# XX年关于学生学习调查报告

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2025-05-22

*第一篇：XX年关于学生学习调查报告XX年关于学生学习调查报告XX年关于学生学习调查报告正确的学习方法是学生学好功课、发展才智的重要条件。掌握一种良好的学习方法，不仅在学校有用，对于他们离开学校后，进行再学习，充实自己，仍有积极的指导作用。...*

**第一篇：XX年关于学生学习调查报告**

XX年关于学生学习调查报告

XX年关于学生学习调查报告

正确的学习方法是学生学好功课、发展才智的重要条件。掌握一种良好的学习方法，不仅在学校有用，对于他们离开学校后，进行再学习，充实自己，仍有积极的指导作用。为了研究甘肃省经济学校学生的学习方法，从而提高教学效果和质量，我们对该校随机抽取的150名学生在学习过程中的预习、听课、作业、复习等学习方法进行了抽样调查。具体情况如下：

一、调查目的：

1.了解学生平时学习习惯以及学习方式。

2.更好地促进课堂上教师的教学和学生的学习方式和习惯的转变。

3.让教师更准确的了解哪一种学习方式对学生最适合。{关于学习的调查报告}.二、调查方法：

无计名问卷调查

三、调查结果：

1、预习情况和方法{关于学习的调查报告}.调查表明，大部分学生处在“老师要求预习也不预习”的状态，这样的学生占总数的50%，还有“老师要求预习才预习”的，占总数的30%，而经常自学预习并提出问题的的学生只占10%。从未认真去预习过的占10%。

从以上看，学生没有养成自觉预习的习惯，预习方法大部分处于“随便看看”的状态;而通过预习找难点、找重点或解决疑难的比率较低。原因是由于该校是一所中专学校，这里的学生大部分都不爱学习，畏惧学习，甚至想逃避学习。调查表明，在众多的学科中学生对自己的专业课预习较多，而对英语、数学、计算机等学科却很少预习。

“随便看看”的预习方法与学习成绩较低，反映出大部分学生没有掌握正确的预习方法，仅仅把预习当成一种任务去完成，而不是将它看做是主动学习的方式;相反经常预习并主动提出问题的学生学习成绩一般很高，但这类学生很少。所以学生整体学习素质来看，他们缺乏自学能力，只把预习当成额外作业去完成，没有作为一种能力去培养，因此，教师应该注重引导学生养成勤预习的习惯。

2、听课情况和方法

听课是学生学习的最主要途径，该校学生自制能力比较弱，很容易受周围环境的影响。影响学生听课效率的主要因素有：学生的学习兴趣以及老师讲课的方式和课堂的活跃气氛，这种情况约占70%，因此老师要善于激发学生的学习兴趣，调动学生的学习积极性。

3、课堂笔记情况和方法

调查结果表明，大部分学生不做笔记，原因是懒得记不爱记。少部分学生采用做详细笔记，以便课余时间复习，有其被动的一面。而成绩较好的学生多采用上课记重点的方法，这样的学生约占12%，说明他们是有目的、有针对性地学习，这样的学习方法不仅能提高学习效率，还能节省大量的时间。基于以上学生听课的情况和记笔记方法上的区别，教师应指导学生如何听课记笔记，从而帮助学生提高学习效率。

4、做作业情况和方法

课外作业是巩固知识，应用知识的一种手段，然而学生对作业的认识不尽相同，有的学生把做作业当成一种学习的需要，也有的当成一种负担;有的学生会因为做作业产生一种满足的成就感，也有的因为完不成作业，在心理上产生一种无形的压力。通过调查发现，“先做后看书”的方法比率较高，“有问题问别人”的方式比率也较高。两者占了70%。但是，仍然存在着很多学生抄作业或者无法完成作业的现象。这些同学他们一般课堂上听得糊涂，课后又不认真看，加上他们都是全封闭式管理，家长都不在身边，没有人监督，所以作业不会做，不会做就只能抄或者是干脆不做。他们已经把学习当成了一种沉重的负担。

5、复习方法情况

此次调查显示，考前复习的学生占大多数，经常复习的比率较低，大部分学生不怎么复习，占60%。由于该校学生的学习基础相对差、对教师的依赖性较强、缺乏独立归纳能力，难以自己把握重难点，总希望老师列出提纲要点，给出明确的主要复习内容，然后按老师所列举的提纲进行复习。因此教师在平时要着重培养学生的独立能力和对知识的理解归纳能力。

四、调查后的建议：

通过调查结果表明，目前该校学生还尚未养成良好的学习习惯，被动性较强，大多数学生还没有适合自己的学习方法。这种被动性的学习，表现在学习方法上主要是死记硬背。他们上课抄笔记，课后抄作业，复习考试按教师指定的内容背课本和笔记，还有许多学生参考各类教辅，这些都抑制了学生的思维和发展。他们缺乏学习的自主独立性，对老师的依赖性很强，又极大地影响了学习能力的培养。

为了改变这种情况，学校应该帮助学生端正学习态度，改进学习方法，提高他们的学习效率。教师讲课之前，应先检查学生的预习情况，讲课时，要抓住教学的关键，将适当启发和适当精讲相结合，这样，学生注意力才能集中。当学生攻克了学习过程中的薄弱环节，体会到学习方法在学习中的作用，才能真正提高学习效率。XX年关于学生学习调查报告

摘要

在传统学校教育教学中，学生大多处于被动地位，学生主体性没有体现，学习方式上以被动接受的他主学习为主。现代人本主义主张以人为本体，强调人的价值、潜能、独立、自由和创造性。新课程提出要引导学生质疑、调查、探究，在实践中学习，促进学生在教师指导下主动地、富有个性地学习。明确提出要形成学生自主合作探究展示的学习方式，发展学生的创造力和实践能力。临汾市第七中学就是采用学生自主学习的教学模式，所以本次调研是关于临汾市第七中学高一学生自主学习开展情况的调研。

【关键词】自主学习新课改

1.引言：

近些年来，各地涌现出了不少模式化的课堂教学改革典型，洋思中学、东庐中学、杜郎口中学便是其中的代表。这些教学模式无疑是对传统教学模式的颠覆，从而使教与学的两种方式得到了根本的改变。教师集体转换了角色(从传统的知识传授者，转变为学生学习的指导者)，学生成为课堂的主人(由过去的被动接受转变为自主、合作、探究学习)，学习成为学生自已的事情。其中山西省的新绛中学的教学模式----学生自主展示便是以此为基础产生的。此种教学模式被应用于现在的很多学校。本报告中的临汾市第七中学就是采用了这种教学模式，所以本次调是关于临汾市第七中学 高一学生 自主展示课 开展情况的调研。在传统学校教育教学中，学生大多处于被动地位，学生主体性没有体现，学习方式上以被动接受的他主学习为主。现代人本主义主张以人为本体，强调人的价值、潜能、独立、自由和创造性。而传统教育在应试教育影响下，恰恰忽略或者说不够重视学生主动性、积极性，主要表现在:第一，重教师不重学生，学生被视为容器，要无条件服从教师指令，教师叫你生字抄五遍，你就不敢抄三遍，学生没有对想学什么、学到了什么、怎么学的等问题的发言权和思考权;第二，教法上强调管教而不是自觉，强调从小引导学生自我要求，自我教育和自我管理的不够，认为对学生管得愈严愈好的思想致使学生缺乏独立判断，自我调控，自主自立自律的品质和能力:第三，思想上，重统一不重多样，千篇一律，造成.单调、僵化，没有个性、独立性，爱好和兴趣难以发挥，这样培养出来的是没有灵性的“书呆子”;第四，教学上重传授不重探索，强调填鸭灌输、包办代替，认为传的越多就懂的越多，导致学生习惯于循规蹈矩，不善于独立思考，散失了分析、理解和解决问题的能力。这种被动的地位仅不利于学生知识的内化，更养成了学生人格上的被动性和依赖性。针对上述种种问题，新课程提出要引导学生质疑、调查、探究，在实践中学习，促进学生在教师指导下主动地、富有个性地学习。明确提出要形成学生自主合作探究的学习方式，发展学生的创造力和实践能力。学生学习的被动性无法产生学习的创造性的，只有主动性才是创造性的土壤，是创造性赖以存活、发展的基础，因此，新课程改革强调旨在培养学生独立性和自主性的新学习方式。

2.自主学习的历史渊源及现状

国外的研究

对自主学习的研究自古有之，国外可以追述到古希腊时期，国内可以追述到春秋战国时候。古希腊哲学家苏格拉底提出了人是行为的主体、世界的主体、认识的主体，确立了人在现实生活中的

核心地位。他提出知识是先天存在于每一个人的心灵之中的，教育的任务不是传授知识，而是将这种知识从蒙昧状态中引导出来，教师实际上是充当了一个“产婆”:激发学生的思维，使他主动寻求问题答案，让潜在于学生内心的知识显现出来。他的产婆术原理可以看作是最早的自主学习思想。到了近代，随着实用主义、实验主义教学思想在西方兴起，自主学习研究进入初步实验阶段，这些与当前综合实践课程理念类似以杜威教育思想为指导，开发了一些旨在突出学生主体地位，促进学生自主学习的教学法。如设计教学法、道尔顿制、文纳特卡制等。但终因这些教学法影响了学生系统知识的获得和学校正常教学体系的进行而被冷落。从20世纪60年代起，维果斯基自我言语指导理论、信息加工心理学和人本心理学作为心理学领域三件大事有力的推动了自主学习理论的微观研 究，使自主学习进入系统研究阶段，这些研究主要围绕个体自主学习的心理机制展开，研究主要集中在自主学习的本质和影响因素分析、自主学习的教学模式，以及如何提高个体自主学习能力上。在自主学习本质研究上，研究者较推崇的是美国最著名的自主学习研究者日莫曼的观点，他从学习的动‘机、方法、时间、行为表现(对学习结果的自我意识)，物质环境和社会环境六个方面对自主学习实质进行解释，即当学习者的动机是内在的或自我激发的;方法是有计划的或熟练而达到自动化了的，学习时间的安排是定时而高效的;能够预期到学习结果;对学习的社会和物质环境保持有高度的敏感和随机应变能力时，他的学习就是充分自主的，否则就毫无自主可言。

