

Μια έκδοση των

ikid

Οι γονείς ως παιδαγωγοί

Οι γονείς ως παιδαγωγοί

Από τον Ιάκωβο Μυστακίδη
Ειδικός Παιδαγωγός
Κέντρων ikid

Ο Ιάκωβος Μυστακίδης είναι Απόφοιτος του Τμήματος Φ.Π.Ψ του Πανεπιστημίου Αθηνών. Κάτοχος μεταπτυχιακού διπλώματος στην Ειδική Αγωγή από το πανεπιστήμιο του Bristol με ειδίκευση στον αυτισμό υψηλής λειτουργικότητας.

Έχει συνολικά πενταετή επαγγελματική εμπειρία στον χώρο της Ειδικής Αγωγής, ενώ έχει εργαστεί εθελοντικά σε δομές υποστήριξης ατόμων με νοητική υστέρηση. Έχει παρακολουθήσει επιμορφωτικά σεμινάρια πάνω στον Αυτισμό και την ΔΕΠ-Υ.



ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ ΜΑΖΙ ΜΟΥ

i.mystakidis@ikid.gr

Σύστημα Ανάπτυξης Δεξιοτήτων ikid

Πρωταρχικός μας στόχος είναι να παρέμβουμε στην δυσκολία, και να χτίσουμε πάνω στις δεξιότητες και ικανότητες του παιδιού σας. Έτσι, θα υπερνικήσουμε τις δυσκολίες και θα ενισχύσουμε το δυναμικό του.

Αξιολογούμε έγκυρα τις δυσκολίες

Σχεδιάζουμε το ατομικό πρόγραμμα

Παρεμβαίνουμε βάση συγκεκριμένου πλάνου

Ολοκληρώνουμε το πρόγραμμα βήμα-βήμα

**ΔΩΡΕΑΝ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΣ
ΕΛΕΓΧΟΣ**

ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΣ
ΕΛΕΓΧΟΣ



ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ



ΠΛΑΝΟ
ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ



ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ



ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ

ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ



ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΩΣ ΠΑΙΔΑΓΩΓΟΙ

Ενδεχομένως να είναι η λιγότερο αμφιλεγόμενη θέση στον τομέα της εκπαίδευσης: Η ενεργή συμμετοχή των γονέων στην εκπαίδευση του παιδιού τους μπορεί να κάνει τη διαφορά. Ερωτήσεις εγείρονται, ωστόσο, ως το κατά πως μπορεί να προσδιοριστεί η γονική συμμετοχή. Το Κέντρο για τη Δημόσια

Εκπαίδευση (Center for Public Education) στις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής σταχυολόγησε τις έρευνες που έχουν γίνει πάνω σε αυτόν το τομέα και εξήγαγε το συμπέρασμα ότι η δημιουργία ουσιαστικών δεσμών αμοιβαίας συνεργασίας μεταξύ των γονέων και του σχολείου (ή των υπολοίπων εκπαιδευτικών που δουλεύουν με το παιδί) δύναται να επιφέρει θετικά αποτελέσματα στην σχολική πρόοδο των μαθητών.

Έρευνες έχουν προ πολλού αποδείξει ότι τα παιδιά των οποίων οι γονείς ή κάποιοι άλλοι στενοί συγγενείς (π.χ.: παππούδες) έχουν ενεργό συμμετοχή στην εκπαίδευσή τους, τείνουν να παρουσιάζουν καλύτερη πρόοδο στη σχολική τους ζωή. Μερικοί μόνο από τους δείκτες που υποστηρίζουν την θεωρία αυτή είναι οι ακόλουθοι:

- Υψηλότερη βαθμολογία στους ελέγχους επίδοσης και στα τεστ.
- Μακροχρόνια επιτυχία στις σχολικές υποχρεώσεις.
- Θετική στάση των παιδιών για το σχολείο και την εκπαίδευση.
- Μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα των σχολείων και κατ' επέκταση ολόκληρου του εκπαιδευτικού συστήματος.

Κάθε γονέας επιθυμεί να δει το παιδί του να επιτυγχάνει στη σχολική του ζωή ώστε αργότερα να εξελιχθεί σε έναν επιτυχημένο, ανεξάρτητο και γνωστικό ενήλικα. Για το λόγο αυτό, οι περισσότεροι γονείς εκφράζουν από νωρίς την επιθυμία να εμπλακούν στη σχολική ζωή του παιδιού τους.

