

# کرونا نتیجه می دهد؛ خانه = همه جا

○ مهدیه مظفری

روزانه و هفتگی لازم و مورد علاقه شان را بنویسند، در گفت و گوهای خانوادگی، ساعات برنامه ها را با هم تطبیق دهند و به یک برنامه واحد برسند؛ کاری سخت و در عین حال شدنی است. البته قرار نیست همه اعضا، کارهای مشابه انجام دهند، اما بهتر است کارهای مشابه و هم سنخ آن ها، در یک ساعت واحد انجام شود. مثلاً وقتی پدر خانواده مشغول انجام کارهای اداری است، فرزند خانواده درس بخواند و مادر خانواده نیز می تواند کتاب بخواند؛ ساعات کار، تماشای تلویزیون، بازی و... نیز به صورت جمعی برنامه ریزی می شود.

نکته مهم دیگر، انجام کارهای خانواده با همکاری هم است. در این صورت هم مادر خانواده اوقات فراغت بیشتری پیدا می کند، هم انجام کارهای خانه در کنار یکدیگر، باعث ایجاد صمیمیت می شود. یادمان نرود حتماً بازی های جمعی با توجه به فضا و امکانات در نظر گرفته شوند. مثلاً شاید در طبقه پنجم آپارتمان، نشود فوتبال بازی کرد، اما فوتبال دستی می تواند گزینه خوبی باشد. باید بازی های مورد علاقه بچه ها، به تناسب در برنامه ریزی قرار گیرد.

## مدرسه

محوریت مدرسه، در سال تحصیلی نباید فراموش شود و برنامه ریزی ها باید متناسب با پایه درسی بچه ها باشد. سال گذشته، بسیاری از مدارس بعد از شیوع کرونا، برنامه ریزی درسی انجام دادند و به وسیله کلاس های آنلاین، شبکه های مجازی و حتی گاهی با تماس های تلفنی، سعی کردند دانش آموزان از درس عقب نمانند و دروس به اتمام برسند. امسال مدارس برنامه ریزی منسجم تری دارند. صداوسیما هم در حد وسع خود با برگزاری کلاس های تلویزیونی تدریس، به کمک خانواده ها و مدارس آمده است. با برنامه های مدرسه فرزندانمان هماهنگ باشید و اولویت را در برنامه ریزی خانوادگی بر آن بگذارید.

## چند نکته برای علاقه مند کردن بچه ها به تحصیل مجازی:

۱. پیشنهاد بدهید با لباس فرم مدرسه، پای تلویزیون، رایانه، تبلت، گوشی و... بنشینند. این کار باعث می شود کمی از حال و هوای خانه خارج شوند.
۲. زنگ های استراحت بین دو کلاس، ساعت ناهار و... را مطابق ساعات مدرسه تنظیم کنید.

این روزها خانه ها شده اند همه چیز و همه جا؛ اگر قبلاً فقط خانه بودند، حالا تبدیل شده اند به خانه، مدرسه، محل کار، کافه، رستوران، زمین بازی و... پروتکل های بهداشتی هر روز پخش می شوند و توصیه می کنند تا جایی که می شود از خانه بیرون نیاییم. چه می شود کرد؟! کاش کرونا زودتر بساطش را جمع کند تا بتوان یک نفس راحت کشید. شاید از همه سخت تر، کار بچه مدرسه ای ها باشد. دوری از جمع دوستان و مدرسه به کنار، حالا باید همه درس ها را خودشان بخوانند. کار والدین، خصوصاً مادر، از آن هم سخت تر شده است. بچه های بزرگ تر که همیشه پاتوقشان کتابخانه بود، حالا باید گوشه خانه بنشینند و تمرکز کنند. چه کنیم تا روزهای کرونایی مان، شیرین تر از روزهای قبلش شود.

## همه با هم

کرونا که آمد، سبک زندگی همه تغییر کرد و خانواده ها بیشتر دور هم جمع شدند. قدیم ها خانه ها بزرگ و دل باز بودند؛ اگر پانزده نفر آدم هم یک جا زندگی می کردند، هیچ اتفاقی نمی افتاد و هرکسی می توانست گوشه دنجی پیدا کند تا بتواند کاری را در سکوت کامل انجام دهد؛ اما این روزها در خانه های پنجاه متری و حتی کوچک تر، دو نفر هم به سختی می توانند جا شوند و با هم کنار بیایند. کاش می شد دیوارهای خانه ها را هل داد، بلکه جایمان بزرگ تر شود؛ حالا که هنوز این امکان به وجود نیامده، باید کاری کرد که از کوچک ترین فضا، بیشترین استفاده را برد تا همه بتوانند به کارهای شخصی، تحصیلی، اداری و... برسند؛ و البته می توان این را هم جزو مزایای کرونا دانست که در این صورت روابط بین اعضای خانواده، صمیمانه تر و بهتر خواهد شد.