国内的研究

在我国，自主学习思想由来已久，早在春秋战国时期就有孔子的启发式教学、学思结合，孟子的“自得之”思想，认为学习是学生自己的事情，是学生自己学，体现了对学生主体性的重视。但到了后期，中国几千年封建礼教思想的束缚，使学生处于被动、他主的地位，习惯于听命他人，不善于思维创新和个性发展，这种几千年沉淀下来的文化在当前应试教育下更激烈的表现在学生学习方式的单

一、被动、呆板和死气沉沉上。到了近现代，随着“五.四”运动开启了中国的大门，欧美教育思想也随影而来，从蔡元培“重启发学生，使能自动研究”开始，强调了教育学生要重“自动”、“自学”、“自觉”，自学辅导作为一种课堂教学法在这一时期也传入了中国，始称“自学辅导主义”，并于1915年第一次在江苏第一师范学校附属小学的语文教学中使用。随后设计教学法、道尔顿制、文纳特卡制’等也被介绍到中国，但最终因学生分划太大，老师难以驾驭而宣告结束。后来中国曾一度受苏联教育模式和教育思想影响，直到70年代末，中国的教育刁‘迎来自己的春天，各项教育实践和实验纷纷突显，庞维国教授在他的博士论文中统计，仅1919年前后就有11项以指导学生自主学习为目标的教学实验，影响较大的有上海育才中学段力佩的“读读、议议、练练、讲讲”八字教学法:清浦中学顾怜沉的“诱导、尝试、归纳、变式、回授、调节”教学;湖北黎世法“自学一启

发一复习一作业一改错一小结”六步教学法:江苏邱学华“出示尝试题一自学课本一尝试练习一学生讨论一老师讲解”尝试教学法;中科院卢仲衡的“启发引导一阅读课本一自作练习一知道练习结果 一老师小结”自学辅导教学实验等。这些教学实验都把学生自学作为教学主要环节，把培养智力和学生自主学习能力作为主要追求目标，对新课程下如何从微观上培养学生自主学习提供了参考，但新时期附予自主学习以新的含义，新课程下自主合作探究学习方式中的自主学习不只是一种学习能力，更是一种学习习惯、学习品质、学习意志，因此，新课程下学习方式存其特殊的时代特征。

3.自主学习的理论研究

自主学习的含义与特征

新课程下自主学习有其外在形式和内在定性两个方面。从外在表现来看自主学习是一种学习模式是与他主学习，被教师牵着学相对立的，从内在品质看，自主学习是学习者高品质的主动、独立、元认知性的学习，是学习者经历一个积极学习时间的过程，是与被动学习相对的.自主学习最本质的 特征可以概括为主动性、独立性、自我监控性三个方面，其它特征都是依此推演出来的。

自主学习的表现：

任何一种类型的学习，都会涉及到这样一些学习的基本问题:学习动机、学习过程、学习时间、学习结果、学习的物质环境和社会环境。因此，新课程下自主学习也可以从这几个方面体现出来: 学习动机方面:在认知动机、附属动机、自我提高动机上，能够明确意识到学习是为了获得一定自尊心和在群体中享有一定地位与威望，是为了提高自身能力表现，寻找价值感等。在对自身的了解基础上，确定与提高自己能力水平和满意感有关的具有挑战性的学习目标，对这个目标学生会最大限度的发挥自己的能力，努力追求成功，同时也能容忍失败，随着年龄和阅历的增长，学生自信心也在不断提高，对学习充满好奇心和主动精神。

学习过程上，新课程下学生的自主学习是更高的元认知层次上的学习，学生有足够的策略知识储备，知道要实现某个学习目标，应该有一个比较完善的计划，即明确在学习前、学习中、学习后要做什么，有哪些方法或策略可以达到目标，知道这个方法或策略对实现学习目标的作用，以及它们的适用条件。当学生自主学习能力达到一定程度的时候，学生就不必有意识的选择某种学习方法或策略，而是把选择和运用某种策略自动化了，是个体一种自觉的行为，学生不必思考也能自如地调动这些策略为自己服务，同时也自动化的对自己的策略选择和运用过程进行自觉监控，在不断反思与调整中进步。

XX年关于学生学习调查报告

为了深入了解我院经济管理分院学生的学习情况，20xx级会计与审计五班调查小组自20xx年5月28日起，至20xx年6月1日止，共进行了为期五天的一次性非全面的调查。调查以纸质问卷为形式，等距抽样调查(符合随机原则)的方法为主，现场发放问卷并当场收回。调查对象涉及我分院四个专业，共六十名同学除去填写不完整、不规范的问卷共收回57份。现为了将调查问卷的内容具体的反应出来，特将调查的情况与分析整理如下。

一、学习目的。

目的是前进的动力，当代大学生学习的目的是什么?

进入大学校园，可以收获很多新东西，%的同学本着学生的职责为认为自己的学习目的是取得好成绩，获得奖学金。大学生作为新一代的青年，青年人的责任感、紧迫感让其不断鞭策自己，约56%的同学把在大学取得各项荣誉作为学习目的。这两类同学属于近景性学习目的。还有%的同学认为不挂科就好，没有明确的学习目的，也不知为何而学习。由此数据我们可以看出大部分同学有正确的学习目的。

在此基础上，我们分析得出另外的结论，我院分为三个学年度，大一至大三，学习目的会随着时间额变化而变化，是一个动态的过程。此次调查针对的主要对象为经济管理分院大一的学生，他们的主要目的大部分集中在学习上有所作为，但随着年级、年龄的增长目的也随之变化。

二、学习态度。

(1)、态度决定一切，那您能否按时上课?

是自己学习态度的主要体现，接受老师的传授与教导，吸收新的知识，也是学生日常在校期间主要所做的事。%的同学不按时上课，这样会为自己造成不守时间的坏习惯。

(2)、作业可能是学生们最为忙碌的课后事情，完成课后作业的情况。

助于完善知识与技能。37%的同学能按时完成作业，这能培养学生的自觉能力。而还有56%的同学不能按时完成，这也是对学科的不重视、不认真的态度表现。

(3)、遇到自己不感兴趣和你认为不重要的课，会怎么做?

占%，表现出尊重老师，学习态度端正的良好做法。56%的同学选择上课做别的事，典型的人在心不在，听课没有效率。的同学应付点名，中途逃课以及%的同学不去上，这两类同学以及我为中心，随心所欲。

根据以上三种情况的分析，我小组认为学习态度问题是我院学风建设的重点问题。端正积极的学习态度会提高学习效率，增加吸收知识的程度。我分院大部分同学有着较为良好的学习态度。

我小组又进一步分析，对于完成作业的情况，独立完成作业可以培养学生独立学习能力和学习习惯，但我分院大部分同学不能按时完成作业，反映了当代大学生中高比例的不能按时完成作业，甚至抄袭，所以学风建设问题值得我们重视。

三、学习计划

计划促使人不懈怠、不懒惰。计划可以使人明确目标。你制定过学习计划吗?

前者属于有方向感的人，有明确的目标，强烈的求知欲形成良好的习惯。后者属于随波逐流的人，得过且过，没有明确的目标，习惯他人来安排自己。学习计划就是规定在什么时候采取什么方法步骤达到什么学习目标，短时间内达到一个小目标，长时间达到一个大目标，在长短计划指导下，使学习一步步地由小目标走向大目标。我小组讨论认为制定一个合理并合适自己的计划，可以提高计划观念和计划能力，使自己成为能够有条理地安排学习、生活、工作的人。之后我们再进一步分析，有一个良好的计划几乎是优秀生的共同特点，而这一点对高年级的同学特别明显。

四、学习时间分配

大学的课外活动非常丰富，每周在学习上花的时间?

