

# Jak wspierać maturzystę? • poradnik dla rodzica

---

Jan Dobrakowski



Instytut  
Maturalny

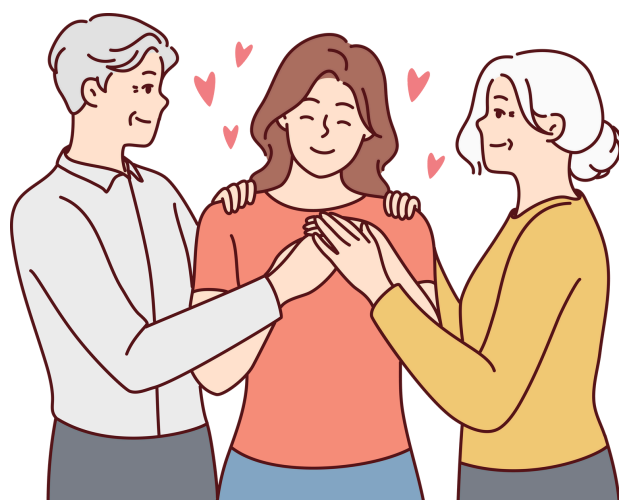
[WWW.INSTYTUTMATURALNY.COM](http://WWW.INSTYTUTMATURALNY.COM)

# Twoje dziecko rozpoczyna klasę maturalną? To świetnie!

---

Jeśli czytasz ten poradnik, najprawdopodobniej troszczysz się o swojego syna lub córkę i bardzo zależy Ci, aby poradził sobie z egzaminami i dostał się na dobre studia.

Jako rodzic, masz ogromny wpływ na swoje dziecko. Może on jednak być zarówno pozytywny, jak i negatywny. W tej publikacji opiszemy kilka zagadnień z relacji rodzic - dziecko które uznaliśmy za najważniejsze.



**Jan Dobrakowski** - założyciel Instytutu Maturalnego, nauczyciel matematyki i fizyki, tutor

Treść publikacji została skonsultowana z licencjonowanym psychoterapeutą, specjalistą psychologii klinicznej dzieci i rodziny

# Dlaczego warto przeczytać do końca?

Ta publikacja napisana jest **na podstawie całości doświadczeń Instytutu Maturalnego**, we współpracy z zaprzyjaźnionym psychoterapeutą.

**Instytut Maturalny tworzy grupa ok. 10 osób, w tym m.in. wieloletni nauczyciele, egzaminatorzy CKE, studenci i doktoranci Uniwersytetu Warszawskiego.**

Naszą pasją jest przygotowywanie do matury i **badanie, jak uczyć**, zwłaszcza w czasach zamieszania spowodowanego licznymi reformami edukacji.



**Instytut  
Maturalny**

# 01

## Nie narzucaj swojego pomysłu na przyszłość

### DLACZEGO CHCESZ WESPRZEĆ DZIECKO?

Zachęcamy, byś zastanowiła/zastanowił się nad swoją motywacją stojącą za chęcią pomocy dziecku.



Chcesz, by odkryło swoją pasję zawodową i weszło dojrzałej w świat, czy może liczysz na subtelne podporządkowanie dziecka własnej woli?

### TWÓJ OGLĄD SYTUACJI MOŻE NIE BYĆ OBIEKTYWNY

To prawda, że masz już swoje lata i znasz swoje dziecko od jego urodzenia. Ale właśnie dlatego **patrzysz na nie w specyficzny sposób.**

Wiek licealny wypada na czas szybkich zmian i dorastania, dlatego na pewno nie wiesz wszystkiego o swoim dziecku.

### POZWÓJ DZIECKU WYBRAĆ SAMEMU

**Prawdziwy rozwój wymaga podjęcia wolnego wyboru.**

Egzamin dojrzałości jest idealną okazją, aby młody człowiek realizował po nim własne pasje nieograniczone presją otoczenia lub systemu edukacji.



