

# هل تشعر بالقلق حيال التحاق طفلك بالمدرسة؟

بينما لا يمكنك دائمًا أن تعرف بما يفكر طفلك، إلا أن هناك احتمالات مفادها أنه متحمس وعصبي حيال الالتحاق بالمدرسة. فلترجع بذاكرتك للوراء لتتذكر أفكارك ومشاعرك عندما التحقت بالمدرسة لأول مرة. وإليك قائمة ببعض الأشياء التي قد تقلق الأطفال.

- من سيلعب معي؟
- ماذا سيحدث لو تهت؟
- من الشخص الذي يمكن أن أطلب منه المساعدة؟
- أين أضع معطفي وحقيبتي؟
- أفقد أمي وأبي.
- ماذا سيحدث لو نسي سائق الحافلة أين أسكن؟
- ماذا سيحدث لو سألني المدرس سؤالاً ولم أكن أعرف الإجابة؟
- أخاف من استخدام الحمام.

قد يجد الأطفال ذوو الاحتياجات الخاصة أنه من الصعب التعبير عن مخاوفهم وقلقهم حول الالتحاق بالمدرسة. وبصفتك والدًا، يمكنك مساعدة طفلك من خلال تعريفه بالشكل الذي ستبدو عليه المدرسة وكل الأشياء التي قد يتطلع إليها للتعلم. كما يمكنك وضع خطط مناسبة للتعامل مع مخاوفه وقلقه. إذا أصبح طفلك قلقًا جدًا بشأن المدرسة نظرًا لاضطراب أكله المعتاد أو نومه أو عادات قضاء الحاجة، فالرجاء الاتصال بمتخصص.

و غالبًا ما يكون للآباء أيضًا نصيب من القلق. وهذا أمر مفهوم لأنه إذا كان لديك طفل سيلتحق بالمدرسة فمن الممكن أن يدخل ذلك تغييرات على عادات الأسرة بأكملها. فالآباء الذين كانوا من قبل في المنزل مع طفلهم ربما يعودون إلى العمل. وقد يتطلب الأمر أيضًا تغيير ترتيبات رعاية الطفل بعد المدرسة. ولأنك أب لطفل ذي احتياجات خاصة فقد تشعر أنت الآخر بقلق حول كيفية "تأقلم" طفلك في المدرسة.

ولكن من المهم أن نتذكر أنه من المستحيل إعداد طفلك لكل تجربة جديدة سيواجهها في المدرسة. فمعظم تعليمنا في مرحلتي الطفولة والمراهقة يحدث عندما نواجه أشياء غير متوقعة. وسيعود طفلك إلى المنزل في بعض الأيام مفعماً بالإثارة ومتحمساً ليريك صورة قام برسمها، أو كيف يمكنه كتابة اسمه.

بينما يعود في أيام أخرى إلى المنزل محبطاً من أشياء وجد أنه من الصعب تعلمها. لذا يكون من المهم في هذه الأوقات أن تقدر الإحباط الذي يعاني منه طفلك وأن تثني على جهوده. ويمكنك أن تخبره بأن سرعة التعلم تختلف من شخص لآخر ولا بأس إذا ما كان بحاجة إلى مزيد من الوقت لممارسة مهارة جديدة. وإذا وجدت أن طفلك محبطاً في أكثر الأحيان، فقد ينبغي أن تقابل مدرسه لمعرفة السبب المحتمل لذلك. وبغض النظر عن الحالات الاستثنائية، يختلف كل الأطفال عن بعضهم بدرجات متفاوتة. فلدى كل طفل مجموعة فريدة من الإمكانيات والاحتياجات، والاهتمامات والمخاوف، والنجاحات والإخفاقات. وهذه الاختلافات الفردية موجودة طوال حياتنا كما أنها جزء من الطبيعة البشرية.

وفي النهاية، خذ دائماً وقتاً للاسترخاء واللهو مع طفلك وإخوته أو أخواته. وعند زيارة المتنزه، قوموا بإعداد وجبة معاً، أو قم باستئجار فيلم، لتري أطفالك أن حبك لهم لا يعتمد على تحصيلهم الدراسي.