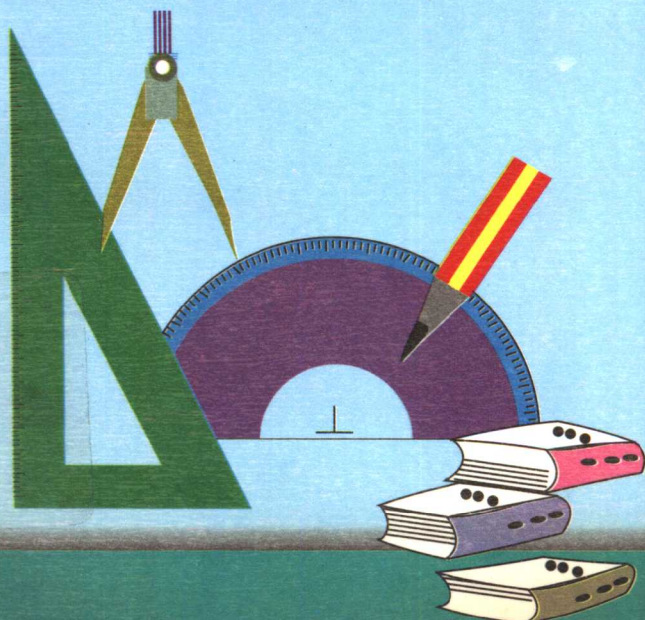


教师基本功实用丛书^{③②}

学生的心理与意志品质的培养

田晓娜 主编



教师基本功实用丛书 ②

学生的心理与 意志品质的培养

田晓娜 主编

国际文化出版公司

《教师基本功实用丛书》编委会

主 编	田晓娜		
副主编	周德明		
编 委	田晓娜	王波波	王 昭
	于 明	杨邵豫	彭卫红
	周德明	崔雪松	韩敏敏

目 录

培养学生良好的意志品质	(1)
学生个性心理素质的培养	(3)
青少年的良好性格的培养	(10)
小学生意志品质的培养	(17)
中学生的心理冲突与调适	(22)
学生行为矫正五种方法	(32)
学生自信自强意识的培养	(34)
学生不良品德的矫正	(35)
学生的情感教育	(43)
学生无意识心理与良好道德习惯的养成	(48)
独生子女学生集体主义思想的培养	(55)
学生自尊心的培养	(57)
正确对待学生的表现欲	(61)
小学生“孝、礼、信、俭”的教育	(66)
中学生应加强节俭教育	(70)
学生自信心的作用与培养	(75)
防止中学生早恋的几点做法	(81)
初中学生早恋的类型、成因及教育	(84)
中学生的性教育	(92)
小学生校外规范行为的培养	(96)

称赞鼓励学生的方法·····	(101)
理智感及其教学中的培养策略·····	(150)
课堂中的非智力因素与知识传授·····	(152)

培养学生良好的意志品质

意志是人自觉确定目的、并根据目的调节支配自身的行为，是克服困难、去实现预定目标的心理过程。良好的意志品质不仅是组成良好个性的重要因素，也是组成学习行为的内在动力系统的重要因素。尽管我们强调教师在教学中应激发学生的学习兴趣，使学生能在积极、愉快的情感伴随下进行学习，但学习毕竟是一种艰苦的脑力劳动，再好的教材、教法，不经过内化也难以理解和掌握。教学活动中的意志培养，在90年代的今天尤为重要。无数事实证明，智力超常者未必成才，这往往是由于他们缺乏良好的意志品质；而成才中占据较大比例的是智力中常者，他们大多具有坚毅不拔、执着追求、勇于克服困难等良好的意志品质。因此，在教学活动中培养学生良好的意志品质，是教师不可忽视的任务。须知，青少年时期的意志培养，将使学生终生受益。

小学生在学习中往往表现出主动性、独立性和坚持性较差，他们更多的是在老师、家长的督促下被动学习。因此，教改中学法指导的研究不应限于指导学生如何学习，还要重视培养他们良好的意志品质，使之以坚强的意志迎接更高一级的学习任务，迎接学业完成后的各种挑战。

小学生良好的意志品质主要为自主精神、刻苦精神、耐挫精神、持之以恒精神及专心致志精神。在学法指导中，教师要有意识地培养学生的这些意志品质。

1. 培养自主精神

学习上的自主精神是指主动地、不需要旁人的提醒督促地去学习的意识。自主精神是学生在自主学习的过程中产生并形成的，它依赖于学生对学习方法的掌握。掌握学习方法并能自主地运用，在实践活动中体验成功的喜悦，这无疑能促使自主精神的发展。

