

# 义务教育阶段学生参加校外培训 能缓解家长教育焦虑吗？

薛海平 杨琳琳

(首都师范大学 教育学院, 北京 100048)

**摘要:** 家长教育焦虑一直居高不下,成为当前社会各界关注的突出问题。利用“双减”政策实施后全国大样本抽样调查数据,运用多层线性模型和倾向得分匹配方法,探讨义务教育阶段学生参加校外培训能否缓解家长教育焦虑以及学生参加校外培训对家长教育焦虑的异质性影响。研究结果显示,无论义务教育阶段学生参加学科类校外培训还是非学科类校外培训,都会显著加重家长的教育焦虑,且对大城市、高社会经济地位家长教育焦虑的刺激作用更强。为缓解家长的教育焦虑,建议引导家长转变教育观念,理性选择校外培训;防止非学科类校外培训“新内卷”态势,警惕教育焦虑扩散;加大学科类校外培训治理力度,消解家长教育焦虑。

**关键词:** “双减”政策; 校外培训; 教育焦虑; 教育竞争; 家庭教育

**作者简介:** 薛海平,首都师范大学教育学院教授、博士生导师; 杨琳琳,首都师范大学教育学院博士研究生。

**基金项目:** 国家社会科学基金 2022 年度重点项目“‘双减’政策落实的过程监测和成效评价研究”(项目编号: AHA220020) 的阶段性研究成果。

中图分类号: G459

文献标识码: A

文章编号: 2095-7068(2025)02-0092-13

DOI: 10.19563/j.cnki.sdj.2025.02.010

## 一、引言

家长教育焦虑症结存在已久,且已在全社会范围内蔓延,逐渐成为一种普遍的群体性心理情绪。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”政策)。有效缓解家长的焦虑情绪是“双减”政策的工作重点之一。然而,相关研究表明,“双减”政策实施后,家长的教育焦虑尚未得到有效缓解,并且仍然处在比较高的水平。<sup>[1-2]</sup>

相关研究指出,家长教育焦虑会显著增加家庭的校外培训投入。<sup>[3]</sup> 当下“强竞争、强筛选”的教育环境令学生的升学压力不断增大,而针对性不强的学校教育难以满足家长和学生“上好学”的需求,家长们开始为子女的升学与未来发展感到担心和焦虑。为了让子女在升学竞争中胜出,家长让孩子参加各类校外培训班来提高成绩,从而缓解自己的焦虑情绪。然而,学生参加校外培训真的可以缓解家长的教育焦虑吗? 本研究利用首都师范大学中小学生校外教育研究院与中国儿童中心、北京大学中国社会科学调查

中心合作在全国范围内开展的儿童校外生活和教育抽样调查数据,运用多层线性模型和倾向得分匹配方法,探讨义务教育阶段学生参加校外培训对家长教育焦虑的影响,分析学生参加校外培训对家长教育焦虑影响的异质性,为治理校外培训、缓解家长教育焦虑提供实证依据和参考借鉴。

## 二、文献综述

近年来,人民群众对优质教育资源的旺盛需求与当前教育资源发展不均衡、不充分的矛盾逐渐突出,家长们高强度、高密度育儿以及“输不起”的心态催生出了“鸡娃”“内卷”等教育现象。这些教育现象的背后其实是弥漫在整个教育阶段的“集体性焦虑”,家长逐渐成为教育焦虑的主要群体。

关于教育焦虑的内涵,已有研究主要有以下观点:第一,基于教育结果视角认为教育焦虑是人们对子女教育结果的过分担心,具体表现在唯恐孩子上不了好学校,得不到公平对待,最终上不了好大学,以致最后无法在社会上很好地就业。<sup>[4]</sup>第二,基于教育过程视角认为教育焦虑是指教育主体在向教育对象进行教育的过程中,由于社会、家庭、学校、学生自身、外在支持系统缺失等因素的影响,引发的一系列异常心理现象,包括焦躁、担忧、紧张、忐忑等。<sup>[5]</sup>第三,基于教育过程与教育结果双视角认为教育焦虑是指教育主体对教育历程和教育效果没有把握所诱发的紧张、担心、烦躁等多种情绪状态。<sup>[6-8]</sup>

关于家长教育焦虑的影响因素,已有研究进行了较为充分的探讨。家长的教育观念、期望偏差以及自身教育能力都影响着家长的教育焦虑。受儒家文化影响,“学而优则仕”的教育理念根植于大多数家长的心中,教育改变命运成为社会的普遍认知。<sup>[9]</sup>家长们往往对子女抱有较高的教育期望。相关研究表明,家长对孩子的高期望不一定会导致高焦虑,但期望偏差偏大会导致家长产生较高的教育焦虑。<sup>[10-11]</sup>而且部分家长由于自身教育能力不足,在教育子女的过程中对自己的教育应对能力、胜任力以及情绪调节能力的自信程度较低,即便是孩子目前发展较好,家长也会因害怕自己不能应对未来可能出现的教育挑战而感到焦虑。<sup>[12]</sup>此外,教育政策变迁所带来的不确定性<sup>[13]</sup>、同辈影响所产生的剧场效应<sup>[14]</sup>、网络环境放大的“信息茧房”效应<sup>[15]</sup>也是影响家长教育焦虑的因素。

校外培训与家长教育焦虑的关系也受到了少数研究者的关注。部分研究者分析了家长教育焦虑对校外培训投入以及子女不参加校外培训对家长教育焦虑的影响。巩阅瑄等利用中国家庭金融调查(CHFS)2015年数据采用Tobit模型分析家庭教育焦虑对校外培训投入的影响,研究发现家庭教育焦虑会显著增加家庭校外培训投入。<sup>[16]</sup>随着“双减”政策的实施,校外培训乱象得到了有效治理,但从某种程度上说,阻碍了家长们原本熟悉的以校外培训来提升子女学习成绩的教育路径,家长教育焦虑仍未缓解。张晓峰等对上海市中心城区3563位义务教育阶段学生家长的调查发现,“双减”后孩子越不参加学科类补习家长越可能焦虑。<sup>[17]</sup>田宏杰等对12位家长的深度访谈发现,“双减”政策使得家长原来熟悉的校外培训模式受阻,激发了家长的资源焦虑。<sup>[18]</sup>

