

JAK MOTYWOWAĆ I WSPIERAĆ DZIECI DO SYSTEMATYCZNEGO UCZENIA SIĘ POZA SZKOŁĄ?

- **WSPIERAJ, ALE NIE WYRĘCZAJ.**

Rodzice nie muszą na nowo uczyć się tego, co ich dziecko w szkole. Naukę pozostawmy dzieciom. Rodzice mają wspierać. W procesie uczenia się ważną rolę odgrywa samokontrola wykonanej pracy. Chodzi w niej o to, aby uczeń sam odkrył swoje błędy i sam je poprawił. Należy dziecko przyzwyczajać do podejmowania wysiłku, do pokonywania trudności, wtedy uwierzy we własne możliwości.

- **MĄDRZE MOTYWUJ**

W obecnej, trudnej sytuacji motywacja odgrywa jeszcze większą rolę niż dotychczas. Jest siłą pobudzającą do nauki, zdobywania wiedzy i rozszerzania własnych zainteresowań. Od kar lepsze są nagrody, ale stosowanie ich musi być ostrożne. Uznanie rodziców, ich pochwała dają dziecku poczucie, że rodzice doceniają jego trud i wysiłek włożony w naukę.

- **DOCENIAJ OSIĄGNIĘCIA**

Warto rozróżnić tutaj dwa pojęcia: osiągnięcia, a nie stopnie. W tym trudnym czasie należy wyjątkowo doceniać inne aspekty i cechy, które są tak ważne, by w skuteczny sposób realizować naukę takie jak samodyscyplina, systematyczność czy samo zainteresowanie szkolnymi zadaniami i obowiązkami.

- **NIE POZWÓL DZIECKU, BY ŹLE MÓWIŁO O SOBIE**

Często mamy okazję słyszeć, że dziecko źle mówi o sobie: „jestem głupi”, „nie dam rady”, „i tak mi się nie uda”. Są to głosy, które są wrogami sukcesu. Czasem nieświadomie nadajemy dziecku etykietę i tak o nim mówimy: „ten nie jest zdolny, ten powolny, ten zapominalski”. Sprawiamy, że dziecko tak zaczyna myśleć o sobie. Opatrywanie dzieci etykietami ogranicza ich nadzieję, marzenia i możliwości. Lęk przed niepowodzeniem powoduje u tych dzieci występowanie tendencji do rezygnacji, formułowanie niskich aspiracji i niskich oczekiwań oraz unikanie zadań.

- **BUDUJ W DZIECKU POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI**

Rolą rodziców jest pomóc wykształcić w dziecku energię i inicjatywę, budować wiarę w siebie i swoje możliwości. Rodzice pomagać mogą w odkrywaniu tego, co stanowi mocne strony dzieci oraz pomóc je umiejętnie rozwijać i wykorzystywać. Wiara we własne możliwości może zaprowadzić na sam szczyt, a jej brak powoduje utratę mnóstwa fantastycznych okazji – nie tylko do nauki.

WSKAZÓWKI, KTÓRE MOŻEMY WYKORZYSTAĆ W PRACY Z WŁASNYM DZIECKIEM:

- Dostrzegaj sukcesy i starania dziecka. Omawiając jego pracę, najpierw podkreśl dobre strony, wskazując nad czym warto jeszcze popracować. Czasami powstrzymaj się z oceną, zachęcaj do samooceny: „Nie jesteś zadowolony z efektów swojej pracy? Czy jest coś, co chciałbyś poprawić?”
- Okazuj życzliwe zainteresowanie sprawami szkolnymi dziecka. Zamiast wypytywać i kontrolować, raczej słuchaj uważnie i okaż zrozumienie dla jego uczuć.
- Gdy dziecko popadanie w kłopoty, zamiast krytykować i oceniać – dodaj mu otuchy: „Matematyki można się nauczyć, wierzę, że ty to potrafisz” i zachęcaj je do wyciągnięcia własnych wniosków: „Jak myślisz, dlaczego Ci to nie wyszło? Z czym masz kłopot? Czego potrzebujesz, żeby sobie z tym poradzić?”

