این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

گزارش تخصصی آموزگار اول ابتدایی :

از بین بردن اضطراب و نگرانی دانش آموزان تازه وارد به مدرسه با روش های مناسب

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

فهرست مطالب

چکیده : ۴
کلیدواژه : ۵
مقدمه : ۵
بیان مسئله: ۶
بیان وضع موجود ۷
اهداف گزارش تخصصی : ۸
هدف اصلی : ۸
اهداف جزئی : ۸
مقایسه با وضع مطلوب : ۸
اهمیت موضوع : ۸
جمع آوری اطلاعات ۹
منابع علمی و ادبیات پژوهش ۱۰
عوامل مؤثر بر شور و نشاط دانش آموزان ۱۰
یافته های علمی ۱۱
تجزیه وتحلیل و گردآوری اطلاعات ۱۴
ارائه راهکارموقتی ۱۴
دلایل انتخاب راه حل ۱۵
اجرای راهکارها ۱۶

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

ارزیابی بعد از اجرا (نقاط قوت) ۱۷
نقاط ضعف : ۱۷
ارزشیابی تأثیراقدام جدید وتعیین اعتبارآن ۱۸
نتیجه گیری و پیشنهادات ۱۹
کمک به علاقه دانش آموز به یادگیری ۱۹
نقش معلم را برایش ایفا نکنید ۱۹
علاقه‌مندی به تحصیل دانش آموز ۱۹
خصوصیات او را بشناسید ۲۰
اهداف مشخصی را با او تعیین کنید ۲۰
درس خواندن را برایش معنادارکنید ۲۰
به او یاد دهید زمان را اداره کند ۲۰
برای انجام تکالیف محیط مناسبی برایش فراهم کنید ۲۱
به جای قضاوت کردن بر او نظارت کنید ۲۱
نقاط قوتش را بازشناسید ۲۱
برایش الگو باشید ۲۱
به جای اینکه نگران شوید درک کنید ۲۲
راهکارهای برای ایجاد آرامش در دانش آموزان ۲۲
راهکار های ایجاد آرامش در کودکان توسط والدین ۲۴
یاد گذشته‌ها به خیر ۲۴
آرام بخواب فرزندم ۲۴
بزرگ‌شدن تو چه زیباست! ۲۴
تو ارزش این هزینه‌ها را داری ۲۵

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

راضی‌ام به رضای خدا ۲۵

راه مدرسه کدوم وره؟ ۲۵

مشکلی نیست که آسان نشود ۲۵

همه چیز با برنامه‌ریزی ۲۶

روز اول مدرسه ۲۶

تغییر مدرسه ۲۷

منابع و مآخذ ۲۸

چکیده :

در سال تحصیلی اخیر من این مسئله را با دانش آموزانم داشتم و اکثرا دچار ترس و اضطراب به علت ورود به محیط جدید یعنی آموزشگاه بودند .این عامل باعث شد که من این مشکل را پی گیری نمایم.و تا حد امکان در رفع آن تلاش کنم. پس از بررسی دریافتم که یکی از مهم ترین علت اضطراب این دانش آموزان وابستگی به خانواده و ورود به محیط جدید بود..که با ایجاد ارتباط با خانواده های دانش آموزان و صحبت کردن با آنان در زمینه ایجاد فضای آرام در خانواده ،بهبود روابط والدین با کودک ،شناخت شرایط و موقعیت های اضطراب زا و تلاش برای حذف آن و کمک از مشاوران با تجربه سعی نمودم که اضطراب و ترس را در بین آنها کاهش دهم و دانش آموزان را تا حدی به آرامش مطلوبی برسانم.و همچنین از میزان وابستگی آنها بکاهم. ترس از مدرسه بیشتر در دانش آموزان مقطع دبستان که ترس از جدایی از والدین در آن ها وجود دارد، مشاهده می شود. ترس از مدرسه بیشتر در دانش آموزان مقطع دبستان که ترس از جدایی از والدین در آن ها وجود دارد، مشاهده می شود ولی اگر این ترس در مقاطع بالاتر در دانش آموزی دیده شود، بیشتر به طرز برخورد کادر مدرسه و معلمان برمی گردد. ترس در دانش آموزانی که به مدرسه جدید می روند نیز مشاهده شده که ترس این گروه ریشه در جدایی از والدین یا نداشتن دوست یا ناآشنایی با محیط مدرسه و معلمان دارد. همچنین گاهی تغییرات ناگهانی در شرایط زندگی از قبیل جدایی والدین از یکدیگر، فوت ناگهانی یکی از نزدیکان، تعویض منزل و... نیز می تواند سبب بروز این گونه ترس ها شود که اغلب موقتی است و با رفتار درست و صحیح والدین و کادر مدرسه بر طرف می شود.

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

کلیدواژه :

دانش آموز-ترس-اضطراب-وابستگی-والدین

مقدمه :

بسیاری از کودکان هنگام جدا شدن از والدین ناراحت می شوند، به خصوص در خانواده هایی که مراقبت های غیرمنطقی از کودک صورت می گیرد. اما برخی از کودکان اضطراب بسیار شدیدی را موقع جدا شدن از مادرشان نشان می دهند. در موارد بسیار شدید کودک حتی در اتاق مادر را تعقیب می کند، این مشکل موقعی در کودک در مدرسه می رود، آشکار می شود.حدود ۳ و نیم درصد کودکان به این ناراحتی مبتلا می شوند و در دخترها و طبقه مرفه بیشتر است. به این رفتارها اضطراب جدایی می گویند .اگر والدین کودک را در محیط مدرسه رها کنند اضطراب کودک بیشتر می‌شود پس باید با ملایمت، ملاطفت و نرمی با کودک ارتباط برقرارکرد و با حرف زدن با کودک به کاهش اضطرابش کمک کرد.اضطراب در برخی کودکان در آغاز سال تحصیلی طبیعی است به خصوص برای کودکانی که وارد دوره پیش‌دبستانی یا کلاس اول می‌شوند.

این دسته از کودکان چون از محیط خانه وارد محیط دیگری می‌شوند. با افراد جدید مواجهه می‌شوند و محیط جدیدی را تجربه می‌کنند و از سوی دیگر آزادی‌هایی را که در محیط خانه داشتند در مدرسه ندارند دچار اضطراب می‌شوند.کودکان در ورود به مدرسه در زمان استراحت، نوع تغذیه و زمان بازی خود دچار تغییر شده و طبیعی است که دچار اضطراب شوند.مهمترین مسئله در ورود کودکان به مدرسه جدا شدن از

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

والدین به خصوص مادر است و چون کودک چند سال به طور طبیعی در کنار مادر بوده است جدا شدن از مادر برایش سخت است.

با فرا رسیدن سال نو تحصیلی ،نگرانی های خانواده هایی که دانش آموزان کلاس اولی دارند شروع می شود . یکی از این نگرانی ها ترس از مدرسه می باشد . البته در این دوره با وجود کلاس های زیادی که کودکان قبل از شروع مدرسه می روند تقریبا مشکلی ندارند ، اما باز هم بسیاری از آنها در روز های آغازین با مشکل مواجه می شوند . در این مقاله دلایل مهم بروز این مشکل و راههای منطقی و صحیح برخورد با آن بررسی می شود.با شاپرک همراه باشید.

البته اکثریت کودکان در مدت کوتاهی با محیط جدید هماهنگ شده و می‌توانند خود را سازگار کنند.البته بعضی از کودکان جدای از اضطراب آغاز سال تحصیلی زمینه اضطراب را دارند ، این دسته از کودکان به زمان بیشتری برای آمادگی نیازمندند و بی توجهی به ین مسئله برای خانواده‌ها و اولیای مدرسه مشکل‌آفرین خواهد شد.برای کم شدن اضطراب این دسته از کودکان باید از قبل با کودک صحبت کرد و محیط جدید را به طور عملی به او توضیح داد؛ بدین ترتیب که با هماهنگی اولیای مدرسه قبل از شروع رسمی مدرسه، کودک وارد محیط مدرسه شود کلاس، حیاط، سرویس بهداشتی، سالن غذاخوری و ... را ببیند و با معلم و همکلاسی‌هایش آشنا شود.اگر این آشنایی در محیط غیردرسی و قبل از آغاز سال تحصیلی انجام گیرد در کاهش اضطراب کودک در زمان مدرسه مؤثر خواهد بود.از طرفی نباید اجازه داد که کودک در خانه بماند و به مدرسه نرود بلکه باید والدین حتی اگر لازم بود دقایقی در کنار کودک در مدرسه باقی بمانند و به تدریج محیط را ترک کنند تا کودک آمادگی لازم را پیدا کند.مدرسه و اولیای مدرسه نقش مهمی در جذب و آرامش کودک دارند و می‌توانند کودک را با روش‌های درست از حالت غریبه و بیگانه خارج کرده و در کاهش اضطراب و آشنایی کودک با محیط جدید مؤثر باشند.

