

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΛΑΧΟΓΙΑΝΝΙΟΥ

Συμβουλές για αποτελεσματικότερη οργάνωση της μελέτης των μαθημάτων στο σπίτι:

Η καθημερινή μελέτη μπορεί να αποτελέσει συχνή αιτία πληθώρας διαφωνιών και εντάσεων μεταξύ παιδιών και γονέων. Για το λόγο αυτό, απαιτείται η ορθή οργάνωση και δόμηση ενός προγράμματος, το οποίο θα συμβάλλει στη μετατροπή του διαθέσιμου χρόνου, σε ποιοτικό. Στόχο αυτού του προγράμματος συνιστά η αξιοποίηση των δυνατοτήτων του μαθητή στο μέγιστο βαθμό, έτσι ώστε να ολοκληρώνει με επιτυχία τη μελέτη των μαθημάτων του και παράλληλα να καλλιεργεί και να ενισχύει την αυτοεκτίμησή του.

Προς τους γονείς προτείνονται τα ακόλουθα:

- Δείξτε στο παιδί εμπιστοσύνη. Η συμπεριφορά σας να δείχνει ότι πιστεύετε πως μπορεί να ανταποκριθεί σε μια κατάσταση.

- Δώστε του αρμοδιότητες και ευθύνες μέσα από τις οποίες θα νιώθει επάρκεια, με απώτερο στόχο την αυτορρύθμιση της συμπεριφοράς του.

- Βοηθήστε τον να λειτουργεί ως ανεξάρτητη προσωπικότητα και ως τέτοια να του συμπεριφέρεστε. Ενθαρρύνετε τον ώστε να μπορεί να παίρνει αποφάσεις ο ίδιος για τον εαυτό του, στηρίζτε τις επιλογές του.

- Σε κάθε περίπτωση να θυμάστε να επιβραβεύετε την προσπάθεια και όχι το τελικό αποτέλεσμα. Αναγνωρίστε την προσπάθεια που καταβάλλει και δώστε έμφαση στη διαδικασία που οδήγησε στο τελικό αποτέλεσμα (πρόοδος-προσπάθεια).

- Είναι σημαντικό, ακόμη και αν το τελικό αποτέλεσμα δεν σας ικανοποιεί να αποφεύγετε να κρίνετε τον ίδιο ως πρόσωπο και επικεντρωθείτε στην κατάσταση. Αποφεύγετε λέξεις, στάσεις, συμπεριφορές που δείχνουν ότι τον κρίνετε ή τον συγκρίνετε. Να θυμάστε ότι πρέπει να δίνεται έμφαση στη μοναδική αξία που έχει ο ίδιος για αυτό που είναι και όχι για αυτό που θα περιμέναμε- προσδοκούσαμε να είναι.

- Διατηρήστε θετική στάση απέναντί του. Ενισχύστε τον ώστε να εκφράζει τόσο τα θετικά συναισθήματα όσο και τα αρνητικά συναισθήματα (φόβος, απογοήτευση, θυμός κ.τ.λ.). να είστε δεκτικοί στα «μηνύματά» του δίνοντας νόημα και προσοχή σε αυτό που του συμβαίνει.

- Δημιουργήστε ένα κλίμα εμπιστοσύνης και αποδοχής χρησιμοποιώντας λεκτικά και μη λεκτικά μέσα επικοινωνίας.

Χρησιμοποιήστε λόγια που δε στοχοποιούν το πρόσωπο, διατηρήστε βλεμματική επαφή, αποδεχτείτε τα δυνατά και αδύνατα σημεία του.

- Ενθαρρύνετε το παιδί να διοχετεύσει την ενέργειά του σε δημιουργικές δραστηριότητες, την ένταξή του σε ομάδες συνομηλίκων εντός και εντός σπιτιού, μέσα από τις οποίες κερδίζει ένα αίσθημα επάρκειας και αποδοχής του εαυτού.

- Ο λόγος σας να είναι ξεκάθαρος και άμεσος. Μη δίνετε διπλά- αντιφατικά μηνύματα στο παιδί γιατί αυτό προκαλεί σύγχυση στη συμπεριφορά και τις αντιδράσεις του. Η λεκτική σας έκφραση να είναι συνεπής με τη μη λεκτική σας συμπεριφορά και οι πράξεις σας να είναι συνεπείς με τα λόγια και τις προσδοκίες σας.