

农村留守儿童学习倦怠的影响因素与应对策略

赖运成,周妍,邹金秀

(龙岩学院教育科学学院,福建龙岩 364012)

摘要:农村留守儿童学习倦怠的影响因素包括人格、主观幸福感、手机依赖、时间管理倾向、社会支持等方面。在影响因素研究基础上,提出预防和干预农村留守儿童学习倦怠的策略:优化个性;提升主观幸福感和时间管理能力;减少手机依赖和学业拖延;构建良好的社会支持系统等。

关键词:学习倦怠;农村留守儿童;人格;主观幸福感;社会支持

中图分类号:G610 **文献标识码:**A **文章编号:**2095—770X(2018)07—0072—05

PDF 获取: <http://sxxqsfxj.ijournal.cn/ch/index.aspx> **doi:** 10.11995/j.issn.2095—770X.2018.07.016

Study on the Influencing Factors and Corresponding Strategies of Learning Burnout of Rural Left-behind Children

LAI Yun-cheng, ZHOU Yan, ZOU Jin-xiu

(College of Education Science, Longyan University, Longyan 364012, China)

Abstract: The influencing factors of learning burnout of left-behind children in rural areas include: children's personality, subjective happiness, relying on mobile phone, time management, procrastination, social support and so on. On the basis of reviewing on the influencing factors, we put forward countermeasure strategies to prevent the learning burnout of rural left-behind children, such as optimizing personality, improving subjective happiness, improving time management skills, reducing psychological relying on mobile phone and procrastination problems, constructing good social support system and so on.

Key words: Learning burnout; rural left-behind children; personality; subjective happiness; social support

农村留守儿童是指“父母双方或一方从农村流动到其他地区,孩子留在户籍所在地的农村地区,并因此不能和父母双方共同生活在一起的儿童”(本文中的农村留守儿童主要指初中阶段的农村留守儿童),其心理健康及其教育问题已引起社会的广泛重视^[1]。近年来,农村留守儿童学习倦怠问题引起了国内研究者的关注。虽然有研究显示农村留守儿童学习倦怠并不严重^[2],但多数研究显示其学习倦怠程度高于非留守儿童^[3-4]。由于学习倦怠不仅会影响学生的学业成绩,也会影响学生的心理健康,因此

研究农村留守儿童学习倦怠的影响因素及相关应对策略具有现实意义。本文在梳理农村留守儿童学习倦怠影响因素方面的研究基础上,探讨其学习倦怠之应对策略。

一、农村留守儿童学习倦怠的影响因素

(一)性别

从已有研究来看,农村留守男童的学习倦怠程度高于留守女童^[2-3]。留守男童更容易出现学习倦怠的原因,可能是留守男童自我控制能力或

时间管理能力相对较差,易出现学业拖延,学习基础相对也较差;也可能是留守儿童在家一般是被隔代教养,而农村老人往往会重男轻女,对于男童会更溺爱,导致男童心理易脆弱也易出现学习动力不足。

(二) 年级

农村留守儿童的学习倦怠存在年级差异。刘云等^[3]对安徽省农村初中留守儿童的研究显示,初三年级留守儿童的学习倦怠程度高于初一年级。梅洋等^[5]对广西省农村中学留守儿童的研究显示,初三年级留守儿童的学习倦怠程度高于初一年级和初二年级。然而,张岩^[2]对河南省农村初中不同年级留守儿童学习倦怠差异比较的研究显示,初二年级的学习倦怠程度最高,其次是初三年级,再次是初一年级。因此,到底哪个年级的农村留守儿童学习倦怠最严重有待进一步研究。由于初中阶段初三年级的学业压力最大,且从普通中学生群体的研究结果“初中阶段初三年级学生的学习倦怠程度最高,高中阶段高三年级学生学习倦怠程度最高”来看^[6],初中阶段农村留守儿童学习倦怠程度最高的年级更可能是初三年级。

