

编委会主任：李建强
副主任：戴建兵

顶岗实习支教全书 课堂外的研究

课堂外的研究

主 编 赵夫辰 曹志新

副主编 程 浩 高立中 王西强

河北人民出版社

序

改革开放 30 年,我国的教育事业取得了历史性成就。在我国从人口大国向人力资源大国转变的历史新阶段,把教师队伍建设和教师教育工作摆在教育工作全局重中之重的位置,显得更加紧迫。党中央、国务院高度重视教师队伍建设和教师教育工作,2007 年教师节前夕,胡锦涛总书记在接见全国优秀教师代表时发表重要讲话,对教育发展提出了“三个优先”,对教师工作提出了“三个必须”,对广大教师提出了“四点希望”。总书记明确指出:“要高度重视教师培养和培训,加大对师范教育支持力度,积极推进教师教育创新,提高教师整体素质和业务水平。”党的十七大报告进一步提出“加强教师队伍建设,重点提高农村教师素质”。

把教师队伍建设摆在教育工作全局更加重要的位置,是党中央、国务院作出的重大战略部署,是我国教育事业发展到新的历史阶段的必然要求,是当前和今后一个时期整个教育改革和发展的战略重点。特别是在义务教育阶段,随着教育的全面普及和层次的提高,农村义务教育保障机制的不断完善,提高广大教师特别是农村教师的素质,将成为社会关心、家长关注、舆论聚焦的突出问题,也是各级政府和教育行政部门必须全力以赴解决的重大问题。

近些年来,中央和地方各级政府在加强教师队伍尤其是农村教师队伍建设方面采取了一系列重大政策措施,并取得了积极成效。其中,积极推进师范生实习支教工作便是具有重要影响的措施之一。师范生教育实习是中小学教师培养不可或缺的重要环节。时任国务委员的陈至立同志对师范生实习支教工作高度重视,多次作出重要批示。2007 年,教育部出台《关于大力推进师范生实习支教工作的意见》,对全国师范院校开展师范生实习支教提出指导性意见,要求高等师范院校普遍开展高年级师范生到中小学实习支教工作。2007 年,教育部在河北召开师范生实习支教工作座谈会,陈小娅副部长出席会议并作重要讲话,对实习支教工作进一步提出明确要求。2007 年 9 月中旬,周济部长亲临山西忻州师院调研和指导实习支教工作,对于推广典型经验,加快推进师范生实习支教工作作出了重要指示。目前,师范生实习支教正在全国范围内由点到面逐步推开,呈现良好态势。西南大学、河北师范大学、忻州师院和新疆师范大学等院校先行试点,锐意创新,积累了很好的经验,起到了示范作用。实践证明,开展师范生实习支教工作是推动教师教育改革,强化师范生实践教学,提高教师培养质量的有效措施;是加强教师养成教育,引导师范生深入基层,了解国情,增强社会

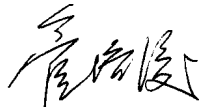
责任感和使命感的必要途径;是密切高等师范院校与中小学的联系,促进理论与实践紧密结合,更好地服务基础教育的重要纽带。开展师范生实习支教工作,也有利于帮助农村中小学提高师资水平,促进素质教育的全面实施。

自2006年5月开始,河北师范大学大胆创新教师培养模式,在河北省教育厅的大力支持下,组织全部师范类高年级学生下乡实习支教,至今,已有数千名师范生在68个区县的农村学校进行“全职”教师岗位的锻炼,在加强实践教学环节,提高教师培养质量的同时,为缓解当地及周边地区农村师资短缺、教师素质偏低状况,作出了积极贡献,取得了积极成效,赢得了广泛的社会赞誉。

