JOANNA SZULC 07.09.2022

Powrót do szkół. Jak wzmacniać motywację uczniów?



Jak można pomóc młodym ludziom wracającym do szkoły po nauczaniu zdalnym? Jak wzmacniać ich motywację? Radzi dr Zuzanna Gazdowska, psycholog z Uniwersytetu Humanistycznospołecznego SWPS.

Młodzież wraca do szkół. Z jednej strony to dobrze, że mamy szansę na naukę stacjonarną, z drugiej – rodzi się sporo obaw o to, jak będzie w nowym roku szkolnym. Jak im pomóc?

Myślę, że pierwszym, co należałoby zrobić po tak długiej przerwie i powrocie do nauczania stacjonarnego, jest przeznaczenie czasu na zajęcia ogólne i zadbanie o procesy grupowe. Klasa to jest zbitka 20-30 osób, z których każda ma inne potrzeby i cechy indywidualne. To teraz kluczowe zadanie dla wychowawców i nauczycieli: dać młodym ludziom trochę przestrzeni i czasu na to, by na nowo wdrożyli się w życie szkolne. Potrzebne są rozmowy - o obawach, o oczekiwaniach.

Dlaczego to takie ważne?

To jest tworzenie podłoża pod dalsze motywowanie uczniów. Ciężko jest wyobrazić sobie, że uda się bez tego osiągnąć jakiś dobry efekt w nauczaniu. Kiedy postawimy się w sytuacji uczniów, dość łatwo będzie nam wyobrazić sobie, z czego wynika kryzys motywacji, przez który oni przechodzą.



(https://sklep.nowaera.pl/najszersza-oferta-podrecznikow-do-szkoly-sredniej?cid=spp&w_source=pne&w_medium=banner&w_campaign=PP_Podreczniki_Promo_2etap_sierpien2022&w_content=fiolet)

Z czego?

Z dużej niepewności, co będzie zaraz, za tydzień. Czy znowu nie przerzucą nas na online? Czy odpowiednio dobrze pracowałem, pracowałam? Czy mam zaległości, czy uda mi się je nadrobić? To wszystko stanowi ogromny ciężar, bagaż, który muszą na swoich plecach dźwigać młodzi ludzie. Wielu osobom wydaje się, że wystarczy rzucić jakieś magiczne hasło, zastosować odpowiednią technikę i nagle młodzież poczuje się olśniona i motywacja sama na nich spłynie. To niestety tak nie działa. Motywacja bierze się z nas samych. Motywacji nikt nie może w nas wytworzyć. To, co my, dorośli możemy młodym ludziom stworzyć, to są optymalne warunki do tego, by motywacja mogła w nich wzrastać.

Jak zatem stworzyć te optymalne warunki?

Tu trzeba się odwołać do koncepcji nastawienia na rozwój i nastawienia na trwałość Carol Dweck. Ta wybitna profesor psychologii, zajmująca się motywacją w edukacji, rozróżnia dwa rodzaje postaw. Są ludzie, którzy uważają, że albo się jest inteligentnym i uzdolnionym, albo nie – a jeśli los poskąpił nam umiejętności, to już nic z tym się nie da zrobić. Taka osoba powie np.: „Nie jestem orłem z matematyki, jestem humanistą. Nie ma się co wysilać i próbować zrozumieć matematykę". To jest nastawienie na trwałość.

Ale są też ludzie nastawieni na rozwój – chętni i gotowi, by się uczyć, doskonalić umiejętności, podejmować wyzwania, próbować. Czasem się nie uda, ale to nie powód do rozpaczy, trzeba otrzepać się po upadku i próbować dalej. Oni mają w sobie motywację do nauki.

Jak sprawić, by nasz nastolatek, nasz uczeń był nastawiony na rozwój?

