

فصل ۶

:Becoming و Being، Doing

(انجام دادن، بودن، شدن)

اهمیت آنها برای کودکان

آنجلا ماندیش^۱ و سیلویا رودجر^۲

‘... کیفیت زندگی نه از راه تفکر کردن، بلکه از طریق doing ارتقا می‌یابد’

(سیکسزنتمایهالی^۳، ۱۹۹۳، صفحه ۳۸)

مشارکت در کارهای روزمره کودکی، بدون در نظر گرفتن توانایی یا ناتوانی، پایه ای برای رشد سالم همه کودکان است (پولاتاجکو ماندیش، ۲۰۰۴). نقش‌های کاری کودک را مستلزم می‌کنند تا:

- استقلال شخصی خود را توسعه دهد

^۱ Angela Mandich

^۲ Sylvia Rodger

^۳ Csikszentmihalyi

- نقش مولدی داشته باشد
- در بازی‌ها و سرگرمی‌ها شرکت کند.

از طریق **doing**، یا مشارکت در کارهای روزمره، کودکان مهارت‌های جدید را یاد گرفته و بر آن‌ها مسلط می‌شوند. درگیری در کارها و تجارب جدید، کودکان را قادر می‌کند تا عزت‌نفس مثبت را در خود ایجاد کرده و به عنوان عضوی فعال در جامعه حضور داشته باشند. از طریق **doing** با دوستان و خانواده، حس تعلق و مشارکت اجتماعی در کودک ایجاد می‌شود که هر دوی این‌ها در سلامت و تندرستی او نقش دارند. هدف کاردرمانگران این است تا مشارکت کودک در فعالیت‌های روزمره را تسهیل و تقویت کنند. عدم مشارکت در اعمال روزمره، باعث به حاشیه رانده شدن کودک شده و تأثیر منفی عمیقی روی او می‌تواند داشته باشد (ماندیش و همکاران، ۲۰۰۳؛ سگال و همکاران، ۲۰۰۲). این فصل در اثر فعالیت‌های ویلکوک (۱۹۹۸) برای روشن کردن نقش مهم مشارکت در کارها برای کودکان، ایجاد شده است. ویلکوک (۱۹۹۸)، مفهوم آکیوییشن (کار) را به‌عنوان ترکیبی از **doing**، **being** و **becoming** (صفحه ۲۴۹)، عنوان کرده و این‌گونه استدلال نموده است که درگیری در کارها سبب سلامت و تندرستی می‌شود. او تلاش نمود تا شاغلین حوزه سلامت، از برنامه‌های معمول مداخلات سلامت فراتر بروند و روی فهم اهمیت **doing** یا مشارکت در کارهای هدفمند تمرکز کنند.

۱. در این فصل می‌خواهیم موارد زیر را مورد توجه قرار دهیم:
۲. اهمیت **doing** را در تکامل جسمی، شناختی، عاطفی و اجتماعی بررسی کنیم.
۳. نشان دهیم که چگونه مشارکت موفق در کارها منجر به رشد عزت‌نفس و خودکارآمدی می‌شود و اینکه چگونه عدم مشارکت در فعالیت‌ها و یا در **doing**، تأثیر منفی روی کودکان می‌گذارد.
۴. یک رویکرد کاردرمانی را بررسی می‌کنیم، که کودک را برای اکتساب دامنه‌ای از مهارت‌ها توانمند کرده و از این‌رو توانایی او برای مشارکت در **doing** ها یا کارهای روزمره را ارتقا می‌دهد.
۵. اهمیت **being** را برای همه کودکان در بازسازی و آرام‌سازی، بخصوص در کودکانی که ناتوانی‌های شدید و بیماری‌های لاعلاج دارند، مورد بحث قرار می‌دهیم.

