

初三中等生学业情绪研究和干预措施分析

刘明珍

(浙江省宁波市鄞州区宋诏桥中学 浙江 宁波 315100)

[摘要]学生的学业情绪是教学工作关注的焦点,特别是对于初中教师来说,面对着一群处在青少年时期的学生,更是要关注学生的情绪。因为学生的情绪可以反映出学生的心理活动,可以体现出学生的性格特点。学生进入初三阶段后,需要面临着升学的选择,这将会影响学生的未来发展,所以在人生的岔路口上学生会感到些许迷茫,特别是对于初三中等生而言,不同性格和心理特点的学生会表现出不同的情绪。作为一名教师要引导学生的情绪朝着积极乐观的一面发展,摒弃消极、焦躁和不安的情绪。本文围绕当前初三中等生学业情绪现状,对如何干预情绪进行策略分析。

[关键词]初三;中等学生;学业情绪;干预

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.05.230

随着新时代教育改革工作的推进,教学工作中出现了一个较为关注的问题,即情绪问题。该问题与学生的年龄特点相关,特别是初三学生,他们此刻处于青春期,不同的学生学习和成长的环境不一样,所以每一位学生的学业情绪特点表现也不同,有的焦躁有的沉着,有的孤僻有的倦怠^[1]。分析学生学业情绪特点,是教育教学工作的前提,作为一名初三学生,要本着春风化雨的思想,关爱每一位学生,让学生能够有一个健康的身心,一个好的学习环境。

一、当前初三中等生学业情绪现状分析

(一) 孤僻的学业情绪

中等生进入青春期后,表现出最明显的特点就是,独立意识非常强,面对问题和选择的时候开始有自己的想法,不想他人过多的干预。所以我们可以看到,很多学生喜欢一个人面对问题,甚至有的学生独来独往,他们不愿意融入群体中,也不会主动和他人分享经验和成果,时间一长大家开始远离这部分学生,从而形成孤僻的学业情绪。

(二) 焦躁的学业情绪

焦躁的学业情绪主要是由于急于求成,对自我缺乏认知所导致的。进入青春期后,学生的主体意识开始增强,渴望成功渴望得到成就感的欲望越来越强,但是由于有的学生能力上还有欠缺,从而导致失败,这时候心理上就会产生焦躁和不安,长期下去学生很容易出现焦躁的情绪。在学业上表现为不能沉着冷静,需要问题不能勇敢面对,无法和同学友好相处等等。

(三) 倦怠的学业情绪

主动性是每一位初三中等生应该具备的品质,通过调查发现,发现当前有相当一部分学生有倦怠的学业情绪。无论是在思想上还是行为上,都表现出非常被动的特点。造成这种现象的主要原因是,学生过于依赖家长和教师,在家里父母为孩子准备好一切,在学校教师以灌输式模式教学,长期如此,学生的学习主动性大大降低,在学业上表现为思维和行为上的倦怠情绪。

二、初三中等生学业自我情绪干预研究

(一) 组织户外集体活动舒展身心

性格孤僻的学生不善于融入集体,缺乏沟通交流能力,长期一个人独处,在为人处事上存在明显的缺陷。初三学生应该要保持积极乐观的情绪,要融入班集体的这个大家庭中,这样在学习上才会表现出自信的品质^[2]。对带有倦怠特点学业情绪的学生,可以通过开展户外集体活动来进行干预,例如社区打扫卫生活动,几乎是每一所学校都会开展的活动,而且该项活动开展起来非常简单,适合作为户外集体活动的项目。首先通过抽签的形式将学生分为六人一组,每一组的学生负责不同区域的卫生打扫。卫生打扫结束后,教师对每一组的卫生打扫结果进行检查,对态度认真负责的学生进行表扬。以上是以完成任务为主导的户外集体活动,为了舒展学生的身心,教师还可以开展以游戏为主导户外集体活动,比如:“撕名牌”的户外集体活动,可以锻炼学生的应变能力和身体协调能力等等。或者教师可以开展“谁是卧底”的活动,通过游戏让学生

实现交流互动,从而消除孤僻的学业情绪。综上所述针对孤僻学生情绪的初三学生,教师应该要多开展户外集体活动,可以让学生之间的情感提升,给学生提供更多的相互交流和提高的机会。

(二) 设计分层学习活动提高自我效能

初三学生学业紧张知识难度系数更大,在学习的过程中,部分学生由于方法,或者学习节奏过快等原因,导致学习出现掉队的现象。再加上青春期的学生对自己的要求较高,自我效能感较强,所以部分学生出现焦躁不安的情绪。针对这部分学生,教师可以降低对学生的要求,将学生划分为不同的层次,将知识划分为不同的等级,对各层次的学生进行因材施教。在课堂教学中,教师根据不同层次学生的特点,鼓励各层次的学生参与到教学之中。比如英语课上,教师设计的趣味性英语交流活动,可以让低层次的学生参与,因为盖层次学生的主动性不好,学习上没有获得成就感,让他们参与趣味性活动,在活动中体验学习的愉悦,在学习结果上获得成就感,让学生喜欢英语活动,消除焦躁的学业情绪。教师应该在每堂课最后的探究活动中,可以让高层次的学生参与进来,激发该层次学生热爱探究的兴趣,让学生冷静下来思考难题,戒除成绩优秀学生眼高手低,急于求成,焦躁的不良情绪,培养学生沉着冷静的性格。

(三) 开展竞技体育活动生成积极情绪

针对具有倦怠学业情绪的中等生,教师可以通过开展体育竞技活动,来生成积极情绪。例如羽毛球比赛活动,是男生和女生都喜欢的活动。教师可以利用课外活动时间开展羽毛球竞技活动。首先对学生进行分组,分组的原则遵循公平公正原则,随后开始进行羽毛球比赛活动,比赛的方式是通过抽签的形式进行,通过淘汰制的方式评选出冠亚季军。竞技体育对学生来讲有很大的促进作用,初三的学生非常重视比赛的结果,每一组的学生为了获得冠军,都会通过不懈的努力投入到比赛中。通过进行竞技体育活动,学生的争强好胜的心理瞬间被激发,每一位学生努力的朝着目标奋斗。活动结束后,教师应该对获得冠亚季军的组进行表彰,并对表现好的学生进行表扬,让学生获得成就感和荣誉感。教师多利用课外活动时间,举办体育竞技活动,培养学生竞争意识和获胜的决心,从而引导学生消除倦怠情绪,培养积极情绪。

三、结语

初三中等生在学习上表现出多种问题,比如学习上的惰性,性格内向孤僻等等,造成这些问题很大的原因,是学业上的不良情绪导致的。因此教师要针对中等生的性格和学习特点,分析不良学业情绪产生的原因,探索如何干预初三中等生的学业情绪。

参考文献

- [1]曹娟.初中生学业情绪现状与分析[J].心理月刊,2021,16(09):217-219.
- [2]曹柏远,应婷丽,曹玲珍,代鸣,姚宝骏.中学生生物学积极学业情绪与认知投入的关系研究[J].兰州教育学院学报,2020,36(06):89-92.