



چگونه انگیزه پیشرفت فرزندان را افزایش دهیم؟

چرا برخی از دانش‌آموزان مشتاقانه به تکالیف درسی روی می‌آورند و در انجام تکالیف مدرسه از خود تلاش و جدیت زیادی نشان می‌دهند و حال آن‌که بعضی دیگر از تکالیف مدرسه دوری می‌کنند و یا از روی بی‌علاقگی به انجام آن‌ها می‌پردازند؟ چرا بعضی از دانش‌آموزان از یادگیری در مدرسه و خارج از مدرسه لذت می‌برند و از پیشرفتشان خشنود می‌شوند، در حالیکه بعضی دیگر نسبت به یادگیری چنین احساسی ندارند؟ داشتن انگیزه یکی از عوامل اصلی رفتار است و در تمام رفتارها از جمله یادگیری، دقت، یادآوری، فراموشی، تفکر، خلاقیت اثر دارد. انگیزه پیشرفت، از عوامل ضروری در رسیدن به موفقیت و دستیابی به تمام اهداف و آرزوهای ماست.

به عنوان مثال می‌توان به تاثیر انگیزه پیشرفت بر بهبود عملکرد تحصیلی اشاره کرد. انگیزه پیشرفت تحصیلی عبارت است از تمایل دانش‌آموز برای گذشتن از مشکلاتی که بر سر راه یادگیری وجود دارد و تلاش برای رسیدن به موفقیت و سطح بالایی پیشرفت. انگیزه پیشرفت می‌تواند در مورد این‌که دانش‌آموز چگونه تکالیفش را انجام می‌دهد و یا می‌خواهد از خود شایستگی نشان دهد، تاثیر گذار باشد. وقتی انگیزه پیشرفت ما بیشتر می‌شود، پیشرفت تحصیلی نیز افزایش می‌یابد. روانشناسان معتقدند که داشتن انگیزه، مهم‌ترین عامل در یادگیری است و نقش مهمی در روش اداره کلاس توسط معلم دارد.

ویژگی‌های افراد دارای انگیزش بالا

دانش‌آموزان با انگیزش بالا، در تکالیف دشواری که به آن‌ها داده می‌شود، بهتر از افرادی که انگیزه کمتری دارند، عمل می‌کنند. البته این تفاوت در تکالیف آسان دیده نمی‌شود، زمانی که دانش‌آموزان تکالیف نسبتاً سخت را انجام می‌دهند، این کار آن‌ها را تشویق می‌کند. این دانش‌آموزان وقتی موفقیتی را از طریق مهارت خودشان به دست می‌آورند احساس می‌کنند که کارشان خوب انجام شده است. این احساس، اهمیت خاصی برای این دسته از دانش‌آموزان دارد.

➤ پایداری

این افراد نه تنها تکالیف نسبتاً دشوار را ترجیح می‌دهند، بلکه پایداری و مقاومت بیشتری نیز در این تکالیف دارند و زمانی که در انجام تکالیف شکست می‌خورند، باز هم تلاش می‌کنند تا تکالیفشان را به درستی انجام دهند.

➤ میل به موفقیت

برخی دانش‌آموزان دارای انگیزه بالایی هستند و در رقابت با دانش‌آموزان دیگر، برای به دست آوردن موفقیت به سختی تلاش می‌کنند. بعضی دیگر انگیزه چندانی برای پیشرفت و موفقیت ندارند و به دلیل این‌که از شکست خوردن می‌ترسند، برای به دست آوردن موفقیت تلاش نمی‌کنند.





➤ احساس اطمینان

افراد دارای انگیزه پیشرفت بالا، طوری برنامه‌ریزی می‌کنند که از عملی شدن کامل برنامه‌ریزی خود اطمینان پیدا کنند. این افراد بیشتر ترجیح می‌دهند مشکلاتشان را خودشان حل کنند و حل مسائل را به شانس و تقدیر نسپارند. این دانش‌آموزان بیشتر از این که به فکر به دست آوردن پاداش و جایزه باشند، از این که کارشان را به خوبی انجام می‌دهند لذت می‌برند.

راهکارهای افزایش انگیزه پیشرفت

- تعیین اهداف مشخص: فرزندان خود را کمک کنید تا درباره اهداف خود فکر کرده و فهرستی از آن‌ها تهیه کنند. مراحل را که لازم است برای رسیدن به این اهداف طی کنند، معین کرده و برای عبور از آن‌ها برنامه‌ریزی نمایند. زمانی که یک مرحله را پشت‌سر گذاشتند، آن را برایشان مشخص کنید و در فهرست تهیه شده علامت بگذارید. این کار سبب می‌شود تا ببینند چه مراحل را طی کرده‌اند. به این ترتیب از دستیابی به اهدافشان احساس رضایت درونی خواهند داشت و تمایل بیشتری به تلاش و پیشرفت از خود نشان خواهند داد.
- آنها را تشویق کنید با اشخاصی دوست شوند که انگیزه پیشرفت بالایی دارند: داشتن دوستی صمیمی که انگیزه پیشرفت بالایی دارد، بسیار مهم است. آنها می‌توانید از دوست خود الگوبرداری کنند. از آنها بخواهید کمتر از وقت خود را به دوستی با اشخاصی که بیشتر از تحصیل به تفریح اهمیت می‌دهند، اختصاص دهند تا از تمرکز بر روی درس خواندن دور نمانند.
- شرایط تفریح کردن برای دانش‌آموز فراهم کنید: در کنار فعالیت‌های درسی، از تفریح نیز غافل نشوید و نگذارید اوقات بیکاری خود را به بطالت بگذرانید. اگر به ورزش علاقه‌مند هستند، در کلاس‌های ورزشی آنها را ثبت نام کنید تا از طریق رقابت با دیگران انگیزه پیشرفت خود را افزایش دهند.
- هر هفته پیشرفت آنها را چک کنید: افراد وقتی هدفی را برای خود در نظر می‌گیرند و به آن می‌رسند یا به آن هدف نزدیک می‌شوند، انگیزه‌شان خود به خود افزایش می‌یابد.
- آنها را تشویق کنید: همه انسان‌ها از این که هنگام موفق شدن تشویق می‌شوند، لذت می‌برند. بنابراین پاداشی برای آنها در نظر بگیرید و پس از رسیدن به آنها را تشویق کنید. نوع پاداشی که برایشان در نظر می‌گیرید متناسب با تلاششان باشد. هیچگاه فراتر از تلاش برایشان تشویق بسیار بزرگی در نظر نگیرید.

