

Survey and Comparative Study on Academic Burden of Students in Guangdong-Hong Kong-Macao Greater Bay Area in Compulsory Education

Wei Lin¹ Dan Ai² Wei Wang^{3*}

1. Guangdong Second Normal University, Guangzhou, Guangdong, 510303, China

2. South China Normal University, Guangzhou, Guangdong, 510631, China

3. Harbin Institute of Technology (Shenzhen) Experimental School, Shenzhen, Guangdong, 518000, China

Abstract

As an economically developed region in China, the Guangdong-Hong Kong-Macao Greater Bay Area exhibits unique geographical characteristics in academic pressure among compulsory education students. Based on the Control-Value Theory, this study employed an adapted Academic Stress Questionnaire to investigate 475 students in the Greater Bay Area, systematically examining grade-level, gender, and socioeconomic status differences in academic stress. Results revealed: (1) Among students across different grades, middle school students showed significantly higher physiological stress than elementary school students, while elementary school students exhibited significantly greater psychological stress than middle school students, with no significant differences in social stress; (2) Among students of different genders, females demonstrated significantly higher stress levels across physiological, psychological, and social dimensions compared to males; (3) Among students from cities with varying socioeconomic statuses, those from lower socioeconomic cities showed significantly higher psychological stress than those from higher socioeconomic cities, with no significant differences in physiological or social stress. The study recommends focusing on grade-level and gender disparities, strengthening psychological support for female students and those from lower socioeconomic backgrounds, optimizing regional educational resource allocation, effectively reducing academic pressure, and promoting students' physical and mental health development.

Keywords

academic stress; Guangdong-Hong Kong-Macao Greater Bay Area; compulsory education; control-value theory; gender differences; socioeconomic status

义务教育阶段粤港澳大湾区学生学业负担的调查及对比研究

林炜¹ 艾丹² 王伟^{3*}

1. 广东第二师范学院, 中国·广东广州 510303

2. 华南师范大学, 中国·广东广州 510631

3. 哈尔滨工业大学(深圳)实验学校, 中国·广东深圳 518000

摘要

粤港澳大湾区作为我国经济发达区域,其义务教育阶段学生面临的学业压力具有独特的地域特征。本研究基于控制-价值理论,采用调适的学业压力问卷,对粤港澳大湾区475名义务教育阶段学生进行调查,系统考察学生学业压力在年级、性别及社经地位上的差异。结果表明:(1)不同年级学生中,中学生生理压力显著高于小学生,小学生心理压力显著高于中学生,社会压力无显著差异;(2)不同性别学生中,女生在生理、心理、社会三个维度上的压力均显著高于男生;(3)不同社经地位城市学生中,低社经城市学生心理压力显著高于高社经城市学生,生理压力与社会压力无显著差异。研究建议,应关注学段与性别差异,加强对女生及低社经地位学生的心理支持,优化区域教育资源配置,切实减轻学生学业压力,促进学生身心健康发展。

关键词

学业压力;粤港澳大湾区;义务教育;控制-价值理论;性别差异;社经地位

1 问题的提出

近年来,教育部相关调研表明,义务教育阶段学生普遍面临较大学业压力,大量机械、重复、低效的作业使学生身心俱疲。部分情绪调节能力较弱的学生因此逐渐丧失学习兴趣,甚至产生厌学情绪。在此背景下,2021年7月,国

务院办公厅印发《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》(简称“双减”),明确提出“坚持以学生为本,关注学生健康成长,保障休息权利,提升学校教育教学质量”,“切实缓解家长与学生焦虑情绪,促进学生全面发展”,“严格控制作业总量与时长,减轻学生过

重作业负担”。“双减”政策的出台,旨在减轻学生课业负担,倡导积极的学习情绪,营造宽松、支持的教育氛围。与此同时,《义务教育课程标准(2022年版)》强调学习应是一个主动建构的过程,倡导学生在学科学习中体会审美价值,激发好奇心与想象力,培养创新意识。素质教育亦高度关注学生情绪健康与情绪管理能力的培养。

随着时代发展,义务教育阶段学生的学习方式与学习情绪正发生深刻变化。21世纪是互联网与教育深度融合的时代,信息技术被广泛运用于拓展和优化教学过程。在此背景下,部分适应能力较强的学生能够借助信息技术提升学习效能,而一些习惯传统教学模式的学生则难以完全适应,产生焦虑情绪,进而影响学业表现。尤其在新冠疫情期间,中小学生学习秩序发生剧变,线下课堂转向远程教学,带来了适应困难与负面情绪。研究表明,与线下教学相比,学生在远程学习期间的抑郁、焦虑和压力水平显著更高。

