

Enhancing Learning Willpower is an Important Way to Improve Learning Happiness

Zhenzhu Wu

The Education Examinations Authority of Guangdong Province, Guangzhou, Guangdong, 510631, China
Linzhi Education Bureau, Linzhi, Tibet, 860000, China

Abstract

Taking 734 high school graduates in Guangdong province as the respondents, this paper studied the learning happiness questionnaire. The results showed that: (1) the levels of learning happiness and learning satisfaction in senior high school were moderately higher, with positive and positive emotions; (2) There was a significant positive correlation between learning happiness, learning satisfaction and learning emotional experience. (3) Strengthening learning willpower is an important way to improve learning happiness. Among them, strengthening the learning willpower is the most important way.

Keywords

high school students; learning happiness; learning willpower

增强学习意志力是提高学习幸福感的重要途径

吴珍珠

广东省教育考试院, 中国·广东 广州 510631
林芝市教育局, 中国·西藏 林芝 860000

摘要

以广东省734名高中毕业生为调查对象,对学习幸福感问卷调查进行研究,结果显示:(1)高中学习幸福感、学习满意度水平中等偏上,情绪正向、偏向积极;(2)学习幸福感、学习满意度和学习情绪体验两两呈显著正相关;(3)增强学习意志力是提高学习幸福感的重要途径。其中,增强学习意志力是最重要的途径。

关键词

高中生; 学习幸福感; 学习意志力

1 引言

主观幸福感指个体根据自定的标准对其生活质量的整体性评估,它是衡量个人生活质量的综合性心理指标,反映主体的社会功能与适应状态,包括认知和情感两个基本成分,具体由生活满意度、积极情感、消极情感三个方面构成。随着主观幸福感研究的深入,研究者将幸福感研究领域拓展到对学习幸福感的研究。学习幸福感由主观幸福感的概念衍生和发展而来,是指学习的主体即学生对自己整个学习状态的认识、评价以及他们在学习过程中的情感体验,包括学习认知和学习情感两部分^[1]。学习幸福感研究相对集中在学习幸福感及其影响因素方面,不同学者的研究结果不完全一致。例如,宋灵青等人和付丽丽的调查结果显示,中学生的学习

幸福感总体上处于中等偏上水平;但马颖和刘电芝、陈洪岩、朱建荣、甘雄和朱从书的研究发现,中学生的学习幸福感普遍偏低。目前,对学习幸福感影响因素的研究报道显示,学习自我效能感、学习成绩、社会支持、家庭、人际关系、年级和学校、性别等是影响学生学习幸福感的因素^[2]。

学习是学生在受教育过程中最主要的活动,也是学生投入时间和精力最多的活动,是高中生及其家庭极其关注的事件。高中生是社会研究幸福感的重要群体,高中毕业生是一群经历了整个完成的高中学习体验包括高考考验的特殊高中群体。以高中毕业生为调研对象,采用回忆回答形式,用特殊、全面的视觉研究高中学习幸福感,具有一定理论意义和实践价值^[3]。论文以中国梅州、清远、韶关、肇庆、东莞和广州等6市作为广东各地区代表,在广东应届高中毕业群体中随

机抽样开展问卷调查了解高中生的高中学习幸福体验和探索提高学习幸福感的有效途径,为基础教育改革和中学生幸福感进一步研究提供参考依据^[4]。

2 方法

2.1 调查对象

本次调查对象共 734 名广东高中高中毕业生,其中男生 346 人,女生 388 人;农村学生 377 人,城市学生 357 人;文科生 308 人,理科生 426 人。

2.2 调查问卷

调查问卷自编,内容涵盖:①基本情况调查:包括性别、城乡生源、独生子女、在校住宿、学生类型等问题;②幸福感的调查:包括高中阶段的学习幸福感、学习满意度、学习情绪体验、提升学习幸福感途径等问题。

问卷由班主任分发和回收,回卷共 737 份,根据答卷的完整性和逻辑性,确认有效回卷共 734 份,有效回收率为 99.6%。

2.3 研究方法

以高中毕业生为调查对象,在梅州、清远、韶关市、肇庆、东莞、广州 6 个市中各随机抽取 1 所中学,在各校随机抽取 1 个文科班和 1 个理科班进行问卷调查。关于幸福感和满意度采用 7 分计分方式:A-G 选项的赋分依次为 1-7 分,分值越大表示幸福感和满意度越强。关于情绪的计分方式:正性情感词(自豪、快乐、愉快、高兴)的选项赋“+1 分”;负性情感词(悲哀、内疚、忧虑、愤怒)的选项赋“-1 分”;“其他”选项赋“0 分”。情绪得分为所选选项分值相加所得,所有数据用 Excel2003 统计软件进行录入,用 SPSS18.0 统计软件进行分析。

3 结果

3.1 高中毕业生的高中学习幸福体验

3.1.1 高中阶段学习的幸福体验

关于“整个高中学习阶段,你对学习这一事情的幸福(或痛苦)体验程度”问题,按照选项人数所占总人数比值从大到小排序依次是:“D 居于痛苦与幸福之间”占 46.2%;“E 比较幸福”占 25.7%;“C 比较痛苦”占 12.5%;“A 非常痛苦”占 5.2%;“B 很痛苦”占 4.5%;“F 很幸福”占 4.1%;“G 非常幸福”占 1.8%。高中学习幸福感的平均得分是 4.02 ± 1.16 分,高中学习幸福感处于中等偏上。

