**Низкая мотивация подростка к учебе. Рекомендации родителям**.

С наступлением подросткового возраста учебная мотивация претерпевает серьёзный кризис. Снижение тяги учиться у подростков вызвано, прежде всего, изменением интересов в этом возрасте: общение со сверстниками выходит на первый план. Но также могут присутствовать и другие причины низкой мотивации.

**Необходимо выяснить, с чем именно связана низкая мотивация:**

* неблагополучие в семье;
* отсутствие четкой организации жизни ребенка;
* нарушение единства требований к ребенку со стороны родителей;
* авторитарный или попустительский стиль воспитания родителей;
* отсутствие «диалога» в семье;
* завышенные требования без учета объективных возможностей ребенка;
* высмеивание, некорректные высказывания по отношению к ребенку;
* конфликты с одноклассниками или учителями;
* неадекватные нагрузки;
* личностные особенности, страхи, комплексы и т.д.

**Действия родителей при низкой учебной мотивации подростка:**

1. Комфортная среда дома

Возрастные особенности пубертатного периода: рассеянное внимание, повышенная тревожность, эмоциональные вспышки, упадок сил. Из-за частых эмоциональных скачков, подросток не находит понимания в окружающих взрослых, которые предъявляют повышенные требования, не учитывая, что становление нового гормонального фона забирает массу энергии, а ресурсов может не хватать на усвоение школьного материала.

Часто родители это воспринимают как проявление лени. В психологии нет понятия лени и как с ней бороться. Зато есть конкретные проблемы – это отсутствие энергии и отсутствие мотивации. Энергия подростка тратится на активный рост, на изменения гормонально фона, на сопротивление взрослым (при авторитарной модели воспитания), на компьютерные игры, на переживания сильных чувств, на усилия к саморегуляции, на поддержание своего авторитета в глазах окружающих сверстников и т.д.

Просмотрите, что крадет его силы и обеспечьте ребёнка всем необходимым. Это расписание на видном месте, записочки-напоминалки с делами по дому, программа-таймер для включения и отключения компьютера, сбалансированный рацион и т.д.

Как ещё можно восполнить энергию? В простом общении с друзьями, в комфортной обстановке дома, спорт. Дом должен стать местом куда хочется приходить после трудного дня.

1. Упор на сильные стороны

Вместе с подростком определить и понять его сильные и слабые стороны, например, по химии три (предмет не нравится), а по истории четыре, почти пять (предмет нравится). Развивать нужно сильные стороны, если нравится история, тогда и заниматься усилено нужно не химией, а историей. Когда упор делается на сильные стороны мир получает талантливого, свободного и успешного человека. Если подтягивать слабые, то сильные упадут. Таланта не будет, а будет средняя успеваемость.

1. Профориентированность

В четырнадцать лет ребёнок чаще знает, кем хочет стать, а если говорит, что ещё не определился, значит, боится критики своего выбора. В этом моменте больше всего родители совершают стереотипных ошибок. Нужно понимать, что успешным счастливым человек может стать с абсолютно любой профессией, и важно не настаивать на своём, а уважать, и главное, поддержать выбор вашего, почти, взрослого человека. Определите, вмести с ним, какие предметы необходимы для будущей профессии.

1. Контроль-помощь.

Чаще у родителей позиция контроль-давление. Например: «делай уроки! Ты сделал уроки? Делай! Будет двойка!», вместо: «с чем ты сам справился? Молодец! Тебе нужна моя помощь? В чем трудность? Давай вместе разберёмся?».

1. Положительное закрепление.

До ребёнка следует донести мысль, что: «мне не важно, какие оценки ты получаешь в школе, мне важно какие у нас с тобой отношения. Мне важно, чтобы между нами была любовь и понимание».

**Общие рекомендации по формированию и поддержанию учебной мотивации подростков:**

1. Связать увлечения и хобби (а, возможно, и выбранное призвание) подростка с одной из учебных дисциплин, поднимать вопрос профессионального определения. И наоборот - пройденную тему связывайте с жизненными задачами и вопросами.
2. Заинтересовать подростка в познавательной деятельности. Тот, кто знает, занимается чем хочет, а тот, кто не знает, только тем, что дадут. Нужно показать подростку, что «знания - сила».
3. Найти баланс одобрения и контроля. Принимать подростка любым, но сделать так, чтобы он старался получить еще больше одобрения от вас. Контроль-помощь, а не контроль-давление
4. Установить доверительные отношения. Помогать и советовать, только если подросток просит сам.
5. Концентрироваться на процессе (тема урока, задания), а не на результате (оценки).
6. Не скрывать собственные ошибки, тогда подросток не будет бояться своих.
7. Не сравнивать подростка со сверстниками и другими детьми - он сделает это сам. Единственный человек, с которым можно сравнивать подростка - он сам в разные периоды времени.
8. Непредвзятое отношение. Повешенные на ребенка ярлыки обязательно сработают. Называете подростка троечником? Он подумает: а зачем мне хорошо учиться, если меня все равно будут называть троечником?
9. Учитывать психологические особенности ребенка, его тип нервной системы, темперамент. Выбирать благоприятное время и объем нагрузок. Например, не требовать от флегматика быстрого решения задач, ведь он по натуре медленный.
10. Постоянно и целенаправленно заниматься развитием качеств, лежащих в основе развития познавательных способностей: быстрота реакции, все виды памяти, внимание, воображение и т. д. Основная задача каждого учителя (а родитель - это тоже учитель) - не только научить, но и развить мышление ребенка средствами своего предмета.