

راهکارهای علمی و کاربردی برای تقویت عادت مطالعه در کودکان

چکیده

مطالعه یکی از مهم‌ترین ابزارهای رشد شناختی، زبانی، عاطفی و اجتماعی کودکان به شمار می‌رود و نقش انکارناپذیری در موفقیت تحصیلی و شکل‌گیری شخصیت آنان دارد. با وجود این، تغییر سبک زندگی، گسترش رسانه‌های دیجیتال و کاهش زمان اختصاص‌یافته به کتاب‌خوانی، موجب شده است که ایجاد و تثبیت عادت مطالعه به یکی از دغدغه‌های مهم خانواده‌ها و مدارس تبدیل شود. هدف از این مقاله، بررسی مهم‌ترین راهکارهای علمی و کاربردی برای تقویت عادت مطالعه در کودکان با تکیه بر یافته‌های پژوهش‌های آموزشی و روان‌شناسی یادگیری است. در این نوشتار ضمن تبیین مفهوم عادت مطالعه، عوامل مؤثر بر شکل‌گیری آن، نقش خانواده و مدرسه، شیوه‌های انگیزشی و راهکارهای عملی مورد بررسی قرار گرفته است. همچنین نمونه‌هایی از فعالیت‌های قابل اجرا در کلاس درس و محیط خانواده ارائه شده است. یافته‌های پژوهش‌های داخلی و بین‌المللی نشان می‌دهد که علاقه به مطالعه بیش از آنکه نتیجه اجبار باشد، حاصل تجربه‌های خوشایند، الگوسازی صحیح، دسترسی به کتاب‌های مناسب و استمرار در تمرین است. بنابراین ایجاد فرهنگ مطالعه نیازمند همکاری آگاهانه خانواده، مدرسه و جامعه است.

کلیدواژه‌ها: مطالعه، کتاب‌خوانی، کودکان، خانواده، مدرسه، یادگیری، سواد خواندن

مقدمه

یکی از مهم‌ترین اهداف نظام‌های آموزشی، پرورش افرادی است که بتوانند در طول زندگی به یادگیری ادامه دهند. تحقق این هدف، بدون ایجاد علاقه به مطالعه و کتاب‌خوانی از سال‌های نخست زندگی امکان‌پذیر نیست. امروزه کتاب صرفاً وسیله‌ای برای انتقال اطلاعات محسوب نمی‌شود، بلکه ابزاری برای رشد تفکر، تقویت قدرت تحلیل، افزایش خلاقیت و پرورش مهارت‌های اجتماعی کودکان است.

پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند کودکانی که از سنین پایین به مطالعه علاقه‌مند می‌شوند، علاوه بر عملکرد تحصیلی بهتر، در مهارت‌های زبانی، حل مسئله، تفکر انتقادی و برقراری ارتباط با دیگران نیز موفق‌تر عمل می‌کنند. مطالعه منظم باعث افزایش دامنه واژگان، بهبود درک مطلب، تقویت حافظه و رشد توانایی

تصمیم‌گیری می‌شود. از سوی دیگر، خواندن داستان‌ها به کودکان کمک می‌کند احساسات خود و دیگران را بهتر درک کنند و مهارت همدلی را در خود پرورش دهند.

با این حال، تغییر سبک زندگی و گسترش استفاده از تلفن همراه، بازی‌های رایانه‌ای و شبکه‌های اجتماعی موجب شده است که سرانه مطالعه در میان کودکان در بسیاری از جوامع با چالش روبه‌رو شود. امروزه بسیاری از والدین و معلمان با این پرسش مواجه‌اند که چگونه می‌توان کودک را بدون اجبار و فشار به مطالعه علاقه‌مند کرد.

