

梁彦卿 张 雪 张艳蕊 著

每个人都是一颗闪亮的星，
每个学生都有自己的光芒。



高中学困生 成因与对策



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

梁彦卿 张 雪 张艳蕊 著

每个人都是一颗闪亮的星，
每个学生都有自己的光芒。



高中学困生 成因与对策



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

· 杭州 ·

图书在版编目(CIP)数据

高中学困生成因与对策 / 梁彦卿, 张雪, 张艳蕊著.
—杭州: 浙江工商大学出版社, 2020. 10

ISBN 978-7-5178-3958-3

I. ①高… II. ①梁… ②张… ③张… III. ①高中生—后进生—教育研究 IV. ①G635.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2020)第 121593 号

高中学困生成因与对策

GAOZHONG XUEKUNSHENG CHENGYIN YU DUICE

梁彦卿 张雪 张艳蕊 著

责任编辑 张晶晶

封面设计 林朦朦

责任印制 包建辉

出版发行 浙江工商大学出版社

(杭州市教工路 198 号 邮政编码 310012)

(E-mail: zjgsupress@163.com)

(网址: <http://www.zjgsupress.com>)

电话: 0571—88904980, 88831806(传真)

排版 杭州朝曦图文设计有限公司

印刷 广东虎彩云印刷有限公司绍兴分公司

开本 710mm×1000mm 1/16

印张 13.25

字数 217 千

版印次 2020 年 10 月第 1 版 2020 年 10 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5178-3958-3

定 价 68.00 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江工商大学出版社营销部邮购电话 0571-88904970

序

Foreword

每年的九月，高中校园里就显得格外热闹，格外充满生机和活力，因为一批新生走进了校园。他们带着灿烂的笑，满怀希望；他们脚步轻盈，身影灵动，昂起脑袋，脸上充满了自信。我总是沉迷于这些新生的朝气和活力。他们有着极强的感染力，使看到他们的人心情顿时好起来，脸上也展露出笑容，好像自己一下子也变年轻了。

最初几个星期的课，课堂气氛格外好，学生反应灵敏、参与度极高。

可是，两三个月后，课堂的气氛总会有些变化，会有一些学生开始保持沉默；一些学生脸上的笑容少了，没有了原先的光华。再过一段时间，就会有那么几个学生开始情绪低沉，开始成绩滑落，脸上的自信开始消失。一两个学期后，总有那么几个学生会转学或休学。

在二十年的教学生涯中，我时常为这样的学生感到惋惜。随着年龄的增长，近些年，我越发地关注这些孩子，他们消失的灿烂笑容，游离不自信的眼神，常常刺痛我的心。我常仔细观察他们，去真正地关怀他们，和一些学生倾心交谈，努力去了解他们。

我很喜欢学生。这些年我又担起了班主任工作，这使得我更深刻地体会和了解了这些学生的情况。

这些学生或因为不堪周围环境的重压,从而丧失了学习的自驱力,致使成绩下滑,再也不能追上学习进度;或因为家庭亲情的失落,过度依赖老师和同学们的关爱,一旦心中的情感受到伤害,就会觉得世界遗弃了自己,找不到自己存在的空间和价值,没有了学习上进的欲望,思想和注意力整日纠缠于同学关系的好坏、老师态度的亲疏,致使学业荒废;更有一些学生,被现代的信息工具捕获,偏又遇到失控的家庭教育,久久不能走向现实,找不回自己学生的身份。

对于这些学生,如果找到产生问题的真正根源,有了切实可行的解决方案,就可以重新找回他们的自信,提升他们的学习成绩,使他们顺利完成高中学业。本书探讨了学困生的十几个成因,希望能给有关老师、家长和学生带来一点警醒和帮助。

