

6 Μαρτίου 2017

Τι να κάνω για να διαβάζει το παιδί μου; Συμβουλές για γονείς.

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Μια

από τις πιο συχνές αιτίες διένεξης ανάμεσα σε γονείς και παιδιά είναι το διάβασμα για την επόμενη μέρα. Υπάρχουν βέβαια και παιδιά που μελετούν πρόθυμα τα

μαθήματά τους, οπότε σ' αυτή την περίπτωση τα πράγματα είναι αρκετά εύκολα για τους γονείς.

Τι γίνεται όμως όταν το αγγελούδι μας αρνείται πεισματικά να συνεργαστεί και νοιώθουμε την υπομονή μας να εξαντλείται μη ξέροντας τι άλλο να δοκιμάσουμε;

Στην πραγματικότητα, υπάρχουν πολλά που μπορεί να κάνει ένας γονιός για να βοηθήσει το παιδί του να γίνει πιο υπεύθυνο και να ανταποκρίνεται καλύτερα στις σχολικές του υποχρεώσεις.

Επειδή όμως «η αρχή είναι το ήμισυ του παντός» είναι σημαντικό να κάνουμε μια καλή αρχή απ' την πρώτη δημοτικού. Ωστόσο, ακόμη κι αν αυτό δεν έχει συμβεί, ποτέ δεν είναι πολύ αργά.

Το πρώτο πράγμα που μπορούν να κάνουν οι γονείς είναι να μάθουν στα παιδιά τους πώς να οργανώνουν το διάβασμά τους. Οργάνωση όμως δεν σημαίνει μόνο πίνακες με χρονοδιαγράμματα. Όλη η οικογένεια χρειάζεται να μπει σ' ένα σχετικό πρόγραμμα. Να υπάρχει, για παράδειγμα, συγκεκριμένη ώρα φαγητού και τα υπόλοιπα μέλη να σέβονται τις ώρες που το παιδί διαβάζει αφήνοντάς το ανενόχλητο. Για να το επιτύχουμε αυτό χρειάζεται να ορίσουμε έναν σταθερό χώρο διαβάσματος.

Το δωμάτιο του παιδιού και συγκεκριμένα το γραφείο του είναι ο ιδανικός χώρος για τον σκοπό αυτό, καθώς εκεί μπορεί να απλώσει όλα τα βιβλία και τις σημειώσεις του και να κλείσει την πόρτα του περιορίζοντας έτσι τα ερεθίσματα που του αποσπούν την προσοχή. Αν πάλι παρατηρήσουμε ότι η προσοχή του διασπάται εύκολα, καλό είναι να τοποθετήσουμε το γραφείο του μακριά από το παράθυρο.

Πέρα όμως από τον χώρο, εξίσου σημαντικός είναι και ο χρόνος του διαβάσματος.

Δεν μπορούμε, για παράδειγμα, να ζητάμε από ένα παιδί να ξεκινάει το διάβασμά του αμέσως μετά το μεσημεριανό φαγητό, πολύ αργά το βράδυ όταν είναι ήδη πολύ κουρασμένο ή την ώρα που προβάλλεται η αγαπημένη του εκπομπή στην τηλεόραση.

Γι' αυτό λοιπόν, θα πρέπει από πριν να έχουμε συζητήσει μαζί του και να έχουμε συμφωνήσει σε μια σταθερή ώρα που όλοι θεωρούμε κατάλληλη για να ξεκινά το διάβασμά του. Σε ότι αφορά τώρα τη διάρκεια, η πολύωρη μελέτη δεν είναι απαραίτητα και πιο αποδοτική, καθώς δεν εξασφαλίζει τη συγκέντρωση.

