

## **Ειδική Διαπαιδαγώγηση : Το διάβασμα στο σπίτι - τεχνικές ενίσχυσης μνήμης και συγκέντρωσης**

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Εκπαίδευση](#)



Πολλές φορές ακούμε γονείς να παραπονούνται ότι τα παιδιά έχουν δυσκολία στο να συγκεντρωθούν στη μελέτη τους, ότι παρ'όλο που διαβάζουν πολύ δεν αποδίδουν - τουλάχιστον το αναμενόμενο- ότι «πρέπει να κάθομαι από πάνω τους για να διαβάσουν» και ότι εν τέλει το διάβασμα στο σπίτι είναι μια ώρα που δοκιμάζει τα νεύρα όλων.



Επίσης πολλές φορές διατυπώνουν το παράπονο ότι ενώ διαβάζει αρκετά, όταν έρθει εκείνη η αποφράδα ώρα του τεστ ή της προφορικής εξέτασης, δεν θυμούνται ούτε τα μισά. Θέλουμε λοιπόν να δούμε, και πιστεύω ότι σήμερα είναι επιτακτική ανάγκη να ασχοληθούμε μ' αυτό, τους μηχανισμούς της μνήμης και της συγκέντρωσης του παιδιού και πως αυτός λειτουργεί παίρνοντας υπ' όψιν μας και όλες τις παραμέτρους που παίζουν κάποιο ρόλο στη λειτουργία αυτού του μηχανισμού - πάντα βέβαια σε πλαίσιο εκπαιδευτικό-μαθησιακό και με προσανατολισμό περισσότερο το διάβασμα στο σπίτι.

Θα βοηθήσει σ' αυτήν μας την εξέταση, να αντιμετωπίσουμε το μηχανισμό της μνήμης σαν ένα μωικό σύστημα το οποίο όσο το ασκούμε τόσο διατηρούμε την καλή του κατάσταση. Ας δούμε όμως πως λειτουργεί τόσο η μνήμη όσο και η συγκέντρωση ενός παιδιού περιγράφοντας μια διαδικασία μάθησης στο σπίτι, και βλέποντας τις διάφορες τεχνικές μέσα απ' αυτό. Ας υποθέσουμε λοιπόν ότι το παιδί έχει να μάθει 10 καινούριες αγγλικές λέξεις, τις λέξεις "tiger, elephant, camel, pencil, table, zebra, ruler, chair, jungle, notebook". Χρησιμοποιώ αυτό το παράδειγμα αντί για κάποιο που θα είχε να κάνει με μαθηματικά ίσως, για να απλουστευτεί η περιγραφή της διαδικασίας μια και εμπεριέχει περισσότερο το στοιχείο της απομνημόνευσης παρά αυτό της κατανόησης.

Πρώτα απ' όλα πρέπει να βεβαιωθούμε ακόμα και σ' αυτήν την απλή περίπτωση όμως ότι υπάρχει κατανόηση δύο πραγμάτων. Το ένα είναι το είδος της πληροφορίας και το άλλο είναι η κατανόηση του τι σημαίνει «το έμαθα» σ' αυτήν την περίπτωση. Τα περισσότερα παιδιά αν τα αφήσουμε μόνα τους, θα κάνουν κάτι ανάλογο με το παρακάτω : «Tiger, η τίγρη εντάξει το έμαθα, εύκολο. Elephant, ναι, ελέφαντας...» και θα συνεχίσει την ανάγνωση λέγοντας τα έμαθα όταν τελειώσει. Το παιδί είναι λογικό να συγχέει την κατανόηση με την μάθηση. Παιδιά με δυνατή βραχεία μνήμη πιθανόν να μπορέσουν να αναπαράγουν άμεσα λεκτικά και ολόκληρη αυτή τη λίστα έχοντας την ψευδαίσθηση ότι την έμαθαν.

Πρέπει λοιπόν πρώτα να βοηθήσουμε την κατανόηση της πληροφορίας παρέχοντας ένα πλαίσιο μέσα στο οποίο όλες αυτές οι ασύνδετες λέξεις αποκτούν κάτι κοινό.

