
“Συναίσθηματα για το σχολείο - Σχολική πίεση”

Κάθε καλοκαίρι υπάρχει ένας ενθουσιασμός και μια ανυπομονησία για το πότε θα ανοίξουν τα σχολεία και για να συναντήσουμε νέες χρήσιμες πληροφορίες. Όταν ανοίξουν όμως και βρεθούμε στη θέση να μελετήσουμε, αποφεύγουμε να το κάνουμε, διότι νιώθουμε καταπίεση και πολλές φορές ανάγκη για ξεκούραση. Καθώς κυριαρχεί το αίσθημα της ανάγκης για ξεκούραση, τα παρατάμε όλα χωρίς να καταλαβαίνουμε πως κάθε φορά που γίνεται αυτό ερχόμαστε ένα βήμα πιο κοντά στην αποτυχία για ένα καλό βαθμό στα διαγωνίσματα που ακολουθούν.

Σύμφωνα με τους καθηγητές πρέπει πάντα να είμαστε διαβασμένοι και προετοιμασμένοι για απροειδοποίητο τεστ της ώρας ή για μια απλή εξέταση, χωρίς να συνειδητοποιούν πως αυτό που κάνουν μας αγχώνει και ψυχολογικά μας κουράζει. Μόνο στην ιδέα της ύλης που πρέπει να μελετήσουμε για το επόμενο μάθημα μας πιάνει ένα περίεργο συναίσθημα, το οποίο μας οδηγεί στην υστερία κι έπειτα στο να μη διαβάζουμε ή να μην προσπαθούμε να διαβάσουμε, αλλά και να μην μπορούμε να συγκρατήσουμε πληροφορίες. Ειδικά στα διαγωνίσματα αδυνατούμε να γράψουμε ένα καλό βαθμό λόγω της υψηλής καταπίεσης που δεχόμαστε ή της κυριαρχίας του άγχους, τα οποία μας οδηγούν στη δυσκολία να αναπαράγουμε τις πληροφορίες των μαθημάτων, όχι επειδή δεν τις ξέρουμε, αλλά επειδή δεν τις θυμόμαστε.

Με αυτό το άρθρο θα θέλαμε να σας θυμίσουμε πώς νιώθει ένας μαθητής ή να σας «βάλουμε» κατά κάποιο τρόπο στη θέση μας!