

# 家长教育焦虑的生成逻辑及特质研判

陈泽雄<sup>1</sup>, 蔡为民<sup>2</sup>

<sup>1</sup>江苏大学教师教育学院, 江苏 镇江

<sup>2</sup>兰州市红古区海石湾第二小学, 甘肃 兰州

收稿日期: 2023年8月18日; 录用日期: 2023年10月2日; 发布日期: 2023年10月11日

## 摘要

近年来, 教育焦虑已是家长群体中的普遍现象, 对家长、学生、学校、社会均造成了严重的消极影响, 故而2021年“双减”政策发布, 其中明确提出要有效缓解家长教育焦虑。从焦虑的生成逻辑看, 当前家长教育焦虑按照学生个体成长规律主要可分为三种类型: 首先是起跑线观念所造成的赢在起点的教育焦虑, 大部分家长担心子女自起点落后可能会导致步步落后; 其次是剧场效应所造成的不愿落后的过程焦虑; 第三, 教育无用所引发的恐惧淘汰的结果焦虑, 家长担心子女在接受了教育之后依然面临无法适应社会需求的境况。

## 关键词

“双减”政策, 家长教育焦虑, 起跑线, 剧场效应, 教育无用

# The Generative Logic and Characteristics of Parents' Educational Anxiety

Zexiong Chen<sup>1</sup>, Weimin Cai<sup>2</sup>

<sup>1</sup>School of Teacher Education, Jiangsu University, Zhenjiang Jiangsu

<sup>2</sup>Lanzhou City Honggu District Haishi Bay Second Primary School, Lanzhou Gansu

Received: Aug. 18<sup>th</sup>, 2023; accepted: Oct. 2<sup>nd</sup>, 2023; published: Oct. 11<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

In recent years, educational anxiety has been a common phenomenon among parents, which has caused serious negative impacts on parents, students, schools and society, so the 2021 “Double Reduction” policy was released, which explicitly mentioned the need to effectively alleviate parents' educational anxiety. From the logic of anxiety generation, the current parental educational

anxiety can be divided into three types in accordance with the law of individual growth of students: first, the starting line concept caused by the educational anxiety of winning at the starting point, most parents worry that their children from the starting point of lagging behind may lead to lagging behind step by step; second is the theater effect caused by the unwillingness to lag behind in the process of anxiety; third, the fear of elimination caused by the uselessness of education, parents are worried that their children will not be able to adapt to the needs of society even after receiving education.

## Keywords

“Double Reduction” Policy, Parental Educational Anxiety, Starting Line, Theater Effect, Educational Futility

Copyright © 2023 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

2021年7月中共中央国务院发布《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”),这是一场求真求实、重视“执行力”的改革,旨在用实际行动实现学校教育在时空、内容、价值等层面的教育性回归。“双减”政策中明确指出要缓解家长教育焦虑情绪,但是“双减”政策发布已有两年时间,家长教育焦虑的状况似乎并未缓解,且在某些方面甚至更加严重,其依然是一个在家长群体中普遍的现象(周序, 2021)。近些年来针对家长教育焦虑的研究逐年增长。其中大多研究使用实证的研究方法,聚焦于家长教育焦虑的现状研究(丁亚东, 薛海平, 2022)、生成路径研究和缓解机制研究(罗阳, 刘雨航, 2022),以及家长教育焦虑影响下的次生问题研究(陶涛, 2023),同时在学术机构之外还有众多民间非学术团体进行的相关研究(艾瑞网, 2019)。但纵观当前的整体研究现状,可以发现目前依然缺乏对家长教育焦虑现象的元思考,家长教育焦虑的生成遵循了何种逻辑,造成家长教育焦虑的原因,焦虑持续蔓延的路径,最终所导致的结果等问题依然有待研究。故而,本文通过剖析家长教育焦虑发生的起点、过程、结果三重生逻辑进行思考,基于美国存在主义心理学家罗洛·梅的理论厘清其本质,以期缓解家长教育焦虑这一群体性现象的持续蔓延提供参考。

## 2. 起跑线: 赢在起点的教育焦虑

早期“不要输在起跑线”这一口号被研究者们提出用来反对家长“唯分数论”、“唯成绩论”的教育观,通过强调素质教育的重要性,向家长说明道德教育、心理健康教育、体育以及性格情绪等影响因素在儿童成长的过程中与学习具有同等重要的地位(杨晓萍等, 2021)。

