



زنگ اول، زنگ آرامش

درباره آماده سازی کلاس اولی ها برای ورود به مدرسه و اقداماتی که معلمان و والدین باید انجام دهند

گزارش
روز



چشم در جهان

چند روزی به اول مهر و شروع سال تحصیلی جدید بیشتر نمانده است. تقویم سال به این روزها که نزدیک می شود، جنب و جوش والدین برای یک شروع خوب برای فرزندانشان بیشتر می شود. در این میان، والدین کلاس اولی ها، بیش از همه نگران و مضطرب اند که نخستین سال تحصیلی نوگلشان به بهترین شکل ممکن و با کمترین چالش بگذرد، اما مسئله اصلی همین جاست؛ یعنی نگاه والدین به این ورود و مدرسه که تا تأثیر بسزایی بر روند یادگیری فرزند انسان می گذارد. برخی نوآموزان با مشکلاتی از قبیل ترس های گذرا و عمیق، اضطراب جدایی از والدین و نگرانی های ورود رسمی به جامعه ای بزرگ تر، دست و پنجه نرم می کنند. از سوی دیگر مدرسه نیز با چنین دانش آموزانی مواجه است که باید برای رفع مشکلات آن ها، گوش به زنگ باشد و محیطی امن و آرام برای ورود کلاس اولی ها ایجاد کند. این گزارش، به بررسی این موضوع پرداخته و وضعیت مدارس مشهد و استان را برای ورود نوآموزان در سال تحصیلی جدید جویا شده است.

طرح هایی برای آماده سازی معلمان و والدین

معاون آموزش ابتدایی اداره کل آموزش و پرورش خراسان رضوی درباره وضعیت آماده سازی مدارس ابتدایی و به طور ویژه کلاس اولی ها می گوید: در موضوع آماده سازی نوآموزان کلاس اولی، فراخوانی به خانواده هاد مشهد و استان از طریق مراکز پیش دبستانی داده ایم تا کودکانی که این دوره را تجربه نکرده اند، طی بازه یک ماهه شهریور، در محیط های پیش دبستانی حضور یابند و با محیط مدرسه آشنا شوند که با استقبال خوبی از سوی خانواده ها مواجه شد. به گفته زهراشوشتری، علاوه بر این، کلیپ های آموزشی کوتاه و جذاب و کارتونی تحت عنوان «بارگشت به مدرسه»، تهیه و از دو هفته گذشته به صورت گسترده در کانال ها و شبکه های مختلف پخش شده است تا کودکان برای شروع سال تحصیلی، میل و رغبت بیشتری داشته باشند. در هفته اخیر نیز برنامه آموزش خانواده و معلمان با عنوان «اکساون» آغاز شده است که نخستین رویداد بازی وارسازی در میحت ریاضی است تا معلمان و والدین نحوه آموزش ریاضی را از طریق بازی یاد بگیرند و معلمان در کلاس درس و والدین در خانه، به صورت منسجم و همراه با بازی، آموزش ریاضی را پیش بگیرند و کودک دچار چالش یادگیری نشود و محیطی لذت بخش و مؤثر برای یادگیری کودکان فراهم شود. شوشتری از طرح توانمندسازی نیروی انسانی با عنوان «توانا» به منظور ارتقای مهارت های معلمان و مدیران در زمینه های مختلف از جمله هوش مصنوعی در آموزش و آموزش های یادگیری معکوس می گوید: این طرح بر بهبود فضای آموزشی، چیدمان کلاس ها و شناخت نیازهای رشد دانش آموزان تمرکز دارد و در پنج محورا اصلی برای مدیران، معلمان، راهبران، کارشناسان و معاونان آموزشی در نواحی مختلف آموزش مشهد و شهرستان ها اجرا می شود. طرح «حامی» نیز از جمله اقدامات توانمندسازی دانش آموزان با هدف حمایت مستمر پایه های مختلف آموزشی در درس های کلیدی ریاضی، فارسی و علوم است که شوشتری از جزییاتش می گوید: این طرح با هدف جلوگیری از تکرار مشکلات یادگیری و ارتقای شاخص های آموزشی در دانش آموزانی که در کارنامه شان «نیاز به تلاش» ثبت شده است، بسیار مؤثر بوده است و با پیگیری های انجام شده در نیم سال دوم، رشد خوبی از این دانش آموزان را شاهد بودیم و این مسیر یادگیری در تابستان هم دنبال شده است. وی با بیان اینکه تمامی این طرح ها در مشهد و استان در همه پایه های ابتدایی در حال اجرا و پیگیری است، درباره کارویژه آموزش و پرورش استان برای کلاس اولی ها توضیح می دهد: در طرح «توانا» بخشی از مأموریت معلم های پایه اول، شناخت دانش آموزان خود در سال تحصیلی جدید است تا با مسائل شناختی و مهارتی آن ها آشنا شوند که این طرح با حضور مدرسان روان شناسی کودک، هم اکنون در مشهد و استان برای آگاهی بخشی معلمان در حال برگزاری است تا به بهترین شکل ممکن با نوآموزان ارتباط برقرار کنند. معاون آموزش ابتدایی آموزش و پرورش استان اضافه می کند: نخستین کاری که معلم پایه اول باید انجام دهد، ایجاد محیطی امن برای دانش آموز است که آموزش مخصوص به خود را دارد. همچنین اجتماعات یادگیری معلمان که از سال گذشته ایجاد شده است، مخصوص معلمان هم پایه است. یکی از اقداماتی که در این گروه انجام می شود، طرح و رفع چالش های همان پایه است. مثلاً معلم هایی که پایه اول را تدریس می کنند، یک گروه مشترک دارند و مسائل و چالش های خود را با یکدیگر در میان می گذارند که این هم گروهی در طول سال برقرار است. شوشتری در مورد اثرات و بازخورد های این برنامه که در قالب طرح «توانا» برگزار شده است، می گوید: طرح «توانا» به حلقه مفقوده خانواده نیز توجه و سعی کرده است با همراهی معلم و خانواده به توانمندسازی دانش آموزان کمک کند تا میزان آگاهی والدین نیز برای ورود فرزندشان به مدرسه افزایش یابد. این طرح از امسال آغاز شده است و در سال های آینده نیز ادامه می یابد و توانمندسازی معلمان و خانواده ها در طول سال ها ادامه خواهد داشت و به صورت مستمر مطالب آموزشی و تجربی در گروه های آموزشی به اطلاع همکاران می رسد.

