



Μιλώντας με τα παιδιά για την
ΜΕΛΕΤΗ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ





ΜΕΛΕΤΗ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Μετά από μία κουραστική μέρα στο σχολείο, η Μαριάμ, η εννιάχρονη κόρη σας, πείθεται απρόθυμα να τελειώσει τη μελέτη της. Αφού προσπαθεί για λίγο και δυσκολεύεται να την κάνει, απογοητεύεται και θέλει να τα παρατήσει.

Σε ποιον δεν είναι γνώριμη αυτή η κατάσταση; Τα προβλήματα με τη μελέτη είναι συχνά το νούμερο ένα θέμα τσακωμού σε πολλές οικογένειες. Οι γονείς που επιθυμούν να ενθαρρύνουν και να στηρίξουν τα παιδιά τους, θέλουν να τα βοηθούν να τελειώνουν τη μελέτη τους έχοντας ολοκληρώσει τις εργασίες σωστά. Οι εργασίες για το σπίτι θεωρούνται σημαντικές μαθησιακές ευκαιρίες που δεν πρέπει να αποφεύγουν τα παιδιά. Παρ' όλα αυτά, οι μαθητές είναι συχνά απρόθυμοι να αφιερώσουν πολύ χρόνο σε σχολικές εργασίες εκτός σχολείου. Μπορεί να μην καταλαβαίνουν τις ασκήσεις και το τι πρέπει να κάνουν. Επιπλέον, δεν μπορούν να ζητήσουν βοήθεια αν και οι δύο γονείς είναι στη δουλειά, ενώ οι γονείς που θέλουν μία γρήγορη λύση στρέφονται σε δασκάλους για ιδιαίτερα μαθήματα. Έτσι, ελέγχουν, υπενθυμίζουν και επιβάλλουν τιμωρίες στα παιδιά τους επειδή ανησυχούν ότι αλλιώς δεν θα τελειώσουν τη μελέτη τους ή δεν θα την κάνουν σωστά. Πώς θα έπρεπε να πράξουν οι γονείς σε μία τέτοια περίπτωση;

Επιλέξτε μεταξύ των παρακάτω πιθανών αντιδράσεων για να δείτε πώς θα μπορούσε να συνεχιστεί η κατάσταση και τι είδους προτάσεις έχουμε για εσάς!



Πηγαίνετε στη [σελίδα 2!](#)



Πηγαίνετε στη [σελίδα 3!](#)

Θα βρείτε γενικές προτάσεις και ιδέες για την αντιμετώπιση της "μελέτης στο σπίτι" στο τέλος του κειμένου στη [σελίδα 6](#).



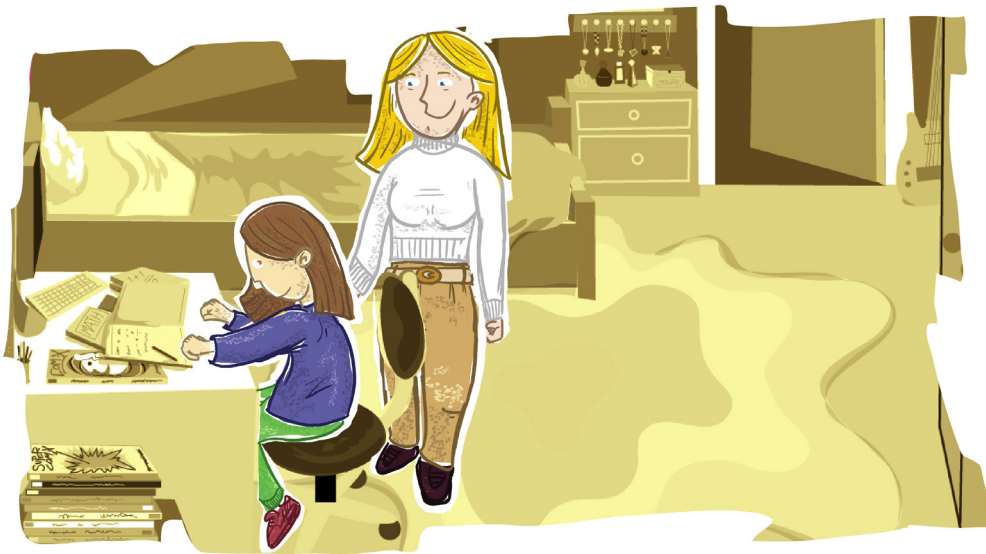
Αν αντιδράσετε κατ' αυτόν τον τρόπο, όπως η μητέρα της, τότε ο καυγάς είναι αναπόφευκτος. Η Μαριάμ δεν τα καταφέρνει με τις εργασίες της και σαν να μην έφτανε αυτό έρχεται αντιμέτωπη με την αποδοκιμασία και δυσαρέσκειά σας. Αισθάνεται ότι δεν την καταλαβαίνετε, ενώ εσείς πιθανώς να αγανακτείτε με την αρνητική συμπεριφορά και την απροθυμία της. Αυτός ο τσακωμός θα μπορούσε να αποφευχθεί αν επιχειρούσατε να αντιμετωπίσετε τον θυμό της Μαριάμ με "ανοιχτή επικοινωνία". Διαβάστε περισσότερα για την ανοιχτή επικοινωνία στη [σελίδα 4](#).