### (一) 起点教育焦虑的本质

当下,大多数家长对于“不要输在起跑线”这一口号的看法与早期研究者恰恰相反,他们更多聚焦在“若是在起跑线落后,就会导致子女在未来的竞争与发展中处于不利地位”这一点上。这也导致在家长群体中形成了一种不加思考的集体无意识行为,认为孩子越早学越好,学的越多越好。因此关于“起跑线”的竞争也愈加激烈,早教类辅导班也成为了家长们共同的选择。然而,当面对高额的早教补课费用,意识到自身有心无力无法承担;当发现工作与家庭之间的冲突已让自己力不从心,接送子女上各类补习班与上班工作的时间已无法平衡;当意识到以优质幼儿园和小学价格高、入学难等问题为代表的优

质教育资源不足等现实社会问题时, 家长们就会担心自己的孩子输在了起跑线上, 为子女而担忧。这份担忧又会不断地刺激着家长的内心, 最终引发家长为赢在起点而产生的“起点教育焦虑”。

## (二) 起点教育焦虑的生成逻辑

罗洛·梅认为: “个人面对焦虑的这种能力并非是习得的, 但是个人焦虑的量与焦虑的形式确是学习来的。”(罗洛·梅, 2016)这说明焦虑本身是人类有机体的功能之一, 每个人都会发生焦虑, 但当群体内产生同一焦虑时, 则是由于该群体内部的个体均面对了同一问题而产生的。当下家长群体中普遍产生起点教育焦虑问题, 则说明作为个体的家长之间有着相同的隐忧, 而这份隐忧便是造成家长起点教育焦虑的根本原因。在我国, 教育问题一直是每个家庭的核心问题, 父母希望通过教育使子女在未来的生活中不仅仅只是达到最低的生存状态, 而是能够实现阶层的迁跃, 拥有幸福的生活。大多数的家长都认为考上一流的高校就是子女获得幸福生活的前提条件, 经常可以听到父母常说的一句话就是: “你要好好学, 以后考个好大学。”但是起跑线的存在, 对子女未来能否在高考取得优异成绩, 上一所好大学产生了影响, 因为起跑线内在的蕴含着一层含义: 孩子输在了起跑线上, 也就输在了未来。而这是所有家长所不能接受的, 也是为什么家长会形成集体无意识行为的原因, 因为家长对子女未来美好生活的期待可能无法实现, 同时他们对子女可能在前进的道路上被淘汰也产生了恐惧。所以, 正是对未来生活的美好期待与被淘汰的恐惧成为了家长之间共同的隐忧, 引发了家长起点阶段的教育焦虑。

如今, 因对起跑线的重视, 起点阶段的家长教育焦虑已经对儿童产生了巨大的危害, 各类早教、优教辅导班层出不穷。有学者指出, 大量超前的教育给儿童增加了各种各样的负担, 实际上是对儿童的摧残(吴建民, 2012)。面对这种现状我们有必要进行反思, 我们必须反思起跑线是什么? 应该从什么时候开始? 它又指向了何方? “起跑线”一词在现代汉语词典中的定义是赛跑开始的标志线。它面向比赛中所有选手, 每一位选手都在同一起点, 每一选手都有对应的赛道, 每一赛道都有着相同的路程与终点。基于以上表述来思考教育当中的起跑线问题, 我们就会发现其与现实的矛盾之处。首先, 个体与个体之间是具有差异性的, 每个儿童都有着不同的先天禀赋, 有的儿童擅长绘画, 有的儿童擅长运动, 还有的儿童擅长语言, 所以, 要给所有儿童划一条共同的起跑线是不现实的。其次, 家庭、学校、地域环境各不相同, 对应的就有着不同的家庭教育、学校教育以及社会教育, 这使得针对每个儿童的教育内容、教育方式还是教育手段均是不同的, 有的家庭选择让孩子自小读国际学校以后出国读书, 有的家庭选择培养孩子的体育、音乐之类的特长, 所以培养儿童的路径是多样的, 因此也就不存在相同的赛道与统一的终点一说。最后, 作为竞技类的比赛是一定会有起跑线来作为公平的起点, 因为它本身所表达的就是一种竞争的逻辑。而教育与竞技类比赛是不一样的, 教育的对象是人, 每个人的人生都是不一样的, 具有不确定性, 人生更像是一场探险, 你无法确定未来会发生什么。所以, 教育的起跑线并不具备起跑线的性质, 可以说这一条适用于所有儿童的起跑线其实并不存在, 每一个儿童都有着自己的节奏, 有着自己独特的赛道, 关于教育的起跑线是一个伪命题。

## 3. 剧场效应: 不愿落后的过程焦虑

近些年, 随着教育竞争愈发激烈, 越来越多的学生选择课外补习班作为提高学业成绩的方式, 据统计 2018 年我国基础教育阶段有 32.4% 的学生参与了课外补习, 课外补习总支出达到 3303.94 亿元, 并且这一数据仍在呈现逐年上升的趋势。

