

*Консультация для родителей
Консультанта «Родительский университет 24/7»
Демяновской Е.В.*



12-18. Как повысить учебную мотивацию у подростков.

Учебная мотивация - динамическое явление; она изменяется в течение жизни человека и имеет в каждом возрасте свою специфику. В чем сущность потребности в знаниях? Как она возникает? Как она развивается? Эти вопросы волнуют многих родителей. Учителя знают, что школьника нельзя успешно учить, если он относится к учению и знаниям равнодушно, без интереса и, не осознавая потребности к ним.

Поэтому перед школой стоит задача по формированию и развитию у ребенка положительной мотивации к учебной деятельности. Для того чтобы учащийся по-настоящему включился в работу, нужно, чтобы задачи, которые ставятся перед ним в ходе учебной деятельности, не только были понятны, но и внутренне приняты им, т.е. чтобы они приобрели значимость для учащегося и нашли, таким образом, отклик и опорную точку в его переживании.

Развитие учебных мотивов тесно связано с уровнем академических успехов учащихся. Успешные учащиеся отличаются от менее успешных выраженностью внутренней учебной мотивации (мотивы познания, достижения и саморазвития). В то же время у них слабее выражена внешняя социальная мотивация — стремление заслужить хорошей учебой принятие родителей, признание одноклассников и уважение учителей .

Отметим, что в подростковом возрасте мотив принятия родителями и стремление заслужить уважение учителей обнаруживают тенденцию к снижению. У слабоуспевающих учащихся круг учебных мотивов более узок, чем у хорошо успевающих учеников: часто отсутствуют широкие социальные мотивы, слабо выражены познавательные и учебные мотивы.

Среди социальных мотивов наиболее выражен мотив общения с одноклассниками, не адекватный целям учения при традиционной форме организации учебной деятельности учащихся. Учебное сотрудничество подменяется личным общением и зачастую выступает скорее как отвлекающий от учения фактор. У слабоуспевающих детей часто доминирует мотив избегания неудачи или наказания, создающий отрицательный эмоциональный фон учебной деятельности. Это является индикатором низкой или амбивалентной самооценки, неуверенности в себе, низкого самоуважения.

Если же у слабоуспевающих детей сильно выражена мотивация достижения успеха, то, как правило, за ней кроется неадекватно завышенная самооценка, провоцирующая развитие аффекта неадекватности (М. С. Неймарк) и дезадаптивного поведения учащегося. Аффект неадекватности заключается в стремлении подростка сохранить неадекватно завышенную оценку несмотря ни на что, что приводит к серьезному искажению поведения, защитным реакциям избегания, вытеснения, игнорирования и ухода и в конечном счете — к невротизации личности. Однако более типичным для слабоуспевающих подростков является снижение мотивации достижения успеха и возрастание мотивации избегания неудач .

Для всех современных подростков характерно доминирование мотива получения хороших отметок, причем лишь у учащихся, показывающих самые высокие академические достижения, на первое место выходит мотив познания. Однако стремление к получению хороших отметок может выполнять различные функции, включая регулятивную, когда оценка является показателем эффективности учебных действий и необходимости их изменения и дает возможность добиться социального признания.

Подростки с высокой школьной успешностью отличаются от менее успешных четкими представлениями о своем учебном потенциале, причинах успеха и неудач, средствах организации и контроля учебной деятельности, используют более эффективные стратегии совладания с трудностями в учебе, обнаруживая высокую академическую самоэффективность. Гендерные различия в структуре мотивации учебной деятельности заключаются в большей значимости внутренней — познавательной мотивации и мотивации достижения — у девушек по сравнению с юношами и большей значимости внешней мотивации у юношей

По мере взросления мироощущение и потребности ребёнка меняются, то, что мотивировало учиться в начальной школе, к средней может перестать работать. Чтобы мотивировать подростка к обучению, необходима новая стратегия. В этой статье мы расскажем о пяти типах мотивации человека и дадим практические советы по их применению в школьной жизни.

Особенности мотивации подростков

Если ребёнок с удовольствием учился в начальных классах, а с переходом в среднюю школу его интерес к учёбе начал снижаться, это может происходить по многим причинам. Возможно, пропал эффект новизны, или учебный азарт вытеснили новые увлечения.

Младшеклассника мотивирует учиться сам процесс получения новых знаний — достаточно лишь сделать его увлекательным. Подростку же важнее доказать миру, что он уже не ребёнок, получить уважение сверстников и признание старших.

Желание самореализации может стать хорошей основой мотивации подростков к учёбе. Объясните ему, что быть взрослым — значит брать на себя ответственность и принимать решения, а серьёзное отношение к учёбе будет лучшим способом доказать окружению свою состоятельность. Такая мотивация учебной деятельности, а также грамотная система поощрения и конструктивная критика позволят сформировать у подростка более зрелое

отношение к учёбе, осознать важность самообразования и понять, зачем учёба необходима лично ему.

Методики мотивации подростков

Чтобы успешно учиться, подростку важно осознавать практическую пользу получаемых знаний: как они пригодятся в жизни, помогут реализовать мечту, повлияют на его социальный статус и так далее.

