

چگونه یک کودک خجالتی را تشویق کنیم؟

دکتر ناهید ناصری

اگر معلم اجازه بدهد و شما در کار تدریس او و اداره کلاس اختلالی ایجاد نکنید بهتر است چند روزی در کلاس درس کودک خود (و نه کنار او) بشنیدن تا دوره شرم و خجالت او بگذرد.

ه) به او شانس موفقیت بدهید.

کودک شما از کارهایی که فکر می‌کند نمی‌تواند انجام دهد گریزان است. در این صورت با معلم کودکتان صحبت کنید تا تکالیف ساده‌تری به او بدهد. برای مثال از او بخواهید کلمات ساده‌تری را برای دیکته کودک انتخاب کند. گاهی بر عکس، تکالیف مدرسه بیش از حد برای کودک ساده بوده و «حواله او را سر می‌برد» در این حالت با معلم صحبت کرده تا کودک را بیشتر درگیر کند. حتی در صورت نیاز تمرين‌های کلاس‌های بالاتر را به او بدهد.

و) در خانه به او کمک کنید.

برخی کودکان اطلاعات جدید را در فضایی آرام به دور از محیط مدرسه و کلاس بهتر فرا می‌گیرند. بهتر است برای این کودکان تمرين‌های خانگی جهت یادگیری مطالب سخت درسی فراهم کنید. مراقب باشید این تمرين‌های خانگی باعث افزایش فشار به او نشود.

ز) بر روی علایق او تمرکز کنید.

فقط به فکر اجرای موضوعات پیچیده درسی در خانه نباشید، اجرای برنامه‌های تفریحی و فعالیت‌های سبک مدرسه در خانه می‌تواند باعث راحتی و رهایی او از ترس شود.

ح) «دانش آموز» او باشید.

بهتر است «نقش» بازی کنید. در خانه با عروسک‌ها نمادی از مدرسه درست کنیدو به او اجازه بدهید در آن جا نقش بازی کند. شما نیز می‌توانید یکی از دانش آموزان باشید ولی به خاطر داشته باشید اداره جریان بازی در دستان کودک شماست. در این جا شما می‌توانید علل ترس و خجالت او را بیابید. هم کلاسی پرخاشگر، معلم بداخل افق و... هم چنین می‌توانید با ظرافت نقش یک دانش آموز خجالتی و ترسو را ایفا کنید.

۳- چگونه بفهم که خجالت کودک من طبیعی است یا خیر؟ اکثر شرم و خجالت‌ها مشکل جدی نیستند ولی برخی علائم نشان دهنده ضرورت توجه بیشتر به کودک شما و پیگیری موضوع است:

اگر کودک شما گریه می‌کند یا تراژدی جنگ و جدل روزانه قبل از رفتن به مدرسه را دارد، اگر کودک شما از تماس چشمی هراس دارد، یا حرکات تهاجمی در مدرسه از خود بروز می‌دهد، معلم یا کودکان دیگر را کنک می‌زنند با روانپردازی یا مشاور کودکان مشورت کنید. ☐

بهترین مقاله را انتخاب کنید ■ SMS ۰۳۰۰۷۴۶۸ ■ کد این مقاله ۱۳۶-۴

مهه والدین دوست دارند کودک‌شان عاشق مدرسه باشد، دانش آموزی مشتاق با دست‌های برآفراشته برای پاسخ به سوالات معلم. مودب پشت نیمکت بشنیدن و به موقع تمام تکالیف را انجام دهد. ولی این تصور برای همه کودکان خصوصاً کودکان خجالتی قابل اجرا نیست، کودکان خجالتی از صحبت در جمع می‌ترسند، در فعالیت‌های گروهی شرکت نمی‌کنند و تنهای گوشه‌ای سر خود را گرم می‌کنند.

۱- آیا باید نگران کودک خجالتی ام باشم؟

متوجه باشید همان طور که شخصیت‌ها متفاوت هستند، نحوه شرکت کودکان در فعالیت‌های اجتماعی و مدرسه نیز با هم متفاوت است: برخی به شدت مشتاق و برخی کاملاً منزوی هستند و هیچ یک غیرطبیعی نیست.



خجالت و شرم طبیعی، مساله‌ای نیست که ماندگار شود. کودک شما برای یادگیری نیازی ندارد که در صدر دانش آموزان کلاس باشد ولی کاهش دادن ترس و خجالت او باعث جذاب‌تر شدن مدرسه و در نتیجه سهولت در یادگیری می‌شود.

۲- چگونه کودک خجالتی ام را تشویق کنم؟

الف) فشار نیاورید.

اولين چيزى که والدین باید توجه کنند احترام به موقعیت کودک در کلاس است، او را تحت فشار نگذارید.

اجازه بدهید آرام آرام خودش را با کلاس وفق دهد.

(ب) با معلم او صحبت کنید.

ارتباط بین معلم و کادر آموزشی بسیار مهم است. از معلم‌شی بخواهید درباره فعالیت‌های او در کلاس برایتان صحبت کند. این نکات را با آنچه کودک در خانه انجام می‌دهد مقایسه کنید. چه کارهایی را کودکتان در منزل انجام داده ولی در مدرسه انجام نمی‌دهد؟ با کمک معلم سعی کنید برنامه‌ای ترتیب دهید تا کلاس هم به اندازه خانه برای فرزندتان جذاب شود.

ج) او را به مدرسه علاقمند کنید.

برای مثال اگر کودک شما علاقمند به کرم‌هاست و کتاب‌های مریوط به آن را جمع آوری می‌کند ولی این موضوع در مدرسه مطرح نمی‌شود، با معلم کودک‌تان برنامه‌ای ترتیب دهید که فرزندتان این کلکسیون خانگی اش را به کلاس برد و به پرسش‌بچه‌ها و معلم پاسخ دهد. مراقب باشید که او را وادار به ارائه سخنرانی درباره کرم‌ها نکنید. معلم می‌تواند درباره آنها توضیح داده و کودک همراه با او عکس‌ها را نمایش دهد. این کار را می‌توانید با کلکسیون برگ، تصاویر و نقاشی‌ها و... نیز انجام دهید.

حتی اگر کودک شما در بحث‌های کلاس شرکت نکند، بدن کلکسیون شخصی اش به کلاس، قدم اول برای آب شدن بخ او در کلاس است.

(د) به مدرسه بروید.