

教育导报



Education Guide

在这里,见证教育的无限可能……

四川省教育厅主管 四川省教育融媒体中心(四川教育电视台)主办 《教育导报》编辑部出版



家教周刊

国内统一刊号:CN 51-0052 邮发代号:61-141 2023年12月9日 星期六 今日4版 第121期 总第3886期



激发内驱力 让孩子学习主动又高效

■ 本报记者 张文博

慎用外在奖励激发孩子的学习内驱力

然而,在漫长的学习过程中,孩子的内在驱动并不总是足够的。这时,有的家长往往采取外在奖励的方式。陈祉妍提醒家长,一定要慎用外在奖励,尤其是用金钱和物质去激发孩子的内驱力。

“家长有时会陷入误区,觉得给孩子一些奖励是有用的。比如,当你公布一个超级大奖的时候,孩子可能会很兴奋,并为此付出努力。”陈祉妍指出,这种努力是短期的,有时候甚至短到一个小时都持续不了,因为外在奖励只能带来短暂的兴奋状态。紧接着,副作用就来了:孩子会不断要求更多奖励;孩子只有在奖励的推动下才愿意完成任务;孩子会不想努力,不愿挑战难度更高的事情。

生活中,家长们给孩子的奖励往往是:考试成绩提高多少分,考试

排名提高多少名,就给孩子相应的奖励。不难看出,这种奖励针对的是学习成果,而不是学习过程。

在这种情况下,孩子更容易忽略学习过程。“他会更急功近利,想越过学习的漫长过程而去获得那个结果,这其实不利于孩子养成正确的学习态度。”陈祉妍说,正确的做法是奖励孩子为结果付出的努力。当“努力”经常收获外在奖励时,它会成为一种二级强化,并逐渐成为内在奖励。也就是说,“努力”这一态度本身,可以通过奖励来强化,当“努力”得到强化后,孩子不需要外在奖励,也会主动付出努力来完成一件事。

此外,外在的奖励还会破坏内在的动机。心理学家设计了这样一个实验:三组孩子进行绘画测试,A组给预定奖励,B组给随机奖励,C

组无奖励。实验结果表明,A组预定奖励的孩子表现得最差,因为奖励破坏了他们的内在驱动力;B组随机奖励的孩子表现得最好,但只是短期的效果,并且他们的兴趣会逐渐被奖励替代;C组无奖励的孩子表现为中等,但是长期来看,无奖励有利于激发他们的主动性。这个结果证明了有奖励和随机奖励,都会一定程度上破坏孩子的内驱力。

更可怕的是,有些家长在不知情的情况下错用、滥用奖励,让孩子养成了一些坏习惯。“如果学习只是为了得到奖励,最终他会觉得学习是个苦差事,进而厌恶学习,恨不得马上逃离。”陈祉妍告诫家长,当我们想要激发孩子的内驱力时,要谨慎使用外在奖励,它表面看起来好像有点用,但往往弊大于利。

内驱力在一次次战胜困难的过程中积累

“学习是一个漫长的过程,更是一件‘痛并快乐’的事。”陈祉妍说,当我们遇到困难无法解决时,会产生焦虑、自责、自我怀疑等负面情绪,这是心理上的“痛”;除此之外,我们也会感到生理上的“痛”,比如疲劳、眼花、出汗、身体僵硬等不适的状态。但是,在“痛”的同时,如果孩子有一定的耐受力,就可以承受住“痛”继续解决困难,最后取得成功。

当孩子走到这一步,其实已经不太需要外在的肯定和认同,因为战胜困难的过程就自带奖励。但有些目标可以是长期的,如成为一名医生;也可以是短期的,如学会一门新技能。不论目标的大小,它们都可以成为学习的内在驱动力。

最后,目标是内在驱动的重要元素。设定明确的学习目标可以帮助孩子集中注意力。这些目标可以是长期的,如成为一名医生;也可以是短期的,如学会一门新技能。不论目标的大小,它们都可以成为学习的内在驱动力。

