



## كيف تساعدن طفلك على فهم المواد الدراسية الصعبة؟

فيها أدوات المنزل و الطعام مثل عدد التفاح او الاطباق وكم يلزم لكم كعائلة .  
- متى تحتاجين الى مساعدة محترفة:  
على الرغم من أنك قد تتبينين كل ما سبق إلا أنك قد لا تساعدن طفلك في النهاية ، وربما لا تستطيعين حب تلك المواد ، عليك ان طلب المساعدة من احدى المعلمات، ويمكنك استخدام معلم شخصي لطفلك ليساعده في تجاوز هذا العام ، وذلك في حالة استنفاد جميع الطرق السابقة .  
واخيرا الامومة ليست سهلة فعلى الرغم من أنك قد لا تفضلين بعض المواد الدراسية مثل الرياضيات و الفيزياء ، والكيمياء إلا أنك تحاولين فهم وشرح تلك المواد من اجل طفلك.

المواد الدراسية الصعبة قبل محاولة شرحها للطفل واحيانا قد يتوقف شرح الآباء لانهم قابلوا احدى المشاكل الصعبة أثناء الشرح ، ان الحل هو القيام بواجب مدرسي لك ايضا للتمرين على فهم وشرح المسائل الحسابية او التفاعلات في الكيمياء ، اجعلي الامر أكثر سهولة عليك ، انه مجرد استذكار بسيط لمعلوماتك القديمة.  
- الربط بين المواد الدراسية والواقع:  
تتمكن المشكلة الاساسية لفهم المواد الدراسية في محاولة فهم الاستخدام الفعلي لتلك الامور ، فالطفل غالبا ما يسالك عن سر دراسته لكل تلك الامور في حياته ، حاولي الربط بين ما يدرسه طفلك بالفعل وحياته اليومية سواء باعطائه تمارين حسابية بسيطة داخل المنزل واستخدمي

انها قد تنصك باتباع طريقة جديدة ومتطورة من اجل تعليم طفلك ، وعلى الجانب الآخر فقد تستطيعين تقييم اداء المعلمة في فهم المادة ، فقد يكره طفلك المواد الدراسية بسبب طريقة تعليم مدرسته القديمة والمعقدة.  
- البحث:  
قومي بالبحث عن القواعد الاساسية لتلك المادة على الانترنت ، لكي تستطيعي تكوين فكرة عامة عن المادة بعد كل تلك الاعوام ، فقد تساعدن طفلك في عمل الابحاث او واجبه لانك دائما سيكون لديك معلومات أكثر من الكتاب المدرسي .  
- الواجب المدرسي:  
العديد من الآباء يأخذون وقتا طويلا في فهم دروس تلك

الرياضيات و الفيزياء والكيمياء ليست مواد دراسية صعبة لطفلك فقط ، بل كانت صعبة عليك انت ايضا حينما كنت بنفس العمر ، لذا لا تطلي من طفلك ان يكون خارقا ويفعل ما لم تفعل ، ولكن يمكنك سويًا تجاوز تلك المواد الدراسية الصعبة .  
اليك بعض النصائح للتعامل مع طفلك الذي لا يفهم تلك المواد الدراسية الصعبة ...  
- كوني على اتصال مع معلمته:  
كوني دائما على اتصال بمعلمة طفلك ، فقد تساعدن في الكثير من الامور مثل نصحتها بشراء كتب معينة تساعد طفلك على الاستذكار ، كما انها ستمدك دائما بمدى ارتفاع او انخفاض مستوى تحصيل طفلك الدراسي ، إضافة الى



### قوس قزح

إعداد / محمد فؤاد

تنتج عن شعورهم بالقلق والتوتر

## ظاهرة رفض المدرسة تبرز بين تلاميذ المدارس الابتدائية غالباً

### الطفل يجب أن يكون مستعداً نفسياً للعودة إلى المدرسة والفطام النفسي عن عائلته

حجج وأعدار كثيرة يخلقها بعض الطلاب الصغار لعدم الذهاب إلى المدرسة، مثل المرض، آلام في البطن، غثيان وغيرها.. المهم أن يجدوا عذراً للتغيب عن المدرسة، فكم مرة سمعنا كلمات امتعاض من أبنائنا: " دعوني.. لا أريد الذهاب إلى المدرسة، يا ليتهم لم يخترعوها.

