

# 自主感、归属感、胜任感：小学生学习内驱力发展的路径

孟庆荣

吉林附属小学

**[摘要]**内驱力是对人内在需要的一种刻画。自主感、归属感、胜任感是形成内驱力的三个要素。以学校和家庭教育为主阵地,对学生进行这三方面的有意培养,可以有效激发学生学习内驱力。

**[关键词]**小学生;内驱力;自主感;归属感;胜任感

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-627X.2020.02.324

与外驱力相对,内驱力是对人内在需要的一种刻画;是家庭、学校、社会教育应该承担的责任;是学生良好发展的一种诉求。通过对小学生自主感、归属感、胜任感等方面的引导与教育,促进小学生学习内驱力的形成与发展,是核心素养的要求,是教师面临的巨大挑战。

## 一、内驱力与其三要素

目前,小学生因为年龄尚小,他们的个体需求往往被忽视,学习与生活经常被过度规划,进而内驱力发展缓慢甚至迟滞。

### (一) 内驱力

美国著名心理学家奥苏贝尔指出学习内驱力是指学生学习的社会性需要,这种需要是社会和教育对学生学习的客观要求在学生头脑中的反映。这种需要一旦引起,学生便对学习表现出一定程度的兴趣、主动积极的情感态度、良好的注意和克服困难的意志力,从而发动并维持学习行为的进行。

### (二) 内驱力的三要素

内驱力是美国心理学家Edward和Richard提出的。自主感,是指孩子能够依据自我意愿选择自己所作所为,并承担后果的一种心理感受。有了自主感,才能发展出内驱力推动自己的行动。归属感是指孩子的生活、学习环境中获得家人、老师、同学、朋友的关注和支持的心理感受。小学生有了从内而外的温暖感受,就会拥有向好的内驱力。胜任感是指孩子自己相信或确认能够顺利、高质量完成一件事情的心理感受。有了胜任感,就会越来越自信,进而有强大的内驱力。这三种心理互相影响、互相支持,缺乏任何一个方面,孩子都不会有强大的内在动力去做事。实际学习过程中,为数不少的小学生因为自主感、归属感和胜任感的缺失而导致学习方面的被动、敷衍甚至是厌恶。下面笔者试图从自主感、归属感、胜任感的角度,就小学生学习内驱力的培养提出自己的思考并提出个人设想。

## 二、培养小学生学习内驱力的有效策略

判断一名学生是否具有学习内驱力,我们可以关注这四点,其一是在学习状态上不容易被外界影响,非常容易沉浸式学习;其二是在完成学习内容上愿意提前完成,不会拖延;其三是在学习上具有很好奇心的好奇心,不满足于现有已知的学习内容;其四是在解决问题上尽力独立完成,遇到问题喜欢分析,思考。这些良好的学习品质是小学生形成学习内

驱力的外在表现,那怎样培养学生的内驱力呢?

### (一) 重塑自主感

#### 1. 唤醒主体需求

小学生充满对“新世界”的好奇,乐于学习他们能够学会的知识。我们不妨加以引导,告诉他们天生都是喜欢学习知识的孩子,所有学会的内容都是他们自己学会的,不是老师教会的,老师只是把需要学习的内容按照自己的理解给他们讲解出来。让他们相信,知识或技能是在自己实际应用中掌握的,只要足够用心,就可以找到适合自己的学会知识的方法。潜移默化中,让他们感受到学习是自己的事,需要自己加油干!

#### 2. 给予选择的权利

(1) 苏联教育家A. C玛卡联科说:“尽量多地要求一个人,也要尽可能地尊重一个人”尊重学生是严格要求的前提,只有尊重学生,才能触动其内驱力,自觉地执行要求。教师在布置学习任务时,可以布置两个以上程度相近的内容,让学生自己选择,当学生能够自主选择,就是有了自主权,当有了自主权后,就会对自己做的事投入更多的精力,做事的主动性也就更强。在尊重学生选择的情况下,要求学生高质量地完成就会水到渠成。当然这无形中给教师加大了工作量,但是为了培养他们的内驱力,辛苦后的回甘会更美好!

(2) 教育需要家校联合,在培养孩子自主感方面,特别需要家长的配合。家长要明确,孩子自己的事或者家里的事在不违反原则的情况下让孩子参与做决定。小到日常决定穿什么衣服,大到家里装修决定自己房间的色调、家具等。比如孩子不想晚上写作业,计划第二天早起写作业,家长应该表示支持,孩子真正体验后,感受到清晨早起写作业这个时间安排对自己不合适后,因为有自主权,就会进行调整。

### (二) 打造归属感

归属感,是指个体与所属群体间的一种内在联系,是某一个体对所在群体及其从属关系的划定、认同和维系的心理表现。有归属感的个体会更有责任感,对待事情会更有热情,做事的专注力会更高……想让小学生有归属感,就要以家庭和学校为主要阵地积极建立学生的归属感。

