

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



**Wychowanie do sukcesu
- motywowanie dzieci.**

Joanna Bzdzion

Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu

Data: 08.11.2021 r.

Organizatorzy



POZNAJMY SIĘ



Joanna Bzdion

Jestem coachem rodzicielskim i prowadzę warsztaty dla rodziców.

Jestem także mamą Jasia i Zuzi.

MOTYWACJA NA WESOŁO



JESTEŚ
ZWYCIĘZCA

CO TO JEST SUKCES?



“Poważny problem, jaki dostrzegam dzisiaj w swojej praktyce klinicznej polega na tym, że wielu rodziców nie potrafi lub nie chce dostosić się do tego, kim ich dziecko jest jako odrębna osoba.

Osiągnięcia Twojego dziecka nie determinują, kim jest.”

Karyl McBride, terapeutka

“Czterdziestosiedmioletnia Abby przyszła na sesję terapeutyczną zaniepokojona swoim synem, który grał na pozycji obrońcy w licealnej drużynie futbolowej, wyróżniał się w orkiestrze szkolnej, był jednym z najlepszych uczniów w roczniku i na dodatek był niezwykle przystojny. W końcu dowiedziałam się, że ten ideał został aresztowany i umieszczony w poprawczaku za to, że w czasie weekendowej imprezy nad jeziorem groził koledze pistoletem. Gdy poszła go odwiedzić, rozplakał się i powiedział, że odczuwał zbyt silną presję odnoszenia sukcesów w każdej dziedzinie i zawsze wydawało mu się, że musi być najlepszy. Chciał po prostu pokazać, że jest normalnym chłopakiem, który czasem może rozrabiać. Choć takie ‘rozrabianie’ to zdecydowana przesada, Abbie dostrzegła dzięki temu w swoim synu coś więcej niż tylko osiągnięcia oraz poznała jego lęki i niepokoje.”

Karyl McBride

“Wsparcie dla dorosłych córek narcystycznych matek”

TWOJA MOTYWACJA



- Twoje dziecko jest bardzo zmotywowane do przejścia na następny poziom w grze, ale kiedy przychodzi do posprzątania pokoju lub odrobienia lekcji po jego motywacji nie ma już śladu?
 - Twoje dziecko jest zdolne, ale leniwe?
 - Codzienne obowiązki to ciągła walka z dzieckiem?
- Twoje dziecko zmienia ciągle hobby/ zajęcia dodatkowe i w niczym nie może wytrwać?
- Każda najmniejsza porażka, to dla Twojego dziecka dramat?

7 KROKÓW BUDOWANIA MOTYWACJI



1. Cel- pal motywacja.
2. Autonomia motorem działań.
3. Motywacja się mnoży, kiedy się ją dzieli.
4. Docenianie czy chwalenie?
5. Obowiązki, na które brak motywacji.
6. Motywacja zewnętrzna czy wewnętrzna.
7. Błędy to lekcje w drodze do celu.

CEL – PAL – MOTYWACJA



Pomóż dziecku znaleźć połączenie pomiędzy tym, co robi teraz, a tym, co chciałoby osiągnąć w przyszłości.

Sprawdź czy nie narzucasz dziecku swoich celów.

Szukaj razem z dzieckiem kompromisów w sytuacjach, kiedy macie różne cele.

„TA ERA NIE WYMAGA
LEPSZEGO ZAANGAŻOWANIA.
WYMAGA ODRODZENIA
SAMOUKIERUNKOWANIA.”

