

“双减”政策背景下，教育主体适应研究

王 澜

南通大学教育科学学院，江苏 南通

收稿日期：2022年3月2日；录用日期：2022年4月1日；发布日期：2022年4月8日

摘 要

“双减”政策是贯彻党的教育方针的重要措施，是以习近平同志为核心的党中央作出的一项重大决策部署，有利于落实立德树人的根本任务。在“双减”政策的背景下，教育主体应充分发挥主导作用，协调各方面资源，针对当前教育大环境的挑战不断适应研究，使教育有温度有高度有深度，从而促进学生全面发展。本研究采用访谈法、文献查询等方法对政策下教育主体的现状进行研究，并且提出应对措施。

关键词

双减政策，教育主体，校外培训，课外作业

Under the Background of “Double Reduction” Policy, the Education Subject Adaptation Research

Lan Wang

School of Educational Sciences, Nantong University, Nantong Jiangsu

Received: Mar. 2nd, 2022; accepted: Apr. 1st, 2022; published: Apr. 8th, 2022

Abstract

The “double reduction” policy is an important measure to implement the Party’s educational policy, is a major decision and deployment made by the CPC Central Committee with Comrade Xi Jinping as the core, and is conducive to the implementation of the fundamental task of cultivating people by virtue. Under the background of the “double reduction” policy, the education subject should give full play to the leading role, coordinate all aspects of resources, and constantly adapt

to the challenges of the current education environment, so that the education has a high temperature and depth, so as to promote the comprehensive and healthy development of students. This study uses the methods of interview method and literature inquiry to study the current situation of educational subjects under the policy, and proposes countermeasures.

Keywords

Double Reduction Policy, Education Subject, Off-School Training, Extracurricular Homework

Copyright © 2022 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

学生在基础教育阶段的压力负担过重一直是备受社会大众关注的问题，校外培训和课外作业作为造成学生压力负担过重的主要因素，对教育的公平和效率带来了极大的挑战。应试教育的教育观念促使家长都将重心放在学生成绩上，因此，过多的校外培训以及课外作业占据了学生大量的时间，加剧了学生的负担，同时也增加了家庭的经济支出以及家长的精力负担。

校外培训一开始是作为学校教育的补充形式出现的，因为学校教育的存在而存在，也被称为：“影子教育”，为学生提供了多元化的教育选择，但是其盈利性以及复杂性的特点阻碍了素质教育的发展进程。近几年，学科类的培训机构更是大受欢迎，被认为是提高成绩的主要途径。很大一部分学生的课外时间都被校外培训所占据，学生们失去自由活动、自主创新的时间以及精力。教师对学生学习进度不一问题难以把控，且出现教师在校外辅导机构任职从而导致学校课堂教学质量下降等问题。

课外作业一直被认为是知识学习的巩固，其所带来的积极作用是不可否认的，但同时伴随而来的也有消极方面。有量无质成为当前作业的主要问题，一方面，部分教师对于作业数量的把控存在只多不少的现象，其认为量变产生质变，忽视了大部分学生的基础条件。另一方面作业的针对性不强，难以做到分层强化与巩固，更谈不上“控量”与“提质”了。

大多数的家庭为了让孩子接受更好的教育，在“再穷不能穷教育，再苦不能苦孩子”的思维导向下，在除学校教育的基础上又为孩子报名了很多校外学科培训以及素质培训机构。校外培训机构的收费标准并不固定，按照不同的内容与形式进行计费，少至几百，多至上万。同时伴随着学习覆盖面的不断扩大，费用也逐年递增。对于普通的工薪阶层家庭来说，这自然是一笔不小的开支。六年级的家长李先生说：孩子从小到大的辅导班支出没有计算过具体数值，因为实在是太多了。作业负担带给家长的压力同样苦不堪言，“就像每天都打两份工”。家长需要上班、陪作业无缝衔接，家长们感到身心俱累。

1955年，教育部颁布中华人民共和国首个减负文件——《关于减轻中小学生过重负担的指示》，到了1964年，毛泽东同志对减轻学生负担的北京某中学校长的信件作出批示，他认为当前现在学校设置的课程太多，这对学生而言无疑是重压，因此，对于学生减压减负的问题引起了社会大众持续关注。教育部在1983年颁布了《关于全日制普通中学全面贯彻党的教育方针、纠正片面追求升学率倾向的事项规定》，文件指出“要保证学生的睡眠、休息和课外体育、文娱、科技活动时间以及要减轻学生过重的学习负担”。国家教育委员会在1988年发布《关于减轻小学生课业负担过重问题的若干规定》，文件又一次对学生的作业和休息时间进行了规定和强调。江泽民同志在2000年《关于教育问题的谈话》中提出，