根据以上数据显示，37%的同学每周课后学习3小时以下，39%的同学为35小时，同时也有25%的同学每周的课后学习时间为5小时以上。我分院的同学有安排时间的习惯，前两者在学习的时间分配上较少，预期不会达到理想的学习效果，在繁杂的校园活动中第三者安排较为的合理。

分配各每一同学的时间都是一样的，就看同学们怎么去分配去应用，合理的安排时间在另一方面也节省了时间。

五、学习原则

对考试作弊有以下评价：{关于学习的调查报告}.A、坚决杜绝(有18人选择)

B、从不作弊，但不管别人(有17人选择)

C、这是个社会现象(有15人选择)

D、说不清楚(有7人选择)

此项目主要针对大学生的独立能力，独立完成考试，取得真实的成绩。

**第二篇：学生学习情况调查报告**

学生学习情况调查报告

为了更加了解初二级学生第二学期的学习情况，我级进行了一项关于学生学习情况的问卷调查，想尽量客观地反映出学生新学期开学初的情况，为学校教育教学改革提供一点依据。

一、调查对象及方法

（一）调查对象

我校主初二级四个班126名学生

（二）调查方法

我们采用问卷和个别谈话相结合的方法。调查内容有18项，由学生根据自己的实际情况如实选择，以求更加客观的了解学生的真实想法和需求。本次调查不属于标准化测试，只能在一定程度上反映一些问题。

二、调查结果分析

（一）学生学习状况。

1、自上初中以来，你的学习成绩：

A.进步很大

B.小有进步

C.原地踏步 D.有些退步

2、学习的驱动力，主要来自于： A.学校和老师的督促

B.家庭和家长的希望

C.自己的理想和目标 D.不服输的性格和勇气

3、自己目前的学习状态是否满意？

A、很满意

B、比较满意 C、说不好

D、不满意

4、学习的方法，你：

A、经过一定时间的尝试，已把握适合自己的学习方法

B、偶尔想到，但没有去尝试寻找好的方法

C、试着去实践别人介绍的方法，一段时间后又放弃了

D、从来没有意识到学好得讲究方法

5、关于复习，你属于

A、在平时和考试前都不复习

6、B、平时不复习，考试前复习C、平时和考试前都复习

D、在平时有时能自己复习，考试前复习

6、课前预习、认真听讲、勤做笔记、及时复习、总结反思这5个环节，你平时（）做到了几项：

A.5项

B.3、4项

C.1、2项

D.一项也没有

7、课堂上你最喜欢采用哪种学习方法？

A、问答

B、讨论

C、自由阅读

D、老师讲解

8、如果老师上课让你回答问题，你会怎样？

A、抓住机会，锻炼自己

B、埋怨老师多此一举

C、假装不会，默不作声

D、看书回答问题

9、同学们听课有各种不同的听课方法，你的听课方法是：

A、只是听，不记笔记

B、一边听，一边把老师要求记的记下来 C、边听，边想，记下重要的内容

D、边听边想边记，有疑问的地方在课内或课外与老师、同学讨论

10、下面情况中，会使我听课时注意力不够集中的是：

A、对上课内容不感兴趣，不想听

B、不喜欢授课教师

C、受其它感兴趣的事吸引 D、不管哪种情况，注意力都能集中

11、你认真听讲的状态可以保持多久？

A、10分钟左右

B、20分钟左右

C、30分钟左右 D、一节课

12、上，如有同学反复打扰你，你会选择

A、当堂回击

B、举手向老师汇报

C、不理他，下课再说

13、怎样对待老师布置的作业的？

A、自觉按时完成B、想做就做

C、参考一下同学的14、各科老师对学习的指导如何？

A、老师注重学法指导，我学有方法，学得较轻松

B、老师照本宣科，我学无方法，学得很艰难

C、老师不注重学法指导，自我摸索方法，学得较吃力

15、下列哪种讲课方式最好？

A、按教材讲解，推导详尽，对教材内容发挥得较少

B、讲清基本的思想，推导不必太详尽

C、注重学科知识的阐述和分析能力的培养，适当拓宽知识面

16、遇到困难，你主要采取的措施是？

A、请教同学

B、主动请教老师

C、自己查有关资料，参考书目

D、请家教

17、你觉得你的优势科目和弱项科目是哪些？

（18、你需要老师为你提供单独的辅导吗？

（））

(二)学生厌学原因的汇总与分析。

有关学生厌学原因的调查结果，我们按来自社会、家庭、学校和教师、学生本人这四项进行分析说明。

来自社会：

有45%的学生选择因社会环境影响（如网吧、书摊的诱惑），无心学习；有21%的学生选择因社会对技校评价较低，所以厌学。

家庭方面：

选择因为家庭方面的原因不想学习的学生相对较少，有3%的学生选择因父母对自己不关心，不在乎自己的成绩，所以不想学；有8%的学生选择父母送我到学校只为打发时间、混张文凭；有9%的学生选择上技校、选专业均是父母的决定，没有尊重本人意见，所以不想学；有13%的学生选择因家庭经济负担重，无心学习；有2%的学生选择由于父母离异、关系紧张而影响学习；有7%的学生选择因父母教育方式不当，产生逆反心理，所以不想学；还有10%的学生选择因其他家庭原因。

学校和教师方面：

选择因为学校原因而不想学习的学生相对较多，其中有38%的学生选择因对学校、老师管理方式不满意，由此产生逆反心理从而厌学；有33%的学生选择因毕业后工作大多与所学专业无关，所以厌学；有28%的学生选择因老师教学方法陈旧，照本宣科，讲课水平太差，所以厌学；有31%的学生选择因老师漠视、污辱、体罚学生，责任心太差，所以厌学；有32%的学生选择因教材晦涩难懂导致厌学。

学生本人方面： 有37%的学生选择因对个人前途感到迷茫，因此没有心情学习；有21%的学生选择认为所学的课程没有用，所以厌学；有45%的学生选择因学习太吃力，听不懂，所以厌学；有32%的学生选择因对所学内容用途不清楚，导致厌学；有20%的学生选择对所学专业不感兴趣；有23%的学生选择因心理郁闷导致厌学；有18%的学生选择因受其他同学厌学情绪的影响；有48%的学生选择因自制力差，无法坚持学习；有47%的学生选择因为以前没有养成良好的学习习惯。

（三）学生的希望

1、老师多与我们沟通，了解学生的心声，对班级的热心程度再高些。

2、学校相关部门帮助我们了解各专业真实的就业前景，详细讲解各种专业课在以后实践工作中的作用及重要性，便于提高同学们的学习积极性。

3、开设多种兴趣（学习、娱乐）小组，丰富我们的业余生活。

4、专业课开设的太多太杂，课程设臵和教学进度与我们的基础有差距，老师上课不要照本宣科，采用灵活多样教学方式激发我们的学习兴趣。

5、理论学习能够与实践结合起来（特别是第一学期），让我们能够真正理解所学的知识，便于理论与实践知识融会贯通。

6、希望老师多指点、多帮助，多体谅学习基础差的同学，涉及到初中的知识适当补一下。

7、多找往届毕业生回校谈艰苦创业史和升入高校的体会，以榜样的力量带动我们。

三、几点建议：

（一）充分利用学校资源，培养学生良好的兴趣爱好。根据我们的调查显示，有45%的学生选择因社会环境影响（如网吧、书摊的诱惑），无心学习，几乎占了调查学生的一半，可见网吧、书摊对学生的影响有多大。虽然我们无力去制止网吧、书摊的经营，但是，学校可以设法利用学校的资源优势，把学生吸引到学校，培养学生良好的兴趣爱好，从而减少网吧、不良书籍对学生的诱惑。

1、阅览室

我校的阅览室环境优美、藏书种类丰富多样，能够满足不同层次、不同兴趣爱好学生的求知需要，但是利用率低。虽然目前课余时间也在开放，但报刊杂志远远没有发挥其应有的作用。根据调查，每天下午课后座位占用率在20%---40%，而周六、周日的座位占用率不足10%。除了一些客观因素以外，还有一个重要原因就是很大一部分学生很少或者根本没有涉足过我校的阅览室，不知道在我们学校还有这样一个好地方。因此，我们一方面要加大宣传力度，经常在班级学生中宣传阅览室；另一方面，可利用每天下午课外活动时间，以班为单位分期分批由班主任带队全班集体到阅览室进行看书读报活动。这样做虽然不能保证100%的学生以后能够天天光顾，但是能够让全体学生了解、认识阅览室，让他们认识到：这是个好地方，以后我应该经常来！就足够了。另外，班主任还可以就此引导学生每周或者每月写一篇读书（报）后感，并适当进行一些奖励，使学生由开始的被动读书变成以后能够主动去看书读报，从而养成良好的看书习惯。

2、电视

现在我们学校每个教室都配备有一台电视机，除每天晚上7：00《新闻联播》全校要求统一收看以外，其他时间利用率也很低，往往是每天晚自习前教室供电后，学生才能在这有限的时间段打开电视收看节目。由于我校室外活动场地有限，大部分住校学生午饭、晚饭后基本猫在宿舍，他们不可能饭后马上睡觉，经常做的就是：聊天、看小说、褒电话、发短信。男生们多在下棋、打扑克，大部分都带有赌博性质，只是小赌而已，当然是在管理员或学生会成员检查完以后了，还有的聚在一起抽烟等等，更有无聊的会互相窜寝室，有时言语不和就可能发展到动手打架。这个时间段大概每次饭后一个小时甚至更长。建议学校充分利用好电视的宣传作用，有的放矢为学生播放一些教育片或收看健康有趣味的节目。

3、其他

我校现在有许多学生社团组织（如：学生会、心理协会、文学社、协管小组等），这些组织现在已经发挥很大的作用。它们的成员在业余时间都能以自己的社团为家，经常参加许多有益的活动。但是这些成员占全部学生的比例不足30%，这少部分学生有社团的组织和关心，能够找到“家”的归属感，可其他70%的学生呢？他们在社团之外会感到被遗忘，找不到自己的位臵，自然就会“无事生非”。学校可以多组织一些社团，比如：棋社、各种球队、歌社，甚至网吧沙龙以及学习兴趣小组，让有不同爱好的学生业余时间都能有组织的聚在一起，给他们提供一个展示自我的平台，在提高他们自信心的同时也减少了许多隐性犯错误的机会。还可以通过这些社团组织者的正面有力的引导，让学生们深深认识到学习的重要性、必要性。

