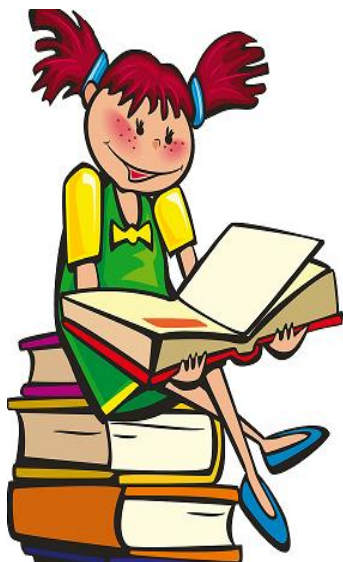


## Jak motywować dziecko do nauki?

Pytanie to zadaje sobie wielu rodziców. Zadają je sobie słusznie, ale zazwyczaj zbyt późno. Przeważnie dopiero wtedy, gdy krnąbrny nastolatek nie chce się uczyć, nie osiąga wyników, o jakich marzą rodzice lub jakie osiągają dzieci ich znajomych, większość czasu poświęca na przyjemności, spotkania z kolegami, gry komputerowe itp.



Odpowiedzi na pytanie dlaczego dziecko nie ma odpowiedniej motywacji do nauki trzeba jednak poszukać we wcześniejszych okresach rozwoju, gdy „zbuntowany” nastolatek był odkrywającym świat dwulatkiem, słodkim trzylatkiem, przemądrzałym czterolatkiem i ciekawskim pięciolatkiem. To wtedy właśnie kształtowały się podwaliny pod to, co w psychologii nazywane jest **motywacją wewnętrzną** i zapewnia umiejętność samodzielnego określania celu i dążenia do niego, zapał w poznawaniu świata, uczeniu się nowych rzeczy, dążenie do wiedzy, a więc wszystkie elementy potrzebne do tego, by w nauce szkolnej osiągać sukcesy na miarę własnych możliwości. Im wcześniej i bardziej świadomie rodzic rozpocznie starania o to, by kształtować motywację wewnętrzną swojego dziecka, tym większa szansa na to, że po kilkunastu latach ono samo będzie potrafiło wykorzystać ją w swoim życiu i uczynić swego rodzaju trampoliną do osiągnięcia kolejnych celów.

### **Przyjrzyjmy się więc bliżej motywacji wewnętrznej,**

która dobrze rozwinięta nie wymaga do swojego działania sił zewnętrznych, nagród i kar, czyli tzw. kija i marchewki, choć miło, gdy jej poprawne funkcjonowanie spotyka się z uznaniem i pochwałą.

Jeśli źródłem wykonywania czynności jest motywacja wewnętrzna, u człowieka pojawia się samoistne dążenie do działania i zakończenia go sukcesem. Wykonywanie czynności samo w sobie staje się nagradzające i przyjemne, a wysiłek włożony w to działanie wydaje się mniejszy niż jest w rzeczywistości. Dla osoby wykonującej zadanie ma ono wartość i sens.

Na drugim biegunie znajduje się **motywacja zewnętrzna**, której wywoływanie można przyrównać do stosowania technik manipulacji, czyli wywierania wpływu w celu skłonienia drugiego człowieka do podporządkowania się innym osobom, realizowania celów, których sam sobie nie stawia i z jego punktu widzenia nie są one istotne. Poprzez umiejętny system stosowania nagród i kar cel często bywa osiągnięty. Mówiąc językiem szkolnym: praca domowa zostaje odrobiona, sprawdzian zaliczony, oceny poprawione i promocja do następnej klasy osiągnięta. Pojawia się przyjemność z otrzymania nagrody, zazwyczaj materialnej, ale brakuje najważniejszego elementu jakim jest satysfakcja z osiągnięcia celu, który pozostaje celem narzuconym, stawianym przez inne osoby np. rodziców i nauczycieli. Prawdziwą satysfakcję, radość i zadowolenie z wykonanego zadania zastępuje radość z nowych przedmiotów, ubrań, czy nagrody pieniężnej. Nie trudno się domyślać, że tego typu motywacja nie może być trwała. Znika wraz z zakończeniem czynności, której wykonanie warunkowało otrzymanie nagrody. Jeśli pojawi się w przyszłości, to znów tylko jako środek do otrzymania kolejnych profitów.

