

Išta Leman

MOTIVACIJA

SA TESTOM I VEŽBAMA

Preveo s nemačkog
Slobodan Damnjanović

■ Laguna ■

Naslov originala

Ischta Lehmann

MOTIVATION

Copyright © 2008 Deutscher Taschenbuch Verlag
GmbH & Co. KG, Munich/Germany

Translation copyright © 2011 za izdanje na srpskom,
LAGUNA



Redakcija nemačkog izdanja edicije Fokusova škola:

Urednica

Gabi Miketa

Naučni saradnik

Prof. dr Martin Korte,

istraživač na Tehničkom univerzitetu u Braunšvajgu

Sadržaj

ZAŠTO JE MOTIVACIJA TOLIKO VAŽNA.....	9
ŠTA JE MOTIVACIJA.....	13
Postupati znači donositi odluke.....	14
Život oblikuje mozak.....	18
Lični podstrek je najveća sila.....	21
Motivacija traži nešto nasuprot sebi.....	24
Radoznalost je osnova za uživanje u učenju.....	25
Ko veruje u sebe ima više smelosti.....	27
Osećanja igraju glavnu ulogu.....	29
Učenje traži strpljenje.....	30
ŠTA UMANJUJE MOTIVACIJU.....	35
Odsustvo ljubavi koči rast.....	36
Zarazno delovanje rđave klime u školi.....	37
Roditeljski strah decu čini nesamostalnom.....	40
Nagrade nisu uvek dobrodošle.....	43
Stres škodi mozgu.....	44
Opterećenja oduzimaju energiju.....	45
Preopterećenje umanjuje snagu.....	48

Ko o sebi misli da je glup, glup i postaje.....	51
Bez interesovanja nema pozitivnog odnosa prema gradivu	56
Prekomerne medijske doze torpeduju sistem nagrađivanja	58
U pubertetu mozak je gradilište.....	60
ŠTA JE VAŽNO ZA DOBRU MOTIVACIJU.....	63
Okruženje puno ljubavi.....	64
Uspostavljanje pravih granica.....	66
Vera u sopstvene sposobnosti.....	70
 TEST: KOLIKO JE MOJE DETE MOTIVISANO	
Emocionalna inteligencija.....	73
Sposobnost da se izdrži do kraja.....	76
Prava nagrada, prava kritika.....	78
Želja za saznanjem i nagon za istraživanjem.....	81
Opuštanje i kretanje.....	83
 ŠTA MOGU DA UČINE RODITELJI. PLAN AKCIJE..	85
Osnovne stvari: to je važno.....	86
Kratkoročni sedmični plan delovanja.....	89
Srednjoročni plan za mesec dana.....	92
Dugoročna strategija za pola godine.....	96
Zatim bi trebalo paziti na domaće zadatke.....	99
Otkrivanje kvarova: šta da radim kad...?.....	103
 MOTIVACIJA – IZ DANA U DAN.....	113
Pokretač radoznalosti.....	113
Sredstva protiv stresa.....	116
Pauza za okrepljenje.....	118

Nadmudrite kočnice u svojoj glavi.....	122
Čarobne formule koje vuku napred.....	124
Reakcija koja podstiče.....	124
DODATAK	129
Literatura i programi obuke (izbor).....	129
Likovni prilozi.....	139
<i>O autorki</i>	141

ZAŠTO JE MOTIVACIJA TOLIKO VAŽNA

S prelaskom u peti razred, kod Olija su počeli problemi. Dok je živahni jedanaestogodišnjak tokom prva četiri razreda uvek rado išao u školu, njegovi roditelji sad sve češće čuju: „Ne ide mi se tamo!“ Popodnevno vreme za izradu domaćih zadataka postalo je proba strpljenja za njega i majku Aleksandru. Ona uglavnom mora više puta da ga opomene dok konačno ne sedne za svoj radni sto. Kad posle deset minuta baci pogled na njega, zatiče ga kako radi nešto sasvim drugo. „Upravo tražim svoj fudbalski dres“, mrmlja on. Ili: „Važno je da što brže završim zadatak!“ Umesto da marljivo radi, on zuri kroz prozor, crta male ljude na podmetaču za pisanje, ili gricka olovku. Aleksandra ga zbog toga grdi, on joj odgovara pa dolazi do svađe. U poslednje vreme, kako bi to savladala, ona tokom učenja sedi pored njega i zajedno rešavaju zadatke. Međutim, ovo traje satima. Na kraju, i majka i sin su toliko iznervirani, da mu Aleksandra diktira rešenja ne bi li konačno završio svoj zadatak. Najзад, on uzdiše: „Škola je baš bez veze!“ Majci je sve teže da izađe na kraj s njim.