Dopingując młodzież nie chwalmy ich za wyniki, oceny, tylko doceniajmy wysiłek, zaangażowanie. Nawet, jeśli mamy do czynienia z uczniem, który ewidentnie odstaje od grupy, nie radzi sobie, ale próbuje, podejmuje wysiłek. Pochwała wysiłku potrafi zdziałać cuda. Taki uczeń może poczuć, że jeśli choć trochę się zaangażuje, jeśli choć trochę pracy włoży w dane zagadnienie, to już może coś zmienić, poprawić.

Jeśli będziemy chwalić tylko za wynik, za to, co w czym uczeń jest dobry, to umacniamy nastawienie na trwałość. Jeśli będziemy chwalić tylko w tych obszarach, w których wyniki są dobre, to nie mamy jak wspierać motywacji do przekraczania własnych możliwości.

A jeśli wydaje się, że naprawdę nie ma za co chwalić?

Myśląc o motywowaniu, powinniśmy mieć na uwadze trzy ważne potrzeby uczniów. Pierwsza to potrzeba kompetencji. Każdy chce czuć, że coś umie, coś wie, w czymś jest dobry. Pamiętamy tu o słowach Carol Dweck, chwalimy więc za starania i przekonujemy ucznia, że każdy jego wysiłek jest ważny. Ale trzeba też wziąć pod uwagę, że w naszej kulturze jesteśmy dość mocno skupieni na konkretnych osiągnięciach. Dlatego warto jest przypominać uczniowi pozytywne zdarzenia z przeszłości, np.: „A pamiętasz, jak wtedy postarałeś się i udało ci się rozwiązać to zadanie?". Można też nawiązać do tego, że czasem nikomu z klasy nie udaje się poradzić sobie z jakimś zadaniem, ale warto pokombinować, popróbować, może się uda. Chodzi o pokazanie młodemu człowiekowi, że (niezależnie od poziomu wiedzy) jest w pełni kompetentną osobą, do tego by próbować, kombinować i sprawdzać, jak ugryźć dany problem.

Możemy zatem dopingować i zachęcać do prób. Co jeszcze?

Badania pokazują, że jesteśmy bardziej zmotywowani do pracy i nauki wtedy, kiedy w obrębie grupy mamy dobre, jakościowe relacje. Czyli kolegów, koleżanki, siatkę wsparcia – ważne dla nas osoby, które zajmują się tym samym, czym my się zajmujemy.

Trzeba zadbać o klimat motywacyjny klasy, wytworzyć taką przestrzeń, żeby dzieci mogły się ze sobą zgrać, współpracować. Żeby zaspokoić w nich drugą ważną potrzebę - przynależności.

Jaka jest trzecia potrzeba, której zaspokojenie wzmacnia motywację?

To - ważna szczególnie u dorastającej młodzieży - potrzeba autonomii. Musimy wytworzyć w młodym człowieku przekonanie, że on zajmuje się nauką, chodzeniem do szkoły, czytaniem lektur czy robieniem prezentacji z własnej, nieprzymuszonej woli.

O to może być trudno. Młodzież często jest przekonana, że dorośli z jakichś niejasnych powodów każą im chodzić do szkoły.

Warto byłoby pokazać uczniom, co zyskają, jeśli zajmą się tym, czym powinni się zająć. Co im to da, w dalszej lub bliższej przyszłości. To, co robią teraz, da im możliwość zajęcia się w przyszłości tym, co ich tak naprawdę interesuje. Każda rzecz do odhaczenia w programie nauczania, to jest jakiś zaliczony etap na drodze do dalszego realizowania marzeń. Można się tu odwołać do wyższych celów, np. tego, na jakie studia nastolatek chce pójść. „Chcesz zdać maturę z przedmiotów humanistycznych, ale po drodze musisz jeszcze zaliczyć fizykę. Nauczenie się podstaw fizyki to twój sposób na to, by potem skupić się na historii". Ale można także odwoływać się do niższych rangą celów, np.: „Jak szybko zrobisz te zadania to będziesz mógł iść na boisko i grać w piłkę". Dla każdego trzeba znaleźć trochę inne powody. To pozwoli uczniowi zyskać przekonanie, że on sam jest kowalem swojego losu, że robi to, co sam wybrał. „Moja decyzja jest taka, że usiądę, pouczę się, bo chcę potem iść na trening".