Ο βαθμός συγκέντρωσης ενισχύεται με συχνά και σύντομα διαλείμματα. Επίσης είναι σημαντικό, αμέσως μόλις το παιδί ολοκληρώνει το διάβασμά του, να ακολουθεί μια επιβράβευση (π.χ. να του επιτρέψουμε να παίξει με τους φίλους του

ή με το αγαπημένο του παιχνίδι). Στην περίπτωση πάντως που περιμένει την τελευταία στιγμή για να κάνει τα μαθήματά του, καλό είναι να παραμείνουμε αμέτοχοι.

Παράλληλα, μπορούμε να διδάξουμε στα παιδιά μας και κάποιες τεχνικές διαβάσματος, όπως π.χ. να μελετούν τα πιο δύσκολα ή βαρετά μαθήματα στην αρχή που είναι πιο ξεκούραστα, να αποφεύγουν την «παπαγαλία» και να κάνουν ανακεφαλαίωση. Μπορούμε να τους δείξουμε πώς να υπογραμμίζουν τα κύρια σημεία ενός κειμένου, να εντοπίζουν τις «λέξεις - κλειδιά» ή να γράφουν έναν δικό τους τίτλο δίπλα σε κάθε παράγραφο, ώστε να ενισχύουν έτσι την οπτική τους μνήμη και να συγκρατούν ευκολότερα τις πληροφορίες.

Συγχρόνως όμως, είναι αναγκαίο οι γονείς να καταλάβουν ότι τα παιδιά θα πρέπει προοδευτικά να μάθουν να οργανώνουν μόνα τους το διάβασμά τους, να είναι δηλαδή αυτόνομα. Δεν «διαβάζουμε» όλοι μαζί τα μαθήματα της επόμενης ημέρας! Θα πρέπει να ξεκαθαρίσουμε ότι το διάβασμα είναι ευθύνη του ίδιου του παιδιού, γιατί έτσι ενισχύουμε την αίσθηση της υπευθυνότητάς του.

Αυτό βέβαια δεν σημαίνει ότι το αφήνουμε στη μοίρα του, αλλά ότι παρεμβαίνουμε μόνο όπου αυτό χρειάζεται, ανάλογα πάντα με την ηλικία του. Για παράδειγμα, βοηθούμε περισσότερο στην πρώτη δημοτικού, αλλά δεν στεκόμαστε με τον ίδιο τρόπο κοντά του στην τετάρτη δημοτικού, όπου περιμένουμε να είναι πιο αυτόνομο.

Στην περίπτωση τώρα που το παιδί αρνείται επίμονα να διαβάσει, μπορούμε να το αφήσουμε μια φορά να πάει αδιάβαστο, ώστε να έρθει αντιμέτωπο με τις συνέπειες της αμέλειάς του. Μια τέτοια ενέργεια βέβαια προϋποθέτει ότι θα ενημερώσουμε τον δάσκαλο, εξηγώντας του τι κάναμε και γιατί. Γενικότερα άλλωστε, η καλή σχέση και η συνεργασία με τον δάσκαλο είναι πολύ σημαντική για την πρόοδο του παιδιού μας.

Το πιο σημαντικό απ όλα όμως είναι η στάση των ίδιων των γονιών απέναντι στο διάβασμα. Αντί να βλέπουμε τηλεόραση την ώρα που ζητάμε απ το παιδί μας να διαβάσει, ας την κλείσουμε κι ας διαβάσουμε κι εμείς κάτι, ένα λογοτεχνικό, μια εφημερίδα ή ένα περιοδικό.

Μπορούμε να του μάθουμε να αγαπά το διάβασμα αγοράζοντας του από μικρή ηλικία παραμύθια ή λογοτεχνικά βιβλία, ώστε να συνδυάσει το διάβασμα με κάτι ευχάριστο. Το βιβλίο αυτά όμως θα πρέπει να τα επιλέγει το ίδιο το παιδί με βάση τα δικά του ενδιαφέροντα. Μια καλή ιδέα θα ήταν να επισκεφτούμε μαζί ένα βιβλιοπωλείο ή μια έκθεση βιβλίου, όπου θα μπορεί να επιλέξει κάτι που του αρέσει.

