

The Influence Factors of High School Students' Learning Well-Being and Their Educational Suggestions

Zhenzhu Wu

The Education Examinations Authority of Guangdong Province, Guangzhou Guangdong
Email: 58239962@qq.com

Received: May 31st, 2017; accepted: Jun. 18th, 2017; published: Jun. 21st, 2017

Abstract

Through the questionnaire survey on the learning well-being of high school students in Guangdong, it is found that the learning well-being of high school students involves some influencing factors, such as learning interest, academic record, learning motivation, family education, learning willpower, learning pressure, learning atmosphere, teaching methods, relationship between students, learning expectation. Among these influencing factors, learning interest is the most influential. To enhance learning well-being level, the paper suggests fully stimulating learning interest, enhancing academic record, cultivating positive learning motivation, providing good family education, strengthening learning willpower, releasing too much learning pressure, creating good learning atmosphere, using scientific teaching methods, establishing harmonious relationship between students and giving moderate learning expectations.

Keywords

High School Student, Learning Well-Being, Influence Factor

高中生学习幸福感的影响因素及其教育建议

吴珍珠

广东省教育考试院, 广东 广州
Email: 58239962@qq.com

收稿日期: 2017年5月31日; 录用日期: 2017年6月18日; 发布日期: 2017年6月21日

摘要

为探索提升学生学习幸福感的有效途径, 在广东高中生群体中, 进行有关学习幸福感的问卷调查研究,

结果表明：学习兴趣、学习成绩、学习动机、家庭教育、学习意志力、学习压力、学习氛围、教学方式、同学关系、学习期望是高中生学习幸福感的影响因素，其中学习兴趣的影响力最大。建议充分激发学习兴趣，努力提升学习成绩，培养积极的学习动机，提供良好的家庭教育，磨练坚定的学习意志力，释放过大的学习压力，营造良好的学习氛围，采用科学的教学方式，建立和睦的人际关系，赋予适度的学习期望，以提高学习幸福感。

关键词

高中生，学习幸福感，影响因素

Copyright © 2017 by author and Hans Publishers Inc.

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

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



Open Access

1. 引言

正如费尔巴哈认为：一切的追求，至少一切健全的追求，都是对于幸福的追求。幸福是人类始终追求的美好生活境界，是社会关注的热点话题，也是教育的真谛和归宿。学习是学生成长过程中进行的主要活动，是社会、家庭及学生本人非常关注的事件。随着主观幸福感研究的深入，一些研究者将幸福感研究领域拓展为学习幸福感的研究。

学习幸福感是学校效能和学生发展的重要指标。对学习幸福感影响因素的研究显示，学习成绩(袁章奎，何凤英，2010；张华，2014)、学习动机(周凌云，2011；陈洪岩，2007)、学习自制力(陈洪岩，2007)、学习压力(魏群，杨学军，李英华，等，2008；蔡杰，董圣鸿，周骏，等，2013)、学习氛围(蒋华香，2007)、家庭(陈洪岩，2007；马琼，郑玉梅，陈艳，2014)、人际关系(陈洪岩，2007；沈莉，向燕辉，沃建中，2010)、教师期望(张华，2014)等影响着学生的学习幸福感。为开展学校心理健康教育、提升学生幸福感水平提供实证性支持，我们以高中生为研究对象，进行有关学习幸福感影响因素的调查研究。

2. 方法

2.1. 调查对象

以高中生为调查对象。其中，男生 223 人，女生 343 人；农村学生 282 人，城市学生 281 人；高一学生 180 人，高二学生 180 人，高三学生 230 人。

2.2. 调查问卷

调查问卷由笔者自编，分为两部分：(1) 基本情况调查：包括性别、城乡生源、所在年级等问题；(2) 学习幸福感的调查：包括学习幸福感现状以及影响学习幸福感的因素等问题。问卷由班主任分发和回收，回卷共 570 份，根据答卷的完整性和逻辑性，确认有效回卷共 566 份，有效回收率为 99.3%。调查问卷的内部一致性系数为 0.78。

2.3. 研究方法

采用随机取样的方法，在广东省两所高中学校各年级分别抽取 2 个班进行问卷调查。关于学习幸福感由弱到强共 1~5 级计分，分值越高代表学习幸福感越强。所有数据用 Excel2007 统计软件录入，用 SPSS18.0 统计软件分析。

