

中小学生学习心理负担问卷的编制*

郑东辉 叶盛楠

摘要 运用学业情绪理论,针对学生能感知到的作业活动,将中小学生学习心理负担定义为学生对作业量、作业类型、作业难度和作业结果的积极(高与低)或消极(高与低)情绪体验。据此定义,通过文献分析,结合学生访谈和开放性问卷调查,编制了作业积极情绪体验和作业消极情绪体验两个分问卷,每个分问卷各包含28个题项。以887名四到九年级学生为被试,通过测试,运用项目分析和探索性因素分析,最终形成了包含38个题项的正式的中小学生学习心理负担问卷。通过对正式问卷的内部一致性信度、分半信度、结构效度和内容效度的检验,表明该问卷具有较好的理论构想和良好的信效度指标。

关键词 作业负担; 心理负担; 中小学生学习; 问卷编制

作者简介 郑东辉/宁波大学教师教育学院教授 (宁波 315211)

叶盛楠/宁波外事学校 (宁波 315012)

作业是学生为完成既定的学习任务而开展的活动,学生从事这样的活动会产生某些心理反应,如“做出很难的题目而感到高兴”、“作业太多会感到厌烦”,这些反应或体验,我们把它称之为作业心理负担或感受。心理负担或感受是作业负担的重要组成部分,探明其内在结构,检测负担的实际程度,对于洞察当下学生作业负担之轻重及其具体指向,以及据此开展相应的减负工作,具有十分重要的指导意义。然而,有关作业负担或课业负担结构与程度的研究,更多聚焦时间量、身体感受诸方面的生理负担探究,尚未开发出一套成熟的适合中小学生的作业心理负担问卷来检测心理承受之轻重。为此,我们探明心理负担结构,运用量表开发的一般程序,尝试编制一份具有良好信效度的心理负担问卷。

一、问卷的结构设想

问卷结构的实质是作业心理负担的内部构成,对结构提出具体的设想,就要回答相关的两个问题:什么是作业心理负担、作业心理负担由哪些内容构成。作业心理负担是学生在做作业过程中所承受的心理压力或所感受到的情绪体验,

* 本文系国家社科基金“十二五规划”2012年度教育学一般课题“新课程背景下的学业负担问题研究”(课题编号:BHA120046)成果之一。

可能是积极的,也可能是消极的。心理负担可以理解为心理压力,也可以理解为情绪体验,相应地对其内部结构的解读也存在两种代表性理解,一种是心理压力取向(psychological stress),另一种是学业情绪取向(academic emotions)。

心理压力取向主要是从心理压力发生机制的角度来理解作业心理负担。在权威人士拉扎勒斯(Lazarus, R. S.)看来,心理压力过程由四个基本环节构成:潜在压力源(stressor)、对潜在压力源的认知评价(cognitive appraisal)、应对(coping)和压力反应,即他与福克曼(Folkman, S.)提出的“压力认知交互作用模型”。^[1]该模型强调个体对压力源的认知评价,决定着压力反应的唤起和应对行为的选择。认知评价包括两个层次:一是对环境改变与个体之间关系的评价,称为初级评价,即对潜在压力源的类型做出判断,判断其对个体是否有利、是否构成威胁;二是当环境改变被视为具有威胁性的时候,个体要判断应采取什么样的应对行为才能缓解威胁,称为二级评价。简而言之,当个体感知压力源及其威胁却难以应对时,心理压力就会产生。“压力认知交互作用理论”为后人从心理学角度系统研究压力现象,探讨心理压力的过程和机制奠定了重要的理论基础。^[2]后来者的研究,基本遵循了该理论提出的路径,无非是加以验证、应用或修正,或者提出不同的压力源、不同于“认知评价和应对”的中介变量而已。按此理解,作业的心理负担就是在做作业的过程中,个体对于作业这个压力源所感知到的对个体的各种要求、威胁,进而产生的压力。对个体提出的要求和压力之间产生关联需要一定条件,“首先,这个充满紧张的要求必须被学生所感受;其次,学生必须在利用其能力去应付要求时,理解了这个要求;第三,学生必须感受到潜在的不良后果。当满足这三个条件时才可能在心理上引起学习压力。”^[3]进一步说,当学生遭遇“作业”这个充满各种要求的学习任务,学生会利用时间和精力尽量去完成这些任务,如果感知要求难以做到,或者知道这些要求的潜在后果,如完不成这些要求会受到教师、家长的批评,就会产生心理压力。概而言之,在心理压力取向的研究者们看来,作业心理负担是学生在做作业过程中对作业压力情境(如作业量、作业难度等方面的要求以及作业结果所产生的人际关系)的认知、应对与体验,进而表现出来的种种心理反应。这些心理反应可能是适度的,可以帮助学生维持良好的功能状态,更好地做作业,也可能是强烈的、超出人的适应与应对能力,降低学生做作业的效率,损害学生的心身健康。心理压力取向告诉我们作业心理负担是如何产生的,但没有揭示心理压力的内部结构,只是分析了作业作为一种压力源对学生可能产生的压力情境。

学业情绪取向不仅关注情绪是如何产生的,还具体分析情绪的结构与类型。2002年,佩克伦(Pekrun, R.)等人明确提出“学业情绪”概念,它不同于一般情绪,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(如学习过程中的兴奋、考试相联系的焦虑)的总称。”^[4]按佩克伦的理解,应该从两个维度来区分不同类型的学业情绪,分别是效价(valence,积极的或消极的)和激活程度(activation,高或低),也就是把学业情绪分为四大类,即积极高唤醒、积极低唤醒、消极高唤醒和消极低唤醒。这些情绪反应,不仅指向学习