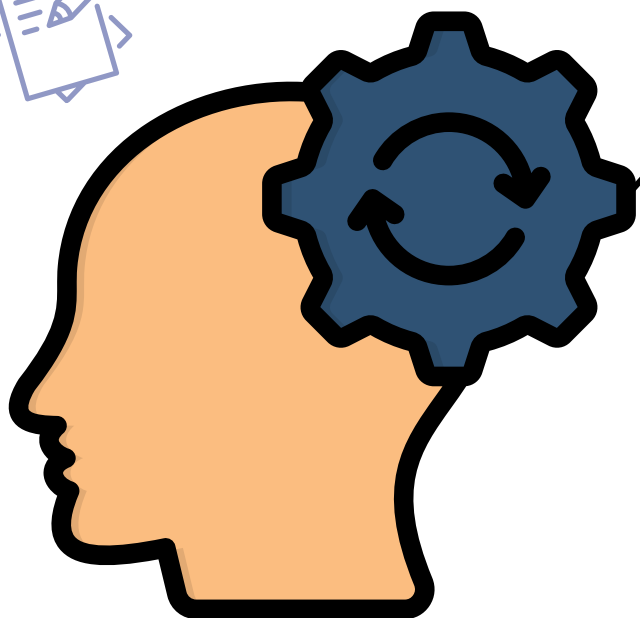
## 02

## Pomóż odkryć indywidualne potrzeby

### TRUDNOŚĆ PRZESZKÓD JEST WZGLĘDNA

Jak porównać postępy w pisaniu wypracowań osoby z dysleksją i urodzonego poety?

Znamy olimpijczyków z matematyki, którzy oblali polski na maturze. Wiele osób zdaje ośmienie polski, a nie zalicza matematyki...



### ZAWSZE WARTO POZNAĆ SIEBIE

Dostosowania maturalne czy dodatkowy czas dla osób z alergiami, dysleksją, w spektrum autyzmu nie biorą się znikąd.

Warto odpowiednio wcześniej dowiedzieć się, jakie problemy utrudniają pracę dziecku, a także **jakie ma zdolności i nawyki, które mu pomogą**. Na przykład ktoś ceniący siłownię łatwo przekona się do regularnego "treningu maturalnego".

### CO SŁUŻY TWOJEMU DZIECKU?

Z naszego doświadczenia wynika, że dla jednego ucznia efektywniejsze są korepetycje, a dla innego zajęcia w małych grupach.

Jedni wolą uczyć się w domu, innym pomaga biblioteka. Ktoś woli stać, a inny siedzieć przy nauce. **Zachęć dziecko do odkrycia, co mu pomaga.**



# 03 Nie przekazuj dziecku swojego strachu

## TWOJE EMOCJE MÓWIĄ O TWOIM WNĘTRZU

Uczucia, jakie Ci towarzyszą mówią więcej o Tobie, niż o Twoim dziecku.

Jeśli boisz się o jego/jej wynik na egzaminie to jest to wyraz Twojej miłości rodzicielskiej, a niekoniecznie oznacza rzeczywiste zagrożenie.



## DZIECI ŁATWO PRZEJMUJĄ NASTRÓJ RODZICA

Dziecko rozpoznaje Twoje emocje intuicyjnie. Zastanów się, jak samemu znosisz trudne wyzwania, bo ta postawa często zostaje przejęta przez dziecko.

**Nie oferuj dziecku wsparcia, jeśli stresujesz się egzaminem bardziej od niego.**



## ZADBAJ O SIEBIE

Lęk o wyniki dziecka może być potęgowany przez niewyspanie, problemy zdrowotne, finansowe itd.

Postaraj się znaleźć rzeczywiste czynniki wpływające na Twoje samopoczucie.



# 04

## Zaoferuj wsparcie, ale zaakceptuj możliwość odmowy

### MATURZYSTA JEST (PRAWIE) DOROSŁY

Twoje dziecko zdaje egzamin dojrzałości, więc ma prawo być traktowane jak dorosły człowiek.

Może postawić granice, które także Ty, jako rodzic musisz szanować.



### TWOJA REAKCJA NA ODMOWĘ DZIECKA POKAŻE, CZY NIE JESTEŚ ZBYT NACHALNY/NA

Paradoksalnie, Twoja **akceptacja granic wyznaczonych przez dziecko zaprosi je do szukania u Ciebie wsparcia**, gdy będzie je potrzebować.

Pamiętaj, że dziecko nie odrzuca Ciebie, jako rodzica, ale pomoc, jaką mu zaoferowałeś/aś.



