“空心病”如何治？需要有人帮学生定目标

□杭州市奥体实验小学 林 萍

不少学生每天被逼着学习，没有一点主动性，还说学习很无聊、没意思。

这种现象并不只发生在我的学生身上，据报道，日本、美国、意大利等国都做过相关调查和研究，发现很多年轻人对生活和工作提不起兴趣。美国心理学家玛德琳·莱文（Madeline Levine）2006年在《特权的代价》一书中指出，当代青少年常常感到内心空虚，有些人还出现严重的自毁行为。

而且，这种现象也不只发生在普通人身上，学霸同样如此。

美国斯坦福大学教育系教授威廉·戴蒙（William Damon）2009年在《目标感》一书中指出，青少年“空心病”的蔓延，究其原因，在于目标感的缺失。

学生缺乏学习目标，更缺乏人生目标，没有目标让人浑浑噩噩，不知道该如何前进。

那么，人生目标是什么？戴蒙教授的定义是“终极关切”，即每一个“为什么”所指向的那个最终答案。为什么你在做这件事情？为什么它跟你有关？为什么它很重要？

人生有很多短期目标，比如“好好读书”“考出好成绩”“评上三好生”等，而“考上好大学”并非这些目标的“终极关切”，它仍然是一个短期目标。

因为，目标不只是让人生变得有意义，还能为之后的付出和努力带来动力。

比如：我要考上名牌大学，目的是做对社会有突出贡献的人；我要考上师范学院，成为一名教师，想帮助更多的人成长。

早在1967年，美国马里兰大学管理学兼心理学教授爱德温·洛克（Edwin Locke）就提出了目标设置理论（Goal Setting Theory），认为目标本身具有激励作用，能把人的需要转变为动机，并将自己的行为结果与既定的目标相对照，及时调整和修正，从而实现目标。

根据这一理论，教师要避免总被琐事裹挟，被动地接受环境给予的安排，可以建立目标导向的班级行为构架，满足学生多种多样需要，让学生自己设定近期的和长期的目标。

开学初，班主任可以让每个学生写下自己的学期目标，目标不能过多，不能超出自己的现有能力，也不能是大话、空话、套话，必须是具体的项目，这样达成的概率才高。

目标涉及的内容不要仅限于学习上的进步，也应当包括行为上的规范，或是人际交往上的改善。在学生设定目标的过程中，要充分尊重其个体差异，不受任何人（教师、家长或同学）的影响。

目标设定好之后，唯有立成文字，才能作为一项承诺进入学生的视野。教师可以让学生将目标粘贴在班级目标墙上，保证学生们随时都可以看到。

在完成目标的过程中，学生难免会有惰性，会有情绪，这就需要借助外部力量来唤醒和督促，从而能够让他们沿着既定的轨道继续行进。这种外部力量来自集体环境，这说明仅有个人目标不足以支撑起梦想的大厦。

班级建设目标（集体目标）也应在开学初敲定，并以班规的形式固定下来。班主任要将这些目标罗列、比较、归纳，尽量写成顺口、押韵的句子，便于学生记忆。班规可以在上课前朗读，也可以让学生抄在课本的扉页上，每天牢记。

无论是个人目标还是集体目标，都应处在个人和班级能力的“最近发展区”，让学生看到目标实现的可能性。否则，学生就不知道现状与目标之间的差距有多大，也不知道怎样才算是达成了目标。

在长达一个学期的目标实现时间里，学生的表现会有起落，甚至有可能偏离正常轨道，这就需要强化目标。班主任要学做唐僧，经常念念“紧箍咒”，不断地提起这些目标，让目标不断发挥激励作用。

集体目标倘若只限于班级事务，会显得苍白。一旦把它和学科整合起来，或者和活动（尤其是赛事）产生关联，就会变得立体丰满，展现出无限的生命力。

举个例子，当班主任同时是语文教师时，可以从语文学科出发，举行班级写字比赛，让家长参与当评委，评出“小小书法家”，奖励写字进步的学生。这不仅能让学生获得动力去练字，还能营造你追我赶的学习氛围，完成班级建设目标。

