LIBRIS

TREI

Cum să-ți ajuți copilul la teme cu calm și fără stres

NOËL JANIS-NORTON

Traducere din engleză de Iulia Dodu

Cuprins

Avertisment 9
Mulțumiri 11
Cuvânt-înainte 13

Secțiunea 1. Parteneri în educație: părinți, elevi și profesori 17

Capitolul 1 Cum se desfășoară temele la voi acasă? 19
Capitolul 2 Ce este „succesul școlar" și de ce contează atât de mult? 23
Capitolul 3 De ce școlile nu sunt suficiente pentru a ajuta toți elevii să își atingă potențialul maxim 29
Capitolul 4 De ce este nevoie ca părinții să se ocupe de educația copiilor lor, ce înseamnă acest lucru cu adevărat și la ce poate duce 33

Secțiunea 2 Reguli și rutine legate de efectuarea temelor cu calm și fără stres 43

Capitolul 5 Reguli și rutine esențiale legate de efectuarea temelor cu calm și fără stres 45
Capitolul 6 Stabilirea și întărirea noilor reguli și rutine legate de efectuarea temelor 61
Capitolul 7 Probleme tipice în efectuarea temelor și soluții pentru acestea 93
Capitolul 8 Calculatoare, meditatori și caiete de exerciții: ajutoare sau impedimente? 109
Capitolul 9 Îmbunătățirea stilului de viață al celui mic poate perfecționa obișnuințele legate de efectuarea temelor 119

Secțiunea 3 Să învățăm cum să învățăm 127
Capitolul 10 Încurajarea autonomiei 129
Capitolul 11 Îmbunătățirea memoriei şi culturii generale 139
Capitolul 12 Îmbunătățirea deprinderilor de recapitulare 161
Capitolul 13 Îmbunătățirea deprinderilor de gândire 169

Secțiunea 4 Cititul şi scrisul: baza succesului şcolar 181
Capitolul 14 Îmbunătățirea deprinderii de a asculta 183
Capitolul 15 Îmbunătățirea deprinderii de a citi: acurateţe şi fluenţă 189
Capitolul 16 Îmbunătățirea deprinderii de a citi: înțelegerea celor citite 205
Capitolul 17 Îmbunătățirea deprinderilor de scriere: fraze, paragrafe, poveşti şi eseuri 213
Capitolul 18 Îmbunătățirea ortografiei şi punctuației 227
Capitolul 19 Îmbunătățirea scrisului de mână 249
Capitolul 20 Îmbunătățirea deprinderilor de recitire atentă şi corectare 265
Concluzie 279
Anexă Cea mai utilă listă de cuvinte 283

Avertisment

Unele familii se confruntă cu probleme extreme sau atipice. Strategiile explicate în această carte vor fi de ajutor, însă este posibil să nu fie suficiente pentru a aborda corespunzător toate problemele complexe. Această carte a fost scrisă doar în scopuri de autoperfecționare. Nu este menită să înlocuiască diagnosticul, sfaturile sau tratamentul medicale, psihiatrice sau psihologice, și nici metodele didactice consacrate sau consultațiile unui profesionist calificat.

Capitolul 1
Cum se desfășoară temele la voi acasă?

Din moment ce sunteți interesați de această carte, am o bănuială că la voi acasă temele nu sunt o plăcere — pentru voi sau pentru copilul vostru. Iată unele dintre plângerile pe care le aud cel mai des din partea părinților atunci când vine vorba despre teme:

Trebuie să stau lângă el tot timpul. Altfel, începe să se uite pe geam.

Spune că tema este prea grea, dar abia şi-a aruncat ochii peste ea.

Încercarea de a face față temelor a trei copii mă scoate din minți.

Toți au nevoie de mine în acelaşi timp.

Îmi spune mereu că nu are teme de făcut, dar acest lucru nu poate fi adevărat.

Problemele legate de teme duc la conflicte în multe familii: părinții cicălesc copiii sau adolescenții, aceştia îi ignoră sau le răspund nerespectuos, părinții se plâng şi le aruncă reproşuri, apoi copiii se plâng şi le reproşează la rândul lor.

Nu este nevoie ca temele să fie iadul pe pământ. Nici măcar nu trebuie să ducă la ciondăneli. Nici copilul vostru, nici voi nu trebuie să percepeți temele ca pe o corvoadă sau o restricție. Acestea nu trebuie să fie o pacoste care să vă ocupe serile şi weekendurile şi care să mănânce ore în şir din timpul vostru. Temele pot deveni o plăcere atât pentru voi, cât şi pentru cel mic!

În orice caz, este improbabil ca această situație încântătoare să se realizeze vreodată dacă ne lăsăm copiii să își administreze singuri timpul și lucrul și să se automotiveze de unii singuri. Există mai multe șanse ca temele să fie agreabile și productive dacă părinții sunt dispuși să supravegheze procesul de lucru decât dacă lasă această responsabilitate în seama copiilor, care prin definiție sunt imaturi.

