

高职学困生负认知心理及转化途径研究

李芳

(湖南水利水电职业技术学院,湖南长沙 410131)

【摘要】高职学生中学习困难学生占比不低,面对学习困难时往往出现夸大困难、自我贬低、畏惧、退缩、逃避等自我否定倾向的负性认知。长期负认知心理状态易导致学生心理失衡和消极发展,容易摧毁自我调节机制,导致更严重的学习问题甚至是发展问题。通过改革评价方式、优化教学方法、加强人文关怀等途径,可帮助学困生转化负认知,形成正性认知,从心理层面化解学习困难的源头问题,帮助学生积极、自信地投入学习。

【关键词】高职;学困生;负认知心理

【doi:10.3969/j.issn.2095-7661.2022.04.012】

【中图分类号】G441

【文献标识码】A

【文章编号】2095-7661(2022)04-0041-03

Research on Negative Cognitive Psychology of Students with Learning Difficulties in Higher Vocational Education and Its Transformation Ways

LI Fang

(Hunan Polytechnic of Water Resources and Electric Power, Changsha, Hunan, China 410131)

Abstract: Students with learning difficulties account for a large proportion in higher vocational colleges. In the face of learning difficulties, most of them often have negative cognitive tendencies of self-denial, such as exaggerating difficulties, self-deprecation, fear, retreat, escape, etc. Long term negative cognitive psychological state will lead to psychological imbalance and negative development, which is easy to destroy the self-regulation mechanism, leading to more serious learning problems and even development problems. By reforming evaluation methods, optimizing teaching methods, and strengthening humanistic care, students with learning difficulties can transform negative cognition, form positive cognition, and solve the source problem of learning difficulties from the psychological level.

Keywords: higher vocational colleges; students with learning difficulties; negative cognitive psychology

在高职院校,学习困难学生是一个相对较大的群体。这个群体学习困难的程度不一,具体情况不同,其存在及改善情况,对高职院校学风、校风建设及教学质量的提高、人才培养目标的达成有非常重要的影响,但相关问题的解决往往费时费力却效果有限。因为,高职学困生的学习困难问题并非仅仅是学习态度、学习能力问题,而是可能有着深刻的心理因素。不解决心理问题,就解决不了行为表现。对高职学困生这个特殊的群体,必须从

了解他们的心理特征入手,正确认识其负认知心理及其影响,寻求将负认知转变为正认知的途径和方式,才可能为之提供切实有效的指导和帮助。

1 高职学困生负认知心理表现及特点

高职院校的学困生有其鲜明的自身特点,这些学生大部分基本学习能力没有问题,他们中的相当部分在小学、初中阶段成绩不错,能在普高升学率仅为50%左右的中考中胜出,但在高中阶段的学习中逐渐落后。这种学习经历使得他们在面

【收稿日期】 2022-09-08

【作者简介】 李芳(1974—),女,湖南长沙人,湖南水利水电职业技术学院副研究员,硕士,研究方向:职业教育。

【基金项目】 2020年湖南省教育科学“十三五”规划课题“行为主义视域下高职学困生负认知心理分析及应对措施研究”(课题编号:XJK20BZY015)。

对学习困难时,呈现出一种自我否定中有肯定,消极、畏惧却又想要向上、突破的矛盾、纠结的心理状态。

1.1 否定与肯定交织

笔者于2021年3~5月,对H高职及同城12所高职院校的1478名学困生进行了问卷调查,数据显示,高职学困生存在不同程度自卑感的占比高达79.17%。在与学生的日常交流及相关访谈中,则可以进一步了解到,这种对自我的否定,既包括学习能力方面,如认为自己智商一般、接受能力一般、反应速度一般等,也包括学习态度方面,认为自己难以做到沉下心来学习、难以坚持不懈努力等。但同时,大多数人也会肯定自我,认为如果能够认真、努力、全力以赴,学习是能搞好的,只是这种肯定往往以一种笼统、模糊的状态存在,缺乏行动力支撑。

1.2 消极与积极并存

高职学困生的消极学习现象,最大特点是“形在神不在”的“重在参与”式学习。他们中大多数人不会随意旷课或扰乱课堂秩序,但缺乏学习热情,课前不预习,课后不复习;作业以抄为主,或完成任务式交差;课堂上常见睡觉、打游戏、看视频或“神游九天”状,基本上不与老师或其他同学作学习上的互动。但同时,他们对学习的结果却持积极的向往,一方面学习底线较低,不挂科、能拿到毕业证就行;另一方面,也想考到好成绩,想取得奖学金,获取职业资格证书,考上专升本提升学历。在积极因素的影响下,部分学生可能出现阶段性的较为明显的变化,但大多难以持久。

