

Stresszmentes hatékony tanulás

Évinger Boglárka

interaktív előadás szülőknek, **iskolás korú gyerekeknek**,
pedagógus érdeklődőknek

Rétságán, a művelődési központban

2009. szeptember 23. szerdán 17.00 órakor

Egy pillanatra hunyja le a szemét és repüljön vissza az idővel kisiskolás éveibe. Milyen emlékek jönnek elő az iskolai napjaiból? Szeretett-e iskolába járni? Szokta-e időnként még felnőttként is azt álmodni, hogy nem készült fel a dolgozatra? Érezte-e, hogy a szorgalmas felkészülés ellenére nem tud számot adni a tudásáról? Lehet, hogy gyermeke ugyanezt érzi. Hallotta már tőle azt, hogy „nincs kedvem tanulni”, „fáradt vagyok”, „ez nem is volt föladva“...

Daniel Whiteside és Gordon Stokes amerikai személyiség- és viselkedéskutatók több évtizedes munkájának köszönhetően a leghatékonyabban működő módszereket ötvözték, amely átfogó megoldást nyújt ezen problémákra.

A módszer a test-lélek-elme harmóniáját teremti meg könnyen elsajátítható gyakorlatok által. Ezek lényege, hogy összhangba hozzák az egész agyat, ami ha kiegyensúlyozottan működik, akkor nyújtja a gyerek a legjobb teljesítményt.



Az előadás során megmutatom, melyek az árulkodó jelek, hogy a jobb és bal agyféltekék vagy az agy egyes részei nem működnek együtt, megnehezítve a tanulást. Ez a probléma az iskolai években írási, olvasási és számolási nehézségekhez, betűtévesztéshez, tanulási gondokhoz, így a mérsékelt teljesítményből adódóan testi és lelki tünetekhez vezetnek. Ilyen például a szorongás, zárkózottság, a magatartás és viselkedési zavar, hiperaktivitás.

Ha a gyerek minden ok nélkül gyakran beteg, hasmenésre, rosszulletre hivatkozva nem akar iskolába (vagy már óvodába se) menni, kedvetlen, túlérzékeny, könnyen lehet, hogy ezek a tanulással kapcsolatos stressz jelei, hiszen a gyerek sikertelennek érzi magát.

Az előadáson bemutatok néhány hasznos gyakorlatot, mely könnyíti és lerövidíti a tanulás folyamatát, és akár már óvodás korban is alkalmazható.

Bővebb információ: www.bogi.evinger.hu e-mail: bogi@evinger.hu