

当代大学生学业获得感的内涵、 影响因素与提升策略

陈京军, 李晴

(湖南科技大学 教育学院, 湖南 湘潭 411201)

摘要:在习近平总书记提出“获得感”概念及教育部明确高等教育改革方向的背景下,大学生学业获得感逐渐成为衡量高等教育质量和学生发展情况的核心指标。学业获得感是大学生对学习成果的主观评价,涵盖了其在校园学习生活中的多个维度,不仅涉及物质层面的收获,还包括精神层面的满足。大学生学业获得感的影响因素包括社会环境、家庭、人际关系等外部因素,以及公平感、学习力、学校认同、专业认同等内部因素。为提升大学生学业获得感,需从营造社会环境、优化学校教育、强化家庭支持、提升个人努力四个方面形成合力。

关键词:大学生;学业获得感;内涵;影响因素;提升策略

中图分类号:G44

文献标志码:A

文章编号:1674-5884(2025)05-0067-08

1 引言

2015 年 2 月 27 日,习近平总书记在中央全面深化改革领导小组第十次会议上强调,把改革方案的含金量充分展示出来,让人民群众有更多获得感,首次提出了“获得感”的概念^[1]。这一概念的提出,标志着改革成效评价的重要转变,即从单一的客观成果评价转向更注重民众感受与客观成果相结合的综合评价。随后,在 2018 年 6 月新时代全国高等学校本科教育工作会议中,时任教育部部长陈宝生明确了高等教育改革的方向。他提出要坚持以人为本,推进四个回归,真正把内涵建设、质量提升体现在每一个学生的学习成果上^[2]。这一方针不仅为高等教育的改革和发展指明了方向,而且揭示了教育质量提升与学生学习成果之间的内在联系。此后,学界开始关注如何对学习成果进行测量和评价。美国学者 Nichols 认为学生学习成果是学生在完成学校所要求的培养计划或核心课程的过程中的认知、态度和行为。其中,认知

包括知识、理解,态度包括价值,行为包括应用、分析、综合和评价^[3]。这一观点与学界对“获得感”内涵的普遍认识相契合,即“获得感”包含客观层面的实际获得和主观层面的评价与感受。作为获得感的下位概念,学业获得感兼具客观性和主观性,能够有效克服以往我国高等教育评价体系中客观评价(如学习成绩、就业率)和主观评价(如学习满意度)相分离的问题。因此,它是作为评估学生学习成果、检验高等教育质量的理想指标之一^[4]。

深入探究大学生学业获得感,有助于强化教育改革理念,将改革重点落实到学生学习成果提升上,推动高等教育评价体系创新和完善。同时,能够为教育政策制定与教学实践改进提供科学依据,促进教育公平,优化教育资源配置,助力学生个人成长与全面发展,让高等教育在人才培养、社会服务等方面发挥更大价值,契合新时代教育改革与社会发展的需求。

收稿日期:2024-12-17

基金项目:国家社会科学基金“十四五”规划 2022 年度教育学一般课题(BIA220054)

作者简介:陈京军(1978—),男,湖北随州人,教授,博士,主要从事教育心理学研究。

2 学业获得感的理论内涵

2.1 获得感

2015年2月习近平总书记提出获得感一词后,该词迅速成为社会生活中流行的热词,并入选2016年5月教育部、国家语委《中国语言生活状况报告(2016)》十大新词^[5]。这一词汇的提出和流行,不仅体现了党和政府对人民群众生活质量的重视,也反映了社会各界对深化改革政策成效的期待。

最早讨论获得感含义的文章出自学者李志启,他认为获得感是基于获得而产生的心理感受,并提出获得是获得感的必要非充分条件;要想提高人民群众的获得感,应该增加人民群众的实际获得,让人民群众感受到相对的公平^[6]。这种对公平的强调凸显了其在获得感中的核心地位,为后续研究奠定了理论基础。丁元竹在此基础上进一步指出,获得感包含客观获得和主观获得两个方面。具体是指人们在实际社会生活中获得改革发展成果的多寡和对于这种多寡的主观感受与满意程度^[7]。这一观点强调了获得感的双重性,使我们的理解更加深入。辛秀芹则根据获得感的特征和内容提出,获得感是基于物质、精神、文化等方面的获得而产生的一种主观心理感受^[8]。这一观点进一步丰富了获得感的内涵,将物质、精神、文化等方面的获得纳入获得感的范畴之中,使这一概念更加全面和具体。获得感的内涵定义具有层次性。从最初的基于获得而产生的心理感受,到进一步明确包含客观获得和主观获得两个方面的内涵,再到细化客观获得的具体内容以及主观感受的关联情感,学界对获得感的认识不断深化,层次逐渐丰富。这种层次性的定义有助于更深入、细致地理解和分析获得感,更好地把握其本质和特征,为后续的研究和实践提供了更为清晰的理论框架。