在家长教育焦虑与校外培训的异质性关系研究方面,巩阅瑄等研究发现经济、文化资本高的家庭可通过校外培训投入转化教育过度焦虑,经济、文化资本低的家庭由于资本的有限性会陷入过度焦虑的恶性循环。田宏杰等发现高社会地位家庭对因“双减”政策导致的校外培训路径受阻的焦虑程度低于中社会经济地位家庭。

通过梳理,发现已有研究存在以下不足:第一,已有研究多数基于访谈资料或“双减”政策实施前的调查数据对家长教育焦虑的影响因素进行分析,抑或是从理论层面对家长教育焦虑的诱因进行探讨,利用“双减”政策实施后具有全国代表性的大样本调查数据对家长教育焦虑进行探讨的研究还很少见。第二,家长的教育焦虑与“校外培训热”密切相关,但当前探讨家长教育焦虑与校外培训关系的实证研究很少,仅少数研究关注到家长教育焦虑对学生参加校外培训的影响和学生不参加校外培训对家长教育焦虑的影响,尚未有研究讨论学生参加校外培训对家长教育焦虑的影响。第三,已有研究探究了家长教育焦虑与校外培训在家庭社会经济地位上的异质性关系,对于二者在学生就读年级、家庭居住地、学校位置等

层面上的异质性分析还需进一步挖掘。

基于以上分析,本研究利用“双减”实施后大样本调查数据,利用多层线性模型和倾向得分匹配方法,探讨学生参加校外培训对家长教育焦虑的影响,分析学生参加校外培训对不同特征家长群体教育焦虑的异质性影响,并以此为基础提出缓解家长教育焦虑的对策建议。

### 三、数据来源与研究方法

#### (一) 数据

本研究使用数据为2023年4月至6月首都师范大学中小學生校外教育研究院与中国儿童中心、北京大学中国社会科学调查中心在全国范围内合作开展的儿童校外生活和教育抽样调查数据。该数据样本涵盖全国11个省市的121所中小学校的校长、教师、学生及其家长。该调查涉及学生家庭社会经济背景、学校背景、中小學生家长教育焦虑、学生参与校外培训等题项,能够较好地满足本研究的需要。在剔除重复作答、未签订知情同意书等无效样本后,将学生和家長数据库进行匹配,得到有效的学生-家長匹配问卷32 336份。

#### (二) 变量

##### 1. 因变量

本研究的因变量是家長教育焦虑程度,包括对子女的学业成就焦虑、升学结果焦虑、亲子关系焦虑、未来职业发展焦虑、心理健康焦虑五个方面,采用Likert五级量表进行测量,对五个维度取平均值得到家長教育焦虑水平。考虑到家長的教育焦虑情绪并非在短时间内产生,存在一定程度的滞后性,遂本研究考察2022年学生参与校外培训的情况对2023年家長教育焦虑水平的影响。

##### 2. 自变量

本研究的自变量为学生校外培训参与,分为2022年学科类校外培训参与和2022年非学科类校外培训参与,由“包括线上和线下,过去一年(2022年),这个孩子是否参加了校外学科类培训班”和“包括线上和线下,过去一年(2022年),这个孩子是否参加了非学科类培训班”两个题项组成,若学生参与了相应类型的校外培训赋值为“1”,反之赋值为“0”。

##### 3. 协变量

根据已有文献,本研究选择将学生个体层面、家庭层面、学校层面等作为协变量。学生层面选择学生性别、就读年级、家庭结构(是否为独生子女)、学习成绩作为协变量;家庭层面选择家長角色、家庭社会经济地位(SES)、家庭居住地作为协变量;学校层面选择学校质量、学校所在城市规模作为协变量。此外,考虑到家長的教育焦虑还会受到教育竞争环境的影响,遂将教育竞争因素也纳入协变量中。由于本文所用数据收集于2023年4月,高考尚未开始,所以本文用2022年对应省份的高中生本科录取率来衡量该省本科升学的教育竞争激烈程度。数值越大,说明学生所处地区的本科升学教育竞争程度越低;数值越小,说明学生所处地区的本科升学教育竞争程度越高。

#### (三) 研究方法

##### 1. 多层线性模型

家長教育焦虑受学生个体、家長个体、家庭社会经济背景以及学校质量、学校所在城市等多层因素的影响。考虑到本研究数据中学生与家長样本嵌套于不同学校之中,且不同学校教学质量存在差异,因此采用两层线性模型(HLM)考察家長个体层面变量(含学生)和学校层面变量对家長教育焦虑的影响。

##### (1) 零模型

个体层:  $Y_{ij} = \beta_{0j} + r_{ij} \quad r_{ij} \sim N(0, \sigma^2)$

学校层:  $\beta_{0j} = \gamma_{00} + u_{0j} \quad u_{0j} \sim N(0, \sigma_{00}^2)$

其中  $Y_{ij}$  是  $j$  学校  $i$  家长的教育焦虑程度,  $\beta_{0j}$  是  $j$  学校所有家长的平均教育焦虑程度,  $r_{ij}$  代表  $j$  学校  $i$  家长与  $j$  学校平均家长教育焦虑之差, 是家长个体层面的随机误差;  $\gamma_{00}$  是各学校家长教育焦虑的总体平均数,  $\mu_{0j}$  是  $j$  学校与总体平均数之差, 是学校层面的随机误差。

