

POZYTYWNA MOTYWOWACJA

Motywacja to „coś”, pewna siła, a mówiąc naukowo – **proces psychicznej regulacji**, który popycha nas do działania. Jest ona złożonym procesem, dlatego tak trudno jest nią sterować. Do podstawowych **zadań motywacji** należy: wzbudzenie energii, ukierunkowanie wysiłku na cel, koncentracja uwagi oraz selekcja bodźców, wypracowanie odpowiednich działań, konsekwencja i wytrwałość w podejmowanych czynnościach. Motywacja uczenia się jest to stan gotowości do podjęcia uczenia się lub zespół czynników uruchamiających uczenie się.

Gdy dziecku na czymś bardzo zależy, wzrasta wtedy siła i zapał, jak również odporność na zmęczenie. Motywacja odgrywa ważną rolę w zdobywaniu wiedzy, a tym samym w „karierze” dziecka w szkole. Ma ona dużą rolę w zapamiętywaniu i uczeniu się. Jakość zapamiętywania i przypominania zależy od różnych **czynników motywacyjnych** – w szczególności od **nastawienia na zapamiętywanie**, od **zainteresowań** i **emocji**. Dziecko łatwiej i trwale zapamiętuje, to co chce zapamiętać, co je interesuje, co jest dla niego przyjemne. Motywacja dotyczy więc subiektywnych doznań ucznia, zwłaszcza jego chęci angażowania się w naukę z zamiarem przyswojenia wiedzy i umiejętności.

Psychologia mówi, że motywacja jest **wrodzona**, stanowi część naturalnie istniejącego jądra osobowości. Oznacza to, że nie musimy jej tworzyć, ale wyzwalać. To z kolei oznacza, że **podlega ona wychowaniu i jest wyuczalna**. Dlatego już od najmłodszych lat najpierw rodzice, a później nauczyciele powinni podejmować działania na rzecz rozwijania motywacji do nauki. Dlatego też nie można postawić łatwej diagnozy, że dziecko nie ma motywacji do nauki, bo to zwalniałoby nauczycieli i rodziców od podejmowania jakichkolwiek działań na rzecz ucznia. Pamiętajmy o tym, że motywację można rozwijać, powiększać, kształtować, ale motywacja może też być hamowana, pomniejszana, osłabiana.

PODSTAWOWE ZASADY MOTYWOWANIA NA CZAS NAUKI W DOMU

1. Twoje dziecko prawdopodobnie z pasją oddaje się swoim ulubionym zajęciom pozaszkolnym. Oznacza to, że potrafi się angażować, uda się więc rozbudzić w nim osobistą motywację również podczas nauki w domu.
2. Pamiętaj, że prawie nikt nie chce słabo czytać, marnie liczyć, nie mieć pojęcia o tym co się dzieje na świecie. Naturalna motywacja sprzyja więc uczeniu się, dziecko może co najwyżej nie wiedzieć jak to zrobić.
3. Pracę dobrze zacząć od tematów łatwiejszych, wcześniej poznanych, a nie całkiem nowych i najtrudniejszych.
4. Najdłużej zostaje w pamięci to co się samemu odkryło, do czego doszło się dzięki mozolnej pracy (uczenie się przez doświadczenie).
5. Ucząc się dobrze jest szukać odniesień nauki do rzeczywistości, codziennego życia, aby dziecko widziało użyteczność tego czego się uczy.
6. Błąd jest naturalnym elementem nauki, mózg najlepiej uczy się na błędach. Gdyby dziecko wszystko robiło bezbłędnie nie musiałoby się uczyć. Jeśli kłopot trwa jednak dość długo, można skontaktować się z nauczycielami przedmiotu i poprosić o dodatkowe wyjaśnienia lub dostosowanie formy zadań do możliwości dziecka.
7. Motywowanie za pomocą nagród to strategia krótkoterminowa, którą warto stosować tylko w specyficznych sytuacjach. Jeśli dziecko jest zniechęcone lub zdemotywowane nauką tabliczki mnożenia na pamięć, to – gdy inne sposoby zawiodły – możesz spróbować użyć nagród. W tym wypadku traktujemy nagrody zewnętrzne jako rodzaj zachęty, pierwszego

kroku. W momencie, w którym dziecko zacznie radzić sobie z mnożeniem i zacznie odczuwać satysfakcję płynącą ze zdobycia nowej umiejętności, zaprzestań nagradzania.

8. Jak najczęściej pozwalaj dziecku na dokonywanie wyborów, podejmowanie decyzji. Inspiruj dziecko do poszukiwania rozwiązań zamiast dawać mu rady, czy gotowe rozwiązania.
9. Demonstruj swoje zainteresowanie uczeniem się (wydarzeniami bieżącymi, książkami, artykułami, programami telewizyjnymi, filmami, wydarzeniami lokalnymi). Trudno wymagać od dziecka, aby czytało książki lub czasopisma, jeśli dziecko nigdy nie widziało rodzica z książką w ręku.
10. Pamiętaj o budowaniu więzi z dzieckiem, o stworzeniu bezpiecznej atmosfery (w życzliwej atmosferze łatwiej podejmować ryzyko). Rodzic poprzez np. wspólne spędzanie czasu z dzieckiem, dawanie mu bezwarunkowej uwagi, naturalny kontakt fizyczny (np. przytulanie), a także mówienie mu o swoich odczuciach buduje relację opartą na przywiązaniu, tym samym przyczynia się do zaspokojenia kluczowych potrzeb dziecka.
11. Doceniaj swoje dziecko – odnoś się nie tylko do tego co dziecku się nie udało, ale przede wszystkim zauważaj sukcesy swojego dziecka. Dziecko, słysząc wzmacniające komunikaty, otrzymuje pewność siebie i adekwatną samoocenę, doświadczając bezwarunkowej miłości, dostaje poczucie własnej wartości. A to bagaż na całe życie. Warto doceniać i komplementować dzieci w sposób, który wzmacnia ich motywację wewnętrzną.
12. Ustal z dzieckiem plan działań. Jest to teraz bardzo potrzebne i może stać się dobrą nauką życia. Najlepiej zaplanować dzień według matematycznego rachunku $8 \times 3 = 24$. Oznacza to:

- 8 godzin snu w nocy,
- 8 godzin zaplanowanych i rozłożonych w czasie na różnych twórczych aktywnościach związanych z nauką, ODRABIANIEM ZADAŃ DOMOWYCH, poszerzaniem wiedzy, poszukiwaniem ciekawostek o życiu i świecie, czytaniem, rysowaniem...
- 8 godzin czasu na gry planszowe, zabawę, dobre filmy, modlitwę, rozmowy z rodzicami i rodzeństwem, sprzątanie, mycie się, troskę o mieszkanie, spacer, gimnastykę...

Każde z tych ośmiu godzin trzeba oczywiście mądrze podzielić, żeby nie były one razem w jednym ciągłym bloku. Oczywiście poza jednym blokiem – snem!

Tekst powstał na podstawie:

1. Steinke-Kalembka, „Dodaj mi skrzydeł. Jak rozwijać u dzieci motywację wewnętrzną?”
2. Faber, E. Mazlish, „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”
3. Harmin M., „Duch klasy: jak motywować uczniów do nauki?”