W kontekście nauki, która w każdym kolejnym roku wymaga ona od ucznia większej ilości poświęconego czasu i większego wysiłku, metody wywoływania motywacji zewnętrznej stają się coraz mniej skuteczne, ponieważ gratyfikacje otrzymywane poza szkołą, w środowisku rówieńczym, podczas wykonywania czynności takich, jak np. granie w gry komputerowe, stają się dla młodych ludzi bardziej znaczące niż potencjalne nagrody od rodziców, cenniejsze, i oczywiście łatwiejsze do osiągnięcia, a jednocześnie często zapewniają młodym ludziom coś, co w wieku kilkunastu lat jest dla nich najważniejsze, czyli pozycję i status w grupie rówieńczej.

Kary mają często podobny skutek jak nagrody. Dziecko, chcąc ich uniknąć, w końcu stara się dostosować do poleceń dorosłego, ale czyni to niejako pod przymusem i zalecanych czynności nie będzie w przyszłości wykonywało, kierując się własnymi potrzebami. Skupiając się na otrzymaniu nagrody lub uniknięciu kary, nie zyskuje zainteresowania aktywnością, która do tego prowadzi. Co więcej, w przypadku nagradzania postrzega ono czynność prowadzącą do zdobycia nagrody jako mniej atrakcyjną od niej samej. Nauka zatem wydaje się nudnym, trudnym i mozolnym, etapem, który trzeba „zaliczyć”, aby osiągnąć nagrodę, czyli coś bardziej wartościowego, przyjemniejszego i lepszego.

### **Rodzik stosujący system wzmocnień pozytywnych i negatywnych**

w zachęcaniu do nauki, może mieć nawet poczucie osiągnięcia sukcesu, gdy widzi, jak dziecko choćby częściowo dostosowuje się do jego oczekiwań. Wywołując motywację zewnętrzną, nie należy jednak spodziewać się uzyskania trwałych zmian w zachowaniu, zmiany stylu życia, zainteresowań, przyzwyczajzeń, nauczania systematyczności i wyrobienia przekonania, że nauka to przyjemność i warto rezygnować dla niej z innych aktywności. Stosując motywatory zewnętrzne, rodzic uczy dziecko, że „deser jest bardziej wartościowy od dania głównego”, a w rzeczywistości przecież nie o to chodzi. Dziecko miało zacząć uczyć się z własnej chęci i bez przymusu. Nie udało się, bo udać się nie mogło, chociaż wydawało się, że wszystko jest na dobrej drodze, bo przecież młody człowiek przynajmniej chwilowo zajął się nauką. Efekty takiego sposobu motywowania zawsze będą doraźne i krótkotrwałe, a dla rodziców z pewnością irytujące, co doprowadzi do następnych konfliktów rodzinnych, spowoduje kolejną falę buntu u nastolatka i błędne koło zamknie się wkrótce na wymyślaniu innej zachęty i jeszcze bardziej atrakcyjnej nagrody za realizowanie celów związanych z nauką w szkole. W efekcie po pewnym czasie obietnice nagród i zapowiedzi kar spowodują z jednej strony eskalację oczekiwań, co do możliwej formy gratyfikacji, a z drugiej - coraz mniejszy lęk przed karą, która zacznie być przewidywalna i ograniczona w stawianiu się coraz bardziej dotkliwą. Młody człowiek funkcjonujący w takim systemie nie będzie miał możliwości stworzenia swojego własnego systemu motywacji opartego na osobistych potrzebach poznawczych. Nie nauczy się stawiania i realizowania własnych celów. Nie rozpozna prawidłowo swoich potrzeb. Będzie postrzegał życie w perspektywie krótkoterminowej - od nagrody do nagrody lub od kary do kary, a nie jako drogę, którą można zaplanować i realizować dzięki własnemu zaangażowaniu i wkładowi pracy, dążąc do celu, który jest często złożony z mniejszych celów i odległy w czasie.

