**Jak zmotywować dziecko do nauki?**

To, jak mówisz do dziecka, jest bardzo ważne. Rodzice powinni wiedzieć, że źródłem osiągnięć, kompetencji i szacunku dla samego siebie nie jest zewnętrzna lecz wewnętrzna motywacja dziecka. Dorośli spodziewają się, że dzieci automatycznie rozwiną w sobie wewnętrzną motywację do nauki, jako bezpośredni rezultat stosowania przez dorosłych kontroli zewnętrznej, typu np. nagradzanie czy chwalenie. W komunikacji z dzieckiem, jeśli chcesz pomóc to:

* nie strasz - "Jeśli nie nauczysz się wiersza, to dostaniesz słabą ocenę i twoja nauczycielka będzie na ciebie zła. Zobaczysz!";
* nie oceniaj i nie karz - "Ponieważ bazgrolisz w zeszycie, nie pojedziesz w niedzielę na urodziny do Pauliny";
* nie nagradzaj - "Dostaniesz rower na koniec roku, jeśli będziesz mieć świadectwo z czerwonym paskiem" (kiedy perspektywa otrzymania nagrody jest zbyt odległa, sama nagroda traci na wartości);
* nie porównuj - "Kasia to dopiero dobrze się uczy, mógłbyś brać z niej przykład";
* nie stawaj zawsze po stronie nauczyciela czy wychowawcy - "Gdybyś się nauczył, dostałbyś lepszy stopień, za mało się przykładasz, weź się do roboty".

Pochwała to słowny komunikat, który wyraża pozytywną ocenę, dotyczy osiągnięć, zachowania, zalet. Wszystkie te komunikaty są używane zawsze w drugiej osobie liczby pojedynczej. Należy jednak stosować umiar w pochwałach. Częste używanie pochwał, by zmotywować dziecko do czytania, odrabiania zadań domowych, grzeczniejszego zachowania nie przynosi oczekiwanego efektu. Dzieci nadmiernie chwalone szybko uczą się wybierać tylko te rzeczy, które ich zdaniem spodobają się rodzicom. Unikają więc robienia tego, co spotyka się z ich obojętnością. W konsekwencji częste stosowanie pochwał prowadzi do podważania wewnętrznej motywacji dziecka, co może skutkować rezygnacją z różnych form działania. Poza tym, kiedy dziecko przyzwyczai się do różnych sposobów nagradzania, ich brak może być odbierany jako dezaprobata, a otrzymywanie wielu pochwał lub nagród może osłabić ich znaczenie. Często także pochwała może nie odpowiadać własnej samoocenie dziecka.

Chwalenie zawsze zawiera tak zwaną "ukrytą myśl". Kiedy mówisz: "Jesteś tak inteligentny, że możesz mieć najlepsze oceny" - ukryta myśl brzmi: "Dlaczego ich nie masz? Czemu się tak mało starasz? Zrób coś z tymi ocenami, nie jestem z ciebie do końca zadowolony". Albo: "Naprawdę bardzo ładnie dzisiaj odrobiłeś lekcje" - ukryta myśl: "Mam nadzieję, że tak już będzie zawsze, wtedy naprawdę będę zadowolona i spokojna".

Ukrytą myślą w pochwałach jest również subtelnie wyrażony krytycyzm, który, niestety, czasem jest zalecany jako skuteczny sposób motywowania dzieci. Na przykład:

* "Aniu, uczysz się znacznie lepiej niż w pierwszym semestrze, ale nadal musisz poświęcić dużo uwagi nauce."
* "Bardzo ładnie się nauczyłeś tego wiersza. Byłabym jeszcze bardziej zadowolona, gdybyś nauczył się do sprawdzianu z matematyki tak jak prosiłam, ale naprawdę widać, że się starałeś."
* "Marku, bardzo dobrze, że dostałeś piątkę z matematyki, ale ta trójka z polskiego to chyba wymaga poprawy."
* "Bardzo ładnie, że odrobiłeś już lekcje Filipie. Jeszcze bardziej byś mi się podobał gdybyś wyszczotkował sobie włosy, ale naprawdę widać, że się starasz."

W przeciwieństwie do pochwał, komunikaty pozytywne typu JA mówią o tobie, osobie która je sformułowała, nie oceniają dziecka. Aby pozytywne komunikaty były dla dzieci wiarygodne, muszą być uczciwe i prawdziwe, wolne od wszelkich ukrytych podtekstów. Zastosuj:

* "Podoba mi się, że tak starannie odrobiłeś lekcje, naprawdę to doceniam";
* "Uważam, że jesteś inteligentna, i to jest twoja mocna strona";
* "Kasiu, doceniam, ile wysiłku włożyłaś w to, aby czytać coraz lepiej, jestem z ciebie dumna";
* "Marku, ogromnie się cieszę z twojej piątki z matematyki. Moje gratulacje";
* "Jestem pod wrażeniem, że już odrobiłeś lekcje, Filipie";