بیان مسئله:

هراس از مدرسه یکی از نشانه ها و زیرمجموعه های اضطراب جدایی است . هراس از مدرسه به بی میلی شدید به رفتن به مدرسه گفته می شود. اضطراب شدید و عوارض جسمی مانند : سرگیجه، درد معده و تهوع و ... کودک را در منزل نگه می دارد . والدین که نگران سلامتی کودک هستند، غالبا رغبتی ندارند که برای رفتن کودک به مدرسه از زور استفاده کنند.تنها ۵۰ درصد هراس از مدرسه ، ترس به عملکرد تحصیلی یا برخی جنبه های محیط مدرسه مربوط می شود و در موارد مربوط به بی میلی کودک به جدا شدن از مادر و خانه است. تصور اصلی بر این است که مادر و کودک به گونه ای شدید به هم وابسته اند. وابستگی شدید کودک برایش این ترس را به وجود می آورد که امکان دارد برای خود یا مادرش اتفاق روی دهد.«نگرانی» در

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

فرهنگ لغت به معنای دلواپسی، دل شوره داشتن و پریشانی خاطر است. اما در اصلاح و در حوزه روان شناسی، نگرانی، حالتی است که فرد در قبال آینده غیر قابل پیش بینی دچار آن می شود به طوری که کارکرد او را عملاً تحت الشعاع قرار می دهد و فرد نمی تواند از موقعیت کنونی خود لذت ببرد.

بچه ها، همه روزه مشق می نویسند، درس می خوانند، در فعالیت های گوناگون کلاسی شرکت می کنند و همه چیز به روال عادی پیش می رود. اما زمانی که امتحانات شروع می شوند، آرامش آنها به هم می خورد و همه چیز تغییر می کند، گروهی از دانش آموزان عصبانی، افسرده، پریشان، ناراحت و مضطرب می شوند و گروهی دیگر، چنان آشفته و نگران می گردند که پاسخ سوالات ساده را هم از یاد می برند. البته داشتن کمی اضطراب و دلهره در ایام امتحانات امری طبیعی و معقول است، چرا که موجب حرکت و انگیزه بچّه ها برای درس خواندن و موفقیت می شود. اما اگر این نگرانی به حدی برسد که تاثیر منفی بر روند آموزشی روزانه آنان بگذارد و مانعی برای پیشرفت آنها شود، غیر طبیعی و نامعقول است. در کلاس من دانش آموزان قابل توجهی دچار این اضطراب و ترس و نگرانی بودند که به دلیل وابستگی شدید آنها به والدین بود.

بیان وضع موجود

اینجانب ..... مدت ..... سال است که در آموزش و پرورش در حال خدمت می باشم. و هم اکنون ..... آموزشگاه ابتدایی ..... هستم. در کلاسم با ..... نفر دانش آموز سر و کار دارم پس از گذشت چند روز از سال تحصیلی متوجه شدم که بعضی از دانش آموزان دچار اضطراب و ترس زیادی هستند و از ماندن در کلاس سرباز میزنند و دچار وابستگی زیادی به والدین هستند بنا بر این تصمیم گرفتم پژوهش خود را روی این موضوع متمرکز کنم: چگونه توانستم ترس واضطراب را در نو آموزان پایه اول ابتدایی به علت ورود به محیط جدید یعنی اموزشگاه از بین ببرم واز شدت وابستگی آنها به خانواده بکاهم؟

از آنجا که موضوع حضور به موقع دانش آموزان در کلاس درس و مدرسه اهمیت زیادی دارد بنده تصمیم گرفتم از طریق راهکار های مختلف جذاب سازی محیط کلاس از غیبت کردن و کلاس گریزی این دانش آموزان جلوگیری نمایم. بنا بر این در پی این بر آمدم که چگونه می توانم محیط کلاس را بانشاط سازم که از بی میلی و کلاس گریزی این دانش آموزان کاسته شود.

نشاط رامی توان به شادی وشور وشعف معناکردامابه خودی خودشادی آفرین نیست ونیازمندیک سری ابزاررها ولوازم امکانات ومحیط مناسب است تابه نشاط معنای واقعی بخشد. اکنون باید ببینیم نشاط درمدرسه که یک محیط آموزشی وتربیتی محسوب می شودبه چه امکانات وشرایطی نیازمنداست که با آنهابتوان محیطی مناسب وموفق درتربیت وآموزش وارتقای علمی دانش آموزان درفضایی کاملا متنوع صمیمی وباانگیزه های مثبت ایجادکرد.برای رسیدن به چنین هدفی باید به عوامل ذیل به عنوان ضروریات

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

یک محیط علمی بانشاط توجه شود.به عقیده روانشناسان رنگ اشیاء فضا ولباس افراد تاثیر مستقیمی دربرقراری ارتباط شخص با آنهادارد.بارهاکوشیده ایم با فرد وفضا ویا حتی غذایی که می خوریم ارتباط برقرارکنیم اما نتوانسته ایم زیرااین دقیقا تاثیر رنگ آنهابرروان ماست ازاین روتازمانی که دانش آموزان نتوانندخودراباقضای کلاس واشیای داخل آن میز ونیمکت لباس معلم ومانندآنهاتطبیق دهدنمی تواندازحضوردرکلاس درس لذت ببردودرفضای آن احساس آرامش کند.به همان میزان که رنگ قرمزمحرک وشادی بخش است ورنگ آبی ایجادآرامش می کندواحساسی آمیخته باصلابت وشکوه درفرد ایجاد می کندورنگ صورتی مهربانی وعطوفت ایجاد می کند.

- مهمترین خصوصیات آدم های شاد عبارت است از:

۱- کنترل زندگی ۲- توجه به جسم و روح ۳- زندگی را صحنه برد و باخت نمی دانند ۴- از زندگی یاد می گیرند ۵- برنامه ریزی دارند ۶- هدفمند هستند و با یادآوری شادی های زندگی احساس لذت می کنند ۷- به آینده دید مثبت دارند ۸- مسئولیت پذیرند

اهداف گزارش تخصصی :

هدف اصلی :

کاهش ترس و اضطراب دانش آموزان تازه وارد به مدرسه

اهداف جزئی :

بررسی علل ترس و نگرانی و اضطراب برخی از دانش آموزان تازه وارد به مدرسه

بکارگیری روش هایی جهت از بین بردن ترس و نگرانی دانش آموزان تازه وارد به مدرسه

مقایسه با وضع مطلوب :

در مقایسه با وضع مطلوب بایستی دانش آموزان تازه وارد بدون اضطراب و با علاقه به کلاس درس وارد شوند و از وابستگی آنها به والدینشان کم شود .

اهمیت موضوع :

واقعیت این است که درمان کودک بی میل و کلاس گریز بسیار با اهمیت است و والدین نباید نسبت به آن بی‌تفاوت باشند، چرا که بی میلی و در کلاس حاضر نشدن تاثیرات بدی بر کودک و خانواده می‌گذارد. برای

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

مثال موجب اختلافات خانوادگی و به هم ریختن خانواده می‌شود، مشکلات تحصیلی ایجاد می‌کند، تعاملات اجتماعی کودک را کم می‌کند و زمینه‌ساز بزهکاری، اضطراب و افسردگی می‌شود و عواقب اقتصادی دارد.

تشخیص این که کودکان به دلایل مختلف از حضور در کلاس خودداری می‌ورزند اهمیت بسزایی دارد. بهره هوشی بیشتر این کودکان در حد متوسط یا بالای متوسط نشان می‌دهد که مشکلات تحصیلی علت بی‌میلی آنها به مدرسه نیست. گاهی اوقات ترس از مدرسه، از اطلاعات محض از معلم یا دیگران و مقررات خارج از خانه، مقایسه شدن با کودکان ناآشنا و تجربه ترس از شکست ناشی می‌شود. برخی کودکان به دلیل تمسخر، آزار، تهدید و زورگویی بچه‌های دیگر و مورد انتقاد قرار گرفتن یا تنبیه شدن توسط معلم از مدرسه می‌ترسند.برای بسیاری از کودکان ترس از رفتن به مدرسه در واقع دور شدن از والدینشان (اضطراب جدایی) است. اکراه و امتناع از رفتن به مدرسه می‌تواند به دلایل مختلف باشد. در مواردی هم ترس کودک از این ترس شدید و غیرمنطقی ناشی می‌شود که تصور می‌کند در جمع، ارزیابی می‌شود یا خجالت می‌کشد، زیرا مجبور است در کلاس درس جواب دهد. در برخی از کودکان مبتلا به مدرسه‌هراسی، مراسم صبحگاهی استرس‌زاست و اغلب این کودکان دچار هراس از مکان‌های بسته هستند. شاید به همین دلیل برای برخی از این کودکان لازم باشد که هر وقت احساس ضعف و سستی می‌کنند بتوانند کلاس را ترک کنند.امروزه دانش آموزان به دلیل نقش مهمی که در اداره آینده کشور به عهده دارند و مدیران اصلی در اداره آینده کشور و رهبر سایر اقشارجامعه خواهند بود بنابر این سلامت جسم و روان ان ها با سلامت جامعه ی آینده و آینده ی کشور ارتباط مستقیم دارد. دوره ی ابتدایی دوره ای پر تنش و بسیار مهمی در زندگی است چرا که نه تنها جسم بلکه توان روانی در طی این دوره ی حساس زندگی دچار تحول اساسی میشود و سازگاری با چنین تغیرات اساسی بر جسم روان فشار میاورد. علاوه بر این دوره ی ابتدایی سن بحران رشدی است و در این دوره افزایش انواع استرس ها وآسیب پذیری به فشار روانی ، اجتماعی ،ورزشی با کاهش مهارت های مقابله ای همراه میشود به طوری که استرس زیاد و بیش از حد شدیدا بر کیفیت زندگی دانش آموزان تاثیر میگذارد و موجب افت شدید و کاهش کیفیت زندگی دانش آموزان میشود.

