**ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ ПО ПОВЫШЕНИЮ МОТИВАЦИИ**

Половина людей сдаются на пути к своей цели, потому что им никто не сказал: «Я верю в тебя, у тебя всё получиться!».

Многие родители, у которых есть дети школьного и подросткового возраста, сталкиваются с проблемой отсутствия мотивации к учёбе у ребёнка.

Как же сформировать у школьника желание учиться?

Как сделать так, чтобы у него не пропал внутренний стимул познать новое, вне зависимости от того, сколько усилий надо будет для этого приложить?

Как сформировать мотивацию к обучению у школьника, который считает, что учиться в школе скучно?

Что же такое мотивация, почему происходит её снижение и потеря у школьников, как формируется и работает мотивация к обучению, и что вы можете сделать, чтобы ребёнок начал испытывать удовольствие от процесса обучения и повысил успеваемость в школе.

Одна из основных проблем современной педагогики – отсутствие желания и интереса детей учиться, получать знания. У одних детей мотивация к учебному процессу исчезает, не успев появиться, у других – по разным причинам утрачивается со временем. Почему это происходит, кто виноват и в чём причины?

**Мотивация с точки зрения науки**

Для начала разберём истоки происхождения термина «мотивация». Произошло это слово от английского «movere» - двигаться. Другими словами, мотивация – это то, что двигает человеком, заставляет его с завидным упорством и настойчивостью выполнять то или иное задание и идти к поставленной цели. Мотивированный человек легко достигает интеллектуальных, спортивных и творческих успехов.

Мотивация к обучению запрограммирована в нас от природы: полученное знание или овладение новым умением вознаграждается выплеском гормонов счастья. Обучение можно даже превратить в одержимость, поэтому очень важна правильная дозировка стимуляции. Если ребёнок не знает точно, сможет ли он сделать задание, и тем не менее справляется с работой, степень ощущения успеха наивысшая. И, конечно же, мотивация к обучению у школьника становиться очень сильной. А вот если вознаграждаемого или похвалы не следует или предъявляются завышенные требования, система вознаграждения лопается. То же самое происходит, если успех становится чем-то само собой разумеющимся. Ив этом случае сформировать у школьника желание учиться будет практически невозможно.

Наверное, вы замечали это явление у своего ребёнка: первый раз, сумев правильно разложить картинки, кубики или конструктор, он был очень горд собой, на четвёртый-пятый раз оставался совершенно спокоен. Это и есть мотивация к обучению с научной точке зрения. И зарождается она совсем не в школе, а гораздо раньше – ещё в младенческом возрасте в домашних условиях. Именно родители развивают в ребёнке желание постигать новое и формируют у него желание учиться.

Многие из нас при воспитании детей выбирают разные способы усиления мотивации к познанию. У каждого из этих способов в зависимости от стиля воспитания разные результаты, в каждом из них есть положительные и отрицательные стороны, но самое главное – это стимулирует нас, родителей, к самосовершенствованию в течение всей жизни.

**Психологический аспект. Отсутствие мотивации к обучению – 10 ошибок родителей**

Итогом формирования мотивации к обучению является школьная успеваемость. Но для многих школьников и их родителей время, отведенное для выполнения домашних заданий, становится ежедневным испытанием терпения. Родителям приходится много раз призывать ребёнка сесть за уроки. Вместо того чтобы делать уроки, ученик смотрит в окно, рисует в тетрадке или грызёт карандаш, либо его невозможно оторвать от телевизора или компьютера. Родители теряют терпение, и – слово за слово – разгорается скандал.

Ребёнок не получает удовольствия от учёбы, находясь под постоянным давлением взрослых и, как следствие, полностью теряет интерес и желание учиться. Родителям всё сложнее находить доводы для усиления мотивации к обучению, ведь в понимании ребёнка утверждается уверенность: школа – это каторга. Подобное происходит со многими детьми, и дело тут не в недостатке способностей…

Ежегодно у большинства обучающихся стремление к достижениям в учёбе и мотивация к обучению снижается. Причём если раньше в такую категорию детей попадали в основном подростки (в связи с переходным периодом), то теперь неуклонно снижается мотивация к обучению даже у малышей в начальной школе.

С чего всё начинается?

*Ошибка родителей №1*

Родитель полагает, что ребёнок готов к обучению в школе, потому, что он много знает для своего возраста. Не интеллектуальная готовность – это не синоним готовности психологической, которая определяется уровнем развития произвольности поведения, то есть умением ребёнка подчиняться определённым правилам и делать не то, что ему хочется в данный момент, а то, что делать необходимо. Здесь важно развивать у ребёнка умение преодолевать себя: приучать ребёнка делать не только то, что ему нравиться, но и то, что не нравиться. И это задача еще дошкольного возраста.