## (2) 全模型

在零模型的基础上, 加入家长个体层和学校层的变量, 分析家长个体层面与学校层面变量对家长教育焦虑的影响。

个体层:  $Y_{ij} = \beta_{0j} + \beta_{1j}tutor + \beta_{2j}student + \beta_{3j}family + r_{ij}, r_{ij} \sim N(0, \sigma^2)$

学校层:  $\beta_{0j} = \gamma_{00} + \gamma_{01}school + u_{0j}, u_{0j} \sim N(0, \sigma_{00})$

其中,  $Y_{ij}$  表示  $j$  学校  $i$  家长的教育焦虑程度;  $\beta_{0j}$  表示  $j$  学校家长平均教育焦虑程度;  $tutor$  表示 2022 年学生参加校外培训的情况;  $student$  表示学生个体因素变量, 包括学生性别、就读学段、家庭结构、学习成绩;  $family$  表示家庭因素变量, 包括家长性别、家庭社会经济地位、家庭居住地;  $r_{ij}$  表示  $j$  学校  $i$  家长未被解释的残差;  $school$  表示学校层级变量, 包括学校质量、学校所在城市规模、2022 年省高中生本科录取率;  $u_{0j}$  表示学校层次的随机效应。

## 2. 倾向得分匹配法

学生是否参加校外培训, 一定程度上与学生个人因素或学生家庭因素有关, 是样本自选择的结果, 多层线性模型无法完全控制相关因素, 易产生内生性问题。为确保分析结果的稳健性, 消除因混杂因素干扰产生的选择性偏差, 本研究采用倾向得分匹配 (Propensity Score Matching, PSM) 法, 基于反事实分析框架, 对多层线性模型的估计结果进行稳健性检验。

本研究将学生参与校外培训赋值为“1”, 即处理组; 学生未参与校外培训赋值为“0”, 即对照组。倾向得分匹配法首先通过 logit 或 probit 模型估计倾向得分, 在此基础上, 从对照组中选出一个与处理组各项特征相似的个体进行匹配, 从而比较其他特征相似, 只有孩子参与校外培训情况不同的家长的教育焦虑的差异。倾向得分可以表示为:  $P(x_i) = Pr(D_i = 1 | x_i)$ 。其中  $x_i$  为协变量矩阵,  $D_i$  表示第  $i$  个家长的教育焦虑水平,  $D_i = 1$  表示为处理组 (孩子参加学科类培训/非学科类培训),  $D_i = 0$  表示为控制组 (孩子未参加学科类培训/非学科类培训)。

估计倾向得分之后, 本研究采用最近邻匹配、卡尺匹配、核匹配三种匹配方法估算出学生参加校外培训对家长教育焦虑影响的平均处理效应 ATT (Average treatment effect for the treated), 具体公式如下:

$$ATT = E(Y_{1i} | D_i = 1) - E(Y_{0i} | D_i = 1) = E(Y_{1i} | D_i = 1) - E\{E(Y_{0i} | D_i = 0, P(x_i)) | D_i = 1\} = E\{[E(Y_{1i} | D_i = 1, P(x_i)) - E(Y_{0i} | D_i = 0, P(x_i))] | D_i = 1\}$$

$Y_{1i}$  和  $Y_{0i}$  分别代表第  $i$  个家长在处理组和对照组时潜在的教育焦虑水平,  $D_i = 1$  代表处理组家长,  $D_i = 0$  代表控制组家长,  $P(x_i)$  为之前得到的倾向得分。

## 四、主要研究结果

### (一) 学生参与校外培训对家长教育焦虑影响的多层线性模型分析

#### 1. 零模型分析

零模型是指在个体层面和学校层面均不纳入预测变量的模型, 主要用于考查被解释变量在学校层面上的差异是否具有统计学意义。本研究将家长教育焦虑程度作为被解释变量, 在未加入解释变量的情况下, 组间方差为 0.030, 组内方差为 0.746, 进一步计算组内相关系数 (ICC) 为 0.039。虽然根据 Cohen 建议的判断准则<sup>[19]</sup>, 0.039 属于低度组内相关, 但是零模型的  $p$  值小于 0.001, 即第二层的预测变量对因变量的变异有显著影响。因此, 可以使用多层线性模型进行分析。<sup>[20]</sup>

2.全模型分析

在零模型的基础上,纳入学生校外培训参与解释变量和学生、家庭以及学校层面的控制变量后,形成学生校外培训参与对家长教育焦虑影响的两层线性模型,结果如表1所示。模型1是基准模型,估计控制变量对家长教育焦虑的影响。数据显示,在个体层面,学生成绩、家庭社会经济地位对家长教育焦虑有显著负影响;学生所处的年级越高,家长的教育焦虑水平越高;非独生子女家庭的家长产生教育焦虑的可能性更高;父亲的教育焦虑水平显著高于母亲。在学校层面,学校所在的城市规模越大、本科生录取率越高的省份,家长越容易产生教育焦虑。有效维持不平等理论(EMI理论)认为,优势群体会努力寻求优势,如果量上的差别大就寻求量上的优势,如果质上的差别大就寻求质上的优势。<sup>[21]</sup>当前,我国已经建成世界最大规模高等教育体系,高等教育毛入学率从2012年的30%,提高至2021年的57.8%,已经进入普及化阶段,不同阶层接受高等教育的机会差异正在缩小。此时,高社会经济地位家庭的需求已不再是“上大学”,而是“上好大学”,接受更优质的高等教育。因此,当一些省市的本科高校录取率上升的时候,即学生接受高等教育的机会较大,会造成家长和学生“上好大学”的竞争焦虑感上升。<sup>[22]</sup>

