

# Πώς να βοηθήσετε το παιδί και τον έφηβο με ειδικές μαθησιακές δυσκολίες στη μελέτη των μαθημάτων του

(EUROPALSO & Ελληνική Εταιρεία Εφηβικής Ιατρικής Βιβλιοθήκη Γονέων)

Αλεξάνδρα Γεωργουλή, Βασιλική Δημητρακοπούλου, Σάκης Καραδήμας



Οι γονείς είστε τα καταλυτικά πρόσωπα που θα βοηθήσετε το παιδί να αντιμετωπίσει τις ειδικές μαθησιακές δυσκολίες του. Στόχος σας είναι να **υποστηρίξετε το παιδί** ώστε να βελτιώσει τις επιδόσεις του και να εξελιχθεί.

Είναι λοιπόν, πολύ σημαντικό να υπάρχει **οργάνωση και συνέπεια** στο πρόγραμμα διαβάσματος του παιδιού τόσο σε ημερήσια όσο και σε εβδομαδιαία βάση, από όλα τα μέλη της οικογένειας. Αυτό βοηθάει το μαθητή να συνηθίσει στους επιθυμητούς ρυθμούς και να οργανωθεί.

Κατά το απογευματινό πρόγραμμα μετά το σχολείο, ο μαθητής χρειάζεται να έχει **χρόνο για ξεκούραση**, χωρίς υπερβολικές δραστηριότητες ούτε πολλές ώρες φροντιστηριακών μαθημάτων.

Το παιδί χρειάζεται ακόμα, να **κοιμάται καλά** και νωρίς ώστε να είναι ξεκούραστο στο σχολείο.

Η **διατροφή** του θα πρέπει να είναι προσεγμένη, να περιλαμβάνει ένα πλήρες πρωινό καθημερινά και να καταναλώνει τροφές που βοηθούν τη μνήμη και τη συγκέντρωση του.

Οι γονείς χρειάζεται να ενθαρρύνετε το παιδί να **διαβάζει μόνο του**. Ο ρόλος σας είναι περισσότερο υποστηρικτικός παρά παρεμβατικός.

Πολλές φορές οι γονείς λένε «έχουμε πολύ διάβασμα», «κάνουμε πολλές ώρες διάβασμα», «μας πήρε όλο το απόγευμα να τελειώσουμε την εργασία». Με αυτό τον τρόπο όμως δημιουργείται μια σχέση εξάρτησης, ενώ συχνά κύριος στόχος καταλήγει να είναι αποκλειστικά η απόκτηση καλού βαθμού.

Κάποιοι γονείς μάλιστα απογοητεύονται τόσο όταν το παιδί παίρνει χαμηλή βαθμολογία, που προκαλείται ένταση στη σχέση τους και η **ευεργετική για το παιδί επιβράβευση** έρχεται μόνο όταν επιτυγχάνεται η επιθυμητή βαθμολογία.

Ωστόσο, λόγω της ΕΜΔ το παιδί δεν μπορεί εύκολα να φτάσει τον βαθμό - στόχο. Κατά συνέπεια, απογοητεύεται και το ίδιο και δε συνεχίζει την προσπάθεια, αφού πιστεύει πως όσο κι αν προσπαθήσει δεν θα τα καταφέρει. Για το λόγο αυτό **είναι σημαντικό οι γονείς να μένετε στο ρόλο σας και να μην υιοθετείτε αυτόν του εκπαιδευτικού ή/και του βαθμολογητή**.

Εάν παρατηρείτε πως το παιδί έχει αρκετές δυσκολίες που δε μπορεί να διαχειριστεί θα ήταν προτιμότερο να ζητήσετε **βοήθεια από έναν εκπαιδευτικό ειδικής αγωγής** για την καθημερινή του μελέτη.

Μην ξεχνάτε ότι ένα παιδί με ΕΜΔ δε μαθαίνει με τον ίδιο τρόπο που μαθαίνουν οι τυπικοί μαθητές - **χρειάζεται χρόνο, συχνές επαναλήψεις και ειδικές στρατηγικές**.

Εάν ως γονιός αποφασίσετε ο ίδιος να βοηθήσετε το παιδί στο διάβασμα θα πρέπει να διαθέτετε **απεριόριστη υπομονή, εφευρετικότητα, και να έχετε καλή επικοινωνία με τον ειδικό θεραπευτή, ακολουθώντας τις οδηγίες που σας έχουν δοθεί**.

**Να θυμάστε ότι η ανάπτυξη της προσωπικότητας του παιδιού, η αυτοεκτίμηση του και η προσωπική του κρίση στην αντιμετώπιση των προβλημάτων είναι σημαντικότερα από την μαθησιακή του επίδοση.**

*Πηγή: Βιβλιοθήκη Γονέων: EUROPALSO & Ελληνική Εταιρεία Εφηβικής Ιατρικής*