

Research on the academic pressure and improvement path of disadvantaged majors with learning difficulties in universities

Qing Wang

East China University of Science and Technology, Shanghai, 200237, China

Abstract

This study focuses on the academic predicament of students with learning difficulties in weak majors under the background of university broad-based enrollment, systematically examines the formation mechanism and group differences of their academic pressure, and proposes an improvement path based on the concept of educational collaboration. Through qualitative analysis and empirical research, it is found that the academic pressure of students with learning difficulties in weak majors presents multi-dimensional characteristics: at the cognitive level, it is manifested as professional identity crisis and lack of learning efficacy; at the behavioral level, it is reflected as improper learning methods and insufficient academic engagement; at the environmental level, it is constrained by the flaws in curriculum design and anxiety about employment prospects. Based on the stress-adaptation theoretical framework, this study innovatively proposes a “three-dimensional linkage” intervention model: constructing a professional cognitive cultivation system in the dimension of value guidance, improving the personalized learning support network in the dimension of ability enhancement, and creating an academic development community in the dimension of environment optimization, providing theoretical references and practical paradises for colleges and universities to establish a long-term mechanism for helping students with learning difficulties.

Keywords:

Universities; Disadvantaged majors; Students with learning difficulties; Academic pressure; Lift Path

高校弱势专业学困生学业压力及提升路径研究

王青

华东理工大学, 中国·上海 200237

摘要

本研究聚焦高校大类招生背景下弱势专业学困生的学业困境,系统考察其学业压力的形成机制与群体差异,并提出基于育人协同理念的提升路径。通过质性分析与实证研究发现,弱势专业学困生的学业压力呈现多维特征:在认知层面表现为专业认同危机与学习效能感缺失,在行为层面反映为学习方法不当与学业投入不足,在环境层面则受制于课程设置缺陷与就业前景焦虑。基于压力-适应理论框架,本研究创新性地提出“三维联动”干预模式:在价值引领维度构建专业认知培育体系,在能力提升维度完善个性化学习支持网络,在环境优化维度打造学业发展共同体,为高校构建学困生帮扶长效机制提供理论参考与实践范式。

关键词

高校; 弱势专业; 学困生; 学业压力; 提升路径

1 引言

在高等教育内涵式发展的时代背景下,大类招生模式作为人才培养机制改革的重要探索,正在重塑高校的专业教育生态。这一模式通过延迟专业选择、拓宽培养口径的设计理念,在促进学生全面发展的同时,也不可避免地带来了专业适应性的新挑战。特别是对分流至弱势专业的学困生群体而言,他们正面临着前所未有的学业困境:在认知层面,专

业认同危机与学科认知偏差相互交织;在行为层面,学习方法失当与学习动力不足形成恶性循环;在环境层面,资源分配失衡与社会评价压力持续发酵。这种多维度的学业压力不仅影响个体的学业成就,更可能衍生出心理健康问题,进而消解高等教育公平的实际成效。

当前,随着“以学生为中心”教育理念的深化,学困生的转化工作已成为衡量高校育人质量的重要指标。然而,现有研究多聚焦于普适性的学业帮扶,对弱势专业学困生这一特殊群体的针对性研究仍显不足。基于此,本研究立足于新时代高等教育高质量发展的要求,通过解构大类分流背景

【作者简介】王青(1993-),女,中国上海人,硕士,讲师,从事高校教育研究。

下弱势专业学困生的压力生成机制,探索构建“知识重塑—能力提升—环境优化”三位一体的干预体系,旨在为破解学困生转化难题提供新的理论视角和实践方案,助力实现“不让一个学生掉队”的教育承诺^[1]。

2 高校弱势专业学困生学业压力的现状分析

2.1 认知层面的困境：自我效能感缺失与目标迷失

认知层面的学业压力主要表现为学生对自身能力、专业价值及未来发展的消极判断。这类学生往往陷入“能力否定”与“标虚无”的双重困境,形成恶性循环。

2.1.1 专业认同危机

弱势专业学困生普遍存在专业认同感薄弱的问题。部分学生因高考志愿填报失误或被动调剂,对所学专业缺乏兴趣与归属感。他们常将专业视为“无奈之选”,认为课程内容抽象枯燥、实用性低,甚至产生“学而无用”的认知偏见。例如,哲学、历史学等理论性较强的专业中,许多学生难以建立专业与个人发展的联结,导致学习动力持续衰减。

2.1.2 自我效能感低下

由于长期学业表现不佳,学困生容易形成“习得性无助”的心理模式。他们倾向于将学业失败归因于自身能力不足,而非外部因素或方法问题。这种认知偏差进一步削弱其学习信心,表现为面对困难时选择逃避而非积极应对。例如,在需要独立完成研究性课题时,学困生更易产生“我做不到”的自我否定,进而放弃尝试。