Τις περισσότερες φορές όμως, οι γονείς δεν ξέρουν με ποιον τρόπο να βοηθήσουν το παιδί τους να μάθει και οι εκπαιδευτικοί δεν μπαίνουν στον κόπο να τους δώσουν τις απαραίτητες κατευθύνσεις.

Σε κάθε περίπτωση, οι γονείς μπορούν να βοηθήσουν το εκπαιδευτικό ταξίδι του παιδιού τους δείχνοντάς του, πόσο οι ίδιοι εκτιμούν την εκπαιδευτική διαδικασία και τη γνώση.

Ενσταλάξτε στο παιδί σας την αγάπη για τη μάθηση

Τα παιδιά που έχουν γερές γνωστικές βάσεις σε μια ευρεία ποικιλία θεμάτων, θα βρουν το σχολείο και την εκπαιδευτική διαδικασία πιο εύκολη σε σχέση με εκείνα που έχουν γνώσεις μικρότερης κλίμακας. Οι γονείς έχουν το προνόμιο αλλά και την ευθύνη να μοιραστούν το κόσμο με τα παιδιά τους.

Οι γονείς όχι μόνο πρέπει να μιλάνε και να αλληλεπιδρούν με τα παιδιά τους σχετικά με τις καθημερινές εμπειρίες της ζωής, αλλά πρέπει και να τα ακούνε προσεχτικά. Με τον τρόπο αυτό, ίσως μπορέσουν να αφουγκρασθούν τις απόψεις του παιδιού τους, τις αξίες του, τα όνειρά του, τις κλίσεις και τα ενδιαφέροντά του.

Απαντώντας στις ερωτήσεις τους ή βοηθώντας τα παιδιά να βρουν μόνα την απάντηση που ζητούν, οι γονείς τα βοηθούν να αναπτύξουν αισθήματα αυταξίας, αυτοπεποίθησης και αυτοσεβασμού.

Οι περισσότεροι γονείς πιστεύουν ότι με το να επισκεφθούν με το παιδί τους ένα ζωολογικό κήπο ή ένα μουσείο, αντικαθιστούν τον χαμένο χρόνο. Όμως, υπάρχει μεγάλη εκπαιδευτική αξία και σε καθημερινές δραστηριότητες όπως το να πάει κανείς με το παιδί του στο μανάβικο, στην υπερ-αγορά ή στη τράπεζα.

Οι γονείς οφείλουν να είναι οι εμπυχωτές του παιδιού στην προσπάθειά του να ανακαλύψει το κόσμο. Η σημαντικότερη ίσως παράμετρος, που δεν πρέπει ποτέ να ξεχνούν οι γονείς, είναι ότι οι ίδιοι αποτελούν τους σημαντικότερους δασκάλους για τα παιδιά τους. Τα παιδιά γεννιούνται με μια έμφυτη έφεση προς τη μάθηση, αλλά είναι δουλειά των γονέων να τα καθοδηγήσουν στο μονοπάτι της γνώσης.

Επικοινωνώντας με το παιδί τους πριν, κατά τη διάρκεια και ύστερα από κάθε δραστηριότητα, τα βοηθούν να κατανοήσουν καλύτερα τα στάδια της μάθησης.

Εξάλλου, με τη συνεχή αυτή αλληλεπίδραση γονέα- παιδιού, βελτιώνεται και η μεταξύ τους σχέση και επικοινωνία.

Τύποι κατάκτησης της γνώσης

Ο τρόπος που ο καθένας από μας αντιδρά στα περιβαλλοντικά, κοινωνικά, συναισθηματικά και φυσικά ερεθίσματα, με λίγα λόγια το πως απορροφούμε και κατανοούμε καινούριες πληροφορίες, αντανακλά και τον τύπο κατάκτησης της γνώσης που μας αντιπροσωπεύει .

Συνήθως, κάθε άνθρωπος έχει το δικό του τρόπο να επεξεργάζεται καινούριες πληροφορίες και να μαθαίνει, γι' αυτό και δεν υπάρχει σωστός ή λάθος τρόπος μάθησης και κατάκτησης καινούριων γνώσεων.

Τα περισσότερα παιδιά εμπίπτουν στις ακόλουθες κατηγορίες- τύπους κατάκτησης της γνώσης :

α) Οπτικός τύπος

β) Ακουστικός τύπος

γ) Κινησθητικός/ Χειριστικός τύπος.

Εδώ πρέπει να σημειωθεί ότι πολλές φορές ο τρόπος που το παιδί αντιλαμβάνεται και επεξεργάζεται καινούρια ερεθίσματα διαφέρει από τον τρόπο που προτιμάει ο γονέας του.

