

Desempenho escolar

Acompanhe de perto a VIDA ESCOLAR do seu FILHO

Muitas crianças sofrem de ansiedade, medo e fobias por causa da escola e do sistema de avaliação. É importante que os pais dêem atenção necessária aos filhos e sobretudo não subestimem os temores.

Texto: Isabel Leal * Foto: D.R.

Uma conversa calma e frontal é a melhor saída para identificar o que se passa. As emoções são sentidas por todas as crianças em diferentes graus e intensidade e, por vezes, impedem-na de avançar e apresentar bons resultados. Muitos meninos têm medo de revelar aos pais os problemas que passam na escola e as situações que os amedrontam. Não sabem como comunicar. Na maioria dos casos receiam sofrer mais retaliações, que os pais não os entendam ou venham a aplicar castigos. Os pais que trabalham muito devem, mesmo assim, estar atentos sabendo que



Como acompanhar de perto os mais pequenos

- Vá à escola dos seus filhos e participe activamente nas actividades lectivas e lúdicas.
- Converse com os professores sobre os seus filhos.
- Caso os seus filhos estejam com alguma dificuldade na escola, peça orientação aos professores de como ajudá-los em casa.
- Leia diariamente notas e avisos que a escola envia para casa e responda sempre que necessário.
- Compareça nas reuniões da escola. Dê a sua opinião, pois ela é muito importante.
- Seja calmo e estabeleça uma relação de confiança com a criança.
- Apoie a criança em todos os ângulos.



a escola é o 'trabalho' dos filhos, entendendo que os mais pequenos precisam de presença e ajuda.

Problemas na escola

Nos dias que correm são diversos os problemas na escola. Maus-tratos por parte de outras crianças, o famoso 'bullying', professores que podem não ser tão vocacionados e que colocam as crianças em situações de stress e desconforto, e o sistema escolar ultrapassado com métodos e ensinamentos pouco interessantes são alguns dos motivos mais apontados. Muitas são as situações que interferem nas rotinas e hábitos das crianças trazendo pertur-

Muitos meninos têm medo de revelar aos pais os problemas que passam na escola e as situações que os amedrontam

bações do sono, no rendimento escolar, na auto-confiança e na sua auto-estima. É muito importante que os pais estejam atentos à vida escolar dos filhos e que procurem, desde cedo, oferecer ferramentas e ensinamentos complementares uma vez que estes promovem o fortalecimento da auto-estima, serenidade e segurança da criança.

A influência do reiki e da meditação nas crianças

Disciplinas como reiki e meditação para crianças fazem parte do quadro de disciplinas extra curriculares em países como EUA, Alemanha e Inglaterra. Os benefícios destas técnicas são: auto disciplina, auto estima, auto afirmação, maturidade, paz interior, qualidade do sono, equilíbrio alimentar, equilíbrio físico ou noção de poder pessoal. O hemisfério esquerdo organiza e analisa a informação passada pelo mundo que nos rodeia. Escuta palavras, o direito e a música. O hemisfério direito

É importante que os pais estejam atentos à vida escolar dos filhos e que procurem, desde cedo, oferecer ferramentas e ensinamentos complementares, promovendo serenidade e segurança da criança

é o hemisfério do amor. É o centro de processamento das emoções e dos sentimentos, compreende a evolução espiritual e global do ser humano. O amor ajuda a desenvolver este hemisfério. O esquerdo controla a actividade mental, o planeamento e a conceptualização. Por volta do segundo ano de vida o hemisfério direito está praticamente formado e em actuação, enquanto que o esquerdo está apenas a começar o processo. Por este motivo a criança é muito sensível ao que a rodeia em termos afectivos e amorosos. Se a criança é assistida nos parâmetros que necessita, o seu desenvolvimento é eficaz. O hemisfério direito permite à criança saber o que os que a rodeiam sentem, saber se actua sinceramente e permite que ela saiba fazer as leituras correctas sobre si mesma, actuando depois de uma forma coordenada e equilibrada. O amor oferecido a uma criança, principalmente nos primeiros tempos de vida é muito importante para a boa formação cerebral. Uma mãe demasiado nervosa ou, por contrário, apática não estará nunca em sintonia com os afectos e com a corrente emocional e amorosa que a criança deseja e espera receber.

Crianças devem ganhar autonomia

Os pais devem deixar que a criança experimente a sua autonomia. **Dizer-lhe constantemente o que deve ou não fazer ou ainda fazer juízos de valor, dizendo que não sabe fazer ou não é suficientemente bom, retira todo o prazer de descobrir novas situações.** Transmitem-lhe incapacidade e falta de confiança. A criança fica com ideia de que o mundo é um local ameaçador para o qual não está preparada. Se a teoria das crianças índigo aposta na maior sensibilidade, intuição e sabedoria da infância para impulsionar mudanças positivas no mundo, é bom que os pais saibam como é que esses atributos podem manifestar-se nos filhos.

