

高职学生学习适应性现状剖析与问题解决路径研究

陈长城

中山职业技术学院，广东 中山 528400

DOI: 10.61369/SDME.2025090001

摘要：随着我国高等职业教育的快速发展，高职教育在培养高素质技能型人才方面发挥着重要作用。然而，高职学生的学习适应性问题逐渐成为影响其学业发展和职业规划的重要因素。本文以高职学生学习适应性为研究对象，从学业自我效能感、生源地、家庭教养方式和不同年级等多维度展开分析，探讨高职学生学习适应性的现状与问题，并进一步提出针对性的改进建议，包括增强学生的学习动机和端正学习态度，改善学校教学模式等，以期为提升高职学生的学习适应性提供理论支持和实践参考。

关键词：高职学生；学习适应性；问题与策略

Analysis of the Current Situation of Learning Adaptability of Higher Vocational Students and Research on Problem-solving Paths

Chen Changcheng

Zhongshan Polytechnic, Zhongshan, Guangdong 528400

Abstract : With the rapid development of higher vocational education in China, vocational education plays an important role in cultivating high-quality skilled talents. However, the problem of vocational college students' learning adaptability has gradually become a key factor affecting their academic development and career planning. This paper takes vocational college students' learning adaptability as the research object, conducts an analysis from multiple dimensions such as academic self-efficacy, place of origin, family upbringing styles, and different grades, explores the current situation and problems of vocational college students' learning adaptability, and further puts forward targeted improvement suggestions. These suggestions include enhancing students' learning motivation, correcting their learning attitudes, and improving the school's teaching model, aiming to provide theoretical support and practical reference for improving vocational college students' learning adaptability.

Keywords : vocational college students; learning adaptability; problems and strategies

引言

近年来，国家提出“金课”建设的理念，强调课程的高阶性、创新性和挑战度，这为高职教育改革提供了新的方向和要求。在这一背景下，研究高职学生学习适应性的现状与问题，不仅有助于提升学生的综合素质，也为高职教育的高质量发展提供了理论支持和实践指导。高职教育的特殊性决定了其学生群体的多样性。高职学生来源广泛，包括普通高中毕业生、中职毕业生以及社会生等，不同生源地的学生在学习基础、学习习惯和学习态度上存在显著差异^[1]。与此同时，高职学生的学习适应性还受到家庭教养方式、个人学习动机以及学校教育环境等多重因素的影响。在“金课”理念的推动下，高职课程设计和教学模式正在向更加科学化、系统化方向发展，这对学生的学习能力和适应能力提出了更高的要求。然而，部分高职学生在面对新的学习环境和教学要求时，表现出学业自我效能感不足、学习动力缺乏以及学习方法不当等问题，这些都严重影响了他们的学习效果和职业发展。由此，研究高职学生学习适应性的现状与问题，既是适应“金课”建设要求、提升高职教育质量的必然选择，也是帮助学生更好地适应学习环境、实现个人发展的现实需要^[2]。

一、高职学生学习适应性的现状与问题

(一) 高职学生学业自我效能感适应性

学业自我效能感是指个体对自己完成特定学习任务能力的信

念，它对学习行为、动机和成就具有重要影响。然而，许多高职学生在进入高职院校后，由于长期积累的学习挫败感，容易产生自我效能感的不足，甚至陷入自卑的心理状态，这种现象的形成与多方面因素有关。首先，部分高职学生在初中或高中阶段的学

基金项目：基于高职学生学习适应性的“金课”建设策略研究，编号：JY202402

习经历中，由于基础较差、学习方法不当或缺乏有效的学习支持，导致他们在学习过程中屡屡受挫，逐渐形成了对自身能力的负面认知。这种认知在进入高职院校后并未得到根本改善，反而可能因环境的变化和学习任务的调整而进一步加剧^[3]。其次，社会对高职教育的偏见也对学生的自我效能感产生了负面影响。一些人认为高职教育是“低层次”的教育，这种错误的认知不仅影响了社会对高职学生的认可度，也给学生带来了心理压力。在这种外部环境的影响下，部分高职学生容易陷入自我怀疑，认为自己的能力不足，无法适应高职阶段的学习要求。此外，一些高职学生在面对新的学习环境和任务时，由于缺乏明确的目标和有效的学习策略，容易产生学习上的迷茫感，进一步削弱了他们的学习信心，导致他们在学习过程中表现出消极的态度，如逃避学习任务、缺乏主动探索精神等。长此以往，这种低效的学习适应性不仅影响了学生的学习成绩，还可能对他们的心理健康和未来发展产生不利影响^[4]。