Προκειμένου να βοηθήσετε την εκπαιδευτική ανάπτυξη του παιδιού σας, οφείλετε εκτός από το να ανακαλύψετε σε ποιο τύπο κατάκτησης της γνώσης εμπίπτει, να είστε σίγουροι για τον δικό σας.

α) Οπτικός τύπος: Οι οπτικοί τύποι αφομοιώνουν τις καινούριες πληροφορίες μέσω της όρασης. Ανακαλούν μέσω της οπτικής μνήμης τις πληροφορίες που έχουν ήδη μάθει.

Φέρνουν δηλαδή στο μυαλό τους την εικόνα της πληροφορίας που τους ζητείται και έτσι την θυμούνται. Περίπου το 40% των παιδιών εμπίπτουν στη κατηγορία αυτή.

β) Ακουστικός τύπος: Οι ακουστικοί τύποι χρησιμοποιούν την ακοή τους για να επεξεργαστούν καινούρια ερεθίσματα. Πολλά παιδιά που εμπίπτουν σε



αυτή τη κατηγορία συλλαβίζουν αναφέροντας τα φωνήματα και όχι τα γράμματα (δηλαδή τον ήχο που βγάζουν τα γράμματα όταν τα εκφέρουμε).

Συνήθως τα παιδιά αυτά αντιμετωπίζουν προβλήματα στην ανάγνωση, ακριβώς γιατί δυσκολεύονται να συνδέσουν την οπτική εκφορά των γραμμάτων με την ακουστική τους.

Τα παιδιά που εμπίπτουν στη συγκεκριμένη κατηγορία μάθησης, διευκολύνονται πολύ αν τα νέα ερεθίσματα τους παρέχονται σε μορφή ποιημάτων, τραγουδιών ή μελωδίας.

γ) Κιναισθητικός/ Χειριστικός τύπος: Οι κιναισθητικοί τύποι μαθαίνουν καλύτερα μέσα από τη φυσική αλληλεπίδραση, την εξερεύνηση και το χειρισμό των νέων ερεθισμάτων.

Έχουν περιέργεια να μάθουν πως λειτουργεί κάτι, να το αποδομήσουν και να το επανασυνθέσουν. Οι μαθητές αυτοί δυσκολεύονται να παρακολουθήσουν τις παραδοσιακές μορφές διδασκαλίας.

Η έρευνα αποδεικνύει την αναγκαιότητα και τη σημασία του να ξέρουν οι γονείς σε τι τύπο μάθησης εμπίπτει το παιδί τους. **Επειδή η γνώση αυτή δίνει στους γονείς δύο συγκριτικά πλεονεκτήματα:** Αρχικά, τους δίνει τη δυνατότητα να κεντρίσουν το ενδιαφέρον του παιδιού για τη μάθηση.

Ακόμα, τους δίνει τον απαραίτητο χρόνο να αναπτύξουν στο παιδί τους μέσω συγκεκριμένης μεθοδολογίας τους υπόλοιπους τύπους μάθησης, έτσι ώστε αργότερα το παιδί να μην αισθάνεται μειονεκτικά στο παραδοσιακό σχολικό περιβάλλον, που οι αλλαγές στο τρόπο διδασκαλίας προς όφελος του κάθε μαθητή δεν είναι διαδεδομένες .

Ακόμα και τότε όμως, οι γονείς θα ξέρουν ποιο τρόπο θα πρέπει να χρησιμοποιήσουν στο σπίτι, ώστε το παιδί να εμπεδώσει την διδακτέα ύλη και να μην μείνει πίσω στις σχολικές του υποχρεώσεις.

Οι εναλλαγές των εκπαιδευτικών μεθόδων μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά που δυσκολεύονται στο σχολείο να μην απογοητευθούν και να μην αισθανθούν μειονεκτικά που δεν μπορούν να αντεπεξέλθουν στις σχολικές τους υποχρεώσεις.

Επικοινωνία γονέων- δασκάλου

Οι έρευνες έχουν αποδείξει ότι τα παιδιά ανταποκρίνονται καλύτερα στις σχολικές τους υποχρεώσεις όταν οι γονείς τους επικοινωνούν συχνά με το δάσκαλο και όταν εμπλέκονται με το σχολείο και την εκπαιδευτική διαδικασία.

