

Ebeveynler Çocuklarının Ders Çalışma Motivasyonunu Nasıl Artırabilir?



Bir işte başarılı olabilmek için o işe büyük emek ve zaman harcamak gerekir. Düzenli olarak emek ve zaman harcamak için ise motivasyon gerekir. Motivasyonu "Bir işi yapma isteği ve enerjisi" olarak tanımlayabiliriz. Motivasyon iç ve dış motivasyon olmak üzere ikiye ayrılır. İç motivasyonun kaynağı, kişinin içinden gelen

merakı, ilgisi, öğrenme isteği, hedefleri veya o işi sevmesi v.b.'dir. Dış motivasyonun kaynağı ise para, not, övgü, takdir edilme, korku gibi dış faktörlerdir.

"Konu işlerin yürütülmesine gelince, motivasyon her şeydir." Iacocca

Bazı veliler, çocuklarından birinin sürekli ders çalıştığını, onu ders çalışması konusunda hiçbir zaman uyarmak zorunda kalmadıklarını ama diğer çocuklarına ders çalıştırabilmek için ise çok büyük mücadeleye vermek zorunda kaldıklarını söylerler. İki kardeşin ders çalışmasındaki farklılığın nedeni çalışma motivasyonlarıdır. Motivasyonu kısaca anlattıktan sonra şimdi asıl konumuza gelebiliriz.

Öğrencilik hayatı gerçekten uzun ve zorlu bir süreçtir. Öğrencilerin okulda geçirdikleri zaman dışında evde de ödev yapmak ve ders çalışmaları gerekiyor. Ders çalışmak gibi zor bir işi yıllarca ve düzenli olarak yapabilmek hiç kolay değildir. Bunun için yüksek bir motivasyon gerekir. Eğer çocuğunuz iç motivasyona sahipse şanslı sayılırsınız. Çünkü sürekli olarak çocuğunuzla ders çalışması konusunda tartışma yaşamayacak ve çalışması için uzun uzun öğütler vermek zorunda kalmayacaksınız. Tabii ki iç motivasyona sahip çocukların da çalışma motivasyonu zaman zaman düşebilir. Özellikle istedikleri başarıyı gösteremedikleri durumlarda çalışma istekleri azalabilir. Fakat bu durum çok uzun sürmez ve doğru bir yaklaşımla tekrar çalışma motivasyonunu yükseltebilirsiniz. Bazen de yüksek motivasyona sahip öğrencilerin sınav kaygısı olabilir. Böyle bir durumda okul rehber öğretmeninden yardım almanız faydalı olacaktır.

Eğer çocuğunuz dış motivasyona sahipse işinizin daha zor olduğunu söyleyebilirim. Çocuğunuz, genellikle kendiliğinden ders çalışmaya başlamayacak, başlasa bile kısa bir süre sonra çalıştım diye yanınıza gelecektir. Bir gün çalışıp 3-4 gün kitabın kapağını açmak istemeyecektir. Siz ise, ona sürekli ders çalış demekten bıkmış olacaksınız ve bazen pes edip kendi haline bırakacaksınız fakat işlerin daha da kötüye gittiğini görünce ebeveyn olarak dayanamayıp yine ders çalışması için çabalamaya devam edeceksiniz. Büyük bir umutla, bir gün kendiliğinden ders çalışmasını bekleyeceksiniz.

Öğrenciler ile yaptığım görüşmeler de şunu anladım ki, velilerin çocuklarının ders çalışması için iyi niyetle yaptıkları bazı çalışmalar çocuklarının motivasyonunu artırmadığı gibi maalesef düşürmekte. Birçok öğrencim ailesinin çalışma motivasyonunu düşürdüğünü söylüyor. Peki aileler nerede yanlış yapıyor?

Ebeveynlerin çocuklarını ders çalışma konusunda motive etmek adına yaptığı yanlışlar;

1-Kıyaslama Yapmak: Çocuğunuzu başka birisiyle kıyaslamayın. Kıyaslama yapmanız çocuğunuzun daha fazla ders çalışmasını sağlamayacaktır.