To što se događa Oliju događa se mnogoj deci. Njima ne nedostaje darovitost, nedostaje im motivacija. Jer, o uspehu i neuspehu u školi ne odlučuje samo koeficijent inteligencije deteta, već čitav niz činilaca. Uspeh u školi jeste moći plus hteti. Spremnost da se uloži napor za školu važna je isto koliko i strategija učenja. Slabim učenicima često najviše nedostaje motivacija za učenje. Kad se nekom temom bave samo zbog spoljašnjeg pritiska oni pokazuju sklonost ka površnom učenju i odsustvo produbljenog pristupa materiji. Učiti bez motivacije isto je što i jesti bez čula ukusa – to niti zadovoljava niti pruža radost. Studije pokazuju da tokom školovanja motivacija za rad i učenje kod većine učenika sve više opada. Tendencija opadanja rano se uspostavlja: školski psiholozi danas ne bave se više smo bezvoljnim adolescentima; sve češće se usmeravaju na decu iz osnovne škole kojima nedostaje podstrek za rad. Posledice sve češće prisutne bezvoljnosti mogu biti dramatične. Oko 8% učenika redovno izostaje sa nastave; među osnovcima to dostiže 15%. Deset posto učenika napušta školu pre nego što je završi.

Kad nema motivacije sve postaje mnogo teže: čas matematike postaje mučan i beskonačno dug; izrada svakodnevnih domaćih zadataka postaje ogled strpljenja. Arsenal trikova kojima roditelji pribegavaju kako bi svoju decu vratili na put veliki je: obećavaju im određenu sumu novca za dobre ocene, prete zabranom gledanja televizije, mole, grde – i često očajavaju. Jer, bez motivacije deci nedostaje energija, unutrašnji podsticaj da nešto urade, a njega roditelji nažalost ne mogu tako jednostavno da „ugrade“ u njih. Motivacija

nije nepromenljiva veličina, ona je promenljiva i zavisi od situacije, raspoloženja, teme. Međutim, nijedno dete nije suštinski „nemotivisano“. Svaki čovek u sebi ima silu koja ga osposobljava da radi određene stvari. Da se ove snage ne odnose uvek bezuslovno na matematiku ili geografiju, jeste nešto što treba žaliti, ali to se može promeniti. Na sreću, jer su pozitivne strane koje motivisano učenje nosi sa sobom ogromne: unutrašnji podsticaj pojačava zanimanje i istrajnost, i osnažuje koncentraciju. Prema studijama, oni koji deluju na osnovu sopstvenih motiva, u proseku pokazuju bolje ocene od onih koji uče protiv volje. I više uživaju u tome. To je takođe lakše za roditelje koji ne moraju stalno da podstiču svoju decu. Osim toga, studije pokazuju da đaci koji imaju unutrašnju motivaciju uspostavljaju smislaonije strategije učenja. Oni, na primer, nova saznanja uklapaju u ona koja već imaju, i pokazuju da su istinski ovladali materijom. Ono što su naučili duže im ostaje u svesti. A kad otkrijemo radost u uvećavanju znanja, onda ćemo verovatno i dalje učiti. Ko rado uči, sve radije uči. To je pozitivna spirala na koju se možemo osloniti. Postoji još jedan povoljan dodatni efekat: ako smo uspešni u jednoj oblasti, povećava se verovatnoća da ćemo i u drugim oblastima težiti dobrim ocenama. Osim toga, to povoljno deluje na zdravlje: onaj ko je motivisan ne pati od tegoba koje prate stres, kao što su glavobolja ili bol u stomaku. Motivacija nas čini jačima! Iza ovog krije se biohemijski mehanizam. Motivacioni i stresni sistem mozga međusobno su povezani. Pojačani sistem motivacije preko neurotransmitera umiruje sistem stresa, pa je čovek manje opterećen i opušteniji je. Osim toga,

zanimljivo u učenju koje samo sebe određuje dovodi do toga da shvatimo kako matematika i ostali predmeti nisu nešto što je vezano samo za školu, već da mogu da usmeravaju naš život. Tada oblasti i teme obrađene u školi ukazuju na izbor mogućeg poziva i korišćenje slobodnog vremena. Motivacija pomaže deci da usmere svoje strasti. Ona je kamen-temeljac srećnog života.

Ali, odakle dolazi unutrašnji podstrek da se nešto sazna čak i kad to traži ulaganje napora? I kako se ovaj motor može staviti u pogon? Upravo o tome govori ova knjiga. Ona pokazuje kako rade mehanizmi motivacije, i kako roditelji mogu pomoći svojoj deci da pronađu više radosti u učenju.

ŠTA JE MOTIVACIJA

*Motivacija je nešto nalik na blagi
oblik opsjednutosti.*

Rišar de Šarm, stručnjak za motivaciju

Izraz motivacija izvodi se iz latinskog glagola *movere*, što znači pokretati. I stvarno: onog koji je motivisan nešto pokreće, on je istrajan, usredsređen na neku stvar, posvećen je možda nekom duhovnom, sportskom ili kreativnom dostignuću. Motivacija nas tera da nešto preduzmemo ili ostavimo. Ona nam pomaže prilikom oko 10.000 odluka, koje dnevno svaki čovek svesno i nesvesno donese – od časa kad otvori oči, do večernjeg planiranja sutrašnjeg dana. Deca biraju hemiju, ili igru na kompjuteru; da uče ili da sede ispred televizora.