اهمیت being، doing و becoming

ویلکوک (۱۹۹۸) با استفاده از فعالیت‌های فیدلر و فیدلر (۱۹۷۸) و سایرین، مفهوم کار را به‌عنوان ترکیبی از being، doing و becoming شرح داد. فیدلر و فیدلر (۱۹۷۸) 'doing' را به‌عنوان 'فرآیند تحقیق، آزمایش و به دست آوردن شواهدی در مورد ظرفیت شخص، به منظور تجربه، پاسخ، اداره، ایجاد و نظارت' (صفحه ۳۰۶) تعریف نمودند. ویلکوک معتقد است که *doing*، روشی برای تعامل اجتماعی و ارتباط با جامعه فراهم می‌آورد. علاوه بر این *doing*، فرد را برای اکتساب و توسعه مهارت‌های جسمی، شناختی، عاطفی و هیجانی، قادر می‌سازد. او مدعی است که *doing* منجر به *being* می‌شود که 'تعمق و لذت از درون' است (مازلو، ۱۹۶۸، صفحه ۲۱۴) و جایی است که فرد حس درونی آرامش را تجربه می‌کند.

علاوه بر این، ویلکوک (۱۹۹۸) *becoming* را این‌گونه تعریف می‌کند:

- آن چه که فرد تلاش می‌کند که باشد
- آن چه که به بهترین شکل با او در تناسب است
- آن چه که فرد تبدیل شدن به آن را آرزو می‌کند.

کارهایی که افراد در آن‌ها مشارکت می‌کنند، *being* آن‌ها را تعریف می‌کنند و برای رسیدن آن‌ها به آن چه که آرزویش را در سر می‌پروراند ضروری هستند. *becoming* یا تغییرات تکاملی غیرقابل اجتناب (مریام-وبستر، ۲۰۰۵) بر مفهوم تکامل و تغییر تأکید می‌کند که از طریق *doing* و مشارکت در فعالیت‌های روزمره بروز می‌یابد. ویلسون (۱۹۹۰) با تفکر درباره فرآیند زندگی، بیان نمود که هر آن چه که برای ما اتفاق می‌افتد *becoming* ما را شکل می‌دهد. فیدلر و فیدلر (۱۹۷۸) پیچیدگی *becoming* را با تأکید بر سه بعد نشان دادند:

- becoming من
- شایستگی becoming
- becoming یک وجود اجتماعی

becoming از طریق تکامل و تجربه اتفاق می‌افتد و منجر به ایجاد حس اعتمادبه‌نفس و ارتباط اجتماعی می‌گردد. یک کار تئوریک از پیازه (۱۹۷۲)، اریکسون (۱۹۶۳)، ریلی (۱۹۶۰) و افراد دیگری که در فصل ۷ ذکر شده، نقش *doing* را در تکامل کاری مشخص می‌کند. *Doing* و مشارکت کاری مثبت، منجر به رشد عزت‌نفس و شایستگی شده که باعث

ارتقا *becoming* می‌شوند. انسان‌ها انگیزه‌ای درونی برای کشف محیطشان و تسلط بر آن را دارند که به آن‌ها انگیزه می‌دهد تا به افرادی شایسته تبدیل شوند (فیدلر و فیدلر، ۱۹۷۸). ویلکوک (۱۹۹۸) پیشنهاد نمود که 'تعادلی پویا بین "doing" و "being" هسته زندگی سالم است و "becoming" یعنی هر آن چه که بهترین تناسب را با فرد دارد، به هر دو آن‌ها بستگی دارد' (صفحه ۲۵۱).

شاغلین حوزه سلامت، رشد جسمی، شناختی، عاطفی و اجتماعی کودک را با درگیرکردن او در فعالیت‌های *doing* تسهیل می‌کنند. ویلکوک (۱۹۹۸) اظهار نمود که 'کاردرمانی حرفه‌ای است که به افراد کمک می‌کند تا زندگی‌شان را با تسهیل استعدادها و توانمندی‌هایشان دگرگون کنند، اما در عین حال همه کار را آن‌ها نمی‌کنند... در واقع آن‌ها بخشی از پروسه *becoming* افراد هستند' (صفحه ۲۵۱). علاوه بر این، او این‌گونه بیان نمود که که کاردرمانگران به منظور کمک به *being, doing, becoming* افراد از طریق تسهیل استعدادها و توانمندی‌هایشان، با درگیرکردن آن‌ها در کارهای هدفمند، آموزش دیده‌اند. پروسه *being, doing, becoming* نه ترتیبی است و نه خطی، بلکه حرکتی روان و مستمر بوده و به ترتیب‌های متنوعی اتفاق می‌افتد.

