

## 1. lecke – Motiváció, motiválás a tanítás során

Jelen tananyag a Szegedi Tudományegyetemen készült az Európai Unió támogatásával.  
Projekt azonosító: EFOP-3.4.3-16-2016-00014

**Ennek a leckének az elsajátítása hozzávetőlegesen 3-4 órát igényel, de ez függ a hallgatótól.**

Az egészségfejlesztés tulajdonképpen tanításnak is felfogható, ahol különböző életkorú, tudású, életfelfogású emberekkel találkozunk, melyek meghatározhatják az egészségfejlesztési folyamatban való részvételi szándékukat. Éppen ezért elengedhetetlen a motiváció témakörének részletes megismerése. A tanítás eredményességének egyik előfeltétele, hogy a tanuló együttműködjön az oktatóval. Ehhez nélkülözhetetlen a tanuló motivációja, illetve az oktató általi motiválás. Nézzük meg ezeket bővebben!

### Motiváció

A **motiváció** a latin movere (mozogni), motio (mozgás) szavakból származik, jelentése: mozgat, kimozdít, aktivitásra készítet, cselekvésre ösztönöz.

**Motívum** (indítóok, indíték)= ami az egyént cselekvésre készíteti.

**Motiválni**=cselekvésre készítetni.

A motiváció **fogalma**: „A motiváció olyan készítetés, amely arra serkenti az egyént, hogy egy feladatot, tevékenységet elvégezzon. A motiváció annak a tudása, hogy miért tegyem, miért tanuljak.” (3)

**Tanulási motiváció**: Tanulásra készítető belső feszültség (7).

**A sikeres egészségnevelés, egészségfejlesztés kulcsa a motiváció felkeltése!**

Ezek alapján tehát a motiváció egyik részét a **tanuló belső hajtóerői** adják, melyek a tanárral való együttműködésre, a tanulásban való aktív részvételre készítetik. A másik részét a

**tanár erőfeszítései** teszik, melyekkel ráveszi a tanulót az együttműködésre (motiválás) (4).

„A motiváció alapfeltétele a tanulásnak. Nem csupán a teljesítmény serkentésével szerepel a tanulási folyamatokban, hanem annak kialakításában, genezisében is fontos tényező”

(5, 63.old.), melyeket meghatároznak a tanuló motívumai, azaz tanulási motívációi. A motivációs tényezők két csoportra oszthatók: belső (intrinsic) és külső (extrinsic). A **belső tanulási motívációt** alkotja a kíváncsiság, az érdeklődés, saját célok a tanulással (tehát tudja, hogy miért tanul). A **külső tanulási motívációhoz** tartozik a családi háttérrel összefüggő szülői attitűd (fontos-e számukra a tanulás, értéknek tekintik-e a tudást, illetve, jutalmazták vagy büntetik a tanulmányi eredmények függvényében a gyermeket), a versengés, a minta követése, a szociális elismerés (1).

**A tanuló motívumai** arra készítetik a tanulót, hogy az órán aktívan részt vegyen. Ezek a következők lehetnek:

1. **Kognitív (belső) motívumok** vezérlik a tanulókat a tanulás során. Ilyen a **kíváncsiság**, mely egy természetes emberi sajátosság. Ha valami felkelti az érdeklődést, kíváncsiak leszünk, odafigyelünk rá. Ha a tanítás találkozik a tanuló kíváncsiságával, az megfelelő motivációt jelent. Az **érdeklődés** mindig egy azonos dologra irányul, de ha a tanuló érdeklődése és a tanítás találkozik, akkor szintén kellő motivációt okoz. **Kompetenciáról** akkor beszélünk, amikor egy-egy feladat megoldása nagy örömet okoz még akkor is, amikor különösebb jutalom nem jár érte. Egyszerűen élvezzük, hogy meg tudjuk csinálni. (4).
2. **A családi háttérrel összefüggő motívumok** a szülők elvárásait foglalják magukba. Előfordul, hogy **megkövetelik a jó tanulmányi eredményeket**, a jót jutalmazták, a rossz eredményt büntetik. Ezekben a családokban általában fontosnak tartják az iskolai előmenetelt. Az ilyen tanuló szorgalmas, de ez nem feltétlenül jelenti azt, hogy érdeklő is az adott tantárgy. Serdülőkorban lázadást

