

高职学生英语学习倦怠的对策研究

吕岩

(辽宁金融职业学院, 辽宁 沈阳 110122)

摘要: 目前, 高职学生英语学习倦怠是高职英语教学中普遍存在的现象, 但随着高职院校的扩招, 学生对高职英语学习所表现的倦怠感越发明显, 已严重影响高职英语教学的有效实施。通过对高职学生英语学习倦怠原因的分析, 提出在高职英语教学中解决高职学生英语学习倦怠的行之有效途径, 从而优化高职英语教学, 重燃高职学生的英语学习信念, 实现教学与学生的双赢。

关键词: 高职学生; 英语学习; 倦怠; 对策

中图分类号: G712

文献标识码: A

文章编号: 1672-0105(2018)01-0020-03

Research on Countermeasure of English Learning Burnout of Higher Vocational Students

LYU Yan

(Liaoning Finance Vocational College, Shenyang, 110122, China)

Abstract: At present, the higher vocational students' English learning burnout is a common phenomenon in the higher vocational English teaching, but with the increasing enrollment in higher vocational colleges, the higher vocational students' burnout is more obvious in the higher vocational English learning, and has seriously affected on the effective implementation for higher vocational English teaching. Through analyzing the causes of the higher vocational students' English learning burnout, the paper puts forward the effective ways to solve higher vocational students' English learning burnout. Therefore, it can optimize the higher vocational English teaching, rekindle higher vocational students' English learning belief, and realize win-win situation of teaching and students.

Key words: higher vocational students; English learning; burnout; countermeasure

在国家的大力倡导下, 高职教育越来越受到人们的认可, 高职院校也得到了迅猛地发展, 呈现出一片蒸蒸日上的景象和前景。高职院校迅猛发展的最直接表现就是生源的扩招, 不仅局限于普招, 有些高职院校还举行了自主招生, 不断地扩大生源的来源, 但高职学生的生源质量却成了高职院校教师担忧的问题, 尤其是对于高职英语教师来说, 更是忧心忡忡。因为英语是大多数高职学生的弱项, 这是个不争的事实。因此, 如何防止高职学生英语学习倦怠已成为高职英语教师亟需解决的问题, 也是保障高职英语教学质量 and 效果的前提条件。笔者在分析了高职学生英语学习倦怠的原因基础上, 针对存在的问题, 提出了解决方案, 以期改变高职学生英语学习倦怠的现状, 激活高职学生英语学习的动

力, 指引高职学生以积极的态度、主动的行为、自主的意识进行高职英语的深入探究。

一、高职学生英语学习倦怠的原因分析

高职学生英语学习倦怠主要是指高职学生心理的一种消极的状态, 并在行为中折射出对高职英语学习兴趣和动机的缺失, 进而表现出对高职英语学习的厌烦、麻木、抵触等情绪。究其根源, 主要包括几下几点:

(一) 高职学生对高职英语学习的信心不足

高职学生英语学习信心的匮乏与其以往长期的学习状态有直接的关联。众所周知, 高职的生源有其独特性, 在入学前的英语学习状态和目标, 或是为了应付考试而不得不学, 或者成绩平平得不到关

注,或者是努力学习但英语成绩一般。总之,以往的英语学习过程和经历没有使学生体验到成功喜悦和满足感,自然也就不会对英语的学习充满信心。而进入大学后,大多数学生对英语的学习态度还是沿袭以往对英语的认知,致使英语学习信心仍然不足,甚至还有下降的趋势,所以这就构成了高职学生英语学习倦怠的直接原因。

(二) 高职英语教师职业倦怠对高职学生造成的不良影响

随着高职院校的扩招,高职英语是高职教育的必修课,高职英语教师的任务量自然也随之增加,除了要完成繁重的教学任务,每周都要上数次的重复课、学校的科研任务等都使教师力不从心、倍感压力,进而产生职业倦怠的情绪,而这种情绪带入教学工作中,就会对学生的学情绪产生影响,也使学困生陷入到倦怠的情绪中不能自控,所以这就构成了高职学生英语学习倦怠的间接原因。