یکی از پایه هایی که دانش آموزان در آن مقطع اضطراب و استرس زیادی دارند پایه اول ابتدایی می باشد . دلیل عمده این اضطراب دوری از خانواده و وارد محیط جدیدی شدن می باشد .

جمع آوری اطلاعات

- **مشاهده:**

باتوجه به مطالب وتوضیحاتی که درقسمت توصیف وضع موجودوشرایط فیزیکی محیط مدرسه بیان شد مانند:کمبودفضا ومناسب نبودن حیاط مدرسه و فضانسبت به تعدادانش آموزان ، دانش آموزان همواره در

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

پی آن بودند که از حضور در مدرسه و کلاس بکاهند و تا جایی که می توانند دنبال دلایل غیر موجه برای غیبت نمودن باشند.

پس ماچه کارهایی بایدانجام دهیم که برشادی دانش آموزان بیافزاییم غیبت دانش آموزان را به حداقل برسانیم وبرنامه های فرهنگی وتفریحی متنوعی ایجادکنیم.

- **مصاحبه:**

- بایکی ازمعلمان آموزشگاه صحبت نمودم ایشان شادابی دانش آموزان رادرآموزشگاه ومدرسه برگرفته ازشادابی معلمان ومدیر ومعاون آموزشگاه می دانستند واذعان داشتند فضایی که امروزه بعضی ازمدارس واقعادارند بخصوص کوچک بودن و بی رمقی کلاس وکمبود امکانات باعث شده که دانش آموزان نتوانند شادباشندوانرژی های مازاد خودرا تخلیه نمایندوروی بیاورند به غیبت کردن و حضور کمرنگ در مدرسه که به این وسیله بتوانند انرژی خود را بیرون مدرسه تخلیه نمایند.

یکی ازاولیای دانش آموزان که همان روزبه مدرسه مراجعه نموده بودنددرتکمیل صحبت های همکارمحترم آموزشگاه گفتندکه ای کاش آموزش پرورش درساختن مدارس به مجموعه ای ازعوامل ازجمله به نیازهای جسمی وروحی دانش آموزان بیشترتوجه می تا انرژی دانش آموزان تخلیه شودیابیشترمنجربه شادی دانش آموزان گردد.

منابع علمی و ادبیات پژوهش

عوامل مؤثر بر شور و نشاط دانش آموزان

- خانواده

خانواده اولین نهادی است که انسان در آن رشد می کند و تأثیر مستقیم بر اعمال و رفتارها و نگرش ها و طرز تلقی های فرزندان دارد. برخی خانواده ها عموماً دنیا را مکانی قابل اعتماد، منظم، پیش بینی پذیر، قابل مهار می بینند. آن ها خود را با کفایت می شمارند، سایر خانواده ها اطراف خود را محیطی خطرناک، نااستوار و متزلزل، غیرقابل پیش بینی می انگارند که خطر بالقوه در آن وجود دارد (گلدبنرگ، ۱۳۸۷، ص ۱۲). بنابراین دیدگاه خانواده و رفتار اعضای خانواده بر نوجوانان تأثیر فراوان دارد.

- مدرسه شاد و با روح

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

مدرسه موقعیتی فراهم می کند تا دانش آموزان بتوانند فارغ از دغدغه های بزرگ سالانه، زندگی را بازی و تمرین کنند و کم کم آماده شوند تا در زمین واقعی زندگی به اجرا درآورند (سنجانی، ۱۳۸۷، ص ۳۴).

الف) شاداب سازی ظاهری مدرسه

محیط ظاهری و فیزیکی شاد بر شادابی و شادمانی افراد تأثیر دارد. این بخش شامل:

۱- فضاسازی و زیباسازی حیاط مدرسه: دیوارهای تزیین شده با نقاشی های زیبا، سطح زمین مناسب، کاشت درخت و فضای سبز، قرار دادن نیمکت های رنگی، زیبا، تابلوی زیبا در سردر مدرسه، مناسب بودن اندازه محیط مدرسه.

۲- زیباسازی ساختمان مدارس: رنگ آمیزی در و پنجره و ساختمان، نصب پرده های زیبا، زیباسازی راهروها، کلاس ها و قرار دادن گلدان های گل های طبیعی و مصنوعی در راهروها، مناسب بودن اندازه کلاس ها و...

۳- زیباسازی و تمیز بودن نمازخانه، کتابخانه و کارگاه: استفاده از خوش بو کننده ها، قفسه های زیبا، مناسب بودن محیط کتابخانه، نمازخانه و کارگاه.

۴- پوشش های ظاهری معلم ها، مدیر و کارکنان، دانش آموزان: استفاده از روپوش های شاد برای دانش آموزان و همچنین پوشش مرتب و استفاده از رنگ های شاد و روشن برای کارکنان مدرسه.

۵- رعایت بهداشت: تمیز بودن محیط مدرسه، کلاس ها، بهداشت فردی، اجتماعی، دانش آموزان

ب) معلم شاد و با روحیه:

معلم آهنگ و فضا و جو کلاس درس را تنظیم می کند، چنانچه قرار باشد که روح دانش آموزان پرورش و رشد یابد، باید این روند از روح معلم آغاز گردد. حال اگر روح معلم افسرده و ناتوان باشد شانس ناچیزی برای تقویت و مراقبت از روح دانش آموزان بوجود خواهد آمد. معلم با انواع روش های تدریس آشنا باشد. اطلاعاتش به روز باشد، معلم باید بداند که دانش آموزان دارای تفاوت های فردی هستند و نیز باید با روش های تشویق وتنبیه آگاهی لازم داشته باشد و پر روحیه و باانگیزه باشد.

یافته های علمی

کودکان بی میل به مدرسه و کلاس گریز اغلب تمایل دارند در آغوش والدین‌شان باشند، آنها را سایه به سایه دنبال کنند و شب‌ها کنار آنها یا درست پشت در اتاق خواب آنها بخوابند. در کودکان بزرگ‌تر

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

شکایت‌های جسمانی خاص یا اظهار ناراحتی عمومی در مدرسه متداول است و معمولا باعث می‌شود کودک به خانه بازگردانده شود. کودکان مبتلا هنگام جدایی از والدین خود بی‌تاب می‌شوند و به هر عذر و بهانه‌ای متوسل می‌شوند تا دوباره پیش پدر و مادرشان برگردند. عملکرد تحصیلی این دسته از کودکان به خاطر درخواست‌های مکرر برای خارج شدن از کلاس درس، نگرانی‌شان نسبت به جدایی از والدین و غیبت‌های مکرر از مدرسه پایین است. درواقع می‌توان گفت با توجه به این که اضطراب جدایی در ۹ تا ۱۸ ماهگی بهنجار است، اختلال اضطراب جدایی به این دلیل ایجاد می‌شود که کودک نتوانسته این مرحله رشدی را با موفقیت پشت سر بگذارد یا بر اثر استرس، به مراحل قبلی رشد برگشته است. شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهند اختلال اضطراب جدایی می‌تواند پیش‌درآمدی برای اختلال وحشت‌زدگی یا هراس از مکان‌های باز در بزرگسالی باشد. بالا بودن شیوع اختلال اضطراب جدایی بین فرزندان مادرانی است که اختلال اضطرابی و افسردگی دارند و بالا بودن شیوع آن بین خواهر و برادرهای کودکانی است که اختلال اضطراب جدایی دارند.همچنین محققان دریافته‌اند که کودکان مبتلا به این اختلال بشدت در معرض خطر ابتلا به هراس اجتماعی هستند که در آن وضعیت‌های اجتماعی (برای مثال معاشرت با غریبه‌ها، قرار گرفتن در موقعیت‌هایی که انسان را دستپاچه می‌کنند و...)، اضطراب‌زا می‌شوند. چنین به نظر می‌رسد که پسرانی که مادرانشان مریض هستند در برابر این اختلال آسیب‌پذیرتر از دیگرانند.ظاهرا آنها به گونه‌ای غیرعادی به مادرانشان متکی هستند و بیش از اندازه نگران حال آنها می‌باشند. در بسیاری موارد این کودکان، مستعد پاره‌ای ناراحتی‌های عاطفی هستند و هراس از مدرسه تنها یکی از اشکال متعددی است که حالت رکود و شکست را منعکس می‌کند.به گفته روانشناسان متخصص اگر متوجه شدید فرزندتان وقتی حرف مدرسه می شود افسرده یا مضطرب می شود ، خودش را به مریضی می زند تا مدرسه نرود و در خانه بماند، در مدرسه مدام از اتاق بهداشت یا دفتر سر در می آورد یا عمدا از صحبت کردن درباره بخش بزرگی از اتفاقات مدرسه سر باز می زند باید مراقب باشید.