پاسخ این پرسش را باید در یافته‌های علوم تربیتی و روان‌شناسی جست‌وجو کرد. پژوهشگران معتقدند علاقه به مطالعه یک ویژگی ذاتی نیست، بلکه عادت است که به تدریج و در اثر تجربه‌های مثبت، الگوسازی مناسب و استمرار شکل می‌گیرد. بنابراین اگر خانواده و مدرسه بتوانند شرایط مطلوبی برای تجربه لذت‌بخش مطالعه فراهم کنند، احتمال تبدیل کتاب‌خوانی به یک رفتار پایدار در کودک به میزان قابل توجهی افزایش می‌یابد.

هدف این مقاله، معرفی راهکارهایی است که بر پایه پژوهش‌های معتبر آموزشی تدوین شده و در عین حال قابلیت اجرا در خانه و مدرسه را دارند. امید است این نوشتار بتواند برای والدین، آموزگاران و مدیران مدارس در برنامه‌ریزی برای ترویج فرهنگ مطالعه مفید واقع شود.

۱. مفهوم عادت مطالعه

در روان‌شناسی، «عادت» به رفتاری گفته می‌شود که در اثر تکرار، به بخشی از برنامه روزانه فرد تبدیل می‌شود و بدون نیاز به یادآوری مداوم انجام می‌گیرد. بر همین اساس، عادت مطالعه به معنای اختصاص دادن زمانی مشخص و منظم برای خواندن کتاب یا سایر منابع مفید است؛ به گونه‌ای که مطالعه به یک نیاز درونی و فعالیتی لذت‌بخش تبدیل شود.

نکته مهم آن است که میان آموزش خواندن و عادت به مطالعه تفاوت وجود دارد. بسیاری از کودکان توانایی خواندن دارند، اما به مطالعه علاقه‌ای نشان نمی‌دهند. در مقابل، کودکی که عادت مطالعه را در خود پرورش داده است، حتی بدون تکلیف مدرسه نیز برای خواندن کتاب زمان اختصاص می‌دهد.

بر اساس نظریه‌های یادگیری، شکل‌گیری هر عادت مستلزم سه عامل اصلی است:

وجود انگیزه برای انجام رفتار؛

فراهم بودن محیط مناسب؛

تکرار مستمر رفتار در طول زمان.

از این رو، ایجاد علاقه به مطالعه تنها با توصیه یا اجبار امکان‌پذیر نیست و لازم است کودک تجربه‌ای مثبت و لذت‌بخش از کتاب‌خوانی داشته باشد.

۲. اهمیت تقویت عادت مطالعه در کودکان

امروزه مطالعه تنها وسیله‌ای برای افزایش اطلاعات عمومی نیست، بلکه یکی از مهم‌ترین عوامل رشد همه‌جانبه کودک محسوب می‌شود. نتایج پژوهش‌های بین‌المللی از جمله گزارش‌های OECD و UNESCO نشان می‌دهد کودکانی که به طور منظم مطالعه می‌کنند، در مهارت‌های خواندن، نوشتن، استدلال و حل مسئله عملکرد مطلوب‌تری دارند و در آینده نیز انگیزه بیشتری برای یادگیری مادام‌العمر نشان می‌دهند.

مهم‌ترین آثار مثبت عادت مطالعه عبارت‌اند از:

(الف) رشد مهارت‌های زبانی: مطالعه مستمر موجب افزایش دامنه واژگان، تقویت بیان شفاهی، بهبود مهارت نوشتن و ارتقای درک مطلب می‌شود.

(ب) افزایش قدرت تفکر: کتاب‌خوانی ذهن کودک را به تحلیل، مقایسه، نتیجه‌گیری و حل مسئله عادت می‌دهد و زمینه رشد تفکر انتقادی را فراهم می‌کند.

(ج) تقویت خلاقیت و تخیل: داستان‌ها و کتاب‌های مناسب کودک، قدرت تصویرسازی ذهنی و خلاقیت او را افزایش می‌دهند و زمینه تولید ایده‌های نو را فراهم می‌کنند.

(د) رشد هیجانی و اجتماعی: آشنایی با شخصیت‌های مختلف داستانی باعث می‌شود کودک احساسات دیگران را بهتر درک کند، مهارت همدلی را بیاموزد و روابط اجتماعی سالم‌تری برقرار کند.

