

Jak motywować i wspierać dziecko w nauce poza szkołą?

Motywacja to gotowość i chęć do podjęcia jakiś działań. Wyróżniamy dwa rodzaje motywacji: wewnętrzną i zewnętrzną.

Motywacja wewnętrzna to tendencja do podejmowania i kontynuowania działania ze względu na osobistą satysfakcję lub przyjemność, jaką daje nam ta czynność. W kontekście nauki, motywacja ta wiąże się z tym, że uczniowie sami podejmują się pracy ponieważ nauka sprawia im przyjemność, lubią się uczyć, wykonywać różne zadania. Jeśli dziecko charakteryzuje się tym rodzajem motywacji do nauki to powinno wykazywać się dużą samokontrolą i nie będziemy się musieli za bardzo napracować aby zachęcić ucznia do pracy – ponieważ sam proces nauki sprawia dziecku dużą przyjemność. **Motywacja zewnętrzna** to tendencja do podejmowania i kontynuowania działania ze względu na pewne konsekwencje, do których one prowadzą, związane z poczuciem, że przyczyna i kontrola działania ma charakter zewnętrzny i nie zależy od nas. Uczniowie charakteryzujący się tym rodzajem motywacji uczą się ze względu na chęć otrzymania dobrej oceny lub uniknięcia złej, albo też dla satysfakcji rodziców. Takich uczniów ciężiej zmotywować do nauki, ponieważ nauka sama w sobie nie sprawia im radości. Dlatego też, warto się starać, aby uczniowie kierowali się motywacją wewnętrzną, aby chęć nauki wychodziła od nich samych. Aby to osiągnąć musimy pokazać dzieciom, że nauka jest ważna i potrzebna, ale przede wszystkim ciekawa!



Poniżej przedstawiam kilka zasad, które mogą pomóc w kształtowaniu pozytywnej motywacji dzieci do nauki:

1. Zadbaj o pozytywną atmosferę w domu.

Jeśli uwaga dziecka będzie skupiać się na negatywnych emocjach, braku poczucia bezpieczeństwa nie będzie ono wcale zainteresowane nauką – ważniejsze sprawy będą zaprzętać ich myśli.

2. Dostrzegaj osiągnięcia dziecka – zarówno te duże, jak i małe.

Chwal je za każdym razem, gdy wykona zadanie samodzielnie – nawet jeśli nie idealnie, warto docenić to, że się starało.

3. Stwórz odpowiednie warunki do pracy.

Razem z dzieckiem ustal ile czasu poświęca dziennie na naukę, w jakich godzinach i w jakim pomieszczeniu. Postaraj się, żeby miejsce nauki było spokojne.

4. Zadbaj aby w czasie nauki ich stan fizjologiczny był w dobrym stanie.

Dzieci będą wykazywały niską chęć do nauki, jeśli będą zmęczone, niewyspane, rozdrażnione lub rozproszone.

5. Zmiana nawyków i rytuałów.

Zobacz czy w Waszym życiu domowym nie ma demotywujących nawyków i rytuałów – czy rozkład dnia lub sposób zabierania się za pracę domową jest dla Was motywujący. Wspólnie z dzieckiem zastanów się jak zorganizować czas, aby motywacja do pracy była jak największa.

6. Ukierunkuj uwagę dziecka na rezultaty i celowość wykonywanych działań.

Wskaż ile udało mu się zrealizować zadań w ciągu dnia i ile osiągnął oraz jakie wynikają z tego korzyści (mniej nauki następnego dnia, nagroda w postaci wolnego czasu, dobre oceny itp.). Jeśli dziecko będzie wiedziało po co się uczy, jaki jest tego cel chętniej przystąpi do działania.

7. Wzbudź zainteresowanie dziecka danym tematem.

Wskaż dlaczego dany temat jest ważny, gdzie może go wykorzystać w życiu lub dlaczego jest fascynujący i ciekawy. Możesz po każdym dniu nauki pytać „co się dzisiaj ciekawego dowiedziałeś?”, „Czy coś szczególnie Cię zainteresowało?”

