

Marianka, 19.03.2020 r.

Szanowni Rodzice,

Wszyscy jesteśmy teraz w trudnej sytuacji. Dzieci nie chodzą do szkoły, część osób jest zmuszona pracować w domu, pojawia się konieczność przeorganizowania dotychczasowych nawyków i zwyczajów. Sytuacja ta jest zarazem okazją do spędzenia większej ilości czasu z najbliższymi, zarazem jednak stres i napięcia mogą generować konflikty, zdenerwowanie i niezadowolenie. Dlatego też bardzo ważna jest umiejętność stawiania granic. Granic tych potrzebujemy zarówno my, jak i nasze dzieci. Dzieci potrzebują zdrowych granic. Dzięki temu czują się bezpiecznie. Wiedzą, że rodzice ochronią ich przed zagrożeniem. Granice psychologiczne chronią dziecko przed nadmiarem informacji, z którymi nie są w stanie sobie poradzić.

W obecnej sytuacji ważne jest byście Państwo zadbali o pewne kwestie, by zapewnić poczucie bezpieczeństwa dzieciom:

1. Proszę sprawdzić czy dzieci nie mają dostępu do Państwa konta na dzienniku Vulcan. Dzieci nie powinny czytać niektórych informacji, jakie Państwo otrzymują od pracowników szkoły.
2. Proszę uważać na tematy poruszane przy dzieciach. Dzieci nie powinny słuchać o Państwa problemach, obawach, opiniach na tematy państwowe czy edukacyjne. Dziecko nie może być Państwa wsparciem. Proszę na czas takich rozmów wyjść do innego pomieszczenia, szukać wsparcia u rodziny, innych dorosłych.
3. Proszę ograniczyć oglądanie informacji do 1 dziennie i najlepiej ze stron rządowych. Śledzenie na bieżąco wydarzeń nasila lęk. Jedyne co możemy teraz robić to przestrzegać zasad bezpieczeństwa i zadbać o siebie. Namolne oglądanie wiadomości jest odbierane przez umysł, jako dużo większe zagrożenie. Przez to wysyła za dużo adrenaliny i kortyzolu do organizmu. Ważne jest dbanie o to, by dzieci miały mocno ograniczony dostęp do wiadomości.
4. Konieczność przebywania w domu wzmacnia napięcie u dzieci i Państwa. Proszę pamiętać

jak ważne w osiągnięciu spokoju są poniższe zasady:

- nazywanie tego, co może przeżywać dziecko/dorosły i jak może sobie z tym poradzić,
- uczulanie na kwestie związane z bezpieczeństwem,
- przekierowywanie myśli na zajęcia kreatywne, (uruchamiamy prawą półkulę – kreatywność, ekspresja emocji, sztuka, ruch – to obniża poziom lęku; nadmierne analizowanie i planowanie nasila lęk)
- sugerowanie małych aktywności, które są pożyteczne. Możliwość pomagania daje poczucie wpływu. Pamiętajmy o pochwalę!

5. Konieczność domowej edukacji zapewne generuje wiele problemów. Jeśli czują Państwo, że dziecko nie jest w stanie wykonać zalecanej przez nauczyciela listy zadań/działań prosimy o bezpośredni kontakt z nauczycielem - pozwoli mu to zweryfikować podjęte przez siebie działania, dobrać odpowiedniejsze zadania. Nie bójmy się pytać, rozmawiać. NAUCZYCIELE SĄ DO DYSPOZYCJI PAŃSTWA DZIECKA.

Oprócz bezpieczeństwa ważna jest również kontynuacja edukacji. My jako nauczyciele wiemy, że trudno jest czasem zachęcić dzieci do pracy, nauki. Wiele działań i propozycji jest przyjmowane przez nich z oporem i niechęcią. Teraz zmuszeni jesteśmy do nietypowej edukacji, innej, nowej, obcej. Niestety stając w obliczu zagrożenia musimy skupić się wszyscy na działaniu i na tyle ile możemy, realizować nasze obowiązki zarówno nauczycielskie, rodzicielskie, jak i uczniowskie. Poniżej zamieszczam kilka wskazówek dotyczących motywacji dziecka do nauki w domu:

Rodzicu,

1. Wspieraj, zachęcaj do samodzielności, nie wyręczaj – dziecko wykonuje zdania samo, sprawdza je, na koniec może poprosić o korektę. Dziecko przyzwyczajone do podejmowania wysiłku, pokonywania trudności ma szansę uwierzyć we własne możliwości i doświadczyć poczucia sukcesu.

2. Chwal, nagradzaj dziecko – uznanie i pochwała, zadowolenie rodzica to najlepsza nagroda.

3. Doceniaj osiągnięcia a nie oceny – zauważaj wysiłek, dostrzegaj wkładany trud, powiedz „widzę, że wiele kosztowało Cię zrobienie tej pracy, cieszę się, że Ci się udało”, „pięknie dziś pracowałeś”, pytaj: czego dziś się nauczyłeś? Co sprawiło Ci trudność? Co Cię zaintrygowało?”.