每个人都是一颗闪亮的星,每个人都有着自己的智慧和光华,每个学生都应该有自己的光芒。

梁彦卿

2020年3月12日

目 录

Contents

引 言 / 001

第一章 人为的压力 / 005

一、压力的存在与影响 / 007

二、不当的环境压力,磨灭了学生学习的自驱力 / 008

三、家长施以不理智的压力,与学生的能力相碰撞 / 014

第二章 自我认知的偏差 / 019

一、性格不同的存在及能力优势取向的不同 / 021

二、自我认知的偏差 / 023

三、目标与自我能力的和谐存在 / 032

第三章 失落的亲情 / 037

一、家庭的重要性 / 039

二、失去亲情关爱的孩子心态 / 040

三、情感困惑中的无力挣扎 / 052

第四章 奋斗目标的缺失 / 057

一、学习目标的重要性 / 059

二、“佛系”的心 / 060

三、崇拜偶像的偏移 / 062

第五章 不和谐的同学关系 / 063

一、异性同学之间关系的不和谐 / 066

二、同性同学之间关系的不和谐 / 068

三、一种特殊的不和谐同学关系——校园暴力 / 073

第六章 家庭教育理念 / 077

一、家庭教育的重要性 / 079

二、何为家庭教育理念 / 080

三、不恰当的家庭教育理念对高中生学习的影响 / 081

第七章 父母的境界和孩子的见识 / 099

一、父母的境界 / 102

二、孩子的见识 / 108

三、跟上时代的脚步,父母和孩子共同成长 / 113

第八章 家长的主观选择与孩子的优势取向相悖 / 115

一、兴趣的重要性 / 117

二、思维的不同及优势取向 / 119

三、家长的主观选择没顾及学生的兴趣爱好和能力优势 / 122

四、睿智的父母总能把孩子的能力优势变成前进的动力 / 129

第九章 现代信息工具与失控的家庭约束 / 133

一、现代信息工具的利与弊 / 135

二、大量使用信息工具,留给书本的时间越来越少 / 136

三、长时间沉迷网络游戏,导致学业荒废 / 138

四、受网络直播影响,产生急功近利的心态 / 142

五、数据信息良莠不齐,影响学生的价值观 / 144

第十章 不善于调整学习方法 / 147

- 一、学习方法的延续性 / 149
- 二、学习方法的变化性 / 151
- 三、学习的终身性 / 155
- 四、学习对象与学习方法的和谐统一 / 156

第十一章 不良的生活习惯与娇弱体质 / 161

- 一、良好生活习惯的重要性 / 163
- 二、不良的饮食习惯对学生的影响 / 164
- 三、较差的睡眠质量对学生的影响 / 166
- 四、缺乏锻炼对学生的影响 / 171
- 五、消极的生活情绪对学生的影响 / 172

第十二章 非主流意识的家庭及交际环境影响 / 177

- 一、家庭及周边成长环境的重要性 / 179
- 二、家庭的管教方式对学生的影响 / 180
- 三、片面的宗教意识影响了学生的人生观 / 181
- 四、家长“读书无用论”的意识打击了学生的学习积极性 / 184
- 五、家庭或交际环境非主流的思想影响孩子对待学习的态度 / 190

结 语 / 195

附 录

- 附录一 梁彦卿主要教学研究成果 / 200
- 附录二 梁彦卿荣誉与获奖情况 / 201

参考文献 / 203

引 言

Preface

中考结束,进入高中校园,一个学生就进入比较系统地学习学科科学知识的阶段。因为中考成绩的高低,学生会走进不同的高中。对于那些进入一所还不错的高中的学生来说,他们的智力水平应该是正常的,或是更好一些,他们在小学、初中阶段应该说是比较优秀的。可是,这些学生进入高中后,每所学校都会出现一些学生不能顺利完成学业的情况。有些学生变得消极颓靡,最终以很差的成绩结束高中生活;还有些选择转学甚至退学。

近些年,随着新课程标准的颁布实施和教学理念的不断发展,随着社会及家长对学生成绩的越发关注、各所高中的扩大招生,以及近几年社会上私立学校的兴起,学生中学困生的占比有着越发扩大的趋势。社会和学校对学困生也越发关注,许多学者和教育工作者对其进行了研究和探讨;当然,不同的研究者对学困生的看法也是不同的。

一般说来,学困生是指没有先天或者生理因素造成的智力障碍,但学习成绩、纪律意识等方面与一般学生相比较为落后的学生群体。这些学生,智力正常但成绩较差,纪律意识低下,如此等等。在教学实践活动中,教师经常把学困生与差生、调皮学生同等对待。实际上,学困生与差生、调皮学生有着本质上的不同,其成因有很多因素。

有学者对这些学困生的学习状态有明确的描述：教学实践研究表明，学困生落后主要是非智力因素在起作用。学困生群体的一个共同特点是学习兴趣与动机较弱，缺乏学习兴趣是他们成为学困生的重要因素。学困生群体又一个共同特点是不具备良好的学习习惯，不注意学习方法的掌握与使用。高中知识涉及面广且深，学困生一般没有上课做笔记的习惯，上课注意力不集中、瞌睡、随便说话的现象时有发生，学困生在学习中处于迷茫状态，不知道从何入手。与其他学生相比，在同等努力的情况下，学困生与他们的学习差距仍然存在。学困生意识到自身存在的问题，但往往把原因归结为脑子笨，跟不上学习节奏。良好的学习习惯没有养成，有效的学习方法没有掌握，致使他们在学习上处于应付敷衍的状态，常常出现厌学情绪。