نقش والدین در اعتماد به نفس کلاس اولی ها

والدین به عنوان پایه گذاران تربیتی فرزندان در هر زمینه ای، نقش مهم و کلیدی دارند. سید محسن اصغری نکاح، روان شناس کودک و خانواده، هم به همین موضوع اشاره می کند: «آمادگی خانواده ها برای آغاز سال تحصیلی جدید فرزندان به ویژه کلاس ولی ها بسیار مهم و لازم است. والدین، ابتدا باید خود آرام باشند تا بتوانند آرامش را به فرزندان منتقل کنند. آرامش والدین در صحبت کردن و ایجاد نگرش مثبت نسبت به مدرسه، تأثیر مستقیم بر آرامش و اعتماد به نفس کودک دارد. والدین باید از انتظارات زیاد و کمال گرایانه پرهیز کنند تا اضطراب کودک کاهش یابد و گمان نکند در محیط پرچالشی قرار است یا بگذارد». اصغری نکاح چند راهکار برای این آرام سازی ارائه می دهد: «آشنایی با فضای مدرسه از نخستین اقدامات مؤثر است؛ بهتر است خانواده ها و کودکان قبل از شروع مدرسه، فضای مدرسه را به همراه والدین و معلمان خود مشاهده و درک کنند؛ مثلاً از طریق نقاشی، قصه گویی، بازی و بازدید از کلاس و امکانات مدرسه، ابهام ها و اضطراب های کودک را کاهش دهند». استاد یار دانشگاه فردوسی ادامه می دهد: والدین می توانند برای آماده سازی ذهن