总体而言,获得感作为一个具有本土性和时代特点的“中国概念”^[9],学界普遍认同获得感包含客观层面的“获得”和主观层面的“感”。其中,客观获得不仅涵盖显性的具体获得,如物质利益、经济利益等,还涉及隐性的抽象获得,如政治权利、公平公正等;主观感受则与幸福感、满足感、成就感紧密相连^[10]。

2.2 大学生学业获得感的内涵

大学生学业获得感是获得感的下位概念,是

获得感在高等教育领域中的具体体现。近年来,这一概念逐渐受到学界的关注,但研究文献数量相对较少,其定义尚未统一。与大学生学业获得感相似的概念有大学生获得感、大学生教育获得感、大学生学习获得感等,这些概念的定义源于研究者对获得感内涵的逻辑推演。

中国知网的关键词检索结果显示,学术界首次针对学业获得感的研究来自祖静等学者于2020年发表的文章,他们借鉴了王俊秀等人提出的获得感五维度划分(获得内容、获得环境、获得体验、获得途径、获得与分享),将学业获得感定义为学生在学业有关的物质和精神层面所获得的满足感^[11]。这一定义初步揭示了学业获得感的基本构成,为后续研究提供了重要的概念框架。然而,该定义较为宽泛,对学业获得感的具体内涵和维度尚未进行深入挖掘。许磊等人在整合前人研究的基础上,提出了包含资源拥有感、自我提升感、积极情绪体验、成就达成感四个维度的心理结构。这一结构模型不仅涵盖了大学生在学习过程中的物质和精神收获,还强调了他们在学习过程中的情感体验和心理变化。根据这一模型,大学生学业获得感被定义为:大学生在校园生活的学习体验中,基于个体的目标,利用所掌握的资源,把握各种参与学习的机会,通过一定程度的付出,而后对客观获得的回报感与整个过程中的自身期许和学习体验进行再评估而形成的一种正向综合感受^[4]。该定义深刻体现了学业获得感的内涵,突出了学生在学习过程中的主观能动性和心理体验,使学业获得感的定义更为具体。孙月敏等人进一步将学业获得感细化为六个维度:课程教学、课余活动、学校管理制度、学校设施、人际关系、自我。他们提出,大学生学业获得感是大学生在自己的学业生涯中经过各方面的努力在物质上或精神上得到的满足^[12]。这一研究不仅丰富了学业获得感的内涵,还使其内涵更加全面和具体,涵盖了大学生校园学习生活的多个方面。通过增加维度,学业获得感的定义更加细致入微,更准确地反映了大学生在学业过程中的多方面体验和收获。李胜男等人认为,大学生学业获得感是学生在教育过程中基于实际学习成果所产生的心理满足与成就感,兼备客观性和主观性。其评价指标依据教育目标分类学建构,涵盖认知、情感和专业技能三个维度,包含3个一级指标、13个二级指标和

45 个三级指标,覆盖学习能力、思维能力、实践能力等^[13]。该体系能够全面反映学生不同领域的表现,为高校教学改革和人才培养提供有力支持。然而,指标体系较为复杂,实施时需收集大量的数据并对数据进行分析,对学校资源和专业能力要求较高。从祖静等人的初步定义,到许磊等人的四维结构,再到孙月敏等人的六维细化和李胜男的三维结构,大学生学业获得感的内涵维度呈现出明显的层次性演进。这种层次性的演进反映了学界对学业获得感不断深入和细化的理解,从宏观的物质精神满足逐步深入具体的学习体验和心理感受,使定义更加科学、全面和深入。

总的来说,大学生学业获得感是一个多维结构,它既包括物质层面的收获,如课程学习、课余活动、学校设施等;也包括精神层面的满足,如自我提升感、积极情绪体验、成就达成感等。这一概念的提出和深入研究不仅丰富了获得感的内涵,也回应了新时代深化改革的呼声。同时,它为高等教育质量的提升和学生个体发展提供了重要的参考依据,有助于我们更好地理解和评估大学生在校园学习生活中的学习成果。