*Ошибка родителей №2*

Ребёнка рано отдают в школу. Нельзя отбрасывать со счетов биологическое созревание (костный и зубной биологический возраст). Биологически несозревшего ребёнка лучше в школу не отдавать, так как у него не сформирована рука. Проверить, сформирована ли рука, можно следующим образом: попросить ребёнка ставить точки в клеточки. В норме ребёнок проставляет 70 точек за 1 минуту. Если результат ниже, то вполне возможно, что рука ещё не окостенела.

*Ошибка родителей №3*

Дети не посещают детский сад. Отсутствие контакта со сверстниками ведёт к отсутствию произвольного поведения, когда ребёнок вынужден, что играть с другими, соблюдая правила, даже, если ему не очень хочется, считаться с чужим мнением и желанием, жить в коллективе.

*Ошибка родителей №4*

Неблагополучие в семье: ребёнок, привыкший к высокому эмоциональному отрицательному накалу во время переживаний по поводу своей семьи, как правило, уже просто не реагирует на проблемы по поводу учёбы и отметок – у него просто не хватает на это энергии.

*Ошибка родителей №5*

Отсутствие четкой организации жизни ребёнка, несоблюдение режима дня, безнадзорность в быту – дети, которые организованы помимо школы, т.е. посещают какие-то интересные для них занятия, как правило, несмотря на нагрузку, более мотивированы на учёбу.

*Ошибка родителей №6*

Нарушение единства требований к ребёнку со стороны родителей (всегда есть лазейка для ребёнка что-то сделать не так, как надо, «столкнуть родителей лбами», пожаловаться бабушке и дедушке на родителей).

*Ошибка родителей №7*

Неправильные методы воспитания: подавление личности, угрозы, физические наказания или, наоборот, заласкивание, чрезмерная опека.

*Ошибка родителей №8*

Завышенные требования без учёта объективных возможностей ребёнка; усмотрение злого умысла, лени, в то время, как могут быть объективные причины для этих проявлений (соматическое состояние, особенности умственного развития и пр.).

*Ошибка родителей №9*

«Убивание» мотивации к обучению путём высмеивания, некорректных высказываний, сравнение с другими детьми, «загон» ребёнка в ситуацию неуспеха, неудачи и пр.

Проецирование своих ожиданий на дочку или сына – это, наверное, самая распространённая ошибка родителя, не всегда даже осознаваемая.

*Ошибка родителей №10*

Родители верят в то, что дети должны разделять интересы, которые были у них в детстве, и порой не допускают даже мысли о том, что их ребёнку это может быть совсем не интересно. Давление родителей может быть тем сильнее, чем меньше им самим удалось реализовать в интересующих их областях.

**Какие необходимо создавать условия, в которых ребёнок сам захочет учиться? Формирование побуждения к действию**

Это означает не просто заложить в голову ребёнка готовую цель и мотивы, а создавать такие условия, такую обстановку, в которых ему самому захочется учиться.

1. *Выяснить, что является причиной низкой мотивации: неумение учиться или ошибки воспитательного характера.*

Взрослые часто говорят детям о том, что «не будешь учиться – станешь дворником». Такая далёкая перспектива никак не влияет на мотивацию к обучению. Ребёнка интересует ближайшая перспектива. Но ему трудно, он не справляется.

Трудности в учёбе формируют нежелание учиться у тех, кого родители не приучили их преодолевать. Как правило, такие дети не любят учиться. Причиной отсутствия мотивации может быть и пришлый неудачный опыт (два раза не получилось, третий раз не буду и пытаться). Родителям необходимо учить ребёнка «не сдаваться», а продолжить стремиться к результату, верить в себя и свои силы – и тогда результат не заставит себя ждать.

1. *Применять в соответствии с причиной коррекционные меры:* учить ребёнка учиться, если не сформированы навыки учебной деятельности и произвольного поведения, или исправлять свои воспитательные ошибки, а для начала их необходимо просто увидеть и признать себе, что «я делаю что-то не так».
2. *В процессе учёбы, пока у ребёнка не сформирована произвольность поведения,* для ребёнка важно, чтобы родители контролировали процесс обучения и учитывали индивидуальные особенности ребёнка: когда ему лучше сесть за уроки, какие уроки делать в первую очередь, когда делать паузы и пр. Эти умения закладываются в первом классе и подкрепляются в дальнейшем.
3. *Важно создавать для ребёнка зону ближайшего развития, а не делать за него то, что он может (хотя с трудим) сделать сам.*

Например, не надо показывать, как решать задачу, решая её вместо ребёнка, а лучше создавать такую ситуацию, когда хотя бы часть задачи ребёнок делает сам. «Ты старался, молодец. Но ты допустил две ошибки. Найди их». Процесс более длительный, но более правильный. При этом зачастую такой ребёнок (вместо которого задание выполняют родители) вовсю манипулирует родителем, а родитель и не подозревает об этом. «Мама, только ты можешь так доходчиво мне объяснить и показать, как решать такую задачу, никто другой не может, даже учительница» – это манипуляция.

