

# Βαθμοί και άγχος γονέων

Αγγέλη Βασιλική  
Ψυχολόγος Α.Π.Θ.

M. Ed. Επιστήμες της αγωγής: Ειδική Αγωγή και εκπαίδευση ατόμων με προβλήματα προφορικού και γραπτού λόγου

Εκ. Ψυχοθεραπεύτρια Γνωστικό Συμπεριφορικής προσέγγισης



Είναι γεγονός ότι η εκπαίδευση αποτελεί θεμέλιο λίθο για την γνωστική και πνευματική ανάπτυξη των παιδιών και

παρέχει πολύτιμες βάσεις για την επαγγελματική τους σταδιοδρομία ανεξάρτητα από την πορεία που θα λάβουν αργότερα στη ζωή τους.

Η επιτυχία στο σχολείο για πολλούς είναι συνδεδεμένη με την υψηλή επίδοση των μαθητών και μεταγενέστερα με την πρόοδο τους. Πολλοί γονείς έχουν ως επιθυμία και όνειρο να καμαρώσουν τα παιδιά τους να επιτυγχάνουν ακαδημαϊκά και να ακολουθούν μια λαμπρή σταδιοδρομία. Βέβαια, κάποιες φορές συγχέουν τα δικά τους προσωπικά ανεκπλήρωτα όνειρα με τα όνειρα των παιδιών τους αγνοώντας ορισμένα ταλέντα ή και κλίσεις που μπορεί να έχουν τα παιδιά τους και να τα οδηγούν σε μια λανθασμένη κατεύθυνση. Δεν είναι λίγες οι φορές που γονείς με υψηλό μορφωτικό επίπεδο θεωρούν αυτονόητο ότι και τα δικά τους παιδιά θα έχουν την ίδια πορεία ή θα είναι συνεχιστές του επαγγέλματος τους.



Η επίτευξη υψηλών βαθμολογιών στα μαθήματα είναι μια διαδικασία που προκαλεί άγχος στους μαθητές αλλά και στους γονείς τους. Η συνέπεια είναι να δημιουργούνται πολλές εντάσεις και καβγάδες ανάμεσα στα παιδιά και τους γονείς και να επιδεινώνεται η

σχέση που αναπτύσσουν μεταξύ τους. Πάντοτε οι βαθμοί αποτελούσαν ένα κριτήριο αξιολόγησης της αφομοίωσης της γνώσης που έχει διδαχθεί ένα παιδί, της συστηματικής του μελέτης κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς και της ποιότητας συνεργασίας μεταξύ μαθητών και εκπαιδευτικών. Ωστόσο, είναι ολοένα και αυξανόμενα τα ποσοστά εμφάνισης άγχους από πλευράς των παιδιών λόγω της

πίεσης που βιώνουν για να πετύχουν μια υψηλή βαθμολογία. Έτσι, ο μαθητής μπορεί να εκδηλώσει σωματικά συμπτώματα άγχους, να αποστασιοποιηθεί από τους συνομηλίκους και τους φίλους του, να αδιαφορήσει για οποιαδήποτε προγραμματισμένη εξωσχολική δραστηριότητα και να βιώνει δυσφορικά συναισθήματα.

Οι γονείς θα νιώσουν περηφάνια και ικανοποίηση όταν το παιδί τους θα επιτύχει υψηλούς βαθμούς και έχουν υποχρέωση να το ενδυναμώνουν για τη συνέχεια της γνωστικής τους καλλιέργειας, χωρίς όμως να περνούν στο παιδί το μήνυμα ότι ο υψηλός βαθμός είναι ο αυτοσκοπός.