Koliko je motivacija važna, mi odrasli uglavnom primećujemo na svoju štetu, i to onda kada je nema a hitno nam je potrebna: hteli bismo da držimo dijete, da ostavimo pušenje, ili da konačno pošaljemo poresku izjavu. Učenici poznaju ovaj osećaj bezvoljnosti.

Za mnoge posvetiti se domaćim zadacima znači tešku svakodnevnu borbu. Oni se protiv svoje volje muče sa klavirskim etidama ili uz gundanje raspremaju svoju sobu.

Zašto neko dete voli da uči a neko ne voli? Još pre početka školovanja u detetu se dobrim delom, pod uticajem vaspitanja i uzora koji mu pružaju roditelji, razvija određena sklonost ka motivaciji i učenju. Kako se stvara spremnost za rad, šta se pritom dešava, koji faktori oblikuju unutrašnje podsticaje i kako se oni izgrađuju – to je tema narednih stranica.

| POSTUPATI ZNAČI DONOSITI ODLUKE

Poznati su vam spoljašnji znaci motivacije kod vašeg deteta: blistav pogled, nesputani polet i mirna utonulost. Ponekad imate utisak da se ta mala glava puši od revnosti. U prenesenom značenju, to je stvarno tako. Kada je unutrašnji podsticaj aktivan, mozak radi punom parom. Jedan od najvažnijih zadataka mozga jeste da nas sačuva od preteranog mnoštva informacija i da izabere gde se isplati ulagati energiju. Iz čulnih organa ka mozgu stalno struji ogromno mnoštvo podataka. Oči svake sekunde šalju najmanje deset miliona podataka, od kože stiže oko milion, od ušiju i nosa oko sto hiljada i oko hiljadu podataka od čula ukusa. To je neshvatljivo veliko mnoštvo informacija – od kojih smo mi, na sreću, svesni samo oko 0,1%.

Pažnju privlače i misli i situacije koje sebi predstavljamo („hoću li se baviti sportom ili ću ostati da ležim na krevetu?“) a koje nazivamo nadražajima, ili

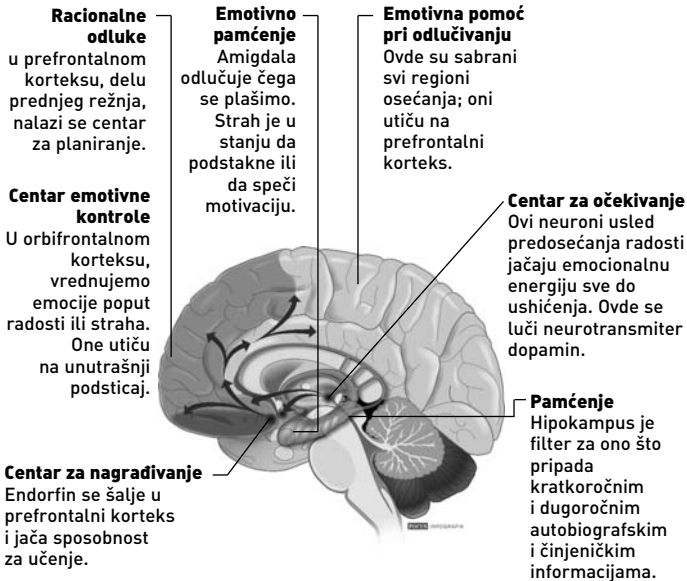
stručno, „stimulusima“. Moramo munjevito odlučiti koliko relevantnost mozak treba da pridaje ovim stimulusima. Koliko ćemo se dugo i intenzivno posvetiti nekoj stvari? Tad dolazi do neke vrste analize troškova i dobiti: „Da li se to isplati, imam li neku korist od toga?“ Da li je zamišljena situacija vredna napora, obećava li ona neku nagradu – možda novac, uspeh, priznanje ili radost? Da li ćemo pritom uspeti da postignemo pozitivan rezultat? Ako neki nadražaj ukazuje na buduće uživanje ili zadovoljstvo – recimo odlazak na plivanje ili na igru sa drugovima – on mentalno vrataru pripisuje pozitivnu etiketu. Tada se uključuje takozvani sistem očekivanja mozga. On se takođe aktivira i kad želimo da izbegnemo nešto neprijatno, kada se ne nadamo nagradi već se bojimo kazne. Pritom u igri nije samo racionalno promišljanje, već, pre svega, osećanje. Jer mi smo ljudi a ne kompjuter koji bez odmeravanja, posle nekoliko operacija, daje rezultat; nama emocije pomažu da procenimo i vrednujemo situacije.

