

# Мотивация к изменениям

Ругаете ли вы ребёнка за плохую оценку?

Каждый родитель выбирает свою модель поведения. Не бывает идеальных матерей, но есть «достаточно» хорошие. И этого хватит, чтобы ребёнку было ОК.

Есть история, когда дети совсем не хотят учиться. И это проблемы родителей, а не детей. Фокус на то **«как ему»**? Если ему хорошо эмоционально, безопасно дома, когда он расслаблен и знает, что «не прилетит». Когда его не обесценивают и есть контакт с одноклассниками. У него будет любопытство. И он учится! При этом он не обязательно он будет отличником, и это не означает, что у него нет трудностей.

**Это значит, что у него есть опора и поддержка!**

Тогда есть интерес и желание хотеть что-то делать. И тогда не будет штук типа «ничего я не хочу», «жизнь тлен». Если у вашего ребёнка сейчас **так**- это не вы плохой родитель. А скорее **ему с чем-то плохо**. Уберите его «плохо», и у него появится любопытство!

Детям может не нравится школа- и это нормальная штука. Не обманывайте детей, как вы любили учиться, как важна школа и т.д. Скорее вам не поверят. Нормальные, здоровые дети в школе учиться не очень любят! И родители как-то должны это принимать. Показать, что они слышат ребенка. И что ребёнок имеет право на такие мысли и чувства. И они его в этом понимают и поддерживают.

Отчитывание за плохую оценку обычно не мотивирует. Но есть категория людей с такой психической организацией, которым необходимо чтобы их ругали. Тогда у них возникает много эмоций и появляется энергия что-то делать и что-то доказывать.

Большинство же людей не способны к такой мотивации. Дети особенно. Когда родитель ругает, ребёнок переживает это как «Я весь плохой. У меня не получается всё!». Дальше появляется стыд. И мысли типа «Такой какой я есть, я маме не подхожу».

- ✓ Важно дать понять, что это не лучшая оценка. Это правда! Но при это он «нормальный». Вы его любите, и он вам подходит
- ✓ Не требуйте всего сразу и знаний по всем предметам одинаковых
- ✓ Спросите в какой помощи он нуждается
- ✓ Можно выбрать 3 предмета, которые активно будет исправлять
- ✓ Дать времени время. Когда появятся первые успехи, появится мотивация на изменения

**Генеральное понимание ребёнка должно быть: «Я нужен в любом случае. Безусловно».**

Подготовила психолог Татьяна Головлёва