

## КАКО ПОМОЋИ УЧЕНИЦИМА ДА ИМАЈУ ДОБАР УСПЈЕХ У НАШОЈ ШКОЛИ

### 1. МОТИВАЦИЈА за учење би требало да је УНУТРАШЊА (наспрот спољашња).

- Код унутрашње мотивације ученик учи због себе а не због другог (тате, маме, професора итд), зна шта жели и иде према том циљу покретан сопственом енергијом и вољом. Центар који га покреће је у њему.
- Награде и казне за сопствено понашање су у његовим рукама, а не у рукама неког другог. Уколико осјећа задовољство собом, испуњење постигнутим - његово самопоштовање расте, он постаје здравији, лакше остварује циљеве и постаје зрелији.  
Ако сте родитељ – васпитавајте дјецу да буду одговорна према себи, да се сами организују за учење и сопствени успјех.  
Ако сте разредник – подржите ученике да буду одговорни за сопствено понашање!  
Ако сте ученик – прочитајте увод! Неколико пута!

### 2. Утицај ОСЈЕЋАЊА

Што је више добрих, позитивних осјећања везано за досадашње школовање, то је боље, ученик се осјећа сигурније у своје способности и лакше постиже успјех. Што је више лоших осјећања која су повезана са учењем и досадашњим постигнућима, то ће бити више отпора према школи, учењу, професорима, задацима и сл.

- Ако сте родитељ – настојте да уз учење не буду везане негативне емоције страха, љутње, туге, неповјерења, стида, кривице ... емоционална атмосфера породице утиче на ваше дијете и више него што можете да видите. Квалитет емоционалне средине родитељског дома је битан за добро здравље вашег дјетета.
- Ако сте разредник – настојте да омогућите ученицима да уче (док су у школи) у атмосфери сарадње, подршке, радости... Ако сте ви добро расположени на часу и они имају више могућности да уживају позитивној атмосфери у одјељењу – лакше се учи и учење је забавније, љепше је живјети у тој средини. Уколико сте лоше расположени то кроз атмосферу одјељења утиче и на ученике – резултат – слабије оцјене, лош квалитет рада, изостанци, лоше оцјене.
- Ако сте ученик – треба да знате сљедеће: свака емоција може да се веже уз сваки садржај, ако је професор дао јединицу за показано (не) знање, а то у теби створило отпор, мржњу или љутњу, то може бити разлог да касније не волиш тог професора, или никада не научиш математику. За почетак – буди свјестан својих емоција, потражи савјет у стручној служби...

### 3. УВЈЕРЕЊА

Увјерења су закључци о себи, другима, свијету и животу, створени на основу доживљаја животних догађаја. Увјерења о себи и својим способностима су формирана у току одрастања и постизања циљева у школи и животу. Код неког су негативна и можемо их звати убјеђењима (метафорично - воде...биједу), код неког позитивна и зваћемо их увјерењима. Негативна су нпр: „Ја то не могу“, „Ја нисам способан за то“, и резултат је да сами себи одузимамо снагу и затварамо врата и прије него смо дошли до њих. Позитивна увјерења као нпр. „Ја то могу“, „Ја

сам дорастао томе“, „Ја сам способан за то и то“, дају снагу и отварају врата за било који задатак – унапријед!

- Ако сте родитељ – настојте да не дајете квалификације дјечи ако не успију у учењу. Једно добро пласирано „Ти си идиот, како то не знаш!?!“, у правом тренутку и уз јаку емоцију може значити да дијете закључи да је уистину то што сте рекли везано за тај предмет - ЗАУВИЈЕК. Ако се то деси, немојте очекивати успјех у тој области. Будите свјесни својих поступака.
- Ако сте професор – ви својим сугестијама можете: олакшати учење свог предмета, онемогућити учење свог предмета, отежати га, створити убјеђење да је тај предмет немогуће савладати, да уз њега увијек иде терет страха или мржње, или лакоће и мотивације.
- Ако сте ученик – ви о овоме обично нећете размишљати и потребан је контакт са неким стручним лицем за поправљање ове грешкице у софтверу.

