

# 浅谈我国中小学生厌学成因与对策

赵燃

江苏师范大学外国语学院

DOI:10.12238/mef.v5i3.4949

**[摘要]** 如今我国中小学生普遍存在厌学问题, 导致该问题的原因有很多。本文旨在从中小学生自身的主观角度分析角色混乱和自我效能感两个心理问题, 以及从当前学校教育中存在的弊端和社会环境的客观角度, 分析施加在中小学生身上的负面压力, 并对中小学生厌学的成因进行多元分析, 提出相对应的方案来应对所提及的主、客观问题, 减少中小学生的厌学情绪, 并提升学习兴趣。

**[关键词]** 中小学生; 厌学; 学习兴趣

中图分类号: G627 文献标识码: A

## Brief Discussion on the Causes and Countermeasures of Study Weariness among Primary and Middle School Students in China

ZHAO Ran

School of Foreign Studies, Jiangsu Normal University

**[Abstract]** Study weariness is becoming a common phenomenon among primary and middle school students in China, which is caused by many reasons. This paper aims to analyze the two psychological problems of role confusion and self-efficacy from the subjective perspective of primary and middle school students, and analyzes the negative pressure on primary and middle school students from the objective perspective of the disadvantages existing in the current school education and the social environment, and then makes a multivariate analysis on the causes of primary and middle school students' study weariness, and puts forward corresponding countermeasures to deal with the mentioned subjective and objective problems, so as to reduce study weariness and enhance learning interest.

**[Key words]** primary and middle school students; study weariness; learning interest

中小学生的学习兴趣问题在教育界是一个经久不衰的话题, 如何提高中小学生的学习兴趣是众多教育者的研究方向。而如今中小学生展现出来的不愿学习、不想学习的态度以及颇高的厌学情绪, 似乎也成为了普遍现象。调查显示, 我国仅有21%的学生对于学习有着积极的态度, 在缺乏学习兴趣的近80%的学生中, 甚至有超过三分之一的学生持明显的厌学情绪。文章将从主观和客观两个维度分析学生不愿学习的原因。

### 1 主观原因: 心身的快速发育与认知的偏差

中小學生正处于快速发育阶段, 在这段时期, 身心发展皆处于未成熟、未完成状态。所以在分析中小學生的发展

问题时, 这种发育的未完成性是不可避免的一个因素。中小學生在发展过程中, 难免会产生一些心理上或情绪上的问题, 而正是这些自身存在着的客观因素, 会直接导致厌学情绪的产生。

#### 1.1 “自我同一性和角色混乱”的冲突

基于美国心理学家埃里克森提出的心理社会发展理论, 处于12—20岁这个阶段的青少年, 在探求和实现同一感的过程中, 往往会面对“自我同一性和角色混乱”这一冲突。这个年龄段的中小學生会产生一种对未来的不确定感, 以及对自身发展前途的迷茫, 不知道自己将来会成为一个怎样的人。如果中小學生对于未来的发展产生了困惑, 找不到

自己所喜欢的领域, 自然就很难培养出钻研精神。而缺乏了求知欲、探索欲, 学习兴趣则很难被激发, 这就很容易导致厌学情绪的滋生。其实这种对于未知前景的困惑, 对中小學生来说是一种正常的心理现象, 也是成长阶段中的必经之路。一旦青少年克服了这段冲突, 确立了自我同一性之后, 过往经验便可以得到整合, 这就有助于他们形成自己的价值观念和自我概念, 适应社会并确定自己的努力方向。因此, 教育者面对的难题则是如何通过引导和点拨来帮助中小學生渡过“自我价值难关”, 最终确立自我同一性。

#### 1.2 “自我效能感”的缺失

“自我效能感”是美国心理学家班

杜拉提出的理念,是指个体对于自己能否完成一项任务所进行的自我判断。同样,学业自我效能感,就是指一个学生对自己是否有信心来完成学业所进行的判断。这种学业自我效能感,实际上是来源于学生过往的经历,通过得到的各类反馈,形成的一种内化的自我认知。发育期是认识世界、建构自我的关键时期,这种自我认知一旦形成,便会形成对自我的固有意识,这种固有意识会影响到生活的方方面面。其表现在学习方面,自我认知在很大程度上会长期影响学生对于学业难易程度的自我判断,学业自我效能感随之形成。这种自我判断虽然是主观形成的,但与外界的评价紧密相关。如果学生在学业上无法获得足够的自我效能感,不仅会在学习上丧失信心,更严重的会导致他们试图通过不正当的手段来弥补缺失的自我效能感,比如沉迷游戏,一些“青少年问题”现象产生的部分原因也在于此。因此如何帮助学生形成高自我效能感,在学业上树立信心,对广大教育者来说至关重要。

