

如何从“要我学”
到“我要学”

学习动力不足是不少青少年面临的共同挑战。本期邀请邵东市心育名师、家庭教育指导师、一线教师和家长,为大家分享实用方法:从归还学习主动权,到采用“分层激励法”;从拆解小目标点燃自信,到以趣味游戏和体验式学习激发好奇心。这些方法的共同核心,在于注重培养孩子的自主感、胜任感和价值感,帮助孩子从“要我学”逐步走向“我要学”。

名师来支招

让学习从“父母的事”变成“我的事”

“老师,我家孩子其实一点也不笨,就是学习习惯不好,每天拖拖拉拉到很晚,一点也不主动,我们怎么督促也没用……”小辰妈妈脸上写满了焦虑和无奈。

我与小辰交流时,孩子却显得十分委屈:“妈妈每天都在一旁唠叨,任何事都要听她的安排,我就像个木偶……”

人有自主、胜任、归属三大心理需求。孩子如果感觉到是被迫学习,将逐渐失去对学习的兴趣,随之产生强烈的抵触情绪,学习动力也越来越弱。

没有选择权,就没有责任

感。针对小辰的情况,我和他的父母一起制定了“放权计划”,通过把学习主动权还给孩子,帮助他重新找回学习的热情。

第一步:从“替他做”到“教他做”

我建议小辰父母先放下“监督者”的角色,以平等的心态与孩子沟通,并且转变之前事无巨细做决定和安排的习惯,只协助孩子。

在真诚的沟通之后,小辰大胆说出自己的学习节奏和想法,眼里的亮光让父母倍感意外,他们表示尊重并支持孩子的决定。

第二步:从“陪他做”到“让他做”

我让小辰父母和孩子一起梳

理各科的学习情况,分析优势与不足,然后让小辰慎重思考,自己决定先从哪一科开始提升,每一科要怎样提升,并做出详细安排表。

当学习是由自己决定并安排之后,小辰的态度明显转变:不仅完成作业的效率提高了,还主动向老师请教问题,学习的主动性大大增强。小辰慢慢在学习过程中获得了成就感,和父母的关系也越来越融洽。

很多时候,孩子缺乏学习动力,并不是因为“懒”或“不自觉”,而是因为他们的自主权被剥夺



刘平峰 邵东市心育名师
工作室名师、邵东市城区第四
完全小学语文教师、邵阳市首
届中小学家庭教育讲师团成员

了。当家长放下“一定要管”的念头,尊重孩子的节奏,真正把学习的主动权交还给孩子,让孩子真切感受到学习是自己的事,才能点燃他们内心的学习热情,让孩子主动学习、乐于学习。

共绘同心圆

拆解小目标,让孩子主动向前

邵东市宋家塘小学班主任 姜金荣

晓阳聪明机灵,可上课总爱走神,作业也拖拖拉拉,成绩总在及格线徘徊,不管是批评教育还是榜样激励,对他都没什么效果。

转机出现在一次班级大扫除,我发现晓阳擦的玻璃特别透亮,整理的图书角也井然有序。班会课上,我特意公开表扬了他,还让他担任班级环境监督员。晓阳每天都认真履职,整个人的精神面貌都不一样了,腰板都挺直了不少。

我趁机开导他:“你把班级卫生管理得这么好,要是把这份责任心用在学习上,肯定也能做得很出彩。”

我没有给晓阳定太高的目标,而是把它拆解成“生字听写正确率提高10%”“数学作业全对一次”这类易实现的小任务。每完成一个小任务,我就发小奖状作为奖励。我和家长约定,多关注孩子的小进步,多夸夸孩子,少一些指责和盲目比较。

慢慢地,晓阳上课变得专注起来,作业也能按时上交了。期末测评时,他获评班级“进步之星”,上台领奖时他红着脸说:“原来我也能搞好学习。”

很多学习动力不足的孩子,不是不想学,而是从来没尝到过学习带来的甜头。帮孩子找到自己的闪光点,把遥不可及的大目标拆成踮脚就能碰到的小台阶,用一次次小成功点燃他们的学习热情,这种内生动力,远比空洞的说教管用多了。

航模为钥:解锁孩子的内在学习动力

邵东市宋家塘小学教师 刘小丽

五年级的宇军让家长愁坏了——上课走神、作业拖拉,催他学习就发脾气,物质奖励也不管用,反而每天沉迷航模,课桌里航模零件摆得满满当当。我和宇军聊天发现,他不是“不爱学”,而是对枯燥的课本没兴趣,一聊起航模,他就眼睛发亮。我决定循着他的兴趣找突破口,不让他放弃航模,反而让学习追着兴趣跑。

我为他搭建起兴趣

桥梁:组装航模时,引导他用数学知识计算机翼长度与配重比例;阅读航模说明书时,教他标注陌生汉字和英文单词,悄悄地将学科知识融入其中。同时设计了成长贴纸手册,把要好好学习换成具体小目标,如:“算出3组航模配重数据”“用一句话记录航模飞行情况”等,每完成一个,就奖励航模贴纸。

我建议家长从“监督员”变成“玩伴”,不再说“别玩了,

快写作业”,而是主动关心“这个零件怎么组装”。当宇军用学到的知识让航模飞得更稳时,妈妈会笑着夸奖:“把航模的钻研劲用在学习上,太厉害啦!”两个月后,宇军上课主动举手,作业按时完成率大幅提高。

其实,每个孩子都有隐藏的兴趣闪光点,不用硬逼孩子放下爱好,不如把兴趣当钥匙,让学习变成自己想做的事,孩子自然会主动往前跑。

看不见的小红花

邵东市城区第二完全小学学生家长 曾芳艳

放学路上,向来开朗的女儿一直闷闷不乐,原来是课堂上,她屡次举手却未被点名。她委屈地问我:“为什么认真也得不到小红花?”我意识到,她的注意力已从知识转向了被认可。

我想起自己初学自行车时,父亲没有许诺任何奖励。当终于能独立骑行,耳畔的风声、掌心的汗水、车轮碾过落叶的沙沙声,这些真实的体验,远比任何奖励更深刻。我想,孩子的学习也该如此,唯有摆脱对外部肯定的执念,才能生出长久的内驱力。

周末我带她尝试陶艺。在转动的拉坯机前,她全神贯注地调整手势,泥坯一次次塌下又重塑。当终于捧出那个歪斜却完整的小碗时,她眼里闪着光,感慨陶土能记住手指的每一个动作。此刻,她沉浸在探索规律的乐趣中。

这个小碗一直摆在女儿的书桌上,里面种着她培育的绿植。她不再计较是否被表扬,而是热衷于记录叶片每日伸展的角度。她轻声说:“植物向着光生长时,大概也在适应吧。”

墙上的小红花终会褪色,但孩子眼中那簇被好奇心点燃的光为探索世界而亮起时,便再也不会黯淡。教育,或许只是移开遮挡在他们眼前的标尺,让每个生命以自己的姿态伸展。



扫码看详情