

**Βασίλης Χολέβας**  
**Παιδαγωγός - Νομικός**  
**Θεσσαλονίκη**

**Πώς θα αλλάξεις και θα γίνεις  
άριστος μαθητής σ' όλα τα  
μαθήματα (Μια αποτελεσματική  
μέθοδος για γενική πρόοδο)**

## **Εισαγωγή**

Οι περισσότεροι μαθητές σε κάθε τάξη, χρόνια τώρα σαν Δάσκαλος, παρατηρώ ότι επιθυμούν πραγματικά ν' αλλάξουν και να γίνουν άριστοι μαθητές. Δεν ξέρουν όμως τον τρόπο, τη μέθοδο για να το πετύχουν. Γιατί τελικά μπορούν να το πετύχουν. Δεν έχουν λιγότερη ευφυΐα απ' τους άλλους, αυτό είναι 100% σίγουρο, απλά νομίζουν ότι δεν μπορούν και έτσι δεν προσπαθούν. Μένουν λοιπόν στη μετριότητα, ενώ έχουν δυνάμεις να γίνουν άριστοι. Δυστυχώς ούτε και οι γονείς γνωρίζουν καλά τι πρέπει να κάνουν. Άλλοι χρησιμοποιούν βία, άλλοι τιμωρίες, άλλοι κουράσθηκαν πια και παραιτήθηκαν από την προσπάθεια. Και όμως υπάρχουν μέθοδοι και τρόποι, ικανοί να ενεργοποιήσουν τις δυνάμεις που κοιμούνται μέσα στο μαθητή και να κάνει έτσι θαύματα ο μαθητής.

### **Η απόλαυση της γνώσης**

Κατ' αρχήν πρέπει να δώσουμε στο μαθητή να συνειδητοποιήσει ότι η διαδικασία της μάθησης και της γνώσης, όπως και η ίδια η γνώση είναι απολαυστικές. Το να μαθαίνεις τα μυστικά του κόσμου, του σύμπαντος είναι μια απόλαυση, ένα παιγνίδι, το πιο απολαυστικό παιγνίδι. Το βιβλίο είναι ένα μπαούλο γεμάτο θησαυρούς που σε περιμένουν. Ο Δάσκαλος δεν είναι εχθρός σου, είναι ένας καλός φίλος, είναι απλός οδηγός που θα σε ξεναγήσει στα μυστήρια του κόσμου τούτου. Έτσι πρέπει να τα βλέπεις τα πράγματα.

Αν ο μαθητής, (Δημοτικού, Γυμνασίου, Λυκείου), δε δει τη γνώση σαν απόλαυση, σαν χαρούμενο παιγνίδι, δεν πρόκειται να κάνει γιγάντια άλματα. Όταν αγαπάς κάτι, τα δίνεις όλα για όλα. Έτσι και στη γνώση. Αν την αγαπήσεις, θα σε τραβάνε με το ζόρι οι γονείς σου από το γραφείο σου, γιατί δεν θα θέλεις ν' αφήσεις στη μέση αυτό που διαβάζεις. Επειδή θα το αγαπάς, όταν διαβάζεις αυτό που μαθαίνεις, την άλλη μέρα στο Σχολείο δεν θα το ξεχνάς. Ο κόσμος της περιπέτειας της γνώσης ανοίγεται μέσα στο βιβλίο σου. Όταν λοιπόν πιάνεις το βιβλίο στα χέρια σου, να ξέρεις ότι πραγματικά πιάνεις ένα θησαυροφυλάκιο χρυσού και πολυτίμων λίθων, θησαυροφυλάκιο που περιμένει εσένα να τ' ανοίξεις και ν' αρπάξεις τους θησαυρούς από μέσα σαν πειρατή.

Οι αρχαίοι Έλληνες θεωρούσαν τη γνώση ως το πιο πολύτιμο πράγμα στον κόσμο. Γι' αυτό έδιναν τεράστια σημασία στην εκπαίδευση των νέων. Αλλά και ο ίδιος ο Χριστός λέει : «γνώσασθαι την αλήθεια και η αλήθειαθας ελευθερώσει. Μη μένετε στο σκοτάδι της άγνοιας και της αμάθειας. Η γνώση, το Σχολείο, είναι εγγύηση για το μέλλον σου. Από την επίδοσή σου εξαρτάται αν αύριο πετύχεις ή αποτύχεις στη ζωή σου. Ο καλός μαθητής που έχει γνώσεις, είναι σαν πολεμιστής που έχει ισχυρά όπλα στα χέρια του. Ποιος θα τολμήσει να σταθεί εμπόδιό του ; Θέλεις όταν μεγαλώσεις να έχεις ένα καλό επάγγελμα ; Γιατρός, μηχανικός, χημικός, καθηγητής, δικηγόρος, αξιωματικός ; Μπορείς να γίνεις αυτό που σ' αρέσει, αρκεί να είσαι άριστος μαθητής, γιατί όταν έρθει εκείνη η ώρα, διαλέγουν τους καλύτερους, αυτούς που γράφουν καλύτερα γιατί έχουν γνώσεις. Αλλά για να γίνεις άρι-

στος, πρέπει από νωρίς να αρχίσεις, δεν μπορείς να γίνεις ξαφνικά στη Β΄ Λυκείου, γιατί θα σου λείπουν γνώσεις και έτσι θα έχεις κενά.