Чтобы выбрать правильную методику учебной мотивации подростка, необходимо выяснить, что именно привлекает его в учебном процессе, и скорректировать этот процесс с учётом его потребностей.

По аналогии с трудовыми отношениями взрослых можно выделить пять типов мотивации учебной деятельности подростков. Рассмотрим каждый из них.

1. Борец за идею

Есть подростки, которые не перестают гореть одной идеей на протяжении многих лет или постоянно придумывают себе новые устремления. Они романтики и мечтатели, обладающие незаурядной фантазией. «Идейники» часто берутся за масштабные проекты, но встречая на пути трудности, могут бросить на середине и увлечься чем-то другим.

Как мотивировать: чтобы «идейник» находил в себе силы преодолевать преграды и продолжал идти к своей мечте, ему необходима поддержка. Даже если идея вашего ребёнка не кажется вам стоящей, не критикуйте её. Помните, что многие великие люди выросли именно из мечтателей. Покажите ребёнку, что искренне верите в него и помогите найти окружение, разделяющее его интересы: пусть он почувствует, что не один. И тогда он сможет преодолеть все трудности и не растеряет свой энтузиазм.

2. Душа компании

Если ваш подросток — выраженный экстраверт и любит находиться в центре внимания, значит, для него важнее всего быть нужным и принятым. Это можно использовать как способ учебной мотивации. Одобрение окружающих вызывает у таких подростков гордость и желание новых свершений, однако, они легко поддаются влиянию окружения.

Как мотивировать: ради общественного одобрения подросток готов на многое. Поэтому для успешной учёбы ему необходимо находиться в окружении, для которого знания и развитый интеллект — это ценность и повод для уважения. Кроме того, чтобы стимулировать желание учиться, «социальщика» нужно хвалить за успехи, и лучше всего публично.

3. Лидер

Быть первым, быть лучшим — формирование мотивации подростков этого типа происходит за счёт амбиций. Трудность достижения цели только усиливает интерес. Преодолев один рубеж, они уже смотрят на следующий. Можно подумать, что если подросток ориентирован на достижения, то особых трудностей с мотивацией возникнуть

не должно. Однако не всё так просто: любая крупная неудача может стать для «лидера» фатальным ударом.

Как мотивировать: во-первых, «достиженцу» требуются правильные ориентиры. Подросток должен понимать, что первое место на районной олимпиаде открывает для него новые перспективы, а получение всех достижений в компьютерной игре едва ли поможет добиться успеха в жизни. Во-вторых, дайте подростку почувствовать, что цените его вне зависимости от успехов. Объясните, что в единичных неудачах нет ничего страшного. Кроме того, таким подросткам необходимо развивать эмпатию и пробуждать интерес к другим людям. Тогда они смогут приобрести ценные лидерские качества и не превратиться в эгоистичных карьеристов.

4. Исполнитель

Одни люди ориентированы на достижение результата, других увлекает сам процесс. Если «исполнитель» чётко знает, что от него требуется и каким будет следующий шаг, то работа будет вызывать у него удовлетворение. «Исполнители» отличаются хорошей усидчивостью и терпением, однако учебная мотивация таких подростков часто не выдерживает столкновения даже с небольшими трудностями, которые несёт в себе новый учебный материал.

Как мотивировать: для успешной учёбы «исполнителю» необходим контроль. Регулярно интересуйтесь его успехами и поощряйте их, а в случае неудач не критикуйте слишком строго, а помогите найти решение и поддержите его старания. Не стоит пытаться силой переделывать «исполнителя» в «лидера». Лучше использовать его сильные стороны: поощрять трудолюбие, усердие и внимательность к мелочам. Это поможет ему хорошо учиться и в будущем стать мастером своего дела.

5. «Бизнесмен»

Подросткам этого типа принципиально важно, какую выгоду принесёт учёба. Они рассматривают учебный процесс как работу, за добросовестное выполнение которой рассчитывают получить материальные блага. Люди с таким типом мотивации знают цену своим усилиям и времени, что позволит им найти достойную работу. Однако необходимо сформировать у них правильные представления о ценностях — материальных и не только.

Как мотивировать: для «бизнесмена» идеально подходит система внешней мотивации. Он готов усердно трудиться, зная, что в конце его ждёт приз. Поэтому за успехи его следует поощрять подарками и, возможно, даже деньгами. Однако важно делать это последовательно: обговорить заранее, какой конкретный результат вы от него ждёте, и что он получит за него. И конечно, ценность подарка должна быть пропорциональна успеху. Важно, чтобы у подростка сложились правильное представление о ценности своего труда. Также необходимо воспитывать в нём ответственное отношение к имуществу и развивать другие стороны его личности. Интерес к материальной стороне жизни похвален, но он не должен быть единственным.

Все описываемые выше типы встречаются в чистом виде довольно редко, как правило, они сосуществуют в различных комбинациях. Кроме того, необходимо учитывать, что с возрастом мотивация подростков может меняться.

