



博达教师用书

教师技能提高丛书

# 教师如何成为学生的 心理专家

丛书主编 赖新元

本书主编 梁盛辉

用心去贴近学生，用心去照亮学生，用心去呵护学生，用心去温暖学生，让学生成为自己生命的脉搏，与学生一起感受成长的快乐！

吉林大学出版社





博达教师用书

教师技能提高丛书

# 教师如何成为学生的 心理专家

丛书主编 赖新元

本书主编 梁盛辉

G479/182

用心去贴近学生，用心去照亮学生，用心去呵护学生，用心去温暖学生，让学生成为自己生命的脉搏，与学生一起感受成长的快乐！

吉林大学出版社

---

图书在版编目(CIP)数据

教师如何成为学生的心理专家/梁盛辉主编. —长春:吉林  
大学出版社,2008.5

(教师技能提高丛书/赖新元主编)

ISBN 978-7-5601-3860-2

I. 教… II. 梁… III. 中小学-心理卫生-健康教育  
IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 072918 号

---

书 名: 教师技能提高丛书 教师如何成为学生的心理专家

责任编辑、责任校对:许海生  
吉林大学出版社出版、发行  
开本:787×1092 毫米 1/16  
总印张:156 总字数:2589 千字  
ISBN 978-7-5601-3860-2

封面设计:碧原工作室  
北京市施园印刷厂 印刷  
2008年6月 第1版  
2008年6月 第1次印刷  
总定价:320.00元

版权所有 翻印必究  
社址:长春市明德路421号 邮编:130021  
发行部电话:0431-88499826  
网址:<http://www.jlup.com.cn>  
E-mail:jlup@mail.jlu.edu.cn

# 序 言

教师如何成为学生的心理专家

中小學生正處於身心健康發展的關鍵時期，隨著他們生理、心理的發育和發展，社會閱歷的增加及思維方式的變化，加之社會競爭的日益劇烈，使得他們在學習、生活、人際交往、升學、自我意識乃至人格優化等諸多方面，都存在著各種各樣的心理障礙、困惑及問題。

心理障礙已成為中小學生身心健康的頭號大敵。根據我國城鄉不同類型學校學生的心理狀況調查發現，16.79%的學生存在著不同程度的心理障礙，其中，小學生9.7%，初中生13.76%，高中生18.79%。另據上海市精神衛生中心的調查發現，中學生中有心理問題的占27%，而其中有嚴重心理行為問題的比例是2.9%；小學生中有異常心理行為問題的占14.2%，其中嚴重心理行為問題的比例是4.2%。

這些心理障礙和心理問題如果不能得到及時干預和解決的話，將會對他們的健康成長產生不良影響，嚴重的會使他們出現行為障礙或人格缺陷。其實，中小學生，甚至大學生的種種心理問題在現實生活中早已比比皆是，比如大學生硫酸潑熊事件、馬加爵事件、中學生弑母事件以及學生離家出走等等，都是學生種種心理問題所致。

可以說，對中小學生進行及時有效地心理輔導已經是現代教育的必然要求，也是廣大教育工作者面臨的一項重大而緊迫的任務，更是廣大教育工作者必須掌握的一門基本技能。

成為中小學生的心理專家是每位教師的重要職責。可能有些老師認為這個工作應該由班主任來做，其他老師教好課就行了。其實不完全是這樣，為每位學生做好心理輔導是每位教師做好工作的一部分。發現心理問題或苗頭就要採取措施，把心理問題消滅在萌芽狀態。

本书是针对当前中小学学生的心理现状,依据教师心理辅导的水平编写而成。书中没有长篇大论地介绍心理学的理论,而是针对中小学生在日常教学中存在和出现的具体心理问题,建议教师从实际出发,作出处理。这些方法——实践证明是行之有效的操作方法,本书将这些成功经验上升到理论层面,给出了一个参考性的解说。本书用鲜活生动的案例和简洁明快、清新隽永的语言,来阐释其实用性和可操作性。

“教育学生犹如开垦一片荒地一般,需要教师的耐心、信心及爱心的滋润与浇灌,才能辟荒地成良田,化光秃为青翠。”愿本书的出版,能为广大中小学教师提升心理辅导技能提供方法借鉴,使老师们能更好地把握住学生心灵的船桨,引领学生驶向成功的彼岸!

