

转专业学生适应困境及辅导员支持服务 路径研究

陈月阳

天津城建大学, 天津 300384

摘要:在高校个性化人才培养改革持续深化的背景下,国内高校逐步放宽转专业限制,有效契合了学生的兴趣特长与发展诉求。但转专业带来的学习环境、知识体系、人际圈层的全方位重构,使得多数学生陷入阶段性适应困境,成为高校学生管理与思政育人的难点。立足辅导员岗位职能,本文系统剖析转专业学生的各类适应难题及深层原因,构建全流程帮扶体系,提出前置学情摸排、学业结对帮扶、常态化心理关怀、助力班级融入、跨专业优势赋能、闭环动态跟踪六大实践路径,为高校优化转专业学生管理模式、提升精细化育人质量提供实践参考。

关键词:高校大学生;转专业;适应困境;辅导员;精细化育人

DOI: 10.64649/yh.jydk.issn3080-2660.202607011

0 绪论

随着高校学分制改革不断推进,个性化、多元化人才培养模式逐步落地,转专业制度从传统的严格限制逐步转向规范化、开放化。该制度是学校调整专业布局、满足学生求知兴趣,提高人才培养质量的必然要求和重要手段,也是对大学生涯发展意愿的有效回应^[1]。

但从高校育人实践与辅导员日常管理工作来看,转专业并非简单的专业更换,而是学生学业发展、人际交往、心理状态、角色身份的全方位转型。多数学生在转入新专业后,都会经历一段较长的适应阵痛期,普遍呈现初期满怀期待、中期迷茫困惑、后期焦虑承压的状态。一方面,新旧专业课程体系、知识逻辑、学习模式的差异,导致学生出现严重的学业断层;另一方面,原有社交圈层逐步瓦解,新的集体关系尚未建立,学生极易产生孤独感、边缘化心态。当前,多数高校的转专业配套机制重考核、轻适应,重准入、轻帮扶,缺乏针对转专业学生的全过程、精细化育人服务,导致部分学生的适应问题持续发酵,甚至演变为学业危机、心理危机。因此,依托辅导员岗位优势,构建系统化的转专业学生支持服务体系,具有重要的现实必要性与紧迫性。

1 高校转专业学生主要适应困境分析

1.1 学业适应困境:知识断层严重,学业压力激增

学业适应问题是转专业学生最核心、最突出的适应难题,也是引发后续心理、社交问题的首要诱因。高校各专业不同学科门类的学习思维、教学节奏、考核标准差异显著。部分学生从文科、艺术类专业转入理工科、应用型专业后,面临全新知识内容,因缺乏前置课程基础,出现课堂听不懂、课后不会练、作业完不成的

普遍问题。

多数学生在原专业学习中成绩优异,转入新专业后受知识断层影响,学业排名大幅下滑,与原有学习状态形成强烈反差。巨大的学业落差使学生产生严重的自我否定与学业焦虑,部分学生甚至滋生厌学、逃课、拖延等消极学习行为,若未及时介入干预,极易出现挂科、学业预警、留级等学业风险,严重影响个人学业发展。

1.2 心理适应困境:情绪内耗突出,自我认同薄弱

学生在转专业过程中,投入了大量的时间、精力与心血,付出了较高的沉没成本,对新专业的学习发展抱有极高期待,而当转入新专业后遭遇学业困难、人际疏离等问题时,极易产生自我怀疑,反复纠结转专业选择的正确性,陷入持续情绪内耗^[2]。

此外,转专业学生处于全新的学习生活环境,身边缺乏熟悉的同学与倾诉对象,负面情绪无法及时宣泄疏导。长期的学业压力、孤独感与迷茫感叠加,使得学生情绪愈发敏感、自卑、低落,逐渐封闭自我、消极避世。相较于普通学生,转专业学生的心理韧性更弱,是高校心理危机防控的重点潜在群体^[3]。

1.3 社交适应困境:人际圈层固化,集体融入困难

大学班级、宿舍的人际关系在入学初期便逐步固化,形成稳定的社交圈层。转专业学生中途插入新班级、新宿舍,天然具备“外来者”属性,面临原有社交圈淡化、新社交圈难以建立的双重困境^[4]。从班级管理层面来看,班委及班级同学对转专业学生的个人情况、性格特点缺乏了解,日常通知传达、集体活动邀约容易出现遗漏,导致学生参与班级建设、团日活动、文体活动的机会较少。长期下来,转专业学生在班级中存在感极低,归属感严重缺失,逐渐

