

小学生自然缺失症及应对措施

黎殷涵, 马天羽

南通大学教育科学学院, 江苏 南通

收稿日期: 2023年3月13日; 录用日期: 2023年4月10日; 发布日期: 2023年4月17日

摘要

现代社会中, 小学生日益远离大自然, 以致于患上了“自然缺失症”。但事实上, 小学生接触自然对其身心健康和品德发展具有十分重要的意义, 是儿童成长过程中必需的。鉴于自然在小学生成长中的重要作用, 作为小学教师, 我们应当有所行动: 引导儿童与家长树立正确的观念并且掌握一定的安全防范技能; 基于城市地域特色积极开发以自然为主题的校本课程与主题活动, 避免儿童“久坐”的问题。

关键词

自然缺失症, 小学品德教育, 研学实践

Nature Deficit Disorder in Elementary School Students and Countermeasures

Yinhan Li, Tianyu Ma

School of Education Science, Nantong University, Nantong Jiangsu

Received: Mar. 13th, 2023; accepted: Apr. 10th, 2023; published: Apr. 17th, 2023

Abstract

In modern society, elementary school students are increasingly distant from nature, resulting in a “nature deficit disorder”. But the truth is that exposure to nature is essential to children’s physical, mental and moral development. Given the importance of nature in the growth of elementary school students, we as elementary school teachers should take action to guide children and parents to develop the right concepts and safety skills, and to actively develop nature-based curriculum and thematic activities based on the local characteristics of the city to avoid the problem of “sedentary” children.

Keywords

Nature Deficit Disorder, Elementary School Character Education, Study and Practice

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

自然缺失症(nature-deficit disorder)见称于美国畅销书作家、儿童教育家理查德·洛夫的《林间最后的小孩：拯救自然缺失症儿童》一书，指的是现代儿童与大自然割裂相处，从而导致的一系列成长问题。

[1]自然缺失症是一种现象，而并非一种医学的诊断结果，笔者则认为这更像是一种由于疏离自然而付出的代价，这些代价包括缺乏自然常识，甚至是更高的身心疾病发病率等。但这也为我们提供了一个全新的视角去审视小学生与自然的关系，那么，究竟为什么现代小学生越来越少去接触自然了呢？

2. 自然缺失症产生的原因

2.1. 家长教育焦虑导致学生对大自然的恐惧

经过定期的观察，笔者发现，有些家长阻止孩子接触自然，问及理由，不外乎“脏”、“危险”，这是一种典型的家长焦虑情况。家长教育焦虑是指家长对其子女教育问题产生过度担忧的情绪状态，是一种状态焦虑。[2]他们不断在脑海中列出孩子在大自然中可能遇到的危险，并假定它一定会发生，因此制止孩子所有亲近自然的行为，以此确保他们的安全。这就使得孩子即使有接触大自然的机会，也会因为家长的担心而选择不外出，而这种不接触，导致孩子对大自然完全不了解，正是由于不了解，导致了小学生对未知事物的恐惧，变得越来越不愿意接触大自然，这是一个恶性循环。

2.2. 学业和电子产品占据过多时间

即使国家实行了“双减”政策，为小学生减轻了作业负担和课外培训的负担，但中国现行教育模式仍然是以应试教育为主的制式教育。

何为应试？“应试”，即应付教育与社会生活中各种必要的考试。这也就意味着中国教育的模式并没有改变，还是要考试。据团中央 2021 年 9 月份的数据调查显示，在 50 万的中小學生父母样本中，有 72.7% 的家长认为“双减”政策后其教育焦虑有所减轻。但是，在同一时期，也有很多小学生家长反馈称其压力有所增加，较“双减”政策之前变得更为焦虑了。[3]

在这种情况下，陷入“内卷”、“鸡娃”的家长们，很难跳出以往的思维方式，也很难在短时间内适应新的教学方式。而在小学阶段，孩子们会把更多的时间和精力放在学习上，类似地，父母们也会把更多的注意力放在孩子的学习上。目前，很多父母都相信，子女的学习成绩与将来的发展及成绩息息相关，因此他们面对很大的教育压力。于是他们还是不断给孩子“加码”，不断压缩小学生的休息时间，只为求得更好成绩，这也导致小学生根本没有时间去亲近大自然。

其次，由于电子科技的不断发展，涌现出手机、电脑、平板等多种多样的电子产品。相较于亲近自然，小学生更倾向于将压缩又压缩的课余时间交给手机等电子产品，动画片和游戏成了他们的最爱。

2.3. 城市化的进程的加快挤压小学生可接触自然的空间

社会的发展, 例如城市化与城镇化对土地的负面影响, 日益挤压了小学生可以活动的自然空间。随着城市化的进程不断加快, 一片片村落搬迁, 一块块土地被征用以建起高楼大厦, 自然的土地越来越狭窄。小学生只能在人造的“草皮”和“田园”中感受虚拟的大自然, 并不能对大自然的特性有一个正确的认识, 长此以往, 会失去探索大自然的兴趣。[4]

3. 儿童接触自然的意义

小学生的自然缺失症值得我们的关注, 因为接触自然对小学生具有十分重要的意义。首先, 接触自然可以促进小学生的身心健康, 大自然对孩子的治疗作用是最好的, 就好像我们这些成年人, 在紧张的情况下, 都会想要出去走走, 让自己的身体得到休息。如果一个孩子在很长一段时间里无法得到发泄, 他的性格就会被压抑, 注意力、社交等各种能力的发展也会被抑制, 从而导致他的性格变得烦躁、低落, 这对他的身体和心理都是有害的。但是, 在这种情况下, 如果能够让孩子从单调、乏味的学习生活中解脱出来, 让他们置身于自然之中, 去享受阳光的沐浴, 去闻青草的清香, 去感受动物的友善, 这样可以让他们的身心都得到很好的放松, 消除他们的消极情绪, 从而让他们的成长变得更快乐。同时, 大自然是小学生的最好教师, 他们可以通过大自然来经历“生命”与“死亡”这些重大的问题, 并且可以通过亲近大自然来理解生活中的常识, 这比那些冰冷冰冰的书籍要直观的多。