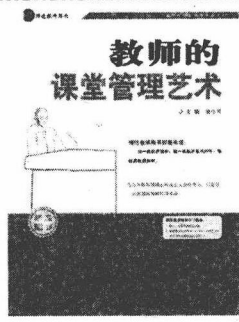
由于时间仓促和编者水平有限,书中肯定存在有瑕疵纰漏,不当之处,还望广大教师批评指正。

梁盛辉

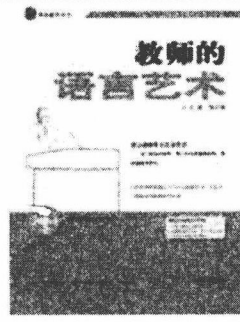
2008年夏

#### 温馨提示

购买本书时请认准封面右下角的防伪标签,无防伪标签或防伪标签破损可能为盗版图书,可以通过拨打电话(8008303156)、上网([www.bd910.com](http://www.bd910.com))或短信(1066958878086)查询真伪,发现盗版及时举报,举报电话:010-51269829。



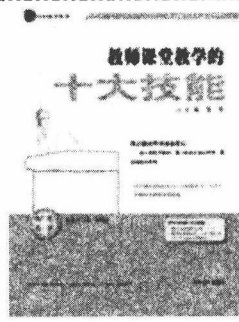
吉林大学出版社  
定价:28.00元



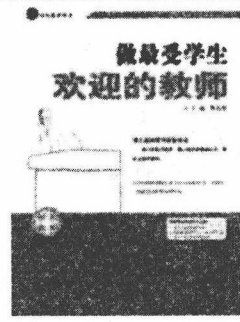
吉林大学出版社  
定价:28.00元



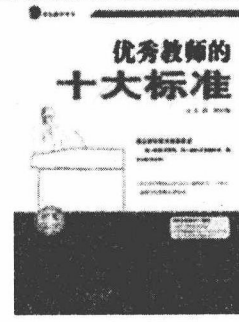
吉林大学出版社  
定价:28.00元



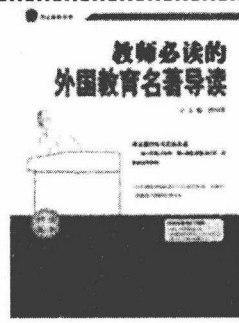
吉林大学出版社  
定价:28.00元



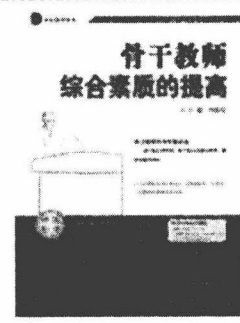
吉林大学出版社  
定价:28.00元



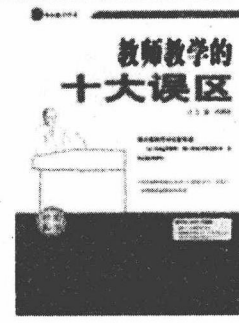
吉林大学出版社  
定价:28.00元



吉林大学出版社  
定价:28.00元



吉林大学出版社  
定价:28.00元



吉林大学出版社  
定价:28.00元

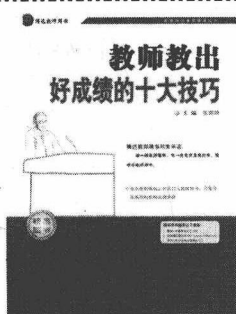
博达教师用书,现已畅销全国!