Θέλεις να καμαρώνουν οι γονείς σου για σένα, να χαίρονται όταν εργάζονται γιατί οι κόποι τους δεν πάνε χαμένοι ; τότε δώσ΄ τους τη χαρά να βλέπουν άριστους βαθμούς και ο Δάσκαλος να τους λέει τα καλύτερα λόγια για σένα. Γίνε άριστος μαθητής πρώτα για το δικό σου καλό και μετά για να δώσεις χαρά στους γονείς σου που ιδρώνουν νύχτα μέρα για σένα.

Η ζωή είναι δύσκολη σήμερα. Και κάθε μέρα που περνά γίνεται ακόμη πιο δύσκολη. Θα πετύχουν οι καλύτεροι. Αν, λοιπόν, κτίσεις από τώρα μια κιβωτό του Νώε, όταν θα έρθει ο κατακλυσμός, εσύ θα σωθείς. Κατακλυσμό εννοώ την ανεργία που αυξάνεται, τα εργοστάσια που κλείνουν και τα πτυχία και ξένες γλώσσες που χρειάζεσαι για να διασωθείς.

Οι αρχαίοι Έλληνες έλεγαν : «Οι ρίζες της μόρφωσης είναι πικρές, αλλά οι καρποί της γλυκείς». Μη σηκώνεσαι συνέχεια από την καρέκλα όταν διαβάζεις. Μερικοί τότε βρίσκουν δουλειές που έχουν να κάνουν, για να ξεφύγουν από το διάβασμα. Αλλά ούτε και να διαβάζεις ασταμάτητα όπως κάνουν αρκετοί. Δηλαδή θα διαβάσεις το απόγευμα 3 ώρες ; μη τις διαβάσεις «μια και έξω», αλλά διάβαζε 1 ώρα, κάνε διάλειμμα 15΄, ξαναδιάβαζε 1 ώρα, 15΄ διάλειμμα πάλι και μετά διάβαζε και για τρίτη ώρα. Αυτό έχει μεγάλη σημασία για την απόδοση που θα έχεις. Δηλαδή ξεκουραζόμενος 15΄, ο εγκέφαλος απορροφά καλύτερα τις γνώσεις μετά. Όπως δηλαδή γίνεται και στο Σχολείο με τα διαλείμματα. Αν μισείς αυτό που διαβάζεις ή γενικά τα βιβλία, τότε οι 3

ώρες διάβασμα φαίνονται αιώνας. Αν τ' αγαπάς, δεν θα καταλάβεις πότε πέρασαν 3 ώρες. Το βιβλίο δεν είναι μπαμπούλας, δεν είναι εχθρός σου, είναι ο πιο πιστός σου φίλος που δεν θα σε προδώσει ποτέ. Μη βλέπεις το βιβλίο σαν αντικείμενο, σαν άψυχο πράγμα. Το βιβλίο έχει ψυχή, έχει ζωή, είναι σαν ζωντανός φίλος που σου μιλάει και σου μαθαίνει τα μυστικά της ζωής και του σύμπαντος. Έτσι να το βλέπεις και θα δεις ότι θα το αγαπήσεις.

Επίσης, αυτό που διαβάζεις μη το βλέπεις σαν κάτι ψυχρό και βαρετό, αλλά σαν ταξίδι στο πέλαγος της γνώσης και όσο πιο πολλές σελίδες διαβάζεις, τόσο ξανοίγεσαι και πιο πολύ στο πέλαγος με το καΐκι σου! Αυτά που αναφέρω δεν είναι τεχνάσματα ή κόλπα για ν' αγαπήσεις το διάβασμα, αλλά έτσι είναι πραγματικά, αυτή είναι η αλήθεια. Ρώτησε άλλωστε έναν άριστο μαθητή να σου πει πώς αισθάνεται όταν πιάνει τα βιβλία στα χέρια του. Μια γλυκιά συγκίνηση! Αυτό πρέπει να αισθάνεται και εσύ. Για να καταλάβεις πόσο απολαυστικό είναι να μαθαίνεις καινούργια πράγματα, σου λέω ότι σ' όλη την Ευρώπη, γέροι και γριές 70 χρονών και 75, πηγαίνουν στα Πανεπιστήμια για να μάθουν καινούργια πράγματα, έστω και αν δεν ασκήσουν το ανάλογο επάγγελμα.