(三) 人格

人格是影响农村留守儿童学习倦怠的重要因素。研究显示,农村留守儿童希望感与学习倦怠呈显著负相关,且希望感能显著预测学习倦怠^[4];农村留守儿童人际敏感性与学习倦怠呈显著正相关,且能显著预测学习倦怠^[7];农村留守儿童心理资本与学习倦怠呈显著负相关,且心理资本在学校气氛与学习倦怠之间起部分中介作用^[5];农村留守儿童的学业自我概念越积极,其学习倦怠程度越低^[2]。这些结果说明,人际敏感性更高、心理资本更低、学业自我概念更消极的留守儿童,其学业倦怠程度趋于更高。

(四) 主观幸福感

主观幸福感可能影响农村留守儿童的学习倦怠。有研究显示,农村留守儿童主观幸福感与学习倦怠呈显著负相关,其中消极情感与学习倦怠呈显著正相关,生活满意度、积极情感与学习倦怠呈显著负相关,且主观幸福感在农村留守儿童人际敏感性与学业倦怠之间起部分中介作用^[7]。主观幸福感高的留守儿童一般其人际关系较好,自我情绪调控能力更强,学业拖延程度更低,学业成绩也相对较好,

因此其出现学习倦怠的可能性会更低。

(五) 手机依赖

研究显示,农村留守儿童的手机依赖与学习倦怠呈显著正相关,且手机依赖在希望感与学习倦怠之间起中介作用^[4]。这与已有研究相一致^[8]。手机依赖对农村留守儿童学习倦怠的影响机制可能是,手机依赖越严重,留守儿童学习动机愈下降,其学习倦怠趋于更严重。当然,也有可能是,留守儿童的学习倦怠导致其想通过玩手机来调节自我,但由于自我控制能力低,进而形成手机依赖。对于两者关系可采用实验法、纵向追踪研究方法加以研究。

(六) 时间管理倾向

农村留守儿童的时间管理倾向能负向预测学习倦怠,留守儿童时间管理能力越强,学习倦怠程度越低^[9]。其中的作用机制可能是,时间管理倾向既直接影响农村留守儿童的学习倦怠程度,也通过手机依赖、学业拖延的中介作用来学习倦怠。例如,时间管理能力差的留守儿童更易出现手机依赖和学业拖延行为,进而导致其易出现学习倦怠^[10]。

(七) 学业压力

学业压力会影响影响学生的学习心理和学习行为。对普通学生的研究显示,学业压力易导致学生出现学习倦怠^[11-12]。但目前以农村留守儿童为对象的学业压力与学习倦怠关系研究甚少,有待加强。苗佳^[13]基于扎根理论对农村留守初中生学习倦怠影响因素的研究显示,学习时间长,课业内容多、难度大,考试过多、考试成绩过于被看重,这些使农村留守儿童学业压力大,学习动机发生变化,从而容易出现学习倦怠。上述有关农村初中留守儿童学习倦怠年级差异的3个研究中,有2个研究显示初三年级学生的学习倦怠程度最高,一定程度上也说明学业压力是影响农村留守儿童学习倦怠的因素^[3,5]。

(八) 留守时间

留守时间的长短也一定程度上会影响农村留守儿童的学习倦怠程度。姜金伟等^[14]对经历留守初中生的研究显示,随着母亲外出务工时间的增长,经历留守初中生的学习倦怠程度趋于越高。留守时间的增长可能导致农村留守儿童受关爱、受监护方面的缺失,使其体验到更多的消极情绪情感(如抑郁、孤独)和有更多的学业拖延,进而易

出现学习倦怠。

(九)社会支持

社会支持不仅会影响儿童的心理健康,也会影响其学业发展。研究显示,农村留守儿童社会支持与学习倦怠呈显著负相关,相对于客观支持而言,主观支持、支持利用度与学习倦怠相关更密切;社会支持即可直接影响农村留守儿童的学习倦怠,也可以以学业自我概念为中介间接影响学习倦怠^[2]。姜金伟等^[14]对经历留守初中生的研究也显示,学校联结与学习倦怠呈显著负相关,且学校联结在母亲外出务工时长与学习倦怠之间起完全中介作用。也有研究显示,学校气氛与农村留守儿童的学习倦怠呈显著负相关,且学校气氛能显著预测留守儿童的学习倦怠;学校气氛即可直接影响农村留守儿童的学习倦怠,也可通过心理资本的中介作用来影响学习倦怠^[5]。从这些研究结果我们可知,社会支持是影响农村留守儿童学习倦怠的重要因素,它既可直接影响农村留守儿童的学习倦怠,也可通过影响农村留守儿童的人格来影响学习倦怠。因此,构建良好的社会支持系统不仅对农村留守儿童的学业发展有益,也有助于农村留守儿童的人格发展。当然,社会支持也可能通过影响农村留守儿童的人际知觉、主观幸福感、学业自我效能感、学业求助、学业拖延等因素进而影响其学习倦怠,今后可从实证角度加以探究。

