合理归因促成长

南京市秦淮中学 邱晨

**【活动目标】**

1.认识到不同的归因方式造成的不同的行为影响；了解自己的归因特点；学会正确积极的归因。

2.通过理论讲述、课堂讨论、情境分析等方式，将理论与实践相结合，结合自身实际，懂得合理归因的对学习期望和学习行为的积极促进作用。

3.对生活和学习中的事件学会合理归因，增强学习自信心和行动力。

**【活动重点】**

学会合理归因

**【活动难点】**

归因训练

**【活动方法】**

讲授法，讨论法、案例分析法

**【活动准备】**

学案纸、多媒体课件

**【活动时长】**一课时

**【活动过程】**

1. **热身游戏：《快乐井字棋》**

（一）玩法介绍

1.每桌2人，一人出“O”,一人出“X”，每人各三个“O”或“X”棋子。2.各组划拳决定哪人先出第一个棋子。3.组内的剩余两人背对黑板，第一个出完后轮到第二个人出棋子，依次进行。4.双方可通过移除己方棋子的重新排布，三个棋子首先排成一条线的一方取胜。（同一次不可以相同地方又移除又布子。）（时间：1分钟）（二）你说我议论输赢

你觉得以下哪些因素影响了最终的结果？

a.选手自身实力强弱

b.选手准备是否充分

c.游戏简单or难

d.走运or背运

e.选手身体，情绪状态

f.裁判评判是否公正

e.围观人员的干扰

（设计意图：通过游戏，活跃课堂气氛，引发学生的学习兴趣，并引出成败归因的话题）

**二、教学活动**

1. 学习诊断知归因

试卷发下来，面对自己的分数，各个同学的反应不一，下面我们请6位同学谈谈他们学习不好的学科，已经简要谈谈原因。

2.我的归因有特点

出示学业成绩归因表，共包含18条原因。

要求：请拿出纸笔，对自己学业成绩成败的原因做一下标记，排出前五个，并分析自己的主要归因倾向（内外部、稳定性、可控性）

3.归因倾向各不同

请将前五位的序号填入表格，并分析自己的主要归因倾向，与其他人分享，看看各自在归因上有什么不同？

4.追根溯源话归因

归因：个体对自己和他人的行为结果进行寻找原因的过程。

在学校情境中，学生往往会对自己的学业成绩的成败进行各种归因。