学困生群体的再一个特点是学习基础较差。由于学习知识环节的断层，他们没有形成完整的知识网络体系，当他们面对新知识时，不能与旧知识有效连接，在学习面前产生畏惧感。长此以往，学困生面临的学习困难会越来越大。由于学习上的失利，学困生的心理健康面临挑战，学困生通常具有自卑、敏感、多疑等心理特点，感觉学习压力很大，在学习上不喜欢与他人交流，部分学困生甚至把学习压力通过网络游戏等途径转移，缺乏学习自信，极易出现心理疾病。

在上述提到的学困生群体里，本文更侧重于探讨那些智力水平正常，有一定的学习能力，应该能顺利完成高中学业，而因为一定的原因最终滑落为学困生的那部分群体。这部分学生一旦阻止了干扰其学习的因素，其学习成绩就会提升，甚至能很好地完成学业。所以，探究其成为学困生的原因，探讨相关对策，有积极的意义。

那么，是什么原因影响了他们的高中求学之路，使他们成为学困生了呢？教学实践研究表明，学困生的产生主要是非智力因素在起作用。更多的学者和教育工作者，探讨这一原因时侧重于从学校的管理、教师的态度、教学难度的增加、学生自身的素质等方面寻找根源。

学校的管理是面向全体学生的，显然对于绝大部分学生而言是合适的。教师中对学习态度带上个人感情化的有，但是极少。十几年来，由于高学历高素质年轻教师的加入，现在的教师队伍素质很高、职业责任心很强，教师情感化原因造成的学困生算是极少数。把学困生定义为智力差、不爱学习的学生，

不是本书探讨的重心。本书更侧重于探讨一个正常的高中学生,在自己的主观意愿里有积极上进的需求、愿意付出努力的情况下,都变成学困生,最终没有很顺利地完成自己的高中学业的那些原因。

这部分智力正常,但由于各种原因致使学习成绩很不理想,不能实现学习目标,甚至被迫转学或退学的学生群体被称为“学困生”。他们在不同学校的占比不同。不同等级的高中里,学生中学困生出现比例如表 1 所示。

表 1 不同等级高中学生中学困生出现的比例

中学等级	高级中学	较好重点高中	一般重点高中	普通高中
“学困生”百分比(%)	2—3	3—5	5—8	6—10

第一章

人为的压力



一、压力的存在与影响

心理压力是个体在生活适应过程中的一种身心紧张状态,源于环境要求与自身应对能力的较量。从心理学角度看,压力是外部事件引发的一种内心体验。

适当的压力存在对人是有意义的。贝克斯顿(Boxton)在美国麦吉利大学做了一个实验,他招募了大学生志愿者参加实验。志愿者每天躺在床上睡觉,并有20美元的酬劳,他告诉参与者这期间他们什么也不用做,不用担心;当然,他们也可以随时决定退出实验。结果,被实验者在实验开始后的24—36小时内都要求退出,没有人坚持到72小时。问及他们原因,很简单,实验者说自己失去了存在的感觉、存在的意义。

压力的存在对人有着非常积极的意义。心理压力即精神压力,现代生活中每个人都有所体验,完全没有心理压力的情况是不存在的。没有压力本身就是一种压力,大概那就叫作空虚。俗话说,有压力才有动力,正确地对待压力,压力常常就会转化成动力。有研究者说,压力的存在,能唤起一个人的挑战感和兴奋感,能让人感觉精力充沛和自信饱满,压力经常和目标结合起来,一定的压力能使人更快更好地完成目标。

但是,过大的压力却使人无法承受。过大压力对人精神的负面影响大家都很清楚。医生表示,长期过大的压力还会对大脑造成损伤,有的是不可逆的,有的可能是可逆的。

当学生升入高中以后,知识点更加复杂,学科数量也在不断增加。为很好地适应高中学习,取得较好的成绩,高中生相较于初中时期,已经有了较大的压力。在正常情况下,高中生经过一段时间的适应,都能很好地完成学业;那些中途受阻、无法很好地完成学业、最终变成学困生的学生,都在一定程度上受到了外来因素的影响。