Oblasti u mozgu (videti sliku na 17. strani), koje sačinjavaju jezgro motivacije, zauzimaju centralno mesto u srednjem mozgu. Ovi moždani regioni aktiviraju se prilikom polne ljubavi, korišćenja droge, ili jedenja čokolade – ali su takođe odgovorni i za sreću, koju osetimo kada konačno shvatimo neki komplikovan sadržaj, i kada prilikom učenja doživimo aha-efekat. U sistem očekivanja spadaju oblasti mozga zadužene za pamćenje, pažnju, planiranje i ponašanje ali takođe i u snu pasivni emocionalni centri smešteni u moždanoj kori u takozvanom orbifrontalnom korteksu i amigdali, našem emocionalnom pamćenju. Ovi emotivni centri

vrednuju i procenjuju situacije i javljaju ako postoje neki primamljivi ciljevi. U prednjem režnju dolazi do racionalnih odluka koje pomažu motivacionim procesima. Kada su aktivni sistemi očekivanja i nagrađivanja, u igru ulaze tri važna neurotransmitera koji grade delotvorni motivacioni koktel. Neurotransmitter dopamin jeste neka vrsta dopinga za glavu i telo – on jača mišićnu snagu, čini nas budnim i koncentrisanim, naoružava nas za predstojeće zadatke. On poboljšava sposobnost učenja i deluje optimistički. Kada se pomeša sa telesnim opijatima, endorfinima, on obezbeđuje prevladavanje osećaja sreće. Kad oni uđu u igru, mi lakše i intenzivnije učimo. Treći sastojak je oksitocin, nazvan hormonom veze ili poverenja, zato što jača veze između ljudi, i dovodi do uzajamnog staranja. On deluje i prilikom umirivanja dece, kada ih roditelji nežno maze i miluju.

Ova tri neurotransmitera obezbeđuju da se nekoj stvari istrajno i koncentrisano posvetimo. I pritom zanemarimo ono što nam odvlači pažnju. Što je veća nagrada za neki napor, jače se aktivira spirala podsticaja. Istraživači sa Kolidž univerziteta u Londonu ukazuju da čak i nesvesno opaženi podstrek pojačava zalaganje kod ljudi. Ispitivači su svojim ispitanicima pokazivali u deliću sekunde novčić od jednog penija, ili novčanicu od jedne funte, dok su oni pritiskali jednu ručku. Testiranim ličnostima prethodno je obećana nagrada; što jače pritisnu to će nagrada biti veća. Prilikom nesvesnog opažanja vrednijih novčanica, oni su pritiskali što su jače mogli, a njihovo uzbuđenje mereno reakcijama na koži se povećavalo. Na magnetnoj rezonanci – tomografu, moglo se osim toga, videti da

KAKO NASTAJE MOTIVACIJA U MOZGU



U centru za očekivanje neuroni izračunavaju predvidljive koristi nekog ponašanja i u pozitivnom slučaju luče dopamin. Ako dođe do očekivanog uspeha, iz centra za nagrađivanje luče se endorfin i opijati. U prednjem režnju oblikujemo dobre namere i realizujemo dugoročne ciljeve.

su moždani sistemi očekivanja i nagrađivanja bili aktivniji.

Osim toga, važi i sledeće: kad se oslobodimo neke velike teškoće, mi se više radujemo nego kad savladamo neki lakši zadatak. A kad se dogodi nešto iznenađujuće dobro, nivo dopamina posebno je visok – kao da umesto očekivane dvojke za svoj rad iz istorije dobijemo peticu, pa nas to čini posebno srećnim.

Naš mozak je po prirodi programiran za motivaciju na učenje: saznanje, shvatanje nečeg novog odnosno ovladavanje nekom veštinom on nagrađuje dejstvom

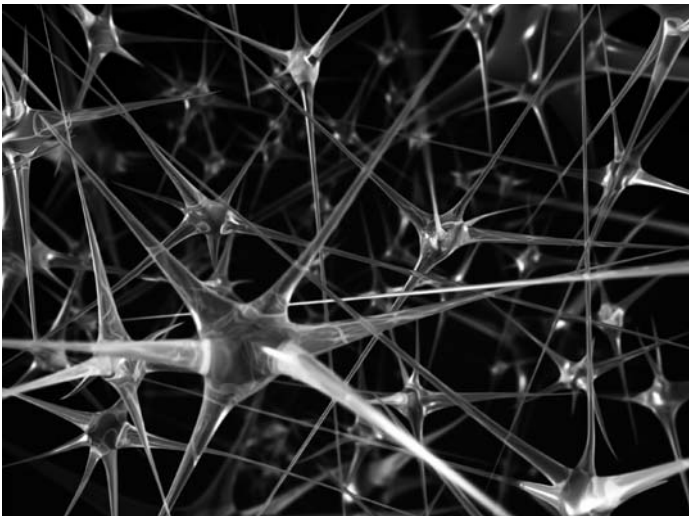
hormona sreće. Učenje stoga može postati kao droga. Ali, prilikom savladavanja gradiva, važno je ispravno doziranje. Ako dete ne zna tačno da li je u stanju da uradi svoj zadatak, ali ima utisak da je to moguće – onda će naknadni doživljaj uspeha biti najveći. Ako očekivana nagrada, odnosno priznanje izostane, odnosno ako se osetimo preopterećeni, dolazi do slamanja procesa nagrađivanja. Ako uspeh postane nešto samorazumljivo, proces samonagrađivanja više ne funkcioniše. To možda znate i po svom detetu: kada je prvi put u skoku udalj preskočilo tri metra, niko nije bio ponosniji od njega. Kad je peti put ponovilo isti uspeh, nije ni trepnulo.