válthat ki a szülői elvárás. ***A szülők fontosnak tartják az iskolai eredményeket, a gyerek-szülő érzelmi kapcsolata jó:*** itt nincs jutalom és büntetés, az érzelmi kapcsolaton és az empátián van a hangsúly. A harmadik családi motívum pedig, amikor ***a családban becsülete van a tudásnak, a szülők tanuláshoz és tudáshoz való viszonya mintaként szolgál a gyermeknek*** (4).

3. **A tanuló karrierképzeléseivel összefüggő motívumok** közé tartozik a ***továbbtanulási szándék***, de csak egy bizonyos életkor felett igaz ez. ***A kiemelkedés vágya*** azt jelenti, hogy a tanuló nem csak jó szakmát szeretne, hanem szeretne kitörni abból a közegebből, szubkultúrából, ahol szülei, kortársai élnek. (4).
4. **A kortárs csoportból fakadó motívumok** közé sorolható a ***mintakövetés***, amikor a kortársak erős tanulási elkötelezettsége húzóerőként viselkedik. A ***versengés*** során a hajtóerő a kiemelkedés és az elismerés vágya (4).

A tanulók hozott motivációja alacsony a következő esetekben:

- ✓ rendezetlen családi háttér;
- ✓ ha a szülők értékrendjében nem áll magasan a tudás;
- ✓ nincs a tanulónak jövőképe;
- ✓ a kortárs csoport nem értékeli a jó iskolai teljesítményt;
- ✓ amikor a tanuló lemaradása nagy a kortárs csoporttól;
- ✓ amikor a tanuló kíváncsisága, érdeklődése, kompetenciája nem találkozik az iskola által kínált lehetőségekkel (4).

Ezen tényezők miatt a tanárnak rendkívül fontos szerepe van a tanulók motiválásában a tanítás során.



## Motiválás a tanítás során

A tanár nagyon sok mindent tehet a tanulók motiválása érdekében. Ezek a következők:

1. **Ismerjük meg a tanulókat:** a tanulónak éreznie kell, hogy fontos nekünk. A tanulók csak azt a tanárt fogadják el, aki őket is elfogadja. A megismerésnek több formája van: **tanuljuk meg a nevüket** (készíttessünk névtáblát, kitűzöt), **beszélgessünk velük** hétköznapi témákról is. Ismerjük meg őket tantermi szituációkon kívül is (pl. osztálykirándulás, tábor) (4).
2. **Csoportképzés:** a tanulókat hasonló képesség vagy érdeklődés alapján soroljuk csoportokba, így sokkal szívesebben dolgoznak együtt, mert nem kell attól tartaniuk, hogy a többiek előtt szégyent vallanak (6).
3. **Teremtsünk pozitív légkört az osztályban,** mert ha a tanulók jól érzik magukat az órán, akkor motiváltak is lesznek a tanulásra. Ennek több módja lehet: **érzelmi biztonság megteremtése** (ne féljenek tőlünk a tanulók, érezzék azt, hogy ha hibáznak, akkor is számíthatnak ránk). **Tanítási környezet vonzóvá tétele:** otthonosan berendezett, díszített terem, kényelmes székek, megfelelő világítás. **Legyünk játékosak és humorosak!** Kerüljük az **intellektuális agressziót:** ha a tanár azt hangoztatja, hogy csak ő tudja jól az anyagot, és csak az ő értékrendje az elfogadható, akkor az aláássa a tanulók motivációját. Végül akadályozzuk meg az agresszió kibontakozását a tanulók között (4)!
4. **Kínáljunk követendő példákat:** a tanár is ember, bátran mutassuk meg, hogy milyenek vagyunk. Ezen kívül kereshetünk ismert embereket is példaképnek, akik kemény munkával, kitartással érték el sikereiket (4).
5. **Mutassuk fel a tudás megszerzésében rejlő perspektívákat:** ezek külső motivációk, pl. sikeres érettségi,



felvételi, azonban nem szabad túl gyakran hangoztatni, mert azt a látszatot kelti, hogy a tanulás egyetlen értelme a „papír” megszerzése (4).