二、农村留守儿童学习倦怠之应对策略

基于上述农村留守儿童学习倦怠影响因素研究,结合文献研究和自身思考,对农村留守儿童学习倦怠的预防和干预可从以下方面考虑:

(一)优化农村留守儿童个性

当今中小学生的学业压力较大,一些心理资本较低的学生(尤其是心理韧性较低的学生)往往会承受不住,表现在学业上的倦怠、生活上的叛逆甚至行为上的极端(如自伤自杀、伤人毁物)。因此,要缓解农村留守儿童的学习倦怠,需要提升农村留守儿童的心理资本,尤其是提高心理韧性,增强其抗挫力。此外,可从降低农村留守儿童的人际敏感性着手预防或干预学习倦怠,尤其是降低其自卑、内倾和多疑程度^[7]。途径可以是开展心理资本、人际敏感性相关主题的心理健康教育活动课、团体心理辅导等。需强调的是,农村留守儿童良好个性的形成,需要充

分发挥学校教育、家庭教育的作用和儿童自我教育的作用,尤其是积极心理健康教育的作用和积极教育理念下协同教育的作用。

(二)提高农村留守儿童的主观幸福感及其时间管理能力

研究显示,农村留守儿童主观幸福感与学习倦怠呈显著负相关,其中消极情感与学习倦怠呈显著正相关,生活满意度、积极情感与学习倦怠呈显著负相关^[7],这提示要减少农村留守儿童的学习倦怠,既要减少其消极情感,也要注意提升其积极情感和生活满意度,这也启示我们在农村留守儿童心理健康教育过程中要注意传统心理健康教育与积极心理健康教育相结合。此外,研究显示农村留守儿童的时间管理能力越强,学习倦怠越弱^[9],因此预防和减少其学习倦怠有必要从提高其时间管理能力着手。农村留守儿童时间管理能力有助于减少其手机依赖和学业拖延,有助于其劳逸结合、提高其学习效率,达到预防和干预学习倦怠的目的。

(三)减少手机依赖

由于父母长期不在身边,很多留守儿童对手机依赖越来越严重,导致学习动机、学习成绩下降,学业拖延程度上升。减少农村留守儿童的手机依赖,有助于减少其学业拖延。减少手机依赖的方法,一方面减少使用智能手机的频率,倡导使用一般通话手机(只能通电话和收发信息的手机),另一方面对留守儿童进行手机使用行为方面的教育。此外,留守儿童之所以会形成手机依赖,可能是手机满足了其调节情绪、交际、娱乐等方面的需要,因此减少留守儿童的手机依赖也可从提高其情绪调节能力和人际交往能力、营造学校良好人际氛围、举办丰富多彩的校园活动、优化其家庭功能等方面着手。

(四)减少学业拖延

学业拖延越严重,学习倦怠往往越严重。要减少农村留守儿童的学习倦怠,可从减少其学业拖延着手。由于学业拖延往往与个体的学习习惯、时间管理能力、情绪状态、学业求助、个性(如神经质、消极完美主义)、人际关系(如同学关系、师生关系)等因素有关,因此减少农村留守儿童的学业拖延的着力点包括:让留守儿童认识到学业拖延的不良后果;培育留守儿童良好的学习习惯;培养留守儿童的时间管理能力和情绪调控能力;培养学生的行动力;优化其学业求助行为;优化留守儿童的个性;优化人际

