

Методические рекомендации для родителей

Вопрос: Как мотивировать подростка к учёбе, к каким-то полезным занятиям?



Ответ: Подростковый период – самый сложный этап в жизни любого ребенка. Происходит смена приоритетов: школьные учителя теряют свой авторитет, уступая место друзьям и сверстникам. Как следствие, оценки в школе ухудшаются, мотивация к обучению падает, а ученик упускает полезный материал, который может пригодиться в будущем. Многие родители сталкивались с таким внезапным пропаданием интереса ко всему полезному и нужному. Что делать родителю в этот период?

Слово «мотивация» произошло от английского глагола «двигать». То есть, мотивация – это то, что заставляет совершать что-то, двигаться вперёд в определённом направлении или к какой-то цели. Если у подростка есть мотивация учиться, заниматься чем-то полезным, добиваться каких-то результатов в учёбе, творчестве, такой ребёнок хорошо состоит и во взрослой жизни. Мотивированные люди обычно добиваются прекрасных результатов в профессии, творчестве, спорте, интеллектуальных занятиях.

Мотивация у любого человека, что у взрослого, что у подростка появляется вследствие какого-то стимула. То есть, какая-то причина заставляет его действовать в том, или ином направлении.

- *Простые внешние стимулы.* Сейчас, особенно в обеспеченных семьях, родители, чтобы заставить подростка учиться, заниматься чем-то дополнительно, чаще всего используют простые внешние стимулы.

Например, если у тебя за четверть не будет троек, летом поедешь с нами на отдых за границу, в противном случае – в деревню к бабушке. Или, будешь прилежно заниматься дополнительно английским, купим (далее следует перечень того, что хочет получить ребёнок). Эти внешние стимулы, как правило, действуют недолго. Все покупки и поездки приедаются, и нужно постоянно выдумывать, чем ещё мотивировать подростка на учёбу, занятия,

- *Сложные внешние стимулы.* Эти стимулы тоже действуют на подростка извне. Но они вызывают не только простое желание, сделал – получил. Под влиянием такого стимула, у подростка появляется самостоятельное желание что-то делать, чего-то добиваться, куда-то стремиться. То есть, если какой-то стимул извне заставляет ребёнка не только механически действовать, но и размышлять, придумывать, а потом действовать, это и есть сложный внешний стимул. Например: двое подростков посмотрели фильм «Рембо», обоим он очень понравился. Один из них ограничился покупкой кассеты с этим фильмом, другой захотел стать таким же смелым, ловким и натренированным, как любимый герой. Он записался на занятия по единоборству, активно с удовольствием занимался, подрастая, всё более увлекался своими занятиями, даже впоследствии разработал собственную систему тренировок и стал востребованным и успешным тренером. Вот это и есть сложный внешний стимул. Сложные внешние стимулы отличаются от простых тем, что они не приедаются, так как они заставляют мыслить, что-то придумывать. В результате у человека появляется интерес действовать дальше самостоятельно,

- *Внутренние стимулы.* Это собственное желание учиться, узнавать что-то новое, к чему-то стремиться. К сожалению, у многих современных подростков, особенно из обеспеченных семей, отсутствуют такие внутренние стимулы. Они уже в раннем детстве хорошо знают привлекательность простых внешних стимулов, «сделал – получи», поэтому перестают к чему-то стремиться по собственному желанию, они инфантильны и пассивны, их сложно мотивировать на какие-то самостоятельные действия.

Секреты мотивации подростка. Рекомендации родителям!



- Поощряйте самостоятельность подростка. Ему важно, чтобы старшие воспринимали его как равного. Покажите своему ребёнку, что верите в его собственные силы. Помогайте ему, только если он просит, и даже тогда не предлагайте готовых решений.
- Похвала. Ее любят все. Отмечайте достижения школьника, поощряйте их, хвалите. В начальных классах этого бывает достаточно, чтобы привить любовь к учебе. В любом возрасте любой человек оценит ласку и похвалу! Беспримысленный вариант.
- Сравнивайте достижения подростка только с его собственными. Сравнения с более успешными сверстниками вызовут лишь ревность и понизит самооценку.
- Не критикуйте подростка в присутствии третьих лиц. Свои претензии высказывайте наедине и конструктивно. Фразы вроде «ты никогда ничего не добьёшься» никак не способствуют учебной мотивации.
- Завоевать доверие подростка и уважение непросто, а еще проще его потерять. Если ребенок живет в постоянном страхе и слышит угрозы и шантаж, то вряд ли вы выстроите доверительные отношения. При наличии этой проблемы общения искореняйте ее как можно раньше. Общайтесь с ребенком, больше беседуйте об интересах, узнайте какие предметы вызывают радость, уточняйте и понимайте какие предметы не нравятся и почему. Не навязывайте своего мнения, слушайте. Ребенку важно видеть, что вы рядом с ним, на его стороне, а не против.

- Подавайте пример. Представление о том, что такое «быть взрослым», подросток узнает прежде всего от вас. Если вы хотите, чтобы он стремился к знаниям, регулярно уделяйте внимание собственному развитию.

- Хобби и интересы подростка. Каждый ребенок талантлив. Нет времени – отговорка. Несмотря на свою занятость уделяйте время увлечениям. Узнайте, что нравится вашему ребенку. Очень часто увлечения подростка можно связать со школьными предметами, например, ваша дочь может любить книги (литература, русский, история), увлекается компьютером (информатика, английский), хорошо танцует (физкультура) и так далее. Сын много играет? Поговорите с ним о процессе создания игр. Какие знания могут быть необходимы для этого? Информатика, программирование, дизайн и так далее.

- Денежная мотивация. Отличный способ дать ребенку возможность проявить свои положительные качества и заработать дополнительные карманные деньги. Продумайте шкалу поощрения. При этом стоит ограничить спонтанные покупки «хотелок». Пусть ваш подросток сам своим трудом заработает на желаемую вещь.

- Не используйте шантаж. Вы как родитель должны четко уяснить, что методы шантажа дают обратный эффект. «Будут тройки, не получишь новый телефон». Телефон, конечно, хочется, вот только учеба начинает вызывать все больше отвращение, так как воспринимается как преграда между желаемым и реальностью. Общение с подростками – очень тонкая и деликатная тема.

Выберите для себя подходящие рекомендации мотивации подростка и попробуйте постепенно вводить их. Например, не стоит сразу приходить к подростку с расценками на учебу и предлагать деньги. Хвалите отдельные достижения, поощряйте их, постепенно предложите их систематизировать.

Помните о том, что мотивация – долгий процесс. Он может продлиться от 2-3 дней до 1 года. Наберитесь терпения.