1.3 畏惧、退缩中埋藏着突破、向上的种子

与“形在神不在”的消极式学习相比,此类状态的特点多表现为“有心无力”式。面对学习困难或即使难度不大但需要持续努力、付出时间精力较多的学习内容或项目,特别容易“打退堂鼓”。一项针对单招学生的研究表明,不敢直面自身问题使他们往往采取逃避方式,进入无法解决问题的恶性循环^[1]。其中部分学生可能在文体活动、社会实践、志愿服务等方面都主动积极,有些可能还是学生干部,在其他方面都表现不错,但一旦涉及到学习就表现出畏缩、逃避,且常常寻找各种理由为自己辩解,老师常用“除了学习什么都好”进行评价。如果受到正向刺激,他们的疲软状态能得到一定程度缓解,但如果刺激不持续,易出现“三分钟热度”状况。

1.4 危害学业发展、心理健康及学风校风建设

首先,影响学业发展,这是最直接也是最明显的负面影响。学困生的负认知如果得不到有效干预,不能向正向认知转化,问题就会进一步积累加剧,学生厌学、畏学情绪会更为深重,应对学习问题和压力的信心和决心会更为薄弱,甚至产生破罐子破摔的想法,完全放弃学习上的努力。其次,影响心理健康。研究表明,拥有负性认知方式的个体抑郁和反复思考的水平较高^[2]。由于高职学困生自我认知上肯定、否定交织,积极、消极并存,心怀畏怯却又欲图突破的特点,使他们更容易产生强烈的心理冲突。如果这种冲突得不到调解或缓释,学生长期或以较为严重的程度陷入这种冲突,往往就会产生心理危机。实际上,现在高职院校中心理危机学生的比例在不断上升,而且不少与学习有较大关系。这些学生的心理问题往往在中学阶段就已显现,部分学生曾寄希望于进入大学后能有所改变,但遭遇的学习困难使心理问题进一步恶化。第三,影响学风校风。由于高职院校中学困生比例相对较大,对学风校风的影响非常明显。学困生的问题解决不了,课堂要么死气沉沉,靠少数几个学习较好、积极性较高的学生互动,难以形成活跃的学习氛围;要么学生精力向别处分散,课堂纪律差,进而引起学风甚至整体学校风气的恶化。

2 高职学困生负认知心理形成原因

2.1 以往学习经历导致的习得性无助

高职学困生负认知心理的形成,并非始于进入高职院校后的时段,更多根源可追溯到前期的教育,甚至是整个学习经历中。教育工作者常会发现,部分学生因学习挫折经历,甚至会对自己力所能及的学习任务也怯于接受,认为自己无论怎样努力都无法取得成功^[3],这种情况在高中学校更为多见。中学阶段的考试、评价多以比较、筛选为目的,多有求全、补短、拔高倾向,学习内容多,考试难度大,部分学生学习压力较大^[4]。实际上,即便是平常测试,各中学的常用做法也是采取比统考更高的难度。高中学生不少有过不及格经历,成绩较差的学生如果没有强大的心理素质,学习压力很大。在付出了努力却得不到预期效果的情况反复出现之后,很容易形成一种“怎么努力也是没用的”“我不是这块料”“算了吧就这样混着吧”的习得性无助感。

2.2 新学习环境适应性不强导致的困惑与无力

大学的学习方式和环境与中学阶段有很大不同。中学被管束和监督的力度都较大,学生学习的内容、节奏等,都有非常详细、具体的安排和要求,

学生按照学校和老师的安排推进学习。同时,中学老师特别是班主任对学生的关注度很高,测试、考试较为频繁,成绩出现异常基本上都会及时作出处理;中学一般是就近求学,家长与学校、学生的沟通、联系方便,对学生的情况比较了解,能给予较多关注、监督和引导。但进入大学之后,对自主学习要求很高,学生如果适应不好,很容易迷失目标,缺乏规划,处于迷茫、消极状态中,有一部分学生在缺乏中学阶段的管束环境之后,陷入一种放任自由的懒散状态。