Εκτός από τις συνηθισμένες προγραμματισμένες ακροάσεις, υπάρχουν διάφοροι εναλλακτικοί ή επιπρόσθετοι τρόποι επικοινωνίας γονέων και δασκάλου, που ενισχύουν την δημιουργία μιας στενότερης επαφής και την ύπαρξη ουσιαστικότερης επικοινωνίας, τα αποτελέσματα της οποίας συχνά αντανακλώνται στη πρόοδο και εξέλιξη των παιδιών.

Οι γονείς που συμμετέχουν σε διάφορες σχολικές δραστηριότητες θα έχουν αυξημένες δυνατότητες να επικοινωνήσουν, να συζητήσουν και να ανταλλάξουν απόψεις με το δάσκαλο εκτός της τάξης.

Παραδείγματος χάριν, η ενεργός συμμετοχή ενός γονέα στο Σύλλογο Γονέων και Κηδεμόνων του σχολείου μπορεί να έχει για τον ίδιο διπλό χαρακτήρα.

Αφενός θα έχει την ευκαιρία να επικοινωνεί τακτικά με το δάσκαλο του παιδιού του αλλά και με το υπόλοιπο εκπαιδευτικό προσωπικό του σχολείου, αφετέρου θα έχει και ο ίδιος την ικανοποίηση ότι συμμετέχει και συναποφασίζει για κατευθύνσεις που επηρεάζουν την εκπαίδευση του παιδιού του.

Οι εκπαιδευτικοί συνήθως στην αρχή της χρονιάς διοργανώνουν μια πρώτη-αναγνωριστική συνάντηση με τους γονείς των παιδιών που έχουν στη τάξη τους. Η συνάντηση αυτή δίνει την δυνατότητα στους εκπαιδευτικούς να κατανοήσουν καλύτερα εσάς, το παιδί σας και το κατά πόσο προτίθεστε να στηρίξετε την εκπαίδευση του.

Η παρουσία σας σε αυτές τις συναντήσεις καθιστά σαφές ότι ενδιαφέρεστε για την πρόοδο του παιδιού σας και ότι παίζετε ενεργό ρόλο στην εκπαιδευτική διαδικασία. Αυτού του είδους η στάση εκτιμάται βαθύτατα από τους εκπαιδευτικούς και ανοίγει πιο καθαρούς διαύλους επικοινωνίας μεταξύ σας.

Κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς, ο εκπαιδευτικός συνήθως δίνει την δυνατότητα συνάντησης στους γονείς για μια ενώπιος- ενωπίω συζήτηση για την πρόοδο του παιδιού.

Αυτές οι συναντήσεις είναι μία πρώτης τάξεως ευκαιρία για να εγκαθιδρυθεί μια σχέση συνεργασίας μεταξύ εκπαιδευτικού και γονέα που θα διατηρηθεί καθ' όλη τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς.

Πρόγραμμα μελέτης μαθημάτων και σχολικές εργασίες για το σπίτι

Πολλά από τα ζητήματα τα οποία αφορούν την επιτυχία στο σχολείο περιστρέφονται γύρω από την ανάπτυξη ενός καλού προγράμματος μελέτης μαθημάτων και τις προσδοκίες των γονιών αναφορικά με τις εργασίες των παιδιών για το σπίτι.

Οι γονείς μπορούν σίγουρα να διαδραματίσουν ένα κύριο ρόλο στο να παρέχουν την ενθάρρυνση, το περιβάλλον και τα υλικά που είναι απαραίτητα ώστε τα παιδιά να μελετούν τα μαθήματά τους με επιτυχία.

Ενέργειες που μπορούν οι ενήλικες να ακολουθήσουν περιλαμβάνουν:

- καθιερώστε μία ρουτίνα για τα γεύματα, τις ώρες ύπνου, τη μελέτη των μαθημάτων και τις εργασίες
- παρέχετε βιβλία, προμήθειες και ένα συγκεκριμένο χώρο για μελέτη
- ενθαρρύνετε το παιδί να προετοιμάζει τον εαυτό του για το διάβασμα (συγκέντρωση προσοχής και χαλάρωση)
- προσφερθείτε περιοδικά να βοηθήσετε το παιδί στη μελέτη των μαθημάτων (ορθογραφία ή flashcards)

Ένα καθιερωμένο πρόγραμμα μελέτης είναι πολύ σημαντικό, ειδικά για τα μικρότερης σχολικής ηλικίας παιδιά. Για παράδειγμα, εάν ένα παιδί ξέρει ότι αναμένεται να κάνει τις εργασίες του αμέσως μετά το δείπνο και πριν παρακολουθήσει τηλεόραση, θα μπορεί πιο εύκολα να προσαρμοστεί και να προετοιμαστεί από ότι αν κάνει τις εργασίες του ότι ώρα θέλει.

