

高职学生学习倦怠的原因及对策研究

罗远航 徐萍

(泰国格乐大学 泰国 曼谷 10220)

摘要: 本文从认知和情感两个方面分析高职院校学生学习倦怠的表现,从个人、学校、社会三个层面深入剖析高职院校学生学习倦怠的原因,最后针对性地提出七项对策:(1)加强学习心理辅导,激发学生学习兴趣;(2)提高高职教学的社会发展认同度与高职学生就业水平;(3)构建和谐学习环境,积极探索教学管理制度,使学生建立良好的学习习惯;(4)合理设置教学课程,培养学生的实践技能;(5)系统设计专业化实验室;(6)提高高职院校师资队伍综合素质水平,转变教学理念;(7)做好高职学生就业指导工作。

关键词: 高职院校;学习倦怠

Research on the Causes and Countermeasures of Higher Vocational College Students' Learning Burnout

Luo Yuanhang, Xu Ping*

(Krirk University, Bangkok 10220, Thailand)

Abstract: This paper analyzes the performance of students' learning burnout in higher vocational colleges from two aspects: cognition and emotion, analyzes the causes of students' learning burnout from three levels: individual, school and society. Finally puts forward seven targeted countermeasures: (1) strengthen learning psychological counseling to stimulate students' interest in learning; (2) improve the social development recognition of higher vocational teaching and the employment level of higher vocational students; (3) build a harmonious learning environment and actively explore the teaching management system to make students establish good learning habits; (4) reasonably set up teaching courses to cultivate students' practical skills; (5) systematically design specialized laboratories; (6) improve the comprehensive quality level of teachers in higher vocational institutions and change the teaching concept; (7) do a good job in guiding the employment of higher vocational students.

Key words: Higher vocational college; Learning burnout

近年来,在我国高职教育愈来愈获得重视,但一些学生的学习疲惫感难题日益突显,不益于课程教学和学生管理工作的成功开展,从而直接影响高质量人才的塑造。进一步完善高等院校学生学习管理方法,清除学生学习疲惫感,提升学生学习高效率,是高等院校必须研究与克服的关键难题。

一、高职院校学生学习倦怠表现

学习倦怠会影响学生的学习行为,使学生表现出了焦虑、低落、迷惑等悲观情绪,对其心理健康、学业成绩都会造成严重影响^[1]。她们厌学心理,慢慢对学习和活动丧失激情,和同学越来越疏远,对同学越来越冷漠。其表现主要包含以下几方面:

1. 认知表现。当问到学生为何学习时,有的人对学习有兴趣,期待实现人生价值,有的人是因为爸妈的期待,还有的人会找个好工作或重回社会发展。当一个人对学习具有强烈的兴趣爱好时,他才能积极主动学习。如果他并不想学习,自然就对学习产生情绪疲惫。因为没有明确目标,学习时间较短,学生的学习兴趣和爱好主动性并不是很高。她们极少在学习环节中积极推进,缺乏足够的高效率的教学策略。高职学生对自身选择的专业有清晰的认知,明确自己学习目标和目的。但有些学生不是很了解自己的爱好,不清楚是不是真的喜欢自己的专业。因为缺乏专业能力,无法建立总体学习任务和学习方式,也不知道该如何学习,常常会觉得学习是个苦差事,容易产生厌倦、疲惫的心理。

2. 情感表现。在高等教育中,课堂教学中通常会出现学生睡觉、玩手机等现象,这也是学生学习兴趣爱好不太高所造成的,一般包含以下情形。自卑心理,学生成绩不太理想,只能找高职,受自尊降低的危害,学习起来非常累。中学学习时,对学习不是很有兴趣,学习不太好,只能选高职。学生被父母安排选择高职教育。第一类学生由于成绩报名和选专业的权利受限,许多学生不可以选择适合自己的专业与技术专业,非常容易打击学生学习的积极性和自觉性。第二类学生学习能力差,基本功不扎实,往往因为努力不够出现厌学心理。第三类学生欠缺主体观念,认为自己是给父母学习,

学习态度不端正。

学习倦怠不仅会让学习觉得精力不足、疲劳、颓废、活力不足,并且对学习提不起兴趣,学习兴趣和爱好自觉性低,学习效率不高。高职院校学生学习倦怠现象越来越严重,只会破坏整个学校的学风,进而对教学质量造成很大影响。如果学生毕业后,把这种不良精神面貌以及倦怠心理带到日常工作中,不仅会对自己的工作造成很大影响,也会影响到学校的声誉,对学校就业工作开展也不利。