روان فرزند خود، مسیر خانه تا مدرسه را با کودک قدم بزنند، او را با مسیر محیط آشنا کنند و در روزهای قبل، برنامه های تلویزیونی مرتبط با بارگشایی مدارس را تماشا و درباره آن صحبت کنند. برنامه ریزی خواب و تغذیه مناسب از دیگر راهکارهایی است که این متخصص حوزه کودک به آن اشاره می کند که البته در چند روز باقی مانده تا شروع سال تحصیلی جدید شاید برای برخی دیر باشد اما باید دانست اگر این موضوع با بازی و نشاط و آرامش والدین همراه باشد، کودک نیز از آن استقبال می کند. به گفته اصغری نکاح، تنظیم برنامه خواب کودکان، زودتر بیدار کردن، آماده سازی صبحانه سالم و مناسب و کاهش نور و صدا در خانه، برای شروع بهتر روز اول مدرسه ضروری است. همچنین، باید عادت به خواب منظم و آرام در شب برقرار شود که همه این ها مستلزم همراهی والدین است. مثلاً به گونه ای نباشد که کودک مجبور باشد تنها صبحانه بخورد یا خوابش با فشار و استرس باشد. اضطراب جدایی از والدین جزو مسائلی است که کودکان در سنین پایین آن را تجربه می کنند و اگر این جدایی با خاطرات تلخ همراه باشد، بر شخصیت او اثر خواهد گذاشت و به تبع

نیود انسجام در خانواده؛ ریشه اضطراب کودکان در مدرسه

مریم تنکلی، مشاور مدرسه و مدرس در حوزه کودک است و به صورت مستقیم با دانش آموزان ارتباط دارد؛ او نیز بر نقش خانواده در آرام سازی کودک و کاهش اضطراب جدایی تأکید می کند: اختلافات پدر و مادر دلیل اصلی اضطراب و مسائل روان شناختی کودک است، به همین دلیل معتقدم اگر ما می بینیم کودکی دچار مشکل و مسائل حاد رفتاری شده است، ابتدا باید به پدر و مادر و محیط خانه رجوع کنیم و اگر مسئله ای بین آن هاست، باید حل شود. آن گاه بهتر می توان اضطراب کودک را رفع و درمان کرد.

تنکلی با اشاره به برخی مواردی که با آن مواجه شده است، توضیح می دهد: رفتارهای بیمارگونه والدین یا تعارضاتی که زن و مرد در خانه با یکدیگر دارند، باعث بد خلقی و اضطراب کودکان می شود. به عنوان مثال پدری که خود شیفته است و وابستگی شدید به مادرش داشته است، باعث شده است کودکی که به خوبی، حضور در جمع و قوانین کلاس را پذیرفته است، دچار استرس شود و تا چهار هفته، بدون حضور مادرش در کلاس حاضر نشود یا یاد ختری که بدون هیچ ترسی، روز اول در کلاس درس شرکت کرد، تنها به دلیل اینکه مادر، در حضور فرزندش در مدرسه مخالف بود و پدر موافق، به گونه ای رفتار کرد که کودک ترس از حضور

در کلاس درس داشته باشد و در نهایت، به دلیل اختلافاتی که آن زن با همسرش داشت، فرزندش را در مدرسه دیگری ثبت نام کند. این مشاور کودک در مدرسه تصریح می کند: آنچه ما از رفتارهای غیرمعمول کودکان از جمله اضطراب جدایی، ترس از حضور در جمع، نیاز به توجه بیش از حد و افراطی، قانون گریزی و... در مدرسه می بینیم، به رفتارهای بیمارگونه مادران و پدران و اختلافات زنانشویی و فضای ناآرام خانواده یا عدم هماهنگی تربیت فرزندان میان والدین برمی گردد که نیاز است والدین ابتدا به این مسائل توجه کنند و انتظارات غیرمعمول از فرزند خود نداشته باشند.