4. Nie pozwalaj, by dziecko źle o sobie mówiło - lęk przed niepowodzeniem powoduje u dzieci występowanie tendencji do rezygnacji, formułowanie niskich aspiracji i niskich oczekiwań oraz unikanie zadań, krytykowanie wymaganych treści, osób

5. Buduj w dziecku poczucie własnej wartości. Zapewnij je o swojej miłości.

6. Spróbuj motywować dziecko do nauki wraz z rozbudowywaniem poczucia odpowiedzialności – oddaj mu odpowiedzialność za naukę. Możesz zawrzeć z nim kontrakt: „Od dzisiaj nie będę naganiała Cię do lekcji. Jesteś już dojrzały i wierzę, że sam potrafisz zaplanować sobie pracę. Zawsze możesz liczyć na moją pomoc, a raz w tygodniu chciałabym, żebyś zdawał mi relację jak sobie radzisz i z czym miałeś trudność.” Gdy dziecko o czymś zapomni, pozwól mu ponieść konsekwencje i zachęć do wyciągnięcia wniosków.

7. Wdrażaj dziecko do systematyczności, naucz dobrej organizacji pracy (nauka o stałej porze, dbanie o miejsce do nauki)..

8. Kluczem do sukcesu jest miłość i akceptacja!!! Najważniejszą sprawą w zakresie motywowania dzieci do nauki jest akceptacja, bez względu na to, co dziecko robi, czy jak się zachowuje. Dziecko, które wyrasta w atmosferze akceptacji, poczuciu, że jest kochane i szanowane, łatwiej przyjmie nasz punkt widzenia. Dziecko, który nabierze wiary i pewności siebie, łatwiej pokona problemy i chętniej będzie stawiało czoła przeciwnościom.

Przykładowe techniki wzmocniania - nagradzania:

1. Technika bezpośredniej gratyfikacji (nagrody) – polega na sygnalizowaniu swego zadowolenia z racji poczynionych postępów w zachowaniu lub nauce. Odbywa się to zazwyczaj przez wyrażenie pochwały i uznania. Takie wzmocnienia spełniają 2 funkcje: zwracają uwagę na poprawne wykonanie poleceń zachęcają do dalszego ich respektowania. W początkowym okresie wzmocnienia zaleca się nagradzanie w przypadku każdorazowego pojawienia się pożądanego zachowań. Z czasem jednak, w miarę coraz częstszego powtarzania się tych zachowań, należy stopniowo ograniczać wzmocnienia pozytywne, aby dzieci przestały traktować powierzone im zadania wyłącznie instrumentalnie, czyli jako środek zaspokajania potrzeby uznania lub bycia dostrzeganym przez dorosłych. Postuluje się też o zrezygnowanie z czasem z nagradzania materialnego, na rzecz pochwał lub innych oznak uznania.

2. Technika zawierania kontraktu – zakłada podpisanie lub ustne zawarcie umowy co do określonych postępów w zachowaniu bądź nauce określa zadania i obowiązki, jakie dziecko powinno spełnić oraz warunki i sposób gratyfikacji za wykonanie zobowiązań objętych umową. Ważne jest aby liczyć się z realnymi możliwościami spełnienia wynikających z niego zobowiązań. Nie należy również oczekiwać natychmiastowej, lecz stopniowej poprawy w zachowaniu. Pracę rozpocząć od łatwo dającej się przezwyciężyć wady lub słabości.

3. Technika słownego napominania – polega na dyskretnym i życzliwym zwracaniu się do dziecka w sprawie ich zachowania nie aprobowanego przez rodzica. Jest to napomnienie udzielane w tonie spokojnym i rzeczowym, a więc bez cienia sarkazmu, wyniosłości lub mentorstwa. Należy uważać aby dziecka nie zawstydzić i uszanować jego godność.

Źródło

Brophy. J – „Motywowanie uczniów do nauki” Buchner. Ch- „ Sukces w szkole jest możliwy” Hamer.H – „ Do efektywności nauczania” Harmin. M – „Duch klasy”. Jak motywować uczniów do nauki? Mc Ginnisa. A – „Sztuka motywacji” D. Stipek, K.Seal- „Jak nakłonić dziecko do nauki?” G.W.Green – „Jak pomagać dziecku w nauce?” A.Faber, E.Mazlish – „Jak mówić, żeby dzieci uczyły się w domu i w szkole” Strony internetowe: www.edux.pl, www publikacje.edu.pl.

Strony, na które warto zaglądać:

<https://www.gov.pl/web/edukacja>

<http://scholaris.pl/>

<https://epodreczniki.pl/>

<https://www.edukowisko.pl/jak-motywowac-dzieci-do-nauki/>

https://www.sp3.chojnice24.pl/cms_data/downloads/naukarodzice2.doc.pdf

<http://www.dzieckowsieci.pl/>

https://fdds.pl/baza_wiedzy/bezpieczenstwo-dziecka-sieci/

Prosimy o stały kontakt z Nami - nauczycielami, maile, sms, rozmowy telefoniczne to źródła komunikacji, które teraz muszą Nam wystarczyć, by móc kontynuować edukację dzieci i przetrwać ten trudny czas.

szkola.marianka@wp.pl - mail szkolny

kontakt z nauczycielami - za pośrednictwem e-dziennika bądź bezpośrednio telefonicznie.