

关注“学习科学” 破解“学不得法”

——“学习心理学与学习科学视域下基础教育的教与学”学术研讨会侧记

■ 本报记者 夏应霞

5月13日,四川省心理学会基础教育学学习心理专业委员会成立大会暨“学习心理学与学习科学视域下基础教育的教与学”学术研讨会在成都市新津区教育科学研究院举行。此次会议让“学习心理学与学习科学”这一领域重新得到专家和教师们的认识 and 关注。

“2021年,我们开始了学习力的一系列课题研究,在研究过程中,我们发现很多老师对教育领域里至关重要的学习科学知之甚少。”四川省心理学会基础教育学学习心理专业委员会主任委员王友强说。此次研讨会上,在专家的引领下,31位来自省内幼儿园、中小学的研究者交流了在教学提升学生“学习力”的探索,就“学习心理学和学习科学”概念、目的、教学实践进行了深入交流。

◆时代需求:“金矿不如开脑矿”

“学习能力是一个人的重要能



黄建军 摄

学习动力是推动学习前进的力量,学习动力强的学生学习更加努力,更容易克服困难,迎接挑战。当下很多学生学习效率低下,没有学习的动力,有些学生甚至产生了厌学情绪。因此,教师应该帮助学生克服困难,启发他们对未知的好奇心和培养广泛的兴趣,并对学习保持积极情感,从而使他们拥有惊人的学习动力,能够主动、积极地获取知识。

一、学习动力的定义和构成

很多学者针对学习动力展开广泛研究。如沈阳师范大学的学者田玲认为:“学习动力包括学习需要、学习目标、学习兴趣、自信心、情绪情感、外在压力等要素。”美国学者诺埃尔·兰迪认为:“学习动力是一种神秘因素,它是由兴趣、抱负、灵感、价值观、自信心等方面组成的一个混合体,它是促进人们进步的关键。笔者认为:“学习动力是驱动学习的原始动力,是鼓励、指引学生学习的强大推动力。它对学习活动起激活、维持和推进作用。它由学习兴趣、学习动机和学习态度三要素构成。

二、学习动力各要素的作用及其联系

彭聃龄主编的《普通心理学》中认为兴趣是人们探究某种事物或从

力,在实际教育教学中,由于认知和心理发展程度的不同,学生对于学习方法的掌握参差不齐,“学不得法”是学生中较为普遍的现象。”在研讨会第一个环节,四川省心理学会理事长、成都师范学院教授卢雄代表学会秘书处宣读基础教育学学习心理专业委员会成立通知。卢雄表示,该专委会的成立是完善中小学学习能力研究工作体系的一件大事。他希望专委会不断深化基础教育中学生学习心理研究工作,积极推动我省中小学学习心理的健康发展。

“未来的学校必须把教育的对象变成自己教育自己的主体。受教育的人必须成为教育他自己的人;别人的教育必须成为这个人自己的教育。这种个人同他自己的关系的根本转变,是今后几十年内科学与技术革命中教育所面临的最困难的一个问题。”王友强从联合国教科文组织的《学会生存:教育世界的今天和明天》开始,阐释了关注“学习科学”的重要性和

必要性。

王友强说,20世纪初,从巴甫洛夫的实验、皮亚杰对儿童学习的研究,几十年过去了,“学习科学”从种子期到繁荣期经历了近百年的历史。世界平民教育家晏阳初认为:“金矿不如开脑矿。”20世纪末,国外关于学习科学的专著不断出版,如《人是如何学习的:大脑、心理、经验及其学校》《剑桥学习科学手册》《国际学习科学手册》等。而国内的研究相对滞后,2022年,四川省心理学会组织了120多名优秀教师编写了《初中生学习能力自我提升》1-6册,现已公开出版。基于此,基础教育学学习心理专业委员会应运而生,并得到省内老师们积极响应,目前为止,专委会会员达300人(含11个集体会员单位成员)。

此次研讨活动聚焦“开脑矿”,共收到了主题论文160多篇。经省内13名特级教师和正高级教师盲评、终审、会审,评出一等奖20篇、二等奖35篇、三等奖50篇,最后将在四川省心理学会网上公示并颁发证书。

◆专家建议:心理学视野中的学习方式变革

在“学习心理学与学习科学视域下基础教育的教与学”学术研讨会环节,成都师范学院教育与心理学院院长、教授唐安奎就“心理学视野中的学习方式变革”作主题报告。

唐安奎说,20年前的学习方式变革倡导“自主、合作、探究”,这一具有革命性的影响的改革在理念上更新了教师认识,有助于人们突破工业革命以来标准化的学习模式,有助于在信息化时代构建个性化、主动、能动的学习方式。但在实践中,不少学科

