



OPPIMINEN JA MOTIVAATIO



Oppimisen eteneminen



- Erityisesti asenteella on paljon merkitystä opiskelemisessa ja oppimisessa.
- Oppimista voi oppia eli oppimisessa voi tulla paremmaksi.

Motivaatio

Motivaatiota on sisäistä ja ulkoista, kumpaakin tarvitaan

Sisäinen:

- Antaa tarpeen ja ymmärryksen
- Sisältää siis esim. onnistumisen kokemukset, tehtävien miellekkyyden ja itsensä toteuttamisen.

Ulkoinen:

- Auttaa tehokkuuteen
- Perustuu palkkioihin ja kannustimiin

• Mikä lisää motivaatiota?

- Onnistuminen
- Kokemus siitä, että osaa ja on pätevä
- Odotus siitä, että voi selvitä tehtävästä
- Hyvä mieliala
- Merkityksellisyyden kokeminen
- Uteliaisuus ja kiinnostuksen herääminen
- Yhteenkuuluvuuden tunne
- Jaetut kokemukset
- Sitoutuminen tavoitteisiin
- Suurten linjojen hahmottaminen
- Tekemisen mielekkyys

• Motivaation parantaminen

- Aseta selkeä tavoite
- Pohdi tavoitteen merkitystä
- Mieti miten pääset tavoitteeseesi
- Luo mielikuva tavoitteen saavuttamisesta ja onnistumisesta
- Jaa tehtävä osatavoitteisiin
- Suunnittele aikataulu
- Käytä innostavia opiskelutapoja



- Opiskelumotivaatiota ei kuitenkaan kannata odottaa liikaa, sillä motivaatio syntyy tekemisen kautta.
- Tärkeintä on, että saa aloitettua.
- Aseta aluksi pieniä tavoitteita.
- Aivot voi virittää tilaan, jossa ne oppivat entistä paremmin.
- Kysy itseltäsi, mitä jo tiedät tai mitä haluaisit tietää aiheesta.

Lähde

Jylhäsalmi Anu, 2018. Tehoa opiskeluun – materiaali. Opetushallitus, OPPA-hanke.