学生的心理压力都是由当时的学习负担所导致的，阻碍了学生的健康发展。2007年党的十七大报告中，胡锦涛同志提及了提高学生综合素质发展的重要性。中共中央、国务院在2010年发布了《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010~2020)》，其中文件指出减轻学生的课业负担需要各方面共同努力。2017年，国务院印发《国家教育事业发展规划“十三五”规划》，明确提出“切实减轻中小学生过重课业负担”。2018年，教育部等九部门印发《中小学生减负措施》(减负三十条)提出“规范学校办学行为”、“严格校外培训机构管理”和“切实减轻违背教育教学规律、有损中小学生身心健康的过重学业负担”。

2021年7月24日，中共中央办公厅、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》(以下简称双减)，以“学生为本、回应关切”“依法治理、标本兼治”“政府主导、多方联动”“统筹推进、稳步实施”为基本原则，强化学校主阵地的作用，从而推动我国高质量教育体系的构建，缓解家长焦虑情绪，促进学生全面发展，健康成长。以提升学校教育教学质量和服务水平，布置更加合理科学的作业，规范校外培训机构，使学生更好的回归校园为工作目标。分别从全面压减作业总量和时长、提升学校课后服务水平、全面规范校外培训行为等方面展开，同时也减轻家庭负担，形成良好的教育生态，建设教育强国[1]。这是对教育优质发展的全面把控，对于全面提高教学质量，发展素质教育有重大的推力作用。那么，“双减”政策给教育主体带来了什么挑战？又如何应对这些挑战呢？

2. 教育适应性的内涵

“适应”是生物界的普遍现象，体现在达尔文进化论的核心思想中“物竞天择，适者生存”。《辞海》中解释：“恰巧应验；适合客观条件或需要；生物在生存竞争中适合环境条件而形成一定性状的现象，是自然选择的结果；个体随环境的变化而改变、调节自身的同时，又反作用于环境的互动过程[2]”。《现代汉语词典》将“适应”解释为“适合(客观条件或需要)”[3]。适应作为一个完整的系统来看，其含义也是动态发展的，具有综合性以及创新性。因而被引入教育领域，从而成为教育发展的理论基础，基于教育适应性，推动教育发展，教育在适应中改善结构与方式，在适应中不断被完善，同样也是落实立德树人的根本任务。针对当前“双减”政策，教育就要从大方向做出实时调整，教育主体更要改变思想、采取措施适应教育。本研究的教育适应性就是教育遵循社会的发展规律与教育的发展规律，优化自身结构与方式，加强人才培养功能。

3. 研究方法以及结果分析

(一) 研究方法

1) 访谈法

访谈法是研究者通过有目的的与调查对象进行直接交谈来获取结果的研究方法。本研究主要是将访谈贯穿于整个的研究过程之中。本研究的访谈提纲主要是针对于已有研究的分析借鉴以及对问卷调查结果、观察结果的思考和提炼进行设置。访谈的对象分别从学校、教师、家长、学生四个维度展开。访谈的问题主要有3个，分别是1. 您是如何看待“双减”政策的？2. 双减政策下您的生活或者工作发生了哪些变化？3. 您是如何应对发生的这些变化的？访谈结合纸质记录以及访谈录音，并在第一时间内进行整理、归纳、分析，形成访谈记录整理稿，为调查结果的分析和进一步研究提供指导和帮助。这三个问题的设置主要是了解在“双减”政策背景下，分析教育主体适应教育研究。

2) 文献查询法

文献研究法是对收集到的有关文献资料进行定性定量分析，从而梳理出研究对象的性质，引出自己的观点的研究方法。本研究主要是依据与教育主体有关的书籍文献，初步了解有关信息，并且进行整理

研究，根据以往文献巩固基础理论。

(二) 研究结果分析

根据调查情况，“双减”政策的落实分别对学校、教师、家长、学生，教育主体对应不同方面的问题，并且产生了不同的困扰，具体结论如下：

1) 学校层面

学校作为一个大的教育环境，是实施“双减”政策的主阵地，接受访谈的学校管理人员将该政策视为优化教育的一个重要途径，并将该政策作为当前学校教育教学活动的理论依据，但是如何将政策以高质量落实是一项大工程。学校所面临的是要协调好教师、家长、学生等几个主体之间的关系。如何缓解教师的职业压力？如何使家长理解政策，给予学校支持？如何让学生提高学习的质量？如何优化延迟服务？学校在政策发布之后立即召开会议商谈研究，需要制定具体的措施去落实政策。

