

Investigation and Strategies for Addressing Academic Apathy Among Ninth-Grade Students

Jianqiang Hao

The Fourth Experimental Middle School Yishui County Linyi City Shandong Province, Linyi, Shandong, 276400, China

Abstract

The phenomenon of academic apathy among ninth-grade students is becoming increasingly common, seriously affecting students' physical and mental health as well as their academic development, and posing challenges to home-school education. This paper, combining the dual roles of class teacher and physics teacher, analyzes the psychological mechanisms behind students' addiction to mobile phones and their aversion to parents, starting from specific learning environments and manifestations. It points out that immediate gratification, social needs, and poor parent-child communication are core causes. Based on this, strategies are proposed in four dimensions: class management, optimization of physics teaching, home-school collaboration, and tailored instruction. These strategies include creating a positive class atmosphere, conducting engaging experimental teaching, strengthening home-school coordination, and implementing personalized guidance, aiming to provide practical references for alleviating academic apathy among ninth-grade students and achieving the educational goal of moral and character development.

Keywords

Ninth-grade students; Academic apathy; Class management; Physics teaching

初三学生厌学问题探究及解决策略

郝建强

山东省临沂市沂水县第四实验中学, 中国·山东 临沂 276400

摘要

初三学生厌学现象日趋普遍,严重影响学生身心健康与学业发展,也对家校教育工作构成挑战。本文结合班主任与物理教师的双重身份,从特殊学习环境与具体表现切入,分析了学生沉迷手机、厌烦家长背后的心理机制,指出即时满足、社交需求、亲子沟通不畅等是核心诱因。在此基础上,从班级管理、物理教学优化、家校合作及因材施教四个维度,提出营造积极班级氛围、开展趣味实验教学、强化家校协同、实施个性化指导等策略,旨在为缓解初三学生厌学问题、实现立德树人的教育目标提供实践参考。

关键词

初三学生; 厌学心理; 班级管理; 物理教学

1 引言

在当前的初中教育阶段,初三学生厌学现象日益普遍,已成为亟待解决的重要问题。这一现象不仅影响学生的学习质量和身心健康,也对家庭和学校教育教学工作带来了严峻挑战^[1]。从班主任及物理教师双重身份出发研究该问题,具有重要的理论与实践意义。班主任作为班级管理核心,能够全面把握学生的学习和心理状态;而物理教师则可以通过学科教学的特点,探索激发学生兴趣的有效途径。两者结合,可为缓解初三学生厌学问题提供多维度的解决方案^[2]。本文将在此基础上,深入分析厌学现象的成因,并提出针对性的解决策略,以期教育实践提供参考。

【作者简介】郝建强(1977—),中国山东临沂人,本科,中学一级教师,从事初中物理教育研究。

2 初三学生学习环境及厌学现状

2.1 特殊学习环境

初三学生正处于义务教育的关键阶段,面临着中考这一重要的人生转折点,其学习环境具有显著的特殊性。一方面,课程难度较初一、初二显著提升,尤其是在物理等学科中,知识点的深度和广度明显增加,这对学生的学习能力提出了更高的要求^[3]。另一方面,中考的压力使得学生的心理负担加重,家长和教师的期望值也不断攀升,进一步加剧了学生的心理紧张状态^[4]。这种高强度的学习环境和心理压力,容易导致学生产生焦虑、疲惫等负面情绪,进而影响其学习积极性和心理健康。研究表明,长期处于高压状态下的学生更容易出现厌学情绪,甚至发展为中度或重度厌学问题^[5]。

2.2 厌学具体表现

在初三学生中,厌学现象的表现形式多种多样,其中

沉迷手机和厌烦家长尤为突出。沉迷手机成为许多学生逃避学习压力的主要方式，他们通过玩游戏、刷短视频等获得即时满足，从而暂时摆脱学业带来的焦虑感^[5]。与此同时，部分学生对家长的教育方式感到反感，认为家长过于干涉自己的生活，缺乏理解和尊重，这种矛盾进一步加深了学生的厌学情绪^[6]。例如，某中学的一名初三学生因频繁使用手机被家长没收后，表现出强烈的反抗情绪，并拒绝参与任何学习活动。此类案例在当前的初三学生群体中具有一定的普遍性，反映了厌学问题的严重性及其对学生学习和生活的深远影响^{[5][6]}。

