



**ORTAOKUL PSİKOLOJİK DANIŞMA VE
REHBERLİK SERVİSİ**

Motivasyonu Geliştirmenin Yolları

Çocuğunuza Nasıl Yardımcı Olabilirsiniz?

Veli Bilgilendirme Broşürü

Motivasyon...

Çocukları istekli ve düzenli bir şekilde çalışmaya teşvik ettiği için başarıları üzerinde önemli bir role sahiptir. Çocuklar genellikle başarıya ulaşma konusunda isteklidir. Fakat başarıya ulaşma yöntemleri birbirinden farklılık gösterebilir.

Çocukları motive etmek için belli yöntemler olsa da her çocuk için geçerli olan bir yöntem yoktur. Bu nedenle ebeveynleri ve öğretmenleri tarafından yönlendirilmeye ihtiyaç duyabilirler. Bu yönlendirmeyi yaparken çocuğun özelliklerinin parmak izi gibi farklı olduğunu, birine iyi gelenin diğerine iyi gelmeyebileceğini düşünmek ve ona göre davranmak gerekir.



Açık ve olumlu bir ilişki kurun.

Çocuğunuzun ve sizin aynı takımda olduğunu unutmayın. Çocuğunuzla olumlu bir ilişki içerisinde kalmaya özen gösterin. Öncelikle motivasyon eksikliğine neyin sebep olduğunu bilmeniz gerekir. Bunun için yapmanız gereken ilk şey çocuğunuzu dinlemektir.

Çocuğunuza motivasyonunun artması için neye ihtiyaç duyduğunu sorabilirsiniz. Onunla konuşurken suçlama ve hayal kırıklığı gibi olumsuz duyguları yansıtmaktan kaçının. Aynı zamanda cezalandırma, tehdit etme gibi yaptırımların da sizi hiçbir yere götürmeyeceği gibi ilişkinize de zarar vereceğini unutmayın.



Ödüllendirin.

Çocuklar övgüler, sarılmalar, çak yaparak tebrik etmeler gibi sosyal pekiştirme yöntemlerine olumlu tepkiler verirler. Bu onlara kendilerini iyi hissettirir. Ödül niteliğindeki etkinlikleri ödev zamanlarının sonrasına yerleştirebilirsiniz.

'Çalışmanı bitirdiğinde film izleyebiliriz'. veya 'Ödevin bittiğinde en sevdiğin yemeği beraber hazırlayabiliriz.' gibi.

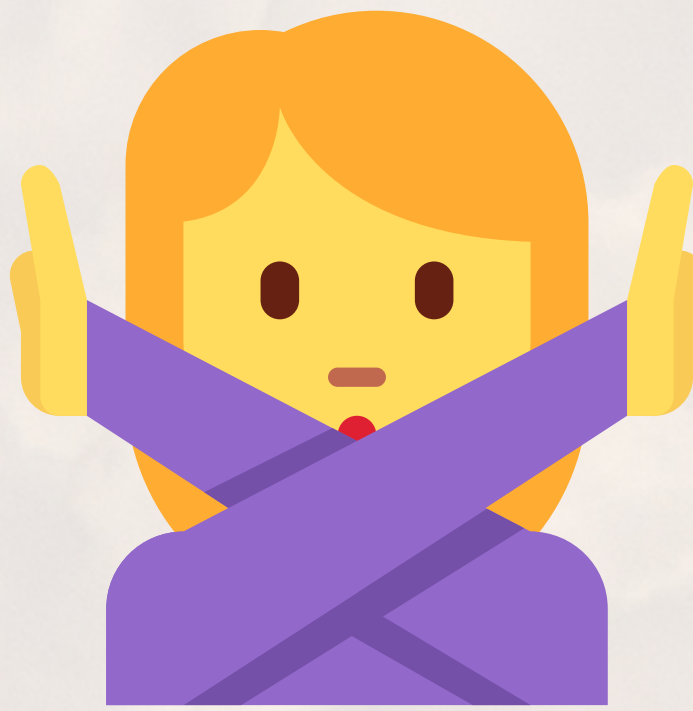
Çocuğunuz henüz yeterli öz disipline sahip değilse, bu türden yönlendirmeler zaman içerisinde onun bu beceriyi geliştirmesine yardımcı olacaktır. Bu henüz yapmaya hazır olmadığı disipline edilmesi ve hazzı ertelemesi gereken durumları nasıl yönetebileceğini öğrenmesine yardımcı olur.

YOU CAN
DO IT!

Bir yapı oluşturun.

Çocuğunuzun kendisini organize etmekte zorlandığı zamanlar için bir yapı/çerçeve kurmasına yardımcı olun. Beraberce bir plan hazırlayabilir, öncelikli yapılacak olan işler, teslim edilmesi gereken projeler, ödevler için bir zaman çizelgesi oluşturabilirsiniz.

Çalışmaya başlamadan önce gerçekçi ve ulaşılabilir hedefler belirlemek önemlidir. Bir işe başlamadan önce hangi adımların tamamlanması gerektiğini, her bir adımın ne zaman ve ne kadar sürede tamamlanacağını belirleyebilirsiniz. Çalışmak için belirlenen süre zarfında ortamdaki dikkat dağıtıcıları (elektronik aletler, dikkatini çekecek eşyalar vb.) kaldırabilirsiniz.



Koyduğunuz kurallarda kararlı ve tutarlı olun.

Çocuğunuz kendisinin hazırladığı veya beraberce hazırladığınız plana uymakta güçlük çekiyorsa, bunun nedenini ona sorabilirsiniz. Eğer sorun canının çalışmak istememesi, kendisini yorgun hissettiği gibi sebeplerden kaynaklanıyorsa, 'Bu durumda çalışmak istememeni anlayabiliyorum, ama senin için zor olsa da başarabileceğini biliyorum.' gibi motive edici cümleler kurarak onu çalışmaya teşvik etmelisiniz. Geçerli bir sebep olmadığı sürece programda değişiklik yapılmaması önemlidir.

İdeal bir çalışma alanı oluşturun.

Çocuğunuz ders çalışırken daha iyi odaklanabilmek için gürültüden uzak, sessiz sakin bir alana ya da yanında birinin olmasına ihtiyaç duyabilir. Çocuğunuzun ideal çalışma alanını bulması için deneyip keşfetmesine yardımcı olabilirsiniz.

Sonucu değil çabayı vn.



Yaptığımız her iş başarıyla sonuçlanmayabilir. Bu durumu çocuklarınız da yaşar. Ancak başarıya ulaştıklarında bile “Aferin” deyip başarısını övmek yerine, başarıya ulaşırken sarf ettiği çabasını övmeliyiz.

Özellikle öğrenmek için daha fazla çaba sarf etmeleri gereken bu süreçte nasıl ilerlediklerine dair olumlu geri bildirimlerde bulunmak çocuğunuzun motivasyonunu artıracaktır.

Bunu yaparken de çocuğunuzun çalışmaları hakkında özel ayrıntılar vermeyi deneyin. Bunu nasıl başardın? Bu sefer farklı bir yol denedin mi? gibi sorular sorabilirsiniz.

Bir şeyde iyi ya da kötü olmanın önemli olmadığını, önemli olanın ilerleme kaydedebilmek için çalışmak olduğunu hatırlatın.

Sonuç olarak, asıl önemli olanın çabalamak olduğu mesajını çocuğunuza verin. Çocukları, işler zorlaştığında devam ettikleri, gayret gösterdikleri, başarılı olabileceklerinden emin olmadıkları halde denedikleri için övmek, kendilerini zorlamaktan keyif almalarına yardımcı olabilir.