



- Amtsleitung -

Staatliches Schulamt • Walter-Flex-Str. 60/62 • 65428 Rüsselsheim am Main

Aktenzeichen

تمام ی قانون سرپرستان ای نیوالد ی برا
آموزان دانش

Bearbeiter/-in
Durchwahl

Frau Gocht-Zimmermann
06142-5500 421

E-Mail

silke.gocht-zimmermann@kultus.hessen.de

Ihr Zeichen
Ihre Nachricht

Datum

14. April 2020

یقانون سرپرستان و ی گرام نیوالد

به مجاز گیری د آموزان دانش :دهد یم قرار ری تأت تفت را ما همه کرونا روسی و از یناش تیوضع که آنجا از شود یم قطع خود معمول روش به روزمره کار ، زین نیوالد از یاری بس ی برا و ستندی ن مدرسه به رفتن دسترس در گیری د زمهره و آشنا ی ساختارها و ها روال رایز است ها خانواده ی برا بزرگ چالش کی نی است ین .

چه ی استثنای تیوضع نی و شد خواهد انجام اقدامات کدام ندهی آیها هفته و روزها در که میدان ینم ما :می داده قرار شما ی برا را ی دی مف نکات ، مدرسه ی روانشناخت نظر از ما نی بنا برا . داشت خواهد ادامه مدت از ی برخ . دهد یم نشان ی و ت متفا و اکنش کننده نگران و زا استرس ی تهی موقع به جوان هر ، کودک هر آنها از ی برخ . کنند یم احاس را اشتهای کاهش ای شکم درد و سردرد ، ی ختنگ مانند ی جلم علائم آنها اما . دارند مشکل دنی خواب در گیری د ی برخ . هتند ری پذیر کی تفر و ی علب ای ی نگران بدون ، مضطرب دی جدی شرا با ی خوب به توانند یم که ندادار وجود زین نوجوانان و کودکان از یادی زاری بس تعداد باشند برخوردار ی کم استرس از و شوند سازگار

احاس و آرامش ، نفس به اعتماد . دی ده انجام فرزندتان و خود ی برا را یادی زاری کارها دی توان یم شما دی :ده نشان خود اعمال و کلمات در را تی م تئول

کودک به ، خواب زمان و منظم یی غذا یها وعده ، (ی باز زمان و رسانه ، یری ادگی) متعادل ی تهی فعال با ای روز . شوند یم مند بهره ثابت ساختار کی از جوانان نی همچن . دی بده مکم روزانه ساختار کی خود می تقو ای ی شینما امه برن کی از استفاده با مثال عنوان به) دی کن ی زیر برنامه هم کنار در را هفته تیامن ، نیوالد ، شما به طی شرا نی در زین افتهی ساختار روزمره روال کی . (دی کن یم ی طراح هم با که آورد یم همراه به شما ی برا را ادی زاری گ جلو و دهد یم

یسع . شود یم ارسال آنها به مداوم طور به ای است کرده افتهی در ی فی تکال ما مدارس از شما فرزند و کودکان ی برا نگونه ی . دی بده قرار روزانه یها برنامه در ثابت را یری ادگی ی فرتها نی دی کن حد از شیب ماش فرزند اگر . بخشد یم را ثبات نی که ، شود یم حفظ روزمره اوقات از ی بخش ، نوجوانان مربوطه معلمان با لزوم تورت در و دی باش تورت ، ستین کار حجم با مقابله به قادر ای است ناراحت کی نی ، دی باش داشته ادی به . دهند یم پاسخ ی سؤال هر به لی م کمال با آنها که ، دی ری بگ تماس ردی بگ ادی چی تدر به تا بکشد طول یم مدت است ممکن و است شما فرزند ی برا یری ادگی دی جدی تیوضع کند کار بهتر و م تئول

آنچه مورد در خود فرزند با . کند رفتار اطیاحت با چگونه که ردی بگ ادی شما از تواند یم شما فرزند یم شما ، خانواده کی عنوان به . دی کن تفت است کرده کمک شما به زا استرس طی شرا در یحت ، گربه ازشنو ، خواندن ، ی فرد یها ورزش مانند) خانواده ی اعضا از کی هر ی برا که را آنچه دی توان کی یرو مثال طور به و کرده ی آور جمع را باشدی م دی مف (ره ی غ و تلفن با کردن تفت ، ی قی موس

داشته خود رفتار در بهتر انتخاب کی دی توان یم شما نگونه‌ی ا، دی‌سی‌بنو بزرگ ی کاغذ [?] ف [?] ه و کودکان ی ابر . دی‌باش تماس در خود قوت نقاط با دی‌توان یم زین شما ، نی‌والد عنوان به . نی‌باش خواهند جامعه در ی مهم سهم آنها ، شده هی‌توص اقدامات تی‌ری‌عا با که دی‌ساز روشن را امر نی‌ا نوجوانان به را برخورد‌ها ، کرد خواهد تر آسان را نی‌قوان از ی روی‌پ باعث نوجوانان و کودکان و شما ی آگاه نی‌ا . داشت استفاده ای تلفن قی‌طر از فقط و دی‌کن م [?] دود اری‌بس نوجوانان و کودکان نی‌ب در نی‌همچن و ی کل طور دی‌کن تی‌ری‌عا را بهداشت نی‌قوان حتماً . دی‌کن یم فراهم را ارتباط ی برقرار امکان ی اجتماع ی‌ها رسانه از فرزند با . دی‌ده تی‌توض سن با متناسب ی روش به را اقدامات همه تی‌اهم . دی‌باش الگو کی هم نجای در ی‌ها تی‌سا در فقط اخبار نی‌آخر ره‌دریا . کنند درک را ضوعات مو بتوانند آنها تا دی‌کن [?] - [?] بت خود ای Robert-Koch-Instituts (www.rki.de) تی‌سا وب در مثال عنوان به ، دی‌کن ک [?] ب اطلاعات معتبر از ی ری‌جلوگ ی‌برا ، دهد رخ است ممکن که ی اتفاقات هر مورد در خود فرزند با . (<https://www.hessen.de/>) . دی‌کن م [?] افضت تترنتی و ونیزی‌تلو

مشاوره خدمات از لطفاً . باشد داشته همراه به خانه در شما ی‌برا را ی نی‌سنگ بار تواند یم ی فعل طی شرا استفاده Rüsselsheim , Main-Taunus-Kreis, Groß-Gerau در ی دولت مدرسه دفتر در مدرسه ی روانشناس دی‌کن .

از ی کار ی روزها در مدرسه مشاور از ی تلفن مشاوره ی‌برا نی‌توان یم شما

نی‌کن برقرار تماس ری‌ز شماره با 15:30 اعتس تا 8:30 ساعت

06142-5500 404.

دی‌بمان سالم ، همه از مهمتر . کنم یم آرزو پشتکار و قدرت طی شرا نی‌ا در شما ی‌برا

احترام با

Birgitta Hedde

ارشد ری‌مد