


Bernat Coll
Psicòleg de Creix

No vull fer els deures!

A moltes llars el moment de la **'gran batalla'** pel tema de la tasca escolar es converteix en el **més odiat** del dia tant per als fills com per als pares

Arriba l'horabaixa, i després de l'escola comença a moltes llars la 'gran batalla' diària pel tema dels deures escolars.

Rebequeries, queixes, plors, súplices i promeses de "ja ho faré més tard", "deixa'm veure una estona més la televisió"... o en altres casos, "no ho entenc, per favor ajuda-me", "no ho sé fer"...

Jornades maratonia-nes de deures que comencen després del berenar i que de vegades acaben molt després de l'hora de sopar fan que aquest es converteixi en el moment més odiat tant per als fills com per als pares. En aquestes llars ens trobam diverses causes que estan construint el problema.

Absència d'horaris

Quan no hi ha uns horaris ben delimitats, correm el risc que els deures siguin la darrera tasca que queda per fer després d'un llarg dia de classes, activitats extraescolars, berenars i jocs. Començar a fer els deures a darrera hora de sempre serà més costós pel cansament acumulat. No obstant això, encara que comencem a primera hora del capvespre, tampoc no és bo no tenir un límit de temps, ja que això afavoreix que el nin tingui la percepció que li sobra en excés el temps.

Excessives ajudes

Molts nins són incapaços d'escriure una sola línia si no tenen algun dels seus pares tot el temps al costat per resoldre els dubtes i qüestions a l'instant. Aquest fet sol desencadenar un pervers sistema de falses creences entre pares i fills. Els primers creuen que el seu fill no pot dur a terme la tasca i dediquen molt més suport i atenció del que és necessari, guiant excessivament fins a arribar a donar massa pistes contestant les preguntes o resolent els problemes, bé en el moment de fer-les o



PAUTES PER A UN BON ESTUDI. Cal elegir un lloc adequat, establir un horari, fer planificació, posar un temps, fer reforç positiu... DAVID ARQUIMBAU

després en la correcció, on es fa de manera que el nin es manté de manera passiva i espera que l'ajudin a fer totes les tasques sense haver d'esforçar-s'hi cognitivament. Això no fa més que transmetre al nin que no és capaç d'aconseguir-ho per si mateix i deixi d'intentar-ho per immediatament demanar ajuda en les suc-

cessives ocasions en què percebi alguna dificultat.

Càstigs i premis

De vegades, per aconseguir que facin la tasca, els pares recorren a una altra sèrie d'estratègies i recursos que poden empitjorar el problema. Igual de perillós pot ser el fet de premiar com el de castigar si no es fa proporcio-

nalment. Per exemple: és igual de dolent premiar-lo amb la compra d'un videojoc si ha fet els deures un horabaixa com ho és el fet de castigar-lo no mes sense televisió si no els ha fet, càstig que difícilment serem capaços de fer complir. Es poden incentivar els nins perquè facin les tasques, però hem de recordar que no

Pautes i accions que podem posar en marxa

— Establir un horari fix

Preferiblement, tots els dies a la mateixa hora, com més aviat millor per evitar el cansament acumulat de tot l'horabaixa. Elaborar un horari visual amb totes les activitats que realitza durant tota la setmana i deixant ben clar l'espai reservat a estudiar i fer els deures.

— Cercar un lloc adequat per a l'estudi

Per facilitar l'adquisició d'una bona rutina de treball és essencial que el nin estudiï a la seva habitació o en un lloc silenciós i lliure de distraccions. Ha de disposar d'una taula buida, amb bon llum i amb tots els materials que necessiti a mà. Convé que la taula se situï davant de la paret i no directament davant d'una finestra per evitar la temptació de mirar-hi.

— Elaborar un 'planning'

Serveix de gran ajuda fer un planning en una pissarra o cartolina gran on quedin marcades les diferents hores de què disposa el nin per realitzar les seves activitats extraescolars i el temps disponible que té per estudiar i fer els deures.

— Posar un temps limitat. Utilitzar un cronòmetre

Aquest temps es veurà modificat en funció de l'edat i les necessitats acadèmiques del curs. Per a nins que cursen Primària sol ser suficient una hora de treball al dia entre fer els deures i un petit temps d'estudi. A partir de cursos de Secundària sol ser habitual haver de dedicar-hi una hora i mitja o més al dia.

— El reforç positiu. Portar un seguiment diari

És molt important utilitzar el reforç positiu per ajudar a instaurar i mantenir aquestes noves rutines i hàbits pel que fa als deures i l'estudi. Els nins necessiten saber que els seus pares els donen suport i reconeixen el seu esforç. És per això que hem de prestar atenció quan ho han fet tot bé i li ho hem de dir. També pot resultar de gran ajuda introduir un sistema de punts que ens ajudarà a realitzar un seguiment diari de l'esforç i en el qual els èxits (punts) podran ser canviats per recompenses.

Com a conclusió, convé recordar que per aconseguir un canvi en aquest tipus de situacions calen grans dosis de paciència, ser constants i no decaure fins a aconseguir que adquireixin una rutina i hàbit diari. És molt probable que es requereixi un cert temps, però l'esforç valdrà la pena

estan fent res més que complir amb la seva obligació i responsabilitat. No s'ha de premiar amb coses extraordinàries que surtin fora del que és comú ni que siguin necessàriament premis que requereixin la compra de coses materials.

Lloc d'estudi inadequat

Molts de nins volen fer els

deures a la sala, amb la tele encesa, amb els seus pares a prop o en presència dels seus germans jugant al voltant. En altres casos, els enviam a les seves habitacions plenes de juguetes, ordinadors, videoconsols i posters a les parets. En aquests ambients i situacions, pot arribar a ser molt difícil estudiar. —