(ه) افزایش تمرکز و پشتکار: برخلاف بسیاری از رسانه‌های دیجیتال که توجه کودک را به سرعت تغییر می‌دهند، مطالعه به افزایش تمرکز، صبر و استمرار در انجام فعالیت‌های ذهنی کمک می‌کند.

به همین دلیل، بسیاری از صاحب‌نظران تعلیم و تربیت، کتاب‌خوانی را یکی از مؤثرترین سرمایه‌گذاری‌ها برای رشد علمی و فرهنگی نسل آینده می‌دانند.

۳. راهکارهای علمی و کاربردی برای تقویت عادت مطالعه در کودکان

ایجاد عادت مطالعه، فرآیندی تدریجی است و با برنامه‌ریزی، صبر و استمرار به نتیجه می‌رسد. پژوهشگران حوزه روان‌شناسی تربیتی معتقدند هرچه تجربه‌های اولیه کودک از کتاب‌خوانی لذت‌بخش‌تر باشد، احتمال تبدیل مطالعه به یک رفتار پایدار بیشتر خواهد شد. در ادامه، مهم‌ترین راهکارهای علمی و قابل اجرا معرفی می‌شود.

۱-۳. الگوسازی؛ نخستین گام در علاقه‌مند کردن کودک به مطالعه

یکی از اصول مهم در یادگیری اجتماعی، یادگیری از طریق مشاهده رفتار دیگران است. کودکان بیش از آنکه به توصیه‌های بزرگسالان توجه کنند، رفتار آنان را تقلید می‌کنند. اگر پدر، مادر یا معلم به طور منظم کتاب بخواند و درباره مطالب مطالعه‌شده گفت‌وگو کند، کودک نیز به تدریج مطالعه را رفتاری ارزشمند تلقی خواهد کرد.

در تجربه کلاس‌های ابتدایی مشاهده شده است که دانش‌آموزان زمانی با اشتیاق درباره کتاب صحبت می‌کنند که معلم نیز کتابی را به آنان معرفی کرده یا بخشی از آن را با علاقه برایشان خوانده باشد. بنابراین، بهترین شیوه آموزش کتاب‌خوانی، عمل کردن به آن است.

۲-۳. انتخاب کتاب متناسب با سن، توانایی و علاقه کودک

یکی از دلایل مهم بی‌علاقگی کودکان به مطالعه، انتخاب کتاب‌هایی است که با سطح درک یا علایق آنان تناسب ندارد. کتاب‌های بسیار دشوار یا بسیار ساده، هر دو می‌توانند انگیزه مطالعه را کاهش دهند.

در انتخاب کتاب بهتر است به نکات زیر توجه شود:

متناسب بودن حجم کتاب با سن کودک

استفاده از تصاویر جذاب و باکیفیت

انتخاب موضوعاتی متناسب با علاقه کودک مانند حیوانات، طبیعت، ماجراجویی یا داستان‌های علمی

استفاده از کتاب‌هایی با زبان روان و قابل فهم

توجه به کیفیت محتوای آموزشی و اخلاقی کتاب

بر اساس نظر متخصصان سواد خواندن، آزادی کودک در انتخاب کتاب، احساس استقلال او را افزایش داده و انگیزه مطالعه را تقویت می‌کند.

۳-۳. اختصاص زمان مشخص برای مطالعه روزانه

مطالعات مربوط به شکل‌گیری عادت نشان می‌دهد انجام یک فعالیت در زمان مشخص، احتمال تداوم آن را افزایش می‌دهد. بنابراین بهتر است مطالعه به بخشی از برنامه روزانه کودک تبدیل شود. برای مثال، اختصاص ۲۰ دقیقه مطالعه پیش از خواب یا پس از انجام تکالیف درسی، می‌تواند به تدریج مطالعه را به یک رفتار پایدار تبدیل کند.