（二）加强家校联系，充分利用家长的教育力量。根据我们调查结果显示，选择因为家庭方面的原因不想学习的学生相对较少，但家庭对学生的影响也是不容忽视的，学生个性的发展、不良习惯的养成都和家庭环境、父母的教养方式有着不可分割的联系，学生与家庭的联系也是永远不可分割的。因此，要引导学生朝好的方向发展，家长的力量不容忽视。我校学生大多是住读，90%为各县市或外省生，离家较远，可能以班级或学校开家长会的形式与家长联系不太方便，但我们可以多与家长电话联系，每学期与每个学生家长至少通话一次，并且应该有通话记录。特别是对待有问题的学生，在及时与家长取得联系的同时还应定期与其沟通，使得学校与家庭之间对学生的思想、行为保持高度的关注，让家长认可我们老师的工作热情与学校的管理态度。

（三）加强教师的培训和管理，建立和谐的师生关系。

在调查中，有38%的学生选择因对学校、老师管理方式不满意，由此产生逆反心理从而厌学；有31%的学生选择因老师漠视、污辱、体罚学生，责任心太差，所以厌学。在我们平常与学生的交谈中，也经常会听到学生对学校、对老师的抱怨，对学校管理制度、对老师工作方法的不理解。应该说，学校制定的规章制度都是从学生角度出发，为学生安全和成长考虑的，大部分老师工作也都是非常敬业的，之所以出现这样的结果，还是缺乏与学生之间的沟通和交流。如何加强，我想可以从以下几个方面入手：

1、建立师生定期谈话制度。要求每位班主任经常与学生交心、谈心，了解每位学生的基础情况，了解学生的真实想法和内心感受，以便有针对性的采取教育措施。可以采取学生评定的形式对这项工作的落实情况进行考核。

2、要将班级活动落到实处。在班级活动的开展过程中，一方面可以加强师生交流、融洽师生关系；另一方面也可以丰富学生的课外生活，更好的引导和教育学生。因此，要通过一定的措施将班级活动落到实处，而不仅仅是通过几张记载表来考核和评定。

3、加强教师的职业道德及管理水平的培训。对那些确实不具备班主任管理能力的老师对其进行定期培训、以老带新。新进大学生因为年轻、有朝气、有活力、有热情、有专业技能，容易和现在的学生沟通，但是，缺乏管理经验和耐心，也缺乏对职业学校这一层次的学生的理解和共情，应让他们跟有经验的老班主任多学习，给他们1—2年的时间充当班级辅导员的角色，逐步培养一批德才兼备的优秀的班主任接班人，为学校的明天储备人才。高级班是我校的重中之重，除了在课任老师的安排上需要精挑细选外，班主任的配备更重要，应该选择有经验、有活力、有高度责任心的教师担任。

4、对于学生反映的问题及时回复并公布出来，使学生感受到学校的态度，感受到学校确实是在处处为学生考虑。

（四）加强教育教学改革，提高教育质量。调查显示，有28%的学生选择因老师教学方法陈旧，照本宣科，讲课水平太差，所以厌学；有32%的学生选择因教材晦涩难懂导致厌学；有45%的学生选择因学习太吃力，听不懂，所以厌学。从实际情况来看，技校生大多是中考、高考中的失败者，他们的文化基础、学习能力相对较差，因此对他们文化课应该降低标准和要求，使他们树立起学习的信心，体会到学习的乐趣，才能真正让他们对学习产生兴趣。具体可以从以下几个方面入手：

1、实施分层教学。技校学生在智能、学习基础、心理素质等方面的差异较普通中学的学生更大，学生对知识的接受能力差别显著。针对学生的实际，实施分层次教学可以取得较好的教学效果。具体做法是：①在充分了解学生的基础上，把学生分成A、B、C三个层次组。②对不同层次水平的学生制定基本目标、中层目标、发展目标的不同教学目标要求。③分层施教，即对不同层次的学生采取不同的教学方法。④分层达标，分层评价。

2、实施“分流施教”。学校可以在公共基础课结束后，实施“分流施教”，其具体做法是：把文化课和专业课成绩较好的学生组成升学班、技师班、技工班等等，继续强化双基教学；把文化课基础较差的学生，根据学生的意愿、爱好、特长等组成专业技能加强训练班，重点加强专业技能的培养。这样既保障了这些学生学有所得，学有所长，又为他们今后的谋生和发展打下了坚实的基础，同时也提高了学生的学习兴趣。

3、加强教学过程管理，注重教学效果考核。要求教师分章或者分小节的组织学生考试，使教师和学生本人对知识的掌握程度都有一定的了解，以便更好的查漏补缺，使学生对所学的知识能够真正掌握。

4、注重学生学业成绩，做到“宽进严出”。在目前的形式下，虽然我们不能选择生源质量，但我们可以严格把住“出口”，严格执行学生成绩考核评定制度，对考试成绩不合格的学生坚决不予毕业和分配，最终把合格的毕业生送上社会。

5、加强对教师教学能力的考核和管理。可以采取听课、评课、教学效果考核等多种形式，对教师的教学能力进行评定和考核，真正做到低职高聘、高职低聘。对个别学生反映强烈不满的教师实行淘汰制；

（五）加强对学生的教育和引导

调查显示，有33%的学生选择因毕业后工作大多与所学专业无关，所以厌学；有37%的学生选择因对个人前途感到迷茫，因此没有心情学习；有21%的学生选择认为所学的课程没有用，所以厌学；有32%的学生选择因对所学内容用途不清楚，导致厌学；有20%的学生选择对所学专业不感兴趣；有23%的学生选择因心理郁闷导致厌学；有18%的学生选择因受其他同学厌学情绪的影响；有48%的学生选择因自制力差，无法坚持学习；有47%的学生选择因为以前没有养成良好的学习习惯。

1、通过多种形式让学生了解自己的专业前景和所学课程。学校从学生入校开始可以分专业对全体学生进行统一宣传教育，使学生对自己所学的专业发展方向及课程安排有所了解、认同，使学习认识到学习的重要性；可以请优秀毕业生回来为新生做事迹介绍，播放一些优秀技工成长的影片，使学生学习有榜样、有动力。

2、多为学生提供尝试成功的机会。职业学校学生由于在初中极少得到家长、老师、同学们的赞赏，极少尝到成功的喜悦，自卑感很强，其实成功就在身边：对怯懦、自卑的学生上课大胆回答问题，敢于主动与师生交谈这就是成功；运动场上勇夺冠军为班级争荣誉这也是成功；演讲比赛才思敏捷、声情并茂这更是成功。在课堂上、在课外活动中，学校和教师都要多为学生提供一些尝试成功的机会，多给予学生一些鼓励和赞赏，让在学生不断尝试成功带来的喜悦的同时自信起来，投入学习，激发他们向更高的目标奋进。

3、引导学生改变比较对象。从心理学角度讲，若让后进生与优秀生比较，只能加深自身的自卑感和嫉妒心理。让学生学会自己和自己比，只要每天都学有所得这就是进步，学习靠日积月累，只要坚持定有收获。

4、引导学生正确认识自我。选择到职业学校读书的学生除及个别成绩较好但因家境贫困没能进入高中的之外，大部分学生在中学阶段因各种因素养成胸无大志、没有良好学习生活习惯、自制力差、遇事缺乏冷静思考易冲动等不良习惯。有的甚至被列入“坏学生”的黑名单，他们有一种被社会、家庭、老师抛弃和歧视的自卑感。所以就要求我们职业学校的老师要比一般高中老师付出更多、更大的爱心和耐心去教育引导学生。我们可以通过心理辅导课、心理讲座、班会等形式，引导他们重新认识自我，帮助他们找到自身的闪光点，树立他们“天生我才必有用”的信念；引导他们学会控制自己的情绪和行为，保持良好的心境；引导他们保持积极向上的心态度；引导他们学会团结、学会感恩、学会守纪等等。

5、教给学生一些学习方法。从前面的调查我们可以了解到，有一半以上的学生不知道课前预习、课后复习，加之他们学习基础又差，上课自然就听不懂，跟不上，长此以往，就失去了学习的信心，产生厌学情绪。这就要求我们所有的任课教师在改进自己的教学方法，提高教学能力的同时，要教给学生提高学习效率的学习方法：课前预习、课后复习、制订短期学习计划和目标等等，同时强制性的制定一些制度，保证学生预习、复习的时间和空间，为他们创造良好的学习环境，帮助他们养成良好的学习习惯，提高学生的学习能力。

作为职业教育工作者，我们深感自己的责任重大，也希望通过自己的努力能够真正为学生的成长、学校的发展尽一份自己的力量。学生厌学问题的成因是多因素的、复杂的，解决的办法也应从多方位，多角度入手，仅仅靠孤立的单方面的努力是不能从根本上解决问题的。以上只是我们依据调查问卷和平时与学生、教师交谈得到结果所作的浅显分析，旨在为学校的改革和发展提供一个参考，限于我们的个人水平和知识经验，其中有不当之处，敬请谅解。

**第三篇：学生学习情况调查报告**

湖南理工经管院学生学习情况调查报告 摘要：学习是大学生的主要任务，学习知识、增长才干、掌握本领是大学生的重要职责。只有学校和学生双方共同努力，才能推动学校教学质量的稳定提升。作为学习的主体，学生的学习状况从根本上决定了学校教学质量和社会对学校的认可度。从这个意义上讲，对学生学习状况的关注就是对高等教育的关注。