二、高职院校学生学习倦怠的主要原因

1. 个人因素。(1)学习成就感不足。高职学生的身份相对比较特殊,面对的社会舆论压力比较大。由于当前的社会价值观都是以文凭为重,因此他们往往不能得到社会、教师及家长的认可,但是他们又容易和以往高中学习成绩比较优异的学生对比。经过对比之后产生的差距会让学习产生很大的挫败感,也会打击学生的自信,学习成就感会比较低,因此学习积极性和主动性不高,学习兴趣爱好慢慢降低。(2)网络成瘾。互联网为人们生活和工作产生众多便捷的前提下,因乱用互联网所导致的上网成瘾也给当今高职学生增添了非常大的不良影响。大学生在摆脱家庭和学校的严格管理后,应对信息量大、图像视频丰富的网络以及极具挑战性、刺激性的游戏时,由于缺乏自制力,把大量的时间消磨在网上,没有足够的时间和精力来完成学业。(3)学习动机不足。有些高职学生“读书无用论”的观念显著,觉得读书没有太大价值,学习没有目标,学习主动性不够。高职院校自从扩招之后,“宽进宽出”的现象就越来越突出,许多同学并没有体会到学习压力,只要求考试60分及格就好了。这样的学习心态会导致一些学生错过了珍贵的学习机遇,进而产生学习倦怠现象^[2]。(4)欠缺有效的学习方法。高校专业知识学习和过去的中小学学习对比,有非常大的差别。在中小学校,学生一般都是处于学校严格管理下,并且遭遇升学考试压力。在高职学习中,学校管理相对松懈,课程安排比较轻松,学习压力不大。如果学生未能恰当高效的调整学习方式,在长久的学习环节中就很容易产生厌学,从而导致学习不太理想。

2. 学校原因。首先,对高职学生而言,新的校园环境和学习气氛是推动她们学习的关键因素。在学校,重监管轻教学的状况相当严重,有关管理人员侧重于在招生和学生就业上。加上充分考虑学生能够安全度过在校的学习生活,尽管一些意识落伍,但文化教育以效仿为主导,学习的深度广度匮乏,没法构建浓厚的学习探索气氛。长此以往,学生的学习疲劳会慢慢展现出来。其次,部分高校现阶段比较落后,课程设置尚不健全,教学内容不适合现实需要,课堂教学侧重基础理论,实践教学活动开展偏少,与企业人才需求脱轨,从而会影响学生毕业之后的就业。

3. 社会因素。首先,现阶段在社会有的人并不是格外重视高职教育,高职教育地位低。但高职院校学生无可奈何只有选择提升学历,广泛选择学历提升,很容易产生自卑心理,价值观念造成误差,自身理想与社会现象分歧,发展前途变幻莫测,心理状态矛盾加剧,自然而然造成厌学心理。其次,现阶段我国对高职学生就业的制度还比较欠缺,学生学习与就业并没有直接影响。并且社会上很多企业用人任人唯亲,导致了不平等的学生就业市场竞争氛围。很多高职学生毕业之后就业困难,迫不得已从业其它工作。种种因素都危害高职学生的学习兴趣和爱好。

三、解决高职院校学生学习倦怠问题的有效对策

1. 加强学习心理辅导,激发学生学习兴趣。现阶段,社会与家庭高度重视学生的不当学习心理状态。比如欠缺学习观念、学习欠缺持续性、缺少自信、脾气暴躁等。学校应加强学生的理论指导,引导学生高度重视学习,激起他们学习的热情。尤其是高校,高度重视学生的学习心理状态,协助学生充分了解学习心理状态,处理具体学习过程中出现的各类问题。因而,可以以下几方面入手:高校应进一步完善心理辅导及管理,建设高水平的教职员团队,提升教职员与党组织交流和协作,制订完善的思想道德教育工作管理体系。提升新生入学教育,抓好学生思想道德教育工作。老师要正确引导学生正确对待高职教育,了解高职教育的必要性,更新学生的学习理念和学习方式,从而制订科学合理的学习总体目标,使学生从被动学习变成积极学习。融合学生特征和技术专业,提升学生专业知识价值观念和品德教育。通过组织各类实践活动活动,清除学生职业倦怠和负性情绪,建立很明确的技术专业学习任务和就业前景,激起学习兴趣爱好,协助学生重构学习自信与自我效能。

2. 提高高职教学的社会发展认同度与高职学生就业水平。近些年,在我国出台了一系列高职教育政策法规,其中《国务院关于大力发展职业教育的决定》明确指出高职教育本年度招生人数应超出高等教育招收总规模的50%。中共中央《关于进一步加强高技能人才工作的意见》也明确提出,塑造大量技能型人才是中国科技创新和竞争优势、基本建设科技强国的重要途径。在这个要求中,能够得知我国越来越注重高职教育发展趋势,也为高等教育健康可持续发展奠定坚实的基础,并在一定程度上获得了社会认同。现在社会越来越多用人单位开始高度重视技能型人才,因而与高职院校的协作也越来越多了。尤其是对近些年就业状况的解读表明,大部分毕业生的就业状况并不比高文凭本科毕业生差。因而,社会发展和学校要注重高职学生的职业发展规划^[3],国家都制订对应的政策优惠,扩宽高职学生求职渠道,减轻高职学生就业困难。高职院校也需要大力加强本身内涵建设,不断提升办学水平,打造出本身中国特色教育知名品牌,从而提高就业质量,提高学生对高校的学习自信心。