2.3 学业获得感与学业成就、学习满意度的关系

在探讨大学生学业获得感的内涵时,不可避免地需要将其与学业成就和学习满意度等相似概念进行比较和分析。尽管这些概念与学业获得感在某些方面存在相似和重叠之处,但它们各自具有独特的侧重点和含义,理清它们之间的关系有助于我们更准确地把握学业获得感的本质,以及它在高等教育质量评价中的独特价值。学业获得感与学业成就都与学生的学业成果紧密相连。值得注意的是,学业成就有狭义和广义之分。狭义的学业成就指学习成绩,广义的学业成就不仅包括学习成绩,还包括学生在学习过程中获得的综合能力、学习习惯、价值观等。学业获得感是学生对设定目标的完成程度和获得结果的自我评价。相比之下,学业获得感与学业成就的广义概念在涵义上更接近。当然,学业成就和学业获得感也有区别:其一,学业成就强调从认知层面衡量学生的学习成果,而学业获得感更强调学生对学习成果的主观感受;其二,学业获得感往往来自社会比较,主观感受会更容易受到参照群体的影响^[14]。学习满意度是指学校提供的教育服务带给学生学习需求的满足感受和评价^[15-16]。许磊等认

为学习满意度只是学业获得感生成的一个充分条件。学习满意度和学业获得感的相同点是:两者都跟大学生的学习有关,并且都会受到学习自身期望和实际获得的影响。学习满意度和学业获得感的不同点是:学习满意度是学生根据学校的客观环境 and 教育服务对自身需求的满足程度而做出的评价,而学业获得感是学生在为实现自己的目标而付出努力后,根据目标达成和成果获得而进行的自我主观评价。两者是不同条件下的主观感受,很可能存在评价不一致的结果(如高学业获得感—低学习满意度,低学业获得感—高学习满意度)^[4]。

总而言之,学业获得感的概念外延更为广泛,它综合了学业成就和学习满意度的部分特点,同时又有着自身独特的内涵。与学业成就相比,它不仅关注客观的学习成果,还深入学生的主观感受和心理体验;与学习满意度相比,它更强调学生个人目标的设定、努力的过程以及对结果的自我评价,而不仅仅是对学校教育服务的被动接受和评价。因此,学业获得感能够更全面地反映学生在学业过程中的整体体验和收获,是衡量高等教育质量更为理想的指标。

3 大学生学业获得感的影响因素

大学生学业获得感是一种复杂的心理结构,受到多种外部因素和内部因素的共同影响。现有获得感的相关研究表明,社会环境、家庭以及人际关系等外部因素影响大学生学业获得感,公平感、学习力、学校认同和专业认同等内部因素同样扮演着至关重要的角色。深入剖析这些因素,能让我们更好地理解学业获得感的形成机制,为后续研究和实践提供有力的理论支撑。

3.1 外部因素

3.1.1 社会环境

社会环境是影响大学生学业获得感的基石,相关因素包括安全的生活环境、社会安定有序和法制等。谭旭运等选取了 16 个与民生和生活质量密切相关的项目,通过项目重要性、当前获得感知和未来获得预期这三个维度的分析,全面评估了青年人的获得感现状。研究结果显示,在所测的 16 个项目中,青年群体认为安全的生活环境、社会安定有序和法制等因素至关重要,不仅影响着青年当下的感受,还左右着他们对未来的预期。这反映了青年群体对社会稳定、法治保障及安全

生活环境的深切渴望和坚定信心^[17]。安全的生活环境能让大学生安心投入学习,不必为住宿、出行安全分散精力;社会安定有序能保障校园周边及社会活动的正常开展,为实习、调研等实践学习提供稳定空间。完善的法制体系能规范社会行为,保护大学生合法权益,减少不公现象对其心态的干扰,三者共同为大学生营造无后顾之忧的外部氛围,助力其提升学业获得感。这些因素的提出不仅为理解青年群体的心理需求与社会期待提供了宝贵视角,同时也启示了社会各界应更加重视并持续优化这些关键领域的建设,这些领域的提升将为提高在校青年的学业获得感奠定坚实的基础。