2-Öğüt Vermek: Tabi ki çocuğunuza zaman zaman öğüt verebilirsiniz. Çok sık yaptığınızda işe yaramayacaktır. Mantıklı düşünme, gelecek ile ilgili plan yapma gibi üst düzey zihinsel işlevlerden beynin ön bölgesi (frontal lob) sorumludur. Bu bölge çocuklarda tam olarak gelişmediği için sizin yaptığınız mantıklı konuşmalar çocuğunuzda tam olarak karşılığını bulamayacaktır.



3-Korkutmak: Çalışmazsa başına gelecek şeylerle korkutmayın. "Böyle çalışırsan fen lisesini rüyanda görürsün.", "Bu çalışmayla ancak meslek lisesine gidersin." V.b. cümleler çocuğunuzun moralini bozacak ve ders çalışma motivasyonunu daha da düşürecektir.

4-Tehdit Etmek: Çocuğunuzu çalışmadığı takdirde telefonunu almak, dışarı çıkmasına izin vermemek, istemediği okula göndermek gibi durumlarla tehdit etmeyin. Çocuğunuzun çalışma motivasyonunu artırmadığı gibi kaygısının da artmasına neden olabilir.

5-Kendi Hayatınızdan Örnek Vermek: Ebeveynler çocuklarına kendi yaşadıkları sıkıntıları, zorlukları ve imkansızlıklar içinde büyüdüklerini anlatarak çocuklarının bu durumdan ders almasını isterler. Tabii ki bunu zaman zaman yapmak problem değildir. Ancak her akşam biz çocukken diye başlayıp uzayan cümlelerle kendi hayatınızdan kesitler sunmanız çocuğunuzun çalışma motivasyonunu artırmayacaktır. Zaten birçok ebeveyn de bunu tecrübe etmiştir.

6-Sürekli Ders Çalış Demek: Çocuğunuza sürekli ders çalış diyerek düzenli çalışmasını sağlayamazsınız. Odasına gidip masasına kitaplarını açmasını sağlamış olabilirsiniz. Ancak çocuğunuzun ders çalışmak için değil sizin baskınızdan kaçmak için bunu yapmış olma ihtimali yüksek, bunu kitap ile bakışmasından anlayabilirsiniz.

7- Güvendiğinizi Sürekli Söylemek: Çocuğumuza güvendiğimizi söylemek niye yanlış olsun ki diyebilirsiniz. Evet bu cümleyi doğru zamanda doğru şekilde kullandığımızda gayet olumlu bir cümle. Fakat, bu cümle çok sık tekrarlandığında baskıya dönüşmektedir. Çocuğunuz söylediğiniz "Kızım ben sana çok güveniyorum, sen fen lisesini kazanırsın, sen okul birincisi olursun, sen doktor olup bize bakarsın." gibi cümleleri "Kızım sen fen lisesini kazanmak zorundasın, sen okul birincisi olmak zorundasın." olarak algılayabilir. Sizin niyetiniz bu olmasa bile çocuğunuz böyle algılayacaktır. Bu da çocuğunuzun çalışma motivasyonunu düşürmez ama sınav kaygısını artırır.

8-Yüksek Hedefler Koymak: Çocuğunuzun çalışmasını sağlamak için yüksek hedefler koymayın. Hedefler çocuğunuzun yapabileceğinin çok altında ve çok üstünde olmamalıdır. Çocuğunuz koyduğunuz hedefe ulaşamadığında veya ulaşamayacağını düşündüğünde çalışma motivasyonunu kaybeder ve devamında özgüvenini sarsmış olursunuz.



Ebeveynlerin yapmaması gerekenler kısaca bahsettik. Şimdi ise yapılması gerekenlere gelelim.

1-Öncelikle Çocuğunuzu İyi Tanıyın. Çocukları motive etmek için, genel ilkeler olsa da her çocuk için geçerli bir ilke yoktur. Çocuğunuzu daha iyi motive etmek için nasıl davranmanız gerektiğini çocuğunuza sorabilirsiniz. Mesela kız çocukları ile erkek çocuklarını motive teknikleri daha farklıdır. Kızları motive etmek için daha duygusal yaklaşmak, onların duygu ve düşüncelerini paylaşmalarına fırsat vermek daha etkili iken erkek çocuklarda duygusal yaklaşmak genelde işe yaramaz. Onlara karşı daha kararlı ve otoriter davranmak gerekir.