Πώς θα μπορούσαμε να "ανοίξουμε" την επικοινωνία μας;

Πρώτον: Πείτε στο παιδί σας τι έχετε καταλάβει από την αντίδρασή του. Αποφύγετε να ερμηνεύσετε τον τρόπο που μιλάει και συμπεριφέρεται. Απλά δώστε την γνώμη σας για αυτά που ακούσατε ή είδατε.

Δεύτερον: Πρέπει να προσπαθήσετε να εκφράσετε ανοιχτά και με ειλικρίνεια τα συναισθήματα, τις σκέψεις, τις επιθυμίες και τις ανάγκες σας και όχι με έμμεσο τρόπο.

Τρίτον: Αφιερώστε αρκετό χρόνο γενικότερα για συζητήσεις, δείχνοντας έτσι στο παιδί σας: "Είσαι σημαντικός/ή για μένα. Ενδιαφέρομαι για σένα, για τις σκέψεις σου, τα συναισθήματά σου, τη ζωή σου". Αυτό καλλιεργεί ένα βαθύ αίσθημα αποδοχής και ενισχύει την αυτοπεποίθησή του παιδιού σας.



Με αυτήν την αντίδραση, επιχειρείτε να δείξετε άμεσα τι πιστεύετε. Αναγνωρίζετε ότι η Μαριάμ είναι αφηρημένη, αλλά δεν αξιολογείτε ούτε επικρίνετε τη συμπεριφορά της. Με αυτόν τον τρόπο νιώθει ότι την καταλαβαίνετε και ότι την εκτιμάτε. Το σύντομο διάλειμμα μπορεί είτε να παρακινήσει την κόρη σας να τελειώσει γρήγορα τις εργασίες της, είτε να βρείτε μαζί μία άλλη κατάλληλη λύση.

Το σημαντικότερο είναι ότι και οι δύο παραμένετε ανοιχτές σε μία θετική επικοινωνία. Έτσι η κόρη σας θα συνειδητοποιήσει ότι την καταλαβαίνετε και την αποδέχεστε. Θα την ενθαρρύνετε να μοιραστεί τις απόψεις και τα συναισθήματά της χωρίς να φοβάται ότι θα την κατακρίνετε ή ότι δεν θα την αγαπάτε. Όταν επικοινωνείτε ανοιχτά με το παιδί σας, ενισχύετε την αυτοεκτίμησή του. Η επίγνωση των συναισθημάτων και σκέψεων της, επιτρέπει στην κόρη σας να εξετάζει με κριτική ματιά και να αξιολογεί τον εαυτό της. Έτσι, δεν θα την επηρεάζει τι σκέφτονται οι άλλοι γι' αυτή. Άνθρωποι με ισχυρό χαρακτήρα έχουν μεγάλη σημασία και αποτελούν προϋπόθεση των λειτουργικών δημοκρατιών.

Διαβάστε περισσότερα σχετικά με την ανοιχτή επικοινωνία στη [σελίδα 4](#).