粤港澳大湾区作为我国经济与文化最具活力的区域之一,其义务教育发展水平备受关注。该区域教育资源丰富,信息化程度较高,家庭教育投入普遍较大,学生面临的学业竞争亦更为激烈。受区域文化、家庭教育观念及社会期待等多重因素影响,大湾区中小学生在义务教育阶段普遍承受较大的学业压力。一方面,优质教育资源的集中加剧了升学竞争,学生在校内外承受双重压力;另一方面,家长对子女学业成就的较高期待,也在一定程度上加重了学生的心理负担。与此同时,数字化教育的快速推进,使得该区域学生的学习方式正在经历深刻转型,部分学生在适应新型教学模式过程中出现情绪波动,甚至产生焦虑、抵触等负面情绪。

可见,学业压力已成为影响粤港澳大湾区义务教育阶段学生身心健康与学习质量的重要因素。深入探讨该区域学生学业压力的现状、成因及影响,对于落实“双减”政策精神、推进素质教育改革、促进学生全面发展具有重要的现实意义。

【课题项目】广东省哲学社会科学规划2022年度一般项目《义务教育阶段大湾区学生学业负担的现状及其生态机制研究》(项目编号:GD22CJY16);教育部人文社会科学青年项目:“双减”背景下我国中小学生数学学业情绪的影响机制及长效干预研究(项目编号:22YJC880040);广东第二师范学院2024年度校级科研创新团队资助项目(项目编号:2024KYCXTD007)。

【作者简介】林炜(1983-),女,中国福建福州人,博士,副教授,从事数学教育,学业情绪,跨学科教学研究。

【通讯作者】王伟(1983-),男,中国陕西人,硕士,副教授,从事数学教育、教育政策、教育信息化研究。

2 基于“控制-价值理论”(Control-Value theory)的学业压力基本理论

控制-价值理论主要描述了两组与学业压力有关的评价机制:第一,个体的认知是与成就有关的行为及结果的控制(如对使个体走向成功/失败的持续学习的期待/阻碍);第二,个体的认知是与这些行为和结果的价值判断有关(如认识到成功/失败的重要性)。其中,个体控制指的是个体通过对所察觉到的相关影响中介进行干预,从而改变自身的行为和结果(Skinner,1996);而个人价值则是个体所意识到的行为与结果的价值。凡是与个人学习成就状况、成就行为与成就结果相关的因素如期望、贡献等对个体控制都起着重要的作用。但是个体期望与个人价值的影响方向有所区别,期望具有认知前瞻性,与未来影响有关;而个人价值则具有认知回顾性,与已有影响有关。

在控制-价值理论中,强调事件前瞻及成就情绪的期许是结果期望和结果价值的重要功能。对于不同的情绪类型而言,期望和价值具有不同的类别。如“喜悦期许”,指的是当个体的内在控制使其具有较高的成功期望,并最终得以成功时容易激发的情绪;而“释然期许”指的是个体没有发生害怕发生的失败时激发的情绪等。再如“希望”指的是个体内在控制较弱时,对成功的期许就表现为“希望”情绪;反之,当个体无法获得成功或无法避免失败时,就会产生“无望”的情绪。因此,在控制-价值理论下,个体消极学业压力的发生与价值、期望都有关系,并体现在图1的流程中。

3 研究设计及过程

3.1 研究对象

为了解粤港澳大湾区义务教育阶段学生整体的学业压力情况,本研究采用整群目的性抽样法,选择粤港澳大湾区的社经地位高的城市群H市(如深港澳)及社经地位低的城市群L市(如惠州江门等)的义务教育阶段公立学校学生475名为被试进行问卷调查,其中,H市抽取共计134名学生(占28.2%),L市抽取共计341名学生(占71.8%),共获得有效问卷475份。具体样本构成如下:性别方面,男生259人(占54.5%),女生216人(占45.5%);年级方面,小学生226人(占47.6%),中学生249人(占52.4%)。以上分布反映了调查样本的基本特征,为后续分析提供了基础数据。

3.2 研究工具

基于控制-价值理论,本研究将Sung和Chao编制的压力问卷调适改编为适用于调查义务教育阶段学生学业压力的调查问卷,旨在系统评估青少年在日常学习过程中所感知的多维压力水平。改编后的问卷共包含27个题项,涵盖三个核心维度:第一个维度为生理控制维度,主要测量个体在学习情境下所出现的躯体不适与自主神经反应,具体题项涉及“在学习任务繁重时感到身体不适”、“面对大量作业时会