关键字：学生 学习情况 调查报告

**第四篇：高三学生学习情况调查报告**

高三学生学习心理调查报告

——关于高三学生学习心理调查问卷的总结

一、问题的提出

新一年的高考越来越近，一轮复习即将结束，二模考试即将来临，高三学生的心理状态是每个领导、教师和家长关注的焦点，是否具备良好的心理状态将直接影响学生考前学习、复习的效果和高考的发挥。回想去年我们身处高三教室的不安情绪,希望能够通过调查形式让教师,家长以及学生自身更好地了解当前考生的心理学习状况,以求得更好地学习和备考效果,我们根据高三学生的心理特点，结合高三学生在这段时间容易出现情绪波动、时间利用率不高、学习动力和学习自信心不足、压力无法缓解等问题开展此次问卷调查根据调查结果和分析对高三学生备考心态及应对方式提出合理化建议。

二、调查目的

1、通过自身高考经验及问卷结果,真实了解当前高三学生的心理状况，以便为高三学生提供及时有效的帮助。

2、为母校领导科学决策提供有价值的现实依据。

3、为各班主任有针对性开展学生思想工作提供科学的依据。

三、调查对象及方法

2024年2月5日于 第二中学在2024届高考冲刺班中有针对性地抽取小尖,大尖及普通班级共4个班级进行高三学生学习心理问卷调查,累计发放130张问卷,收回有效问卷115份.调查结果分析如下:

一、学生学习压力状况 目前你的学习压力来自哪些方面？同学竞争, 19, 17%老师, 3, 3%家庭, 25, 22%自己, 68, 58%自己家庭老实同学竞争

你用来缓解学习压力的形式参加体育锻炼好好睡一觉, 25, 22%看电视录像听音乐, 15, 13%看一些与学习关系不太大的杂书籍,13, 11%参加体育锻炼,19, 17%找同学聊天, 22, 19%上网, 21, 18%找同学聊天上网看一些与学习关系不太大的杂书籍看电视录像听音乐好好睡一觉

在月考和平时的练习中，你往往是？慌张怯场, 14, 12%超常发挥, 0, 0%力不从心, 34, 30%沉着做题自由发挥力不从心超常发挥慌张怯场沉着做题自由发挥, 67, 58%

你心理的眼里父母知道么？知道一点点,45, 39%不知道, 36, 31%不知道知道知道一点点知道, 34, 30%假如你遇到不顺心的事你通常会向谁倾诉其他,21, 18%家长, 23, 20%老师, 2, 2%家长老师朋友其他朋友, 69, 60%当你成绩不理想时，你心理表现为无所谓, 8, 7%能承受, 46, 40%较能承受, 55, 48%不能承受, 6, 5%能承受不能承受较能承受无所谓 你总是莫名其妙感到烦躁情绪低落浑身无力从没有, 11, 10%经常, 23, 20%经常偶尔从没有偶尔, 81, 70%你想安静的静下心来学习，但一想到高考的结果，你怎么也静不下心来是, 6, 5%少时候是这样,41, 36%不是, 55, 48%大多数时候是这样, 13, 11%是不是大多数时候是这样少时候是这样快到高考了你的心理状态是信心百倍, 11, 10%反正考不上大学无紧张焦虑,所谓,16, 14% 1, 1%介于AB之间, 87, 75%信心百倍紧张焦虑介于AB之间反正考不上大学无所谓你对高三的奋斗目标是没有指望,1, 1%无所谓不在乎, 1,1%一定要考上检验自己考上最好考不上可以干别的没有指望一定要考上,90, 78%无所谓不在乎检验自己考上最好考不上可以干别的,23, 20%

当你遇到学习困难时，你是？靠自己钻研, 20, 17%不了了之, 6, 5%问老师, 17, 15%问老师问同学不了了之靠自己钻研问同学, 72, 63%

1、调查问卷统计显示有部分学生认为学生压力过大；绝大多数觉得“还可以”；对于在平常的月考和练习中，有48%的学生会感到力不从心或慌张怯场；而在临近高考，目前的心理状态的问题上，有75%的同学表示介于信心百倍与紧张焦虑之间，却也有14%的学生会紧张焦虑，这表明学生学习压力已经有超负荷的趋势。

2、学生学习压力主要来自各方面的期望、生活和学习环境方面的改变。

（1）在调查中发现，对于当成绩不理想时是否可以忍受选择不能承受的有5%。成绩是学习效果的反映，学生对于成绩的关心和获得高分的愿望自然十分强烈，但在与学生进行个案调查的时候，学生无不表示畏惧成绩的排名，特别是在尖子班，这种抗拒感十分的强大。成绩排名于成绩优秀的学生固然是激励与肯定，同时这也会造成巨大的心理负担，他们必须始终保持领先地位，否则，被师长视为不正常；而成绩排名于基础差的学生更多的是一次又一次的被击败，受老师冷落同学歧视家长责备，背上沉重心理负担，甚至自暴自弃。可见，成绩排名对于大多数学生来说是一种压力，这种压力不仅仅是在学习上的，它最大的影响是在心理上的。

（2）调查数据分析表明，学生在存在心理压力是，选择向朋友倾诉的占60%，向父母倾诉的占20%，而向老师倾诉的只有2%，没有更好的心理指导，对于学生的学习心理是很难产生良好影响的。

（3）学习的压力也有来自自身的要求。调查数据表明，有58%的形式认为目前的学习压力来自于“自己的期望”，22%来自家庭的压力，来自于“老师的期待”则仅仅为2%。对于学生对待高考的态度，78%的学生表示一定要考上，这就不难看出，学生的考前心理问题主要是上述原因发展积聚的一个必然。

二、学生学习态度和目标：

你认为当前复习课应侧重于讲一段题作一段回顾总结, 38, 33%专题讲座, 8, 7%课本上的基础,33, 29%试卷训练最好有点梯度, 36, 31%课本上的基础试卷训练最好有点梯度专题讲座讲一段题作一段回顾总结

你认为目前考练次数应少一些, 16, 14%增加, 30, 26%增加维持现状少一些维持现状, 69, 60%

你对完整的一张试卷完成情况不想做, 3, 3%常常做一部分,16, 14%偶尔能独立完成,30, 26%常常能独立完成,66, 57%常常能独立完成偶尔能独立完成常常做一部分不想做

对于所做试卷你希望老师批改后并附分,26, 23%部分试题针对性批改并评价, 69, 60%批改不附分, 20, 17%批改后并附分批改不附分部分试题针对性批改并评价

学习上你制定过阶段性的目标嘛？常常制定, 15, 13%制定过没有常常制定没有, 33, 29%制定过, 67, 58%考练结束后，有无对自己建错题集？无, 35, 30%有, 30, 26%有偶尔有无偶尔有, 50, 44%

你学习中最大困惑是？自习时间不够来不及整理, 19, 17%答题技巧,31, 27%基础知识,36, 31%知识技能, 29, 25%基础知识知识技能答题技巧自习时间不够来不及整理

你在课堂上，能主动的下意识的控制自己的注意力大概多少时间？30-40, 32, 28%5-10, 10, 9%15-20, 20, 17%5月10日15-2024-3030-4020-30, 53, 46%

你认为学习是没感觉别人学我也学, 10, 9%必须的不认真学习将来很难生存,56, 48%学习知识是必要的环节可解除新人新事物,46, 40%不必要的只要家里有钱就不愁, 3,3%必须的不认真学习将来很难生存不必要的只要家里有钱就不愁学习知识是必要的环节可解除新人新事物没感觉别人学我也学

有两只小羊在独木桥上相遇，请你估计一下你希望的结果.两只小羊互不相让其中一只获胜艰难的过了河, 22,19%两只小羊很高兴手拉着手过了河两只小羊互不相让两只小羊互不相让都掉水里都掉水里, 5, 4%两只小羊互不相让其中一只两只小羊很高兴手获胜艰难的过了河拉着手过了河,88, 77%

你赞同这句话么？读出数来不一定有用，但不读书肯定没用没有想过, 20, 17%赞同不赞同没有想过不赞同, 23, 20%赞同, 72, 63%

你认为决胜高考的宝典是实力, 11, 10%心态, 17, 15%实力心态实力和心态实力和心态, 87, 75%

课间休息你经常抽时间完成老师刚刚布置的作业,35, 30%闭上眼睛默诵老师刚才课堂的内容,9, 8%小睡一会保证下界课的经历, 41, 36%闭上眼睛默诵老师刚才课堂的内容小睡一会保证下界课的经历到室外外面活动一下抽时间完成老师刚刚布置的作业到室外外面活动一下,30, 26%你认为决定你成绩的因素是老实的教学水平,9, 8%学习方法, 38, 33%学习方法你自己的努力程度老实的教学水平你自己的努力程度, 68, 59%

你有人生目标么？没有目标, 9, 8%只有一些模糊的目标, 34, 30%有自己清晰的长远目标, 32, 28%有清晰但比较短期的目标, 40, 34%有自己清晰的长远目标有清晰但比较短期的目标只有一些模糊的目标没有目标

