

Объединение «Общение. Лидерство. Команда»

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Общение. Лидерство. Команда»

Консультация для родителей «Мотивация подростков».

МБУДО ЦДТ «Феникс»

педагог дополнительного образования Тупице И.Б.

Задачи:

- определить понятия «мотивация», «внутренняя мотивация», «самотивация»;
- обозначить факторы, определяющие уровень мотивации, способы мотивации;
- познакомить с видами мотивации;
- познакомить с особенностями учебной мотивации детей подросткового возраста.

1. Организационный момент:

- составление списка присутствующих на консультации;
- обозначение темы, целей консультации.

2. Основная часть.

*Счастье не в том, чтобы делать всегда, что хочешь,
а в том, чтобы всегда хотеть того, что делаешь (Лев Толстой).*

Мотивация (motivatio) – система стимулов, побуждающих человека к выполнению действий. Является динамическим процессом физиологической природы, управляемым психикой личности и проявляемым на эмоциональном и поведенческом уровнях. Впервые понятие «мотивация» было употреблено в труде А. Шопенгауэра.

Несмотря на то, что изучение мотивации является одним из актуальных вопросов исследования психологов, социологов, педагогов, на сегодняшний день не установлено единого определения этого явления.

Существует много довольно противоречивых гипотез, пытающихся на научной основе дать объяснения феномену мотивации, ответить на вопросы:

- почему и из-за чего человек действует;
- на удовлетворение каких потребностей нацелена активность личности;
- почему и как особа выбирает определенную стратегию действий;
- какие результаты индивид рассчитывает получить, их субъективная значимость для человека;
- почему некоторым персонам, обладающим более сильной мотивацией в сравнении с другими, удается добиться успеха в тех сферах, в которых наделенные аналогичными способностями и имеющие те же возможности терпят крах.

Одна группа психологов отстаивает теорию о преобладающей роли внутренней мотивации – врожденных, приобретенных механизмов, управляющих поведением человека. Другие ученые полагают, что ведущей причиной мотивации являются значимые внешние факторы, воздействующие на личность из окружающей среды. Внимание третьей группы направлено на изучение основополагающих мотивов и попытки их систематизации на врожденные и приобретенные факторы. Направление исследований четвертых – исследование вопроса о сути мотивации: как главенствующей причины для ориентирования поведенческих реакций человека с целью достижения конкретной цели либо как источника энергии для деятельности, управляемой другими факторами, например, привычкой.

Большинство ученых понятие мотивации определяет как систему, основанную на единении внутренних факторов и внешних стимулов, определяющих поведение человека:

- вектор направленности действий;
- собранность, целеустремленность, последовательность, организованность действий;
- активность и напористость;

- устойчивость избранных целей.

Факторы, определяющие уровень мотивации

Невзирая на вид стимула, движущего деятельность человека, – имеющегося у него мотива, уровень мотивации не всегда одинаков и постоянен у человека. Многое зависит от вида выполняемой деятельности, сложившихся обстоятельств и ожиданий человека. Например, в профессиональной среде психологов некоторые специалисты выбирают для изучения сложнейшие задачи, другие же ограничиваются «скромными» проблемами в науке, планируя достичь в выбранной области значимых достижений. Факторами, определяющими уровень мотивации, являются критерии:

- значимость для личности перспективного факта достижения успеха;
- вера и надежда на выдающееся достижение;
- субъективная оценка человеком существующей вероятности получения высоких результатов;
- субъективное понимание личностью стандартов, эталонов успеха.

Способы мотивации

На сегодняшний день успешно применяются различные способы мотивации, которые можно условно распределить на три большие группы:

- Социальная – мотивация персонала;
- Мотивация для обучения;
- Самомотивация.

Мотивация персонала

Социальная мотивация – специально разработанная комплексная система мер, включающая моральное, профессиональное и материальное стимулирование деятельности работника. Мотивация персонала нацелена на повышение активности трудящегося и достижения максимальной эффективности его труда.

Меры, используемые в побуждении деятельности персонала, зависят от разнообразных факторов:

- система стимулирования, предусмотренная на предприятии;
- система управления организации в целом, и кадрового менеджмента в частности;
- особенности учреждения: сфера деятельности, численность персонала, опыт и избранный стиль управления руководящего звена.

Способы мотивации персонала условно разделяют на подгруппы:

- экономические методы (материальная мотивация);
- организационно-административные меры, основанные на власти (необходимость подчиняться регламенту, соблюдать субординацию, следовать букве закона с возможным применением принуждения);
- социально-психологические факторы (воздействие на сознание трудящихся, активизируя их эстетические убеждения, религиозные ценности, социальные интересы).

