

大学新生与研一新生的学习适应性现状及原因

何育曼

西安外国语大学英语师范学院教育学院 陕西 西安 710000

摘要:现阶段,大学生因学业压力而抑郁或进行自我伤害的情况早已屡见不鲜。旨在从源头出发,了解现大学生新生在学习适应性方面的情况。并探讨大学生的学习适应性的发展趋势与特点,期望能进而有效地规避一系列因心理原因而导致的不良结果。同时,也对大一新生和研一新生的学习适应性进行了对比分析。经数据分析,结果表明大学新生的总体适应性较好,并且研一新生的学习适应性比大一新生好。

关键词:大学新生学习适应性;大学新生;研一新生适应性

Current Situation and Reasons of Learning Adaptability of College Freshmen and Graduate Freshmen

Yuman He

School of Education, English Normal College, Xi'an Foreign Studies University, Xi'an, Shaanxi 710000

Abstract: At the present stage, it is already common for college students to be depressed or do self-harm due to academic pressure. The author aims to understand the situation of learning adaptability of new college students from the source. The development trend and characteristics of college students' learning adaptability, which is expected to effectively avoid a series of adverse results caused by psychological reasons. Meanwhile, this study also compared the learning adaptability of freshmen and graduate students. According to data analysis, the results show that the overall adaptability of freshmen is good, and the learning adaptability of freshmen is better than that of freshmen.

Keywords: College freshmen learning adaptability; College freshmen; Graduate freshman adaptability

1 研究意义

大学阶段在个体一生的发展中具有非常重要的作用,是个体从青年期向成人期过渡和准备的时期,是从以学习为主到以工作头主的过渡和准备时期。个体对大学适应的好坏不仅影响其大学阶段的学习和生活,还会影响其成人后的工作和生活。有研究证明,在学习方面心理承受能力差的大学生毕业后工作压力的问题更加突出。大学生的学习适应性一直是研究者探讨的重点。在日渐“内卷”的时代,大学生的学习负担重、任务多。社会新闻中报道的因学业压力而抑郁的学生不在少数。探讨大学生的学习适应性的发展趋势与特点,有助于加强学生的心理素质教育,进而有效规避一系列因心理原因而导致的不良结果。同时,对于这一问题的科学研究,有助于国家对日渐严峻的大学生心理问题出台一系列的科学的政策,更有助于高校为提高大学生心理素质及适应性制定相应的课程和措施。

纵观目前国内外关于学习适应性方面的研究,从研究

内容来看,研究者主要围绕着大学生的城乡居住情况、外部环境与性别等方面进行了探讨并取得了一系列的成果。从研究方式来看,研究方式普遍采取的是问卷量表,其中方晓义、沃建中、蔺秀云学者编制的问卷采用率最高。从研究结果来看,大学生的学习适应性普遍偏低。

由于学习适应问题在入学之初表现得最为突出,同时鉴于过去的研究对大学生新生的学习适应进行系统分析的研究很少。因此本文旨在对大学生新生学习适应性的现状及影响大学生新生学习适应性的因素进行分析。

2 理论基础

适应是心理健康的标志之一。学会适应是每个人健康生活、获取成功的前提与基础。在皮亚杰看来,适应包括同化和顺应两个方面。同化是指主体将所遇到的外部信息直接纳入自己已有的认知结构的过程。顺应是指主体通过调节自己的认知结构,以使其与外界信息相适应的过程。适应即是通过丰富或发展主体的动作以适应客体变化的过程,故学习适应是指主体根据环境及学习的需要努力调整自我以达到与学习环境平衡的学习过程。学习是个体在生活中通过训练或实践而获得的由经验引起的相对持久的适应性心理变化。大学新生学习适应是指大一新生根据环

作者简介:何育曼(1998.9-),女,汉族,四川巴中人,硕士研究生在读,西安外国语大学研究生,研究方向:中小学英语教学。

境及学习的需要努力调整自我以达到与学习环境平衡的行为过程。它内容兼有主客观两方面包括学习动机、时间规划、自信心、学习方法、教学模式和学习环境。

3 研究方法

3.1 研究对象

由于学习适应问题在入学之初表现得最为突出,因此本研究的调查对象为西安外国语大学 2021 级大一新生和 2021 级研一新生。为保证问卷的回收率与有效率,施测人员为学生进行详细的问卷说明。本次研究采用方便取样的方式,共发放问卷 120 份,回收有效调查问卷 105 份。其中,大一新生 53 人,研一新生 52 人,男生 20 人,女生 85 人。综上所述,此次问卷调查具一定可靠性。