1. *Очень важный момент – оценивание сделанной работы родителем и учителем.*

Родитель может оценить работу «Молодец, хорошо!» (сравнивая сегодняшние результаты ребёнка со вчерашними), а учитель, сравнив результаты ребёнка с классом, оценит это как «плохо». Для избежание таких случаев важно иметь постоянный контакт со школой и интересоваться требованиями, предъявляемыми у обучающимся. В этом случае в сознании ребёнка создаётся образ «плохого» учителя (родитель хороший – хвалит, учитель плохой – ругает). А это порождает отвращение к школе, нежелание учиться.

1. *Мотивация успеха (и как следствие, высокая учебная мотивация) формируется у детей* в тех семьях, где им оказывали помощь при повышении требований, отнеслись к ним с теплотой, любовью и пониманием. А в тех семьях, где присутствовал жёсткий надзор либо безразличие, у ребёнка формировался не мотив достижения успеха, а мотив избегания неудачи, что напрямую ведёт к низкой учебной мотивации.
2. *Очень важным моментом в учебной мотивации является адекватная самооценка у ребёнка.*

Дети с заниженной самооценкой недооцениваю свои возможности и снижают учебную мотивацию, дети с завышенной самооценкой адекватно не видят границы своих способностей, не привыкли видеть и признавать своих ошибок. Поэтому, очень важна адекватность самооценки ребёнка в отношении учебного процесса, в том числе. Важно помнить, что в жизни есть много значимого, помимо академической успеваемости – можно прожить со средними знаниями и быть личностью. Куда хуже, когда нет позитивного самовосприятия – самооценка занижена, нет чувства уверенности в себе, уважения к себе как к личности – попробуйте с таким багажом выжить и добиться жизненного успеха.

1. *Важно поощрять ребёнка за хорошую учёбу.*

Материальное поощрение (деньги за хорошие отметки) часто приводит к добыванию хорошей отметки любыми способами. Платить за учёбу – явление вполне нормальное, привычное и часто используемое. Но это палка о двух концах: где гарантия, что спустя какое-то время ребёнок будет брать в руки книги только за деньги. Поэтому вопрос материального поощрения детей за хорошую учёбу – это тот вопрос, который каждый родитель должен решить для себя самостоятельно. А вот поощрять детей за хорошую учёбу совместными делами (поход на каток, в боулинг и т.п.) вполне приемлемо, кроме того, попутно родителями решается ещё одна важная задача: интересное общение со своим ребёнком, удовлетворение потребности ребёнка быть частью семейной системы.

1. *В деле повышения интереса ребёнка к учебному процессу очень важен контакт с ребёнком и доверительная атмосфера.*

Важно объяснить ребёнку, что процесс формирования умения учиться – процесс длительный, но необходимый. Для подростка важно «не пилить», не наказывать, не сулить наград. Нужен контроль-помощь, а не контроль-давление. Для подростка важно поднимать тему профессионального определения.

1. *Не ожидайте немедленных успехов.*

Могут быть падения, «топтание» на месте. Но если вы будете последовательно и систематически работать над вопросом повышения учебной мотивации своего ребёнка, то непременно будет взлёт.

1. *Очень важен в учебной деятельности и формировании у школьника желания учиться навык самоконтроля.*

Ведь не секрет, что многие ошибки у детей возникают из-за невнимательности. И если ребёнок научился проверять себя после того или иного вида деятельности, количество ошибок резко сокращается – а если ошибок меньше, то и мотивации к новым достижениям становиться больше. Поиграйте вместе с ребёнком в игры, где он педагог и проверяет ваше задание. Ребёнок должен знать, как проверить правильность математических вычислений, как искать по словарю написание слова, как узнать, запомнил ли содержание параграфа.

Именно в учении начинают складываться многие деловые качества ребёнка, которые затем ярко проявляются в подростковом возрасте и от которых зависит мотивация достижения успехов. В этот момент очень важно, чтобы родители не дергали, не понукали своё чадо, не раздражались. В противном случае сформировать у школьника желание учиться у вас не получится.

1. *Также очень важным моментом является то, верит ребёнок в свои успехи или нет.*

Учитель и родители должны постоянно поддерживать веру ребёнка в свои силы, причём, чем ниже самооценка и уровень притязаний ребёнка, тем более сильной должна быть поддержка со стороны тех, кто занимается его воспитанием. Ведь если ребёнка, который и так чувствует свою слабость, ещё и понукать, вы не только не сможете сформировать у него мотивацию к обучению, но и уничтожите весь интерес к учёбе, который у него был.