（二）高职学生不同生源地的学习适应性

高职学生的学习适应性在不同生源地之间存在显著差异，这一现象主要体现在农村学生和城市学生的学习适应性表现上。城市学生在学习适应性方面表现出较强的优势，这与其所处的教育环境和资源条件密切相关。城市学生在学习兴趣方面更为积极，对知识的探索和学习表现出更强的兴趣和主动性。在压力应对方面，城市学生由于从小接受的教育环境较为多元，应对学习压力的能力较强，能够更好地平衡学习与生活。相比之下，农村学生在学习适应性方面存在一定劣势。由于教育资源的相对匮乏，农村学生在学习兴趣和主动性方面可能受到一定的限制。然而，农村学生在自主学习能力方面表现出了较强的优势^[5]。由于农村学生在成长过程中往往需要更多地依靠自身的努力和独立性，这使得他们在自主学习方面具备较强的能力。农村学生在学习过程中表现出较强的自律性和独立性，能够在较少外部干预的情况下完成学习任务，这种能力在高职阶段的学习中显得尤为重要。

（三）不同家庭教养方式下的高职学生学习适应性

研究表明，民主型的父母教养方式更有利于学生在学习适应性方面取得良好的效果。民主型父母通常尊重孩子的意见，注重与孩子之间的沟通与交流，鼓励孩子独立思考和解决问题。在这种教养方式下成长的孩子具备较强的自我控制能力，能够主动与他人建立良好的关系，并在面对问题时表现出积极的态度，这些特点都为他们在高职学习中适应新环境提供了有力支持。总的来看，城市和农村父母的教养方式也呈现出一定的差异性。城市父母的教养方式虽然以民主为主，但其中往往掺杂了专制的特点。他们注重对孩子学业成就的追求，但同时也对孩子提出了较高的要求，这种教养方式虽然有助于孩子在学习上取得一定的成就，但也可能给孩子带来较大的心理压力，影响其学习适应性的健康发展^[6]。而农村父母的教养方式则以民主为主，但其中往往掺杂了放任的特点。他们注重孩子的独立性，但在教育方式上缺乏系统性和针对性，这可能导致孩子在学习上缺乏明确的方向和动力，影响其学习适应性的提升。

二、高职学生学习适应性提高的策略

（一）个体因素：增强学习动机，端正学习态度

在高职教育中，学生需要面对从中学到大学的转变，这一过程中个体因素的调整尤为重要。为了提高学习适应性，学生需要关注自身的身心健康，增强学业自我效能感，同时做好角色转换，提升学习的独立性和自主性。首先，关注学生的身心健康。高职学生在进入大学后，可能会面临较大的学习压力和心理负担。如果忽视心理健康，容易导致焦虑、抑郁等心理问题，进而影响学习效率和适应能力。因此，学生需要学会自我调节，保持良好的心理状态。其次，增强学生的学业自我效能感。高职学生在面对新的学习环境和任务时，往往会对自己的能力产生怀疑，导致学习动力不足。为了提升自我效能感，学生需要设定明确的学习目标，并通过分解目标逐步实现。同时，学生可以反思自己的学习过程，发现自己的优点和进步，从而增强自信心^[7]。最后，提高学习的独立性和自主性。高职学生需要培养批判性思维和问题解决能力，学会将知识应用于实际情境中。通过主动参与实践性学习活动，学生能够更好地理解所学内容，并增强对学习的兴趣和动力。

（二）管理因素：保障综合管理，优化师资结构

在高职院校中，教育管理者需要从学生的实际情况出发，明确学生的学习动机、学习态度、学习能力以及对教学模式的适应性，通过精准的管理措施和教学优化，为学生创造良好的学习环境和成长条件。首先，教育管理者需要对学生的个体特点进行精准识别。通过调查问卷、访谈、课堂观察等方式，全面了解学生的兴趣爱好、职业规划、学习习惯以及面临的困难。通过精准识别，有助于教师制定针对性的管理策略，避免“一刀切”的管理模式对学生学习适应性的不良影响。其次，教育管理者需要优化教学管理措施，帮助学生提升学习适应性。例如，针对对教学模式适应性较差的学生，教师可以通过调整教学方式、增加实践环节等方式提高其参与度。在优化师资结构方面，教育管理者要注重教师队伍的专业化建设。一方面提升教师的教学能力，通过定期培训、教学观摩等方式，帮助教师掌握现代教育理念和教学方法；另一方面优化教师队伍的结构，引进具有实践经验的企业导师，为学生提供理论与实践相结合的教学支持。除此之外，管理者还可以通过建立教师与学生之间的沟通机制，如定期召开师生座谈会、设立教师信箱等，以此增强师生之间的互动与理解，为学生的学习适应性提供更有力的支持。最后，教育管理者需要建立科学的综合管理机制。通过制定合理的管理制度，如学籍管理、教学质量管理和学生行为规范等，为学生的学习和成长提供制度保障。同时，院校还应加强管理的灵活性和人文关怀，避免过度强调刚性管理而忽视学生的个性化需求^[8]。例如，建立动态调整机制，根据学生的学习表现和需求，及时调整管理措施，帮助学生更好地适应高职院校的学习生活。通过精准的管理和教学优化，高职院校的教育管理者能够有效提升学生的学习适应性，为学生的全面发展奠定坚实基础。