欢迎订购

订购电话:010-86713858



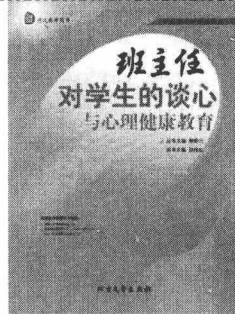
G478/182



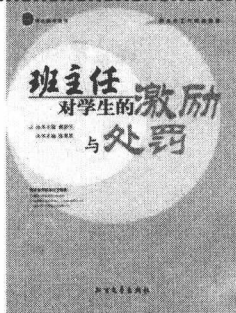
吉林大学出版社  
定价:28.00元



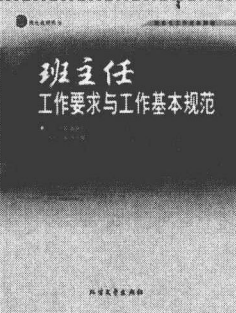
北方文艺出版社  
定价:28.00元



北方文艺出版社  
定价:28.00元



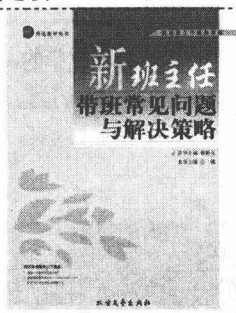
北方文艺出版社  
定价:28.00元



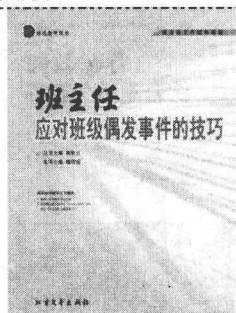
北方文艺出版社  
定价:28.00元



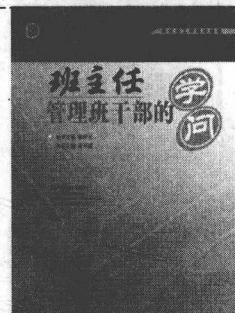
北方文艺出版社  
定价:28.00元



北方文艺出版社  
定价:28.00元



北方文艺出版社  
定价:28.00元



北方文艺出版社  
定价:28.00元

博达教师用书,现已畅销全国!

欢迎订购

订购电话:010-86713858

<b>第一章 学习心理问题的辅导</b>	1
学生缺乏学习动力,怎么办?	1
学生偏科,怎么办?	8
学生抄袭作业,怎么办?	12
学生不完成作业,怎么办?	14
孩子厌学,怎么办?	20
学生逃学,怎么办?	23
学生上课时注意力分散,怎么办?	28
学生“不会听课”,怎么办?	31
学生“高考压力”过大,怎么办?	34
-----	
<b>第二章 语言行为问题的心理辅导</b>	43
学生撒谎,怎么办?	43
遇到攻击性很强的孩子,怎么办?	48
学生有偷窃行为,怎么办?	53
面对“大错不犯,小错不断”的学生,怎么办?	56
学生没有正确的审美观,怎么办?	58
学生盲目“追星”,怎么办?	59
学生爱搞“恶作剧”,怎么办?	66
学生爱说脏话,怎么办?	68
学生迷恋网络,怎么办?	69
-----	
<b>第三章 学生课堂问题行为的心理辅导</b>	76



学生总是在课堂上顶嘴,怎么办?	76
学生上课传纸条,怎么办?	79
学生经常迟到,怎么办?	80
学生上课“戴耳机听音乐”,怎么办?	84
学生上课爱搭话,怎么办?	85
对在课堂上多动的学生,怎么办?	87
学生上课总爱“自说自话”,怎么办?	89
学生上课捂热水袋这类的东西,怎么办?	91
<hr/>	
<b>第四章 个性问题的心理辅导</b>	<b>94</b>
学生有马虎的毛病,怎么办?	94
学生太过脆弱,怎么办?	99
学生经不起挫折,怎么办?	101
学生胆怯退缩,怎么办?	104
学生冷漠,怎么办?	106
学生虚荣心强,怎么办?	108
学生心理偏激,怎么办?	110
学生存在攀比心理,怎么办?	112
学生产生嫉妒心理,怎么办?	116
<hr/>	
<b>第五章 人际交往的心理辅导</b>	<b>118</b>
学生有社交恐惧倾向,怎么办?	118
学生讨厌老师,怎么办?	126
学生故意惹老师生气,怎么办?	132
学生成了一只难以接近的“小刺猬”,怎么办?	134
学生被同学排斥,怎么办?	136
学生总觉得有人在欺负他,怎么办?	138
学生总向老师告别人的状,怎么办?	140
<hr/>	
<b>第六章 不良习惯的心理辅导</b>	<b>143</b>