你对人生，前途的态度是什么？承认命运但不放弃奋斗, 40, 35%积极乐观, 56, 48%消极低沉, 1, 1%随遇而安, 18, 16%积极乐观消极低沉随遇而安承认命运但不放弃奋斗你经常问自己这么几个问题么1我将来长大要做什么2我喜欢做什么3我能做什么4通过努力能做什么很少想,29, 33%大多数时候想, 0,0%常常想, 44, 51%没有想过,14, 16%常常想没有想过很少想大多数时候想

1、从调查问卷的统计中，我们可以很欣慰的发现，90%以上的学生都有他们的人生目标，48%的学生认为自己对待人生的态度是积极乐观的，就算承认命运也不会放弃奋斗，虽然在这其中只有28%的人认为自己拥有清晰而又长远的目标，有60%的学生认为自己的目标是短期或是模糊的；仍然有一部分同学的生活态度存在问题，但是我们依然有理由相信，在大家的努力之下，这群怀揣着梦想的青年人，会在未来的道路中走的更加广远。

2、调查问卷统计，在接受调查的学生群体中，分别有48%和40%的同学认为学习是必须的，不认真学习将来很难生存或学习知识是必要环节，可接受新人新事物。这些表明了在调查的学生中，基本上能够意识到自己现阶段的任务，角色的定位准，学习的目标明确。但是在调查中，有几组数据也是不容忽视的：有37%的的学生认为读出书来不一定有用，而不读书一定没有这句话是错误的，或是没有想过相关的问题。有49%的学生很少或从未想过自己将来长大要做什么，喜欢做什么，能做什么，通过努力能做什么。

3、调查显示学生在学习方法上，仅有44%的同学会在考练结束后建立错题集，而有56%的同学没有或仅是偶尔有错题集。对于在课堂上能主动的下意识的控制自己的注意力的时间这一问题，46%的学生认为是20—30分钟，26%的学生少于20分钟，有28%的学生为30-40分钟。这表明高三学生的学习自觉性不强，需要进一步改进。

四、几点建议

（一）学生层面

1、情绪自我调节。情绪是影响学业成绩的重要因素，绝大多数学生存在情绪困扰，作为高中生，学习确实压力很大，因此能否在学习中调节好我们的情绪就成为了同学是否能快乐并且高效地学习的关键因素。（1）、心理暗示

有时候，我们常常会因为紧张或是对自己不自信，造成临场发挥得不好，留下遗憾。而这时，最有效最常见的方法就是心理暗示。自我暗示说得简单一点，就是自己鼓励自己，自己为自己打气。记得外国球员在踢球的时候，都会彼此给对方做一个手势，就是食指和中指交叉，形成一个交叉的十字，英文中我们常称之为“Keep your fingers crossed”,虽然只是一个简单的手势，但却表达了对对方的信任和对自己的鼓励的目的。总之，一件事要想成功，首先就要自己信任自己，只有信心十足，才有可能正常发挥或是超常发挥，达到事半功倍的成效。（2）、自我反思 孔子在很早的时候就提出了“五日三省吾身”的观点，就是表明人要实施反思自己的行为，规范自己的行为。他还说“三人行，必有我师焉，择其善者而从之，其不善者而改之”，这也从另一个角度说明，我们要善于发现别人的长处，来弥补自己的短处。古语说，山外有山，人外有人，我们在生活中，不可能处处都佼佼者，因此，我们不能忌能妒贤，相反的，我看到别人的长处时，要在赞美欣赏的同时努力向他学习，反思自己的差距，调节好心态，正确对待自己，审时度势，量力而行，只有这样我们才可能在迂回曲折的道路中不断完善自我，修正自我。

（3）、幽默调节法。在心情郁闷时，选择听或看一种最能使自己发笑的幽默作品。（4）、想象调节法。通过想象过去成功时的情景，或想象美好的自然景色，来唤起积极的情绪。

（5）、疏泄法。学生可以通过谈话、书写、运动、找模拟物品出气、哭泣等多种形式发泄心中的压抑。

（6）、深呼吸法。学生要学会深呼吸的方法，要缓慢地、有节奏地吸气，使肺部达到饱和，停一两秒钟后再缓慢地、有节奏地呼气。

（7）、平常心法。要用平常心看待自己和同学在各种考试中的成绩。

2、指导学生树立学坚定的信念、积极的理想追求、订立科学的目标。

通过调查发现，大部分高三学生有坚定的自信心、积极的理想追求、科学的目标，人，只有自信才能自强不息，才能为自己的愿望和理想而努力奋斗。只有自信才能使学生在学习中保持必胜的信念，才能有勇气攀登学习高峰。如果学生缺乏自信心，被自卑感侵蚀，就会总认为自己事事不如人，自惭形秽，意志消沉，不思进取，聪明才智和创造力无法正常发挥。理想是人生的奋斗目标，是人们对未来的一种追求，一种希望，一种向往。所以坚定的自信心、积极的理想追求、科学的目标对高三学生而言意义重大。

人生中没有什么都可以，但是，唯一不可缺少的就是目标。一个人有目标，就证明他有一种积极的生活态度。因此适时地给自己制定当下的、合理的目标，可以激发斗志与拼搏的意志品质。而在达到目标之后，鼓励自己，肯定自己的努力，为自己下一次制定更高的目标。

3、指导学生合理作息，科学用脑，加强体育锻炼。

合理作息、科学用脑和加强体育锻炼对于高三毕业生来说是极为重要的。引导学生根据人体生物钟、人体生物节律的知识和规律合理作息，高中生的睡眠时间要在7—8小时之间，最少不能低于6小时，睡眠时间低于6小时的学生应进行教育引导，若此类学生晚上学习效率比较高而倾向于晚睡的话，中午要进行半个小时到一个小时的午休。

根据大脑的记忆规律和大脑神经活动规律科学用脑，对于不会利用课间时间休息的学生要引导其注意课间休息。课间休息可以使两节课的内容互相不受干扰，同时为下一节课做好脑力上的准备，而上一节课的内容又会自动在脑海里凝固。

另外，根据心理学规律，每个人都有自己独特的最佳学习时间段，所以每个学生善于发现并充分利用自己的最佳时间段，学习最重要和最费脑力的内容，发挥大脑活动的最佳状态。

4、帮助学生做好自我压力的管理工作。

学生要认识压力管理的重要性，调节好自己的压力，力求在高三阶段情绪处于适度紧张状态，以保证高效率的学习。对于过度紧张的学生引导其到校心理咨询室学习放松法；针对毫不紧张的学生要进行目标激励，可以通过帮助学生规划未来，设计目标，制定具体的学习目标和计划来实现动力的激发。

（二）学校层面

1、对全校高三学生定期开设心理讲座。

学校可以针对高三学生安排开展讲座，讲座的主题可以是《科学用脑提高效率》、《考前合理作息》、《如何复习》、《微笑面对高考》等。

2、通过灌中心苑报和校广播宣传心理健康知识。

这些内容可以是考试焦虑的防治、学习时间管理、高考心理减压方法、考前注意事项、考前饮食和营养搭配、生物钟的调整、睡眠质量的提高、高考招生信息等，这些内容我们心理咨询室一直在做。

3、在高三各班级有针对性地开展心理辅导课。

学校在高三应安排一定量的心理辅导活动课，让专兼职教师开展如《我的情绪我做主》、《考前时间安排表的制定》、《考前学习计划的制定》、《高考常见心理困惑》等主题的心理辅导活动课。

4、在必要的时候安排一些活动。

（三）教师层面

1、班主任

（1）充分利用主题班会课指导

班主任要利用班会课对学生进行学习方法指导。可以开设学习方法探讨的主题班会课，请学习成绩好或学习方法和习惯好的学生来进行同伴分享和交流的活动，可以从不同的角度多请几个学生做榜样示范指导。这样的同伴指导既起到了榜样示范作用，又对示范者和其他同学起到一定的激励作用，同同伴指导的表达方式和思维学生更容易且乐意接受和学习。主题班会课一定要精心设计，内容要有针对性，如关于学习方法类的、励志类的、如何缓解压力类的、习惯养成类的等等，通过活动，让学生自己切身体会到其中的道理。（2）根据不同学生的不同特点，对学生进行因材施教。

班主任要根据男女生的心理差异对学生进行不同的教育和引导。高三学生的情绪情感比较敏感且波动比较大，女生更容易有情绪情感的困惑和烦恼，所以班主任要根据学生这一特点，关注学生尤其是女生的情绪变化。班主任可以通过家长和学生多方面了解学生的心理状态，通过家长、老师和学生的共同努力形成教育影响的合力，切实缓减和解决学生的情绪情感问题。

高三男生对学习成绩的取得存在侥幸心理的比例要比女生明显高出很多，这点要引起班主任的关注，要及时引导男生进行合理归因，根据维纳的归因理论，学生只有对原因的分析是内部可控的，才会去努力改变。而女生对学习能力和学习方法的影响作用比男生更重视，这点提示班主任注意对女生的学习能力要多肯定，增加女生对自身学习能力的全面的了解，提高女生对自身学习能力的自信度，同时要对女生进行更多的学习方法的指导。（3）、班主任应该针对不同学生进行思想交流

情感交流是教师与学生之间的桥梁，是班主任管理工作顺利开展的“润滑剂”。恰当、及时、真诚、平等的情感与思想的交流，不仅促成了师生双方的相互理解、信任、合作，使班级管理工作容易落到实处，而且有利于营造出一个真诚、理解、信任、尊重的意识场，让班主任和全体班级成员在在宽松、愉快的氛围中，品味着真情，享受着感动，体验着成功,使思想得以升华，灵魂得以净化，品位得以提升，崇高的思想品德得以在肥美的人文沃土中生根、发芽、开花、结果。