3. 构建和谐学习环境,积极探索教学管理制度,使学生建立良好的学习习惯。高校需在软硬件建设上尽可能为学生营造良好的学习自然环境。与此同时,高校要融入当今社会对人才的需求,建设对应的实习实践产业基地,提高实践活动教学内容的学习效果。剖析学生学习的的环境因素,教风、学风、班风对学生产生影响,对学生学习制度的产生有很大牵制。从某种程度上说,好的教风、学风自然就会对学生产生看不到的约束,学生还会潜在地被感染而获益。因而,高校必须努力建设学习型校园,为学生构建浓郁的学习气氛,逐步完善教风学风建设,让学生喜爱学习,相互竞争,进而改善学生的生活学习习惯。

4. 合理设置教学课程,培养学生的实践技能。高校要重视课程的改善,重视学科的合理化、适用范围、实效性。高等职业教育、课程目标要紧紧围绕培养某一企业专业型人才,专业科目应该根据学生的特征设定。既要高度重视融入时代的发展,还得注重学生实践能力的培养。在解决好基础知识、专业能力和实践发展趋势关联的前提下,搭建适度缩小基础理论教学内容,适当调整综合实践课程教学内容,尽可能丰富多彩课程内容,将基础知识融进操作过程和日常社会实践,偏重于学生专业能力培养,偏重于学生专业能力培养的教育体系。

5. 系统设计专业化实验室。现阶段高校存在的困难是怎样构建既能够满足人才培养需求又能够满足日常课堂教学的专业实验室。在这个基础上,高校在原有比赛活动的前提下,依据设定的标准及学生应学习的知识专业技能,设计综合性实习服务平台,工程项目产业基地,为学生给予参加实习的途径,使学生职业能力不断提高。另外,高校应设立一支精力旺盛、学识渊博、能力高的师资队伍,为学生提供支持,合理获得实习实际效果,可以让学生体会到学习的快乐。老师还要积极激励学生参赛,鼓励学生利用训练平台开展实践活动练习,在赛场上得到更好的展示,从而提高学生自信心。那样,在今后的基础理论学习与实践,学生就会更努力,清除学习中的疲惫^[4]。

6. 提高高职院校师资队伍综合素质水平,转变教学理念。高职院校师资队伍综合素质水平对高校办学水平、学生学习兴趣和爱好的培养尤为重要。高校高度重视教师素养水准,注重教师基础知识的学习,培养老师实践能力,建设“双师型”师资团队。在具体教学中,高职院校老师遵照一般教学规律,持续发掘教育资源,积极探索改革创新教学策略,与此同时全方位科学研究高职院校学生特性,掌握学生具体学习状况,选用形象化、适当、合理、科学的教学策略,保证学生精确、高效的学习^[5]。老师也需要转变传统式教育理念,正确引导学生。在具体教学中更加重视、关心、了解学生,防止学生厌学心理。

7. 做好高职学生就业指导工作。在高等教育环节中,首先做好学生的思想道德教育工作,协助学生建立正确的价值观、择业观和就业观,灵活运用资源优势使学生了解现阶段的社会就业情况,塑造正确的择业观,正确对待学习和未来就业之间的关系,确立学习的价值,使学生自主学习。次之,高职院校要高度重视学生就业,加大力度推进校企合作,深入了解用人单位规定,协助学生参观考察和见习。

总之,高职学生的学习倦怠现象应引起社会、学校和家庭的高度重视,共同努力,正确引导高职学生重视学习,充分发挥学习的积极性和自觉性。

参考文献

- [1] 苗圃, 张宁. 高职院校学生在线学习投入与在线学习倦怠研究[J]. 江苏经贸职业技术学院学报, 2021(2).
- [2] 顾文静. 高职院校学生学习倦怠成因分析及对策研究[J]. 作家天地, 2021(5).
- [3] 王涛. 高职学生学习倦怠的成因分析及对策建议[J]. 教育与职业, 2019(2).
- [4] 边巍, 张倩男, 石文青. 基于统计分析的高职学生学习倦怠成因分析——以高职院校为例[J]. 山西青年, 2022(5).
- [5] 胡跃强, 邢晓儒, 李竞, 司孟建. 高职院校学生学习倦怠成因分析及对策研究[J]. 湖北农机化, 2020(3).

基金项目:

2021年度广东省教育科学规划课题(高等教育专项)(2021GXJK619); 2021年度广东省普通高校重点科研平台和项目(2021ZDZX4070)

作者简介:

第一作者:罗远航,男,泰国格乐大学硕士研究生,研究方向:教育管理。通讯作者:徐萍,女,泰国格乐大学硕士,研究方向:教育管理。