شعوران يجتاحان التلميذ في مرحلة العودة الى المدرسة : التوتر والقلق من جهة، والشعور بالسعادة من جهة أخرى. التوتر والقلق تجاه المرحلة الجديدة، من صف جديد ومعلمين وزملاء جدد. أما الشعور بالسعادة، فجراء العودة مجدداً للدراسة بتفأول، ورؤية الزملاء القدامى من جديد.

أما شعور الأهل بالنسبة الى العودة الى المدرسة، فيتكون في مرحلة التحضيرات والترتيبات النفسية والعملية، فالتحضير للمدرسة وشراء اللوازم المدرسية لا يعتبر من الأمور السهلة والبسيطة، بل على العكس تعتبر مرحلة تحدٍ حقيقية، حيث يجب أن يتابع الأهل جميع التفاصيل من دون أن ينسوا حتى أبسط الأمور. إلا أن خبراء الاجتماع حددوا بعض الأمور التي يمكن أن تساعد الأهل والطلاب، من كافة الأعمار، على الاستمتاع قدر الإمكان بهذه المرحلة، مرحلة الفطام النفسي للطلاب، خصوصاً الطفل، من دون ترك حالة التوتر تطغى عليها.

إعداد / محرر الصفحة

## على الأبوين الجلوس مع أطفالهم والتحاور حول النواحي التي تقلقهم تجاه مدرستهم

فرصة للإجابة على الأسئلة بعبارات وليس بكلمة نعم أو لا.

- لكن ردود الأفعال متواجبة مع الحديث مع الطفل بالتشجيع أو المحر أو المناقشة الفعالة مهما بدا كلامه ساذجاً وبريئاً.

### هل تجيدين فن إيقاف طفلك؟

يعتبر طفلك أينما الأم من مجرد إيقافه من النوم باكراً في أول أيام فصل الدراسة هو "عقاب" له، إذا، تعلمي قواعد إيقاف طفلك:  
- قبل موعد الخروج من البيت والذهاب إلى المدرسة بـ 60 دقيقة، أيقظي طفلك بشيء، من التشجيع والدلال، وبعدها مساعدته على ارتداء ملابسه.

### الحقائب الثقيلة تثقل نسبة الطفل وليس ظهره فقط

حذر باحثون من مخاطر الأحمال التي تحدثها الحقائب الثقيلة على سلامة ظهر وكتفي وصحة طلاب المدارس داعين إلى تخفيف وزن الحقائب لتحقيق نصري الراحة والأمان، وبالتالي إلى عدم زيادة الأحمال النفسية الذي يشعر به الطفل أصلاً جراء نهبه إلى المدرسة.  
ومن توصيات الباحثين أن حقيبة المدرسة يجب أن توضع عالية على الظهر على أن يكون شريطاً عريضاً يحملها وأن يخفف وزن محتوياتها . وأشار باحثون إلى وقوع حوالي 7500 إصابة سنوياً لأطفال المدارس تستدعي نقلهم إلى المستشفى ناتجة عن حقائب الكتب.

المدرسة هي الأصب، لذلك يجب الانصراف على الفور دون تردد أو اهتمام زائد مع التأكيد للطفل أنه ما هي إلا ساعات حتى يعودان لاصطحابه إلى البيت. وهذا التصرف الحاسم له أثره في جعل الطفل يتأقلم سريعاً مع المناخ الجديد عليه.  
- الذهاب لإحضار الطفل في الموعد والمكان المحدد تماماً.  
- سؤاله عما فعل خلال اليوم الدراسي وإعطاؤه

### استعداد وتأهب قبل أسبوع

- دعوة بعض الأطفال ممن سيشاركون طفلك في الدراسة إلى المنزل سواء كانوا من الأقارب أو الجيران أو أبناء الأصدقاء.  
- التسوق معاً لتجهيز الطفل بكل ما يحتاج إليه من قرطاسية وملابس وأحذية.  
- تدريب الطفل على ارتداء وخلع زي المدرسة، وتسمية الأدوات بأسمائها وأن تضع اسمه على لافتة