随着我国经济社会的全面发展,社会越来越需要高素质、应用型、专业化的师范人才,因而,近年来对教师人才培养模式的理论和实践的研究愈加广泛和深入。充分发挥高等师范院校人才培养优势,以提高教师的整体素质、加强农村中学师资力量为目标的“师范生实习支教”能够收到一举两得之效,符合当前农村教育发展的需要,符合教师教育发展的需要,符合高素质农村教师队伍建设的需要,是师范院校事业新的增长点。以培养高素质、应用型、专业化师范人才为主要任务的高等师范院校,研究和解决这个问题就显得尤为突出,也是一件非常有意义的事情。

本书力图在总结实践经验的基础上,理清顶岗实习支教与高素质应用型师范人才培养的内在规律,对实习支教模式和具体实施工作如何更具操作性、有效性,从而达到社会、农村、基础教育、大学生、高校等多方共赢进行了很好地理论探讨和实践总结,为有效解决实习支教这一新型人才培养模式实施过程中存在的诸多问题,积极探索提高师范专业大学生实践能力和综合素质的有效途径,进行了深入思考,对于进一步深化教师教育创新,积极推进师范生实习支教非常具有现实意义。其中的经验和做法,值得研究、学习和借鉴。

河北师范大学等院校积极行动,使我们对教师教育体制的创新进一步增强了信心。当人们在没完没了地讨论要不要做的时候,他们思考的却是怎么做、如何做好。河北师范大学的李建强书记是这项改革举措的倡导者和推动者,他睿智、务实,思路清晰,充满激情,对教师教育的创新举措充满热情,让我感动,并倍受鼓舞。藉此机会,我向李建强书记等河北师范大学的校领导、师生员工,以及所有关心教师教育改革发展并为之付出不懈努力的人们表示崇高的敬意。



序 言

有人说：当代大学生是生活腐化、玩物丧志、寄生依赖、堕落的群体。他们中的许多人经历了寒窗十载，一朝功后便失去了昔日的抱负与斗志。他们终日睡懒觉、逃课、上网、谈恋爱，这样的大学生能学到什么东西？在做毕业论文时，他们除了抄袭，怎能写得出象样的论文吗？

但是，当你面对这本《课堂外的研究》的时候，你会从那些声讨之中冷静下来，用客观的眼光看待当代大学生。

首先，这本书会让你感到真实与务实——

言其真实，因为本书作者无论个人或小组为单位，都是参与过顶岗实习支教的大学生。由于顶岗实习的生活很充实，这些文章内容都贴近实习生活的实际并有感而发，决无抄袭、拼凑之嫌。言其务实，因为作者们做到了两个结合，即结合自己的专业背景，结合农村教育中的实际问题和农村经济发展的需要，着眼于现状的困惑和解决的思路……与那些一味抱怨或空发议论的人相比，这些大学生显得朴实可爱。

其次，这本书会让你收获感动和思考——

这些大学生们并没有将顶岗限定在提高个人教学技能的层面，而是以开放的视野，深入的思考关注着农村学生的全面发展以及社会主义新农村的建设，体现出大学生们强烈的职业使命感和社会责任心。而且，他们在承担教育教学任务的同时，努力地尝试着自己步入科学殿堂的若干个“第一次”：第一次编制调查问卷或访谈提纲、第一次撰写调查报告、第一次参加科技创新活动、第一次在农村进行调查研究、第一次与不同专业背景的同学合作论文……他们体验着在实践中成长的喜悦，与那些死啃书本，贵知轻行的人相比更有活力，令人尊重。

几年来，参加顶岗实习支教实习生的调研报告或论文不断反馈到我校“顶岗支教”的网站上，产生了积极的影响。为了进一步拓展实习生专业素质，提升大学生科学研究的意识。学校决定在顶岗实习支教工作中，倡导全体实习生开展教育调研和科技创新活动。经过各位驻县管理教师的精心组织

和广大实习生的努力，仅仅第六期实习生们就提交调查报告和科技创新的论文 773 篇，成为顶岗实习以来收获稿件最多的一期。为此，学校专门组织教授或专家进行评审，以选题新颖、立意深刻、文笔流畅、设问肯綮、解题实际可行为尺度，选择出 27 篇优秀论文汇集成册出版。这些稿件虽然数量不多，反映的范围也有限，也难免有青涩之处，但它既是对过往实习生的表彰，也为今后的顶岗实习生树立了榜样，将激励更多的大学生学以致用、事实求是，积极投身到调查研究和科技创新的队伍中来。