4. 儿童自然缺失症的应对措施

既然接触自然对小学生有如此重要的意义, 那么作为小学教师, 我们就必须有所行动, 以下是几点建议。

4.1. 引导儿童与家长树立正确的观念并且掌握一定的安全防范技能

要让小学生肯在如此繁重的学业下肯挤出时间去接触自然, 那么首先就让他们知道, 接触自然对他们的成长具有十分重要的意义, 是不可缺少的, 以此引导小学生树立正确的自然观。其次, 教师可以在课堂教学中让学生了解到电子科技产品也有其弊端, 使用久了也会对人造成不利的影响, 使学生更理性对待这些产品。例如抽出一节班会课请同学们结合实际谈谈电子产品的危害, 这样会使学生印象更加深刻, 远比仅仅给小学生直接灌输“电子产品有害”这一概念有用。再者, 不只是小学生要形成正确的自然观, 父母形成正确的自然观和教育观也十分重要, 教师也要定期给家长开班会, 告诉家长儿童亲近自然并非是浪费时间, 也不会对分数造成大的影响, 正确亲近自然更不会对孩子造成危害, 反而对小学生品格形成和身心健康十分重要。

此外, 虽然自然界中的确有危险, 但是危险与危害不能相提并论, 危险是一种潜在的伤害状态, 而伤害却是已经发生了的危险。因此, 要正确地指导小学生正确认识自然界中的危险与危害。在教导小学生对危险有正确认识的同时, 也要教会他们适当的安全技巧, 以保障安全, 减轻家长及老师的忧虑。出于对小学生的担忧, 我们常常过分地去保护孩子, 从而使孩子的自卫能力下降。[4]事实上, 在大自然中玩耍, 不但能提高孩子的自信, 也能提高孩子对周围环境的认识。因此, 如果我们能够让孩子们在大自然中尽情的嬉戏, 孩子们的生活幸福将会变得更有保障。

4.2. 基于城市地域特色积极开发以自然为主题的研学旅行

但是, 我们必须牢记: “纸上得来终觉浅, 绝知此事要躬行。”光让孩子学习理论知识是不够的, 还要让他们真正走进大自然, 去接触大自然。2017年9月25日, 教育部印发了《中小学生学习综合实践活

动课程指导纲要》，强调了实践育人的价值。而综合实践活动是国家义务教育和普通高中课程方案规定的必修课程，与学科课程并列设置，是基础教育课程体系的重要组成部分。同时，《纲要》把研学旅行纳入综合实践课程的“考察探究”领域，由此可见实践的重要性。因此，教师可以积极设计以自然为主题的研学旅行，小学生身处丰富多彩的大自然中，能够进行直观的感知和体验，从而得到许多在学校里无法体会到的知识，例如直接感知每个季节气温的变化，而非单单从书本中获得。在与自然的互动过程中，他们会产生敬畏自然、尊重自然、顺应自然、保护自然的意识。在这段时间里，老师们可以带领学生们去做一些独立的思考，让他们做出一些自己的判断，或者引导小学生去做一些调查，从而让他们学会如何去保护并改进周围的自然环境。因此，他们也会用自己的实际行动去感恩，去回馈自然。

同时，在设计研学旅行时，我们也可以结合地域特色，做到“因地制宜”，将自然教育生活化。例如可以将研学旅行的目的地设在当地特有的湿地、沙滩、保护区等地，结合地域特色与地域文化对小学生进行教育。由于是从小长大的地方，这些地方对于小学生来说比较熟悉，联系比较容易，后续教育难度也较小。[5]

小学生的感觉能力会受到现代生活的制约，而大自然却能充分发挥他们的感觉能力。要明白，感觉是小学生自我防御的首要防线。当小学生与大自然有了更多的联系，他们就可以更直观地看见这个世界。由于这种联系，他们也许会开发出更多的心智能力，而这种心智能力可以让他们察觉到真实的危险，获得常识，也可以锻炼他们的体质，提高他们的身体协调能力，还可以提高他们的抵抗力。

小学生的课堂应该是天地，而不仅仅局限于书本。引导小学生将大自然当成老师，在自然环境中自由自在地成长，而非坐在教室里整日刷题。让小学生走出分数，走出电子产品，走出焦虑，走出高楼大厦，去寻找花鸟鱼虫，去寻找美好的未来，这需要我们的共同努力。

参考文献

- [1] 范燕燕, 章乐. 儿童的自然缺失症及其教育对策[J]. 教育科学研究, 2018(5): 67-71.
- [2] 杨俊岭. 小学家长教育焦虑的心理成因与调节[J]. 成才之路, 2022(27): 48-50.
- [3] 张徐生. 当教育远离大自然——“自然缺失症”的成因、危害与对策[J]. 福建教育, 2020(37): 21-23.
- [4] 付文中. 儿童自然缺失症的现状及成因——基于河南省X市的实证分析[J]. 陕西学前师范学院学报, 2020, 36(5): 20-25.
- [5] 张星晨, 马军山. 浅析可食景观对自然缺失症儿童的助益研究[J]. 现代园艺, 2021, 44(1): 111-113.
<https://doi.org/10.14051/j.cnki.xdyy.2021.01.043>