8. Stawiaj wymagania dostosowane do możliwości dziecka.

Jeśli dziecko nie będzie w stanie wykonać niemożliwych wymagań to na pewno nie będzie mieć motywacji do podjęcia tego zadania w kolejnym dniu.

9. Metoda dobrego wzorca.

Dzieci uczą się zachowań głównie poprzez naśladownictwo dorosłych – dziecko będzie częściej robiło to co ty robisz, niż to co mówisz. Dlatego zadbaj, aby samemu być przykładem motywacji i zaangażowania.

10. Kształtuj pozytywny stosunek do nauki.

Wypowiadaj się pozytywnie o nauce, szkole i nauczycielach. Pamiętaj, że dzieci słuchają Rodziców i ich naśladują – jeśli Twoja postawa będzie wskazywać na pozytywne nastawienie do nauki to wpłynie to na zwiększenie motywacji Twojego dziecka do pracy. Ponadto, jesteśmy bardziej zmotywowani aby robić to co wydaje się nam ważne i dobre.

11. Unikajmy sytuacji konfliktowych.

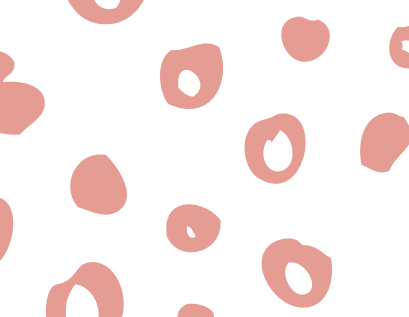
Jeśli dziecko odmawia nauki to spytajmy dlaczego, jakie ma trudności, czy możemy mu jakoś pomóc, jakie przedmioty lubi, a czego nie lubi robić. Spróbujmy z dzieckiem znaleźć rozwiązania które mogłyby mu pomóc w nauce, może sam ma propozycje – warto skorzystać z ich pomysłów. Natomiast, taka rozmowa z dzieckiem powinna przebiegać w spokoju, jeśli dziecko lub rodzice są w silnych emocjach należy odłożyć rozmowę na później, gdy negatywne emocje opadną.

12. Ustal jasne reguły.

Wyznacz ramy w których dziecko ma poświęcić się nauce. Ustal, że najpierw stara się pracować samodzielnie, później dopiero z Waszą pomocą. Po nauce zawsze powinny czekać na uczniów jakieś przyjemności – możliwość zabawy, pooglądania telewizji, czy gry.

13. Jeśli dziecko ma duże trudności z zabranianiem się do pracy to wypróbuj technikę – „5 minut na start”

Powiedz dziecku: „Daj sobie 5 minut, umów się ze sobą, że jeśli więcej nie dasz rady, to nie musisz. Zobacz, co się wydarzy po tych 5 minutach. Najprawdopodobniej ukończysz zaplanowane działanie, bo skoro już „tu jesteś”, to czemu tego nie skończyć?”.



TRZY GŁÓWNE POWODY OBNIŻENIA MOTYWACJI U OSÓB DOROSŁYCH

1. niesprawiedliwe traktowanie

np. jeżeli wynagrodzenie jest oceniane jako niższe w porównaniu do wynagrodzenia innych pracowników, mających podobne kwalifikacje

2. kontrola i ingerencja

im większa ingerencja pracodawcy w wykonywanie zadań przez wysoko zmotywowanych pracowników, tym większy spadek ich motywacji. Pracownicy odnoszą wrażenie, że ich zaangażowanie nie jest należycie doceniane

3. nagroda vs. rozkaz

rozkazy ograniczają możliwość decydowania o sobie, mają charakter kontrolny, prowadzą od obniżenia motywacji wewnętrznej aż do silnej demotywacji

To samo dotyczy Twojego dziecka...

