



فوت و فن طبیعت بیابریم

فرهنگ

فرهنگ آپارتمان نشینی در شهرهای بزرگ، ما را به سمتی برده که تجربه بازی در حیاط، مواجهه با خاک و آب و آتش و حیوانات را از فرزندان مان گرفته، خانه های کوچک و پر وسیله جایی برای بازی های آزادانه کودکان نیست، بچه ها به زودی تمام محل های قابل دسترس خانه را کشف می کنند، البته اگر به خاطر وسایل گران قیمت و لوکس با مکان هایی ممنوعه در خانه مواجه نشوند، و دیگر چیز جدیدی در چهار دیواری خانه برای آنها باقی نمی ماند. داخل خانه جای خاک یا شن بازی نیست. نمی شود به قدر نیاز آب بازی کرد یا آتشی درست کرد و از مراحل تهیه یک آتش لذت برد. بچه ها در گوشی تلفن همراه و تبلت صاحب مزرعه می شوند، گندم و درخت سیب پرورش می دهند، به دام و طیور خود غذا می دهند و تمام این تجربیات را روی صفحه گوشی تنها شاهد هستند. طبیعت ملموس و حقیقی را کمتر درک می کنند و همین باعث می شود بانک تجربیات شان محدود و کم موجودی باشد.

طبیعت و طبیعت گردی مفقود این ماجراست، آوردن طبیعت در تار و پود زندگی و قرار دادن آن در اولویت های خود و خانواده مان نه فقط به عنوان تفریح گاه به گاه بلکه به عنوان روتین و بخشی از زندگی. پذیرفتن این مساله که طبیعت جزئی از زندگی ماست، یعنی یک تغییر جدی در نگاه ما به زندگی و تغییر سبک زندگی مان، ممکن است این تغییر چشمپوشی از تمیزی صد درصدی خانه یا دست کشیدن از لوازم و وسایل لوکس باشد یا حتی تغییر تفریحات به مدل جدیدی از تفریحات در طبیعت.

طبیعت چیست؟

طبیعت کجاست؟ در جنگل و دشت و صحرا؟ در معنای عام همه عالم هستی و آنچه ما آن را درک می کنیم، طبیعت است. هر پدیده ای که در اطراف ماست جزوی از طبیعت است. طبیعت جایی است که مادر آن زیست می کنیم و با حواسمان با آن در ارتباط هستیم. بیرون شهر، فضای سبز، پارک، جنگل، بالکن خانه و حتی گلدان کوچک پشت پنجره طبیعت است. با این نگاه و دانستن این که همه عالم طبیعت است و درک این مساله که طبیعت تا چه میزان در رشد جسمی و روحی فرزندان و خانواده تاثیر دارد، زاویه نگاه به زندگی و محیط زندگی مان متفاوت خواهد شد و روش زندگی مان تغییر خواهد کرد. نگاه کردن به آفتاب و باران از پنجره خانه می تواند یک تجربه طبیعت باشد یا قدم زدن و پیدا کردن گیاهان پارک کوچک محله مان.

ضرورت این نگاه از این جهت است که کارکرد طبیعت و طبیعت گردی برانگیختن احساسات پنجگانه است و با دقت به محیط اطراف سپس رفتن به طبیعت بکر قدم به قدم حواس ما و فرزندانمان و فعال و تقویت می شود. در طبیعت بودن و متصل بودن به طبیعت یعنی متصل بودن به مبدا، یعنی تنظیم دقیق ساعت بدن و نیازهای طبیعی بدن با طبیعت اصلی و بکرش. طبیعت بدون اجبار روش زندگی را به کودکان می آموزد، نگاه کردن به رشد قدم به قدم و هر روزه یک دانه صبر و پشتکار را به کودکان می آموزد. ارزش نظم که برای ما والدین مهم است و برای انتقال آن به فرزندان مان به سختی می افتیم، با مشاهده طبیعت و شریک شدن در روای هر روزه آن به راحتی به کودکان منتقل می شود. طبیعت و هر آنچه در آن است هر روز ما را شگفت زده و قوه تخیل فرزندانمان را تقویت می کند. حضور در طبیعت و مشاهده آن، حس مسؤولیت پذیری و اعتماد به نفس را در کودکان رشد می دهد.

ما زمان زیادی را صرف آموزش های ابتدایی به کودکان می کنیم، مثل خواندن الفبا، ریاضیات، علوم و... اما در خانه هایمان رادر مسیر رشدشان یاری کنیم و تلاش کرده تجربه های مفیدی برای زندگی دریافت نمی کنیم، کودکان به سختی به خواب می رود، به قوی بد غذاست، بیرون می روید و در پارک یا فضای سبز یا خارج شهر چند ساعتی وقت می گذرانید و خودشان آنها را آغاز کرده و بعد مشتاق و گرسنه به کنار شما بازمی گردند و پدر و مادر پشیمان می شوید.

زهرا صالحی نیا

روزنامه نگار

هیچ پدر و مادری پوشیده نیست اما چرا لزوم وجود چنین برنامه ای در زندگی روتین کودکان و خانواده ک

فرصت ها

تجربه طبیعت در خانه می تواند از خیس کردن یک دانه لوبیا یا عدس آغاز شود و با دنبال کردن جوانه زدن و رشد این دانه ادامه یابد. پشت بام خانه می تواند تماشای طلوع و غروب خورشید یا بودن در زیر باران و برف را به همراه داشته باشد. پارک های کوچک هر محله با وجود وسعت کم اما مکان مناسبی است برای اکتشافات گیاهی. می توانید هر روز در پاک بگردید و از میان گیاهان و برگ درختان نمونه هایی را پیدا کنید و به خانه ببرید و در دفتری به عنوان نمونه بچسبانید یا حتی به دنبال نام و گونه آن گیاه باشید. پارک های بزرگ تر امکان بیشتری را برای مواجهه با طبیعت برای شما پدید می آورند و علاوه بر طبیعت می توانید با علائم راهنمای هر پارک هم آشنا شوید.

طبیعت گردی لزوما راهپیمایی های طولانی با وسایل کامل در محل های خاص نیست، همین راه رفتن ساده در یک پارک و مواجهه با قوانین و تابلوهای پارک زمینه های متنوعی از کشف و گفت و گو را پدید می آورد.

مشاهده تابلوی نقشه هر پارک امکان این را فراهم می کند که کودکان با نقشه خوانی و جهت یابی آشنا شوند، همین کار ساده در آینده و در طبیعت بکر جنگل یا کوه و حتی در پیدا کردن یک آدرس ساده به کمک آنها خواهد آمد. درک جهت های جغرافیایی با پیدا کردن محل قرارگیری خورشید یکی از فعالیت های ساده ای است که در گام های نخست طبیعت گردی می توانید آن را انجام دهید.

شناسایی تابلوهای خطر، آب آشامیدنی، ممنوعیت ورود حیوانات، محل تردد دوچرخه و بسیاری تابلوهای دیگر از قوانینی در پارک می گوید که توجه و رعایت آنها از لزوم استفاده از پارک است، می توانید درباره این دلایل با کودک گفت و گویی نیز داشته باشید.



همیشه
قصه خ
بدنه قم
طبیعت
نشان د
شما شب
احتیاط
توصیه
باعث م
داشتن
کمک ک
خوردن
پیش از
گردش