العنوان بعرض الحصول على إجابة لسؤالك ، ويجب أن تكون قراءة مع التركيز والاهتمام بتحديد الأفكار الرئيسية وتسليط الضوء عليها.

يجب قراءة كل فقرة أو مقطع كاملاً بشكل متصل، وبعد إكمال القراءة تتأكد من الحصول على إجابات على أسئلتك ثم تنتقل للمقطع الذي يليه بنفس الطريقة. ومن الممارسات الجيدة عند كتابة الملاحظات ترك فراغات بين الملاحظات أو هوامش على الجوانب لإضافة أي أفكار أو ملاحظات أو توضيحات تستجد لاحقاً.

-السرد والإلقاء:

في هذه الخطوة عليك أن تقرأ الجواب على السؤال الذي طرحته قبل قراءة المقطع أو الفقرة وبصوت مرتفع قبل أن تنتقل للمقطع الذي يليه، اقرأ الجواب بكلماتك الخاصة، وصياغتك أنت للجواب لا أن تقرأ جملة من المقطع تتضمن الجواب، بهذه الطريقة فقط تكون قد فهمت المادة.

الفكرة الأهم في هذه الخطوة هي قراءة الجواب بكلمات وجمل من صياغتك أنت لا أن تردد كلمات وجمل الكتاب، بهذه الطريقة فقط تكون قد فهمت الموضوع.

-المراجعة:

بعد أن تكون قد قرأت الوحدة أو الفصل كاملاً عليك إعادة النظر في الملاحظات والتعليقات والشروح التي سجلتها سواء على هامش الكتاب أو في أوراق الملاحظات، وكذلك السطور التي قمت بتعليمها بالقلم الفسفوري، وكل هذا لمراجعة النقاط المهمة في الموضوع، وإعادة إنعاش الذاكرة، وإن وجدت هنالك حاجة لمراجعة الفصل كاملاً فيمكنك ذلك.

الإطلاع السريع على المادة قبل الحصة والمراجعة بعد كل حصة تعمق الفهم والاحتفاظ بالمعلومات في الذاكرة.

لا تنتظر حتى وقت الامتحان لمراجعة الكتب المدرسية الخاصة بك، يجب عليك مراجعة دروسك مرة واحدة في الأسبوع، تأكد من أنه يمكنك تلخيص النقاط الرئيسية، اكتبها من أجل تعزيز التعلم لديك.

خامساً: الحاجة المتزايدة للتعلم مدى الحياة:

هذه الأيام يزداد الطلب على التخصصات الجديدة، وبالذات المرتبطة بالتقنيات الرقمية، وقبل أيام أستحدث في الجامعات الأردنية تخصصات جديدة منها:

- انترنت الأشياء.
- علم البيانات والذكاء الاصطناعي.
- الأمن السيبراني.
- الذكاء الاصطناعي والروبوتات.
- تصميم وتطوير الألعاب
- القوانين السيبرانية.
- الإعلام الترويجي الرقمي.
- تطوير تطبيقات الشبكات والهواتف الخلوية.
- الذكاء الصناعي في الأعمال.
- التكنولوجيا الرقمية المالية.
- التسويق الرقمي.

علماً بأن:

15% من الموظفين الجدد في شركة IBM لم يكن لديهم شهادة جامعية لمدة أربع سنوات

في عام 2017

ولكن السؤال:

من أكمل الدراسة الجامعية، ويرغب بتعلم أحد هذه العلوم، ماذا يفعل؟
يعود للجامعة؟

غالباً العودة للجامعة خيار صعب، وأيضاً ليس ضرورياً، ففي الجامعة ستضطر لقضاء سنوات تدرس فيها مساقات خارج هذا التخصص ربما أكثر من مساقات التخصص، وهذه التخصصات جديدة، وربما تكون بدايتها ضعيفة.

يمكنك إن كان تخصصك قريباً من المجال الذي تريد تعلّمه، مثلاً برمجة حاسوب، أن تتعلم لوحده من خلال الكتب والمصادر المختلفة، ويمكن أن تبدأ بأخذ دورة محلية، ويوجد دورات عالمية عبر الإنترن特 تعلمك أفضل بكثير من الجامعة وبوقت وكلفة أقل.

وقد توصلت كثير من الدراسات في هذا الموضوع، وهو ماذا يمكن أن يفعل الشاب ليزيد من فرصه في إيجاد وظيفة مرموقة، وقد وضعت هذه النتائج التي تقول أن على الشاب أن يتقن هذه المهارات:

- إدارة المعرفة (مثلاً، التحقق من صحة المعلومات، وضمان جودة المعلومات).
- إدارة التغيير.
- الإدارة النشطة، (مثلاً، الاستجابة والعملية التكرارية).
- التعلم الذاتي والتعلم مدى الحياة.

كما توصلت الدراسات إلى وجود طرائق تواصل جديدة في العصر الرقمي يجب إتقانها، مثل: المدونات، والتغريدات، وصفحات الفيسبوك ، والواقع المتخصص مثل: LinkedIn

إضافة إلى مهارات أخرى مثل:

- التواصل المكتوب والمحكي
- الإعلام بوسائل الإعلام الرقمية.
- التفكير الناقد وحل المشكلات
- المرونة الشخصية.