نکته مهم این است که کیفیت مطالعه از مدت زمان آن اهمیت بیشتری دارد. حتی مطالعه روزانه ۱۵ دقیقه نیز اگر به صورت مستمر انجام شود، آثار قابل توجهی بر رشد مهارت‌های خواندن خواهد داشت.

۳-۴. ایجاد محیط مناسب برای مطالعه

محیط فیزیکی نقش مهمی در شکل‌گیری رفتارهای یادگیری دارد. مکانی آرام، دارای نور کافی، صندلی مناسب و دور از عوامل حواس‌پرتی، تمرکز کودک را افزایش می‌دهد. وجود یک قفسه کوچک کتاب یا حتی سبدی مخصوص کتاب در خانه یا کلاس درس، پیام غیرمستقیمی به کودک منتقل می‌کند که کتاب بخش ارزشمندی از زندگی روزمره است.

۳-۵. مطالعه مشترک والدین و کودک

یکی از مؤثرترین راهکارها، مطالعه مشترک است. در این روش، والدین یا معلم بخشی از کتاب را با صدای بلند می‌خوانند و سپس درباره شخصیت‌ها، اتفاقات و پیام داستان با کودک گفت‌وگو می‌کنند. این شیوه علاوه بر افزایش علاقه به مطالعه، مهارت‌های زبانی، دقت شنیداری، درک مطلب و قدرت استدلال کودک را نیز تقویت می‌کند.

۳-۶. استفاده از تشویق‌های مناسب

تشویق زمانی مؤثر است که بر تلاش و استمرار کودک تأکید داشته باشد، نه صرفاً بر نتیجه.

نمونه‌هایی از تشویق مؤثر عبارت‌اند از:

تحسین کلامی

اهدای کتاب به عنوان هدیه

معرفی دانش آموز کتاب خوان هفته

نمایش کتاب های خوانده شده در کلاس

ثبت پیشرفت مطالعه در دفتر شخصی کودک

در مقابل، استفاده از تنبیه یا اجبار برای مطالعه معمولاً نتیجه معکوس دارد و علاقه کودک را کاهش می دهد.

۳-۷. تبدیل مطالعه به فعالیتی لذت بخش

کودکان زمانی به مطالعه علاقه مند می شوند که آن را همراه با بازی، هیجان و خلاقیت تجربه کنند.

برخی فعالیت های مؤثر عبارت اند از:

اجرای نمایش بر اساس داستان

نقاشی شخصیت های کتاب

خلاصه گویی داستان

ساخت کاردستی مرتبط با کتاب

مسابقه معرفی کتاب

قصه گویی گروهی

چنین فعالیت هایی موجب می شود کودک مطالعه را صرفاً یک تکلیف درسی نداند.

۴. نقش خانواده در تقویت عادت مطالعه

خانواده نخستین محیط یادگیری کودک است و نگرش والدین نسبت به کتاب، تأثیر مستقیمی بر رفتار مطالعه فرزندان دارد.

والدینی که زمان مشخصی را برای مطالعه خانوادگی اختصاص می‌دهند، معمولاً فرزندان را علاقه‌مندتر به کتاب دارند.

از جمله اقداماتی که خانواده می‌تواند انجام دهد عبارت است از:

اختصاص زمانی مشخص برای مطالعه خانوادگی

هدیه دادن کتاب در مناسبت‌های مختلف

عضویت کودک در کتابخانه عمومی

محدود کردن استفاده بی‌رویه از تلفن همراه و تلویزیون

گفت‌وگو درباره کتاب‌های خوانده‌شده

احترام گذاشتن به سلیقه کودک در انتخاب کتاب

تجربه نشان داده است کودکانی که والدین آنان درباره کتاب با اشتیاق صحبت می‌کنند، انگیزه بیشتری برای مطالعه پیدا می‌کنند.

۵. نقش مدرسه و معلم

پس از خانواده، مدرسه مهم‌ترین نهاد ترویج فرهنگ مطالعه است. معلم می‌تواند با برنامه‌ریزی مناسب، فضای کلاس را به محیطی علاقه‌مندکننده برای کتاب‌خوانی تبدیل کند.

