

الأوصياء الاعزاء / الأهالي arabíska

ثمة سنة دراسية أخرى قد إنتهت. عام دراسي كان مختلفًا من نواح كثيرة عما أعتدنا عليه. وهناك دراسات/ بحوث في المدارس الابتدائية تمت بمشاركة أطفال ومراهقين في الصفوف 5 - 7 و كذلك طلاب الصفوف 8 - 10 في ريكيافيك في فبراير 2021 ، مشيرًا إلى أنهم يقومون بعمل جيد للغاية في معظم المجالات على الرغم من الظروف غير العادية. وقد تحققت نتائج جيدة في مجال تعزيز الصحة والنشاط الوقائي ، من بين أمور أخرى ، في العقود الأخيرة من خلال تضامن و تكاتف الوالدين.

ومع ذلك ، هنالك أمور جوانب مهمة عالقة ، وبالتالي نريد أن نحث الآباء / الأوصياء لأطفال ما قبل المدرسة والمدارس الابتدائية في ريكيافيك في إنجاز دورهم الوقائي المهم. هناك أنواع من المخاطر التي يمكن أن تصاحب أنشطة الصيف عندما يتم إرخاء الروتين ويكون لدى الأطفال والمراهقين المزيد من وقت الفراغ. من المهم أن يتعرف آباء الأطفال في سن ما قبل المدرسة والأطفال في الصفوف الدنيا من المدرسة الابتدائية، بما لا يقل أهمية عن آباء الأطفال الأكبر سنًا، على الجوانب الوقائية لحياة الأطفال والمراهقين منذ بدء الدخول في المدرسة.

هنا نريد أن نشير إلى عناصر وقائية هامة :

1. التآزر بين الوالدين والأبناء.
2. النوم الكافي.
3. يظهر الآباء الرعاية والإهتمام ويضعون حدودًا واضحة.
4. يتعارف الآباء/الأمهات أصدقاء أبنائهم وأولياء أمورهم.
5. مشاركة الأطفال في الأنشطة الترفيهية المنظمة.
6. إحترام وقت الخروج في الهواء الطلق وقوانين حماية الطفل.
7. موقف واضح من إستعمال الكحول والمخدرات والتبغ والنيكوتين والسجائر الإلكترونية.
8. التعاون والثقة والمشاركة في عمل الأبوة ، على سبيل المثال مجالس الصفوف ومجالس الأبوة والأمومة ومسيرات أو جولات الأبوة.



هناك جوانب يجب على الآباء إحترامها في تربية و تنشئة الأبناء من جميع الأعمار.

تظهر الأبحاث أن التحديات الرئيسية التي نواجهها هي، على سبيل المثال، بقاء الأطفال في الهواء الطلق بعد إنتهاء وقت الفراغ القانوني وأن عددًا أقل من الأطفال يقدرون صحتهم العقلية على أنها جيدة أو جيدة جدًا. يتزايد عدد الأطفال الذين يشعرون أنهم لا يحصلون على قسط كافٍ من النوم ومن المهم إتباع القواعد والاتفاق على معايير إستخدام الأطفال للأجهزة الذكية وأجهزة الكمبيوتر. ازداد شرب الخمر لدى المراهقين في الصف العاشر بشكل طفيف منذ أكتوبر 2020 ، كما زاد استهلاك القنب/كافيه. كانت هناك أيضًا زيادة كبيرة في عدد الأشخاص الذين يستخدمون ضمادات النيكوتين ، وهو أمر مثير للقلق. تظهر الأبحاث أيضًا زيادة في الإقبال على المواد الإباحية والعُري ، وهو أمر جدي ومن الضروري مكافحته.

نحن نأمن بأنه من خلال التعاون الجيد بين جميع القائمين على تربية الأطفال والمراهقين ، يمكننا مواجهة هذه التحديات بشكل مشترك ، حيث أظهرت الأبحاث أن هذا التضامن يمكن أن يكون ناجحًا و ذات ثمره جيدة .

تحية صيفية دافئة من :

فريق الصحة العامة والوقاية في مدارس وإدارة أوقات الفراغ في ريكيافيك