6. **Kössünk a tanulókkal szerződést:** alacsony motivációnál hasznos lehet. A tanár és a diák megállapodása arra vonatkozóan, hogy milyen munkáért milyen jutalom jár. A feladat és a jutalom megállapodás kérdése, így alkudozni is lehet. Sok helyen ezt a szerződést írásba foglalják (6). Lehet **kollektív szerződés**, amikor az osztállyal megállapodik a tanár a magatartási szabályokban, teljesítményelvárásokban, de cserébe ajánl is valamit (pl. kirándulás, intézménylátogatás). **Egyéni szerződés** egy tanulóval köttetik (4).
7. **Tegyük érdekessé az órát:** ennek több módja lehetséges:
  - ✓ kapcsoljuk össze a tananyagot az élettel;
  - ✓ kapcsoljuk össze a tananyagot a tanulókat érdeklő kérdésekkel;
  - ✓ fogalmazzunk meg problémákat, ezzel felkeltjük a tanulók kíváncsiságát;
  - ✓ merjünk új dolgokat kipróbálni a tanítás során;
  - ✓ a feladatok nehézségi szintje optimális legyen: a túl könnyű feladat unalmas, a túl nehéz pedig kudarcélményt okoz a tanulóban (4).
8. **Éljünk okosan a megerősítés eszközeivel:** dicsérjük a jó teljesítményt, a rosszat pedig ne büntessük meg túlzottan (4).
9. **Indoklás:** amennyiben a tanulóban tudatosítjuk, hogy miért kell azt a feladatot elvégezniük, mi a célunk vele, azok sokkal nagyobb motivációval fognak a feladathoz látni mint azok, akik semmilyen tájékoztatást sem kaptak (6).
10. **Segítség felajánlása:** a tanítás során felajánlhatjuk segítségünket a tanulóknak. Ezzel nem mindenki fog élni, de mégis méltányolják az oktató segítőkészségét. Különösen a félénk, önmagukban kételkedő diákoknak lehet hasznos (6).
11. Legnagyobb motiváló erő a **tanár attitűdje, személyisége**. Amennyiben azt látják a tanulók, hogy a tanár élvezettel

tanít, nyitott a diákok felé, akkor ők is szívesebben tanulják az adott tantárgyat. Míg az a tanár, aki unottan beszél, elkalandozik az órán a tárgytól, vagy éppen túl szigorú, büntet, vagy állandóan saját kivételes tudását hangoztatja, az aláássa a tanulók motiváltságát (6).

Borich (2) szerint a *hatékony tanításnak öt fő jellemzője* van, melyek alkalmasak a tanulók motiválására:

**1. Világosság:** Az óra elején tájékoztatni kell a tanulókat, hogy az óra végére *milyen ismereteket, készségeket várunk el tőlük*. Segítsünk nekik az óra anyagát átfogóbb *rendszer*be illeszteni. Alkalmazzunk *példákat*, illusztrációkat, kísérleteket a jobb megértés érdekében.

**2. Változatosság:** Az oktatás során alkalmazzunk olyan *eszközöket*, melyek megragadják a tanulók figyelmét (pl. képek, videorészletek, valós történetek elbeszélése). Ezek sokkal hatékonyabbak a monoton előadásnál. Tartsunk *szemkontaktust* a hallgatósággal, tekintetünket vigyük mindig másra. Változtassuk gyakran *hangszínünket* és *gesztusainkat*, ezáltal lelkesedést, élénkséget sugárzunk a hallgatók felé. *Többféle oktatási módszert* alkalmazzunk váltakozva (magyarázat, kérdezés, vita, gyakorlás). A *tanulók gondolatainak felhasználása* elengedhetetlen az óra céljainak eléréséhez. A *kérdések* és rávezetések *típusait változtassuk* gyakran (konvergens-divergens kérdés, tisztázó, segítő, rávezető).

