

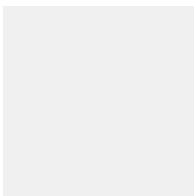
# Loša ocjena je neugodna stvar, a ne tragedija

**Autor:** Gordana Benat

"Mama, tata, dobio sam jedan..." Ovo je vjerojatno rečenica koje se užasava i pribojava svaki roditelj od prvog trenutka kad njegovo dijete krene u školu.

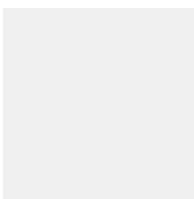
Što učiniti kada dijete dobije lošu ocjenu u školi? Neki roditelji u takvim trenucima pribjegavaju kazni, drugi ohrabruju dijete i podržavaju ga u ispravljanju loše ocjene, a neki pak prekidaju svaku komunikaciju s djetetom dok ne ispravi ocjenu.

Za neku djecu loša ocjena predstavlja katastrofu velikih razmjera s nepopravljivim posljedicama. Dok su se drugi spremni pretvarati kao da se ništa nije dogodilo, maštajući pritom da je ocjena dobila krila i odletjela iz imenika ili da je imenik izgorio u nepovrat. Nedvojbeno je da bez obzira na način na koji dijete prihvaća lošu ocjenu, takav trenutak za njega predstavlja stres.



Stres je negativna emocionalna reakcija koja se javlja kada čovjek procijeni da je suočen sa situacijom koja ga fizički ili psihološki ugrožava. Stres se povezuje s negativnim osjećajima, ali nije uvijek negativan. Stres može biti i pozitivan, npr. kada osvojimo zгодitak na lutriji ili kada se vjenčamo s voljenom osobom. Stres je „univerzalan“ i zahvaća sve uzraste, međutim malo je roditelja svjesno da i njihova djeca doživljavaju stres. Stres kod djece može biti posljedica nepoznatih i neugodnih situacija, previsokih očekivanja roditelja, neuspjeha u školi ili problema s prijateljima. Uloga roditelja u smanjenju stresa kod djece je, pokazati razumijevanje, pružiti podršku.

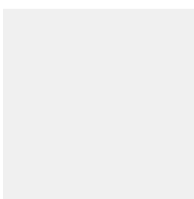
Različiti su načini na koje se djeca suočavaju sa stresom, a ovise o situaciji, o osobi, te o načinu na koji osoba opaža situaciju. Najčešća reakcija djece na stres je ljutnja, plakanje i slične emocionalne reakcije koje, ukoliko traju kratko, ne treba sprečavati. Treba pokazati djetetu da razumijemo kako se osjeća. Neka djeca naizgled potpuno mirno prihvaćaju lošu ocjenu i neuspjeh. To se događa kada dijete pokušavajući nešto učiniti duže vrijeme doživljava samo neuspjeh. Nakon nekog vremena dijete će zaključiti da se ne isplati truditi jer je rezultat uvijek isti. Postoje i djeca koja izbjegavaju suočavanje s neuspjehom i bježe u svijet mašte. Njihovi roditelji obično pridaju preveliku važnost djetetovom uspjehu u školi, a zanemaruju djetetove druge kvalitete i vrijednosti. Najuspješnija i najbolja reakcija na lošu ocjenu je učenje. Učenje je jedini način da se loša ocjena ispravi. Važno je da dijete vjeruje da se sve može naučiti ako se uloži dovoljno truda.



U trenutku kada dijete dobije lošu ocjenu situaciju treba sagledati sa svih strana pa i one pozitivne. Negativna ocjena jest nešto loše, ali nije tragedija. Ako svaku negativnu ocjenu svog djeteta budete gledali kao katastrofu vaše će dijete postati prestrašeno i truditi će se informaciju o lošoj ocjeni sakriti od vas. Pokušajte pronaći dobru stranu (teško je, ali izvedivo) u lošoj ocjeni. Ponekad je bolje dobiti jedinicu, pa poslije dobro naučiti gradivo, nego dobiti dvojku i nikad u potpunosti ne naučiti ono što je potrebno. Dobre ocjene nisu jedini pokazatelj da je vaše dijete dobro, ono ima i drugih vrijednosti. Pomognite svom djetetu da izgradi sustav vrijednosti u kojem školski uspjeh neće biti središnja i jedina vrijednost. Važan je način kako dijete objašnjava svoj neuspjeh. Neka djeca dobivaju loše ocjene jer ne uče dovoljno ili ne uče redovito. Radne navike su vrlo važne da bi se polučio uspjeh u školi. Stoga treba razgovarati s djetetom i objasniti mu potrebu redovitog učenja, te ga upozoriti što će se dogoditi ako nastavi s neredovitim učenjem.

**Evo nekoliko praktičnih savjeta kako bolje učiti:**

- već od samog početka školovanja dijete treba učiti kako izraditi plan učenja, jer najuspješnije je učenje raspoređeno u vremenu. Mora li dijete tijekom jednog dana učiti više predmeta, dobro je početi s onim što je najteže ili manje zanimljivo.
- djetetu treba omogućiti uvjete za učenje i pomoći mu da se nauči koncentrirati.
- dobro je djetetu pomoći da stekne naviku aktivnog učenja na način da napravi strukturu lekcije tj. hijerarhijsku strukturu. Vrlo je korisno i pisanje bilješki nakon svakog pročitanog odjeljka. Kako bi učenje bilo ugodno iskustvo dijete treba naučiti tehniku samonagrađivanja.



Razdoblje osnovne škole je razdoblje kada se formiraju temelji ličnosti i sve što dijete u tom razdoblju doživi od izuzetne je važnosti za njegovo samopouzdanje i sliku o sebi. Djeca dobivaju priznanja i povratne informacije od roditelja i odraslih osoba koje imaju važnu ulogu u njihovim životima. Roditelj koji svojem djetetu upućuje pohvale i priznanja njegova rada i zalaganja razvija osjećaj samopoštovanja i produktivnosti u djeteta. Dok roditelj koji svojem djetetu upućuje kritiku i kažnjava ga izaziva kod djeteta sumnju u sebe i vlastite