教师抽象地理解自主、合作、探究,如何将融入学科实践和教学不清楚。“一些所谓的自主、合作、探究缺乏学科依托,经常出现虚假探究、无意义、无价值探究的问题。”唐安奎说,“为了立德树人根本任务的整体推进,我们要强调学科实践,两个关键词:一是实现实践育人,二是实现学科育人。这是未来学习变革的重要内容。”

“变革不是支离破碎的,而是以育人为根本取向的变革。”唐安奎提醒教师们要关注四个方面的学习方式变革,一是面向真实情景的项目式学习,这是学习方式变革的趋势;二是基于融通的跨学科学习,新课标提出10%课时的跨学科主题学习怎么组织实践需要教师们深入探究;三是基于思维发展和高阶思维发展的深度学习;四是在日益开放的时代中,如何打破壁垒,把封闭的学习变为与实践相结合,构建无疆域、无边界的

学习方式,需要学校系统谋划、整体推进,方能实现中国式教育现代化。如何实现学习方式变革?唐安奎说,心理学发展到今天已经有一两百年的历史了,所有成流派的心理学家或多或少论及到“学习科学”,从传统的行为主义、认知主义、神经科学、人本主义从各自不同角度都讨论到认知或是学习的问题。教师要超越原来熟悉的、凭经验和感觉、模仿的状态,理性、科学进行研究。

◆教师探索:让师生都成为自我教育者

研讨会分为学前教育、中小学教育两个分论坛。中小学教师组,来自仪陇中学、通江县实验中学、成都市川化中学、新津区教科院、新津中学等15位校长、教研员、教师代表围绕

“学习心理学与学习科学视域下基础教育的教与学”主题进行了精彩纷呈的分享。

“所有的求学,最终都是为了自主学习;所有的教育,最终都是为了自我教育;所有的学习,最终都是为了自主学习。教育的最终归宿,是让师生都成为卓越的自我教育者。”新津中学的陈晓玲在从什么学习科学、学习力提升的策略两方面论述了自己的研究成果。新津区实验初级中学的冯志净的“初中生学习时空管理实践研究”从发现中学生学习时空管理能力差,导致学习效率低的现状到提出培养途径:四象法则、二八法则、PDCA循环(计划、执行、检查、处理),循环往复,阶梯式上升。成都市川化中学肖成的“学习心理学与学习科学视域下数学建模实践研究”从新课标要求出发,提出了策略:科学设计实验,建立模型理论;教师和学生共同探讨;运用多媒体技术,打造多维空间。新津区实验高级中学毛灵交流了“组建学习共同体,促进农村中学生英语学习能力提升”。通江县实验中学牟超介绍了批判性思维的培养……15个研究成果,从管理、学科、心理学各层面切入,内容丰富,来自实践,很接地气。

学前教育论坛,来自新津区、高新区、天府新区、大邑县等地16个探索——“倾听——抵达儿童内心,赋予成长支点”“链接入学准备,在自主学习中提升幼儿学习力”“一日生活中幼儿语言表达能力的培养策略浅析”等,聚焦孩子学习力提升,以生动的案例将教师教的策略和学生学的方法呈现了出来,详细地阐述了学生倾听、自主、合作、反思、创造等学习力提升的过程,与会教师如沐春风,收获满满。

看见是光 接纳是爱

——学生情绪应对策略

■ 成都市锦江区师一学校 郑朗

弗洛伊德说,未被表达的情绪永远不会消失,它只是被活埋了,有朝一日,会以更丑恶的方式爆发出来。在教育学生的过程中,教师常会遇到学生有负面情绪的情况,如果忽视学生的负面情绪,直接说教或者批评,对于一部分胆子比较大的学生,这种情绪会被压抑,久而久之,学生对老师会产生怨恨;胆子比较大的学生可能当场会和教师发生冲突。那么,在教育学生的过程中,对学生出现的情绪问题,教师应该怎么应对呢?

一、看见学生的情绪

教师要做一个有心人,能敏感地捕捉到当下学生的情绪,当观察到学生有情绪时,一定不要忽略对方的情绪直接进行教育。学生带着情绪,不仅听不进任何道理,并且还有可能产生逆反心理,这时的教育非但起不到任何作用,还很可能激化情绪,导致过激行为。日常生活中,一些学生因为非常小的事情而发生很激烈冲突,造成严重后果,正是由于情绪没有得到及时关注并处理造成的。正确做法是,当教师捕捉到学生的情绪,一定不要急着说教,而是让他把情绪表达出来,如:“某某同学,你现在是不是有点委屈?”或者是“我觉得你好像有点激动,是吗?”这样,学生就会感受到被共情,会感到有一束光照亮了自己,自己的内心被老师“看见”,被理解的感觉油然而生,这对缓解情绪有很大的帮助。