Gândul de a prelua controlul vi se poate părea foarte descurajator, chiar imposibil, în special dacă, pe moment, vă confruntați cu împotrivirea, refuzul sau lipsa de respect a copilului. Însă, de fapt, preluarea controlului poate fi o experiență agreabilă, antrenantă și relaxantă. Este mult mai plăcut să dețineți controlul și să vedeți că acasă lucrurile merg (în cea mai mare parte a timpului) așa cum vă doriți decât să vă simțiți frustrați, poate chiar disperați, atunci când viața de familie nu funcționează după principiile voastre.

Atunci când temele devin plăcute și productive (da, este posibil!), toți membrii familiei se pot relaxa. Copiii au parte de mai mult timp de recreere, fără a se simți vinovați. Părinții au satisfacția de a-și vedea copiii dezvoltând obiceiuri importante, care le vor fi de folos pentru tot restul vieții.

Problemele cu temele rareori apar izolat. De exemplu, mulți copii amână începerea temelor până foarte aproape de ora de culcare, pentru că în prima parte a serii stau cu ochii lipiți de ecran. Este foarte posibil ca un copil sau un adolescent obosit să nu dea randament maxim la teme. Mintea sa este leneșă, așa că procesul de gândire durează mai mult. Poate ajunge să stea treaz cu mult peste ora de culcare pentru a termina temele. Apoi, dimineața, deloc surprinzător, îi va fi greu să se ridice din pat. Iar când într-un final va reuși să facă acest lucru, este posibil să fie morocănos și ușor de distras.

Obiceiurile legate de efectuarea temelor sunt în mod fundamental corelate cu aceste puncte critice: ora de culcare, timpul petrecut în fața ecranului, trezitul de dimineață, activitățile extracurriculare și socializarea cu prietenii. Așadar, dacă vrem să îmbunătățim obiceiurile copilului nostru în ceea ce privește efectuarea temelor, nu este suficient să ne gândim doar la ce se întâmplă în timpul scrierii acestora. Trebuie mai degrabă să ne tratăm familia ca pe un mic ecosistem și să avem grijă cum funcționează pe tot parcursul zilei în loc să ne concentrăm doar pe simptomele disputelor legate de teme.

În cadrul acestei cărți vă voi cere să faceți unele lucruri în mod diferit, să vă disciplinați pentru a stabili din ce în ce mai multe obiceiuri plăcute și productive legate de teme și să renunțați la acțiunile ce conduc la opusul acestora. Aici mă voi concentra exclusiv pe efectuarea temelor. În volumul-pereche al acestei cărți, *Cum să-ți crești și să-ți educi copilul cu calm și fără stres*, am adunat un set complex de strategii prin care părinții îi pot ajuta pe copii să devină din ce în ce mai cooperanți, încrezători, motivați, atenți, bizuindu-se din ce în ce mai mult pe propriile puteri. Cartea de față rezumă aceste strategii și vă arată cum ele pot fi aplicate în mod particular în cazul temelor.

Una dintre caracteristicile sistemelor este că produc de fiecare dată un rezultat previzibil. Acest sistem de „Teme Ușoare și Fără Stres“ duce atât la dezvoltarea unor obiceiuri plăcute și productive legate de efectuarea temelor, cât și la sporirea încrederii de sine a copilului și la adoptarea unei atitudini mai relaxate de către părinți. Această carte vă va învăța cum să lucrați cu încredere cu copilul vostru, cum să rămâneți calmi și să dețineți controlul, chiar și atunci când nu vă simțiți foarte încrezători în propriile forțe. De asemenea, vă va arăta cum să împărțiți în segmente mai mici temele și deprinderile pe care copilul vostru trebuie să le stăpânească pentru a-și atinge potențialul maxim atunci când vine vorba de teme. Acest lucru este important pentru că vrem să ne obișnuim copiii să învețe ceea ce trebuie, în loc să treacă pur și simplu prin informație, în timp ce jumătate din mintea lor este în altă parte. Cartea de față poate chiar să vă învețe să vă distrați făcând acest lucru.

Cea mai lungă călătorie începe cu un singur pas... cu încă unul... și încă unul.

Capitolul 2
Ce este „succesul şcolar" şi de ce contează atât de mult?

Ca părinţi, dorim să ne vedem copiii atingându-şi potenţialul maxim. Vrem să-i ajutăm să obţină tot ce sunt capabili să obţină. Iar pentru majoritatea copiilor, o mare parte din reuşita la care speră părinţii înseamnă „să înveţe bine".