Για παράδειγμα

«Από ποιο κεφάλαιο τις έχετε αυτές τις λέξεις ;» «Ποια ιστορία σας λέει αυτό το κεφάλαιο ;» «Α, είναι δηλαδή το ταξίδι των παιδιών στη ζούγκλα ;» «Για πες μου γι αυτό το ταξίδι.» Έτσι βοηθάμε τις λέξεις να αποκτήσουν ένα νόημα μέσα σε μια ιστορία. Όταν φτάσουμε λοιπόν στο να διαβάσουμε τις λέξεις καλό είναι να έχουμε επίσης στο μυαλό μας ότι το παιδί μπορεί να έχει ικανότητα μνήμη μεν, αλλά η αδυναμία του είναι στο πώς να καταχωρήσει τις πληροφορίες με τέτοιο τρόπο ώστε αυτές να μπορούν να ανακαλεστούν εύκολα. Μπορούμε λοιπόν αντί να έχουμε 10 λέξεις να έχουμε 3 ομάδες λέξεων.

A - Ζωα : Camel, elephant, tiger, zebra

B - Επιπλα : Table, chair

C - Τάξη : Pencil, notebook, ruler.

Ο σκοπός σ' αυτό δεν είναι να το κάνουμε μικρότερα κομμάτια αλλά να το κάνουμε κατανοητά κομμάτια. Επίσης το κάνουμε να φαίνεται ευκολότερο. Έχουμε φύγει λοιπόν από το «Έχω να μάθω 10 λέξεις» και έχουμε πάει στο «Έχω να μάθω τις λέξεις από την ιστοριούλα της ζούγκλας, που είναι ζώα, έπιπλα και πράγματα της τάξης.» Μπορούμε επίσης να βοηθήσουμε το παιδί με οπτικές αναπαραστάσεις, χρησιμοποιώντας την εκπληκτικά γλαφυρή φαντασία του παιδιού, όπως το να φανταστεί ένα ελέφαντα με ρίγες ζέβρας και καμπούρα κτλ. Δεν θα βοηθήσει καθόλου τις γνώσεις ζωολογίας αλλά θα βοηθήσει πάρα πολύ στη συγκεκριμένη εργασία αφού η οπτική αυτή μνήμη είναι πολύ δυνατή και θα διαρκέσει πολύ περισσότερο από τη λεκτική.

Θα μπορούσαμε να συνεχίσουμε με διαφορετικές μεθόδους όμως το να μάθει ένα παιδί δεν αφορά μόνο μνήμη αλλά και άλλες παραμέτρους όπως η συγκέντρωση. Και τα παιδιά έχουν συνήθως πολύ περισσότερα προβλήματα με τη συγκέντρωση παρά με τη μνήμη. Πως ορίζουμε ένα πρόβλημα συγκέντρωσης του παιδιού; Κοιτάμε για τα παρακάτω :

- Δεν δίνει σημασία σε λεπτομέρειες και κάνει απρόσεκτα λάθη.
- Έχει δυσκολία να διατηρήσει την προσοχή του.
- Δεν φαίνεται να ακούει καν αυτό που λέμε.
- Πρέπει να προσπαθήσει πάρα πολύ για να ακολουθήσει οδηγίες.
- Έχει δυσκολία να οργανωθεί.
- Αποφεύγει όσο μπορεί εργασίες που απαιτούν ιδιαίτερη νοητική προσπάθεια.
- Χάνει πράγματα.
- Αφαιρείται εύκολα.
- Παίζει με τα χέρια του και δεν μπορεί να κάτσει στην καρέκλα.
- Δεν μπορεί να κάνει ησυχία όταν δουλεύει.
- Μιλάει συνεχώς.
- Απαντάει πριν ακόμα ολοκληρωθεί η ερώτηση.
- Έχει δυσκολία στο να περιμένει τη σειρά του.
- Διακόπτει συνεχώς τους άλλους.

Ακούω αρκετές φορές ότι ένα παιδί διάβασε 3 ώρες ή 5 ώρες. Αυτό για ένα παιδί μικρής σχετικά ηλικίας είναι σχεδόν αδύνατο, κι ακόμα κι αν είναι δυνατό δεν είναι επιθυμητό. Δεν μπορεί ένα παιδί να συγκεντρωθεί για τόσες ώρες. Εξάλλου ο καλύτερος τρόπος για να θυμόμαστε κάτι δεν είναι να το κοιτάμε / διαβάζουμε 3 ώρες αλλά η συχνή επανάληψη. Όταν μιλήσαμε παραπάνω για βραχεία μνήμη, ή σύντομη μνήμη, είναι η μνήμη που χρησιμοποιούμε όταν μας πει κάποιος ένα τηλέφωνο και νοητικά το επαναλαμβάνουμε μέχρι να το γράψουμε σ' ένα χαρτάκι. Αν δεν το ξαναχρησιμοποιήσουμε το ξεχνάμε. Αν το χρησιμοποιήσουμε μια - δυο φορές το μήνα, το ίδιο. Αν το καλούμε 3 φορές τη μέρα, τότε περνάει πραγματικά στη μνήμη και το έχουμε «μάθει». Το θέμα λοιπόν είναι ότι από ένα σημείο και

