

基于辅导员工作视角下“Z世代”高校学生培养模式探索

傅鸿鸣 张桦

杭州电子科技大学计算机学院

DOI:10.32629/jief.v7i12.20299

[摘要] “Z世代”大学生已成为高校主力军,其思维方式、行为习惯与价值取向呈现出显著的代际差异性,对高校传统学生育人模式带来现实挑战。辅导员作为高校学生培养的关键力量,其育人理念、方法与能力直接影响育人成效。本文从辅导员工作实践出发,运用文献研究法和归纳分析法,系统梳理“Z世代”高校学生的思想行为特征与成长困境,深入剖析现阶段辅导员在教育管理环节中存在的适配性短板。在此基础上,尝试构建“理念重塑—路径适配—能力支撑—机制保障”四层递进的培养模式,旨在弥合教育代际鸿沟、提升育人精准度,为新时代高校辅导员开展学生育人工作提供可行思路与实践借鉴。

[关键词] “Z世代”高校学生; 培养模式; 辅导员

中图分类号: D43 文献标识码: A

Exploration on the Training Model of Generation Z College Students from the Perspective of Counselors

Hongming Fu Hua Zhang

School of Computer Science, Hangzhou Dianzi University

[Abstract] Generation Z college students have become the main force in universities. Their thinking modes, behavioral habits and value orientations show significant intergenerational differences, which bring practical challenges to the traditional student education model in universities. As a key force in college student training, counselors' educational concepts, methods and abilities directly affect the effectiveness of education. Based on the practical work of counselors, this paper systematically sorts out the ideological and behavioral characteristics and growth dilemmas of Generation Z college students by using the methods of literature research and inductive analysis, and deeply analyzes the adaptability shortcomings of counselors in the current education and management links. On this basis, it attempts to construct a four-level progressive training model of "concept reconstruction - path adaptation - ability support - mechanism guarantee", aiming to bridge the intergenerational gap in education, improve the accuracy of education, and provide feasible ideas and practical reference for college counselors to carry out student education work in the new era.

[Key words] Generation Z college students; training model; university counselors

1 前言

西方社会常以世代划分年龄层,描绘不同出生年份群体的社会、文化和经济特征。这种划分虽未完全获得学术共识,却因历史事件和社会趋势而引发思考。“Z世代”常指出生于1997年至2012年期间,成长伴随着互联网、数字信息技术、人工智能等技术的出现,被称为“数字原住民”^[1]。国内通常以十年为界划分代际,存在无法精准体现当代群体在成长环境、价值观念与行为模式上的差异表现。目前“Z世代”大学生已成为国内高校主力军^[2]。他们在思维方式、行为习惯等方面呈现出显著的代际差异。高校辅导员作为与“Z世代”大学生接触最紧密、影响最直接的育人者,是高校学生培养的关键力量。在当前的教育实践

中,辅导员通常沿用较为成熟的管理和育人方式,这些方式虽在过去积累了丰富的经验,但面对“Z世代”大学生新的思维行为特征时,却暴露出难以适配的弊端^[3]。基于此,本文以“特征剖析—问题诊断—模式构建—保障支撑”为研究思路,综合运用文献研究法和归纳分析法,深入探讨“Z世代”高校学生的思维行为特点与现实问题,剖析当前辅导员育人工作存在的弊端,并构建递进式、可操作的培养优化体系。本研究既有助于丰富新时代高校学生培养与辅导员育人工作的理论成果,也能够为高校提升“Z世代”学生育人实效、落实立德树人根本任务提供切实可行的参考。

2 “Z世代”高校学生的思维行为特征及现实问题

2.1 “Z世代”高校学生的思维方式

2.1.1 矛盾性与双重性思维显著

目前,“Z世代”高校学生表现出多元的矛盾样态。成长心态上,他们既追求学历提升与未来发展,又试图以低欲望态度缓解学业压力;价值立场上,他们具有强烈的家国认同感,但其信息甄别能力弱,易受网络舆论与多元思潮影响,立场容易摇摆;行为表现上,他们在网络上积极参与时事热点讨论,在现实中对班级活动参与冷淡,呈现线上线下分离的特点。

2.1.2 网络化与圈层化思维固化

该群体的信息获取、认知形成与价值判断高度依赖网络平台,思维呈现碎片化、即时化、可视化倾向。社交软件的算法推荐机制不断强化信息茧房效应,使其习惯于在固定兴趣圈层内接收同质化内容,导致其独立思辨与跨领域思考能力弱化,对复杂社会话题难以形成全面理性的判断。

2.1.3 个性化与自主化思维突出

该群体的自我意识与主体意识强烈,崇尚平等表达与自由选择,对家校层面的管控约束存在排斥心理,更注重自我感受、精神满足与个性实现。在学习、社交、职业发展等方面,他们坚持自主判断,决策以自我需求为中心,同时对新事物接受度高。

2.1.4 务实化与功利化思维并行

受成长环境影响,该群体的思维更趋现实理性,发展目标偏向于学业进步、工作稳定与生活保障,整体呈现自信务实的特点。在价值观中,他们对个人利益与自我发展看得更重,就业选择更关注岗位稳定、工作体验与成长空间,对社会责任与公共价值关注度相对不足。