ویرگین و ماندیش (۲۰۰۱) در مصاحبه خود با کودکان ۱۰ تا ۱۶ ساله با توانمندی‌های مختلف جسمی، تجارب آن‌ها را در خصوص مشارکت در کارها را مورد کاوش قرار دادند و شواهد بیشتری در خصوص مفهوم ارائه شده توسط ویلکوک در خصوص کار (*occupation*) به‌عنوان آمیزشی از *being, doing, becoming* فراهم نمودند. مطالعه آن‌ها نشان داد که مشارکت کاری کودکان منجر به تکامل آن‌ها می‌گردد. در این مطالعه کودکان دیدگاه خود را در خصوص *doing* از نظر تکامل خودکارآمدی و ارزش نهادن بر دستاوردهای خود عنوان نمودند. یک کودک ۱۰ ساله توضیح داد که چقدر از بازی سوکر لذت می‌برد:

' این (بازی سوکر) برای من مهمه چون به شما احساس خوبی در مورد خودتون میده و به شما کمک می‌کنه تا خودتونرو مشغول کنید و دیگران رو بشناسید. حس عزت‌نفس به آدم می‌دهد و احساس خوبی داره، وقتی به عقب برمی‌گردید و اونو نگاه می‌کنید به موفقیت در اون افتخار می‌کنید.' (نسخه چاپ نشده)

کلارک (۱۹۹۳) اظهار نمود که مشارکت در کارهای دوران کودکی، با خصوصیت سازندگی در بزرگسالی یا '*becoming*' فرد به‌عنوان یک انسان، مرتبط می‌باشد. کودکان در مطالعه ویرگین و ماندیش (۲۰۰۱) اظهارات کلارک را حمایت کرده و آگاهی‌شان در خصوص این‌که مشارکت در فعالیت‌های مدرسه منجر به '*becoming*' می‌شود را مورد بحث قرار دادند:

می‌دونید رفتن به دانشگاه و پیدا کردن شغل خوب مهمه. نمراتم مهمن. این مهمه که نمره های خوبی بگیرم تا اون چیزی بشم که می‌خوامو گزینه‌های پیش‌روم رو باز می‌زارم؛ چون نمی‌دونم وقتی که بزرگ می‌شم چه چیزی می‌خوام.‘ (نسخه چاپ نشده)

این مطالعه نشان داد که کودکان، صرف نظر از سطح رشدی یا توانایی‌های جسمی‌شان، کار را به‌عنوان عاملی مهم در نظر می‌گیرند.

نتایج مشارکت کاری

باوم و لائو (۱۹۹۸) بیان نمودند که از طریق مشارکت در کارها، سلامت افراد حفظ شده و توسعه می‌یابد. علاوه بر این، در طی دوره عمر افراد، کارها و فعالیت‌هایشان تکامل می‌یابند. نوزادان و کودکان خردسال، فعالیت‌ها و کارهای کمی انجام می‌دهند. زمانی که آن‌ها در *doing* با خانواده، دوستان و سایرین درگیر می‌شوند، مجموعه‌ای از کارها را انجام می‌دهند که نقش‌شان را به‌عنوان یک کودک، دانش‌آموز، هم‌بازی و یا دوست، گسترش دهند (داویس و پولاتاجکو، ۲۰۰۴). به همان اندازه که مجموعه فعالیت‌های کودک خاص می‌باشد، تکامل او نیز خاص و منحصر به فرد است. مشارکت در فعالیت‌ها و کارهای دروان کودکی، رشد جسمی، شناختی، عاطفی و اجتماعی کودک را متاثر می‌کند. همه این‌ها به نوبه خود در ادامه مورد بحث قرار خواهند گرفت.

