

Millorar el rendiment escolar dels nostres fills i filles

Alguns consells per a pares i mares

L'escola i l'estudi han d'entrar a casa

Fem que el nostre fill/a percebi la importància de l'estudi. Que ho visqui com quelcom que, a casa, es valora i es té en compte. Parlem-ne sovint. Recordem-los els deures i els controls que tenen. Convertim l'estudi en part de la vida familiar.

Molt, molt, molt d'interès

Interessem-nos pel que el nostre fill/a aprèn a l'institut. Preguntem-li què fa, si li agrada i si li costa aprendre-ho. Posem-nos, fins on sigui possible, a fer feina amb ell, demanem-li que ens expliqui coses i mostrem interès per la seva feina.

Joves feliços, joves que aprenen

Preocupem-nos molt del benestar emocional dels fills/filles. Creem a casa un clima positiu, de confiança i diàleg. Escoltem-los quan volen dir-nos alguna cosa i respectem les seves opinions. Evitem els crits i el llenguatge agressiu. Posem-los límits però fem que se sentin feliços.

El silenci és important

Permetem-los que estudiïn en espais de silenci. Fomentem la tranquil·litat quan estudien i fan deures perquè, aleshores, l'aprenentatge serà molt més profitós. Incorporar nous coneixements, relacionar-los i reflexionar-los demana tenir poques distraccions. Evitem que els fills estudiïn en espais amb massa soroll o interrupcions continuades.

Sobretot, que descantin

A l'adolescència, els joves deixen de tenir son quan és hora d'anar a dormir. El seu rellotge biològic canvia. Als pares i mares, ens toca garantir, però, que descansen tota l'estona que necessiten. No els canviem excessivament les hores d'anar a dormir i llevar-se i evitem que facin servir les pantalles just abans de ficar-se a llit.