

Motivation



Inre framom yttre motivation

Inre motivation

- Den EGNA DRIVKRAFTEN som får oss att kämpa för att nå våra mål. Drivkraften som får ett barn att SJÄLVMANT, utan mutor eller hot om bestraffningar, fortsätta träna, försöka och kämpa.
- Drivs av det egna intresset och nyfikenheten
- Denna motivation, då uppgiften i sig är belöningen, slår all annan motivation.
- Räknas som en av de starkaste krafterna att t.ex. lyckas i skolan.
- Behöver samarbeta med den yttre motivationen men kan skadas av den.

Yttre motivation

- Då något utifrån påverkar att vi gör det vi gör, t.ex.
 - mutor, belöningar
 - socialt tryck från t.ex. kompisar
 - betyg / vitsord
 - andras krav eller besvikelse om man misslyckas
 - bestraffningar
- Kan skada den inre motivationen
- Om yttre belöningen är något som man t.ex. kämpar för att få uppleva som förstärker den gemensamma samhörigheten eller något som hjälper en att nå ett högre mål så kan det vara bra att ta in det som stöd.

Vad behövs för att känna sig motiverad?

Det finns tre faktorer som är avgörande (enligt Edward Deci och Richard Ryan) för att vi ska känna motivation och må bra.

1. KOMPETENS

Man behöver ha **rätt kunskap** för att kunna lösa en uppgift eller förstå en text.

Känslan av att man är duktig på något, känna att man utvecklas och ökar sin kompetens.

Lagom svåra uppgifter - uppgiften ska inte kännas för lätt men inte vara så svår att den är omöjlig att lösa. Barnet behöver ha rätt verktyg.

2. AUTONOMI

Barnet behöver **känna att hen kan påverka** sin situation, att inte allt styrs av andra.

3. SAMHÖRIGHET

Barnet behöver **en bra relation** till kompisar, lärare, föräldrar.

Barnet behöver känna att hen hör ihop med någon och **vandrar i med- och motvind tillsammans** med någon längs lärtigen - delar framgångar och misslyckanden och kämpar vidare tillsammans.

Värdet av kunskap i sig, glädjen att förstå sådant man inte förstått tidigare och möjligheten att **få dela detta med någon**.

Hur fungerar motivationen?

Att vara motiverad handlar inte alltid om att tycka att något är roligt, utan att kunna **kämpa mot ett meningsfullt mål** trots att det inte alltid är så roligt.

Barnet kan bli mer motiverad om hen **ser ett större syfte och mening** med det hen gör.

Vardagsnytta - Om barnet ser att uppgifterna hen gör, arbetet hen utför gör **nytta för en själv och för andra** kan motivationen öka.

Då **uppgiften har ett egenvärde** (det är roligt att lösa uppgiften) behövs ingen yttre belöning.

Belöningar kan flytta motivation från inre motivation till yttre motivation och kan ha på kort sikt en påverkan på ansträngningen och resultat. Regeln är att **om barn får en yttre belöning** då de utfört en uppgift **så kan barnets personliga intresse minska** för den typen av uppgifter.

När det handlar om uppgifter som från början upplevs som tråkiga förändras inställningen inte mycket av belöningar.

Belöningen kan alltså få tråkiga uppgifter gjorda, men ett intresse eller inre motivation skapas antagligen inte.

Vad kan vi vuxna göra?

Barnet behöver få känna att hen inte enbart är kontrollerad utan **kan själv påverka sitt eget arbete**. Vi kan motivera och engagera barnet då hen är **delaktig i planering och beslut kring lärandet**. Stödet behöver förmedla valfrihet istället för kontroll.

Låt barnet göra val, t.ex. när, var eller hur hen gör läxorna. Barnet kan inte bestämma om läxorna ska göras eller inte, men kan bestämma mycket runt omkring själva utförandet.

Ge vägledande stöd med en rejäl dos självständighet.

Hjälp barnet att **hitta en meningsfull anledning** till att aktiviteten är viktig - Varför det är viktigt att barnet lär sig detta? Hjälp barnet att hitta **vardagsnyttan** i det hen ska lära sig i skolan.

Prata om **och synliggör framsteg och beröm dem**. Beröm ansträngningen barnet gjort. Lyft fram vad barnet gjorde bra och vad hen kan tänka på till följande gång. Läs mer i kapitlet om beröm.

Försök **hitta fram till barnets inre motivation via intressen, nyfikenhet**... Hitta en detalj i det ämnesområdet barnet ska undervisas i eller något som kan förknippas till det, som är av intresse för barnet. Leta reda på häftig och intressant fakta. Se en film. Det kan vara svårt att vara intresserad och motiverad inför något man inte känner till.

Undvik att muta, att erbjuda belöningar för gjorda läxor eller vitsord i prov/betyg.

Undvik hot om bestraffningar om barnet misslyckas.

Påminn barnet att det inte är det värsta som kan hända om hen misslyckas.
Att misslyckas är en del av lärandet.

Stöd barnet i att se att lärandet i sig är något positivt, inte för betygen skull, utan för att barnet ska behärska många olika saker, få utvecklas och få känna stolthet i att besitta kunskap.

Engagera dig i det barnet lär sig / ska lära sig. **Var delaktig, skapa en gemenskap. Uppmuntra lärandet.**