被集体边缘化。部分性格内向的学生不愿主动社交,进一步加剧了人际孤立的现状,难以建立稳定的校园社交支持网络。

1.4 发展适应困境:职业认知模糊,成长目标缺失

部分学生的转专业动机缺乏理性规划,多基于个人一时兴趣、跟风选择或对原专业的抵触心理,并未深入了解新专业的培养方案、课程难度、科研方向与就业前景。转入新专业后,学生发现学习强度、发展路径与个人预期差距较大,进而陷入二次迷茫。转专业学生存在学业积累断层问题,在学科竞赛、科研创新、实习实践、保研升学等方面缺乏前期积累,相较于本专业原生学生,竞争优势不足。多数学生无法结合自身跨专业特质制定个性化发展规划,陷入无目标、无动力、无方向的成长困境,长期处于被动学习、消极度日的状态。

2 转专业学生适应困境的成因分析

2.1 个体层面:适应能力偏弱,发展规划缺失

从学生个体角度而言,部分学生心理素质与环境适应能力不足,面对学业挫折、人际困境时,自我调节能力差,容易产生消极心理与负面认知,心理韧性难以适应环境转型需求。同时,多数学生缺乏主动成长意识,面对适应难题时被动等待帮扶,不主动补齐学业短板、不主动开展社交融入,导致适应周期大幅延长。此外,部分学生转专业动机功利化、盲目化,缺乏长期学业与职业规划,遇到困难便动摇信念,难以快速适应新的成长环境。

2.2 班级层面:包容氛围不足,融入机制缺失

高校班级人际圈层固化后,班级整体缺乏接纳新成员的主动意识,没有建立适应转专业学生的融入机制。班级班委缺乏主动对接、主动服务的意识,日常管理中忽视转专业学生的特殊性,未能针对性为其创造融入机会。班级同学之间缺乏主动沟通交流,对转专业学生存在天然的疏离感,难以形成包容互助的班级氛围,导致学生长期游离于集体之外,无法建立归属感。

2.3 学校层面:配套机制滞后,全程帮扶缺失

当前高校转专业管理制度侧重准入考核与资格审核,聚焦学生转入前的能力筛选,却忽视转入后的适应帮扶,配套育人机制存在明显短板。学校未建立统一的转专业学生课程补修、学业辅导、心理适应、跟踪管理体系,学生的适应问题多依靠事后补救,缺乏前置预防、全程跟进的常态化机制。制度层面的缺位^[5],导致转专业学生的各类适应难题无法得到系统性

解决,育人风险防控存在漏洞。

2.4 育人层面:管理模式固化,精细帮扶不足

传统高校学生管理多采用统一化、标准化的粗放式管理模式,面向全体学生开展同质化育人工作,忽视转专业学生的特殊性、脆弱性与阶段性需求。辅导员日常谈心谈话、学业帮扶多聚焦共性问题,对转专业学生的个性化困境摸排不细致、干预不及时、帮扶不精准,未能针对其学业断层、人际疏离、心理焦虑等问题制定专项育人方案,导致育人工作实效性不足。

3 辅导员优化转专业学生支持服务的实践路径

3.1 前置摸排预判,建立专项台账,筑牢适应基础

辅导员坚持前置育人、预防为先的工作理念,在学生转专业公示结束、正式入班之前提前介入,构建新旧专业育人衔接渠道。主动对接原专业辅导员,全面摸排学生的学业基础、性格特质、转专业动机、家庭背景、日常表现及优缺点,建立《转专业学生个性化成长台账》,实现一人一档、动态管理。同时提前与新班级班委、宿舍长沟通对接,介绍转专业学生基本情况,督促班级骨干主动接纳、主动对接,提前消除陌生隔阂,从源头规避边缘化问题。

开展转入前专项谈心谈话,精准把握学生心理预期,客观告知新专业的学习难度、发展优势与现存挑战,纠正学生理想化、片面化的认知,引导学生理性看待专业转型,提前做好承压吃苦、主动适应的心理准备,为后续平稳适应奠定基础。

3.2 聚焦学业短板,精准结对帮扶,破解断层难题

针对转专业学生核心的学业适应难题,辅导员牵头搭建专项学业帮扶体系,有效化解知识断层困境。建立“老生结对、骨干帮扶”机制,为每一名转专业学生匹配一名成绩优异、责任心强、专业基础扎实的高年级学长学姐或班级骨干,一对一提供课程答疑、学习资料分享、学习方法指导、重难点梳理等常态化帮扶,帮助学生快速补齐前置课程短板。

主动对接各专业任课教师,反馈转专业学生的学业基础现状,争取教师针对性开展课后答疑、专项辅导,适度兼顾学生的适应节奏。指导学生结合自身短板制定个性化补修计划、日常自习计划,建立常态化学业跟进机制,定期核查学生学习状态、作业完成情况及考试成绩,对出现学业下滑、挂科苗头的学生及时约谈预警、督促整改,全方位防范学业风险。

3.3 深耕心理关怀, 常态化谈心疏导, 筑牢心理防线

辅导员立足心理健康育人职责, 建立“一月适应、中期稳控、期末复盘”三段式谈心谈话机制, 实现转专业学生心理关怀全覆盖、常态化。重点围绕学生学业压力、人际困扰、情绪变化、思想动态开展一对一谈心疏导, 及时捕捉学生自卑、焦虑、迷茫、后悔等负面情绪, 针对性开展心理疏导与正向引导, 帮助学生缓解情绪内耗。

