《自驱型成长》读后感

教育不是装满一桶水，而是点燃一把火。填鸭式教育容易丧失孩子的主动学习能力，而如果点燃孩子主动汲取知识的热情，那么孩子就像开启了内在的永动机，不管遇到什么困难，都能勇往直前。教育的精髓正在于此：唤醒灵魂，激发孩子的内驱力。

教育就像在黑暗的房间里点灯，家长和老师的工作是如何把灯点得更亮，而不是驱散黑暗。我们在平时教育孩子的时候，不应该紧盯着孩子的缺点不放，挑毛病改缺点的方式并不是好的教育方式，我们做的更应该要看到孩子的优点，不断正面强化成功，忽略失败，让孩子建立自信心，从而获得更强大的胜任感，形成真正的内在驱动力。

内在驱动力是在需要的基础上，产生一种内部的唤醒状态或紧张状态，表现为推动有机体活动，以达到满足需求的内部动力。内驱力形成的孩子，有梦想，有追求，他们相信自己、认可自己，即使没有人监督，也能很好的完成自己的任务。拥有内驱力的人，就可以掌控自己的人生。唯有拥有内在驱动力，才能无视世界纷扰，永远走在自我成就的路上。大人平时监督、强压、逼迫、斥责、威胁等方式只会让孩子毁掉内在动力。与其说父母是在教育孩子，还不如说父母其实是在修行自己。那我们该如何激发孩子的内驱力呢？

要激发孩子的学习内驱力，首先需要建立良好的亲子关系。关系大于一切，这是教育的前提，所以要无条件的接纳孩子，更多的看到孩子的优点，不要想着如何找出缺点去纠错，而应该看到闪光点及时进行鼓励。在孩子悲伤烦恼的时候给与足够的安慰和耐心，能够用同理心去对待孩子的每一件小事，让孩子信任大人，建立良好的沟通方式。

然后，把孩子的学习自主权交给孩子。大人长期的逼迫、监督、斥责、威胁等方式只能让孩子恐惧学习，让孩子每次一想起作业就像要进入梦魇中，非常折磨、煎熬。这如同员工在上班时，老板总是在一旁指指点点、咆哮、斥责、挖苦，那么员工心理就会战战兢兢，似乎怎么做都是错，到最后只能破罐子破摔，或者干脆辞职不干。所以与其和孩子较劲，还不如把决策权交给孩子，相信孩子能够做好，给予孩子足够的成长空间。因为孩子才是学习的主人，我们大人不能喧宾夺主。让孩子自己决定做什么、怎么做，什么时候做。只有先认识到学习是自己的责任时，孩子才不会如此抗拒学习。

其次，我们作为家长，更多的要做的是发现孩子的优点，及时进行正面反馈，只要看到孩子有一丁点的进步，都能够不断反馈，这种反馈是对孩子学习过程中的品质、优点的评价，而非结果的点评，要让孩子明白只有拥有专注、认真、坚持、有耐心、细心等品质，才容易成功的。久而久之，孩子就会产生一种成就感，一种胜任感。

现在很多家庭的条件普遍好了，很多孩子并不知道为什么而学。尼采说过：“当一个人知道自己为什么而活时，他就可以忍受生活所加持的一切痛苦。”所以，作为家长，我们要加强与孩子的深度对话、激发梦想，让孩子明确自己的学习目标，规划好现在去哪，将来去哪的人生目标。考取什么学校，住什么房子，买什么豪车，这些都是外在目标，对孩子也有一定的激励作用，但是最终内在目标才是孩子成才的指明灯。北大教授做过一个统计：北大一年级的新生，包括本科生和研究生，其中有30.4%的学生厌恶学习，或者认为学习没有意义。还有40.4%的学生认为活着人生没有意义，现在活着只是按照别人的逻辑这样活下去而已，其中最极端的就是放弃自己。内在目标是实现自身的价值，让人生拥有存在的意义，是发自内心的想法。如乔布斯想要改变世界，苹果真做到了；周恩来说：要为中国改之崛起而读书，最后他成为备受尊重的周总理。我们的孩子其实也是有目标的，有的想当科学家，有的想成为思想家等，只是我们经常忘记提醒孩子这些目标要和帮助他人、服务社会相关联。如果大人能帮助孩子把学习与奉献绑定起来，孩子就会不顾一切的努力，他们也会明白学习的意义，学习对他来说不再是痛苦，而是通往幸福的挑战。

当然我们想要激发孩子的学习内驱力，还可以运用一些小技巧，让孩子愿意和大人协作，比如遇到大大小小的一些问题，让孩子当参谋，培养孩子的归属感、解决问题的能力、缜密的思维能力；平时父母多示弱，让孩子来当小老师教大人，可以让孩子把自已学习的知识输出来，并且对巩固知识更有效果，也培养了孩子的荣誉感，让孩子更加喜欢学习；我们还可以让孩子当家庭小管家，可以让孩子了解家庭的经济情况，参与家庭的收支管理，让孩子培养主人翁的意识，拥有自主感。

当然想要激发孩子的内驱力，并不是一蹴而就的，特别是小学期间的男孩子，内驱力比较难以实现，需要家长的长期有方法的跟踪引导到位。同时大人还需要根据孩子的特点不断学习，不断摸索出适合孩子的方法。所制定的目标也需要循序渐进，给要做的事情设置一个明确的目标，然后把目标拆分成一个个可以完成的小目标，这样既降低参与者完成的困难系数，当孩子达到小目标时，孩子也会更有成就感。同时我们还需要家长和老师的紧密配合，不断激励孩子向前迈进，全方位评价孩子，激励孩子，让孩子从心底里认识自己的价值，从而真正激发自身的内驱力。

杨亚清

2024年8月25日