

# ایجاد ارتباط از طریق داستان ها

تفاوت میان قصه ها و گفتگوها این است : که قصه ها می خواهند چیزی را بیان کنند. چیزی اتفاق افتاده که ارزش دانستن را دارد. شاید شخصیت اصلی (قهرمان داستان) - فردی صادق، خسیس، با اعتماد به نفس و یا مغرور باشد. و این باعث یک مشکل، بحران و یا موردی فکاهی شود.

## برای شنوندگان خود بازی کنید

بزودی می فهمید که فرزندان شما چه سبک داستان هایی را دوست دارند، بچه ها وقتی که خیلی کوچک هستند دوست دارند که یک قصه را بارها و بارها بشنوند. آنها همچنین تکرار جمله های خاصی را در قصه دوست دارند مثل برگردان در شعر. صداهای اضافی (به غیر از گفتگوها) مثل صدای گاو که مومو است و یا زنگها که دینگ دانگ می کنند شرطی است برای جلب توجه آنها میباشد.

بچه های بزرگتر مواردی مانند کنش و واکنش ، ماجراجویی و شگفت انگیزی ، و نمایشی را بیشتر دنبال میکنند. نوجوان ها داستانهایی درباره تجربیات شخصی را دوست دارند مخصوصاً در مواردی که شما خجالت زده شده اید ، یا ترسیده اید ، یا اشتباهاتی کرده اید. به ستوه آمدن شما وقتیکه هم سن آنها بودند به آنها قوت قلب بیشتری میدهد .

## مزیت قصه گوئی چیست؟

- دلایل گوناگونی وجود دارد که سبب میشود شما به زبان خودتان برای فرزندانان قصه بگوئید .
- مدت زمان قصه گوئی وابستگی خانوادگی را بوجود می آورد. شما و فرزندانان در یک تجربه لذت بخش و خلاق سهیم می شوید. و در عین حال بچه های خود را بیشتر در باره زندگی شما، و واکنشهایتان و ریشه های خانوادگی تان اطلاعاتی به دست می آورند و یاد می گیرند.
- بچه ها یاد می گیرند که تمرکز کنند و شنوندگان فعالی شوند.
- شما با کلام تصویری و تخیل که در قصه هست برایشان منتقل میکنید
- تفکر آنها را بسط می دهید.
- وقتی که قصه ای را تعریف می کنید که احساسی (کنار آمدن با آنها مشکل است) شما می توانید به کودکان یک حالت رهایی از احساسات قوی خودشان بدهید. به عنوان مثال در یک قصه شما می توانید ترس های کودکان را به رسمیت بشناسید و نگرانیهای آنها را آرامش بخشید. حتی خاطرات تلخ می تواند الهام بخش قصه هایی باشد که در زندگی تحمل شده و بر آنها فائق شده ایم.
- هنگامیکه شما داستان هایی حکایت می کنید
- گاهی شما می توانید از قصه ها استفاده کنید تا کودکان را بدون اینکه برای آنها سخنرانی کنید راهنمایی کنید. اگر یک بچه شرایط سختی را می گذراند شما می توانید برای او قصه ای را تعریف کنید که در آن شخصیت اصلی قصه با مشکل مشابهی روبرو بوده است. به این طریق به کودک امکان می دهید که به موقعیت از دور نگاه کند. اغلب آسان تر است که پیامد های یک اقدام را از دور در نظر بگیریم. شما میتوانید مکث کنید و سؤال کنید : " شما فکر میکنید که الان چه اتفاقی خواهد افتاد ؟" و یا : " شما فکر میکنید که این شخص چه کار بایستی انجام دهد ؟"

وقتی که "قصه گوئی" را شروع کردید شما سر نخ دیگری را بدست می آورید و شروع خواهید کرد به جمع کردن داستانهایی برای لحظه های تنهائی تان با یکدیگر. پیش بروید و داستان هایی را تعریف کنید!

اقتباس شده از جامعه خدمات خانوادگی در کانادا - نسخه نوشته شده در سال 1997 توسط - جین و اتراستون .

آیا هنگامیکه فرزندان شما میخواهند که برایشان قصه بگوئید به سراغ قفسه کتابها میروید یا بدنبال DVD میگردید که بتوانید برای آنها پخش کنید؟ اگر که این کارها را می کنید در واقع شما یک موقعیت طلایی برای برقراری ارتباط آموزشی آسانی را با آنها از دست می دهید. بدون اینکه شما کوچکترین حرکتی بکنید همه چیزهای مورد نیازتان را ( برای ارتباط ) بدست آورده اید. یک لحظه وقت صرف کنید و (داستانی را) بخاطر بیاورید و ، سپس با آنها بنشینید و یکی از داستان های خانوادگی را تعریف کنید. در آغاز ممکن است این عجیب به نظر برسد ولی بزودی شما متوجه خواهید شد که با این کارتان یک ابزار آموزش و پرورش مفیدی را که برای همه لذت بخش است ایجاد کرده اید.

