

# 中小学生学习心理负担的定量分析： 基于16141份数据\*

郑东辉

**摘要** 抽样调查浙豫两省16141名中小学生的作业心理负担状况,结果发现:中小学生的作业心理负担处于中等强度,积极情绪强于消极情绪;作业心理负担的内部结构失衡,学生在作业类型和量方面的心理负担比作业难度和结果的重;学生的作业心理负担随年级的增高而加重,小学生的负担显著轻于初中学生;作业环境与学习成绩的自我评价深度影响作业心理负担;父母和教师的学习要求对学生作业心理负担的影响较弱。建议重构作业负担结构,重点关注减轻学生在作业类型和量方面心理负担的策略,父母和教师为孩子的自我评价、学习期望转化与内化提供帮助和指导,并为孩子创造良好的作业环境。

**关键词** 中小学生; 作业负担; 心理负担; 调查

**作者简介** 郑东辉/宁波大学教师教育学院教授 (宁波 315211)

## 一、作业心理负担结构与调查过程

综合考察课业(学业、作业)负担研究的相关文献,发现学界讨论更多的是课业(学业、作业)的时间、数量以及经济等方面的客观负荷,对作业心理负担方面的研究不甚了了,基本停留在“烦不烦、累不累”的表层认识上。对于学生的个人体验来说,心理负担能更真实地反映出学生的实际状态,因为有些学生做了很长时间的作业却不感到累或烦,反而因做出一些难题感到满足,而有些学生做了一点作业就不耐烦,光凭作业时间和量来衡量学生的负担轻重是不完整的,甚至会误导减负方向与策略。所以,探明作业心理负担的内部结构,调查学生在这方面的实际表现,就显得十分重要,至少可以全面理清作业负担的来源和可能的改善之策。

作业心理负担作为一种主观感受,我们更倾向于把它看作是学生在做作业过程中产生的情绪反应,而不只是负面的心理压力。按情绪心理学的理解,这些情绪反应属于学业情绪范畴,因为它是在学习过程中产生的。在学业情绪概念的创造者佩克伦(Pekrun, R.)看来,学业情绪不同于一般情绪,特指“学生在学校情境中涉及的所有与教学、学习过程、成就等有关的各种情绪(如学习过程中

\* 本文系国家社会科学基金教育学青年课题“中小学生学习负担的课堂评价研究”(课题编号:CHA110134)的成果。