3.2 研究工具

采用统一的问卷量表进行调查。大学生学习适应性量表采用的是方晓义、沃建中和蔺秀云学者编制的中国大学生适应量表,该表有 60 个条目,分属于 7 个维度,分别为学习适应、人际关系适应、择业适应、情绪适应、自我适应、校园生活适应和满意度。采用 1(不同意)到 5(同意)5 级评分。得分越高,表示学生的适应性越好;得分越低,表示学生的适应性越差。总量表的内部一致性系数为 0.93,重测信度在 0.90 以上,有良好的信、效度。同时,本量表适合中国所有在校专科生、本科生和研究生使用,简单易测。

3.3 分析工具

本研究的数据采用了 SPSS For Windows 10.0 进行了分析。

3.4 结果与分析

本研究采用了方晓义、沃建中和蔺秀云学者编制的中国大学生适应量表,该表有 60 个条目,分属于 7 个维度,分别为学习适应、人际关系适应、择业适应、情绪适应、自我适应、校园生活适应和满意度。问卷中 4 题、9 题、24 题、28 题、30 题、34 题、40 题、44 题、47 题、49 题、59 题属于学习适应性维度。

3.4.1 大学生新生学习适应性的总体状态及分析

笔者利用了 SPSS 对 105 名学生对学习适应性维度中的 11 个题目的回答数据进行了单样本统计,题目数乘以中间值 3 得到检验值 33。由表 2 可知,大学生新生对这 11 个问题的回答平均值得分基本大于检验值 33,这说明大学新生对学习的适应性良好。现对上述现象进行分析:

本次研究中,笔者的研究地点为西安外国语大学。因该大学为语言类学校的原因,男生数量偏少,女生数量偏多,因此,此次收集的数据也是男女比例失衡,男少女多。

诸多研究表明,男女生在教学模式、学习态度环境因素上存在着极显著的差异,女生明显优于男生。本研究结果表明大学新生学习适应性较好原因可能为由于女生偏多。而且相对于男生,女生做事较认真细致、情绪较稳定、责任心较强及自觉性较高,这些特点可能会使女生更能适应学习的要求。其次,男生的学习压力、学习紧张和焦虑水平也高于女生。女生面对新环境和新的学习内容时可能会表现得更为冷静从容。最后,当前外语高校的教学模式更适合女生。目前外语高校的教学模式大部分仍然是以教师按部就班的系统讲授为主,而对学生讨论式的、参与式的和探究式的学习方式要求不高。考试内容也侧重系统知识的记忆和掌握,而对知识的具体运用与创造要求不高。然而男女大学生在学习方式上是存在明显差异的,在课堂笔记和尝试回忆的记忆方面女生好于男生,实际运用方面男生优于女生。因此,女大学新生在学习上容易取得较好的学业成就和学习适应性。

表 1 大学新生的学习适应性

单样本统计				
	个案数	平均值	标准偏差	标准误差平均值
学习适应	105	35.9714	3.63333	0.35458

单样本检验						
	检验值=33					
	t	自由度	Sig. (双尾)	平均值差值	差值 95% 置信区间	
					下限	上限
学习适应	8.380	104	.000	2.97143	2.2683	3.6746

3.4.2 大一新生与研一新生的学习适应性对比分析

在进行了大学生总体适应性的分析后,笔者采用了 SPSS 中的独立样本 T 检验对大一新生与研一新生适应性进行了对比分析。笔者发现研一新生在学习适应性方面的平均值要略高于大一新生。现对上述现象进行原因分析:

大一新生由于刚刚入校,对一切事物都充满好奇心,积极参加各种社团和学生活动,在学习上并没有投入太多精力。并且大一学生刚刚入校,大学课堂和高中课堂明显的差异与不同让他们在短时间内无法很好地适应。例如,大学中很多课都是公共课,许多班级合在一起上,老师没

