



فرزند خود را برای ورود به دبستان آماده کنید

آماده کردن کودکان برای رفتن به مدرسه تنها مربوط به روزها و حتی ماه‌های قبل از آغاز مدرسه نیست ، بلکه جریانی به هم پیوسته است که باید در سال‌های قبل از دبستان برنامه‌ریزی و به تدریج اجرا شود تا در ضمن اجرای این برنامه‌ها کودک آرام آرام برای فعالیت‌های اجتماعی مستقل تر آماده شود در نهایت روزهای آخر این برنامه‌ریزی منتهی گردد به ورود عینی به مدرسه و آمادگی برای تطبیق با مدرسه به معنای خاص آن .

ما و نگرانی‌های ما برای شروع مدرسه فرزندمان

نگرانی‌ها و اضطراب‌های ناشی از رفتن به مدرسه مختص کودک نیست، بلکه ما بزرگ‌ترها هم از این بابت دچار دلشوره‌ها و نگرانی‌هایی هستیم که بدون هیچ تردیدی بر رفتار فرزند ما نسبت به شروع مدرسه اثر می‌گذارد معمولاً برای فرزند اول یا تنها فرزند خانواده، نگرانی‌های ناشی از رفتن به محیط جدید و جدا شدن از خانواده بیشتر است . حالا بیایید کمی به این موضوع فکر کنید که به نظر شما فرزندتان برای ورود به مدرسه از چه چیزهایی می‌ترسد و نگران چه چیزهایی است؟ بعد به این موضوع فکر کنید که برای رفع این نگرانی‌ها چه می‌توان کرد؟ به نظر شما صحبت کردن کافی است؟ معمولاً دو چیز بیش از حرف بر فرزند ما اثر می‌گذارد ، یکی اعمال ما و دیگری تجربه شخصی خودش . پس بیایید آن چه را می‌خواهید درباره مدرسه و درس به فرزندتان بگویید و انتظار دارید فرزندتان با استفاده از آن بر اضطراب‌های اولیه خود غلبه کند، در وجود خودتان درونی کنید. برای این منظور ابتدا به پرسش‌های زیر پاسخ دهید:

- آیا به نظر شما به راستی روز اول مدرسه نگرانی دارد یا همه چیز عادی است و جای هیچ نگرانی نیست؟
- آیا فضای مدرسه آشنا و مأنوس است؟
- آیا شما به عنوان والدین ، همه جای مدرسه را دیده‌اید؟
- آیا مدرسه رفتن جلوی تفریح و استراحت انسان را می‌گیرد؟
- آیا در مدرسه دانش‌آموزان تنبیه و تشویق می‌شوند؟ چه موقع و چگونه؟
- در مدرسه چه کسی به جای ما به کودک کمک می‌کند؟
- چگونه می‌توان کودک را به پذیرش مسئولیت در کارهای مربوط به مدرسه عادت داد؟

پرسش‌هایی از این دست را برای خودتان منصفانه پاسخ دهید. اگر چنین تلاشی انجام دهید و پاسخ‌های مناسب را به دست آورید و به آنها باور داشته باشید، بعد از مدتی آرام آرام حرف‌هایتان بر اعمال‌تان اثر می‌گذارد و خود به خود در کنار فرزندتان ناقل آرامش و راحتی ، برای شروع سال تحصیلی خواهید شد، و آن وقت است که هر چه بر زبان‌تان جاری شود بر دل کودک نیز می‌نشیند.

پس از این مقدمات توجه شما را به نکات کلی و عمومی برای آماده کردن کودکان برای درس خواندن جلب می‌کنم:

- ❖ مراقب بد آموزی های بچه های دیگر باشید . گاه دانش آموزانی که در مقاطع دیگری از تحصیل هستند ، بطور مستقیم یا غیرمستقیم به کوچک ترها القا می کنند که مدرسه جای خوبی نیست و
- ❖ گاه بحث ها و گفتگو ها میان بزرگ ترها بطور غیرمستقیم ترس و گریز از مدرسه را دامن می زند . مواظب باشید بحث های انتقادی نسبت به نظام آموزشی در حضور کودکان ، ممکن است به نگرانی هایی در کودک منجر شود که خود به تنهایی قادر به درک علت و رفع آنها نیست .
- ❖ اگر خودتان بپذیرید که یادگیری سرگرم کننده ، شیرین و لذت بخش است ، آن وقت می توانید این امر را به فرزندتان نیز منتقل کنید . " به راستی آیا شما لذت یادگیری را چشیده اید؟"
- ❖ آیا شما حوصله ی به پایان رساندن کاری را دارید؟ یا عادت دارید کارها را نیمه تمام رها کنید و به کار دیگری بپردازید؟ مهم نیست چه کاری ، مهم این است که در انجام کارها خود را مقید کنید آن را به پایان برسانید و صبورانه در این راه کوشش کنید. این نوع رفتارها به طور مستقیم در فرزندتان اثر می گذارد و اثر آن تا حد زیادی در انجام کارهای درسی، خود را نشان می دهد . پس فرزندتان را برای پیگیری در انجام کارها آماده کنید .
- ❖ مطالعه را هم خودتان جدی بگیرید ، هم برای فرزندتان امری لازم و لذت بخش بدانید . در علاقه مند کردن فرزندتان به مطالعه مواظب باشید مطالعه به صورت یک تکلیف سخت و آزاردهنده درنیاید و کودک را از خواندن گریزان نکند .
- ❖ خوب گوش کردن را تمرین کنید . این کار را هم در خودتان تقویت کنید و هم در فرزندتان . با حوصله به حرف های دیگران از جمله فرزندتان گوش کنید . فرصت هایی فراهم کنید تا در خانواده یک نفر با صدای بلند کتاب بخواند یا حرف بزند و بقیه با دقت به حرف های او گوش دهند و درباره ی آنچه گفته شده به گفتگو بنشینید .
- ❖ به بچه ها کمک کنید درست صحبت کنند . کلمات را شمرده و درست ادا کنند و معنی آن را بفهمند . این حرف به این معنی نیست که مرتب میان صحبت فرزندتان ، حرف او را تصحیح کنید ، بلکه همان فرصت های مناسب برای باهم خواندن ، باهم حرف زدن و خوب گوش دادن می تواند زمینه ساز چنین کاری باشد .
- ❖ تلاش کنید کارهای خوشایند و تفریحی را در تقابل با کارهای مدرسه قرار ندهید و هماهنگی موزونی بین همه فعالیت های فرزندتان ایجاد کنید .
- ❖ اعتماد و اطمینان فرزندتان را جلب کنید تا با خیال راحت به مدرسه برود و مطمئن باشد که به موقع به دنبالش می روید و در غیاب او در خانه اتفاق مهمی نمی افتد و رفتن او به مدرسه به معنی قطع رابطه ی عاطفی با مادر نیست . گاهی نگرانی از نبودن با فرزند این احساس را در مادر هم ایجاد می کند که شاید کودکش نتواند مدتی دور از مادر یا دور از خانه باشد . اگر شما هم از این گروه مادرها هستید ، خوب است تمرین کنید که دوری از فرزند برای ساعت هایی در روز که او در مدرسه است ، اشکالی ندارد تا عکس العمل عادی شما بطور غیرمستقیم در فرزندتان نیز اثر بگذارد .

چند نکته مهم برای شروع مدرسه

- توجه کنید که وسائل لازم و مورد نیاز فرزندان حتماً باید فراهم شود ، ولی از خرید وسائل اضافی و تشریفاتی خودداری کنید .
- برنامه ی خواب ، غذا و خوراکی میان وعده ی فرزندان را کنترل کنید تا با انرژی و آرامش بیشتری به مدرسه بروند .
- مراقب باشید در اجرای برنامه ی خواب برای فرزندان در مقابله با او قرار نگیرید و خوابیدن را به صورت یک تکلیف سخت درنیاورید بلکه موقعیت خواب را در خانه به وجود آورید و بگذارید با آرامش و بدون دغدغه خاطر به خواب بروند و نگران این نباشد که وقتی او می خوابد، بقیه چه می کنند .
- فرزندان هنوز تجربه ی کافی برای درک معایب مدرسه یا نظام آموزشی را ندارد . پس نظرهای تان را بی پروا مطرح نکنید ، بلکه در ارائه آن دقت کافی به عمل آورید و آنچه لازم نیست فرزندان از آن باخبر شود ، در اختیار او قرار ندهید . مهم این است که او بداند شما با مدرسه رابطه ی خوبی دارید .
- مراقب باشید با تعریف های غیرواقع بینانه از مدرسه ، کاری نکنید که در اولین برخورد با مدرسه کودکان دچار ناکامی و سرخوردگی شود .
- هیچ دو کودکی مثل هم نیستند ، پس هیچ وقت فرزندان را با هیچ کودکی مقایسه نکنید .

دو کار خوش آیند

- ★ خانه را برای روز اول مدرسه آماده کنید ، درست مثل آمادگی برای جشن و مهمانی. با ایجاد تغییرات خوشایند در خانه به استقبال سال تحصیلی بروید و شروع سال تحصیلی را جشن بزرگی قلمداد کنید .
- ★ با کمک فرزندان شروع کنید به یادداشت کردن واقعه های مهم مدرسه . یک دفتر یادداشت مشترک با فرزندان داشته باشید و در ابتدا آن را با هم بنویسید (او بگوید و شما بنویسید) و به تدریج دفتر را به او واگذارید تا خودش بنویسد .

منبع : مجزه شماره (۱۱) مؤسسه مادران امروز