Как повысить мотивацию подростка

В заключение приведём несколько советов, справедливых для всех мотивационных типов:

- 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.
- Сравнивайте достижения подростка только с его собственными. Сравнения с более успешными сверстниками вызовет 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.
- Подавайте пример. Представление о том, что такое «быть взрослым», подросток получает прежде всего от вас. Если вы хотите, чтобы он стремился к знаниям, регулярно уделяйте внимание собственному развитию.

Как ещё можно стимулировать подростка к обучению:

1. Обеспечить дома зону релакса.

Возрастные особенности пубертатного периода: рассеянное внимание, повышенная тревожность, эмоциональные вспышки, упадок сил.

Из-за частых эмоциональных скачков, молодой человек не находит понимания в окружающих взрослых, которые предъявляют повышенные требования, не учитывая, что становление нового гормонального фона забирает массу энергии, а ресурсов может не хватать на усвоение школьного материала.

Часто родители это воспринимают как проявление лени. В психологии нет понятия лени и как с ней бороться. Зато есть конкретные проблемы - это отсутствие энергии и отсутствие мотивации.

И первое, чем мы можем помочь нашему ребёнку - это правильно распределить энергетический ресурс.

Энергии всегда столько сколько есть в конкретном человеке и она расходуется, нужно понимать куда.

И куда же она может утекать, если на учебу не остаётся?

На активный рост, на изменения гормонального фона, на сопротивление взрослым (при авторитарной модели воспитания), на компьютерные игры, на переживания сильных чувств (первая любовь, отверженность, предательства друзей и т.д.), на усилия к

саморегуляции, на поддержание своего авторитета в глазах окружающих сверстников, на переработку junk food (еда-мусор ЭТО ВАЖНО!). И это далеко не полный список! Она утекает и утекает.

Просмотрите, что крадет его силы и обеспечьте ребёнка всем необходимым. Это расписание на видном месте, записочки-напоминалки с делами по дому, программатаймер для включения и отключения компьютера, сбалансированный рацион и т.д.

Как ещё можно восполнить энергию? В простом общении с друзьями, в комфортной обстановке дома, спорт.

Дом должен стать местом куда хочется приходить после трудного дня. А когда и дом становится «полем боя», то... утекает и утекает...

2. Узнать причину нежелания.

После того как дом стал наполнен понимающими, любящими и более терпимыми людьми, возвращается доверие.

Правила этикета в диалоге помогут узнать какие предметы ребёнок не любит, к каким относится терпимо, а какие нравятся и почему.

Часто дети не успевают даже по предметам которые любят, потому что не хватает сил. Здесь важно расставить приоритеты!

Есть один психологический трюк! Разрешить по ненавистным предметам делать задание на три, по терпимым на четыре, но по любимым на пять. После того как ребёнок станет успешен по некоторым предметам, он окрыляется и подтягивается по остальным.

Попадает в зону успеха и искренне считает, что этого его выбор, а выбор - это свобода, которая так необходима подростку для роста мотивации.

3. Сделать упор на сильные стороны.

Опять вопрос приоритетов. Кого мы хотим вырастить?

Каждый человек имеет свои сильные и слабые стороны. Развивать нужно сильные.

Если подтягивать слабые, то сильные упадут. Таланта не будет, а будет средняя успеваемость.

Посредственных людей в жизни очень много - это те люди, которым не позволили раскрыть свой потенциал.

Когда упор делается на сильные стороны мир получает талантливого, свободного и успешного человека.

Например, по химии три (предмет не нравится), а по истории четыре, почти пять (предмет нравится). Какого надо нанять репетитора? А какого чаще наймут родители?

4. Профориентированность.

В четырнадцать лет ребёнок чаще знает кем хочет стать, а если говорит, что ещё не определился, значит боится критики своего выбора.

В этом моменте больше всего родители совершают стереотипных ошибок.

Нужно понимать, что успешным счастливым человек может стать с абсолютно любой профессией, и важно не настаивать на своём, а уважать ,и главное, поддержать выбор вашего, почти, взрослого человека.

Определите, вместе с ним, какие предметы необходимы для будущей профессии, на них и упор!

5. Контроль-помощь.

Чаще у родителей позиция контроль-давление. Например: «делай уроки!!! Ты сделал уроки? Делай! Будет двойка пеняй на себя!», вместо: «с чем ты сам справился? Молодец! Тебе нужна моя помощь? В чем трудность? Давай вместе разберёмся?»

6. Положительное закрепление.

Если ребёнок уже давно находится в ситуации неудачи, то рекомендации выше начнут работать не сразу.

Он потерял веру в себя и устал от скандалов дома. Он закрылся в своей черствой скорлупке.

До ребёнка следует донести мысль, что: «мне не важно какие оценки ты получаешь в школе, мне важно какие у нас с тобой отношения. Мне важно чтобы между нами была любовь и понимание».

Знаю возражения многих родителей: «что значит не важно? Мне важно!», тогда определите для себя, что важнее - хорошая война или худой мир?

Успехов Вам и Вашим детям!