Ενώ δηλαδή στην Ελλάδα οι γέροι πάνε στο καφενείο να παίξουν χαρτιά, τους Ευρωπαίους γέρους τους συγκινεί να πάνε στο Πανεπιστήμιο να μάθουν νέες γνώσεις και νέα μυστικά του κόσμου. Πράγματι, το βιβλίο είναι σαν ένας καλός φίλος που σου φανερώνει συνέχεια τα μυστικά του κόσμου που δεν τα ξέρεις. Αν λοιπόν δεις έτσι τη γνώση, είναι σίγουρο 100% ότι θα αριστεύ-

σεις στο Σχολείο. Αυτό θα σου δώσει φτερά να πετάξεις ακόμα πιο ψηλά. Και έτσι σιγά-σιγά, εξελίσσεσαι, σε ένα σπουδαίο άνθρωπο. Οι Δάσκαλοι σ' αγαπάνε, οι συμμαθητές σου σε εκτιμούν και σ' έχουν σαν παράδειγμα και πρότυπο και προσπαθούν να σου μοιάσουν. Όλοι θα θέλουν να κάνουν παρέα μαζί σου ή να παίζουν μαζί σου.

### **Η αντίθετη όψη**

Σκέψου τώρα την αντίθετη όψη. Δεν διαβάζεις, αισθάνεσαι απαίσια όταν μελετάς και τελικά γίνεσαι από τους χειρότερους μαθητές στην Τάξη. Οι Δάσκαλοι σε μαλώνουν, οι γονείς σου το ίδιο, οι συγγενείς επίσης, ο εαυτός σου επίσης σε μαλώνει με το να σε κάνει να ντρέπεσαι. Όλοι σου λένε ότι θα χαθείς στη ζωή, δεν έχεις λαμπρό μέλλον, είσαι τεμπέλης και δεν έχεις μυαλό. Πώς αισθάνεσαι έτσι ; απαίσια το ξέρω. Ντρέπεσαι τους πάντες. Πέφτει και το ηθικό σου, αφού όλοι μιλάνε άσχημα για σένα, και τότε γίνεσαι ακόμα πιο κακός μαθητής.

Γενικά, σ' όλους διαβλέπεις μια έλλειψη σοβαρής εκτίμησης προς το πρόσωπό σου, ένα παράπονο όλων γιατί δεν διαβάζεις. Εσύ αισθάνεσαι τεμπέλης ενώ κατά βάθος δεν είσαι.

### **Εργασία μέσα στο χιονιά**

Ας δούμε όμως αρκετά μακριά, το μέλλον που σε περιμένει αν συνεχίσεις να μην αγαπάς το διάβασμα. Όταν λοιπόν έρθει η ώρα να εργαστείς, τι δουλειά θα κάνεις αφού δεν θα είσαι μορφωμένος ; Ίσως γίνεις οικοδόμος. Όχι, ότι οι οικοδόμοι έχουν τί-

ποτα, αντίθετα, είναι μια πολύ σεβαστή τάξη, αλλά βγάζει με αφάνταστο κόπο τα χρήματα ο οικοδόμος. Φαντάσου το Χειμώνα, μέσα στην παγωνιά και στον παγερό αέρα, να σουβαντίζεις τοίχους και να σε δέρνει ο βοριάς (αφού η οικοδομή είναι ανοιχτή από παντού). Θα βλέπεις απέναντι στα γραφεία συμμαθητές σου κοντά στο καλοριφέρ να συμπληρώνουν χαρτιά (σαν λογιστές, μηχανικοί κ.λ.π.) και εσύ θα βάζεις το ένα τούβλο πάνω στο άλλο με παγωμένα χέρια που θα κοκαλώνουν. Εκείνοι θα πίνουν και ένα καφεδάκι συγχρόνως με την εργασία τους, ενώ εσύ θα σκουπίζεις τον ασβέστη από τα μάτια, γιατί θα πέφτει από το μυστρί. Ή ακόμα χειρότερα, αν δεν βρεις δουλειά ούτε σαν οικοδόμος, θα αναγκασθείς ίσως να πουλάς κουλούρια ή κάστανα στο πεζοδρόμιο, ακίνητος στην παγωνιά και ο βοριάς θα σε θερίζει. Στο τέλος της εργασίας θα είσαι ράκος, κατάκοπος και μόνο ύπνο θα θέλεις.