用目标形成系统的班级行动策略，就像是点亮了一盏指引学生前行的明灯，让学生爱上学习，爱上班级，爱上校园生活。

小学重习惯和态度，中学重思维和技巧

——怎么理解小学成绩优秀的学生到初中成绩变差（续二）

赵占云

“要努力，考上好的初中就好了。”“再忍忍，考上好的高中就好了。”“再坚持，考上好的大学就好。”

这三句“激娃”语，既饱含着家长对孩子的殷切希望，又透露出学生对漫漫学习长路的迷茫。

小学的学习内容主要是语数英三门课，白天有教师教学，晚上有家长“督学”，学生一天到晚除了吃饭就是学习，大多能够获得较好的成绩。

但是到了初中，课程增加，一些仅靠别人督促才学习的学生，会变得无从下手，导致顾此失彼，最终全盘皆输。

拥有良好学习习惯的学生则能够很快地适应初中的学习生活。因此，看一个学生的学习优势不能只看卷面成绩，更重要的是看学习习惯。

一介武夫

学习不是一件容易的事，会有波动性，教师早发现、早破解，消除引起学生成绩退步的根源，帮助每一个学生进步。

zmh3652

多元智能理论告诉我们，各项智能在一个人身上的表现是不均衡的，教师和家长要尽力培养和发展学生的优势智能。国家需要研究芯片的科学家，也需要开发家乡美味的美食家。

yhglll

我理解的中小学差异：小学更重基础，强调习惯和态度；中学更重成绩，强调思维和技巧。一般情况是：在小学，女生因为早慧和乖巧会有优势；到初中，男生在数学和科学的加持之下会有反超。但也有小学还能咬牙坚持的学生，到初中因为各种原因选择放弃，成绩下滑到拉不动的地步。

赵占云

初一是小升初之后的一个衔接及适应过程，为了让更多学生适应初中的学习，初一的课程一般较为简单；初二是初中学习的分水岭，为了保证在初三有更多的时间复习，不少学校会将初三第一学期的课程在初二上完，使得课程学习变得紧张。

再加上为了尽早地适应中考，初二的课程难度也随之提高，考验的不仅仅是学生的学习能力，更考验学生的耐力、体力和自制力。学生稍有松懈，成绩就可能出现较大波动。

家长和教师更应对学生进行鼓励及心理暗示，从精神上让他们立于不败之地。

张祖平

当了16年的班主任，我碰到过好几次家长这样的“灵魂拷问”。我一直在思考该如何回答。

以前都是家长来问我这个问题，现在我把工作做在前面，在初一新班级组建后的首次家长会上，我就直截了当地指出：小学各科能考到90分以上的学生，有些进入初中后，成绩可能出现明显的滑坡现象。

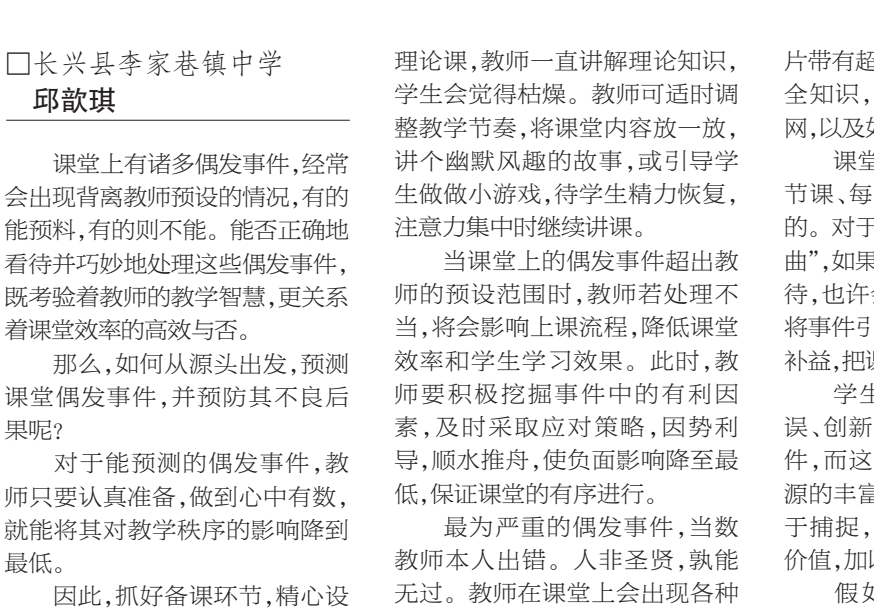
家长需要面对现实，及时了解小学和初中的各种差异，帮助孩子尽快适应初中的节奏。学习如登山，高处不胜难。初中考试的难度、分值，和小学差别较大。

