

Як мотивувати дитину до навчання? Поради для батьків і вчителів

Не хочу вчитись, а хочу...



«Треба вчитися!», «Навчання — світло»... Скільки таких «мотиваційних» фраз говорять вчителі та батьки дітям, аби заохотити їх до навчання! Але це не спрацьовує, бо питання набагато глибше. Треба вчитися? А кому треба — мамі та вчительці? Всім нам відомі ситуації, коли будь-які наші спроби **мотивувати власну дитину** чи учня не спрацьовували. Міцний горішок, чи не так?

Чого тільки не вигадують дорослі: вчителі стимулюють батогом і пряником оцінок, батьки — приємними бонусами-обіцянками та навіть грішми (за кожен хорошу оцінку — «премія»). Та це теж не завжди дає результат. Як же правильно стимулювати до навчання?

Ось кілька порад для батьків і вчителів та важливий лікбез.

Мотивація буває різна

Внутрішня мотивація — це прагнення виконувати певну діяльність задля задоволення від процесу. *Зовнішня мотивація* — це стимули, без яких внутрішня може швидко скінчитися. Такою мотивацією може бути нагорода, похвала тощо.

Також вирізняють *позитивну мотивацію (до чогось)* і *негативну (від чогось)*. Від чогось — це уникнення покарання або неприємності, а до чогось — це прагнення отримати нагороду, похвалу. Ці два види врівноважують один одного.

Перспективнішим і тривалішим є стимулювання позитивної мотивації: прагнення до мети, досягнень, успіхів тощо. Науково доведено, що доцільно прагнути побудови саме внутрішньої мотивації на основі особистого задоволення й інтересу. Однак слід зазначити, що навіть коли ми хочемо розпалити такий «внутрішній вогонь», все одно маємо вирішити, якими зовнішніми ситуаціями, стимулами та діями хочемо й можемо для цього скористатися.

Слід пам'ятати: мотивація — це не лише переконання, що участь у чомусь має сенс, але й емоції: мені це подобається, я хочу це зробити, і я вмю це робити. Важливо, щоб емоції були позитивні: радість, упевненість, задоволення, цікавість. Нагороди ж, покарання, а також конкуренція дають нетривалі результати.

Нагорода має значення

Нагороджувати чи ні? — питають батьки і вчителі. Звичайно, так. Дуже добре працює неочікувана нагорода. Можна нагороджувати не лише за найкращі оцінки, а й за досягнення найбільшого прогресу без прив'язки до будь-яких оцінок. Також важливо знати, як хвалити, а саме: не за те, в чому дитина талановита, а за результат і зусилля, наприклад: «Приємно зайти у прибрану кімнату»; «Ти допомогла мені розкласти аркуші»; «Сьогодні твій малюнок вийшов краще, ніж учора».

Чи нагороджувати за добрі оцінки грішми? Деякі батьки «платять» своїм дітям за хороші оцінки, виконання домашніх обов'язків, добру поведінку. Кожна сім'я, безумовно, має право встановлювати свої правила щодо нагород і покарань. Однак, якщо звернутися до досліджень, то висновки такі: нагорода грішми (як і оцінками) працює недовго, адже грошей завжди буде мало. Не треба плутати з мотивацією грішми й оцінками в контексті того, що «я їх вартий», чи коли ми чітко знаємо початок і кінець якоїсь справи та задля чого її робимо. Тобто гроші можуть бути нагородою. Треба лише розуміти, навіщо це: справді для нагороди (пам'ятаючи про нетривалість) чи для того, аби дитина зробила те, чого хочеться вам?

