

ANNE BABA REHBERİ



ÇEVİRİM İÇİ EĞİTİM SÜRECİNDE ÇOCUKLARIN MOTİVASYONLARINI ARTTIRMAK

Tüm dünyayı derinden etkileyen salgın sürecinde ebeveynlerin ve çocukların da bu durumdan duygusal ve ruhsal açıdan etkilenmesi doğal bir durumdur. Salgın sürecinde aileler ve öğretmenler çocukların evde öğrenmesine yardımcı olmak için mücadele ederken, birçok çocuk da okula gitmeden, sınıf ortamından, öğretmen ve arkadaşlarından uzakta derslerini takip etmek için çaba sarf etmektedir. Salgın sürecinin uzaması, süreçteki belirsizlikler ve değişkenlikler hem çocukların hem de ailelerin motivasyonlarını canlı tutmalarını zorlaştırmaktadır. Bu bültenimizde, çocukların evde öğrenme motivasyonlarını nasıl canlı tutabileceğimize dair bazı önerileri sizlerle paylaşmak isteriz.

Motivasyon sözcüğü Latince bir sözcüktür ve “movere” , yani “hareket ettirme, hareketlendirme” anlamına gelmektedir. Motivasyon, hedefe yönelik davranışları başlatan, yönlendiren ve sürdüren süreçtir. Motivasyon, davranışı harekete geçiren biyolojik, duygusal, sosyal ve bilişsel güçleri içerir. İnsan eylemlerinin arkasındaki itici güçtür.



FMV ERENKÖY
IŞIK İLKOKULU -
ORTAOKULU

REHBERLİK VE
PSİKOLOJİK
DANIŞMANLIK
SERVİSİ

NİSAN 2021



Motivasyon, davranışı
harekete geçiren biyolojik,
duygusal, sosyal ve bilişsel
güçleri içerir.

Motivasyon Türleri

- Dışsal motivasyon, bireyin dışından gelen ve bireyin kendisinin dahil olmadığı etkileri kapsar.. Para, sosyal tanınma, övgü gibi ödülleri içerir.
- İçsel motivasyon ise bireyin içinden ortaya çıkan tamamen kişiyle alakalı olan motivasyondur. Huzur, vicdan rahatlaması, doğru olanı yapmanın verdiği mutluluk gibi duyguları içerir.

Dış motivasyon **haz** odaklıdır, kısa sürelidir ve davranışı alışkanlık haline çevirmek konusunda **kalıcı bir etkisi yoktur**. İç motivasyon ise **mutluluk** odaklıdır. Mutluluk, sabır ve sebat sonucunda belli bir emek karşılığında kazanılmış bir duygudur. İç motivasyon **kalıcı, uzun süreli davranış değişiklikleri kazanılmasını sağlar ve kişide özgüveni artırır**.



Motivasyonun Üç Ana Bileşeni

- **Harekete geçmek:** Motivasyon, başarı için şarttır ama tek başına yeterli değildir. Hepimiz hayatta daha başarılı olmak isteriz, başarılı olmak için yapmamız gerekenleri biliriz. Bunları niçin yapmamız gerektiğini biliriz. İstersek nasıl yapabileceğimizi de, yapmakla neler kazanacağımızı, yapmamakla neler kaybettiğimizi de biliriz. Yine de bazı zamanlar “yapmamız gerekenleri” yapmayız. Bizi durduran şey aslında harekete geçememektir. Bu sebeple motivasyonun birinci basamağı **işe bir yerden başlamak ve harekete geçmektir**.

- **Sabır ve Sebat:** Sabır bir şey sonuçlanana kadar gösterdiğimiz bekleme gücü, sebat ise o işi tamamlamak için gösterilen dayanıklılıktır. Sabır ve sebatta önemli olan, engeller olsa bile bir hedefe doğru devam eden çabadır.

- **Çaba:** bir hedefin peşinden giderken ortaya konan güçtür. Zorluklara karşı dayanma ve sürekli gayret göstermeyi gerektirir.

Çocukların çevrimiçi eğitim sürecinde zaman zaman derse katılmakta, ders sırasında yerinde oturmakta, dikkatini toplamakta, derse karşı motivasyonlarını sürdürmekte zorlandıkları gözlemlenmektedir. Bu güçlükler çocuk - ebeveyn ilişkilerini olumsuz etkileyebilmekte, aile içi çatışmalara, iletişim problemlerine ve internet kullanımının artmasına sebep olabilmektedir. Peki, uzaktan eğitim sürecinde ebeveynler çocuklarının motivasyonlarını arttırmak için neler yapabilirler?