- Jeśli widzisz, że sprawy dziecka idą źle, nie wahaj się powiedzieć mu o tym, co cię martwi i czego od niego oczekujesz: „Widziałam, że nie wykonałeś wcześniejszego zadania. Oczekuję, że będziesz się bardziej angażował i odrabiał prace domowe. Jeżeli czegoś nie rozumiesz, chętnie Ci pomogę.”
- Jeżeli dotychczas nadmiernie kontrolowałeś swoje dziecko – oddaj mu odpowiedzialność za naukę. Możesz zawrzeć z nim kontrakt: „Od dzisiaj nie będę naganiała Cię do lekcji. Jesteś już dojrzały i wierzę, że sam potrafisz zaplanować sobie pracę. Zawsze możesz liczyć na moją pomoc, a raz w tygodniu chciałabym, żebyś zdawał mi relację jak sobie radzisz i z czym miałeś trudność.”
- Gdy dziecko o czymś zapomni, pozwól mu ponieść konsekwencje i zachęć do wyciągnięcia wniosków.
- Rozmawiaj z dzieckiem o jego zainteresowaniach, celach i planach na przyszłość. Zadawaj pytania, które skłaniają do zastanowienia: „W jaki sposób zamierzasz osiągnąć swój cel np. zostać informatykiem? Co dla Ciebie w życiu jest ważne?”
- Interesuj się tym, co dziecko robi, rozmawiaj o tym, czego się nauczyło.
- Wdrażaj dziecko do systematyczności, to teraz szczególnie ważne, naucz dobrej organizacji pracy i zadbaj o odpowiednie miejsce do nauki (stały kącik do pracy). Szkoła strukturyzuje czas – teraz tego brakuje, ale warto zadbać o to, by mimo wszystko nauka odbywała się we względnie stałych porach, by wprowadzić sobie jakiś rytm dnia.
- Pomagaj dziecku w odrabianiu lekcji i pokonywaniu trudności – nie oznacza to jednak, że masz wykonać zadanie za dziecko! Pomóż mu zrozumieć polecenie, zaplanujcie poszczególne etapy niezbędne do wykonania zadania, w razie potrzeby udziel wskazówek.
- Unikaj atmosfery napięcia, co z pewnością w tym wyjątkowym czasie jest szczególnie trudne, staraj się nie okazywać ciągłego niezadowolenia, lecz szukaj mocnych stron swojego dziecka i udzielaj mu wsparcia.
- Chwal – nie tylko za osiągnięcia, ale przede wszystkim za włożony wysiłek.
- Jeśli porównujesz dziecko, to porównuj do poprzedniego poziomu umiejętności – uświadamiasz mu w ten sposób postępy i motywujesz do dalszej pracy.
- W przypadku zniechęcenia dziecka lub doświadczenia przez nie porażki – nie zaprzeczaj jego uczuciom mówiąc, że nic się nie stało, lecz nazwij jego uczucia: „Widzę, że jesteś niezadowolony/ rozczarowany..., że zadanie to sprawia Ci trudność”. Zachęć je do wymyślenia, jak można rozwiązać dany problem, zaproponuj własne pomysły i wspólnie zdecydujcie, które pomysły wydają się możliwe do zrealizowania.

Kluczem do sukcesu jest miłość i akceptacja!!!

Najważniejszą sprawą w zakresie motywowania dzieci do nauki jest ich akceptacja przez rodziców. Dziecko, które wyrasta w atmosferze akceptacji, poczuciu, że jest kochane i szanowane, łatwiej przyjmie nasz punkt widzenia. Dziecko, który nabierze wiary i pewności siebie, łatwiej pokona problemy i chętniej będzie stawiało czoła przeciwnościom a tych przed nami niemało...

*Z pozdrowieniami,
Wasz Szkolny Psycholog*