Мотивация учащихся

Мотивация школьников и студентов – важное звено для успешного обучения. Верно сформированные мотивы, четко осознанная цель деятельности придают образовательному процессу смысл и позволяют получить требуемые знания и навыки, достигнуть необходимых результатов. Произвольное возникновение мотивации к учебе – довольно редкое явление в детском и подростковом возрасте. Именно поэтому психологами и педагогами разработано множество приемов для формирования мотивации, позволяющей плодотворно заниматься учебной деятельностью. В числе наиболее распространенных методов:

- создание ситуаций, привлекающих внимание, заинтересовывающих учеников в предмете (занимательные опыты, нестандартные аналогии, поучительные примеры из жизни, необычные факты);
- эмоциональное переживание поданного материала благодаря его уникальности и масштабности;
- сравнительный анализ научных фактов и их житейского толкования;
- имитация научного спора, создание ситуации познавательных дебатов;
- позитивная оценка успеха путем радостного переживания достижений;
- придание фактам элементов новизны;

- актуализация учебного материала, его приближение к уровню достижений;
- использование позитивной и негативной мотивации;
- социальные мотивы (стремление обрести авторитет, желание быть полезным членом группы).

Самотивация

Самотивация – индивидуальные способы мотивации, основанные на внутренних убеждениях личности: желаниях и стремлениях, целеустремленности и последовательности, решительности и стабильности. Примером успешной самотивации является ситуация, когда при интенсивных внешних помехах человек продолжает действовать для достижения поставленной цели. Существуют различные способы для самостоятельной мотивации, в числе которых:

- аффирмации – специально подобранные позитивные утверждения, которые оказывают влияние на индивида на подсознательном уровне;
- самовнушение – процесс, подразумевающий самостоятельное воздействие личности на психическую сферу, нацеленный на формирование новой модели поведения;
- биографии выдающихся людей – эффективный метод, базирующийся на изучении жизни успешных личностей;
- развитие волевой сферы – выполнение деятельности «через не хочу»;
- визуализация – действенная методика, основанная на мысленном представлении, переживании достигнутых результатов.

Виды мотивации

В современной психологии используют различные способы классификации мотивации.

Экстрисивная и интрисивная.

Экстрисивная мотивация (внешняя) – группа мотивов, обусловленных действием внешних факторов на объект: обстоятельств, условий, стимулов, не связанных с содержанием конкретной деятельности. Интрисивная мотивация (внутренняя) имеет внутренние причины, связанные с жизненной позицией личности: потребностями, желаниями, стремлениями, влечениями, интересами, установками. При внутренней мотивации человек действует и поступает «добровольно», не руководствуясь внешними обстоятельствами.

Предмет дискуссии о целесообразности такого деления мотиваций освящен в работе Х. Хекхаузена, хотя с точки зрения современной психологии, такие дебаты – беспочвенны и бесперспективны. Человек, являясь активным членом социума, не может быть полностью независимым от влияния окружающего общества в выборе решений и поступках.

Положительная и отрицательная

Различают мотивацию положительную и отрицательную. Первый вид основан на стимулах и ожиданиях положительного характера, второй – отрицательных. Примерами положительной мотивацией являются конструкции: «если я выполню какое-то действие, то получу какое-то вознаграждение», «если я не буду предпринимать этих действий, то меня накажут». Примерами отрицательной мотивации могут быть утверждения; «если я поступлю так, меня не накажут», «если я не буду действовать таким образом, меня не накажут». Иными словами, основное различие: ожидание позитивного подкрепления в первых случаях, и негативных – во вторых.

Устойчивая и неустойчивая

Основы устойчивой мотивации – нужды и потребности личности, для удовлетворения которых индивид выполняет осознанные действия, не нуждаясь в дополнительных подкреплениях. Например: утолить голод, согреться после переохлаждения. При неустойчивой мотивации человеку необходима постоянная поддержка, стимулы извне. Например: сбросить мешающие килограммы, избавиться от курения. Психологи также различают два подвида устойчивой и неустойчивой мотивации, условно именуемой «от кнута к прянику», различия между которыми иллюстрирует пример: стремлюсь избавиться от лишнего веса и достигнуть привлекательных форм.

Дополнительная классификация

Существует деление мотиваций на подвиды: индивидуальные, групповые, познавательные.

Индивидуальная мотивация объединяет потребности, стимулы и цели, направленные на обеспечение жизнедеятельности организма человека и поддержание гомеостаза. Примерами являются: чувство голода, жажда, стремление избежать болевых ощущений, обеспечить температурный оптимум.