A criatividade das crianças índigo

As crianças índigo têm um sentimento muito forte do seu próprio valor e, por isso, preocupam-se mais em mostrar claramente como são e menos em conquistar e agradecer aos outros. Costumam revoltar-se ou pôr em causa a autoridade absoluta, sem diálogo, explicação ou opções. Não aceitam a disciplina que impõe culpa ou medo.



Mais criativas, estas crianças, tendem a buscar maneiras próprias ou diferentes de fazer as coisas. Têm dificuldade em seguir rotinas e actividades dirigidas. Os colégios e os demais centros educativos devem estar atentos a fim de reconhecer a presença das crianças índigo dentro das salas de aula. **Estes alunos não correspondem, nem respondem aos métodos de ensino tradicionais. Pelo contrário, aprendem de forma reflexiva, criativa, participante e não através de memorização.** Perante os métodos antigos de ensino, dispersam-se com grande facilidade durante as aulas, fechando-se e parecendo ausentes, sem progressão na aprendizagem. Não é de estranhar então que muitos destes

pequenos sejam classificados como 'crianças-problema'. Na maioria das vezes elas não se adaptam em escolas tradicionais e são estigmatizadas, vistas como portadoras de distúrbios comportamentais ou de aprendizagem. Pais, professores e orientadores devem estar aptos para definir e manter limites claros, ainda que suficientemente flexíveis para mudar e ajustar esses limites quando necessário, baseado no crescimento emocional e mental, pois os índigo crescem rapidamente.

Saber ouvir e dar atenção às crianças

Ser firme mas justo é essencial para a segurança dos seus filhos. Assim, **mantenha a criança informada e envolvida. Evite mal-entendidos, simplesmente dando explicações, nunca perdendo a paciência.** Negocie com cada situação. Pare tudo o que está a fazer em estado de crise. Dê-lhe toda atenção. Não esconda nada e não use uma linguagem abusiva. Depois de tudo, reúna-se com a criança e reveja se houve um entendimento e evolução após a apreensão.

Ser firme mas justo é essencial para a segurança dos seus filhos

Como ajudar em casa

- ☀ Ofereça as condições necessárias para os seus filhos poderem estudar em casa num ambiente sereno.
- ☀ Garanta que fazem os trabalhos de casa sempre que solicitado e que têm disciplina.
- ☀ Não faça os trabalhos de casa pelo seu filho. Ajude-o a pensar e a organizar o método de estudo.
- ☀ Esteja atempadamente atento e conhecedor do calendário de testes ou provas escritas.
- ☀ Perceba o que ajuda a criança a aprender mais e melhor.
- ☀ É importante incentivar a leitura.
- ☀ Estimule seus filhos a fazerem um jornal escolar onde podem registar, de forma divertida, o que se passa na escola e com os colegas ou professores.



Punição não é repreensão

Punição é diferente de repreensão. Punição é baseada na culpa, enquanto que repreensão é baseada num crescimento ou melhoramento. Cuide dos métodos educacionais nas escolas. Na educação devemos ter em mente que devemos ensinar as crianças como pensar e não o que pensar. Os velhos padrões de energia são baseados na crença fundamental de que as crianças são vasos vazios que devem ser preenchidos com conhecimento. A rebeldia, o défice de atenção e a hiperactividade são alguns dos padrões de comportamento apontados como resultado de uma deficiente prestação escolar. Esta é uma visão redutora do tema. É apenas a visão de um dos prismas pelo qual podemos observar a questão. Na realidade, se o cenário é de métodos ultrapassados e as crianças, por seu lado, são mais avançadas, o resultado final será de cada vez menos aproveitamento, entendimento, crescimento e evolução.

A sensibilidade das crianças cristal

Os meninos cristal são extremamente sensíveis e, por isso, requerem dos seus pais e educadores atenção redobrada. Muitos destes meninos não gostam de brincar no recreio. Sempre que algumas crianças ficam agitadas, correm, fazem muito barulho ou agridem-se, este não é o meio agradável para eles. Apesar do enorme coração e sentido de perdão, é violento, para estes meninos, não serem entendidos e não lhes ser proporcionado um




Uma criança pode ter igualmente comportamentos instáveis, como inquietude ou actos temperamentais, como reflexo de sentimentos reprimidos e ou pela forma como é educada em casa



ambiente adequado. Alguns deles não gostam de estar na escola, uma vez que não se sentem bem com o barulho que outras crianças fazem quando estão a brincar. Ficam deslocados e inibidos. Uma criança pode ter igualmente comportamentos instáveis, como inquietude ou actos temperamentais, como reflexo de sentimentos reprimidos e ou pela forma como é educada em casa.

Conclusão

Setembro é o mês de regresso às aulas e muitas crianças vão fazê-lo pela primeira vez. Apoie o seu filho e tenha a certeza que ele vai ser um bom aluno e uma criança equilibrada. 

«De todos os presentes da Natureza para a raça humana, o que é mais doce para o homem do que as crianças?»

- Ernest Hemingway

(*) Professora de Meditação e Reiki para crianças
Escritora
isabelleal.revistazen@gmail.com
<http://planetaisabel.no.sapo.pt>