

# 浅谈提高小学生语文学习自我效能感的策略

## Strategies of Improving Primary School Students' Self-efficacy in Chinese Learning

武巧云

Qiaoyun Wu

淮安市楚州实验小学

中国·江苏 淮安 223200

Huai'an Chuzhou Experimental Primary School,

Huai'an, Jiangsu, 223200, China

**【摘要】**随着语文新课程改革不断深入,当今教育界越来越多的人开始关注小学生语文学习的自我效能感,培养和提高学生语文学习的自我效能感刻不容缓。论文从3个方面出发,提出了多种方法,旨在提高小学生语文学习的自我效能感。

**【Abstract】**With the continuous deepening of the new curriculum reform of Chinese, more and more people in the education field pay more attention to the self-efficacy of primary school students' Chinese learning. It is urgent to cultivate and improve the self-efficacy of students' Chinese learning. From three aspects, the paper puts forward a variety of methods to improve the self-efficacy of primary school students' Chinese learning.

**【关键词】**小学生;语文学习自我效能感;提高方法

**【Keywords】**primary school students; Chinese learning self-efficacy; improvement methods

**【DOI】**10.36012/sde.v2i1.799

## 1 引言

无数教育教学理论以及小学教师的教学经历都证明,一个人小学时期的学习经历,对其日后的人生意义重大。而小学语文的学习可以为学生学习汉语言文化打好基础。可是很多学生面对语文学习出现畏难情绪,对语文学习没有信心<sup>[1]</sup>,这都是很现实的问题。这就要求教师培养和提高学生语文学习的自我效能感,帮助学生提高语文学习效果。

## 2 语文学习自我效能感的内涵

教育改革发展到今天,注重学生学习的主体性,提倡自我调控学习在教育改革中受到极大的重视。人们渐渐看到了自我效能感的作用。自我效能感是人的自我调节系统的核心,这是美国著名心理学家班杜拉研究中提出来的。依据班杜拉等人的理论,小学生在语文学习过程中,对自己是否有能力完成学习任务,以及进行具体学习活动的能力的预期即主观判断,就是小学生语文学习自我效能感<sup>[2]</sup>。对学生学习的自我效能

感有了很好的认识后,培养学生具备良好的学习自我效能感,能够极大地发挥学生学习的主观能动性,进而提高学业成绩。关于语文教学,《全日制义务教育语文课程标准》在课程总目标中提出学生要“养成语文学习的自信心和良好习惯”。自信心实际上也就是自我效能感,所以对小学生语文学习自信心即自我效能感的培养应该成为小学语文教育教学的重要部分。

## 3 提高小学生语文学习自我效能感的策略

### 3.1 强化家校联系,齐心协力

家庭是每个学生的第一所学校,家长扮演着教师的角色。想要提高学生语文学习自我效能感,必须首先从家庭、家长着手,家校共同努力。可以从以下3个方面着手。

第一,要了解家长的自我效能感水平。家长是学生观察和模仿的第一对象,他们的一言一行都影响着学生。因此,学生的自我效能感水平和家长的自我效能感有着直接关系。有些家长会谈“语文”色变,害怕学习语文,谈起语文学习:拼音、汉字、阅读短文、写作等,无不让他们头昏脑胀。这都是在平时的

教学中遇到过的,还不是个例,这些家长的学生往往面对语文学习也是缺乏信心的。所以要引导家长多多鼓励学生,在学生遇到困难时,多多鼓劲加油,而不能说一些负面的丧气话:“你老爸我当年拼音就学得不行”“写作文啊,不吹不成”“字啊能写出来让人认得就行,不用那么认真”……

第二,要了解家庭的氛围和教育方式。学生的自信心是需要精心呵护的,长期运用过于溺爱或者简单粗暴的教育方式,儿童会形成一些不良品质,具体表现在:过分依赖或顺从、缺乏主动性和进取心、缺乏自制力和毅力。久而久之,学生就会越来越没有自信心,逐渐降低自我效能感。而父母能够运用良好的教育方式、营造宽松民主的家庭氛围,生活在其中的学生,学习自我效能感也会相对比较高,因为这样的学生参与活动的积极性和主动性也比普通学生高。教师要与家长多多沟通,请语文学习自我效能感高的学生家长谈谈他们的教育方式,给其他家长提供学习借鉴。