К явлениям групповой мотивации относятся: забота родителей о детях, выбор вида деятельности для получения признания социума, поддержание государственного устройства.

Примерами познавательной мотивации выступают: научно-исследовательская деятельность, получение ребенком знаний через игровой процесс.

Особенности учебной мотивации детей подросткового возраста.

«Ох уж этот подростковый возраст, каких только проблем он не приносит родителям» — вот одно из самых распространенных мнений об этом непростом периоде жизни каждого человека. В это время внутренняя сущность ребенка действительно претерпевает серьезные изменения. Перестройка физиологических процессов влечет за собой и ряд психических видоизменений.

Все это не может не беспокоить родителей, которые находятся в этот момент рядом и чувствуют на себе все прелести пубертатного периода их детей.

На приеме у психолога родители подростков говорят о многом: об эмоциональных всплесках, отчуждении, непослушании, желании доказать свою взрослость, и о вытекающих из этого всего сложностях взаимопонимания. Но, пожалуй, самое главное беспокойство родителей связано с вопросом мотивации их взрослеющего ребенка. «Как заставить его учиться, думать о будущем, нести ответственность за свои поступки и вообще делать хоть что-то осознанно и самостоятельно?» — вот самый частый вопрос, который нам приходится слышать от родителей подростка.

Рассмотрим подробнее вопрос мотивации учебной деятельности. Многие родители приходят и рассказывают, как их 13-14-15-летний ребенок сконцентрирован абсолютно и полностью только на себе самом, как он категорически не желает учиться, убирать за собой, выполнять обязанности по дому, помогать младшим братьям и сестрам и т.д. На все это у нас возникает абсолютно логический вопрос: «А с какого времени все это началось? Как давно ребенок потерял интерес к учебе, решил, что уборка комнаты – это не для него, перестал интересоваться своими близкими?». Знаете, что отвечают родители в 95 % случаев? «Так было всегда!». Вот вам, собственно, и ответ.

Позволим себе напомнить, что формирование мотивации, в том числе и учебной, закладывается еще в раннем детстве. И если в дошкольном и младшем школьном возрасте родители и педагоги не позаботились о развитии мотивации у ребенка, с какой стати она вдруг должна появиться у него в подростковом возрасте? Конечно, это очень удобно, не уделять должного внимания развитию своих детей, а когда они повзрослеют, спихнуть всю вину на «трудный подростковый возраст».

Сегодня все чаще можно встретить мам, пап, бабушек, «помогающих» ребенку учиться, а то и совсем, учащихся за него. Большинство родителей очень вовлечены в процесс учебы ребенка: отслеживают все его домашние задания, делают их вместе с ним чуть ли не до 10 класса, проверяют или укладывают портфель. И это не удивительно, ведь многие родители понимают, что от того, насколько успешно учится ребенок в школе, настолько счастливым и обеспеченным будет потом его будущее. Но, к сожалению, это не всегда так. На самом деле важно не только то, какие оценки у него будут по предметам, но и какие навыки, умения и главное ЧУВСТВА у него останутся после того, как он закончит школу.

Спросите себя: с каким успехом вы можете делать что-то, что не приносит вам удовольствия, а то и вовсе вызывает у вас отвращение? Согласитесь, это тяжело. Так и ребенок, который, учась в школе,

постоянно испытывает напряжение, тревогу, неуверенность, страх, чувствует себя никчемным, неуспешным, хуже других, по окончании обучения в ней не будет испытывать ни малейшего желания учиться дальше. И это касается всего в жизни ребенка. Если обучение, домашние дела, возня с младшими братьями — это то, что он ненавидит, к чему его постоянно принуждали, и то, что он делал исключительно «из-под палки», — он никогда не будет любить это, и постоянно будет стремиться этого избежать. Каков вывод? Понукая его, вы можете достигнуть нежелательных целей. Очень многие подростки больше никогда не открывают крышку пианино после окончания музыкальной школы, ненавидят читать, потому что их заставляли, не способны написать даже письмо, не то что статью или отчет, потому что кто-то критиковал их и заставлял переписывать сочинения.

Помните, что учеба в школах – сложное, но вполне посильное занятие, с которым ваши дети вполне способны справиться самостоятельно. Через это прошли абсолютно все, и вы тоже. Конечно, сложно отпустить контроль и позволить ребенку самому нести ответственность за его дела, если вы желаете, чтобы он реализовал ваши когда-то несбывшиеся мечты и надежды. Если вы действительно этого хотите, вы сделаете все для того, чтобы ваши требования были выше его возможностей. Принесет ли это положительные результаты, сделает ли это вашего ребенка счастливым? Мы в этом сомневаемся.

