

*E*konferencja

JĘZYKI OBCE

Bożena Janiszewska, psycholog

Motywacja i kształtowanie motywacji. Jak sprawić, żeby uczeń chciał chcieć?

Wszystkie nasze zachowania mają swoje przyczyny, są czymś spowodowane. To „coś” jest właśnie motywacją. To ona ukierunkowuje nasze działania. Może być świadoma, częściowo uświadamiana lub zupełnie nieświadoma. Rodzimy się z motywacją typu biologicznego i dzięki niej możemy żyć. Wszystkich pozostałych motywów musimy się nauczyć!

Łatwość lub trudność takiego uczenia się motywacji według czteroczynnikowej teorii rozwoju S. Szumana zależy od:

- **naszych możliwości i właściwości** – są one uwarunkowane genetycznie, dziedzicznie i zależą od rozwoju w życiu płodowym oraz od jakości porodu;
- **naszej aktywności**, zmieniającej się wraz z wiekiem;
- **środowiska, w którym żyjemy**, które na nas działa i do którego się przystosowujemy (środowiska geograficznego, społecznego, kulturowego);
- tego, czego i jak się uczymy oraz **jak jesteśmy wychowywani**.

To, jakie motywacje są dla nas w życiu najważniejsze, zależy od współdziałania wszystkich wymienionych wyżej czynników i od **procesu uczenia się**.

Podstawowa zasada uczenia się zachowań, norm, zasad, emocji i uczuć, potrzeb fizycznych i psychicznych oraz zdobywania wiedzy szkolnej polega na:

- **wzmacnianiu pożądanego zachowania** i emocji w ten sposób, byśmy odczuwali przyjemność (osiągamy nagrodę, cel, satysfakcję);
- **konsekwencji** – wielokrotnym (często nawet przez kilkanaście lat) powtarzaniu sekwencji **zachowanie – wzmacnienie** (stopniowo zaczynamy zachowywać się w określony sposób, by uzyskać satysfakcję – wzmacnienie);
- **odpowiedniej liczbie powtórzeń** (liczba ta jest zależna od możliwości jednostki i od reakcji środowiskowych) normy, zasady, postawy, sposób zachowania stają się charakterystyczne, typowe dla danej osoby, a normy przekształcają się w autonomiczny system wartości.

Wzmocnienia pozytywne nagrody motywują nas do pożądanego zachowania. Brak nagród lub przykre wzmocnienia informują, że zachowania nie są pożądane.

I. Rodzaje motywacji

Możemy wyróżnić trzy podstawowe rodzaje motywacji.

A. MOTYWY WRODZONE TYPU BIOLOGICZNEGO – potrzeby biologiczne, których zaspokojenie umożliwia nam przeżycie. Jeżeli nie są zaspokojone, to w pierwszej kolejności motywują nas do podjęcia aktywności. Potrzeby biologiczne to: potrzeba zaspokojenia głodu, pragnienia, potrzeba oddychania, odpowiedniej temperatury, potrzeby fizjologiczne, potrzeba swobody, ruchu, aktywności, nieodczuwania bólu. Ich zaspokojenie jest warunkiem ujawniania się motywów wyższego rzędu. Warto pamiętać, że w okresie dorastania kształtują się motywacje typu biologicznego, które przedtem nie występowały.

B. MOTYWY WEWNĘTRZNE, WYUCZONE – wiążą się z potrzebą bezpieczeństwa, akceptacji, uznania, opieki, potrzebami poznawczymi, potrzebą sukcesu, dominacji, samorealizacji, potrzebami kulturowymi i higienicznymi. W okresie dorastania ujawnia się bardzo silna potrzeba przyjaźni i miłości. Istotną rolę pełnią też zainteresowania, autonomiczny system wartości oraz regulacyjne mechanizmy osobowości, czyli postawy, obraz świata, obraz własnej osoby, samoocena, poczucie własnej wartości, mechanizmy kontroli ekspresji emocji, zmiany zachowania w sytuacji trudności.

C. MOTYWY ZEWNĘTRZNE – to nakazy, zakazy, regulaminy, przepisy prawne, kary, nagrody. Stosujemy się do nich, by uniknąć przykrości lub odczuć przyjemność (to takimi motywami kierują się tzw. ludzie zewnątrzsterowni).

