

ÇOCUKLARDA MOTİVASYON

Çocuklarda Motivasyon

Okulların kademeli olarak açılmaya başlamasıyla birlikte çocuklarınızın motivasyon kaybı yaşadıklarını düşünüyor ya da dikkatlerinin çok çabuk dağıldığını gözlemliyorsunuz. Peki bu iki konuda ebeveynleri olarak bizler ne biliyoruz? Yaptığımız yanlışlar neler? Çocuklarımız için neler yapabiliriz?

Başarı, belirlenen amaç ve hedeflerin gerçekleştirilmesidir.

Motivasyon ise, harekete geçmemizi sağlayan güçlü istektir.

Motivasyon Nedir?

İnsan davranışlarının temelinde ihtiyaç vardır. Bu ihtiyaçlar insanı harekete geçiren itici gücü oluşturur. İşte bu itici güce motivasyon diyoruz.

İç motivasyonu yüksek çocuklar;

- 1-Genelde amaçlarını bilmek isterler.
- 2-Planlı çalışmayı severler.
- 3-İstekli ve sabırlıdırlar.

Dış motivasyonu yüksek çocuklar;

- 1- Sürekli yönlendirilmeye ihtiyaç duyarlar.
- 2- Sabırsızdırlar, kısa sürede hemen iş bitsin isterler.
- 3- Kısa sürede tamamlanmayan işlerden çok çabuk sıkılırlar ve enerjileri düşer.
- 4- Başladıkları işleri çoğu zaman yarım bırakırlar ve sürekli mazeret üretirler.
- 5- En belirgin özellikleri de ertelemedir. Sorumluluklarını sürekli erteler ve biriktirirler.

**EĞİTİM
AİLEDE BAŞLAR**
Veliler çocukların başarısında okul kadar hatta daha da önemli bir etkiye sahiptir.



Başarı konusunda, bazı anne babalar sadece akademik başarıyı anlıyor.

Bu hatalı bir yaklaşımdır.

Olumlu ahlaki davranış, dürüst ve adil olmak ve sağlıklı iletişim becerilerine sahip olmak da bir başarıdır.

<https://adiyamanram.meb.k12.tr>



Adıyaman Rehberlik ve
Araştırma Merkezi

Veli Bilgilendirme Broşürü

Anne Babalara Önerilerimiz

1- Çocuğunuzun görme ve işitme sağlığı iyi olmalı. Sorun varsa gecikmeden tedavi yoluna gidilmeli.

2- Çocuğunuzun ruh sağlığı iyi olması desteklenmelidir. Ruh sağlığı bozulan çocuğun motive edilmesi zor olur.

3- Çocuğunuzda ciddi anlamda dikkat ve konsantrasyon problem olup olmadığını kontrol edin. Şüphelendiğiniz bir durum varsa bir uzmana inceletin.

4-Sağlıklı beslenmeli. Özellikle kahvaltı ihmal edilmemelidir. Karbonhidrat ve şeker ağırlıklı beslenme sağlıklı değildir. Özellikle protein ağırlıklı beslenmelidir. Susuz kalmamalıdır.

5- Sağlıklı bir uyku düzeni olmalı. Gece geç saatlere kadar film izlemek, akıllı telefon ile yazışmak vb. durumlar uyku sağlığını bozar ve bu durum hafızayı olumsuz etkileyebilir. Araştırmalar sağlıklı uyku uyuyan öğrencilerin uyku düzensizliği yaşayan öğrencilere oranla daha iyi not aldıklarını ortaya koydu. Uykuları yetersiz olan çocukların öğrenme becerileri ve dikkati zayıflar.

6- Aile içi iletişim ve huzur da çok önemli. Sürekli tartışmaların ve huzursuzlukların olduğu aile ortamı çocuğun ruh sağlığını bozabilir ve öğrenmesini de olumsuz etkiler.