表1 学生参与校外培训对家长教育焦虑的影响分析

变量		模型 1	模型 2	模型 3
个体层	2022 年学科类校外培训参与			0.113 *** ( 0.010)
	2022 年非学科类校外培训参与		0.066 *** ( 0.011)	
	学生性别: 男	-0.010 ( 0.009)	-0.009 ( 0.009)	-0.010 ( 0.009)
	学生成绩	-0.388 *** ( 0.006)	-0.391 *** ( 0.006)	-0.391 *** ( 0.006)
	就读年级	0.028 *** ( 0.003)	0.030 *** ( 0.003)	0.026 *** ( 0.003)
	是否独生: 否	0.026 ** ( 0.010)	0.029 ** ( 0.010)	0.030 ** ( 0.010)
	家长角色: 父亲	0.031 ** ( 0.011)	0.032 ** ( 0.011)	0.030 ** ( 0.011)
	家庭 SES	-0.009 *** ( 0.002)	-0.011 *** ( 0.002)	-0.010 *** ( 0.002)
	家庭居住地: 城市	-0.009 ( 0.015)	-0.012 ( 0.015)	-0.012 ( 0.015)
	学校质量: 非示范校	0.028 ( 0.022)	0.030 ( 0.022)	0.033 ( 0.022)
学校层	学校所在城市规模	0.037 ** ( 0.011)	0.036 ** ( 0.014)	0.034 ** ( 0.014)
	2022 年省本科生录取率	0.032 ** ( 0.016)	0.031 * ( 0.016)	0.031 * ( 0.016)

续表

	变量	模型 1	模型 2	模型 3
随机效应	截距	0.009 ***	0.009 ***	0.010 ***
	残差	0.639 ***	0.638 ***	0.636 ***
拟合优度	-2 受限对数似然	70 891.028	70 859.362	70 771.749
	赤池信息准则( AIC)	70 895.028	70 863.362	70 775.749
	施瓦兹贝叶斯准则( BIC)	70 911.616	70 879.949	70 792.337

注：\* 代表  $p < 0.1$  , \*\* 代表  $p < 0.05$  , \*\*\* 代表  $p < 0.01$  , 下表同。

模型 2 和模型 3 分别加入学生非学科类校外培训参与和学生学科类校外培训参与解释变量。结果显示,学生参与非学科类校外培训对家长教育焦虑有显著正向影响,学生参与学科类校外培训对家长教育焦虑亦有显著正影响,即学生参与非学科类校外培训和学科类校外培训均会显著加重家长的教育焦虑。

## (二) 学生参与校外培训对家长教育焦虑影响的 PSM 模型分析

### 1. 倾向指数估计: Logit 模型

为避免样本的自选择偏差以及混杂因素的干扰,本研究运用倾向得分匹配法对前文的分析结果进行稳健性检验。在运用倾向得分匹配法估计义务教育阶段学生参加校外培训对家长教育焦虑的影响时,须先建立 Logit 回归模型分析学生是否参加校外培训的影响因素。数据结果显示,高年级、独生子女、学习成绩好、家庭社会经济地位高、所在省份本科生录取率高、大城市的学生参加学科类校外培训的概率更大;女生、低年级、独生子女、学习成绩好、家庭社会经济地位高、所在省份本科生录取率高、大城市的学生参加非学科类校外培训的概率更大。

### 2. 平衡性检验

为确保匹配结果的有效性,在利用 PSM 模型估计影响效应时,需要检验匹配后样本是否满足平衡性假设和共同支撑假设。囿于文章篇幅限制,本文仅呈现处理行为是参与学科类校外培训的近邻匹配平衡性检验结果。由表 2 可知,所有协变量的标准误在匹配后均有不同程度的减低,其中偏误削减绝对值最大达到 385.0%,且匹配后处理组和控制组中各协变量都在 1% 水平上失去了显著性,说明匹配后处理组与控制组的差异得到了有效控制,平衡性假设满足,匹配效果良好。

表 2 近邻匹配法下的平衡性检验结果

		处理行为: 参与学科类校外培训					
	匹配状态	处理组	控制组	标准误减少	消减绝对值	T 值	P 值
学生性别	匹配前	1.488	1.486	0.4	385.0	0.30	0.765
	匹配后	1.488	1.497	-1.7		-1.28	0.200
就读年级	匹配前	5.680	5.639	1.6	28.7	1.35	0.176
	匹配后	5.678	5.625	2.1		1.56	0.118
是否独生	匹配前	0.482	0.367	23.5	96.3	19.52	0.000
	匹配后	0.481	0.477	0.9		0.63	0.530

续表

处理行为: 参与学科类校外培训							
	匹配状态	处理组	控制组	标准误减少	消减绝对值	T 值	P 值
学习成绩	匹配前	3.872	3.708	19.8	90.9	16.34	0.000
	匹配后	3.872	3.887	-1.8		-1.33	0.182
家长角色	匹配前	1.753	1.768	-3.0	26.2	-2.45	0.014
	匹配后	1.753	1.764	-2.2		-1.64	0.100
家庭 SES	匹配前	0.730	-0.364	36.5	99.6	30.44	0.000
	匹配后	0.727	0.732	-0.2		-0.12	0.908
家庭居住地	匹配前	1.226	1.347	-27.1	99.0	-22.05	0.000
	匹配后	1.226	1.224	0.3		-0.21	0.832
学校质量	匹配前	0.603	0.534	14.0	97.6	11.58	0.000
	匹配后	0.603	0.605	-0.3		-0.25	0.802
学校所在 城市规模	匹配前	2.889	2.613	26.3	99.7	21.75	0.000
	匹配后	2.889	2.890	-0.1		-0.07	0.948
2022 年省本 科生录取率	匹配前	1.226	0.967	26.9	91.2	22.63	0.000
	匹配后	1.225	1.248	-2.4		-1.60	0.109

共同支撑域检验结果显示,在处理行为是参与学科类校外培训的匹配中,绝大部分样本在共同取值范围内,满足共同支撑假设;在处理行为是参与非学科类校外培训的匹配中,全部样本都在共同取值范围内,亦满足共同支撑假设的要求。

