

## Pozitīvas motivācijas veidošana

**Mūsu uzmanība un uzslavas bērnam ir viena no vislielākajām motivācijām.** Labas uzvedības uzslavēšana pozitīvi ietekmē bērna uzvedību. Saņemot uzslavas, bērns jutīsies laimīgs, mīlēts, vajadzīgs un neapdraudēts, un šīs sajūtas palīdzēs izveidot pašapziņu un pašcieņu visa mūža garumā.

Pozitīvās audzināšanas principi:

- Bērniem ir **nepieciešams justies drošiem, mīlētiem un novērtētiem**. Tas viņos veicina laba pašcieņas un pašapziņas attīstīšanos. Ja jūsu bērns uzvedas labi, nevilcinieties to pateikt! Bērni vēlēties saņemt uzslavas atkārtoti un sapratīs, ka to var izdarīt, uzvedoties labi.
- **Ja ir nepieciešams, esiet stingri**, bet vienmēr atcerieties, ka stingrība **jāsaglabā konsekventi**. Padošanās, uzskatu mainīšana vai nerīkošanās saskaņā ar iepriekšējo rīcību var bērnu mulsināt un netieši norādīt, ka slikta uzvedība var palikt nesodīta.
- Darbojoties kā komandā – **vecākiem un citiem pieaugušajiem ir jāsadarbojas un jābūt konsekventiem**. Vecākiem un aprūpētājiem ir iepriekš jāvienojas, kā rīkoties attiecībā uz noteikumu un lēmumu pieņemšanu.
- **Nesalīdziniet savu bērnu ar citiem**, bet gan ar viņa paša sasniegumiem!
- Centieties vienmēr paskaidrot, kāpēc bērnam kaut kas ir jā dara. Mērķim jābūt skaidram un saprotamam.
- **Ieklausieties savā bērņā un sarunājieties** ar to – sarunāties ir labi! Bērnam jāzina, ka viņš drīkst izpaust savas labās un sliktās sajūtas drošā un mīlošā vidē. Šāda komunikācija attīsta svarīgas valodas iemaņas, kas var bērnam palīdzēt paust neapmierinātību, stāstīt par panākumiem un noderēt, mācoties skolā un patstāvīgā dzīvē.
- **Dariet kopā ar bērnu lietas, kas rada prieku jums abiem – priecājieties!**
- **Uzslavējiet nelielos bērnu sasniegumus kā grandiozus!** Kādu gandarījumu jutīs bērns, kā celsies viņa pašapziņa un pārliecība, ka arī turpmāk viņam viss veiksies!



## Kā stimulēt bērnu mācīties

1. **Palīdzēsim iemācīties mācīties.** Ja bērna mācību rezultāti pazeminās, neatkarīgi no tā, vai bērns to vēlas vai nē, mēs vecāki esam iesaistīti situācijā. Mūsu uzdevums ir radīt struktūru, kārtību, ko viņš nespēj pats.
2. **Veidosim attiecības ar bērniem pozitīvas, atbalstošas, cieņpilnas.** Spēlēsim ar bērniem “vienā komandā”, nekad PRET viņiem. Tas palīdzēs mums būt tiem, kuros bērns visvairāk ieklausīsies. Dusmas, draudi, manipulācijas lielākoties ir neefektīvi līdzekļi, jo sagrauj attiecības, būtiski izmaina to kvalitāti. Atcerēsimies, ka mūsu kā vecāku uzdevums ir iemācīt bērniem būt atbildīgiem, iemācīt patstāvīgi domāt, analizēt un pieņemt pareizos lēmumus nevis vienkārši izpildīt komandas.
3. **Lietosim “Ja tu” noteikumu.** Viena no dzīves mācībām ir, ka labumus saņemam pēc labi padarīta darba.
4. **Jautāsim pedagogiem.** Analizēsim bērna sekmes un mācīšanās procesu kopā ar skolotājiem. Pedagogiem vienmēr ir savs redzējums un novērojumi par klases darbu. Veidosim kopīgus plānus, kā palīdzēt bērnam strukturēt mācību procesu, lai mācīšanās kvalitāte augtu.
5. **Skaidri noteikta mācīšanās vieta.** Svarīgi nodrošināt piemērotu vietu un apstākļus, lai bērns netraucēti varētu mācīties.
6. **Mācīsim veidot darāmo darbu kalendāru.** Mācīsim plānot mācīšanās procesu savlaicīgi, veidosim izpildāmo uzdevumu sarakstu ik dienas.
7. **Būsim laipni, bet stingri.** Svarīgi būt laipniem, izpalīdzīgiem, konsekventiem savā rīcībā nevis kontrolējošiem un nosodošiem.



8. **Mācīsim līdzsvaru dzīvē.** Būtiski ir ne tikai mācību sasniegumi, bet arī attiecības ar līdzcilvēkiem, ārpuskolas intereses, ģimenes tradīcijas un citas aktivitātes. Mācīsimies nepārsteigties ar saviem apgalvojumiem un pārmetumiem – tā vietā akcentēsim bērna pozitīvos sasniegumus un prasmes. Nevispārināsim lietas, dzīvosim un problēmu situācijas risināsim šeit un tagad.