在顶岗实习支教系列全书中，这本《课堂外的研究》与《实习生活叙事》与可谓姊妹篇：前者重议论求证，后者重叙事寓理；前者侧重抽象概括，后者多有形象描绘。但是，无论从哪个角度说，这两本书都来自顶岗实习支教的实践，都是大学生们的亲历亲为，都是师范生认知教育与社会，开始科学研究之路的可贵的尝试。我们能够做的就是支持、扶持、培养、激励，让求真务实，知行统一的治学精神发扬光大。

编者

2008 年 8 月

目 录

一 等 奖

- 高中生心理困扰调查及对策 胡秀丽 史伟锋 王小羽 (1)
- 家访工作的方法探讨
- 关于兴隆县北营房中学家访工作的调查
- 白 婧 柴路燕 岳 峰 岳 峰* (13)
- 关注留守儿童 塑造健康身心
- 内邱镇中学留守儿童调查报告 秦晓燕 (20)
- “以点射面、逐层递进”农远教师培训新模式研究 刘 琼 (26)
- 饶阳县五公镇中学生常见心理健康状况调查分析与对策
- 褚丹丹 李荣焕 杜晓娜 高培培 魏亭亭
- 路豁然 蔡钦尚 谢 琼 张 昭 (33)
- 芦里中学英语学习调查与分析 姬永爱 (45)
- 中学教学应用多媒体技术状况调查
- 刘惠娟 马加良子 齐文明 孟德顺 张苏伟 (68)
- 青龙县中学生英语学习状况调查与研究 来昌丽 (80)
- 浅谈如何转化“后进生” 王旭杰 (92)
- 中学生主观幸福感及其相关因素研究
- 夏媛媛 王 茜 曹佳佳 胡凤梅
- 薛伟利 王 娟 周 怡 姬雅辉 (100)

二 等 奖

传承·凝聚·升华

- 纪念改革开放 30 周年调研访谈活动报告 王晓荔 (110)

中学美术教育方法的思考与探索	聂明亮 (115)
饶阳诚信实验中学留守儿童心理状况调查分析 华 晔 李靖宇 韩 则 张 雪 崔 健	(120)
南宮市棉农化肥农药施用情况调查报告 潘鹏飞 李芸芸	(134)
广宗县乡镇初级中学师资现状及对策研究 马广宇 苑胜兴 常 方	(140)
班级管理的问题和对策 李灵燕 王亚杰 王 振 柏秀玲 夏振美	(147)
教学突发事件处理的方法探究	秦秀芳 (157)
初中生早恋的原因和对策 赵 娜 丁立芳 韩 叙 李长亮 杨 森	(165)
高一提前班学生心理现状探析	陈 鑫 (177)
试论顶岗实习对农村中学多媒体教学的促进作用 ——以河北省威县为例	张 雷 (184)
“话剧式”教学在地理教学中的运用	裴宏伟 (193)
农村中学后进生形成原因及转化的措施 叶彩凤 李楠楠 邓朱珠 高启华	(199)
浅谈馆陶县初中化学课程资源的开发与利用 潘 清	(208)
“农村家庭教育对孩子的影响”调查报告 ——以栾城县南高二中为例	平俊艳 殷 蓉 张 盼 (215)
灵寿县石材产业对当地水资源及耕地的影响	刘 凯 (223)
北罗中学留守儿童问题调查 耿春辉 郭少茹 刘 娟 王友进 于金环 张 华 张会娟 甄 静 郑为彬	(228)
初中生化学学习现状 ——“4+4N”教学新模式实效性的思考	慕旭宏 (243)

一等奖

高中生心理困扰调查及对策

胡秀丽 史伟锋 王小羽

(河北师范大学 河北 石家庄 050016)