Άρα, ως γονείς ας σκεφτούμε:

- ✓ Τί σημαίνει για εμένα ένας υψηλός βαθμός;
- ✓ Ο υψηλός βαθμός που θα λάβει το παιδί μου με καθιστά καλύτερο και σωστότερο γονέα;
- ✓ Η αυτοπεποίθησή μου ενισχύεται μέσω των βαθμών του παιδιού μου;



Σε αυτές τις περιπτώσεις είναι πάρα πολύ σημαντικό να διαχωρίσουν οι γονείς την επίδοση του παιδιού στο σχολείο από τον χαρακτήρα του, τις κλίσεις του, την αξία του και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του. Ακόμη και αν ένα παιδί φέρει ένα χαμηλό βαθμό που

δεν ικανοποιεί τόσο τις επιθυμίες των γονιών του αυτό δεν σημαίνει ότι είναι λιγότερο ευφυές ή ικανό από κάποιο άλλο που πέτυχε υψηλό βαθμό. Όταν ένα παιδί δεν τα πηγαίνει τόσο καλά στα μαθήματα και δυσκολεύεται δεν σημαίνει ότι δεν θα τα καταφέρει ποτέ στη ζωή του και ότι θα είναι ανίκανος. Έχοντας ένας γονέας αυτή τη σκέψη που είναι άκρως γνωστικά διαστρεβλωμένη τότε αισθάνεται έντονη ανησυχία και φόβο που εξωτερικεύεται με τη μορφή πίεσης στο ίδιο του το παιδί με αποτέλεσμα να το επηρεάζει αρνητικά. Με αυτή τη στάση του γονέα το παιδί λαμβάνει το μήνυμα ότι ο γονιός του το αγαπά και το αποδέχεται μόνο αν φέρνει υψηλούς βαθμούς και είναι ο καλός μαθητής αναγνωρίζοντας ότι τον αγαπάνε υπό όρους και προϋποθέσεις γεγονός που συγκρούεται με την άνευ όρων γονεϊκή αποδοχή και αγάπη που θα πρέπει να επιδεικνύουν.

Γονείς:

- Αποστασιοποιηθείτε από την διαδικασία της απαίτησης της βαθμοθηρίας και θαυμάστε το παιδί σας γι' αυτό που πραγματικά είναι.
- Σταθείτε δίπλα του και στηρίξτε το στα ταλέντα και τις κλίσεις που έχει.

- Θυμηθείτε ότι ένας υψηλός βαθμός δεν είναι τίποτα παραπάνω από μια αξιολόγηση της επίδοσης του παιδιού σας στο σχολείο τη δεδομένη χρονική στιγμή και τίποτα παραπάνω ή λιγότερο. Το μέλλον του παιδιού δεν θα προκαθοριστεί από την υψηλή βαθμολογία που θα λάβει και δεν αποτυπώνει την προσωπικότητά του.
- Ρωτήστε τους εκπαιδευτικούς εάν συμμετέχει και δείχνει ενδιαφέρον για το μάθημα, εάν συνεργάζεται με τους καθηγητές του και τους συμμαθητές του και εάν κάνει προσπάθεια βελτίωσης.
- Ενθαρρύνετε το παιδί σας να τα πάει καλύτερα την επόμενη φορά και ενισχύστε το για κάθε του προσπάθεια.
- Επιτρέψτε στο παιδί σας να ζήσει την παιδική του ηλικία χωρίς να το επιβαρύνετε με επιπλέον δραστηριότητες που προκαλούν επιπλέον άγχος και ένταση.

### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ**

- Κωνσταντινίδης, Ε. Χ. (2011). Σχολές γονέων: αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας συντόμου προγράμματος ψυχοεκπαίδευσης γονέων γνωστικής συμπεριφορικής προσέγγισης.
- Λεμονίδου, Σ. (2003). *Η επίδραση της σχέσης παιδιού-γονέων στη σχολική επίδοση του μαθητή* (Bachelor's thesis).
- Μητσοπούλου, Α. (2020). Απόψεις γονέων: ποιοι παράγοντες επηρεάζουν τη σχολική επίδοση των παιδιών τους.
- Φωτεινού, Α. (2021). Άγχος εξετάσεων και αντιληπτή συναισθηματική νοημοσύνη σε μαθήτριες και μαθητές γενικού λυκείου.