

Шведова Людмила

5 МОТИВАЦИОННЫХ ТЕХНИК.

Как эффективно сподвигнуть ребенка на саморазвитие, учебу и целеполагание.

Сразу уточню: вы можете изучать массу материала по мотивации ребенка, но если вы не выводите свои новые знания на уровень действий, все бесполезно. Поэтому не просто читайте эти советы, созданные специально для вас, но и сразу применяйте техники мотивирования, которые я предлагаю.

2020г.

Введение в тему.

Мы общаемся с ребенком импульсивно, неосознанно, хочу, как мама, посоветовать вам задуматься над тем, что сказать ребенку, что бы он вас послушался. То есть говорим осознанно, чтобы нас поняли с первого раза и сделали именно так, как мы сказали. Слово - это сильнейший инструмент в воспитании ребенка. Мы же не хотим через крик или физическое воздействие? Значит будем учиться разговаривать.

Я этому научилась давно и сейчас даже не замечаю, что это как-то особенно... Потому, что это встроилось в меня и я не прилагаю усилий, чтобы найти подходящие фразы. Возможно вам первое время нужно будет задумываться и анализировать как построена фраза. Поэтому начнем разбираться.

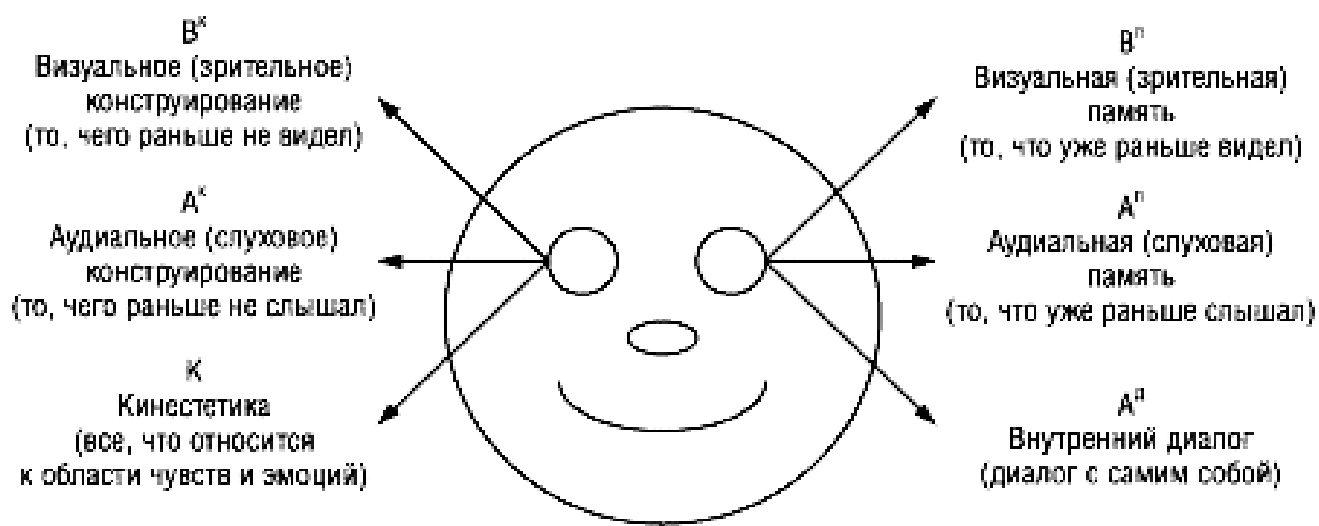
Каналы восприятия информации.

Сначала определите по каким каналам ваш ребенок принимает и передает информацию. Для этого обратите внимание как он рассказывает, какие слова-ключи использует.

Визуальные	Аудиальные	Кинестетические	Внемодальные
Я хочу показать	Вслушаться	Врубиться	Понимать
Посмотри	Рассказываю	Прикастаться	Изучать
Ты, что не видишь	Послушай меня	Дай почувствовать	Повторять
Пересмотреть	Как это звучит?	Тупой	Воспринимать
Ослепительно	Со скрипом	Давит	Убеждать
Ярко	Громко говорят	Тяжело	Хорошо-плохо

Теперь обратите внимание на глаза, куда ребенок смотрит в первые 2-3 секунды, когда отвечает на ваши вопросы.

- Если ребенок поднимает глаза вверх, ищет информацию вверх, то скорее всего он визуал.
- Если влево-вправо, на уровне ушей, то возможно он аудиал.
- Если опускает глаза вниз, то это кинестетик.



Для чего нужны эти знания?

Когда я работала в школе, часто наблюдала такую картину: Ребенка вызывают к доске, он опускает голову и стоит молчит. Когда я узнала про каналы восприятия, то стала понимать - ребенок, например, визуал, опустил глаза вниз - все, у него там нет информации, он ее не найдет. Попросите ребенка поднять глазки, и он найдет ответ, если, конечно, он там есть.

Помогите своему ребенку увидеть, услышать или понять новый материал. Кому-то нужно постучать по столу, чтобы раздался звук, кого-то нужно тронуть за плечо или приобнять, а у кого-то включаются каналы восприятия, если мы говорим посмотри, рассмотрим и т.д.

