

成考备考：2008年成考生怎样树立学习信心 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/501/2021_2022__E6_88_90_E8_80_83_E5_A4_87_E8_c66_501020.htm 你要作为一个独立的学习者对自己的学习负起责任，学习过程中难免会遇到困难和挫折，这会不时地对你的学习信心提出挑战。树立和巩固学习信心，将是伴随你整个学习过程的一个重要任务。下面就怎样树立和增强学习信心提出一些建议。正确认识 and 估价自己的学习基础和学习能力，充分估计学习中可能出现的困难，制定一个符合自己客观实际的个人学习计划和总体学习目标。只有正确地评价和认识自己，客观地设定自己的期望值，才不至于因达不到过高目标而打击自己的学习信心。为每一个学习单元确定一个明确可行的学习目标，严格按照学习时间表完成每一个时间单元的学习任务和目标，通过平时脚踏实地地完成好每一个学习任务和目标获得小小的成就感，不断获得和增强学习信心。多与同学交流学习心得和体会，互相鼓舞学习信心，激发学习动机。尽可能多地获得家人、朋友和教师的关心、支持和鼓励，学习他人的成功经验，也有助于你增强学习信心。遇到困难和挫折时，正确分析它们产生的原因，及时寻求教师、同学和其他人的帮助，找到解决问题的办法，消除它们带来的不良心理影响。为自己创造良好的学习环境，养成良好的学习习惯，掌握一些必要的学习技巧，提高学习效率和效果，这样就会逐渐增强你的学习信心。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com