1. *Если Ваш ребёнок предполагал, что усвоил учебный материал, а оценка низкая, то нужно разобраться, что произошло на самом деле.*

Возможно, он действительно всё понял, но перенервничал на контрольной или, например, плохо себя чувствовал, а, возможно, опять же, оценка учителя была неадекватной.

Самое главное – это научить вашего ребёнка формировать адекватную самооценку, а для этого, в первую очередь, вы сами должны стараться оценивать его результаты, основываясь не только на оценку учителя, а исходя из его ожиданий, ощущений и целей.

1. *Очень важный период в жизни школьника – переход в среднее звено.*

Появляются новые предметы, учителя и обязанности, сильно возрастает нагрузка. Научитесь слушать ребёнка и вникать в его проблемы. В этом возрасте он особенно нуждается в вашей помощи. Выучить всё, что задают в школе, практически невозможно. Именно поэтому пропадает интерес к учёбе. Научите школьника правильно планировать время и распределять нагрузку, это поможет и в дальнейшей жизни.

1. *Сдача ЕГЭ – головная боль старших школьников, их родителей и учителей.*

Мотивации уже не требуется, к 16 годам подростки примерно представляют себе, чего хотят добиться в жизни и что для этого надо сделать. Ваша задача – помочь определиться с выбором, сконцентрировать внимание на главном и найти оптимальный вариант решения проблемы. Поговорите с ребёнком, выясните, какие курсы лучше посещать. Уважайте его выбор, даже если он не совпадает с вашим, не подавляйте его инициативу и зарождающийся интерес к ответственности за свой выбор.

Надеюсь, что каждый заинтересованный родитель, поняв механизмы и применив на практике полученную информацию, сможет сформировать у школьника желание учиться. Ведь только имея мотивацию к обучению и развитию, ребёнок сможет вырасти целеустремленным человеком, способный на ответственные решения.

Сколько бы вы не объясняли, что учится он для себя, в расчёте на будущее, вряд ли это дойдёт до сознания ребёнка. Запомните, маленькие дети учатся для вас, ради вашей похвалы и признательности. Не надоедайте ему нотациями, а сделайте ставку на любознательность. Тогда и учёба станет для него радостным открытием, и круг интересов постепенно расширится.

Помните, что ваш ребёнок – это личность, ничего не должен вам, но до какого-то момента зависящая от вас и нуждающаяся в вашей поддержке и в вашем признании её как самостоятельной.

**Как родителям повышать учебную мотивацию школьников**

1. Обсудите с вашим ребёнком важность школы и образования. Это очень важно.
2. Спрашивайте вашего ребёнка каждый день, как прошёл его день в школе. Удостоверьтесь, что он вам рассказывает подробности.
3. Узнайте: задали ли ему домашнее задание и какой-либо проект в классе, который он должен сделать.
4. Если у вашего ребёнка нет никакого домашнего задания, удостоверьтесь, что он тратит, по крайней мере, 30 минут на изучение, просмотр и практику уроков.
5. Прочтите и поговорите в вашим ребёнком о каких-либо признаках его прогресса, который он делает дома. Если необходимо, поставьте какие-либо ограничения на его действия или сделайте что-либо по поводу его плохого поведения.
6. Поощряйте позитивные действия. Не надо концентрировать ваше внимание только на его негативных действиях или плохом поведении.
7. Поддерживайте вашего ребёнка, если даже он плохо сдал какой-либо экзамен или тест.
8. Если у вашего ребёнка проблемы в учёбе, ему необходима дополнительная помощь учителя, домашнего репетитора.
9. Поговорите с учителями о различных альтернативах или источниках, которые могут помочь вашему ребёнку, если же у него или неё проблемы в учёбе.
10. Самое главное: регулярно будьте в постоянном контакте с учителями вашего ребёнка, которые следят за успеваемостью и поведением вашего ребёнка в школе.
11. Четко ставьте цели перед подростком, чего хотим добиться, какими знаниями обладать.
12. Определяйте т оглашайте сроки реализации поставленной цели (когда я это исправлю, выучу).
13. По возможности, определяйте прикладную направленность обучения. Зачем мне это надо знать, как я это применю в жизни?
14. Четко и своевременно отслеживайте результаты деятельности собственного ребёнка в процессе всей работы (учёбы).
15. Разработайте приёмы поощрения (похвала при всей семье). Хвалите за дело – стимулируйте мотивацию.
16. Позитивно, регулярно поддерживайте подростка. доброе слово и дельный совет лучше порицания.
17. Формируйте положительный стимул для обретения новых знаний в школе.
18. Так как ведущая деятельность подростка – общение, группирование, обучение должно происходить через общение. Оцените положительные действия ребёнка, спросите мнение по предмету, обсудите с ним предмет.
19. Не сравнивайте результаты обучения вашего подростка с ребятами из класса, это может привести к раздражению.
20. Любите ребёнка.