

## 青少年系列：

作者：黎愷華 Elizabeth Lau

# 培養學習能力



### 興趣帶動學習能力

\***會做才會增強興趣**：不會做的，很快便會放棄。但會做的，會繼續做，而且愈做愈有興趣；學習也是如此。

\***當做有興趣的事時**，他的大腦皮層會處於一種興奮狀態，他的注意力特別集中，想像力特別豐富，思維力特別活躍。為此，學習的效率也就特別高。收到事半功倍的效果。

\***結論就是**凡是孩子感興趣的一科，他一定會有超高的能力去學習，而且高高興興去學習。

\* 那麼孩子感興趣的一科是否父母希望他學習的一科呢？如果不是，那又如何？

### 興趣引起樂趣，樂趣引起志趣

#### 如何引起孩子的興趣？

先要幫助他學會做。如果他不能做，先幫助他從最基本的地方開始做。重覆去做，直至他做得快，做得好才循序漸進。當他做得快做得好時，他會產生自信，為自己的能力感到高興，很自然就產生興趣。

**興趣會產生樂趣** 有了興趣就會自動自覺去做，愈做就愈覺有趣，這時就會樂趣無窮。

**樂趣引起志趣** 既然做得好，自己滿有信心，而做起來又樂趣無窮，那麼他就向著這方面發展。在過程中可能遇上困難或失敗，他會想辦法去應對去解決，有志者事竟成。

### 引起學習動機

父母的責任是鼓勵，供應資源，不打擾，不把孩子跟別人比較

\*對孩子有信心，相信他會成功的

\*輔導孩子定下一個短程學習目標。建立一個夢（長遠目標）。這些目標就成為孩子努力學習的動力。目標是孩子定來的，鼓勵他追尋自己的夢。短程目標如：得到父母喜悅，老師讚賞，同學羨慕。長程目標是：高考或聯考成績好，可以入理想大學。或成為某種專業人仕。中途可以再評估孩子興趣和能力，重定目標。

\*孩子會按著目標自主動去努力，在學習中，孩子有進步，就有成就感。（父母不要領功，這會減低他的成就感）。

\*這時孩子對學習產生興趣，他就會不斷反覆練習，成績自然有進步，有了進步就帶來成就感，循環地產生，孩子就有信心可以達到既定的目標。

### 養成自習習慣

\*自習是學習中的重要一環。

\*自己計劃學習方法，安排溫習時間，解決問題，找答案等

\*孩子既能自己安排學習習慣，父母就可放手，讓孩子自己去學習，他所需要是父母對他們的信心。

\*老師教授知識，指導學習方向，自己溫習，尋求有關資料，反覆練習，解答問題。籍著自修，孩子就養成自習習慣了。

\*父母可以做的就是鼓勵，肯定，適當表揚。不論父母學歷高低，這些事父母都可以做到。

### 學習心理

- 學習興趣更濃：對所學的感興趣後，就有慾望去尋求更多知識來滿足自己的好奇心，求知慾望就高漲。當他找到資料，他會嘗試去了解內容，去記憶所找到的答案。在過程中，他會感到成功，有滿足感，更堅自信自己有能力繼續學到更多的知識。
- 安排時間：學習時間普遍是 **30-45** 分鐘。在這段時間中，他的集中力很強，可以心無旁騖去吸收新知識。休息一會後，又開始另一階段。讓孩子 **study hard, play hard.**
- 孩子跟不上又如何？從基本學起，不必按級數或年齡所限制。這時需要有補習老師幫忙補救；最適當時間是利用假期。不必天天陪讀，這樣會引起孩子依賴性。
- 回到先學懂，然後會做，再做得好，做得快。興趣來了，就可以接上因興趣而帶來樂趣，再進而有志趣。

### 父母如何增強孩子的自信

\*自信是從成功而產生。所以要為孩子製造成功機會。多嚐到成功滋味，自信就會堅強起來。

\*父母和老師的肯定和表揚就給孩子帶來自信。所以父母要常常在適當時候給孩子適當的表揚。

\*孩子有選擇失敗的權利，他需要失敗的經驗。父母告訴孩子失敗不重要，最重要是不放棄。

\*不要把孩子跟別人比較，鼓勵他自己跟過去的自己比較，只要有進步就值得高興，就是成功。

\*表揚代替批評。指出他的優點強項，激起他發揮自己的優點。發展自己的潛能。

### 結語

不論是讀書或學某種技能，孩子都要自己去學習。首先他必須懂得如何做，他才會繼續做。當他做得多，做得好，又得到別人的讚賞時，他心裡會產生自信，有一種成就感，這種成就感會推動孩子繼續向前，會比前更努力。有了自信，他會堅定自己有能力做，這樣他就走向成功之路了。讀書如是，學習技能也是如此。

身為父母的，不論學歷高低，我們都可以給孩子幫忙，那就是鼓勵，供應資源，不打擾，不把孩子跟別人比較。

只要孩子按著自己的潛能發展，不論是做學問，或其他技能，他都可以做得成功。行行出狀元。

