

当代大学生“课上沉默，课下自学”现象的多维解析

章剑波，李慧丽，李艳艳，王海鸥
南方科技大学 材料科学与工程系，广东 深圳 518000
DOI: 10.61369/SDME.2025210017

摘要： 本文深入探讨了当代大学生中普遍存在的“课上沉默，课下自学”现象。文章认为，这并非简单的学生厌学，而是数字时代教育范式转型的集中体现，其根源在于传统课堂教学模式的多重困境、学生心理与学习模式的变迁、互联网技术的赋能以及社会就业压力等多重因素。这种现象既是挑战也是机遇，未来高等教育需要构建“课堂+网络”的混合教育生态，以实现更好的教学效果。

关键词： 心理学；教学困境；高校教育；教育改革

Multi-dimensional Analysis of the Phenomenon of College Students Being "Silent in Class and Studying Independently After Class"

Zhang Jianbo, Li Huili, Li Yanyan, Wang Haiou
Department of Materials Science and Engineering, Southern University of Science and Technology, Shenzhen, Guangdong 518000

Abstract： This paper delves into the phenomenon of "silence in class, self-study after class" that is common among contemporary college students. The article believes that this is not a simple student boredom, but a concentrated embodiment of the paradigm transformation of education in the digital age, which is rooted in multiple factors such as multiple dilemmas of traditional classroom teaching models, changes in students' psychology and learning modes, the empowerment of Internet technology, and social employment pressure. This phenomenon is both a challenge and an opportunity, and in the future, higher education needs to build a "classroom + network" hybrid education ecology to achieve better teaching results.

Keywords： psychology; teaching predicament; higher education; education reform

引言

在信息技术迅猛发展的今天，高等教育模式正经历着前所未有的变革。一个显著的现象是，越来越多的大学生在课堂上表现出消极被动的学习态度——或低头刷手机，或心不在焉，甚至直接缺勤。与之形成鲜明对比的是，课后他们主动通过 MOOC（慕课）、B 站、知乎、YouTube 等平台搜寻相关学习资源，自主完成知识建构^[1]。这种“课上沉默，课下自学”的现象引发了广泛讨论：究竟是学生懒惰厌学，还是传统课堂教学模式已无法满足当代大学生的学习需求？本文将从教育模式、学生心理、技术影响及社会因素等多维度剖析这一现象，并探讨其背后的深层原因及可能的解决路径。

一、现象概述：大学生课堂参与度下降与课后自学兴起

高校作为知识传播的殿堂，莘莘学子本应在课堂上欢快的吸收着老师们传授的知识。但是很多高校教师发现，在课上同学们，尤其是靠后排的同学们却是低着头，不知是在思考问题还是另作它事。为了增加知识与现实生活的联系使得学生们更容易接受，高校教师可谓“无所不用其极”，甚至不断增加与学生们的

互动，但学生们表现却是兴致不高。

多所高校的问卷显示，大学生课堂参与度逐年下降。2022年《中国大学生学习与发展调查报告》指出，超过60%的学生承认在课堂上会频繁使用手机，仅30%的学生能全程专注听讲。与此同时，课后自学成为主流：BILIBILI 网站（B 站）学习类视频年播放量超百亿次，“慕课”平台注册用户中大学生占比超过70%^[2]。这种“课上沉默，课下自学”的现象，反映了当代大学生学习方式的重大转变。

二、原因分析：多维视角下的“逃离课堂”现象

（一）传统课堂教学的困境

1. 单向灌输式教学后缺乏互动契机

许多知识较为深奥，而且课时紧张，需要在有限的时间内尽可能的讲完，因此高校教师在讲授时不得已仍采用“教师讲、学生记”的填鸭式教学，只能等学生课后消化。这样会造成课上缺乏讨论、案例分析和实践环节。学生被动接受知识，容易产生倦怠感。而且课后教师只有一位，而对知识点存在疑惑的同学却有很多，高校教师难以兼顾所有学生，因此部分同学不得不借助网络资源进行自己学习，久而久之学生在课上的积极性和参与度逐步降低。

2. 课程内容滞后于学科发展

部分教材和讲授内容更新缓慢，无法跟上行业前沿动态，而网络资源（如 Coursera、edX）能提供更及时、国际化的知识。某些高校在一些课程上投入资源较多，为了将知识点讲明白更是投入了很多多媒体资源，如动画制作、实景配图、AI 虚拟等。相较于传统讲授方式，学生更能被多媒体的教学资源所吸引，如此也就养成了课上不听，课下自己在网络上冲浪学习的习惯。