Παράλληλα, ας προσπαθήσουμε να κάνουμε το διάβασμα για το σχολείο όσο γίνεται πιο διασκεδαστικό. Δεν σκίζουμε σελίδες και δεν σβήνουμε με μανία, επειδή το παιδί έκανε κάποιο λάθος ή επειδή δεν μας άρεσαν τα γράμματά του!

Ο στόχος είναι να αγαπήσει το διάβασμα, γι αυτό μπορούμε να του διδάξουμε μαθηματικά χρησιμοποιώντας τουβλάκια ή όσπρια, να παροτρύνουμε ένα μικρότερο παιδί να ζωγραφίσει κάτι με βάση αυτό που διάβασε στην ιστορία ή ένα μεγαλύτερο να δοκιμάσει μαζί μας ένα πείραμα που έμαθε στη φυσική ή στη χημεία. Τα παιδιά χρειάζεται να καταλαβαίνουν τη χρησιμότητα όσων διαβάζουν και μπορούμε να τα βοηθήσουμε σ αυτό, δίνοντας τους απτά παραδείγματα από την καθημερινή ζωή για το πώς να χρησιμοποιούν όσα μαθαίνουν.

Επιπλέον, είναι σημαντικό οι γονείς να μην μεταφέρουν το δικό τους άγχος για το σχολείο στα παιδιά και να μην έχουν υπερβολικά υψηλές προσδοκίες. Καλός μαθητής δεν είναι μόνο ο πρώτος. Δεν μπορούμε και δεν χρειάζεται να είμαστε όλοι πρώτοι ή τέλειοι. Τα «κηρύγματα», οι αρνητικοί χαρακτηρισμοί και οι συγκρίσεις με τα άλλα παιδιά ή τα αδέρφια δεν βοηθούν.

Χρειάζεται να επιβραβεύουμε την προσπάθεια άσχετα από τους βαθμούς, γιατί έτσι ενισχύουμε την αυτοεκτίμηση του παιδιού μας που είναι καθοριστικής σημασίας για την πρόοδό του, όχι μόνο στο σχολείο αλλά και στη ζωή του γενικότερα. Πρέπει επίσης να καταλάβουμε ότι στην καθημερινότητα των παιδιών είναι αναγκαία η ύπαρξη ελεύθερου χρόνου για παιχνίδι ή χασομέρι, στοιχεία απαραίτητα για την υγιή ψυχοσυναισθηματική τους ανάπτυξη και να μην τα υπερφορτώνουμε με δραστηριότητες. Πάνω απ' όλα έχουν ανάγκη να είναι παιδιά.

Ας απομακρυνθούμε από τον μύθο που λέει ότι όσο πιο καλούς βαθμούς παίρνεις τόσο πιο επιτυχημένος γίνεσαι και ας αναρωτηθούμε: Θέλουμε μια καταρρακωμένη προσωπικότητα με καλούς βαθμούς ή μια υγιή προσωπικότητα με μέτριους ή ακόμη και κακούς βαθμούς; Άλλωστε το να μην είναι κανείς καλός μαθητής δεν σημαίνει ότι δεν θα γίνει και χρήσιμος ή ευτυχισμένος άνθρωπος.

Συγγραφή Άρθρου

Ειρήνη Κορδερά - Ψυχολόγος

Ψυχολόγος / Πτυχιούχος Α.Π.Θ. / MSc Ψυχολογία Υγείας / MSc Ψυχολογία Παιδιού και Εφήβου στο Πανεπιστήμιο του Leiden της Ολλανδίας / Ειδίκευση στη Συστημική Ψυχοθεραπεία στο Ιατρικό Ψυχοθεραπευτικό Κέντρο (Ι.Ψ.Κ.). Ατομική Ψυχοθεραπεία, Οικογενειακή Θεραπεία, Θεραπεία Ζευγαριών,

Πηγή: e-psychology.gr