**Motywacja wewnętrzna (...)  
jest regulatorem zachowania,  
który pozwala na zwiększenie  
elastyczności myślenia,  
kreatywności i otwartości.**

Podsumowując: motywacja zewnętrzna działa tu i teraz, powoduje efekty krótkotrwałe, nie powoduje trwałej zmiany, zwiększa sztywność myślenia i nie daje poczucia satysfakcji z wykonanego zadania. **Motywacja wewnętrzna** przeciwnie – **jest regulatorem zachowania**, który

- pozwala na zwiększenie elastyczności myślenia, kreatywności i otwartości,
- wyzwala poczucie satysfakcji, zaangażowanie w pracę i zainteresowanie nią
- sprzyja pojawieniu się samozadowolenia i poczucia szczęścia.

Wróćmy zatem do motywacji wewnętrznej, bo to ona jest kluczem do sukcesu w motywowaniu dzieci do nauki. Badania naukowe dowodzą, że **największym wrogiem w procesie jej kształtowania jest kontrola**. Nacisk wywierany z zewnątrz na wykonanie pewnych działań jest formą kontroli odbierającej niezależność, ograniczającej autonomię i wywołującej podporządkowanie lub bunt. Podporządkowanie oznacza rezygnację z własnego zdania i chęć wykonania narzuconego zadania najmniejszym możliwym kosztem. Sama aktywność traci tym samym na wartości, staje się nieinteresująca i niewarta zaangażowania. Bunt oznacza jawny lub ukryty sprzeciw, chęć manifestowania swojego zdania, często przejawia się w działaniu „na złość mamie...”. Zarówno podporządkowanie, jak i bunt skutkują tym, że młody człowiek przestaje dostrzegać co jest naprawdę ważne dla niego samego. Nie rozumie swoich potrzeb i nie potrafi ich odkryć, traktując życie jak slalom między spełnianiem cudzych oczekiwań i unikaniem kar. Nie wie, co go interesuje, w czym się realizuje i jak kierować własnym życiem, by tę realizację osiągnąć. Blokuje tym samym swój potencjał, który do odkrycia i rozwoju potrzebuje motywacji wewnętrznej. Aby dziecko chciało się uczyć oraz podejmować aktywności z własnej woli, musi opierać swoje działanie właśnie na motywacji wewnętrznej. Bardzo trudno wzbudzić ją u nastolatka, który przez całe lata podlegania procesom

**...Rola rodzica jest takie pokierowanie dzieckiem, by eksploracja środowiska i przyswajanie nowych umiejętności na każdym etapie życia, włącznie z okresem szkolnym, przynosiły mu radość i satysfakcję.**

wychowawczym swój system motywacyjny ma już ukształtowany, dobrze ugruntowany i trudny do zmiany. Paradoksalnie jednak to właśnie w tym wieku, gdy podejmowane przez rodziców działania naprawcze stają się bardzo mało skuteczne, ze względu na niedostatecznie wykształcony u młodych ludzi mechanizm motywacji wewnętrznej, daje o sobie znać niechęć do szkoły i podejmowania wysiłku w celu

zdobycia wiedzy.

Chcąc wychować dziecko, którego system motywacyjny będzie prawidłowo regulował jego zachowanie, **musimy rozpocząć pracę w najwcześniejszym okresie jego dziecka**.

Na motywacji wewnętrznej u małego dziecka opiera się bowiem naturalna ciekawość świata i chęć rozwoju. Małe dziecko z radością poznaje świat, doświadcza go, nabywa nowe umiejętności i cieszy się nimi powtarzając w nieskończoność. Ma ono wystarczająco dużo powodów do działania w sobie samym, by podejmować próby robienia nowych rzeczy i sprawia mu to przyjemność. Rolą rodzica jest takie pokierowanie dzieckiem, by ta eksploracja środowiska i przyswajanie nowych umiejętności na każdym etapie życia, włącznie z okresem szkolnym, nadal przynosiły mu radość i satysfakcję.