Проблема родительского сверхконтроля сегодня занимает первое место в рейтинге детско-подростковых проблем. У таких мам и пап есть стойкое убеждение, что все дети от природы ленивы, безответственны, только и думают, как бы развлечься, «отмазаться» от работы, и вообще, они думают только о том, как бы жить в свое удовольствие. Парадокс заключается в том, что это верно, но только относительно детей именно таких родителей. Если ребенок, которому буквально не дают самостоятельно «вздыхнуть», на какое-то мгновение вырвется из-под удушающего родительского контроля, он конечно же «оторвется» на полную катушку и сделает все, что ему запрещали.

Большинство же детей на самом деле готовы заниматься делом, вполне разумно сочетая его с отдыхом, хотят быть успешными, способны сосредоточенно работать и учиться, когда понимают, что это их дело, что оно под их управлением и контролем. Когда все победы — их, и ошибки и поражения — тоже их.

Дети легче и быстрее откликаются на ту деятельность, которую они сами могут организовать, на результат которой могут повлиять, в которой сами могут распределять свое время и свои усилия.

Надо полагать, что родители, принимающие решения целиком и полностью посвятить свою жизнь детям, отказавшись при этом от своей собственной, глубоко несчастные люди и имеют все шансы сделать своих детей столь же несчастными. Как говорится, «Благими намерениями выстлана дорога в ад», и это чистая правда. Если вы будете смотреть на своего ребенка как на неспособного, слабого, невнимательного, несамостоятельного и т.д., не сомневайтесь, именно таким он и станет.

Все мы получаем опыт и учимся только на своих собственных ошибках, так к чему бояться, что наши дети совершат эти ошибки? Большинство подростков невнимательны, расторможены, не собраны потому, что за детство так и не научились управлять собой. Скорее всего, потому, что многое делалось и решалось за них, потому, что им не ставили границ, либо ограждали от всего, и у них не было возможности сделать дело самим сначала и до конца. В любом случае, начало было положено до того, как они пошли в школу, и тем более, достигли подросткового возраста. В этом случае, пубертатный период выступает лакмусовой бумажкой, проявившей те проблемы, которые возникли в раннем детстве и коренятся в семейной системе, в которой рос ребенок.

И как же эта самая система реагирует на эти «повылазившие» трудности? Она усиливает свои прежние воздействия. Если его гиперопекали, стали опекать еще больше, если контролировали, то усилили контроль. Естественно, от всех этих мер, проблема в корне не решается, а наоборот, усиливается и закрепляется.

Чем больше родители берут контроль в свои руки, тем меньше его остается у ребенка. Чем больше его учеба становится их заботой, тем меньше есть до нее дело ему самому. В подростковом возрасте ко всему этому у ребенка вырабатывается стойкое сопротивление к давлению родителей. Сопротивление это может быть как пассивным и выглядеть как лень, саботаж, забывание домашних заданий,

откладывание уроков на потом, так и активным: капризы, возмущения, скандалы, прогулы, конфликты, открытые протесты. В итоге, вся вина ложится на ребенка: это он такой ленивый, бестолковый и эгоистичный. «Наш ребенок сломался, почините его» — то и дело слышат детские психологи.

Постепенно у ребенка/подростка остается все меньше сил и желания пытаться бороться с тем, с чем ему невозможно справиться. У него пропадает собственный мотив делать что-то, а вместе с мотивом — и энергия, которая всем нам нужна для того, чтобы делать что-то. Поэтому, если ваш ребенок сопротивляется вам, вы должны радоваться, а не возмущаться. Это значит, что у него еще есть силы и здоровье, чтобы не дать вам уничтожить свою личность. И ваша задача — попытаться понять, что происходит, чему он так яростно сопротивляется и постараться убрать первопричину.

Перейдем к самому важному вопросу: «Что же делать?». Да, ребенок уже большой и привык к постоянному контролю, он расслабился, он не обладает умением управлять собой. Поэтому дать ему полную свободу, пустить все на самотек и надеяться, что это сиюминутно поможет — однозначно не вариант. Ребенку предстоит долгий путь обучения. Он должен научиться учиться. И да, это скорее всего скажется на его успеваемости. Естественно, сначала ребенок будет ждать от вас привычного «пинка», не получив которого, сможет наконец-то на радостях расслабиться и забросить все. И только поняв, что высока вероятность того, что он останется на второй год, а одноклассники будут презирать его (а это уже ЕГО личное дело, задевающее ЕГО чувства), он начнет уговаривать, контролировать, заставлять и проверять самого себя, а это уже честно заработанная самомотивация.

