# 人生规划教育,激发学习动力

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2024-07-04

*第一篇：人生规划教育,激发学习动力“人生规划教育”激发学生“内动力”您的人生是否有规划？记者从河北省邯郸市魏县第二中学获悉，该校将人生规划教育“搬入”课堂，引导学生对自己的人生进行规划，让学生及早选定人生目标，减少了盲目性，激发了学生学习...*

**第一篇：人生规划教育,激发学习动力**

“人生规划教育”激发学生“内动力”

您的人生是否有规划？记者从河北省邯郸市魏县第二中学获悉，该校将人生规划教育“搬入”课堂，引导学生对自己的人生进行规划，让学生及早选定人生目标，减少了盲目性，激发了学生学习的“内动力”。

魏县二中07年级(九)班学生黄丹丹在上初一时，被病魔缠身，家庭生活拮据，一度对学习、生活丧失信心。该校一方面联系石家庄一家医院为她免费治疗，组织爱心捐款，协调为她全家办理了低保。另一方面，对她进行“一对一”“人生规划”教育，使她重新燃起了对生活的希望。她先是以高分考入县一中，并在今年的高考中考出了580分的好成绩。据该校校长郭成林介绍，学生由小学阶段升入初中阶段，会随着生理、心理的发育、社会阅历的扩展及思维方式的变化，容易在学习、生活、人际交往、自我意识和学业等方面，遇到各种困惑和问题。有的缺乏人生的理想，学习目标模糊；而有的则理想扩大化，使理想脱离现实，产生了不知道“为谁学”、“为啥学”、“怎么学”的问题。

他们针对学生在初中阶段的生理特点和心理特点，在全校所有班级设立了“人生规划”专职教师，对学生的性格、心理等状况进行专职辅导。在实施过程中，他们坚持“三结合”。一是面上教育与线上教育相结合。将“思想品德”、“心理健康辅导”教育、团队活动等内容作为“线”，进行穿插和编织，实现有机结合，形成纵横交错的“人生规划”教育的“面”。

同时，将整体教育与“一对一”辅导相结合。他们把“人生规划教育”列入全校和班级年度教育计划，定期不定期举办正确人生观、世界观专题讲座，对有心理障碍、性格偏激、情绪不稳的学生，由专职教师进行“一对一”辅导，及时解决他们人生路上的问题。此外，将人生长远规划教育与当前学生学业计划教育相结合。引导学生根据自己的兴趣爱好合理确定人生奋斗目标，通过长远规划激发学生对当前学业学习的积极性和主动性。教育学生既要有远大的理想目标，也要有近期的学业目标，把阶段性的安排和长远的计划、规划紧密的结合在了一起。

魏县教育局局长祈保平说，“二中推行的‘人生规划教育’，能够使学生对自己的人生目标有一个全面正确的认识，从内心产生学习的动力，激发学生为实现自身发展目标而加倍努力学习。二中的人生规划教育已成为孩子们实现人生理想目标的‘反应堆’ ”。

**第二篇：激发学习的动力**

如何激发学习的动机

1、以目标为导向，引导努力方向

制定自己的学业发展、英语、实践活动、交友与人脉发展、及进一步申研目标，远近目标的制定要以自己现在的水平为基础，自己努力拼搏后能够达到或实现。切记目标过高望而生畏，或目标太低不能激发学习动力。目标是自己努力的动力和方向，也应成为自己执着追求的信念。

2、合理借力外部动机，保持一定学习涨力

每个人的能力精力都是有限的，合理借助同学、班级、各种团体的学习氛围、学习及信息资源，搭借外界这种积极向上之力顺势而为，使自己的学习和锻炼效果事半功倍。

3、自我激发学习动机，始终保持学习生涯的有序及张力

学习的动机主要来源于自己的学习需要和对学习结果的期望两个方面。

学习需要主要指个人对所学知识、技能的爱好、兴趣、信念、以及学习目标；学习结果的期望主要是个人对学习的结果所带来的成绩、奖励、荣誉、表扬的期待。

结合学习实际，任何一门专业课程的深入学习都不可能仅靠爱好、兴趣来维持，因此学习目标和学习信念所产生的动力比较可靠，需要自己时常提醒自己的目标方向、坚定学习的信念。对于学习期待的各种诱因主要属于外部动机成分，需要辩证的对待、合理的利用；对于自己的成绩无论优劣都要学会积极归因，归因于努力、方法、时间及资源管理策略这些内在的、不稳定的、可以控制的因素，使自己做到优则继续劣则改变。

4、合理调控自己的动机强度

学习动机对学习行为有启动、定向和维持作用。但对一项具体的学习活动而言，只有当学习动机的强度处于最佳水平，才能产生最好和学习效果。这符合“耶克斯—多德森定律”（又称倒U曲线）：

