谈学生的压力来源

礼河实验学校 陈琪君

【摘要】：在“双减”政策如火如荼开展并逐步落实的同时，在喊了十几年“减负”的今天，谈一谈学生的压力来源于哪些方面。在时代发展的今天，学生的压力已经不仅仅来源于学校，还有来自学生自身、家长和社会方面的压力。

【关键字】：双减 义务教育 压力来源

炎热的7月，中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《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》也如同夏日的热浪一般，铺天盖地席卷而来。“双减”旨在减轻学生义务教育阶段的课业负担和家长的校外培训负担。政策一出，相关工作一迅雷不及掩耳之势逐步落实，宣传甚广，老少皆知。在这个不断发展的时代，义务阶段的小学生们的压力究竟来源于什么呢？

1. 学校方面

不可避免的，不管是教师还是学校，都需要讲究教学质量，这关系到教师和学校的长远发展。说到教学质量，这似乎与学生的学业有着千丝万缕的关系。因此，学校和教师对学生的要求不免要高一些。课内课外，读书作业，这就有形无形得给与学生不少压力。这压力主要是作业和课务两个方面。

首先，处在风口浪尖的一直是作业压力。学生的笔头作业留多少，怎么留，这个问题没有人能给出统一的答案。如果不留，当天的学习内容靠口头完成，这样的巩固效果好不好？学生的口头作业完成效率怎么样？这些都是值得商榷的。印象中至少是年前，“减负增效”的口号就一直在喊，减了十年依旧在减。事实上，“减负增效”的课后作业设计一直在实践与改善。十个手指有长短，学生们各有不同，对于作业的量，教师这个庞大的群体也是各有各的见解和风格。

其次，学生在校学习的课务也存在一定压力。工作以来教了五年一年级，近几年更是连续教了三年一年级，印象最深的改变就是看图写话这个项目。第一第二次带一年级的时候，看图写话只要用一句话写清楚图上的内容。第三次时，已经有了语素的要求，写清楚时间人物地点事情。第四第五次带一年级是，看图写话已经甚至要写一段话了，题目便要求写清楚，什么时候谁在那里干什么，干得怎么样。类似的题目要求越来越高，小学生学习的难度增大，因此无形中也让学生增加了很大学习压力。

1. 学生方面

在学习上，有学习便会有反馈，学习能力的高低决定着学生压力的大小。在学习上的反馈表现在很多方面，如课上回答问题、课后作业完成、阶段摸底练习......小到一个简单的默写，有些学生都倍感压力。

在相处中，学生在家过惯了衣来伸手、饭来张口的生活，独立性很差，而且心理脆弱，在学校一旦受到同学的讥笑，便感到委屈和愤怒，还有很多同学不知如何处理同学之间的矛盾、摩擦、或忌妒、歧视，或误解、猜疑等，为此深感烦恼，压力倍增。

1. 家长方面
2. 学生压力来源于家长的各种期望。以爱之名，责任绑架。中国自古以来就有“望子成龙，望女成凤”的说法，很多家长自小便跟孩子分工明确，父母负责赚钱养家，孩子两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书。他们把自己对未来的希望完全寄托在子女身上，对子女的期望值过高，学生越是理解家长的苦心，心理压力就越大。
3. 学生压力来源于家长的攀比。大人们在一起，总免不了聊起孩子，比成绩、比才艺、比工作......赢得起，放不下。看到邻居、朋友或同事，甚至只是网络上的一个帖子，家长们就回想无头苍蝇一样，到处给孩子补习，报兴趣班。完全不顾孩子的兴趣和感受，甚至觉得技多不压身，却硬生生压垮了孩子对美好未来的热情和向往。
4. 学生压力来源于家长对成绩的错误认知。考试和成绩的本身并不存在对与错，有对错的是人的态度。学习成绩有时候只是对于某个阶段学习的反馈，旨在指出学生在这个阶段出现的问题，而不是简单的评价好坏，更不是个别家长理解的“伤自尊”。
5. 社会方面

首先，社会对于学校免不了有一些好与坏的分辨，这就直接导致学生面临巨大的升学压力。印象中，二十年前就已经出现了“考学”的现象。二十年后的今天，这种情况愈演愈烈，连幼儿园都要慎重选择，因为似乎直接影响小学的入学情况。虽然公办学校有施教区，民办学校靠摇号，但大家心知肚明，择校的热情丝毫不减。

其次，自媒体的普及也给学生带来了不小的压力。在网络信息爆发的自媒体时代，什么都不是秘密，大家都能在网络上得到自己想要的一系列一手资料。自媒体信息鱼龙混杂，学生在其中往往难以全身而退，有沉迷于游戏的，有学着跳楼自杀的，还有依葫芦画瓢威胁父母师长的......层出不穷。

另外，自媒体的信息铺天盖地，总有一些引起家长的极度焦虑，从而给学生施压。自媒体会告诉家长，某地某家的神童十几岁便一路过关斩将，就读于某某学校；自媒体会告诉家长，据某些专家估计，多年以后或写某些奖项的高考能加分，要从娃娃抓起；自媒体会告诉家长，某心理专家要给与孩子鼓励式的西方教育；自媒体会告诉家长很多很多，却没有告诉大家，什么方式适合自己家的孩子。

总而言之，言而总之，形形色色的评价让学生和教育者眼花缭乱。如果社会给与学校和教育多一些善意，多一点点多元化的评价，那么学生会获得多一点点空间，老师也能感受到多一点点温暖。