二、接纳学生的情绪

当学生情绪被“看见”,他们通常会一股脑地说出自己的委屈、愤怒等。教师让学生敞开了心门,他们的情绪也有了宣泄通道。但是,有些老师听到学生的不合理或者错误的认知时,往往会打断他们说话,或者立即进行评价。如,“你这样想是不对的。”“这点小事算个啥,没关系的,豁达一点。”这其实是在否定学生的感受,认为其不应该有这样的情绪,或这样的情绪是不对的。学生重新感受到不被理解和不被接纳,本已敞开心扉会再次关上。经常被否定的学生,会拒绝下一步的沟通,因为每一次“掏心掏肺”都会让自己被否定、被伤害。学生当下的感受是真实的,在成年人看来很小的事情,对于孩子来说可能“天大”。所以,当学生倾吐感受和情绪时,老师要耐心倾听,不论所讲内容是否符合自己的价值观,不判断、不评价;可通过点点头等行为对学生的感受表示理解,如:“哦,你觉得老师误会了你,所以你很委屈。”或者是“同学擅自拿了你的东西,确实挺让人生气的。”学生感受到被允许、被接纳,就是常说的“尊重学生”。当一个人被尊重的时,爱就发生了。

三、复盘学生的情绪

当学生的内心被看见、被接纳之后,情绪基本会平复得差不多了。这时,教师不能就此结束和学生的沟通,如果学生的情绪每一次都止于被接纳,会产生弱者思维,认为自己很可怜,需要全世界都包容、接纳自己,不利于心理健康。教师要趁复盘其刚刚发生的情绪,启发思考,提高认知。正如情绪的ABC理论描述的,产生情绪的往往不是客观的事实,而是人对事实产生的信念。青少年处于价值观不稳定的阶段,会有一些成年人看来很幼稚的信念,所以情绪才不稳定。每次情绪结束,教师和他一起梳理和挖掘情绪背后事件和信念,启发学生意识到自己有误区,才能提高其认知能力并形成积极思维。如,学生被老师批评后,会非常愤怒,就要引导学生如何正确看待批评。批评会让人产生不好的感受和情绪,但批评的背后往往是关心、担心、重视。当学生认识到了事情的本质,以后再面对批评可能就不会产生很大的负面情绪了。

在教学生涯中,难免会遇到学生情绪激动的时候,如果是简单粗暴地理解成学生不尊重老师,或者是学生不懂事,这是一种误解。作为老师,要通过敏锐的观察捕捉学生的情绪,通过接纳让学生感受到理解和尊重,同时启发思考,提升认知,引导学生学会辩证思维。坚持这样做,一定能成为情绪稳定、温暖有爱的老师,在收获和谐幸福的师生关系同时,影响学生的一生。

试论学生学习动力

■ 成都市新津区实验初中 杨娇

事某种活动的心理倾向,人们对于自己感兴趣的东西会表现出极大的积极性,并且产生某种肯定的情绪体验。杜威在1913年的《教育中的兴趣和努力》中认为:“没有兴趣,就是思考也会是草率和肤浅的。”兴趣是最好的“老师”,它能激起大脑的兴奋状态,能最大限度提高学习效率。如果对学习没有兴趣,学习就会苦不堪言。兴趣如同化学反应中的“催化剂”,能促使学生产生求知欲望,是开启学习动力的钥匙。

彭聃龄主编的《普通心理学》中认为动机是由目标或对象引导、激发和维持个体活动的一种内在心理过程或内部动力,是构成人类大部分行为的基础。哈佛大学的柯比教授在《学习力》一书中写道:“任何人的学习,都一定要通过他的头脑,一定要转变为他愿望的动机,才能使自己行动起来,被强迫学习的东西是不会保存在心里的。”动机又分为内部动机和外部动机。内部动机是指因学习活动本身的意义和价值所引起的动机。

外部动机是指因学习活动的外部后果而引起的动机,如学习是为了获得好成绩、或是得到表扬、鼓励、荣誉、避免惩罚等。外部动机要转为内部动机才能形成更为持久的学习,为了让学习者更为有效和坚持学习,应激发以内驱力为主的学习动机。当学生具备了内在学习动机,就会产生主动、认真学习的意愿。

社会心理学家沙蓬香提出态度是人们对于一定对象相对稳定的内部制约化的心理倾向。哈佛大学博士爱德华·班菲德认为:“在学习中,能否具有超越常人的学习力,很大程度上取决于你的学习态度。”端正的学习态度对激发学习动力有积极作用,如学习有信心,相信自己有能力完成学习任务,对学习持积极情感;学习自主性,学习具有主动性和自觉性,学习才会动力十足。

