
毕业季我想对学生说：你要学会自信

作者：王崇臣 来源：科学网博客

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/topnews/5752.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！



我想对学生说：你要自信

之前，学校学工部和团委为今年的毕业典礼准备一个短视频，希望我能说几句针对毕业学生的寄语。

我面对镜头说了三点寄语：一是要终生学习，二是要自信，三是要精彩地活。

其中要自信这句寄语是我最近半个月日思夜想的内容。因为我发现，有些学生在学习上投入不足，其中一个重要的原因就是不自信！

认为自己即使努力了，也可能取得不了相应的成果，索性就不那么努力、敷衍做事甚至就干脆不做。更突出的表现是躲避困难、避重就轻、浅尝辄止。

做好一件事情，首先要建立自信

因为有了自信才能有做事情的勇气、有克服困难的毅力以及发挥自己才智的从容。

换句话说，自信是一种信念，我们可以将其冠以“成功的源泉”。

正确认识自己

自知者明，也就是说，我们应该争取认知自己的优点和缺点，不妄自菲薄也不过度谦虚。

一般来说，自信是建立在我们所经历过的事情之上的，即如果我们从过去的事情中得到认可和认同。这会促进我们建立自信，从而愿意付出更多的精力和努力来做后续的事情。

自信的人深知自己的优点和优势，并将其逐步放大。这样就会慢慢更加自信起来。

勇于探索尝试

自信还源于勇敢探索自己，这就需要多听多看多经历。越勇敢去探索自己，就越能反观自我。

如果不懂得反观自我，自信不仅无法建立起来，有时反而会让人陷入习得性无助而自卑。

在探索尝试的过程中先去做自己擅长的，逐渐扩大自己的战果，最终获得很好的结果。

在探索尝试的过程中不断塑造新的自我，挖掘和发挥自己的潜能。自信是需要不断提升和持续突破。

设定切合实际的小目标，并去实现它，是增强自信的一个好办法。

不自信是因为绝望，绝望是因为目标太“远大”，永远看不到实现的曙光。

严于律己

要建立自信，应先学会克制自己，用严格的日程表控制生活，这样才能在这种自律中不断磨炼出自信。

换言之，自信源于控制能力。如果最基本的时间都控制不了，还谈什么自信？

那么，在和学生相处的过程中，教师应如何促进学生建立自信呢？

首先，要了解学生，并尊重学生的个性。

实际上，每个学生都是不同的独立个体，我们根据学生的个性和特点，发现其优点，实行因材施教，使其优点变成优势。

其次，要对学生施行“成绩驱动”。

我曾经广泛地问过一些学生为什么那么喜欢打电脑游戏。绝大多数学生告诉我，打游戏过程中能体会到很多成就感，过了一关又一关，感觉倍儿爽！

作为老师，我们能不能也能将学生带入到“学习的游戏”中体验过关的那种“爽”？

我们这些年施行的“成绩驱动”做法，的确让学生体会到打游戏的感觉，从而获得了令人满意的

育人成效。

再次，要正面引导学生。

我们应该有一双发现“美好”的眼睛，多挖掘学生闪亮的优点。

在学生遇到困难和即将陷入困境时，我们应该用积极的语言和行动施行正面引导，而不是恶语相加予以所谓“善意的”指责。

总之，如果你对自己充满自信，就不要苦等别人来发现你，而应积极地表现自我。

只要你肯努力肯付出，只要你向着心中的目标努力，那么就没有什么能阻挡你前进的脚步，也就能距离自己的梦想更近一些。

很多人一事无成碌碌无为，不是自己能力不够，而是因为他们低估了自己的能力、妄自菲薄，认为成功只是幻想而已。

如果坚定信心，即使是那些天资不高的人，也可化渺小为伟大、化平庸为神奇，最终获得成功。

转载本文请联系原作者获取授权，同时请注明本文来自王崇臣科学网博客。

更多 科研头条 请访问 <https://www.iikx.com/news/topnews/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](http://www.iikx.com)转发