

Мотивація до навчання в умовах війни.

В Україні під час повномасштабного російського вторгнення не припиняється навчальний процес. В умовах війни школярі долають психологічні та емоційні навантаження. Діти можуть відчувати стрес та зменшення мотивації навчатися.

У такі історичні та нелегкі часи для нашої держави дітям важливо надати особливу підтримку. Адже сучасна молодь — це запорука розвитку країни у майбутньому.

Забезпечте базові фізичні потреби дитини

1.Передусім батькам варто зосередитись на забезпеченні базових фізичних потреб дитини: **здоровий сон, повноцінне збалансоване харчування та налагоджений розпорядок дня.** Якщо нічні тривоги та звуки вибухів порушили сон дитини, то знайдіть можливість компенсувати дитині відпочинок протягом дня.

2.Комфортне робоче місце.Якщо дитина займатиметься онлайн, заздалегідь подбайте про забезпечення комфортного робочого місця."Можете разом спланувати робоче місце, оздобити та прикрасити, врахувавши смаки та побажання дитини",

3.Якщо дитина відвідуватиме заняття особисто, наголосіть їй на важливості дослухатися до вказівок вчителя під час повітряної тривоги.Похваліть за дисциплінованість та скажіть, що ви довіряєте розсудливості дитини та її вмінню швидко і точно виконувати інструкції під час напружених ситуацій. Дитина має відчувати довіру батьків та увійти в "ситуацію успіху": **коли вона все знає, вміє, є впевненою та послідовною у своїх вчинках.**

4.Запитайте в дитини про емоції та почуття. Запитайте у дитини, що її хвилює. Можливо, вона хоче поділитися з батьками своїми емоціями та почуттями.Дитина має відчувати, що ми ставимося серйозно до її переживань та визнаємо усю складність ситуації. Виявіть валідацію почуттів: "Так, це, дуже важливо/складно, ти розповідаєш мені сумні/важливі речі/ так, це складне завдання, є над чим поміркувати. Батьки мають визнати почуття дитини та дати їй право на емоції та їх вияв: **"Я розумію, що ти зараз нервуєш, злишся, сумуєш, поміркуймо, що ми можемо зробити у цій ситуації"**. Небажаними фразами будуть ті, які заперечують право дитини на проживання ситуації: "Не плач, не бійся, не ображайся, перестань". Також не можна кричати на дитину чи завдавати їй фізичних покарань.

5.Розпочніть поступове повторення матеріалу. Важливо розпочати поступове повторення матеріалу без надмірного навантаження дитини.Важливо потроху повертатись до шкільного матеріалу і режиму дня, тому що з перших днів навчання дитині доведеться докласти більше зусиль, щоб раптово повернутись до навчання.

6.Надайте максимальну підтримку під час виконання завданьСтворіть для дитини безпечне емоційне середовище та надайте максимальну підтримку під час виконання завдань. Якщо дитина навчається онлайн, батькам автоматично доведеться взяти на себе частину обов'язків вчителя, адже є матеріал, що потребує додаткового пояснення. У такому випадку не звинувачуйте дитину, не сваріть при ній освіту, вчителів чи обставини. Дайте дитині емоційно зрілу підтримку: "Зараз розберемося з цим завданням. Чим я можу тобі допомогти? Чи все зрозуміло? Чи є потреба повторити матеріал?" Батьки мають пам'ятати, що дитині **важливі підтримка, комфорт та чіткість правил й розпорядку дня.** І за сприятливих умов процес навчання стане не тягарем, а ще однією ланкою, що об'єднує родину.

Як мотивувати дітей до навчання під час війни. Поради батькам

1. Забезпечте базові фізичні потреби **дитини** ...
2. Комфортне робоче місце ...
3. Запитайте в **дитини** про емоції та почуття ...
4. Розпочніть поступове повторення матеріалу ...
5. Надайте максимальну підтримку **під час** виконання завдань

Війна змусила всіх дуже швидко подорослішати. І щоб не впасти в депресію і підтримувати дітей, треба продовжувати їх любити, підтримувати та навчати, передає 24 Канал.

Стрес може вплинути на бажання дитини навчатися, але є кілька способів мотивувати її. Нижче читайте три важливі речі, що мають робити батьки, якщо дитина відчуває стрес:

- Підтримка: діти, які відчувають підтримку з боку своїх батьків і вчителів, більш схильні до навчання. І обов'язково забезпечте своїй дитині час для відпочинку, діалогу та підтримки.
- Похвала: хваліте свою дитину за кожен здобуток у навчання, нехай це правильно виконана домашня робота чи вдалий тест. Це допоможе дитині збільшити самооцінку та віру в себе.
- Заохочення: створіть можливості для успіху вашої дитини. Наприклад, якщо вона любить малювати, підтримуйте її в цьому напрямку, допоможіть взяти участь в конкурсах або виставках. Це збільшить бажання досягти успіху.

Крім того, проявляйте зацікавленість у навчанні дитини, спитайте, яку оцінку вона отримала, що вчила на уроці та похваліть її. Так ви створите своєрідний "шлях до успіху", який допоможе учню прагнути більшого.

Експерти наголошують, що незважаючи на військові дії, треба жити далі і думати про майбутнє, і воно – за дітьми.

А щоб мотивувати дитину на навчання, "включайте" емоційну складову. Наприклад, згадуйте разом із дитиною цікаві чи смішні моменти з її шкільного життя, говоріть про шкільних друзів дитини, про уроки, клас чи школу – будь-що, що викликайте позитивні емоції про шкільне життя.

За словами фахівців, це необхідно для того, щоб у дитини з'явилося бажання знову поринути у навчальний процес.

До того ж, варто навчити дитину "не здаватися", прагнути до результату та вірити у свої сили. Пропонуйте дітям свою допомогу у виконанні домашніх завдань чи проєктів, а також нагадайте, що її навчання та майбутнє важливе для вас.

Допоможіть структурувати підхід до навчання – складіть разом із дитиною план та слідкуйте, щоб вона відпочивала і займалась різними видами діяльності.