خوشبختانه معمولا می توان این مشکل را حل کرد و گاهی اوقات راه حل بسیار هم ساده است. مثلا ممکن است معلم فقط به شاگردانی که جلوی کلاس می نشینند توجه داشته باشد و از آنها سوال کند. به این ترتیب دانش آموزانی که ته کلاس می نشینند احساس می کنند مورد بی توجهی و بی مهری قرار گرفته اند و ممکن است علاقه خود را به درس از دست بدهد. در چنین موردی فقط با عوض کردن جای دانش آموز و آوردن او به ردیف های جلوی کلاس مشکل حل می شود و او دوباره به درس و مدرسه علاقمند می شود اما گاهی اوقات مشکل اساسی تر و پیچیده تر از این هاست و حل آن هم به تلاش و صرف وقت بیشتری نیاز دارد. در زیر به تعدادی از مهمترین علل تنفر دانش آموزان از مدرسه اشاره شده است.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

امروزه در همه جوامع مدرسه در حکم مهم ترین نهاد تعلیم و تربیت جایگاه ویژه ای دارد و در کنار خانواده وظیفه تعلیم و تربیت دانش آموزان را به دوش می کشد و انسان امروز به شدت به تربیت رسمی و مدرسه نیاز دارد. زیرا مدرسه محل تجربه و راهنمای زندگی انسان است و بخش مهمی از زندگی دانش آموران مدرسه است زندگی و تربیت برای انسان دو مفهوم لازم و ملزومند.انسان تا وقتی زنده است به تربیت نیاز دارد و او را تربیت می کنند تا بتواند زندگی کند.تحصیل علم و کسب دانش، چگونه زیستن و تجربه اندوختن از اهداف والای آموزش و پرورش می باشد. اما مدارس امروز به دلیل مختلف خواسته ها و نیازهای اغلب نوجوانان را برآورده نمی کنند و نمی توانند در آنان ایجاد انگیزه نمایند.به عبارتی دیگر تک بعدی شده اند و فقط به جنبه های آموزشی به طور مطلق اهمیت می دهند و نیازهای عاطفی و احساسی و روحی و روانی آنان را در مراتب پایین تر قرار می دهند.برای ایجاد فرآیند یادگیری در محیط های آموزشی، ابتدا باید بستری مناسب فراهم باشد یعنی اینکه دانش آموز ابتدا به مدرسه و مسئولین علاقمند باشد و با روحیه ای شاد و با نشاط وارد این محیط بشود و در فضای آموزشی موجود احساس آرامش و امنیت و شادابی داشته باشد. یادگیری در محیطی توام با تهدید و ترس و ارعاب به سهولت انجام نمی گیرد.در چنین محیط هایی به جای برقرار فرآیند یادگیری متفکرانه هیجانات منفی و واکنش های نامطلوب شکل می گیرد.شادی و نشاط یکی از نیازهای روحی و روانی انسان است که در بسیاری از جنبه های حیاتی نقش موثری ایفا می کند و از نگاه صاحب نظران پیش نیاز اساسی و بستر لازم برای یک نظام تعلیم و تربیت پویا است. به عبارت دیگر نشاط به زندگی انسان معنا و مفهوم خاص می بخشد و حتی عواطف منفی ای مانند: ناکامی، ترس، نگرانی و ناامیدی را کاهش می دهد.یکی از عوامل موثر و مهم برای ایجاد نشاط و شاد بودن لبخند است چهره های متبسم و خوش رویی افراد عامل موثری است که به فضای آموزشی نشاط بیشتری می بخشد و با آفرینش لبخند می توان به محیط شادابی داد.شاید برای معدودی از دانش آموزان «مدرسه» تنها مکانی است که در آن جا غم ها و مشکلاتشان را فراموش می کنند و تصور می نمایند که ساعاتی که در مدرسه سپری می کنند از غصه هایشان کاسته می شود و این تغییر روحیه عامل موثری در شادابی آنان می باشد.همکاران محترم فرهنگی لطفا به این احساس زیبا و خوشایند آنها توجه لازم را داشته باشیم و آنان را درک نماییم.استفاده از دو عنصر محبت و عاطفه، لبخند و شادی بزرگ ترین سرمایه موجود در مدارس می تواند تاثیرات بسزایی داشته باشد و هم چنین اگر روابط حاکم بر دانش آموز لذت بخش و صمیمی توام با محبت و احترام باشد و برنامه های آموزشی متعالی باشند این محیط برای آنان بسیار دوست داشتنی و لذت بخش می باشد.پس می توان چنین گفت: که یکی از مهم ترین کارکردهای نظام آموزشی تربیت انسان هایی است که بتوانند با حضوری فعال پویا و با نشاط در نظام اجتماعی موثر و شاداب زندگی کنند و در عبور از فراز و فرودهای زندگی و یافتن راه درست از خطا موفق باشند.به امید این که این مهم در آینده ای نه چندان دور تحقق یابد.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

تجزیه وتحلیل و گردآوری اطلاعات

باتوجه به اطلاعات جمع آوری شده در رابطه با علل اضطراب و ترس دانش آموزان و وابستگی شدید آنها به والدین شامل گزینه های زیر است:

- نحوه تربیت والدین که ماندن همیشگی و جدانشدن حتی چند ساعت از والدین را برای دختر یک حسن تلقی کرده و نشان دهنده حجب و حیای وی می دانند.

-عدم ارتباط صمیمی و دوستانه پدر با فرزندان در منزل و آگاه نبودن از مسایل و مشکلات روزمره آنان.

-عدم ارتباط دانش آموزان با همکلاسی هایشان

- عدم انگیزه در دانش آموزان به کلاس درس و مدرسه

برای رهایی از استرس پس از مصاحبه و مشاهده به راهکار های زیر دست یافتم:

۱. تن آرامی

۲. حساسیت زدایی منظم

۳. ایمن سازی در مقابل استرس

۴. آموزش مهارت های مطالعه

۵. مقابله با باورهای غیر عقلانی و غیر منطقی

۶. ایمن سازی در مقابل استرس

۷. آموزش توجه (عدم توجه به محرک های نامربوط به تکلیف و توجه به محرک های مربوط به تکلیف)

ارائه راهکارموقتی

۱- برای تشویق آنها برای ماندن در کلاس ،جوایزی درقبال پیشرفت تحصیلی(ولوبه مقدارکم)درحضوردانش آموزان به آنها داده شود.

۲- درزنگ های تفریح به آنها مسولیت(دربان)بدهیم تاخودشان مانع رفتن سایردانش آموزان ازمدرسه شود.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

۳- درصورت لزوم ارجاع به مشاور که بنده به دلیل تجربه و علاقه ای که به امر مشاوره داشتم تصمیم گرفتم با آنها در این امر مشورت و راهنمایی کنم.

۴- مشاوره و راهنمایی خوددانش آموزان

۵- ارتباط صمیمی ودوستانه آموزگار ان وسایرمعلمان با آنها

دلایل انتخاب راه حل

دانش آموزان نیز مانند برخی از کودکان دچار مشکلاتی هم چون ناراحتی، بی قراری ، ترس از مدرسه و حتی بیزاری و تنفر از کلاس و بی علاقگی به درس شده اند..ترس غیر منطقی دانش آموزان از مدرسه به معنی امتناع از مدرسه رفتن و یکی از نشانه های اضطراب جدایی از والدین، خانه، خانواده و بخصوص مادر و یا شرایطی است که به آنها وابسته شده اند.

دلایل بی علاقگی دانش آموزان به درس و کلاس و ماندن در مدرسه

۱-اضطراب جدایی: معمولا مادران بچه هایی که دچار اضطراب جدایی هستند، شخصیتی افراطی، مضطرب، بیش از حد حمایت کننده، مردد، حساس و عاطفی هستند که اضطراب خود را با بیان افکار منفی و عمل خود به بچه ها منتقل می کنند

۲-یادگیری: ترس ویا امتناع از مدرسه بیش از آن که علت شخصیتی و عاطفی داشته باشد ناشی از یادگیری است مادر یا پدری که در ارتباط با کودکان خود مفاهیم ویا نکته های منفی از مدرسه، تنبیه و توبیخ ها و تجارب ناخوشایند خود را از دوران تحصیل بیان می کنند و از آن ها می خواهند که مواظب رفتارهایشان باشند خواه ناخواه باعث ترس کودکشان از مدرسه می شوند.

۳-وابستگی: اضطراب کودک گاهی به دلیل وابستگی به مادر محیط خانه،خانواده و یا هر تکیه گاه و پناهگاه دیگر است.معمولا مادران سعی در وابسته کردن کودک به خود دارند و به واکنش های عاطفی او نسبت به ترک ،پاسخ می دهند. بنا بر این برای پیشگیری از به وجود آمدن این مشکلات و یا برطرف کردن آن و نیز آماده کردن دانش آموزان برای پذیرش شرایط جدید و مانوس شدن او با محیط دبستان موارد زیر را مد نظر قرار می دادیم.

*** کم کردن وابستگی دانش آموزان:**

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

باید مادر دانش آموزان سعی می کردند با استفاده از روش های مناسب (مثل گذاشتن دانش آموزان در خانه اقوام به مدت یکی دو ساعت در روز به صورت پراکنده یا بردن او به پارک و همراه کردن او با کودکان همسن و سال خودش) به تدریج وابستگی دانش آموزان را به خود کم کنند.

*** ایجاد آمادگی ذهنی در دانش آموزان** :

باید سعی می کردم با شروع سال تحصیلی ذهن دانش آموزان را نسبت به مدرسه، معلم آماده کنم.به طوری که با تعریف و تمجید واقعی و منطبق برواقعیت از مدرسه و معلمان شور و اشتیاق مدرسه رفتن را درکودک ایجاد نمایم مادرشان نیز باید سعی می کرد به آنها اطمینان دهد معلمشان مهربان است و آنها را حمایت خواهد کرد.