摘 要:进入 21 世纪以后,高中生的心理困扰以及由此导致的一系列行为问题越来越为全社会所关注,心理健康教育工作也逐渐成为国家重视的热点问题。此次调查以赵县中学四个年级的学生为研究对象,采用自编《高中生心理困扰调查》问卷进行调查,结果发现:目前困扰高中生最多的问题是学习方法不当、学习动力不足和学习习惯不良,分别占 78.1%、71.6% 和 71%;对学生困扰程度最高的三个问题是情绪波动较大、学习动力不足和学习方法不当,困扰程度分别是 2.127、2.06 和 1.948。

关键词:高中生 心理困扰 心理健康教育

一、引言

进入 21 世纪以后,高中生心理困扰以及由此导致的一系列行为问题逐年增加。犯罪率、出走率、自杀率、精神疾病的发生率以及因早恋而起的令家长尴尬的事件也在上升……这一系列问题,使我国政府将心理健康教育纳入中小学教育体系的正式文件。近几年来,全国各地的心理健康教育都在积极探索中逐步步入正轨,相当一部分高中也都开设了心理健康教育课程。但由于各地心理健康教育工作的开展程度不同,各地区、学校学生心理困扰的具体状况不同,高中生心理健康教育的内容、途径和方法也有很大差异。

为了弄清高中生心理困扰状况,以便有针对性地开展心理健康教育工作,

我们以河北省赵县中学为研究对象,对该校 597 名高中生进行了调查研究。这不仅为赵县中学心理健康教育工作提供了第一手资料,而且为今后有目的、有针对性地展开心理健康教育工作提供了指导,对于其他中学心理健康教育工作的开展也具有重要的参考意义。

二、调查对象与工具

(一) 调查对象

本次调查对象为赵县中学全校四个年级共 597 名学生。其中高一 201 人,高二 108 人,高三 124 人,复读班 165 人,其中男生 291 人,女生 307 人;文科 131 人,理科 467 人;独生子女 39 人,非独生子女 559 人。具体情况如表 2-1 所示。

表 2-1

		人数	百分比
性别	男	291	48.7
	女	306	51.3
	总计	597	100
年级	高一	201	33.7
	高二	108	18.1
	高三	123	20.6
	复读	165	27.6
	总计	597	100
学科	文科	130	21.8
	理科	467	78.2
	总计	597	100
是否独生子女	是	39	6.5
	否	558	93.5
	总计	597	100
总计		597	100

（二）调查方法

采用整群抽样调查，每次集中 1 个班级学生到本班教室，用 2 分钟时间向学生讲授此次调查目的、意义、调查项目的含义，再把调查表发给每人独立填写。调查表收集后，及时进行审核，发现问题及时纠正。

（三）调查工具

采用自编《高中生心理困扰调查问卷》。本问卷由 11 个困扰高中生的事件组成，包括学习动力不足、学习压力太大、考试焦虑、与同学关系紧张、与父母关系紧张、与老师关系紧张、学习习惯不良、学习方法不当、情绪波动较大、青春期生理烦恼和青春期情感烦恼，这些事件是学校心理咨询室中学生诉说的心理困扰问题。每个事件后有“是”、“否”两个选项。若选“否”，则继续下一题；选“是”，则对该事件对自己造成的影响程度进行评估，有“轻度”、“中度”、“重度”和“极重”四个程度，分别记 1、2、3、4 分，分数越高，困扰程度越大。

（四）统计方法

利用 SPSS13.0 软件进行统计分析。

三、结果与分析

（一）高中生心理困扰现状

数据统计结果显示：困扰高中生最多的三个问题是学习方法不当、学习动力不足和学习习惯不良，分别占 78.1%、71.6% 和 71%；对学生困扰程度最高的三个问题是情绪波动较大、学习动力不足和学习方法不当，困扰程度分别是 2.127、2.06 和 1.948，同时，学习压力太大、学习习惯不良和青春期情感烦恼对学生的困扰程度也相对较高，分别是 1.943、1.918 和 1.907。学生所受困扰及所占百分比和平均困扰程度如表 3-1 所示。