2. 培养刻苦精神

学习上的刻苦精神是指面对学习上的困难不害怕，不退缩，顽强地与困难作斗争的意识。生在福中不知福是当代小学生的一大弱点，由此造成许多学生不肯在学习上付出辛苦。因此，创设一定的困难情境，指导学生自觉地运用学习方法去克服困难，培养他们刻苦学习的精神是很必要的。

3. 培养耐挫精神

学习上的耐挫精神是指碰到挫折不灰心，懂得失败是成功之母，变挫折为动力的意识。小学生往往经不起一点挫折，稍一遇挫折就觉得什么都完了，往日的功夫白费了。教师这时就要有意识地创设挫折情境，教给学生挫败为胜的反挫折方法，培养其耐挫精神。这里最要紧的是让学生学会面对失败知道如何分析原因。这种寻找错误原因和修改作文的过程，磨炼了孩子们的耐挫意识，使他们懂得了失败之后只要不灰心，认真寻找失败的原因，就一定能反败为胜。

4. 培养持之以恒的精神

学习上的持之以恒精神是指学生以充沛的精力和顽强的毅力学而不厌、日积月累和孜孜以求的意识。“三分钟热气，五分钟兴趣”，可说是许多孩子的通病，尤其是对待学习。这实际上就是缺乏持之以恒的精神。我在教学过程中认识到，要

培养和锻炼学生持之以恒的精神，首先要让学生立志。立大志还是立小志，这取决于学生的思想认识水平。其次要引导学生描绘实现自己志向的目标蓝图。因为行动的目标越明确，行为意志就越坚定。再次要不断激励学生的自信心，经常让学生自己再现描绘的蓝图，并不断对自己说：“我一定能成功！”

5. 培养专心致志精神

专心致志精神即对待学习全神贯注，不受外界诱惑干扰，具有坚强的自制力的意识。生活在优裕的环境里，往往会使人产生庸懒之感。现在的独生子女都成了小皇帝，没有多少约束感，不少学生养成了边吃东西边做作业、边看电视边做作业的坏习惯。在这样有多种因素干扰的环境里，怎么能专心致志地学习呢？所以我觉得要提高教学质量，一定要磨炼学生的意志，学生这种不良的作业习惯非改不可。首先，课外作业尽量减少，课内力求精讲多作。其次，精心设计课外作业，力求使之思考性强、形式多样、紧扣本课课文的内容和要求。第三，限制作业时间。开始阶段请求家长协助，督促孩子做作业时不吃东西、不看书、不看电视，并限时完成。

良好的意志品质，促进了学生良好的学习态度和良好的学习习惯的形成，为他们成为四有人才打下良好的品质基础。

学生个性心理素质的培养

随着学校德育要求的提高以及增强学生心理健康的需

要，良好心理素质的培养日益为人们所重视。

长期以来，学校的德育偏重于青少年的思想政治教育而较少涉及心理素质培养。如对于自视过低、缺乏进取心的学生，教师惯用的教育措施就是开展前途理想教育，以激发其学习动机。其实，思想政治教育的第一步，应从帮助他们消除自卑心理入手。因为一个看不到自身价值的人，是不会有理想的，那就更不会为社会发展、祖国前途着想了。可见，思想政治教育只有和心理素质培养结合起来，才有利于德育目标的全面实现。国家教委颁发的《中学德育大纲》（试行稿）中明确提出：“中学德育目标包括思想、政治、道德品质、个性心理素质和能力等方面。”把培养学生个性心理素质作为德育的目标之一，是学校德育目标趋向完善的标志。

开展心理素质教育，对于增强学生的心理健康，预防心理障碍及心理疾病的产生，有其不可低估的作用。改革开放以来，整个社会发生了急剧的变化。社会交往的日益频繁，中西文化的交融、冲突，多元价值观念的并存，价值选择的困惑以及社会信息量的激增，生活节奏的加快等等，无疑都会造成人们的心理紧张。特别是青少年学生，除了承受社会生活的压力外，还要面临着学习负担过重，升学压力过大、家长期望值过高以及个人抱负与现实条件的反差等所带来的多种刺激。这就导致一部分学生产生了各种心理不适和心理疾病。这些心理疾病影响了学生正常的学习和社交，甚至会产生如逃学、厌世、离家出走、自杀等严重后果。面对现代社会生活和学校应试教育的压力，如何提高学生心理素质水平，这是学校教育迫切需要解决的问题。