二、不当的环境压力,磨灭了学生学习的自驱力

每到升学季,总有一些家长费心奔波,尽力把自己的孩子送进一所总体成绩比较理想的、比自己孩子成绩更高一层的、更好的高中;或在分班时,竭力想办法把自己的孩子分到重点班、尖子班。刚开始,家长和孩子都是比较兴奋的,家长更是信心十足,以为到了好学校、成绩好的班级环境里,自己孩子的成绩就一定会好。家长目标明确,要求孩子追上或超越前面的成绩好的学生,这是他们最基本的诉求。

事实上,当学生升入高中以后,学科数量大幅增加,知识点更加复杂;加之高中的学习方法和小学、初中时有了很大的差别,学生顺利适应高中的学习,已经使他们有了一定的压力。

把一个学生送进比自己层次高一级的学习环境,对一部分孩子来说,在新环境、新动力下,通过付出多于别人的努力,是可以追上同学甚至成为其中的优秀者的。但不是每个学生都有在逆境中雄起的特质,大多孩子是喜欢在被关注、被认可、被表扬中成长。老师和同学的关注和肯定,会给他们极大的自信心和克服困难的勇气。只有很少数的学生,可以在不被重视、不被认可、承受着落后的感觉、承载着很大压力的环境下努力学习、潜心思考,克服学习的困难,付出比别人更多的努力,一步步赶上甚至超过前面的优秀者。

对于那些不能承受来自老师、同学们的压力(这些压力不是老师和同学们有意给予的,而是来源于自己的感受,例如自己听课效果的不理想、作业完成的不理想、每次测试考评成绩的落后;来源于课上回答问题时给不出答案的伤自尊、小组讨论时无意的被忽视;来源于老师对优秀学生的肯定、同学们对优秀学生的推崇和赞扬等),不能承受被别人忽视的孩子而言,同学们越优秀、身处越出色的团队,带给他们的负面影响越大。首先是他们心理防线的崩溃,他们开始时常告诉自己,“我智力不如别人,我能力不强”,时常想,“是不是老师和同学们不喜欢我,是不是我和同学们相处的能力太弱了,我是不是性格不好、太另类了”,等等。他们开始觉得自己远离了班集体,觉得自己是被排斥的;接着就是自信心的丢失、意志力的消耗。越是优秀的学校、越是成绩突出

的班级,对学生的要求越多、越高;加之高中的课程本就不那么简单,学习过程中学生需要付出很多的努力,竞争和压力时时存在,这些都不停地磨炼着学生的毅力,考验着他们不懈向前的勇气。有效对抗了这些因素的学生,才能较好地完成高中的学业。

对于一个失去信心、心理脆弱的学生来说,这一切都成为不可能。到最后,他们不能承受心中的压抑,他们的注意力开始转移,大多会以不满的形式发泄,这些学生开始对学校不满、对同学不屑甚至仇视。这样的不满情绪持续几个月,他们开始逃避,不停地用各种理由请假、逃学。如果这时没有得到及时有效的帮助,不久,他们就成为名副其实的学困生。丧失了自我学习、自我向上的内驱力,面对高中学习中的一道道难题,他们最终只能是跌落。等待他们的,就是对自己学业的厌恶甚至放弃。

案例一

普通班的学生马也,性格热情开朗,学习热情高涨,很有自己的学业追求。身为班长,他工作认真负责,成绩进步也很快。高二分班时,他来到了重点班。在重点班,他抬眼望去,每个人都不输自己。摸底测评成绩,他处于下游。他努力学习,一心想极快进步,追上去。可是,几次考试下来,他依然处于下游。他开始关注那些学霸,看谁的做题速度比自己快,哪些同学的智力超级高,哪些同学正常的学习状态下做的题比自己多。在比较中,马也原来的自信慢慢消退,一种不安慢慢从心中升起。重点班较快节奏的学习氛围,使得他越来越感觉力不从心,越是想上进,思想就越是不能集中,学习效率也越低。这样的状态持续了一段时间,他的学习成绩越来越向下滑落。

成绩大幅度下滑的马也,感觉学生和老师对待他的态度变了,觉得老师对他不满意,觉得同学们瞧不起他,他也越来越不敢和同学们交流问题。后来,马也甚至很少和同学聊天,觉得坐在座位上时周边的学生就是一堵高墙,一种无形的压力使他心慌。他找不到在班里、在同学间的位置。原来的班长之职,他觉得有更多人比自己更胜任,加上学习的极大压力,他也没有精力顾及其他。

最后,马也的成绩变得一团糟,他觉得自己非常厌倦这个班集体,一走进去就觉得心里被堵了一样,周围的同学好像都在向他挤压,自己非常渺小。同