برخی فعالیت‌های مؤثر عبارت‌اند از:

ایجاد کتابخانه کلاسی

معرفی کتاب در ابتدای هر هفته

اختصاص ۱۰ دقیقه مطالعه آزاد در کلاس

دعوت از نویسندگان و کتابداران

برگزاری مسابقات کتابخوانی

اجرای جلسات قصه‌گویی

تشکیل باشگاه کتابخوانی دانش‌آموزان

نکته مهم این است که فعالیت‌های مطالعه نباید صرفاً جنبه رقابتی داشته باشند؛ بلکه باید لذت خواندن را در دانش‌آموزان تقویت کنند.

۶. تجربه‌ای از کلاس درس

در یکی از کلاس‌های دوره ابتدایی، برنامه‌ای با عنوان «هر هفته، یک کتاب؛ هر هفته، یک تجربه» اجرا شد. در این طرح، دانش‌آموزان هر هفته یک کتاب متناسب با سن خود انتخاب می‌کردند و در پایان هفته، تنها در مدت سه تا پنج دقیقه، داستان یا بخشی از آن را برای همکلاسی‌های خود تعریف می‌کردند. در این برنامه هیچ نمره‌ای برای نحوه ارائه در نظر گرفته نمی‌شد و هدف، ایجاد فضایی دوستانه برای گفت‌وگو درباره کتاب بود. پس از حدود دو ماه، مشاهده شد که بیشتر دانش‌آموزان با اشتیاق بیشتری کتاب امانت می‌گرفتند و حتی برخی از آنان کتاب‌های شخصی خود را برای معرفی به کلاس می‌آوردند. علاوه بر افزایش علاقه به مطالعه، اعتمادبه‌نفس، مهارت سخن گفتن و توانایی خلاصه‌گویی دانش‌آموزان نیز بهبود یافت. این تجربه نشان داد که فراهم کردن فرصت‌های ساده اما مستمر، می‌تواند تأثیر قابل توجهی بر شکل‌گیری عادت مطالعه داشته باشد.

جدول ۱. راهکارهای کاربردی برای تقویت عادت مطالعه

راهکار

هدف

محل اجرا

مطالعه روزانه ۲۰ دقیقه

ایجاد استمرار

خانه و مدرسه

قصه‌گویی قبل از خواب

افزایش علاقه به کتاب

خانه

کتابخانه کلاسی

دست‌رسی آسان به کتاب

مدرسه

معرفی کتاب توسط دانش‌آموز

تقویت اعتماد به نفس

کلاس درس

مسابقه خلاصه‌گویی

افزایش درک مطلب

مدرسه

هدیه دادن کتاب

ایجاد انگیزه

خانه

بازدید از کتابخانه عمومی

آشنایی با منابع متنوع

خانواده و مدرسه

۷. نتیجه‌گیری

تقویت عادت مطالعه در کودکان، سرمایه‌گذاری برای آینده آنان و در نهایت آینده جامعه است. پژوهش‌های حوزه تعلیم و تربیت نشان می‌دهد کودکانی که از سال‌های نخست زندگی با کتاب مأنوس می‌شوند، در زمینه‌های گوناگون از جمله پیشرفت تحصیلی، رشد مهارت‌های زبانی، خلاقیت، حل مسئله و روابط اجتماعی عملکرد موفق‌تری دارند. از این رو، کتاب‌خوانی نباید تنها به انجام تکالیف درسی محدود شود، بلکه لازم است به بخشی از سبک زندگی کودک تبدیل شود.

یافته‌های این مقاله نشان داد که علاقه به مطالعه، بیش از آنکه نتیجه اجبار باشد، حاصل تجربه‌های خوشایند، الگوسازی مناسب، دسترسی آسان به کتاب و استمرار در انجام فعالیت‌های مطالعه‌محور است. در این میان، خانواده با ایجاد محیطی غنی از کتاب و اختصاص زمانی برای مطالعه مشترک و مدرسه با اجرای برنامه‌های جذاب کتاب‌خوانی، می‌توانند نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری این عادت ایفا کنند.

