

29 Μαρτίου 2016

## Εξετάσεις: Λόγοι που το παιδί μπλοκάρει και δε γράφει καλά

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



**ΤΟ ΔΙΑΝΟΗΤΙΚΟ ΜΠΟΚΑΡΙΣΜΑ.**

**Πολύτιμες συμβουλές για παιδιά που δίνουν εξετάσεις αλλά και για γονείς από τη Δρ Λίζα Βάρβογλη, Ph.D. Ψυχολόγο-Ψυχοθεραπεύτρια, Νευροψυχολόγο\_**  
**[greekpsychologypages.blogspot.gr](http://greekpsychologypages.blogspot.gr)**

**Λίγο πριν από τις εξετάσεις και ενώ το παιδί σας έχει προετοιμαστεί καλά και ξέρει την ύλη ξαφνικά παθαίνει κάτι και τα ξεχνάει όλα, δεν μπορεί να απαντήσει σε καμία ερώτηση και είναι σαν να έχουν σβήσει όλα από τη μνήμη του. Τι συμβαίνει;**

Το διανοητικό μπλοκάρισμα είναι ένα παροδικό φαινόμενο που εμφανίζεται όταν το άτομο είναι στρεσαρισμένο. Μπορεί να πάρει διάφορες μορφές και να επηρεάσει τη μνήμη, την αντίληψη και τη λογική σκέψη. Το κύριο χαρακτηριστικό του διανοητικού μπλοκαρίσματος είναι ότι το μυαλό «αδειάζει» από πληροφορίες που ήδη έχει και το άτομο δεν μπορεί να θυμηθεί τίποτε. Αν συμβεί κάτι τέτοιο την ώρα της μελέτης, το καλύτερο για τον μαθητή είναι να διακόψει το διάβασμα αμέσως και να κάνει ένα μικρό διάλειμμα. Ο γονιός - που συνήθως πανικοβάλλεται εξίσου με τον μαθητή - θα πρέπει να καθησυχάσει το παιδί, να του εξηγήσει ότι είναι κάτι παροδικό και να το βοηθήσει να ηρεμήσει και να χαλαρώσει, εξηγώντας του με μια μεταφορά ότι οι γνώσεις και οι πληροφορίες εξακολουθούν να βρίσκονται στα «συρταράκια» του μυαλού του, απλώς «κόλλησε» παροδικά το συρταράκι και δεν ανοίγει ώστε να έχει πρόσβαση στις πληροφορίες. Και όπως γίνεται συνήθως σε τέτοιες περιπτώσεις, δεν χρειάζεται ζόρισμα, αλλά μια πιο ήπια προσέγγιση ώστε να αποκατασταθεί η ομαλή λειτουργία.

**Το παιδί μου έχει προετοιμαστεί, ξέρει την ύλη αλλά ξαφνικά έχει δυσκολία να «πει το μάθημα νεράκι» ή να οργανώσει τις σκέψεις του. Τι συμβαίνει;**

Στο διανοητικό μπλοκάρισμα εντάσσεται επίσης και μια άλλη δυσκολία που μπορεί να εμφανιστεί την περίοδο των εξετάσεων. Πρόκειται για τις διασκορπισμένες σκέψεις ή την έλλειψη εστίασης της σκέψης. Σε αυτή την περίπτωση ο μαθητής, που γνωρίζει την ύλη, έχει δυσκολία στο να οργανώσει τις πληροφορίες σε μια λογική σειρά και να τις εκφράσει με ιεραρχημένο τρόπο, με αποτέλεσμα να πηδάει από το ένα στο άλλο χωρίς λογική αλληλουχία και να νιώθει ότι δεν μπορεί να απαντήσει την ερώτηση. Αυτό που βοηθάει στη συγκεκριμένη περίπτωση είναι (είτε λέει το μάθημα σε κάποιον άλλον είτε διαβάζει μόνος του) να σταματήσει και να δοκιμάσει μια άλλη μέθοδο: είτε να κλείσει τα μάτια και να φέρει στον νου του τη σελίδα του βιβλίου είτε να θέσει στον εαυτό του ερωτήσεις που οργανώνουν τις πληροφορίες. Για παράδειγμα, μπορεί να ρωτήσει τι συμβαίνει πρώτα, τι είναι αυτό που ακολουθεί, ποιο είναι το τρίτο βήμα, κτλ., ώστε με τις ερωτήσεις αυτές να οργανώσει λογικά τις πληροφορίες που κατέχει και να τις παρουσιάσει με

συγκροτημένο τρόπο δείχνοντας τις γνώσεις του.

**Πηγή:** [.boro.gr](http://.boro.gr)