Aşağıda çevrim içi eğitim sürecinde çocukların motivasyonlarını yükselten ve düşüren bazı örnekler yer almaktadır.

Motivasyonu Yükseltir	Motivasyonu Düşürür
<p>Hedef Koymak: Bir hedefi olması, sonucu hayal etmek, çocuğun iç motivasyonunu artırır. Nereye varmak istediğimizi bilmek; nerden başlamamız ve hangi şekilde devam etmemiz gerektiği konusunda bize yol gösterir.</p>	<p>Amaçsız Olmak: Amacının ve hedefinin olmaması çocuğun ne yapacağını bilmemesi kendini güvensiz hissetmesine sebep olabilir.</p>
<p>Programlı Olmak: Ne zaman uyanacağını, ne zaman oyun oynayabileceğini, ne zaman televizyon izleyebileceğini, ne zaman ailesi ile zaman geçirebileceğini ve ne zaman ders çalışacağını bilmek çocuğu rahatlatır. Çocuğun kendi istek ve arzularına da saygı duyularak hazırlanmış bir program, onun çalışma motivasyonunu da yükseltir.</p>	<p>Serbest Bırakmak: Programın net olmaması çocuğun kafasının karışmasına, kaygılı ve huzursuz hissetmesine sebep olur.</p>
<p>Programını Birlikte Oluşturmak ve Takip Etmek: Haftalık ve günlük programlar yapılırken çocuğun fikrini sormak çocukların da sürece aktif katılımını sağlar. Böylelikle hem farkındalıkları artar hem de programlarına katkı sundukları için içselleştirmeleri kolaylaşır.</p>	<p>Programı Ebeveynin Oluşturulması ve Günlük Programı Ebeveynin Takip Etmesi: Bu durumda çocuk kendi öğrenmesinin farkına varamaz, kendi beceri ve kapasitesini göremez ve öğrenmeye karşı motivasyonunu keşfedemeyebilir.</p>
<p>Dikkat ve Odaklanmayı Destekleyen Bir Ortam Hazırlamak: Çocuğun dikkatini toplayabileceği ve öğrenmesine odaklanabileceği sessiz sakin, ders dışı uyaranlardan mümkün olduğunca arınmış bir öğrenme ortamı onun derslerini daha rahat anlamasına ve derslere katılmasına destek olacaktır.</p>	<p>Dağınıklık ve Organize Olamama: Dağınık bir ortam ve organize olmamış bir planlama çocuğun dikkatinin dağılmasına ve motivasyonunu kaybetmesine sebep olabilir.</p>
<p>Çocukları Dinlemek: Çocuklar kendilerinin dinlendiğini ve anlaşıldıklarını hissettiklerinde, ebeveynlerini dinleme onların önerilerini kabul etme konusunda daha açık ve işbirlikçi olurlar.</p>	<p>Çocuklara Yapılacakları Dikte Etmek: Çocukların ihtiyaçlarını dinlemeden onlara ne yapacaklarını söylemek ve bunları hatırlatmak çocukların motivasyonunu düşürür. Dinlenilmeyen bir çocuk dinlemeyi öğrenemez.</p>
<p>Açıklama Yapmak: Kurallar ve bu kuralların sebepleri konusunda çocuklarla konuşmak, onlarla paylaşımda bulunmak; çocukları kurallara uymak ve işbirliği yapmak konusunda motive eder.</p>	<p>Yasaklar Koymak: Neden-sonuç ilişkisini açıklamadan yasaklar koymak çocuklarda haksızlığa uğramışlık duygusu yaratabilir. Sebebini bilmediği kurallara uymak zorunda kalmak çocukta doğru davranışı geliştirme konusunda bir katkı sağlamaz.</p>
<p>Problemleri Birlikte Çözmek: Her şey her zaman yolunda gitmez ve problemlerle karşılaştıklarında bazen çocuklar ne yapacaklarını bilemeyebilirler. Problemler</p>	<p>Kendin Hallet Yaklaşımı: Çocuklar sorunlarını kendileri halledebilmek için önce sorunlarının çözüm yollarını öğrenmeleri gerekir. Problemler karşısında kendisini</p>