3. 结果

3.1. 高中生学习幸福感的整体水平

从表 1 可知, 高中生学习幸福感整体平均得分(3.16)高于中间值(2.5), 表明高中生学习幸福感的整体水平处于中等偏上。

3.2. 高中生学习幸福感的影响因素

对于“你认为对学习幸福影响大的有哪些? 请按影响大小从大到小依次列出所选选项(可选多项)”这个问题, 按照各选项所选人数所占总人数比值大小排序依次是“B 学习兴趣”(79.7%)、“C 学习成绩”(76.5%)、“A 学习动机”(69.3%)、“G 学习气氛”(67.5%)、“F 学习意志力”(66.3%)、“J 教学方式”(62.7%)、“E 学习压力”(62.5%)、“H 同学关系”(60.8%)、“I 家庭教育”(57.2%)、“D 学习期望”(56.0%), 以上选项的比例均超过总人数的 55%, 说明这些因素对高中生学习幸福都有影响。此外还有 5.5%的选了“K 其他”选项。

按照以上各选项对学习幸福感影响大小从大到小依次排序时, 将选项排在第一位的人数最多的选项也是“B 学习兴趣”(占总人数的 32.9%); 随后依次是“C 学习成绩”(18.6%)、“A 学习动机”(12.0%)、“I 家庭教育”(7.1%)、“F 学习意志力”(6.2%)、“E 学习压力”(4.8%)、“G 学习气氛”(3.7%)、“J 教学方式”(3.7%)、“H 同学关系”(2.1%)、“D 学习期望”(1.9%)。

4. 建议

本研究显示, 虽然高中生学习幸福感整体水平处于中等偏上, 但认为学习比较痛苦和很痛苦的比例也较高, 超过了 20%, 值得我们对高中教育和心理教育深思。从本文结果来看, 提高学习幸福感, 可从以下几方面着手。

4.1. 充分激发学习兴趣

正如孔子曾说“知之者不如好之者, 好之者不如乐之者”, 爱因斯坦曾说“兴趣是最好的老师”; 托尔斯泰曾说“成功的教学, 所需的不是强制, 而是激发学生学习的兴趣”, 兴趣是提高学生学习的内动力。学生有了兴趣才会有求知的欲望, 积极思考努力探索, 才能在学习中体验到更多的幸福。

4.2. 努力提升学习成绩

赵淑媛等(赵淑媛, 蔡太生, 曾祥志, 等, 2011)研究表明, 不同学业成绩的高中生主观幸福感存在显著差异, 高分组的学生体验到的主观幸福感水平最高。尽管学习成绩的好坏, 不能完全代表一个人的能力, 但的确影响到学习的幸福体验。提高学习幸福感, 提升学习成绩是必经之途。

4.3. 培养积极的学习动机

如周凌云(周凌云, 2011)研究显示, 适当的学习动机才有利于提高学生的主观幸福感, 如果学习动机

Table 1. Findings on the question “do you study happiness?” (n = 566)

表 1. 关于问题“你学习幸福吗”的调查结果(n = 566)

问题一	各选项的所选人数比例(%)					平均得分	标准差
	1 很痛苦	2 比较痛苦	3 一般	4 比较幸福	5 很幸福		
你学习幸福吗?	6.5%	13.8%	44.0%	28.1%	7.6%	3.16	0.98

过弱，主观幸福感随之而降低，如果学习动机过强，反而引起紧张和焦虑，降低学习效率和自信心，要提高学习幸福感，应激励学生形成积极的学习动机。

4.4. 提供良好的家庭教育

笔者(Zhenzhu Wu, 2014)曾指出，家庭是中学生幸福感的最重要因素。马琼等(马琼，郑玉梅，陈艳，2014)研究表明，家庭满意度是影响城镇小学生主观幸福感的第一位因素，家庭不仅直接影响学习幸福感，还通过影响学习动机来影响学习幸福感。家长多为孩子提供优质的家庭教育环境，学生才有机会拥有更多的学习幸福感。

4.5. 磨练坚定的学习意志力

石雨等(石雨，张艳红，刘莉，汤祖军，2016)将意志力作为5个子维度之一，与情感力、德行力、抗挫力、认知力共同构建成青少年的幸福力模型。笔者(吴珍珠，2014)曾指出，增强学生的学习意志力，是提升他们自身学习幸福感的重要途径。

4.6. 释放过大的学习压力

袁章奎等(袁章奎，何凤英，2010)研究显示，学业压力是影响高中生主观幸福感的最主要因素。蔡杰等(蔡杰，董圣鸿，周骏，等，2013)研究表明，学习压力与幸福感呈现显著负相关，学习压力可直接影响幸福感，也可通过焦虑来间接影响幸福感。