### المدرسة .. فطام ورعب نفسي يهدد الطفل

تتميز معارض ومتاجر ومستلزمات المدارس بعرضها المغربي الذي لا يمكن للطفل مقاومة إفرانه. وأشار خبراء الاجتماع إلى أن شراء هذه المستلزمات المدرسية يمكن أن يساعد وبشكل كبير على دعم نفسية الطفل، التي تؤثر بدورها على تقدمه الأكاديمي خلال العام بأكمله. فيجب أن يكون الطفل مستعداً نفسياً للعودة إلى المدرسة والفطام النفسي عن عائلته، كما أن الطفل والقلق، إلا أن التحضيرات النفسية يمكن أن تساعد كثيراً على مواجهة هذه الفترة. ليس فقط من خلال الاعتماد على شراء المستلزمات والقرطاسية الجديدة واللافتة، بل أيضاً بتشجيعه بكلام مهدئ ومرح، إذ يجب أن يجلس الأهل مع أطفالهم ويتحاوروا حول النواحي التي تقلق الطفل تجاه مدرسته أو صفه الجديدين.

### رفض المدرسة عند الإناث أكثر من الذكور

حالة رفض المدرسة ظاهرة بين تلاميذ المدارس الابتدائية غالباً، وقد أشارت الدراسات إلى أن حوالي 2 ٪ من الطلاب في سن 6-10 سنوات يعانون هذه المشكلة، وعند الإناث أعلى منها عند الذكور، وأنما عادة ما تظهر عند الأطفال المبتدئين في مرحلة الروضة والابتدائي. كل هذه الأعراض تختفي عندما يعود الطفل إلى المنزل، وتظهر قبل ذهابه للمدرسة أو بذهابه فعلاً:  
- بكاء الطفل وصراخه.  
- قلق الطفل الشديد المتمثل بشحوب وجهه وبرودة أطرافه والتم في البطن.  
- الأرق أثناء النوم.

### الأسباب

- الدلال الزائد للطفل و التزامات المدرسة لم يعهدها الطفل من قبل.

### العلاج

- تشجيع الطفل وطمأنته بأنه سيعود الى المنزل بعد ساعات وانكم بانتظاره من دون توبيخ.  
- ربط المدرسة بأشياء محببة ومرغوبة لدى الطفل.  
- الوعد بمكافأة في نهاية الأسبوع أو في يوم الإجازة في مكان يجه.  
- ترغيب الطفل في لقاء أصدقائه بالحضانة.  
- ضرورة وجود عادات يومية ولو صغيرة تجمع بين الطفل والأم مثل الغناء معاً أو تناول الحليب معاً أو اللعب لفترة قصيرة قبل الذهاب إلى الحضنة.



صغيرة تثبتت على حقيبتها المدرسية .

### اليوم السابق للدراسة

- التحدث مع الطفل عن الغد و ما ينتظره بطريقة هادئة وأسلوب مثير أنه الموعد الذي سيلتقي فيه بزملائه، وما هي إلا ساعات قليلة وسيعود إلى المنزل .  
- عند النوم تجهيز ملابسه التي سوف يرتديها في الغد.  
- وضع لعبة أو لعبتين في الحقيبة فمثل هذه الأشياء تخفف من شعوره بالوحدة والانفصال أثناء وجوده في المدرسة .

### أول يوم مدرسة

- ذهاب الطفل إلى المدرسة بصحبة والديه أو أحدهما، لكي يشعر بالأمان والثقة.  
- لحظة الوداع بين الطفل ووالديه على باب



