نصائح مفيدة لإستقبال العام الدراسي الجديد

◄عزيزتي الأُم.. لقد حان وقت العودة إلى المدرسة، إليك النصائح التالية: - تفحصي في المكتبة الكتب التي تروي قصصاً حول اليوم الأوّل من المدرسة. - قومي بزيارة المدرسة ودعي طفلك يلعب في تجهيزات الملعب. - تحدثي مطولاً عما ستكون عليه المدرسة ولكن لا تعدي بشيء لست متأكّدة من حصوله. استمعي جيّداً إلى طفلك لإكتشاف مخاوفه وقلقه. حاولي أن تضعي نفسك مكانه. قد تبدو بعض المخاوف سخيفة بالنسبة إليك ولكنها حقيقة جدّاً بالنسبة إلى طفلك. - ساعدي طفلك للتمرّن على قول اسمه الكامل وعنوان المنزل ورقم الهاتف. إنّ حفظها بتنغيم قد يجعلها أسهل للتذكر. - جربي لعبة الأدوار. دعي طفلك يمثل دور كل من التلميذ والأستاذ. - في خلال الأسبوع قبل المدرسة، حاولي أن تقومي بجولة مع طفلك في المدرسة. أُطلبي رؤية معلمة طفلك أثناء الزيارة. قد ترغبين في تصوير الصف والكافيتيريا والغرف المهمة الأخرى ليعتاد طفلك على المدرسة منذ اليوم الأوّل. أحضري "يوم التعارف" إذا كان في المدرسة واحد. - تأكّدي من أن طفلك رأى الحمامات العامة واستعملها كي يعتاد على حمامات المدرسة. زوري حمامات المدرسة واحرصي على أن يعرف طفلك كيف يطلب الإذن للذهاب إلى الحمام. - ارسمي خريطة كبيرة تتضمن الطريق من المنزل إلى المدرسة بالإضافة إلى العلامات الأرضية البارزة. دعي طفلك يلعب بها مستعملاً سيارات أو ألعاب صغيرة. - توجهي إلى موقف الباص (أو المدرسة بحد ذاتها) مع طفلك قبل أن تبدأ المدرسة. ارجعي كافة الترتيبات

الخاصة بالعودة إلى المنزل حتى يتمكن طفلك من فهم الروتين الجديد حقاً. إن كان في بلدتك برامج حماية، أطلعي طفلك على "المنازل الآمنة". - تحققي إنْ كان هناك طفلاً في الحي سيسلك الطريق نفسها سيراً على الأقدام مثل طفلك لا سيما إذا كنتِ جديدة في الجوار. قدميه إلى الأطفال واسمحي لهم بالتعرّف على بعضهم البعض قبل بدء السنة المدرسية. - تأكّدي من أن طفلك لديه صديق مألوف في اليوم الأوّل من المدرسة، إن أمكن. - قد يكون الدخول إلى الصف بمفرده صعباً على طفلك. لذا حاولي تدبر أمر وصوله برفقة صديق له. - أعطي طفلك هديتين لتنظيم وقته: منبّه أو ساعة راديو (أُضبطيها على وقت النوم والنهوض) ورزنامة لتحديد الأيّام المميّزة. · التنظيم للصباح الباكر: - حددي وقت النوم في الليلة التي تسبق يوم البدء بالمدرسة والتزمي به. انهضي بنفسك باكراً وأحضري الأغراض التي سيحتاج إليها طفلك في المدرسة. - ابدأي باختيار ملابس اليوم التالي وتجهيزها في الليلة السابقة بما في ذلك الأحذية والجوارب. أو نسّقي ثياب المدرسة وعلّقيها في الخزانة. دعي طفلك يختار بين ردائين يومياً. - حضّري مائدة الفطور قبل الخلود إلى النوم. - تأكّدي دورياً من أن كافة ساعات المنزل تشير إلى الوقت نفسه. - أعطي طفلك الدوافع للبقاء نشيطاً (لا فطور إلى أن يرتدي ملابسه، لا تلفاز إلى أن يتناول وجبة الفطور وإلى ما هنالك). · تعلّم الشمال من اليمين دعي طفلتك تشكّل حرف (L) باستعمال يدها اليسرى والأصابع مضمومة معاً والإبهام ناتئة بخط مستقيم. إذا كانت طفلتك يمينيّة، فإنها "تكتب باليد اليمنى". · روتين الإنطلاق إلى المدرسة: - أُضبطي المنبّه لتساعدي طفلك على معرفة وقت تجهيز أغراضه والاستعداد للذهاب إلى المدرسة. - علقي بطاقات تحمل اسم طفلك على ثيابه والتي سيتم نزعها في المدرسة (سترات، قمصان صوفية وإلخ). - ضعي المال لشراء الحليب داخل حقيبة أو صندوق غداء طفلك كي يجده بسهولة. كما أن أكياس السندويشات البلاستيكية جيّدة لحفظ القطع النقدية. - علّمي طفلك ألا يمشي أمام باص المدرسة إلى أن يرى عيني السائق. فهذا يؤكد أنّ السائق يرى طفلك أيضاً! - زوّدي طفلك بماسورة (أنبوب) ورق مرحاض فارغة ليضع فيها الأوراق من المدرسة وإليها. وفي الطقس الممطر، يمكن وضع الماسورة في كيس بلاستيكي لحماية إضافية. - اشتري لطفلك حقيبة مدرسية عادية أو حقيبة ظهر صغيرة. (كلتاهما ستجعله يبدو ناضجاً). لن تتعرّض حقيبة الظهر للإحتكاك بالأرض مثل الكيس. - احفظي دبابيس كبيرة في المتناول لتدبيس ملاحظات إلى المعلمة على ثياب طفلك. - اجعلي أحد الوالدين الذي يعمل خارج المنزل يصطحب الطفل في الأيّام القليلة الأولى، سيعتاد الطفل على توديع أحد الوالدين ولن يكون الأمر صعباً جدّاً. - تأكّدي من أن طفلك يعلم

أنّه غير مسموح لأحد إلا أحد الوالدين (أو شخص آخر محدد) باصطحابه من المدرسة بدون موافقة خطية من الأهل. يلجأ بعض الأهل إلى إعتماد كلمة سر. - لا تنسي أن تسألي طفلك يومياً عن النشاطات المدرسية. أصغي جيّداً إلى الأجوبة لمنع حصول أي مشكلة. (يقاسم بعض الأطفال مشاكلهم أكثر من غيرهم). لا تهملي طفلك! قد تجدين أنّ الوقت المناسب لتسألي طفلك عن أحداث اليوم هو في المساء عندما تضعينه في السرير.

- لنفترض أنّك عايشت سنوات طفلك الخمس الأولى (واستمتعت بها)، فإن الآن هناك السنوات الذهبية (من عمر الست سنوات حتى الثانية عشرة) للتطلّع إلى تجربتها. إنّها السنوات التي ما يزال فيها الأطفال صغاراً بما يكفي ليحبوا أهلهم ومع ذلك ناضجين بما يكفي ليريحوهم من مهمة رعاية الأطفال الصغار. استمتعي بهذه السنوات لأن مرحلة المراهقة ستأتي بعدها!►

المصدر: كتاب نصائح عمليّة للوالدين