



PLUS COMMUNICATION CONSULTING S.R.L.

Sediul social: mun. Constanța, str. Soveja nr. 114, bl. DR33, sc. B, et. 3, ap 30, camera 2
C.U.I.: 32827058; R.C.: J13/331/21.02.2014

E-mail: office@pluscommunication.eu

Website: www.pluscommunication.eu

Facebook: www.facebook.com/pluscommunication.constanta

Telefon: 0725.465.508

15.09.2015

COMUNICAT DE PRESĂ

De ce temele pentru acasă sunt o povară pentru elevi?

Elevii din România afirmă că alocă 7 ore pe săptămână pentru temele de acasă, în comparație cu 14 ore pe săptămână, atât cât alocă elevii din Shanghai (China), cel mai performant sistem de educație din lume, potrivit studiilor Programului pentru evaluarea internațională a elevilor (PISA), realizate de Organizația de Cooperare și Dezvoltare Economică (OECD).

Conform analizei, timpul acordat de elevi pentru temele de acasă a scăzut, în medie, cu o oră pe săptămână la elevii de 15 ani, în perioada 2003 - 2012. Specialiștii în educație pun scăderea numărului de ore alocate pentru teme, pe seama răspândirii accesului la Internet și a folosirii acestuia mai mult ca o unealtă de divertisment și mai puțin ca un mijloc educativ.

Psihologul Maria Verdi: “Temele pentru acasă nu ar trebui să fie un moment de stres și presiune”

Specialistul în psihologia copilului, Maria Verdi consideră că temele pentru acasă sunt un lucru normal și nu ar trebui să fie pentru aceștia un motiv de stres și presiune. “Nu temele pentru acasă sunt generatoare de stări anxioase în rândul elevilor. Societatea cere copiilor performanță, sunt evaluați prin note, elevii doresc performanță, astfel, temele pentru acasă reprezintă o unealtă logică de creștere a performanțelor. Pentru a obține rezultate tot mai bune și pentru a-i motiva, copiii au nevoie de încurajări permanente și feedback pozitiv din partea profesorilor și a părinților. Criticile și acuzațiile blochează și tensionează relațiile dintre elevi și părinți sau profesori. Elevii, mai ales cei mici, au nevoie de multă repetiție și exercițiu pentru a învăța un comportament. Necesitatea temelor este, în acest sens, benefică. Comportamentele învățării se construiesc prin repetare”, afirmă psihologul Maria Verdi, directorul Centrului ReCreation Life. Totodată, specialistul în psihologia copilului îi sfătuiește pe profesori și părinți să evite vânarea greșelilor facute de elevi, deoarece acestea sunt oportunități reale de a învăța. “Oferiți modele sănătoase din exemplul personal. Doar așa, copilul învață să recunoască greșelile și să găsească alternative de soluționare fără a se simți vinovați, fără a găsi vinovați. Când învață un comportament nou (exemplu - limba străină, o materie nouă etc), copilul are





PLUS COMMUNICATION CONSULTING S.R.L.

Sediul social: mun. Constanța, str. Soveja nr. 114, bl. DR33, sc. B, et. 3, ap 30, camera 2
C.U.I.: 32827058; R.C.: J13/331/21.02.2014

E-mail: office@pluscommunication.eu

Website: www.pluscommunication.eu

Facebook: www.facebook.com/pluscommunication.constanta

Telefon: 0725.465.508

nevoie de multe repetări, teme și exerciții până ajunge la performanța optimă. El are nevoie să știe ce a reușit până în acel moment și ce mai are de învățat. Emoțiile pozitive sunt un context bun de a învăța, aceasta fiind asociată cu emoția pozitivă”, declară psihologul Verdi.

Dacă spunem copilului că nu lucrează bine sau că greșește, îi provocăm o reacție emoțională negativă, generăm conflicte atât ca părinte sau ca profesor, este de părere specialistul. “Reacția noastră negativă la greșelile lor – ca părinte sau profesor - blochează performanța, tocmai pentru că le-am generat disconfort. Ca răspuns la starea de tensiune, copilul va refuza să-și facă temele sau va minți că le-a făcut, le va face în grabă, fără a le acorda atenție. O altă evitare a temelor este implicarea în alte activități mai distractive sau solicitarea ajutorului părintelui, motivând că este greu, sau pur și simplu, fuga în internet când părintele este ocupat cu altă activitate”, spune psihologul Verdi.

Psiholog: “Ajutați copilul să înceapă tema, nu făcându-i tema!”

Temele pentru acasă pot fi prilej de învățare sau conflict, iar recomandarea psihologului este ca, înainte să înceapă temele, copilul să realizeze activități plăcute, pentru a detensiona atmosfera. De foarte multe ori, spune specialistul, când părinții vin obosiți și stresați de la serviciu și trec direct la efectuarea temelor alături de copii, aceștia preiau toată tensiunea.