有机会与每一位学生进行沟通,同学对老师不够了解。大一新生或许会感到迷茫和郁闷。因此,由于大一学生目前仍处在适应阶段,学习适应性相对差一些。

然而研一新生,无论是在学习方面还是在生活阅历方面,他们都比大一新生更加的成熟。研一新生在读研之前接受了长达四年的本科专业训练或者是社会工作的历练,思想较为成熟和缜密,受这一原因的影响他们在解决问题的时候能够从多方面看待问题,有利于新知识的进发。同时,他们能有效地将以前好的学习方法和思考问题的方式都用在现在的学习中,这些都助于提高研究生新生的学习适应性。

4 结论与建议

通过单样本统计笔者发现,大学生新生的学习适应性总体情况较好。本次研究中,因女生居多,男生偏少,且诸多研究表明,男女生在教学模式、学习态度环境因素上存在着极显著的差异,女生明显优于男生。所以,总体来说,大学生新生的学习适应性总体情况较好。此外,通过独立样本T检验笔者发现,研一新生的学习适应性比大一新生的学习适应性好。原因可能是大一新生正处在适应和探索阶段,他们重心放在了社团活动、社交活动方面,在学习方面还未花太多心思,因此学习适应性相对差一些。反观研一新生,他们对学习的目标已明确,而且他们在学习上已具备了坚实的知识基础,具备一定的学习能力,因此能够快速适应学习生活,融入学习环境。

以上研究结论表明,现阶段大学生新生的总体学习适应性状况呈现偏好趋势。但较研一新生而言,大一新生的学习适应性仍有待提高。现对这一问题提出一些建议,以便高校在提高大学新生的学习适应性方面起到积极合理的作用:

4.1 树立正确的学习态度,激发学习目标

学习态度具有促进学习的功能。学习态度表现在诸多方面,包括学生对上课的态度、对教师的态度、对学习成绩的态度等。学习态度对学习的过程和效果影响巨大,学习态度好的学生具备更强的克服学习困难的毅力,因此学生也会有较好的学习适应性。同时,学习目标的明确能使大学生养成规律的学习习惯,端正学习行为,进而间接影响学习效果,从而满足学生的学习需求。例如,学校可以组织一些跨年级学生的交流活动,使大一的学生和高年级的学生多交流,以此找到自己在学习方面乃至生活方面的

一些方向。

4.2 开展学习交流互动,鼓励学生表达

针对高校课程种类多、授课内容多、上课进度快等特点,高校应引导大学生及早调整自己的学习方式,优化自己的学习习惯,特别要做好课前预习和课后复习,并能在上课结束后当天消化布置的作业。据调查53%以上的同学不习惯当天作业当天完成,40%以上的同学等到要交作业时才突击完成。60%以上的同学大一期间没有通过面谈、邮件、手机、QQ、飞信等方式和授课老师交流过。此外,高校应在入学教育过程中安排一些有关学习方法的教育内容。例如,通过举办大学学习方法论讲座、邀请高年级同学做学习经验交流、组织课程学习讨论小组,开展学习传帮带互助活动等,使新生对大学教育的特点有所理解,这将会对他们尽快适应大学学习起到非常积极的作用。

参考文献:

- [1] 教育部<大学生心理健康测评系统>课题组,方晓义,沃建中,蔺秀云.<中国大学生适应量表>的编制[J].心理与行为研究,2005(02):95-101.
- [2] 陶沙.从生命全程发展观论大学生入学适应[J].北京师范大学学报(人文社会科学版),2000(02):81-87.
- [3] 葛明贵,余益兵.大学生学习适应性及其影响因素[J].安徽师范大学学报(人文社会科学版),2005(05):602-606.
- [4] 范敏.大学生适应性的调查研究[J].湖南师范大学教育科学学报,2012,11(03):125-128.
- [5] 王鹏,时勤,左衍涛,孙健.中学生适应性学习模型的发展研究[J].心理发展与教育,1996(04):14-17+55.
- [6] 白晋荣,刘桂文,郭雪梅.中学生学习适应性的研究[J].心理学动态,1997(02):61-64+39.
- [7] 聂晶.我国学习适应问题研究综述[J].北京教育学院学报,2006(01):38-41+84.
- [8] 王霞,范红霞.大学生学习适应性现状的调查研究[J].教育理论与实践,2009,29(27):62-64.
- [9] 葛明贵,余益兵.大学生学习适应性及其影响因素[J].安徽师范大学学报(人文社会科学版),2005(05):602-606.
- [10] 刘刚.浅谈大学新生的学习适应问题[J].教育教学论坛,2013(06):3-4.