学生成了“小烟民”，怎么办？	143
学生爱吮咬手指，怎么办？	148
学生有“洁癖”，怎么办	150
学生偏食，怎么办？	152
学生贪图享乐，怎么办？	154
学生学习习惯不良，怎么办？	157
<hr/>	
<b>第七章 情绪问题心理辅导</b>	159
学生有焦虑情绪，怎么办？	159
学生感到绝望，怎么办？	164
学生患上了“学校恐怖症，怎么办”	166
学生有强迫症，怎么办？	170
学生存在孤独心理，怎么办？	172
学生有抑郁倾向，怎么办？	176
<hr/>	
<b>第八章 自我意识问题的心理辅导</b>	180
学生自我封闭，怎么办？	180
学生嫉妒心强，怎么办？	182
学生走不出自卑的阴影，怎么办？	186
学生因为贫困而自卑，怎么办？	190
学生太自以为是，怎么办？	192
学生自我意识过强，怎么办？	194
<hr/>	
<b>第九章 青春期心理辅导</b>	201
男生放不下所谓的“感情”，怎么办？	201
女生走不出早恋的误区，怎么办？	207
学生过分暗恋异性，怎么办？	211
发现小学生写“情书”，怎么办？	213
发现学生暗恋老师，怎么办？	215
学生老是与教师对着干，怎么办？	219

学生不爱穿校服,怎么办?	222
--------------	-----

---

<b>第十章 学生特殊问题的心理辅导</b>	<b>225</b>
------------------------	------------

学生说话结巴,怎么办?	225
学生有生理残疾,怎么办?	229
学生自我伤残,怎么办?	232
学生有自杀行为,怎么办?	236
学生罹患重病,怎么办?	242
学生喝酒闹事,怎么办?	244

# 学习心理问题的辅导

## 学生缺乏学习动力，怎么办？

学习动力（诸如学习动机、学习态度、学习自觉性、学习兴趣等）是推动学生学习活动的内部力量。

学习动力不足的主要表现为：

(1) 懒惰行为。表现为不愿上课，不愿动脑筋，不完成作业，贪玩。学习上拖拉、散漫，怕苦怕累，并经常为自己的懒惰行为找借口。

(2) 容易分心。不能专心听课，不能集中精神思考，兴趣容易转移。学习肤浅，满足于一知半解。行动忽冷忽热，情绪忽高忽低。

(3) 厌倦情绪。对学习冷漠、畏缩，常感厌倦，对学校与班级生活感到无聊。学习时无精打采，很少享受到成功带来的快乐。

(4) 缺乏方法。把学习看成奉命的、被迫的苦差事，因此不愿积极寻求一些适合自己的学习方法，满足于死记硬背，应付考试。由于缺乏正确灵活的学习策略和方法，所以往往不能适应新的学习环境。

(5) 独立性差。依赖性强，总在等老师、同学、家长来监督、催促他们学习，依赖别人给出答案；做作业、回答问题时往往随大流，照抄照搬别人的，缺少独立性和创造性。

为什么学生会产生学习动力不足的情况呢？

有一个现象很值得我们思考：小学生背起书包刚刚走进校园的时候，每一个人内心无不对小学生的学习生活充满了好奇、憧憬、喜悦之感，他们人人都有着学习的热情。然而，随着时间的推移为什么在一些人中，这团学习热情之火会慢慢地暗淡下来，甚至出现上述学习动力不足的情况呢？

学生学习动力不足的原因是复杂的，是内、外部条件的不良因素相互交织影响的结果。

对学习动力与兴趣的培养机制，心理学有大量研究，其结果归纳起来，有两点非常重要：一是“我要学”这种愿望不是凭空产生的，它是家庭、学校、社会对学习的客观要求在个体头脑中的反映，有赖于外部良好的舆论导向和学习氛围的积极影响；二是外部条件必须有效地促使学生体验到学习成功，使他们越学越来劲，越学越爱学，进入学习动机与学习效果的良性循环。许多中小学生学习动力不足，根本原因就在这两个方面：一是家庭、班级、同伴、社区的舆论导向与学习氛围不良；二是在学习中很难感受到学习的愉快、学习的成功，屡受学习挫折，对学习丧失信心，学习动力不断下降。

下面，我们试作进一步分析。

(1) 家庭因素。一般来说，如果家长是一个爱学习、爱看书的人，孩子在家长的熏陶下也容易喜欢学习、喜欢读书。有些家长迫于生活压力终日操劳，未必能在家中看书学习，可是对知识的尊重态度，对人才、对老师的尊重态度及对人生的负责积极态度能给孩子以爱学习、不怕学习、做事认真负责的积极影响。这也就是为什么不少贫困人家能出高考状元的主要原因。相反，家庭中缺乏尊重知识、热爱学习、积极进取的氛围，家长口中赞扬推崇的人物都是凭运气一夜暴富之人，经常谈论的是吃喝玩乐，或悲观厌世，大多在孩子面前流露对生活工作的抱怨。尽管这些家长也会叮嘱、教训孩子“上学要认真听课，听老师的话，回家要做作业”，然而，在不良的家庭气氛下，这些话是多么的苍白无力。