تحقیقات نشان داده‌اند که عملکرد کودک در فعالیت‌های حرکتی در طی دوران اولیه کودکی، پیش‌بینی کننده مهم موفقیت تحصیلی او می‌باشند (مکناب، ۲۰۰۳). رشد جسمی شامل کسب مهارت‌های حرکتی متنوع، از طریق *doing* مجموعه مختلفی از فعالیت‌های معمول کودکی می‌باشد. زمانی که کودکان خردسال درگیر فعالیت‌های حرکتی می‌شوند در واقع:

- قدرت جسمی
- هماهنگی
- کنترل حرکتی
- و همچنین آگاهی از محیط اطراف

را در خودشان تقویت می‌کنند. زمانی که کودکان در فعالیت‌های *doing* دوران کودکی مشارکت می‌کنند، از مراحل متنوع رشد و تکامل جسمی عبور می‌کنند؛ در ابتدا کنترل آن‌ها روی حرکات محدود می‌باشد اما به تدریج حرکات پیچیده و ارادی مانند راه رفتن، پریدن، گرفتن توپ و نوشتن سلیس در آن‌ها ایجاد می‌شود. رشد حرکتی درشت و ظریف به طور

مستمر ادامه می‌یابد و زمانی که کودک در فعالیت‌هایی از قبیل کلاس‌های موسیقی و یا ورزش‌های سازمان‌دهی شده مشارکت می‌کند، این مهارت‌ها پالایش می‌شوند.

علاوه بر این‌ها، *doing* به کودک در رشد مهارت‌های شناختی کمک می‌کند. پیاز (۱۹۷۲) چهار مرحله رشدی و فرایندهایی که کودک از طریق آن‌ها پیشرفت می‌کند را شناسایی کرد. مرحله اول، مرحله حسی - حرکتی^۱ می‌باشد که از تولد تا حدود دو سالگی طول می‌کشد. در این مرحله کودک از قابلیت‌های حسی و حرکتی خود استفاده می‌کند تا جهان را درک کند. از دوسالگی تا حدود هفت سالگی کودک وارد مرحله بعدی می‌شود که نام آن مرحله تفکر پیش عملیاتی^۲ است. در این مرحله، نمایش‌های ذهنی کودک آغاز شده و او قادر می‌شود تا در بازی‌های خلاقانه و نمادین درگیر شود. مرحله عملیات عینی^۳ در حدود هفت تا یازده سالگی رخ می‌دهد. در طی این مرحله کودک به صورت منطقی و عینی تفکر می‌کند و فرآیند تفکر او به میزان زیادی از طریق تجارب عملی و یا *doing* صورت می‌پذیرد. مرحله آخر، مرحله عملیات رسمی^۴ می‌باشد که در آنجا کودک به طور منطقی و انتزاعی به تفکر می‌پردازد. پیاز بر اهمیت نقش آموزش تجربی برای رشد شناختی تأکید می‌کند، همچنین نقش بازی‌های شناختی در اکتساب مهارت‌های جدید در هر کدام از این مراحل را مورد تأکید قرار می‌دهد.

doing همچنین منجر به اجتماعی شدن و رشد مهارت‌های اجتماعی می‌شود که در فصل ۸ به آن پرداخته شده است. از طریق تمرین و درگیری در کارهای روزمره، کودک همراه بودن با دیگران را می‌آموزد. تجربه کودکان خردسال از بازی در پارک و گرفتن نوبت، به رشد اجتماعی شدن آن‌ها کمک می‌کند. تئوری یادگیری اجتماعی بندورا اهمیت رفتارهای مشاهده‌گرانه و مدل‌سازی و *doing* را مشخص می‌کند:

’ اگر افراد برای آگاه شدن از اینکه چه باید بکنند، تنها به تأثیر کارهای خودشان توجه کنند؛ در این صورت حتی اگر نخواهیم بگوییم یادگیری پروسه‌ای خطرناک می‌شد، می‌توان گفت فرآیندی بسیار پردرستر می‌بود. خوشبختانه بیشتر رفتارهای انسان به صورت مشاهده و از طریق مدل‌سازی آموخته می‌شوند، از طریق مشاهده دیگران که به چه شکلی درباره یک ایده،

^۱ sensorimotor stage
^۲ pre-operational thought stage
^۳ concrete operations stage
^۴ formal operations stage

