

# 《厌学一定有对策》

## 图书基本信息

书名：《厌学一定有对策》

13位ISBN编号：9787560152882

10位ISBN编号：7560152880

出版时间：1970-1

出版社：吉林大学

作者：潘凤云

页数：307

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《厌学一定有对策》

## 前言

厌学是指学生对学习否定的内在反应倾向，包括厌学情绪、厌学态度和厌学行为。其主要特征是对学习厌恶反感，甚至感到痛苦，因而经常逃学或课。厌学的一个直接后果就是导致学生学习效率下降，即学生完成一定学习任务的速度和质量降低。中国青少年研究中心与北京师范大学教育系曾在全国做过中小学生学习与发展的大型调查，结果表明：中国学生普遍厌学，尤其是中学生。北京心理卫生协会在2000年8月召开的心理学专家座谈会上公布的一项调查结果也表明：中学生厌学率高达20%可见，厌学已成为中学教育中存在的棘手问题。厌学是目前中小学生学习障碍中最普遍、最具有危险性的问题。青少年最为常见的心理疾病之一，是导致辍学的最主要的因素。厌学一般厌学情绪，如果不加以有效引导和控制就会发展为厌学症。患有厌学症的学生往往学习目的不明确，对学习失去兴趣；不认真听课，不完成作业，怕考试；甚至恨书、恨老师、恨学校，旷课逃学；严重者一提到学习就恶心、头昏、脾气暴躁甚至歇斯底里。厌学症对青少年的生理、心理健康具有极大的危害性。厌学是由于学生在学习行为获得的内外反应不同而造成的，其内在原因是学生在学习过程中的消极情绪体验和自我认识存在偏差，而外在环境如社会、学校、家庭等的不良影响也起着消极的推动作用。学生厌学已经成为当今教育急需解决的问题。要想改变它，就必须探究其原因，各个击破。本书对产生厌学的各种原因作了多视角、全方法的阐述和分析，用最少的时间、最有效的方法帮助学生从厌学中走出来，逐步走向好学、乐学、会学的学习中。本书内容丰富，科学务实。既有科学的教育思想和全面的学习指导，又有针对厌学的具体做法，是每个厌学学生走出厌学困境的得力助手。

# 《厌学一定有对策》

## 内容概要

《厌学一定有对策》内容简介：如果把知识比作宝库，学习方法就是打开知识宝库的钥匙。有人把科学的学习方法比作点金术，比作通向成功的桥梁，都是十分恰当的。为了给学生提供一把打开知识宝库的钥匙，《厌学一定有对策》选择了与学生实际联系比较紧密，并且行之有效的学习方法，供学生在学习时参考。

好的学习方法，是让学生自己掌舵。学生学习方法的第一《培养学生观察力的N种方法》，数十位特级教师、学习专家联合审定。学生学习的良师益友，教你从苦学，好学到会学。

# 《厌学一定有对策》

## 书籍目录

第一章 厌学综合分析 一、了解厌学 二、厌学的十大因素 三、不明白学习的目的容易厌学 四、对自己没信心容易厌学 五、课程太难而厌学 六、父母过度严厉引起孩子厌学 七、家教失误导致孩子厌学 八、深陷网络游戏而厌学 九、父母离异、单亲家庭导致孩子厌学 十、厌老师而厌学 十一、青春期的心理障碍

第二章 盲目性厌学及对策 一、制订目标 二、写下你的目标 三、实现目标方法与策略 四、给孩子指明努力的方向 五、用理想跨越厌学的困境 六、目标是前进的动力 七、学习计划的重要作用 八、制订学习计划的方法 九、有梦想才会成功 十、挫折是孩子目标实现的必经之路 十一、吃苦耐劳有助于目标的实现

第三章 学科性厌学及对策 一、弄清全科性厌学的真正原因 二、让孩子自信和树立良好心态 三、培养好的学习习惯和方法 四、因材施教防厌学 五、防止孩子由厌学发展到逃学的对策 六、找准偏科性厌学的原因 七、孩子偏科老师负主要责任 八、纠正偏科的措施 九、纠正偏科性厌学的措施

第四章 自卑性厌学及对策 一、自卑性厌学的真正原因 二、让孩子从内心肯定自己 三、培养孩子的非智力因素 四、让孩子重新认识自我价值 五、帮助孩子树立自信心 六、树立自信心的方法 七、帮助孩子找准人生坐标 八、帮助孩子卸掉自卑的精神枷锁 九、改善家庭环境 十、引导孩子战胜懦弱与恐惧 十一、教会孩子笑对逆境和挫折 十二、鼓励孩子走出失败和挫折 十三、引导孩子走 十四、教导孩子正确面对困难和挫折 十五、加强培养孩子的意志与性格 十六、告诉孩子苦难是人生的一大财富 十七、给孩子创造战胜失败找回自信的机会

第五章 乏味性厌学及对策 一、乏味性厌学的真正原因 二、学习乏味只是相对的 三、培养孩子的兴趣来克服乏味 四、把教育融入到现代社会生活中 五、尽量少提学习的“苦味” 六、乏味性厌学的孩子需要激励 七、让孩子学会自我激励，不断地超越自我 八、用鼓励和表扬来强化孩子的信心 九、欣赏和赞美孩子的力量是巨大的 十、发掘和赞美孩子的闪光点 十一、表扬和奖励具有不可估量的力量 十二、用“报酬效应”来鞭策孩子 十三、奖励方法的灵活运用 十四、掌握夸奖的“度” 十五、避免奖励不当给孩子带来负面影响