感到心跳加快”、“临近考试或交作业期限时身体感到紧张或颤抖”等生理性焦虑表现；第二个维度为价值认知与行为反应维度，聚焦于个体对学习表现的过度担忧、强迫性学习行为及对付出与回报匹配度的负面认知，代表性题项包括“我会因为学习上的表现与投入的努力不匹配而感到非常沮丧”、“即使已经完成学习任务，我仍然担心自己掌握得不够好”、“学习时我总是反复检查笔记和资料，难以停止”等；第三个维度为感知社会期望与社会比较维度，主要评估

来自父母、教师及同伴在学业方面的社会压力，特别是在成绩期待和社会比较过程中引发的情绪困扰，典型题项如“我父母对我学习成绩的期望让我感到困扰”、“我担心我的学习表现不如班上其他同学”、“老师对我的学业要求让我感到压力很大”等。问卷采用 Likert 5 点计分方式，从 1 分“很不符合”到 5 分“很符合”，各维度得分越高表示学生在对应层面所承受的学业压力越大。

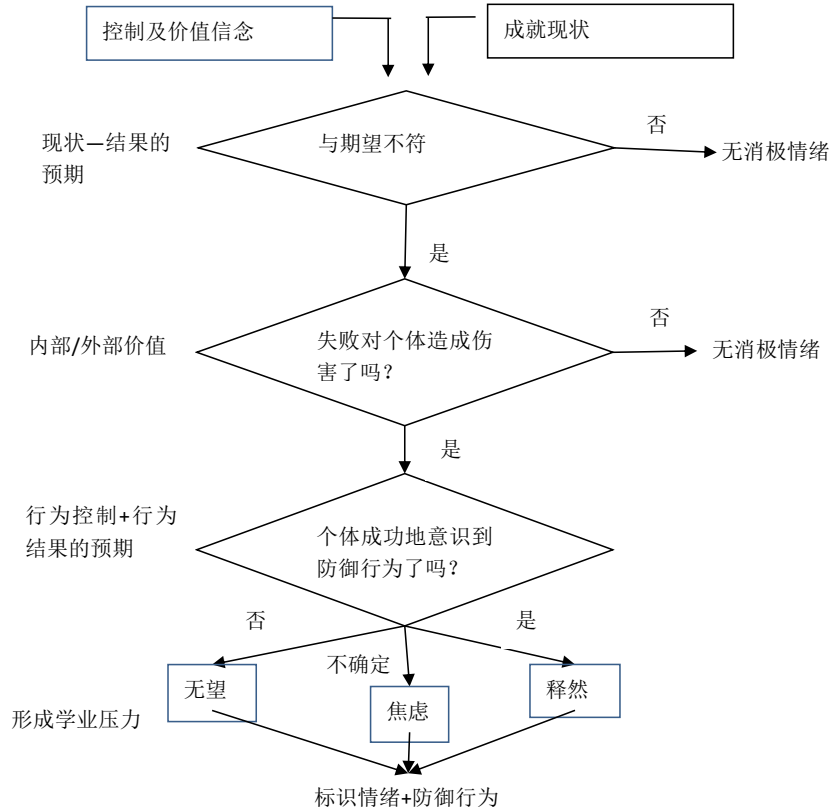


图 1 控制评估、价值评估及学业压力的发生次序图 (Pekrun,2006)

4 结果与分析

4.1 大湾区义务教育阶段中小学生的学业压力差异

表 1 中小学生学习压力对比检验

维度	年级	均值	标准差	t 值
生理压力	小学	2.3310	.93586	-2.198
	中学	2.5486	1.21463	
心理压力	小学	3.1504	.92933	2.595
	中学	2.9212	.99019	
社会压力	小学	3.0256	.92228	.120
	中学	3.0147	1.04200	

调查结果显示，不同年级学生在学业压力各维度上呈现不同特点。在生理压力维度上，中学阶段学生 (M=2.55, SD=1.21) 的得分高于小学阶段学生 (M=2.33, SD=0.94)，t 值为 -2.198，表明中学生面临的生理性压力反应更为明显，如因学业任务繁重而产生的身体不适感更

为突出。在心理压力维度上，小学阶段学生 (M=3.15, SD=0.93) 的得分显著高于中学阶段学生 (M=2.92, SD=0.99)，t 值为 2.595，这一结果值得关注，提示小学生在学习过程中可能更易产生认知层面的担忧、强迫性学习行为及对学习表现的过度焦虑。在社会压力维度上，小学与中学阶段学生得分较为接近 (小学 M=3.03, SD=0.92；中学 M=3.01, SD=1.04)，t 值为 0.120，未呈现显著差异，表明来自父母、教师及同伴的社会期望压力在两个学段均处于较高水平。