## خاطرات خانوادگی

- تعریف داستانهای خانوادگی، با انتخاب یک خاطره و جان بخشیدن به آن. یک داستان خانوادگی را از ذهن خود انتخاب کنید و به آن جان دهید. در اینجا چند پیشنهاد میباشد :
- برای آنها چیزی در مورد خودشان تعریف کنید: اسم آنها از کجا آمده است، روزی که متولد شدند، اولین باری که مادر بزرگ و پدر بزرگشان آنها را دیده اند.
- در مورد خودتان و خاطراتان بگوئید: چگونه با شریک زندگی تان آشنا شده اید و کجا با او ملاقات کردید، بهترین هدیه ای که در زندگی تان گرفته اید، موقعی که در کودکتان بیشتر از همیشه ترسیدید.
- ریشه های خانوادگی تان را مورد توجه قرار دهید: سعی کنید داستانهایی را در مورد زمانی که والدین شما بچه بودند را بخاطر بیاورید، اگر خانواده شما از جای دیگری به اینجا آمده اند برای کودکانان داستانهایی در مورد آن محل تعریف کنید هر چند که آن محل جایی در فاصله پانصد یا پنجصد کیلومتر از جای سکونت فعلی تان فاصله داشته باشد.
- از چیزهای اطرافتان الهام بگیرید: به آنها بگوئید که چگونه آن گلدان که روی قفسه میباشد به (کلکسیون) شما اضافه شده است ، داستان سفری را بگوئید که در آن هنگام قاشق ها را برای یادگاری خریدید.
- یک داستان در مورد فصول بگوئید: اگر پاییز است در مورد مراسم هالووین قصه بگوئید، اگر زمستان است خاطرات اسکیت بازی و حوادث مربوط به برف را تعریف کنید.

قصه گوئی می تواند هر جایی که شما و فرزندان تان هستید صورت گیرد . شما می توانید (در هنگام قصه گوئی) لباسهای کتیف را از هم جدا و مرتب کنید، به طرف فروشگاه مواد غذایی رانندگی کنید، به طرف ایستگاه اتوبوس قدم بزنید... و یا فرزندان را آخر روز در یک اتاق خواب تاریک در آغوش گرفته باشید.

## داستان ها سرائی است ، نه از بر خواندن ایست

قصه گوئی یک جریان دو طرفه و خیلی شبیه به یک گفتگو میباشد . از فرزند خود انتظار داشته باشید که به وسط گفتار تان بپرد و سؤالی بپرسد و یا جزئیات قصه را تصحیح نماید. شما می توانید قصه را طوری طراحی کنید که مناسب او باشد. قصه وقتی که آنها آماده هستند شروع میشود و وقتی که آنها خسته و بی حوصله شدند به پایان میرسد.

حرکات و تن صدایی را بکار ببرید که داستانتان را جالب تر شود. شما با تمرین فرا می گیرید چه گونه صدای خود را بالا و پایین ببرید و از حرکات، اداها و مکث ها برای قصه گوئی استفاده کنید. کمی اغراق در حرکات می تواند باعث جلب توجه و علاقه فرزندان تان گردد. فراموش کردن جزئیات (در هنگام قصه گوئی) مانند هر مکالمه دیگری مشکل بزرگی را ایجاد نمی کند. قصه گوئی معمولاً با گفتن جمله هایی مانند {آیا من قبلاً} اشاره کردم که...{ یا {چیزی که او دقیقاً} تا این لحظه فراموش کرده بود این بود که...{ قصه را وارد یک مسیر دیگری می برد.

# Nouer des liens au moyen d'histoires

Lorsque vos enfants réclament une histoire, vous dirigez-vous vers un livre ou vers un DVD? Si oui, vous ratez une occasion en or de nouer des liens et de faire passer des messages. Vous avez tout ce qu'il vous faut à portée de main. Prenez un moment pour réfléchir et laissez venir les souvenirs. Ensuite, assoyez-vous pour raconter une anecdote au sujet du passé de votre famille. Vos premières tentatives manqueront peut-être d'assurance, mais vous vous rendrez bientôt compte que vous avez ajouté un élément utile à votre trousse d'outils parentaux, un outil qui en plus fait plaisir à tous.