## 2 客观原因: 社会环境的“强赋予”与学习主体的矛盾

除中小學生自身的心理原因外,更大程度上影响中小學生学习动力、使他们产生厌学情绪的,还有来自外界的压力。如今,家庭子女普遍较少,这使中小學生得到了更多的关爱,物质上也得到空前的满足,与此同时也受到了更多的关注。另外,社会竞争的加剧和教育资源的分配不均,导致中小學生面临更多的同伴竞争和接受优质教育的机会更小。

2.1 社会功利性影响,学校、家长要求过高

目前,学生仍面临着上名校、重点中学的压力,这关乎着学校的声誉和家长的期盼,使得“全面压减作业总量和时长,减轻学生过重作业负担”对家校来说是一句空话。一方面学校出于功利化办学需要,没有把全体学生的发展和学生的全面发展放在首位,仍然以分数、成绩和特长论英雄。“为了在短期内取得好的办学绩效,一些学校变相改变课程

结构、变更课程安排和课程内容的情况时有发生,导致学生想上的课上不了,不想上的课天天上。”另一方面,很多家长认为,孩子只有上了好大学,才会有出路,才能够找到合适、体面的工作。在这种氛围影响下,许多中小學生在思想认知方面存在偏差,认为学习的目标就是考上大学,而无暇顾及自己是否有擅长或感兴趣的领域。而上大学的目的,只是为了能够在将来的工作中获得相对较高的竞争优势。于是,很多中小學生包括很多成绩优秀的学生,他们学习的动力并不来源于自己,而是迫于家长和社会的压力。这既有“望子成龙”的文化传统,也有学校发展不均衡、优质教育资源和机会比较稀缺的现实因素,更有一种“不让孩子输在起跑线上”的社会焦虑心理。学生迫于家长和社会的压力,难免产生厌学情绪,学习效率低下,甚至认为学习是一件痛苦的事情,甚至出现弃学、逃学等现象。

2.2 对认识论理解不深,没有遵从学习规律

马克思主义认识论提出,认识和实践的关系中存在着两次飞跃:一次是感性认识到理性认识的飞跃,一次是理性认识到实践的飞跃。所谓感性认识,即通过亲身探索和体验,亲自接触客观事物,形成对事物表面现象和外部联系的认识。所谓理性认识,即在感性认识的基础上,通过抽象思维,形成对于客观事物的内在本质的认识。认识论指出,在这两次飞跃中,第一次感性认识到理性认识的飞跃更为重要。这就意味着我们在获得知识时,通过亲身体验获得足够的直接经验之后,才有助于我们运用思维进行分析,实现到理性认识的飞跃。由于受传统教学观念的影响,在教学过程中,大部分教师都是注重结果,将学生视为一个知识的“容器”,通过“灌输”模式让学生掌握千百年来人类积累的知识精华。只注重死记硬背书本知识,而忽略了直接经验的积累。这样一来,学生失去了学习的主动性,直接学习间接经验,缺少探知的过程,自然就无法体会到学习的乐趣。

2.3 缺少及时全面的反馈,不能正确自我评价

随着青少年的年龄增长,自我意识不断发展,对自我的关注度越来越高。此时,身边的人对于青少年的评价就显得尤为重要,影响到青少年的自我意识建构。在这个年龄段,对于青少年影响最大的就是来自学校的评价。正如《哈佛教子全书》中关于让奔跑冠军小兔子去学游泳的故事中所寓意的一样,在社会上有一条不成文的定律,即改变自己的弱点。相对于自己的优势学科,学生们总是会在自己的劣势学科上得到更多的关注和反馈,并经常被要求弥补自己的不足之处。这样长时间处于负面反馈主导的环境之中,中小學生的自我意识建构就会出现不平衡的问题,认为自己的缺点总是大于优点,从而抹杀了学习的动力,产生厌学情绪。

## 3 解决方案: 让教育回归本真, 让学生认可本我

“双减”政策的目的在于让教育回归本真,发挥学校的主场作用;让学生回归生活,认识到学习的快乐,形成学习的主动性。基于此,可采取相应措施,以激发青少年的学习兴趣,降低厌学情绪。

3.1 开展实践活动,搭建适合学生自己兴趣的“舞台”

夸美纽斯指出,“一切知识都是从感官的感知开始的。”他认为要尽可能用感官去认识外部世界,实践观察是首要的。因此,为解决青少年角色混乱和缺乏感性认识的问题,学校组织开展综合实践活动是一个很好的解决方案。通过实践课程,可以将传统的理论课堂与实际相结合,学生可以锻炼实践能力,并能够有机会亲身感知客观事物,获得属于自己的直接经验,有利于实现向理性认识的飞跃。要在提高学生学习质量和学习满意度的基础上,搭建适合学生自身兴趣的“舞台”。如广泛开展科普、艺术、劳动、阅读、兴趣小组和社团活动,特别是编程、人工智能等新知识,使每个中小學生都有明确的学习目标和活动参与度,找到自己兴趣爱好的触发点。学

