



Nazmi Arıkan

FEN BİLİMLERİ

Eğitim Kurumları

ÜNİVERSİTE HAZIRLIK / REHBERLİK BİRİMİ VELİ BÜLTENİ



MOTİVASYONU DÜŞÜK **ÇOCUKLAR VE ANNE BABALARI**

Bu tür motive edici sözler duymak hepimizi mutlu eder.

Motivasyon; hayatın belirli alanlarında ihtiyaç duyduğumuz, bizi hedefe sürükleyen itici bir güçtür. Hayatta başarılı olabilmek için belirli zamanlarda belirli şeylere ihtiyaç duyarız, bunun için emek ve zaman harcarız. Ders çalışmak gibi bir işi sürekli yapabilmek de motivasyon gerektirir. Motivasyon çizgisi her zaman dümdüz değildir. Bazen iniş ve çıkışlar söz konusu olabilir. Zaman zaman zorlayıcı süreçler, aile içi tutum ve davranışlar, istenilen hedefe ulaşamamış olmak, motivasyonu azaltan etkenler olarak karşımıza çıkmaktadır.



Ebeveyn olarak onların her zaman en iyiye ulaşmalarını bekler ve bu süreçte onları motive edebilmek adına bazı söylemlerde bulunuruz. Kimi zaman arkadaşıyla ya da kardeşiyle kıyaslarız onları, ama bu yaklaşım kıyaslanan kişiye tepki oluşmasına neden olabilir. Kimi zaman kendi geçmiş yaşantımızı paylaşır, bundan ders çıkarmasını isteriz, kimi zaman ders çalışmak dışındaki faaliyetlerinin gerekliliğini sorgulatarız, kimi zaman da başarılı olmayacağını ifade ederiz.

Bu tarz yaklaşımlarımız, daha yoğun çatışma yaşanmasına ve **“Patron kim?”** oyununa dönüşmesine sebep olabilir. Herkesin ilgi ve yetenekleri farklıdır. Herkes her alanda aynı başarıyı gösteremeyebilir. Kardeşler arasında da bunu sıkça görürüz. Bu nedenle ebeveynlerin öncelikle çocuklarını iyi analiz etmeleri gerekir. Çocuklarının motivasyon kaynakları farklı olabilir ya da ebeveyn olarak çocuklarımızdan yüksek bir beklenti içinde olmamız, iletişim kazalarının artmasına sebep olabilir.

Anne ve babalığın zor bir meslek olduğunu kabul edersek; onlarla beraber okula giden, onlarla beraber sınava hazırlanan, onlarla beraber askere giden ebeveyn olmak yorucu bir süreçtir. Aile olarak yapılması gereken: Uygun çalışma şartlarını sağlayıp, sınav konusunda bilinç yaratmaktır ve yapabilecekleri konusunda onların yanlarında olmaktır.





MOTİVASYON İÇİN ULAŞILABİLİR HEDEFLER

Motivasyon için öncelikle belirlenen bir hedef olmalıdır ki harekete geçme gücü gelişsin. Kendimizi iyi tanıdığımız ölçüde mantıklı seçimler yaparız.

Her hedefin kendi içinde zorlayıcı bir gücü vardır. Bu güçler karşımıza bilgiyi arttırma, kendini değerlendirme, eksik kalan yönleri tespit etme ve sabretme olarak çıkar. Hele ki sabır bu konuda çok önemlidir. Çünkü azalan bir süreç var önümüzde ve her zaman aynı performansı göstermek bazen mümkün olamamaktadır. İstenilen başarı elde edilemediğinde işte burada hayal kırıklıkları başlamaktadır. Ancak hayat çizgisinin inişli ve çıkışlı olduğunu unutmadan ve unutturmadan ilerlemek gerekir. İşte bu zorlu sürecin her zamanki gibi gitmediğini fark ettiğimizde onları ayakta tutacak, destek olacak şeylere ihtiyaç duyarız.

İşte bu noktada:

- ◆ Aile içinde sağlanacak huzur ve güven,
- ◆ Hayat içindeki amacı belirlemesine yardımcı olacak bir ortam,
- ◆ Cesaret yükleyici söylemler,
- ◆ Kıyaslamaktan kaçınan bir yaklaşım,
- ◆ Tehditkâr tavırdan uzak olmak,
- ◆ Neleri yapıp neleri yapamayacağı ile ilgili fikir sahibi olmak,
- ◆ Sevginin sınav sonucuna bağlı olmadığını hissettirmek,

Onlara sağlayacağımız motivasyon kaynaklarıdır.



Bir Motivasyon Hikayesi

Bir kurbağa sürüsü ormanda yürürken içlerinden ikisi bir çukura düşer, diğer bütün kurbağalar çukurun etrafında toplanırlar. Çukur bir hayli derindir ve arkadaşlarının zıplayıp dışarı çıkması pek mümkün görünmüyordur. Yukarıdaki kurbağalar; düşen iki kurbağaya boşuna uğraşmamalarını, çukurun çok derin olduğunu ve dışarı çıkmalarının imkansız olduğunu söylerler ancak çukura düşen kurbağalar onların söylediklerine aldırmdan mücadeleye devam ederler. Yukarıdakiler ise hâlâ boşuna çırpınıp durmamalarını, ölümün onlar için kurtuluş olduğunu söylerler. Sonunda kurbağalardan birisi söylenenlerden etkilenir, mücadeleyi bırakır ve sonuç hüsrana uğrar. Kurbağa ölür diğeri ise çabalamaya devam eder. Yukarıdakiler ise mücadeleye devam eden kurbağaya, çırpınarak daha çok acı çektiğini söylerler, ne var ki çukurdaki kurbağa son olarak bir hamle yapar ve çukurdan çıkar; çünkü bu kurbağa sağırdır o yüzden arkadaşlarının ümit kırıcı sözlerini duymamıştır.

Olumluya odaklanmak, etrafımızda ümidimizi kırabilecek insanlardan uzak durmak ve her zaman kendi sınırlarımız içerisinde kendi yapabileceklerimize inanmak gerekir.

Herkes cesaretlendirilmeye ihtiyaç duyar. Ne kadar başarılı, ne kadar özgüven sahibi olunursa olunsun yapabileceklerimize dair güzel sözler duymak her birimizi mutlu eder.

Unutmamak gerekir ki BAŞARI; mücadelesi ve motivasyonu yüksek kişilere gelir.

MOTİVASYON İÇİN GÜZEL SÖZLER

“Ne söylediğin değil, nasıl söylediğin önemlidir” sözünü çıkış noktası yaparsak; güzel söylenen mesajlar, yapabileceğine inandıran yaklaşım ve motive edici küçük notlar tebessüm yaratan ve motive eden araçlardır.

”

Fen Bilimleri Eğitim Kurumları
Rehberlik Birimi