

MOTYWACJA WEWNĘTRZNA DZIECKA

Motywacja wewnętrzna związana jest z potrzebą samodeterminacji, poczucia, że coś robię, bo chcę, bo mnie to interesuje i sprawia przyjemność. Aby było tak, dziecko musi dysponować odpowiednim poziomem wiedzy i kompetencji dla zdobywania kolejnych umiejętności.

W psychologii rozróżnia się dwa rodzaje motywacji: wewnętrzną i zewnętrzną

Motywacja zewnętrzna sięga do tego, co ukryte w świecie, co jest poza jednostką. Opiera się w dużej mierze na systemie kar i nagród. Takie warunkowe podejście pozwala być może na uzyskanie potencjalnie szybkich efektów, lecz niestety są one krótkotrwałe. Dzieci się z nimi nie identyfikują; jeśli są motywowane zewnętrznie – wytwarzają w sobie m.in. skłonność do rywalizacji bądź działania nastawionego typowo na cel (dążenie do uzyskania nagrody bądź uniknięcia kary).

Z kolei motywacja wewnętrzna swoje źródło upatruje w samym człowieku. Kiedy dorośli odnoszą się do tego, na czym zależy dziecku, co jest dla niego ważne itp., sprawiają, że podczas wykonywania określonej czynności rozwija się w nim poczucie satysfakcji, radość i zadowolenie. Motywacja wewnętrzna nie wymaga dyscyplinowania i napominania. Sprawia, że dziecko podejmuje aktywność, ponieważ dostrzega sens swego działania.

Prof. B. Schwartz podkreśla, że to, w jaki sposób funkcjonuje człowiek, w dużej mierze zależy od warunków, jakie mu stworzymy. Dlatego tak ważną rolę we wzmacnianiu dziecięcej motywacji odgrywają dorośli i środowisko funkcjonowania. To, czy rodzice sięgają po narzędzia motywacji zewnętrznej, czy starają się motywować swoje dziecko wewnętrznie, przekłada się na jego postawy, nastawienie, a także determinuje jego zachowania.

Od czego zależy motywacja wewnętrzna dziecka?

Kierowanie się wewnętrznymi przekonaniem, a nie poddawanie się zewnętrznym wpływom i sterowaniu jest bardzo ważne w rozwoju dziecka. Uczy je zaufania do podejmowanych wyborów, pokazuje własne kompetencje i wzmacnia poczucie wartości. W interakcji rodzic–dziecko nic nie trafia w próżnię. (Choć czasami może się tak wydawać...). Nastawienia, postawy, a także wyznawane wartości i cele dorosłych stanowią tak naprawdę podstawę do budowania motywacji wewnętrznej dziecka. Dlatego chcąc rozwijać w nim tę wewnętrzną moc, rodzic powinien uważnie przyglądać się również sobie. Sposób budowania relacji z dzieckiem, komunikacja z nim oraz postrzeganie i rozumienie przez dorosłych jego rozwoju stanowią punkt wyjścia do wzbudzania u dziecka energii do inicjowania działania i angażowania się w nie (poparte przy tym poczuciem sensu i wiarą w to, co się robi).

Ponieważ dzieci rodzą się z naturalną chęcią odkrywania i poznawania świata, otaczające je środowisko ma na nie olbrzymi wpływ. Jeśli rodzic będzie zaspokajał psychiczne potrzeb swojego dziecka, tj. potrzebę relacji, autonomii oraz dążenia do

rozwoju, stworzy mu tym samym warunki do działania opartego na poczuciu sensu. Warto dążyć również do zrozumienia motywacji samego dziecka, słuchać je i słyszeć (!).

Wzbudzanie motywacji wewnętrznej, czyli „Jak uskrzydlić moje dziecko?”

„Myślę, że potrafię.
Wierzę, że mogę.
Ufam, że umiem.”