## برنامه ریزی جمعی

در باب برنامه ریزی، بارها مشاورین گفته اند و خوانده ایم؛ اما معمولاً برنامه ریزی ها فردی است، نه جمعی. این بار در کنار هم بودن، نیاز به برنامه ریزی جمعی دارد. اولین پیشنهاد این است که همه اعضای خانواده برنامه های

۳. اگر فرزندان، در خانه میز و صندلی ندارند، در صورت امکان با خرید یک صندلی تکی، می‌توانید کمی فضای مدرسه را برای آنها شبیه‌سازی کنید.

۴. فرزندان، جای ثابت برای درس خواندن نداشته باشند و ترجیحاً روی تشک یا تخت خواب نباشند. درس خواندن در محل خواب، به خواب منتهی می‌شود.

۵. اگر فرزندی دارید که زیر سن مدرسه هستند، در ساعاتی که دانش‌آموزان مشغول فراگیری است، با بازی‌های کم سروصدایی مثل نقاشی کردن، سرگرمشان کنید؛ چون بازی کردن شما با بچه‌های کوچک‌تر، سبب می‌شود فرزند بزرگ‌تر هم بیش از آنکه علاقه‌مند به درس خواندن شود، دلش بخواهد با شما بازی کند یا از سروصدای شما کلافه می‌شود. حتی می‌توان در صورت عدم مخالفت فرزند بزرگ‌تر، دفتر نقاشی فرزند کوچک‌تر را کنار دفتر و کتاب او قرار داد تا به نظر برسد با هم مشغول یک کار هستند.

۶. سخت‌ترین کار برای مادرانی است که فرزندان محصل

در سه پایه اول ابتدایی، خصوصاً کلاس اولی دارند. بیشترین پار آموزش این فرزندان با والدین، خصوصاً مادر است. هر چند سخت است، اما سعی کنید در ساعات درسی، فرزندان را همراهی کنید و دوباره با او کلاس اول را بخوانید.

۷. بعد از اتمام ساعات درسی، مثل روزهای عادی که وقتی بچه‌ها خانه می‌رسند، از اتفاقات مدرسه می‌گفتند، از آنها درباره درس‌هایشان سؤال کنید.

۸. قطعاً غیر از ساعاتی که بچه‌ها با آموزش غیرحضوری درس می‌خوانند، بخش دیگری از روز هم باید به مطالعه و انجام تکالیف بگذرد.

۹. از جمله آسیب‌های جدی آموزش غیرحضوری، خستگی است. سعی کنید با جایزه قرار دادن کارهای مورد علاقه بچه‌ها، آنها را همچنان پای درس و کتاب بنشانید؛ البته که نباید این کار تبدیل به باج دادن به آنها شود.

۱۰. در ساعاتی که بچه‌ها درس می‌خوانند، دوردور مواظبشان باشید. ممکن است بعد از مدتی به اسم درس خواندن، کارهای دیگری بکنند.

۱۱. اگر امکانش هست، فرزندان با رعایت پروتکل‌های بهداشتی، دوستانش را ببیند یا حتی یک روز با هم درس بخوانند. این همراهی به دانش‌آموزان انگیزه می‌دهد. البته حضور تعداد محدود دو یا سه نفر کافی است.

### کنکوری‌ها

این دانش‌آموزان معمولاً خودشان درس می‌خوانند؛ اگر هم نخوانند، هزار روش بلدند که از زیر آن در برونند. مهم‌ترین نکته برای آنها سکوت و آرامش است تا چیزی حواسشان را پرت نکند. اگر امکان فراهم کردن مکان خلوتی را در خانه ندارید، می‌توان به خانه پدر بزرگ و مادر بزرگ فکر کرد. به هر حال شرایط ویژه این دسته از دانش‌آموزان، توجه و برنامه‌ریزی بیشتری می‌طلبد.