3.1.2 家庭因素

家庭因素在大学生学业获得感中扮演着重要角色。家庭对大学生的影响是全方位的,涵盖经济支持、就业创业方向选择、家庭关系状况以及父母无声的期待等^[18]。其中,经济支持是基础,它直接影响大学生的物质生活和学习资源。周海涛与张墨涵的研究表明,家庭经济水平对学生的校园参与机会、认同感和满足感有显著影响^[19]。具体而言,相较于家庭经济不富裕的学生,来自富裕家庭的学生在参与各类校园活动、表达认同及获得满足感方面展现出更高的水平。这一现象揭示了家庭经济状况作为社会资本的重要组成部分,能够通过物质资源的差异间接影响学生的心理状态与行为模式。正如布迪厄的社会资本理论所阐释的,家庭出身与经济文化地位等结构性因素通过长期、潜移默化的影响塑造了个人对物质的态度、举止言谈及行为模式,形成了一种“惯性”,这种惯性会进一步影响学生在校园中的表现与心理感受。例如,经济不富裕的学生常因资源限制而难以充分参与校园活动、拓展个人兴趣与技能。由于缺乏足够的经济支持,他们无法承担高成本才艺学习及社交活动,这不仅限制了他们的活动参与度,也影响了他们与同龄人的交流和互动。长此以往,这种资源上的不平等可能导致经济不富裕的学生产生自卑情绪,进一步削弱他们的自我认同与满足感。而较低的参与度和认同感又可能形成恶性循环,加剧他们在学业上的挫败感与无助感,最终影响他们整体的学业获得感。此外,家庭关系和父母的无声期待也是关键因素。和谐的家庭关系为大学生提供情感支持,缓解学业压力,而父母的过高

期待可能成为学生的心理负担,影响其学业表现和心理状态。因此,家庭在追求学业成功时,应注重为学生创造支持性环境,平衡期望与支持,以提升学生的学业获得感和整体幸福感。

3.1.3 人际关系

人际关系在大学生学业获得感中具有重要作用,大学生若能以成熟的方式看待事情和问题、妥善处理冲突、待人以诚并提升情绪管理能力,将有助于建立和谐的人际关系^[20]。这种和谐的人际关系不仅有利于大学生心理健康,还能让大学生通过合作与互助提高学习效率和质量,进而增强学业获得感。具体而言,在校大学生的人际关系主要由师生关系与同学关系两大维度构成。和谐的师生关系不仅有助于学生获得更好的学术指导与支持,还能通过良好的情感交流增强学生的归属感和信任感;而良好的同学关系则为大学生提供了情感支持、合作机会和社会化经验,帮助大学生实现全面发展。然而,建立和谐的人际关系并非易事,这需要学生具备成熟的情感管理和沟通能力。面对师生沟通,学生可主动坦诚请教问题、反馈困惑,避免因胆怯或误解产生距离;与同学相处时,要学会换位思考,尊重差异,在合作中包容分歧,在互助中传递善意。遇到矛盾时,先平复情绪再理性沟通,而非冲动对抗,这样才能逐步形成稳定、和谐的校园人际关系。

3.2 内部因素

3.2.1 公平感

获得感不仅与实际的物质或精神获得相关,更与获得是否公平紧密相关。公平感是影响获得感的重要因素,特别是在机会公平和分配公平两个维度上^[21]。正如孔子的“不患寡而患不均”所表明的观点:人们更注重资源分配的公平性,而非资源的绝对数量。公平感深刻揭示了人们对于公平的内在需求。个体对公平的认知能正向预测获得感^[22],也就是说,当个体感知被公平对待时,其获得感会相应提升。将上述观点推论到学业领域,我们发现公平感对大学生的学业获得感同样具有深远的影响。具体来说,大学生在学习资源分配(如图书资源、实验室设备等)和机会获得(如奖学金和实习机会等)方面的公平感知,会影响他们的主观感受与心理体验。当大学生感知到自己在这些方面被公平对待时,他们的学业获得感会相应提升,反之则可能产生不满和被剥夺感,

进而影响他们的学业积极性和学业获得感。然而,现实中的公平感知往往因人而异,如何在教育中实现真正的公平,是一个值得深思的问题。真正的教育公平是兼顾共性需求与个性差异的精准支持。一方面,要保障基础资源公平,让不同地区、家庭的学生都能享有优质的师资、教材和教学设施,避免因客观条件差距加深学习鸿沟。另一方面,更要关注学生的个体差异,针对不同学习能力、兴趣特长的学生提供分层教学、个性化辅导,比如为学习困难的学生制定补弱计划,为学有余力的学生提供拓展资源,让每个学生都能在适合自己的节奏中成长。唯有既守住资源公平的底线,又赋予个性化发展的空间,才能让教育公平从“形式公平”走向“实质公平”,满足每个学生对公平的感知与需求。