### (一) 过程教育焦虑的本质

补习班原本是为了让学业上暂时落后的学生通过补习的方式达到与大部分人相同的水平, 学业水平优秀的学生是不需要也没有必要去补习班的, 因为学校教育已经可以满足教育需求。但是现在补习班的目的经过演变已与原本的目的不同, 现在无论学生的学业成绩好与坏, 家长都会争先恐后去给子女报名

各类学科类补习班。当下, 当家长看到朋友同事给孩子报名补习班并且取得了较为明显的效果后, 就会选择给自己的子女也报名补习班, 同样他周边的家长也会受到他的影响给自己的子女报名补习班, 以期达到同样提升学业成绩的效果。这就像是一个剧场中前排观众有人为了看得更清楚忽然站了起来, 挡住了后排的观众, 后排观众为了能够看到演出不得已也站起来, 以此类推最后演变成全部观众都站起来看演出, 这种现象就被称作“剧场效应”。在这个剧场中站起来看戏, 虽然大家都很累, 但是仍然不会有人坐下, 因为你坐下了, 就会被挡到, 你就无法看到前面的舞台。因此你站起来我就必须也站起来, 甚至还有人站起来也不行, 还要站到椅子上去, 不仅不愿落后, 我还要更强。这就是当下家长的真实心理写照。在剧场效应的作用下, 当家长看到其他学生报名补习班, 就会担忧自己的子女落后于他人, 因此也选择报名补习班, 加入这个“剧场”。当大部分家长都选择给子女报名补习班时, 所有学生便又处于同一起点, 这时家长就会再次产生担忧的情绪, 继而选择换更好的补习班或报名更多的补习班, 陷入“担忧落后 - 报补习班 - 再次担忧 - 继续增加补习班”的循环之中, 致使家长产生了贯穿于子女整个教育阶段的“过程教育焦虑”。

## (二) 过程教育焦虑的生成逻辑

家长希望通过教育使子女在未来生活中幸福, 即父母的教育目标是追求子女未来的幸福生活。大多数家长对幸福生活的界定依靠经济收入的多少定义, 而经济收入是一种量化的评价标准, 它的高低则是通过与他人的比较来确定。这意味着既然成功是与他人的比较而获得的, 那么这种成功的本质就具有竞争性, 也就说明对于持对这种观点的家长来说只要自己的子女超越了他人, 那么便获得成功, 拥有未来的幸福生活。因此, 处于“过程教育焦虑”的家长普遍持有“我的孩子不能落后于别人”的心态, 而“不落后”就是在学校教育之外对正规教学体系的教学科目进行竞争性的教育, 也即我们俗称的上补习班。“剧场效应”的产生放在家长这种“竞争”的教育观下, 也就合乎逻辑了。学生身上逐渐增加的砝码短期虽然会对学生会产生功利性效果, 但从长远来看其所导致弊端也是不容忽视的。

当下不愿落后的心态所导致的畸形教育现象目前已经越来越多, 从前些年虎妈现象到近期大热的鸡娃现象, 其原因都是家长深陷于“剧场效应”的剧场之中, 都不愿做第一个坐下的人。曾经有一位母亲说过: “大家都在补, 你补我也补。谁先停下来谁吃亏。”当每一个家长都在追求个体利益的最大化时, 结果最有可能的就是集体受损。剧场效应下焦虑的家长, 他们的眼中已经无法顾及到子女的特长与爱好了, 他们所有的时间与精力都在疲于应对各类的补习班, 但是与他们所期望的恰恰相反的是, 子女除了短期内在成绩上的提升, 却失去了发展各自特长的机会, 所有的学生都是同质化的, 忽视了我们的社会需要的是具有个性的, 有创造力的一个个鲜活个体。

## 4. 教育无用: 恐惧淘汰的结果焦虑

在这个时代, 能否进入一所优秀的大学已是家长的首要教育目标。就读于一所优秀的大学也成为了拥有未来美好生活的重要条件之一, 教育已成为在社会阶梯中实现融入理想群体或踏向目标阶层最直接、最明了的方式, 教育也早已与获得未来的美好生活之间划上了等号。

### (一) 结果教育焦虑的本质

从教育之初家长关于“不能输在起跑线上”的竞争, 再到教育过程当中的“剧场效应”, 竞争的逻辑始终贯穿于家长对于子女的全部教育经历之中。而竞争其本身便内在包含了获胜与淘汰两种结局。有竞争就必然会分出先与后、优与劣、成功与失败。在竞争的逻辑之下, 作为学生的个体在求学过程当中则必然面临着无论付出过多少努力, 都无法保证百分之百的成功, 总有人会被淘汰。正是因为存在被淘汰的可能性, 所以伴随子女学业进度的一步步推进, 家长会愈加担心子女的教育经历能否帮助其在高考中取得优异的成绩, 担心子女是否会在进入一流大学的过程中被淘汰出局。最终, 恐惧在未来被淘汰的