“Pentru a gestiona eficient momentul pregătirii temelor pentru acasă, ca părinți, este necesar să oferiți copilului posibilitatea de a se relaxa mai întâi după ce a venit de la școală, servind masa împreună (dacă este posibil) și dându-i posibilitatea de a vă împărtăși impresiile despre acea zi de școală. Stabiliți apoi momentul bun pentru efectuarea temelor, înainte de a se conecta la TV, internet sau afară la joacă. Spațiul în care copilul își face temele este necesar a fi destinat acelei energii, fără obiecte, care ar putea să-i distragă atenția. Este bine ca sinapsele lui să funcționeze când învață / scrie doar pe această activitate. Dacă va mânca ceva, va scrie, se va uita și la TV sau va naviga pe internet în același timp, copilul se va disipa și va asocia toate aceste activități cu învățatul”, afirmă psihologul psihoterapeut integrativ Maria Verdi, directorul Centrului ReCreation Life. “Pe birou se vor găsi cărțile și caietele de școală, rechizitele școlare. Copiii mici au nevoie să lucreze în liniște deoarece pot fi distrași cu ușurință de la ceea ce fac. Este corect să întrebați copilul despre tema de acasă, unii spun cu sinceritate ce au de făcut pentru a doua zi. Ajutați copilul să înceapă tema, nu făcându-i tema. Stați alături de copil la birou. Micii școlari au nevoie de ajutorul părinților pentru a intra în rutină”, continuă specialistul.

Psiholog: “Stimulați-l să-și facă singur temele și lăudați-l!”

Mulți copii nu înțeleg sarcinile școlare, alții doresc să facă altceva, să se joace, să butoneze telefonul, tableta, etc. Psihologul recomandă părintelui să stabilească, împreună cu copilul, regulile de bază, de exemplu: “te poți uita la TV sau te poți juca pe Internet, după ce





PLUS COMMUNICATION CONSULTING S.R.L.

Sediul social: mun. Constanța, str. Soveja nr. 114, bl. DR33, sc. B, et. 3, ap 30, camera 2
C.U.I.: 32827058; R.C.: J13/331/21.02.2014

E-mail: office@pluscommunication.eu

Website: www.pluscommunication.eu

Facebook: www.facebook.com/pluscommunication.constanta

Telefon: 0725.465.508

termini temele”. “Reamintiți copilului mereu regulile de bază. Încurajați-l când își face temele cu expresii de genul “Bravo, lucrezi foarte bine”. Aceste comentarii sunt foarte utile mai ales copilului de vârstă școlară mică, pentru a se concentra pe ceea ce face și pentru asimilarea mai ușoară a sarcinilor școlare. Oferiți ajutorul copilului doar dacă acesta îl cere. Stimulați-l să-și facă singur temele, lăudați-l. Dacă greșește, arătați-i ce a făcut bine și ajutați-l să vadă ce a greșit. Copilul școlar este în perioada de învățare a abilităților, greșelile sunt inerente. Încurajați-l să lucreze mai întâi pe ciorne și apoi să-și treacă tema pe caietul de curat cu care va merge la școală. Verificați tema înainte de a termina”, ne sfătuiește psihologul Maria Verdi.

Copiii doresc de cele mai multe ori să arate părinților ce au făcut. De aceea, spune psihologul, au nevoie de validare și apreciere mai mult pentru efort decât pentru performanță. La finalul temelor, specialistul ne sfătuiește să-i oferim recompense copilului. “Îi putem oferi un anumit interval de timp de vizionare TV, joacă pe calculator sau timp pentru joacă în aer liber. Stabiliți împreună cu copilul timpul necesar navigării online și supravegheați discret ce site-uri accesează. Folosirea fără măsură a internetului, pe lângă faptul că le diminuează complexul vitaminic B, Mg și Ca, creează dependență. Un copil anxios, timid, un copil care se simte singur mai mereu, are un deficit de serotonină și dopamină (hormonii stării de bine), iar prin activitățile care îi aduc plăcerea (internetul, telefonul inteligent etc.), creierul lui normalizează acești neurotransmițători. Ajutați-l să-și găsească abilitățile, să devină creativ, trăind în normalitate starea de bine, fără a fi nevoiți s-o preia artificial, din mediul virtual”, conchide psihologul psihoterapeut integrativ Maria Verdi, directorul Centrului ReCreation Life.

Sursă studiu: <http://www.oecd-ilibrary.org/docserver/download/5jxrhqhtx2xt.pdf?expires=1442296781&id=id&accname=guest&checksum=8CD9FCCF941700D77B8DE395D7322F3D>

Persoană de contact

Maria Verdi

Psiholog-psihoterapeut integrativ

Specializat în Științele nutriției

0726310094

www.recreezaviata.ro

Transmite,

Dr. Tănase Taseu

Director General

Plus Communication

0725.465.508