3. 影响效应估计

考虑到学生参与校外培训对家长教育焦虑影响的平均处理效应可能与匹配方式有关,因此为保证研究结果的稳健性,本研究采用最近邻匹配、卡尺匹配和核匹配三种匹配方法得到样本的平均处理效应(ATT)(表3)。

结果显示,在纠正内生性问题后,无论学生是参与学科类校外培训还是非学科类校外培训都会对家长教育焦虑产生显著正影响,该结果与前文运用多层线性模型分析的结果一致,说明研究结果具有稳健性。具体来看,在处理行为是参与学科类校外培训的三种匹配方法中,匹配前处理组家长教育焦虑水平比控制组高 0.043,匹配后处理组家长教育焦虑水平分别高于控制组 0.127、0.114、0.111,且均在 1% 的水平上显著,这说明学生参与学科类校外培训会显著加重家长的教育焦虑;在处理行为是参与非学科类校外培训的三种匹配方法中,匹配前处理组家长教育焦虑水平比控制组低 0.132,而匹配后处理组家长教育焦虑水平比控制组分别高 0.068、0.078、0.079,且都在 1% 水平上显著,这说明在尽可能排除其他干扰因素后,学生参加非学科类校外培训会显著加重家长的教育焦虑。

(三) 学生参与校外培训对家长教育焦虑影响的异质性分析

考虑到学生参与校外培训可能对不同特征家长群体教育焦虑的影响不同,本研究分别构建学生就读年级、家庭社会经济地位、家庭居住地、学校所在城市规模与学科类校外培训参与、非学科类校外培训参与的交互项,探究学生参与校外培训对家长教育焦虑的异质性影响(表4仅呈现交互项显著结果)。数据

表 3 学生参与校外培训对家长教育焦虑影响的平均处理效应

处理行为	匹配方法	匹配状态	处理组	控制组	ATT	标准差	T 值
参与学科类校外培训	最近邻匹配	匹配前	2.844	2.801	0.127***	0.015	8.61
		匹配后	2.844	2.717			
	卡尺匹配	匹配前	2.844	2.801	0.114***	0.011	10.34
		匹配后	2.844	2.731			
	核匹配	匹配前	2.844	2.801	0.111***	0.011	10.16
		匹配后	2.844	2.733			
参与非学科类校外培训	最近邻匹配	匹配前	2.743	2.875	0.068***	0.018	3.81
		匹配后	2.743	2.675			
	卡尺匹配	匹配前	2.743	2.875	0.078***	0.013	5.88
		匹配后	2.743	2.665			
	核匹配	匹配前	2.743	2.875	0.079***	0.013	5.92
		匹配后	2.743	2.664			

显示: 学生参与学科类校外培训会显著加重城市家长的教育焦虑; 学生参与学科类校外培训和非学科类校外培训均会显著加重高社会经济地位家长的教育焦虑; 随着城市规模的扩大, 无论是学生参与学科类校外培训还是非学科类校外培训, 都会加剧家长的教育焦虑, 抑或是学生参与校外培训对大城市家长教育焦虑的刺激作用更强。

表 4 学生参与校外培训对家长教育焦虑影响的异质性分析

变量	模型 4	模型 5	模型 6	模型 7	模型 8
2022 年学科类校外培训参与	0.110*** ( 0.010)	0.069*** ( 0.019)	0.042 ( 0.028)		
2022 年非学科类校外培训参与				0.066*** ( 0.011)	-0.028 ( 0.028)
家庭 SES	-0.014*** ( 0.003)	-0.010*** ( 0.002)	-0.010*** ( 0.002)	-0.014*** ( 0.003)	-0.011*** ( 0.002)
家庭居住地: 城市	-0.011 ( 0.015)	-0.029* ( 0.016)	-0.011 ( 0.015)	-0.011 ( 0.015)	-0.011 ( 0.015)
学校所在城市规模	0.034*** ( 0.014)	0.034** ( 0.014)	0.026* ( 0.015)	0.036** ( 0.014)	0.022*** ( 0.015)
交互项					
学科类校外培训参与* 家庭 SES	0.010*** ( 0.003)				
学科类校外培训参与* 居住地为城市		0.060** ( 0.022)			



续表

变量	模型 4	模型 5	模型 6	模型 7	模型 8
学科类校外培训参与* 学校所在城市规模			0.025** ( 0.009)		
非学科类校外培训参与* 家庭 SES				0.006* ( 0.003)	
非学科类校外培训参与* 学校所在城市规模					0.035*** ( 0.010)
其他变量	控制	控制	控制	控制	控制
截距	3.943***	3.955***	3.966***	3.927***	3.967***

五、研究结论与对策建议

(一) 研究结论与讨论

1. 义务教育阶段学生参加学科类校外培训会显著加重家长的教育焦虑

学生参加学科类校外培训是家长教育焦虑的一道“催化剂”。其原因可能在于 ,多数中国家长都对孩子有着“望子成龙 ,望女成凤”的期许。随着“精英教育”“教育改变命运”等价值观在社会中的不断建构与传递 ,越来越多的家长将孩子学业上的卓越视为所谓的成功。在教育竞争日益激烈的社会环境下 ,家长们愈加担心孩子因成绩不好而上不了好学校 ,得不到好资源 ,最终上不了好大学 ,找不到好工作。为了提高学习成绩 ,家长们让孩子参加学科类校外培训。然而相关研究表明 ,参加学科类校外培训并不是提升学生学业成绩的“快车道” ,反而显著降低了学生的标准总成绩。<sup>[23]</sup> 换言之 ,学生参加学科类校外培训不一定能够实现家长想提升孩子学习成绩的初衷 ,家长的教育投资无法得到回报 ,因此教育焦虑进一步加重。