7- Veli toplantıları ve veli seminerlerine düzenli olarak katılmalısınız. Çocuğunuzun eğitim ve davranış açısından durumunu öğrenmek için düzenli aralıklarla okuldan ve öğretmenlerden bilgi almanız, çocuğunuzun dikkatini çeker ve okulda daha olumlu hareket etmesini sağlar.

8- Sevgi, şefkat, ilgi ve değer vermek vb. olumlu yaklaşımları eksik etmemeliyiz. Anne baba sevgisi okul başarısında olumlu etki yapar.

9- Kendisini duygusal olarak güvende hisseden çocuk çok daha iyi öğrenebiliyor. Ayrıca iyi bir dinleyici olmalıyız. Düşüncelerini rahatça ifade etmesini teşvik etmeliyiz.

10- Olumlu davranışlar sergilediğinde sıra alışkanlık yapmayacak şekilde çocuğunuzun ödüllendirilebilirsiniz. Ödevini yaptığında övgüyle, güzel cümlelerle, gülümseyerek onları ödüllendirmelisiniz.

11- Olumlu yönlerini ön plana çıkararak onu cesaretlendirin ve cesaretlendirici sözler söyleyerek özgüvenlerini geliştirmeye çalışmalıyız.

12- Ulaşılabilir amaç ve hedefler koymasına yardımcı olmalıyız. Amacı hedefi olmayan bir çocuğun başarılı olabilmesi zordur. Amaç ve hedefler davranışı yönlendirir, motive eder.

13- Beraberce haftalık verimli ders çalışma planı yapmalı ve bu plana bağlı kalması için, baskı yapmadan motive edilmeli.

14- Çocuğa neden ödev yapması gerektiğini, faydaları ve ödevi yapmadığında neler kaybedebileceğini hayattan örnekler vererek güzelce anlatmalıyız.

15- Daha önce işlenen konuları unutmaması için arada bir tekrar yapmasının çok faydalı olacağını, böylece öğrendiklerinin akılda kalacağını hatırlatabilirsiniz.

16- Verimli ders çalışma teknikleri ve etkin dinleme teknikleri ile ilgili okul rehber öğretmeninden bilgi almalarını sağlayabiliriz.

17- Sınava hazırlanma ve etkili test çözme becerilerini konusunda da öğretmenlerden ve uzmanlardan bilgi almalı ve çocuğumuza öğretmeliyiz. Ayrıca dikkati ve hafızayı geliştirici eğitsel setler, kitaplar ve materyallerden de yararlanılabilir.

18- Evde kitap okuma saatlerimiz olmalı, beraber kitap okuyarak çocuğumuza bu konuda iyi örnek olabiliriz.

19- Televizyon izleme süresini sınırlamalıyız.

20- Çocuğumuzu, ona iyi örnek olabilecek bir arkadaşı ile birlikte olmasını teşvik etmeliyiz.

21- Aşırı sert ve sürekli suçlayıcı tutum sergilemek çocuğunuzun özgüvenini zedeleyebilir, okuldan, dersten soğutabilir. Asla şiddet uygulamamalıyız. Cesaret kırıcı, bıkınlık ve isteksizlik yaratacak olumsuz mesajlardan kesinlikle kaçınmalıyız. Cezalar sevilen bir şeyden yoksun bırakma şeklinde nadiren verilebilir.

22- Kardeşler arasında asla ayırım yapmamalıyız.

23- Onu, başka çocuklarla asla kıyaslamamalıyız.

24- "Ders çalıştıktan sonra istediğin etkinliği yapabilirsin" diyerek ödevleri bitirmesini teşvik edebiliriz.

25- Çocuğunuzun planlama becerisinin gelişmesi için evde yapması gereken öncelikler hatırlatılmalı ve görebileceği bir yere asılmalıdır.

26- Başarılı kişilerin hayatından başarı öyküleri okuyabilirsiniz. Günlük gazetelerde, kitaplarda, dergilerde çocuğunuza ilham verebilecek, motive edecek ve harekete geçirecek düzinelerce küçük başarı hikayeleri bulabilirsiniz.

27- Ona, başarılı olacağına inandığımızı hissettirmeliyiz.