μετά, δηλαδή περίπου από ένα εικοσάλεπτο, όσες παραπάνω φορές κι αν διαβάσει τις λέξεις μας ένα παιδί δεν θα έχει τόσο αποτέλεσμα όσο αν τις αφήσει και τις ξαναδιαβάσει σε μια ώρα κάνοντας κάτι άλλο ενδιάμεσα. Μπορούμε να βοηθήσουμε το παιδί λοιπόν βλέποντας αυτό που κάναμε με τις λέξεις σαν προεργασία, για να επαναληφθεί αργότερα. Με αυτό τον τρόπο και βοηθάμε την μνήμη, και δεν ζητάμε από το παιδί να μείνει συγκεντρωμένο στο ίδιο πράγμα για πολλή ώρα, και οι επαναλήψεις μας τώρα περιέχουν το στοιχείο ότι μετά από μια ώρα η ανάκληση θα πρέπει να γίνει από την μόνιμη μνήμη και όχι από την βραχεία, όπως θα γίνει και μέσα στην τάξη. Μην ξεχνάμε ότι ναι μεν η επανάληψη είναι «μήτηρ μαθήσεως» αλλά είναι και αδελφή της Ανίας. Σωστή επανάληψη λοιπόν είναι αυτή που περιγράψαμε.

Βοηθάει βέβαια ο χρόνος μεταξύ των επαναλήψεων αυτών να είναι «νεκρός χρόνος» νοητικά, εφ' όσον αν κάνουμε κάποιο άλλο μάθημα ενδιάμεσα θα έχει επίπτωση στη μνήμη αυτού που μάθαμε πριν. Με το χρόνο των παιδιών σήμερα να είναι τόσο πιεσμένος όμως κάτι τέτοιο είναι πρακτικά αδύνατον. Μπορούμε όμως τουλάχιστον να παρεμβάλλουμε κάτι που δεν θα επηρεάσει τη μνήμη τόσο, μαθηματικά αντί για την ορθογραφία των ελληνικών ας πούμε.

Ρόλο βέβαια και μάλιστα σημαντικό παίζει και η φύση της πληροφορίας. Όταν λέμε η φύση της πληροφορίας εννοούμε αν ξέρω το λόγο που μαθαίνω κάτι και πόσο σχετικό είναι με μένα.

Όταν λοιπόν παραπονούμαστε ότι ένα παιδί υπολείπεται σε μνήμη ή συγκέντρωση, πολύ συχνά μιλάμε για ένα παιδί το οποίο έχει απομνημονεύσει 800 Pokemon, ξέρει τους Power Rangers με το μικρό τους, και δεν έχει το παραμικρό πρόβλημα να σου πει τι ακριβώς γράφει πάνω και τι κάνει η κάθε κάρτα Yu-Gi-Oh. Κλασική πλέον η ρήση όλων μας «Ε βέβαια... σ αυτά... είμαστε πρώτοι!»

Για τους ίδιους μηχανισμούς όμως δεν μιλάμε ακόμα; Για το παιδί που έχει πρόβλημα συγκέντρωσης και μνήμης; Πως λοιπόν δουλεύουν άριστα σε τέτοια πεδία και είναι τόσο προβληματικά σε άλλα; Η απάντηση είναι προφανής. Κίνητρο. Διασκέδαση. Πρόκληση. Προσωπική σχέση της πληροφορίας. Αν κάποιος που μας είναι απλά γνωστός μας έλεγε το καινούριο του τηλέφωνο θα χρειαζόταν προσπάθεια για να μείνει στη μνήμη. Αν όμως μας έλεγε ότι μας δίνει ένα δωρεάν εισιτήριο για ταξίδι αναψυχής γιατί δεν μπορεί να πάει ο ίδιος, τότε το καινούριο του τηλέφωνο θα γραφόταν ανεξίτηλα στη μνήμη μας με χρυσά γράμματα. Η σχετικότητα της πληροφορίας. Πόσα στοιχεία ανάκλησης παρέχει αυτή η πληροφορία. Πάρα πολλές παράμετροι για να αναλυθούν σε ένα μόνο άρθρο. Ο πιο σημαντικός όμως ίσως είναι η πρόκληση. Και αυτό είναι κάτι που μπορούμε να το έχουμε στο διάβασμα μας. Είδα μεγάλη βελτίωση σε παιδιά που ήταν ανήσυχα και