我鼓励学生继续保持小学养成的良好的学习习惯，尽快适应初中教师的授课风格，有不懂的多向老师和同学请教，每天的家庭作业，必须限时、独立完成。

学生初中毕业后，我还不忘在班级群里提醒家长：孩子读初中时成绩优秀，进入高中后，可能“高光不再”，需要学生和家长以平常心对待。

yhglll

个人推测“小学优秀、中学尔尔”的原因有三：1.小学阶段，教师和家长的推动力对学科成绩影响更大，初中学生自身主观能动性不足，如教师和家长帮扶过度，就会导致成绩下滑；2.小学课程相对更基础，中学学习进度加快，学习压力陡增，导致学生不能适应；3.学生青春期自我意识觉醒，而所处环境与自身能力不匹配，导致对学习的执行力与期望值严重脱离。



近日，安吉县社区教育学院孝丰分院组织孝丰镇一百四十多名小学生赴横溪坞村开展垃圾分类实践活动。横溪坞村是安吉县美丽乡村，创新推出了『垃圾不出村、矛盾不出村、创业不出村、办事不出村』的『四个不出村』治理模式，提出了『零垃圾村庄』的环保口号。在『蛹工坊』里，学生们跟着幸福邻里中心的教师志愿者，将垃圾变废为宝，制作成工艺品，见证垃圾『化蛹成蝶』的过程。图为教师志愿者指导学生利用矿泉水瓶、麻绳和热熔胶，制作创意花瓶。（本报通讯员 陈丽春 摄）

书包检查员

□安吉县孝丰小学 傅金平

上班途中，经常可以看到家长帮孩子背书包，送孩子到学校门口的情景。学生书包重的问题由来已久，多年前就有全国人大代表提出要给学生书包减重。但根据我的观察，小学生书包之所以重，并不一定是物品多、作业多，而是小学生不懂得收纳整理，书包里的东西只进不出。我就曾见过一个学生书包里有7条红领巾、3本课外书、两只铅笔盒……这样的书包不重才怪。

我让学生每天晚上看一下第二天的课程表，规划一下，需要带些什么，尤其是不需要带什么。

我在班里不厌其烦地重申几条要求：1.课外书每天只带一本；2.准备两根跳绳，一根放在学校里，另一根放家里；3.玩具不能带入学校；4.不要带多余的物品……

每天放学前，规定一个时间段用来整理书包，同桌之间互助。我给每个学生一个塑料袋，用来装不应放进书包的物品。

整理后的书包要称重，根据每个学生的实际情况，确定不同的重量，再加500克浮动值，就得出该生本学期书包的重量上限。

我在班级中增设书包检查员岗位，每组一人，负责本组学生书包检查工作。

每周一早晨，检查员负责给每只书包称重，如果超重，则打开书包，帮助同学整理。

第一次超重，以帮助教育为主；第二次就要扣罚美德币（我校的学生常规考核币）一枚。

学生在上学、放学路上，一旦被发现自己不背书包，由家长帮忙背书包，也要扣罚美德币一枚。

大半个学期执行下来，从家长群的反馈来看，效果不错。家长们普遍反映，孩子都要求自己背书包，有的家长说：“儿子开始整理自己的卧室了，原先他的卧室像个狗窝。”