“双减”政策实施后 ,仍有一些家长存在“怕吃亏”的心理 ,担心“我减你不减” ,唯恐自己的孩子被别人的孩子超越。因此 ,家长们不惜花费更昂贵的价格 ,以“高端家教”“一对一家教”等隐形变异的方式来规避“双减”政策 ,让孩子继续参加学科类校外培训。这种做法无疑会加重家长的教育支出负担。此外 ,研究表明参与校外培训会显著增加学生的负面情绪 ,并以心理健康水平下降作为代价。<sup>[24-25]</sup> 随着学科类校外培训参与时长的增加 ,学生的睡眠时间与质量、学习精力与耐力不断下降 ,导致学习动力不足 ,难以提高学习成绩。家长们在经济与精力负担的高压下 ,不仅担心孩子的学业成绩下滑 ,还担忧孩子的身心健康 ,从而陷入施压与自责的恶性循环之中 ,教育焦虑被持续催化。

2. 义务教育阶段学生参加非学科类校外培训会显著增加家长的教育焦虑

非学科类校外培训旨在发展学生的核心素养 ,培养拓展学生的兴趣爱好与实践能力 ,以表现性评价为主 ,不与学科类考试成绩挂钩。随着素质教育理念不断深入人心 ,家长对孩子的教育期待从单纯的学科分数逐渐扩大到全面发展。多数家长认为学校在培养孩子兴趣爱好、促进孩子全面发展方面有所欠缺 ,因此积极寻求非学科类校外培训作为助力。

然而 ,培养兴趣特长本应是助推孩子个性与全面发展的重要途径 ,却成为部分家长获取优质教育资源的手段 ,如以特长生资格入读优质中学。由于家长不确定孩子升学时哪些科目是学校招收的特长 ,或者不确定应该培养孩子哪项特长 ,因此会选择多个非学科类校外培训班让孩子尝试。家长这种“广撒网”的做法增加了家庭校外教育支出负担 ,“剥夺了”孩子休闲娱乐的时间 ,容易导致孩子产生负面情绪。

在经济负担、孩子身心健康发展、优质教育机会获得等多方面压力下,家长可能会因自身教育经验与对教育投资理论认知的缺乏而变得忧心忡忡、焦虑不已。

此外,2020年10月15日,中共中央、国务院办公厅印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》和《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》,明确指出要将体育、艺术类科目纳入初、高中学业水平考试范围。有调查显示,“双减”政策实施后,非学科类校外培训参与人数持续增多,有“应试体育”“应试艺术”等新“内卷”的倾向。<sup>[26]</sup>一些非学科类校外培训机构趁机刻意对体育、艺术进入中考政策进行过度解读、过度营销,人为制造焦虑<sup>[27]</sup>,无形之中加剧了教育竞争,导致部分家长难以用理性眼光看待孩子参与非学科类校外培训,产生盲目跟风投入的行为,在剧场效应的影响下,家长的教育焦虑被进一步放大。

### 3. 义务教育阶段学生参加校外培训对高社会经济地位家长教育焦虑的刺激作用更强

精英代际转化与阶层再生产理论模型认为,文化资本对于精英位置的重要性促使中国的精英群体想办法控制稀缺的教育资源,从而实现阶层排他和地位的传递,完成精英阶层的再生产。<sup>[28]</sup>精英阶层的固化加剧了教育资源获得的竞争,而文化资本的不可继承性使得处于精英阶层的高社会经济地位家长更希望子女通过教育实现阶层的“守卫”。因此,高社会经济地位的家长往往对子女抱有更高的教育期望。相关研究表明,学生家庭社会经济地位越高,其参与校外培训的概率越大。可见,高社会经济地位家长更倾向于让子女参加校外培训以提升子女的教育竞争力,从而达到家长的高期望与维系原有优势阶层的目的。

“双减”政策的实施使得学科类校外培训机构大量减少,仅少数学科类校外培训机构通过资质审核进入“白名单”,这显然不能满足高社会经济地位家庭的校外培训需求。由于拥有良好的经济文化资本,高社会经济地位家长趋向于为孩子寻求“高端家教”“一对一辅导”等“私人化”的学科类隐形变异培训。然而,这些未经资质审核的隐形变异培训不但难以保证培训质量,而且还存在开展违背学生身心发展规律的“超前超纲”教学,易让学生感到知识难度增大、学习吃力,拉大了高社会经济地位家长的教育期望偏差,加重家长的教育焦虑。

学科类校外培训机构大量减少的同时,非学科类校外培训如火如荼地开展。相较于学科类校外培训,非学科类校外培训往往需要更高的培训费用,如钢琴培训、小提琴培训等。高社会经济地位家庭在支持孩子参加非学科类校外培训上更“省力”。高社会经济地位家庭因其具有经济资本、文化资源等优势,易为孩子选择更加昂贵的“私教”式培训,便于培训教师可以针对孩子的实际情况进行因材施教。而这些私人培训教师可能并未在校外培训机构就职,教师的培训行为不受培训机构的监督和监管,或存在卷钱跑路的情况。高社会经济地位家长在损失钱财的同时想培养孩子兴趣爱好的教育路径也遭受阻碍,容易产生挫败感,进而对孩子的教育感到迷茫和焦虑。

### 4. 义务教育阶段学生参加校外培训对大城市家长教育焦虑的刺激作用更强

在传统城乡二元体制结构下,农村的经济发展水平远低于城市。农村学生因受经济资本等条件的约束而不能或很少参与校外培训。<sup>[29]</sup>相关研究表明,城市学生参与校外培训的比例明显高于农村学生。<sup>[30]</sup>随着育儿观念的不断更新,精细化育儿、密集型陪伴逐渐成为家长育儿的主流方式。大城市家长们开始关注孩子教育的方方面面,不仅高度担心孩子的学业表现,而且对于子女素质拓展以及校内外生活成长的各个方面都很关注并感到揪心。<sup>[31]</sup>虽然“双减”政策在一定程度上缓解了学生的作业负担和校外培训负担,但短时间内家庭的校外培训需求以及竞争激烈的升学考试环境仍难以改变。面对升学竞争压力,部分大城市家长不满足于学校的教育质量与服务,让孩子到校外培训班进行培优训练或素质拓展。相关研究表明,生活在县级市、地级市、省会城市的家长对校外培训的需求黏性逐级提高<sup>[32]</sup>;城市规模越大,参与校外培训的学生越多<sup>[33]</sup>,这可能会抬高某些科目的录取分数线<sup>[34]</sup>,使大城市中本就激烈的升学考试竞争进一步加剧。大城市家长在相互羡慕、相互模仿、相互竞争中陷入一场非理性的“追逐赛”,引发