2-Çocuğunuzla Birlikte Bir Plan Yapın: Anne-baba olarak çocuğunuzun da fikrini alarak bir plan yapın. Çocuğunuzun fikrini almak çok önemli, aldığınız kararlarda çocuğunuz da söz sahibi olursa bu kararlara uyma ihtimali daha yüksek olacaktır. Bu planda, günlük çalışma süresi, kitap okuma süresi, tv, bilgisayar, telefon gibi teknolojik aletlerle ne kadar zaman geçireceği gibi konuları kararlaştırın. Kararlara uymadığında karşılaşılabilecek yaptırımları da belirleyin. Aldığınız kararları bir kağıda yazın, göz önünde bir yere asın.

3-Aldığınız Kararları Takip Edin: Çocuğunuzla yaptığınız plana, çocuğunuzun aksatmadan kendiliğinden uyacağını sanıyorsanız çok iyimsersiniz.Çocuğunuz yaptığınız bir plana birkaç gün sorunsuz uysa bile zaman geçtikçe plana uymamaya, aksatmaya başlayabilir. Burada ebeveyn olarak aldığınız kararların takipçisi olmalısınız. Çocuğunuz ders çalışma saati geldiği halde tv izlemeye devam ediyorsa öncelikle onu uyarın. Uyarınıza rağmen devam ediyorsa (mutfaktan çocuğunuza defalarca TV kapat diye bağırmayın) yanına gidin ve kararlarınızı sakince hatırlatıp TV'yi kapatın. Neden çalışmak istemediğini bir sorun mu olduğunu sorun. Büyük ihtimal ders çalışma isteği olmadığını, yorgun olduğunu v.b. nedenler ileri sürecektir. "Altı üstü ders çalışacaksın, ne yorgunluğu, insan ders çalışırken sıkılır mı." gibi cümleler kurmayın. Bunun yerine "Çalışma isteğin yok bu nedenle çalışmak istememeni anlıyorum, ama çalışman gerekiyor, böyle kararlaştırmıştık. Senin için belki zor olacak ama çalışabilirsin." gibi daha motive edici cümleler kullanmak gerekir. Eğer geçerli bir neden yokken madem ki çalışma isteğin yok bugün çalışma demeniz doğru bir yaklaşım olmayacaktır.

4-Teknolojiye (telefon, bilgisayar, TV) Sınır koyun: Tv izlemek ve bilgisayar ile oyun oynamak ders çalışmaya göre daha eğlencelidir. Çocuğunuza seçme şansı verirseniz tabi ki teknolojiyi seçecektir. Bilgisayar ile oynama şansı olan çocuklar tabi ki onun başından kalkıp ders çalışmayı tercih etmeyecektir. Bu nedenle teknoloji kullanımı konusunda sınır

koyun.(Çocuğunuzun sağlıklı gelişimi için de sınır koymalı ve teknoloji başında nasıl vakit geçirdiğini takip etmelisiniz.) Çocuğunuz ders çalışmasa bile onlar ile oynayamayacağını bilmelidir.

5-Takip Çizelgesi Kullanın: İnsanlar somut olan şeylerden daha iyi motive olurlar. Planı yazılı hale getirme sebebi de somutlaştırmak ve hatırlamasını sağlamaktır. Özellikle ilkokul ve ortaokul öğrencileri için takip çizelgesine okuduğı kitap sayfasını, günlük tekrarını, çözdüğü soru sayısını yazın. (Örnek takip çizelgelerine [buradan](#) ulaşabilirsiniz)

6-Kullandığınız Sözcüklere Dikkat Edin: Klişe bir söz vardır. "Ne söylediğiniz değil, nasıl söylediğiniz önemlidir." Bu sözü ciddiye alın. Çocuğunuzun ders çalışmasını istiyorsanız onun motivasyonunu artırmaya yönelik konuşun. Kızmak, bağırarak, suçlamak, yargılamak işe yaramayacaktır. Herhangi bir sebeple hissettiğiniz öfkeyi çocuğunuzdan çıkarmayın.

Kaynak: <http://www.rehberliksevisim.com/2019/01/anne-babalar-ve-cocuklarda-ders-calisma-motivasyonu/>