| ŽIVOT OBLIKUJE MOZAK

Kakav je odnos između motivacije i učenja? Da bismo shvatili način funkcionisanja učenja, moramo najpre nešto naučiti o funkcionisanju mozga. Naš mozak nikada nije konačno „dovršen“. Svakog dana novi podsticaji, draži i osećanja grade dodatne veze, takozvane sinapse, između oko sto milijardi nervnih ćelija. Neki često korišćeni misaoni putevi zatvaraju se. Ova takozvana „plastičnost“ odnosno oblikovnost mozga, najveća je u detinjstvu. Gruba mreža mozga data je genetski. Ono što kao deca učimo posle rođenja, i što doživljavamo, određuje finije premrežavanje. Okolina, iskustvo, emocije, i procesi učenja, ostavljaju najznačajnije i najtrajnije tragove. Oni krče puteve na kojima se zasniva sve buduće učenje.

Poprečne ulice se mogu kasnije izgraditi, ali one ne menjaju ništa na opštim putevima kojima protiče mišljenje. Tokom ovog procesa mozak je u određenim

fazama uvek otvoren za određenu vrstu razvoja. Kada se završi takva faza, koju još nazivamo i vremenski prozor, više ne može doći do suštinskih promena. Tako se, na primer, temelji za matematiku i logiku dovršavaju između druge i pete godine života. Magdeburška bihejvioristkinja, Ana-Katarina Braun, objašnjava: „Tokom ovog kritičnog ili osetljivog vremenskog prozora, nastaju misaoni pojmovi koji gramatiku povezuju sa kasnijim učenjem, i svaki proces učenja sa emotivno doživljenim svetom.“ Sve znanje uvek se skladišti sa tada doživljenim osećajima. Stoga, posebno dobro zapazamo sadržaje koji upućuju na određene emocije. Psiholozi sa univerziteta u Konstanci pokazali su da ovo važi i za ono što se čita. Oni su utvrdili da mozak emotivne reči u kontekstu brže prepoznaje od drugih



Mozak se sastoji od oko sto milijardi nervnih ćelija (neurona) koje prenose nervne impulse i prerađuju i skladište informacije.

neutralnih pojmova. Sam kratak pogled na reči kao što su „ljubav“, „uspeh“ ali i „strah“, izaziva jake reakcije, a te reči bolje se zadržavaju u pamćenju ispitanika. Ovaj princip važi kako u pozitivnom tako i u negativnom smislu. Scene iz filmova strave i užasa decu često decenijama uzbuđuju. Činjenice stečene pod prinudom ili pritiskom ostaju nesavitljive. Kreativno se odnosimo prema onim informacijama koje su povezane sa prijatnim situacijama i osećanjima. Osim toga, što se neka informacija češće pojavljuje u različitim odnosima, to se bolje pamti.

Veza između informacija i emocija posebno je važna za oblasti koje upravljaju sposobnošću motivacije. Ne postoji „gen za motivaciju“. Štaviše, svaki put kad neurotransmitter sistema nagrađivanja krene na put, ovo iskustvo se skladišti u mozgu. To još više povećava radost. Ali isto tako, u neuronske mreže u glavi smeštaju se stres i frustracije koje otežavaju naredne pokušaje. Ovi doživljaji, i pozitivni i negativni, oblikuju brze biohemijske i trajne strukturalne promene sinapsi. Svaki put dolazi do manjeg procesa učenja koji menja mozak. Tako se iz igre genetskih pretpostavki i iskustva stečenog u detinjstvu razvija ono što možemo nazvati „motivacioni profil“. Interesi i sposobnosti, ali isto tako unutrašnje sklonosti, predstava o samom sebi, ubeđenja i emocionalna inteligencija učestvuju u tome a da mi nismo ni svesni.

Ako se deca unapređuju u skladu sa svojim uzrastom, uz ljubav, pažnju i podršku, ona se mogu „uključiti“ u ovaj proces. U detinjstvu se „formatira hard-disk“, da se poslužimo izrazom naučnice Katarine Braun.

| LIČNI PODSTREK JE NAJVEĆA SILA

Nije svaka motivacija ista kao što ni svaki hleb nije isti. Mada možemo pojesti krišku belog tosta, ili krišku seljačkog ražanog hleba, efekat je ipak potpuno različit. Dok energija koju daje tost kratko traje pa se glad brzo vraća i traži novu krišku, ražani hleb duže zasićuje i pruža trajniju snagu.

Na sličan način ponaša se i motivacija. Ona postoji u sasvim različitoj snazi i kvalitetu – zavisno od izvora odakle potiče motiv. Ono što roditelji žele detetu prilikom učenja jeste takozvana intrisična motivacija, unutrašnji podstrek, ražani hleb učenja, koji je hranljiv, zdrav i dugo drži sitim. Stručnjaci smatraju da je intrisični oblik najjači i najvredniji oblik motivacije. On nastaje kad deca rade iz radoznalosti i zanimanja, iz uživanja u temi, kada delatnost jača i kada im spoljašnji podsticaj u vidu majčine opomene nije potreban. Unutrašnji podsticaj jeste najbolja pretpostavka da deca uče u sopstvenoj režiji i sa oduševljenjem. To jača istrajnost, povećava koncentraciju, a ponekad od učenja pravi istinski doživljaj: jer tada nastupa ono stanje koje američki psiholog, Mihalj Čiksentsmihalj, naziva „*flow* (tok), faza intenzivne udubljenosti. Do nje dolazi kada se postigne optimalno stanje podsticaja, kada se ne osećamo ni preopterećeni a ni opterećeni manje nego što je potrebno. Tada zaboravljamo na sve oko sebe, i potpuno se prepuštamo učenju. Intrisično motivisani učenik gradi strategiju učenja koja cilja na istinsko ovladavanje materijom, umesto da se brine da što pre obavi zadatak. Takve strategije učenja pedagozi nazivaju „dubinski usmerenim“.