剧场效应,反而进一步加剧了集体性的教育焦虑。

## (二) 对策建议

教育焦虑是影响国人幸福指数的重大民生问题。学生参加校外培训看似在一定程度上起着家长教育焦虑的“释压”作用,但实际上会加重家长的教育焦虑情绪。纾解这种因学生参加校外培训而产生或催化的教育焦虑,一方面应引导家长转变教育观念,理性选择校外培训;另一方面应持续规范、治理校外培训市场,营造良好教育氛围,平复家长的紧张情绪。

### 1. 引导家长转变教育观念,理性选择校外培训

在传统教育观念的影响下,家长对子女往往有着“青出于蓝而胜于蓝”的教育期待,尤其是高社会经济地位的家长,他们对子女有着更高的要求。随着教育竞争的不断加剧,在高度筛选的社会环境下,争夺优质教育资源一直是家长们的痛点所在。“成绩才是硬道理”的教育观念促使家长们将目光投向校外培训市场,校外培训成为家长助力孩子升学的重要“战场”。然而,这只会让家长们变得更焦虑,形成越培训越焦虑的怪圈。

观念决定着行为,要缓解家长的教育焦虑,首先应引导家长树立科学的育儿理念,摒弃“唯分数”的教育观念,多关注孩子的身心健康与全面发展。尤其是高社会经济地位家长,应引导其根据实际情况适时调整对孩子的教育期待,正视校外培训的作用,增强对各类校外培训的辨别能力,理性为孩子选择校外培训。学校可通过家长课堂、家长会、家访等多种渠道向家长渗透科学的家庭教育理念和方法,加强对家长的家庭教育指导,帮助家长调整心态、稳定情绪。此外,政府和社会也应肩负起重要责任,进一步完善家庭教育公共服务体系,开设公益性网上家长学校和家长课堂,尝试开展个性化家庭教育指导服务,切实解决家长们在教育子女过程中的困惑,及时纾解不良情绪,抑制教育焦虑的蔓延。

### 2. 防止非学科类校外培训“新内卷”态势,警惕教育焦虑扩散

《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》提出“将体育科目纳入初、高中学业水平考试范围”。部分非学科类培训机构趁机过度解读以谋私利。研究表明,“双减”后家庭转向让孩子参加非学科类校外培训。<sup>[35]</sup>由于城乡家长教育责任感知和教育理念的差异,以及培训班资源的差异,城市家长对非学科类校外培训的需求更旺盛。为防止非学科类培训再次开启“应试艺术”“应试体育”的竞赛赛道,加重家长教育焦虑,应加强对非学科类校外培训机构准入标准、价格收费与广告宣传的审核与监管,控制家庭非学科校外培训的过度支出。对于大城市中的非学科类校外培训机构,应严格实行预收费监管,坚决遏制非学科类校外培训机构过高收费和过度逐利行为,防范家长教育焦虑的放大与扩散。

### 3. 加大学科类校外培训治理力度,消解家长教育焦虑

隐形变异学科类校外培训一直是“双减”政策实施过程中面临的一大难题。中国青年报社社会调查中心的调查显示,78.0%的受访家长直言隐形变异学科类校外培训的存在加剧了教育焦虑。<sup>[36]</sup>这一结果与本文研究结论一致。隐形变异学科类校外培训因其隐蔽性强、多变性强,存在发现难、查处难等问题,尤其在大城市中更加难以发现。隐形变异学科类校外培训因其没有资质,不能保证培训效果,并且容易引发“退费难”“卷钱跑路”等问题,加重家长的经济负担和心理负担,催化教育焦虑。

治理校外培训,还教育一方“净土”是缓解家长教育焦虑的重要途径。政府及教育部门应加大对隐形变异学科类校外培训的监督查处力度,对线上与线下的学科类校外培训机构进行全面监管,健全学科类隐形变异培训监管工作机制。对于具有资源多、发展快等特点的大城市,应灵活运用监管方式,可探索信息智能化监管模式,构建智能监管网络,警惕隐形变异学科类培训对家长教育焦虑的“推波助澜”。此外,对于已经完成资质审核进入“白名单”的校外培训机构,也应进行定期或不定期的监督巡检,杜绝“超纲教学”“提前抢跑”等加重学生学业压力、增添家长心理负担行为的出现,破解因校外培训而导致的剧场效应,消解家长的教育焦虑。