2.3 成长环境与经历造成的独立性缺乏

独立性表明人的心理成熟程度,并且是心理健康的标志,缺乏独立性容易导致认知问题。现在高职院校学生中独生子女占很大比例,多处于家庭关注的中心,被过度照顾和保护的情况普遍,一些本应该自主探索和决策的事项常被家长代劳,长此以往自主精神薄弱,易受他人影响。笔者曾多年任教职业生涯规划指导课程,课上都会就学生的专业选择情况进行调研,学生中出于对自我及专业的清晰认知而自主选择所学专业的比例较低,不少学生表示“家人让我选的”“我觉得这个专业应该赚钱比较多”“同学选了我也就选了”“听别人讲不错”……,随意性较大,这也使得他们在遭遇专业学习困难时,克服困难的动力和信心不足。同时,大学相对自由、开放的学习环境使他们面临更多诱惑,更容易沉迷于各种娱乐活动难以自拔。如果他们试图改变而不得,则更容易陷入对自身的怀疑、否定,产生焦虑、沮丧、迷茫情绪,对自己不满却又感觉无能为力。

3 高职学困生负认知心理调节与转化

根据行为主义理论,人类行为本质上都是对环境刺激作出的反应。结果积极,行为就会得到强化;结果消极,行为则会减弱。要转化学困生的负认知,需要创设正向情境,引导学生形成并强化正性认知。

3.1 改革评价方式

要通过积极的刺激转化学困生的负认知,高职院校首先要作评价上的探索与改革,让学生体验到成功,感受到认真、努力就能得到相应的肯定。相对中学阶段,大多数高职院校的评价形式要丰富一些,但总体而言,仍多是相对统一的标准、模式,不能很好地、持续地给予学困生适当的良性刺激。在信息化时代背景下,用好大数据技术,可以实现精细化评价,高职院校应借助信息技术,构建多样化、个性化、立体式、针对性强的评价体系;

实施增值评价,关注增长值而不是绝对值;扩大评价内容范围,不仅聚焦于课程成绩;注重过程评价,不以考试结果定全局;推行分层次分类型评价,让每一个学生都有进步的空间和出彩的希望。

3.2 优化教学方法

高职院校课堂教学应当匹配大学生的自学能力和自觉性、接受能力,信息的密集度、深度应当重于课堂的生动性、活跃度。但实际上,无论哪个阶段,听得进的课才是好课,在大部分高职课堂特别是学困生比例较大的课堂,充分关注学生情况、抓住学生的注意力、激发学生的兴趣和信心非常重要。学困生的内心也和优秀学生一样,希望取得优异成绩,得到教师及同学的认可和赞扬,得到家长的鼓励^[5]。这种情况下,斯金纳程序教学法的原则仍然适用,教师在进行教学设计和课堂教学时,可通过低错误率、及时的正向反馈使学生重拾自信,小步子、自定步调原则使其持续进步,始终处于一种积极学习的状态,并进而形成良性循环。

3.3 加强人文关怀

“人的一切积极主动的思想和行为都受到感情的支撑,在感情体验的过程中否定的情感会产生减力,而肯定的情感在愉悦的体验中会产生增力”^[6]。高职学困生负认知心理形成的一个重要原因就是缺乏独立性,认知能力、判断分析能力有限,易受心理暗示影响。对于这些学生,人文关怀、心理疏导特别重要,也更易取得效果。高职院校应形成辅导员、教师、朋辈、家人等的合力,让学困生在心理上感受到被关注和爱护的温暖,在学业上得到指导和支持,进步时有人赞扬,成功时有人喝彩,从而逐步形成对自我的正性认知,以自信的姿态投入学习,积极进取。

【参考文献】

- [1]谭娟,胡倩.高职院校单招学生管理路径研究[J].湖南邮电职业技术学院学报,2019(3):53-55.
- [2]史晓婷,洪炜,赵楠,印江.高中生负性认知方式、反复思考与抑郁的关系研究[J].中国健康心理学杂志,2010(6):725-727.
- [3]袁璟瑾.学困生“习得性无助”心理的形成与对策[J].金华职业技术学院学报,2016(4):15-18.
- [4]朱永新.未来学校:重新定义教育[M].北京:中信出版集团,2019.
- [5]靳玲,赵晓波,武香萍,赵音.高职院校贫困生中的学困生的现象分析及解决策略[J].职业技术,2016(10):27-29.
- [6]王莲.情感教育视域下高职“学困生”的转化[J].求知导刊,2016(1):66-67.