Părinţii ştiu că succesul şcolar contează, deoarece:

- Copiii sunt în mod natural mai veseli şi mai entuziaşti atunci când aptitudinile lor înnăscute sunt explorate şi exploatate la nivel maxim.
- Îndemânarea duce la încredere.
- Deprinderile şi obişnuinţele învăţate la şcoală se vor dovedi extrem de utile mai târziu în viaţă, în cadrul studiilor ulterioare, la muncă, în relaţii şi în cadrul activităţilor de relaxare.
- Şcoala este „locul de muncă" al unui copil, iar societatea ia această muncă foarte în serios. Părinţii, rudele şi chiar şi străinii întreabă:

  Cum e la şcoală?
  Ce înveţi?
  Cum merge cu cititul (sau cu matematica)?

- Pe drept sau pe nedrept, un copil este adeseori judecat, iar în curând ajunge să se judece pe sine însuşi în funcţie de

rezultatele sale şcolare. Cei de vârsta lui observă şi ei acest lucru şi vorbesc despre succesul şi insuccesul şcolar.

- Atunci când unui copil nu îi place „slujba" pe care o are sau atunci când are în mod constant rezultate slabe, el nu are opțiunea de a se reprofila, aşa cum o avem noi. Poate suferi în linişte sau se poate manifesta zgomotos, acest lucru constituind o problemă atât pentru el, cât şi pentru cei din jur.

Dacă le permitem copiilor noştri să piardă timpul şi să îşi facă treaba fără tragere de inimă sau la repezeală, neglijând detaliile, nu vor avea multă satisfacție de pe urma ei. Nu vor fi mândri de ei înşişi şi nu vor învăța tot ceea ce sunt capabili să învețe. Când le cerem să-şi dea silința, copiii simt că au parte de mai mult succes. Devin mai încrezători, mai motivați, se bazează mai mult pe propriile puteri, sunt mai atenți, mai cooperanți şi mai puțin încăpățânați. Aşadar, atât pentru binele nostru, cât şi al celor mici, trebuie să îi ajutăm să „învețe cum să învețe".

Cum ne putem ajuta copiii să aibă succes la şcoală? Cum îi putem ajuta să învețe să le placă provocările şi să fie mândri când îşi dau silința? Pentru a atinge aceste scopuri, trebuie să ne ghidăm în mod constant copiii spre adoptarea unor obişnuințe utile. Aici intervin temele:

- obişnuințele productive legate de efectuarea temelor le permit copiilor să beneficieze la maximum de acestea;
- copilul va rămâne cu aceste obiceiuri, care îi vor folosi şi la şcoală;
- părinții pot avea o influență majoră în efectuarea temelor.

În general, copiii se poartă ca şi cum scopul temelor ar fi pur şi simplu să fie scrise cât mai repede. Ca adulți, noi ştim că temele pot avea următoarele scopuri foarte importante:

- exersarea, recapitularea sau memorarea pentru a întări noțiunile învățate;
- explorarea unui nou aspect al unui subiect;
- stabilirea obiceiurilor de lucru productive.

În plus, prin intermediul temelor, părinții pot deveni conştienți de:

- materia predată;

- standardele şcolii;
- cât de bine se descurcă un copil la acea materie şi în îndeplinirea standardelor şcolii.

Mulți părinți se îngrijorează pentru că nu ştiu cum să scoată la suprafață ce e mai bun din copiii lor. Am văzut cu toții cum până şi un copil strălucit poate ajunge să aibă rezultate sub aşteptări, dacă nu este ajutat să dezvolte obişnuințe pozitive şi deprinderi elementare solide. Un tată îngrijorat şi confuz a spus odată: „Nu am nicio idee cum aş putea să-mi ajut fiul să revină pe făgaşul normal. Eu şi soția mea stăm neajutorați pe margine, în timp ce băiatul nostru se afundă din ce în ce mai mult în obiceiuri dăunătoare".

Din fericire, un copil care învață sau se concentrează mai greu decât alții poate să aibă succes şi să simtă acest lucru, dacă primeşte instruirea potrivită pentru tipul său de gândire. Un copil sau un adolescent cu deprinderi solide legate de învățarea eficientă ştie cum să învețe, şi astfel, învățatul i se pare mai plăcut. El deține instrumentele necesare pentru a-şi fructifica potențialul mental.

Dacă potențialul său este foarte ridicat, ne putem aştepta ca acest copil să stăpânească deprinderile şi cunoştințele la un nivel înalt. Dacă potențialul este limitat, procesul de învățare i se va părea mai greu, mai anevoios şi mai frustrant. Este posibil să nu aibă ambiții şcolare, însă tot îşi poate atinge potențialul maxim.

DEPRINDERILE NECESARE PENTRU A AVEA SUCCES LA ŞCOALĂ

DEPRINDERI ŞCOLARE DE BAZĂ

- Ascultatul
- Vorbitul