



۱۰ راه به منظور افزایش انگیزه کودکان

نتیجه کار را ببینند، تلاش کنند.
۸- مثبت بمانید.
چشم‌انداز مثبت و خوش‌بینانه را درباره فرزندان خود حفظ کنید. اگر آن‌ها از دید شما ترس یا تردید را ببینند، احتمالاً دچار کاهش اعتماد به نفس خواهند شد. داشتن یک رویکرد مثبت، چشم‌انداز آن‌ها را نسبت به یک وضعیت روشن می‌کند.
۹- تأثیر همسالان را نادیده نگیرید.
گاهی اوقات، یک تنش کم، چیز بدی نیست. این می‌تواند بچه‌های شما را به انجام بهتر در مدرسه و یا در ورزش ترغیب کند. باین‌حال، زمانی که استرس فشار همسالان شروع به تنش بیش‌ازحد می‌شود را در نظر بگیرید و از آن جلوگیری کنید.
۱۰- هیجان ایجاد کنید.
با ایجاد هیجان کودکان را تشویق به دستیابی به اهداف کنید. هیجان مثبت خود را نسبت به میزان پیشرفت آن‌ها نشان دهید. انرژی مثبت و افزایش آدرنالین، آن‌ها را به سمت پیشرفت می‌کشاند.

رقابت سالم را تشویق کنید. رقابت را در جهت مثبت و قدرت در فرزند خود برانگیزید و هرگز در مورد منفی بودن و ضعف نسبت به رقیب، رقابت نکنید.
۵- آن‌ها را تشویق کنید.
اجازه دهید فرزند شما بداند که به آن‌ها اعتقاد دارید. به آن‌ها بگویید که چقدر عالی هستند. هرگونه شک و تردید را رد کنید.
۶- آن‌ها را علاقه‌مند کنید.
درباره علایق فرزندتان اطلاعات بیشتری کسب کنید و در مورد آن‌ها صحبت کنید و گوش دهید. این به کودکان نشان خواهند داد که به آن‌ها احتیاج دارید و آزادانه در مورد علاقه‌اش صحبت خواهد کرد.
۷- ستاره طلایی را بیابید.
کودکان خود را تشویق کنید تا آنچه را که به آن علاقه زیادی دارند، کشف کنند. ممکن است چند بار در طول مسیر تلاش کنند. آن‌ها را در سفر خود حمایت کنید و از آن‌ها بخواهید که تا زمانی که

۱- هدف بچینید.
آن‌ها را برای هدف‌گذاری تشویق کنید. فهرستی از اهداف کوتاه‌مدت و یک هدف بلندمدت ایجاد کنید. اطمینان حاصل کنید اهداف قابل‌دسترسی هستند و تلاش لازم را برای دستیابی به آن انجام می‌دهند. به فرزندان خود کمک کنید که اهداف درست را انتخاب کنند.
۲- برنامه‌ریزی کنید.
برای رسیدن به اهداف، شما نیاز به یک برنامه دارید. به فرزند خود کمک کنید تا یک راهبرد برای رسیدن به اهداف خود ایجاد کند. یک برنامه گام‌به‌گام برای رسیدن به آن‌ها ایجاد کند. این برنامه‌ریزی برای بچه‌ها، به آن‌ها کمک خواهد کرد تا شروع کنند.
۳- برای داشته‌هاشون جشن بگیرید.
هنگامی که فرزند شما اهداف خود را انجام می‌دهد، اجازه دهید آن‌ها بدانند که شما به آن‌ها افتخار می‌کنید. یک حس موفقیت، بهترین پاداش است.
۴- رقابت ایجاد کنید.