***Jak motywować dziecko do nauki w domu ?***

***- zalecenia dla rodziców***

W związku z sytuacją epidemiologiczną wielu rodziców znalazło się w sytuacji, która wymaga podejmowania nowych działań związanych z nauką dzieci w domu. Wymaga to przeorganizowania w domowym funkcjonowaniu nie tylko Państwa dzieci – uczniów, ale też wszystkich domowników oraz wzajemnego zrozumienia, współpracy i współdziałania.

Rodzice często uruchamiają działania, które wcale nie motywują dzieci do nauki, np.

* nadmiernie kontrolują - pozbawiają przez to odpowiedzialności dziecka za naukę,
* uczą się za dziecko – wyręczając je, ograniczają jego samodzielność,
* stawiają nieadekwatne wymagania - za wysokie albo za niskie do możliwości dziecka,
* niewłaściwie motywują - poprzez przekupywanie, straszenie, zawstydzanie, moralizowanie, wyznaczanie kar, takie działania prowadzą do zaburzenia relacji rodziców z dziećmi,
* zbyt późno okazują zainteresowanie nauką dziecka – najczęściej wtedy, gdy pojawiają się już trudności.

W obecnej sytuacji bardzo ważne jest nie tylko odpowiednie zorganizowanie dzieciom warunków do nauki, ale także wspieranie ich i motywowanie, aby ten czas spędzony poza szkołą był efektywnie wykorzystany.

Co robić, aby efektywnie motywować dzieci do nauki w domu ?

* **Wyznacz wspólnie z dzieckiem cel –**zadaj dziecku pytanie: *Czego dzisiaj się nauczysz? Jakie zadania zrobisz?* Możecie wspólnie z dzieckiem stworzyć plan dnia i odhaczać zdobyte cele.
* **Dbaj o zdrowie psychiczne dziecka –**kiedy mózg doświadcza silnego stresu czy strachu, jego wydajność drastycznie spada. Dzieci uczą się lepiej, kiedy czują się bezpiecznie, dlatego w tym trudnym czasie zadbaj o zdrowie psychiczne dziecka – proponuj różne sposoby radzenia sobie z nieprzyjemnymi emocjami, np. wspólna zabawa, gra planszowa, słuchanie muzyki.
* **Zachęcaj dziecko do systematycznej pracy** – przyswajanie wiedzy stopniowo i małymi partiami każdego dnia w tygodniu jest skuteczniejsze i łatwiejsze niż nauka tego samego materiału w ciągu jednego dnia. Naucz dziecko dobrej organizacji pracy poprzez odrabianie lekcji zawsze o tej samej porze i w wyznaczonym miejscu, z ograniczeniem wszelkich bodźców, które mogłyby rozpraszać uwagę dziecka, np. telefon, komputer, zbędne przedmioty w otoczeniu dziecka.
* **Doceniaj ( a nie oceniaj ! ) dziecko –**chwal za konkretne zachowanie, nazwij je i powiedz, dlaczego to jest ważne. Pochwały dotyczące umiejętności i cech charakteru budują poczucie własnej wartości dziecka. Doceniaj dziecko, a nie stopnie jakie otrzymuje, doceniaj nie tylko sukcesy, ale także starania dziecka.
* **Nie krytykuj za popełniony błąd –**wskaż błąd i zachęć do szukania innego rozwiązania, to sprawi, że dziecko skutecznie zapamięta prawidłową odpowiedź. Zamiast krytykować i oceniać dodaj dziecku otuchy i zachęty do szukania rozwiązań.
* **Zachęcaj do samodzielności –** wspieraj, ale nie wyręczaj dziecka w jego obowiązkach szkolnych, pomagaj, dawaj wskazówki, pomagaj zrozumieć polecenie, pomóż dziecku zaplanować poszczególne etapy niezbędne do wykonania działań.
* **Zachęcaj do stosowania różnego rodzaju technik ułatwiających zapamiętywanie** – notatki z wykorzystaniem różnych kolorów, podkreśleń, zabawnych rysunków, bazowanie na skojarzeniach, robienie wykresów, map myśli, wszelkiego rodzaju fiszki i hasła w książkach, na tablicy, ścianie, biurku mogą pomóc dziecku lepiej i szybciej opanować określony materiał.
* **Podkreślaj sukcesy –**nie tylko te związane z efektem pracy, ale również wysiłkiem, wytrwałością czy systematycznością. Możesz stworzyć dla dziecka kartkę z napisem „*Co już potrafię”,* gdzie codziennie będzie zapisywało, czego nauczyło się danego dnia. Pod koniec tygodnia przeczytaj wspólnie z dzieckiem, ile rzeczy się nauczyło. Pamiętaj, że od kar lepsze są nagrody, np. w postaci uznania rodziców, pochwały. Dziecko będzie miało wtedy poczucie, że rodzice zauważają jego pracę własną, trud i wysiłek włożony w naukę.
* **Buduj pozytywna samoocenę dziecka -** nie przykładaj dziecku negatywnych etykietek, gdyż one powodują, że dziecko zaczyna tak myśleć o sobie, co w konsekwencji ogranicza możliwości i zapał dziecka oraz może powodować lęk przed niepowodzeniem.
* **Nie porównuj dziecka -** do rodzeństwa, kolegów, możesz porównać do poprzedniego poziomu umiejętności dziecka, uświadomisz wówczas dziecku jego własne postępy.
* **Unikaj atmosfery napięcia, pośpiechu i stresu –** nie koncentruj się na tym, co niekorzystne, szukaj mocnych stron i możliwości, a nie ograniczeń.
* **Nie zaprzeczaj uczuciom dziecka –** ono również może czuć się zniechęcone, zrezygnowane, szczególnie w przypadku doświadczenia porażki. Pozwól dziecku wyrazić jego uczucia, nazwij je i zachęć do myślenia, jak może poradzić sobie, aby rozwiązać problem.
* **Kochaj dziecko i wymagaj -** pamiętaj jednak, że kluczem do sukcesu dziecka nie są tylko wymagania rodziców, ale ich miłość i akceptacja. Dziecko, które czuje się kochane i akceptowane, jest bardziej pewne siebie i bardziej wierzy w to, że pokona ewentualne trudności.

Oprac. Bożena Letkiewicz

*Bibliografia:*

A.Faber, E.Mazlish - „*Jak mówić, żeby dzieci się uczyły - w domu i w szkole”* ,

Wyd. Media Rodzina, 2017 r.

D.Stipek, K.Seal – „*Jak nakłonić dziecko do nauki ?”, Wyd. Diogenes VLG, 2002 r.*