Αυτό εννοούν κάθε τόσο οι γονείς σου όταν σου λένε : «διάβασε, τι θα κάνεις στη ζωή σου εσύ ;». Αυτά που σου ανέφερα έχουν υπόψιν αλλά δεν έχουν και πολύ χρόνο να σου τα περιγράψουν έτσι. Θα λυπούνται να σε βλέπουν πάνω στη σκαλωσιά έξω από τον 6<sup>ο</sup> όροφο της οικοδομής να σουβαντίζεις τους εξωτερικούς τοίχους της οικοδομής, πατώντας μόνο σε μια σανίδα, όταν και μόνο ο αέρας ο δυνατός μπορεί να σε ρίξει αν δεν προσέχεις ή ένα στραβοπάτημα και... Κατάλαβες τώρα γιατί σου λένε «όχι πολύ τηλεόραση, κοίτα και τα μαθήματά σου». Εξάλλου έξω στη ζωή υπάρχει μεγάλη ανεργία και μόνο όσοι έχουν προσόντα και πτυχία βρίσκουν δουλειά ! Οι άλλοι γυρίζουν στα καφενεία άνεργοι και θλιμμένοι. Πώς θα δημιουργήσουν οικογένεια; Πώς

θα προοδεύσουν αφού ούτε δουλειά δεν βρίσκουν; Γι' αυτό το Σχολείο και το διάβασμα να τα βλέπεις σαν μια ασφαλή Κιβωτό του Νώε, που και κατακλυσμός να έρθει, εσύ θα είσαι μέσα και θα επιπλεύσεις. Ό,τι λέω για το μαθητή παραπάνω, τα ίδια και χειρότερα ισχύουν και για τη μαθήτριά. Αν δεν διαβάζει, δεν θα έχει προσόντα για μια άνετη εργασία. Όπου πηγαίνει να ζητήσει δουλειά, θα της κλείνουν την πόρτα. Σήμερα ένας άνδρας για να παντρευτεί θέλει να δουλεύει και η σύζυγός του, αλλιώς, όλοι το λένε, με ένα μισθό δεν συντηρείται η οικογένεια. Πώς λοιπόν θα παντρευτεί αφού δεν θα έχει δουλειά ; Πώς θα κάνει οικογένεια ; Οι άνδρες θα προτιμήσουν τις συμμαθήτριάς της που θα εργάζονται σε ένα γραφείο και θα έχουν ένα καλό μισθό. Παλιά τα πράγματα ήταν αλλιώς. Η γυναίκα δε δούλευε, φρόντιζε το σπίτι και τα παιδιά. Αυτό τελείωσε πια για πάντα. Η εργασία είναι απαραίτητη στη γυναίκα, για να βοηθά στη συντήρηση της οικογένειάς της.

Ειλικρινά, αισθάνομαι άσχημα που πρέπει να φέρω τόσο οδυνηρά παραδείγματα στους μαθητές, αλλά μόνο έτσι θα «ξυπνήσουν» και θα επαναστατήσουν, δηλαδή θα αλλάξουν όλο τον εαυτό τους.

Υπάρχουν βέβαια μαθητές και μαθήτριες, που ό,τι και να τους πεις δε θέλουν να αλλάξουν. Αγαπούν τη ραθυμία (μη ενεργητικότητα), και αν τους φέρεις εικόνες από το μέλλον τους, πάλι αδιαφορούν. Αυτοί δεν έχουν όνειρα για το μέλλον τους και νομίζουν ότι κάτι θα γίνει στο τέλος και θα «βολευτούν» κάπου. Κάνουν μεγάλο λάθος, όταν το καταλάβουν θα είναι αργά, γιατί τα χρόνια δε γυρίζουν πίσω. Η ζωή είναι πολύ σκληρή με τους ρά-



θυμους και νωθρούς (μη εργατικούς). Ισχύει ο ίδιος νόμος που ισχύει στα εργατικά μυρμήγκια και τεμπέληδες τζίτζικες. Όταν έρθει ο σκληρός χειμώνας, «που τ' αρνάκια παγώνει», τα μυρμήγκια θα ζουν άνετα από τις αποθήκες τους, ενώ ο τζίτζικας είναι καταδικασμένος να αποβιώσει. Άρα γιατί να τεμπελιάζει ο μαθητής ; Δεν θέλει να έχει μια άνετη και πετυχημένη εργασία ; Δεν θέλει να τον έχουν σαν παράδειγμα εργατικότητας και όλοι να λένε τα καλύτερα λόγια γι' αυτόν ;

