

## **Ikvienu izglītojamā mācību motivācijas sekmēšana individuālajai izaugsmei un karjeras veicināšanai**

Novembrī notika kārtēja vecāku sapulce “Vecāku klubā” un “Māmiņu skolā”. Sapulce bija veltīta tēmai: “Ikvienu izglītojamā mācību motivācijas sekmēšana individuālajai izaugsmei un karjeras veicināšanai”. Atbalsta komandas pārstāvji piedāvāja vecākiem informāciju un ieteikumus, kā rīkoties motivēt bērnus individuālajā izpausmē, kopā ar vecākiem apsprieda interesējošus jautājumus par karjeras veicināšanu.

Psiholoģe Viktorija Bogdanova stāstīja par motivācijas psiholoģisko aspektu. Galvenās domas bija, ka nav ne optimistisku, ne pesimistisku personību, ir tikai izvēle, kādu domāšanu mēs izvēlamies, mūs vai nu motivē vai nemotivē un viss, ko “ieraksta” zemapziņā agru vai vēlū izpaudīsies uz āru. Iztēlošanās nozīme karjeras izvēlē: jāizmanto aktīvas iztēlošanās paņēmieni. Zemapziņa pat “necentīsies»” realizēt neko tādu, ko mēs nespējam iztēloties. Kad ieraudzīsim kādas slavenības fotogrāfiju, iedomāsimies, ka tie patiesībā esam mēs. Einšteins mēdza teikt: “Iztēle ir daudz svarīgāka par zināšanām”, nepieciešams dot bērniem iespēju izmantot savu iztēli. Lai spētu īstenot iecerēto, vispirms ir jāattīsta spēja sapņot. Sapņošana ir nākotnes radīšanas darba plānošanas stadija. Aktīvajā sapņošanā mēs sevi piepildām ar “degvielu”. Šādi mēs jūtamies piepildīti. Sapņošana ir laba anti-vielu vienkāršībai un skumjām. Zemapziņa reaģē uz spilgti iedomātiem tēliem. Ja mēs paši nereklamējam savus mērķus, drīz vien vispār varam izlaist tos no redzesloka. Nedomājot par saviem mērķiem, mēs iekrītam reaģēšanas slazdā- reaģējam tikai uz cilvēkiem un apstākļiem un aizmirstam domāt par saviem mērķiem. Skaidra mērķa vizualizēšana ir pirmais solis, lai gūtu panākumus karjeras izvēlē. Novietosim guļamistabā, attēlus, kartītes, kas atgādina par mērķiem. Psihologi iesaka tos novietot guļamistabā pie sienas, jo skatoties uz kartītēm, kad tikko pamodies, vizualizācijas efekts ir spēcīgāks.

Nepatīkamiem vārdiem radīsim jaunas asociācijas, piemēram, vārda «nepatīcība» lietosim «patīcības mācībstunda». Tādējādi nepatīkamo vārdu varam lietot pozitīvā nozīmē. Mainot vārdus, mēs spējam labāk piekļūt savam iekšējam spēkam. Gribasspēks nav smaga atteikšanās, sevis sodīšana. Saistot gribasspēku ar kaut ko smagu un nepatīkamu, mēs vājinām apņēmību to nostiprināt. Rituāli ir efektīvas zāles pret slinkumu. Tie motivē prognozējamā, kontrolējamā veidā virzīties savas izvēlētajā karjeras virzienā. Piemēram, pastaiga ar mērķi domāt par savu karjeras izvēli.

Neaizmirstam atbalstīt bērnus un motivēt viņus darboties, jo „Pat ja jūs esat uz pareizā ceļa, jūs sabrauks, ja uz ceļa tikai sēdēsiet!” (Roger, 1980).