4.7. 营造良好的学习氛围

蒋华香(蒋华香，2007)研究表明，学校氛围与高中生的学习幸福感存在显著的相关性。郭金丽(郭金丽，2013)实践探索总结出幸福课堂三步曲：在琅琅读书中体验幸福、在自主学习时追求幸福、在和谐氛围中感受幸福。提高学习幸福感，需关注和改进家庭、学校、班级中的学习氛围。

4.8. 采用科学的教学方式

高中新课程改革的重要目的在于通过促进人的自身完善，使人的幸福最大化地实现。因此，创新科学教学方式，提高教学的有效性，有利于调动学生的学习主动性，激发学生的学习兴趣，减轻学生的过重负担，让学生在课堂中快乐学习，在学习中感受知识的乐趣。

4.9. 建立和睦的人际关系

吴超(吴超，2008)研究显示，中学生人际关系及其各因子对主观幸福感有显著影响。沈莉等(2010)研究显示，与同伴关系、与老师关系、与父母关系都能显著预测高中生的主观幸福感，高中生的人际关系越好，主观幸福感越强。

4.10. 赋予适度的学习期望

美国著名心理学家罗森塔尔和雅格布森曾验证并提出了“罗森塔尔效应”或“期待效应”，即赞美、信任和期待具有一种能量，能改变学生的行为，使人变得自信、自尊，获得一种积极向上的动力，并尽力达到期待。但“期望”作为一种非智力因素的运用，在情绪、情感的范畴里却有一个边际的存在，对学生的期望值并不是越高越好，期望在赋予学生动力的同时，也会形成一种压力，过度的期待会适得其反。

参考文献 (References)

蔡杰，董圣鸿，周骏，等(2013). 高中生学习压力对幸福感的影响——焦虑的中介作用. *乐山师范学院学报*, 28(5).

122-124.

- 陈洪岩(2007). 中学生学习主观幸福感及其影响因素研究. 硕士学位论文, 南京师范大学, 南京.
- 郭金丽(2013). 幸福课堂三步曲. *金田*, (5), 166.
- 蒋华香(2012). 人格特征、家庭教养方式及学校氛围对高中生学习幸福感的影响. 硕士学位论文, 首都师范大学, 北京.
- 马琼, 郑玉梅, 陈艳(2014). 苏北地区城镇中高年级小学生学习动机与主观幸福感的关系研究——以宿迁市为例. *齐齐哈尔师范高等专科学校学报*, (1), 13-16.
- 沈莉, 向燕辉, 沃建中(2010). 高中生主观幸福感与自我控制、人际交往及心理健康关系. *中国健康心理学杂志*, 18(7), 837-841.
- 石雨, 张艳红, 刘莉, 汤祖军(2016). 青少年幸福力模型建构及问卷编制. *中国健康心理学杂志*, 24(9), 1337-1341.
- 魏群, 杨学军, 李英华, 等(2008). 北京市高中生主观幸福感及其影响因素分析. *中国学校卫生*, 29(2), 132-134.
- 吴超(2008). 中学生人际关系与主观幸福感的相关性研究. 硕士学位论文, 西南大学, 重庆.
- 吴珍珠(2014). 关于高中生学习幸福感的调查. *心理学进展*, 4(3), 485-489.
- 袁章奎, 何凤英(2010). 高中生主观幸福感的现状及其教育建议——来自贵阳市 332 名高中生的调查报告. *教育测量与评价: 理论版*, (7), 42-45.
- 张华(2014). 高中生教师期望知觉、学习动机、学习成绩和实现幸福感的关系. *现代中小学教育*, 30(9), 59-64.
- 赵淑媛, 蔡太生, 曾祥志, 等(2011). 高中生主观幸福感的特点及其与学业成绩的关系. *中国临床心理学杂志*, 19(1), 128-129.
- 周凌云(2011). 高中生主观幸福感与学习动机的调查研究. 硕士学位论文, 苏州大学, 苏州.
- Wu, Z. Z. (2014). Family Is the Most Influential Factor on Happiness in High School Students. *Health*, 6, 336-341.
<https://doi.org/10.4236/health.2014.65049>

期刊投稿者将享受如下服务:

1. 投稿前咨询服务 (QQ、微信、邮箱皆可)
2. 为您匹配最合适的期刊
3. 24 小时以内解答您的所有疑问
4. 友好的在线投稿界面
5. 专业的同行评审
6. 知网检索
7. 全网络覆盖式推广您的研究

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ap@hanspub.org