2) 教师层面

在接受访谈的教师中，部分是新任教师，他们从学生的身份转变为教师之后再看待“双减”政策最先持有的是一种新奇的态度，并且想要迫切落实到具体的教学工作中，另一部分教师已经对“双减”政策之前的模式已经比较熟悉，因此觉得该政策能更好的提高教学品质。但随之而来大部分教师认为他们所面临的最主要的问题就是工作量的增加，从最初的新课教授加课后巩固变为新课教授加作业设计加课后巩固，作业设计这一环节大大加重了教师的工作量，教师需要根据课堂教学内容以及学生的学习进度及时性调整作业内容。其次就是工作时间的增加，课后延迟服务使教师的工作时间大大延长，教师的工作节奏变快，有一部分教师难以协调个人与工作时间，容易产生职业倦怠。甚至有教师表示，除了学校的教学工作与自身的素养提高之外，他们还需要花费一部分精力与时间与家长进行政策方面的交流沟通。因此，教师认为政策改革的成功离不开家长与学校的支持。

3) 家长层面

“双减”政策的实施对于家长来说“几家欢喜几家忧。2018年，《中国家长教育焦虑指数调查报告》的数据表明焦虑孩子教育的家长占比为68%，2021年，焦虑孩子教育问题的家长所占比例竟然高达87.0% [4]。接受访谈的家长中有30%表示不理解该政策，首先在校外培训方面，部分家长的文化程度比较低，他们表示自己无法对孩子进行辅导，只有参加课外辅导，孩子的学习成绩才不会落后。至于作业，他们认为作业是巩固学习的一种重要方式，平时的学习成果一般在作业方面能够得以体现，没有书面作业以及学校提供课后服务令家长对孩子的学习更加没有底。未实行政策之前，家长焦虑孩子所得到的校外辅导是否足够”，但当减负正式落实，有一部分家长表示已经产生群体性焦虑。校外培训机构的取缔使得一部分家长对于孩子的学习产生堪忧，因此导致趋势向“一对一家教”流向，但这又拉开了不同家庭资本的学生的差距，对于一般工薪的家庭来说，家教的费用算是一笔不小的开销，更是有些家庭难以支付的。

4) 学生层面

大部分学生表示，过多的校外培训已经变成自己的负担，家长唯恐自己学习落后，但是并不考虑他们是否能接受，所以他们失去了自由活动时间。同样，大量的课后作业也成为一种形式主义“为了作业而作业”，40%的学生表示作业是为了应付老师的检查，并不能提高自己的学习效率，“提量”的同时也没有“保质”。听到“双减”政策，学生们都很期待，感觉如释重负，班级学习竞争会更加公平，其中一位同学说：“双减”政策对于我们学生来说是一项福利，我们应该及时调整状态去适应这些变化。但也有大部分学生表示“双减”落实之后，在减轻压力的同时，空闲的课后时间如何提高自己的成绩又变成了令他们所困扰的问题。因此学生们认为学校、教师、家长的帮助对他们来说是至关重要的。

4. 研究结果的应对

(一) 学校层面

“双减”政策下的教学活动突出学生的主体地位，发挥学校的主渠道作用，构建以学校为主导的课后服务体系。学校作为教师与学生进行教育活动的主要场所。一方面学校根据“双减”政策落实到学校的具体方面，制定相关制度。严格把控教师的教学活动与学生的学习进程，同时完善课后延迟服务的具体内容。部分学校采取任课老师轮班制，将学生的课后巩固形式落到实处。另一方面，要采取措施缓解教师压力，课后服务带给教师的不光是教学质量的提升，还有自由时间的压缩，要防止教师产生职业倦怠心理，可以通过提高教师的经济收入以及福利待遇来吸引优秀人才。同时也要追踪学生的学习情况，开展家校合作，与家长及时沟通学生的在校情况，得到家长的大力支持，从而促进学生的健康发展。

(二) 教师层面

教师是教学活动的引导者，首先应大力支持“双减”政策，作为政策的主要执行者之一，教师要从根本上理解政策，根据课程标准，把握教学内容，科学设计课堂教学，在固定的时间内提高教学品质，从而提升教学质量。其次，针对学生作业的问题，严格把握作业的时长，减少重复机械性的作业，多一些实践的作业，针对不同的学生进行分层设计，彰显作业的全面化与人性化，让学生进行素质拓展的提升，进行科学性和艺术性的活动，建立作业反馈评价制度。同时，教师要尤其培养学生的学习习惯，培养学生的思维，包括倾听、表达方面，使孩子成为自己学习的主人。另外，新政策的落实需要高素质的教师队伍支撑，教师必须提高自身的专业素养，从而从根本上保证教学质量。

