

Как повысить мотивацию к учебе: советы для школьников и их родителей

Психологи утверждают, что при обучении мотив в 2,5–3 раза важнее интеллекта. В теории мотивация – это побуждение человека к совершению осознанных или неосознанных действий, способность активно удовлетворять свои потребности, достигать поставленной цели. По факту – это упорство и целеустремленность, без которых не может быть достигнута ни одна цель.

Как мотивировать ребёнка на учёбу, если он не хочет учиться, не выполняет домашние задания, на уроках часто отвлекается, его не беспокоит успеваемость? Когда класс и школа ассоциируется у него с психологическим дискомфортом, тревогами, скукой, никакие стимулы не помогут. Причин может быть несколько.

- Малыш просто не подготовлен к школе. Родители считают, что он развит не по годам, у него широкий кругозор. Однако первоклассник может быть психологически не готов подчиняться школьному распорядку, не может спокойно сидеть на уроке, слушать учителя. В таком случае, возможно, ему стоит ещё на год остаться в детском саду.

- Причиной плохой успеваемости могут послужить конфликты с учителем или товарищами по школе. Разберитесь в ситуации и постарайтесь изменить её.

- Бывает, что желание заниматься отбивают непомерные амбиции родителей. Одни ругают своих чад за то, что те приносят из школы четвёрки вместо пятёрок. Тогда у ребёнка складывается заниженная самооценка, он считает себя неспособным учиться лучше. Пропадает эмоциональная связь с родителями. Другие записывают ребёнка в несколько кружков одновременно, не спрашивая, хочет ли он их посещать. В результате школьник не оправдывает надежд и учится гораздо хуже, чем мог бы, если бы ему не мешали завышенные требования со стороны семьи.

Индивидуальный подход

Дети воспринимают новую информацию по-разному: одни зрительно, другие на слух. В зависимости от этого одному ученику, чтобы усвоить урок, предпочтительнее прочитать учебник, а другому выслушать объяснения учителя и дома повторить задание вслух. У одних склонности к точным наукам, другие – ярко выраженные гуманитарии, третьим учиться скучно, потому что они всё схватывают на лету, а кому-то надо больше времени и усилий, чтобы понять новый материал.

Когда трудности накапливаются, учащийся просто теряет интерес, без которого даже самый гениальный педагог не сможет передать знания в должной мере. К сожалению, программа общеобразовательной школы рассчитана на среднестатистического ученика и не учитывает этих нюансов. Давайте подумаем, как можно ненавязчиво, без давления повысить мотивацию к учёбе.

1. Показываем пример

Вспомните свои школьные годы, поделитесь опытом. Что именно вас больше всего интересовало в том возрасте, в котором сейчас находится ваш сын или дочь? Расскажите, какие сложности вставали перед вами, как вы их преодолели. Школьнику необходимо почувствовать, что он не одинок в своих переживаниях.

Оглянитесь на тех, кто находится рядом с вами. На примере людей, которые в жизни многого добились, объясните ребёнку в доступной форме, что успех и благополучие сами по себе не приходят. Для этого необходимо очень постараться, добиться таких же результатов можно только благодаря полученным знаниям.

2. Постановка цели

Вовремя и правильно поставленная цель стимулирует упорство и окрыляет, повышая самооценку. Разделите цели на перспективные (долгосрочные) и краткосрочные. Выделите в каждой категории самое привлекательное. Делайте эмоциональный акцент на промежуточных результатах, это поможет повысить желание заниматься, настроить на конечный результат.

3. Пофантазируйте на тему «космонавтов» и «балерин»

Постарайтесь как можно раньше заставить малыша задуматься о выборе профессии. Кем он хочет стать, когда вырастет? Это глобальная цель, двигаться к которой необходимо уже сейчас, получая знания, без которых он не сможет обойтись в дальнейшем. Пусть по мере взросления выбор профессии изменится, главное – понимание, что стыдно будущему космонавту не знать математики, а балерине и на сцене пригодятся знания физики.

4. Результат, который можно увидеть уже сейчас

В младших классах детям понятнее то, что будет через день, через неделю. Заинтересуйте ребёнка задачей на ближайшее время. Например, получить хорошую или отличную отметку по заданному материалу.

У каждой поставленной цели есть свой срок, что позволяет избежать неопределённости. Визуализация задачи облегчит выполнение, поэтому её лучше записать. Она может состоять из нескольких этапов. Соответственно, каждый этап записывается отдельным пунктом и для каждого устанавливается свой срок.

5. Про эффективность пряников

Эмоциональное, как и материальное, вознаграждение – движущий механизм, самый мощный побудитель к действию. Получение награды приводит к удовлетворению, пониманию, что всё сделанное было не зря. И чем больше труда затрачено, тем слаще успех. Так в сознании закрепляется мысль о положительном факторе результата тяжёлого труда. Положительные эмоции подстегнут к дальнейшей работе, и на следующую цель не жаль будет потратить больше сил и времени.

