**Мотивация. Как ее сохранить.**

**Сохраняйте и поддерживайте благоприятную, доброжелательную атмосферу в семье!**

Дайте ребенку время на скуку. Не надо заполнять весь его день и пытаться развлекать каждую минуту. Вы должны отдыхать друг от друга.

**Постарайтесь найти мотивацию для учебы и не запугивайте: это не работает.**

Как мотивировать ребенка на учебу из дома? Важно понимать, что мотивация формируется задолго до среднего звена обучения, она взращивается родителем еще в период дошкольного возраста. Но в подростковом возрасте есть несколько спасительных ниточек, которые, возможно, помогут. Они такие.

**Первое**: станьте для подростка значимым взрослым.

**Второе**: обрисуйте все плюсы и перспективы хорошей учебы.

**Третье**: узнайте хобби, увлечения и мечты вашего ребенка, привяжите его интересы к школьным предметам.

**Четвертое:** начните с себя. Семья — это структура. Меняется один элемент структуры — меняется вся структура. Подумайте, а как вы относитесь к работе, какие чувства испытываете, какие фразы произносите, как вы отзываетесь о школе, учителях и дистанционном обучении?

**Пятое:** разделите ответственность. Что будет, если ребенок начнет сам рисовать домашнее задание по ИЗО? Как ребенок научится нести ответственность, если вы ему не даете ее? Но не забывайте про контроль, соответствующий возрасту и способностям ребенка.

**И последнее** — наказания и поощрения. Это могут быть: трудотерапия и похвала за реальные поступки. Виды наказаний и поощрений многообразны, выбор за вами.

Помните, что угрозы, шантаж, принуждение действуют до поры до времени, а потом вы встретите сопротивление или полное отсутствие мотивации к обучению. Настройтесь на конструктивные методы и будьте опорой своему ребенку.

**Всем желаем удачи в этом процессе!**