هفت مزیت شگفت‌انگیز میکراسپیس‌ها

مقدمه مترجم:

میکراسپیس یک فضای کاری مشترک است که در آن افراد برای ساختن یا یادگیری، سرهم بندی و اکتشاف گرد هم می آیند. این محیط‌های پویا به افراد امکان ساخت، خلق، طراحی و آزمایش را می‌دهد.

حس خلاق بودن بیش از هر چیز دیگری مفهوم زندگی کردن را بها می‌بخشد. (دی. دبلیو.وینیکت ، روانشناس و متخصص اطفال).
اهداف کتابخانه‌ها چیست و کتابداران چه خدماتی به جامعه ارائه می‌کنند؟ دانش، آموزش خودکار و مکانی برای جمع‌آوری اطلاعات فقط بخشی از خدمات سنتی کتابخانه‌ها هستند؛ اما قدم زدن در یک کتابخانه محلی، انتخاب یک رمان و لم دادن بر روی نیمکت‌ها بعدازظهر، این روزها، تفریحی غیرقابل‌تصور به نظر می‌رسد. اکثر مردم وقت، تمایل و یا انرژی ندارند و دلتنگ روزهای گذشته هستند. کتابداران می‌توانند با افزودن میکراسپیس ها به فضای کتابخانه‌ها به استمرار این تجربیات عقلانی و احساسی برای مخاطبان اصلی خود کمک کنند. زمانی که ما دستانمان را برای انجام یک کار تکراری همانند بافندگی به کار می‌گیریم، درواقع ذهن اجازه این کار را می‌دهد. واکنش‌های ناخودآگاه ذهنی مانند افکار باطل، لحظات ناراحت‌کننده، انگیختگی‌های خلاقانه و حتی جزئیات، مسیر زندگی فرد را شکل می‌دهند.

پادزهری برای سبک‌های زندگی امروزی
ما نیازمند حیات بخشیدن به بدنه اجتماع هستیم. به‌ویژه در حال حاضر. فرهنگ امروزی، ضرورت‌هایی همچون هوشیاری زیاد، تفکر متمرکز و ملحق شدن به نشست‌ها را بیشتر می‌کند. ما برای پاسخگویی سریع به هر چیزی تحت‌فشار هستیم. دستگاه‌ها اهداف خاص خود را دارند اما نقایص جدی هم دارند. مشکلات بهداشتی از نگرش ضعیف تا تکنو استرس- اصطلاح معادل اضطراب و افسردگی همبسته- زمانی به وجود می‌آیند که ما صرفاً به ظواهر امر اکتفا کرده‌ایم.
اگرچه شنیدن یک پیام جدید، سبب تولید اسیدآمینه شادی‌آور و تحرک بیش‌ازحد بدن برای برقراری تعامل با آن می‌شود. به‌طور متناقض، این مسئله شناخت را به مخاطره می‌اندازد. بدون گذراندن دوره‌های تثبیت برای بازخورد و هضم اطلاعات جدید، ما کمتر قادر خواهیم بود که آنچه را که می‌آموزیم مدیریت کنیم.

عناصر انسانی
استادریتا پیرسون بر ماهیت حیاتی روابط انسانی در رشد و یادگیری تأکید می‌کند. من خانم راد ، کتابدار مدرسه دوران ابتدایی‌ام را به‌عنوان یک‌شکل دهنده ذهن مورد اعتماد، به خاطر دارم، او هر هفته به من کمک می‌کرد تا یک بیوگرافی جدید از یک زن مشهور را انتخاب کنم. تا روزی که در مواجه با نقص غیرعادی من گفت: عزیزم من متأسفم، اما همه‌چیزهایی که من نوشته‌ام کتاب‌هایی درباره پسران است. آیا می‌خواهید مایلز استاندیش را امتحان کنید؟

در این قسمت، اجازه دهید مزایای هفتگانه میکراسپیس های کتابخانه‌ای را برای کاربرانتان توضیح دهیم:

1. میکراسپیس ها کاربران را روزآمد نگه می‌دارند. اطلاعات گسترده درباره مدیتیشن به ما آموخت که تمرکز بر لحظه کنونی، احساس آرامش، تکامل و رضایت را به همراه خواهد داشت. در مقابل، نگرانی در مورد آینده می‌تواند باعث استرس شود. برنامه‌ریزی با اعتدال سازگار است اما در صورت زیاد بودن مضر است. فکر کردن در مورد گذشته هم مطلوب نیست. این مسئله ممکن است شامل فکر کردن در مورد تمایلات مخرب شود و یا درنهایت دستخوش پشیمانی شود. برخی بازخوردها و تصورات گذشته می‌تواند امکان تکرار دوباره اشتباهات را کاهش دهد، اما بازهم افراط در آن می‌تواند زندگی را نابود کند.
2. میکراسپیس ها سبب تسریع جریان خون می‌شوند. زمانی ما در یک‌زمان فقط می‌توانستیم بنشینیم و برای یک یا دو ساعت مطالعه کنیم چون بقیه روزمان را باید به راه رفتن، ایستادن، ورود و خروج از اتومبیل‌ها، فروشگاه‌ها، منازل و کلاس‌های درس می‌گذراندیم؛ اما امروزه مواد غذایی، یک فیلم، حتی یک دوره کالج یا یک فنجان قهوه می‌تواند با فشردن یک دکمه تحویل داده شود. این امر ما را از انجام این فرایندهای فیزیکی محروم می‌کند. ساخت‌وساز برخلاف کار با کامپیوتر بدن را به جنبش و حرکت وامی‌دارد. هنگام برخاستن از خواب، می‌توانید شروع به حرکات کششی اعضای بدنتان یا حرکات قیچی‌وار کنید تا سرزنده (شاداب و سرحال) شوید.

تمامی حقوق برای مجله کتابدار 2.0 محفوظ است. نقل مطالب مجله تنها با ذکر منبع و نام نویسنده مجاز است.

پسرم و من اخیراً آشیانه‌های پرنده را در یک موزه ساختیم. برای رسیدن به ظرف چسب بدنمان بیش‌ازحد در طول میز کشیده شد. سپس دست از کار کشیدیم و سعی کردیم سرنخ‌های بیشتری ازجمله نمونه‌های ساخته‌شده توسط مربی را دنبال کنیم و حتی از پنجره به یک سینه‌سرخ نگاه کنیم. عضلات خود را در شرایطی نگه‌دارید که انگار از دست‌هایتان بر روی کیبورد یا صفحه‌نمایش استفاده نمی‌کنید.

3. میکراسپیس ها حس استقلال‌طلبی را پرورش می‌دهند. پروژه‌ها درزمینهٔ یادگیری مستقل هستند. مطالعات نشان می‌دهند که یکی از کلیدهای موفقیت ایجاد محیطی است که انگیزه ذاتی را تقویت کند. زمانی که اشتیاق به‌جای انطباق این کار را انجام می‌دهد، احتمال موفقیت بیشتر است. استعداد ذاتی یا تلاش برای جبران یک کمبود- بعضی از مردم فقط می‌خواهند سخت‌ترین گزینه را انتخاب کنند- ممکن است در انتخاب یک پروژه تعیین‌کننده باشند. میکراسپیس ها برای تقویت یادگیری مستقل مکان ایده آلی هستند و کتابخانه‌ها می‌توانند در این مسیر تأثیرگذار باشند.
4. میکراسپیس ها با به‌کارگیری دست‌ها، باعث تقویت مغز می‌شوند. تحقیقات روانشناسانی همانند رابرت و مایکل روت برنستین نشان می‌دهد که متخصصان در این زمینه بسیار اندیشیده‌اند. هنر و صنایع بر اساس یافته‌های اثبات‌شده، مهارت‌هایی همانند مشاهده، تفکر بصری و بازشناسی الگو را توسعه می‌دهد. آن‌ها عادت‌هایی که شامل تمرین، حفاظت، حل مسئله آزمون‌وخطا هستند را پرورش می‌دهند. باور رایج در بین اکثر دانشمندان معروف ازجمله اینشتین این است که کاردستی‌ها به‌طور قابل‌توجهی، پیشینه‌های شخصی آن‌ها را شکل می‌دهد. ساختن و سرهم‌بندی اشیاء، هوش را تقویت می‌کند چراکه بخش بزرگی از قشر حسی- جسمی (حسی پیکری) مغز به دست‌ها متصل است. مطالعات نشان می‌دهند که کودکانی که یادداشت‌ها را با دست می‌گیرند مطالب سخنرانی را عمیق‌تر فرامی‌گیرند. به‌عنوان‌مثال آناکساگراس فیلسوف می‌گفت: دست دریچه‌ای برای ذهن است.
5. میکراسپیس ها روحیات مردم را بهبود می‌بخشند. مطالعات انجام‌شده توسط دکتر کلی لمبرت نورولوژیست و نویسنده تحت عنوان " افزایش افسردگی و وبلاگ نویسی" نشان می‌دهد که استفاده مفید از دست‌ها باعث تقویت روحیه افراد می‌شود. دکتر سونیا لومبورسکی روانشناس و متخصص خنده‌درمانی گفت: اگر یک شخص شاد را پیدا کنیم درواقع یک پروژه را پیدا خواهیم کرد. آن‌ها گزینه‌های زیادی برای استفاده هدفمند از دست‌هایشان دارند. اگر کتابخانه شما باغچه، چرخ‌خیاطی یا تصاویر نقاشی‌شده ندارد می‌توانید پروژه‌های مختص منازل را پیشنهاد و مدیریت کنید. شناخت ذهنیت و علاقه‌مندی‌های جستجوگر همانند آنچه کتابدار قدیمی من خانم راد انجام داد به شما کمک می‌کند تا شما نیز به دیگران کمک کنید.
6. میکراسپیس ها سبب برانگیختن حس جامعه‌پذیری می‌دهند. بر اساس اطلاعات بنیاد هنر و سلامت تقریباً یک‌سوم جمعیت از احساس تنهایی رنج می‌برند. بر اساس تد تالک اخیر انجام‌شده توسط رابرت والدینگر روانپزشک و بر اساس نتایج مطالعات چند دهه‌ای، ارتباطات عمیق با دیگران بزرگ‌ترین منبع برای زندگی بهتر هستند. برای اکثر مردم یک کتابخانه انجمنی می‌تواند خیلی چیزها از گفتگوهای غیررسمی گرفته تا باهدف مشترک ارائه کند. صرفاً نمایش دادن و حضور یافتن در اجتماع می‌تواند ازنظر روان‌شناختی التیام‌بخش باشد. یک‌راه برای حضور فرد به‌عنوان بخشی از یک گروه اجتماعی ممکن است با مشارکت وی در فعالیت‌هایی مانند خیاطی کردن، مجسمه‌سازی، قالیبافی نمود پیدا کند. آموزش مهارت‌های مبتنی بر دست همانند نجاری، صنایع‌دستی، پخت‌وپز توسط افراد بازنشسته به جوان‌ترها یک موفقیت بزرگ است.
7. میکراسپیس ها عادت اسراف و دور ریختن را از بین می‌برند. یکی از مزایای ساختن این است که از طریق استفاده مجدد از چیزهایی که به‌آسانی در دسترس است احساس ابتکار، خلاقیت و توانمندسازی را تقویت می‌کنیم. پدربزرگ من یک‌بار گفت: من دوست دارم یکشی شکسته قدیمی را پیدا کنم و ببینم چه‌کاری می‌توانم با آن انجام بدهم. ترکیب عناصر قدیمی برای ساختن چیزهای جدید تعریف خلاقیت ازنظر رولو می روانشناس است. مخاطبان می‌توانند اشیا شکسته، قطعات اشیاء، اسباب‌بازی‌های خراب و ... را بازسازی کنند. یک شیء بی‌ارزش برای یک شخص می‌تواند بعدها برای شخص دیگری تبدیل به یک شیء گران‌بها شود.