2.1.3 目标规划模糊

弱势专业学困生普遍缺乏清晰的学业目标与生涯规划。他们既无法从专业课程中感知价值,也难以通过外部信息(如就业市场反馈)建立明确的发展方向。这种目标缺失导致学习行为碎片化,学生常陷入“为考试而学”的短期功利模式,缺乏深度学习的持久动力。例如,部分学生虽然完成课程任务,但对知识的理解仅停留在表面,无法形成系统性认知。

2.2 行为层面的失范：低效策略与消极应对

行为层面的压力体现为学生在学习过程中采取低效或消极的策略,进一步加剧学业困境。这些行为模式既是压力积累的结果,也是压力持续恶化的诱因。

2.2.1 学习策略僵化

学困生往往沿用高中阶段的应试学习模式,难以适应大学教育的自主性要求。例如,过度依赖机械记忆而非理解性学习,导致知识内化程度低;缺乏主动查阅文献、参与讨论的积极性,仅在考前突击复习。这种被动学习方式在实践性课程(如实验操作、项目设计)中暴露明显短板,学生完成任务的效率和质量均显著落后。

2.2.2 时间管理混乱

弱势专业学困生的时间管理能力普遍较弱。他们易受娱乐活动或无效社交的干扰,将大量时间消耗于碎片化行为

(如刷短视频、网络游戏),导致有效学习时间严重不足。部分学生虽意识到时间浪费问题,但因缺乏自律和规划技巧,陷入“拖延—焦虑—更低效”的恶性循环。例如,课程作业常拖至截止前仓促完成,质量难以保障。

2.2.3 应对机制消极

面对学业压力,学困生倾向于采取回避型或情绪型应对策略。例如,通过逃课、装病等方式逃避课堂任务;在考试失利后陷入自我谴责而非反思改进;甚至通过沉迷虚拟世界转移现实压力。这些消极行为不仅无法缓解压力,反而加重学业负债,形成“压力积累—行为失序—压力加剧”的闭环。

2.3 环境层面的制约：资源匮乏与支持缺位

环境层面的压力源于教学体系、家庭期待与社会环境的综合作用。弱势专业的边缘化地位使得学困生面临更加显著的资源获取障碍。

2.3.1 教学支持不足

弱势专业常面临师资力量薄弱、课程设置陈旧等问题。教师多采用传统讲授法,忽视学生个性化需求;实践教学环节因经费不足难以开展,导致理论脱离实际。例如,某校社会学专业因缺乏田野调查经费,学生仅能通过案例分析模拟实践,学习效果大打折扣。此外,针对学困生的帮扶机制不完善,辅导资源多集中于成绩优异者,形成“马太效应”。

2.3.2 家庭期待错位

家庭对弱势专业的认知偏差加剧了学困生的心理负担。许多家长将专业冷热度等同于就业前景,频繁质疑学生的选择,甚至施压要求转专业。这种期待与现实的反差使学生陷入矛盾:既需应对学业挑战,又要承受“辜负家庭期望”的愧疚感。部分学生为缓解家庭压力,盲目辅修热门专业课程,反而导致精力分散、主业荒废。

2.3.3 社会评价压力

就业市场对弱势专业的歧视性评价,进一步放大学困生的焦虑感。招聘单位对专业背景的刻板印象(如“文科无用论”)、薪资水平差距等问题,使学生对未来发展充满迷茫。社交媒体中“成功学”叙事(如“年薪百万”“大厂 Offer”)的泛滥,更强化了他们的相对剥夺感。例如,文学专业学生对比计算机专业同龄人的就业数据时,易产生“努力无意义”的挫败心理。

认知、行为与环境层面的压力并非孤立存在,而是通过动态交互形成叠加效应。认知偏差导致行为失范,而行为失败进一步强化消极认知;环境制约则同时作用于认知与行为,使学困生陷入系统性困境。例如,某生因专业认同不足(认知层面)而逃课(行为层面),缺课又导致知识断层,加剧课程难度感知(环境反馈),最终形成“认知—行为—环境”的负向循环。

弱势专业学困生的学业压力是多重因素交织的复杂现象。认知层面的自我否定、行为层面的策略失效与环境层面

的支持缺位,共同构成其学业困境的底层逻辑。破解这一难题需从三层面协同发力:通过认知干预重塑专业认同,通过行为指导优化学习策略,通过环境改善提供资源支持,最终帮助学困生实现从“压力承受者”向“主动破局者”的转变^[23]。

3 高校弱势专业学困生学业支持体系的构建与实践

高校弱势专业学困生的学业支持需要构建一个系统化、多维度的帮扶体系。这个体系应当从价值引领、能力提升和环境优化三个关键维度着手,形成相互支撑、协同发力的有机整体,才能真正帮助学困生突破困境,实现学业进步和全面发展。