①动机的最佳水平随任务性质的不同而不同；在相对容易的学习任务中，学习效果随着动机的提高而上升，随着任务难度的增加，动机的最佳水平有逐渐下降的趋势。

②一般来讲，最佳水平为中等强度的动机； ③动机水平与行为效果呈倒U型曲线。

所以需要结合自己的个性特征、意志品质、需要与目标、学习任务的难易度，调控最佳学习动机，保持适度焦虑，达到高效学习的效果。

**第三篇：赏识教育激发学生学习动力的浅议**

赏识教育是激发学生学习的动力

吕标初中宫献军李新兰在全面推进素质教育的今天,我们教师必须引进新的观念,新的方法来教育学生,以适应时代教育的需要。要改变这种现状,利用赏识教育往往就能事半功倍,达到转化差生的目的。一是坚定期望信念

我们在教育学生时,往往批评多于鼓励,甚至经常用一些刺激性的语言,以引起学生的重视。例:这么简单的题目都要做错,怎么去考学。讲了几遍的题还不会,真是对牛弹琴。” “跟你讲了多少遍,还改不了这个毛病,真是江山易改,本性难移。”本来教师想通过揭学生的痛处,来唤醒学生,这种心情可以理解,殊不知这样做严重伤害学生的自尊心和自信心,效果恰恰适得其反。承认每个学生有发展的潜能,有成功的愿望和需要,并以适当的表达方式传递给学生,使学生易于接受,转化为内在需要和自觉追求,从而调动学生积极性。

二是帮学生重塑辉煌

现在大部分学生都是父母的心肝宝贝,心理承受能力差,遇到挫折时,悲观失望。此时,我就想尽办法找他们的优点,帮助他们找回曾经拥有的成功的喜悦感,重新树立自信心,记得我教过的学生,每次考试各科成绩一直不错,到第一学期其中考试时各科出现低谷,有的同学急得找我反映;“老师,您快给同学鼓鼓劲吧,他们都学不下去了。”经过思考,我对考试成绩比较分析,找出每个学生考得最好的一次,在班上公开宣布都是A级,并且作为下次考试目标。结果,同学们积极性大增,期末考试取得优秀成绩。

三是充分发挥善意与善辞的力量

我发现班上有一个男生抄袭别人的作业。放学后,我说到他们那儿有点事,让他和我一道走,他于是高兴地在校门口等我,我俩一边走一边闲聊,适当时机我说:“你平时聪明伶俐,我们老师都很喜欢你,可就是你有一个毛病我们都觉得很遗憾,你知道吗”?他说:“我成绩不好”。我又说:“不是!是你不相信自己,而相信别人,凭你的能力,你是完全可以独立完成作业的,你说是吗?”他说:“老师,我再也不会抄作业了”从此后,他再也没抄作业,并且成绩明显地上升,后来考了师范院校,在一个教师节寄给我的贺卡上写道:李老师,你那次对我的谆谆教导,使我自信、自强,我也要像你一样用自己的全身心去唤起我的学生的自信与自强。

四是电话传递进步

学校家庭同步开展赏识教育,能使教育效果事半功倍。现实生活中,许多家长对孩子学习成绩十分关注。我们常常发现,家长们聚在一起,总爱把彼此的孩子进行比较,并会因自己的孩子在某些方面不如别人家的孩子,觉得自己“不会教孩子”而感到愧疚。但是,他们对影响学习成绩的因素、学习成绩提高的背景乃至孩子的心理需求注意得不够。据了解,许多失败的家长都是由于家教观念陈腐,没有用赏识的目的凝视自己的孩子。总之,赏识教育能重塑学生健康自信,发现和发挥学生的长处和潜能,使其最终走向成功。

**第四篇：论赏识教育激发学习动力**

论赏识教育激发学习动力

论文摘要：通过坚定期望信念，设置形式多样的光荣榜，帮学生重塑辉煌，充分发挥善意与善辞的力量，电话传递进步等方法，重塑学生健康自信，发现和发挥学生的长处和潜能，使其最终走向成功。