ایجاد انگیزه:

چند روزی در مشاوره ای که با دانش آموزان داشتم با علاقه و اشتیاق زیاد در باره آنچه که در مدرسه خواهند آموخت مثل خواندن، نوشتن، حساب کردن، شمردن، نقاشی، ورزش کردن حرف زدم. ٠ مادرشان نیز بنا بر توصیه من می بایست با کتاب خواندن برای دانش آموزان و هدیه دادن کتاب داستان به آنها علاقه آنها را به یادگیری خواندن و با سواد شدن افزایش می داد.

اجرای راهکارها

در تاریخ ۹۵/۰۹/۰۵ برای تشویق آنها جوایز مختلفی که توسط مدرسه وحتی اولیا تهیه شده بودبه دانش آموزان اهداشد.درزنگ های تفریح مسوولیت دربانی رابه آنها سپردیم وهمچنین خودمن با آنها مشاوره کردم ؛بهانه های مختلفی می آوردند ،گاهی می گفتند: می خواهیم جایم راعوض کنم .درعمل به هیچ کدام ازاین هاراضی نمی شدند وازجواب دادن طفره می رفتند .حتی تهدیدهم اثرنمی کرد. آنها دلیل آن راخستگی اوعنوان می کردند.وهمچنین نمی توانندبه بازی هایشان برسند.

یکی دیگر از راهکار هایی که به کار بردم این بود که برای حل این مسأله، من که قبلا"رابطه دوستی خوبی با دانش آموزان برقرارکرده بودم علت راازطریق مصاحبه بادانش آموز ان دریافتم٠بادعوت ازمادر دانش آموزان به مدرسه وقول گرفتن از آنها درحضورفرزندشان که دیگر بدون فرزندشان در ساعاتی که دانش آموزان در مدرسه است به جایی نروندحتی آنها ۲جلسه هم دردفترمدرسه نشستند تاخیال فرزندشان راحت شود. دانش آموزان زنگ های تفریح به دفترسرمی زدند تاببینندکه مادرانشان هستند یا نه.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

آن جلسه به دانش آموزان مسوولیت دربانی دادیم وازروزبه بعدبودکه دیگردرکلاس درس حاضر می شدند.البته به اولیا به خصوص به مادرشان توصیه کردیم که حتی الامکان نیم ساعت مانده به وقت تعطیلی مدرسه درخانه حاضرباشند ودرخانه حرف از برنامه های خرید ودید و بازدید در زمانی که دانش آموزان در مدرسه بوده نزنند.

ارزیابی بعد از اجرا (نقاط قوت)

دانش آموزان درطول دو ماه بعد حدودا در دی ماه از اجرای راهکارهای پیشنهادی، حضوردرکلاسشان منظم بود.به گفته پدرومادرشان دیگرکمتر بهانه می گرفتند.حتی تنهایی ویا با دوستانشان به مدرسه می آمدند .. راه حل درست و منطقی دربرخورد با دانش آموزان این است که به او توجه کنیم و احترام بگذاریم. احترام یکی از بزرگ ترین عوامل جلب محبت و اطاعت است و توهین به شخصیت مردم یکی از مهم ترین وسایل برانگیختن دشمنی و مخالفت است.

حضرت علی(ع) فرمود: با مخاطب خویش پسندیده سخن گویید تا او نیز با شما با احترام جواب گوید.

همچنین نیاز آدمی به تحسین و تشویق از تمایلات فطری است و تا پایان عمر با آدمی می ماند. اصولا تصور این که عمل انسان مورد قبول دیگران واقع شود به انسان قدرت می بخشد و انسان از آن لذت می برد. شاید بعضی معتقد باشند که یک دانش آموز گستاخ و تنبل موردی برای تشویق ندارد. در صورتی که این طور نیست و معلم باید با صبر و حوصله ای که به خرج می دهد، رفتارهای نادرست دانش آموز را ندیده بگیرد و در عوض به دنبال کوچک ترین و کم اهمیت ترین مورد برای تشویق باشد.

نقاط ضعف :

۱- عدم برقراری ارتباط و همکاری لازم دانش آموزان در مراحل اولیه تحقیق و پژوهش.

۲- عدم همکاری لازم اولیای دانش آموزان دارای اضطراب و تشویش فراوان در طول دوره تحقیق و پژوهش.

۳- عدم شناخت اولیای دانش آموزان مزبور نسبت به تفاوت های فردی فرزندانشان.

۴- فقر فرهنگی و اقتصادی حاکم بر خانواده های دانش آموزان مورد تحقیق.

۵- چندگانگی آموزش مطالب درسی از سوی اولیای مدرسه و اولیای دانش آموزان و عدم نظارت لازم آنان (اولیای دانش آموزان) بر انجام تکالیف درسی مربوطه در طول سال تحصیلی.

۶- عدم ایجاد فضا و بستر مناسب در ایام برگزاری امتحانات از سوی اولیای دانش آموزان.

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

۷- اهمال و بی توجهی نسبت به توصیه های مفید و موثر علمی و آموزشی، تعیین برنامه های تغذیه ای مناسب از سوی اولیاء دانش آموزان.

ارزشیابی تأثیراقدام جدید وتعیین اعتبارآن

آماده ساختن دانش آموز برای زندگی درخارج ازمحیط خانوادگی،یکی ازبزرگترین وظایف اجتماعیِ پدرومادراست وکیفیت روابط خانوادگی،تأثیرعمیق وپایداری برتحول روانی دانش آموزان برجامی گذارد.خانواده ای که ازتوان وامکانات لازم برخورداراست تاوظایف پدرومادریش رابه نحوی مطلوب وباموفقیت انجام دهد،درهریک ازاعضایش احساس ایمنی،وابستگی ورفاقت ایجادمی کند؛همچنین احساس داشتن هدف جهت،پیشرفت وارزش فردی رادرآنان به وجودمی آورد

این امربرای دانش آموز ازاهمیت خاصی برخورداراست؛زیراخانواده بین او ودنیای گسترده،درحکم سپر،صافی وپل عمل می کند.بنابراین،خانواده نقش منحصربه فردی درپی ریزی اساس سازگاری فردباجامعه ایفامی کند.قابلیت های پیوستگی،همکاری،خلاقیت اززندگی خانوادگی نشأت می گیرد(پرینگل،۱۳۸۹).

چنین دانش آموزی درمحیط خانواده به صورتی تربیت شده است که بیش ازحد،خودرابه مادرش وابسته می داند،به نحوی که کوچکترین عملی رابرای رفع نیازهای خودبه مادرش می سپارد(گنج جو،۱۳۶۸).

بخش بزرگی ازرفتاربچه ها ناشی ازمشکلات خانوادگی است.بامشاهده این رفتارها(بدون اجازه کلاس راترک کردن)بایدبه چاره جویی پرداخت.وقتی به اومسوولیت می دهیم آنقدردرنقش جدیدش گرفتار می شودکه رفتارهای گذشته رادیگربه انجام نمی رساندوهمچنین بایدبه جای تخریب اعتمادبه نفس،نقاط قوت اورا بزرگ ترجلوه دادوباایجادنزدیکی وصمیمیت،کاری کنیم تااحساس امنیت وآرامش نماید(کریمی۱۳۸۷).

درسلسله نیازهای مثلث مازلو(۱۹۷۰) بعدازنیازهای فیزیولوژیک وایمنی،به مرحله نیازبه محبت وتعلق داشتن می رسیم که این دانش آموز(ا-ش)احساس می کردکه موردمحبت واقع نشده ،تعلق به خانواده نداردوخانواده درگشت وگذارها،خریدهاومهمانی ها اورامشارکت نمی دهدکه باعث این مشکل (مدرسه گریزی)شده بود.

از نظر تعریف هراس از مدرسه به ترس نامعقول و شدید نسبت به چیزی یا موقعیتی یا مکانی گفته می شود .از آنجایی که هراس و اضطراب بهم نزدیک هستند لذا هراس یا به زبان عامیانه ترس از مدرسه ، اختلال اضطراب مدرسه نیز گفته می شود.شدت اضطراب و ترس به حدی است که موجب اختلال فعالیت و زندگی فرد در آن زمینه خاص می شود.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

نتیجه گیری و پیشنهادات

کمک به علاقه دانش آموز به یادگیری

دانش آموز از همان اوان دانش آموزی، میل به یادگیری را نشان می‌دهد؛ بدنش را لمس می‌کند، و بعد اشیایی که در اطرافش وجود دارند را در دستانش می‌گیرد. اولین نقشی که والدین در این زمینه دارند این است که به این کنجکاوی طبیعی کمک کنند. این کمک خیلی زود از سنین بسیار پایین آغاز می‌شود. دونالد وینیکوت، متخصص اطفال و روان‌درمانگر انگلیسی از یک بازی که آن‌را «معرفی اشیاء» می‌نامد، صحبت می‌کند: اشیاء را به دانش آموز نشان می‌دهید و در عین حال نام آنها را همراه با لبخند بر زبان می‌آورید، سپس به او اجازه می‌دهید آن‌را در دستانش بگیرد. بعدها وقتی دانش آموز بزرگتر شد مثلا طی سفر یا بازدید از موزه‌ها او را به فرهنگ علاقه‌مند می‌کنید... دانش آموز باید ایفاگر نقش بماند و پدر و مادر در تکامل و پیشرفتش از او حمایت کنند.