Daniel H. Pink

AUTONOMIA



- **Jak dziecko zrealizuje swój cel?**
- **Czy dziecko jest szczęśliwe, czy próbuje uszczęśliwiać rodziców?**
- **Czy ufasz swojemu dziecku?**

POMNÓŻ MOTYWACJĘ



**Poczucie bycia częścią czegoś
większego wzmacnia
odpowiedzialność i motywację.**

**Dzieci nie lubią być pępkiem
świata.**

WSPÓŁPRACA



- obowiązki dla wszystkich domowników;
- wspólne wybieranie kierunku wakacji;
- planowanie weekendu z uwzględnieniem potrzeb każdego domownika;
- przyjmowanie pomocy dziecka np. przy wyciąganiu prania/ zmywarki;
- sprzątanie razem zabawek;
- bycie obok dziecka w trudnych dla niego chwilach;

„RODZINA TO PIERWSZY TEAM DZIECKA”

DOCENIAĆ CZY CHWALIĆ?

1. Doceniaj wysiłek i strategię, a nie inteligencję:

Udało Ci się! Jesteś taki mądry! / Wiem, że się starałeś i dałeś z siebie dużo przy tym zadaniu.

2. Nazywaj konkrety, unikaj ogólników:

Pięknie, bardzo ładnie! / Włożyłeś w to dużo pracy. Opowiedz mi o tym?

3. Bądź szczery, dziecko wie, kiedy je oszukujesz:

Świetnie Ci idzie. / W tym nie jesteś najlepszy.

4. Nie chwal za rzeczy oczywiste, ale zauważaj je:

Brawo, pięknie zjadłeś zupę. / Widzę, że smakowała Ci dzisiaj zupa.

JESTEM Z CIEBIE DUMNA. / MOŻESZ BYĆ Z SIEBIE DUMNY. JAK SIĘ CZUJESZ?

POCHWAŁY
UZALEŻNIAJĄ TAK
SAMO JAK CUKIER.

BRAK MOTYWACJI



- 1. Nie wiąż obowiązków z nagrodą (deser po obiedzie bez względu na to ile dziecko zjadło obiadu).**
- 2. Są obszary, w których dziecko potrzebuje naszego wsparcia i granic.**
- 3. Granice są wyrazem miłości i mogą wyrażać się także w zapraszaniu do działania.**
- 4. Wyręczenie dziecka odbiera mu jego sprawczość.**

MOTYWACJA ZEWNĘTRZNA



NAGRODY ZA
PODPORZĄDKOWANIE SIĘ



NADZOROWANIE KAŻDEGO
KROKU DZIECKA



DECYDOWANIE ZA DZIECKO

NIKT NIE ZACZNIE
ZACHOWYWAĆ SIĘ LEPIEJ
PRZEZ TO, ŻE POCZUJE SIĘ
GORZEJ.

BŁĘDY A PEWNOŚĆ SIEBIE

Błędy pokazują,
że ćwiczę.

Jeszcze tego nie
potrafię.

Jestem na dobrej
drodze do...

Radzę sobie z
trudnymi
zadaniami.

To zadanie będzie
ode mnie
wymagać wysiłku.

Nie poddaję się
tak szybko!

Doceniam siebie,
gdy zrobię coś
trudnego.

Nie porównuję się
z innymi.

Proszę o pomoc,
kiedy jej
potrzebuję.

Jestem
wystarczająco
odważny, żeby
spróbować!

Staję się lepszy w
czymś, kiedy
ćwiczę.

Porażki nie
sprawiają, że się
poddaję.

POLECANE KSIĄŻKI



- „Drive” Daniel H. Pink
- „Esencjalista” Greg Mckeown
- „Wychowanie bez nagród i kar” Alfie Kohn
- „Nie z miłości” Jesper Juul
- „Nowa psychologia sukcesu” Carol Dweck





rodziclider



JESTES WSPANIALA
JESTES OK
JESTES DOBRA
JESTES NIEZMYKLA
JESTES WALZNA
JESTES POTRZEBNA
JESTES MADRA
JESTES KOCHANA
JESTES UTALENTOWANA
JESTES WYJATKOWA
JESTES ODWAZNA
JESTES WOLNA





ASIA

DZIĘKUJĘ
za wspólnie
spędzony czas!