

Ο ρόλος του γονέα στην προετοιμασία των τελικών εξετάσεων

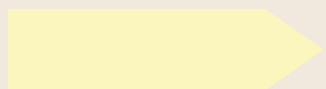
Καθώς πλησιάζουν οι τελικές εξετάσεις, οι μαθητές – και κυρίως οι έφηβοι – βρίσκονται σε μια περίοδο έντονης πίεσης. Σε αυτή τη φάση, η στάση του γονέα μπορεί να λειτουργήσει είτε υποστηρικτικά είτε επιβαρυντικά. Ο ρόλος του δεν είναι να αναλάβει καθήκοντα εκπαιδευτικού, αλλά να προσφέρει σταθερότητα, ηρεμία και ψυχολογική ασφάλεια. Σύμφωνα με τον Deslandes και τον Bertrand (2005), όταν ο γονιός είναι παρών με έναν ήρεμο, θετικό και συνεπή τρόπο, ενισχύεται η συναισθηματική ασφάλεια του παιδιού, η ικανότητά του να συγκεντρωθεί και η εσωτερική του κινητοποίηση.



Η πιο ωφέλιμη στάση συνοψίζεται στην έννοια της «παθητικής παρουσίας με ενεργητική υποστήριξη». Ο γονιός μπορεί να κάθεται κοντά στο παιδί χωρίς να παρεμβαίνει συνεχώς, δημιουργώντας ένα κοινό περιβάλλον συγκέντρωσης. Μπορεί να διαβάζει κάτι δικό του, να εργάζεται ήσυχα ή να κρατά σημειώσεις. Αυτή η ταυτόχρονη αφοσίωση και των δύο σε μια ήσυχη δραστηριότητα ενισχύει το αίσθημα ρουτίνας και πειθαρχίας. Η παρέμβαση του γονιού αποκτά νόημα μόνο όταν ζητηθεί από το ίδιο το παιδί. Ερωτήσεις όπως «Θες να στο διαβάσω για να μου το πεις με δικά σου λόγια;» ή «Τι σε μπέρδεψε εδώ;» ενδυναμώνουν την αυτορρύθμιση και την ανεξαρτησία του μαθητή, όπως επιβεβαιώνει και ο Zimmerman (2002).

Η θετική ενίσχυση είναι πιο αποτελεσματική από τις συνεχείς διορθώσεις. Ένα σχόλιο όπως «μου αρέσει που είσαι συγκεντρωμένος» ή ακόμα και ένα βλέμμα αποδοχής μπορεί να λειτουργήσει πιο ενισχυτικά από οποιαδήποτε παρατήρηση. Αυτή η στάση ονομάζεται «ενισχυτική παρατήρηση» (scaffolding), κατά την οποία ο ενήλικας προσφέρει στήριξη χωρίς να κυριαρχεί ή να ελέγχει τη διαδικασία. Ο γονέας που στέκεται δίπλα με ηρεμία, εμπιστοσύνη και σεβασμό προς την προσπάθεια του παιδιού, λειτουργεί ως ασπίδα ενάντια στο άγχος. Η παρουσία του γίνεται σύμμαχος, όχι πηγή πίεσης, και δημιουργεί τις συνθήκες για πραγματική μάθηση και ενίσχυση της αυτοπεποίθησης.

Η πολυτροπική μάθηση, δηλαδή η ενεργοποίηση περισσότερων από μίας αισθήσεων στη μελέτη, ενισχύει ιδιαίτερα την αφομοίωση, τη μνήμη και τη συγκέντρωση. Πολλά παιδιά και έφηβοι ωφελούνται όταν βλέπουν, ακούν, κινούνται και αγγίζουν κατά τη διάρκεια της επανάληψης. Η χρήση έντονων χρωμάτων, συμβόλων, σχεδίων και χαρτών εννοιών βοηθά τον εγκέφαλο να οργανώσει και να συγκρατήσει τις πληροφορίες. Εξίσου χρήσιμες είναι οι τεχνικές που περιλαμβάνουν σωματική δραστηριότητα, όπως το γράψιμο σε πίνακα ή η κίνηση μέσα στο δωμάτιο με διαφορετικές «γωνιές» μελέτης. Ο λόγος και η ακουστική επανάληψη ενισχύουν τη μνήμη σε παιδιά που έχουν ισχυρή ακουστική αντίληψη, ενώ η χρήση της αφής – όπως η γραφή με τα δάχτυλα στην άμμο ή η δημιουργία καρτών με λέξεις και εικόνες – μπορεί να λειτουργήσει ενισχυτικά σε άλλους τύπους μαθητών.



