

## *O resultado escolar do seu filho depende (e muito) dos pais*

A educação, como a parentalidade, são investimentos para a vida. Não espere que a mudança aconteça de um dia para o outro, mas faça planos otimistas.



**Andreia Jaqueta Ferreira**

15 de Setembro de 2022, 14:01

🔔 Receber alertas

As competências que as crianças e adolescentes levam para dentro da sala de aula importam tanto como aquilo que lhes é ensinado na escola. O potencial do seu filho pode e deve ser desenvolvido em casa, com ações simples do dia-a-dia, e a atitude com que ele chegar à porta da sala terá impacto direto nos seus resultados escolares. Uma parte do sucesso do seu filho vai depender de si, Mãe e Pai.

Então, como é que o pode ajudar? (1) Importando-se com o percurso, (2) Promovendo competências fundamentais para o sucesso e (3) Olhando para a escola e professores como aliados.

### **IMPORTE-SE COM O PERCURSO**

- **Mostre que valoriza a escola e a aprendizagem.** Como mãe ou pai, o seu envolvimento é fundamental para o empenho do seu filho na escola. Reforce, sempre que possível, a relação entre o sucesso escolar e a realização pessoal e profissional. No dia-a-dia, vá transmitindo o valor que atribui à aprendizagem, reforçando-o quando o vê curioso ou interessado num determinado assunto, quando se esforça ou quando tem um bom resultado. Pergunte-lhe, todos os dias, como correu a escola, o que está a aprender, as dificuldades que encontrou, as atividades com os amigos. Ouça-o com atenção e interesse. Não precisa de saber ajudá-lo a fazer os trabalhos de casa, só precisa de lhe mostrar que se importa.
- **Mostre-se disponível.** Conheça o seu filho. Lembre-se que conversar com ele é uma das melhores formas de o fazer. De vez em quando, fique a sós com cada um dos seus filhos. Estabeleça rotinas que promovam a comunicação (ex. às refeições, antes de deitar ou quando os vai buscar). Identifique os fatores que o impedem de comunicar (ex. chego tarde a casa; ele está sempre fechado no quarto; todos os dias tem atividades) e elimine os que forem possíveis.
- **Ajude-o a não desistir.** Valorize as qualidades do seu filho, aprecie os seus esforços e transmita-lhe a confiança que pode/consegue ultrapassar os problemas com que se depara. Que, com esforço e dedicação, tudo é possível. Ajude-o a definir um plano de melhoria, acompanhe os progressos e não permita que se desvie do compromisso. Se os resultados estão aquém das suas expectativas, nunca lhe diga que tem o ano perdido ou que já não vai conseguir ter positiva. Em vez disso, mostre-lhe que acredita que, se ele quiser, é capaz de melhorar o seu resultado.
- **Elogie o esforço, mais do que o resultado.** Ter sucesso na escola não se limita a ter boas notas. Mostre ao seu filho que o que espera dele não é a perfeição, mas que dê sempre o seu melhor. Mostre-lhe que aprecia o seu trabalho e reconhece o seu esforço e deixe-o falhar de vez em quando. Não entre numa corrida louca atrás da nota plena. Se quiser que o seu filho goste genuinamente de aprender, promover a curiosidade intelectual, a responsabilidade, o foco, o trabalho por objetivos, a resiliência, é mais eficaz do que colar autocolantes verdes no bibe, trocar notas altas por euros ou lutar por um lugar no quadro de honra. Refira-se com entusiasmo às suas conquistas.

## PROMOVA COMPETÊNCIAS FUNDAMENTAIS PARA O SUCESSO

- **Promova hábitos saudáveis.** Garanta que o seu filho está pronto para aprender. O sono é importante para a aprendizagem e consolidação da memória. Certifique-se de que dorme o suficiente todas as noites. Uma hora extra de sono será, provavelmente, mais valiosa do que uma hora extra de estudo. Defina uma hora (idealmente 60 minutos antes de ir para a cama) para desligar todos os aparelhos eletrônicos.
- **Promova a sua responsabilidade.** Defina regras e exija o seu cumprimento. Isso vai preparar o seu filho para se adaptar a contextos mais alargados, como é o caso da escola ou, mais tarde, dos locais de trabalho. Defina as regras de forma clara, de modo que ele saiba, sem dúvidas ou ambiguidades, o que deve/pode fazer, em que circunstâncias e com que limites. Deixe claras as consequências do seu não cumprimento. Mantenha as regras num número razoável, evitando torná-las tão difíceis de cumprir como de verificar.
- **Promova o foco.** Providencie um lugar de estudo calmo, bem iluminado e longe de distrações (televisão, telemóvel, etc.). Ajude o seu filho a definir um horário. Garanta tempos de silêncio em sua casa. Enquanto o seu filho estuda, evite interrupções e certifique-se que a restante família faz o mesmo. Incentive-o a colocar um aviso na porta, nos períodos de concentração.
- **Incentive a leitura.** Dizem os estudos sobre a matéria que ter hábitos de leitura é um preditor de sucesso escolar. O interesse pela leitura pode e deve ser estimulado desde cedo. Leve o seu filho a livrarias ou bibliotecas. Lembre-se sempre que o modelo que os pais oferecem é importante. Os filhos estarão mais motivados para a leitura se os pais lerem frequentemente e revelarem o seu interesse por esta atividade. Não desista desta estimulação.

## TRANSFORME A ESCOLA E OS PROFESSORES EM ALIADOS

- **Mantenha-se próximo da escola e dos professores.** Conheça o professor ou diretor de turma do seu filho logo no início do ano. Faça perguntas. Acompanhe os progressos e dificuldades. Se alguma coisa o preocupa sobre a aprendizagem ou comportamento do seu filho, pergunte ao professor sobre o assunto e peça o seu conselho. Preserve o mais possível a relação aluno-professor. Não desvalorize as queixas do seu filho, mas evite sempre fazer comentários desagradáveis sobre os professores ou a escola à sua frente. Quando se justificar, deixe o professor saber que aprecia e respeita o seu trabalho. A gratidão é importante.

Seja muito exigente. Exija sempre o máximo. Não a nota máxima, mas o esforço máximo.

Mantenha a perspetiva a longo prazo. A educação, como a parentalidade, são investimentos para a vida. Não espere que a mudança aconteça de um dia para o outro, mas faça planos otimistas.

Ame o filho que tem e não o que gostava de ter. É esse que precisa do seu apoio para se transformar no melhor aluno que puder ser.

**Andreia Jaqueta Ferreira**

**Associação EPIS – Empresários Pela Inclusão Social**

**Diretora de Programas EPIS de Promoção do Sucesso Escolar**