Άμεσα συνδεδεμένη πρακτική με την ιδέα ενός καθιερωμένου προγράμματος μελέτης είναι και ο πίνακας μελέτης. Αυτός ο τύπος οπτικού συστήματος τείνει να λειτουργεί πολύ καλά, ειδικά για παιδιά ηλικίας 9 – 12 ετών.

Όλα τα παιδιά χρειάζονται το δικό τους χώρο στο σπίτι για να μελετούν τα μαθήματά τους. Αυτός ο χώρος δε χρειάζεται να είναι μεγάλος ή φανταχτερός, αλλά πρέπει να είναι προσωπικός έτσι ώστε να τον αισθάνονται ως το δικό τους «χώρο μελέτης».

Θυμηθείτε, το στυλ μάθησης διαφέρει από παιδί σε παιδί, γι' αυτό ο χώρος μελέτης θα πρέπει να καλύπτει τέτοιες διαφορές. Οι γονείς μαζί με το παιδί μπορούν να αναζητήσουν μέσα στο σπίτι αυτό το συγκεκριμένο μέρος το οποίο είναι κατάλληλο για μελέτη.

Εξετάσεις και Διαγωνίσματα

Τα διαγωνίσματα χρησιμοποιούνται για να μετρήσουν τις γνώσεις και ικανότητες ενός μαθητή. Συχνά τα αποτελέσματα ενός διαγωνίσματος δε δίνουν καθαρή εικόνα των γνώσεων του μαθητή εξαιτίας της αγωνίας που μπορεί αυτός να έχει κατά τη διάρκεια του τεστ.

Τα παιδιά τα οποία έχουν πολύ άγχος στη σκέψη ότι θα γράψουν ένα διαγώνισμα συχνά πείθουν τους εαυτούς τους ότι θα αποτύχουν. Πανικοβάλλονται γιατί οι ερωτήσεις στο διαγώνισμα δε φαίνονται λογικά σχετικές με αυτά τα οποία έχουν μελετήσει.

Υπάρχουν πολλές κοινές αιτίες για το άγχος των διαγωνισμάτων . Μερικές φορές αυτό προκαλείται από ελλιπή προετοιμασία ή περιορισμένες ικανότητες. Μερικές φορές από αρνητική εμπειρία κατά τη διάρκεια μίας εξέτασης, από αρνητική στάση απέναντι στο σχολείο, χαμηλή αυτοπεποίθηση ή μπορεί και να είναι συνδυασμός όλων των παραπάνω.

Οι ικανότητες μελέτης οι οποίες αναφέρθηκαν νωρίτερα μπορούν να βοηθήσουν στην κατάσταση του άγχους των εξετάσεων. Ικανότητες όπως η καταγραφή καλών σημειώσεων, η αναγνώριση των σημαντικών πληροφοριών και η ανάπτυξη τρόπων για την συγκράτηση των σημαντικών πληροφοριών μπορεί να αποτελέσει μεγάλη βοήθεια.

Ας ασχοληθούμε με την πρώτη αιτία για το άγχος των εξετάσεων και την χαμηλή απόδοση σε αυτές – την έλλειψη προετοιμασίας . Τις περισσότερες φορές οι μαθητές γνωρίζουν το πότε θα γράψουν διαγώνισμα εκ των προτέρων. Κάποιοι δάσκαλοι, ειδικά σε τάξεις δημοτικού, πληροφορούν τους γονείς πότε οι εξετάσεις διεξάγονται.

Το να ξέρετε πότε θα γίνουν τα διαγωνίσματα και ποια διδακτική ύλη θα πρέπει να καλυφθεί μπορεί να βοηθήσει εσάς και τα παιδιά σας να καθιερώσετε ένα πρόγραμμα μελέτης και προετοιμασίας για το διαγώνισμα.

Φτιάξτε πρόγραμμα στο παιδί σας ώστε να μελετάει το βράδυ, αρκετές μέρες πριν το διαγώνισμα. Να προσδιορίσετε πόσο προσδοκάτε από το παιδί σας να συγκεντρώνεται κάθε φορά.