Psycholog Daniel Goleman, specjalista od inteligencji emocjonalnej. Uważa on, że kierowanie emocji ku pożytecznemu celowi jest umiejętnością mistrzowską. Należy regulować nastrój tak, by ułatwiał nam myślenie, motywowanie się do wytrwałości i wysiłku, podejmowanie kolejnych prób (mimo niepowodzeń) czy odkrywanie sposobów wejścia w stan „uskrzydlenia” i wykonywania swoich zadań bardziej skutecznie.

W koncepcji „uskrzydlenia” rodzice, nauczyciel czy wychowawca mają następujące zadania:

- zaszczyścić w dziecku wytrwałość i wolę walki,
- pokazać radość satysfakcji z pokonania przeszkody,
- przekonać, że warto się doskonalić,
- budować i wzmacniać wewnętrzną motywację, tak aby stała się niezależna od czynników zewnętrznych.

Sposoby podnoszenia motywacji dziecka przez rodziców lub nauczyciela:

1. UCZ PRZEZ ZABAWĘ!

Po pierwsze – musimy walczyć z nudą i rutyną. Nic tak bardzo nie demotywuje dziecka, jak siedzenie nad książką czy rozwiązywanie wciąż tych samych zadań. Nauka, by była przyjemniejsza i wciągała dziecko, musi być interesująca i zaskakująca. Duża rola w tym szkoły, ale jeśli jest to niewystarczające, jako rodzice musimy sami zadbać o ciekawe rozwiązania edukacyjne. Pamiętajmy, że niemal każdą naukę możemy sprowadzić do poziomu zabawy.

2. NIE ZBYWAJ, NIE ZNIECHĘCAJ, NIE WYRĘCZAJ

Przeciętny czterolatek zadaje ponad 400 pytań dziennie. Nic dziwnego, że zmęczeni odpowiadaniem – często na błahe pytania – rodzice czasem się poddają i zbywają malucha lub odwracają jego uwagę od trapiącego go problemu, byle już o nic nie pytał. Niestety, tłumiąc ciekawość dziecka, tłumimy w ten sposób również chęci poznawcze malucha. Motywować do tego, by dziecko zadawało kolejne pytania, zaczyna się osłabiać. Dziecko może uznać, że nie ma sensu pytać, skoro i tak nie dostanie odpowiedzi.

3. CHWAŁ I NAGRADZAJ

Nie da się uniknąć systemu kar i nagród w edukacji. Służą temu między innymi stopnie w szkole, ale my jako rodzice również możemy ustanowić własny system nagradzania i karania. Trzeba to jednak robić z dużą rozważą. Nie na wszystkie dzieci działa motywacja negatywna. Niektóre dzieci na kary reagują zniechęceniem do podejmowania dalszych prób i buntem przeciw nauce. Niektóre dzieci nagrody z czasem zaczynają traktować jak codzienność i domagają się ich za każdym razem, gdy coś im się udało.

4. ROZWIJAJ PASJE

Każdy z nas wykonuje i uczy się z przyjemnością tego, co lubi. Tak samo jest w przypadku dzieci. Nie ma się więc co dziwić, kiedy nasza córka lub syn lepiej radzą sobie np. z przedmiotami ścisłymi niż naukami humanistycznymi. Wiedzę o zainteresowaniach i pasjach dziecka warto wykorzystać w motywowaniu.

5. NIE KRYTYKUJ

Dla dziecka nie ma nic gorszego niż wyśmiewanie jego niepowodzeń czy piętnowanie ich. Jeśli robi to rodzic lub nauczyciel czyli dziecięcy autorytet, uczucie jest jeszcze bardziej bolesne. Jeśli zależy nam na wychowaniu młodego człowieka, który będzie pełny wiary we własne możliwości, nie możemy podcinać mu skrzydeł. Krytykowanie nie jest żadnym hartowaniem charakteru, szczególnie u wrażliwego dziecka. Zamiast motywować dziecko do wytężonej pracy, może osłabić jego zapał i przede wszystkim zranić je. Nauka w tej sytuacji może wydawać się dziecku czymś złym, niepotrzebnym, a utraconą wiarę w siebie trudno odbudować.