### DOSTOSUJ RODZAJ WSPARCIA DO TEGO, O CO PROSI DZIECKO

Być może chciałbyś dać synowi lub córce "pozytywną energię", a ono oczekuje od Ciebie jedynie pieniędzy na zajęcia maturalne.

Nigdy nie komunikuj "wszystko albo nic", tylko **daj dziecku wybór co do rodzaju pomocy**.



# 05 Pomóż odnaleźć wewnętrzną motywację

## ZACHĘCAJ DO WŁASNEJ INICJATYWY

Zamiast samemu szukać kursu maturalnego, zaproponuj, aby syn/córka samemu coś odnalazł. Ewentualnie zaproponuj wspólne działanie.



**Niechętnie dzieci zapisane na zajęcia przez rodziców osiągają znacznie niższe postępy.**

## JAKI JEST PRAWDZIWIY CEL ZDANEJ MATURY?

Matura jest tylko środkiem. Zapytaj, co stoi za motywacją dziecka.

**Zwykle dopiero wizja pasjonujących studiów sprawia, że maturzyści chcą się uczyć.**

Jeśli Twoje dziecko nie wie, co chce studiować, porozmawiaj z nim o tym, zamiast o maturze.

## POMÓŻ ZMNIJSZYĆ PRESJĘ OTOCZENIA

Niektórzy nauczyciele, czy rówieśnicy wywierają silną presję na pozostałych uczniach, by deklarowali swoje cele i rozszerzenia maturalne.

Decyzje podjęte w takiej atmosferze częściej bywają błędne, dlatego **pomóż dziecku odnaleźć sprzyjającą atmosferę do szukania wymarzonego kierunku studiów.**





# 06 Pamiętaj, że matura nie determinuje życia

### MATURA NIE JEST NAJWAŻNIEJSZĄ SPRAWĄ

Twój syn/córka może nie być przyzwyczajone do stawiania czoła trudnym wyzwaniom, dlatego czasem przeceni wartość matury w kontekście całego życia.



Ile osób pamięta o Twoim wyniku maturalnym? Jest wiele historii osób, którym egzaminy nie poszły zadowalająco, a ostatecznie nie miało to dużego znaczenia.



### ZACHĘCAJ RÓWNIEŻ DO INNYCH AKTYWNOŚCI NIŻ NAUKA

W klasie maturalnej warto więcej pracować, ale przecież jest jeszcze studniówka, osiemnastki, spotkania, przyjaźnie, książki...

### TEMAT MATUR MOŻE BYĆ MĘCZĄCY

Każdy może zmęczyć się ciągłymi pytaniami o matury.

Ciocia, wujek, babcia najprawdopodobniej nie zapomną zapytać, jak idą przygotowania, ale Ty jako rodzic, **powinieneś interesować się wszystkimi sprawami dziecka.**



# 07

## Akceptuj i okazuj miłość niezależnie od wyników

### WARTOŚĆ OSOBY NIE ZALEŻY OD OSIĄGNIĘĆ

Jesteś rodzicem, a nie nauczycielem. Pamiętaj, że Twoje dziecko potrzebuje od Ciebie znacznie więcej niż tylko wsparcia w zdaniu matury.

Potrzebuje Twojej **akceptacji i czułości**, która **nie może być uzależniona od wyników** w edukacji.



### DAWAJ POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA

Dbaj o miłą atmosferę w domu, która umożliwi prawdziwy odpoczynek od stresu związanego z maturą.

Twój syn/córka powinien wiedzieć, że w domu będzie czuł się dobrze nawet gdy napisze maturę próbną na 0%.

### NATURALNE KONSEKWENCJE

Niski wynik na maturze oznacza rekrutację na gorsze studia. To naturalna konsekwencja, którą dziecko odczuje.

Uzależnianie innych nagród lub kar od wyniku na maturze zwykle przeszkadza uczniom w zdrowym podejściu do nauki i doceniania roli własnej edukacji.



# A co jeśli Twoje dziecko potrzebuje wsparcia merytorycznego?

Umów się na darmową rozmowę!



Jan Dobrakowski

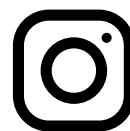
tel. 518 224 048

Strona www 

Lubimy pomagać w edukacji!



Instytut  
Maturalny



[www.instytutmaturalny.com](http://www.instytutmaturalny.com)