Έρευνες δείχνουν ότι στην πρώτη και δεύτερα δημοτικού τα παιδιά δε μπορούν να μελετήσουν παραπάνω από 15 λεπτά χωρίς διάλειμμα. Οι μαθητές της τρίτης και τετάρτης δημοτικού μπορούν να μελετήσουν λίγο περισσότερο, γύρω στα 20 λεπτά, ενώ τα παιδιά της πέμπτης και έκτης δημοτικού μπορούν να διαβάσουν παραγωγικά για σχεδόν μισή ώρα.

Γνωρίστε το παιδί σας, μην περιμένετε πάρα πολλά, και προγραμματίστε διαλείμματα.

Κατά τη διάρκεια της προγραμματισμένης μελέτης του παιδιού, ρωτήστε το για το τι πιστεύει ότι μπορεί να περιλαμβάνει το διαγώνισμα. Προχωρήστε σε ερωτήσεις στο τέλος κάθε τμήματος ή κεφαλαίου.

Εστιάστε σε λέξεις οι οποίες απεικονίζονται με έντονα γράμματα, ανατρέξτε σε σημειώσεις. Δώστε ιδιαίτερη προσοχή σε διαγράμματα, πίνακες και χάρτες.

Μαζί με το παιδί αναπτύξτε ένα δείγμα άσκησης. Στη συνέχεια ο καθένας μπορεί να κάνει την άσκηση σε συνεργασία με τον άλλον. Αυτή μπορεί να είναι μία σημαντική στρατηγική ειδικά για τα νέα παιδιά, διότι κάνει το διάβασμα πιο διασκεδαστικό.

Για παράδειγμα, κατά τη διάρκεια της μελέτης της ορθογραφίας, μπορεί να είναι πολύ χρήσιμο το παιδί να σας διαβάζει τις λέξεις ενώ εσείς θα λέτε την ορθογραφία των λέξεων.

Όλες αυτές οι στρατηγικές μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να προετοιμάσουν το παιδί και να αναπτύξουν την αυτοπεποίθηση του, αλλά το θέμα είναι πώς μπορεί να ξεπεραστεί ο φόβος και το άγχος του παιδιού κατά την διάρκεια της εξέτασης;

- Αξιοποιήστε το χρονικό διάστημα πριν την εξέταση του παιδιού ως μία ευκαιρία ώστε να εξασκηθεί σε κάποιες τεχνικές χαλάρωσης οι οποίες μπορούν να βοηθήσουν στην αποβολή της αγωνίας που έχει για το τεστ.
- Συμβουλέψτε το παιδί να πάρει μερικές βαθιές αναπνοές. Προτείνετε να κλείσει τα μάτια του και να φανταστεί τον εαυτό του να τα πηγαίνει καλά στην εξέταση. Στη συνέχεια να κοιτάξει την εξέταση για να καταλάβει τι γνωστικό αντικείμενο καλύπτεται.
- Αν το άγχος εμφανιστεί και κατά τη διάρκεια της εξέτασης, προτρέψτε το παιδί να επαναλάβει τη διαδικασία.
- Η επίλυση ασκήσεων και η εξάσκηση των τεχνικών χαλάρωσης μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά να προετοιμαστούν σωστά, να ξεπεράσουν το άγχος των εξετάσεων και να δώσουν μία καθαρότερη εικόνα των πραγματικών γνώσεων και ικανοτήτων τους.

Άγχος για το Σχολείο

Ποιες είναι οι αναμνήσεις σας από το σχολείο? Θυμάστε το σχολείο ως διασκεδαστικό, βαρετό, συναρπαστικό ή ως ένα τρόπο για να είστε μαζί με τους φίλους σας ; Μερικά παιδιά βιώνουν σε μεγάλο βαθμό άγχος που συνδέεται με το σχολείο.

Πολλαπλές έρευνες έχουν εκπονηθεί προσπαθώντας να δώσουν απάντηση στο ερώτημα ποιοι μπορεί να είναι οι παράγοντες που πυροδοτούν το άγχος των παιδιών για το σχολείο.

Τα αποτελέσματα των ερευνών εξώθησαν τους επιστήμονες στο συμπέρασμα ότι το σχολικό άγχος σχετίζεται με κάποιους από τους παρακάτω παράγοντες:

- σωματική ή ψυχολογική βία στο σχολείο
- αδυναμία ολοκλήρωσης εργασιών ή καθυστερημένη παράδοσή τους.
- άγνοια της απάντησης σε ερωτήσεις των δασκάλων την ώρα του μαθήματος.
- χαμηλές επιδόσεις στα αθλήματα.
- απώλεια βιβλίων και σημειώσεων.
- αίσθηση ντροπής που πηγάζει από την κοινωνική/ οικονομική θέση της οικογένειας.

