

Άσκηση: Βοήθεια με την εργασία στο σπίτι

(Ο στόχος αυτής της άσκησης είναι να δημιουργηθεί μια γέφυρα μεταξύ αυτορρύθμισης στο σχολείο και αυτορρύθμισης στο σπίτι.)

Ως γονέας, μπορείτε να βοηθήσετε το παιδί σας με την εργασία στο σπίτι.

Ο σχεδιασμός από κοινού είναι ενθαρρυντικός για το παιδί σας και ο έλεγχος ότι η εργασία του πήγε καλά το βοηθά να προχωρήσει.

1^ο βήμα: Ξεκινήστε κάνοντας καλές συμφωνίες

- ✚ Επιλέξτε μαζί ένα μέρος όπου το παιδί σας μπορεί να ολοκληρώσει την εργασία του χωρίς περισπασμούς.
- ✚ Αδειάστε τη σχολική τσάντα. Κοιτάξτε μαζί τις σημειώσεις για τα μαθήματα της επόμενης μέρας. Ρωτήστε το παιδί σας πώς πήγε η σχολική του μέρα και τι δουλειά πρέπει να κάνει. Μπορείτε να μιλήσετε για την εργασία στη μητρική σας γλώσσα.
- ✚ Σκεφτείτε πότε είναι καλύτερο να συμπληρώσει την εργασία του στο σπίτι.
- ✚ Είναι σημαντικό για το παιδί σας να χαλαρώσει πρώτα και να κάνει διαλείμματα.

2^ο βήμα: Δώστε στο παιδί σας θετική ενθάρρυνση

- Αφήστε το παιδί σας να εργαστεί ανεξάρτητα αλλά μην απομακρυνθείτε πολύ. Ενθαρρύνετε το παιδί σας με μικρές φιλοφρονήσεις: «Κάνεις πολύ καλή δουλειά!»
- Το παιδί σας έχει πρόβλημα; Με ερωτήσεις όπως «ποια είναι η εργασία;» και «πώς το έκανες στην τάξη;» μπορείτε να το βοηθήσετε να σκεφτεί την εξήγηση του δασκάλου.
- Δεν προτείνεται η παροχή λύσης και η διόρθωση σφαλμάτων.
- Η εργασία στο σπίτι κάνει το παιδί σας λυπημένο ή φοβισμένο; Φροντίστε να παραμείνετε ήρεμοι. Θα ήθελε το παιδί σας να κάνει ένα μικρό διάλειμμα; Είναι πολύ δύσκολο; Ή πάρα πολύ;
- Εάν πραγματικά δεν πηγαίνει καλά, η διακοπή είναι μερικές φορές η καλύτερη ιδέα.

3^ο βήμα: Ελέγξτε τα αποτελέσματα μαζί.

- ✦ Ενθαρρύνετε το παιδί σας να επανεξετάσει την εργασία του και να βεβαιωθεί ότι είναι πλήρης.
- ✦ Είναι δύσκολη η εργασία στο σπίτι για το παιδί σας; Ενημερώστε τον δάσκαλο: γράψτε στην ίδια την εργασία, στο πρόχειρο τετράδιο ή μιλήστε με τον δάσκαλο, τον διευθυντή ή τον σύμβουλο.
- ✦ Όλα τελείωσαν; Ζητήστε από το παιδί σας να προετοιμάσει τη σχολική του τσάντα για την επόμενη μέρα.
- ✦ Τώρα είναι ώρα (και για τους δυο) να χαλαρώσετε για μια στιγμή! (Γιατί είναι σημαντικό; Γιατί τα παιδιά έχουν ανάγκη από την εκδήλωση θετικών συναισθημάτων. Ενισχύεται η αυτοπεποίθησή τους. Η αρνητικότητα δημιουργεί αισθήματα ματαιώσης. Αντιλαμβάνεται το παιδί ότι η αγάπη των γονιών εξαρτάται από τις επιδόσεις του στο σχολείο.)