

Τα τρικ που θα κάνουν οποιοδήποτε παιδί



Παιδεύεστε κάθε μέρα για

να πείσετε το παιδί σας να τελειώσει τις εργασίες του ή να συγκεντρωθεί για να κάνει τα μαθήματά του; Δοκιμάστε αυτά τα tips που μπορεί να κάνουν τη διαφορά!

Πολλές μαμάδες διχαζόμαστε καθημερινά ανάμεσα στην ανάγκη μας να αφήσουμε το παιδί μας ανεξάρτητο να κάνει τις δικές του επιλογές και την επιθυμία μας να το κάνουμε να καθίσει επιτέλους σ' εκείνη την καρέκλα και να τελειώσει τις ασκήσεις στα μαθηματικά. Και μολονότι θα ήταν τέλειο να τα βλέπαμε να επιστρέφουν από το σχολείο γεμάτα ενθουσιασμό και να κάθονται να μελετήσουν με όρεξη, αυτό δεν είναι πάντα εφικτό! Υπάρχει κάτι που μπορεί να τα βοηθήσει να συγκεντρώνονται πιο εύκολα και να αποδίδουν καλύτερα στο ρόλο τους ως μαθητές; Ασφαλώς και υπάρχει! Δοκιμάστε τις συμβουλές που σας προτείνουμε και θα διαπιστώσετε ότι όλα θα γίνουν πιο εύκολα -δεν θα πετύχουν με την πρώτη, αλλά αν επιμείνετε, σίγουρα θα φέρουν αποτέλεσμα!

1. Πειραματιστείτε μέχρι να βρείτε την κατάλληλη ρουτίνα για το δικό

σας παιδί

Υπάρχουν παιδιά που διαβάζουν πιο αποτελεσματικά εάν ξεκινήσουν τα μαθήματά τους κατευθείαν μετά το σχολείο, κι άλλα που χρειάζονται λίγο (ή περισσότερο) χρόνο να αποφορτιστούν, να χαλαρώσουν πριν αρχίσουν τη μελέτη. Δοκιμάστε τι έχει καλύτερα αποτελέσματα στο δικό σας παιδί. Ίσως είναι σκόπιμο να παίξει λίγο στο ύπαιθρο, να πάρει έναν υπνάκο ή ακόμα και να δει λίγη ώρα τηλεόραση πριν ξεκινήσει. Φροντίστε όμως να του υπενθυμίζετε τακτικά ποιες είναι οι υποχρεώσεις του, ώστε να μην παρασυρθεί και αφήσει πολύ ώρα να περάσει.

2. Μην είστε αυταρχικοί

Από τη στιγμή που το παιδί σας ξεκίνησε το σχολείο, σημαίνει ότι δεν είναι πια το μικρό αγοράκι ή κοριτσάκι που του λέγατε κάθε φορά ακριβώς τις πρέπει να κάνει κι εκείνο ένιωθε υποχρεωμένο να ακολουθεί πιστά τις οδηγίες σας. Ήρθε η στιγμή να αποκτήσει ένα μεγαλύτερο βαθμό ανεξαρτησίας. Θα το δείτε να τη διεκδικεί μόνο του, αμφισβητώντας συχνά τις δικές σας εντολές. Αντί λοιπόν να αρχίσετε να εκτοξεύετε απειλές και τιμωρίες, είναι προτιμότερο να συζητάτε ήρεμα με το παιδί, δείχνοντάς του με αυτό τον τρόπο ότι δεν είστε απλώς ο γονιός του αλλά και ένας άνθρωπος που θα είναι πάντα κοντά του για να μιλήσει για όσα το απασχολούν.

3. Φροντίστε να εκτονώνεται

Η σωματική άσκηση είναι απαραίτητη στα παιδιά - όχι μόνο για το σώμα τους αλλά και για το μυαλό τους. Εάν το παιδί σας δεν ασχολείται συστηματικά κάποιο σπορ, βεβαιωθείτε ότι ασκείται έστω για λίγα λεπτά την ημέρα, παίζοντας με τους φίλους του, κάνοντας ποδήλατο ή βγάζοντας μια βόλτα το σκύλο. Με τον τρόπο αυτό, του δίνετε επιπλέον την ευκαιρία να κάνει ένα διάλειμμα από τις σχολικές υποχρεώσεις του και να διασκεδάσει.

4. Δώστε το καλό παράδειγμα

Όταν τα παιδιά βλέπουν τους γονείς τους να πνίγονται σε μια κουταλιά νερό ή να πανικοβάλλονται επειδή έχουν καθυστερήσει σε κάποιο ραντεβού τους, είναι δύσκολο να παραμένουν εκείνα ήρεμα και εστιασμένα στο στόχο τους, όταν έρθει η δική τους σειρά να έρθουν αντιμέτωπα με τις υποχρεώσεις τους. Όταν βρισκόμαστε κοντά στα παιδιά είναι σκόπιμο να συμπεριφερόμαστε όπως θα θέλαμε να φέρονται κι εκείνα.

5. Ασχοληθείτε με τις υποχρεώσεις του αλλά μην τις αναλαμβάνετε

Η ισορροπία ανάμεσα σε ένα γονιό που είναι εκεί για το παιδί του αλλά δεν παρεμβαίνει στον τρόπο με τον οποίο εκείνο χειρίζεται τις υποθέσεις του, είναι πραγματικά πολύ λεπτή. Η μελέτη στο σπίτι είναι ένας καλός τρόπος να την εξασκήσουμε. Καλό είναι όταν τα παιδιά διαβάζουν η μαμά ή ο μπαμπάς να βρίσκονται στο σπίτι, όσο περισσότερο γίνεται, για δύο λόγους: ο ένας είναι για να απαντήσουν σε ερωτήσεις και απορίες που μπορεί να έχουν κι ο άλλος γιατί η παρουσία του γονιού τα βοηθάει να νιώθουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση. Φροντίστε η παρουσία σας να είναι διακριτική, να το επιβραβεύετε όταν καταφέρνει κάτι (π.χ. να λύσει μόνο του μια δύσκολη άσκηση) αλλά σε καμία περίπτωση μην μπείτε στον πειρασμό να κάνετε εσείς τις εργασίες του!

6. Εξασφαλίστε την ενέργεια που χρειάζεται

Πολλές έρευνες έχουν δείξει ότι τα παιδιά που πηγαίνουν στο σχολείο χωρίς πρωινό έχουν χαμηλότερες επιδόσεις και δυσκολεύονται να συγκεντρωθούν στα μαθήματά τους. Βεβαιωθείτε ότι το παιδί σας ξεκινάει τη μέρα του με ένα καλό πρωινό (όχι όμως πολύ βαρύ -ένα τοστ ή ένα γάλα με ένα κουλούρι Θεσσαλονίκης ή με δημητριακά ολικής άλεσης ή ένα μικρό γιαούρτι με ένα φρούτο είναι μια χαρά). Για τα υπόλοιπα γεύματα της ημέρας, καλό είναι να επιλέγετε τροφές που συμβάλλουν στην καλή λειτουργία της μνήμης, της συγκέντρωσης και των υπόλοιπων λειτουργιών του εγκεφάλου.

Πηγή: mamamia.gr