6. POBUDŹ OGÓLNA MOTYWACJĘ DO NAUKI

Warto wzbudzać w dziecku ogólną motywację do nauki i chodzenia do szkoły. Dziecko powinno zrozumieć, po co w ogóle musi się uczyć. Trzeba przystępnie wyjaśnić mu, do czego przydaje się wiedza uzyskana w szkole. Nasza pociecha powinna mieć świadomość, że edukacja jest bardzo praktyczna i czyni nasze życie łatwiejszym. Pamiętajmy, jeśli nasz uczeń będzie wiedział, jakie korzyści da mu szkoła, chętniej będzie do niej chodził.

7. KOCHAJ I AKCEPTUJ

Dziecko wyrastające w miłości i akceptacji jest silniejsze i łatwiej radzi sobie w życiu. Dlaczego? Bo ma wsparcie, które dodaje mu sił i zapału. Ma również świadomość, że ktoś je dopinguje i w razie potrzeby mu pomoże. Dziecko, które czuje się kochane, traktuje kochające je osoby jak autorytet, dlatego dzięki temu łatwiej wpłynąć jest nam na dziecięcą postawę i zmotywować do działania. Takie dziecko również łatwiej nabiera wiary w siebie, a ta przecież potrafi czynić cuda.

8. POKAZUJ AUTORYTETY

Dla każdego z nas największą motywacją do działania bywają osiągnięcia innych osób, szczególnie tych, które znamy. Nic bardziej nie przekonuje niż namacalny dowód na suk-

ces. Uczniom również przydają się takie wzorce. Ale tylko te atrakcyjne z ich punktu widzenia. Bardziej niż najlepszy uczeń z klasy zdobywający najwyższe stopnie do nauki przekona ich np. ulubiony sportowiec, który skończył studia i zna języki obce.

9. UŁATW DZIECKU NAUKĘ

Nawet najtrudniejsze rzeczy można w przystępny sposób wytłumaczyć. Można również łatwiej pewne rzeczy przyswoić. Niestety nie wiedzą tego dzieci, więc to do nas – dorosłych należy odpowiedź, jak to zrobić.

10. DOBRZE ZORGANIZUJ CZAS DZIECKA

Zadbajmy o to, by nasze dziecko uczyło się systematycznie. Zostawianie sobie nauki obszernego materiału na sam koniec, może okazać się ponad siły i możliwości dziecka, co z pewnością będzie działać na nie demotywująco. Wprowadzenie dyscypliny w edukacji ma swoje plusy – uczy systematyczności działania również w innych dziedzinach życia.

Zabójcy motywacji

Nagrody. Tak, nagrody to zabójcy motywacji wewnętrznej. „Jeśli zrobisz te zadania z matematyki, dostaniesz 10 zł ekstra kieszonkowego”. Taka strategia prowadzi do tego, że dziecko zaczyna podejmować działania tylko, albo przede wszystkim dla nagrody. To jak praca wyłącznie dla pieniędzy. Nie mylmy jednak nagradzania z docenianiem. Szacunek i podziw za wysiłek, jaki dziecko wkłada w realizację zadania jest jak najbardziej wskazany.

Kary. Demotywują tak samo, jak nagrody. Sprawiają, że dziecko zaczyna działać głównie po to, by uniknąć kary, a jego wewnętrzna motywacja zanika. Nie mylmy jednak kary z konsekwencjami. Czasem trudno je odróżnić, jednak to istotna różnica. Konsekwencja to bezpośredni skutek działania (lub jego braku). „Jeśli nie odrobisz lekcji, nie dostaniesz lodów” – to kara. „Jeśli nie odrobisz lekcji, pójdziesz do szkoły nieprzygotowany” – to konsekwencja.

