

8 ШАГОВ К МОТИВАЦИИ РЕБЁНКА К ОБУЧЕНИЮ БЕЗ ДАВЛЕНИЯ И СЛЁЗ



СОСТАВИТЕЛЬ:
БИРЮКОВА ОЛЬГА

Педагог (начальные классы),
детский коррекционный
психолог

Цель гайда

 Научить родителей формировать внутреннюю учебную мотивацию у ребёнка, не прибегая к наказаниям, шантажу и тревожному контролю.

Автор гайда



Педагог, магистр специальной психологии. Обучаюсь детскому и подростковому консультированию и профессиональному коучингу в московском институте психоанализа.

Опыт работы в школе, а также личный опыт воспитания троих детей: от дошкольника до подростка.

 **Детское поведение** – это всегда сигнал. Отказ от учёбы часто не связан с ленью. Он может говорить о когнитивных трудностях (например, недоразвитие внимания или памяти), эмоциональных перегрузках, тревожности или отсутствии веры в свои силы.

Шаги для формирования внутренней мотивации

👩👧👩👧 Как родитель может помочь ребёнку, если он не хочет учиться?

Спокойно принять сигнал, а не бороться с
«ленью».

Первый шаг и очень важный шаг: не
реагировать на отказ агрессией или
обвинениями.

Поведение - это не проблема, а **симптом**. За
ним может стоять усталость, тревога,
заниженная самооценка или когнитивные
трудности.



Шаги для формирования внутренней мотивации

🔍 Начать с наблюдения

Когда именно ребёнок отказывается
учиться?

В какие моменты?

Это может быть конкретный предмет,
тип заданий, время суток, или даже
отношение с учителем.

Наблюдение даёт важную информацию без давления.



Шаги для формирования внутренней мотивации

Задаем «открытые» вопросы и убираем ожидание «ты должен»

- ? «Что самое сложное для тебя в учёбе?»
- ? «В какой момент ты чувствуешь, что не хочешь продолжать?»

!! Избегайте вопросов «Почему ты ленишься?» Это только усиливают замкнутость и вину



Перестраиваем фокус: с «он должен» на «как создать условия, чтобы ему было легче?»



Шаги для формирования внутренней мотивации

Укрепляем чувство компетентности

Хвалите не за результат, а за усилие.

Подмечайте даже маленький прогресс:
«Ты справился с тем, что вчера казалось
очень трудным»

Это формирует внутреннюю мотивацию и
уверенность: «Я могу».

Создайте эмоционально безопасное пространство

Если ребёнок **боится** ошибок, он будет
избегать задач.

Если он уверен, что его не накажут за
неудачу, он будет пробовать.

Шаги для формирования внутренней мотивации

Делайте обучение лично значимым

Знание, не связанное с жизненным опытом ребёнка, быстро забывается.

С точки зрения развития высших психических функций, **важно**, чтобы материал вызывал отклик.

В работе я советую родителям **связывать задания с интересами** ребёнка: решаем задачи про любимые игрушки, пишем тексты о домашних питомцах, обсуждаем учебную тему через игру.

! Так формируется смысл, а без смысла нет устойчивого внимания и памяти.



Шаги для формирования внутренней мотивации

Режим дня

Регулярность - это основа

психоэмоционального благополучия.

Дети, особенно дошкольники и младшие школьники, **нуждаются** в стабильной структуре дня.

С точки зрения нейрофизиологии :

ритмичность **снижает уровень кортизола** (гормона стресса) и помогает сосредоточиться.

Рекомендую использовать визуальное расписание, ритуалы начала и завершения учебных блоков. Особенно это важно для детей с гиперактивностью, СДВГ и нарушениями адаптации.



Шаги для формирования внутренней мотивации

🚦 Помогите проживать ошибки

Умение справляться с фрустрацией* – это **базовое условие** успешного обучения.

Если ошибка воспринимается как провал, а не как возможность, то мотивация падает. Важно менять фокус внимания: не на ошибку, а на **вывод**.

Фразы «Что ты понял?»

«Чему это нас учит?» формируют правильное мышление. Детей нужно учить проживать ошибки: через поддержку, совместный анализ и отказ от наказания за неудачи.



*Фрустрация – это сильное разочарование, которое возникает, когда человек не может получить то, что хочет.

Важно

Если отказ от учёбы становится **системным**, не стоит ждать, что всё пройдёт само.

Лучше вовремя **обратиться к специалисту** для диагностики причин и выстраивания индивидуального маршрута помощи.

Хочешь лучше понимать своего ребенка?
Подписывайся на мою страницу рассказываю профессионально и понятно.

< o_biriukova_psychologist



Где меня найти?



Педагог, детский коррекционный психолог | Ольга Бирюкова

33 публикации 12 подписчики 17 подписки

Детско-родительские отношения, помогу родителям понять и поддержать своих детей

📖 Подпишитесь и получи руководство от тревоги

🔗 t.me/defektologolgabiriuk... и ещё 1



Подписаны: __sanbir__, alisalimon2017 и ещё 5

Вы подписаны ▾

Сообщение



Моя почта: olgazhuikova1993@gmail.com

Мой телеграм: [ссылка](#)

YouTube: [ссылка](#)

ВКонтакте: [ссылка](#)

Яндекс Дзен: [ссылка](#)