Ανοιχτή επικοινωνία

Η επικοινωνία δεν πραγματοποιείται μόνο με λέξεις. Επικοινωνούμε επίσης μη λεκτικά με τη γλώσσα του σώματος (τις εκφράσεις του προσώπου, τη στάση του σώματος, τις χειρονομίες). Επιπλέον, η ένταση, ο τόνος της φωνής επηρεάζει το πώς οι άλλοι αντιλαμβάνονται το μήνυμά μας.

Επίσης, όταν προσπαθείτε να επικοινωνήσετε με επιτυχία, πρέπει να λαμβάνετε υπόψη τις 4 πτυχές ενός μηνύματος (την πληροφορία, τη σχέση, το αίτημα και την αυτο-αποκάλυψη).

Συμπέρασμα: είναι πολύ δύσκολο να μεταδοθεί ένα μήνυμα ακριβώς όπως θέλει να το καταλάβουν ο πομπός (στην προκειμένη περίπτωση η Μαριάμ) και είναι ακόμα πιο δύσκολο ο δέκτης να το αποκωδικοποιήσει με την επιθυμητή σημασία, όπως αποδεικνύεται από την αδυναμία της μητέρας της Μαριάμ να καταλάβει το μήνυμα της κόρης της.

Συνεπώς, είναι σημαντικό να “ανοίξουμε” την επικοινωνία μας. Η ανοιχτή επικοινωνία μάς επιτρέπει να αποδώσουμε τις κρυφές πλευρές ενός μηνύματος πιο άμεσα και να εξασφαλίσουμε έτσι ότι δεν θα υπάρχουν παρεξηγήσεις μεταξύ μας. Μερικές φορές, ακόμα και οι πομποί μπορεί να μην ξέρουν την πραγματική πρόθεση ενός μηνύματος ή μιας συμπεριφοράς. Για παράδειγμα, τα βρέφη και τα νήπια, που δεν μπορούν να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους, την ψυχική τους κατάσταση και τις ανάγκες τους, συχνά δεν έχουν την ικανότητα να τα εκφράσουν ξεκάθαρα. Επομένως, είναι αναγκαίο οι γονείς ή οι άλλοι ενήλικες να τα ανακαλύψουν από μόνοι τους. (Παραδείγματα: το παιδί είναι άρρωστο ή πεινάει; Πονάει ή απλά είναι κουρασμένο;). Η περίπτωση του 9χρονου κοριτσιού δείχνει ότι δεν γνωρίζει ακριβώς τις ανάγκες της. Έτσι, είναι για εσάς ως γονείς μία πρόκληση να προσπαθήσετε να καταλάβετε τα παιδιά σας. Οι προσπάθειές σας με ανοιχτή επικοινωνία ίσως βοηθήσουν να αποσαφηνίσετε τις κρυμμένες πτυχές του μηνύματός τους.

Πώς θα μπορούσαμε να “ανοίξουμε” την επικοινωνία μας;

Πρώτον: Εκφράστε στα παιδιά σας τι έχετε καταλάβει από την αντίδρασή τους. Αποφύγετε να ερμηνεύσετε τον τρόπο που μιλάνε και συμπεριφέρονται. Απλά δώστε την γνώμη σας με βάση αυτά που ακούσατε ή είδατε.

Δεύτερον: Χρειάζεται και εσείς να εκφράσετε ανοιχτά και με ειλικρίνεια τα συναισθήματα, τις σκέψεις, τις επιθυμίες και τις ανάγκες σας και όχι με έμμεσο τρόπο.

Τρίτον: Αφιερώστε αρκετό χρόνο γενικότερα για συζητήσεις. Με αυτόν τον τρόπο, δείχνετε στο παιδί σας: “Είσαι σημαντικός/ή για μένα. Ενδιαφέρομαι για σένα, για τις σκέψεις σου, τα συναισθήματά σου, τη ζωή σου”. Αυτό καλλιεργεί ένα βαθύ αίσθημα αποδοχής και ενισχύει την αυτοπεποίθηση του παιδιού σας.

Για περισσότερη εξάσκηση στην ανοιχτή επικοινωνία, συνεχίστε την ανάγνωση στη [σελίδα 5](#).

