

基于 lifeComp 框架的大学生终身学习能力培养研究

林碧莹

广东开放大学（广东理工职业学院），广东 广州 510091

DOI:10.61369/ETI.2025040004

摘要：在 VUCA 时代，终身学习能力成为个体可持续发展的核心素养。本研究基于 LifeComp 框架，提出大学生终身学习能力培养路径：个人领域通过开设课程、增加跨学科课程、加强校园建设培养自我调节、灵活性与福祉能力；社会领域借助志愿服务、数字沟通课程、团队项目等提升共情、沟通与协作能力；学会学习领域依靠教师引导、批判性思维训练、学习计划指导等培育成长型思维、批判性思维与学习管理能力。本研究旨在为高校教育教学改革等提供实践指引，助力大学生应对未来挑战，推动全民终身学习社会的构建。

关键词：LifeComp 框架；终身学习；大学生；生态文明素养；数字能力

Research on Cultivating College Students' Lifelong Learning Ability Based on the LifeComp Framework

Lin Biying

Guangdong Open University (Guangdong Polytechnic Institute), Guangzhou, Guangdong 510091

Abstract： In the VUCA era, lifelong learning ability has become a core competency for individual sustainable development. Based on the LifeComp framework, this study proposes a pathway for cultivating college students' lifelong learning abilities: in the personal domain, self-regulation, flexibility, and well-being are fostered through curriculum development, increased interdisciplinary coursework, and campus construction; in the social domain, empathy, communication, and collaboration skills are enhanced through volunteer service, digital communication courses, and team projects; in the area of learning to learn, growth mindset, critical thinking, and learning management abilities are cultivated through teacher guidance, critical thinking training, and study plan instruction. This research aims to provide practical guidance for higher education teaching reform, assist college students in facing future challenges, and promote the construction of a lifelong learning society for all.

Keywords： LifeComp framework; lifelong learning; college students; ecological civilization literacy; digital ability

一、问题提出

在 VUCA（易变性、不确定性、复杂性、模糊性）时代，全球政治经济格局深度调整、科技革命浪潮汹涌澎湃，人工智能、大数据等新技术的迭代速度超乎想象，行业边界日益模糊，新兴职业不断涌现，传统职业加速转型。社会对人才的需求发生了根本性转变，从单一技能型人才转向具备创新思维、适应能力和持续学习能力的复合型人才。在此背景下，终身学习能力是个体在瞬息万变的社会中立足，实现可持续发展的核心竞争力。纵观国内研究现状，现有文献多聚焦于职场人士的终身学习能力培养，通过探讨继续教育模式、职业培训体系等，助力在职人员适应职业发展需求。大学生作为社会发展的主力军，其终身学习能力的塑造对其发展至关重要^[1]，不仅关乎个人职业发展与人生价值实现，更影响着国家人才储备与创新发展的潜力。然而，对处

于人生重要转型期的大学生群体，终身学习能力培养的研究相对薄弱。与此同时，当前终身教育体系存在明显弊端，过度强调职业能力导向，将教育重心倾斜于专业技能训练，忽视了学生在情感、价值观、社会适应等方面的全面发展，割裂了校园教育与社会发展的有机联系，难以满足新时代对人才培养的多元需求^[2]。在此背景下，欧盟 LifeComp 框架的引入为终身学习能力研究开辟了新路径。该框架以其系统性、前瞻性的理论架构，为剖析和培养终身学习能力提供了全新视角。将 LifeComp 框架应用于大学生群体，不仅能丰富终身学习能力培养的理论体系，还能所高校教育教学改革提供科学依据。本研究基于 LifeComp 框架，深入探究大学生终身学习能力的培养路径与策略，旨在优化高校课程设置，提升学生综合素质，增强大学生应对未来挑战的能力，进而推动全民终身学习社会风气的形成，为构建学习型社会奠定坚实基础。

基金项目：2021年广东开放大学（广东理工职业学院）科研项目（YB2113）；2024年度广东开放大学（广东理工职业学院）教育评价改革专题项目（2024JYPJ07）。

