

، أيها الاولياء الأعزاء

نحناج جميعًا إلى الدعم والدعم المتبادل الآن - نحن الآباء وأطفالنا ومعلمينا. كمجلس أولياء الأمور ، نود أن نقدم لك بعض الاقتراحات حول ما يمكنك الانتباه إليه

- اضمنوا بيئة آمنة ومريحة وموثوقة. قد يشمل ذلك التواصل والعمل معًا للحفاظ على الروتين الطبيعي قدر الإمكان (بما في ذلك الألعاب والأنشطة اليومية) وخلق أوقات هادئة حيث يمكنك الدردشة أو الجلوس معًا أو القراءة أو الاسترخاء .

- ابقوا هادئين واهتموا بأسئلة اطفالكم وهمومهم. خذ رغبة أطفالك في فهم ما يحدث بجدية وابتحوا عن إجابات معًا

- خذ مخاوفك وقلقك على محمل الجد! ابحث عن التعامل مع هذه المشاعر - الأسرة أو الأصدقاء أو مراكز الاستشارة

يمنحك دعمًا جيدًا. لذا أنت قدوة لأطفالك للتكيف مع التغييرات

- ابحث عن علامات الإجهاد عليك وعلى أطفالك. فكر في ما هو جيد لك في مثل هذه اللحظات لتصبح أكثر استرخاءًا

- شجع أطفالك على التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم . يمكن القيام بذلك على سبيل المثال عن طريق الموسيقى أو الرسم أو كتابة النصوص

تحدث عن المرونة والشجاعة. احكي القصص الملهمة تساعد الأطفال على فهم أن التفكير والشجاعة . والروابط الأسرية القوية يمكن أن تكون طرقًا لمواجهة التحديات وإيجاد طرق ذات مغزى للمضي قدمًا

يمكنكم التواصل معنا على العنوان الالكتروني التالي . elternrat@ebert-gymnasium.de

إنرد على أسئلتك بشكل موثوق

مجلس الاولياء