

Что такое мотивация?

Мотив – от латинского двигать, толкать – побудительная причина действий и поступков. Очень связан с жизненными ценностями.

ЦЕПОЧКА

МОТИВ – ЦЕЛЬ (эталон должного) – СОГЛАСОВАНИЕ С ДРУГИМИ ЦЕЛЯМИ (д.б. не в противоречии, которые бывают неосознаваемыми) – ПОИСК ВАРИАНТОВ ДЕЙСТВИЙ (мозговой штурм) – ОЦЕНКА ВАРИАНТОВ - ПЛАН ДЕЙСТВИЙ (с фиксацией промежуточных результатов) – САМА ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ – РЕЗУЛЬТАТ – ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ

Важно сделать так, чтобы не пропало желание достигать.

Для этого нужно давать задания в соответствии с реальными возможностями, не допускать неудач. Нежелание достигать чего-либо распространяется и на другие сферы деятельности, появляется безразличие ко всему. **Нельзя ставить человека в безысходную ситуацию.**

ПРИЧИНЫ НЕУДАЧИ

Расположение	Неизменяемая	Изменяемая	
		Контролируемая	Неконтролируемая
Внешняя	Учитель Одноклассники Сложная программа		Материальное положение Переезд
Внутренняя (я сам такой)	Состояние здоровья Внешность Способности	Усилие воли	Настроение Самочувствие

В некоторых ситуациях можно снижать планку, менять цель. Необходимо убеждать, что от него в мире что-то зависит.

Необходимо мотивировать ребенка в соответствии с его возрастными особенностями.

Ведущая деятельность, определяющая мотивацию:

- 0 – 1 год – общение с матерью;
- 3-6 лет – сюжетно-ролевые игры;
- младший школьный возраст – учёба (мотивация – одобрение значимого взрослого);
- подростковый – общение со сверстниками; родителям важно понять, что на данном возрастном этапе для ребенка важнее друзья, чем взрослые, поэтому надо стать для ребенка другом.
- юношеский – общение с противоположным полом (учёба осознанная, для себя).

Выражение одобрения взрослым должно быть искренним, без фальши, иначе происходит потеря доверия, которая может стать невосполнимой.

Существует четыре варианта мотивов:

1. Удовольствие от самого процесса.
2. Прямой результат деятельности.
3. Вознаграждение за деятельность (похвала, оценка, плата).
4. Избежание наказания.

Не мотивировать деньгами, но:

Можно заключить **договор** с ребёнком, если нужно добиться существенных изменений (после болезни, прогулов...) – будет приз, если сумеешь преодолеть... Но надо очень точно проговорить цели (**реальные!**), все нюансы. Скачки не должны быть сильными.

Договор заключается на конкретный срок – не менее 2 недель и не более 2 месяцев (почему).

Чётко договариваться, определяем допустимый зазор между желаемым и достигнутым.

Договориться о награде чётко: какая вещь, сколько стоит, иначе м.б. конфликт.

Записать всё, подписаться. Контролировать выполнение.

Такой договор можно заключить с психологом. Можно – с родителями, которые позитивно настроены, не получают удовольствия от ругания ребёнка.

Мотивация – та энергия, которую человек готов вложить в достижение своей цели.

Мотивация = Сумма мотивов + Конкретная ситуация

7 основных мотивов:

1. Самоутверждение (статус, положительная оценка).
2. Идентификация с другим человеком (стремление быть похожим на авторитетную личность).
3. Власть (стремление влиять на людей).
4. Интерес к содержательной деятельности.
5. Саморазвитие (стремление к реализации своих способностей).
6. Достижения (высокие результаты от мастерства), удовольствие от сложного задания.
7. Долг и ответственность перед обществом (идентификация с группой).

Избегание неудач – негативный мотив.

Необходимо поддерживать ребёнка словами.

Хвалить позитивно и конструктивно:

1. Назвать конкретно, за что хвалишь. Само действие.
2. Сказать о своей эмоциональной реакции, назвать позитивные чувства.
3. Сказать, как это действие может позитивно отразиться в дальнейшем.

Диагностика:

Чтобы узнать, насколько мотивированы на достижение (уровень мотивации), написать за 6 минут рассказ о том, как один человек добился в жизни того, чего хотел.

Критерии оценки:

1. Чётко указана цель.
2. Описаны действия, которые приводят к цели (причины и следствия).
3. Реалистичность, описание преодолеваемых трудностей.
4. Уверенность в себе (описание).
5. Есть указание на этапы (разбивка, цели).
6. Описывается результат (к чему он пришёл).

Если это только диагностика, то не обсуждать сочинение в группе.

Можно самостоятельно проверить, оценить и даже дописать.