第六章 强迫压力性大学厌学及对策 一、强迫压力性厌学的真正原因 二、释放孩子的自然天赋 三、培养孩子的学习热情 四、支持孩子的合理休闲 五、不要太看重考试成绩 六、不要给孩子太大的压力 七、重视孩子的心理健康 八、让孩子感受到学习的乐趣 九、用适度的压力激发孩子的学习潜能 十、引导孩子用良好的自我意识冲淡厌学情绪 十一、引导孩子改变学习是痛苦的印象 十二、稳定孩子的学习情绪 十三、帮助孩子赶走学习中的过度焦虑情绪 十四、抚平孩子心理上的创伤 十五、做明智而冷静的父母 十六、引导孩子正确地认识事物 十七、重视孩子考试心理的调节 十八、将减负进行到底

第七章 性格性厌学及对策 一、孤独性厌学的形成及对策 二、过敏性厌学的形成及对策 三、抑郁性厌学的形成及对策 四、偏执性厌学的形成及对策

第八章 诱惑性厌学及对策 一、网瘾的危害 二、健康上网 三、健康上网须知 四、安全上网须知 五、防治“网瘾”的方法 六、中国孩子易得网瘾的原因 七、不要随意给孩子戴网瘾“帽子” 八、克服网瘾关键在亲子沟通 九、父母对网瘾孩子不能丧失控制权

第九章 学习方法不当性厌学及对策 一、科学地指导孩子学习 二、教导孩子怎样抓住要点重点 三、指导孩子掌握高效的学习策略 四、引导孩子掌握阅读的艺术 五、引导孩子掌握最基本的“五步学习法” 六、指导孩子制订科学的学习计划 七、教导孩子养成预习的习惯 八、指导孩子掌握听课的秘诀 九、教给孩子科学的复习方法 十、教给孩子攻克学习中难题的一般对策 十一、指导孩子科学运筹时间 十二、让孩子体验成功的喜悦 十三、给孩子选择较薄的习题集和参考书 十四、用循序渐进的方法锻炼孩子的耐性 十五、诱导孩子集中精力学习 十六、创造让孩子愿意学习的氛围 十七、用抽签或改变学习的顺序调动孩子的学习兴趣 十八、“学前热身”会促使孩子进入良好的学习状态 十九、掌握记忆诀窍让孩子喜欢学习 二十、提高孩子记忆力，消除恐惧心理

第十章 家教失误性厌学及对策 一、家长提高自我的家教水平防止孩子厌学 二、给孩子树立好的榜样 三、不要对孩子反复唠叨 四、批评孩子有方法 五、孩子犯错时适当沉默更有效果 六、对孩子的期望要合情合理 七、家长的梦想不要强加给孩子 八、减轻孩子的压力 九、及时帮助孩子消除对老师有偏见的心理 十、家庭教育中的“十要” 十一、家庭教育中的“七不要”

第十一章 不良习惯性厌学及对策 一、引导孩子播种好习惯 二、培养良好习惯要有方法 三、教导孩子养成按计划完成任务的习惯 四、鼓励孩子养成善问敢问的习惯 五、养成善于整理错题的好习惯 六、改正不良习惯的原则及方法 七、帮助孩子提高学习效率 八、帮助孩子克服逃避阅读的坏习惯 九、坚决纠正孩子分心走神的坏习惯 十、纠正孩子缺乏耐心的坏习惯

# 《厌学一定有对策》

## 章节摘录

插图：1.自信是成功的第一秘诀成功之门向每一个人敞开，“天生我材必有用”，没有人会注定一辈子失败。成功需要很多秘诀，而美国散文家、哲学家爱默生说：“自信是成功的第一秘诀。”自信是对自己的肯定，是人立足社会的精神支柱，是人生不断探索和创造发展的动力。厌学孩子的显著特点多是自信心欠缺，所以老师、家长要给孩子创造体验到成功喜悦的机会，帮助他们找回自信。一次工整的作业、一次检测的点滴进步、一次瞬间的灵感……都是孩子树立信心的元素。老师、家长应该有意地夸奖和表扬，让孩子产生良好的自我感觉，强化自我概念。孩子倾诉和宣泄厌学心理，老师、家长要多倾听、多宽慰、多疏导、多鼓励，以老师、家长的耐心和信心增强子女的信心。厌学和乐学是对立的统一，只要引导得力，孩子的心境和状态一定能向乐学的方面转化。2.自信的力量被人们称为“全球第一CEO”的美国通用电气公司前首席执行官杰克·韦尔奇曾有句名言：“所有的管理都是围绕‘自信’展开的。”凭着这种自信，在担任通用电气公司首席执行官的20年中，韦尔奇显示了非凡的领导才能。韦尔奇的自信，与他所受家庭教育是分不开的。韦尔奇的母亲对儿子的关心主要体现在培养他的自信心。因为她懂得，有自信，然后才能有一切。

# 《厌学一定有对策》

## 媒体关注与评论

不要把你们的学习看成是任务，而是一个令人羡慕的机会。为了你们自己的欢乐和今后你们工作所属社会的利益，去学习。 ——爱因斯坦

# 《厌学一定有对策》

## 编辑推荐

《厌学一定有对策》：教育机构重点推荐。乐学善学的导航仪，对付厌学的妙锦囊。影响学生一生的学习方法尽在这里，几代教育专家毕生教育集萃于此。中学生厌学现象普遍存在，《厌学一定有对策》全面分析了造成学生厌学的各种因素并找出对策。这些对策不仅可以帮助厌学者走出厌学误区，而且为广大学生提供了养成良好学习习惯的方法和途径，让厌学者从厌学走向好学、乐学、善学。苦学不如会学，勤学还须善学。若想学习棒，方法最关键。天赋、勤奋不是高效学习的根本，科学的方法才是出色学习的捷径。叩响名校大门，让枯燥的学习充满乐趣，使单调的日子回荡激情。

# 《厌学一定有对策》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)