为此，应该针对中小学学生的年龄心理特征及其易于产

生的心理不适或心理障碍,有选择地开展以下几方面的教育。

(一) 帮助学生建立积极的自我观念,发展其自尊自信和乐观向上的精神

所谓建立积极的自我观念,就是让学生以积极的态度看待自己。自我观念是人格的重要组成部分,它的形成发展对人格的健全发展具有很大的影响,而承认自我的价值则是自我观念积极发展的重要标志。教育实践表明,一些学生之所以自我贬低、自暴自弃,主要是由于自我观念消极,感到自己毫无价值而造成的。自我观念消极的学生,往往会以反社会或自我退缩的行为(如拉帮结伙、斗殴闹事、屡犯校规、逞强欺弱,或者自怨自艾、自设藩篱、拒绝交往)去寻求和表现个人的价值,如不及时教育,他们很容易误入歧途,因而对此切不可掉以轻心。

启发和引导学生发现、肯定、欣赏自我价值,并提供机会让其表现自我,这是建立积极的自我观念的最重要的措施。对后进生和自卑感较重的学生来说尤其必要。这类学生由于长期过低地评价自己。因此,在人际关系上,总感到自己屡受忽视而常有孤立彷徨之感;在学业上,自觉能力不足而不敢表现才能;对集体的委托和有竞争性的活动,唯恐失败而百般推辞和躲避……。由于经常把这种自我否定的评价理解为应得的和不可挽回的。久而久之,他们便形成“我不好”、“我不行”等自我否定的意识。针对这种情况,教师首先要利用各种方式,帮助他们全面地评价自己,使之培养起“人家好,我也好”,“我是一个有用的人”等自我肯定的意识;同时,还应尽可能地提供一定的条件让他们表现自我。如对学习成绩较差的学生,可以根据他们自身的特长,在体育、劳

动或文艺这些方面委以重任；对一些理解能力强而自制力较弱的学生，可以指派他们当小先生，帮助学习有困难的同学。这样就既能发挥他们长处，又能使他们在纪律上自我克制。让学生表现其长处，可以使他们发现和确认自己的价值和尊严，有效地提高他们的自尊心和自信心。

引导学生确立适当的抱负水平，有利于他们的自尊心、自信心的形成和保持。抱负是一个人对自己某阶段所要达到的目标的期望。“欲得其中，必求其上；欲得上，必求上上”。这是就长远的目标而言；而对短期内要达到的目标，则不应定得过高或过低。教师给学生提出的要求，应该是略高于他们的实际水平，通过引导，使他们能得到进步；而当他们每前进一步，教师便相应地把要求提高一点。这样，学生便在不断克服困难、不断取得进步中受到成功的激励，逐渐形成自信心。如果期望值大大高于学生的实际水平，就会使他们屡受挫折；而过多的失败体验，往往是导致焦虑、烦恼、灰心、自卑或逆反心理产生的根源。有的研究指出，当前学生中存在着对自己高估的百分数逐年降低，而对自己低估的百分数逐年提高的现象。其原因固然是多方面的，但家长、教师要求过高，造成学生因心理压力大而自我感觉不良，则是其中一个主要的因素。为此，教师有责任纠正自己对学生提出过高的不适当的要求，并帮助家长对自己的要求作出适当的调整。

学生自尊心、自信心的形成，与教师的教育方式有很大的关系。高明的教师总是通过尊重学生来诱导学生尊重自己；而那些企图用强刺激的语言或惩罚来唤醒学生自尊心的做法，实践证明是行不通的，是适得其反的。

（二）培养学生合群利他的素质，促进他们社群性的发展

学生品德的形成和发展不能离开活动和交往，而德育过程的活动和交往则主要是在学生集体中进行的，所以合群利他的素质是一切良好品德形成的不可缺少的内在条件。合群是孩子的天性，出于玩耍游戏目的而集聚成群的本能，大多数孩子都有，但只有那些在群体中表现出来的接纳、宽容、合作、互助、利他等品质，才是适应群体的良好素质的反映。这种素质是需要努力加以培养的，而且应从小就开始着手培养。

由于独生子女的增多，父母的娇纵、迁就而使孩子形成自我中心的不良倾向，早为人所熟知。这些孩子入学后，有的能随环境变化相应调整自己的行为习惯，有的却仍然固执自己的个性，凡事都企图使大家顺应自己的愿望，结果总是不能容人或不被别人所容纳，成为班里的“嫌弃儿”。这样长期下去，势必影响他们身心的健康发展。因此，纠正学生自我中心的不良倾向的同时培养他们的社群性，颇为重要。