3.2.2 学习力

学习力与获得感呈现正相关关系。周海涛等对民办高校学生的研究表明,学习力与民办高校学生获得感之间存在着高度相关性,它是提升学生获得感不可或缺的关键因素^[19]。学习力不仅体现在学生获取、分享、使用及创造知识的能力上,还深刻影响着学生的自信心、学习效果以及在校的整体体验。学习能力强的学生,凭借出色的分析能力和对教学目标的高掌握度,往往在学习上展现出高度自信,并且能取得显著的学习效果,从而更易获得教师的青睐、同学的认可及荣誉奖励,这极大地提升了他们的获得感。相反,学习能力较弱的学生则可能因自信缺失、成绩不佳而陷入低获得感的困境。而学习力的培养并非一朝一夕之功,需要学生具备良好的学习习惯和方法。要培养良好的学习习惯和方法,需从日常规划、高效执行和主动复盘三方面入手。首先,建立规律的时间管理习惯。每天固定时段预习、听课、复习,用清单列出任务优先级,避免拖延,比如睡前规划次日学习重点,让学习节奏更清晰。其次,掌握高效学习方法。听课专注记录核心难点,课后用“费曼学习法”通过讲解知识点检验理解,遇到难题先独立思考,再借助资料或请教老师,提升自主学习能力。最后,养成复盘反思习惯。每周花一定的时间总结学习效果,分析错题原因,调整计划或方法,持续优化学习过程。

3.2.3 学校认同和专业认同

在学校环境中,学生的学业获得感受到多种

因素的影响。学校认同和专业认同被认为是其中两个重要的正向预测因素。学校认同和专业认同与教育获得感具有显著的正相关关系,学校认同和专业认同的程度会影响大学生的教育获得感^[23]。学校认同积极影响大学生个人发展方面的自尊、自信和自我管理等^[24]。当学生对所在学校产生强烈的认同感时,他们更可能将自己视为学校的一部分,更加自信、积极地参与学校活动,创造一个积极主动的学习环境,从而增强学业获得感。专业认同与学业获得感密切相关。首先,专业认同是生成学业获得感的前提。其次,专业认同是学业获得感提升的重要途径^[11]。专业认同程度越高的学生越能体验到学习带来的积极反馈,他们会采用更有效的问题解决策略,在学习的过程中投入更多的时间和专注力,进而有更多的收获和获得感;相反,学生的专业认同越低,则越可能产生负面情绪,减少学习投入,从而降低学业获得感^[23]。要增强学生的学校认同和专业认同,学校需在教育理念、校园文化和专业建设等方面下足功夫。

综上所述,大学生学业获得感是由多种因素共同作用的结果,外部因素提供了宏观背景,内部因素则决定了学生的主观体验。这些因素相互交织,共同塑造了大学生的学业体验和获得感。因此,之后在研究提升大学生学业获得感的策略时,需要综合考虑内外部因素的复杂关系,制定全面而有针对性的措施和策略。

4 大学生学业获得感的提升策略

新时代背景下,大学生学业获得感的提升成为高等教育领域的重要课题。学业获得感不仅关乎学生个人的成长与发展,也是衡量高等教育质量的关键指标。本文基于上述大学生学业获得感影响因素的综合分析,从营造社会环境、优化学校教育、强化家庭支持和提升个人努力等四个层面提出提升策略。

4.1 优化社会环境,提供宏观保障

第一,营造安全和谐、公平正义的社会环境是提升大学生学业获得感的基础。政府应通过加强社会治安综合治理和完善法律法规来确保社会秩序的稳定,从而为大学生提供一个安全和谐的学习生活环境。政府应通过政策引导和资源调配促进教育公平,缩小城乡、区域和校际差距,确保大

学生在学习资源分配和机会获得方面的公平待遇。例如,加大对贫困地区教育的投入,改善办学条件,提高教育质量,为贫困地区大学生提供更多升学和就业机会,以增强他们的学业获得感^[25]。此外,政府还可搭建校企合作、社会实践等平台,让大学生能将知识转化为实践能力,同时完善就业扶持政策,为不同背景的大学生提供平等的职业发展通道。这些举措从安全保障、资源公平到发展机会多维度发力,能全方位为大学生学业成长与未来发展保驾护航。