## Les souvenirs de famille

Quand vous racontez une histoire de famille, vous sélectionnez un souvenir et vous lui donnez vie. Voici quelques suggestions :

- Racontez aux enfants une **histoire à leur sujet** : l'origine de leurs noms; le jour de leur naissance; la première rencontre avec leurs grands-parents.
- Parlez de **vous-même** et de vos souvenirs : l'occasion où vous avez rencontré votre conjoint ou conjointe; le plus beau cadeau que vous avez reçu; ce qui vous faisait peur quand vous étiez jeune.
- Faites appel aux **racines de votre famille** : essayez de vous rappeler des histoires au sujet de la jeunesse de vos propres parents; si votre famille vient d'ailleurs, parlez à vos enfants de cet endroit, qu'il soit situé à 500 ou à 5000 kilomètres.
- Inspirez-vous des **objets qui vous entourent** : dites-leur comment vous avez acquis le vase dans le salon; parlez des vacances au cours desquelles vous avez acheté cette cuillère souvenir.
- Racontez une histoire en lien avec la **saison** : à l'automne, parlez de costumes d'Halloween; en hiver, rappelez-vous des aventures dans la neige et sur la glace.

Vous pouvez raconter des histoires n'importe où. Vous pouvez être en train de trier la lessive ensemble, de rouler en auto vers le supermarché, de marcher jusqu'à l'arrêt d'auto-bus... ou de câliner dans la pénombre de la chambre à la fin de la journée.

## L'art de raconter

Quand on raconte une histoire, la communication se fait **dans les deux sens**, un peu comme dans une conversation. Attendez-vous à ce que vos enfants vous interrompent pour poser des questions et pour corriger un détail. Vous pouvez ajuster votre histoire en fonction de votre public. L'histoire commence quand ils sont prêts et se termine quand ils commencent à s'agiter.

Apprenez à vous servir de **gestes** et du **ton de votre voix**. Avec un peu de pratique, vous serez capable de modifier le registre et le rythme de votre voix, et de vous servir aussi de mouvements, de gestes et de pauses. Votre jeune auditoire sera captivé si vous exagérez des maniérismes habituels. À l'image des conversations, ça ne pose pas de problème si vous oubliez un détail. Les conteurs font souvent des détours

en se servant de phrases telles : « Est-ce que j'ai mentionné que... » et « Ce qu'elle avait oublié jusqu'alors... ».

Les histoires diffèrent du bavardage en ce qu'elles ont **un but précis**. Il se produit quelque chose qui est bon à savoir. Peut-être le personnage principal est-il honnête, grippe-sou, arrogant ou sûr de lui. Peut-être cette qualité occasionne-t-elle un problème, une crise ou une situation comique.

## Suivez les goûts de votre public

Vous apprendrez vite ce qui plaît à vos enfants. Très jeunes, les enfants aiment écouter la même histoire... encore et encore. Ils aiment également entendre les mêmes phrases répétées au sein de l'histoire, comme le refrain d'une chanson. Les effets sonores, tels les vaches qui font « meuuuu » et les cloches qui font « ding, dong », sont une valeur sûre pour attirer leur attention.

Les enfants plus âgés sont attirés par l'action, les surprises et le drame. Les ados préfèrent des histoires tirées du vécu, surtout quand elles font ressortir des moments où vous étiez gênés, anxieux ou dans le tort. Il est rassurant de savoir que les mêmes émotions fortes vous ont secoués quand vous aviez leur âge.

## Quels sont les avantages?

Il existe toutes sortes de raisons de raconter des histoires à vos enfants dans vos propres mots.

- L'heure du conte renforce les **liens familiaux**. Vous et vos enfants partagent une expérience amusante et créative. Du coup, les enfants en apprennent plus au sujet de votre vie, vos réactions et vos racines.
- Les enfants apprennent à **se concentrer** et deviennent des auditeurs actifs.
- Vous activez l'**imagination** des enfants au moyen des images que vous dessinez avec des mots.
- En racontant des histoires qui traitent d'**émotions difficiles**, vous aidez les enfants à calmer leurs propres émotions fortes. Dans le cadre d'une histoire, vous pouvez reconnaître leurs peurs et soulager leurs craintes. Même les mauvais souvenirs donneront lieu à des histoires de difficultés vécues et vaincues.
- Parfois, vous pouvez vous servir d'histoires dans le but de **guider l'enfant** sans le sermonner. Si un enfant fait face à une situation épineuse, vous pouvez raconter une histoire dont le personnage principal est confronté à un problème semblable. De cette façon, vous aidez l'enfant à prendre du recul face à sa situation. Il arrive souvent que cette perspective lui permettra de mieux réfléchir aux conséquences éventuelles. Faites une pause dans l'histoire à un moment donné et posez la question, « Qu'est-ce qui va arriver maintenant? » ou « Que penses-tu que cette personne devrait faire? »

Une fois parti, vous y prendrez goût et vous commencerez à accumuler des histoires pour des moments opportuns. Allez-y, racontez quelques histoires!

*adapté d'un feuillet ressource écrit pour  
FRP Canada en 1997 par Jane Waterston*