نقش معلم را برایش ایفا نکنید

در مهد دانش آموز و دوران ابتدایی، بین نقش والدین و معلم تقریبا تفاوتی وجود ندارد: برای دانش آموز کتاب می‌خوانند، شمردن را به او یاد می‌دهند و او را تشویق می‌کنند نقاشی بکشد... اما لازم است همگام با رشد دانش آموز، نقش والدین و معلمان از یکدیگر مشخص شود. این بدان معنا نیست که خود را از آموزش به دانش آموز منع کنیم بلکه از ایفاکردن نقش معلم خودداری کنیم. چنانچه خواسته شما از فرزندتان بیش از حد باشد و همه چیز حالت تربیتی و آموزشی داشته باشد، قطعا این خطر وجود دارد که او را نسبت به هر گونه یادگیری دلزده کنید. علاوه بر آن، در رابطه پدر و مادر- فرزندی، رابطه عاطفی از اهمیت بسیارزیادی برخوردار است. پدر یا مادر می‌خواهند آمال و آرزوهای خود یا روند دوران تحصیلی خودشان را در مورد دختر یا پسرشان پیاده کنند. فرزند برای آنکه نسبت به پدر و مادر و معلمش «وفادار»بماند، سعی می‌کند خواسته آنان را عملی کند و در این‌صورت احتمال دارد دچار تعارض شود.

علاقه‌مندی به تحصیل دانش آموز

برای یک دانش آموز، علاقه داشتن به تحصیل او به معنای علاقه داشتن به خود او است.اما زندگی تحصیلی او در کتاب و دفترش خلاصه نمی‌شود. صحبت در مورد مدرسه این فرصت را به او می‌دهد تا در مورد دوستانش، معلمان، فعالیت‌هایش، مشکلاتش، رویاهایی که در مورد شغل آینده‌اش در سر دارد و... با او گفت‌وگو کنید.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

خصوصیات او را بشناسید

از طریق این گفت‌وگوها، پدر و مادر موفق می‌شوند به علائق، نقاط ضعف و قوت فرزندشان پی ببرند. به عبارتی، فرزند خود را همانگونه که هست بشناسند، نه آنگونه که تصور می‌کنند هست یا می‌خواهند باشد. بدین‌ترتیب از تحمیل خواسته‌های شخصی و روند تحصیلی خود به او خودداری می‌کنیم.

اهداف مشخصی را با او تعیین کنید

موفقیت تحصیلی دانش آموز شامل «قراردادی» است که بین او و والدینش گذاشته می‌شود و بر مبنای اهدافی مشخص و قابل‌دسترس است؛ مثلا «در این ساعت باید کارهایت را انجام داده باشی»، «قبل از اینکه دوباره بهت سر بزنم، باید برنامه‌ای بریزی و نوشتنی‌هایت را نوشته باشی»، «قبل از پایان ۳ماه، در این درس باید پیشرفت کرده باشی» و... موعد مقرری که هریک از طرفین باید آن‌را رعایت کنند کمک می‌کند تا دانش آموز کنترل زمان را یاد بگیرد و کارش را به‌طور سازنده و با انگیزه دنبال کند.

درس خواندن را برایش معنادارکنید

برای آنکه دانش آموز برای درس خواندن انگیزه داشته باشد و احساس مسئولیت کند باید درک کند که برای پدر و مادرش درس نمی‌خواند بلکه این کار را برای خودش انجام می‌دهد تا به هدفی شخصی دست یابد. همچنین او باید قادر باشد بین زندگی کنونی‌اش به‌عنوان دانش‌آموز و زندگی آینده‌اش به‌عنوان فردی بزرگسال ارتباط ایجاد کند و از دانش آموزی برنامه یا رؤیای شغل آینده‌اش را در ذهن بپروراند.«می‌خواهی یک دامپزشک بشوی؟ درس علوم خیلی برایت مهم است»، «یک خبرنگار بزرگ؟ یادگیری زبان‌های خارجی به تو کمک می‌کند»... البته این بدان معنا نیست که او را دربند برنامه‌ای دست نیافتنی و غیرعینی کنید بلکه به او کمک کنید تا به تلاش‌هایی که مدرسه از او می‌خواهد، معنا ببخشد.

به او یاد دهید زمان را اداره کند

اغلب بچه‌ها وقتی عادت می‌کنند تکالیفشان را به‌طور نامنظم انجام دهند، عاجز می‌شوند. ازاین رو باید خیلی زود به آنها ریتم منظم کاری داد. وقتی دانش آموز از مدرسه به خانه برمی‌گردد، چه زمانی بیشتر احساس راحتی می‌کند تا تکالیفش را انجام دهد؟ با درنظر گرفتن علائق او و محدودیت‌های خانواده، یک ساعت مشخص را برایش تعیین کنید. بدین‌ترتیب دانش آموزی که از همان کلاس اول هر روز بعد از خوردن عصرانه به خواندن عادت کند، بعدها نیز راحت‌تر می‌تواند وقت بیشتری را به‌طور منظم به انجام تکالیف مدرسه‌اش اختصاص دهد.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

برای انجام تکالیف محیط مناسبی برایش فراهم کنید

بستگی به انتخاب خود دانش آموز دارد؛ داخل آشپزخانه، داخل اتاقش یا مکانی که همه افراد خانواده دور و بر او هستند... . بعضی از بچه‌ها بیشتر از بچه‌های دیگر نیاز دارند تا با حضور والدینشان احساس حمایت کنند. اما در کل، هر چه دانش آموز بزرگ‌تر شود، برای انجام تکالیفش بیشتر به تنهایی نیازدارد. بنابراین روش درست، آن است که از این استقلال حمایت کنیم: برای آنکه مطمئن شوید تکالیفش را انجام داده او را«نپایید» بلکه نشان دهید که به او اعتماد دارید؛ در عین حال نشان دهید که برای پاسخگویی به سؤالاتش در دسترس و مراقب ادامه روند تحصیلی‌اش هستید.

به جای قضاوت کردن بر او نظارت کنید

در هر حالتی، دانش آموز باید تکالیفش را خودش به تنهایی انجام دهد. چنانچه تکالیفش را «به جای او» انجام دهید، باعث می‌شود همه اعتمادی که به قابلیت‌هایش برای پیشرفت کردن دارد را از دست بدهد و در حالی‌که اجازه نمی‌دهید پیامدهای اشتباهاتش را تجربه کند، او را بی‌مسئولیت بارمی‌آورید. پدر و مادر بنا به درخواست دانش آموز و برای آنکه ببینند تکالیفش را به اتمام رسانده است باید مداخله کنند. این نظارت فرصتی است تا نقاط ضعف دانش آموز را مشخص کنند و به‌ویژه نشان دهند که شاهد تلاش‌ها و زحمات او هستند. هیچ قضاوتی در مورد او نکنید، نمرات کلاسی‌اش کفایت می‌کند. همچنین افکاری از این دست را کنار بگذارید: «تو هیچی نفهمیدی»، «تومی‌تونستی بهتر از اینها کار کنی» و... . به جای گفتن «تو» ترجیحا عباراتی بدون منظور به‌کار برید که او را برای اصلاح خود تشویق می‌کنند؛ مثلا، به جای آنکه بگویید: «تو ۳بار اشتباه کرده‌ای» بگویید: «۳ اشتباه وجود دارد» و به‌خصوص فراموش نکنید که به ازای هر موفقیت به او تبریک بگویید.

نقاط قوتش را بازشناسید

اغلب پدر و مادرها در حالی‌که فراموش می‌کنند نقاط قوت فرزندشان را بشناسند، روی نمرات بد او تمرکز می‌کنند. زبان، هنرهای تجسمی، جغرافی، ورزش و...، هیچ درسی نباید بی‌ارزش شمرده شود. همچنین می‌توان از طریق دروسی که فرزندتان بر آنها تسلط دارد، او را به سمت دروسی که در آنها مشکل دارد سوق دهید؛ علاقه او به هنرهای تجسمی فرصتی است تا او را به تاریخ علاقه‌مند کنید. علاقه او به ورزش باعث می‌شود تا در مورد نیرو، زمان و فاصله با او صحبت کنید و اهمیت ریاضی را به او نشان دهید.

برایش الگو باشید

چرا دانش آموز وقتی از مدرسه به خانه برمی‌گردد باید تکالیفش را انجام دهد درحالی‌که پدر و مادرش وقتی از سر کار به خانه بازمی‌گردند تلویزیون تماشا می‌کنند؟ چرا دانش آموز باید بخواهد برای درس و مدرسه

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

تلاش کند درحالی‌که می‌شنود که پدر و مادرش حرف‌های خوبی در مورد کارشان نمی‌زنند؟ چرا وقتی‌که پدر و مادرش مطالعه نمی‌کنند، دانش آموز باید کتاب بخواند؟ لازم است بین خواسته و توقعی که از فرزندمان داریم و عملی که خود انجام می‌دهیم انسجام وجود داشته باشد. برای آنکه فرزندتان را به درستی طی دوران تحصیلی‌اش همراهی کنید، ابتدا باید خودتان در زندگی روزانه برایش یک الگو باشید.