### **Pytanie brzmi - jak tego dokonać?**

Kilkulatek, gdy uzna, że rysowanie kredkami lub układanie klocków jest ciekawe, może spędzić na wykonywaniu tych czynności nawet kilka godzin nie czując zmęczenia ani znużenia. To samo dziecko,

wychowywane w warunkach sprzyjających kształtowaniu motywacji wewnętrznej, jeśli odkryje w późniejszym wieku zainteresowanie matematyką, spędzi nad znalezieniem właściwego rozwiązania zadania dużo czasu, odczuwając satysfakcję gdy osiągnie sukces i niedosyt, gdy nie uda się znaleźć rozwiązania. Działając w ten sposób, będzie realizowało swoje własne cele rozwojowe, a nie tylko obowiązek narzucony przez nauczyciela. Jako rodzice od najwcześniejszych lat pozwalamy więc dziecku podejmować własne decyzje, popełniać błędy, szukać, zmieniać zainteresowania, decydować o zajęciach dodatkowych. Zachęcamy do wypowiedziania własnego zadania, co sprzyja zwiększaniu samowiedzy, niezwykle istotnej w podejmowaniu działań w późniejszym wieku. Pokazujemy możliwości zastosowania nabytej wiedzy w praktyce. Dbajmy aby stawiane dziecku wyzwania nie były dla niego zbyt łatwe, bo staną się nudne i nieciekawe, ani zbyt trudne, bo mogą zniechęcić do mierzenia się z nimi. Obserwujemy podejmowane przez dziecko aktywności. Gdy wykonuje ono jakąś pracę zwracamy uwagę nie tylko na skutki działań ale także na włożony wysiłek. Pokażmy dziecku, że to co robi ma sens, że wytrwałość i zaangażowanie się opłaca, ale pod żadnym pozorem nie czekajmy z tym do czasu, gdy dziecko będzie miało kilkanaście lat. Róbmy to od początku, od momentu, w którym nawiążemy z dzieckiem kontakt i zaczniemy się z nim porozumiewać. Zawsze traktujmy je poważnie i podmiotowo.

Nie zbywajmy pytań kilkulatka, ale wspólnie z nim szukajmy na nie odpowiedzi. Szanujmy jego chęć do samostanowienia, decydowania o sobie, ponieważ w ten sposób wyposażamy kilkulatka na jego dalsze życie w samostanowienie, odwagę poszukiwania, zadawania pytań i dajemy pole do rozwoju motywacji wewnętrznej, która sprawi, że przymus zostanie zastąpiony chęcią działania,

(...) Nie zbywajmy pytań kilkulatka, ale wspólnie z nim szukajmy na nie odpowiedzi.

a posłuszeństwo zostanie zastąpione samodzielnością. Warto także przyrzeć się sobie samemu, na ile jest się w życiu konsekwentnym, ile wymaga się od samego siebie, ile planów i zamierzeń zostaje zrealizowanych i czy sami nie przedkładamy popołudnia przed telewizorem nad wykonywanie pewnych obowiązków. Pozwólmy dziecku obserwować dobre wzorce, bo ono najlepiej uczy się nie wtedy, gdy do niego mówimy, ale gdy może nas obserwować.

**Rozwojowi motywacji wewnętrznej sprzyjają także dobre relacje społeczne, rodzina zapewniająca bezpieczeństwo i dająca zaplecze w postaci wzajemnego szacunku, możliwość posiadania własnego zdania i poszanowania własnej odrębności.**

Chcąc rozwijać w dziecku motywację wewnętrzną, **unikajmy:**

- warunkowego okazywania uczuć: **Przytulę cię, jak posprzątasz pokój!**
- gróźb: **Jeśli nie poprawisz sprawdzianu, nie spotkasz się z kolegami!**
- porównań: **Twoja siostra może mieć dobre oceny, a ty nie?**
- nadmiernej kontroli i nakłaniania do niepotrzebnej rywalizacji: **Musisz mieć lepszą średnią niż twój kolega.**

Zamiast tego:

- pozostawiamy dziecku **wolność wyboru: Wybierz sobie dzień i obowiązki domowe, które będziesz wykonywał**
- wspieramy je w każdej sytuacji i okazujemy swoją uwagę dla jego spraw i problemów nawet, gdy dla nas wydają się one błahe

- okazujemy dziecku zaufanie i szanujemy jego opinie
- doceniajmy jego pracę niezależnie od efektu końcowego
- nie podważajmy zaufania, jakim ono nas darzy.