δεν πρόσεχαν από τότε που εσκεμμένα άρχισα διαβάζοντας ένα κείμενο να κάνω λάθη. Και να δίνω πόντους σε αυτούς που τα «πιάνουν». Δεν έχει τόση σημασία τι κερδίζει. Σημασία έχει για τα παιδιά ότι θα είναι αυτός ή αυτή που θα έχουν τους περισσότερους πόντους.

Πρόκληση.

Πως λοιπόν παίρνοντας υπ'όψιν μας τα παραπάνω μπορούμε να οργανώσουμε καλύτερα το διάβασμα στο σπίτι;

Το βασικό ρόλο παίζει η τάξη και η οργάνωση. Το διάβασμα γίνεται σε συγκεκριμένη ώρα. Τα παιδιά συνήθως αντιλαμβάνονται με δύο τρόπους πόσο χρόνο έχουν. «Πολύ» και «καθόλου». Το διάβασμα γίνεται σε χώρο όσο γίνεται ήσυχο. Πριν ξεκινήσει βεβαιωθείτε ότι έχει όλα όσα χρειάζεται μολύβι, γόμα κτλ. Είναι μια συνεχής και αναίτια πηγή άγχους το να σταματάει ένα παιδί κάθε λίγο ψάχνοντας κάτι.. Βεβαιωθείτε επίσης ότι το παιδί καταλαβαίνει ακριβώς αυτό που πρέπει να κάνει, καταλαβαίνει δηλαδή τις οδηγίες που του δίνονται, όχι ρωτώντας αν κατάλαβε, όχι βάζοντας το να διαβάσει τις οδηγίες αλλά να σας τις πει με δικά του λόγια. Μείνετε μέχρι να κάνει το πρώτο μέρος της άσκησης αν είναι κάποια άσκηση. Ρωτήστε με ενδιαφέρον για το μάθημα του. Τέλος αφήστε το παιδί μόνο του για λίγο χρόνο για να διαβάσει. Ρωτήστε το μετά από λίγο αν έχει κάποια δυσκολία. Κάνετε το παιδί, κι αυτό είναι από τα πλέον βασικά, να καταλάβει ότι αν βρει κάποια δυσκολία δεν θα σταματήσει και θα τρέχει σ' εσάς με το βιβλίο, αλλά θα συνεχίσει παρακάτω και θα σας το πει όταν έρθετε πάλι. Όταν φτάσουμε στο «εντάξει το έμαθα» ρωτάμε ξανά τι ήταν που έπρεπε να μάθει, και δεν ζητάμε να το αναπαράγει τότε. Θα το ζητήσουμε αργότερα για να γίνει η ανάκληση από τη «μόνιμη» μνήμη. Βάλτε το βιβλίο στην άκρη και συνεχίστε με το επόμενο μάθημα. Γενικά προσπαθούμε ο ρόλος μας να είναι περισσότερο ο ρόλος κάποιου που ενδιαφέρεται για τα μαθήματα και το σχολείο παρά κάποιου που έρχεται για να βρει και το τελευταίο λάθος που έκανες και να σου τονίσει ότι ο βαθμός σου αν συνεχίσεις έτσι θα είναι χαμηλός.

Αν υποθέσουμε ότι μέχρι τώρα ο τρόπος του διαβάσματος είναι διαφορετικός και το παιδί χρειάζεται κάποιον από πάνω του για να διαβάσει. Έστω ακόμα ότι δεδομένο είναι ότι θα υπάρξει κάποια πτώση στη βαθμολογία αν εφαρμόσουμε αυτό το σύστημα. Είναι όμως προτιμότερο ένα παιδί που μόνο του παίρνει δυο βαθμούς παρακάτω παρά ένα παιδί που αδυνατεί να διαβάσει μόνο του.

Κάθε παιδί βέβαια είναι διαφορετικό και η διαδικασία μάθησης είναι κάτι το πολύ προσωπικό στον καθένα μας, έτσι μπορεί να υπάρχουν πολλές αποκλίσεις απ' αυτό που περιγράψαμε.

**Πηγή:** [eidikidiapaidagogisi.blogspot.com](http://eidikidiapaidagogisi.blogspot.com)