作者简介：林碧莹（1987-），女，广东广州人，助理研究员，博士，从事教育理论与教育管理、职业教育问题研究。

二、LifeComp 框架的内涵与特点

2020年,欧盟委员会联合研究中心(JRC)以构建终身学习共识为目标,编制了LifeComp框架,旨在为终身学习的关键能力提供统一的概念框架,培养个体在个人发展、社会融入、公民责任及职业发展等领域的核心能力,以应对当下日益加剧的不确定性及全球性的焦虑情绪,帮助个体更好地迎接未来挑战,追求健康生活,提升社会共情与冲突管理能力。LifeComp框架由个人(Personal)、社会(Social)和学会学习(Learning to Learn)三大核心领域组成,每个领域包含三项具体能力,形成系统化的终身学习能力体系。此外,LifeComp框架充分考虑学习者所处的社会环境、文化背景等因素,具备灵活性、概念性、描述性和非处方性,能适应不同学习环境和目标群体^[3]。

(一) 个人领域应对 VUCA 的挑战

个人领域包含自我调节、灵活性和福祉三项核心能力,共同构成了个人应对现代挑战、实现可持续发展的基础能力体系^[3]。自我调节(Self-regulation)使个体能够有效管理情绪、思想和行为,通过主动调控而非被动反应来实现理性决策,这对学习投入和其他核心素养发展至关重要。灵活性(Flexibility)是针对VUCA时代的特征提出,强调适应新环境和应对变化的核心竞争力,帮助个体在复杂情境中保持优势。福祉(Well-being)采用整体视角,涵盖生活满意度、身心健康平衡和环境可持续三个方面,即通过规律作息和情绪调节促进生理心理平衡;借助社会互动和利他行为增强社会联结;通过环保实践实现环境福祉,彰显人与自然和谐共生的理念。

(二) 社会领域契合全民学习发展趋势

社会领域由共情、沟通与协作三项能力构成,通过强化个体的社会适应性,为构建包容性社会提供微观基础。研究认为未来大多数新兴职位都将需要很强的协作和沟通技能^[4]。因此,社会领域的能力提升将有助于个体有效参与社会化进程。共情(Empathy)强调对他人情感、经历与价值观的深度理解及恰当回应,不仅促进积极人际关系的建立,更在压力疏导与冲突化解中发挥关键作用。沟通(Communication)要求个体根据情境特征灵活运用沟通策略,既包含传统的人际交流技巧,也涵盖数字化时代的人机交互能力,且特别强调遵循数字伦理规范以保障信息安全与隐私权益。协作(Collaboration)聚焦团队效能提升,要求个体在尊重多元文化的基础上,通过角色分工、资源共享和流程协调实现共同目标。

(三) 学会学习领域对接创新型人才培养

学会学习领域关注数字时代下持续学习能力的系统性培养,包含成长型思维、批判性思维与学习管理。数字化正改变人们生活、交往、学习和工作的方式^[5],要求当代公民能持续更新技能组合。成长型思维(Growth Mindset)强调对学习潜能信念建构,主张通过持续努力突破能力边界,本质是将挑战转化为认知重构的契机,以强化个体的学习韧性。批判性思维(Critical thinking)作为高阶认知工具,要求个体能解构信息逻辑、评估论证效度并生成创新解决方案,这种思维模式的迭代升级直接决定

知识获取与问题解决的效能。学习管理(Managing learning)则以元认知理论为基础,涵盖学习过程的规划、监控与反思,要求个体能整合个人认知特征与任务需求制定策略,实时反馈调节学习路径并实现经验向认知图式的转化。

欧盟LifeComp框架相较于传统终身学习能力框架,展现出两大革新与拓展。一、将“环境福祉”概念引入个人发展维度,构建个人与自然协同发展观,实现从个体福祉到生态文明的范式跃迁;二、框架深度整合数字时代特征,对接《欧盟数字教育行动计划(2021-2027)》确立数字能力的时代重要性,将数字素养嵌入学习管理能力的底层逻辑,形成技术赋能与认知发展的双向互动机制。基于此,本研究在LifeComp框架的基础上,将生态文明素养、数字能力的具体要素融入大学生终身学习能力体系培养路径,并提出本土化的培养策略。