此外，家庭成员的关系，家长的教育方式、家庭学习硬件环境、家长的文化程度等也会对孩子的学习动力的培养与激发产生不同的影响。若家庭成员关系好，孩子就会特别愿意努力学习以赢得父母的喜爱（这对小学生来说是一种比较主要的学习动机），而且学习中碰到各种情绪困扰时，家庭中爱的雨露可随时滋润孩子的心田，这样的孩子不容易产生厌学的情绪。有的家庭父母不和，亲子关系紧张，孩子便缺少自爱的学习动力，也缺少良好的学习心境，以致学习行为不良，学习效率低下，进一步降低学习动机。若家长的教育方式合理，孩子便会逐渐养成自觉性和良好的学习习惯，学习能力不断提高，孩子自然就会越来越爱学习。若教育方式为放任自流，或简单粗暴，或包办代替，或控制过严，或期望过高、压力过大，必然导致厌学的发生。若家庭中有良好的适合孩子学习的氛围，并且具备必要的学习硬件，就会有利孩子专心学习，不受干扰，提高学习效率。最后，若家长的文化水平高，能适当对孩子的学习进行指导，也会有一定的积极影响。

(2) 学校因素。学校是学生进行学习的最主要场所，学校的校风、教学条件、教师、课程、管理等诸多因素均能对学生的学习动机与兴趣的培养产生影响，尤其是教师起着关键作用。一方面，教师应以自身严谨的治学态度为学生树立良好榜样；另一方面，教师应根据社会和学校的要求以及学生学习动机、行动

形成的规律，巧妙地把各种内部因素和外部因素结合起来，以培养学生的学习动机与兴趣，增强他们的学习动力。然而，许多教师在工作中方法不当，往往增加学生的学习难度，降低他们的热情。例如，教学方法死板，不注意激发学生的兴趣；对学习落后的学生不懂得尊重、关爱和科学地进行个别辅导等。

(3) 社会因素。近年来我国推行科教兴国战略，提倡尊重知识、尊重人才、尊师重教，这对学生的学习无疑是有着积极影响，诸如：“脑体倒挂”的现象虽有所减少，但仍在不少城镇、地区出现；“一切向钱看”、“享受主义”等不良思潮大有市场；各种社会舆论正面引导不足，对爱学习、爱创造的人才宣传过少，反而对歌星、影星、球星、“美女”、“俊男”的宣传铺天盖地，仿佛凭好嗓子、好身材就能成名发财。显然，这样的社会舆论环境和风气对学生正确认识学习的意义、培养认真勤学的学习态度有着消极影响。

另一方面我们还要清醒地意识到，在当今竞争激烈的环境下，社会上日益盛行“唯学历论”，对学习的追求过于功利，使家长唯恐自己的孩子“输在起跑线上”，于是不顾孩子的身心特点盲目增加学习的压力；学校也为了学校的生存发展需要而不断给学生的学习加码，表面看来这样都是促进学生学习，殊不知适得其反，大大增加了学生的学习难度，导致学生对学习怨声载道，学习动力减弱，也危害学生的身心健康。

(4) 学生自身因素。我们家长和教育工作者不难发现这样的事实：同一个班的学生，有的学习热情始终很高，有的时高时低，有的却在较长一段时间都较低，也就是同一个班的学生动力和差异很大。按理，同样的老师教导同样的内容，为何差异那么大？这反映了学生自身因素的影响作用。

第一、每个学生的知识经验、能力水平不同。一般而言知识经验丰富的学生，在学习新知识的时候更容易产生联想，更容易理解新知识；感知观察能力强、记性好的学生学习效率高。因此，知识经验丰富、能力强的学生容易尝到学习的甜头，他们便倾向于自觉学习。相反，学习动力不足的学生往往在知识经验和能力方面存在某些薄弱环节，致使他们的学习难度增大，容易化倾向于怕学、厌学。