**3. Feladatra irányultság:** Világosan jelöljük ki a tanulók számára a *záróproduktumot* (összefoglaló, feleltető óra, dolgozat, témazáró).

**4. A tanulók bevonása a tanulási folyamatba:** Irányított gyakorlás (konkrétan valami tevékenységet gyakorolnak be) során a tanulók *javítása ne legyen számonkérő*. A szóbeli *dicséretet* legyen *tartalmas*.

**5. A sikerességi arány folytonos növelése:** Az *órát* kis, könnyen emészthető *részekre bontsuk*. Az oktatás *tempóját* és intenzitását a *tanulók igényeinek megfelelően* változtassuk.

Motiválni a *feladatok megfelelő összeállításával* is lehet az oktatásban résztvevőket. Kezdjük a könnyű feladatokkal, majd folytassuk a közepes nehézségűekkel, és végül a nehezeket adjuk fel (7). Ez azért nagyon fontos sorrend, mert a könnyű feladatok megoldása sikerélményként hat a tanulókra, motiválja őket. Ellenben, ha nehéz feladattal kezdünk, akkor sikertelen megoldás esetén kudarcélményt okoz, ami aláássa a tanulók motiváltságát.

Fontos, hogy feltérképezzük a tanulók motiváltságát, és ahhoz mérten válogassuk meg a rájuk bízott feladatokat. **Gyenge motiváltsággal** rendelkező tanuló a gyűjtőmunkában, kooperatív vagy páros munkában sikeres lehet. **Közepes motiváltságú** tanulót a több önálló gondolkodásra, következtetésre, önállóságra épülő feladatokkal, megismerési érdeklődés fokozásával motiválhatjuk a legjobban. A **magas motiváltságú** tanulók vonzódnak az adott tantárgyhoz, ezért érdemes egyéni vagy csoportos kutatómunkát felajánlani nekik, ezáltal fejlődik a problémamegoldó készségük (7).

A motivációt az is segíti, ha a tanuló **visszajelzést** kap a munkájáról. A **visszajelzés** információt szolgáltat a munkavégzés pontosságáról, a saját teljesítményéről, ezáltal képes lesz azt reálisan értékelni. A kudarcnál a gyakorlás hiányára kell helyezni a hangsúlyt, mert ezzel motiválhatók további erőfeszítésekre a diákok (7). Még a hibás feladatban is találhatók olyan értékek, amelyeket ki tudunk emelni (értékek keresése). A hibák megfogalmazásakor segíteni kell a tanulókat abban, hogy legközelebb mit tegyenek másképpen a hiba kiküszöbölésének érdekében.

**Önellenőrző kérdések**

A következő kérdések esetében mindegyik kérdésnél válassza ki az *egyetlen HELYTELEN* választ!

**A tanulók megismerésére alkalmas:**

- A. névtáblák alkalmazása
- B. beszélgetés speciális témákról
- C. osztálykirándulás, tábor

**Milyen módon lehetséges pozitív légkört teremteni az órán?**

- A. érzelmi biztonság megteremtése
- B. alkalmazzunk intellektuális agressziót
- C. tanítási környezet vonzóvá tétele
- D. legyünk játékosak, humorosak

**Az óra érdekessé tételére alkalmas:**

- A. próbáljunk ki új dolgokat a tanítás során
- B. kapcsoljuk össze a tananyagot az élettel
- C. ne foglalkozzunk a tanulókat érdeklő kérdésekkel
- D. fogalmazzunk meg problémákat

**Borich szerint a hatékony tanítás öt fő jellemzője:**

- A. világosság
- B. változatosság
- C. számonkérésre irányultság
- D. a tanulók bevonása a tanulási folyamatba
- E. a sikerességi arány folytonos növelése

**Az óra a következőkkel tehető változatossá:**

- A. kérdések kerülése
- B. szemkontaktus alkalmazása
- C. figyelemfelkeltő eszközök alkalmazása
- D. változatos hangszín, gesztus alkalmazása





Karikázza be az **I** betűt, ha Ön szerint az állítás igaz, vagy a **H** betűt, ha hamisnak gondolja.