Ipak, motor izvršavanja zadataka može funkcionisati i sasvim drukčije. Tada su, radi pokretanja aktivnosti, potrebni spoljašnji podsticaji. Deca rade kako bi se dopala roditeljima, da bi imponovala učiteljici, da bi dobila poklon, poboljšala svoj imidž, ili da ih ne bi grdili. Ova „ekstrisična“ motivacija uvek je usmerena na posledice i stoga je trajno nesigurna. Nesigurna je jer spremnost na ulaganje napora slabo dolazi do izražaja. Ako nema spoljašnjih pritisaka ili podstreka, motivi brzo nestaju. Roditelji znaju koliko je naporno ovo stalno teranje na rad. Pet evra za peticu, sat gledanja televizije za rasporemanje sobe. Ako dete jednim okom stalno gleda u nagradu, onda se sve manje zanima za samu stvar, za sadržaj onoga što uči. Ovo učenje zasnovano na uzajamnom davanju, uglavnom je površno i bez pravog efekta jer se radi samo o tome da se stvari što brže završe. Nagrade deluju privremeno, isto kao i strah od kazne. Unutrašnja snaga volje ne može se spolja izgraditi.

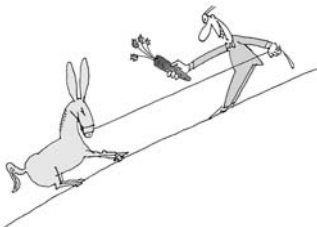
Pored ova dva pola motivacije, podsticaja zasnovanog na uživanju u samoj stvari i spoljašnjeg podstrekavanja, pedagoška psihologija utvrđuje još jedan oblik: takozvanu „identifikujuću“ motivaciju za učenje. Prema ovom obliku, učenje nije doduše bezuslovno zadovoljstvo, ali se povezuje sa samoodređivanjem i ima veliki lični značaj; ovaj oblik imamo u slučaju učenika koji uči da bi dobio diplomu sa kojom može konkurisati za željeni posao.

To utiče na stepen samoodređivanja što je dokazano u brojnim studijama. Deca koja uče iz sopstvenog ubeđenja postižu bolji uspeh jer se intenzivnije bave gradivom i žele da ga stvarno razumeju. Ona ne razmišljaju stalno o oceni koju će dobiti na kraju, već se usmeravaju na zadatke koji stoje pred njima.

Psiholog Elke Vild, sa Univerziteta Bielefeld, sa svojim istraživačkim timom od 2000. do 2006. pratila je 300 učenika od trećeg do sedmog razreda i jednom godišnje im postavljala pitanje o motivaciji iz oblasti matematike. Njihovi odgovori jasno pokazuju razliku između oblika motivacije. Pitanje postavljeno deci glasilo je: „Zašto se trudite oko matematike?“

- Intrisična:** Zato što volim da računam:
Zato što me matematika zanima.
- Identifikujuća:** Zato što hoću da razumem gradivo. Ili:
Zato što mi je važno da znam da dobro računam.
- Ekdtrasinična:** Zato što želim da nastavnik matematike bude zadovoljan mnome. Ili: Zato što se od mene očekuje da savladam gradivo.

Odakle potiče podsticaj:



Spolja: pet evra za peticu, sladoled za uređenje sobe. Nagrade deluju samo privremeno isto kao i strah od kazne. Ne može se trajno kroz ekstrasičnu motivaciju – izgraditi sopstvena volja.



Iznutra: interesovanje, radoznalost i uživanje u samoj stvari predstavljaju moćne unutrašnje izvore motiva. Kada se deca dobrovoljno udube u temu, kada koncentrisano i istrajno rade, to se zove intrisična motivacija. Ona uspostavlja pozitivan proces.