第二，每个学生的兴趣点、价值观不同。兴趣广泛和学生往往不太能专心于课堂上相对单调地读、写活动，在他们看来，课堂外，书本外的世界才精彩、才有趣，心思较难集中在功课学习的活动上。另外，究竟学习语文、数学等课程内容有何作用？学习好有何意义？对于这些问题的回答映出一个人的价值观。而学习动力不足则往往对学习意义的认识更是模糊不清。

第三、每个学生的气质、性格特点不同。一般来说，具有黏液质、抑郁质特点的学生往往学习比较专心，而胆汁质和多血质的学生则易在学习分散注意力。具有细心、认真、刻苦、坚持等个性特点的学生在学习上容易取得成功而倾



向于积极学习。

第四、每个学生的自我效能感（自我效能是指个体对自己是否有能力为完成某一行为所进行的推测与判断）、自我控制力不同。自我效能感强的学生对自己有信心，较能体验到学习进步而倾向于努力学习；自我效能感差的学生则相反。自我控制力强的学生在学习上一般比较自觉，计划性强，并且较善于自我监督和调整自己的行为，因而容易在学习中较好地完成各种任务。

第五、每个学生的耐挫折能力不同。有的学生不能正确地接受挫折，应付学习压力的能力差，对压力采取逃避的方式而致学习动力下降；也有的学生面对教师家长的反复唠叨产生逆反心理，表现为学习动力下降。

总之，一个学生的学习动力不足，往往是个体的这些主要因素（影响因素还有生理健康因素等）和外界因素（还包括同伴因素等）共同作用所致。

那么，该如何对缺乏学习动力的学生进行心理辅导呢？我们不妨先看下面这个案例。

小华，男，12岁，六年级学生。父母均是农民，小学文化程度。家里兄弟三个，他排行老大。学习基础差，一至四年级主科考试均不及格。人对事冷淡，学习兴趣缺乏，上课不能集中，听课时常常哈欠不止，从不主动举手发言，老师提问时常常是哑口无言，无论怎样引导、鼓励都不愿开口。喜欢看电视、打游戏机，学习成绩差，经常不做作业，书写极马虎。性格比较内向、古怪，从不主动与老师说话，也不愿意与同学在一起。在家里脾气暴躁，从不谦让弟弟，有时会与父母顶撞，发起脾气来还会离家出走。

### 1. 个案分析

首先，从家庭来看，小华的父母是珠海市郊区的农民，靠出租房屋为生，家庭经济状况良好。但父母好赌，成天打麻将度日，无暇顾及孩子学习，使孩子长期处于一种放任自流状态。他们平时对孩子的学习不闻不问，可是，每次老师找家长谈及孩子的在校情况时，孩子回家就要遭到一顿打骂。造成孩子与老师、家长之间有敌对心理，怕学、厌学最后导致学习成绩很差。其次，在学校里，由于小华学习差，经常拉班级的后脚，老师不喜欢他，同学们瞧不起他，使他学习产生恐惧感，性格也变得内向、孤僻。在学习等方面的多次挫折使他产生了己不如人的心理，越发对学习失去了热情，过分的自卑使他不思进取，自暴自弃。

### 2. 疏导过程

第一阶段的主要工作：

(1) 对小华进行学习适应性的测试，了解他的内心情况。

(2) 采用“沟通”法和“融洽”法与家长沟通，共同探讨教育问题，制定努力目标：第一、正确引导并控制孩子看电视、玩游戏的时间；第二、多方面共同监督完成家庭作业；第三、多表扬少批评，多鼓励少责备；第四、言传身教，为了孩子创造良好的家庭学习氛围。

(3) 多次与小华谈心。首先表扬他在电脑、劳动、体育等方面都胜过许多同学，夸奖他是一个聪明的孩子，并给他讲爱迪生、牛顿小时候的故事，让他明白自己并不笨。引导他正确对待失败，克服自卑，同时要改正其消极的归因倾向；其次与他一起查找成绩差的主要原因，倾听他的想法，引导他正确认识学与玩的关系，鼓励他树立学习信心。

#### 第二阶段的主要工作：

(1) 帮助小华克服不做作业的习惯。第一、布置一些适合他的实际学习水平的作业，并利用作业评语给予表扬鼓励，使他通过完成作业获得成就感，从而喜欢做作业；第二、设法使他养成按时完成作业的好习惯，要求他每天完成作业后，在自己的作业本上写上“我对自己负责”的字样，让他认识到做作业是对自己负责；第三、作业内容多样化，让他自由选做，培养他自主的学习精神；第四、加强对其作业的检查辅导，发现进步及时表扬，发现问题及时矫正。