رفتاری جدید را انجام می‌دهند. به این صورت در فرصت‌های بعدی این اطلاعات رمزگذاری شده به عنوان راهنمای فرد مورد استفاده قرار می‌گیرند (صفحه ۲۲).

doing یا مشارکت در فعالیت‌ها با سایر کودکان یکی از قوی‌ترین مکانیسم‌های اجتماعی شدن می‌باشد. در مطالعه کیفی اخیر که توسط زیلبربرات و ماندیش (۲۰۰۴) انجام گرفت، والدین و کودکان (سن هشت تا شانزده‌ساله) با توانایی‌های متفاوت، در مورد کارهای روزمره کودکان مورد پرسش قرار گرفتند. مصاحبه جامع و کامل با نه والد و ده کودک در مورد دلیل اینکه چرا کودکان در فعالیت‌های مختلفی مشارکت می‌کنند، انجام گرفت. نگاه غالب در این مطالعه، اهمیت فعالیت‌های *doing* با دوستان بود. در همین راستا یکی از کودکان بیان نمود: '... "being" با دوستان، در صدر اولویت‌هایم قرار دارد و باعث سرگرمی و لذت می‌شود...'



شکل ۶-۱ مسواک زدن دندان‌ها یکی از فعالیت‌های مهم مراقبت از خود می‌باشد که در دوران کودکی آموخته می‌شود.

درباره رشد عاطفی، کریستینسن (۱۹۹۹) اهمیت کار را با تعریف هویت شخصی بیان نمود: 'یکی از نیازهای الزامی که هر انسانی دارد این است که قادر باشد هویت خاص خود را به شیوه‌ای که به زندگی او معنا ببخشد بیان کند' (صفحه ۵۴۷). هر کودکی با ظرفیت خاصی برای *become* به دنیا می‌آید که به نقش‌های زندگی او همچنین *doing* و *being* او بستگی دارد. هویت ما از طریق مشارکت موفق در فعالیت‌ها و کارهایی که در ذات نقش‌های زندگی ما وجود دارند شکل می‌گیرند. به عنوان مثال، یک کودک هویت خود را به عنوان یک خواهر یا

برادر، یک خودمراقب^۱، یک دوست، یک عضو تیم بسکتبال، یا یک دانش‌آموز مدرسه، تکامل می‌بخشد. تسلط بر فعالیت‌هایی که به وسیله این نقش‌های اجتماعی و کاری مقرر شده‌اند، منجر به خودشناسی^۲ مثبت می‌شود. یک خودمراقب، باید بتواند دندان‌هایش را مسواک بزند، لباس‌هایش را به طور مستقل بپوشد، کارهای مربوط به خانه را انجام دهد؛ درحالی‌که یک بازیکن بسکتبال باید بتواند دریبل بزند، توپ را به داخل حلقه پرتاب کند و یا آن را در حین دویدن بگیرد (شکل‌های ۱-۶ و ۲-۶ را ببینید). از طریق *doing* این فعالیت‌ها، اکثر کودکان مهارت‌هایشان را توسعه و پالایش می‌کنند و خودشان را به‌عنوان فردی موفق می‌نگرند که این منجر به عزت‌نفس و خودکارآمدی مثبت‌شده و برای موفقیت در کارها، خواهند توانست روی توانایی‌های خود تکیه کنند.



شکل ۲-۶ انجام کارهایی مانند شستن ظرف‌ها به کودکان کمک می‌کند تا مشارکت در کارهای خانه را یاد بگیرند.