生在实践中能够体会到探索的乐趣,发现自己真正感兴趣的领域,有助于个人价值观念的整合,提高自我效能感,同时有助于角色同一性的实现,确立自己的人生目标。

### 3.2完善评价体系,不断激发学生学习的兴趣

心理学中罗森塔尔效应指的是教师对学生的殷切希望,会使得学生朝着教师所希望的方向发展,并最终实现教师的希望。这就意味着在教学中需要以鼓励为主,提倡赏识教育。教师要善于发现学生身上的闪光点,而不是一味地批评和否定。我国著名教育家陶行知先生说过:“你的教鞭下有瓦特,你的冷眼里有牛顿,你的讥笑里有爱迪生。”教师要从关爱学生的角度出发,即使是要对学生不足的一面进行评价,也需要重视话术和方法,给予积极方面的暗示。这样一来,学生会积极的评价中形成积极的自我价值判断,能够提高学业自我效能感,消除厌学情绪。在正向反馈的基础上,还应重视形成性评价的运用。形成性评价是指教师在学生的日常学习过程中对于学生的情感、态度、策略做出的一种及时反馈,目的在于激励学生,调控学习过程。正因为学习本身是一个反馈期特别长的过程,如果学生长时间得不到有关自己学习进度的积极反馈,那么便很容易丧失兴趣。所以对于学生取得的每一个阶段性进展,教师都应该给予及时的反馈,并给出引导。

### 3.3落实“双减”政策,让教育回归本真

中央全面深化改革委员会第十九次

会议指出,减轻学生负担,根本之策在于全面提高学校教学质量,做到应教尽教,强化学校教育的主阵地作用。其目的是让教育回归学校,让学生回归生活,在生活中产生兴趣去探索,让学生认识到学习的快乐,做到德智体全面发展。同一个班级的孩子各有所长,在普遍性的教育模式中,难免出现行为和成绩上的差异。要满足学生个性化和多样化的学习需求,尊重学生的学习能力与作业速度的差异,基于学生课业的真正需要,进行规范适度的“培优”“补薄”教育服务,对不同需求的学生区别对待。这样不仅能提高学生的学习质量和学习满意度,而且让他们认识到学习可以是自愿的,不仅仅是为了获得所谓的竞争优势而进行的。久而久之,可以逐渐改变学生对待学习的态度,使每个青少年都有明确的学习目标,真正激发他们的学习兴趣。同时,要引导家长关注和参与学生的成长。作为最了解孩子的人,家长要更专注于培养孩子的自控力、专注力和情绪管理能力,与老师携手共同为孩子成长助力。

### 4 结语

影响中小学生学习积极性的原因是多方面的,如何激发学习积极性,减少学习压力是我们所关注的问题。“孩子求学的欲望,是由父母、由教师、由学校、由所教的科目、由教授的方法激发出来的。”这给我们提出了很好的思路。在教育教学过程中,只有把学生的学习热情和学习欲望调动起来,才能提高他们的学习积极性。

### 【参考文献】

[1]郑彦芹.中学生厌学的原因分析及干预措施[J].校园心理,2013(03):197-198.

[2]刘金花.儿童发展心理学[M].华东师范大学出版社,2013.

[3]陈香.自我同一性理论及其核心概念的阐释[J].前沿,2010(04):91-93.

[4]曹璇,孟泓沁,王旭.高一学生自我同一性对职业成熟度的影响:学业自我效能感的中介作用[J].西南大学学报(自然科学版),2021(08):138-142.

[5]鲍传友.应教尽教,强化学校教育的主阵地作用[N].光明日报,2021-05-25.

[6]徐清秀.“读书有用论”下的辍学迷思——基于自我认同视角[J].北京社会科学,2020(09):43-54.

[7]常丽丽,刘刚喜.关注学生的体验——新课程背景下对教学“直接经验与间接经验统一”规律的认识[J].教育理论与实践,2004(10):45-47.

[8]张灏,邓婷婷,孙佳茜,等.负面评价恐惧对职校学生手机成瘾的影响:自我控制的中介作用[J].中国卫生事业管理,2021,38(11):872-876.

[9]威廉·贝纳德.哈佛教子全书[M].张志立,肖文建译.中国华侨出版社,2011.

[10]夸美纽斯.大教学论[M].傅任敢译.人民教育出版社,1984.

[11]郭元祥.质量时代,如何让课堂更有教育涵养[J].人民教育,2016(10):32-35.

### 作者简介:

赵燃(1994-),男,汉族,山东菏泽人,硕士,研究方向:教育教学。