（三）教学因素：改善教学模式，提高教学效果

高职院校作为培养技术技能型人才的重要场所，其教学模式

和教学效果直接影响学生的学习适应性。对此，学校需要从多维度入手，优化教学模式，提高教学效果，从而帮助学生更好地适应高职学习环境。在课程设置方面，高职院校需要根据社会需求和学生特点，科学设计课程体系。当前，部分高职院校的课程设置存在与市场需求脱节的问题，导致学生毕业后难以适应工作岗位的要求。为此，学校需要加强与企业的合作，动态调整课程内容，将最新的行业知识和技能融入教学中^[9]。同时，课程设置应注重实践性，增加实训课程的比例，帮助学生在学习过程中掌握实际操作能力。在教学资源方面，高职院校需要加大投入，优化资源配置，为学生提供更好的学习条件。学校应注重教学硬件设施的建设，如实验室、实训基地等，为学生提供真实的实践环境。其次，学校还应充分利用数字化资源，开发在线课程平台，为学生提供灵活的学习方式。通过整合校内外资源，形成资源共享机制，可以有效提升教学资源的利用效率，为学生的学习提供更多支持。在教学方法方面，高职院校需要创新教学模式，激发学生的学习兴趣和主动性。传统的以教师为中心的教学方法，可能难以满足高职学生的学习需求^[10]。学校应尝试采用多样化的教学方法，如案例教学、项目式学习、翻转课堂等，引导学生在实践中学习，增强学习的互动性和参与感。此外，教师在教学过程

中应注重与学生的沟通，了解学生的学习困难，及时调整教学策略，帮助学生克服学习中的障碍。通过优化课程设置、提升教学资源和创新教学方法，高职院校可以有效改善教学模式，提高教学效果，从而帮助学生更好地适应高职学习环境，提升其学习适应性。

三、结束语

综上所述，通过对高职学生学习适应性的现状与问题进行研究，可以发现当前高职学生在学习适应性方面存在一定的问题和挑战。这些问题不仅影响了学生的学业表现，也对高职教育的质量和学生的综合素质培养提出了更高的要求。高职学生学习适应性的问题是一个多维度、多层次的复杂问题，需要家庭、学校和社会共同努力，形成合力。通过改善教育环境、优化教学模式和加强心理辅导，可以有效提升高职学生的学习适应性。未来，随着高职教育改革的不断深入，关注学生学习适应性问题将成为高职教育的重要方向，这不仅有助于提高教育质量，也有助于培养更多高素质的技术技能型人才。

参考文献

- [1] 王莹；赵桐. 线上学习适应性现状与对策研究 [J]. 重庆电力高等专科学校学报 .2022(01).
- [2] 曹育红；李凤玲. 高职学生网络平台学习适应性影响因素研究 [J]. 潍坊工程职业学院学报 .2021(05).
- [3] 陈琦；邓裕雯；郝丹；曹建斌；王瑾. 高职院校00后大学生学习适应性提升策略研究 [J]. 轻工科技 .2019(10).
- [4] 武晓会. 对高职新生适应性的调查研究 [J]. 发明与创新 (职业教育) .2019(03).
- [5] 孙海荣；李智水. 高职院校新生学习适应性存在问题的成因分析 [J]. 青春岁月 .2018(21).
- [6] 陈婷玉，杨燕清. 高职护理专业学生在线学习适应性现状及影响因素研究 [J]. 卫生职业教育 ,2024, 42(14):80-83.
- [7] 刘艺. 虚拟现实技术支持下高师生学习适应性影响因素研究 [D]. 广东技术师范大学 ,2024.
- [8] 董佳鑫. 高职院校学生线上学习适应性研究 [D]. 天津职业技术师范大学 ,2024.
- [9] 于海波. 高职学生学习适应性的影响因素分析及提升策略 [J]. 教育与职业 ,2023, (14):108-112.
- [10] 郭晓. 高职院校数学专业学生学习适应性影响因素研究 [J]. 黑龙江科学 ,2023, 14(01):121-123.