

TEMBEL DEĞİLİM, MOTİVASYONUM EKSİK!

Motivasyon; bir işi yapmak için duyulan istektir.

Çocuğunuz;

- sürekli sizin hatırlatmanızla ders çalışıyorsa,
- çalışmaya başlamakta ve çalışmayı sürdürmekte zorlanıyorsa,
- başladığı ödevi bitirmesi çok uzun sürüyorsa,
- çalışma süresince sürekli başka şeylerle (silgi ile oynama, kağıda başka şeyler çizme vb.) oyalanıyorsa,
- çalışmanın gereksiz olduğunu söyleyerek kendini buna inandırıyorsa,

çalışmaya karşı motivasyon eksikliğinden (yetersiz güdülenme) söz edebiliriz. Bunun sebebi çocuğunuzun ders çalışmaya olan ilgisizliği, daha cazip olan diğer etkinliklerin yanında çalışmayı sıkıcı bulması, çalışacağı konuyla ilgili yetersizlik duygusu, fiziksel-zihinsel-duygusal ihtiyaçları ya da yorgunluk hissi olabilir.

Neler Yapabiliriz?

- Çocuğünüzü tanıyın. Her çocuk farklı yöntemle öğrenir. Çalışma yeri, şekli değişiklik gösterebilir. Onun en çok verim aldığı koşulları tespit etmeniz motivasyonunu destekleyebilir.
- Fiziksel ihtiyaçlarını gidermiş olduğundan emin olun. (Düzenli uyku, beslenme, dinlenme, tuvalet vb.)
- Zihinsel ve duygusal açıdan hazır olduğundan emin olun. (Ailesiyle vakit geçirme, varsa sıkıntısını paylaşma, günü hakkında sohbet etme, söylemek istediklerine fırsat yaratma vb.)
- Çalışma ortamını elverişli hale getirin. (Dikkatini dağıtacak nesnelere çalışma alanından kaldırma, gerekli araç gereçleri hazırlama, odanın ısı ve ışık miktarı vb.)
- Kurallar ve sınırlar koyun. Bunu yaparken iyi, yardımsever ve net olun.

ÖRNEĞİN; ödevin bitmesi gereken son saati birlikte belirleyin ve bu konuda taviz vermeyin.

- Güç savaşına girmeyin, aynı takımda olduğunuzu hissettirin.

ÖRNEĞİN; olumsuz konuşmalar yerine rahatlatıcı ve destekleyici konuşmalar yapın. (Yapamazsın, bitiremezsin, tembellik yapıyorsun vb. demek yerine; sen

yapabilirsin, başlayınca hemen bitireceğine inanıyorum, istediğin zaman yardıma hazırım vb. cümelerle motivasyonunu arttırabilirsiniz.)

- Motivasyonun yüksek olduğu zamanlardaki performansını hatırlatın.
- İlham verici örnekler paylaşın. Bu kişi belki de sizsinizdir...
- Çalışmayı eğlenceli hale getirin.

ÖRNEĞİN: Zaman ölçer (kum saati, kronometre) kullanabilirsiniz. Çocuğunuzla birlikte belirlediğiniz süre içinde siz de kendi sorumluluklarınızdan bazılarını tamamlayabilirsiniz. (Planladığınız süre içinde çocuğunuz ders çalışırken siz de ev işleriyle meşgul olabilir, daha sonra birlikte bir etkinlik planlayabilirsiniz.)

- Anne babası mutlu olsun, öğretmeni memnun kalsın, arkadaşları gibi olsun diye değil; kendi gelişimi için çalışması gerektiği konusunda çocuğunuzun içgörü kazanmasını destekleyin....

Yaratıcı insan başarıma arzusu ile motive olur, başkalarını geçme arzusu ile değil.

Ayn Rand

PDR BİRİMİ