第二,培育和践行社会主义核心价值观对于提升大学生的学业获得感至关重要。社会与学校需通过学校教育、社会宣传和实践活动等多种途径,将社会主义核心价值观融入大学生的日常生活和学习中。学校可以组织主题班会、专题讲座和志愿服务活动,引导学生树立正确的价值观和人生观,增强他们对社会的认同感和责任感。媒体应加强对正能量的宣传,营造良好的社会文化氛围,激发大学生的学习动力和使命感,从而提升其学业获得感,如宣传优秀大学生事迹,树立榜样力量等^[26-27]。同时,家庭也应配合学校与社会,在日常交流中传递正向价值观,让学生在家庭氛围中深化认知。当学校、社会、家庭形成培育合力,社会主义核心价值观才能真正内化为学生的精神动力,推动他们以更积极的态度投入学业,切实提升学业获得感。

4.2 创新学校教育,提升教学质量

第一,学校应创新教学方法和内容,激发学生的学习兴趣。首先,教学内容应以大学生的成长期待和需求为出发点,将教学内容与学生特点和实际需求相结合,优化教学内容以吸引学生,增加他们的课堂获得。其次,推行以学生为中心的教学方法,如案例教学、小组讨论等,改变传统的“填鸭式”教学方法,充分发挥学生的主体作用,提高学生的学习积极性和参与度。教师在课堂上注重引导学生思考和解决问题,培养学生的创新思维 and 实践能力,从而提升其学业获得感^[25]。教师还可结合行业前沿动态更新教学内容,比如在专业课程中融入最新案例或技术成果。同时,通过课后线上答疑、个性化学习建议等方式,持续关注学生学习进度与困惑。当教学内容贴合需求、方法灵活多样且伴随及时反馈时,学生能更高效地吸收知识,学业上的成就感会转化为更强的获

得感。

第二,加强心理健康教育和辅导也是提升大学生学业获得感的重要途径。心理学研究表明,消极的心理资本(如焦虑、抑郁、自卑等)会降低大学生的学习积极性和学习效率^[28]。学校应将心理健康教育纳入必修课程,系统地传授心理健康知识和心理调适方法,帮助学生正确认知并调节学习、生活中遇到的心理困扰。同时,建立完善的心理健康教育和辅导体系,为学生提供解决不良情绪的渠道,及时发现和解决学生的心理困扰。学校可定期开展心理普查,精准识别有潜在困扰的学生,提供一对一的专业辅导;组织心理沙龙、压力管理工作坊等活动,让学生在互动中学习调节方法。加强对辅导员与班级心理委员的培训,构建“学校—院系—班级”三级心理支持网络,确保学生遇到问题时能快速求助,为学业专注投入扫清心理障碍。

第三,增强学生对学校和专业的认同,有助于培养其归属感与自豪感。学校可通过开展教育理念宣传、校史教育和校园文化活动等方式,让学生深入了解学校的历史传统和文化底蕴,增强其对学校的归属感和认同感。同时,学校应营造良好的学术氛围,为学生提供参与科研和实践的机会,增加其知识和技能^[24]。此外,学校可在新生入学时开设专业导论课程,详细介绍专业的发展前景、课程体系和就业方向,帮助学生了解专业特点和优势。同时,邀请优秀毕业校友回校分享经验,让在校生了解专业学习的实际应用和职业发展路径。学校还可搭建校园文化展示平台,比如设立校史长廊、举办文化节,让学生在沉浸式体验中加强与学校的情感联结。在学术实践方面,可依托实验室、科研项目组建学生团队,鼓励跨专业协作探索。这些举措从情感认同、学术实践到专业认知多维度发力,能让学生明确自身发展方向,更主动地投入学习与成长,进一步强化在校园中的获得感与价值感。

4.3 强化家庭支持,营造有利氛围

第一,提供情感支持是增强大学生心理安全感的关键。家长应主动与子女保持情感交流,通过定期沟通,了解其生活和学习状况,给予关心、鼓励和理解。例如,每周安排固定时间与孩子视频通话或电话交流,分享彼此的生活点滴,让孩子感受家庭的温暖和支持。此外,家庭成员之间应