(三) 家长层面

“教育焦虑症”已经成为当前家长们对于孩子教育方面的一个“通病”[5]。但孩子放学回家之后拥有更多的活动时间，家长有更多时间陪伴孩子进行素质拓展的提升。当前家长的焦虑完全来源于大环境下政策的实施，但对于家长来说应该首先需要认识问题所在，寻找问题根源，排除自身的忧虑，努力为孩子开设创造性的环境。家长应首先转变传统的教育观念，把孩子的教育不要只看作是应试教育的台阶，升学考试的钥匙，分数只是孩子学习过程中诊断的手段，不要为了学习而学习，要多方面综合教育在孩子身上所体现的价值。创设积极开放的教育环境，培养孩子多方面的培养兴趣，遵循孩子的发展教育规律尊重孩子的自主性。其次，家长要成为学校以及老师的教育合作伙伴，要经常向孩子老师以及学校了解孩子的情况，尤其是孩子的身心健康、道德发展以及兴趣爱好等，这是为了帮助孩子更好的规避缺点以发现自己的优势，有助于教师指导规划学生发展。同时要支持学校的种种措施。

(四) 学生层面

从时间的维度来看，教育的想法在学生身上进行了巨大的演变。具体表现为从“我想学”到“我要学”。对于部分父辈一代的教育，基于家庭经济条件的局限，并没有得到多方面的发展，校外培训更是少之又少，更多的是积极主动的学习既有知识。当前社会的不断发展，家庭对孩子的教育投入占很大比例，为孩子报名各种各样的学科辅导以及素质培训，孩子的学习已经失去了主动性，变成“为了学习而学习”。学生同样要转变学习观念，学习要体现主动性，不能完全依靠外在力量，学生应该根据已有的经验背景，自主构建知识体系，所以学生应通过日常的发现和解决问题，去探寻在没有校外培训前提下学习的自主性与建构性的能力，去建构新型的知识观网络。充分利用课后延迟服务提高自己的学习质量。另外，学生要学会学习反思，包括学习内容以及学习方法方面的反思，从而提高固定时间内的学习效率，形成新的学习观。最后，培养自己的多方面兴趣，拓展发散性思维，满足精神食量。

5. 制度优化

(一) 考试制度

“双减”政策的出台，不光对教育主体产生影响，更是在考试制度方面发挥重大作用，为考试制度的优化提供了具体方向。从考试内容方面来说，不仅仅是单纯关注基本知识，而是以更加全面化的内容呈现，即考试的内容包括基本学科知识、基本技能、综合素质以及各种实践活动。注重学生的综合全面发展，强调学生德智体美的全面发展，从而培养学生的核心素养。从考试模式来说，更加关注素质教育，排除以应试教育为主的刻板模式，带来更加具有灵活性和综合性的形式。从考试管理来说，更加趋向统一管理，由国家制定总的指导意见，各地区根据实际情况加以结合，制定符合各地区的管理制度，同时要保证管理的连续性与科学性，切实保障考试制度的规范化。

(二) 评价制度

评价制度作为教育发展的重要指标之一，对教育改革的发展尤其是“双减”政策的落实具有积极的促进作用，反之，“双减”政策也促进评价制度的发展。宏观层面，国家出台政策确保教育高质量发展，使导向更加明确，标准更具有针对性，各地区教育部门以及学校在总的政策要求下，以学生的具体情况为出发点，不断完善评价指标，统筹纳入教育部门、学校、教师、学生等评价内容等，不断完善改进教学评价体系。微观层面，形成性评价可以促进学生掌握教学目标，因此学校以及教师要采取必要措施完善形成性评价的形成，充分利用各种教学工具以及教学信息，引导学生形成自我评价以及教师的诊断性评价，及时完善评价反馈信息。

参考文献

- [1] 新华社. 中共中央办公厅、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》[EB/OL]. http://www.gov.cn/zhengce/2021-07/24/content_5627132.htm, 2021-07-24.
- [2] 上海辞书出版社. 辞海(第七版)网络版[EB/OL]. <https://www.cihai.com.cn/index>, 2020-06-20.
- [3] 中国社会科学院语言研究所词典编辑室. 现代汉语词典(第7版)[M]. 北京: 商务印书馆, 2016: 1198.
- [4] 黄冲, 等. “双减”实施后 72.7%受访家长表示教育焦虑有所缓解[N]. 中国青年报, 2021-09-1(10).
- [5] 宋德松, 廖晨霞, 赵晖. “教育焦虑症”成为家长通病[N]. 中国青年报, 2021-09-16(10).