Groźby i szantaż – działają podobnie jak kary – budzą lęk, który zajmuje miejsce motywacji.

Budzenie poczucia winy, które często mylimy z poczuciem odpowiedzialności. Poczucie winy demotywuje, bo nic się z nim nie da zrobić, jest emocjonalną karą. Odpowiedzialność jest narzędziem do działania, świadomością konsekwencji.

Brak sensu i celu. Dzieci podobnie jak dorośli nie lubią wykonywać tego, w czym nie widzą sensu. Zmuszeni do takich działań (np. przepisywanie danych z jednego programu komputerowego do innego) mamy głębokie poczucie marnowania czasu, wzbiera w nas złość i frustracja. Szef wie, że to „przeklepanie” danych jest niezbędne, bo program

numer 1 nie ma możliwości wyeksportowania ich, a tylko program numer 2 pozwoli na ich analizę niezbędną do dalszych strategicznych działań firmy. Szef o tym wie, ale pracownik często nie, bo dostaje tylko suche polecenie. Jakże inaczej potraktowałby to niewdzięczne i żmudne zadanie, gdyby wiedział, czemu ono służy i jak wielkie ma znaczenie dla dalszych losów całej firmy. Dzieci chętnie podejmują wysiłek, jeśli wiedzą, czemu on służy. Rolą dorosłego jest pokazanie sensu zadania. Przy czym „ucz się angielskiego, bo bez tego nie dostaniesz żadnej pracy” dla dziecka jest żadnym sensem, bo nie ogarnia ono tak dalekiej perspektywy czasowej. „Ucz się angielskiego, żebyś mógł przeczytać instrukcję do tej nowej gry komputerowej, którą przysłała ciotka z Londynu” – to jest cel i sens na miarę juniora.

Niezrozumiałe zadanie. Jak mogę zrobić coś, jeśli nie wiem, co mam zrobić? Zrozumienie zadania jest podstawowym krokiem w jego wykonaniu i to my – dorośli – powinniśmy o to zadbać.

Postępowanie nie fair wobec dziecka. Np. stosowanie podwójnych standardów – dorosły może być zmęczony, mieć zły dzień, czy po prostu czasem sobie odpuścić, podczas gdy od dziecka wymaga zawsze dobrej formy i niezawodności. Nie fair jest też niedotrzymywanie słowa.

Presja. Ma wiele twarzy, a każda z nich działa demotywująco. Pośpiech, przymuszanie, groźby, szantaż, rywalizacja... Kary i nagrody są także rodzajem presji.

Niszczące poczucie własnej wartości. Np. porównywanie z innymi, wyśmiewanie, lekceważenie problemów czy zainteresowań dziecka, czy negatywna ocena dziecka, jako człowieka. „Jesteś leniwy”, „Jasiek robi to lepiej” i inne tego typu ocenne komunikaty odbierają chęć do wysiłku i wiarę, że mogą sprostać wyzwaniu. Równie destrukcyjnie działa stawianie świata dorosłych ponad światem dziecka, pokazywanie, że sprawy dorosłych są ważne, a sprawy dziecka nie, lekceważenie tego, co dla dziecka ważne.

Wyęczenie i pobłażanie. To zawołowani niszczyciele poczucia własnej wartości. Takie postępowanie z jednej strony „rozleniwia”, zdejmując z dziecka wszelką odpowiedzialność, ale też jest niewerbalnym komunikatem „nie dasz sobie rady, jesteś kiepski, to cię przerasta”. Lęk przed porażką i niewiara we własne siły to najsilniejsze kotwice trzymające nas w miejscu i nie pozwalające ruszyć naprzód.

Brak zrozumienia i empatii. Dzieci, tak jak dorośli, mają swoje słabości i ograniczenia. Ich niechęć do jakiegoś działania często brana jest za lenistwo, czy lekceważenie, tymczasem może być wynikiem np. złego samopoczucia, choroby, stresu...