2、任课科任教师（1）学习方法指导

任课老师要根据学科特点和学生的实际情况对高三学生进行学习方法指（2）学生分类指导

教师可以在班级中挑选学科成绩优秀的学生进行优生提高训练，也就是尖 子生辅导，同时挑选学科成绩相对较差的学生进行基础巩固训练。

教师还应针对不同学生的学科学习情况对作业进行等级布置，而不应该采取一刀切的形式。这样更有利于教师教学计划的实施和学生的自主复习。（3）心理引导

针对高三学生学习自信心不足，情绪容易受失败和挫折影响，任课教师在教学中应及时给予鼓励和情绪的疏导。

（四）家长层面

1、作为家长，应该知道现在高中学生的特点： 自我意识增强，自我形象确立。心理的闭锁性、开放性同时存在。好奇、好胜，幻想与理想并存。情感丰富，易于激动和变化，渴望异性朋友，往往分不清友谊与爱情的界限。意志、性格逐步走向成熟，但仍存在摇摆性。面对学习压力，产生不同的心态。

2、家庭教育的对策建议

(1)尊重孩子，理解孩子，建设民主平等的亲子关系。

克服两种倾向：言必“学习、高考、大学”，用各种语言施加压力；对孩子无能为力，“管不了”,一味“顺其自然”，放弃家长的教育职责。(2)多与孩子讨论问题，倾听孩子的意见。

不把家长自己的想法强加给孩子，听听孩子是怎么想的，有不同看法，先求同存异。(3)关注孩子意志品质的发展。

思考如何使孩子变得坚强，有毅力，有恒心。从小事做起，持之以恒；鼓励孩子战胜自己的弱点，培养自强精神；通过难度大的劳动、体育活动磨练意志；向意志坚强的人学习。(4)引导孩子树立正确的人生理想。

五、总结

本次调查统计分析工作在几位同学的共同配合下得以顺利进行，报告完成后我有幸能再次回到母校针对调查结果和高三的学弟学妹们进行学法交流，很高兴能在高中毕业后为母校做些什么，这次寒假社会实践给了我很多的收获。当然在此次调查中还存在一些问题，如在设计问题上深度不够，问卷发放不够全面等，在今后的社会实践中我会继续努力，以求更加完美。

附件1

高三学生学习心理调查问卷

亲爱的高三考生：

你们好！

新的一年在大家的奋力拼搏的进程中悄然到来，离高考的日子越来越近。为了我们的梦想成真，为了我们的未来，大家一定要努力！努力！在努力！以争取最后的成功。要经常对自己说：Never Give Up!相信通过我们的行动一切困难都可以得以解决。因此我们必须要有名确的目标，让他为我们的前行创造动力和勇气。然而有明确目标的前提是正确的认识自己，为了能让大家清楚了解当前个人的学习，心理状况，特进行此次高三学生的调查问卷，请认真填写，你的实际情况就是正确答案。（此次问卷不记名，不公开，仅限于心理研究分析所用。）

Q1你有人生目标吗？（）

A:有自己清晰的长远目标

B 有清晰但比较短期的目标 C:只有一些模糊的的目标

D: 没有目标 Q2你对人生、前途的态度是：（）

A、积极乐观 B、消极低沉 C、随遇而安 D、承认命运，但不放弃奋斗 Q3目前你的学习压力来自哪些方面（）

A自己

B、家庭

C、老师 D、同学竞争 Q4你用来缓解学习压力的形式（）

A、参加体育锻炼 B、找同学聊天

C上网 D、看一些与学习关系不太大的杂书籍 E、看电视、录像、听音乐等 F、好好睡一觉 Q5在月考和平时的练习中，你往往是（）

A、沉着作题、自由发挥 B、力不从心 C、超常发挥 D、慌张怯场 Q6当你成绩不理想时，你心理表现为（）

A、能承受 B、不能承受 C、较能承受 D、无所谓 Q7你对高三的奋斗目标是：（）

A、一定要考上 B、检验自己、考上最好，考不上可以干别的C、没有指望 D、无所谓、不在乎

Q8当你遇到学习困难时，你是：（）

A、问老师 B、问同学 C、不了了之 D、靠自己钻研 Q9你认为当前复习课应侧重于（）

A课本上的基础 B试卷训练，最好有点梯 C专题讲座 D讲一段题作一段回顾总结 Q10你认为目前考练次数应（）

A、增加

B、维持现状 C、少一些 Q11你对完整的一张试卷完成情况（）

A、常常能独立完成 B、偶尔能独立完成 C、常常做一部分 D、不想做 Q12对于所做试卷，你希望老师（）A、批改后并附分 B、批改不附分 C、部分试题针对性批改并评讲 Q13考练结束后，有无对自己建错题集（）

A、有

B、偶尔有 C、无 Q14你学习中最大困惑是（）

A、基础知识 B、知识技能

C、答题技巧 D、自习时间不够，来不及整理

Q15你心里的压力父母亲知道吗？（）A不知道 B知道 C知道一点点 Q16你想安静的静下心来学习，但一想到高考的结果，你怎么也静不下心来（）

A是，B不是，C大多数时候是这样，D少时候是这样 Q17你在课堂上，能主动的下意识的控制自己的注意力大概多长时间（）

A、5\_10 B、15\_20 C、20\_30、D、30\_40 Q18你认为学习是（）

A.必须的,不认真学习将来很难生存

B.不必要的,只要家里有钱就不用愁

C.学习知识是必要的环节,可接触新人新事物

D.没感觉,别人学我也学

Q19有俩只小羊在独门桥上相遇，请你估计一下你希望的结果（）

A俩只小羊很高兴手拉着手，过了河

B俩只小羊互不相让全掉在水里C俩只小羊互不相让，其中一只获胜，艰难的过了河

Q20学习上你制定过阶段性的目标吗？（）

A．制定过，B.没有

C.常常制定

Q21你赞同这句话吗？读出书来不一定有用，但不读书肯定没有用（）

A．赞同

B.不赞同

C.没有想过

Q22你总是莫名其妙感到烦燥，情绪低落，浑身无力（）

A.经常

B.偶尔

C.从没有 Q23假如你遇到不顺心的事，你通常会向谁倾诉（）

A.家长

B.老师

C.朋友

D.其他（网友，心理咨询师）Q24你认为决胜高考的宝典是（）A实力，B心态，C实力，心态 Q25快到高考了，你的心理状态是（）

A:信心百倍，B:紧张焦虑，C:介于AB中间，D:反正考不上大学，无所谓 Q26你认为决定你成绩的因素是（）

A:学习方法

B:你自己的努力程度

C:老师的教学水平Q27课间休息，你经常（）

A:闭着眼睛，默诵老师刚才课堂的内容B小睡一会保证下节课的精力

C到教室外面活动一下

D抽时间完成老师刚刚布置的作业，Q28你常常问自己这么几个问题吗？我将来长大要做什么？我喜欢做什么？我能做什么？通过努力能做什么？（）

A:常常想

B没有想过

C很少想

D大多时候想 Q29如果有专业的心理老师来，你希望（）

A个别交流

B在班级做讲座

C在大教室做团体心理辅导 Q30现在有自己中意的大学吗？为什么呢？

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 谢谢您的热切配合！祝有梦之人都能梦想成真！

**第五篇：学生学习动机调查报告**

冯家镇第二实验学校学生学习动机调查报告

一、问题的提出：通过实地观察、与学生谈话了解到：我校是一所规模不大的农村初中，地处偏远，且多留守少年，学生对剧变的社会缺少深刻的体验和深入的了解，导致其学习动机不强，学习成绩徘徊不前。他们表现出对学习的目的不很明确，具体表现在不知道为什么要学习，不知道怎样去学习。不少学生对学习失去了兴趣，整天就想着玩，应付式上课，缺乏主动性，甚至放弃了学习。还有的平时没有花时间去学习，还有一部分学生对学习存在一些问题和困扰。针对这种现象，对我校学生进行了有关学习动机的调查。为什么会产生这样的情况呢？我带着这些疑问，就学生中存在的学习动机做了这个调查报告。

二、调查对象：本次调查的对象是我校中学部学生。我采取抽样不同层次的样本进行调查。一共发出问卷180份，回收问卷180份，剔除无效问卷后，有效问卷为150份。

三、调查方法：本研究采用问卷调查法和访谈法相结合。

问卷为自编问卷《中学生学习动机调查问卷》，问卷请见附录。该问卷根据心理学家奥苏伯尔指出的“一般称之为学校情境中的成就动机，至少包括三方面的内驱力决定成分，即认知内驱力，自我提高的内驱力及附属内驱力。”再参照我国教育心理学家及有关专家关于学习动机的研究成果，把中学生学习动机分为内部动机和外部动机2个维度。每个维度包括若干项调查项目，制成调查问卷。问卷一共包括20个题目，选“是”记1分，选“否”记0分，将各题得分相加，算出总分。总分在：