Do bardzo niezmotywowanych możemy mówić wprost: „Słuchajcie, rozumiem, że może w danej chwili wolicie być gdzieś indziej, robić co innego. Ale obejmuje nas podstawa programowa. Tego wymagają ode mnie przełożeni, a od was system prawny i edukacyjny. Zastanówmy się wspólnie, jak to zrobić, by było ciekawie i przyjemnie".

Przemawianie językiem korzyści jest bardzo pomocne. Nawet tym zmotywowanym, kiedy zdarzają się problemy, można wskazać, że to tylko chwilowy kryzys i porozmawiać o tym, czego on uczy. Jaki to jest punkt na mapie twoich celów? Co zrealizujesz, gdy zrobisz to, co masz dziś do zrobienia?

W szkole często stawianym celem jest zdanie egzaminu. Ale to generuje duży stres – bo co się stanie, jeśli tego celu nie osiągnę, jeśli źle mi pójdzie, nie zdam? Czy wtedy będę wartościowym człowiekiem, czy to mnie skreśla?

Przede wszystkim powinniśmy dołożyć starań, by młody człowiek nie identyfikował się jedynie z rolą ucznia. Nie powinno być tak, że jego jedynym zadaniem jest zdanie egzaminu. Faktycznie, jeżeli zdarzy się mu potknięcie i tego egzaminu nie zda lub nie zda go wystarczająco dobrze, to może to spowodować poważny kryzys tożsamości. „Miałem zdać egzamin, nie udało się, kim jestem? Jestem nikim". Pojawia się cały ciąg negatywnych konsekwencji. Ważne jest, żeby dostrzec w młodym człowieku całe spektrum i bogactwo jego zainteresowań, predyspozycji, cech. W tym też pomoże praca nad integrowaniem grupy, klasy. Nauczyciel ma wtedy okazję, by każdego ucznia trochę lepiej poznać. Później będzie mógł odnieść się do jego zasobów. Np.: „Widzę, że świetnie ci idzie rozdzielanie zadań w grupie". „Na warsztatach wspominałeś, że twoją pasją jest malowanie". Oczywiście, że w szkole nauka jest ważna, ale jeśli będziemy się skupiać wyłącznie na niej, to może to dać negatywne konsekwencje.

Jak pomóc młodym ludziom mądrze stawiać cele?

Ważne jest, żeby nie skupiać się tylko na celu długoterminowym i wynikowym, np. „Zaliczyć maturę na 95 proc.”. Bo jeśli się to nie uda, powstaje pytanie, po co było się tyle uczyć i tak starać. Czy teraz warto w ogóle iść na studia? A jeżeli się uda, to co potem? Mogę czuć pustkę i zagubienie.

Dlatego ważne jest, żebyśmy, oprócz celu nastawionego na rezultat, mieli jeszcze cele, które będą pokazywały nam progres. Np. nauczenie się danej epoki z historii albo opanowanie jakiejś konstrukcji gramatycznej z języka obcego. To są konkrety, które będą pokazywały nasze postępy. Wtedy, nawet jeśli nie uda się zaliczyć przedmiotu na maturze na 95%, to mamy poczucie dobrze wykonanej pracy. Dzieląc sobie naukę etapy, widząc poszczególne stopnie, po których szliśmy do celu, mamy poczucie satysfakcji – zrealizowałam to, co sobie zamierzyłam. Gorszy wynik matury jest wtedy wynikiem przypadkowego układu zadań czy zagadnień na egzaminie, ale nie tego, że ja nic nie wiem i nie umiem.

Rozmawiała Joanna Szulc