Αλλά εκείνο που πρέπει οπωσδήποτε ν' αγαπήσει «πάση θυσία» ο μαθητής, είναι τα Μαθηματικά. Είναι σοβαρότατο μάθημα και από αυτό εξαρτάται αν θα θεωρείται καλός μαθητής και αν μπει αύριο στο Πανεπιστήμιο (τα δίνει εξετάσεις στις περισσότερες σχολές). Δεν ξέρω γιατί τα Μαθηματικά οι περισσότεροι μαθητές τα «παίρνουν με κακό μάτι» απ' την αρχή. Τα Μαθηματικά ήταν το αγαπημένο μάθημα των Αρχαίων Ελλήνων, των προγόνων μας. Οι Έλληνες θεμελίωσαν τα Μαθηματικά και ο Πυθαγόρας είπε το περίφημο : «η μεγαλύτερη απόλαυση σ' αυτόν τον κόσμο είναι τα Μαθηματικά». Τα Μαθηματικά είναι περισσότερο παιχνίδι και λιγότερο μάθημα. Πρέπει να τα δεις με άλλο μάτι, να τα συμπαθήσεις. Αν αρχίσεις να μελετάς προσεκτικά τα Μαθηματικά θα δεις ότι είναι εύκολα, αρκεί να μπεις στο σκεπτικό των Μαθηματικών. Μόλις αρχίσεις να τα καταλαβαίνεις θα τα αγαπήσεις, γιατί δεν υπάρχει ωραιότερο μάθημα. Όλες οι θετικές επιστήμες βασίζονται στα Μαθηματικά. Χωρίς Μαθηματικά η ανάπτυξη των επιστημών θα ήταν αδύνατη, όπως και η Τεχνολογία. Αλλά να ξέρεις κάτι. Τα Μαθηματικά δεν είναι σαν την Ιστορία ή Γεωγραφία, που αν χάσεις ή δεν διαβάσεις 2-3 μαθήματα δεν

υπάρχει πρόβλημα. Αν χάσεις 2-3 μαθήματα, δύσκολα καταλαβαίνεις τα επόμενα, γιατί όπως λέμε, τα Μαθηματικά είναι αλυσίδα και ένας κρίκος να σπάσει πάει η αλυσίδα. Γι' αυτό να προσέχεις ιδιαίτερα τα Μαθηματικά.

Οι περισσότεροι μαθητές αφιερώνουν στο σπίτι περισσότερη ώρα να μάθουν καλά την Ιστορία, τη Γεωγραφία και λιγότερη για τα Μαθηματικά. Είναι λάθος αυτό. Την περισσότερη ώρα να την αφιερώνεις για να καταλάβεις καλά τα Μαθηματικά. Και τ' άλλα είναι βεβαίως σοβαρά μαθήματα», αλλά όταν έρθει η ώρα για να μπεις σε μια καλή Σχολή στο Πανεπιστήμιο ή στα Τ.Ε.Ι. θα εξετασθείς στα Μαθηματικά. Μη ντρέπεσαι να ρωτάς το Δάσκαλό σου ή Καθηγητή σου για ό,τι δεν κατάλαβες. Γι' αυτό πληρώνεται από το κράτος. Για να ρωτάς εσύ ό,τι δεν καταλαβαίνεις. Ντροπή είναι να μην καταλαβαίνεις μια άσκηση και να δειλιάσεις να σηκώσεις το χέρι να ρωτήσεις ό,τι δεν κατάλαβες.

Ένα βασικό στοιχείο για να γίνεις άριστος μαθητής είναι πάντοτε να έχεις τάξη στα βιβλία σου, τετράδιά σου και να διαβάζεις μεθοδικά και συστηματικά. Αυτό σημαίνει να διαβάζεις υπεύθυνα, να ξαναδιαβάζεις ό,τι δεν κατάλαβες καλά, να συγκεντρώνεις το μυαλό σου σ' αυτά που διαβάζεις, να μην τρέχει το μυαλό αλλού και να μην είσαι «τσαπατσούλης». Έχε καθαρά τα τετράδια και τα βιβλία, ώστε να χαιρέσαι να τα πιάσεις στο χέρι και φρόντιζε να μη χάνεις τα πράγματα της τσάντας σου. Πρέπει να μάθεις στη ζωή σου να ταξινομείς και να αρχειοθετείς τα σοβαρά πράγματα. Έτσι θα βρίσκεις αμέσως ό,τι θέλεις, π.χ. τα στυλό, τα μολύβια, τα τετράδια, τα βιβλία.

Οι τσαπατσούληδες μαθητές, (αυτοί που δεν ταξινομούν τίποτα), χάνουν πολύ χρόνο πολύτιμο κάθε μέρα, προσπαθώντας να βρουν πού βάλανε τα πράγματά τους. Καλός μαθητής δεν είναι τελικά ο πολύ έξυπνος, αλλά εκείνος που είναι επιμελής και σταθερός στο να διαβάζει κάθε μέρα. Αυτός προοδεύει. Ο πολύ έξυπνος αλλά τεμπέλης και χωρίς υπομονή μαθητής, αχρηστεύει την εξυπνάδα του, αφού όσο έξυπνος και αν είσαι, αν δε στρωθείς να διαβάσεις, δεν κάνεις τίποτα. Σαν Δάσκαλος, χρόνια τώρα βλέπω πανέξυπνους μαθητές να μην πάνε μπροστά, επειδή δεν είναι επιμελείς, ενώ άλλοι μαθητές, με λιγότερη εξυπνάδα, φθάνουν ψηλά, διότι έχουν επιμέλεια, τάξη, σύστημα, εργατικότητα. Και στα Μαθηματικά ισχύει το ίδιο : καλός στα Μαθηματικά είναι εκείνος που συγκεντρώνει την προσοχή του στο Δάσκαλο και στον πίνακα, διαβάζει σπίτι αρκετή ώρα Μαθηματικά, γράφει και μαθαίνει τις ασκήσεις στο τετράδιο και όχι ο έξυπνος που δεν κάνει όλα αυτά.

