

## Βάζοντας σε... τάξη ένα απρόσεχτο παιδί

Γιατί ξέχασες πάλι τη κασετίνα σου στο σχολείο; Πως μπορούν να βοηθήσουν οι γονείς το παιδί τους στην οργάνωση;

Της Άσπας Μητρακάκη, Ειδικής Παιδαγωγού-κοινωνικής ανθρωπολόγου, ειδικευμένης στην αντιμετώπιση μαθησιακών δυσκολιών/δυσλεξίας,



Τα παιδιά με μαθησιακές δυσκολίες/δυσλεξία και διάσπαση προσοχής/υπερκινητικότητα αντιμετωπίζουν σοβαρό πρόβλημα οργάνωσης του χώρου και του χρόνου τους. Ένας τρόπος με τον οποίο μπορούν οι γονείς να βοηθήσουν τα παιδιά τους, είναι να καταφέρουν να αυτοματοποιήσουν την καθημερινή τους ρουτίνα.

Να θυμάστε ότι είναι πολύ βοηθητικό να υπάρχουν τελετουργίες που γίνονται με συνέπεια για να μπορούν αυτά τα παιδιά να καθιερώσουν έναν τρόπο οργάνωσης της σκέψης τους.

### **10 συνήθειες που μπορούν να μειώσουν την "απροσεξία" του παιδιού:**

- 1. Βοηθήστε το να μαζέψει τα πράγματα του από το προηγούμενο βράδυ π.χ. τσάντα

- 2. Διδάξτε του πως διαβάζουμε το σχολικό πρόγραμμα της επόμενης μέρας και σημειώστε τι έχει να κάνει.
- 3. Αναρτήστε το σχολικό του πρόγραμμα στο δωμάτιο του σε φανερό σημείο, στο ύψος του παιδιού για να μπορεί να το διαβάσει καθώς και στο ψυγείο της κουζίνας.
- 4. Επίσης βάλτε ένα ρολόι τοίχου στο δωμάτιο του για να μπορεί να ελέγχει την διάρκεια της μελέτης, του διαλείμματος που πρέπει να κάνει ανάμεσα κτλ.
- 5. Είναι καίριας σημασίας το παιδί να μπορεί να επαληθεύει μόνο του τις διαδικασίες που πρέπει να κάνει πχ. να κοιτάξω το αυριανό πρόγραμμα για να δω τι πρέπει να πάρω στη τσάντα μου κ.τ.λ.
- 6. Αποφασίστε τα ρούχα που θα φορέσει από το προηγούμενο βράδυ και καλό είναι να γίνει και αυτό ανάλογα με το σχολικό πρόγραμμα του και τον καιρό όπως προβλέπεται. Θα γλιτώσετε πολύ χρόνο το επόμενο πρωί.
- 7. Συναποφασίστε από το βράδυ τι θα φάει το επόμενο πρωί για πρωινό και την επόμενη ώρα. Αυτό που θα αποφασίσετε, αυτό και θα φάει και δεν θα αλλάξει όταν έρθει η ώρα για πρωινό. Αν τελικά θα ήθελε να φάει κάτι άλλο θα πρέπει να το σκεφτεί το βράδυ για το επόμενο πρωί.
- 8. Φτιάξτε μια μικρή, απλή λίστα με όχι πάνω από 3 πράγματα που πρέπει να προσέξει πριν φύγει από το σχολείο πχ. 1. κασετίνα - βιβλία, 2. να σημειώσω τις εργασίες, 3. να πάρω όλα τα ρούχα μου. Αυτή η λίστα μπορεί να προσαρμοστεί κάποιες μέρες που χρειάζεται να προστεθεί κάτι διαφορετικό πχ. ομπρέλα.
- 9. Κάντε μια μικρή λίστα με 3 πράγματα για τα πιο σημαντικά που πρέπει να έχει κάνει πριν κοιμηθεί, πχ. 1. ετοιμάζω τσάντα, 2. πλένω δόντια, 3. ετοιμάζω ρούχα για αύριο.
- 10. Το ίδιο μπορεί να γίνει και όταν πάει σε ένα πάρτι, φίλο κτλ. και δεν θέλετε να ξεχάσει κάτι εκεί.

Όλοι οι τρόποι που συμβάλλουν στο να μπορεί το παιδί με μαθησιακές δυσκολίες να ελέγχει την καθημερινότητα του είναι πολύτιμοι στην οργάνωση της σκέψης του και της αυτονομίας του. Επίσης είναι καθοριστικής σημασίας στην μείωση των κρίσεων και των διαφωνιών μεταξύ των γονιών και του παιδιού.

Πηγή: <http://dyslexiaathome.blogspot.com/>