当学生真正对学习产生了兴趣,就产生了以内驱力为主的学习动机,教师再引导学生树立端正的学习态度,学习就会产生持续不断的动力,

有了学习动力,学生就会积极探索和进取,进而取得好成绩。所以,我们既要重视学生兴趣的培养、动机的激发,也要树立学生端正的学习态度。

三、培养学生学习动力的实施策略

策略一:培养学习兴趣

培养学习兴趣的方法多种多样,笔者通过多年的教学实践发现良好的教学氛围、新颖的教学设计、丰富的教学活动、多样化的教学方式等可以培养学生的学习兴趣。以英语学习为例,为了提升英语学习的趣味性,课前导入可以通过丰富的图片、视频、歌曲等方式吸引学生的注意,促使学生积极思考探索,课堂中通过有效提问、鼓励质疑、活动教学等方式维持学生的注意力,激发探究心,课后通过学唱英语歌、英语电影赏析、趣配音、英语话剧等实践活动让学生体会到英语学习的乐趣,由“要我学”到“我要学”。

策略二:激发学习动机

学习动机受多种因素影响,包括

要为考生营造什么样的精神环境?

■ 江苏省宿迁经贸高等职业技术学校 吴维煌

中高考是人生重要的考试,每个考生都有要考出好成绩的愿望,也都有不同程度的压力。为了让学生考出好成绩,不仅要注重考前复习的策略和方法,对学生进行必要的考前心理辅导,也要给学生营造一个轻松的学习环境、生活环境及精神环境。学习环境及生活环境可以通过室内外设施的改变,达到给学生减压的目的,但精神环境的营造需要更多的智慧。

绝大多数学校的毕业班学生与非毕业班学生的精神环境是不一样的,例如,毕业班学生每天要进行班级集体早晚宣誓,全班同学集体呐喊,誓词直指如何拼命学,如何考出好成绩,在喧嚣的气氛中有着浓浓的

紧张感及压力感。有些学校把时间精确到分秒,不希望学生浪费一分钟的学习时间,课间时间被老师掐头去尾后,基本没给学生留下休息的时间。有些学校为了让学生多学一点,学生考前一天,延长早晚自习时间,学生整天都在听课及做题。

适度紧张,是毕业班应有的精神环境,但精神环境若处于过度紧张状态,对考生应考是不利的,所以,给毕业班学生营造一个适合的精神环境,是临近中高考时每所学校都应重视的问题。

首先,给考生一个相对轻松的班级氛围。在教室布置上,教室里的励志墙贴、考试倒计时提示牌等也应适当清理,在教室里放置哑铃、拉力

器、跳绳、呼啦圈等既简单又不占地方的健身器材,让学生课间时活动一下身体;如果教室空间较大,在教室后方的某一墙角处设置一个微型茶吧或咖啡角,让学生在品茶及品咖啡的同时聊聊天。在氛围营造上,在非上课时间,打开教室里的音响设备,播放一些学生喜欢的轻松的背景音乐。在活动组织上,临近考试,应减少或取消考前宣誓,将原来用于宣誓的时间改成唱歌,让全班同学同唱一首学生喜欢的歌曲,大家齐声放声歌唱的过程非常有助于减压。

其次,加大“考前陪伴”的力度。考前陪伴比考前辅导更重要。如何进行考前陪伴?以晚自习为例,很多毕

业班的晚自习都跟白天正课一样实施教学。临近中高考,应把晚自习的时间用于考前陪伴。例如:让学生在时间段自主安排复习,全体任课教师坐在教室外。虽然师生之间隔着一道墙,但学生们更能够感受到教师陪伴的温暖。在这一过程中,学生在自主复习中遇到问题,到教室外问老师,老师进行一对一解答;学生想跟老师聊聊天,老师就用心陪伴;有心困惑的学生想得到某位老师的疏导,该教师就敞开心扉与学生进行积极的心理互动。

再次,家庭及社会共同疏解学生的考前焦虑。家庭层面,家长不要将注意力集中在孩子模拟考试分数及排名上,不要整天唠唠叨叨只谈学

习,更不要把自己的焦虑情绪转嫁到孩子身上。考试前,家长应在搞好后勤服务的同时,多跟孩子聊孩子感兴趣的考试之外的话题,多跟孩子一起散散步、打打球,营造轻松的家庭氛围。社会层面,越是临近考试越应淡化考试,通过媒体向毕业生推送减压操、一分钟集体舞等视频,助力考生减压。还应以科普的形式,对学校及考生进行考前心理健康辅导。

环境,能够释放出无声的语言及力量,对人的影响可能会大于言语的疏导。在中高考即将来临之际,给学生营造一个有助于释放压力、舒展心情的精神环境,是考前每所学校必做的功课,需要引起高度重视。