

KAKO SE MOTIVIRATI?

Postoje neki uobičajeni izgovori kod učenika, a ovdje ćeš pronaći odgovor na njih!

„Meni se nikad ne uči.“

Počni učiti iako ti se ne uči - **ne čekaj inspiraciju**. Neke stvari koje moraš naučiti su zanimljive i voliš ih učiti. No, mnoge su naporne i dosadne pa se moraš prisiliti na učenje. Ono što treba shvatiti je da inspiracija za učenje gradiva koje ti nije zanimljivo nikad neće doći i da moraš početi učiti bez inspiracije. No, kad jednom počneš učiti, može se dogoditi da ti to i ne bude tako teško i dosadno kao što si mislio/la da će biti.

„Toga ima puno.“

Podijeli gradivo na manje dijelove. Cijela lekcija ti može izgledati jako velika i čini ti se da će je biti jako teško naučiti. Naravno da to obeshrabruje. No, ako ti je cilj naučiti prvi odjeljak, to ti neće izgledati tako teško. Kad naučiš taj mali dio, prelaziš na drugi dio i tako ćeš malo po malo naučiti cijelu lekciju.

„Pa ne mogu stalno učiti.“

Nagradi se za svaki uspjeh jer učiti nije uvijek lako i ponekad moraš učiti i ono što ti se ne sviđa. Osim toga, ako vrijeme isplanirano za učenje doista provedeš učeći, nećeš imati dojam da stalno učiš. (Kao što se to obično događa kad najprije pola sata tražiš što ti sve treba, pa pola sata smišljaš s čime ćeš početi, pa sat vremena provjeravaš kako će započeti pola razreda, a sve to računaš kao učenje).

„Ionako ću dobiti lošu ocjenu.“

Pazi što želiš, moglo bi ti se i ostvariti. Optimisti uglavnom očekuju da će im se u životu dogoditi nešto dobro (Ne znam što će se dogoditi, ali valjda će sve ispasti dobro), dok pesimisti uvijek očekuju sve najgore (Što god se loše može dogoditi, to će se sigurno dogoditi meni). **Optimisti imaju bolji školski uspjeh**, manje se ljute, manje u životu posežu za raznim drogama, tjelesno su i mentalno zdraviji, duže žive, postižu bolji učinak na poslu i u sportu i bolje se suočavaju sa stresom.

„Dosadno mi je učiti.“

Pronađi partnera za učenje. Rasprava o onome što se uči s drugom osobom može znatno olakšati stjecanje znanja. Tvoj partner u učenju možda ti može objasniti nešto što tebi nije jasno. Isto tako, dok ti tumačiš njemu, možeš sam sebi razjasniti neke stvari.

U pamćenju se zadržava 10% onoga što se pročita, 20% onoga što se čuje, 50% onoga što se vidi i čuje, 85% onoga što se vidi, čuje i napravi, 90% onoga što se poučava druge.

„To mi ionako nikad neće trebati.“

Jesi li baš 100% siguran/na? 😊