پاسخ به مقاومت

مخاطبان ممکن است بگویند، «اما من خلاق نیستم» این درست نیست! همه مردم به‌نوعی خلاق هستند اما خلاقیت فقط یک ذهنیت است که تغییر در موجودیت اشیا را به شیوه‌ای مثبت امکان‌پذیر می‌سازد. با درگیر کردن عمیق‌تر خودتان به کار، شما به‌طور طبیعی خلاق خواهید بود. برایان آلدیس نویسنده خلاقیت را به‌عنوان یک‌راه حل برای مشکل تعریف کرده است. استیو جابز آن را «فقط برقراری ارتباطات» می‌نامد. پیکاسو گفت که همه بچه‌ها خلاق هستند، وظیفه ما این است که به آن‌ها کمک کنیم در این مسیر بمانند.

ساختن فرایندی حیاتی برای به وجود آوردن شادی، سلامتی و بسط ذهن است. با ایجاد میکراسپیس ها، کتابداران می‌توانند مردم و جوامع را قدرت بخشند. با کمک به مخاطبان و درگیر کردن آن‌ها از طریق فراهم کردن پروژه‌ها و همچنین کتاب‌ها، کتابداران روحیه و همچنین افکار را تقویت می‌کنند. همان‌طور که ویلا کاتر نوشت، «این شادی است که در چیزی

تمامی حقوق برای مجله کتابدار 2.0 محفوظ است. نقل مطالب مجله تنها با ذکر منبع و نام نویسنده مجاز است.

کامل و عالی جذب می‌شود.»

منبع: این نوشته ترجمه مطلبی با این عنوان است: Seven Surprising Benefits of Maker Spaces

مترجم: مهناز کریم زاده

مشخصات استناددهی به این مقاله

نویسنده(ها):	مهناز کریم زاده
عنوان مقاله:	هفت مزیت شگفت‌انگیز میکراسپیس‌ها
عنوان مجله:	کتابدار ۲.۰ –(عنوان لاتین: i-Kitابدار 2.0)
دوره مجله(Vol):	۳
شماره مجله(Issue):	۴
سال(Year):	۱۳۹۶
شناسه دیجیتال(DOI):	
لینک کوتاه:	http://lib2mag.ir/9044

lib2mag.ir

تمامی حقوق برای مجله کتابدار 2.0 محفوظ است. نقل مطالب مجله تنها با ذکر منبع و نام نویسنده مجاز است.