



《中国国民心理健康发展报告 (2019-2020)》显示，青少年睡眠不足现象日趋严重，2020 年我国青少年抑郁检出率为 24.6%。

个性化的课外辅导。

更关键的是，家长往往经历着“不必要”的焦虑。互联网时代全面到来后，信息流通更多，获取信息渠道更广，这也增添了家长的焦虑。从热播的影视剧，再到自媒体的文章、短视频平台上的“晒娃”、家长群里面的信息传播，都加剧了这一点。当然，资本助推下的 K12 教育市场更是起到了推波助澜的作用，在制造这种不必要的消费需求的过程中扮演了重要角色。

根据中央纪委国家监委披露，2020 年前 9 个月，猿辅导、作业帮、学而思网校三家企业在广告和销售方面的投放总额约为 55 亿元，是 2019 年同期的两倍以上。在线教育已成为继电商、游戏之后主流平台的第三大广告主。从日常生活中人们稍微留意就能看到，近几年教育培训类广告就像无尽的“苍蝇”，遍布于综艺电视节目的插播、公交站牌、新楼盘的广告牌、商场电梯间等场所。

关于这一点，赫伯特·马尔库塞（Herbert Marcuse）在其著作《单向度的人》提到过现代社会中“真实的”需要与“虚假的”需要这两种概念。在马尔库塞看来，那些“按照广告宣传来处世和消费”显然都属于“虚假的”需要。

这种“虚假的”需要，徒增家长不必要的焦虑，其同样对于中小学生的身心健康造成了一些不可逆的影响。2021 年 3 月中国科学院心理研究所发布的《中国国民心理健康发展报告 (2019-2020)》显示，青少年睡眠不足现象日趋严重，2020 年我国青少年抑郁检出率为 24.6%。此外，长时间参加在线辅导班课程，也使孩子的视力直线下降，我国青少年近视发生率逐渐呈现出低龄化的趋势。2018 年我国青少年儿童整体近视率为 53.6%，小学生视力不良检出率 36.0%，初中生为 76%，高中生为 81.0%。青少年近视低龄化，已成为当前社会无法忽视的问题。

## 根源：选拔机制催生的巨大压力

“过热”的校外培训与校内原本就不轻松的课业压力叠加

起来，为家长不必要的焦虑提供土壤，更令学生身心俱疲。童木告诉《新民周刊》，根据这几年的观察，他认为已经习惯了参加校外补课的学生和家长非常纠结：一方面他们觉得非补不可，另一方面也明白如果不能“刹车”而一直演化下去，大家只会更“鸡血”。这些现象凸显了“双减”的迫切性。然而，减负的话题已经在社会上讨论了数十年，为何如今还是“越减越累”？

在白芸看来，这些问题的根源出自于目前已有的升学选拔机制对于学生和家长产生的巨大压力。

“双减”针对的是义务教育阶段，而义务教育的重点即中考。但众所周知，中考背后“50% 普职比”，是不少家长产生巨大压力的起点。白芸在采访中提到，“我国职业教育的发展还有很大空间，一些职业学校还存在着办学质量和内部管理等方面的问题。比如 2021 年 9 月网络热搜提到的‘学生会张美玉学姐’事件，就发生在黑龙江的一所职业学校，广大网民反响很大。另一个非常现实的因素是，在目前的社会薪酬体系当中，学术型和综合性大学的毕业生平均收入通常要高于中高职毕业生。在绝大多数家长的传统观念里面，坐在写字楼办公室上班，更加符合自己对于孩子未来的期待。”

这种升学选拔机制产生的压力，往往令学生与家长无法回避，相反只能试图投身于更多的课外培训、完成更多的课业任务来提高升学可能性。由此，这种做法还会带来另一种负面影响——北京师范大学马健生教授指出，资本在教育领域的扩张使得教育不公平问题更加严峻。在巨大的压力之下，资本驱使家长追逐更多、更好的教育资源，长此以往便进一步扩大不公平现象。

所以，从维护教育公平的角度而言，“双减”也像是一场“及时雨”。无论是给资本降温，还是令学生减负，考虑到教育天然的民生属性，“双减”确实走到了最迫切的关头。