3 厌学问题的心理机制分析

3.1 沉迷手机的心理原因

手机成为学生逃避学习压力的重要出口，其背后蕴含着复杂的心理机制。首先，即时满足是促使学生沉迷手机的关键因素之一。手机中的游戏、短视频等内容能够迅速提供心理上的满足感与消遣感，相较于需要耐心与复杂逻辑思考的学业任务，这种即时性的反馈更容易让学生产生获得感，从而愈加不愿在学习上多花功夫^[5]。其次，社交需求也推动了学生对手机的依赖。在青春期阶段，学生对社交互动的需求强烈，而手机为他们提供了便捷的社交平台。通过网络交友、参与虚拟社区等方式，学生能够在虚拟世界中找到归属感，这种社交满足进一步削弱了他们对现实学习中人际互动的兴趣^[7]。此外，手机中的娱乐化内容还对学生的心理产生了潜移默化的影响，例如暴力色彩的游戏、不良内容的短视频等，可能导致学生价值观念不正，更加抗拒正常的课堂学习^[5]。

3.2 厌烦家长的心理根源

学生与家长的矛盾往往源于代沟与沟通不畅等心理根源。在青春期，学生的自我意识逐渐增强，开始追求独立性与自主性，而家长的教育方式若未能及时调整，便容易引发冲突。部分家长存在不合理的教育观念，过度关注学习成绩，忽视对学生其他方面的关心，导致学生产生逆反心理，从而出现严重的厌学心理^[1]。此外，家长与孩子之间的代沟也加剧了矛盾。例如，家长无法理解学生对手机上网的兴趣，却简单地禁止孩子使用手机，而自己却整天抱着手机不放，这种行为不仅未能起到榜样作用，反而让学生感到不公平，进一步激化了亲子关系紧张的局面^[7]。同时，家长教育方式简单粗暴，如责骂、体罚或冷暴力，对学生造成了较大的心理伤害，使其对学习产生更强的厌恶感^[1]。这些因素共同作用，使得学生在面对家长时表现出厌烦情绪，并进一步影响到他们的学习态度与行为^[5]。

4 班主任角度的班级管理策略

4.1 营造积极学习氛围

班级文化建设和小组学习是激发学生主动性和积极性的重要手段。通过班级文化建设，如设立学习榜样、组

织主题活动等，可以有效提升学生的归属感和荣誉感，从而增强其学习动力^[8]。此外，小组学习不仅能够促进学生之间的合作与交流，还能在互助中提高学习效率，尤其对于厌学学生而言，小组学习能为其提供更多的支持和鼓励，帮助其逐步融入学习环境^[11]。班主任应注重营造积极向上的班级氛围，使学生在轻松愉快的环境中重拾学习的乐趣。

4.2 加强心理疏导

班主任在班级管理中扮演着重要的心理辅导者角色，关注学生心理动态并及时疏导厌学情绪至关重要。通过开展心理辅导活动，如定期举办心理健康主题班会或个别谈心，班主任能够深入了解学生的心理状态，并采取针对性措施进行干预^[9]。例如，针对因中考压力而产生厌学情绪的学生，班主任可邀请已毕业的优秀学生分享经验，以激励其克服困难；同时，结合小组交流形式，帮助学生建立互助关系，增强其抗压能力^[14]。这些方法不仅有助于缓解学生的厌学情绪，还能为其健康成长提供有力支持。

5 物理教师角度的教学优化

5.1 趣味实验引入

物理学以其独特的实验性和实践性，为学生提供了探索自然规律的机会。然而，许多初三学生因课程难度增加而对物理产生畏难情绪，进而导致厌学。通过设计趣味物理实验，可以有效激发学生的学习兴趣，使他们在实践中感受到物理的魅力。例如，在讲解压强原理时，教师可以设计“瓶吞鸡蛋”的实验，通过直观的现象展示大气压强的存在和作用机制，在学习“电路故障分析”时，利用废旧手机电池、小灯泡、导线等器材，组装简易电路，让学生在排查故障的过程中掌握知识，从而吸引学生的注意力并引发其思考^[10]。此外，趣味实验不仅能够增强学生的参与感，还能帮助他们在轻松愉快的氛围中掌握知识点，从而减轻对物理学科的心理负担。

5.2 生活实例教学

在课堂教学中，将物理知识与生活实际相结合，引导学生用物理眼光看待生活中的问题。例如，在讲解“杠杆原理”时，引申到“人生杠杆”的概念，告诉学生合理规划时间、掌握科学方法，就能用“最小的力”撬动“最大的学业成果”；在分析“受力平衡”时，类比学生的心理状态，引导学生学会调节学习与休息的关系，保持身心的“平衡状态”。通过这种方式，将学科知识与心理疏导有机融合，让学生在学物理的同时，学会调节自身压力，培养积极心态。