相互尊重、理解和支持,建立良好的亲子关系和家庭氛围。避免过度批评和指责,鼓励孩子表达自己的想法和感受,增强他们的自信心和心理安全感。家长还可在沟通中关注孩子的情绪变化,当孩子面临学业压力或挫折时,多给予正向引导而非单纯要求结果。比如孩子考试失利时,先倾听其感受再一起分析原因,而非急于批评。同时,家长可主动了解孩子专业领域的基本情况,在交流中找到共同话题,这不仅能拉近亲子距离,也能让孩子更愿意主动分享校园生活,为其学业成长筑牢家庭后盾。

第二,树立正确教育观念有助于引导大学生的学业规划。家长应注重孩子综合素质培养和个性化发展,帮助大学生根据自身特点和社会需求,制定合理的学业目标和职业规划。引导孩子树立正确的学习动机和职业理想,鼓励他们积极进取,不断提升自己的综合能力。同时,学校也应与家庭形成合力,通过开设职业指导课程、举办行业讲座等方式,为大学生提供更多实践与认知机会。当大学生面临学业或职业选择困惑时,家长和学校要耐心疏导,帮助他们调整心态,确保学业规划始终贴合自身成长与社会发展需求,让大学生在正确引导下稳步迈向人生目标。

4.4 提升个人努力,增强自身能力

第一,大学生应通过提升自我效能感来增强学习动力。自我效能感是个体对自己成功完成某项特定任务可能性的主观判断。大学生应根据自己的实际情况,制定具体、明确、可实现的学习目标,如每周完成一定数量的阅读任务、每月掌握一定的专业技能等。通过逐步实现这些小目标,积累成功经验,提升自我效能感。在目标推进中,若遇到困难,可适当调整目标难度,避免因目标过高产生挫败感。同时,家长和老师可及时给予肯定与鼓励,强化大学生的积极体验,让他们在持续的正向反馈中,进一步增强完成复杂任务的信心,为学业与未来发展筑牢心理基础。

第二,建立良好的人际关系可以帮助大学生获得更多支持。大学生应积极主动地与老师和同学进行沟通交流,积极参加学校和班级活动,扩大人际交往范围。在与其他人交往中,学会倾听、尊重和理解他人,建立良好的人际关系。积极参与团队合作项目,如小组作业、社团活动等,在合作中发挥自己的优势,同时也从他人身上学习优点和

长处。通过团队合作,增强自信心和成就感,提升学业获得感。当团队出现意见分歧时,大学生要学会理性沟通、换位思考,在协商中达成共识,这不仅能推动项目进展,还能提升解决矛盾的能力。此外,良好的人际关系与团队协作经历,还能对未来职场生涯打下良好的基础,让大学生在步入社会后更快融入集体,更好地应对工作中的挑战。

第三,保持平和乐观心态并加强“自我疗愈”也是提升学业获得感的重要方面^[18]。大学生应掌握一些基本的心理调适方法,如深呼吸、冥想、运动等,缓解学习和生活中的压力。在面对挫折和失败时,保持平和乐观的心态,避免过度焦虑和消极情绪。同时,积极参加学校提供的心理健康教育活动,如心理咨询、团体辅导等,增强自我疗愈能力。日常可将心理调适方法融入生活,比如睡前通过冥想放松身心,缓解一天的疲惫;通过运动释放压力,促进情绪良性循环。当自我调适效果不佳时,要主动向专业心理老师求助,避免负面情绪堆积。良好的心理状态能让大学生更专注于学业,更从容地应对生活挑战,为全面发展筑牢心理防线。

以上多维度、多层次的策略能够提升大学生的学业获得感,促进其个人成长与发展,促进高等教育质量的提升。在实际操作中,应根据具体情况灵活运用和调整这些策略,以实现最佳效果。

参考文献:

- [1] 科学统筹突出重点对准焦距 让人民对改革有更多获得感[N].人民日报,2015-02-28(1).
- [2] 陈宝生.在新时代全国高等学校本科教育工作会议上的讲话[J].中国高等教育,2018(Z3):4-10.
- [3] 赵川平.重视学生学习成果研究提升高等工程教育质量[J].中国高教研究,2009(7):90-91.
- [4] 许磊,陈继文,王欢.大学生学业获得感的测量:基于多维心理结构的分析[J].江汉大学学报(社会科学版),2021(3):99-107,127.
- [5] 教育部、国家语委发布《中国语言生活状况报告(2016)》[EB/OL].(2016-05-31)[2024-10-17].http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/xw_fbh/moe_2069/xwfbh_2016n/xwfb_160531/160531_sfcl/201605/t20160531_247059.html.
- [6] 李志启.关于“获得感”之含义[J].中国工程咨询,2015(6):71.
- [7] 丁元竹.让居民拥有获得感必须打通最后一公里:新时期社区治理创新的实践路径[J].国家治理,2016

