

همه ما دوست داریم فرزندانی توانا در: تصمیم‌گیری، رابطه مثبت با دیگران، مقابله با هیجان‌های منفی و حل مشکلات شخصی و همچنین خودآگاه، همدل، خلاق و متفکر داشته باشیم. به این توانایی‌ها، مهارت‌های زندگی می‌گویند. طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی، مهارت‌های زندگی «توانایی انجام رفتارهای سازگارانه و مثبت است به گونه‌ای که فرد بتواند با چالش‌ها و ضروریات زندگی روزمره کنار بیاید».

مهارت‌های زندگی شامل این ده مهارتند: خودآگاهی، همدلی، ارتباط موثر، روابط بین فردی، مقابله با استرس، مقابله با هیجان‌های منفی، تفکر خلاق، تفکر انتقادی، حل مسأله و تصمیم‌گیری.

این کتاب به مهارت «نه گفتن» یکی از مهم‌ترین مهارت‌های بین فردی پرداخته است. نه گفتن به معنای شناختن حریم شخصی و محترمانه و قاطعانه درخواست کردن یا جواب منفی به درخواست دادن است.

شیوه تدریس این کتاب، بر اساس تفاوت‌های فردی کودکان است. یکی از نظریه‌های نوین روان‌شناسی، کودکان را دارای نوع‌های هوش متفاوت می‌داند. به این معنی که هر کدام از بچه‌ها در چند نوع هوش بالاتر و در چند نوع هوش پایین‌تر از دیگرانند. در واقع همه بچه‌ها در یک نوع هوش، نسبت به دیگران برترند. کودکان با هوش‌های متفاوت، یادگیری متفاوتی نیز دارند. انواع هوش‌ها در این نظریه عبارتند از:

۱. هوش کلامی: کودکانی که از نظر کلامی باهوشند، توانایی خواندن و نوشتن بالاتری دارند و در آموزش از فعالیت‌های گفتاری و نوشتاری، بیش‌تر لذت می‌برند.
 ۲. هوش ریاضی و منطقی: این کودکان از استدلال بالاتری برخوردارند و در ریاضی و حل مسائل آن توانمندتر هستند و از فعالیت‌های علمی و آزمایشی نیز بیش‌تر لذت می‌برند.
 ۳. هوش تصویری: کودکانی که از هوش تصویری بالاتر برخوردارند، در فهم تصاویر و خلاقیت در ساخت تصاویر توانمندترند و از فعالیت‌های ترسیمی مثل نقاشی بیش‌تر لذت می‌برند.
 ۴. هوش بدنی و حرکتی: کودکانی که از این هوش برخوردارند، در تعادل و حرکت‌های ظریف بدن توانمندترند و از فعالیت‌های نمایشی و ورزشی بیش‌تر لذت می‌برند.
 ۵. هوش موسیقایی: کودکانی که از هوش موسیقایی بالاتری برخوردارند، در فهم و یاد موسیقی توانمندترند و از فعالیت‌های آهنگین و موسیقایی بیش‌تر لذت می‌برند.
 ۶. هوش درون فردی: کودکانی که از هوش درون فردی بالاتری برخوردارند، خود، انگیزه‌های خودشان را بهتر می‌شناسند و از فعالیت‌هایی لذت می‌برند که به نحوی با خود آن‌ها در ارتباط باشد یا در خلوت تنهایی انجام شود.
 ۷. هوش میان فردی: کودکانی که از هوش میان فردی بالاتری برخوردارند، در شناخت و ارتباط با دیگران موفق‌ترند و از فعالیت‌های گروهی بیش‌تر لذت می‌برند.
 ۸. هوش طبیعت‌گرایانه: کودکانی که از هوش طبیعت‌گرایانه بالاتری برخوردارند، در شناخت و ارتباط با طبیعت موفق‌ترند. آن‌ها از فعالیت‌هایی که در فضای باز انجام شود و یا به نحوی با طبیعت در ارتباط باشد بیش‌تر لذت می‌برند.
- هر کدام از ۸ فعالیت این کتاب، یکی از انواع هوش را بیش‌تر فعال می‌کند. برای همین پیش‌بینی می‌شود که همه بچه‌ها حداقل با یکی از این فعالیت‌ها ارتباط قوی‌تری برقرار کنند.

هر کدام از فعالیت‌های کتاب، با یک راهنمای مربی شروع می‌شود که در آن، نام بازی، هدف بازی و هوشی که در بازی درگیر می‌شود آمده است. در بخش دیگر راهنما، وسایل لازم برای هر بازی آمده است. این وسایل را حتماً قبل از فعالیت‌ها آماده کنید. هر بازی گام به گام توضیح داده شده است. ابزار اصلی شما برای بازی‌ها، تصویرهای راهنماست که برای سهولت کار مربی و بچه‌ها در نظر گرفته شده است. از بچه‌ها بخواهید تصاویر را در کتابشان به دقت ببینند تا در فهم بازی مشکل نداشته باشند.

در پایان، بخشی برای یادداشت مربی در نظر گرفته شده است. بازخوردها و پیشنهادهای خودتان در مورد فعالیت را می‌توانید در کتاب خودتان و بازخورد درمورد بچه‌ها را در کتاب خود بچه‌ها بنویسید؛ مثلاً اینکه هر کودک چقدر به بازی علاقمند بود و با آن ارتباط برقرار می‌کرد.

از اعضای انجمن مردم‌نهاد پویا، سرکار خانم دکتر فاطمه قاسم‌زاده، صدیقه فرهودی، آزاده فضائی، بتول فتح‌الله و بیگم نوری که با پیشنهادهای راهگشا اصلاحات علمی مجموعه کتاب‌ها را انجام دادند بی‌نهایت سپاسگزارم. هم‌چنین از خانم الهام آذر که ارزیابی اولیه کتاب‌ها را به عهده گرفتند، متشکرم. پیشنهاد و انتقادهای شما درمورد کتاب، راهگشای نویسنده و ناشر است. می‌توانید از طریق ایمیل نویسنده به آدرس biniyaz.saeed@gmail.com