

Kako upaliti plamen ili kako probuditi motivaciju (u 8 koraka)



Motivacija, interes ili inspiracija neće se pokrenuti sama od sebe. Najvažniji motor koji će pokrenuti motivaciju i interes za učenje zanimljivog ili manje zanimljivog sadržaja si **TI sam/sama**.

1. prvi najvažniji korak je da ne čekaš da se motivacija i interes sami od sebe pojave, znači jednostavno **kreni i počni učiti**.
2. korak – Zamisli da se želiš popeti na najveću planinu na svijetu (to je Mount Everest) - sigurno ne bi planirao da ćeš na vrhu biti isti dan, već bi podijelio etape koje ćeš dnevno prelaziti. **Ne možeš sve gradivo naučiti odmah, ali ako ga podijeliš u dijelove lakše i brže ćeš ga naučiti.**
3. korak – **prebaci sklopku s negativnih misli** („Joooj kako je to dosadno!“, „Neda mi se !“, Ja to nikad neću naučiti !“) **na pozitivne misli** („Dobiti ću dobru ocjenu kad naučim!“, „Ja to hoću i mogu!“) motivaciju pokreću pozitivne misli.
4. korak - **možda lakše učiš u društvu**, pozovi prijatelja ili prijateljicu i učite zajedno, radite zajedno bilješke i ponavljajte naučeno.
5. korak – **vodi DNEVNIK UČENJA** – svaki dan si isplaniraj što želiš naučiti, kada obaviš zadatak stavi oznaku + ili -, kada pratimo aktivnosti koje smo si zadali i njihovo ostvarenje ili neostvarenje motivira nas da budemo još bolji.
6. korak - pokušaj u **svakom gradivu naći nešto zanimljivo**, možda će ti nešto od tog gradiva trebati.
7. korak- makni iz svog vidokruga **SVE** što ti odvlači pažnju.
8. korak - možda možeš napraviti **ugovor sa samim sobom** („Ja.....(ime i prezime) obećavam samome sebi da ću marljivo, svakodnevno izvršavati sve planirane aktivnosti.“)

SVAKI
DAN
PRILIKA
JE
ZA
NOVI
POČETAK!