Το άγχος των παιδιών για το σχολείο σχετίζεται ερευνητικά με συγκεκριμένη συμπτωματολογία. Εάν το παιδί σας εμφανίζει κάποιο από τα παρακάτω συμπτώματα είναι πολύ πιθανό η εκπαιδευτική διαδικασία να του προκαλεί υπέρμετρο άγχος:

- ευερεθιστότητα
- κατάθλιψη
- παρορμητική συμπεριφορά
- φόβος, ανησυχία, στενοχώρια
- προβλήματα ύπνου
- νευρικότητα

Το εύλογο ερώτημα που εγείρεται είναι με ποιον τρόπο μπορούν οι γονείς να βοηθήσουν τα παιδιά τους να αντιμετωπίσουν και να ξεπεράσουν το άγχος το οποίο σχετίζεται με το σχολείο.

Τα αποτελέσματα των ερευνών υπογραμμίζουν ότι οι ακόλουθες πρακτικές βοήθησαν τα παιδιά να υπερκεράσουν το σχολικό άγχος και να χαρούν και πάλι την εκπαιδευτική διαδικασία.

- Οι γονείς οφείλουν να έχουν ρεαλιστικές προσδοκίες για το παιδί τους.
- Μπορούν να μάθουν στα παιδιά τους κάποιες απλές τεχνικές χαλάρωσης.
- Οι γονείς πρέπει να βοηθήσουν τα παιδιά τους να ταυτοποιήσουν το στυλ μελέτης και τον τρόπο μάθησης πληροφοριών που τους ταιριάζει.
- Πρέπει να τους παρέχουν θρεπτικά γεύματα.
- Να φροντίζουν ώστε τα παιδιά να κοιμούνται αρκετά.
- Οι γονείς πρέπει να βάλουν μία τάξη στο σπίτι έτσι ώστε το παιδί να ξέρει ανα πάσα στιγμή που είναι τα πράγματά του.
- Δεν πρέπει να υπερφορτώνουν το παιδί με πάρα πολλές δραστηριότητες.
- Οι γονείς οφείλουν να κάνουν σωστή διαχείριση χρόνου.
- Οι γονείς πρέπει να περνούν ποιοτικό χρόνο με τα παιδιά τους διασκεδάζοντας.
- Πρέπει να τα προετοιμάσουν κατάλληλα και έγκαιρα τα για τις εξετάσεις.
- Τελευταίο και αυτονόητο: Να είναι πάντα διαθέσιμοι για το παιδί, έτσι ώστε αυτό να αισθάνεται μεγαλύτερη ασφάλεια και να αφουγκράζονται τις ανάγκες του.



Επίλογος

Το παρόν άρθρο αποτελεί μια προσπάθεια του υποφαινόμενου να υπογραμμίσει τη σημασία της γονικής εμπλοκής στην εκπαιδευτική διαδικασία των παιδιών, όπως αυτή υποστηρίζεται σε πολλές έρευνες και στη διεθνή βιβλιογραφία .

Οι γονείς οφείλουν να επωμιστούν το βάρος που τους αναλογεί στην εκπαιδευτική διαδικασία, να κατανοήσουν και να υποστηρίξουν το ρόλο τους ως εκπαιδευτικοί και να προσπαθήσουν με κάθε τρόπο να παρέχουν την αμέριστη συμπαράσταση τους στη δύσκολη διαδρομή των παιδιών τους στο εκπαιδευτικό ταξίδι .

Είναι σίγουρο πως αν οι γονείς ανταποκριθούν στο ρόλο τους ως παιδαγωγοί με συνέπεια και χρονική συνέχεια, τα αποτελέσματα της προόδου των παιδιών τους θα τους ανταμείψουν για την σκληρή τους προσπάθεια.