Motivaciju vaše dece možete utvrditi na testu koji se nalazi dalje u ovoj knjizi.

| MOTIVACIJA TRAŽI NEŠTO NASUPROT SEBI

Odnosi ispunjeni ljubavlju u kojima se deca podižu i osećaju sigurnim, predstavljaju najvažniju osnovu za „zdrav“ razvoj mozga, a naročito sistema motivacije. Joahim Bauer, profesor medicine i psihoterapeut iz Frajburga u svojoj knjizi *Psihologija danas* objašnjava: „Odlučujuće pretpostavke za biološku sposobnost funkcionisanja našeg sistema motivacije jesu: interesovanje, socijalno priznanje i lično uvažavanje koje ljudi mogu pokazati prema pojedincu.“

Naš mozak je usmeren na društveno ponašanje. Deca uče kroz interakciju sa drugim ljudima, roditeljima, babama i dedama, prijateljima, drugovima, ali i učiteljima. „Najbolji pokretač za ljude jesu drugi ljudi“, kaže Bauer. „Čovek je biće čija je centralna motivacija usmerena na davanje i uspešne međuljudske odnose.“

Težnja ka priznanju i davanju jeste ljudska osnovna potreba. Ako se ona ne zadovolji, nema ni govora o motivaciji. Ovaj naučni rezultat proizilazi iz teorija o psihološkom istraživanju motivacije. Američki psiholozi Edvard L. Disej i Ričard M. Rajan objavili su tokom 90-ih godina prošlog veka svoju teoriju o samoodređivanju, koja sada važi za jednu od najuticajnijih teorija iz oblasti motivacije. Oni su postulirali tri osnovne psihološke potrebe: povezivanje, samoodređivanje i kompetencija. To znači, da svaki čovek – svako dete – želi sam da radi, da pritom sebe doživi kao sposobnog i voljenog. Okruženje koje detetu omogućuje da zadovolji ova

tri zahteva postavlja najbolji temelj za odgovorno držanje i život ispunjen zadovoljstvom.

| RADOZNALOST JE OSNOVA ZA UŽIVANJE U UČENJU

Kada se deca osećaju sigurnom i zaštićenom i kada imaju poverenje u ljude iz svoje okoline, ona pogled usmeravaju na spoljašnji svet i počinju da ga istražuju. Ova radoznalost predstavlja osnovu za potonje uživanje u učenju, i kod svakog deteta bar jednom se javlja. Želja za saznanjem je pored gladi, žeđi i sna jedna od osnovnih bioloških potreba. Već novorođenče počinje da istražuje svet – polazeći od sebe samog. Nekoliko časova posle rođenja ono počinje sistematski da dodiruje svoje telo, pre svega lice i usta. Posle nekoliko meseci deca nauče da hvataju predmete i da ih u ustima istražuju. Kasnije se radijus istraživanja proširuje. Fioke, kutije i sudovi, ispituju se rukom, okom i ustima.

Ali već u ranom detinjstvu i predškolskom uzrastu, deca se međusobno razlikuju po tome sa koliko se odvažnosti i angažovanja posvećuju novim objektima i događajima. Radoznala deca stalno teže za informacijama, i otvorena su za novine. To ubrzava njihov razvoj. „Na taj način ona su u stanju da razviju više strategija za sticanje informacija i da se fleksibilno postavljaju pri susretu sa novim stvarima“, objašnjava psiholog Klemens Trudevind sa Univerziteta u Bohumu. Radoznalost čini kreativnim. Istraživač Trudevind u studiji o deci između tri i šest godina pokazuje kako najradoznalija među njima

primenjuju najbolje strategije za rešavanje problema. On objašnjava da odlučujući faktor kod nekog deteta nije samo intelektualna obdarenost ili spremnost za učenje, već i snaga njegovog takozvanog „motiva radoznalosti“, to jest, njegova spremnost da prihvati nova iskustva i zauzme stav prema spoljašnjem okruženju.

Strah je odbrambeni mehanizam koji stoji na putu radoznalosti. On decu čuva od opasnosti preteranog avanturizma, kao što su opasne životinje, vrele ringle na šporetu ili nepoznati ljudi. Dok su ove granice apsolutno opravdane, preterani strah sprečava postizanje saznanja. Što dete dobija više ljubavi, to je manji strah, i razvijenija je radoznalost. Deca koja imaju sigurnu vezu sa majkom ili drugom bliskom osobom imaju više samopouzdanja i manje strepe od neuspeha kada se upuste u istraživanje sveta. Iz radoznalih beba u najboljem slučaju razvijaju se zainteresovana školska deca. Jer, interesovanje jeste radoznalost „probuđena“ za određenu oblast koju otkrivamo za sebe, kojoj se sve više posvećujemo, i sa kojom se na kraju čak identifikujemo. Ovaj razvoj ide od omiljene igračke do omiljenog hobija kome posvećujemo slobodno vreme, odnosno do poziva koji odgovara ličnim sklonostima. Možda ne uvek tako pravolinijski, kao što je bio razvoj arheologa Hajnriha Šlimana koji je još kao dete želeo da iskopa antički grad Troju, i koji je kao odrastao čovek to i uradio; ili kao razvoj Justusa fon Libiha, koji je još kao dečak pravio eksperimente sa hemikalijama a kasnije postao slavni hemičar. Ali, kada se interesovanje za nešto probudi, volja dolazi sama od sebe. Što nas neka tema više zanima, to smo

spremniji da uložimo napor i savladamo prepreke da bismo je što bolje upoznali. Napor se sam od sebe isplaćuje. Doživljaj uspeha povratno deluje na interesovanje, i dodatno ga jača – to je pozitivan proces.

| KO VERUJE U SEBE IMA VIŠE SMELOSTI

Deca žele ne samo da ispitaju svet već da u tome postignu uspeh; žele da zadovolje svoju potrebu za samoodređenjem i kompetencijom. Već krajem prve a pre svega tokom druge godine života sva deca žele da „sama urade“. Raduje ih kada sebe doživljavaju kao uzrok određene posledice. Puštaju da kašika padne i da lupi o pod. To stalno ponavljaju dok konačno ne shvate princip po kome se to dešava. Onda im to dosadi pa se okreću novim izazovima. Nešto isprobati i videti rezultat toga – recimo uspuzati se na slolicu – predstavlja kamen-temeljac kasnijeg uživanja u sopstvenoj marljivosti, motivaciji za delovanje.

