



10 نصائح للآباء: التعلم مع الأبناء

بقلم: كريستينا تيم، و فيليب دينج، و ساشا بورشرز

التعلم من المنزل - هذا هو شعار التلميذات و التلاميذ في الأسابيع القادمة في عصر فيروس كورونا؛ لهذا تم تزويدهم بمواد تعليمية من قبل معلمينهم، فكيف يمكن للآباء دعم أبنائهم بشكل مناسب في عملية التعلم والعمل؟ لدى علماء النفس في منطقة مونستر عشر نصائح للآباء حول كيفية التعلم مع أطفالهم.

1. أنت لست مدرساً

لا يمكنك ولا يجب عليك أن تحل محل المدرسة والمعلمين، ولكن عليك مرافقة طفلك بقدر المستطاع.

2. أعط يومك روتيناً

من المهم أن نمخ اليوم روتيناً و أن ننظم الكثير من يوم لآخر بطريقة مماثلة، التزم بأوقات النوم والاستيقاظ الثابتة وفترات الراحة و أوقات تناول الوجبات وكذلك أوقات التمرين أو الرياضة، فحن البشر - وخاصة الأطفال - نستفيد من هذا الروتين الثابت.

3. التدريب العملي المنظم

كما هو الحال في صباح اليوم المدرسي يجب على الطفل أن يقوم يومياً لفترة زمنية متفق عليها بالواجبات المدرسية. ناقش مع ابنك "الجدول الزمني" للعمل، فمن المنطقي العمل بشكل أكثر تكراراً وفترات أقصر، حيث أن قدرة الأطفال على التركيز محدودة! فكر سوياً مع طفلك في مقدار التمارين التي يريد أو ينبغي القيام بها في اليوم الواحد.

4. تطوير وتعميق المعرفة

بدل بين المراحل التي تساعد فيها طفلك على البحث عن المعلومات والمراحل التي يتم فيها تثبيت هذه المعلومات وتكرارها. حدد وقت لتكرار وتعميق المعلومات أكثر من وقت معالجة محتوى تعليمي معين.

5. تعلم المفردات

قم أولاً بقراءة المفردات بصوت عال ثم تحقق منها كتابتها عدة مرات، حتى تحفظها جيداً، خذ استراحة قصيرة بعد ثمانية أو عشرة من المفردات، في المجموع يجب ألا يتعلم الأطفال أكثر من 30 إلى 40 في اليوم، ومن المستحسن كتابة أو وضع علامة على المفردات التي يصعب تذكرها على بطاقات استذكار وتكرارها بانتظام.

نفتح عليك مشاهدة الفيديو التالي:

<https://youtu.be/mHINTorPlqQ>

6. التعامل مع النزاعات

في بعض الأحيان يشعر الآباء بعدم القدرة على دعم أطفالهم بطريقة مفيدة: فقد يكونون "قريبين جداً" أو حتى مشاركين في مشاكل التعلم لدى أبنائهم، فعندما لا يفهم الآباء مشكلة التعلم لدى الأبناء، فغالباً ما يفترضوا أن هذا "كسل" أو يجعلهم مستأوون من أبنائهم، ففي هذه الحالات، نوصي بالعمل أقل للمدرسة والاستثمار أكثر في العلاقة أولاً. يمكن العثور على العديد من المواضيع الدراسية التي تم معالجتها بشكل جيد على الإنترنت اليوم. لذلك ليس عليك شرح المحتوى لطفلك، ولكن اتركه على الإنترنت إلى حد معقول.

7. استخدام الوسائط التعليمية

قامت العديد من محطات التلفزيون بتغيير برامجها وتقديم برامج مثرية للاهتمام ومعدة جيداً حول مواضيع المدرسة في الصباح، استخدم هذا للتخفيف من التمارين، يمكنك العثور على العديد من هذه العروض لاحقاً على الإنترنت في مكتبات الوسائط.

8. في حالة وجود شك، اسأل المعلم

في حالة الشك، قم بتنسيق المحتوى مع المعلم. اكتب أسئلتك عبر البريد الإلكتروني أو اتصل بالمدرسة، إذا كان لدى طفلك أسئلة تتعلق بالمحتوى، فاتركه يقوم بصياغتها وإرسالها إلى المعلم.

9. الصراع كفرصة

بالطبع، سيكون أيضاً هناك وقت احتكاك وصراع ونزاع، لكن هذا طبيعي و مألوف، فهذه هي طبيعة الحياة. ولكن يمكننا النظر إلى الصراعات بشكل إيجابي: فالنزاع الذي تم حله بشكل جيد يعد وقتاً جيداً للبحث بهدوء عن أسباب النزاعات والعمل سوياً على إيجاد حلول قابلة للتطبيق (الكلمة الرئيسية "مؤتمر عائلي")، فهذا سيكون على عدة مستويات: بناء العلاقات وزيادة المهارات الاجتماعية وبالتالي زيادة الثقة بالنفس أيضاً، فاستغل هذا الوقت!

10. استمتع بالوقت " الممنوح "

في مواقف الأزمات مثل هذه، ليس كل شيء سيئاً، فعلى سبيل المثال، من المفيد التفكير في الفرص التي تقدمها الأزمة. فالفرصة في الموقف الحالي هي بالتأكيد " الوقت الممنوح ": متى سنكون قادرين على قضاء وقتاً كثيراً مثل هذا الوقت مع أبنائنا كما فعل الآن؟

هذا هو الوقت الذي يمكننا استخدامه لأشياء لم يكن لدينا لها عادة وقت: اللعب سوياً، القراءة، الضحك، الغناء، المداعبة وغير ذلك وأكثر: فقد حان وقت القراءة والاستماع إلى الموسيقى والحلم وممارسة الرياضة و بالنسبة للآباء وكذلك للأطفال، فهي أيضاً فرصة للتهنئة والتفكير في ما هو ضروري، فالملل الدائم هو أيضاً مهارة ضاعت على مجتمعنا من ناحية، ومن ناحية أخرى هي مهارة تعزز بشكل مباشر التعلم والإبداع.

للتواصل

إذا كان لديك أي أسئلة حول ما قيل هنا، فإن مراكز الإرشاد المدرسي في منطقة مونستر متاحة لك عبر الهاتف أو عبر البريد الإلكتروني، فيمكنك العثور على بيانات الاتصال على

https://www.bezregmuenster.de/de/schule_und_bildung/gesundheits_krisenmanagement_an_schu-len/Schulpsychologie/index.html

تحت كلمة "مراكز الإقليمية للإرشاد النفسي و المدرسي"