3.1 价值引领维度:构建专业认知培育体系

在价值引领方面,专业认知的培育需要贯穿学生培养全过程。从入学教育开始,就要注重引导学生建立正确的专业认知,通过学科导论课程、专业讲座、校友分享等多种形式,让学生深入了解专业内涵和发展前景。可以组织专业教师与学生进行深入交流,解答学生的困惑和疑虑;邀请优秀校友回校分享职业发展经历,用真实案例展示专业价值;安排学生参观相关行业企业,实地感受专业知识在实际工作中的应用。这些措施能够有效帮助学生建立专业认同感,激发学习动力。同时,要注重培养学生的成长型思维,通过学业成长档案记录学习进步,设置阶段性目标来保持学习动力,让学生看到自己的进步和潜力。

3.2 能力提升维度:完善个性化学习支持网络

能力提升是帮助学困生突破困境的关键环节。首先要建立精准的学情诊断机制,通过问卷调查、学业测试、个别访谈等方式,全面了解每位学困生的具体困难和学习特点。在此基础上,提供个性化的学习指导和支持。对于基础薄弱的学生,可以开设基础补习课程;对于学习方法不当的学生,要重点培养其元认知能力和学习策略;对于学习动力不足的学生,则需要通过目标激励和成功体验来增强信心。要特别注重培养学生的核心学术能力,如文献阅读、逻辑思维、学术写作等,这些都是顺利完成学业的基础。可以组织学习方法工作坊,邀请优秀学生分享学习经验;开设学术写作指导课程,帮助学生掌握规范的学术表达;建立学习小组,促进同伴之间的互帮互助。

3.3 环境优化维度:打造学业发展共同体

环境优化是支撑学困生转化的重要保障。要着力打造有利于学困生成长的支持性环境,构建多层次的帮扶网络。在课堂教学层面,教师要关注学困生的学习状态,及时给予指导和鼓励;在课外支持方面,可以建立导师制,为学困生配备专门的学业导师;在同伴互助方面,组织优秀学生与学困生结对帮扶。同时,要优化教学资源配置,为弱势专业提供必要的教学条件保障。可以建设跨专业的学习支持中心,整合各学科优质资源;开发在线学习平台,提供灵活便捷的

学习支持;建立学业预警机制,及时发现和干预学习困难。此外,还要注重营造包容、支持的文化氛围,让学困生感受到关心和鼓励,增强克服困难的信心。

这三个维度的工作需要协同推进,形成合力。价值引领解决“为什么学”的问题,为学困生提供精神动力;能力提升解决“怎么学”的问题,为学困生提供方法指导;环境优化解决“在什么条件下学”的问题,为学困生创造有利条件。只有将这三个方面有机结合起来,才能构建起有效的学困生帮扶体系。

在具体实施过程中,要注重工作的系统性和持续性。建立学困生转化的长效机制,将帮扶工作纳入日常教学管理体系。定期评估帮扶效果,根据实际情况调整工作策略。同时,要尊重学困生的个体差异,避免“一刀切”的做法,提供有针对性的个性化支持。通过持续不断的努力,帮助学困生逐步克服学习困难,实现学业进步和全面发展。

这种系统化的帮扶模式,不仅关注学困生的即时困难解决,更着眼于其长远发展。通过价值引领重塑学习动力,通过能力提升夯实发展基础,通过环境优化创造成长条件,最终实现从“学会”到“会学”的转变,从“被动接受”到“主动探索”的跨越。这不仅是帮助学困生完成学业的现实需要,更是培养其终身学习能力的重要途径。在高等教育高质量发展的背景下,构建这样的学困生帮扶体系具有重要的现实意义,值得在实践中不断探索和完善^[4]。

4 结论

本研究通过系统分析弱势专业学困生问题,提出“三重困境”理论框架,揭示专业认知偏差、学习方法不当和环境支持缺失的交互作用机制,突破了单一维度解释的局限。实践层面构建的“价值-能力-环境”三维支持体系,通过专业认知重塑、个性化学习和环境优化的协同干预,实现了学困生帮扶的系统化转型,尤其强调价值引领的核心作用。未来研究应聚焦三个方向:人工智能在精准帮扶中的应用、跨学科培养的影响机制,以及全国性学困生数据库建设,同时需关注不同高校和专业领域的差异性,以提升帮扶措施的针对性。这些发现为完善高等教育质量保障理论提供了新视角,也为学困生转化工作提供了可操作的实践路径。

参考文献

- [1] 许利敏,赵丽丽. 本科生学业压力的群体差异与教改策略研究[J]. 绍兴文理学院学报,2022,42(12):67-74.
- [2] 于明慧,胡雄海,刘丽,等. 高校大类招生背景下学风建设培养模式构建与实践——以北京理工大学珠海学院计算机学院为例[J]. 大学教育,2021(8):141-144.
- [3] 任义. 新时代加强高校学风建设路径的思考[J]. 公关世界,2025,(07):124-126.
- [4] 赵晓峰,王明月,张潮. 高校大类招生:理论检视、困境表述与优化路径[J]. 中国农业教育,2018,(02):17-21+93.