培养学生的社群性，教师要做好两方面的基本工作。

1. 创设一个满足学生多种心理需要的良好的班集体。要使学生喜欢群众生活，这个集体本身就要有吸引力，能够满足学生多种心理需要，如感情接触需要、友谊联系需要、归属需要和安全需要。其中归属需要和安全需要是学生最基本的需要。为此，班集体应对每个学生采取接纳的态度，使学生在集体中经常体验到爱和被爱的温暖，使他们自身具有的知识、能力被伙伴承认和重视，从而使他们在团体中占据一定的位置。这样，学生就具有较强的安全感和自信心，比较容易在学业等方面取得成功。许多项心理研究表明：学生在学校的行为和活动的主导动机之一，是他们力求在班级同学

中寻找自己的地位。假如这种愿望不能得以实现，而经常处于被忽视、被疏远的境地，学生就会产生孤独、忧郁、焦虑等消极心理，有的便到社会上去寻求自己的地位。

一个学生是否被集体所接纳，与老师的态度倾向有很大关系，尤其在小学阶段。如果教师对一个学生经常采取排斥的态度，轻视他的能力，低估他的学业，并动辄处之以惩罚，久而久之，学生集体也会对其采取不接纳的态度。因此，教师对每个同学尤其是后进生应以关怀鼓励为主，多给予肯定和认可。

2. 引导学生学习交往。影响交往的因素很多，其中最为重要的是善于容纳别人。要能容纳别人，就要心胸开阔，宽于待人，严于律己；就要广泛团结同学，不仅与志趣相同的同学保持往来，也与性格相去很远的同学友好相处；就要待人公正平等，对后进同学不轻视、不冷落，对先进同学不攻击、不妒忌；另外，还要多为别人着想，同情别人的不幸，体谅别人的难处，容忍别人的过失等等。总之，我们要采取多种方式教育学生，使之懂得：只有爱人，才能被别人所爱；只有接纳别人，才能被别人所接纳。

（三）开展“磨难”教育，增强学生承受挫折的耐受力

人生总是充满理想和希望的。而要实现理想和希望，则总难免碰到困难和障碍。人克服了困难，便有了成功的愉快和满足；反之，就产生挫折感。对挫折所作的反应常因人而异，有人颓废沮丧，有人则百折不挠、奋勇直前。心理学家称这种承受能力为耐受力。

耐受力的形成和人成长的环境有很大关系。现在物质生活的舒适安逸、家长的过度保护以及学生疏于这方面的教育，

造成了青少年耐受力较差，经不起挫折，吃不得苦头，受不了委曲。如有的学生因学习成绩由前十名退到十几名，便焦虑担心不已；有的因老师、家长批评指责而离家出走，个别的甚至因评班干落选而竟走上自尽的绝路……我们的孩子对如此小小的打击尚无法承受，他们将来怎么能够在任重道远的漫漫人生中建功立业呢？！

为了增强学生的心理承受力，教师要从认识上帮助学生解决好两个问题：第一，认清困难挫折与人的成长、成才的关系，使他们懂得，现实人生中的挫折失败在所难免，只有敢于解决困难和经受起挫折的考验，才能适应现代社会生活并成才立业。第二，在计划做一件事时，要学会预料挫折和失败产生的可能及其后果，以便到时能控制住自己的情绪和行为。

要让学生学会承受挫折，减弱偏激反应，教师还应针对学生的特点，恰如其份地设立一些挫折环境，如有的老师有意识地给予“不公正”的批评，“无意”中判低了分数，“忘记了”曾许下的诺言……（事后应向当事人解释清楚，以消除不良影响）借此逐步增强他们的心理承受力。

教师还要注意提高学生的意志水平。现在中小學生缺少磨炼意志的机会，劳动很少且要求低，多数是在校内搞搞环境卫生，所付出的体力连活动筋骨都够不上；而外出活动（如春游、扫墓、野炊等）都是乘车往返，就是夏令营、冬令营也是以娱乐性、趣味性见长，少有艰苦的意志磨炼。针对这一现状，教师可以在日常生活中设置一些“小障碍”，提供他们克服困难的机会，如组织行军、爬山等。教师平时要鼓励学生在生活、学习中严格要求自己，“自找苦吃”，如放弃

骑自行车而坚持跑步来学校，为完成作业而放弃自己喜欢看的电视节目，选择下雨天去踢足球，一年四季坚持洗冷水澡，每天坚持跑步……。在不断克服困难的过程中，学生坚韧的耐受力 and 意志品质也就得到了增强和提高。