3. 考核方式趋于单一，缺乏激励

以期末考试为主的评价体系导致学生平时松懈，考前突击，课堂参与未被有效纳入考核。虽然目前很多高校正在改革评价模式，如增加作业在课程评价中的占比，引入小组讨论等方式，但是学生还是会针对性的应付了事，在老师将课的过程中不知不觉的会分散注意力，使得教学效果收效甚微。

（二）学生心理与行为模式的变迁

1. 注意力碎片化与“短平快”学习偏好

成长于短视频时代的大学生更适应高密度、快节奏的信息获取方式，而传统课堂的 45 分钟讲授难以维持其专注力。很多高校或者教育从业者，乘着短视频的红利风口，推出自己对相关知识的见解，制作知识短片成为名利双收的知识播主。学生们对此类的知识短片的接受度更优于传统的书籍，以至于部分同学在课上看着黑板的关键词，利用平板电脑在短视频平台冲浪寻找相关知识短片，一旦找到并保存后便不去听教师在该知识点的讲解，分心他用^[3]。

2. 功利性学习导向

许多学生认为课堂知识“无用”，转而自学考研、考公、求职技能（如 Python、PS），体现强烈的结果导向。在调查中部分学生反馈，因网络上有与课程相关的多媒体资源，并且了解课程的考核方式，打算在期末突击看视频等方式完成课程考核，因此在课堂上就出人在心不在的现实状况。

近年来因为出国读书的热情不减，外语考试及特殊证书考取等行为的盛行，使得部分学生着眼于能够快速得利的功利性学习导向，利用课堂上的时间专于准备考试的做法，使得原本需要慢节奏来沉淀知识的课堂，教学质量收效甚微。

3. 个性化学习需求增强

学生希望自主控制学习进度（如倍速播放、反复回看），而课堂统一授课难以满足差异化需求。多媒体教学资源的盛行，一

方面大大的降低了知识获取的难度，也有利于随时能够调取查阅，减少了遗忘的可能，故而学生更加不在意课堂上的讲授，甚至连笔记都可以不用做；另一方面，即使网络上没有相关课程的多媒体资源，学生也能利用录音、拍照、录像等手段将课堂完整的录制下来，课后可以不受限制的倍率快速或者慢速播放，做到随心所欲^[4]。这一切都导致了学生在课堂上不再认真听讲的原因。

（三）技术赋能：互联网重塑学习方式

1. 优质教育资源的普及化

哈佛、MIT 等名校的多媒体课程资源可通过网络免费获取。一方面此类多媒体资源能够随着学生的自身能力进行倍率播放，快速便捷；另一方面可以存储，一旦忘记可以随时调出进行二次学期；再一方面，为了讲清楚知识点，视频中往往引入很多生动的动画场景、实例情景分析、AI 虚拟仿真等多种手段^[5]。因而学生更倾向于选择更生动、更具启发性的线上资源。

2. 学习工具的智能化

Anki（记忆卡片）、Notion（知识管理）、ChatGPT（答疑）等工具提升了自学效率网络大数据模型技术的发展，衍生出了许多让人生活和学习更加便利的工具。尤其是学习上出现的很多疑问都可以通过 Deep seek 等学习工具进行解答，如此便不需要在课间短短的时间再去寻找教师解答，如此也大大的削弱了学生对课堂的依赖。

3. 社群化学习模式的兴起

在网络技术高度发达的当今，各行各业都各自形成了具有自身行业特点的社群论坛，形成了较为专业的社群化交流渠道。在知识学习方面，学生通过知乎问答、豆瓣小组、Discord 学习群等渠道交流，形成“无边界课堂”^[6]。在科研、教育方面甚至有自己的王国，如小木虫论坛等。

（四）社会与制度因素

1. 就业压力倒逼技能自学

企业更看重实习经历和实操能力，促使学生将精力投向课外技能提升（如高端软件设计、数据分析、新媒体运营、智能制造、无人机编程）。导致学生对基础能力和基础知识点学习的忽略，甚至放弃对自身意识形态的培养（如哲学思维、人本价值观、世界观），认为人文社科类课程毫无意义。

2. 高校评价体系失衡

教师考核偏重科研而非教学，部分教师敷衍授课，进一步降低课堂吸引力。不少高校管理层在实验教学或理论教学上对教师提出了基本教学任务量的要求，即使在教学上多付出或者多投入心思也看不到量化成果或者得不到考评认可，故而迫使高校教师将精力投放到可以量化的科研上。