**Wzrost motywacji wewnętrznej jest możliwy tylko wtedy, gdy dzięki odpowiedniej postawie osób w najbliższym otoczeniu w młodym człowieku rozwinię się poczucie autonomii i odpowiedzialności za to, co i dlaczego robi.**

Niezwykle ważne jest budowanie w dzieciach od samego początku poczucia własnej wartości i sprawstwa, rozmawianie z nimi o ich potrzebach, które przecież mogą znacznie różnić się od tych przewidywanych przez nas. Będzie to sprzyjało odkrywaniu i rozwijaniu ich wewnętrznej motywacji.

Jeśli jednak w czasie pierwszych lat rozwoju nie udało się ukształtować w dziecku sprawnie działającego mechanizmu regulacji zachowania, jakim jest motywacja wewnętrzna, możemy oczywiście odwołać się do mechanizmów motywacji zewnętrznej, ale należy czynić to w taki sposób, by dążyć jednocześnie do pobudzania wewnętrznej regulacji, a nie do całkowitego jej wyeliminowania. Nagroda może służyć wzmocnieniu motywacji wewnętrznej, gdy zostanie prawidłowo użyta, a więc np. we właściwym momencie działania, wtedy gdy nie wiąże się z obietnicą ale jest niespodzianką. Wtedy nie ma mowy o kontroli, lecz występuje element docenienia, który stanowi „paliwo” dla motywacji wewnętrznej. W tej formie nagroda nie szkodzi motywacji wewnętrznej, a może spowodować, że docenione dziecko będzie pracować jeszcze chętniej niż dotychczas. Tego rodzaju nagroda opiera się na spontaniczności: „Widzę, że dużo pracy włożyłeś w przygotowanie się do sprawdzianu, wiem, że się napracowałeś, więc w nagrodę, chodźmy na lody (do kina)...” itp.

Należy jednak pamiętać, że nagradzanie za każdy najmniejszy przejaw aktywności spowoduje, że nagroda stanie się formą kontroli i zniknie jej motywujące do działania znaczenie. Gdy dziecko jest zniechęcone lub zdemotywowane przez różne czynniki zewnętrzne lub gdy inne sposoby motywowania zawiodły, można na zachętę dla wykonania pierwszego kroku użyć nagrody. Jednak przed rozpoczęciem stosowania nagród w motywowaniu dzieci

**warto odpowiedzieć sobie na kilka pytań:**

### **1. Czy dziecko jest zainteresowane wykonaniem danej pracy?**

Jeśli wykonuje coś samo z siebie, nie należy stosować nagradzania. Wbrew powszechnie stosowanym opiniom nie zwiększy to jego chęci do wykonywania danej czynności, a paradoksalnie może osłabić wewnętrzną motywację, zamieniając ją w zewnętrzną, uzależnioną od nagród.

### **2. Czy dla dziecka dane zadanie może być trudne lub za bardzo złożone?**

Jeśli droga do celu wiąże się z dużym wysiłkiem i nakładem pracy, a sam cel jest tak odległy, że trochę nierealny, nagrody mogą być pomocne w utrzymaniu motywacji dziecka przez długi czas i w przewyciężaniu chwilowych trudności i problemów.

### **3. Czy aktywność, do której chcemy dziecko nakłonić może być dla niego stresująca lub nieprzyjemna, a może nawet wiązać się z lękiem?**

Przykładem niech będzie recytacja wiersza na forum klasy lub szkoły przez ucznia, dla którego publiczne wystąpienie jest trudne psychicznie. Takie sytuacje czasem pozwalają na zastosowanie małego „przekupstwa”, które może być pomocne w odwróceniu uwagi dziecka od nieprzyjemności

związanej z wykonaniem tego zadania. Zawsze jednak, niezależnie od kontekstu należy pamiętać, że motywowanie za pomocą nagród, to strategia krótkoterminowa, warta zastosowania w ściśle określonych warunkach, a rozwijanie motywacji wewnętrznej to duża wieloletnia inwestycja, która procentuje nie tylko w życiu szkolnym, ale także w życiu dorosłym, pozwalając świadomie podejmować wybory, realizować zadania i własne cele.

Konsultant - psycholog

Anna Milewska