به جای اینکه نگران شوید درک کنید

کجا مشکل داشته؟ چه چیزی را نفهمیده؟ چه کار کنیم تا دوباره این اشتباهات را تکرار نکند؟ اگر بنا باشد که با دیدن فقط یک نمره بد نگران نشویم، خوب است که در مورد علت‌های آن به روشنی و فورا با دانش آموز و درصورت لزوم با معلمش صحبت کنیم. زیرا اگر مشکلات را به حال خود رها کنیم، احتمال دارد که یا نسبت به دانش آموز خیلی «سختگیر» شویم یا بیش از حد او را به حال خودش رها کنیم. «هیچ کاری نمی‌شه کرد»، «هر کار بکنی، هیچی از ریاضی سرش نمی‌شه»؛ این دو برخورد انگیزه دانش آموز برای درس خواندن را به شدت از بین می‌برد.

راهکارهای برای ایجاد آرامش در دانش آموزان

۱_ دادن مسوولیت به دانش‌آموزان یکی از بهترین روش‌های اصلاح رفتار کودکان نابهنجار می‌باشد.

۲_ تشویق دانش‌آموزان در قبال خدمات و فعالیت‌های مفید و مثبت آنان به صورت یک لبخند، تقدیرنامه و...

۳_ برپایی جشن‌های شادی و مناسبت‌های مختلف مثل ایام‌الله و ولادت‌ها

۴_ تشکیل نمایشگاه از خلاقیت‌ها، ابتکارات و فعالیت‌های خود دانش‌آموزان

۵ برگزاری اردوهای علمی- تفریحی و تربیتی در طول سال

۶ برگزاری ورزش‌های صبحگاهی برای ایجاد شادابی در اول صبح

۷ توجه به بهداشت جسمی و روانی دانش‌آموزان

۸ پرهیز از تحقیر و سرزنش دانش‌آموزان به‌خصوص در جمع دوستان در کلاس، محیط مدرسه

۹ زیباسازی محیط مدرسه (رنگ‌آمیزی کلاس‌ها، راهروها و سالن‌ها با رنگ‌های روشن و شاداب)

۱۰ مشارکت دادن اولیای دانش‌آموزان در امور عمرانی، آموزشی و... مدرسه

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

۱۱ نمایش فیلم‌های آموزنده به صورت CD، اسلاید و...

۱۲ نصب عکس دانش‌آموزان ممتاز، کوشا، فعال در امور تربیتی و درسی در تابلو اعلانات

۱۳ اجرای روش تدریس دانش‌آموزمحوری (تدریس و یادگیری فعال با مشارکت دانش‌آموزان)

۱۴ توجه به زنگ تفریح دانش‌آموزان و عدم حذف آن توسط معلمان و اولیای مدرسه

۱۵ تقویت فعالیت‌های تربیتی از قبیل سرود، نقاشی، طراحی، خطاطی و...

۱۶ پرهیز از هرگونه تبعیض و بی‌عدالتی در محیط مدرسه

۱۷ داشتن ظاهری آراسته و تمیز در ورود به کلاس و مدرسه

۱۸ تقویت روحیه امید به آینده‌ای روشن (نگرش مثبت به کشور، جهان و...)

۱۹ تقویت روحیه احترام به همنوع و احترام متقابل به همکلاسان، کارکنان و معلمان

۲۰ تهیه کارت تبریک برای دانش‌آموزان مثل ایام عید، تولد و...

۲۱ توزیع گل و شیرینی به مناسبت‌های مختلف

۲۲ شروع کلاس با تلاوتی از آیت کلام‌الله مجید برای ایجاد قداست در محیط کلاس

۲۳ گذشت و بخشش از خطاهای دانش‌آموزان (حدالمقدر)

۲۴ تقویت روحیه خلاقیت، نوع‌آوری و ابتکار در دانش‌آموزان

۲۵ اجرای فعالیت‌های گروهی همراه با دوستی و صمیمیت بین دانش‌آموزان

۲۶ تعامل دانش‌آموزان با مساجد، روحانیون محله و ایجاد انس و عطوفت با آنان

۲۷ تفهیم مسائل اعتقادی، مذهبی و تقویتایمان و توکل به خداوند در مقابل مشکلات و مصائب

۲۸ موعظه و اندرز در موقعیت‌ها و شرایط مناسب روحی و جسمی دانش‌آموزان

۲۹ مشارکت دادن دانش‌آموزان در فعالیت‌های مدرسه

۳۰ توجه به روحیه عاطفی، اجتماعی و روانی کودکان و نوجوانان متناسب با جسم و روح آنان

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

۳۱ تقویت روحیه شجاعت و تدبر

۳۲ استفاده از کلمات و جملات کوتاه و مفید بزرگان دینی و...

۳۳ استفاده از سخنران و مبلغان جذاب در مراسم صبحگاهی و ایام‌الله و مناسبت‌ها

۳۴ از بین بردن هرگونه اختلاف، چالش و تنش در بین معلمان و همکاران در مدرسه

۳۵ ارائه زندگینامه دانشمندان و بزرگان به صورت‌های سخنرانی، روزنامه دیواری و...

۳۶ برگزاری مسابقات علمی- فرهنگی و تشویق برگزیدگان

۳۷ ارائه راهکارهای برنامه‌ریزی درسی و زندگی به دانش‌آموزان

راهکار های ایجاد آرامش در کودکان توسط والدین

برای کاهش اضطراب و نگرانی، لذت‌بخش‌ترکردن و ایجاد محیطی آرام در این روزهای ابتدایی راههای ساده‌ای وجود دارد که انجام‌دادن آنها از عهده هر پدر و مادری برمی‌آید.

یاد گذشته‌ها به خیر

در روزهای قبل از شروع مدرسه، از خاطرات خوب دوران مدرسه خودتان برایش تعریف کنید. اگر عکسی دارید به او نشان دهید و از احساسات خودتان در روزهای اول مدرسه برای او تعریف کنید.

آرام بخواب فرزندم!

از یکی دو هفته قبل برنامه خواب کودکتان را به‌صورت غیرمستقیم تنظیم کنید. به این معنی که طی روز فعالیتهای بدنی مناسبی برای او برنامه‌ریزی کنید تا شب خسته باشد و در عین حال محیط خانه را در ساعات ابتدایی شب آرام کنید تا بتواند شبها راحت بخوابد و صبحها نیز به مرور او را زودتر از روزهای قبل بیدار کنید.

بزرگ‌شدن تو چه زیباست!

بر وجه مثبت بزرگ‌شدن فرزندتان تاکید کنید. به این معنی که از بزرگ‌شدن او به عنوان اتفاقی خوب یاد کنید و رفتارهای متناسب با سن او را تشویق کنید اما اگر اشتباهی مرتکب شد، به هیچ عنوان جمله‌ای مثل اینکه تو دیگه بزرگ شدی، آخه خجالت نمی‌کشی این کارهارو می‌کنی به کار نبرید.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

این کار حس بزرگ‌شدن را برای او ناخوشایند می‌کند و عصبانیت ناشی از این صحبتها حتی ممکن است او را تشویق به کارهایی کند که شما نمی‌پسندید. در عین حال اگر مرتکب کار زشت یا اشتباهی شد به هیچ عنوان او را با این عبارت که اگر این کار را در مدرسه انجام بدهی، معلم چنین می‌کند یا فلان اتفاق می‌افتد، نترسانید. این کار تنها تصوری ترسناک از مدرسه در ذهن او به جای می‌گذارد.

تو ارزش این هزینه‌ها را داری

اگر مشکل مالی دارید و در تامین هزینه شهریه مدرسه یا خرید لوازم تحریر مشکل دارید به هیچ عنوان آن را به کودکتان منتقل نکنید چرا که این موضوع در او احساس گناه ایجاد می‌کند و احساسی بد از اینکه بزرگ شده و باعث زحمت شما شده است.

سعی کنید خرید لوازم تحریر را تبدیل به خاطره‌ای لذت‌بخش برای او کنید. البته منظور این نیست که هر چه او خواست برایش تهیه کنید که این خود عواقب بدی به دنبال خواهد داشت. شما که می‌خواهید مقداری پول صرف این کار کنید، لطفا این کار را بدون منت گذاشتن و ابراز ناراحتی از اینکه مجبور به صرف این هزینه هستید، انجام دهید.

راضی‌ام به رضای خدا

اگر مدرسه موردنظر شما به هر دلیلی کودکتان را ثبت نام نکرده، لطفا موضوع را تمام شده بدانید و از افسوس‌خوردن در این مورد جدا پرهیز کنید. توجه داشته باشید که این موضوع دیگر تمام شده و تکرار خاطره آن یادآور احساس شکست برای فرزندتان است؛ یادآوری این موضوع که شما انتظار کاری را از او داشتید که او نتوانسته از عهده آن برآید یعنی آسیب رساندن به اعتماد به نفس او.

راه مدرسه کدوم وره؟

در روزهای قبل از مدرسه، سعی کنید حتما با کودکتان سری به مدرسه او بزنید، اگر کودکتان اضطراب دارد، می‌توانید چندین‌بار این کار را انجام دهید تا او کم کم با فضای مدرسه آشنا شود.