家庭归属感是孩子感受到家长无微不至的爱的基础上形成的。家长只做家长的事,不干老师的活。在家里,家长

应该给孩子创造快乐、安全、舒适的环境，平时给孩子有效的陪伴，尊重孩子，用高尚的品格与美德影响孩子，用良好的教育引导孩子。家长要无条件接纳孩子，孩子的优点要给予中肯的表扬，孩子的缺点或者错误也应该做到一同面对。比如孩子在外面和同学打架，主要是因为自己孩子的错，这时候家长就要和孩子一起面对这件事，不埋怨，不指责，鼓励孩子说清理由，顺势正向引导，协助孩子知错并改错，甚至家长应该做到和孩子一起道歉等，这样孩子才能在犯错过中快速成长。在学习上，家长需要做的只是辅助孩子形成好习惯，比如关注孩子的书写要认真，督促孩子要随时进行检查等。

班级归属感是在生生之间，师生之间相互肯定、信任的基础上形成的。学生在学校能感受到来自教师的安全感，信赖感，感受到同学之间浓浓的友爱之情...外在表现是学生喜欢上学，有强烈的班级荣誉感，自己的学习任务是主动且能够认真完成。课堂上，学生回答错误一个题，如果老师这样说，你的回答虽然不正确，但是给了我们大家一个很好的提醒，避免我们也犯这样的错误，我替大家谢谢你，老师不因为学生回答错误而指责，学生上课是轻松的，甚至是表扬后的对自己的自我激励。自由组合的学习、生活上的互助小组，有同质的互相促进的小组，有异质的帮衬小组，同质的良性的竞争，异质的善良与心怀感恩都会让他们的心灵得到充盈，身心得到成长。

班级中打造归属感的一些方法：

### 1. 聚焦班主任的职能

班主任的魅力会有效地影响学生，班主任在内驱力上率先垂范；对学生，要宽严有度，充分尊重，真心欣赏；处理班级事务上，班主任要有责任心、同理心，要善于观察与思考，凡事尽量做到公平、公正，民主、和谐。

### 2. 精心组织班级活动

丰富多彩的班级活动可以促进班级同学的凝聚力。活动内容要从学生喜闻乐见的主题入手，力求新颖、灵活、多样，要勇于放手让学生策划、组织。活动中，尽可能给学生展示的机会，辅以奖励机制，学生积极配合的情况下，加以教师的积极正向指导、辅助，活动自然精彩纷呈。每一次成功的活动，都会让同学之间彼此的信任感、依赖感得到了建立，自然而然形成了他们对班级的归属感。

### 3. 组建优秀的班干部队伍

良好的班干部组织，是一个班级的风向标，他们是班级正向引导的核心力量。他们团结协作，他们对自己的工作尽职尽责，做事公正、民主、积极.....在他们的带动下，整个班风就会团结向上。

### （三）培养胜任感

感觉有能力把事情做好就是胜任感。小学生做事的能力是需要精心培养的。

### 1. 发挥鼓励评价的优势

教师对学生的鼓励评价是内驱力成长的肥沃土壤。每个人都需要自己的价值被认同，小学生是好坏标准得以巩固提升的阶段，他们对外在评价会看得更重，教师要在学生做事情时积极正向反馈，这样会帮助他们建立起良好的价值体系，会滋养学生的胜任感，进而激发学生内驱力的形成。教师在鼓励学生时，可以描述他的具体行为，也可以描述他做事的努力或过程，评价后还要看学生听到鼓励后的反馈，以便发现他对自己的评价，之后有针对性的鼓励或者教育。

### 2. 在成就感中寻找内驱力

成就是激发孩子胜任感的潜在力量，所谓成就感就是做事后获得成功的感觉，这种感觉会给孩子自信，会给孩子继续做事的动力。

课堂是培养学生学习胜任感的主要阵地。课堂上学习的内容，教师已经是成竹在胸，为了培养学生的胜任感，可以让学生自己思考或者以小组为单位讨论，讨论这节课要学会什么，学生交流后的结论就是本节课的学习目标，把目标张贴或书写到黑板的重要位置，一定要标出组名或者人名，当学生觉得问题是自己提的，会更愿意参与解决问题，当学生认为是同学提的问题，更愿意帮助他人解决问题。学习过程中老师要给学生全方位的支持。这样的教学不仅让学生感受到极强的代入感，老师也需要不断完善自己的知识体系，这也是真正的教学相长。

### 3. 拓宽小学生认知

对与小学生而言，他们知道的某方面的知识越多，在这方面知识就越有好奇心，在他们力所能及的范围内，就会越想知道和这方面知识相关的内容，于是就产生了内在的需求，为了满足这个需求，他们会努力尝试获得更多的新知识、新体验，周而复始，越学习越有自信，这样内驱力就会既稳定又持久地生长。

### 4. 从小事做起，抱以希望

我们不得不承认，由于各种原因，有的孩子是一开始做不好一件事，在他自己努力并获得有效帮助下，他会茁壮成长起来，他是幸运的。也有的孩子是不可能永远也做不好一件事，我们要本着不抛弃、不放弃的准则，辅助他找到自己感兴趣的事，把精力尽量花费在自己感兴趣的事上更容易获得成功之后的胜任感。比如值日，抬不动水，可以扫地，数学学不好，体育好，就发展体育.....总要对孩子抱以希望，总要让孩子感受到希望。

在笔者看来，有机结合自主感、归属感、胜任感，从小事抓起，从细节抓起，一定能够促进小学生内驱力的形成。

### 参考文献

[1] 蒋保信. 郭小月: 培养孩子的内驱力[J]. 同舟共进, 2018(08): 7-11.