پیامدهای ناتوانی در انجام کارها

بسیاری از کودکان، به دلایلی مختلفی از قبیل مشکلات جسمی، شناختی، اجتماعی و یا هیجانی، مجال آن که به طور موفق در کارهای معنادار مشارکت کنند را ندارند. درحالی که پیامدهای مشکلات در مهارت‌های جسمی/حرکتی، نقص شناختی و آشفتنگی هیجانی، توسط کاردرمانگران به طور مکرر دیده می‌شود، تأثیر عوامل اجتماعی-اقتصادی ممکن است کمتر واضح باشد. برخی از کودکان، به علت فقدان سرمایه‌ها یا منابع مالی و اجتماعی که مانع دسترسی آن‌ها به تجاربی که می‌تواند خودشناسی آن‌ها را ارتقا دهد می‌شود؛ محرومیت کاری^۱ را تجربه می‌کنند. مثال‌هایی از این قبیل، کودکانی می‌باشند که فقر، سوء استفاده، بلایای طبیعی، خشونت و جنگ را تجربه کرده‌اند. وقتی چنین کودکانی نمی‌توانند فعالیت‌های معمول کودکی را انجام دهند، پیامدهای منفی زیادی در انتظار آنان خواهد بود. کودکانی که *doing* ندارند ممکن است حس درستی از این که چه کسی هستند نداشته باشند (که این همان خودشناسی است). به نوبه خود، به علت محدود شدن توانایی آن‌ها برای انجام کارهایشان، *becoming* آن‌ها تحت تأثیر منفی قرار می‌گیرد. کار، به زندگی فرد حس هدفمندی داده و به وجود او معنا می‌بخشد (ربریو کوک^۲، ۱۹۹۹). بدون کار، به هم خوردن عادت‌ها منجر به کاهش شایستگی در عملکرد کاری یا از دست رفتن هویت شخصی می‌شود. به عنوان کاردرمانگر، ما می‌توانیم مراجعان را برای تحقق نیازهای انسانی شان در خصوص کار، قادر سازیم و این امکان را برای آن‌ها فراهم کنیم تا به ظرفیت‌های کاری شان دست یابند.

ناتوانی برای مشارکت در کارهای معمول دوران کودکی، می‌تواند منجر به طرد شدن و انزوای اجتماعی شود. ناتوانی در تسلط بر فعالیت‌های ساده مانند بستن بند کفش، باز و بسته کردن دکمه، راندن دوچرخه یا یادگیری نوشتن می‌تواند تأثیرات منفی عمیقی داشته باشد (سگال و همکاران، ۲۰۰۲) (شکل ۳-۶ را ببینید). ماندیش و همکاران (۲۰۰۳) با دوازده تن از والدین کودکان با اختلال هماهنگی تکاملی^۳ مصاحبه کردند. آن‌ها گزارش کردند که شکست در تسلط بر مهارت‌های دوران کودکی، برای کودکانشان ویرانگر بوده است. والدین همچنین در مورد اهمیت موفقیت در این فعالیت‌های روزمره به بحث پرداختند. مادر پائول از تأثیراتی که ناتوانی پسرش از راندن دوچرخه و اسکیت، روی سایر فعالیت‌های فوق برنامه او ایجاد کرده بود کاملاً آگاه بود. او گفت:

^۱ occupational deprivation

^۲ Rebeiro & Cook

^۳ developmental coordination disorder (DCD)

’خب اونا یک نمایش دوچرخه‌سواری داشتن و ما بیرون پیست ایستاده بودیم. هر بچه ای می تونست یا دوچرخه رو انتخاب کنه یا اسکیتو اون هیچ کدومو نمی تونست برونه. ما می دونستیم که اون داره به این فکر می کنه که الان بچه های دیگه در حال مانور دادن با دوچرخه هاشون هستن و اون داره به این فکر می کنه که به دوچرخه تو خونه داره که نمی تونه از اون استفاده کنه، درواقع اون دوچرخه دیگه براش خیلی کوچیک شده.’ (ماندیش و همکاران، ۲۰۰۳، صفحه ۵۹۱)



شکل ۳-۶ راندن دوچرخه به کودکان آزادی لازم برای کاوش محیط، مستقل شدن در جابجایی و ماجراجویی با دوستانرا فراهم می‌کند.

با استناد به شواهد موجود در تحقیقات، می‌توان به این نتیجه دست یافت که کودکان به فرصتهایی نیاز دارند تا در کارها درگیر شده و سرگرم شوند، که این:

- برای سلامت شخصی شان
- برای مقبولیت توسط همتایان
- برای پیدا کردن دوست
- برای آن که بتوانند درزمینه‌های خاصی خوب عمل کنند
- و برای اکتساب مهارت‌های جدید