Конечно же, вы можете не оставаться в стороне и помогать ему в формировании мотивации. Для этого вы можете:

- найти правильный баланс одобрения и контроля: пусть ребенок знает, что вы любите его всегда, с любыми оценками, но в то же время он стремился сделать так, чтобы вы гордились им;
- обеспечивать поддержку при достаточной самостоятельности: помогать, но не делать за него, выслушивать и предлагать помощь/совет, если он сам попросит вас об этом, установить доверительные отношения;
- отказаться от метода «кнута и пряника»: поощрение в виде игрушек, гаджетов, карманных денег пр. за хорошие оценки недопустимо, так как это лишь внешняя мотивация, не формирующая внутреннего стимула; а про домашние наказания за плохую успеваемость вообще забудьте, так как они полностью отбивают охоту к учебе;
- интересоваться не оценками ребенка, а темами и содержанием уроков: показывая свой интерес к тому, что происходит в классе, вы формируете интерес к этому и у ребенка; рассказывая об этом вам, он и материал лучше запомнит, и поймет, что процесс важнее, чем результат любой ценой;
- не скрывать и не отрицать своих собственных ошибок: ошибаться свойственно всем, и ребенок не должен думать, что его родители идеальны, ведь до идеалов невозможно дотянуться. Зная о ваших поражениях, он не будет испытывать страха и стыда, признаваясь в своих;
- установить режим и следить за дисциплиной: если у ребенка каждый день в одно и то же время будет делать уроки, это, в конце концов, войдет в привычку и перестанет быть проблемой и предметом для споров;
- заняться решением своих собственных проблем. Часто родители лезут в жизнь своих детей из-за отсутствия как таковой своей собственной. Контроль над ребенком создает иллюзию того, что они заняты чем-то очень важным. Как правило, сверхконтролирующим родителям присущ бессознательный страх того, что самостоятельный ребенок, рано или поздно, покинет их дом, оставив на своем месте пустоту в их жизни. Найдите себе занятие по душе, вспомните, о чем вы мечтали, когда были молоды, но у вас не было возможности это реализовать из-за отсутствия денег или возможно, неодобрения вашего выбора вашими родителями? Игра на скрипке — почему нет? Уроки сальсы — отличная идея!

Итак, мы выяснили долю ответственности родителей в формировании мотивации их детей. Теперь вернемся к самому подростковому периоду и попытаемся разобраться, какова его роль в этом вопросе.

Для любого подростка важны мотивы интеллектуально-познавательного плана. Ребенок в этом возрасте жаждет знаний и стремится к расширению своего кругозора. Однако, в этом возрасте происходит смещение интересов в другие области. Одним из центральных новообразований этого периода является

чувство взрослости, которое выражается в стремлении к независимости, самостоятельности, в утверждении своего личного достоинства. Именно на доказательство своей взрослости и независимости тратится так много энергии любого подростка. Это переживание очень важно для развития личности, поэтому не стоит пытаться подавить это в своих детях.

Стремление к взрослости стимулирует активность подростка, направленную на усвоение ценностей, установок, норм. Чувство взрослости мотивирует подростков приобрести умения и качества, характеризующие, по их мнению, взрослого человека и воплощенные в существующих у них образцах «настоящего мужчины» и «идеальной женщины». Им интересны более творческие задачи, где можно проявить личную инициативу и показать, на что они способны. Они хотят участвовать в делах, которые впервые оказываются им доступны, и где они могут проявить свои новые возможности.

Естественно, в этот период снижается мотивация учения, что объясняется увеличением интереса к окружающему миру, а также увлеченностью общением со сверстниками. На этом этапе подростков больше интересуют вопросы взаимоотношений, распределения ролей, саморазвития, самопознания и самосовершенствования. Согласитесь, это тоже весьма полезно и необходимо для дальнейшего путешествия по жизни.

Все, что мы можем сделать для своих детей в этот период – просто быть рядом, оказывать поддержку, отвечать на вопросы. Нужно быть действительно чутким и открытым для общения родителем, чтобы заметить то, что действительно волнует подростка. Поверьте, плохие оценки и невыполненные домашние задания никак не скажутся на его будущей жизни, а вот неудачный опыт первой любви, предательство лучшего друга, равнодушие родителей – вот то, что может серьезно подорвать веру ребенка в себя и в окружающий его мир и действительно искалечить его судьбу.

3. Разное. Ответы на вопросы.