Αν αρρωστήσεις και χάσεις 2-3 μαθήματα Μαθηματικών, διάβασέ τα μόνος σου και ό,τι δεν κατάλαβες, ρώτησέ το στο Δάσκαλο. Μη ντρέπεσαι. Να είσαι αποφασιστικός και γενναίος. Αν κάποιος μαθητής σε κοροϊδεύει επειδή είσαι άριστος μαθητής και σε λέει «φυτό», μη δίνεις σημασία. Ντρέπεται για τον εαυτό του που είναι κακός μαθητής και σε ζηλεύει. Γι' αυτό σε κοροϊδεύει. Ουσιαστικά κοροϊδεύει τον εαυτό του. Αν εσύ ο άριστος είσαι «φυτό», αυτός ο τεμπέλης και κακός μαθητής τι είναι ; σίγουρα κάτι πολύ χειρότερο. Κι αν έχει δίκιο, τότε όλοι οι επιστήμονες, οι ερευνητές, οι καθηγητές Πανεπιστημίων οι εργαζόμενοι στη NASA είναι φυτά ; Γι' αυτό μπόρεσαν και έστειλαν διαστημό-

πλοιο στη Σελήνη ; κάνε παρέα με καλούς μαθητές για να ανταλλάσσετε απόψεις, να μαθαίνει ο ένας στον άλλο κάτι καινούργιο και ό,τι δεν καταλαβαίνει ο ένας να του το εξηγεί ο άλλος. Μπορείτε και στο σπίτι να συνεργάζεσθε. Άλλωστε θα έχεις παρατηρήσει ότι οι καλοί μαθητές κάνουν μεταξύ τους παρέα, διότι συνεννοούνται καλύτερα, έχουν κοινά ενδιαφέροντα. Αυτό δε σημαίνει ότι θα περιφρονείς τους κακούς μαθητές.

### **Υπακοή στο Δάσκαλο ή στους Καθηγητές**

Η απειθαρχία ενός μαθητή, τον επηρεάζει σε σημαντικό βαθμό, ώστε να γίνει χειρότερος μαθητής. Αυτό οφείλεται στο φαύλο κύκλο που δημιουργεί ο άτακτος μαθητής. Κάνει αταξία, τον μαλώνει ο δάσκαλος ή ο καθηγητής, που δημιουργούν κακή γνώμη για το μαθητή, τον παίρνουν με «κακό μάτι» και μετά και καλή απόδοση να έχει στα μαθήματα, παίρνει μικρότερο βαθμό. Αυτό απογοητεύει το μαθητή, αισθάνεται αδικημένος και συμπεριφέρεται ακόμη πιο άσχημα και ο φαύλος κύκλος δεν τελειώνει. Αυτά ισχύουν ειδικά στο Γυμνάσιο, όπου ο καθηγητής μπαίνει στην τάξη για μία ώρα και δεν προλαβαίνει να έχει πλήρη εικόνα του μαθητή. Όσο άτακτοι και αν είναι οι συμμαθητές και μιλάνε όλοι μεταξύ τους, εσύ να έχεις τη δική σου προσωπικότητα, ν' αδιαφορείς για το τι κάνουν, να κοιτάς να είσαι πειθαρχημένος και ήσυχος μέσα στην τάξη. Στο τέλος, εσύ θα βγεις κερδισμένος ενώ όλοι αυτοί, χαμένοι. Εξάλλου οι καλές σχέσεις σου με το Δάσκαλό σου ή Καθηγητή σου, σε βοηθάνε ν' αγαπάς περισσότερο τα μαθήματα, δεν θέλεις να τον στενοχωρήσεις πηγαίνοντας αδιάβαστος. Το αντίθετο, ισχύει για αυτούς που έχουν κακές

σχέσεις, με ένα Καθηγητή : μισούν και το μάθημά του και αδιαφορούν.

### **Να κάνεις σχέδια, όνειρα για το μέλλον σου**

Βέβαια είναι νωρίς ακόμα, το ξέρω. Δεν έχει όμως σημασία. Βάζοντας στόχους στη ζωή σου, εντυπωσιάζεις τον εαυτό σου, τον ταρακουνάς, τον ξυπνάς και βάζεις έτσι τα δυνατά σου να είσαι άριστος μαθητής, για να πραγματοποιήσεις τα όνειρά σου. Χωρίς στόχους, σχέδια, σκοπούς, η ζωή του ανθρώπου γίνεται μίζερη και δεν αγωνίζεται ο άνθρωπος με όλες τις δυνάμεις του, «βολεύεται» στη μίζερη τωρινή κατάσταση.