Βιβλιογραφία

- About parental involvement. [Online]. Available at : <http://parent.sdsu.edu/aboutpi.htm#epstein>
- Brown, M.P. and Remine, M.D. (2008). Flexibility of programme delivery in providing effective family-centred intervention for remote families. *Deafness and Education International*, 10, 4, 213-225.
- Bruder, M.B. (2000). Family-centred early intervention: clarifying our values for the new millennium. *Topics in early childhood special education*, 20, 2, 105-115.
- Dempsey, I. And Dunst, C.J. (2004). Helpgiving styles and parent empowerment in families with a young child with a disability. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 29,1,40-51.
- Department for Education and Skills (2001). *Special Educational Needs- Code of practice*.
- Department for Children, Schools and Families [Online]. Available at : <http://www.standards.dfes.gov.uk/parentalinvolvement/pwp>
- Dodd, J., Saggars, S. and Wildy, H. (2009). Constructing the 'ideal' family for family-centred practice: challenges for delivery. *Disability and Society*, 24, 2, 173-186.
- Dunst, C.J. (2002). Family-centred practices: birth through high school. *Journal of Special Education*, 36, 3, 139-147.
- Dunst, C.J., Boyd, K., Trivette, C.M. and Hamby, D.W. (2002). Family oriented program models and professional helpgiving practices. *Family relations*, 51, 3, 221-229.
- Dunst, C.J and Trivette, C.M.(2005). Characteristics- and consequences of family-centred helpgiving practices. *CASEmakers*, 1, 6, 1-4 [Online]. Available at: http://www.fippcase.org/casemakers/casemakers_vol1_no6.pdf
- Dunst, C.J., Trivette, C.M. and Hamby, D.W. (2007a). Meta-analysis of family-centered helpgiving practices research. *Mental retardation and developmental*



disabilities research reviews, 13, 370-378.

- Epstein, J. (1995). School/ family/ community partnerships: Caring for the children we share. Phi Delta Kappa, 76.
- Epstein, J. (1997). School, family and community partnerships: your handbook for action. Corwin Press.
- Espe- Sherwindt, M. (2008). Family-centred practice: collaboration, competency and evidence. Support for learning, 23, 3, 136-143.
- Fan, X. and Chen, M. (2001). Parental Involvement and Students' Academic Achievement: A Meta-Analysis. Educational Psychology Review, 13, 1, 1-22.
- Frederickson, N. and Cline, T. (2002). Special Educational Needs, inclusion and diversity: A textbook. Open University Press, Buckingham.
- Hanna, K. and Rodger, S. (2002). Towards family-centred practice in paediatric occupational therapy: A review of the literature on parent- therapist collaboration. Australian occupational therapy journal, 49, 14-24.
- Henneman, E.A. and Cardin, S. (2002). Family- centered critical care: a practical approach to making it happen. Critical Care Nurse, 22, 6, 12-19.
- Murray, M.M. and Mundell, C.J. (2006). On-the-job practices of early childhood special education providers trained in family-centered practices. Journal of Early Intervention, 28,2, 125-138.
- Shannon, P. (2004). Barriers to family- centered services for infants and toddlers with developmental delays. Social Work, 49, 2, 301-308.
- Trivette, C.M and Dunst, C.J. (2000). Recommended practices in family-based practises. In Sandall, S., McLean, M. and Smith B.J. [Eds]. DEC recommended practices in early intervention/ early childhood special education (pp. 39-46). Sopris West, Longmont.
- Trute, B. and Hiebert- Murphy, D. (2007). The implications of 'working alliance' for the measurement and evaluation of family-centred practice in childhood disability services. Infants and young children, 20, 2, 109-119.

- Wade, C.M., Mildon, R.L. and Matthews, J.M. (2007). Service delivery to parents with an intellectual disability: family-centred or professionally-centred? *Journal of applied research in intellectual disabilities*, 20, 87-98.
- Wilson, L.L. (2005). Characteristics and consequences of capacity- building parenting supports. *CASEmakers*, 1, 4, 1-3 [Online]. Available at: http://www.fippcase.org/casemakers/casemakers_vol1_no4.pdf



Σύστημα Ανάπτυξης Δεξιοτήτων ikid

Πρωταρχικός μας στόχος είναι να παρέμβουμε στην δυσκολία, και να χτίσουμε πάνω στις δεξιότητες και ικανότητες του παιδιού σας. Έτσι, θα υπερνικήσουμε τις δυσκολίες και θα ενισχύσουμε το δυναμικό του.

Αξιολογούμε έγκυρα τις δυσκολίες

Σχεδιάζουμε το ατομικό πρόγραμμα

Παρεμβαίνουμε βάση συγκεκριμένου πλάνου

Ολοκληρώνουμε το πρόγραμμα βήμα-βήμα

**ΔΩΡΕΑΝ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΣ
ΕΛΕΓΧΟΣ**

ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΣ
ΕΛΕΓΧΟΣ



ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ



ΠΛΑΝΟ
ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ



ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ



ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ

ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ

