

中小学生学习负担:概念、归因与对策

——基于当前基础教育课程改革的背景

艾 兴

(西南大学 教育学部,重庆市 400715)

摘 要:中小学生学习负担的概念、归因和对策研究一直是基础教育领域的一个重要问题。有关中小学生学习负担的概念有三种代表性观点,最终落脚于中小学生对学习任务的主观体验。解决中小学生学习负担问题,需要在认识中小学生学习负担概念的基础上,结合当前基础教育课程改革的背景,从外部因素和内部因素两个方面分析学习负担产生的原因,并建立针对中小学生学习负担的动态监测和预警机制,提高中小学的教学效能。

关键词:学习负担;中小学生学习;教学效能;基础教育课程改革;策略

中图分类号:G420 **文献标识码:**A **文章编号:**1673-9841(2015)04-0093-05

大多数对中小学生学习负担的研究主要聚焦在学习负担的归因和对策等方面,对学习负担本质这一基本理论问题缺乏科学、理性的认识^[1]。时至今日,尽管研究者从各自不同的角度与领域对课业负担进行了大量的阐述,但对课业负担这一概念仍然缺乏统一认识,尤其是面向实证研究的操作性定义^[2]。事实上,对学习负担进行确切的界定是认识和研究“学习负担”这一问题的必要条件。

一、学习负担的概念

和学习负担相关的还有学习负担、课业负担等概念,尽管学习、学习和课业这几者之间有不同的内涵,但这几个概念的基本含义指向的都是中小学生学习由于学习引起的负担,因此这里我们笼统地称为学习负担。

(一)已有学习负担的界定

学界对学习负担这一概念的界定非常丰富,研究者从不同的角度对学习负担开展研究,得到了不同的认识。根据对已有文献的梳理,有关学习负担的界定主要有三种代表性的观点。

一种观点认为学习负担是一种主观感受。早在1987年就有研究者提出学习负担不是一个普遍的问题,每个学生由于其学习能力不同,承受的学习量也不同,因此每个人对学习负担的感受也不一样^[3]。基于这种观点,对学习负担的研究立足于对承担者的调查,如郑逸农等在针对高中生的样本调查中就发现,在同一学校,不同年级的高中生“学习负担”就有所差异^[4]。根据这种观点,对中小学生学习负担的研究主要立足于对中小学生学习主观感受的调研及中小学生学习负担自我报告的分析。

收稿日期:2015-04-19

作者简介:艾兴,教育学博士,西南大学教育学部,副教授。

基金项目:国家社会科学基金“十二五规划”教育学一般课题“新课程背景下的学习负担问题研究”(BHA120046),项目负责人:靳玉乐;重庆市教育规划重点课题“高中阶段和义务教育阶段的课程衔接问题研究”(10-GJ-0206),项目负责人:艾兴。

第二种观点认为学业负担是一种客观存在。作为客观存在的学业负担,并不针对某个具体的承担者,它是教育实施者(如学校)施加到学生身上统一的可以量化的客观物,如规定的学习科目、上课时间、作业及考试等。对学业负担本身不进行价值判断^[5]。根据这种观点,对学业负担的研究主要立足于对不同类型、阶段的学生的学习任务及投入的时间等方面进行调查和统计分析。

第三种观点认为学业负担既是一种客观存在,也是一种主观感受。这种观点认为学业负担既有客观属性,也有主观属性。有研究者认为,分析学生的学业负担的具体内容时,应该包括以学习时间和数量为代表的客观负荷,以及对学习的态度和喜欢程度为代表的主观感受两大类^[6]。

可见,研究者关注的焦点不同,对中小学生学习负担进行界定的侧重点也有所不同。有研究者提出要将学业负担作为一个问题,从事实的表层到深层、从事实到规律、从事实到价值逐步深化与升华^[7]。

(二)对学业负担的重新界定

近年来,随着基础教育课程改革的不断深入,人们对中小学生学习负担的研究也在逐步深入,很多研究者结合教育学、心理学、统计学、社会学等不同学科进行了综合性的深入探讨。本文正是在已有研究的基础上,结合当前基础教育课程改革的背景和中小学生学习的具体情况,对中小学生学习负担进行以下新的界定。

学业,对中小学生学习而言,实际就是他们的学习。而学习是一个非常广泛的概念,人类个体以个体经验的方式对人类经验吸纳、加工以认识和适应生存环境的过程都是学习。这里我们将学业负担这一概念放在“中小学生学习负担”背景下考察,它指的是中小学生在中小学学校这一特定环境下,中小学生学习通过听讲、练习、探究等各种不同方式,从而达成获得知识、技能等学校教育目标的行为过程。这里的学习有可能发生在学校之外,但它不包括由学校主体之外的社会教育机构,中小学生学习家长及学生自身对学校教育目标之外的学习行为,如中小学生学习参加的各类辅导班、特长班等方面的学习。

负担也是一个极其广泛的概念,它指的是人们在达成目标、实现任务、履行责任的过程中必然产生的承载和消耗。对于中小学生学习而言,目标、任务和责任等都主要和学业有关,是中小学生学习时间、学习数量、学习精力、情感投入以及压力感受的复杂函数方程^[8]。作为个体的中小学生对学业的承载和消耗的体验,和学校的教育目标、学习任务、学习难度、学习时间等客观因素直接相关,同时也与中小学生对学校教育目标、任务和责任的价值判断,自身的素质、学习动机及学习能力等主观因素有紧密关系。

根据以上对“学业”及“负担”这两个基本概念的分析,我们将“中小学生学习负担”定义如下:中小学生在承担学校教育的学习任务,达成学校教育目标的过程中所承载的生命消耗及承载个体对这种消耗的认知和感受。

二、对学业负担的解读

根据以上对中小学生学习负担这一概念的界定,我们需要对中小学生学习负担进行重新解读,分析其基本内涵。

(一)学业负担的内涵

首先,学业负担是一种客观存在。有学习就必然会有学习任务的承载和学习时间、个体精力的消耗。因此,对中小学生学习而言,只要在学校开展学习,学习个体就会有学业负担。

其次,学业负担也是一种主观体验。不同的学习个体因为对学习任务的主观认识、价值判断不同,及受自身素质、学习能力、学习效果等因素的影响,对学业负担的认识和感受具有鲜明的个性差异。

具体说来,中小学生学习负担的内涵主要包括以下两个方面。

第一,中小學生達成學校教育目標所要承擔的學習任務及由此帶來的生命消耗。學習任務是中小學生在學校實現教育和培養目標的前提條件,學習任務主要表現為中小學生在學校學習中需要完成的學習課程,需要完成的課程作業、測評,需要達成的學習目標等。

中小學生在承擔學習任務,實現教育目標的過程中必然會產生生命消耗,而生命消耗主要表現為中小學生在學習過程中的時間消耗和身心投入。

第二,中小學生在承載學習任務達成教育目標的過程中對其時間消耗和身心投入會產生一定的主觀體驗。這種主觀體驗,和學校學習任務對學生而言的難度、學生投入學習的時間和心力的程度有關,也學生的學習意願、學習能力尤其是他們的學習效果密不可分。

從認知和感受而言,個體對學業負擔的認識最終落腳於個體的主觀體驗。從這個角度而言,對學業負擔的認識需要觀照到中小學生的個體差異。

(二)對學業負擔的認識

如何對中小學生的學業負擔進行深入認識,並在此基礎上開展學業負擔的監測和評估,是當前基礎教育改革過程中亟需解決的一個難題,教育部明確提出將學生課業負擔的監測和評價作為中小學教育質量綜合評價體系的主要內容之一,對中小學生學業負擔的評價指標體系如表 1^[9]。

表 1 中小學教育質量綜合评价指标框架(學業負擔部分)

評價內容	關鍵指標	指標考查要點
學業負擔狀況	學習時間	學生上課時間、作業時間、補課時間、睡眠時間等。
	課業質量	課程教學、作業和考試(測驗)的有效程度以及學生的感受和看法。
	課業難度	課程教學、作業和考試(測驗)的難易程度以及學生的感受和看法。
	學習壓力	學生在學習過程中表現出的快樂、疲倦、焦慮、厭學等狀態。

根據前面有關學業負擔的概念界定和內涵分析,結合教育部對中小學生學業負擔狀況的評價指標框架,我們認為,對中小學學業負擔的認識,既包括對學校層面有關上課時間、作業時間、課程教學、考試、測驗等客觀因素的測量和評價,也包括對中小學生個體對學習任務、學習難易程度,對學習的自我效能感等方面的主觀體驗和個人感受。

客觀層面學業負擔的認識主要包括對中小學生學習時間和任務量的測量。學習時間包括學生在校學習的統一時間,也包括中小學生在學校外,完成學習任務達成學校教育目標的必要時間。學習任務指的是中小學生在學校需要學習的各類課程,需要參加的各種教學活動及其這些課程、活動所需要完成的作業、測驗和考試等。

相比而言,主觀層面學業負擔的分析和判斷要複雜得多,個體對學習時間長短的認知,任務難易程度的判斷等,這些都受到中小學生個體的學習意願、學習能力、學習效果等因素的影響。如何開發一定的評價工具和分析模型對主觀層面的學業負擔進行評估和分析,是當前學業負擔研究的一個難點問題。

圖 1 反映了認識學業負擔的主客觀維度及相互關係。由圖可見,中小學生的學業負擔和客觀層面的學習時間和任務量成正比關係,一般而言,學習時間越長,任務越重,中小學生的學習負擔越大。

但與此同時,學習時間和任務量並不直接決定中小學生對學習負擔的主觀感受——同樣的學習時間和任務量,不同的學習個體受到自身因素的影響,其產生的學業負擔感受可能並不一致。一般而言,學習能力越強,學習效果越好,學生感受到的學習壓力越小。

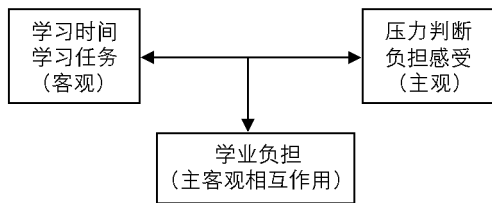


圖 1 認識學業負擔的主客觀維度及其關係

由此可見,中小學生學業負擔反映了學校內外、主客體、主客觀的各種因素交互作用而形成的

一种复杂关系。对中小学生学习负担的认识,既要从整体上、宏观上把握国家、社会、学校层面对中小学生在教育目标、学习任务上的具体要求,又要从个体上、微观上深入了解中小学生的价值观念、学习效果,将两者进行有机结合,联动分析。有学者认为学业负担不是一个简单的教育问题,而是一个具有多元主体和多重逻辑的复杂问题,因此必须运用复杂性思维去驾驭它,以整体的、辩证的、发展的眼光去解析学业负担的内涵与构成^[10]。

三、学业负担问题的归因及解决策略

中小学生学习负担问题一直是基础教育改革的一个热点和难点问题,如何看清学业负担问题的实质、产生原因是解决这一问题的关键。

(一)学业负担问题的产生原因

有学习就会有学业负担,因此,学业负担本身并不会必然成为问题,学业负担问题的出现,产生于两个原因:其一,中小学生学习承载的学习时间和学习任务在绝对量上超过了中小学生的身心承载能力,在普遍意义上给中小学生学习带来了过重的学习负担;其二,学习个体在主观上感受到学习时间太长、任务太重、效果不好等而产生负面的情绪体验,并由此产生某种疾病或心理偏差,如视力减退、厌学情绪、考试综合症等。

国家根据青少年儿童的身心发展规律以及不同层次、类型教育的培养目标,制定了相应的教育目标,并根据这一目标形成了系列的课程标准。中小学校根据这些目标和标准,科学制订学校层面的教育目标体系和课程体系,并设计相应的学习任务。从这个角度而言,基于国家培养目标和课程标准的学习任务,不会从绝对量上超过中小学的身心承载能力。因此,由第一个原因引起的学业负担问题,其实质是部分地区或学校,对中小学生的学习目标和课程教学提出了新的要求,其学习时间、学习任务的绝对量使中小学生学习难以承载。倘若学生学习任务太重,学习时间过长,由此造成的身心疲劳程度在休息后也难以调整和恢复,并产生某些身心上的负面影响,则称之为学习负担过重。

学业负担问题产生的第二个原因实际是学生在主观上认为学业负担过重,它是以后果——学生感受到的心理负担为依据,而不是以其原因——学习时间、学习任务的存在为依据。在学习过程中,中小学生学习需要对自己的情绪与行为进行调试和控制,尽管如此,学生在学习过程中仍然会产生一定程度上的体力与心理上的疲劳。一般而言,这种身心疲劳程度在休息后可以得到恢复,不影响身体或心理健康,学生对学习负担的感受并不是负面的。但如果中小学生对学习负担的判断是负面的,不愿意进行学习,或者由于其学习效果不好,对学习产生无能为力感等不良感受,这些都会让中小学生在心理上对学业负担产生负面的情绪体验,从而形成对学业的心理负担。

(二)学业负担问题的解决策略

针对第一方面的原因,我们首先需要解决的是标准量和现实量的问题。所谓标准量,指的是中小学生在教育目标和学习任务在量上的标准体系的确定,如学生的学习时间、课程量等学习任务的具体规定。所谓现实量,指的是通过对地区和学校学业负担的客观因素进行科学测量和评估,得到学业负担在量上的实际情况。因此,针对这方面的解决策略就是建立科学合理的量化监测体系对学业负担的现实量进行测量,并根据学业负担的标准量比较分析,对地区和学校中小学生在学业负担量进行准确测量与评估,并形成相应的动态监测和预警机制,使中小学生的学业负担保持在合理的区间。

