

مدرسه هم مانند خانه است

30 شهریور 1402

آماده کردن کودکان برای ورود به اولین سال مدرسه یعنی آماده کردن او برای ورود به دنیایی نو

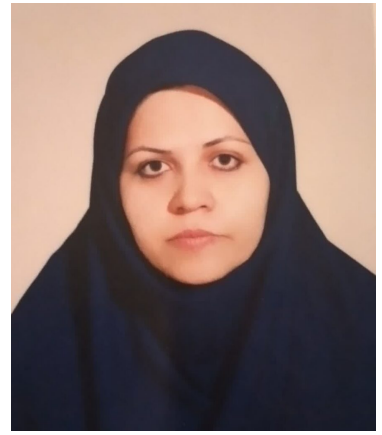
برای خانواده هایی که دانش آموز کلاس اولی دارند، این روزها فضای خانه و خانواده آنان با سایر روزهای گذشته تفاوت های زیادی پیدا کرده و رنگ و بوی دیگری پیدا کرده است هرچند ممکن است با توجه به اجباری شدن دوره پیش دبستانی در نظام آموزشی کشور ، فرزند عزیز شما تجربه حضور در محیط خارج از خانه ، آموزش های فردی و یادگیری های گروهی را آموخته باشد اما نباید فراموش کنیم که خاطره شیرین سال اول دبستان ، هم با دوره های پیش دبستانی سال های گذشته و هم با روزهای اول مهر سال های آینده چیز دیگری است که تا برای همیشه در ذهن و خاطره دانش آموز باقی خواهد ماند تا آن جا که این خاطره را نه تنها برای فرزندان خود که حتی برای نوه های خود نیز با آب و تاب و با تمام ریزه کاری ها تعریف خواهد کرد.

دکتر کبری درویش پیشه ، مشاور و روان شناس تربیتی با بیان مطلب فوق افزود: آن چه باید بیش از همه مورد توجه مادران کلاس اولی باشد ؛ آماده کردن کودکان برای ورود به اولین سال مدرسه یعنی آماده کردن او برای ورود به دنیایی نو که پر از تجربه و اتفاقات جدید خواهد بود، باشد.

وی تصریح کرد : مادران و حتی پدرانی که روزی مانند کودکان شان این روزها را سپری کرده اند ، باید خاطره ها و تجربه های خود را به شکل و گونه ای توصیف نمایند که این فکر مثبت و در عین حال زیبا در ذهن فرزند شکل بگیرد که چه ساعت های شیرینی در انتظار او است. مادران و پدران باید مشکلات و سختی های روز اول را با نگاهی مثبت توصیف کنند که مدرسه هم مانند خانه است و معلم و آموزگار او مانند مادر یا پدر او مهربان هستند.

دکتر درویش پیشه به مادران توصیه کرد: بهتر است دانش آموز کلاس اولی، شب قبل از بازگشایی مدرسه ، شام سبک میل کند و روز اول مدرسه نیز یک قمقمه یا بطری آب در اختیار خود داشته باشد تا بتواند در زنگ تفریح به میزان کافی آب بنوشد. فراموش نباید کرد که روز اول بازگشایی مدارس و به دلیل مراسم طولانی آغاز سال و در صف ایستادن و مهم تر از آن اضطرابی که کودک دارد، او را زودتر و حتی بیش تر تشنه می کند.

وی ادامه داد : برای زنگ تفریح فرزند دانش آموز خود میان وعده سبک اما مقوی و مفید در نظر بگیرید. یک لقمه نان و پنیر ، نان و پنیر و گردو، انواع مغزها و دانه های آجیلی و یا سبزیجات و میوه های تازه مانند هویج یا سیب می تواند بهترین انتخاب برای میان وعده فرزند شما باشد .



دکتر کبری درویش پیشه

دکتر درویش پیشه با اشاره به این که آموزش نظم و انضباط باید از درون خانواده به فرزند آموزش داده شود ، تاکید کرد: روز اول مدرسه درست سر وقت حاضر شوید. فراموش نکنید دیر یا زود رسیدن و انتظار، فرزند دانش آموز شما را مضطرب می کند. به کودک خود ساعت شروع و پایان کلاس های درسی را اطلاع دهید تا او احساس سردرگمی نکند. فرزند دانش آموز خود را مطمئن کنید تا در صورت بروز هرگونه مشکلی که حضور شما ایجاب نماید ، در کوتاه ترین زمان ممکن و اولین فرصت کنار او در مدرسه خواهید بود.

این مشاوره مدرسه به مادران یادآور شد :حتما اسم و شماره تماس های ضروری خود را روی یک کاغذ نوشته و درون کیف مدرسه یا جیب فرزند دانش آموز خود قرار دهید. این کار علاوه بر این که به دانش آموز کلاس اولی شما احساس امنیت و آرامش بخشیده و اضطراب و نگرانی های خاص او را در این سن کاهش می دهد، می تواند کمک موثری به اولیا مدرسه یا نیروی انتظامی درمواقع ضروری نماید.

دکتر درویش پیشه با اشاره به این که ممکن است بعضی از کلاس اولی ها با سرویس مدرسه به مدرسه بروند و پیش از این نیز تجربه استفاده از سرویس را جهت مراجعه به مهد کودک یا پیش دبستانی نداشته اند ؛ تاکید کرد: اگر فرزند کلاس اولی شما این تجربه را ندارد ، ضمن آموزش نحوه درست سوار و پیاده شدن از سرویس مدرسه ، حتما قبل از شروع سال تحصیلی فرزند خود را با راننده سرویس آشنا کنید. این آشنایی به فرزندتان کمک می کند تا در مواجهه و همراهی با یک فرد غریبه یعنی راننده سرویس خود ، مضطرب نشده با احساس امنیت درس خود را آغاز نماید .

این روان شناس با اشاره به این که با شروع سال تحصیلی ساعات بیداری دانش آموزان نیز تغییر خواهد یافت و همین تغییر آنان را حداقل برای چند روز اول بازگشایی مدارس دچار مشکل خواهد کرد ، به مادران توصیه کرد: فرزندان خود را باید به زود خوابیدن و زود بیدار شدن عادت دهند چراکه کم خوابی و خواب آلودگی بر روند و نحوه یادگیری دانش آموز تاثیر فراوانی خواهد داشت تا آن جا که اگر این خواب آلودگی به شکل عادت درآید علاوه بر ایجاد خستگی ، موجب کاهش دقت دانش آموز در یادگیری تمامی دروس خواهد شد . پس مادران باید فرزندان خود را قبل از بازگشایی مدرسه با این تغییر ساعات آشنا کنند و بهترین روش در این آشنایی ، همراهی آنان با فرزندان خود است .



دکتر درویش پیشه در پایان به خانواده ها و به خصوص مادران یادآور شد : با کادر مدرسه در ارتباط باشید و به توصیه های آنان عمل کنید و از آنان درخواست های غیر منطقی نکنید. بر اساس نظریه های یادگیری ، اختلاف ها و ناسازگاری های میان والدین با مدرسه علاوه بر تاثیر سوء بر رفتار دانش آموز در محیط مدرسه ، بر شخصیت او نیز اثر منفی خواهد داشت که نتایج این اثرات در طول زندگی شخصی و یاکاری او در زمان حال ویا آینده آشکار خواهد شد .از آن جایی که این ناسازگاری های میان والدین و یا مدرسه اجتناب ناپذیر بوده و گاهی از سوء تفاهم ها و یا سوء برداشت ها شکل خواهد گرفت ، خانواده ها باید سعی کنند تا این اختلاف ها به صفر یا حداقل برسد .

خانواده ها باید ارتباط خود را با کادر آموزشی مدرسه ، معلمان و انجمن اولیا و مربیان مدرسه فرزند خود حفظ کرده و در صورت امکان علاوه بر حضور مستمر در جلسات انجمن اولیا و مربیان ، این حضور را در اولویت کاری خود قرار دهند .

***گزارش : مبینا شایسته نیا**