

SIKER- ÉS BOLDOGSÁGCSONAG 2.

Milyen készségek segítik gyerekeinket, hogy jól teljesítsenek – legyen szó iskoláról vagy egyéb helyzetekről? A Child Trends kutatása erre a kérdésre kereste a választ. Az előző alkalommal az önfegyelemről esett szó, most a további 3 készség megerősítéséhez adunk információkat és tippeket.



Szöveg - **Skita Erika, Turáni Szabolcs** / ÉRTSÜNK SZÓT!

„AZ AKADÁLYOK NEM TÁNTORÍTANAK EL ATTÓL, HOGY ELÉRJEM A CÉLJAIMAT.”



A KITARTÁS

A kitartás az a képesség, amellyel a gyermek képes fenntartani koncentrációját egy vagy több feladat megoldásában, miközben képes arra, hogy ellenálljon a zavaró tényezőknek. Azok a gyerekek, akik kitartóak, nemcsak a hosszabb ideig tartó fókuszálásra képesek, hanem arra is, hogy ne adják fel a próbálkozást. Képesek egy feladatot vagy akár feladatok csoportját is gondosan véghezvinni az elejétől a végéig. A gyerekek kitartást tanulnak, ha sikerül megvalósítaniuk egy kihívást jelentő feladatot.

Mivel segítsük?

- 1. Megfelelő feladat**
Adjunk esélyt azzal, hogy olyan feladatot bízunk rá, amely kihívást jelent, mégsem temeti maga alá a megoldására vállalkozót.
- 2. Bátorító gyakorlat**
Ajánljunk egyértelmű verbális stratégiát, amely segít a mindennapok kihívásainak feloldásában (pl. hogyan beszéljünk meg egy problémát, vagy milyen motiváló kifejezésekkel támogathatja önmagát: „nem adom fel”, „tovább próbálkozom”).
- 3. Példakép**
Keressünk valakit, aki példaképként szolgálhat, aki sikeresen túljutott egy sikertelen helyzeten és kitartóan próbálkozott tovább.

„AZÉRT FOGLALKOZOM EZZEL, MERT JOBB SZERETNÉK LENNI BENNE.”

A TUDÁSSZOMJ

A gyerekek, akiket a kíváncsiság és a tudásszomj hajt, egyre több új készséget és ismeretet sajátítanak el, miközben új feladattal birkóznak meg. A tanulni vágyásuk segítségükre van, hogy ne féljenek a kihívást jelentő feladatoktól, helyzetektől. Elsősorban nem külső motiváló erőkre vagy jutalmakra vágnak, sokkal inkább a tanulást magát értékelik. A hibákra a tanulási folyamat részeként tekintenek, amely erőt és irányt ad számukra a következő lépéshez. Ha valakit a tudásszomj hajt, a célja az, hogy valóban bővítsék az ismereteit, és nem csak az, hogy tárolja, birtokolja ezt a tudást. Ehhez szorosan kapcsolódik az a meggyőződés, hogy az intelligenciánk nem változtathatatlanok, hanem lehetőségünk van azok megerősítésére és fejlesztésére.

Hogyan keltsük fel?

- 1.** Olyan feladattal, amely – ismerve a gyerek érdeklődési körét és körülményeit – jelentéssel, mélyebb tartalommal bír számára.
- 2.** Reális, de kihívást jelentő feladatokkal, amelyekben a készség fejlődése kerül előtérbe és nem a teljesítmény. Amikor nem az számít, hogy milyen lesz a végeredmény, hanem, hogy a folyamatban honnan hová jutott, és a készségei hogyan alakultak eközben.
- 3.** A tanulás értékére fókuszálással, kiemelve, hogy mit nyerhet azzal a tudással, amit megszerez, mire lesz képes, hogyan hat majd ez a megszerzett tudás/készség rá, mint személyiségre.

„JÓL TUDOK TELJESÍTENI AZ ISKOLÁBAN,
HA MEGPRÓBÁLOM.”

ELMÉLETI HATÉKONYSÁGA

A hatékonyság az a meggyőződés, hogy képesek vagyunk teljesíteni egy feladatot és tudatában vagyunk, hogy az, ahogyan cselekszünk, hatással van a feladat eredményére. Az elméleti hatékonyság pedig az a meggyőződés, hogy képesek vagyunk megfelelni egy szellemi tevékenységet igénylő feladat kihívásainak és ez jelentős hatással van az iskolai eredményekre. A hatékonysághoz való érzék kihat az erőfeszítés mértékére, amelyre szükség van egy-egy feladat végrehajtásához. Ez pedig igen közeli kapcsolatban áll a kitartással: hatással van a gyermek állhatatosságára, amikor kihívással szembesül, valamint a rezilienciájára, ha akadályok gördülnek elébe.

A kutatás azt állapította meg, hogy a gyerekek hatékonysága változó, témától, sőt, akár a témán belüli specifikus feladatoktól függően. Azok a gyerekek, akik magabiztosak a hatékonyságukat illetően, hisznek abban, hogy képesek sikeresen befejezni a feladataikat, és mindezt a képességeikről eddig szerzett tapasztalatra alapozzák.

Hogyan segítsük a hatékonyságban?

- 1.** Segítsünk a célok kijelölésében, leginkább rövid távon. Egyedi, azonnali és legalább kicsit kihívást jelentő célokra fókuszáljunk, mivel ez segít a gyerekeknek, hogy megbizonyítsák, képesek az adott feladat véghezvitelére. Közben belsővé válik számukra az a tudat, hogy képesek lesznek ezt a képességüket egy következő alkalommal is használni.
- 2.** Bátorítsuk az önértékelést, amelyhez a felnőtt csak segítséget nyújt, ha arra igény van. Az adott feladat vagy tevékenység újra átgondolása, saját tevékenységének értékelése segíti abban, hogy lássa, mire van szükség ahhoz, hogy elérje a céljait. Ez érzékletessé teszi számára a „fejlődés” folyamatát. ♦

A kommunikáció több a kimondott szavaknál –
Értsünk szót: hogy meghalld, ami nem hangzott el!
www.ertsunkszot.hu

KÉPMÁS ESTEK – SZABADEGYETEM SOROZAT MEGHÍVÓ

HELYSZÍN:
**BOLDOG SALKAHÁZI SÁRA
PLÉBÁNIA KÖZÖSSÉGI TERME**
(BP. XV. KER. PATTOGÓS U. 1.)

MIRE VAN HATALMUNK?

Vendég:

**Dr. Csókay
András**

idegsebész

Időpont:

2016.
04.30.
SZOMBAT

18 ÓRA



A RENDEZVÉNYEN VALÓ RÉSZVÉTEL INGYENES,
DE HELYSZÍNI REGISZTRÁCIÓHOZ KÖTÖTT.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ +36/1/3651414
SZERKESZTOSEG@KEPMAS.HU

RENDEZŐ:



KÖZREMŰKÖDŐ:



TÁMOGATÓ:

