

基于高等教育中的学习倦怠对策研究

钊亚萌,孟 秋

(吉林省吉林市北华大学,吉林 吉林 132013)

摘要:本文运用访谈和问卷调查的方法深入探讨当今影响大学生学习倦怠各因素,针对调查结果,创建“PCSF+MEET”新模式,期望通过对大学生学习倦怠状况的调查和数据分析,进一步了解大学生学习倦怠的问题和提出解决方案,这不仅对有效预防大学生学习倦怠、改善大学生学习状况具有十分重要的现实意义和社会价值,同时在实践上,也为促进高校深化教学改革和提高高等教育质量提供一定的参考依据。

关键词:大学生;学习倦怠;“PCSF+MEET”模式

[DOI]10.12231/j.issn.1000-8772.2021.01.256

学习倦怠的概念实际上是在倦怠概念的基础上提出的。当今大学生存在比较严重的学习倦怠现象,其影响因素涉及极广。通过查阅文献发现对于这部分内容国内外的研究较少,现有研究很多也只是针对某一方面进行调查研究,对学习倦怠问题的解决对策的研究就更少了。

1 影响当前大学生学习倦怠因素的调查

1.1 研究对象

本研究以某所高校为例,采用随机分层抽样的方法选取在校大学生约420名,主要针对大一、大二、大三、大四的学生进行问卷发放,并统一进行回收整理分析,问卷回收有效率为93.09%。其中在专业选择上主要分文科、理科、艺术类。

1.2 研究工具

结合开放式调查结果而自编的《影响大学生学习倦怠因素问卷》,该问卷把因素分为内因和外因两方面,内因包括个人及人际关系(自我看法、同伴关系、教师关爱和同学影响),外因分为学校(专业课程、学校环境、学校考试和教师教学因素)、社会和家庭三层面。

1.3 数据统计处理方法

采用SPSS22.0软件和回归分析的方法对所回收到的有效问卷结果进行数据统计分析。

1.4 研究结果

(1)影响大学生学习倦怠因素主要为自我看法因素、教师关爱因素、专业课程因素、家庭父母因素、同伴关系因素、学校考试因素、同学影响因素、学校环境因素、教师教学因素、社会因素。(2)内因和外因的影响强度都非常明显,并且内因>外因。(3)内因中,自我看法和教师关爱因素对学习倦怠影响强度较大,其中自我看法因素是占主导作用的。(4)外因中,学校和社会因素影响强度较大,其中学校因素是占主导作用的。(5)学校因素中按强度大小依次为:专业课程>学校环境>学校考试>教师教学。

2 “PCSF+MEET”解决对策模式

根据影响因素调查结果,我们创建了“PCSF+MEET”新模式。“PCSF+MEET”模式,即在个人人际(P)、学校(C)、社会(S)、家庭(F)大模式下,加套针对学校特色小模式(MEET):专业课程(M)、学校环境(E)、学校考试(E)、教师教学(T),双模式并行,共同为大学生学习心理营造一个优质环境。

2.1 个人及人际关系(Personal and interpersonal relationships)

(1)学校应该多去开设大学心理教育活动,帮助学生以客观的角度认识自我。(2)作为老师,完成教学任务的同时,应该多去关注学生的心理和生活,给予学生一些有效的指导,减少学生消极的自我看法^[1]。(3)对于学生自己,要经常进行自我反思与调节,形成对人际关系的正确认知,规避不良的同伴影响。

2.2 学校(College)

(1)专业课程(Major)。国家及相关部门应建立完善的专业选择指导体系,指导学生科学选择专业课程,目前大学生普遍在这方面上存在一定的盲目性。因此,根据国家的宏观调控,结合学生的个人特点,

相关部门应建立完善的专业选择指导体系制度。随着科技发展,学科之间的交叉、融合的现象越来越普遍。高校需要结合当前社会发展,在原有专业设置的基础上,适时调整专业结构,构建合理、科学、与时俱进的专业课程设置,这对于增强学生的社会适应性和减少学生出现学习倦怠心理也是有一定促进作用的^[2]。(2)学校环境(Environment)。良好的校园文化对大学生来说是具有强大的凝聚力和吸引力,它对大学生的自我约束、管理与完善都是有一定促进作用的。浓厚的学术氛围,能够优化学生的心理品质,激发起大学生对学习的热情和积极性。(3)学校考试(Exam)。^①形成科学的考试观念。高校教师应该多去指导教育学生树立科学的考试观念;学生自己应树立正确科学的考试观,对成败正确归因。^②改革现有的高校考试制度,改变以成绩为唯一评价标准的现状,提高大学生实践能力,培养创新意识^[3]。^③针对不同专业课程特点丰富考试形式。丰富考试形式,不再拘泥于单一的考试形式,如作品展示,上机操作,社会实践调查等。

2.3 教师教学(Teaching)

高校教师应经常进行教学反思,根据所授专业和课程的特殊性和班级学生的不同特点,不断改进自己的教学设计,探索更加新颖的、有效的、科学的课堂教学方法,如:课程思政,建立案例库,适当运用多媒体辅助教学等,以此来充分调动大学生对所学知识的热情,激发其探知的迫切愿望^[4]。

2.4 社会(Social)

(1)倡导精神文明建设,形成重视知识人才的良好社会氛围。国家要对知识分子和科研工作者的社会地位给予充分肯定,提高对知识型人才待遇。(2)改革不合理的人才选拔和用人机制。打破陈旧的用人观念,创造出一个人尽其才,惟才是用的科学人才选拔机制和合理用人体制^[5]。(3)加强对大学生就业培训。对未就业大学生进行就业心理和技能培训,对已就业的大学生提供进修的机会和条件,从而在全社会形成终身学习、不断上进的良好社会环境。

2.5 家庭(Family)

营造良好的家庭氛围,家长应该不断提高自身的素质,应多与孩子进行沟通交流,相互理解。家长可以通过各种渠道,做到与孩子共情共鸣,教会孩子合理认知自我,并建立家校联合系统机制关注大学生成长,有效把控大学生的心理发展动态趋势,预防大学生学习倦怠的产生。

3 结束语

目前高校大学生学习倦怠,已经成为了一种很普遍的情况。为了有效预防大学生学习倦怠问题,营造一个促进大学生学习、改善大学生心理状况的优质环境,需要社会、学校、家庭和学生自己的共同努力。同时,这也是创建“PCSF+MEET”解决对策新模式的初衷。对“学习倦怠”这一问题解决对策的深入研究,将会是未来教育研究的热点。

参考文献

- [1]陈凤荣.工作倦怠的测量及其研究综述[J].心理与行为研究,2006,4(1).
- [2]罗胜,等.教学反思与提高高校教师教学水平[J].高教论坛,2005.