

## O meu filho tirou más notas... o que fazer?

### Ainda vou a tempo?

O primeiro período terminou e a reunião de pais trouxe consigo um **sapatinho recheado de más notas do seu filho**, desfraldando as suas expetativas e a sua conduta em relação à escola.

Se por um lado pensa em colocar o seu filho de castigo, por outro está consciente do seu papel para superar este problema e quer desempenhá-lo da melhor maneira possível e, para isso, **a Psieducare ajuda-o com algumas dicas e uma formação** que, com certeza, irá dotá-lo das ferramentas necessárias para inverter a situação.



1.

Em primeiro lugar converse com o seu filho, sem gritos, sem julgamentos e tente compreender, sobre a perspetiva da primeira pessoa, a causa das más notas. Com esta atitude está a estimular a autorresponsabilização dos comportamentos, autorreflexão e autoavaliação das dificuldades e possíveis estratégias para superar.

2.

Converse com os professores e tente identificar as dificuldades específicas em determinadas matérias ou problemas comportamentais que podem estar na origem do problema.

3.

Avalie a possibilidade de a criança estar sobrecarregada com muitas atividades diárias, se o tempo de estudo é flexível, se tem tempo para descansar e para brincar.

4.

Despiste qualquer problema de saúde da visão, audição, concentração, procure [rastreios de dificuldades de aprendizagem](#) e ajuda especializada.

5.

Avalie se a rotina está adequada, se o local de estudo é calmo e silencioso e se reúne todas as condições necessárias a uma sessão de estudo produtiva.

6.

Lembre-se que não é o ano letivo que tem que ser salvo, mas a relação do seu filho e de toda a família com a escola e com os estudos.

7.

Agora que já tem possíveis causas delineadas, fale com o seu filho e peça-lhe sugestões para contornar o problema e planifiquem juntos algumas estratégias, que se comprometem a concretizar, para subir as notas e consolidar aprendizagens.

8.

É importante se lembrar que a autoestima da criança já está afetada e que um aluno com notas baixas começa a não acreditar nas suas capacidades para reverter o quadro. Assim, ajude-o a restaurar a sua confiança com a elaboração de um plano, elogios autênticos, reconhecimento positivo das suas capacidades.

9.

Recompense o esforço e a concentração do seu filho com retorno imediato ou a curto prazo. Não vale a pena prometer um bom emprego no futuro porque algo que acontecerá daqui a muitos anos ainda é muito abstrato para a criança e, como tal, pouco motivador.

10.

Organize a sessão de estudo de modo a que a criança se perceba que tem as ferramentas necessárias para enfrentar a situação, crie uma rotina calma sem stress, com as técnicas de estudo adequadas.

11.

A sessão de estudo deve ser produtiva e, para tal, defina a concretização de objetivos, técnicas para aumentar a sua motivação, de modo a que a criança perceba que é capaz de aprender, tirar as suas dúvidas, enfrentar desafios, dedicar tempo e esforço para conseguir alcançar os seus objetivos, e a noção de que são aprendizagens úteis para subir as notas mas também para a vida.

12.

Estas metas de superação devem ser definidas com a própria criança e respeitar o seu ritmo.

13.

Estabeleça consequências para a não concretização das metas, por não fazer trabalhos de casa, não levar o material necessário, comportamentos desadequados em sala de aula ou durante o estudo, ou qualquer problema específico que tenha conhecimento e pretende diminuir a sua frequência.

14.

Por mais que o foco seja subir as notas e que a criança passe de ano, notas suficientes para o fazer não devem ser opção, pois a não solidificação de conhecimentos pode comprometer os conteúdos mais complexos que se avizinham.

15.

Avalie a sua capacidade para o acompanhar nestas etapas, se sentir necessidade procure ajuda, explicações, estudo acompanhado, apoio psicopedagógico ou psicológico.

16.

Avalie a integração social da criança no seu grupo de pares, a necessidade de ser aceite no grupo pode estar na origem de alguns dos problemas identificados e a contornar.

<https://psieducare.wordpress.com/2017/01/04/o-meu-filho-tirou-mas-notas-o-que-fazer-ainda-vou-a-tempo/>