karşısında yalnız olmadıklarını hissettirmek onlara cesaret verecektir.	yalnız hisseden çocuk ne yapacağını bilemez ve motivasyonunu kaybeder.
İlgi Alanlarını Kullanmak: Çocuğunuz görevlerini yerine getirirken onun kendi ilgi alanlarından ilham alın. Bunu çalışmalarında kullanması konusunda onu motive edin.	Kalıplar İçerisinde Kalmak: Çocuğunuzla öğrenme çalışmaları yaparken kalıplar içinde kalmak bazen sıkıcı olabilir ve çocuk ilgisini çekmeyen bir konuyu çalışmak konusunda çok hevesli olmayabilir.
Günlük Hayata Yenilikler Katmak: Çocuğunuzun hayatına onun da ilgi alanları doğrultusunda yenilikler katın. Yeni hobiler, yeni yerler keşfetmek, yeni bir şarkı öğrenmek, enstrüman çalmaya başlamak vs. Yenilikler tüm ailenin enerjisini ve çalışma şevkini artırır.	Her Gün Aynı Şeyleri Yapmak: Bu durumda çocuklar da ebeveynler de bir süre sonra içlerindeki heyecanı kaybedebilir ve yeni şeyler öğrenmek konusunda da isteksiz hale gelebilir.
Elinizden Gelenin En İyisini Yapmak: Bu yaklaşımda kişi kendi gücünden hareket eder ve kendi gücünü keşfeder. Çocuk kendi yapabildiklerini keşsettikçe kendine güveni artar ve yeni açılımlara hazır olur.	Mükemmeliyetçi Olmak: Mükemmeliyetçilikte kontrol ve beklenti düzeyi gerçekliğin üzerinde olabilir. Çocuk dışarıdaki mükemmel hedefe ulaşmaya çalışırken kendisini keşfedemez ve eksiklik duygusu yaşar.
Yardım Almak: Çocuğunuzun derslerini takip etmekte zorlandığını, isteksiz olduğunu ve ne yaparsanız yapın üstesinden gelemediğinizi düşünüyorsanız, sakın kalın ve yardım alın. Diğer aile bireylerinden ve ya öğretmenlerinden alacağınız yardım size farklı bir bakış açısı ve farklı bir çözüm yolu şansı verebilir.	Zorlamaya Devam Etmek: Çocuğunuz derslere karşı motivasyonunu kaybetmişse onu zorlamayın. Zorlamak çocuğın problemini çözmeyeceği gibi duygusal sorunlara da yol açabilir ve ebeveyn çocuk ilişkisini de zedeleyebilir.

Bu önerileri uygulamak elbette zaman ve sabır gerektirir. Kısıtlı bir zamanda stres altındayken bir ebeveynin sabırlı olması bazen çok güç olabilir. Bu süreç biz ebeveynleri de zorlayabilir. Bu nedenle ebeveynler öncelikle kendilerini rahatlatmaya odaklanmalı ve sonrasında yeterli bir sabırla, çocuklarına zaman ayırmayı planlamaları yararlı olabilir. Salgın dönemi ebeveynler için de birçok zorluk yaratmıştır. Bu motivasyon önerilerini kullanmak, ebeveynlerin daha sakin ve daha etkili bir ortam sağlamasına ve olumlu bir ebeveyn-çocuk ilişkisini pekiştirmesine yardımcı olacaktır.

KAYNAKÇA

<https://www.verywellmind.com/what-is-motivation-2795378/> / Erişim Tarihi 01.04.2021

<https://www.apa.org/topics/covid-19/parenting-caregiving/motivating-children-tips.pdf> / Erişim Tarihi 01.04.2021

<https://theconversation.com/5-ways-parents-can-motivate-children-at-home-during-the-pandemic-without-nagging-or-tantrums-134617> / Erişim Tarihi 01.04.2021

<http://infoaboutkids.org/blog/helping-kids-stay-motivated-for-learning-during-social-distancing/> / Erişim Tarihi 03.04.2021

<https://www.dr-fatmaozdemir.com/calisma.php?id=21> / Erişim Tarihi 01.04.2021

Birey ve Toplum Dergisi, Cilt 5 / Sayı 10, Güz 2015