(三) 高职学生学习动机的缺失

进入大学前,学生的英语学习目的主要以应试教育为主,而英语学习的形式也无外乎题海战术,通过大量的做题、刷题,以求知识的巩固与训练。进入大学后,学生仍不能摆脱应试教育的影响,高等学校英语应用能力A、B级考试和大学英语四、六级考试又成为新的应试教育下学生奋斗的目标,又是不断的做题,教师不断的讲题。学生对这种应试教育早已厌烦,而又不得不进行学习。因此,已对英语学习失去兴趣,没有足够的良性动力激发学生的英语可持续性学习,这就构成了高职学生英语学习倦怠的外部环境原因。

二、在高职英语教学中干预或解决高职学生英语学习倦怠的具体实施途径

(一) 增强高职学生英语学习的自我效能感

高职学生英语学习信心的不足是造成高职学生英语学习倦怠的直接原因。因此,高职英语教学首要解决的问题就是帮助高职学生找回英语学习的自信,激活高职学生的英语学习效能感,并使之不断处于保持和提升的状态,这样才能对高职学生的英语学习倦怠感起到根本的改善和解决。

高职英语教师要秉承赏识教育理念开展高职英语教学。赏识教育的有效开展离不开高职英语教师

的细心观察和对学生闪光点的高度敏感性。高职英语教师要善于发现高职学生英语学习过程中的进步,即使是微小的提高,高职英语教师也应及时肯定,给予鼓励,不仅体现了高职英语教师对学生英语学习的认可,也体现了高职英语教师对学生的关注,使学生对高职英语的学习更有信心,更加努力。与此同时,高职英语教师还应把握赏识教育的度。高职学生的英语基础参差不齐,具有较大的差异性,在赏识教育的实施中,高职英语教师不能按照相同的标准衡量每个学生,要因人而异,按照每名学生的自身情况进行赏识,也就是说,赏识的对比对象是学生自身的进步与提高,而不是学生间的相互比较,这样才能使高职英语教师的赏识具有实效性,使学生感受到高职英语教师赏识的真诚,才会使学生生成满足感和喜悦感,进而提升学生的自我效能感。高职英语赏识教育是个长期的过程,需要高职英语教师贯穿于高职英语教学的始终,使学生在高职英语学习的全程中都能得到高职英语教师的鼓励、表扬和期许,促进高职学生英语效能感的持续性提升。

(二) 提升高职英语教师的幸福感

高职英语教师的职业倦怠情况应得到高职院校领导的高度重视,从组织层面提升教师的幸福感,从而使高职英语教师的职业倦怠情况得以缓解或解决。高职院校领导应从人文关怀的角度设立民主邮箱,方便高职教师及时将自己的困惑或急需领导解决的问题向领导反应,寻求领导的帮助;高职院校应从减轻或缓解高职英语教师繁重教学任务量的角度招聘与教学任务量相匹配的英语教师或兼职英语教师,从而使高职英语教师在上课之余还有足够的时间进行科研或参加学校安排的其他活动。高职院校可为高职教师适当安排一些娱乐、健体的活动,如:合唱节、健康走、插花活动、羽毛球比赛等,使高职教师在工作之余能够放松心情,缓解工作的疲劳,进而活跃教职工的文化生活,满足高职教师精神和心理上的需求。

高职英语教师的职业倦怠情况还应从高职英语教师自身的自主调节的角度进行克服与缓解。高职英语教师应欣赏和热爱自己的职业,增强作为一名“太阳底下最光辉职业”的荣誉感,并坚定教师的职业信念,有为之而奋斗的决心;应学会体会教育过程给自己带来的成就感和满足感,享受教育中的