0------5分：说明学习动机上有少许问题，必要时可调整；

6-----13分：说明学习动机上有一定问题和困扰，可调整；

14----20分：说明学习动机上有严重问题和困扰，需调整。

四、调查结果及分析

调查的结果统计如下：

约有6%的学生存在严重问题和困扰，需调整；有24.67%的学生有少许问题，必要时

可以调整。而分别来看，三个年级中存在一定问题的学生占多数，都超过50%，说

明相当严重。原因是班里竞争很激烈，为了能在班级上提高名次，很多学生的成就

动机太高。他们给自己定了太高的目标,导致学习动机的行为上出现了偏差，结果产

生了严重的问题与困扰，所以对学生的学习动机调整的引导是很重要的。

五、意见建议

从这次调查报告中看出，不同的年级所调查的结果不同，但是都各自存在一些

问题。在培养和激发学生的学习动机及引导学生调整学习动机等方面，学校应重视。

那么，具体该如何进行呢？以下总结几点是我的心得体会与看法。

1、正确的学习动机才有利于学习成绩的提高

学习动机是学生学习活动的主观意图，是推动学生努力学习的内在力量。学习

动机是提高学习效果极其重要的因素。但是过高或过低的学习动机都不利于学生发

挥自己的潜力和提高学习效率。只有正确的学习动机，动机水平适中，学生才有学习的主动性，学习劲头大，能克服困难，提高学习效果。

通过本调查可知，总体上有超过69.3%的学生有一定学习动机的问题和困扰，可调整。由此可知，适当的学习动机是很有助于学习成绩的提高的。有心理学家提

出，学习动机的正确与否，要以时代的道德标准来判断。在与社会需要相适应的动

机的促使下，学生就会产生学习的自觉性，激发起求知的欲望、稳定的兴趣和高度的社会责任感，因而能专心致志地勤奋学习，刻苦钻研。因此学校的教育要适应社

会发展的需要，遵循教育教学的规律。走出应试教育的老模式，减轻学生学业的压

力，转变追求升学率的教育理念，让学生懂得要学什么，如何去学；对学习动机过

强的学生，教师要及时引导；教师要采取各种方式激发学习困难学生的学习动机，树立自信心，通过亲身尝试来体验能力，让学生在学习活动中通过完成学习任务、解决困难来感知自己的能力，让学生有更多的机会去体验成功，增强自信心，激发学习动机。而学生可以从社会需要、社会的期望出发，对其有正确的认识，这样有利于自己自我定向、自我定位，有利于激发自己正确的学习动机，从而提高学习的效率。

2、培养学生学习的兴趣

兴趣是指在积极探索某种事物或从事某种活动的过程中，伴随着一定的情感体念的心理倾向。兴趣是引起和维持注意的一个重要内部因素，是学习过程中一种很积极的心理倾向。

学生要想在学习中发挥积极性和创造性，就要对自己所学的知识培养浓厚的兴趣，才会心向神往，保持积极的学习态度，学习中做乐。

很多学生说他们对学习一点兴趣都提不起来，也学不进去，见到课本就烦，总想着出去打球，搞什么活动。我知道学生的这种想法是不负责任的一种表现，但是课堂的枯燥和烦琐让他们反感。因此，作为教师要反思自己的教学方法和理念，改变以往的教学方法，以学生为主体，把知识在学生喜欢的活动中体现出来，让学生在活动中学习，这样学生的兴趣才会得到培养，积极性才能激发起来。而作为学生，首先要认识到兴趣对学习的重要性，兴趣不是天生的，很多知识不是你一见到就感兴趣的，这就要你深入进去，踏实认真地去学习，去感受其中的奥妙。其次，要认识到兴趣是勤奋、认真的得到的结果，兴趣是怀有愉快体验的需要的满足。为了产生对学习内容的兴趣，可以多和有成就的人交流，或找几个志同道合的人一起学习。爱因斯坦曾经说过，对一切来说，只有兴趣和爱好才是最好的老师，远远超过责任感。学生可以通过各种各样的方式，如在克服困难中唤起好奇心，改变由于“没有兴趣”而缺乏学习动机的状况。

3、端正学习态度，树立正确的学习目标

学习态度是指学生对于学习的较为持久肯定或否定的内在反应倾向，通常可以从学生对待学习的注意状况、情绪倾向与意志状态等方面来加以正面判定和说明，如喜欢还是厌倦、积极还是消极等情绪情感。对答卷的分析清楚地显示出部分学生的学习态度不端正，认为学习是为父母而学的，对学习成绩不在乎，整天就想着玩，应付式上课，缺乏主动性，还有平时没有花时间去学习，采取临时抱佛脚的心态。因此学生有必要端正自己的学习态度。而学习态度受学习动机的制约，是影响学习效果的一个重要因素。端正学习态度的根本就是要有正确的学习目标。过高的目标有可能使学生自己遭受屡次失败而产生厌倦感，对自己失去信心；而过低的目标又使自己太容易达到而使自己没有动力。同时，学校和老师不要为了追求升学率而鼓舞他们定制过高的目标，给学生太大的压力，要根据个体学生的具体情况去指导学生制定符合他们的目标。

4、适当地组织竞赛，激发学生的外在动机

好胜心强、不甘落后是青少年共同的心理特征，竞赛正是利用了青少年这一心理特征而成为激发学生外在动机形成的最有效手段之一。成功的竞赛不仅能调动学生学习的积极性，而且有助于培养他们积极进取、勇于挑战、荣誉感等好的思想品德；不仅能够有效地形成学生的外在动机，而且能够作为一种鼓励进取、体念成功的诱因去调动学生尚处于萌芽状态的各种内在的学习动机。并在竞赛中合理运用一些奖惩的方法来鼓励学生，这样能达到更好的效果。通过竞赛活动，学生的成就动机会更加强烈，学习兴趣和学习毅力也会有所增强。通过问卷调查和对学生的个别访谈中发现，学生的学习兴趣不足，能参加的活动也很少，认为学习一点意思都没有。所以教师可以适当地组织一些竞赛，也可以在课堂上组织一些小的知识竞赛，让学生在活动中体验成功，激发兴趣。但是，竞赛只能是培养和激发学习动机的一种辅助性的手段，不能夸大它的作用。所以教师要善于应用竞赛的作用，激发学生的外在动机。

5、善于运用反馈原理，不断地强化学生的学习动机

教师对学生学习结果正确的反馈信息，对学生的学习动机起着重要的激励和强化作用。它不仅使学生从反馈的信息中看到自己的进步，从而使自己的学习兴趣和愿望得到加强，而且又能使学生从中了解到自己学习上的弱点和不足，从而调动克服缺点、为争取更好成绩而努力的积极性。通过表二，可发现学生在学习动机、学习兴趣和学习目标上存在问题，因此就要求老师在平时的教学工作中，注意学生学习信息的反馈。教师要正确、合理地利于反馈的原理。首先，教师要坚持正面教育

和表扬为主的原则。对学生的学习结果进行适当的鼓励和表扬，能够激发他们学习的热情，特别是对后进生，更要多发现他们学习的点滴进步，予以鼓励和赞赏，使其对学习充满信心。其次，教师对学生学习结果所作的反馈信息必须客观、公正和及时。这样才能使学生客观地了解自己的学习情况，进一步产生改进自己学习的愿望，增强自己的求知欲望。最后，要照顾学生的年龄特点和个别差异。教师对不同的学生要采取不同的反馈方式，而不能千篇一律，要考虑学生的身心发展特点和个别差异。只有能正确地运用了反馈信息，才能更有利于强化学生的学习动机，提高学习效率。

通过本次的调查，我们认识到了学生在学习动机方面存在的行为困惑及特点，并对这些现状的原因有了一定的了解和研究，这为以后更好的进行教育教学工作提供了一些帮助。通过调查统计的数据可以知道，学生学习动机确实存在些许的问题，这就要学校和老师加以重视。对于如何更好地培养、激发和调整学生的学习动机？在教学中，也还有许多方法是需要我们去探索的。

冯家镇第二实验学校

2024年12月

附录:

中学生学习动机调查问卷

年级\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_性别\_\_\_\_\_\_\_年龄\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

请你仔细阅读问卷中的每一个题目，并实事求是地与自己的实际情况相对照。若觉得相符，就在题目后的括弧里打个“∨”号，不相符合则打个“×”号。

1．如果别人不督促你，你极少主动地学习。（）

2．当你读书时，需要很长时间才能提起精神。（）

3．你一读书就觉得疲劳与厌烦，直想睡觉。（）

4．除了老师指定的作业外，你不想再多看书。（）

5．如有不懂的，你根本不想设法弄懂它。（）

6．你常想自己不用花太多的时间成绩也会超过别人。（）

7．你迫切希望自己在短时间内就大幅度提高自己的学习成绩。（）

8．你常为短时间内成绩没能提高而烦恼不已。（）

9．为了及时完成某项作业，你宁愿废寝忘食、通宵达旦。（）

10．为了把功课学好，你放弃了许多你感兴趣的活动，如体育锻炼、看电影与郊游等。（）

11．你觉得读书没意思，想去找个工作做。（）

12．你常认为课本上的基础知识没啥好学的，只有看高深的理论、读大部头作品才带劲。（）

13．只在你喜欢的科目上狠下功夫，而对不喜欢的科目放任自流。（）

14．你花在课外读物上的时间比花在教科书上的时间要多得多。（）

15．你把自己的时间平均分配在各科上。（）

16．你给自己定下的学习目标，多数因做不到而不得不放弃。（）

17．你几乎毫不费力就实现你的学习目标。（）

18．你总是同时为实现几个学习目标而忙得焦头烂额。（）

19．为了对付每天的学习任务，你已经感到力不从心。（）

20．为了实现一个大目标，你不再给自己制定循序渐进的小目标。（）

感谢你的合作！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！