## كلمات KALIMAT



### عقدة المولود الجديد.. حكاية لا تنتهي

محمد فؤاد

عندما يكون الطفل هو وحيد والديه تكون كل الأنظار عليه، وكل الحنان مخصصاً له، ويكون هو صغير البيت الذي يجبه الكل ويدل من قبل الجميع ويكون محط أنظار باقي أفراد العائلة، لكن عندما يحين موعد قدوم طفل جديد إلى الأسرة يتغير كل شيء، فلا يعود ذلك الطفل هو الصغير أو هو المدلل وحتى لم يعد هو من يجذب أنظار الجميع، فتتغير نفسية الطفل ويصبح هذا الطفل يعاني من الغيرة ...  
فبعد قدوم المولود الجديد يحرم الطفل من أمه، كونها تكون في المستشفى من أجل الولادة وبعد قدومها للمنزل تأتي وهي تحضن مولوداً في يديها، ورغم أن الطفل في أمس الحاجة إلى أمه إلا أن أمه لا تزال تعية وهي الآن مشغولة بالمولود الجديد وتصبح عناية الأم متوجهة الآن إلى المولود الجديد، ويقل الوقت الذي تعطيه للطفل الكبير، وهنا يكبر في ذهن الطفل أنه فقد حب أمه وحنانها الذي كان دائماً متوجهاً إليه، ومع مرور الوقت تصبح الأسرة تعاقب الطفل الأكبر لكونه لم يحسن معاملة أخيه الصغير أو أنها قد تحرمه من أشياء يسمح للصغير بها، كما قد يعاقب لأشياء، يسمح لأخيه الصغير أن يفعلها ولا يعرف سبباً لذلك أو أنه أصغر من أن يعرف السبب، وهنا تكبر يوماً بعد يوم في نفسية الطفل الغيرة تجاه أخيه الأصغر وقد تتحول هذه الغيرة إلى كره.

ولا تقتصر الغيرة بين الإخوة فقط عند وجود مولود جديد، فقد تكون نتيجة لانعدام الثقة في النفس، فالطفل في هذه الحالة يظن أن أخاه أفضل منه فترداد غيرته وكرهه له، كما أنها قد تكون نتيجة التمييز بين الإخوة، فقد تختلف معاملة الآباء لأبنائهم كان يفضل ابن على آخر أو أن يدلل واحد دون الآخر، كما أن هذا التصرف الخاطي من جهة الوالدين قد يجعل الطفل يكره أخاه، وقد ينتج عن الغيرة بين الأبناء سلوك عدواني، إما اتجاه الأخ كان يقوم الطفل الأكبر بإساءة معاملة الطفل الأصغر، أو اتجاه الوالدين، أو اتجاه أغراضه الشخصية التي يقوم بإتلافها، وكثرة البكاء بلا سبب فقط من أجل لفت الانتباه، كما قد ينتج عن هذه الحالة التبول اللاإرادي عند الطفل، التي لم تكن موجودة من قبل، وكان الطفل يمتنى أن يرجع إلى المرحلة العمرية السابقة لتعني به أمه كما تعني بأخيه الصغير، وهذا السلوك ما هو إلا واحد من سلوكيات لفت الانتباه التي يلجأ إليها الطفل لمطالبة والديه بحقه المفقود.

وعلى كل الآباء التفكير في هذا الموضوع ملياً قبل الإنجاب، وذلك في فترة الحمل، فعلى الوالدين التمهيد لاستقبال المولود الجديد، وخلق علاقة من الحب بين الأخوة، حتى إذا ما جاء المولود شعر أخوه أنه محبب إلى نفسه وليس منافساً له، محاولة الوالدين بعدم إظهار الحب للمولود الجديد، خصوصاً أمام الإخوة الصغار لكي لا يشعروا بالغيرة، المساواة بين الإخوة وعدم تفضيل البعض على البعض الآخر، كما يجب على الوالدين عدم مدح طفل ما أمام أخيه، فذلك ينمي في الطفل كرهه لأخيه، وعلى الأم أن تبقى على علاقة وطيدة مع طفلها الأول رغم وجود المولود الجديد، وأن تحاول دائماً أن تظهر له أنها لا تزال تحبه تماماً كما في السابق.



### هل تعلم

- أن اللذئب حاسة سمع قوية حيث يمكنه سماع دقات ساعة يدك على بعد عشرة أمتار.  
- أن حيوان الباندا أكثر الحيوانات كلفة في حدائق الحيوان حيث إن كلفة رعاية الواحد منها تزيد خمس مرات عن كلفة رعاية الفيل؟  
- أن لفيل صيحات خاصة لتحذير بقية الأفيال من أسراب النحل الغاضب؟  
- أن كوكب المشتري هو الأسرع دوراناً حول نفسه، حيث إن طول اليوم الواحد عشر ساعات فقط؟