（二）不同困扰事件对各年级的平均困扰程度

1. 学习动力不足

学习动力不足对高一年级学生的困扰程度为 1.976，高二年级学生为 2.028，高三年级学生为 2.321，复读生为 1.988，总的平均困扰程度为 2.06，为中度困扰。详见表 3-2。

表 3-1

困扰事件	百分比	平均困扰程度
学习动力不足	71.6%	2.06
学习压力太大	63.8%	1.943
考试焦虑	55.3%	1.879
与同学关系紧张	13.5%	1.441
与父母关系紧张	9.7%	1.619
与老师关系紧张	19.4%	1.878
学习习惯不良	71%	1.918
学习方法不当	78.1%	1.948
情绪波动较大	60.6%	2.127
青春期生理烦恼	24.7%	1.655
青春期情感烦恼	40.1%	1.907

表 3-2

困扰事件	年级	轻度	中度	重度	极重	平均困扰度
学习动力不足	高一	28.7%	48%	20.7%	2.7%	1.976
	高二	35%	38.8%	15%	11.3%	2.028
	高三	18.4%	46%	20.7%	14.9%	2.321
	复读	31.4%	48.1%	9.6%	10.6%	1.988
	总	28.5%	45.8%	16.9%	8.8%	2.06

2. 学习压力太大

学习压力太大对高一年级学生的困扰程度为 1.78, 高二年级学生为 2.041, 高三年级学生为 2.121, 复读生为 1.95, 总的平均困扰程度为 1.943, 为中度困扰。详见表 3-3。

表 3—3

困扰事件	年级	轻度	中度	重度	极重	平均困扰程度
学习压力太大	高一	39.1%	46.1%	12.5%	2.3%	1.78
	高二	29.9%	41.6%	23.4%	5.2%	2.041
	高三	28.4%	39.2%	24.3%	8.1%	2.121
	复读	27.4%	55.8%	11.6%	5.3%	1.95
	总	32.1%	46.3%	16.8%	4.8%	1.943

3. 考试焦虑

考试焦虑对高一年级学生的困扰程度为 1.701, 高二年级学生为 1.767, 高三年级学生为 2.153, 复读生为 1.936。总的平均困扰程度为 1.879, 为中度以下困扰。详见表 3—4。

表 3—4

困扰事件	年级	轻度	中度	重度	极重	平均困扰程度
考试焦虑	高一	48.1%	35.6%	14.4%	1.9%	1.701
	高二	50%	30.4%	12.5%	7.1%	1.767
	高三	28.8%	38.4%	21.9%	11%	2.153
	复读	40.7%	35.2%	14.3%	9.9%	1.936
	总	42%	35.2%	15.7%	7.1%	1.879

4. 与同学关系紧张

与同学关系紧张对高一年级学生的困扰程度为 1.481, 高二年级学生为 1.252, 高三年级学生为 1.589, 复读生为 1.402, 总的平均困扰程度为 1.441, 为轻度以上困扰。详见表 3—5。

表 3—5

困扰事件	年级	轻度	中度	重度	极重	平均困扰程度
与同学关系紧张	高一	55.6%	40.7%	3.7%	0	1.481
	高二	81.3%	12.5%	6.3%	0%	1.252
	高三	64.7%	23.5%	0	11.8%	1.589
	复读	66.7%	26.7%	6.7%	0	1.402
	总	65.3%	28%	4%	2.7%	1.441

5. 与父母关系紧张

与父母关系紧张对高一年级学生的困扰程度为 1.706, 高二年级学生为 1.357, 高三年级学生为 1.925, 复读生为 1.455, 总的平均困扰程度为 1.619, 为中度以下困扰。详见表 3-6。

表 3-6

困扰事件	年级	轻度	中度	重度	极重	平均困扰程度
与父母关系紧张	高一	41.2%	52.9%	—	5.9%	1.706
	高二	64.3%	35.7%	—	—	1.357
	高三	46.2%	30.8%	7.7%	15.4%	1.925
	复读	63.6%	27.3%	9.1%	—	1.455
	总	52.7%	38.2%	3.6%	5.5%	1.619