Jeżeli potrzeby biologiczne bądź psychiczne nie są zaspokojone, odczuwamy wówczas w organizmie **brak równowag, który wywołuje bardzo przykry stan emocjonalny**. Ten stan (przykreść, ból, trudne do wytrzymania napięcie) pobudza nas do podjęcia aktywności – staje się **motywem działania mającego przywrócić równowagę!**

A zatem: jeżeli nie zostały w nas ukształtowane potrzeby lub są one zaspokojone, to stajemy się leniwi – nie ma motywów do działania! Ludzie, którzy niczego nie potrzebują, tracą cel i sens życia! Jeżeli nie potrafimy lub nie możemy zaspokoić ważnych dla nas potrzeb (sytuacja deprivacji potrzeb), to także nie podejmujemy aktywności.

M = P x W x Prs

Motywacja (M) powstaje wówczas, gdy:

- **istnieje potrzeba i jest niezaspokojona (P),**
- **wiemy, jak i możemy ją zaspokoić – istnieje wzmocnienie (W),**
- **umiemy ją zaspokoić i prawdopodobieństwo zaspokojenia potrzeby oceniamy jako wyższe od 0 (Prs – prawdopodobieństwo sukcesu).**

W tym układzie motywacja jest iloczynem. Jeżeli więc jakiś składnik jest zerem, to motywacja nie powstanie.

W sytuacjach szkolnego uczenia się szczególne znaczenie przypisuje się potrzebom poznawczym. Wpływają one na rozwój zainteresowań i jednocześnie z zainteresowań wynikają. Najczęściej zdarza się, że więcej niż jeden motyw pobudza i ukierunkowuje aktywność ucznia (np. uczeń rozwija zainteresowania, rywalizuje z kolegami, zależy mu na ocenach, bo daje mu to lepsze perspektywy, zdobywa przy tym uznanie nauczycieli, rodziców, planuje wyjazd za granicę, zaspokaja swoje aspiracje).

Rodzaj motywacji prowadzącej do uczenia się i korzystania z własnych możliwości to jedna kwestia. Inną jest siła, wielkość i **natężenie motywacji**. Istnieją ważne psychologiczne zależności między natężeniem motywacji a efektywnością czy sprawnością działania (uczenia się). W praktyce pedagogicznej i w wychowaniu w rodzinie nagminnie działa się w kierunku podwyższenia natężenia motywacji, wychodzi się bowiem z założenia, że im wyższa motywacja, tym mniejsze lenistwo. Okazuje się jednak, że **jednostka niezależnie od wieku osiąga najlepsze efekty działania wcale nie wtedy, gdy motywacja jest najwyższa, ale wtedy, gdy ma ona optymalną siłę** (różną dla różnych ludzi, zależną od sytuacji zewnętrznej, od stopnia trudności zadania oraz od emocjonalnego znaczenia danego zadania). Im większe jest emocjonalne znaczenie zadania dla jednostki, tym większa motywacja towarzyszy realizacji tego zadania. **Zbyt wysoki poziom emocji dezorganizuje nasze działania i czynności** (na sprawdzianach, w zawodach artystycznych, w sporcie, w wystąpieniach na szerokim forum znana jest tzw. **zła trema**). Można opisać zależność między natężeniem motywacji

a sprawnością działania (prawa Yerkesa-Dodsona). Wiadomo, że jeśli nie mamy motywacji, to nie działamy. Stopniowy wzrost motywacji powoduje, że zaczynamy działać coraz lepiej. **Gdy natężenie motywacji przekroczy poziom optymalny i rośnie dalej, sprawność naszego działania gwałtownie spada** (napięcie emocjonalne dezorganizuje wykonywanie czynności – wzrasta napięcie mięśni, zawodzi pamięć).

Okazuje się także, że **obniżenie motywacji jest korzystne, gdy wzrasta poziom trudności zadań** (występuje większa dezorganizacja czynności, gdy nam bardzo na czymś zależy, a zadanie jest trudne). W przypadku zadań łatwiejszych taki sam poziom motywacji okazuje się korzystny. I następnym paradoksem – zadania łatwe wykonujemy najlepiej, jeśli mamy dużą motywację!