A belső tanulási motivációhoz tartozik a tanulók egymással való versengése is.	<b>I</b>	<b>H</b>
A kognitív motívumok közé tartozik a kíváncsiság, az érdeklődés és a minta követése.	<b>I</b>	<b>H</b>
A szorgalmas tanulót mindig érdekli az adott tantárgy.	<b>I</b>	<b>H</b>
A kiemelkedés vágya azt jelenti, hogy a tanuló szeretne kitörni abból az életformából, amelyben szülei, kortársai élnek.	<b>I</b>	<b>H</b>
A kortárscsoportból fakadó motívumok közé tartozik, amikor a kortárscsoport nem értékeli a jó iskolai teljesítményt.	<b>I</b>	<b>H</b>

Húzza össze az egymáshoz tartozó párokat!

- |                                |  |
|--------------------------------|--|
| 1. Gyenge motiváltságú tanuló  | A. egyéni vagy csoportos kutatómunkát ajánljunk fel nekik                      |
| 2. Közepes motiváltságú tanuló | B. önálló gondolkodásra, következtetésre, önállóságra épülő feladatokat adjunk |
| 3. Magas motiváltságú tanuló   | C. számára a gyűjtőmunka, kooperatív vagy páros munka a legjobb                |

## Felhasznált irodalom

- Bekéné Zelencz K. (2012): A tanulási motiváció kialakulását segítő pedagógus attitűdök.  
[http://folyoiratok.ofi.hu/sites/default/files/article\\_attachments/upsz\\_2012\\_9\\_10\\_13.pdf](http://folyoiratok.ofi.hu/sites/default/files/article_attachments/upsz_2012_9_10_13.pdf)  
Elérés ideje: 2019.02.16.
- Borich, G.D. (ed) (1977): The Appraisal of Teaching: Concepts and Process. Addison-Wesley, Mass **In:** Falus I. (szerk.): Bevezetés a pedagógiai kutatás

módszereibe. Műszaki Könyvkiadó Kft., Budapest

[https://www.tankonyvtar.hu/en/tartalom/tamop425/.../2011\\_0001\\_531\\_pedagogia.pdf](https://www.tankonyvtar.hu/en/tartalom/tamop425/.../2011_0001_531_pedagogia.pdf)

Elérés ideje: 2019.02.16.

3. Ginis P. (2007): Tanítási és tanulási receptkönyv. Alexandra Kiadó, Pécs.
4. Knausz I. (2001): A tanítás mestersége. Egyetemi jegyzet. A motiváció. <http://mek.oszk.hu/01800/01817/01817.htm> Elérés ideje: 2019.02.12.
5. Réthy E. (1998): A tanítás-tanulási folyamat motivációs lehetőségeinek elemzése. Akadémia Kiadó, Budapest. **In:** Bekéné Zelencz K. (2012): A tanulási motiváció kialakulását segítő pedagógus attitűdök. [http://folyoiratok.ofi.hu/sites/default/files/article\\_attachments/upsz\\_2012\\_9\\_10\\_13.pdf](http://folyoiratok.ofi.hu/sites/default/files/article_attachments/upsz_2012_9_10_13.pdf) Elérés ideje: 2019.02.16.
6. Tóth L. (2008): Pszichológia a tanításban. Pedellus Tankönyvkiadó KFT., Debrecen. 155-176.
7. Szajcsán V.K.: A tanulás és a motiváció kapcsolata. <https://www.etk.pte.hu/protected/OktatasiAnyagok/Didaktika/motivacio2.doc> Elérés ideje: 2019.02.16.

**Készítette: Dr. Németh Anikó SZTE ETSZK Egészségmagatartás és –fejlesztés Szakcsoport**