三、基于 LifeComp 框架的大学生终身学习能力培养路径

(一) 个人领域能力培养策略

开设专门的心理健康教育课程和学习策略指导课程,帮助学生了解自我调节的方法和技巧。采用认知行为疗法(CBT)可有效引导学生识别自身思维模式与情绪反应,从而调整负面认知并缓解学习与生活压力^[6]。同时,鼓励学生制定个人学习计划和目标,并定期进行反思和调整,培养自我管理的习惯。此外,还可以开展相关的实践活动,如时间管理训练营、情绪管理工作坊等,让学生在实践中提升自我调节能力。

增加跨学科课程和选修课程的比例,拓宽学生的知识面和视野,培养学生综合素养。跨学科学习有助于提升学生在复杂环境中的适应能力^[7],可开设“人工智能与社会”“环境科学与可持续发展”等跨学科课程,让学生了解不同领域的知识和发展趋势,提高学生在复杂环境中的适应能力。同时,鼓励学生参加各类社会实践活动、实习和创新创业项目,让学生在情境中锻炼应对变化的能力。此外,邀请行业专家开展讲座与交流活动,可帮助学生了解职业发展趋势,提前适应未来职业需求。

加强校园建设,营造积极、健康、绿色的校园氛围。学校可组织丰富多彩的文体活动,鼓励学生积极参与,促进学生的身心健康发展。同时,系统开展健康教育,普及健康知识,帮助学生养成良好生活习惯。此外,提升大学生生态文明素养尤为关键,需从知识、意识与行为三个维度协同推进。构建系统的生态文明知识体系,培育人与自然和谐共生的道德价值观及热爱自然的情感倾向,推动生态文明情感内化并转化为实际行动。具体可通过垃圾分类宣传、校园环保行动等教育活动,引导学生树立环保意识,践行可持续生活方式,整合校园、家庭与社区资源,构建高职生生态文明素养培育的协同场域^[8]。

(二) 社会领域能力培养策略

在教育教学中,注重培养学生的人文关怀精神。研究表明角色扮演能提升学生的共情能力^[9],因此,重点以志愿服务作为体验式学习的重要形式,鼓励学生以社会工作者的角色参与志愿服

务活动,关爱社区老人和留守儿童等,让学生在实践中提升社会共情能力。学校还可以建立心理咨询服务平台,让学生在帮助他人解决心理问题的过程中,培养参与者的共情技巧。此外,人文课程中融入情感教育内容,可通过分析社会关怀主题的文学作品,促进学生换位思考能力的发展,引导学生理解他人的感受和需求。

数字时代对沟通能力提出了新的要求,数字素养与传统沟通能力的融合是未来课程设计的国际共识^[10]。日常教学中,加强对数字沟通能力的培养,开设相关课程,如新媒体应用、网络安全与伦理等,让学生了解数字时代的沟通特点和规范,掌握数字沟通工具的使用技巧。同时,学校相关部门可组织国际交流活动、学术交流活动等,让学生有机会与不同背景的人进行沟通交流,拓宽沟通视野,提升沟通能力。

协作能力培养需要系统化的教学设计。团队协作能优化团队协作效能^[11],在教学过程中可适当增加团队项目和小组作业的比重,让学生在团队合作中学会协作。教师引导学生进行合理分工,明确各自的职责和任务,培养学生的团队意识和协作精神。同时,开展团队建设活动,如户外拓展训练、团队文化建设等,增强团队凝聚力和协作能力。

(三) 学会学习领域能力培养策略

成长型思维对于青少年心理资本具有显著的增量预测效度^[12],因此教师需注重对学生的鼓励和引导,及时肯定学生的努力和进步,帮助学生树立自信心;采用过程性评价方式,通过具体、及时的反馈强化学生的努力归因,给予积极的反馈和建议。定期开展主题班会和讲座,向学生介绍成长型思维的重要性和培养方法,鼓励学生勇于尝试新事物,不畏惧失败。此外,邀请榜样人物进行经验分享,能有效激发学生的成长动机。