3.1.2 高中阶段学习的满意度

关于“整个高中学习阶段,你对自己学习的满意度”问题,按照选项人数所占总人数比值从大到小排序依次是:“D 一般”占 32.2%;“E 比较满意”占 24.4%;“C 比较不满意”占 23.7%;“B 很不满意”占 7.8%;“A 非常不满意”占 5.7%;“F 很满意”占 3.8%;“G 非常满意”占 2.5%。高中阶段学习满意度的平均得分为 3.83 ± 1.29 分,整体上毕业生对高中阶段的学习偏向满意。

3.1.3 高中阶段学习的情绪体验

关于“高中阶段学习时,你的情绪可以用以下哪些词较好地形容”问题,按照选项人数所占总人数比值从大到小排序依次是:“E 愉快”占 24.9%;“C 快乐”占 20.0%;“F 忧虑”占 18.8%;“D 内疚”占 12.0%;“B 悲哀”占 9.3%;“I 其他”占 8.7%;“G 高兴”占 4.4%;“H 愤怒”占 3.0%;“A 自豪”占 2.6%。高中阶段学习情绪体验的平均得分为 0.09 ± 0.97 ,情绪正向,偏向积极,总体上高中阶段的学习愉快、快乐又有些忧虑。

3.2 学习幸福感、学习满意度、学习情绪体验的相关性分析

用 SPSS18.0 进行双变量相关性分析学习幸福感、学习满意度、学习情绪体验各个变量之间的相关性(如表 1 所示)。发现高中阶段的学习幸福感与学习满意度、学习情绪体验各变量之间均呈显著正相关($P < 0.01$),相关系数在 0.28~0.37。

表 1 高中阶段学习幸福感、学习满意度、学习情绪体验的相关性分析(n=734)

	学习幸福感	学习满意度	学习情绪体验
学习幸福感	1		
学习满意度	.37**	1	
学习情绪体验	.33**	.28**	1

3.3 提高学习幸福感的办法

对于“提高学习幸福感的办法”问题,按照选项人数所占总人数比值从大到小排序依次是:“A 增强学习意志力”占 35.8%;“B 积极讨论问题”占 23.6%;“C 独立思考”占 21.8%;“E 锻炼身体”占 16.1%;“D 挑战难题”占 7.9%;“F 其他”占 5.4%。其中,约 36% 学生认为“增强学习意志力可提高学习幸福感”所占比例最大,学习意志力是提高学习幸

幸福感的重要因素;8%学生认为“挑战难题可提高学习幸福感”所占比例最小,挑战难题对提高学习幸福感效果不大。

4 讨论

4.1 高中阶段的学习幸福感现状

论文结果显示,高中毕业生回望高中三年学习生活时,虽然有些忧虑,有些内疚,但他们总体认为高中学习是愉快、快乐的,对高中学习的满意度总体上偏向满意,学习幸福感整体水平呈中等偏上,这一结果支持了宋灵青等和付丽丽的研究^[5]。相关性结果显示,学习幸福感与学习满意度、学习情绪体验呈显著正相关,说明学习满意度越高,情绪越正向,学习幸福感越强。虽然高中生学习幸福感整体水平呈中等偏上,但有10%的高中毕业生认为高中学习阶段很痛苦、非常痛苦,值得我们对高中教育和心理教育进行反思^[6]。

4.2 提高学习幸福感的有效办法

学习本不是轻松事,三年高中在校学习时间不短,学习过程中会碰到各种困难,面临学习成绩提升的瓶颈,攻克困难,突破自我需要毅力和耐心,推测这是高中生将增强学习意志力首选为提高学习幸福感有效途径的重要原因^[7]。论文结果显示,增强学习意志力、积极讨论问题、独立思考、锻炼身体可提升学习幸福感,其中增强学习意志力是最有效途径,推测学习意志力直接通过减少或抑制学习过程中的负面情绪,使学习幸福感持续维持在较高水平上,间接通过增强学习兴趣、提高学习成绩等途径提升学习幸福感。积极探讨问题、独立思考主要分别通过寻求社会支持、增强学习自我效能感

途径,其次间接通过提高学习效率和成绩来提升学习幸福感。身体健康是正常生活和学习的基础,尤其是高三冲刺阶段时,身体健康状态成为高效学习的重要影响因素,身体健康不容忽视,推测这是1/6高中生认为锻炼身体可提高学习幸福感的重要原因^[8]。学习意志力对提高学习幸福感的作用机理有待研究。

参考文献

- [1] Kahneman D, Krueger A. Developments in the measurement of subjective well-being[J]. *Economic Perspectives*,2006(01):175-178.
- [2] Vedder P, Boekaerts M, Seegers G. Perceived social support and well-being in school:the role of students' ethnicity[J]. *Youth&Adolescence*,2005(03):269-278.
- [3] 宋灵青,刘濡德,李玉环,等. 社会支持、学习观和自我效能感对学习主观幸福感的影响[J]. *心理发展与教育*,2010(03):282-287.
- [4] 付丽丽. 中学生学习主观幸福感问卷的编制及应用[D]. 太原:山西医科大学,2010:10-23.
- [5] 马颖,刘电芝. 中学生学习主观幸福感及其影响因素的初步研究[J]. *心理发展与教育*,2005(01):74-79.
- [6] 陈洪岩. 中学生学习主观幸福感及其影响因素研究[D]. 南京:南京师范大学,2007:11-30.
- [7] 朱建荣. 班主任领导行为与学生学习主观幸福感的关系研究[D]. 苏州:苏州大学,2008:39-43.
- [8] 甘雄,朱从书. 初中生学习主观幸福感的现状调查[J]. *教育测量与评价*,2010(04):37-45.