建立心理风险分级管控机制, 对情绪波动较大、适应压力突出、存在心理隐患的学生, 及时联动学校心理健康教育中心开展专业测评与干预。搭建家校协同育人机制, 定期向家长反馈学生在校适应情况, 联动家庭做好心理关怀与情绪疏导。同时组织转专业学生茶话会、座谈会, 搭建同辈交流平台, 让学生互相倾诉、彼此鼓励、分享经验, 有效缓解孤独感与无助感。

3.4 搭建融入平台, 优化班级氛围, 强化集体归属

为破解学生集体融入难题, 辅导员指导班级优化精细化管理模式, 着力打造包容友善的班级氛围。明确班委工作职责, 要求班委主动对接转专业学生, 确保班级通知、集体活动、评优通知全覆盖, 杜绝信息遗漏。主动为转专业学生创造展示自我、参与建设的机会, 鼓励其积极参与班会、团日活动、文体竞赛、志愿服务等集体事务, 帮助学生快速融入班级集体。

重点关注宿舍人际关系建设, 宿舍是学生日常生活与情感寄托的核心场景。辅导员常态化走访宿舍, 及时排查宿舍隔阂、人际疏离等问题, 对存在矛盾与隔阂的宿舍及时介入调解, 引导舍友互帮互助、和睦相处, 为转专业学生打造温暖稳定的生活圈层, 帮助学生快速建立集体归属感与校园幸福感。

3.5 立足优势赋能, 挖掘跨域特长, 重塑成长自信

辅导员坚持优势视角育人理念, 打破“转专业学生是问题学生”的刻板印象, 主动挖掘学生跨专业学习的独特优势。结合学生原专业知识储备、技能特长、思维优势, 针对性引导

学生盘活跨学科资源, 将原有专业优势转化为新专业的差异化竞争能力, 例如引导文科转入理工科学生发挥文字表达优势, 参与项目申报、成果撰写; 引导理工科转入文科学生发挥逻辑思维优势, 助力调研分析、文案创作。

同时开展精准化职业规划指导, 结合新专业培养体系、就业方向、升学路径, 帮助学生梳理大学成长目标, 明确学业发展、科研创新、实习就业的具体方向。鼓励学生依托跨学科优势参与创新创业、学科竞赛、科研项目、社会实践, 打造个人成长亮点, 推动学生从被动适应、消极迷茫向主动成长、自主赋能转变。

3.6 健全闭环机制, 全程动态跟踪, 实现长效育人

辅导员构建“前置摸排—中期帮扶—期末复盘—长期跟踪”的全流程闭环育人机制, 实现转专业学生管理无死角、帮扶不断档。建立动态成长台账, 实时更新学生学业成绩、心理状态、社交融入、发展规划等信息, 根据学生适应进度动态调整帮扶策略。对适应良好、状态稳定的学生持续常态化关注, 巩固育人成效; 对适应困难、问题突出的学生列为重点关注对象, 开展一对一专项帮扶、高频次跟进干预, 确保每一名转专业学生不掉队、不缺位, 全面提升育人工作长效性。

4 结语

转专业学生作为高校特殊的成长型群体, 在专业转型过程中因个体适应能力、班级氛围、学校制度、育人模式多重因素共同作用会面临学业、心理、社交、发展多维度的适应困境。辅导员作为思政育人主体, 在转专业学生风险隐患排查、个性化成长帮扶以及思想价值引领工作中, 具备不可替代的关键作用。立足新时代高校育人要求, 辅导员要坚守以生为本原则, 紧扣精准化育人工作要求, 搭建立体化帮扶体系, 切实化解转专业学生适应危机, 帮助学生重拾学习信心、融入新集体。未来, 辅导员需持续总结转专业学生育人工作经验, 不断优化帮扶模式、创新育人载体提升特殊学生群体育人质量, 夯实高校立德树人工作根基。

参考文献:

- [1] 赵俊凯. 三全育人背景下转专业学生归属感问题研究——基于高校辅导员视角[J]. 湖北开放职业学院学报, 2024, 37(8): 54-56.
- [2] 陈晓满. 大学生转专业存在的问题及对策[J]. 科教导刊, 2023, (28): 10-13.
- [3] 张素雅. 新时代高校转专业学生心理健康教育探究[J]. 成才, 2024, (24): 60-62.
- [4] 颜士伟, 施毅宁, 蔡铭, 等. 转专业学生的发展性研究[J]. 科教导刊(下旬), 2018, (15): 19-21.
- [5] 张永莉. 高校转专业工作现状及其持续改进研究[J]. 北京教育(高教), 2024, (8): 38-39.

作者简介: 陈月阳(1997.02—), 女, 汉族, 天津市人, 助教, 硕士研究生, 研究方向: 思想政治教育。