مشکلی نیست که آسان نشود

در این روزهای باقی‌مانده، می‌توانید در مورد موضوعاتی که فکر می‌کنید می‌تواند باعث اضطراب کودکتان یا حتی خودتان شود، به صورت داستان صحبت کنید. به عنوان مثال داستان کودکی که از گم‌شدن در مدرسه می‌ترسید، یا کودکی که ابتدا فکر می‌کرد معلمش او را دوست ندارد. توجه داشته باشید که این داستان‌ها در صورتی تاثیر خواهند داشت که کودک مورد نظر در داستان بتواند با موفقیت مشکلش را حل کند.

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

البته هرچه موضوع داستان به مسائل ذهنی فرزندتان نزدیک‌تر باشد، تاثیر بیشتری خواهد داشت. یکی دیگر از عوامل مهم تاثیر داستان این است که تا آنجا که امکان دارد قهرمان داستان را شبیه به کودکتان توصیف کنید.

به عنوان مثال از نظر جنسیت، داشتن خواهر و برادر، محل زندگی و... هرچه این شباهت‌ها بیشتر باشد، کودک شما الگوبرداری بیشتری با او کرده و اثر داستان برایش بیشتر است.

همه چیز با برنامه‌ریزی

در رابطه با ساعت شروع و پایان کار مدرسه اطلاعات دقیق کسب کنید؛ به ویژه در رابطه با ساعت تعطیلی مدرسه توجه داشته باشید که گاهی اوقات دیر کردن شما حتی در حد ۵دقیقه می‌تواند در کودکتان اضطراب شدیدی ایجاد کند. اضطراب از اینکه شما او را فراموش کرده‌اید و دیگر او را دوست ندارید.

در بعضی مواقع ممکن است این اضطراب که با کمی بی‌نظمی در روزهای ابتدایی سال تحصیلی ایجاد می‌شود تا مدتی باعث رنج کودکتان و شما شود.

نکته دیگر اینکه هیچ‌وقت در مورد دور بودن مدرسه و یا بد مسیربودن جلوی فرزندتان اظهار ناراحتی نکنید چرا که می‌تواند در او ۲ احساس مخرب و آزاردهنده ایجاد کند؛ اول آنکه شما برای به مدرسه بردن او رنج بسیاری متحمل می‌شوید و این شروع احساس گناه است و دیگر آنکه نکند این مسیر آن‌قدر دور یا سخت باعث شود که نتوانید به دنبال او بروید و او در مدرسه جا بماند و این نیز آغاز اضطراب و ترس خواهد بود.

نکته دیگر در رابطه با رفت و آمد کودک این است که برای او کاملا مشخص کنید که چه‌کس یا کسانی مسئول بردن و آوردن او از مدرسه هستند. البته هر چه تعداد این افراد کمتر باشد بهتر است، زیرا به کودک نیز آرامش بیشتری می‌دهد.

روز اول مدرسه

اغلب روز اول مدرسه و سال تحصیلی جدید با معرفی معلم و برنامه‌های او برای ادامه سال شروع می‌شود. البته بعضی از معلم‌های خوش‌ذوق هم به شاگردانشان فرصتی می‌دهند تا خودشان را به بقیه همکلاسی‌ها معرفی کنند.

معلم همان روزهای اول قوانین کلاس را با شاگردان در میان می‌گذارد. پس گوش به زنگ باشید تا این قوانین را طی سال فراموش نکنید.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

در ضمن، روز اول فرصت خوبی برای دوست شدن با فرد یا افراد مناسب است؛ دوستی‌ای برای یک سال تحصیلی. شاید بچه‌ها از سال قبل همکلاسی‌هایی را بشناسند، اما باید بدانند همیشه پیدا کردن دوست خوب مهم و مفید است. پس به بچه‌ها بیاموزیم که از همان روز اول با بچه‌های دیگر سلام و احوالپرسی کنند و برای یافتن دوستان خوب تلاش کنند.

تغییر مدرسه

ممکن است فرزند شما امسال از مدرسه ابتدایی به راهنمایی یا از راهنمایی به دبیرستان برود. این تغییر بظاهر ساده، ممکن است مشکلاتی را برای فرزندتان به وجود آورد. به عنوان مثال ممکن است در مقطع جدید معلم‌های بیشتری داشته باشند، شیوه آموزش و درس خواندن آنها هم با سال قبل تفاوت خواهد کرد و... معلم‌ها نیز معمولا از این تغییر آگاه هستند و به دانش‌آموز کمک می‌کنند تا با شرایط جدید بخوبی کنار آید، اما شما هم باید تحمل، صبوری و همراهی بیشتری داشته باشید.

حس خوب روز اول مدرسه

روز اول مدرسه فرصتی دوباره برای دیدن دوستان قدیمی است. دوستانی که بچه‌ها در طول تابستان از آنها دور بوده‌اند. همین بهانه خوبی است برای این‌که روز اول تبدیل به روزی خوب و دوست‌داشتنی شود.

بعلاوه آماده کردن وسایل مدرسه، از کیف و کفش و لباس گرفته تا لوازم‌التحریر نیز حس خوبی به بچه‌ها خواهد داد. این‌گونه آنها راحت‌تر و راضی‌تر روز اول مدرسه را پشت سر می‌گذارند. پس یادتان باشد خوب است که شب قبل همه چیز آماده باشد. صبح روز اول شاید کار خیلی سختی باشد اگر بخواهیم همه چیز را آماده کنیم. همین کار به ظاهر ساده کمک بزرگی می‌کند تا صبح روز اول مدرسه ترس و نگرانی‌ها کمتر شود. هر چند بهتر است که در طول سال این عادت را حفظ کنیم و تنها به روز اول اکتفا نکنیم.

شروعی ناخوشایند

اگر فرزند شما در پایان اولین روز احساس کند که از مدرسه متنفر است، چه پیش خواهد آمد؟ معمولا متخصصان علوم تربیتی توصیه می‌کنند که اندکی زمان لازم است تا در مدرسه همه چیز برای بچه‌ها عادی شود. پس کمی به کودک فرصت دهید تا با قوانین جدید، مدرسه، معلم‌ها و دوستان جدید کنار بیاید. اگر باز هم احساس خوبی نداشت، بهتر است با کودک صحبت کنیم. پدر، مادر، معلم یا مشاور مدرسه می‌توانند در این مورد به دانش‌آموز کمک کنند.

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

روزی فوق‌العاده

برای این‌که اولین روز مدرسه برای ما و دانش‌آموز تبدیل به روزی فوق‌العاده شود، خواب کامل شب قبل را فراموش نکنید. با این‌که شاید عادت کرده باشیم که بچه‌ها در فصل تابستان دیر بخوابند و دیر از خواب بیدار شوند، اما این عادت باید در دوران مدرسه کنار گذاشته شود. پس بچه‌ها باید بدانند که شب قبل از شروع مدرسه باید خوب بخوابند تا روزی خوب را تجربه کنند. بعلاوه صبحانه را فراموش نکنید. قبل از رفتن به مدرسه زمانی را برای خوردن صبحانه‌ای مغذی و سلامت تعیین کنید.

در ضمن بچه‌ها باید از همان روزهای اول مدرسه عاداتی خوب و مناسب در مورد درس و تکالیف مدرسه داشته باشند. به بچه‌ها تاکید کنید که به موقع و سر ساعت تکالیف خود را انجام دهند.همچنین به کودکان یاد دهیم که مدرسه مکان درس و تفریح در کنار هم است. می‌توان در مدرسه و با رعایت قوانین تفریح و شادی هم داشت. در این مورد هم صحبت اولیا با معلم و سرپرست‌های مدرسه بسیار مفید است.

اینکه فرزندتان بداند چه کسی به دنبال او می‌آید، به نوعی در او این حس را ایجاد می‌کند که اتفاقات در اطراف او قابل پیش‌بینی هستند و این، اعتماد کردن به شرایط را برایش آسان‌تر می‌کند.

من در کنار تو هستم!

اگر کودکتان مستعد اضطراب است، سابقه مهد نداشته و احتمال می‌دهید در روزهای ابتدایی ابراز ناراحتی شدیدی بکند، پیشنهاد می‌شود که در این مورد حتما از قبل با مدرسه صحبت کنید و امکان حضورتان را در روزهای ابتدایی مدرسه با آنها بررسی کنید. البته در صورتی که شاغلید بهتر است از قبل با محل کار خود در رابطه با مرخصی‌های پیش‌بینی نشده در هفته اول نیز هماهنگی‌های لازم را به عمل آورید.

با بچه‌ها مدارا

توجه داشته باشید که به هر صورت این تجربه‌ای جدید برای کودکتان خواهد بود و داشتن کمی اضطراب کاملا طبیعی است.

منابع و مآخذ

۱. دلجو- شریعت -شیوه های ایجاد آرامش- انتشارات چاپار- چاپ سوم- ۱۳۸۷
۲. خیابانی -ناصر- روشهای دوری از اضطراب – انتشارات شلاک- سال انتشار ۱۳۸۱
۳. بیابانگرد -اسماعیل- اصول و بهداشت مطالعه- انتشارات آرین- سال انتشار ۱۳۷۷
۴.سلحشور، ماندانا: ترس های کودکان، انتشارات واژه آرا، چاپ اوّل، تهران ۱۳۸۰.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

www.asemankafinet.ir