

بعد از تعطیلات نوروزی؛ چگونه فرزند دانش آموز خود را آماده رفتن به مدرسه کنیم؟

15 فروردین 1404

با پایان یافتن تعطیلات نوروزی؛ یکی از مشکلات شایع و در عین حال بزرگ والدین این است که چگونه کودکان دانش آموز خود را آماده رفتن به مدرسه کنند؛ به خصوص این که این تعطیلات در کشور ما بیش از دو هفته بوده است.

برای این که کودک دانش آموز ما آغاز سال نو را بی دغدغه و مطمئن در مدرسه آغاز کند؛ توجه به چند نکته ضروری به نظر می رسد:

سعی کنید خواب کودک دانش آموز خود را تنظیم کنید. او را زودتر از شب های گذشته که سرگرم بازی و یا تماشای تلویزیون بوده است، به رختخواب خود بفرستید و صبح روز بعد نیز کمی زودتر از سایر روزها بیدار کنید تا با نشاط تر خانه را ترک و با شادابی و نشاط به مدرسه برود.

به طور غیرمستقیم در مورد درس های جدیدی که باید از آغاز سال نو در مدرسه فرا بگیرد صحبت کنید. او را تحت فشار قرار ندهید. با آرامش به وی یاد آوری کنید که با توجه به ماه های پایانی سال تحصیلی باید بیش تر از پیش درس های خود را دنبال کند.

بهتر است با همکاری هم کیف و کتاب های مدرسه را مطابق برنامه کلاسی آماده کنید تا در کلاس با مشکلی روبرو نگردد.

*دکتر رویا درویش پیشه؛ روانشناس و مشاور خانواده