家长也将迎来家长教育焦虑最高的表现形式——对教育结果的焦虑(余雅凤, 姚真, 2022)。

## (二) 过程教育焦虑的生成逻辑

麦肯农在《焦虑的主题分析》一书中说到,“受到焦虑困扰的人,他们会根据自己的期望对事物做正面的扭曲,同时又会根据自己的恐惧对事物做出负面的扭曲。”正是这种期望与恐惧之间的冲突导致了焦虑的产生。所以家长教育结果的焦虑其本质就是家长对于子女的主观期望与现实生活中对子女未来生活的不确定而产生的恐惧所造成的。不确定的未来,打破了家长对于子女未来生活的美好期待,因而产生了恐惧。

“对危险的恐惧并不可怕,可怕的是这种恐惧蔓延至何处,又演化为何物”。面对这种不确定的未来,家长无法有所控制的消解心中的恐惧,故而只能集中自己的注意力在可以被控制或者说以为是自己所控制的事情之上。因此家长总是去寻找一些可以用来替代的目标,并将自己的恐惧倾泻过去,小学的择校竞赛(甚至是幼儿园),种类繁多的课外补习,以及原本毫无升学压力却因成为了家长倾泻恐惧的目标而不得不做出转变的义务教育。但是问题在于,家长的这些行为对于缓解恐惧或者说消除恐惧毫无作用,反而是对于恐惧的加固。家长们关于“起跑线”的竞争,结果却是越竞争起跑线越早,从小学到幼儿园,甚至是胎教班。“剧场效应”下的家长也是同样竞相给子女增加学业负担,总想不落后于他人,但当所有人都在剧场中站了起来时又该如何呢?以上种种其结果不言而喻,只会催生出更加激烈的竞争和家长对子女未来人生的更多不确定,家长的种种行为只会使恐惧更加的激化。

## 5. 结语

“教育本质的实质是追问人的本质,对人的认识推动了对教育本质的认识,人的存在即为本质。教育的本质即育人,在于促进儿童的成长。”(马陆亭, 郑雪文, 2022)焦虑作为一种正常的心理状态,在一定程度上是可以对个体产生积极的促进作用,但是在焦虑程度超过一定阈值后,对个体而言便会产生极大地消极作用。故而在未来,应该对以下几点加以关注。其一,继续加强对于“双减”政策的宣传力度,让这一政策真正被家长、被学生所接受;其二,使用现代技术对学生学情进行精准判断,避免家长因不了解学生情况而焦虑;其三,完善家庭与学校之间的联系,让家校共育真正落实;其四,对学校教育资源进行优化,凸显学校作为教育主征地的作用。

当前家长教育焦虑的程度便已处于消极的状态,贯穿了子女整个受教育阶段,究其原因则是过度重视了教育的人才筛选功能,由此导致了家长教育焦虑。因此,若是在教育育人的价值取向上无法纠正,依然以育分为目的,那么家长的教育焦虑问题也就无法真正缓解了。

## 基金项目

江苏省研究生科研创新计划“中小学家长教育焦虑的形成机理及缓解策略”(项目编号:KYCX22\_3584)。

## 参考文献

- 艾瑞网(2019). 2019 年成长焦虑白皮书. <https://report.iresearch.cn/report/201911/3473.shtml>
- 丁亚东, 薛海平(2022). 家长教育焦虑的现状、特征及影响因素——基于 35,162 名家长的实证研究. *首都师范大学学报(社会科学版)*, (5), 145-156+188.
- 罗洛·梅(2016). 焦虑的意义(p. 197, 朱侃如 译). 漓江出版社.
- 罗阳, 刘雨航(2022). “双减”中的父母教育焦虑: 表征、原因及其应对. *教育与经济*, 38(5), 67-73+96.
- 马陆亭, 郑雪文(2022). 双减: 旨在重塑学生健康成长的教育生态. *新疆师范大学学报(哲学社会科学版)*, 43(1), 79-90.
- 陶涛(2023). 教育焦虑传导机制下的低生育意愿及应对. *华中科技大学学报(社会科学版)*, 37(3), 74-80.

吴建民(2012). 对“不能输在起跑线上”之批判. *中国教育学刊*, (5), 3.

杨晓萍, 樊亚博, 邵明星(2021). 原生家庭何以助力早期儿童学习发展——全视角学习理论下“起跑线焦虑”的再度审视. *河北师范大学学报(教育科学版)*, 23(4), 133-140.

余雅凤, 姚真(2022). “双减”背景下家长的教育焦虑及消解路径. *新疆师范大学学报(哲学社会科学版)*, 43(4), 39-49+2.

周序(2021). 家庭资本与学业焦虑——试论“双减”政策引发的家长焦虑问题. *广西师范大学学报(哲学社会科学版)*, 57(6), 96-106.