#### 4. ИНТЕРЕСОВАЊА

Шта ме стварно интересује у животу? Шта стварно волим да радим у животу? Ова питања омогућују да откријемо шта је то што нас стварно, али стварно, ИНТЕРЕСУЈЕ, да радимо у животу и шта је то што стварно ЖЕЛИМО да БУДЕМО. Неки од нас знају од самог почетка шта желе да буду, неки опет не. Лакше је када знате, јер онда знате у ком смјеру путујете.

- Ако сте родитељ – откријте и подржите интересовања свог дјетета.
- Ако сте професор – подржите и развијајте интересовања код свих, за ваш предмет.
- Ако сте ученик – одговори на постављена питања са почетка овог пасуса, не једном већ из дана у дан. Неко од вас то зна од почетка школовања, неко тек треба да открије.

#### 5. СПОСОБНОСТИ

Ученици ове школе располажу са довољно развијеним способностима да постигну одличан успјех јер се из године у годину у школу уписују одлични или врлодобри ученици. Од битних способности, битне су интелектуалне, али и оне базиране на њима као нпр. способност учења, читања, способност памћења. Ове способности се могу развијати и увјежбавати.

- Ако сте родитељ – ви сте код ученика који су уписани у нашу школу, већ урадили своје што се тиче способности, углавном. Опет све се може усавршавати. Добре менталне навике они су научили од вас, као и оне друге, такође.
- Ако сте професор – немојте лошим сугестијама потискивати ученичке способности.
- Ако сте ученик – знајте да све може и треба да се усавршава, и још нешто – нема краја усавршавању. Посјетите стручну службу и тражите савјет.

#### 6. ЖИВОТНИ СТАВ

Оптимизам и песимизам су два погледа на свијет, углавном позитиван и углавном негативан. У резултатима истраживања показује се да је поглед на живот, један или други, сам по себи један од најбитнијих фактора успјеха у школи, животу или оздрављењу! Оптимисти показују бољи успјех у школи и лакше се опорављају. Будите оптимисти!

- Ако сте родитељ – будите оптимиста у вези успјеха ваљег ђака!
- Ако сте разредник, будите оптимисти у вези успјеха вашег ученика!

- Ако сте ученик, будите оптимиста у вези сопственог успјеха!

## 7. ЖИВОТНО ИСКУСТВО

Позитивно или негативно у вези нечега, овдје учења и успјеха. Већ је речено нешто о томе код приче о осјећањима и систему вјеровања. Све што смо доживјели, све што смо осјетили је забиљежено, запамћено, похрањено у нашем сјећању и дјелује на све што сада доживљавамо. Лоша искуства су искуства уз која су везане негативне емоције, добра искуства су они доживљаји уз које су везане добре, позитивне емоције. Ова искуства непрекидно трују нашу свијест (негативна) и непрекидно је оздрављују (позитивна). Ништа што сте доживјели није нестало, све је присутно и отворено.

- Ако сте родитељ – циљ је да вам дијете има добро и позитивно животно искуство у вези учења, живота уопште, и сваки здрав родитељ се и труди да то оствари, у границам својих моћи.
- Ако сте професор – треба да знате да сте дио животног искуства дјете која ће живјети у будућности и да им ви одређујете дио судбине. Један од уобичајених садржаја у терапеутском процесу је – погађате: однос професор-ученик и шта је урадио „тај и та“ када се десило „то и то“ и како ме је то погодило.
- Ако сте ученик – зрелост се постиже временом, зрелост је циљ коме теже и ваши родитељи и ваши професори и ви сами. Зрелост се рађа - не на основу онога шта доживите, него на основу онога шта закључите о себи, другима, животу на основу тога.

## 8. НИВО АСПИРАЦИЈЕ

Овај појам из теорије мотивације се односи на ниво циљева који особа поставља себи. Неко себи поставља високе циљеве и веома је амбициозан: „Желим да имам одличан успјех у средњој школи“. „Желим да завршим факултет!“ Неко други себи поставља ниске циљеве: „Само да се провучем у овом разреду!“ Особе са ниским нивоом аспирације, као што је и за очекивати, постижу слабији успјех у школи јер се програмирају на слабији успјех. Особа се може програмирати и да постигне одличан успјех.