书包重量不仅要减下来，而且要保证不反弹，设立书包检查制度是一个好办法。减轻的不仅是书包的重量，更是学生的身体负担，有利于他们骨骼的生长发育。

更重要的是，整理书包的过程有利于学生养成良好的习惯：整理书包、背自己的书包，这是最基本的劳动素质。我们还可以将这种习惯迁移到学习上，让学生学会对知识的梳理。

从教感悟

小插曲亦能成就主旋律

□长兴县李家巷镇中学 邱歆琪

课堂上有诸多偶发事件，经常会出现背离教师预设的情况，有的能预料，有的则不能。能否正确地看待并巧妙地处理这些偶发事件，既考验着教师的教学智慧，更关系着课堂效率的高效与否。

那么，如何从源头出发，预测课堂偶发事件，并预防其不良后果呢？

对于能预测的偶发事件，教师只要认真准备，做到心中有数，就能将其对教学秩序的影响降到最低。

因此，抓好备课环节，精心设计教学，根据教材、学情设定有层次性的教学目标，是教师把控课堂的关键步骤。在教学方案中，教师要为学生的主动参与留出空间，为课堂的可变性因素预留方案，为教学的动态生成创造条件。

正是这种不确定性，为课堂绽放出创新的火花提供了可能。

在我的信息课堂上，有这样一些学生，他们喜欢操作电脑，但总是控制不住自己，玩游戏、聊天，甚至故意捣乱。

对于这样的学生，我能想到的最好办法就是给他们事做，给他们表现的机会。教师可以根据他们的个性和特长，让他们成为教学上的好帮手。比如，让他们做小老师，给他们表现的机会。

最易发生偶发事件的时间是理论课，教师一直讲解理论知识，学生会觉得枯燥。教师可适时调整教学节奏，将课堂内容放一放，讲个幽默风趣的故事，或引导学生做做小游戏，待学生精力恢复，注意力集中时继续讲课。

当课堂上的偶发事件超出教师的预设范围时，教师若处理不当，将会影响上课流程，降低课堂效率和学生学习效果。此时，教师要积极挖掘事件中的有利因素，及时采取应对策略，因势利导，顺水推舟，使负面影响降至最低，保证课堂的有序进行。

最为严重的偶发事件，当数教师本人出错。人非圣贤，孰能无过。教师在课堂上会出现各种错误，教师对此一定要有正确的认识。

教师出错不可怕，但如果为掩饰错误，找各种理由来搪塞学生，或严厉粗暴地批评学生，反而会妨碍师生之间的交流沟通，甚至引起学生的反感和排斥。

因此，如果教师在课堂上出现错误，要第一时间主动承认错误，不可因为面子而一错再错。教师放下架子，坦诚认错，不仅能拉近与学生的距离，还能赢得学生的钦佩。

有一次，在幻灯片展示环节，一学生误操作点击了图片，屏幕上出现了一个不堪入目的网页，学生见此情景不知所措。

我抓住契机，和学生探讨该问题发生的原因——网上复制的图片带有超链接，并趁机讲解网络安全知识，让学生了解如何健康上网，以及如何防治计算机病毒。

课堂教学的价值就在于每一节课、每一次成功都是不可复制的。对于这些不期而遇的课堂“插曲”，如果教师能善于经营，耐心对待，也许会有可喜的收获，巧妙地将事件引向正轨，与教学内容相互补益，把课堂气氛推向高潮。

学生产生的困惑、暴露的错误、创新的思路都能引发偶发事件，而这恰恰增加了动态教学资源的丰富性，教师要独具慧眼，善于捕捉，并判断这些资源的教学价值，加以有效利用。

假如教师被学生的问题难住，陷入窘境，千万不能慌张，可以把自己当成学生，与学生一起探讨，集思广益。

一次在Python教学中，有学生运行后质疑：“我给变量用了中文名，怎么没报错？”这与我之前教学生的命名规则不符，全班一片哗然。

我立即表扬了这个学生，并对惯性思维进行了自我批评。在师生群策群力之下，最终找到了答案：原来Python3的版本能兼容中文变量名。因势利导，我们接着讨论了用中文名命名的利与弊。

课堂上的偶发事件层出不穷，各式各样，教师要勇于面对并设法解决问题。这不仅能调动学生的积极性，还能不断地锤炼教师自身的教学应变能力。