有这样一个真实的故事，对我的启发颇大。一个小学生因学习成绩差且特别调皮，被老师安排在教室第一排靠门的特殊位置上，该学生从此更加自卑和厌学，后来换来一个教数学的新班主任，这个老师与众不同，他对这个众人不屑一顾的小毛头特别关爱，每次上课总喜欢摸摸这个学生的头。这一摸对老师讲也许是不经意，不过对这孩子来讲带来的却是极大的兴奋和满足。从此，这个学生每天都盼望这个老师来上课，听课也极其认真，且逐渐对数学产生了浓厚的兴趣。后来，这个学生成了举世闻名的大数学家。功成名就的他在谈到成功的秘诀时，无不深情地怀念老师那温柔的手和欣赏和目光，因为那手、那目光带着对他的鼓励和赞许，成为他找回自我的无穷力量。从这个故事中不难看出，这个老师把这顽童带进神秘的数学殿堂的法宝，不是他把数学课讲得多么完美，而是不怀成见地对学生的鼓励和赞赏。可见，老师对学生的关爱具有多么大的魔力。各种形式的表扬是对学的特殊关爱，我认为在全面推进素质教育的今天，我们教师必须引进新的观念，新的方法来教育学生，以适应当代教育的需要。要改变这种现状，利用赏识教育往往就能事半功倍，达到转化差生的目的。因为人性中最本质的追求就是渴望得到尊重和欣赏。日本心理学家永多湖辉曾说：“在每个孩子身上都蕴藏着巨大的，不可估量的潜力。每个孩子都是天才，宇宙的潜能隐藏在每个孩子心中。”而赏识教育的奥秘就在于时时、处处、事事在心灵深处坚信孩子行，宽容地承认差异，允许失败。让这些“弱差生”重新得到“行”的滋润，让他们时时感到自己是好孩子。只要他们在成长中觉醒了，巨大的潜能就会像火山爆发一样排山倒海、势不可挡。在这方面我的具体做法是：

一、坚定期望信念

我们大多数教师在教育学生时，往往批评多于鼓励，甚至经常用一些刺激性的语言，以引起学生的重视。例：“这么简单的题目都要做错，怎么去考大学。”“讲了几遍的题还不会，真是对牛弹琴。”“以你的成绩表现，将来多半是下岗工人的料，迟早会被社会淘汰。”“跟你讲了多少遍，还改不了这个毛病，真是江山易改，本性难移。”本来教师想通过揭学生的痛处，来唤醒学生，这种心情可以理解，殊不知这样做严重伤害学生的自尊心和自信心，效果恰恰适得其反。

美国心理学家罗森塔尔曾在小学1-6年级随机抽取20％的学生，对他们进行了“未来发展的测试”；然后向老师宣布说：“这些学生有很大的学生潜力”。预示他们可能比其他学生会有更好的成绩。八个月后，老师获得如期的结果。一年后，再一次测试，这些学生的成绩仍在提高。期望是一种看不见，但确实存的常识教育信念，对教育起着重要作用，积极的期望是成功教育的第一要素。承认每个学生有发展的潜能，有成功的愿望和需要，并以适当的表达方式传递给学生，使学生易于接受，转化为内在需要和自觉追求，从而调动学生积极性。

二、设置形式多样的光荣榜

为呵护每个学生的自尊心，我把考试成绩看成是学生的一种隐私，只给学生一个“优秀榜”、“进步榜”和“强科榜”。前两种比较普遍，但对成绩下滑和待优生少了些重视和关注。为此，我把这部分学生的最强科成绩写在强科榜上，时时刻刻激励他们，使他们对前途充满信心。

在学生身上，存在着不可估量的潜在能力，只要抛弃错误的教育方法，赏识他们的每一点进步，让他们永远充满自信，则无论什么样的学生，其能力的幼芽都能茁壮起来。如学生学写作文的时候，许多老师都让学生读范文，赏佳作，拿他们的作文和范文相比，结果越比学生越没信心，对作文也就越没兴趣，一写到作文就头疼。其实，一篇文章即使再差，也总有一些成功的地方，教师只要善于抓住星星之火，适当夸张，一定会收到一想不到的效果。当学生有了信心，学习上的动力也就有了，这种潜力如果爆发出来，不止是自己喜欢的，所有的事都会以一种积极向上，充满信心的态度去对待，而不会对什么事都失去希望。

三、帮学生重塑辉煌

现在大部分学生都是父母的心肝宝贝，心理承受能力差，遇到挫折时，悲观失望。此时，我就想尽办法找他们的优点，帮助他们找回曾经拥有的成功的喜悦感，重新树立自信心，记得我带过的一届学生，初一每次考试各科成绩一直不错，到初二第一学期其中考试时各科出现低谷，有的同学急得找我反映；“老师，您快给同学鼓鼓劲吧，他们都学不下去了。”经过思考，我对初一四次统考成绩比较分析，找出每个学生考得最好的一次，在班上公开宣布，并且作为下次考试目标。结果，同学们积极性大增，期末考试取得优秀成绩。