المراجع:

- 1- Lifelong Learning,Don McMinn,iPlace Press, 2015
- 2-The Future of Lifelong Learning, Designing for a Learning-Integrated Life ,Jeremy Auger, D2L,2020
- 3-everyday's a learning day, Education Scotland,foghlam alba
- 4-21STCENTURY LEARNING FOR EARLY CHILDHOOD GUIDE,21ST CENTURY LEARNING FOR EARLY CHILDHOOD
- 5-OUTDOOR LEARNING A National Guide for Early Childhood Educators, Outdoor Learning Committee, September 2019
- 6- A PARENT'S GUIDE TO DISTANCE LEARNING,Dr. Edward Abeyta,EDUCATION AND COMMUNITY OUTREACH and UCTV
- 7- Natural Teachers Network, Kelly Keena ,NTN eGuide, 2015
- 8- Effective approaches to connect children with nature,Carla Wilson,Publishing Team, Department of Conservation
- 9- 10 SKILLS CHILDREN LEARN FROM THE ARTS THAT HELP THEM SUCCEED IN LIFE, The Artistic Edge, 2012
- 10- FOREST AND NATURE SCHOOL IN CANADA,A Head, Heart, Hands Approach to Outdoor Learning, DAVID SOBEL.e ,Forest and Nature School in Canada, 2014
- 11- Helping Your Child Become aResponsible Citizen,U.S. Department of Education Office of Communications and Outreach Office of Safe and Drug-Free Schools
- 12- MATH at HOME, Helping your children learn and enjoy mathematics, Sonoma County Office of Education, 2014
- 13- 52 Parent Tips, Child Abuse Prevention Month Governor's Pledge,2013
- 14- Healthy Habits for Life, Neil Izenberg, Sesame Workshop,2017
- 15- Outdoor Learning, Outdoor education provision
- 16- Habit Formation and Learning in Young Children ,Dr. David Whitebread, University of Cambridge
- 17- Cultural Connections Booklet, child Professional Support Coordinator

من هو المؤلف د. خير شواهين؟

- عمل موظفاً في عدة وظائف في وزارة التربية، وقد ابتكر خلال عمله في التربية مئات الأجهزة المخبرية، والوسائل والألعاب والنماذج التعليمية، وعقد مئات الدورات العلمية.
- حصل على جائزة الأمير حسن للتميز العلمي / المرتبة الأولى، وجائزة عبد الحميد شومان.
- ألف كتاباً منهجية لعدة دول، منها الأردن والعراق، ووحدات منهجية لدول خليجية، في العلوم والرياضيات.
- عمل مؤلفاً وخبيراً علمياً لليونسكو وتلفزيون سبيس تون، وشركة الدوالج للمناهج، ومشروع حosome المناهج السعودية، وشركة التراث للبرمجيات، وصمم آلاف البرامج التفاعلية للمناهج المدرسية، كما صور الآف لقطات الفيديو للتجارب العلمية لشركات حosome مناهج.
- درّب في معظم الدول العربية، وكانت أهم دوراته بعنوان: "مدخل إلى علم الاختراع" في الكليات التقنية في السعودية، ومؤتمر الموهبة في سلطنة عُمان، وكثير من المدربين صاروا مخترعين، وبعضهم حصل على جوائز في معرض جنيف للاختراعات، وأخرون أنشئوا شركات لإنتاج وتسويق اختراعاتهم، كما أن كثير من الشباب الذين بدؤوا من كتبه وصلوا لأعلى درجات النجاح.
- مرت عليه فترات كان يعمل فيها لعدة شركات في عدة دول عربية، من بيته، في مجال التأليف وتصميم البرامج التفاعلية، والبرامج العلمية للأطفال.
- كتبه الورقية وصلت إلى المائتي كتاب، وكتبه الرقمية المنشورة مجاناً على الإنترنت، أكثر من خمسين كتاباً.
- من عدة سنوات تقريباً للعمل في التأليف في بيته، وهو يعمل لساعات طويلة في النهار والليل، ولا يشغله شيء عن التأليف.

- اهتماماته منذ الطفولة متنوعة ، ولهذا عادة يبدأ كل كتاب من كتبه بذكر علاقته بهذا الموضوع ، ومن فترة مبكرة.
- كتبه العلمية قدم فيها الأجهزة والوسائل والألعاب العلمية التي اخترعها ، ولهذا لم يكتب لها مراجع ، أما كتبه في المواضيع العلمية الحديثة ، فيطلع على أحدث الكتب الأجنبية ، ويختار أفضل ما فيها من علوم ، ويهمل الجانب الثقافي ، ثم يعيد كتابتها بما يناسب ثقافتنا العربية الإسلامية.
- يتقن الإنجليزية بشكل كبير ، ولهذا سرعته في قراءة الكتب الإنجليزية قريبة جداً من سرعته في اللغة العربية ، وله كتب في تعليم اللغة الإنجليزية.
- سريع جداً في العمل والطاعة ، ولا يستخدم الورق ، وإنما يطبع مباشرة ، وفي نهاية اليوم يراجع ما كتبه في ذلك اليوم ، وقد يصل ما يكتبه يومياً لما معدله 20-30 صفحة .
- بدأ حياته شاعراً حتى مرحلة الدراسة الجامعية ، ولهذا له اهتمام كبير في اللغة العربية .
- على خطته الكثير من الكتب في المجالات التربوية والتقنية والتنمية البشرية ، وكل ما يرجوه من الله أن يوفقه لإكمال هذه الكتب.
- ولمزيد من المعلومات يمكنكم قراءة النسخة الورقية ، أو تنزيل نسخة رقمية ، مجاناً من الإنترنت ، من روايته ، سيرة حياته ، "الفينيق وبيت العنكبوت".
- بخصوص سرعته في العمل ، في عام 2007 قام بتوقيع عقد من اليونسكو لتأليف 15 دليلاً تجارب مخبرية للمناهج العراقية ، وخلال مدة شهرين ، ونجح في ذلك ، والعقود موجودة ، ويتوفر صور رقمية عنها لدى الناشر.