“内驱力真正的形成方式就是每一次克服困难获得成功。”陈祉妍希望孩子能够慢慢形成一种判断:我知道自己很棒,我能解决这个问题,因为我过去解决过类似的困难,甚至比这还困难的事情,我获得了成功。所以我知道,成功是需要付出汗水甚至泪水的。通过努力,通过“痛”的过程,最后我会快乐。

当孩子无法克服困难的时候,家长应该怎么办?陈祉妍表示,我们要成为孩子的拉拉队,要成为他登高的一个扶梯,渡河的一叶扁舟。当孩子产生恐惧、厌倦,觉得自己不行、做不到的时候,家长要给他加油鼓励。

除了加油鼓励,家长还要给孩子一定的帮助。从学习方法的辅导,到更具体的解题思路的提示。

陈祉妍将其比作“摘苹果”,如果孩子踮脚、起跳都无法够到树上的苹果,家长不妨给孩子一个“梯子”、一个“台阶”,或者让孩子骑在自己的肩膀上,再去摘苹果。“他可能不是靠自己百分之百的努力摘到苹果的,但他也付出了很多汗水。所以,即使是通过外在的助力才摘到苹果,孩子也会有成就感,这就是内驱力日复一日积累的来源。”

因此,想要激发孩子的内驱力,家长得创造更多条件,让他一次又一次体验到克服困难、获得成功的成就感。当孩子凭借自己的努力,依然很难克服困难时,家长要给予一定的心理辅导和学习方法的辅导,做孩子成长路上的“梯子”和“台阶”,激发孩子的学习内驱力,使他获得成功。

爸爸参加家长会理应成为常态

■ 叶金福

近日,浙江省慈溪市慈吉实验学校举办小学部高段“家长开放日”,要求学生爸爸尽量到校。活动当日,五、六两个年级有近90%的学生爸爸参加了家长会和亲子运动会,收到孩子们写的“爸爸的优点”和“最想对爸爸说的话”的亲情卡。(12月7日澎湃新闻)

在我们的印象中,学校通知家长到校参加家长会,往往不会在性别上作硬性要求,只要爸爸和妈妈两人中来一个参会即可。但此次该校明确要求爸爸参加家长会,为何会引发社会关注呢?

以往,在很多学校召开的家长会上,与会者绝大多数都是妈妈,而爸爸却难觅踪影,家长会往往成了“妈妈家长会”。之前不就有一则“全班43人参加家长会,只有7人是爸爸”的新闻报道吗?这说明,家长会成“妈妈家长会”并非无中生有。

“陪伴,是最长情的告白”,孩子既需要妈妈的陪伴,也需要爸爸的陪伴,两者缺一不可。但事实上,“爸爸负责赚钱养家,妈妈负责管钱带娃”几乎成了很多家庭育儿的统一模式。于是,“丧偶式教

育”“诈尸式育儿”便成了时有发生的现象。

一直以来,很多爸爸因为工作繁忙、生活压力大等原因缺席孩子的教育和成长过程,这不仅会导致孩子从小缺少陪伴式的父爱,还会影响孩子的性别角色意识、性格的形成、能力的形成、智慧的启迪,而男性身上的刚毅、勇敢、责任感更是孩子成长中必不可少的精神养分。可见,父亲的教育作用是其他任何人不能代替的。

“家庭教育中父亲的缺位已时有发生。这场特别的家长开放日

活动,不仅是这学期送给孩子们的特殊礼物,更代表学校希望父亲真正参与到孩子教育中来的态度。”正如校方所言,这是对爸爸缺席家庭教育的一种纠偏,同时,也是对爸爸融入家庭教育的一种呼唤。

一方面,“要求爸爸参加家长会”的背后蕴含着对爸爸角色的重视和期望,因为爸爸的参与可以促进亲子关系的和谐。许多研究表明,爸爸对于孩子的学习成绩、心理健康以及社交能力等都有着积极的影响。

另一方面,“要求爸爸参加家长

会”也是学校对家庭“丧偶式教育”的一种矫正,通过让爸爸融入孩子的教育,让“丧偶式教育”回归“双亲式教育”,这无疑利于孩子的教育,更利于孩子的成长。

希望类似“要求爸爸参加家长会”的通知不妨再多一些,比如要求“爸爸接送孩子”“爸爸周末尽量多陪孩子”等,通过更多这样的“硬要求”,提醒并督促更多的爸爸积极主动地承担起教育孩子的责任。如此,家长会才不会成为“妈妈家长会”,家庭教育才不会沦为“丧偶式教育”。

家教快讯

教育部最新通知:不带病上课上学!