### **Να κοιμάσαι την ίδια ώρα και να ξυπνάς επίσης έγκαιρα**

Έχει μεγάλη σημασία να μη ξενυχτάς στην τηλεόραση. Η συμπλήρωση του απαραίτητου χρόνου ύπνου, κάνει τον εγκέφαλο να αποδίδει πολύ περισσότερο. Οι λίγες ώρες ύπνου μειώνουν την απόδοση όχι μόνο του εγκεφάλου, αλλά και της σωματικής και ψυχικής σου αντοχής. Επίσης, το πιο αποδοτικό διάβασμα γίνεται την ημέρα και όχι τη νύχτα. Μη σε ξεγελάει η ησυχία της νύχτας. Το μεσημέρι, αν μπορείς, καλό είναι να κοιμάσαι μισή ώρα, δεν χρειάζεται παραπάνω. Ξεκουράζεται το μυαλό σου και αποδίδει περισσότερο. Πολλοί λένε : αν κοιμηθώ το μεσημέρι, έχω πονοκέφαλο και πέφτει η εγρήγορσή μου. Πράγματι αυτό συμβαίνει, αλλά μόνο όταν το μεσημέρι κοιμηθείς πάνω από μία ώρα. Υπάρχουν πολλοί που και με 15'-20' μεσημεριανού ύπνου, αισθάνονται μετά περίφημα και πιο δυνατοί.

### **Διάβαζε εξωσχολικά λογοτεχνικά βιβλία**

Μην περιορίζεσαι στα βιβλία του Σχολείου. Να πηγαίνεις στα βιβλιοπωλεία και όταν βρίσκεις ένα καλό βιβλίο που σ' ενδιαφέρει, αγόρασέ το. Αλλά να το διαβάσεις. Μη μείνει στο ράφι όπως συμβαίνει με αρκετούς μαθητές. Το εξωσχολικό βιβλίο θα σε εισαγάγει στη λογοτεχνία, στο γλαφυρό τρόπο να γράφεις και σίγουρα θα σε κάνει πολύ καλύτερο σ' ένα σοβαρότατο μάθημα : την έκθεση. Ό,τι επάγγελμα ή Σχολή και να διαλέξεις, θα σου βάλουν να γράφεις έκθεση. Έτσι το μέλλον σου εξαρτάται και από αυτό το μάθημα. Ο λόγος που όλοι ζητούν να γράφεις μια έκθεση είναι ότι από την Έκθεση φαίνεται πόσο πλούσιο ή φτωχό μυαλό έχεις. Θέλεις να γίνεις γιατρός, θα σου βάλουν χημεία, φυσική, βιολογία αλλά και έκθεση για να δουν αν είσαι αξιόλογη προσωπικότητα. Σήμερα στα βιβλιοπωλεία κυκλοφορούν ατέλειωτα λογοτεχνικά βιβλία, αρκεί να έχεις όρεξη εσύ να διαβάσεις. Εξάλλου να θυμάσαι ότι η ανάγνωση ενός λογοτεχνικού βιβλίου, είναι μια ευχάριστη εμπειρία, είναι μια απόλαυση. Αν διαβάσεις ένα, θα «γλυκαθείς» και θα θέλεις κι άλλο.

### **Οι επαναλήψεις**

Όσο καλά να διαβάζεις κάθε μέρα, αν δεν κάνεις κάθε 15 ημέρες ή κάθε μήνα μία επανάληψη όλων των προηγούμενων, ξεχνιούνται εύκολα τα περισσότερα. Ενώ με την επανάληψη μένουν για πάντα. Οι αρχαίοι Έλληνες έλεγαν : «η επανάληψη είναι η μητέρα της μάθησης».

## **Η συγκέντρωση της προσοχής !**

Ένα απ' τα μεγαλύτερα προβλήματα που αντιμετωπίζω σαν Δάσκαλος κάθε φορά, είναι η διάσπαση της προσοχής κάποιων μαθητών. Οι άριστοι μαθητές πάντοτε συγκεντρώνουν την προσοχή τους στο Δάσκαλο, στο μάθημα, στον πίνακα, οι περισσότεροι από τους άλλους διασπούν εύκολα την προσοχή του, έχουν αδυναμία συγκέντρωσης, είναι αφηρημένοι, κοιτούν το Δάσκαλο με απλανές ύφος, χωρίς να συγκεντρώνονται σ'αυτά που λέει. Αυτό είναι βασική αιτία της κακής απόδοσης πολλών μαθητών, γιατί ούτε απορίες μπορούν να εκφράσουν μετά, ούτε πήραν μέσα στο μυαλό όσα έδωσε ο Δάσκαλος ή ρωτάνε πράγματα που ήδη ο Δάσκαλος τα εξήγησε 2 και 3 φορές.