数字时代尤其重视批判性思维的提升^[13]。教师可以通过设置

开放性问题、引导学生进行案例分析等方式,鼓励学生对所学知识进行思考和质疑。同时,开设批判性思维训练课程,教授学生批判性思维的方法和技巧,如逻辑推理、证据评估等,提高学生的批判性思维能力。此外,学校可鼓励学生参与学术研究和科研项目,让学生在实践中锻炼批判性思维能力。

实证研究表明定期开展学习监控与反思活动能显著提升学习效能^[14]。教育工作者可指导学生制定科学合理的学习计划,引导学生掌握学习计划的制定技巧,确定学习目标、分解学习任务、合理安排时间等。同时,培养学生的自我监控和反思能力,让学生定期对自己的学习过程和学习效果进行总结和反思,及时调整学习策略和方法。此外,学校还可以利用学习管理平台,为学生提供学习资源推荐,学习进度跟踪和学习效果评估等服务,帮助学生更好地管理自己的学习。

四、结语

本研究以欧盟 LifeComp 框架为理论基石,深入剖析大学生终身学习能力培养路径,不仅填补了国内针对大学生群体终身学习能力研究的部分空白,也为优化终身教育体系提供了新思路。通过将个人、社会、学会学习三大能力领域的本土化实践,实现了理论框架与高校教育教学的深度融合,为大学生应对 VUCA 时代的复杂挑战筑牢能力根基。然而,该框架在实际应用中仍需进一步结合中国教育国情与文化特色,持续探索更具针对性的培养策略。未来,期待更多教育工作者与研究者加入,共同完善基于 LifeComp 框架的本土化研究,深化对大学生终身学习能力培养的理论认知,推动构建更高效、更全面的终身学习教育生态,为培育适应时代发展的复合型人才、建设学习型社会持续赋能。

参考文献

- [1] 张黎宁. 职业教育要教给学生持续发展的学习能力 [J]. 职业技术教育, 2009(30): 23-23.
- [2] 吴遵民. 终身教育体系构建的理论基础与路径创新 [J]. 教育研究, 2021, (5), 12-23
- [3] Sala, A., Punie, Y., Garkov, V., & Cabrera Giraldez, M. (2020). LifeComp: The European framework for personal, social and learning to learn key competence (JRC Science for Policy Report, EUR 30246 EN). Publications Office of the European Union.
- [4] Gonzalez Vazquez, I., Milasi, S., Carretero Gomez, S., Napierala, J., Robledo Bottcher, N., Jonkers, K., Vuorikari, R. (2019). The changing nature of work and skills in the digital age. Joint Research Centre.
- [5] 张品良. 网络虚拟社会建设与网民的思想教育 [J]. 求实, 2008, (11): 77-79.
- [6] 周冬梅. 运用认知行为疗法 (CBT) 实现高职学生心理问题自助干预的探讨. 卷宗. 2019.
- [7] 戴瑶瑶. 跨学科融合教育的趋势及前瞻. 语文课内外 2020, (31), 360-360.
- [8] 林碧莹. 高职学生生态文明素养的提升策略与措施. 环境教育 2024, (9), 24-27.
- [9] 周文霞等. "角色扮演法在医学生医患共情能力培养中的应用和实践." 中国高等医学教育, 2021, (12): 23-24.
- [10] Voogt, Joke, and N.P. Roblin. A comparative analysis of international frameworks for 21st century competences: Implications for national curriculum policies. Journal of Curriculum Studies. 3(2012): 299-321.
- [11] 杨松青. 高校科研团队协作相关因素对团队效能的影响研究——以共享心智模型为中介 [D]. 浙江: 浙江工业大学, 2011.
- [12] 张阔, 李珮瑜, 陈丽君, 等. 成长型思维与青少年心理资本的关系: 基于动机框架的分析 [J]. 心理与行为研究, 2023, 21(2): 209-215.
- [13] 冷静, 卢弘焕, 代琳. 生成式人工智能赋能批判性思维测评——基于 ChatGPT 的应用实验 [J]. 现代远程教育研究, 2024, 36(06): 102-111.
- [14] 王茜. "五环式" 教学模式对学生自主学习能力影响的研究 [J]. 校园英语 (高校版), 2014(2): 8-13.