

Jak zmotywować dziecko do nauki?

Jakie twoje dziecko ma słabe i mocne strony, zainteresowania i pasje? Jak szybko zapamiętuje nowe treści? Jak radzi sobie z ocenami nauczycieli? Jak reaguje na zasady i reguły? Czy unika tego, co sprawia mu trudność? Czy umie się skupić na zadaniu? Czy szybko się nudzi? Czy dąży wytrwale do celu? Kiedy najchętniej zabiera się do nauki? Co mu w tym pomaga, co przeszkadza? Znajac odpowiedzi na te pytania, zwróć uwagę na to, w jaki sposób komunikujesz się z dzieckiem. Jeśli chcesz mu pomóc, na pewno:

- **nie strasz** - "Jeśli nie nauczysz się wiersza, to dostaniesz słabą ocenę i twoja nauczycielka będzie na ciebie zła. Zobaczysz!";
- **nie oceniaj i nie karz** - "Ponieważ bazgrolisz w zeszytach, nie pojedziesz w niedzielę na urodziny do Pauliny";
- **nie nagradzaj** - "Dostaniesz rower na koniec roku, jeśli będziesz mieć świadectwo z czerwonym paskiem" (kiedy perspektywa otrzymania nagrody jest zbyt odległa, sama nagroda traci na wartości);
- **nie porównuj** - "Kasia to dopiero dobrze się uczy, mógłbyś brać z niej przykład";
- **nie stawaj zawsze po stronie nauczyciela czy wychowawcy** - "Gdybyś się nauczył, dostałbyś lepszy stopień, za mało się przykładasz, weź się do roboty".

To, jak mówisz do dziecka, jest niezwykle ważne. Warto zmienić swoje nastawienie i zrozumieć, że źródłem osiągnięć, kompetencji i szacunku dla samego siebie nie jest zewnętrzna lecz wewnętrzna motywacja dziecka. Rodzice spodziewają się, że dzieci automatycznie rozwiną w sobie wewnętrzną motywację do nauki, jako bezpośredni rezultat stosowania przez dorosłych kontroli zewnętrznej, na przykład nagradzania czy chwalenia.

Co to jest pochwała?

Pochwała jest słownym komunikatem, który wyraża pozytywną ocenę dziecka, dotyczy jego osiągnięć, zachowania, zalet. Wszystkie te komunikaty są używane zawsze w drugiej osobie liczby pojedynczej. Jeżeli często używasz pochwały, by zmotywować dziecko do czytania, liczenia, odrabiania zadań domowych, grzeczniejszego zachowania, wykonywania różnych aktywności, twoją intencją jest nagrodzić słownie zachowanie, które uważasz za słuszne. Dzieci nadmiernie chwalone szybko uczą się wybierać tylko te rzeczy, które ich zdaniem spodobać się rodzicom. Unikają więc robienia tego, co spotyka się z ich obojętnością. W konsekwencji częste stosowanie pochwał prowadzi do podważania wewnętrznej motywacji dziecka, co może owocować rezygnacją z różnych form działania. Ponadto, w dłuższej perspektywie, kiedy dziecko przyzwyczai się do różnych sposobów nagradzania, ich brak może być odbierany jako dezaprobata, a otrzymywanie wielu pochwał lub nagród może osłabić ich znaczenie. Często także pochwała może nie odpowiadać własnej samoocenie dziecka.

Ukryta myśl

Chwalenie zawsze zawiera tak zwaną "ukrytą myśl". Kiedy mówisz: "Jesteś tak inteligentny, że możesz mieć najlepsze oceny" - ukryta myśl brzmi: "Dlaczego ich nie masz? Czemu się tak mało starasz? Zrób coś z tymi ocenami, nie jestem z ciebie do końca zadowolony". Albo: "Naprawdę bardzo ładnie dzisiaj odrobiłeś lekcje" - ukryta myśl: "Mam nadzieję, że tak już będzie zawsze, wtedy naprawdę będę zadowolona i spokojna".

Ukrytą myślą w pochwałach jest również subtelnie wyrażony krytycyzm, który, niestety, czasem jest zalecany jako skuteczny sposób motywowania dzieci. Na przykład:

- "Aniu, uczysz się znacznie lepiej niż w pierwszym semestrze, ale nadal musisz poświęcić dużo uwagi nauce."
- "Bardzo ładnie się nauczyłeś tego wiersza. Byłabym jeszcze bardziej zadowolona, gdybyś nauczył się do sprawdzianu z matematyki tak jak prosiłam, ale naprawdę widać, że się starałeś."
- "Marku, bardzo dobrze, że dostałeś piątkę z matematyki, ale ta trójka z polskiego to chyba wymaga poprawy."
- "Bardzo ładnie, że odrobiłeś już lekcje Filipie. Jeszcze bardziej byś mi się podobał gdybyś wyszczotkował sobie włosy, ale naprawdę widać, że się starasz."

Czym zastąpić pochwały?

Komunikaty pozytywne typu **JA** wprowadził w 1964 roku Dr Thomas Gordon. Jest to jasny komunikat, który pokazuje, jak zachowanie dziecka wpływa na ciebie - wysyłającego ten komunikat rodzica. Podczas wszystkich kursów Treningu Skutecznego Rodzica zachęcam, aby rodzice nauczyli się wysyłać właśnie takie komunikaty zamiast "typowych" pochwał. Oto kilka przykładów komunikatów typu **JA**:

- "Podoba mi się, że tak starannie odrobiłeś lekcje, naprawdę to doceniam";
- "Uważam, że jesteś inteligentna, i to jest twoja mocna strona";
- "Kasiu, doceniam, ile wysiłku włożyłaś w to, aby czytać coraz lepiej, jestem z ciebie dumna";
- "Marku, ogromnie się cieszę z twojej piątki z matematyki. Moje gratulacje";
- "Jestem pod wrażeniem, że już odrobiłeś lekcje, Filipie";

W przeciwieństwie do zwykłych pochwał, komunikaty tego typu mówią o tobie, osobie która je sformułowała, nie oceniają dziecka. Aby pozytywne komunikaty były dla dzieci wiarygodne, muszą być uczciwe i prawdziwe, wolne od wszelkich ukrytych podtekstów.