## 参考文献

- [1]朱新卓,骆婧雅.“双减”背景下初中生家长教育焦虑的现状、特征及纾解之道——基于我国8省市初中生家庭教育状况的实证调查[J].中国电化教育,2023(4):49-56.
- [2]丁亚东,孟敬尧,马鹏跃.“双减”政策能缓解家长教育焦虑吗[J].教育发展研究,2022,42(22):30-39.
- [3][16]巩阅瑄,陈涛,薛海平.爱的边界:家庭教育焦虑是否会增加课外补习投入?[J].教育发展研究,2021,41(22):82-92.
- [4]王洪才.教育失败、教育焦虑与教育治理[J].探索与争鸣,2012(2):65-70.
- [5]刁生富,李香玲.基础教育焦虑探讨[J].佛山科学技术学院学报(社会科学版),2016,34(6):57-61.
- [6]陈华仔,肖维.中国家长“教育焦虑症”现象解读[J].国家教育行政学院学报,2014(2):18-23.
- [7]司晓宏,王桐.“双减”之下:教育焦虑现象的纾解与治理[J].中小学管理,2021(10):39-41.
- [8][11]尹霞,刘永存,张和平,等.家长期望偏差与教育焦虑[J].青年研究,2022(1):40-48.
- [9][15]马可.“双减”背景下如何应对教育焦虑[J].人民教育,2022(8):43-46.
- [10]Gaoyu C, Mohamed O, Anni L, et al. Parents' educational anxiety under the “double reduction” policy based on the family and students' personal factors[J]. Psychology Research and Behavior Management, 2022, 15: 2067-2082.
- [12][14]邓林园,唐逸文,王婧怡,等.我国城市中小学生家长教育焦虑生成与维持机制的质性研究[J].教育学报,2024,20(1):159-173.
- [13]罗阳,刘雨航.“双减”中的父母教育焦虑:表征、原因及其应对[J].教育与经济,2022,38(5):67-73.
- [17][35]张晓峰,张舒平,王梅雾,等.“双减”背景下家庭教育的需求变化与实践回应——基于对上海市3563个家庭的调查[J].教育发展研究,2023,43(20):67-76.
- [18]田宏杰,张庆伟,邹盛濠,等.家庭密集型教养路径受阻时的教育焦虑反应及阶层差异[J].教育学报,2024,20(1):174-186.
- [19]Cohen J. Statistical power analysis for the behavioral sciences [M]. New York: Lawrence Erlbaum Associates: routledge, 2013: 26-27.
- [20]王济川,谢海义,姜宝法.多层统计分析模型——方法与应用[M].北京:高等教育出版社,2008:17-18.
- [21]李代.阈值依赖的教育扩张与教育机会不平等——以A省某年高考数据为例[J].社会学研究,2017,32(3):71-94.
- [22]薛海平,方晨晨.高考升学竞争与学生课外补习——基于中国家庭追踪调查数据的实证分析[J].北京大学教育评论,2020,18(3):172-186.
- [23]孙伦轩,唐晶晶.课外补习的有效性——基于中国教育追踪调查的估计[J].北京大学教育评论,2019,17(1):123-141.
- [24]李适源,刘爱玉.“忧郁的孩子们”:课外补习会带来负向情绪吗?基于中国教育追踪调查(CEPS)两期数据的因果推断[J].社会,2022,42(2):60-93.
- [25]张骞,高雅仪.竞争与博弈:课外补习的学业回报与心理健康代价[J].社会,2022,42(3):159-194.
- [26]宁本涛,陈祥梅,袁芳,等.“减轻校外培训负担”实施成效及生态复合治理机制透析——基于我国152个地级市“校外培训负担”现状的调查[J].中国电化教育,2022(7):50-57.
- [27]付卫东,郭三伟.“双减”背景下非学科类校外培训机构治理的理论逻辑与实践进路[J].中国教育学刊,2022(9):76-82.
- [28]陶涛.教育焦虑传导机制下的低生育意愿及应对[J].华中科技大学学报(社会科学版),2023,37(3):74-80.
- [29]李佳丽,武玮.课外补习决策过程中的城乡差异——基于计划行为理论视角[J].首都师范大学学报(社会科学版),2022(6):172-180.
- [30]薛海平,左舒艺.我国基础教育学生参加课外补习的现状与变化趋势[J].教育科学研究,2021(1):16-25.

- [31]董辉.大都市家长的教育焦虑:忧心所向与忧虑几何?——基于上海等城市调查数据的分析与思考[J].首都师范大学学报(社会科学版),2022(5):130-144.
- [32]刘钧燕.“双减”能消除学科类校外培训需求吗?——基于有限理性视角的实证研究[J].华东师范大学学报(教育科学版),2023,41(9):71-84.
- [33]曾满超,丁小浩,沈华.初中生课外补习城乡差异分析——基于甘肃、湖南和江苏3省的初中学生课外补习调查[J].教育与经济,2010(2):7-11.
- [34]管振.课外补习对初中生学业成绩的影响效应——基于PSM-DID方法的估计[J].教育经济评论,2022,7(1):57-74.
- [36]杜园春.近八成受访家长直言“隐形变异”学科类校外培训加剧了教育焦虑[N].中国青年报,2023-09-14(10).

[责任编辑:杨雅婕]

### Can Compulsory School Students' Participation in Out-of-School Training Alleviate Parents' Educational Anxiety?

XUE Hai-ping YANG Lin-lin

(College of Education, Capital Normal University, Beijing 100048, China)

**Abstract:** Parents' educational anxiety has always been high and has become a prominent issue of concern to all sectors of society. Using the data from the national large sample survey after the implementation of the “Double Reduction” policy, the study utilizes multilayer linear modeling and propensity score matching to investigate whether parents' educational anxiety can be alleviated by students' participation in out-of-school training at the compulsory education level and whether students' participation in out-of-school training has a heterogeneous effect on parents' educational anxiety. The findings show that both compulsory school students' participation in subject-based and non-subject-based out-of-school training significantly aggravates parents' educational anxiety, and the stimulus effect on parents' educational anxiety is stronger in big cities; students' participation in subject-based out-of-school training significantly increases the educational anxiety of parents with high socioeconomic status. In order to alleviate parents' educational anxiety, it is recommended that parents be guided to change their educational concepts and rationally choose out-of-school training; to prevent the “new inward curling” of non-disciplinary out-of-school training, and to guard against the proliferation of educational anxiety; and to intensify the governance of disciplinary out-of-school training, so as to alleviate parents' educational anxiety.

**Key words:** “Double Reduction” Policy; out-of-school training; educational anxiety; educational competition; family education