

Jak motywować i wspierać dzieci do systematycznego uczenia się poza szkołą?

1. UZNAJ WAŻNOŚĆ UCZUĆ

Dziecko, które czuje się dobrze, zachowuje się dobrze. Dzieci potrzebują nazywania i potwierdzania swoich uczuć.

Zamiast zaprzeczania tym uczuciom /"nie martw się", "nie złość się", "nie bój się"/ lepiej : **określ co** w danej chwili **czuje dziecko** - np. "Widzę, że nie ochooty się uczyć. Rzeczywiście nauka może być trudna, gdy za oknem tak pięknie świeci słońce". **Zaakceptuj uczucia** dziecka, nawet jeśli nie możesz zaakceptować jego niewłaściwego zachowania - np. "Tak się złościsz z powodu tej oceny, że walisz nogą w biurko! Nie mogę na to pozwolić! Ale możesz mi powiedzieć, co cię tak martwi albo narysować".

2. ZACHĘĆ DO WSPÓŁPRACY

Zamiast : obwiniać i oskarżać /"znowu zapomniałeś o lekcjach"/, odgrażać się i straszyć /"jeśli jeszcze raz to zobaczę..."/, rozkazywać /"natychmiast do lekcji"/, prawić kazania /"powinieneś się uczyć, bow przyszłości..."/, wypytywać /"dlaczego to zrobiłeś"/, porównywać /"popatrz na twoją siostrę, ona zawsze pilnie się uczy"/, wyśmiewać /"ale z ciebie mądrala"/ czy przepowiadać przyszłość /"z takim nastawieniem do nauki daleko nie zajdziesz"/,

Lepiej: **opisz problem** /"widzę lekcje do zrobienia"/, udziel informacji /"dobrze jest zrobić lekcje przed obiadem, by mieć wolne popołudnie"/, zaproponuj wybór /"zrobisz najpierw polski czy matematykę?"/, wyraż to słowem lub gestem /"Kasiu, lekcje"/, **opisz co czujesz** /"złości mnie, gdy muszę ci wciąż przypominać o lekcjach"/, wyraż to na piśmie /"Dziś odrabianie lekcji o 12.00

3. BĄDŹ KONSEKWENTNY

Zamiast karania /"zakaz telefonu do odwołania"/ lepiej **zastosuj konsekwencje** czyli skutki, jakie wynikają z zachowania dziecka /"jeśli nie odrobiłeś lekcji, nie możesz mieć czasu wolnego"/.

Gdy dziecko cię nie słucha, możesz też zastosować inne sposoby **zamiast karania**:

- wskaż pomocną metodę /"widzę, że trudno ci czytać - może warto poświęcić codziennie chwilę na przeczytanie jednej strony lektury lub innej ciekawej książki"/,
- wyraż swoją stanowczą dezaprobatę /"martwi mnie, że zapominasz o swoich lekcjach"/,
- określ swoje oczekiwania /"oczekuję, że lekcje będą zrobione przed obiadem"/,
- pokaż dziecku, jak może się poprawić /"chciałabym zobaczyć odrobione zaległości z matematyki"/,
- zaproponuj ograniczony wybór /"wolisz zrobić lekcje przed czy po południu?"/,
- pozwól dziecku doświadczyć, jakie są konsekwencje jego zachowania /"gdy lekcje są nie odrobione, nie można oglądać telewizji"/.

4. UŁATW SAMODZIELNOŚĆ

Zamiast ochraniać i wyręczać wciąż swoje dzieci, lepiej **daj dziecku czas i okazję** do samodzielnego radzenia sobie ze swymi trudnościami i **okaż szacunek dla** dziecięcych **zmagań** /zamiast "to łatwe", lepiej "robienie zadań nie jest proste, wymaga dużo wysiłku"/.

5. WSPÓLNIE SZUKAJCIE ROZWIĄZAŃ

Zamiast toczyć bitwy o odrabianie lekcji, lepiej **spróbuj wspólnie z dzieckiem** rozwiązać ten problem. Zastosuj technikę "burzy mózgu" pamiętając, że wszystkie pomysły trzeba

zapisać, zanim wybierze się ten, który pasuje obu stronom konfliktu.

6. CHWAŁ UMIEJĘTNIE

Jeśli chcesz skutecznie chwalić dziecko to zrezygnuj z ocen w stylu "świetnie", "ładnie", "wspaniale" i **skoncentruj się na opisaniu tego, co widzisz lub słyszysz** /"potrafiłeś sam policzyć te zadania"/, opisz, co czujesz /"bardzo mnie to cieszy"/. Zamiast krytykować, **wskaż, co należy zrobić** /"trzeba jeszcze tylko sprawdzić to działanie"/.

7. DOBRZE MÓW I MYŚL O DZIECKU

Pamiętaj, **jeśli myślisz**, że masz grzeczne, mądre, pilne dziecko, to prawdopodobnie tak będzie; jeśli zaś myślisz, że twoje dziecko to leni, nieuk i kłamczuch to też prawdopodobnie tak będzie. Dzieje się tak dlatego, że mamy skłonność dostrzegać tylko te zachowania, które potwierdzają nasze schematy poznawcze a pomijając, nie dostrzegać tego, co im zaprzecza. Warto więc **stwarzać okazje**, w których na swoje dziecko możesz popatrzeć w inny, lepszy niż dotychczas sposób /np. gdy dziecku uważanemu za nieodpowiedzialne uda się przez przypadek czegoś dopilnować/ i dbać o to, by dziecko mogło usłyszeć o sobie coś pozytywnego /"tak bardzo mu się nie chciało a jednak odrobił te lekcje"/.

Zaprezentowane tu rady są fragmentem szkolenia dla rodziców w ramach warsztatów "Szkoła dla rodziców i wychowawców" i zostały opracowane w oparciu o książkę A. Faber, E. Mazlish "Jak mówić, żeby dzieci się uczyły w domu i w szkole".