4.2 大湾区义务教育阶段不同性别学生的学业压力差异

从性别差异来看，大湾区女生在各维度的学业压力得分普遍高于男生，且差异均达到显著水平。在生理压力维度上，女生 (M=2.59, SD=1.09) 的得分显著高于男生 (M=2.33, SD=1.09)，t 值为 -2.579，说明女生在面对学

业任务时更易出现躯体不适反应。在心理压力维度上,女生(M=3.19, SD=0.95)的得分同样显著高于男生(M=2.90, SD=0.96), t 值为 -3.255, 反映出女生在学习过程中更容易产生对学习表现的过度担忧、自我怀疑等负面认知情绪。在社会压力维度上,女生(M=3.12, SD=0.96)的得分也显著高于男生(M=2.94, SD=1.00), t 值为 -1.972, 表明女生对来自父母、教师及同伴的学业期望与社会比较更为敏感, 感知到的外部压力更大。

表 2 男女生学业压力对比检验

维度	性别	均值	标准差	t 值
生理压力	男	2.3274	1.08795	-2.579
	女	2.5861	1.08969	
心理压力	男	2.8996	.96269	-3.255
	女	3.1869	.95205	
社会压力	男	2.9387	1.00096	-1.972
	女	3.1173	.96065	

4.3 大湾区义务教育阶段不同社经地位城市学生的学业压力差异

表 3 不同城市学生学业压力对比检验

维度	城市	均值	标准差	t 值
生理压力	高社经城市	2.3261	1.21865	-1.387
	低社经城市	2.4918	1.04092	
心理压力	高社经城市	2.7593	.93386	-3.882
	低社经城市	3.1367	.96103	
社会压力	高社经城市	2.9486	1.01950	-.988
	低社经城市	3.0479	.97238	

在高低社经水平城市群学生的比较中, 调查数据显示低社经城市学生在各维度的学业压力得分均高于高社经城市学生, 尤其在心理压力维度上差异最为显著。在生理压力维度上, 低社经城市学生(M=2.49, SD=1.04)的得分略高于高社经城市学生(M=2.33, SD=1.22), t 值为 -1.387, 未达显著水平。在心理压力维度上, 低社经城市学生(M=3.14, SD=0.96)的得分显著高于高社经城市学生(M=2.76, SD=0.93), t 值为 -3.882, 表明低社经城市学生在学习过程中承受着更大的心理负担, 可能与教育资源相对不足、学习支持系统较弱等因素有关。在社会压力维度上, 低社经城市学生(M=3.05, SD=0.97)的得分略高于高社经城市学生(M=2.95, SD=1.02), t 值为 -0.988, 虽未达显

著水平, 但仍反映出低社经城市学生感知到的外部期望压力略高于高社经城市学生。这一结果提示, 社经地位差异对学生学业压力的影响主要集中在心理层面, 需要引起教育工作者和社会各界的关注。

5 结论与启示

本研究基于控制-价值理论, 通过对粤港澳大湾区义务教育阶段学生的问卷调查, 系统考察了该区域学生学业压力的现状及其在年级、性别、社经地位上的差异特征, 发现粤港澳大湾区义务教育阶段学生整体承受着一定程度的学业压力, 其中心理压力和社会压力均值均超过理论中值(3分), 表明学生在认知层面的过度担忧、强迫性学习行为以及来自外部环境的社会期望压力较为突出, 而生理压力相对较低。根据本研究的结果, 提出如下教学启示:

第一, 关注学段差异, 实施分层干预。针对中学生生理压力突出的特点, 大湾区学校应关注其作息规律与身体健康, 合理控制作业总量, 避免因学业负担过重引发躯体不适; 针对小学生心理压力较高的问题, 教育者应注重培养学生的情绪调节能力, 引导其正确看待学习过程中的挫折与不足, 减少对学习表现的过度担忧。第二, 重视性别差异, 加强女生心理支持。鉴于女生在各维度上均承受更高学业压力的现实, 学校应通过心理健康课程、团体辅导等方式, 帮助女生建立积极的自我认知, 提升应对学业压力的能力。同时, 教师和家长应避免对女生施加过高的学业期望, 营造更加宽容、支持的教育氛围。第三, 缩小区域差距, 优化资源配置。低社经城市学生心理压力显著高于高社经城市学生, 提示教育行政部门应加大对教育资源薄弱地区的投入, 改善办学条件, 完善心理支持体系。

参考文献

- [1] Pekrun, R. (2006). The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational Psychology Review*, 18(4), 315-341.
- [2] Skinner, E. A. (1996). A guide to constructs of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(3), 549-570.
- [3] Sung Y T, Chao T Y. Construction of the examination stress scale for adolescent students[J].
- [4] Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 2015, 48(1): 44-58.