

PAUTAS Y TIPS EN RELACIÓN A LA MOTIVACIÓN DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS PARA PROFESIONALES Y FAMILIAS

1. Motivación intrínseca.

Es necesario que el alumno se motive por el simple hecho de superarse a sí mismo y de conseguir sus metas. Tiene que tener una motivación interna que le anime a interés por un interés propio y por el fin de incrementar sus conocimientos.

2. Motivación extrínseca.

En ocasiones es necesaria una motivación externa al individuo para que consiga los objetivos planteados. Esta es fundamental que se base en sus propios intereses y que sirva como una motivación real a corto plazo.

3. Horarios con tiempo libre.

Es importante que dentro de su horario tenga algo de tiempo libre para practicar algún deporte o disfrutar de un hobby y no sentirse colapsado y frustrado durante su tiempo de estudio constantemente.

4. Prestar atención a sus fortalezas y debilidades.

Es necesario conocer realmente cuales son sus fortalezas y debilidades para intentar que haga las actividades que más le cuestan en espacios donde su atención y motivación sea mayor para así poder reforzarlas. De igual modo, es importante saber sus fortalezas para incluir estas actividades o competencias en los momentos de menor atención.

5. Destacar y diferenciar las técnicas de refuerzo positivo y negativo.

Es importante tener un refuerzo positivo para aquellas acciones conductuales y académicas con las que se quiere trabajar, con el fin de incrementar la ejecución de las mismas y conseguir los objetivos planteados. Es necesario marcar aquellas recompensas que vamos a obtener cuando hacemos las cosas bien, pero también comunicar aquellas otras que no vamos a conseguir si no se cumplen con los objetivos planteados.

6. Tener un espacio fijo a la hora de realizar las actividades.

Es importante tener un sitio acondicionado a las necesidades del alumno para la realización de las actividades, así como no cambiar de espacio constantemente.

7. Utilizar una adecuada economía de fichas con objetivos a corto plazo y muy precisos para, poco a poco, ir alargándolos.

La economía de fichas cumple un papel primordial, pero es de gran interés que esta contenga objetivos muy concretos y que se puedan conseguir en un periodo de tiempo relativamente corto, ya que si los alargamos el alumno podría desmotivarse durante este proceso.

8. Usar la agenda como herramienta indispensable en el proceso de Enseñanza – Aprendizaje.

La agenda es un instrumento imprescindible para todos aquellos alumnos que no llevan una organización y orden adecuado durante el día a día. Es una forma de ellos ver sus tareas y sentirse satisfechos cada vez que concluyen alguna de ellas.

9. Adaptarnos al niño y a sus necesidades educativas.

Las necesidades educativas del alumno tienen que conocerse y nosotros ser los que nos adaptemos a ellas. Cada niño o niña es DIFERENTE y, por lo tanto, su forma de aprender es distinta a la de cualquier otro. No podemos hacer comparaciones y menos aún querer que un alumno aprenda de la forma que nosotros deseemos sin saber si ese método es realmente útil o no para él/ella.

10. Ser congruentes.

Es importante que en casa todos respetemos los horarios de todos, por lo que es indispensable conocerlos y cada miembro de la unidad familiar cumpla con el suyo.

11. Lenguaje positivo.

Es difícil en muchas ocasiones utilizar un lenguaje positivo con un niño/a, ya que en momentos de ansiedad y estrés utilizamos un vocabulario contraproducente. Por ello, es necesario que seamos conscientes que en los peores momentos debemos autocontrolarnos comunicarlos de la manera más positiva posible, ya que de lo contrario solo causaremos más rechazo por aquellas actividades que nuestro alumno/a o hijo/a no quiere realizar.

12. Mostrar sus logros y progresos.

No solo hay que comunicar aquellos aspectos en los que se necesita mejorar, sino que se tiene que indicar todo logro y progreso, por pequeños que sean, que se lleven a cabo en cada momento.

13. No ser muy exigentes en relación a las expectativas impuestas.

No debemos imponer unas expectativas que no se pueden cumplir y desear llegar a unas metas que no se adaptan a las necesidades del alumno. Esto solo generará ansiedad y frustración por no conseguirse e incrementará el rechazo por conseguir aquellos aspectos que le resultan más complejos llegar.

14. No comparar con otros miembros familiares o compañeros de clase.

Es muy importante no comparar a un hijo/a con otro miembro familiar o compañero de clase. Solo conseguiremos crear un ambiente no favorable para ellos y aumentar sus inseguridades.

15. Hacerle participe de las actividades y que proponga el alumno/la alumna ideas para realizar.

Una buena idea de motivación es hacer que nuestro hijo/a proponga algunos planes factibles que le motiven realizar, ya sea en familia, con compañeros de clase o de manera individual con el fin de fomentar una nueva motivación extrínseca.

16. Decirle frases motivadoras constantemente.

No solo debemos elogiar y aplaudir a nuestro hijo/a cuando hace las cosas bien, sino son aquellos momentos en los que no ha conseguido una tarea en los que debemos animarle y motivarle a superarse con el fin de aumentar su autoestima y seguridad.

17. Motivar con la práctica de actividades deportivas en caso de gustarle.

El deporte es un área esencial en cualquier persona, por lo que nunca hay que privar de ello, ya que es beneficioso para nuestra salud. No obstante, resulta muy útil permitir que nuestro hijo/a elija el deporte que le llene y le motive para aquellos momentos en los que su estado de ánimo sea decaído.

18. Otorgar responsabilidades extraordinarias diferentes a las escolares.

A la hora de otorgar responsabilidades, es importante que esto no se excluya al ámbito educativo, sino que en casa se muestren partícipes y responsables de las diferentes tareas a realizar de acuerdo a la edad.

19. Hacer un seguimiento constante del proceso.

El proceso de motivación de un alumno es realmente complejo y largo, por lo que es indispensable realizar una constante valoración cada cierto periodo de tiempo para observar aquellas metas cumplidas y tener que cambiar los objetivos por otros más adaptados a sus necesidades siempre que sea necesario.