青少年的良好性格的培养

实施素质教育，把基础教育由“应试教育”转向素质教育，这是我国基础教育改革的主旋律。素质教育主要目标是提高全体学生的基本素质，促进全体学生的德、智、体的全面和谐发展。所以，素质教育实际是基本素质的全面发展教育。而在事实上，由于每个学生在先天遗传素质、家庭教育、环境影响、接受教育后的内化过程等各方面千差万别，教育的结果，必然是具有一定共性和个性差异的新一代。它的本质特征是素质教育的个性化。正由于这样，在素质教育指导下，研究青少年的个性发展，特别是探讨青少年良好性格培养问题，是一个十分重要的课题。

什么是性格？一般地说，性格是人对现实稳定的态度及其行为方式的个性心理特征。作为个性心理特征的性格，主要表现在人对现实稳定的态度方面，即每个人在生活实践活动中，对客观现实所给予的影响，都是通过认识、情感和意志过程将自己的反映保存下来、固定下来，构成独特的态度系统。例如，勤奋或懒惰，创新或守旧，勇敢或怯懦，舍己为人或损人利己，谦虚或骄傲……构成人们对社会、集体、他

人和自己的态度。性格还表现在人的行为方式方面，即每个人对现实的态度均有相应习惯了的行为方式。例如，具有高度事业心和改革精神的人，无论做什么工作或遇到什么阻力，都会坚持不懈，开拓创新；而缺乏理想和懦弱的人，则心灰意冷，无所事事。

性格是个性心理特征中具有核心意义的部分。它在人的活动中表现为指向什么，采取什么态度和怎样进行，是一个人的区别于他人的明显的、主要的特征。正如恩格斯在1859年评论拉萨尔的《济金根》剧本时所明确指出的：“我觉得一个人物的性格不仅表现在他做什么，而且表现在他怎样做……”。这里所说的“做什么”，是说明一个人主张什么，追求什么，或反对什么，拒绝什么，它反映了他的活动动机或对现实的态度。“怎样做”是说明一个人以什么样的行为方式去实现自己的主张，达到自己的目的。这就在本质上标示了人的性格特征，用以区别他人的性格。

性格对气质具有重要的调控作用。由于性格是在社会生活实践过程中所形成的稳定的态度和习惯化的行为方式。因此性格在一定程度上可掩盖或改造气质，使气质的消极因素得以抑制，积极因素得以发展。同时性格制约着能力的发展。人的事业心、勤奋、责任感、坚持性、自信、自制等性格特征影响着能力的发展。因为能力的发展是与强烈的自信心、勇于克服困难、富有创新精神等密切联系的。研究表明：在智力水平相等的两个学生中，比较勤奋、自信心强、富有创新精神的学生，他的能力发展较快。反之，比较懒惰、缺乏自信心、墨守成规的学生，他的能力难以得到较大的发展。另外，良好的性格往往能够补偿某种能力的缺陷。所谓“勤能

补拙”、“笨鸟先飞”，正说明勤奋这种性格特征能补偿能力上的某些缺陷。

青少年是性格的形成和发展的重要时期。青少年良好性格是以一定的遗传素质特别是神经类型为前提的，在社会生活环境影响和家庭、学校教育下，通过自身的实践活动，逐渐形成和发展起来的。培养青少年良好的性格要注意以下几点：

（一）是教育青少年正确对待遗传素质

一个人的性格的形成和发展是受生物学因素影响的。性格是以一定的遗传素质为前提的。但是，对性格形成起决定作用的不是生物遗传规律，而是社会规律。A·P·科瓦列夫对一对同卵双生的女大学生进行多年的研究证实：她们的遗传特性相同，外貌相似，在同一家庭抚养，在一个中小学和大学念书，但两人性格却有明显差异。姐姐比妹妹健谈，好交际，也比较果断、勇敢和主动。在谈话和回答问题时，总是姐姐先说，妹妹则表示同意或补充回答。姐妹两人在性格上差异的原因之一，是她们的祖母最初作了一个决定，在双生女中认定姐姐为负责人。从童年时代起，姐姐就处处照管妹妹，对她的行为负责，作她的榜样，并首先执行委派的任务。于是姐姐较早地形成独立、主动、善于交际、果断等性格特征。而妹妹则养成了追随和听从姐姐的习惯。

遗传素质对人的性格的形成和发展有一定的影响。英俊、魁梧的男子汉或漂亮、苗条的女子，容易形成兴奋、乐观、活跃、爱交际的开放性格；而矮小、衰弱、丑陋者往往多生悲观孤独、敏感；有缺陷的人，因为自愧形秽，忌讳多，怕人讥笑，极易形成孤僻、自卑的性格。