Εξάσκηση στην ανοιχτή επικοινωνία

Εδώ θα βρείτε διάφορες καθημερινές καταστάσεις με παιδιά. Σε κάθε περίπτωση, δίνονται δύο διαφορετικές αντιδράσεις γονέων. Φανταστείτε πώς θα μπορούσε να συνεχιστεί η συζήτηση για τις δοσμένες αντιδράσεις γονέων και σημειώστε τις σκέψεις σας.

Στη συνέχεια, αναλογιστείτε με τη βοήθεια των παρακάτω ερωτήσεων: Ποια από τις αντιδράσεις του γονιού οδηγεί σε καλύτερη κατανόηση του παιδιού και της κατάστασής του; Πώς μπορεί το παιδί να βρει μία λύση για το πρόβλημα/την κατάστασή του; Πώς μπορεί ο γονιός να καθοδηγήσει το παιδί να διαχειριστεί τα συναισθήματα και τις ανάγκες του; Ποια από τις αντιδράσεις του γονιού μπορεί να οδηγήσει σε καυγά;

Στο δείπνο

Η 4χρονη Σαμάνθα δεν θέλει να φάει. Σκαλίζει ανόρεχτα τις πατάτες της.

A: “Σαμάνθα, σταμάτα να γίνεσαι μελοδραματική! Φάε τις πατάτες σου, αλλιώς δεν θα σου διαβάσω παραμύθι για να κοιμηθείς!” Η μητέρα μιλάει δυνατά και σηκώνει προειδοποιητικά το δάχτυλο.	B: “Βλέπω ότι μόνο σκαλίζεις το φαγητό σου και το κοιτάς. Επίσης, είπες ότι δεν θέλεις τίποτα. Υποθέτω ότι είσαι κουρασμένη και δεν πεινάς. Σωστά;”
Πώς θα συνεχιστεί αυτή η συζήτηση;	Πώς θα συνεχιστεί αυτή η συζήτηση;
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Πρωινό ζύπνημα

Η 10χρονη Ολίβια δεν σηκώνεται από το κρεβάτι και λέει: “Δεν μπορώ να πάω σήμερα στο σχολείο”. Μετά από τρεις αποτυχημένες προσπάθειες να την ξυπνήσουν, γκρινιάζει: “Άσε με ήσυχη! Δεν μπορώ!”

A: “Δεν φαίνεσαι άρρωστη, γι’ αυτό σήκω από το κρεβάτι! Πρέπει να πηγαίνουμε στη δουλειά, ακόμα και όταν δεν θέλουμε.”	B: (Φανταστείτε μία αντίδραση με ανοιχτή επικοινωνία: Τι θα έλεγε η μητέρα;)
Πώς θα συνεχιστεί αυτή η συζήτηση;	Πώς θα συνεχιστεί αυτή η συζήτηση;
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Στην ώρα του φαγητού

Ο Στιβ είναι 14 χρονών. Εδώ και δύο εβδομάδες, αρνείται να φάει με την υπόλοιπη οικογένεια, δηλώνοντας: “Δεν πεινάω!” Ο πατέρας του θέλει να αλλάξει αυτή τη συμπεριφορά.

A: “Όσο μένεις μαζί μας στο σπίτι, θα συμμορφώνεσαι με τους κανόνες μας. Και ένας από αυτούς είναι ότι τρώμε όλοι μαζί το βράδυ. Τώρα, έλα εδώ και κάτσε στο τραπέζι!”	B: (Φανταστείτε μία αντίδραση με ανοιχτή επικοινωνία: Τι θα έλεγε ο πατέρας;)
Πώς θα συνεχιστεί αυτή η συζήτηση;	Πώς θα συνεχιστεί αυτή η συζήτηση;
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Ιδέες και προτάσεις για την αντιμετώπιση του επίμαχου θέματος της “μελέτης στο σπίτι”

Αναθέστε την ευθύνη! Οι εργασίες για το σπίτι είναι ένα θέμα μεταξύ των εκπαιδευτικών και των μαθητών. Ως γονείς, ίσως ασκείτε συχνά ασυναίσθητα πίεση στα παιδιά σας επειδή νιώθετε υπεύθυνοι για το επαγγελματικό τους μέλλον και όλα όσα σχετίζονται με αυτό. Μην εμπλακείτε σε μία μάχη εξουσίας, αναθέστε στα παιδιά σας την ευθύνη για την ολοκλήρωση της μελέτης τους. Με αυτόν τον τρόπο, θα μάθουν να αναλαμβάνουν τις ευθύνες για τις πράξεις τους και θα έχουν περισσότερη αυτοπεποίθηση. Η υπεύθυνη συμπεριφορά και δράση είναι ζωτικής σημασίας για τα παιδιά σας ως μελλοντικοί, ανεξάρτητοι πολίτες σε μία δημοκρατική κοινωνία.

