

الأهل الأعزّاء تحيةً وبَعْد،

توشك العطلة الصّيفيّة على الانتهاء. للأسف، كانت عطلة تخلّلتها صقّارات الإنذار وسادت لحظات من التّوتّر والأزمة، ولكنها كانت أيضًا عطلة استمتع بها الأولاد معظم الوقت، وقضوا أوقاتهم في المخيمات، والاستجمام مع العائلة، والرّاحة، والعمل، وفي «كسر الرّوتين» بالأساس.

تصبح الحدود أكثر مرونة خلال العطلة، ويتغيّر البرنامج اليوميّ، ومن المهمّ أن تساعدوا أبناءكم فُتَيْل العودة إلى مجرى الحياة المعتاد في التّأقلم مع التّعلّم بشكل تدريجيّ ومُراعٍ. ستطوّر هذه التّهيئة حصانتهم النّفسية الشّخصية.

ماذا بإمكانكم أن تفعلوا كي تساعدوا أبناءكم في العودة إلى مجرى الحياة المعتاد؟

قبل الأوّل من أيلول

لائموا البيئة والأطر الزّمنيّة بشكل تدريجيّ مع المجري المعتاد للتّعلّم: ساعات النّوم والاستيقاظ في الصّباح، ترتيب البيئة للتّعلّم، تحضير مستلزمات التّعلّم واللباس المدرسيّ، تقليص وقت الشّاشات وما شابه.

تحدّثوا مع أبنائكم حوّل العودة إلى مجرى الحياة المعتاد، وحوّل توقّعاتكم وتوقّعاتهم من السّنة القريبة، والأهداف والغايات، والأحلام والرغبات

إذا كان من المفترض أن يبدأ أبنائكم التّعلّم في إطار جديد أو مع مربّيّة جديدة فتحدّثوا معهم حوّل ذلك، واتّخذوا خطوات من أجل التّعارف المسبق.

نظّموا مراسم أو حفلة لوداع العطلة. تطرّقوا إلى التّجارب الإيجابية والإنجازات العائليّة التي حقّقتموها خلال العطلة.

انقلوا رسالة إيجابية حوّل العودة إلى الإطار وإلى مجرى الحياة المعتاد.

بعْد بدء التّعلّم

من المهمّ أن نتذكّر أن وتيرة التّأقلم مع التّغيير تختلف بين ولد وآخر- احترموا الصّعوبة التي يعبر عنها أبنائكم، ولكن آمنوا بأنهم يملكون قدرة طبيعيّة على التّأقلم، وعبروا لهم عن ثقتكم بقدراتهم.

أطلعوا المعلّم على صعوبات أبنائكم أو احتياجاتهم الخاصّة، وساعدوه في التّعرّف على أبنائكم أكثر، كي ياتتمكّن من مساعدتهم في التّأقلم.

أعيدوهم إلى التّهج الذي اتّبعوه- اخلقوا نظامًا ثابتًا في أوقات النّوم ووجبات الطّعام والدّروس، واحرصوا على هذا النّظام. ساعدوا أبنائكم في الحفاظ على النّظام المعتاد، وكونوا صبورين ومحتوين أيضًا.

عزّزوا قدرتهم على المواجهة- وجّهوا أبنائكم، ساعدوهم، أعطوا أمثلة لخطوات تهدف إلى الاستعداد، كتجهيز الحقيبة مثلًا، ولكن لا تنفّذوها بدلًا منهم.

شجّعوا أبنائكم على الحفاظ على علاقتهم مع الأصدقاء وعلى التّماسك الاجتماعيّ في صّفهم. ذكّروهم بأهميّة عدم تترك أيّ زميل وحيدًا.

أصغوا لأبنائكم، وادعوهم لإطلاعكم على تجاربهم، وخصّصوا وقتًا في العائلة للحديث حوّل التّغييرات التي طرأت مقابل السّنة الماضيّة. تطرّقوا للتّجارب الإيجابية التي يصفها الأبناء، والتّجارب المعقّدة أيضًا.

نحن واثقون من أنكم منفعلون وتطمحون، كما يطمح الطاقم التّربويّ تمامًا، إلى شراكة تربويّة إنمائيّة ورائعة. من المهمّ أن نتذكّر أنه حين يعمل الأهل والعاملون في التّربية من أجل كلّ تلميذ وتلميذة بشكل مشترك، وباحترام وثقة متبادلة، فسوف تؤثّر هذه الشّراكة بشكل إيجابي على التّلاميذ من النّاحية التّعليميّة والاجتماعيّة، وستساعدهم في الشّعور بالانتماء والحماية في الجهاز التّربويّ.

نرجو أن تكون سنة شراكة مثلى، وتواصل مفتوح، وصحّة تامّة!



وزارة التّربية
الإدارة التّربويّة

قسم كبار المسؤولين في الخدمات النّفسية الاستشاريّة | القسم أ، التّعليم الابتدائيّ