از سوی دیگر، تجربه‌های آموزشی نشان می‌دهد حتی اقداماتی ساده مانند اختصاص چند دقیقه مطالعه آزاد در کلاس، معرفی کتاب توسط دانش‌آموزان، برگزاری نشست‌های قصه‌گویی یا ایجاد کتابخانه کلاسی، در صورت تداوم، نتایج ارزشمندی به همراه خواهد داشت. نکته مهم آن است که هدف این برنامه‌ها، ایجاد علاقه و لذت از مطالعه باشد، نه صرفاً افزایش تعداد کتاب‌های خوانده‌شده.

در دنیای امروز که کودکان زمان قابل توجهی را در فضای مجازی سپری می‌کنند، کتاب می‌تواند تعادل مناسبی میان سرگرمی و یادگیری ایجاد کند. البته بهره‌گیری از فناوری نیز در صورتی که به شکل صحیح مدیریت شود، می‌تواند در قالب کتاب‌های الکترونیکی، کتاب‌های صوتی و نرم‌افزارهای آموزشی به گسترش فرهنگ مطالعه کمک کند.

در نهایت، می‌توان گفت پرورش عادت مطالعه، مسئولیتی مشترک میان خانواده، مدرسه و جامعه است. هرچه این همکاری منسجم‌تر باشد، احتمال موفقیت در تربیت نسلی کتاب‌خوان، پرسشگر، خلاق و علاقه‌مند به یادگیری مادام‌العمر بیشتر خواهد بود.

پیشنهادهای کاربردی

با توجه به مطالب مطرح شده، اجرای پیشنهادهای زیر در مدارس ابتدایی می تواند اثربخش باشد:

اختصاص ۱۰ تا ۱۵ دقیقه مطالعه آزاد در ابتدای یکی از زنگ های هر هفته.

ایجاد کتابخانه های کوچک کلاسی با مشارکت دانش آموزان و خانواده ها.

برگزاری «روز معرفی کتاب» به صورت ماهانه.

اهدای کتاب به عنوان جایزه در مسابقات و مناسبت های مختلف مدرسه.

برگزاری کارگاه های آموزشی برای والدین با موضوع نقش خانواده در ترویج فرهنگ مطالعه.

اجرای طرح «هر دانش آموز، یک کتاب، یک تجربه» با هدف معرفی کتاب های خواننده شده در کلاس.

همکاری مستمر مدرسه با کتابخانه های عمومی و مراکز فرهنگی برای افزایش دسترسی دانش آموزان به منابع مطالعاتی.

منابع

منابع فارسی

وزارت آموزش و پرورش. (۱۴۰۲). راهنمای آموزش مهارت های زندگی. تهران: معاونت آموزش ابتدایی.

شعبانی، حسن. (۱۴۰۰). مهارت های تدریس. تهران: سمت.

سیف، علی اکبر. (۱۴۰۲). روان شناسی پرورشی؛ روان شناسی یادگیری و آموزش. تهران: انتشارات دوران.

میرزایی، علی. (۱۳۹۹). روان شناسی رشد کودک. تهران: نشر ویرایش.

منابع انگلیسی

Krashen, S. D. (2004). The Power of Reading: Insights from the Research (2nd ed.).
Libraries Unlimited.

OECD. (2021). 21st-Century Readers: Developing Literacy Skills in a Digital World.
Paris: OECD Publishing.

UNESCO. (2021). Reimagining Our Futures Together: A New Social Contract for
Education.

UNESCO. (2020). Global Education Monitoring Report: Inclusion and Education.

World Health Organization. (1999). Partners in Life Skills Education: Conclusions
from a United Nations Inter-Agency Meeting. Geneva: WHO.

پیشروان
دانشگاه آزاد
ایران