(2) 帮助改善小华在班级中的人际关系，鼓励同学对他友爱互助，通过让他参加各种活动转变其内向、孤僻的性格。为他找学习伙伴来帮助他解决家庭作业中的疑难问题，督促其完成作业。

(3) 选小华当班上劳动委员，并定期召开班委会，从而培养他的集体归属感，促进他在学习、行为表现等各方面的进步。

#### 第三阶段的主要工作：

(1) 注意观察小华表现的反复性，经常给予关心、提醒，发现问题及时、耐心地进行教育。

(2) 经常与家长保持联系，及时反馈小华的进步情况，让家长分享喜悦，从而树立家长对孩子教育的信心，更好地配合学校教育。

(3) 根据小华爱玩游戏机的特点，采取正面引导，推荐他参加学校的电脑兴趣，鼓励他在电脑方面发挥自己的聪明才智。

#### 3. 效果

通过一年多来多方面共同努力，小华克服了许多学习上的不良习惯，逐步树立了学习的信心，学习态度明显好转，学习成绩和学习行为都有了很大的改善。特别是语文成绩进步最大，测试成绩都在及格以上。以前他厌烦学习，而今他在完成作业之余还会主动向老师讨教问题，有时还看看报刊，读读课外书，有意识地拓宽自己的知识面。他还

变得大胆了，敢于在课堂上举手回答问题了，也变得关心集体了。

这个案例的启示意义是很大的。

不少教师对于学习动力不足的学生看不顺眼，对他们做个别工作也是常常指出问题、责备，并且往往采用高压手段严加管制。结果，他们苦口婆心地讲道理、给学生补课加班加点，学生反而不领情，不买账。其中的原因复杂，最根本的是没有真正唤起学生的良好自我概念，因此，我们的辅导工作者重点应以此来开展。

(1) 全面关心他们，密切师生关系。常言道：“亲其师，信其道。”当学生感觉到老师关心自己，喜欢自己，他便会喜欢老师，并进而把老师的情感转化为学习动力。有的老师不停地对学生这样说：“老师因为对你好才关心你的学习，指出你的问题，对你严格要求。”其实这样的话并不能让学生感到你喜欢他，感到彼此的心灵接近。我们应注意他们的优点，对他们的优点表示欣赏，对他们感兴趣，倾听他们内心的苦恼——总之，让他们真正感受到被爱、被喜欢。

(2) 设法让他们感受到同学的尊重和爱护。对学习动力不足的学生，如果总是在公开场合点名批评，会伤害他们的自尊心，使他们“破罐子破摔”。我们若能有意创造一些机会让全班同学为他们欢呼，反而能使他们感受到同学的温暖和自己的力量，他们会喜欢这个班，喜欢同学，也喜欢自己，希望自己在学习上做得很好。

(3) 让课堂学习富于趣味性、活动性、快乐性。这点对于小学低年级学生尤为重要。甚至可以认为这是学习动力不足的主要外因。增强学习的趣味性、活动性、快乐性、有利于激发他们学习的好奇心、求知欲，也符合他们这个年龄阶段的心理特点。在课堂上，教师应设法创设一些有趣的问题情境来吸引他们，引发他们的思考；讲解尽可能贴近生活，贴近学生的理解水平；积极设计多种丰富的活动来练习；多在课堂上使用富于激情和鼓励的语言等。

(4) 设法增加他们学习的成功体验。经常的成功体验可以增强一个人的自我效能感，使其激发出“我能行”的力量。一方面教师可采用“低起点、小步子、快反馈”的教学原则，对学习动力不足的学生因人而异地采取特殊政策。例如，布置难度不同的作业，允许自选；在课堂上布置一些成功把握大的任务（如朗读）。另一方面，经常给予他们鼓励性评价，这点尤为重要。例如，可在课堂上表扬他们的积极表现（如朗读的声音洪亮、清晰而不一定盯着其准确性方面）。又如，批改作业时把对的部分划上大大的红勾，而错处则采用画底线或打问号的方式，再写上富于情感激励的话或贴上小卡通画。

(5) 引导他们学会积极归因，归因是一个人对自我或他人行为的原因做出解释或推测的过程。例如某个学生某次测验成绩不理想，他可能会认为是由于自己