5 простых, но рабочих техник.

Нет неудач, есть только опыт

1. Самая простая и очевидная техника - это то, что “Нет поражений, есть только обратная связь. Не бывает неудач, есть только опыт”. Что это значит? Нужно говорить об этом с ребенком с первого дня обучения. Невозможно прийти на урок и все знать, все уметь. Мы учимся на протяжении всей жизни. Всегда получаем опыт. “Не знаю - узнаю, не -умею - научусь!” Эти слова должны стать девизом для ребенка, и для вас, как родителя тоже. Из-за завышенных ожиданий мы перестаем видеть пока еще неопытного ученика. У ребенка нет опыта, он его еще только получает. Домашние задания - это тренировка, мы просто тренируемся. Задайте ребенку вопрос: “ Скажи, можно ли проснуться утром и уже уметь читать? Нужно ли тренироваться?”... Расскажите, что и вы когда-то учились читать, и вам было трудно, но с каждой тренировкой становилось лучше, а потом вы вообще не заметили, как стали читать достаточно быстро.

Вопросы из рамки РЕШЕНИЯ

2. Вопросы из рамки РЕШЕНИЯ, а не из рамки проблемы. Вопросы типа: В чем состоит проблема? Как долго она стоит перед вами? Почему возникла проблема? Что мешает? Кто виноват? - не приведут вас ни к какому результату. Научитесь слышать себя и задавать правильные вопросы.

- Каким может быть решение?
- Как именно можно это решить?
- Кто может помочь? Что для этого нужно сделать?
- Чему можно научиться, благодаря этому делу?
- Если ты выполнишь это, чему большему ты сможешь научиться, чего достичь?
- Была ли похожая ситуация, когда ты справлялся с этим сам? Какие чувства ты испытывал при этом? Хотел бы еще раз испытать такое?
- Подумай, какие качества помогли бы тебе справиться с данной ситуацией?
- А если бы ты - знал, какой ресурс тебе поможет, то чтобы это было?

“Программируем” ребенка на успех

3. Очень важно, на мой взгляд, знать, что есть слова продлевающие во времени, а есть - ограничивающие во времени.

- к первой группе относятся слова: опять, снова, вновь, всегда, постоянно
- ко второй - сейчас, сегодня, в этот раз, только один раз.

И, зная это, мы “программируем” ребенка на успех, используя слова продлевающие во времени тогда, когда хотим закрепить действие:

- Ты всегда аккуратный
- Ты снова помог маме
- Ты опять получил 5, ты всегда хорошо выполняешь домашнее задание

А слова ограничивающие во времени, используем тогда, когда хотим исправить ситуацию:

- Ты сегодня получил не очень хорошую оценку, мы потренируемся и обязательно ее исправим, ведь ты всегда стараешься исправить в лучшую сторону.
- Ты что-то сейчас не слышешь меня, а всегда такой внимательный, заботливый.

Метафоры

4. Используем метафоры, сказки

Когда взрослый рассказывает одну из «историй про зайчика» - историю, близкую к восприятию ребенка и отражающую его реальную жизнь, ребенок приобретает опыт противоположного свойства. Появившееся взаимопонимание улучшает отношения между родителями и ребенком. Придумывайте сказки для малышей и используйте метафоры для более взрослых детей.

В качестве примера приведу отрывок из книги А.Н. Лутошкина “Как вести за собой”

ВЕДУЩИМ ЗА СОБОЙ

Выйти вперед и встать во главе других в общем-то бывает несложно. Сложнее другое. Встающий впереди становится ведущим, а значит, ответственным не только за себя, но и за тех, кого он поведет, ответственным за то дело, ради которого он оказался впереди. В русском языке есть очень емкое, очень точное слово «вожак». Вожак — это тот, кто ведет за собой, кому доверяются люди в трудные моменты жизни и работы. Вожак всегда там, где путь к цели непрост. И к ней не прошагать парадным маршем, а приходится пробираться сложными каменистыми тропами. Вожаками не рождаются. Ими становятся. Каждый из вас может оказаться в этой роли.

“Выбор без выбора”

5. Еще одна полезная техника “Выбор без выбора”. Я пользовалась раньше и пользуюсь до сих пор этой техникой.

- Ты из какой тарелки будешь есть, из синей или с цветочками?
- Ты уроки в комнате будешь делать или в кухне?
- Ты сначала русский сделаешь или математику?

То есть нет выбора делать или не делать, есть выбор где и как. Наше подсознание не любит, когда его заставляют, а вот выбирать оно согласно, человек же сам принимает решение....

Простые, но очень рабочие инструменты НЛП помогут вам наладить сотрудничество с ребенком и мотивировать его на учебу.

Больше полезностей вы узнаете в нашем курсе “Учимся учиться”

https://vk.com/shvedovaonline?w=product-184789343_3454394%2Fquery

Провожу консультации для подростков по осознанному выбору профессии. Запись по телефону (whatsapp) 8-923-630-13-45.