Стосунки між дорослим і дитиною впливають на вмотивованість

Відповідно до досліджень, 99% успіху у навчанні та повсякденній діяльності залежать від стосунків між учителем і учнем, батьками та дітьми, які передбачають орієнтований на дитину підхід. Насамперед ці стосунки ґрунтуються на тому, що вчителі та батьки цікавляться життям і особистістю дитини. Як цього досягти? Запитувати! Про книжки, фільми, подорожі, заходи — про все. Я прошу похвалитися тим, що в дитини виходить добре, чим вона пишається. Дітям дуже важливо говорити про свої досягнення. Цю інформацію можна використовувати, складаючи завдання для роботи, адже тоді вони стають для дітей особисто значущими і сприяють появі внутрішньої мотивації до виконання.

Три чинники мотивації, які варто враховувати

Доктор Беата Мастер у своїй книжці «Персоналізоване навчання» виокремлює три чинники мотивації.

Перший чинник — це автономія дитини. Вона надається через право вибору, можливість ухвалювати рішення. Тут ідеться не про рішення, яких діти просто не можуть ухвалити, наприклад щодо наповнення навчальної програми, а про автономію в реалізації поставлених завдань. Наприклад, у виборі завдань чи послідовності їхнього виконання, виборі способу презентації знань.

Другий чинник — компетенції. Найбільша мотивація з'являється в нас тоді, коли ми любимо виконувати якусь дію і відчуваємо, що нам вдається робити це якісно. Зазвичай це добре відомі нам дії, пов'язані з нашими природними здібностями, що автоматично зацікавлює, а також дає відчуття задоволення під час виконання завдання.

Мотивація зникає завжди, коли ми мусимо робити щось, чого не любимо і що погано виходить. Найчастіше це зовсім нові для нас дії або ті, котрі не відповідають нашим природним здібностям. Тобто це дії, що перебувають за межами так званої «зони комфорту».

Часто ми впевнені, що діти лінуються, не виконуючи певних дій, та насправді вони демотивовані. Причиною цього можуть бути: відсутність попередніх знань і вмінь, упевненість, що «нічого не вийде», складність завдання, нерозуміння, з чого починати. Допоможуть поради, інструкції, визначення слабких місць і допомога в їхньому усуненні. *Наприклад*, інструкцію можна подати у вигляді чіткого переліку послідовності дій дитини: спочатку візьми зошит у клітинку, візьми лінійку, візьми олівець і так далі. Діти часто втрачають мотивацію, бо не розуміють, що від них вимагають, помиляються, розгублюються і, як наслідок, відмовляються щось далі робити. Тоді в зоні розвитку вони, з допомогою дорослого, отримують можливості для набуття нових знань та умінь.

Третій чинник — це сенс, або відповідь на запитання «Навіщо мені це вчити чи робити?». Тобто шукаємо сенс навчання чи діяльності, але — наголошую — **особистий для учнів**, а не вкладаємо в них свій.

Прикладом може слугувати історія одного учня, який готувався до ЗНО з непотрібного (на його думку), але все ж обов'язкового предмета. Відповідь на запитання «Навіщо?» проста: для вступу в університет. Однак примусити себе вивчити предмет дитина не могла. У докладнішому спілкуванні з хлопцем учителька виявила, що для нього сенс навчання полягає в досягненні успіхів у різних сферах. Тоді вона звернула увагу учня на те, що вивчення цього предмета може допомогти йому краще пізнати свій стиль навчання, навчитися виявляти наполегливість, розставляти пріоритети — тобто того, що надалі знадобиться в різних життєвих ситуаціях. Підготовка до ЗНО слугуватиме таким собі тренажером для складніших викликів у майбутньому. Саме це й стало для учня мотивацією.

Про мотивацію та критику

Часто діти втрачають мотивацію щось робити після того, як почують критику з боку дорослого — вчителів чи батьків. Цього можна уникнути, зберегти мотивацію, використовуючи правильні моделі подачі критики.