Όταν η μελέτη παίρνει πολύ χρόνο... Αυτό μπορεί να συμβαίνει για διάφορους λόγους. Ίσως οι ασκήσεις δεν είναι σαφείς ή οι μαθητές δεν κατάλαβαν κάτι. Τα παιδιά μερικές φορές αναζητούν την προσοχή των γονιών τους, συνειδητοποιώντας ότι όταν έχουν δυσκολίες, οι γονείς τους θα έρθουν και θα τους αφιερώσουν τον χρόνο και την προσοχή τους. Ωστόσο, πολλά παιδιά νιώθουν πηγμένα με τις εργασίες για το σπίτι και έτσι αποθαρρύνονται και απογοητεύονται. Προσπαθήστε να βρείτε την αιτία που καθυστερούν στη μελέτη και στη συνέχεια ενεργήστε αναλόγως.

Τα σύντομα διαλείμματα είναι απαραίτητα! Αν αισθάνεστε ότι τα παιδιά σας συχνά νιώθουν απογοητευμένα από τη μελέτη τους ή πνίγονται από το πλήθος των ασκήσεων χωρίς πλάνο εργασίας, θα μπορούσατε να φτιάξετε μαζί με τα παιδιά σας ένα χρονοδιάγραμμα μελέτης. Μην υπερεκτιμάτε την ικανότητα συγκέντρωσής τους και συμπεριλάβετε σύντομα διαλείμματα στο χρονοδιάγραμμα της μελέτης των παιδιών σας.

Η μελέτη ως αφορμή για άλλους καυγάδες; Τα παιδιά σας αισθάνονται ότι τους φέρονται άδικα οι εκπαιδευτικοί τους; Έχουν προβλήματα στο σχολείο; Νιώθουν ότι δεν τα καταλαβαίνουν; Προβλήματα με τις εργασίες για το σπίτι μπορούν να προκύψουν για πολλούς λόγους. Αφιερώστε χρόνο για να καταλάβετε τα συναισθήματα των παιδιών σας και πάρτε τα στα σοβαρά. Μπορείτε να βρείτε χρήσιμες, σχετικές προτάσεις και συμβουλές στο κεφάλαιο “ανοιχτή επικοινωνία” στη [σελίδα 4](#).

Μιλήστε με τους εκπαιδευτικούς των παιδιών σας! Αν αισθάνεστε ότι τα παιδιά σας χρειάζονται πάρα πολύ χρόνο για τη μελέτη τους ή αν υπάρχουν άλλα θέματα με τις εργασίες για το σπίτι, επικοινωνήστε απευθείας με τους εκπαιδευτικούς τους και συζητήστε εγκαίρως τα ζητήματα και τις απορίες σας. Έτσι, οι ανασφάλειες αυτές μπορούν να αντιμετωπιστούν πριν τα παιδιά σας απελπιστούν με τις εργασίες τους και προκύψουν στο σπίτι μεγαλύτεροι καυγάδες.

Το «Μιλώντας με τα παιδιά για την μελέτη στο σπίτι» βασίζεται στις ακόλουθες πηγές:

¹ Heueck-Mauss, Doris. 2016. *So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen*. Hannover: Humboldt, 33 ff.

² Heueck-Mauss, Doris. 2016. *So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen*. Hannover: Humboldt, 32.

³ Heueck-Mauss, Doris. 2016. *So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen*. Hannover: Humboldt, 44.

Braun, Liselotte. 2017. *“Knatsch bei den Hausaufgaben- das muss nicht sein.” Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, April, 18-19.

Council of Europe. 2016. *Competences For Democratic Culture. Living together as equals in culturally diverse democratic societies*. Strasbourg: Council of Europe Publishing, 41 f.

Heueck-Mauss, Doris. 2016. *So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen*. Hannover: Humboldt, 25 ff.