والدین مواجه شد. وی در خصوص برنامه های مدرسه خود ادامه می دهد: ما هر ساله، در روز جشن شکوفه ها مراسمی شاد در حیطات مدرسه با حضور والدین برگزار می کنیم که به دلیل فضای باز و گرم، دانش آموزان تا حد زیادی خسته و اذیت می شدند اما سه سال سعی کردیم این جشن را در یکی از سالن های ورزشی با کمترین هزینه ولی متفاوت و شادتر برگزار کنیم تا خاطره خوبی برایشان ثبت شود. شعیبیک ارتباط معلم و دانش آموز و خانواده را در آماده سازی کلاس اولی ها مهم می داند؛ یکی از کارهایی که معلمان ما و خودمان در مدرسه انجام می دهیم، ارتباط خوب و مناسب در روزهای قبل از شروع سال تحصیلی است تا دانش آموز با معلم خود آشنا شود و با آرامش بیشتری در محیط مدرسه حاضر شود اما باید گفت اضطراب جدایی کودکان در مدارس حاشیه شهر نیز وجود دارد و این مسئله به گونه ای نیست که بگوییم یک موضوع شهری است، بلکه بیش از همه به محیط خانه، تربیت و روابط پدر و مادر با یکدیگر برمی گردد که گاهی با مسائل بغرنجی روبه رو می شویم و گاهی بچه هایی را می بینیم که به راحتی با محیط مدرسه خو می گیرند و مشکلی در این باره ندارند، با این حال سعی می کنیم با خانواده ها تا حد ممکن ارتباط بگیریم و کودکانی را که دچار مسائل حاد رفتاری می شوند، حمایت کنیم.

از کلاس های کارتونی غیردولتی ها تا جشن های مدارس دولتی

سراغ مدیران مدارس دولتی و غیردولتی رفتیم تا آخرین اقداماتی را که برای ورود کلاس اولی ها به مدرسه انجام داده اند، جویا شویم. مهدیه بالنردی طرق، مدیر یکی از مدارس دخترانه غیردولتی مشهد، درباره اهمیت ورود کلاس اولی ها به مدرسه می گوید: حیاتی ترین دوره تحصیلی یک دانش آموز، پایه اول است؛ چرا که او تازه وارد محیط اجتماعی بزرگ تر شده است که نیاز است از دوران قبلی خود که آزاد و رها بود، به فضایی پایگذازد که نیازمند تمرکز و یادگیری با مدت زمانی طولانی است. در واقع باید دنیای خود را تا حد زیادی برای رشد، تغییر دهد؛ به همین دلیل هر سال بیشترین تمرکز را در شروع سال تحصیلی برای آماده سازی روانی دانش آموز و خانواده هایشان داریم. بالنردی خانواده را در همراهی دانش آموز کلاس اولی بسیار مهم می داند؛ باید دانست که دانش آموز سه ماه که بسته به هر دانش آموز، این زمان متفاوت است، به یکباره شروع به خواندن جملات می کند که طی این فاصله، نیازمند صبوری و همراهی والدین به ویژه مادر هستیم. برخی والدین گمان می کنند فرزندشان کند ذهن است و ممکن است به او برچسب بزنند اما ما برای حل این موضوع، پیش جلساتی در تابستان با والدین به همراه معلمان برگزار می کنیم تا با فرایند

یادگیری کودک هفت ساله و مسائلی که ممکن است در طول سال تحصیلی با آن مواجه شود، آشنا شوند. وی به فضاسازی مدرسه نیز اشاره می کند و می گوید: در حوزه فضاسازی و ارتباط با دانش آموز سعی می کنیم از تمامی فرصت ها استفاده کنیم. وقتی دانش آموز برای اولین بار، وارد مدرسه می شود یا برای تحویل فرم می آید، با او صحبت می کنیم تا خشک بودن محیط مدرسه برای بچه ها بشکند. هفته اول و دوم همراه ویژه برگزار می کنیم و فضای کلاس و مدرسه با رنگ های شاد و تصاویر زیبا و کارتونی ترین می شود. معلم ها با لباس های رنگی و شاد در مدرسه حضور دارند و در ابتدای سال اگر دانش آموزی دچار اضطراب شده باشد، او را در آغوش می گیریم و با او مهربانانه حرف می زنیم که این تجربه به ما در آرام سازی کودک بسیار کمک کرده است. مهدی شعیبیک از مدیران با سابقه آموزش و پرورش در حاشیه شهر مشهد است. او از طرح سراسری در کشور برای آماده سازی نوآموزان می گوید: امسال، آموزش و پرورش طرحی برای آمادگی نوآموزان پایه اول مصوب کرده است تا بچه هایی که محیط پیش دبستانی را تجربه نکردند، شهریور در فضای مدرسه حاضر شوند که خوشبختانه با استقبال خوب