关系等^[15]。

(五)加强学习辅导,减轻学业压力

学习倦怠的学生通常学习基础较差、学习成绩不理想。随着知识点的加深,农村留守儿童由于各种原因缺乏有效的学习指导,易出现学习成绩跟不上,进而易形成学习倦怠。为此,教师可以对学习较差的留守儿童进行学习辅导,教授适合其的学习方法,培养其良好的学习习惯;在布置作业方面做到难度适中、有梯度。另外,过重的学业压力易导致农村留守儿童缺乏学习动力和学习兴趣,从而形成学习倦怠。因此,学校应采取相应措施减轻学生的学习压力。例如,教师可适当减少布置课外作业;布置的作业做到精而不多。

(六)优化社会支持系统,提高社会支持利用度

农村留守儿童社会支持系统的优化,可从以下方面考虑:

其一,充分发挥教师和同伴的作用。塑造教师平易近人的形象,改善师生关系质量,充分发挥教师在留守儿童成长过程中的心理关爱、学业帮扶作用。优化农村留守儿童的同伴关系,提升其友谊质量,适当扩大其人际交往范围。在农村,对于留守儿童的社会支持系统相对不完善,同伴对于留守儿童的影响是一个很关键的因素,如果同伴是一个学习积极性高的人,那么对留守儿童的学习倦怠也会产生积极的影响。特别是在小学阶段的同伴本来就是学习积极性高的,上了初中继续跟这样的同伴交往的话,这类留守儿童的学习倦怠性相对较低。

其二,父母应给予留守儿童更多的关爱。留守儿童的父母长期在外工作,很多父母不了解留守儿童的学习、交友以及心理特点。特别是孩子到了青春期,生理、心理上的变化很大,这时候更需要父母的引导和陪伴。作为父母,应了解孩子的学习、交友状况及心理特点等,以便及时进行引导,给予相应关爱。此外,父母应注意优化亲子关系,良好的亲子关系有助于孩子遇到困惑时求助父母,也有助于其良好个性的塑造、学习动机的激发及良好学习行为的养成。父母可以经常联系孩子,趁着节假日的时间回家看望孩子或将孩子接到身边小住一段时间,增加亲子相处的时间。父母应多了解家庭教育、儿童心理发展等方面相关的知识,以提升家庭教育的科学性和实效性。有条件的家庭,父母可减少外出务

工时间,抑或就近务工,增加与孩子相处的时间。对于那些不得不在外务工的父母来说,应尽可能创设有助于子女身心健康发展的条件,例如尽量选好文化素质较高、责任心较强的监护人。

其三,加强家校合作,积极发挥家校协同育人的作用。家庭和学校是教育儿童的两个重要阵地。为此,学校应当建立有效的家校机制,及时反馈和掌握留守儿童在校表现;通过讲座、座谈会等形式,让家长更了解家庭教育、儿童心理发展特点、青春期教育等方面知识和方法,帮助家长能够及时有效地帮助孩子度过成长的关键期;学校也可开展亲子心理素质拓展活动,帮助搭建亲子沟通的桥梁。因此,探索有效的家校合作之路,逐步实现家校之间行动一致,信念一致,志同道合,才能为学生的健康成长搭建起一个精彩的舞台。

此外,可充分发挥其他社会力量(如志愿者、社区)的作用;对农村留守儿童的支持,不仅体现在客观支持上,更应体现在主观支持上,并且提供的支持是留守儿童需要的;由于社会支持利用度在维系心理健康中很重要,因此在为农村留守儿童构建良好社会支持系统的同时,应注意引导其充分利用社会支持系统,提高社会支持利用度;政府层面可对农民工进行政策支持(如鼓励返乡就业),有利于其就近务工,或支持农民工子女跟随父母异地求学。

(七)推进农村中小学心理健康教育

无论是手机依赖、学业拖延的预防和干预,还是人格教育、时间管理能力提升、社会支持系统构建等方面工作的开展,都离不开农村中小学心理健康教育的发展。而农村中小学心理健康教育的发展,离不开领导对心理健康教育工作的重视,离不开全体教师心理健康教育胜任力的提升,离不开农村中小学心理健康教育的本土化。但目前我国农村中小学心理健康教育存在心理健康教育观念落后,心理健康教育师资力量严重缺乏,心理健康教育方面的继续教育得不到保障,心理健康教育经费不足等诸多困境^[16]。因此,推进农村中小学心理健康教育工作任重而道远。