Γι'αυτό να συνηθίσεις το μυαλό σου να κρατά συγκεντρωμένη αρκετή ώρα την προσοχή του. Αλλά εκεί που η μη συγκέντρωση είναι μεγάλη ζημία του μαθητή, είναι τα Μαθηματικά, γιατί αν δεν τα καταλάβεις από το Δάσκαλο δύσκολα τα καταλαβαίνεις διαβάζοντάς τα μόνος.

## **Ο κόπος της γνώσης**

Η κούραση όταν διαβάζουμε, ή η τεμπελιά που μας πιάνει όταν πάμε για διάβασμα, ξεπερνιούνται σίγουρα, αρκεί να προσπαθήσεις. Είπα και πριν, αν κουρασθείς κάνε διάλειμμα, άκου λίγη μουσική, κάνε μια βόλτα στο δρόμο. Η τεμπελιά που μας πιάνει, αν παρατήρησες, μας πιάνει πριν ανοίξουμε το πρώτο βιβλίο. Αν αρχίσουμε να διαβάζουμε, μετά την πρώτη σελίδα ξεπερνιέται το αίσθημα της τεμπελιάς και θέλουμε να τελειώσουμε

όλα τα μαθήματα. Άρα ας δείξουμε 1΄ ηρωισμό, μόνο μέχρι να πάμε την τσάντα στη βιβλιοθήκη μας, να πάρουμε το πρώτο βιβλίο, αρχίζοντας το διάβασμα. Μετά το 1΄ δεν θα αφήνουμε το βιβλίο. Ισχύει και εδώ η παροιμία του λαού : «τρώγοντας έρχεται η όρεξη».

Ένας έξυπνος τρόπος να αγαπήσεις τη μελέτη, είναι να είσαι φροντισμένος, καθαρός, ταξινομημένος ο χώρος που διαβάζεις, το γραφείο σου. Διακόσμησέ τον όπως σου αρέσει, βάλε το κατάλληλο φως, πορτατίφ, αφίσες, ραδιόφωνο για το διάλειμμά σου κ.λ.π. Έτσι γίνεται επιθυμητός ο χώρος, άρα επιθυμητό και το διάβασμα. Μαθητές με άσχημο και ατακτοποιητό χώρο διαβάσματος, απωθούνται από το διάβασμα. Επίσης τόνισε σ΄όλους στο σπίτι σου, γονείς, αδέρφια κ.λ.π. ότι όταν μελετάς να μη σ΄ενοχλεί κανείς, να μη μπαινοβγαίνουν μέσα χωρίς σοβαρό λόγο και σε αποσπούν από τη μελέτη κι αν θέλεις και όταν σου τηλεφωνούν μη το σηκώνεις μέχρι να τελειώσεις, οι δε γονείς σου να τους λένε να σε πάρουν την τάδε ώρα που θά΄χεις τελειώσει το διάβασμα.

Ένα τηλέφωνο, μια άκαιρη επίσκεψη φίλου, μπορεί να σου αναστατώσουν όλο το πρόγραμμα. Ας είσαι λίγο σκληρός, δεν πειράζει, αν υποχωρείς σ΄όλους από υπερβολική ευγένεια βλάπτεις τον εαυτό σου. Θυμάμαι όταν ήμουν φοιτητής Νομικής, στην εξεταστική περίοδο που απαιτούσε πολύ διάβασμα, έβαζα έξω από την πόρτα ένα σημείωμα που έγραφε : «παρακαλώ, λόγω εξεταστικής περιόδου, δεν δέχομαι επίσκεψη ως τις τάδε του μηνός. Συγγνώμη, Βασίλης». Αυτό το είχα δει σε παλιότερους φοι-



τητές και το εφάρμοζα και εγώ. Μια επίσκεψη ενός φοιτητού ή φοιτήτριας, σήμαινε 3 ή και 4 ώρες χάσιμο διαβάματος.

## Επίλογος

Προσπάθησα να σου αναφέρω όλα τα μυστικά (μικρά και μεγάλα), για να γίνεις άριστος μαθητής. Όμως είναι απαραίτητη μια προϋπόθεση : να το θέλεις και εσύ. Πρέπει να επαναστατήσεις μέσα σου και να επιφέρεις ανατροπή των παλαιών σου κακών συνηθειών. Είναι δύσκολη η επανάσταση, το ξέρω, αλλά μπορείς να την κάνεις. Κρύβεις μέσα σου δυνάμεις που αγνοείς. Είσαι ένας γίγαντας που κοιμάται. Ξύπνα λοιπόν το γίγαντα μέσα σου και θα δεις πόσο θ' αλλάξει προς το καλύτερο η ζωή σου. Σκέψου μόνο τα κέρδη, τα λάφυρα αν θέλεις, από αυτήν την επαναστατική αλλαγή σου. Πιστεύω ότι θα τα καταφέρεις. Είμαι σίγουρος γι' αυτό. Αλλιώς δεν θα είχες πάρει το βιβλίο αυτό. Σου εύχομαι καλή επιτυχία στην επαναστατική σου αλλαγή !!!