- (2):18-23.
- [8] 辛秀芹.民众获得感“钝化”的成因分析:以马斯洛需求层次理论为视角[J].中共青岛市委党校.青岛行政学院学报,2016(4):56-59.
- [9] 曹现强,李烁.获得感的时代内涵与国外经验借鉴[J].人民论坛·学术前沿,2017(2):18-28.
- [10] 陈京军,刘红平,刘玉杰,等.大学生学习获得感:内涵、价值及生成[J].当代教育理论与实践,2021(1):54-59.
- [11] 祖静,薛聪,李彩玲.学前教育专业大一新生专业认同与学业获得感的关系研究[J].教育观察,2020(40):98-101.
- [12] 孙月敏,蒲彬玲,张冬梅.大学生学业获得感问卷编制及初测分析[J].黑龙江教师发展学院学报,2022(5):110-113.
- [13] 李胜男,周伟.大学生学业获得感评价指标体系构建:基于教育目标分类学的视角[J].齐鲁师范学院学报,2025(1):1-8.
- [14] 何小芹.大学生主动性人格、学业相对获得感与知识共享行为的关系研究[D].福州:福建师范大学,2019:7-8.
- [15] COHEN A, BARUTH O. Personality, learning, and satisfaction in fully online academic courses[J]. Computers in Human Behavior, 2017(72):1-12.
- [16] 文静.大学生学习满意度及其影响因素研究[J].中国高等教育评论,2013(4):134-144.
- [17] 谭旭运,张若玉,董洪杰,等.青年人获得感现状及其影响因素[J].中国青年研究,2018(10):49-57.
- [18] 郑苗,张家靖,刘向阳.圈层化背景下高校大学生获得感的追寻、困境及引导[J].高教探索,2025(1):123-128.
- [19] 周海涛,张墨涵,罗炜.我国民办高校学生获得感的调查与分析[J].高等教育研究,2016(9):54-59.
- [20] 陈美如.大学生教育获得感的测验编制及应用研究[D].聊城:聊城大学,2020:32.
- [21] 文静.新时代大学生获得感 AIA 三维度研究[J].广州城市职业学院学报,2018(1):97-100.
- [22] 王艳丽.社区居民获得感的结构及影响因素[D].重庆:西南大学,2020:8.
- [23] 孙建鑫.大学生教育获得感的影响因素及其作用机制研究[D].聊城:聊城大学,2022:36.
- [24] 丁甜.大学生学校认同前因及结果的实证研究[D].湘潭:湘潭大学,2012:52.
- [25] 张强.当代大学生获得感研究[D].太原:山西师范大学,2018:42.
- [26] 张青卫,崔亿久.新时代人民获得感的现状及增强路径[J].思想政治教育研究,2021(1):24-28.
- [27] 龚运.新时代提升人民群众获得感研究[D].南昌:江西师范大学,2023:58.
- [28] 石梦希.高校贫困生学习获得感现状及提升路径[J].大众标准化,2021(3):101-103.

Contemporary College Students' Sense of Academic Gain: Connotation, Influencing Factors, and Enhancement Strategies

CHEN Jingjun, LI Qing

(School of Education, Hunan University of Science and Technology, Xiangtan 411201, China)

Abstract: In the context of the concept of “sense of gain” proposed by General Secretary Xi Jinping and the Ministry of Education’s clarified direction of higher education reform, the sense of academic gain of college students has gradually become a core indicator for measuring the quality of higher education and student development. The sense of academic gain is a subjective evaluation of college students’ learning outcomes, which covers multiple dimensions of their campus learning life, including not only material gains but also spiritual fulfillment. The influencing factors of college students’ sense of academic gain include external factors such as social environment, family and interpersonal relationships, as well as internal factors such as a sense of fairness, learning ability, school identity and professional identity. To enhance college students’ sense of academic gain, it is necessary to foster social environment, optimize school education, provide family support and enhance individual engagement.

Key words: college students; sense of academic gain; connotation; influencing factors; enhancement strategies
(责任校对 徐宁)