2.2 Z世代高校学生的行为特征

2.2.1 社交行为上:线上活跃,线下疏离

网络社交是“Z世代”高校学生的主要对外交流方式,他们频繁使用社交平台分享自己生活、寻求价值认同,圈层互动活跃。但现实中他们普遍回避面对面深度交流,人际沟通与协作能力偏弱,呈现出“线上社牛、线下社恐”“点赞之交多、深度联结少”的特点。

2.2.2 学习与生活行为上:数字化生存,个性突出

该群体善于利用网络开展线上自主学习,生活方式网络化,对电子产品依赖度高,日均上网时间长,娱乐、消费、资讯获取等均依赖网络,形成“人机一体”模式^[4]。消费上,他们追求个性表达与情绪价值,追捧二次元文化,兼具理性理财与过度娱乐消费双重倾向。

2.2.3 价值与公共参与行为上:自我导向突出,现实参与不足

该群体的行为以自我感受与利益为核心,敢于拒绝不合理约束,注重权益保护与情绪自主,班级活动参与度低,集体观念淡薄。同时他们乐于参与网络中的社会话题讨论,但现实中对思政课程、志愿服务、社会实践等活动主动参与性不高,呈现“线上活跃、线下冷淡”特征。

2.2.4 就业与发展行为上:求稳避卷,矛盾凸显

面对学历贬值与就业竞争压力,该群体普遍追求岗位稳定,偏向考编、进国企等传统稳定路径,重视兴趣匹配与个人成长,排斥过度内卷。部分学生因职业规划模糊,选择慢就业、缓就业甚至不就业,呈现高自我期望与低抗压能力、低执行能力的行为矛盾。

2.3 “Z世代”高校学生存在的主要问题

2.3.1 心理健康问题凸显,抗挫折能力薄弱

教育部2025年全国高校心理健康专项普查数据可知,高校学生抑郁、焦虑风险检出率分别约24.1%、18.5%，“Z世代”高校学生的心理健康问题凸显。面对学业、就业与同辈竞争压力,他们容易陷入自我否定与精神内耗,抗压韧性不足,躺平、摆烂等消极心态蔓延,奋斗进取意识有所弱化。

2.3.2 价值信念易受冲击,信息辨别能力薄弱

该群体整体上认同主流价值观念,但网络不良信息与错误思潮的渗透,易使其理想信念动摇。当前网络内容碎片化、娱乐化、情绪化特征,部分学生缺乏足够的理性判断与信息甄别能力,易被错误观点误导,出现认知偏差、盲目跟风等现象,价值取向的稳定性与坚定性不足。

2.3.3 社交与实践能力不足,集体与责任意识弱化

受虚拟社交依赖影响,学生线下沟通与团队协作能力明显退化,社交恐惧现象较为普遍。部分学生集体意识、责任意识与奉献精神不强,对公共事务关注度较低,主动参与社会实践的积极性不足,动手能力薄弱,难以适应社会协作需求,在集体生活中缺乏主动担当意识与能力。

2.3.4 行为规范与发展规划存在短板

部分学生存在网络依赖、作息紊乱、过度消费等不良习惯,学术不端、网络暴力、非理性发声等行为偶有发生,规则意识与自我约束能力不足。同时,在成绩焦虑与学历贬值的双重影响下,学生职业目标模糊,慢就业、反复备考等现象增多。

3 当前高校辅导员面临的主要问题

3.1 思想价值引领失效,话语权弱化

传统说教式、灌输式思政教育难以适配“Z世代”高校学生网络化、个性化的特点,班会、讲座等传统形式吸引力下降。学生易受网络流量叙事、网红观点影响,产生“读书无用”“成功速成”等认知偏差,而辅导员对网络舆情、青年亚文化把握不精准,引导方式陈旧,无法有效回应学生思想困惑,导致思政教育公信力与自身话语权弱化。

3.2 学生管理适配性不足,集体凝聚乏力

学生圈层化、个性化行为与班级统一管理存在冲突,班级通知响应率低、集体活动参与度不高,个人圈层封闭性强、排他性突出。当前高校管理手段偏传统、一刀切,缺乏柔性化与个性化设计,难以激发学生参与管理的自主性,导致班级凝聚力与归属感持续弱化。

3.3 心理健康教育被动,干预效能偏低

学生多倾向线上情绪宣泄与网络自我诊断,对线下心理咨询存在回避心理^[2]。当前辅导员专业心理知识储备不足,早期识

别与精准干预能力薄弱,难以辨别并化解学生的真实情绪困扰。同时高校心理预警机制不完善,多为事后处置和复盘。

3.4 育人效能不足与队伍发展机制欠缺

高校传统的育人模式、教育内容与学生实际需求存在脱节,校园数字化平台存在“数据孤岛”,育人技术支撑薄弱。同时辅导员职责界定模糊,行政事务繁杂,核心育人职能被挤压,工作负荷常年偏大。此外辅导员专业培训体系不完善,校家协同育人机制不健全,考核激励与晋升通道不够完善,极易引发职业倦怠,队伍稳定性不足。