第三,了解家长对学生学习的期望值。家长对学生过高或者过低的期望值都会造成学生自我效能感的降低。现实生活中,家长往往“望子成龙”心切,对学生要求太高,会给学生造成极大的压力,面对超出能力范围的事产生畏惧情绪。有些家长又一味溺爱,得过且过,对学生的期望值过低,这会让学生觉得父母对他们没有要求,对他们已经失去信心,这样他们自己也会没有自信。所以要想提高学生学习的自我效能感,家长一定要了解学生的学习能力,寄予合理的期望值。语文学习是按照一定的梯度进行的,由拼音到汉字、句子训练再到篇章的阅读理解到写话作文,学习过程中家长不可对学生寄予不切实际的期望而揠苗助长,又或者走向另一个极端,一味降低要求而时常落后他人,要根据学习阶段合理要求学生,这样可以提高并且呵护学生语文学习的自我效能感。

### 3.2 树立正确观念,一视同仁

素质教育和课程改革已经实施多年,所有教师都必须要有适应时代发展的教育观念。每个学生都是教育的对象,学生的全面发展是教育的目的。作为教师,更要去关心、了解和帮助每一个学生,对他们寄以希望,这能使小学生增强自我效能感。但是悲哀的是,现实中有些学校和教师仍然以成绩分数作为唯一标准,将小学生划分成三六九等,这种以达成外在行为为目标,而忽视行为结果背后的因素即动机取向、个性品质以及努力程度等的观念是错误的,因为这一时期,小学生们的自我评价能力还未形成,这样的做法会对他们产生重大影响。一旦小学生认为由于自己的学习能力不够导致成绩差,从而生成自卑感,就会削弱学习的自我效能感。所以,教师要平等地对待每一个小学生,有教无类,不偏不倚,不以成绩论优差,要

去了解每一个学生的优缺点,发现他们的特长,让每一个学生都能感受到老师的关心爱护、信任和迫切的期望,无形中提升学生的学习自信心,促进学生的全面发展。语文是学好其他学科的基础,语文老师在平时的教学中,更需要时时刻刻提醒自己,一视同仁地对待每个学生,提高他们语文学习的自信心。

### 3.3 把握学生特点,多处着力

基于语文学科的特点——基础性、综合性和实践性,形成和提高学生的语文素养不是一蹴而就的,需要慢慢进行。学生在语文学习过程中,可能会被一些问题难倒,如识记拼音、书写汉字、口语交际和写作等,这些都可能使学生语文学习的自信心受到挫伤,阻碍自我效能感的形成和提高。所以,必须根据学生的个体特点,采取多种措施、多处着力,力求提高语文学习的自我效能感。

#### 3.3.1 设定适当的学习目标

受能力和自我认知水平的限制,小学阶段的学生处于各方面能力还很薄弱的发展时期,因此制订不出合理的符合自身实际的目标。教师在教学中要结合学生的实际情况,帮助他们确立具体可行的学习目标,做到由易到难。最基础的目标在于近期书本学习知识的掌握,此目标的达成可以让小学生认识到自己的能力,进而提高学生的自我效能感,激发内在的动力,并在后续学习过程中逐步达成稍微难的目标,也就是具有挑战性的目标,但是要根据他们的能力制订,让他们树立起信心,积极应对挑战。这样循序渐进,逐层深入,可以提高学生实现目标的自信心,进而提高自我效能感。

#### 3.3.2 提供良好的榜样示范

唐太宗李世民曾经说过:“以人为镜,可以知得失;以史为镜,可以知兴替。”这句话可以用来告诉学生榜样的作用。合理利用榜样的示范作用可以有效地提高学生语文学习的自我效能感。不论是学生身边的榜样,还是课本上的榜样,甚至教师本人都是很好的示范,这对提升学生的学习动力有着重要作用。身为语文教师,更要在上课的过程中,时时刻刻严格要求自己,给学生们做出良好的示范。此外,以学生作为榜样效果更好,教师要结合每个学生自身的特点,为他们选择适合自己的榜样。当他们看到和自己差不多水平的榜样获得成功,他们也会对自己产生信心,进而提高自我效能感;而当他们看到榜样失败,自然也会觉得自己成功的可能性不大,所以榜样的选择特别重要,一定要让这些榜样尽可能获取成功,让学生从同伴身上看到自己成功的希望,从而提高他们的学习效能感。