尽管影响学业负担的因素是多元的,而且各因素之间存在着复杂的关系,但是我们可以对其进行系统分析并建立理论模型。在此基础上,以当前课程改革对学生学习的要求为依据,对各因素进行量化分析和比较研究,建立学业负担的监测和预警机制。不同地区的学生群体之间的经济、文化背景有很大的差异,学习同样的课程内容其负担有所不同,在研究区域学业负担时应将学生的背景因素考虑在内,有必要建立学业负担的区域评价模型。可见,我们不能简单认为解决学习负担问题

的途径就是减轻当前中小学生的学习任务。学习任务从其客观特性来看基本上是一个常量,过分和随意减少学习任务,会导致达不到应有的教学要求,大多数情况下,学生的学习时间和学习任务并不会超过预警范围。

学业负担的因素大体上讲分为外部环境因素和内部教育因素,以上主要是针对学业负担的外部因素进行分析,提出解决学业负担问题的策略。解决学业负担问题就要优化学业负担,应综合协调内外部因素,重点考虑内部因素,即改革课程教学、激发学生的学习动机、营造良好的学习氛围等,方可实现学业负担的最优化。问题的解决更多依靠的是教师和学生的层面,如学习动力的引导,教学方法的适合,教学效果的提升,以上这些因素都和教学效能密不可分。

所谓效能,指的就是达成目标的程度,而教学效能指的就是学习过程中学生实现教育目标的程度。学生通过学习达到目标的程度越高,教学效能越好,学生的自我效能感越强。

在一定的任务常量下提高教学效能,主要通过三种途径。其一,提高教师和学生的教学动力。教学动力是教师的工作动力、学生的学习动力以及这两者相互作用形成的合力。表现在学生身上就是完成学习任务的主动性,任务的主动性增加,意味着学习任务更多地是学习者主动选择的,其学习时间或消耗时间更多地是学习者主动投入的。这种主动性的增加,使学习者较少地感到学习是个负担,从而使学习者在主观上认为学业负担下降。其二,提高学生的自我效能感。自我效能感指的是个人对自己在特定的情境中是否有能力去完成某种行为的期望。它包含两部分:结果期望和效能期望。结果期望是指个体对某一行为可能导致某一结果的推测;效能期望是指个体对自己实施某一行为的能力的主观判断。当学生在学习的过程中对自己的期望不断得到肯定的结果,他会对学习有更积极的体验。其三,提高教学效果。好的学习结果对自我效能感起到正向的作用,并使得它进一步影响学生的主动投入。

教育主体要处理好学生完成学习任务与身心全面发展的关系,注重通过提高学生的学习素质来促进其学习,而不是盲目增加学习任务。因此,解决学业负担问题最根本的还是增效——教学效能的提升。教师作为学校的教育主体,需不断增强自身的教育教学能力,改革课堂教学,以提高课堂教学效益,为“减负”提供必要的教育环境。

参考文献:

- [1] 肖建彬. 学习负担:涵义、类型及合理性原理[J]. 教育研究,2001(5):53-56.
- [2] 宋乃庆,杨欣,王定华,朱德全. 学生课业负担测评模型的构建研究——以义务教育阶段学生为例[J]. 西南大学学报:社会科学版,2015(3):75-82.
- [3] 代其平. 不应片面提倡减轻学业负担[J]. 教育评论,1987(5):62-63.
- [4] 郑逸农. 高中生的学业负担与教育对策[J]. 上海教育科研,1998(7):44-46.
- [5] 胡惠冈,王小平. 国内学界对学业负担的理解——基于500篇代表性文献的文本分析[J]. 教育发展研究,2013(6):18-23.
- [6] 顾志跃. 中小学生学习负担问题[J]. 教育科学研究,2004(11):15-16.
- [7] 刘合荣. 学业负担问题. 1990年代以来国内学理研究评述[J]. 湖北教育学院学报,2006(11):84-87.
- [8] 陈霜叶,柯政. 从个人困扰到公共教育议题:在真实世界中理解中小学生学习负担[J]. 全球教育展望,2012(12):15-23.
- [9] 教育部. 教育部关于推进中小学教育质量综合评价改革的意见(教基二[2013]2号)[S]. 2013(6).
- [10] 梁倩,林克松,朱德全. 多重制度逻辑下的课业负担问题治理[J]. 教育发展研究,2013(6):36-40.