

中学生学习倦怠产生的原因及消除策略

龚贤朝

(贵州省威宁县第六中学, 贵州 毕节 553100)

摘要:我们在平时的课堂教学和观摩中发现,不少学生在学习中出现打瞌睡,注意力不集中,不愿交流,不愿做作业,不愿复习等厌学、懒学的学习倦怠情况,不利于学生学科核心素养的提高,不利于课堂效率的提高,不利于学校教学质量的提高。因此,教师要不断改进教学方法,消除学生学习倦怠。

关键词:学习倦怠;教学方法;改进;消除

这几天看了几篇文章,作者几乎都认为学生学习倦怠的主要原因是学习压力大和学习负担过重。我觉得这个观点与实际情况不大吻合。从平时的教学和课堂观摩实际中笔者发现,学生学习倦怠的原因主要还来自于教师教学方法的单一呆板和陈旧落后,学生对课堂不感兴趣。

一、什么是学生学习倦怠

对学习倦怠概念的阐释没有统一的概述。外国学者认为,学习倦怠是指学生对学校课程学业持负面态度的一种现象,并且伴有以下行为表现:对所学课业和学校活动热忱消失,呈现一种消极状态,对同学、朋友态度冷漠和疏远。其产生原因是因为较长时间来自学校课程等方面压力。国内学者所下定义也不尽相同,台湾有学者对学习倦怠的定义为:学生在学习过程中因为课业压力或其他个人心理层次上的因素,以至于有情绪衰竭、乏人性化及个人成就感低落的现象。杨丽娟等学者则认为,学生对学习没有兴趣或缺乏动力却又不得以而为之时,就会感到厌烦,从而产生一种身心俱疲的心理状态,并消极对待学习活动,这种状态称为学习倦怠。我们认为,学习倦怠就是学生在学习过程中表现出来的消极情绪,多表现为上课打瞌睡,不专心听讲,不积极思考,不主动与同学和老师交流,不做练习;课后不认真按要求完成作业,或者简单应付,不愿复习,不愿主动阅读,不愿探究问题。

二、学生产生学习倦怠的原因

不可否认,学生产生学习倦怠的原因可能是多方面的,有来自家庭的,有来自社会的,有来自学校的,有来自同学朋友的,可能也有来自自身的。但对于普通学生来说,学习倦怠原因主要来自老师,来自老师的课堂教学。多数情况是老师的教学内容枯燥乏味,教学方式单一呆板、陈旧落后,教学缺乏激情,学生对课堂不感兴趣等原因造成的。

教学内容的选择上,如果学生已经懂了,我们老师还是不厌其烦地讲个不停,学生肯定没有兴趣;如果无论老师怎么讲学生都搞不懂,老师还是拿着讲,学生也不会感兴趣。教学方法上,如果老师用的是单一的讲授法,而且从上课讲到下课,学生一直被动听讲,没有动静的转换,如果老师自始至终还保持着一个调子,没有抑扬顿挫,没有感情,没有激情,学生便会觉得学习很乏味,自然也就听得昏昏欲睡;如果老师专业素养不高,基本的问题不能解答,不能满足学生的求知欲,学生就会对老师感到失望,自然也会对老师产生抵触心理而不愿听老师的课;如果老师处理不好与学生与同事的关系,处理学生问题简单粗暴或对学生问题漠不关心,学生便会觉得老师不关心自己,自然也就不愿意

学习;如果老师人品不高,没有人格魅力,言行没有示范榜样作用,都会影响教学效果,都会给学生学习带来负面影响。而所有这些都可以在老师的课堂教学中或隐或显地表现出来。

三、消除学生学习倦怠的策略

居于学生学习倦怠的上述原因,我们认为,消除学生学习倦怠的主要策略是改进教师的教学方法。

1.根据教学内容和学生学习情况选择与之相适应的学习方法,教学方法要灵活多样,因学生而异。简单的问题可以安排学生自主学习,学生理解困难的内容可能需要讲授、演示、讨论等多种方法结合运用。

2.教学要体现学生的主体地位和老师的主导作用。也就是说,老师要掌握学生学习的动向,把我全局,了解学生的基础和接受水平,熟知学生学习困难的症结在哪儿,甚至要清楚不同学生的不同爱好,从学生学习需求出发,以学定教,不要只顾自己唱独角戏。

3.老师要因材施教,让学优生吃得饱学困生吃得了,不要搞一刀切。首先,分层教学和个别指导是很有针对性的方法。其次,设置作业超市是巩固课堂教学成果的必要保障。

4.形成有效的评价机制,让学生学习有激情。老师要多一把衡量学生的尺子,对基础不同接受能力不同的学生要求应有所不同,评价要符合客观实际。

5.注意培养学生的学习兴趣和学科素养,让学生感受学习的乐趣,让他们体验成功的快乐。常言说,兴趣是最好的老师,老师要结合学生实际多思考,想方设法培养学生的学习兴趣,充分调动他们的学习积极性。

四、结语

学生的学习倦怠不是与生俱来的,我们要关心和热爱学生,透过现象深入本质,认真分析学生学习倦怠的原因,把脉,找到病根,对症下药,消除学生的学习倦怠,让学习真正成为学生的乐趣。

参考文献:

- [1] 曹树.中学生学习压力及其调适[J].江苏教育学院学报,2006(1).
- [2] 殷全生.中学生的心理健康现状及对策[J].心理健康教育,2001(9):9-10.
- [3] 楼玮群.高中生压力源和心理健康的研究[J].心理科学,2000,23(2):156-157.
- [4] 付京瑞.高中学生学习倦怠与自我导向学习倾向性、学校气氛的关系[D].硕士学位论文.山东师范大学,2013.