要预防和干预农村留守儿童的学习倦怠,可在农村中小学开展学习倦及其影响因素等相关主题的心理健康教育宣传活动、心理健康教育活动课、团体辅导和主题班会课;对高学习倦怠留守儿童开展个

别心理辅导;对教师开展高学习倦怠儿童帮扶教育方面的培训;教师加强对留守儿童家长的家庭教育指导等。此外,有必要为儿童(不单是留守儿童)建立心理档案,以利于对留守儿童的心理健康、学习倦怠及其相关因素进行监测,从而使心理健康教育工作有的放矢。

三、结语

农村留守儿童学习倦怠问题的解决,不仅需要学校教师的重视,也需要留守儿童家长的重视,并且家校合作在其中起着重要作用,需要充分发挥社会支持系统和心理健康教育的重要作用。此外,迄今对农村留守儿童学习倦怠方面的研究尚少,有待加强,以使农村留守儿童学习倦怠问题解决之道更有针对性、科学性和实效性。例如,从实证角度研究家庭教养方式、家庭功能、班级环境等因素对农村留守儿童学习倦怠的影响;从纵向追踪研究角度农村留守儿童主观幸福感、手机依赖与学习倦怠的关系;研制农村留守儿童学习倦怠干预方案;加强小学阶段农村留守儿童学习倦怠的研究。

[参考文献]

[1] 段成荣,杨舸. 我国农村留守儿童状况研究[J]. 人口研究, 2008(3): 15—25.

[2] 张岩. 农村留守初中生学习倦怠与学业自我概念和社会支持的关系研究[D]. 武汉:华中师范大学, 2015.

[3] 刘云,王承清,李存峰. 农村留守初中生学习倦怠发展特点研究[J]. 中国校医, 2013(10): 730—733.

[4] 卢春丽. 农村留守儿童希望感与学习倦怠的关系研究——基于手机依赖的中介作用[J]. 龙岩学院学报, 2017(5): 129—136.

[5] 梅洋,徐明津,杨新国. 留守初中生中学校气氛对学

业倦怠的心理资本的中介效应[J]. 中国儿童保健杂志, 2015(12): 1306—1309.

[6] 程思傲,孙亚菲. 中学生学习倦怠研究综述[J]. 宁波大学学报(教育科学版), 2012(6): 55—58.

[7] 赖运成. 农村留守儿童人际敏感性与主观幸福感学习倦怠的关系[J]. 内江师范学院学报, 2017(4): 1—5.

[8] 曲星羽,陆爱桃,宋萍芳,等. 手机成瘾对学习倦怠的影响:以学业拖延为中介[J]. 应用心理学, 2017(1): 49—57

[9] 薛应翠,潘运. 农村留守初中生学习倦怠与时间管理倾向的关系研究[J]. 保健医学研究与实践, 2016(1): 12—16.

[10] 潘运,蔡恒爱,常慧青,等. 农村留守初中生学习拖延与时间管理倾向的关系研究[J]. 中国特殊教育, 2013(11): 58—62.

[11] 罗璇. 初中生学业压力、学业自我与学业倦怠关系研究[D]. 兰州:西北师范大学, 2015.

[12] 廖红. 中学生学习倦怠与学业压力的关系[J]. 现代预防医学, 2013(14): 2664—2667.

[13] 苗佳. 农村留守初中生学习倦怠影响因素研究——基于扎根理论[J]. 东北农业大学学报(社会科学版), 2015(1): 49—54.

[14] 姜金伟,杨瑱,姜彩虹. 经历留守初中生学校联结与学习倦怠的关系[J]. 信阳师范学院学报, 2015(4): 27—30.

[15] 赖运成,韩灵芳,郑斯婷,等. 中小生学业求助行为的现状、影响因素及优化策略[J]. 陕西学前师范学院学报, 2017(12): 30—34.

[16] 赖运成,余函静,陈建霞. 我国农村中小学心理健康教育存在的主要问题与应对策略[J]. 宿州学院学报, 2015(11): 43—47.

[责任编辑 李兆平]