#### 3.3.3 创设多样的成功体验

学生学习成功和失败的经验对自我效能感的影响最大,成功的经验会提高自我效能感,失败经验会降低自我效能感。

所以,在教学中,教师要千方百计创造机会,让学生展示自己,获得成功后的快乐会让学生更加自信,更加想尝试,在无形中提高学生的自我效能感。而且一次次成功的体验会让小学生对自己充满希望,对自己的能力有更深入的认识,以此逐步建立稳定的自我效能感。在语文教学中,要尽量让学生体会成功的快感,例如,回答问题正确、完成作业及时、书写工整美观、考试成绩理想等;反之应尽量避免直接的失败经验,如回答问题错误、作业不会做、考试成绩不理想等。在平时一点一滴中,寻找一切可以帮助学生体验成功的机会,浇灌学生心中的信心之花,在此过程中,学生的语文学习自我效能感也会得到慢慢的提高。

#### 3.3.4 给予及时的鼓励评价

根据班杜拉的理论,某些知识和技能的掌握,让人们具备了一些能力,此时合时宜地运用外部强化,对建立自我效能感最为有益。小学生因为还没有形成自我意识,他们进行自我判断的主要依据为成人对他们的反馈。在小學生学校生活中,教师的鼓励评价话语对其具有相当重要的影响,在某种程度上,相对于家长的话,小学生更相信教师的话,所以,在树立小学生学习的信心和发展自我效能感的过程中,教师积极的言语鼓励是非常重要的。同时,教师的言语鼓励要切合实际,不能学生的什么行为都用一个简单的“你真棒”来评价,这样会让学生感到乏味无所适从,挫败他们的自我效能感。教师在教学中应及时鼓励与表扬那些取得进步的学生,使他们从中获得满足感,这样会让学生的自我效能感得到提高,在此过程中他们的自我认知也在逐渐形成。同时,教师要参照小学生的学习任务的难易程度和学习能力,使用积极的言语说服小学生,让他们相信自己能够完成既定的任务,使他们能够感受到教师的期待和信任,增强其自信心,提高自我效能感,同时也能让小学生在遇到学习困难时付出更多的努力。

#### 3.3.5 进行合理的成败归因

归因及其所属的维度对人的情绪、期待和行为产生重要

的影响。有实验结果显示,归因方式正是通过影响自我效能感的获得,进而间接地影响学习成绩<sup>[1]</sup>。而小学生的自我认识尚浅,往往不能总结出自己成功与否的原因。所以,引导和帮助小学生进行积极合理的归因也是教师教育教学的一个部分,比如,将成功归结为能力这一内部的不可控因素,让他们觉得自己的成功得益于能力很强,会使他们产生自豪感,并且希望以后还会成功,这对增强学生的自我效能感有极大的帮助;将失败归结为一些内部的可控因素,如努力不够或方法不当等,而不是自己笨、不具备能力,他们就会产生愧疚感,如果再付出点努力或许就不会失败了,并且希望以后通过努力或改进方法获得成功<sup>[2]</sup>,这也不会降低他们的自我效能感。在语文教学中,教师也要及时教学生进行正确的归因,例如,为什么这个字总是写错,原因在于上课老师教学生字时没有认真听、课后写字不用心、努力不够,而不是因为笨没有能力写出这个字。

## 4 结语

提高小学生语文学习自我效能感的方法还有很多,例如,教学生语文学习方法,提高语文学习效率;为学生创设宽松的语文学习环境,让学生乐于学习语文等。总之,小学阶段是学生语文自我效能感形成和发展的重要时期,一定要对此有充分的认识并采取积极有效的教育对策,培养小学生语文学习自我效能感,使其能够对语文学习充满信心,为母语学习打好基础。

### 参考文献

- [1]李艳丽.小学生学习行为自我效能感的影响因素与培养策略[J].现代中小学教育,2009(6):45-48.
- [2]班杜拉.自我效能:控制的实施[M].缪小春等,译.上海:华东师范大学出版社,2003
- [3]周莲淑.学习兴趣对小学生英语学习拖延的影响:学习自我效能感的中介作用[D].广州:广州大学,2019.
- [4]李瑞.小学生学习动机、学业自我效能感与学业成绩的关系及其干预研究[D].保定:河北大学,2019.