Коли слід поспілкуватися з дитиною щодо неприйнятної поведінки, варто керуватися такими правилами:

- Запросіть учня на розмову приватно, не через іншого учня чи вчителя (якщо ви вчитель).
- Розпочніть розмову з нейтральної теми. *Наприклад*, з погоди.
- Скажіть дитині щось хороше про неї. Якщо взагалі ні за що похвалити, згадайте минулі успіхи.
- Вислухайте дитину, почуйте її пояснення з приводу ситуації чи поведінки.
- Ставте відкриті запитання, які потребують розлогої відповіді. Для цього раджу дотримуватися в розмові діалогічності, коли репліка дорослого закінчується запитаннями: «Що ти про це думаєш?», «Як ти це зробиш?» Починайте із запитань: «Що?» «Як?» «Де?» «Коли?». Уникайте запитання «Чому?», адже воно викликає відчуття провини або активує механізм захисту. Завдання дорослого — спрямувати дитину на зміну поведінки.
- Подайте проблему, яку ви обговорюєте з дитиною, як щось, над вирішенням чого ви працюватимете спільно. Дітям потрібна наша допомога та підтримка.

Проте найголовніше в розмові — це наші стосунки з дитиною, особливо коли ми критикуємо. Тут важливо навчитися з повагою ставитися до особистості дитини, навіть якщо ми не сприймаємо її поведінку. Варто розрізняти конструктивну та деструктивну критику.

Конструктивна критика дозволяє дитині виправити помилки. Людина, яка критикує, пояснює або пропонує, як працювати над поліпшенням критикованого.

Прикладом конструктивної критики можуть слугувати такі висловлювання:

- позитив: добре, що ти зробив домашню роботу;
- факт: у роботі є такі помилки. Якщо ти повториш це правило, помилок буде значно менше, я в цьому впевнена;
- позитивне підкріплення: ти рухаєшся у правильному напрямку, ще трохи зусиль — і все вийде.

Деструктивна критика зазвичай фокусується на емоційній оцінці не тільки вчинків людини, а й її як особистості. Зазвичай вона формулюється у вигляді негативу: «Ти постійно запізнюєшся», «Ти такий неухважний», «У тебе знову купа помилок».

Критикуючи, варто керуватися такими принципами:

1. Не порівнюйте того, кого критикуєте, з іншими.
2. Подавайте критику обмежено: розглядайте одну або, максимум, дві проблеми. Решту відкладіть для іншої розмови.
3. Уникайте саркастичних висловлювань.
4. Не використовуйте узагальнень, — конкретну, фактичну критику легше сприймати.
5. Не формулюйте за дитину мотиви її поведінки. Наприклад: «Ти спеціально це робиш».
6. Використовуйте нейтрально та позитивно сформульовані речення, уникайте негативних висловлювань.

Наприклад: «Так, тут помилка, давай подумаємо, як це можна виправити. Як, наприклад, щодо...». У такому разі ви можете запропонувати стратегію виправлення. Або ж запитайте дитину: «Які в тебе є пропозиції?».

Чарівні пігулки для відновлення мотивації

Якщо ви бачите, що в дитини геть зникло бажання що-небудь робити, є чарівні пігулки-вправи.

Наприклад, якщо дитина впевнена, що в неї щось не вийде, попросіть її написати п'ять позитивних переконань із доказами, що це неправда. Допоможіть дитині визначити свої сильні сторони. Після такої вправи упевненість у собі зростає, з'являється мотивація до подолання труднощів.

Ще одна вправа: «Хто надихає?». Попросіть дитину обрати того, ким вона захоплюється, — в особі родича, друга, кумира тощо. Це може бути хтось, хто живе зараз, чи хтось, кого вже немає. Як ця людина досягла успіху? Який досвід вона має/мала? Якщо мотивація зникає, навчіть дитину подумки будувати діалог із цією людиною. Яку би пораду вона дала? Як би підтримала? Що сказала б?

Отже, **ключ до мотивації насправді підібрати досить просто: поважаємо людину, будуємо критику нейтрально та позитивно, дотримуємося принципів діалогічності, пам'ятаємо про чарівні пігулки.**

<https://zn.ua/ukr/EDUCATION/jak-motivuvati-ditinu-do-navchannja-poradi-dlja-batkiv-i-vchiteliv.html>