6. 与老师关系紧张

与老师关系紧张对高一年级学生的困扰程度为 1.63, 高二年级学生为 1.421, 高三年级学生为 2.388, 复读生为 2.002, 总的平均困扰程度为 1.878, 为中度以下困扰。详见表 3-7。

表 3-7

困扰事件	年级	轻度	中度	重度	极重	平均困扰程度
与老师关系紧张	高一	58.7%	26.1%	8.7%	6.5%	1.63
	高二	68.4%	21.1%	10.5%	—	1.421
	高三	27.8%	27.8%	22.2%	22.2%	2.388
	复读	38.5%	38.5%	7.7%	15.4%	2.002
	总	48.2%	27.2%	13.2%	11.4%	1.878

7. 学习习惯不良

学习习惯不良对高一年级学生的困扰程度为 1.787, 高二年级学生为 1.968, 高三年级学生为 2.259, 复读生为 1.78, 总的平均困扰程度为 1.918, 为中度困扰。详见表 3-8。

表 3-8

困扰事件	年级	轻度	中度	重度	极重	平均困扰程度
学习习惯不良	高一	39.2%	44.6%	14.9%	1.4%	1.787
	高二	34.8%	42.4%	13.6%	9.1%	1.968
	高三	21.7%	46.7%	15.2%	16.3%	2.259
	复读	43.9%	37.7%	14.9%	3.5%	1.78
	总	36%	42.9%	14.8%	6.4%	1.918

8. 学习方法不当

学习方法不当对高一年级学生的困扰程度为 1.8，高二年级学生为 1.958，高三年级学生为 2.331，复读生为 1.84，总的平均困扰程度为 1.948，为中度困扰。详见表 3-9。

表 3-9

困扰事件	年级	轻度	中度	重度	极重	平均困扰程度
学习方法不当	高一	41.8%	39.4%	15.8%	3%	1.8
	高二	36.8%	42.1%	9.2%	11.8%	1.958
	高三	24.7%	36.1%	20.6%	18.6%	2.331
	复读	38.4%	43.2%	14.4%	4%	1.84
	总	36.5%	40.2%	15.3%	8%	1.948

9. 情绪波动较大

情绪波动较大对高一年级学生的困扰程度为 1.919，高二年级学生为 2.198，高三年级学生为 2.282，复读生为 2.186，总的平均困扰程度为 2.127，为中度困扰。详见表 3-10。

表 3-10

困扰事件	年级	轻度	中度	重度	极重	平均困扰程度
情绪波动较大	高一	34.5%	45.5%	13.6%	6.4%	1.919
	高二	31.8%	33.3%	18.2%	16.7%	2.198
	高三	23.1%	42.3%	17.9%	16.7%	2.282
	复读	26.5%	39.2%	23.5%	10.8%	2.186
	总	29.2%	40.7%	18.3%	11.8%	2.127

10. 青春期生理烦恼

青春期生理烦恼对高一年级学生的困扰程度为 1.344, 高二年级学生为 1.751, 高三年级学生为 1.77, 复读生为 2.033, 总的平均困扰程度为 1.655, 为中度以下困扰。详见表 3-11。

表 3-11

困扰事件	年级	轻度	中度	重度	极重	平均困扰程度
青春期生理烦恼	高一	70.7%	25.9%	1.7%	1.7%	1.344
	高二	40.6%	50%	3.1%	6.3%	1.751
	高三	54.5%	27.3%	4.5%	13.6%	1.77
	复读	30.3%	45.5%	15.2%	9.1%	2.033
	总	52.4%	35.9%	5.5%	6.2%	1.655

11. 青春期情感烦恼

青春期情感烦恼对高一年级学生的困扰程度为 1.684, 高二年级学生为 1.982, 高三年级学生为 2.091, 复读生为 1.96, 总的平均困扰程度为 1.907, 为中度困扰。详见表 3-12。