Метод пряника действует гораздо эффективнее, чем стимулирование кнутом. Систематические наказания, принуждение делать уроки дадут обратный результат. Особенно это касается малышей начальных классов. Психологи рекомендуют подобрать для ребёнка то, чему он, безусловно, обрадуется. Неплохо обговорить заранее, каков будет подарок. Не стоит поощрять его в процессе достижения результата. И разумеется, в случае провала о вознаграждении речи идти не должно.

Чем сложнее цель и чем больше усилий на неё затрачено, тем значительнее должно быть поощрение. Наметившийся прогресс, более высокие оценки в четверти – повод для поощрения. Что может послужить наградой – каждый решает сам.

Но не зааривайте ребёнка подарками по любому поводу. Процесс получения знаний и хорошие оценки потеряют свою значимость.

6. Увлечённость

Бесспорно, это одна из лучших мотиваций. Все школьные предметы одинаково любить невозможно. Но если некоторые из них (или даже один) заинтересуют школьника, то это существенно повысит эффективность процесса получения знаний по всем предметам. Увлечь

учащихся помогают инновационные технологии, нестандартная подача учебного материала, тематические экскурсии. В младших классах практикуется игровая форма обучения.

Увлечённость предметом в значительной степени зависит от того, насколько доходчиво педагог объясняет изучаемый материал. Но и роль родителей тут далеко не последняя. Если вы вместе посещаете соответствующие возрасту ребёнка театральные спектакли, музеи, выставки, интерактивные площадки, такие мероприятия расширяют его кругозор.

Если подростки считают, что определились со своей дальнейшей специализацией, то часто они начинают игнорировать непрофильные предметы. Важно объяснить, что это ошибка, которая в дальнейшем может привести к непредсказуемым результатам. Ведь каждый предмет школьной программы связан с реальной жизнью. Подберите примеры из повседневности, когда тот или иной материал, изучаемый в школе, будет иметь практическую значимость. Найдите увлекательные книги, необычный материал по изучаемому вопросу.

7. Самомотивация

Кто с детства привык ставить перед собой цели, тому и в дальнейшем проще будет овладевать новыми знаниями, ориентироваться в быстро меняющемся мире, делать карьеру, стать уважаемым и успешным. Вопрос особенно актуален для детей переходного возраста. У подростка может ослабеть желание учиться и понимание необходимости получения полноценного образования. Правильная и достаточная самомотивация:

- повышает интерес к учебному процессу;
- улучшает дисциплину;
- облегчает понимание и усвоение нового материала;
- повышает уровень оценок по всем предметам.

Не стоит ждать следующего понедельника, чтобы начать заниматься, искать отговорки, ссылаться на отсутствие желания, усталость, какие-либо другие причины. Надо сделать это прямо сейчас. Это может на время лишить комфорта, зато не будет повода для лени. Не стоит ждать, что проблема исчезнет в одночасье – со временем мозг адаптируется, усилий для самопринуждения потребуется всё меньше и меньше. Возможно, самая первая маленькая победа над собой станет предвестником дальнейшего взлёта. Тем более что учеба в школе занимает не так уж и много времени.

Есть такое слово – «надо». Подчас оно лучше всяких уговоров и ухищрений со стороны родителей даёт толчок к началу выполнения уроков. Дети это отлично знают.

8. Организация рабочего места и распорядок дня

Правильная организация рабочего места играет не последнюю роль в обучении. Стол, за которым удобно сидеть, эргономичный стул, верно подобранное освещение, стеллаж или тумба для учебников, тетрадей, альбомов, яркие канцелярские принадлежности, обложки с красивыми картинками, любимое фото на стене. Внешний антураж влияет на желание учиться!

Не откладывайте задания на потом. Никто не знает, что случится дальше: отключат электричество, поднимется температура, зададут дополнительные уроки, появятся непредвиденные дела. Но и всё сразу делать не стоит. От переутомления понижается уровень концентрации внимания. Да и мотивация к учёбе от этого заметно страдает. Лучше всего равномерно распределить нагрузку, ставить перед школьником реально выполнимые цели, соответствующие его возможностям.

Заключение

У школьников изначально присутствует различная степень мотивации к обучению. Одни способны достаточно сильно мотивировать себя сами. Другим необходима помощь извне. Чем младше ребёнок, тем проще пробудить у него интерес к учёбе. Но и к уже подросшим детям можно найти подход.

Готовность трудиться, ставить всё новые и новые задачи всегда приводит к успеху. Ведь недаром в списке мотивации студентов Гарварда есть пункт: «Не попотеешь – не заработаешь».