幸福;应掌握一定释放压力和缓解不良情绪的方法,在遇到不良情绪时能及时排解;应提高个人的综合素质,使自己具有拥有幸福感的能力,从而不断激发自身以积极的态度进行工作、以高尚的情怀热爱工作、以感恩的心态感受工作的幸福。

(三) 保持和激发高职学生的英语学习动机的稳定性和持续性

高职学生英语学习动机的缺失与外部教学环境的影响相关。因此,应从教学内容、教学形式、教学途径入手对激活高职学生的英语学习动机的方法加以思考,提出解决方法,从而干预和解决高职学生英语学习倦怠现象,唤醒高职学生英语学习的热忱,促进高职学生英语学习的可持续性发展。

高职英语教学内容应摒弃传统单纯性语言知识教学,脱离应试教育的影响,从教学内容的实用性、满足学生个性化英语学习需求、培养高职学生的隐形素质、与高职学生以后的工作需要相吻合等因素着手,减少传统高职英语教学内容对高职学生造成的不良影响,从而提高高职英语教学内容的吸引力,顺应高职学生的需求,带动高职学生的英语学习有效开展。

高职英语教学形式应秉承适当、灵活、多元的原则,根据教学内容的需求,不断调整,以求实现对教学内容的辅助作用,激发高职学生的参与热情。高职英语教师可采用探究式教学形式,通过环环相扣的教学活动的设计,引导高职学生展开对教学内容的探究;可采用研究性教学形式,高职英语

教师对高职学生发布研究任务,高职学生自主进行资料查找、收集和 content 整理、展示等工作,高职英语教师最后再予以一定的评价与指导;可采用混合式教学形式,将信息化教学与课堂教学相结合,两者互为补充,相互促进,以实现最佳的教学效果。

高职英语教学途径不应局限于课堂教学,应将其拓展,寻求高职英语教学与高职学生高密度的接触频率,使高职英语教学走入高职学生的日常。高职英语教师可借助手机开展教学。目前,手机使用的普遍性为高职英语教学带来了新的契机,高职英语教师可通过手机搭建班级学习群,与学生建立直接的联系,发布相关的学习任务与学习内容,推送优秀的学习资料,帮助学生及时解决英语学习中遇到的问题,真正实现高职英语教师与高职学生的“亲密”接触;可组建高职英语第二课堂,通过高职英语第二课堂活动的展开为高职学生带去多元的英语体验,促进学生在各类的英语活动中发挥个人的特长、展示自我,开拓英语学习领域、丰富自我,参与英语活动、锻炼自我。

总之,高职学生英语学习的倦怠对高职英语教学的有效开展和高职学生的学习效果都会带来负面的影响。因此,高职英语教师应不断燃起高职学生的英语学习动机,增强学生英语学习的效能感,保证高职学生以饱满的热情投身高职英语的探索中,与此同时,高职英语教师还应加强自我学习,提高自身职业的幸福感和获得感,以此才能对高职学生产生正面的引导和影响,给予学生正能量。

参考文献:

- [1] 徐广荣.大学生学习倦怠原因与对策研究[J].赤峰学院学报(自然科学版), 2009(06):150-151.
- [2] 范启华,赖建辉.高职学生学习倦怠的调查与对策[J].河南职业技术师范学院学报(职业教育版), 2007(1):109-111.
- [3] 韩艳荣,夏倩.我国高职学生学习倦怠问题研究[J].教育与职业, 2010(36):191-192.
- [4] 吕岩.基于自我效能感的高职英语自主学习策略[J].北京工业职业技术学院学报, 2016(01):102-104.
- [5] 张庆宗.高校外语教师职业倦怠的成因分析及对策思考[J].中国外语, 2011(4):66-70.
- [6] 刘曼玲.论高职高专学生英语学习动力不足的原因及其对策[J].贵州商业高等专科学校学报, 2005(4):64-65.

(责任编辑:邱开金)