Kad se nešto uradi, to stvar prijatan osećaj. To je ono što roditelji uzimaju svom detetu kada mu, dok ono radi domaći zadatak, došapnu tačan odgovor umesto da ga puste da samo dođe do njega. Bolje je detetu davati zadatke koji su u skladu sa njegovim uzrastom, hvaliti ga kad sazna nešto novo i omogućiti mu da kroz igru razvija nove veštine. Kroz doživljaj uspeha koji nastaje onda kada nešto sama urade, deca osećaju radost zbog uloženog napora.

Ukoliko sa više optimizma prilaze svojim zadacima, deca su više motivisana. Motivacija se, kao što

smo rekli, budi samo onda kada je na vidiku neki uspešan rezultat. „Mogu li to“, pitamo se da bismo procenili situaciju. Odgovor na to pitanje pozitivan je kod onih ljudi koji su ubeđeni da mogu samostalno rešavati probleme i koji nemaju osećaj da se nalaze u vlasti sila čije savladavanje prevazilazi njihovu moć. Stručnjaci tada govore o visokorazvijenoj „ličnoj efikasnosti“. Viši stepen poverenja u sopstvene sposobnosti, prema rezultatima psihološkog istraživanja, dovodi do novih rezultata i obezbeđuje stabilnu motivaciju za učenje.

Deca prvo moraju stvoriti predstavu da li su u stanju da reše neki zadatak. Ona počinju da procenjuju ono što rade. Pritom se oslanjaju na reakciju odraslih, na osnovu koje procenjuju da li je nešto ispalo dobro ili rđavo. Sa otprilike tri i po godine, deca se raduju i ponosna su kada im nešto pođe za rukom, a nezadovoljna su i razočarana kada nešto krene naopako. Ona veruju da je rezultat povezan sa njihovom marljivošću i iz toga izvlače zaključak o sopstvenoj sposobnosti. Značaj okretности, darovitosti i inteligencije deca shvataju u periodu između 10. i 12. godine, pre toga nemaju predstavu o ovim nevidljivim veličinama.

Ali, već u uzrastu od 4 do 5 godina, pokazuje se koliko različito deca pristupaju zadacima, i to kada u vezu dovedu težinu zadatka i sopstvenu sposobnost. Deca koja se plaše neuspeha izbegavaju da sebi postavljaju teže dostižne ciljeve, dok ona koja veruju u sopstveni uspeh stalno traže nove izazove. Ovaj stav i predstava koju deca stvaraju o svojim sposobnostima jesu važni faktori koji utiču na potonju volju za učenjem.

| OSEĆANJA IGRAJU GLAVNU ULOGU

Ono što se radi u školi ne poklapa se uvek sa onim što decu zanima; ona takođe ne teže da u svakoj oblasti poboljšaju svoje sposobnosti. Raspripremanje sobe je mučno, a izrada domaćih zadataka je često dosadna i teška. Osim toga, možda se na televiziji daje omiljena serija baš onda kada dete treba da sedne za svoj radni sto. Da bi savladala takve situacije, deca moraju naučiti da obuzdavaju svoja osećanja. Ovu sposobnost psiholozi nazivaju emotivna regulacija. Strategije za sticanje ove sposobnosti deca najpre stiču u porodici. Nekim taktikama ona instinktivno ovladavaju. Bebe, na primer, automatski okreću pogled od isuviše jakih nadražaja. To predstavlja ranu metodu traganja za izlazom od neprijatnog osećanja. Druge ljude deca postepeno upoznaju. Na prvom mestu nalaze se majka i otac, koji se staraju da se njihovo mezimče dobro oseća, pa ga obasipaju pozitivnim osećanjima, smeškaju mu se da bi ga oraspoložili, ili nastoje, kada je tužno, da ga razvesele nekom novom igračkom. Na taj način deca stiču pouzdano iskustvo da se tuga ili bol mogu umanjiti i da će svakako proći. Dete postepeno preuzima strategiju ophođenja sa osećanjima koju su mu roditelji pokazali. Dete od 5 do 6 godina u stanju je da u velikoj meri vlada svojim emocijama, što ističu Elke Vild i Monika Ramert, u svojoj knjizi *Domaći zadaci bez stresa*. U ovom uzrastu deca su u stanju da se izbore sa frustracijom i da kontrolišu svoja osećanja. Umesto da se prepuste izlivu besa kad dobiju zadatak da srede svoju sobu, ona pokušavaju da se kroz razgovor sa roditeljima izbore za još malo igre.