Η οργάνωση της μελέτης παίζει εξίσου καθοριστικό ρόλο. Έρευνες δείχνουν ότι η προσοχή ενός εφήβου μπορεί να διατηρηθεί σε υψηλό επίπεδο για 25 έως 40 λεπτά. Μετά από αυτό το διάστημα, η ικανότητα συγκέντρωσης μειώνεται σημαντικά. Η τεχνική Pomodoro προτείνει μικρούς κύκλους μελέτης διάρκειας 25 λεπτών με ενδιάμεσα σύντομα διαλείμματα. Μετά από τέσσερις κύκλους ακολουθεί ένα μεγαλύτερο διάλειμμα. Αυτό το σχήμα ταιριάζει στη φυσική ροή της εφηβικής προσοχής και αποτρέπει την πνευματική κόπωση.

Η μάθηση ενισχύεται επίσης όταν το παιδί έχει τη δυνατότητα να συνδέσει τις πληροφορίες με προσωπικά παραδείγματα, να εξηγεί κάτι με δικά του λόγια ή να το ανακαλεί ενεργά μέσω ερωτήσεων ή μικρών quiz. Η απλή επανάληψη δεν αρκεί. Η ενεργητική ανάκληση, η εφαρμογή και η διπλή παρουσίαση της πληροφορίας – οπτικά και λεκτικά – βοηθούν στην ουσιαστική κατανόηση και στην αποθήκευση της γνώσης στη μακροπρόθεσμη μνήμη.

Αν το παιδί δεν έχει προετοιμαστεί καθόλου, το πρώτο βήμα είναι η ψυχραιμία. Δεν είναι ώρα για επίρριψη ευθυνών ή θυμωμένες παρατηρήσεις. Η υποστήριξη του γονιού σε αυτό το στάδιο είναι πολύτιμη, καθώς το παιδί συνήθως γνωρίζει ότι δεν τα έχει πάει καλά. Ο ρεαλιστικός σχεδιασμός μικρών και εφικτών στόχων μπορεί να προσφέρει κίνητρο. Η επιλογή λίγων βασικών ενοτήτων προς επανάληψη είναι προτιμότερη από την απογοήτευση μπροστά σε μια χαοτική ύλη. Σημασία έχει όχι η αριστεία, αλλά η προσπάθεια και η συνέπεια στην τελευταία ευκαιρία.

Η παρουσία του γονιού πρέπει να είναι υποστηρικτική. Η δημιουργία ενός απλού προγράμματος, η χρήση σύντομων βοηθητικών υλικών και η ενεργή συμμετοχή στη μελέτη με ερωτήσεις ή επαναλήψεις από κοινού, συμβάλλουν στη μείωση του άγχους και στην ενίσχυση της εμπιστοσύνης του παιδιού στον εαυτό του. Η αναγνώριση κάθε μικρής προόδου – ένα απλό «μπράβο που το διάβασες μέχρι το τέλος» – μπορεί να ανατροφοδοτήσει θετικά τη διάθεση και την αυτοεκτίμηση του μαθητή.

Τέλος, οι μεγαλύτερες συζητήσεις για ευθύνες, λάθη και αλλαγή στρατηγικής μπορούν να περιμένουν. Το παιδί, πάνω απ' όλα, χρειάζεται να νιώσει πως δεν το αγαπάτε λιγότερο επειδή απέτυχε. Χρειάζεται κάποιον που να το στηρίξει για να σταθεί ξανά στα πόδια του. Αυτή είναι, ίσως, η πιο ουσιαστική μάθηση από όλες.



Επιμέλεια άρθρου

Αλεξάνδρα Γεωργουλή

Λογοπεδικός - Ειδική Παιδαγωγός