- Ако сте родитељ – очекујте више од дјетета од онога што мислите да оно може да да.
- Ако сте професор – очекујте више од дјете, сматрајте их способним, дораслим свом предмету и захтјевима које пред њих постављате. Очекујте да сви буду одлични. Неће бити, то је нормално, али ће ваш став бити одличан према њима и они ће то памтити.
- Ако сте ученик – боље је да пред себе постављате високе циљеве, него да их уопште немате. Боље је да постављате циљеве које желите да остварите, као вид планирања живота, него да вам неко други одређује шта и докле треба да напредујете.

## 9. ТИПОВИ ТЕМПЕРАМЕНТА

Темперамент је дио структуре личности везан за појаву, трајање, интензитет емоција и емоционални живот уопште. Постоје четири основна типа темперамента:

Сангвиник – главна оријентација овог темперамента је ЗАБАВА и дружење – „Главно је да се забављамо!“.

Колерик – основна оријентација овог темперамента је да ствари буду по његовом – „Главно је да сам ја вођа“!

Меланхолик – главна оријентација овог темперамента је САВРШЕНСТВО – „Ја морам бити савршен!“

Флегматик – главна оријентација овог темперамента је потреба за МИРОМ – „Главно је да је мирно!“ „Све може и сутра да се уради!“

Постоји и интерперсонална и интраперсонална игра међу темпераментима, сложенија за образлагање, али укратко - међусобној комуникацији између људи неки темпераменти се подржавају, неки су у сукобу. Тако:

- Ако сте ви као родитељ колерик (било би добро да знате шта је ко у породици)– имаћете сталне сукобе са дјететом које је флегматик у вези учења. Ви желите да дијете има циљеве, јасну перспективу, амбицију, вољу, мотивацију за постигнуће – а све ово (по темпераменту) вашем дјетету није толико битно. Њему би било битно да има свој мир, да се са сваким лијепо слаже, лежерно облачи, има времена за опуштање у локалном кафићу, свакако има сопствена интересовања. Он мрзи да му се намеће било чија воља. Дакле, како видите, пуно простора за животну динамику.
- Ако сте професор и ви сте нпр. колерик (било би добро да знате шта сте по темпераменту), ви ћете свакога с ким долазите у сусрет третирати као да је ваш темперамент и сматраћете то јединим могућим што се неће допасти сангвинику јер је он лепршав и тражи забаву на часу; са учеником који је колерик можда ћете лако упасти у сукоб јер ће то бити несвјесна борба око тога „ко је у праву“ или „ко је главни на часу“, меланхолик ће вам можда поставити питање које се тиче суштине природе Космоса што је вама непотребно мудријашење па ћете рећи да престане да компликује што ће га гурнути у депресију, флегматика ћете можда стално молити да учи или ћете га само (нажалост) „прегазити“ и заувјек изгубити за сарадњу итд.
- Ако сте ученик – сазнајте који је ваш тип темперамента

## 10. ВЈЕШТИНЕ

Неки ученици познају и имају развијене вјештине учења, неки немају. Они иза себе имају већ десетак година учења и њихов стил учења је већ изграђен. У школи им нудимо (у првом разреду) неколико часова о овој тематици. Сљедеће вјештине учења помажу у постигнућу.

- Постављање циљева и досљедност у њиховом остваривању. Планирање учења.
- Самоконтрола и могућност одлагања задовољства, „Прво посао онда забава!“
- Радне навике насупрот хаотичног приступа, одуговлачења, стихијског, кампањског учења
- Кориштење савремених начина вођења забиљешки – „мапе ума“, умјесто досадашњег писања биљешки на табли, учење како се учи...

Поштовани родитељи, разредници, професори и наставници, надам се да ће овај кратки материјал о постигнућу помоћи свима да наши ученици постану зрели, одговорни и слободни људи. Ако ће ово писамце да да допринос томе, ја сам дио свог посла већ обавио. Хвала и заједно можемо још и више.

С поштовањем,  
Драган Пуцар, школски психолог, Медицинска школа Бањалука