近日,教育部印发《关于做好冬季学校流行性疾病防控工作的通知》,部署各地教育行政部门和学校切实做好冬季流行性疾病防控工作,重点强调六方面工作要求。

一、高度重视多病共防

冬春季是新冠病毒、流感、诺如病毒、肺炎等传染病和肺炎支原体感染等疾病高发季节,易呈现多种流行性疾病交替或共同流行的趋势。2023年10月以来,我国流感、肺炎支原体感染活动逐步增强,多地流感、肺炎支原体感染呈上升趋势,一些地方和学校也出现了呼吸道疾病明显增多的情况。各地教育行政部门和学校要充分认识到做好当前冬季流行性疾病防控工作的重要性和重要意义,坚持底线思维和底线思维,针对可能出现的多病共防、流行病叠加、流行峰值交替的情况,因时因地做出科学有效应对,扎实做好各项防控措施,尽最大可能保障师生生命健康安全。

二、加强监测预警干预

各地教育行政部门和学校要加强疫情监测体系建设,督促师生做好日常防护和健康监测,重点落实中小学校和幼儿园晨午检制度、传染病疫情报告制度、因病缺勤缺课追踪登记制度、卫生消毒制度等,切实增强学校疫情监测的及时性、精准度。各地教育行政部门要针对当地学校呼吸道传染病发病情况,主动与卫生健康、疾控部门会商,加强信息互通,协同开展风险研判和预测预警,指导学校做到科学精准应对。

三、强化日常健康教育

各地教育行政部门和学校要开展全覆盖、多形式的新冠感染及其他冬季流行性疾病防控知识宣传,引导师生科学理性认识流行性疾病的特点和危害。引导师生深化“每个人是自己健康第一责任人”理念,日常生活中科学佩戴口罩,保持勤洗手、常通风、注意咳嗽礼仪、公筷制、分餐制等良好卫生习惯,适度参与锻炼,增强体质和免疫力,提高健康素养和自我防护能力。加强家庭教育指导,引导家长帮助孩子均衡膳食,规律作息,带动孩子养成良好生活习惯。配合有关部门做好儿童青少年新冠、流感、肺炎球菌等疫苗接种宣传引导,优化接种服务,保障接种安全,进一步提高师生接种意愿和免疫水平。指导有发热、咳嗽等症状的师生做好防护、及时就医、规范治疗、科学用药,不带病上课上学,避免参加集体活动和前往人群密集场所。

四、加强患病学生服务

各地教育行政部门和学校要完善应对预案,做好线上线下教学有序衔接,对因病缺勤的学生,指导利用丰富的线上教学资源居家学习,任课教师应与家长及时沟通对接近期教学重点。以学生身体健康为重,对学生患病期间的作业可不作硬性要求。结合呼吸道疾病病程特点,引导家长让患病学生充分治疗和休息,切实科学作出返校上课安排。

五、做好物资储备

各地教育行政部门要会同卫生健康和疾控部门,针对冬季流行性疾病流行形势和发病态势,科学预测预判可能发生的疫情,指导学校动态调整防疫物资储备,保障医疗和生活物资供应,提高服务保障水平。

六、狠抓责任落实

各地教育行政部门和学校要会同卫生健康、疾控等部门,强化对冬季流行性疾病防控工作的组织领导,统筹推进、各负其责、齐抓共管。教育行政部门要加强指导,督促学校进一步查找重点传染病防控工作风险和漏洞,及时整改问题,确保各项防控措施落实到位。学校要进一步加强组织领导,统筹工作安排部署,健全工作机制,细化防控措施,压实防控责任。

(本文摘自“四川教育发布”微信)