I ta właśnie zależność powoduje, że **uczniowie zdolni są często „leniwi”**. Zdolnym uczniom nauka łatwo przychodzi, nie muszą wkładać wiele wysiłku, by osiągać dobre i bardzo dobre wyniki, ich poziom aspiracji stale jest wysoki, przyzwyczajają się do niego, powoli spada motywacja do systematycznego uczenia się. **Zewnętrzne działania zwiększające znacznie ich motywację** (wystawa, konkurs, występ, zagrożenie pozycji, egzamin komisyjny itp.) **sprawiają, że uczniowie ci podejmują zadanie i w stosunkowo krótkim czasie opanowują materiał** (łatwe dla nich zadanie).

II. Motywacja wewnętrzna

Wszystkie dzieci między 7. i 8. rokiem życia oraz młodszą młodzież w okresie dorastania kierują się często w swoim działaniu nie normami, zasadami, ale emocjami! Oznacza to, że **chcą robić to, co lubią**, co im przynosi radość, przyjemność, satysfakcję, (dlatego np. sięgają po alkohol, narkotyki, dopalacze), **a nie chcą robić tego, czego nie lubią i co stanowi dla nich trudność, nawet gdy rozumowo aprobują normy i zasady**.

Nie ukształtowały się jeszcze u nich:

- poczucie odpowiedzialności,
- obowiązkowość,
- umiejętność przewidywania konsekwencji działań.

Rozwoju emocji i uczuć nie da się przyspieszyć drogą ćwiczeń, są one ściśle zależne od dojrzewania układu nerwowego. Emocje dziecięce są silne (często nieadekwatne do siły bodźca), krótkotrwałe i zmienne z powodu niedojrzałości układu nerwowego. W okresie dorastania nadmiar hormonów hamuje i zaburza działanie układu nerwowego – emocje znów bywają bardzo silne i powstają nagle (depresje, chandry, gwałtowna euforia)! U podłoża **emocji i uczuć** leżą **procesy psychiczne, fizjologiczne i hormonalne**; wywoływane przez wiele zmian fizjologicznych w naszym organizmie na skutek wartości, jakie przypisujemy różnym bodźcom, sytuacjom, również społecznym.

W świecie zwierząt i ludzi procesy emocjonalne pełnią funkcję ochronną. Przykreść wywołana bólem sprawia, że

idziemy do lekarza; ból, to informacja, że coś złego dzieje się w organizmie. Emocje negatywne typu: lęk, strach powodują unieruchomienie (zastygłego w trawie ze strachu zajączka jastrzęb nie zauważy) lub ucieczkę – unikamy zagrożenia. Przykrość z powodu głodu i chłodu wywołuje u niemowląt płacz, dzięki temu sygnałowi karmimy dziecko, przewijamy, otulamy przed zimnem. Gdy odczuliśmy kiedyś ból na skutek oparzenia, to unikamy chwytania gorącego żelazka, nie wkładamy ręki w ogień. Gdy nam duszno, otwieramy okno.

Uczeń, który odczuwa przykrość, ponieważ jest nadmiernie krytykowany za *brzydkie, wstrętne, niechlujne pismo*, jak czasami mówią dorośli – nie chce pisać, unika przykrości. **Im jesteśmy starsi, tym częściej nasze emocje i uczucia oraz ich przyczyny i konsekwencje oceniamy rozumowo.**

Dzieci i młodzież w okresie dorastania jednak tego jeszcze nie potrafią. Na powstawanie emocji zarówno u dzieci, jak i u dorosłych nie mamy zasadniczo wpływu. Można wprawdzie kształtować sytuacje, dobierać treści zabaw, bajek, poezji, by wywołać radość, smutek, refleksję i inne emocje, ale **nie można nakazać lub zakazać przeżywania uczuć.** Warto więc nauczyć ludzi takiego sposobu rozładowywania przykrych emocji, by **nikogo nie krzywdzić!**

Potępnym źródłem emocji są SŁOWA! To one uskrzydłają, dają nadzieję, powodują gorycz i rozpacz, dehumanizują, poniżają, uczą agresji. Dlatego w pracy z dziećmi musimy przywiązywać ogromną wagę do słów kierowanych do dzieci! Unikajmy takich słów jak: **znów zrobiłeś źle, jak zwykle jest bałagan; czy ty nigdy nie zmądrzejesz**, bo:

- odbierają nadzieję,
- pogrążają w rozpacz,
- obniżają samoocenę,
- obniżają poczucie własnej wartości,
- sprawiają, że czujemy się niekochani, niepotrzebni i gorsi od innych,
- wywołują bunt.

