

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