6 家校合作的重要性及策略

6.1 家校合作的重要性

家长教育方式、家校沟通频率与方式等因素对学生厌学情绪的影响显著。研究表明，家庭环境中的教育观念和行为直接影响学生的心理状态，例如家长过度关注成绩或采取简单粗暴的教育方式，易使学生产生逆反心理，进而导致厌

学^[1]。同时,社会文化环境中的不良因素也会通过家庭渗透至学生群体,如家长自身对网络的过度依赖可能成为学生沉迷手机的诱因之一^[7]。因此,加强家校合作在解决厌学问题中具有关键作用,能够有效整合教育资源,形成一致的教育目标和方法,从而帮助学生摆脱厌学困境。

6.2 家校合作策略

为形成教育合力,共同解决学生厌学问题,需采取具体策略加强家校沟通并指导家长掌握正确的教育方式。首先,班主任应定期与家长进行沟通,及时反馈学生在校表现及心理状态,并了解家庭环境对学生的影响,以便制定针对性措施^[5]。其次,学校可通过举办家长讲座或培训活动,向家长传授科学的教育理念和方法,避免因不当教育方式加重学生的心理负担^[13]。此外,鼓励家长积极参与学校组织的各类活动,增进亲子关系,营造良好的家庭学习氛围,有助于缓解学生的厌学情绪,促进其身心健康发展。

7 关注个体差异,因材施教

不同学生在厌学问题上的表现和原因存在显著差异,因此班主任和物理教师需要根据学生个体特点,制定个性化解决方案。例如,部分学生可能因学习动机不足而厌学,对此可通过目标设定与激励机制提升其学习动力;而对于意志力薄弱的学生,则需通过逐步增加学习难度与及时反馈的方式,帮助其建立自信并增强毅力^[4]。此外,家庭环境对学生心理的影响也不容忽视,如家庭教育方式不当可能导致学生产生逆反心理,从而加剧厌学情绪。因此,教师应与家长密切合作,了解学生的家庭背景,并为其提供针对性的支持与引导^[6]。这种因材施教的方式不仅能够更有效地缓解学生的厌学问题,还能促进其全面发展与健康成长。

8 结语

初三学生面临的学习压力、手机诱惑、亲子隔阂等困境,是青春期发展与教育环境共同作用的结果。作为兼具物理教师与班主任双重身份的教育工作者,应充分发挥学科优势与班级管理职能,通过学科教学渗透缓解学生压力、班级管理创新规范学生行为、家校协同共育凝聚育人合力,多措并举

破解学生成长难题。教育的本质是唤醒与引导,唯有以爱心、耐心与责任心,关注每一位学生的成长需求,才能真正实现“立德树人”的根本目标,助力初三学生在成长的道路上稳步前行。因此,综合运用各方面策略解决厌学问题具有重要性和可行性,值得在教育实践中进一步推广和完善^{[2][3]}。

参考文献

- [1] 赵亭亭.浅谈初中生厌学心理的成因及疏导策略[J].读与写(下旬),2022,(1):78-79.
- [2] 马婕;沈永红.初中生厌学心理分析及其防治[J].亚太教育,2022,(12):7-9.
- [3] 康冉冉.初中生厌学问题的成因分析与对策研究[J].科教导刊,2022,(10):153-155.
- [4] 赵佩凌;冯晖.我国中学生厌学心理研究综述[J].品位·经典,2023,(6):108-110.
- [5] 邱广鹰.学生厌学的原因、表现和心理辅导[J].美育,2022,(5):61-63.
- [6] 宋爽.浅析初三阶段厌学情绪的指导[J].课程教育研究(学法教法研究),2019,0(1):275-276.
- [7] 张应文.初中生厌学心理产生的原因与防治方法[J].教师博览(下旬刊),2019,0(12):81-82.
- [8] 罗迪.关于农村初中学生厌学原因思考与对策[J].葡萄酒,2024,(5):152-154.
- [9] 李慧强.初三学生面对中考的压力分析及对策引导研究[J].学苑教育,2021,(11):55-56.
- [10] 刘焱.农村初中学生厌学现象的成因浅析[J].读与写(中旬),2022,(5):171-173.
- [11] 刘丽霞.初中班级管理中控辍保学工作的困难和应对方式[J].美化生活,2021,(6):66-68.
- [12] 邹淑萍.浅谈影响初中生心理发展的因素及其教育对策[J].炫动漫,2023,(17):115-117.
- [13] 韩巧玲.如何帮助初中生戒除网瘾[J].新一代(理论版),2021,(13):249-250.
- [14] 王凤娟;郑璐.初三学生备考心理压力分析与应对[J].中小学心理健康教育,2023,(1):70-73.
- [15] 白生国.手机沉迷催生问题少年[J].靖远教育,2023,(5):84-86.