Mówmy natomiast:

- wiem, że starałeś się,
- każdemu może się nie udać,
- każdy z nas uczy się na błędach,
- następnym razem będzie dobrze,
- zrobiłeś coś źle, każdemu może się zdarzyć, możesz to jeszcze naprawić.

Wszystkie emocje pozytywne mobilizują nas, dzieci i uczniów do aktywności. **Przykre emocje pełnią w naszym życiu funkcje obronne** (chronią naszą prywatność, dodają sił do pokonywania przeszkód, do obrony lub ucieczki – rola adrenaliny). **Wszystkie emocje są energochłonne**, szczególnie u dzieci i młodzieży. Dlatego gdy dzieci przeżywają silne emocje, należy szybko podać im coś do zjedzenia, bo magnez i glukoza to pokarm dla mózgu, który odbudowuje zużyte rezerwy energetyczne!

Maluchy w szkole chcą się uczyć, bo **lubią Panią**. Jeżeli młodzież znajdzie w nauczycielu osobę życzliwą, rozumiejącą i znającą jej możliwości, umiejącą słuchać i rozmawiać, pracować metodami aktywizującymi, wówczas młodzi ludzie

łatwiej poradzą sobie z motywacją do nauki. Znajomość celu zdobywania wiedzy i znaczenia nauki w życiu sprzyja konsekwencji i systematyczności w uczeniu się.

Potrzeby jako motywy

Zaspokojenie potrzeb biologicznych (także potrzeby ruchu) to warunek harmonijnego życia fizycznego. Zaspokojenie potrzeb emocjonalnych i psychicznych jest niezbędne dla normalnego życia psychicznego i społecznego.

Najważniejsze potrzeby psychiczne

- **POTRZEBA BEZPIECZEŃSTWA** – niezaspokojenie jej jest przyczyną choroby sierocej, autoagresji i agresji. Potrzeba ta powstaje jeszcze w okresie noworodkowym przez specyficzny kontakt dotykowy między matką a dzieckiem. Potem zmieniają się formy i sposób jej zaspokojenia – jest to wewnętrzne przekonanie, że nic złego nie może się stać, bo jest ktoś, kto zapewni bezpieczeństwo i zredukuje lęk przed nieznanym światem. Zaspokojenie tej potrzeby jest podstawą powstawania przywiązania do matki oraz podstawą wszystkich późniejszych uczuć wyższych, rozwoju zainteresowań, ciekawości, uczenia się itp. Uczniowie bez lęku przed niepowodzeniem i odrzuceniem dobrze funkcjonują w szkole.
- **POTRZEBA AKCEPTACJI** (akceptuję = lubię, szanuję, Kocham i cenię) – bezwarunkowe zaspokojenie tej potrzeby jest niezbędne do budowania poczucia własnej wartości, głównego mechanizmu osobowości i motywów działania. Akceptujemy kogoś jako osobę, co wcale nie oznacza, że akceptuje się wszystkie zachowania danej osoby. Brak zaspokojenia tej potrzeby wywołuje u ludzi poczucie niższej wartości i różne, czasem aspołeczne sposoby kompensacji tej potrzeby (dyskryminację rasową, narodową, religijną, akty agresji: *nie jestem najgorszy, jeżeli znajdę gorszych od siebie*). Uczniowie akceptowani w szkole szanują nauczycieli, zależy im na opinii, podejmują się dość trudnych wyzwań, bo wraz z akceptacją idą w parze większe wymagania (*jeśli nauczyciel, rodzic uważają, że ja to zrobię, to... ja to zrobię, wierzą we mnie*).
- **POTRZEBY ZALEŻNOŚCIOWE** – małe dziecko czuje się zależne od dorosłych, którzy w pełni zaspokajają jego potrzeby i dają psychiczne oparcie. Z czasem niektóre z tych potrzeb przekształcają się w potrzeby samodzielności, inne zaś nadal dają oparcie psychiczne (dziecko wie, że do kogoś przynależy, że jest czyjeś) i wiarę we własną samodzielność. Niezaspokojenie potrzeb zależnościowych skutkuje brakiem systemu wartości, brakiem uczuć wyższych, wrogością do ludzi, brutalizmem i agresją, czasem nienawiścią (*ludzie są źli, nikt mnie nie chce, odrzucają mnie*). Nieukształtowanie samodzielności wywołuje u młodzieży poczucie bezradności, lęk przed przyszłością i czasem prowadzi do szukania pomocy w alkoholu, narkotykach, (obniżają poziom lęku), w pracoholizmie, uzależnieniu od komputera (ucieczka przed rzeczywistością).

- **potrzeby osiągnięć i potrzeby poznawcze** – są wtórne do podanych wyżej i są jednocześnie ich skutkiem. Poczucie własnej wartości i wiara we własne możliwości owocują ciekawością i chęcią poznawania świata oraz potrzebą zmierzenia się z własnymi możliwościami; rozwijają się więc różne formy aktywności – to jedne z głównych potrzeb uczniów szkół ponadpodstawowych.

Potrzeby te warunkują u każdego człowieka chęć do życia, tendencje do uczenia się, dobre samopoczucie, kształtują pozytywne emocje i uczucia wyższe. Sumowanie się tego typu przeżyć i odczuć prowadzi do powstawania określonego systemu wartości (być, a nie tylko mieć).

Działa tu mechanizm sprzężenia zwrotnego – zaspokojenie potrzeb wywołuje pozytywne emocje i uczucia, jest motywem oczekiwanych i pożądanym zachowań, te zaś są powodem zaspokojenia potrzeb!

Brak możliwości zaspokojenia potrzeb (deprywacja) lub trudności w ich zaspokojeniu wywołują wiele negatywnych emocji (lęk, bierność, złość, nienawiść, agresję) i dezorganizują całe zachowanie człowieka niezależnie od wieku.

Mechanizmy osobowości jako motywy

Dziecko przychodzi na świat z pewnymi zadatkami organicznymi uwarunkowanymi cechami dziedzicznymi i wrodzonymi możliwościami, zdolnościami, typem układu nerwowego, które determinują różną podatność na oddziaływania rozwojowe i wychowawcze. Są też one podłożem, na którym kształtuje się osobowość. **Osobowość to naczelny system integrujący i kontrolujący postępowanie człowieka.**

Każdy z nas ma swój specyficzny system kontroli – samoregulacji, w ramach którego utrzymujemy względną równowagę z otoczeniem. Z otoczenia przyswajamy to, co odpowiada naszym mechanizmom regulacyjnym osobowości, zaś odrzucamy to, co nam nie odpowiada – jest to funkcja integracyjna.

Najważniejsze mechanizmy regulacyjne osobowości, oprócz omówionych już potrzeb, to:

- **obraz świata i obraz** – najbardziej ogólne nastawienia, orientacja i oczekiwania w stosunku do świata i do siebie. Obraz świata jest zależny od jakości zaspokojenia potrzeby bezpieczeństwa – świat może być otwarty i ciekawy – dam sobie radę; świat jest niebezpieczny – unikam, wycofuję się; świat zagraża mi – bronię się agresją. Obraz samego siebie (m.in. poczucie własnej wartości, samoocena, czyli ocena swoich możliwości i poziom jej adekwatności) – ma wpływ na kierunek ludzkich działań.

Samooceńca przeciętna ADEKWATNA – elastyczność w działaniu

Samooceńca niska i dodatkowo ZANIŻONA – marazm i brak motywacji

Samooceńca wysoka ZAWYŻONA – brak krytycyzmu, wykorzystywanie i poniżanie innych, obarczanie innych winą za swoje błędy

- **mechanizmy kontroli** – poziom i zdolność do radzenia sobie z własnymi emocjami i typowe dla nas sposoby postępowania w trudnych sytuacjach są zależne od typu układu nerwowego i od wychowania.

Główne zręby osobowości kształtują się pod wpływem doświadczeń i oddziaływań rodzinnych oraz szkoły, zwłaszcza tych czynników, które wymieniono wyżej. Właściwe oddziaływania rodziny prowadzą do kształtowania się dojrzałej osobowości, niewłaściwe – mogą skutkować osobowością nie w pełni dojrzałą lub zaburzoną. **Doświadczenia z dzieciństwa rzutują na całe życie dorosłego człowieka.**

III. Motywacja zewnętrzna

Wzmocnienie – nagrody i kary (oceny szkolne)

W procesie kształtowania zachowań, norm i wartości konieczne jest kontrolowanie i ocenianie, jak owe normy są przestrzegane. Tę ważną funkcję pełnią szkoła i rodzina. Ważny jest zarówno **system kontroli**, jak i **system nagród i kar**, jako naturalna konsekwencja kontroli i oceny. Im większą wagę przykładamy do określonych norm, wartości i zachowań, tym częściej kontrolowane jest ich przestrzeganie (dzięki temu również uczymy się hierarchii norm). W systemie kontroli ważne są zarówno częstość, charakter (przyjazna czy wroga) jak i spójność kontroli. **Zbyt częsta kontrola zwykle zdejmuję odpowiedzialność z osoby kontrolowanej** i przerzuca ją (w świadomości tej osoby) na osobę kontrolującą. Zbyt rzadkie kontrolowanie nie dopinguje do przestrzegania wymagań – **najlepsze wyniki daje zmienny system, pośredni między częstym a sporadycznym**. Jeśli nauczyciel w sposób nieregularny sprawdza i ocenia, sprzyja to systematycznej pracy uczniów.

Jeżeli chodzi o wzmocnienia negatywne (kary), to w wielu środowiskach wychowawczych dominuje mit kary i jej surowość. W rzeczywistości w większości przypadków kara:

- nie eliminuje niewłaściwych zachowań, lecz je modyfikuje;
- wywołuje wiele silnych negatywnych emocji: nerwice, agresję i często nienawiść;
- dostarcza wzorów negatywnych zachowań;
- powoduje unikanie źródeł karania (ucieczki z domu, szkoły, uzależnianie się).

Rzadko myślimy o skuteczności kary, bo najczęściej **osoba karząca rozładowuje w ten sposób swoje negatywne emocje**. Kar społecznych można uniknąć, dlatego też większe znaczenie ma poczucie nieuchronności kary niż jej surowość.

Skuteczność kary jest zależna od takich czynników, jak:

- adekwatność kary do przewinienia (nie należy stawiać złych ocen za zapomnienie zeszytu, kostiumu);
- za jedno przewinienie – jedna kara (jeśli jest inaczej i kar za jedno przewinienie jest wiele: przykre słowa nauczyciela, negatywne reakcje rówieśników, kara w domu,

- np. zakaz komputera, to zamiast poczucia winy pojawia się złość);
- kara bezpośrednio po przewinieniu (jeśli dziecko słyszy: *dostałeś ostatnio trzy jedynki, za karę nie jedziesz z klasą na wycieczkę*, to zamiast refleksji pojawia się bunt i złość),
 - kara wywołująca zrozumienie niewłaściwego zachowania i powinna mieć wartość informacyjną – oceny negatywne muszą być uzasadnione; wskazana możliwość poprawy ocen;
 - kara zewnętrzna powinna wywoływać karę wewnętrzną (poczucie winy);
 - pozytywny związek emocjonalny między osobą karzącą i karaną;
 - ten sam system wartości wyzawany przez osobę karzącą i karaną.

Obserwacje i badania wskazują na większą skuteczność wzmocnień pozytywnych, ponieważ **nagroda dostarcza pozytywnych emocji i tym samym motywuje do powtórzenia zachowań akceptowanych**.

W procesie wychowania bardziej skuteczne są nagrody emocjonalne i moralne (pochwała, aprobata, radość, pozytywne zdziwienie rodziców, nauczycieli i wychowawców, dobre wzajemne stosunki itp.) niż materialne, chociaż te w odniesieniu do małych dzieci są bardziej skuteczne, niż w stosunku do starszych (nie powinno się nagradzać materialnie za dobre stopnie, za stosowanie się do powszechnych standardów – natomiast konieczne tu są akceptacja i pozytywne uczucia).

Nagroda także powinna być adekwatna do zachowania i należy zauważać podejmowane przez ucznia wysiłki. Nie wolno nagradzać za wszystko – obniża to motywację, daje dzieciom i młodzieży fałszywy obraz własnych możliwości. Odpowiednie wychowanie charakteryzuje się przewagą wzmocnień pozytywnych i niewielką liczbą wzmocnień negatywnych, głównie o charakterze informacyjnym.

Jeżeli w procesie wychowania i nauczania uwzględnia się chociaż część wymienionych prawidłowości, to okaże się, że sztuka motywowania nie jest wcale tak trudna, a jej efekty będą ogromne. Warto pamiętać, że efekty nauczania szkolnego zależą także od postaw samych nauczycieli. **Dla małych uczniów nauczyciel staje się często osobą ważniejszą od rodziców**, modelem i wzorem do naśladowania przez dzieci. Postawa nauczyciela, wiedza, umiejętności, stosowanie się do podstawowych zasad nauczania i **oceniań, uczenie uczenia się, rzetelność, kształtowanie rozumienia i myślenia** to czynniki motywujące dzieci i młodzież do zdobywania wiedzy, do formowania się potrzeby osiągnięć i potrzeb poznawczych.

BIBLIOGRAFIA

- Aronson E., *Człowiek istota społeczna*. PWN, Warszawa 1995.
- Bandura A., Walters R.H., *Agresja w okresie dorastania*. PWN, Warszawa 1968.
- Faber A., Mazlish E., *Jak mówić, żeby dzieci się uczyły w domu i w szkole*. Media Rodzina. Poznań 1996.
- Forward S., *Toksyczni rodzice*. PAX, Warszawa 1992.
- Fromm E., *Mieć czy być*. Rebis, Poznań 1995.
- Gordon T., *Wychowanie bez porażek*. PAX, Warszawa 1991.
- Janiszewska B., *Sztuka motywowania*. WSiP, Warszawa 2009. (bezpł. mat. promocyjny)
- Konarski K. (red.), *Sztuka nauczania*. PWN, Warszawa 2002.
- Kozielecki J., *Psychologiczne koncepcje człowieka*. Żak, Warszawa 1998.
- MacKenzie R.J., *Kiedy pozwolić, kiedy zabronić*. GWP, Gdańsk 2006.
- Maruszewski M., Reykowski J., Tomaszewski T., *Psychologia jako nauka o człowieku*. Książka i Wiedza, Warszawa 1966.
- Maslow A., *Motywacja i osobowość*. PAX, Warszawa 1990.
- Matczak A., *Zarys psychologii rozwoju. Podręcznik dla nauczycieli*. Żak, Warszawa 2003.
- Mietzel G., *Psychologia kształcenia. Praktyczny podręcznik dla pedagogów i nauczycieli*. GWP, Gdańsk 2002.
- Mika S., *Wstęp do psychologii społecznej*. PWN, Warszawa 1972.
- Miller A., *Zniewolone dzieciństwo. Przebieg procesów wychowawczych*. „Oświata i wychowanie” nr 14 (375) 1976 – NURT, nr 15 (376), 1976 – NURT.
- Przetacznik-Gierowska M., Makiełto-Jarża G., *Psychologia rozwojowa i wychowawcza wieku dziecięcego*. WSiP, Warszawa 1985.
- Przetacznik-Gierowska M., Tyszkowa M., *Psychologia rozwoju człowieka. Zagadnienia ogólne*. PWN, Warszawa 1996.
- Przetacznik-Gierowska M., Włodarski Z., *Psychologia wychowawcza*. PWN, Warszawa 1998.
- Reykowski J., *Z zagadnień psychologii motywacji*. PZWS, Warszawa 1970.
- Siek S. (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii*. WSRP, Siedlce 1996.
- Stanisławiak E. (red.), *Wybrane problemy psychologii społecznej*. WSP TWP, Warszawa 2004.
- Stypułkowska J. (red.), *Problemy rozwoju i wychowania*. Medium, Warszawa 2004.
- Tyszkowa M., *Zdolności, osobowość i działalność uczniów*. PWN, Warszawa 1990.
- Włodarski Z., Hankala A., *Nauczanie i wychowanie jako stymulacja rozwoju człowieka*. Impuls, Kraków 2004.
- Włodarski Z., Matczak A., *Wprowadzenie do psychologii*. Warszawa, PWN, 1996.
- Żebrowska M. (red.), *Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży*. PWN, Warszawa 1986.