四、充分发挥善意与善辞的力量

我发现班上有一个男生抄袭别人的作业。放学后，我说到他们那儿有点事，让他和我一道走，他于是高兴地在校门口等我，我俩一边走一边闲聊，适当时机我说：“你平时聪明伶俐，我们老师都很喜欢你，可就是你有一个毛病我们都觉得很遗憾，你知道吗”？他说：“我成绩不好”。我又说：“不是!是你不相信自己，而相信别人，凭你的能力，你是完全可以独立完成作业的，你说是吗？”他说：“老师，我再也不会抄作业了”!时间不长，说着聊着到了该生家，我及时说道：“我要回家了”。该生问道：“老师，你不是有事要办吗”我说道“我的事办完了”。从此后，他再也没抄作业，并且成绩明显地上升，后来高中毕业后考了师范院校，在一个教师节寄给我的贺卡上写道：李老师，你那次对我的谆谆教导，使我自信、自强，我也要像你一样用自己的全身心去唤起我的学生的自信与自强。

五、电话传递进步

学校家庭同步开展赏识教育，能使教育效果事半功倍。现实生活中，许多家长对孩子学习成绩十分关注。我们常常发现，家长们聚在一起，总爱把彼此的孩子进行比较，并会因自己的孩子在某些方面不如别人家的孩子，觉得自己“不会教孩子”而感到愧疚。但是，他们对影响学习成绩的因素、学习成绩提高的背景乃至孩子的心理需求注意得不够。据了解，许多失败的家长都是由于家教观念陈腐，没有用赏识的目的凝视自己的孩子。

今年秋天，我听了一个案例。有一位班主任给家长打电话，刚说了一句夸奖孩子的话，就听到电话里传来哭泣声。原来这位家长以前接的老师电话，全是批评孩子，指责家长的。老师们：随着时代的进步，电话已成为老师和家长共同教育孩子的方便渠道。但大部分电活内容是训斥孩子的缺点，让学生恐惧、紧张。经过反思，我把报告中这位老师的做法用在了实际工作中，用电话把孩子的优点及时传递给家长，尝试了几次，效果确实不错。我把近期进步的学生在班上二表扬一番，且公开通知他们的家长给我打电话，让家长多加鼓励。这些学生受到家长、老师、同学的肯定后，从而更加努力。

总之，赏识教育，能重塑学生健康自信，发现和发挥学生的长处和潜能，使其最终走向成功。

**第五篇：学习激发生命动力心得体会**

学习激发生命动力心得体会

我有幸的参加了“激发生命动力”这个课程，通过这三天两夜的课程使我在心灵深处受到很大的启发，感悟到了人生的真谛和做人的价值，同时也谢谢领导给予了我这次机会。

当接到通知要去学习时，真是不知道那将是一个什么样的学习，所以我抱着好奇的心态走进了课堂，当教练引领我们进入课堂游戏环节时，感受到教练用一种与众不同的教学方式和大家沟通，教练助教和全体学员们一起参与互动，让我从来没有的体验。

在这个课程中，首先我懂得了什么是承诺，在对家人、朋友、同事不要轻易的去承诺，如果承诺了你就要去实现，做一个对自己、对他人负责任的人，第二，我懂得了什么是团队精神，什么是责任，在“报数”这个游戏中，由于我的失误，害的我们队长多做了很多的俯卧撑，当看到她吃力的，坚定的做着俯卧撑时，我哭泣了，我恨我自己为什么要出错，为什么那么不认真，我真想为她承担点，但是教练说不允许、不可以、不能够，承诺的事情就一定要完成，当我们被队长的那份承担重任的精神感动时，我们每个人都俯下身去为她分担，直到教练说结束，这时我们每个学员轻轻把队长抱起来高高的举起来，轻轻的摇晃着她时，我深深的感受到如果某一个人犯了错误，作为领导者他要去承受怎么样的重担，怎么样去接受惩罚，所以我要在以后工作中要有团队精神，时刻提醒自己是团队的一个分子。第三，我懂得什么是亲情，什么是包容，当教练让我们每个在一张白纸上写上自己的

生命里五样东西时，又让我们一个一个的划去时，我默默地流着泪水，真是不舍得划去任何一个，当划去任何一个时心中是无比的痛苦，当教练让我们又重新把他们找回来时，心中的喜悦是无法言语的，这个时候我才知道他们都是我生命中最重要的，这时我明白了父母的爱，丈夫的爱，朋友的爱，同事的爱，亲人的爱都是割舍不开的，所以我们要珍惜和他们在一起的时间，包容他们的一切，不论在生活中，还是在工作中，我们不要去抱怨，不要去计较，任何付出都是有回报的，我们要以一颗感恩的心去面对这个社会。

在这个课程中我还学会了欣赏，学会了聆听，欣赏、聆听是一种美德，当你欣赏他人同时也是在欣赏你自己，当你聆听他人诉说时是一种享受，这样我们才能去感受生活，享受快乐。虽然学习是短暂的，但是却带给我很多的人生感悟，我要从现在做起，让我把所学到的去感染每一个人，让我们共同来实现一个美好的、快乐的人生。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找