

داستان، شعر و خاطره

پایه چهارم

❖ اولیای گرامی سلام

❖ برای فرزند خود دفتر کوچکی تهیه کنید.

❖ از او بخواهید هر شب قبل از خواب به این دفتر مراجعه کند.

❖ تاریخ و روزی را که سپری کرده، بالای هر صفحه بنویسد.

❖ تمام کارهایی را که از ابتدای صبح انجام داده، به خاطر بیاورد و همه ی آن را در دفتر بنویسد.

❖ کارهایی را که نوشته، دوباره از بالا مرور کند.

❖ آن کارهایی که باعث ناراحتی او می شود و از یادآوری آن ها احساس خوبی ندارد را علامت بزند.

❖ برای جبران آن ها، راه حل هایی پیشنهاد کند و در دفتر بنویسد.

❖ مهم ترین آن راه حل ها را انتخاب کند.

❖ سپس از آن راه حل ها برای جبران کارهایی ناراحت کننده در روزهای بعد استفاده کند.

❖ از فرزندتان بخواهید کارهای خوب و خوشایندش را کنار صفحه نقاشی کند و احساسش را نسبت به آن ها بنویسد. مثال: امروز در

خرید کردن به مادرم کمک کردم. خیلی خوشحالم.

❖ هم چنین می توانید به او بگویید کارهای روز بعد را نیز در پایان صفحه یادداشت کند.

❖ از فرزندتان بخواهید، این دفتر ها را نگهداری کند. این یادداشت ها، یادگارهای با ارزشی از دوران کودکی وی خواهد بود.