4 “Z世代”高校学生培养模式的适配性构建

以“Z世代”高校学生的思维行为特征、现实发展困境、辅导员工作短板为靶向,尝试构建“理念重塑—路径适配—能力支撑—机制保障”四层递进的培养模式,推动育人工作从管控转向服务、从灌输转向互动、从粗放转向精准。

4.1 理念重塑: 重构育人底层逻辑

高校要尊重学生的自主意识与个性需求,建立平等、尊重、信任的师生关系,弱化说教与管控,强化陪伴与倾听,以青年视角理解躺平、内卷、圈层等现象背后的真实压力与情感诉求。将网络空间视为重要育人阵地,树立线上线下一体化育人理念,主动融入学生网络生活,实现思想引领、管理服务、心理关怀全天候、全覆盖。摒弃一刀切培养模式,坚持因材施教、分类引导,针对学业、心理、就业、社交等不同类型学生实施差异化支持,满足多元发展需求。推动思政教育与专业学习、日常管理、心理健康、就业指导、社会实践深度融合,构建全员、全程、全方位协同育人格局。

4.2 路径适配: 构建五位一体精准育人体系

要以学生的成长需求为核心,构建思想引领、管理服务、数字赋能、心理支持、就业指导五位一体的精准化育人路径,实现育人工作从被动应对向主动引导、从粗放管理向精细服务转型。思想引领上,转换话语体系、做强网络阵地、融入学生圈层、强化实践体验,让主流价值更易被学生接受与认同。管理服务上,搭建学校-学院-班级三级网格管理体系,推动班团活动与兴趣圈层融合,精简形式化事务,强化人文互动与学生自治,提升集体归属感。数字赋能上,整合多维度学生数据形成动态画像,构建异常行为预警机制,以技术提升育人精准度。心理健康上,健全心理监测与干预闭环,丰富线上线下疏导形式,推动家校协同筑牢心理安全防线。就业指导上,矫正职业认知偏差,实施分类精准指导,强化实战训练,提供全周期成长支持,切实提升学生就业竞争力与社会适应力。

4.3 能力支撑: 打造专业化创新型辅导员队伍

要强化高校辅导员的理论素养,提高主流话语转化、舆情识别与价值引导能力,做到懂理论、懂网络、懂青年。熟练运用新媒体平台,掌握数据分析、网络沟通、圈层文化解读技能,提升

线上育人水平。加强心理学相关知识培训,提高情绪识别、谈话疏导、危机初步处置与转介能力。有效联动专业教师、心理中心、就业部门、家庭与社会资源,形成育人合力。主动探索新载体、新方法、新机制,持续提升育人实效性。

4.4 机制保障: 完善长效运行支撑体系

明确辅导员核心职责,剥离非必要行政事务,确保精力集中于辅导员核心工作。将网络思政、精准育人、心理服务、学生满意度等纳入考核,弱化事务性指标,完善晋升与激励通道,提升职业获得感。建立学工、教务、心理、就业、后勤等部门常态化协同制度,实现信息互通、资源共享、合力育人。构建岗前培训、在岗研修、专项培训、科研提升等一体化体系,为辅导员专业化、职业化发展提供持续支撑。加大经费、平台、技术与人员投入,支持新媒体阵地、心理服务、数字平台建设。定期开展需求调研与效果评估,动态优化培养模式。

5 结论

“Z世代”高校学生作为数字原生代,具备矛盾化、网络化、个性化、务实化的思维与行为特征,同时在心理健康、价值判断、社会实践、发展规划等方面问题突出。当前辅导员在育人工作中面临价值引领失效、管理适配不足、心理干预被动、技术应用滞后等现实困境,其根源在于理念滞后、模式陈旧、保障不足、环境复杂等。本文基于辅导员工作视角,构建“理念重塑—路径适配—能力支撑—机制保障”四层递进式培养模式,紧扣“Z世代”学生成长特点与辅导员岗位职责,通过更新育人理念、完善育人路径、强化能力支撑、健全保障机制,实现育人工作提质增效。

【项目基金】

本文系2025年杭州电子科技大学思想政治教育工作能力提升建设研究项目“基于辅导员工作视角下‘Z世代’高校学生培养模式探索”(项目编号:SZGZ202503)阶段性成果。

【参考文献】

- [1]欧梨成,王壹,韩飞,等.作为“Z世代”的全日制本科在校大学生媒介素养现状研究——基于63所高校的调查[J].文化软实力研究,2022,7(06):64-79.
- [2]王杰雯.数字化转型背景下高校辅导员对Z世代学生的适配性管理模式研究[J].新闻研究导刊,2025,16(10):211-215.
- [3]孟文玉.“Z世代”大学生思想政治教育的困境与对策[J].辽宁经济职业技术学院.辽宁经济管理干部学院学报,2024(4):134-136.
- [4]崔旭阳.制度自信教育融入Z世代大学生思想政治工作的对策研究[D].西安理工大学,2023.

作者简介:

傅鸿鸣(1994--),男,汉族,浙江绍兴人,硕士研究生,讲师,主要研究大学生思政教育。