MOTİVASYONUN SAĞLANMASINDA AİLENİN ROLÜ

* Değerli anne-babalar çocuklarınızı motive etmek istiyorsanız onların gereksinimlerini önceden belirlemeniz gerekir. Bireylerin belirli şeylere karşı duyduğu gereksinimlerle motivasyon başlar.Bir gereksinim ortaya çıktığında bireyde onu karşılama isteği belirir.Böylelikle birey itici bir güçle uyarılmaya başlar.Aileler farkında olarak ya da olmayarak ,gencin motivasyonunu olumlu ya da olumsuz düzeyde etkilerler .
* Olumlu iletişim ortamının olduğu ailelerde aile üyeleri birbirini tanır,(zayıf ve güçlü yönleri ile)olduğu gibi kabul eder,hiçbir koşula bağlı olmaksızın sever ve birbirine güvenir.Böyle bir ortamda yetişen çocuk kendisine güven duyulduğunu,anlaşıldığını bilir,bu da ona güven verir.

 MOTİVASYONU SAĞLAMAK YA DA ARTTIRMAK İÇİN VELİLER NELER YAPABİLİR?

* Başarıya ulaşmada **HEDEF KOYMAK** önemlidir.Çocuğunuzun kendisine kısa ,orta ve uzun vadeli hedefleri koymasında yardımcı olun,destek verin!
* Çocuklarınızı kendi kararlarını kendileri vermeleri vermeleri konusunda **TEŞVİK EDİN**
* Çocuklarınızı başkaları ile değil,**KENDİLERİ İLE KIYASLAYIN**
* Derslerde hangi konularda bilgileri yönünden eksikleri olduğunu belirleyin ve o konuları öğrenmesi için ona **DESTEK** olabileceğiniz yolları araştırın.
* Güçlü olduğu alanlarda onu **YÜREKLENDİRİN** zayıflığı yenmesini öğretin.
* **GÜLÜMSEYİN** gülümsemek hem beyninizde hem bedeninizde olumlu bir enerji oluşturur ve sizden çocuğunuza doğru pozitif enerji yansıması sağlarsınız.
* Ebeveynler çocuklarına tek görevleri ders çalışma gözüyle yaklaşarak bu doğrultuda davranmamalıdır. Ailece günün belli saatlerinde birlikte yürüyüş yapılabilir, yemek pişirme gibi çocuğun da isteyeceği aktiviteler gerçekleştirilebilir. Bu yaratılan ortak zamanlar, çocuklarda **benim sınav/ ders dışında da bir hayatım var ve ailem benimle vakit geçirmeyi seviyor** düşüncesini oluşturur.
* Motive edici konuların işlendiği filmlerden ve kitaplardan yararlanılabilinir.
* Teknolojik aletlerin sınırlı kullanımı ile ilgili öğrenci ile zamanla ma noktasında anlaşma yapılabilir , **kuralların birlikte konulması** uyulmasını kolaylaştırır.
* Öğrencinin uyku düzenini sağlamada yardımcı olunabilir ,**ortalama 8 saat** kesintisiz uyku ergenin sağlıklı kalmasına yardımcı olur.
* Yeme düzeni, çalışma saatleri belirli olursa **her gün aynı saatte aynı şeyi yapmak** motivasyon için daha iyi olabilir.
* Her çocuk birbirinden farklıdır bu nedenle her çocuğun motivasyonu da farklıdır ve değişkendir. Duruma ve koşullara göre **ben öğrencim için ne yapabilirim** sorusunun cevabı aranmalıdır.