表 3-12

困扰事件	年级	轻度	中度	重度	极重	平均困扰程度
青春期情感烦恼	高一	51.3%	31.6%	14.5%	2.6%	1.684
	高二	40.7%	31.5%	16.7%	11.1%	1.982
	高三	32.7%	36.4%	20%	10.9%	2.091
	复读	40%	32%	20%	8%	1.96
	总	42.1%	32.8%	17.4%	7.7%	1.907

(四) 不同困扰事件之间的相关程度

统计数据表明: 学习动力不足与学习习惯不良、情绪波动较大、青春期生理烦恼之间呈显著相关, 相关系数 r 分别为 0.729、0.783 和 0.758 ($p < 0.05$); 学习压力太大与学习方法不当之间呈显著相关, 相关系数 $r = 0.762$ ($p < 0.05$); 与同学关系紧张和与父母关系紧张、与老师关系紧张之间呈显著

相关, 相关系数 r 分别为 0.942 ($p < 0.01$) 和 0.726 ($p < 0.05$); 与父母关系紧张和与老师关系紧张之间呈显著相关, 相关系数 $r = 0.883$ ($p < 0.01$); 学习习惯不良与学习方法不当之间呈显著相关, 相关系数 $r = 0.965$ ($p < 0.01$); 情绪波动较大与青春期生理烦恼、青春期情感烦恼之间呈显著相关, 相关系数 r 分别为 0.947、0.959 ($p < 0.01$); 青春期生理烦恼与青春期情感烦恼之间呈显著相关, 相关系数 $r = 0.970$ ($p < 0.01$)。如表 3-13 所示。

表 3-13

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	---	0.234	0.417	0.273	0.187	0.298	0.729 *	0.547	0.783 *	0.758 *	0.672
2	0.234	---	0.281	0.701	0.565	0.224	0.688	0.762 *	0.410	0.397	0.467
3	0.417	0.281	---	0.684	0.603	0.471	0.612	0.569	0.456	0.314	0.306
4	0.273	0.701	0.684	---	0.942 **	0.726 *	0.493	0.497	0.441	0.436	0.497
5	0.187	0.565	0.603	0.942 **	---	0.883 **	0.296	0.264	0.441	0.398	0.518
6	0.298	0.224	0.471	0.726 *	0.883 *	---	0.089	-0.048	0.556	0.529	0.637
7	0.729 *	0.688	0.612	0.493	0.296	0.089	---	0.965 **	0.671	0.577	0.536
8	0.547	0.762 *	0.569	0.497	0.264	-0.05	0.965 **	---	0.479	0.392	0.356
9	0.783 *	0.410	0.456	0.441	0.441	0.556	0.671	0.479	---	0.947 **	0.959 **
10	0.758 *	0.397	0.314	0.436	0.398	0.529	0.577	0.392	0.947 **	---	0.970 **
11	0.672	0.467	0.306	0.497	0.518	0.637	0.536	0.356	0.959 **	0.970 **	---

注: * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

1. 学习动力不足; 2. 学习压力太大; 3. 考试焦虑; 4. 与同学关系紧张; 5. 与父母关系紧张; 6. 与老师关系紧张; 7. 学习习惯不良; 8. 学习方法不当; 9. 情绪波动较大; 10. 青春期生理烦恼; 11. 青春期情感烦恼。

四、讨论与建议

(一) 高中生心理困扰现状

1. 高中生心理困扰的主要问题

从数据统计结果中可以看到, 困扰学生最多的主要是学习问题 (学习方法不当、学习动力不足和学习习惯不良), 由此造成的心理困扰以及情绪、情感烦恼造成的心理困扰程度均达到了中等或中等偏上水平。

学习被视为是学生的第一要务。在中学阶段, 无论家长还是教师更多关注的是学生的学习成绩如何、知识掌握怎样, 教师在教学过程中也只是注重教授学科知识与应试技巧, 忽略了科学、具体的学习方法指导及良好学习习