虽然评价体系逐步推向多元化，但多元化评价体系也需要教师多付出，在看不到量化成果的迫使下，评价体系还是会面临失衡的局面。

三、影响评估：机遇与挑战并存

网络教育资源的普与对高校教育的立德树人宗旨并非相互冲

突的，两者存在着密不可分的关系，在网络教育资源日益普及的当下，高校应抓住这个机遇与挑战并存的机会。

首先，网络教育资源的普及有着非常积极的影响。一方面，它能够培养学生自主学习能力，契合高校教育目标中培养学生具备终身学习的教育目标；第二方面，它打破了知识垄断，即使是相对教育资源落后的高校学子也能通过这种优秀的网络教育资源获得知识的机会，促进教育公平；第三方面，它能够推动高校的教学改革，倒逼课堂创新，保持高校教育的先进性^[7]。

但是，网络教育资源的普及也潜在着一定的现实问题。如，高校师生关系疏离，校园教育的人文价值弱化，许多人还调侃着只需保证网络大学，现实大学无存在必要的言论；再者，网络教育资源的信息过载与知识碎片化，影响深度学习，不利于专业系统性的培养，学生只知道知其然而不知其所以然，更难以形成自身的教育体系；还有，由于网络教育资源的参差不齐，一些低质量网络资源可能误导学习者，网络生态的无序化可能让学习者更困惑知识的正确性。

四、对策建议：构建“课堂+网络”的混合教育生态

（一）重塑课堂价值：从知识传授到思维训练

高校教育可以灵活多变，如推广研讨式、项目制教学（如PBL）。以项目式教学为例，高校教师可以利用项目的形式，串联学科知识，加强知识间的灵活应用，而不是照本宣科，如此能够增加学生对知识的理解，也可以让学生参与到项目中，而不是只做一名无聊的听众。其次，还可以引入行业案例、前沿议题增强课堂吸引力，如充分利用校企合作的机制，将企业现有的技术创

新或者遇到的难题与学科知识相融合，让学生提前接受企业科研岗位现实培训，让学生模拟就业后解决问题的过程，让学生觉得所学知识切实可用^[8]。

（二）技术赋能教学：线上线下融合（OMO）

高校教学模式可利用小规模在线课程（SPOC）补充课堂教学，通俗的讲就是高校教师可以收集学科相关的优质教学资源，在可利用的平台上建立课外在线课堂，作为线下课堂教学的补足。另外，高校教师还可以通过雨课堂、学习通等工具实现实时互动，利用好网络资源让线下教学变得多样化，如此有助于学生对学科知识体系的认识与建立。

（三）提升教师数字媒体素养

高校应鼓励并培训教师制作微课、运用多媒体工具等，加强高校教师更多的利用多媒体教育资源，一方面可以激励高校教师推陈出新，另一方面可以同步了解学生在使用什么资源，才能更好的对学生进行指导。

高校教育中，很重要的一点是，需要建立激励机制鼓励教学创新，将科研为上的思想逐步回归教育为主的职能职责上。

五、结论

大学生“课上沉默，课下自学”的现象，本质上是数字时代教育范式转型的缩影。它既暴露了传统课堂的弊端，也展现了技术赋能教育的可能性。未来的高等教育不应简单否定或迎合这一趋势，而需构建一种整合正式学习与非正式学习、兼顾系统性与灵活性的新型教育生态。唯有如此，才能实现“教师善教、学生乐学”的理想状态。

参考文献

- [1] 崔丁斯诺，徐建华. ChatGPT 等人工智能融入高校课堂教学的价值、风险及对策 [J]. 黑龙江教师发展学院学报. 2025 Vol. 44 No. 4. 77-81.
- [2] 何文君. MOOC 背景下的高校课堂教学改革路径研究 [J]. 科教论坛. 2024.11. 16-18.
- [3] 刘兴波，邱钰文，鲁彦平. 当前高校课堂“一不做二不休”问题及治理 [J]. 高教学刊. 2024 Vol. 32. 96-99.
- [4] 李广利，温情，魏萍，等. 地方应用型高校课堂教学质量评估体系构建 [J]. 中国教育技术装备. 2024.01. Vol. 01. 56-59.
- [5] 姬生凯，许红星. 高校课堂体验式教学的探索与推广 [J]. 嘉兴学院学报. 2024. 01. Vol. 36 No. 01. 130-135.
- [6] 陈丹琴. 课堂纪律观由传统到理想的三重境界演进 [J]. 教学与管理. 2024.12.01. 32-36.
- [7] 张硕，于冰，张阳. 以学生为中心的高校课堂教学质量提升路径研究 [J]. 教学管理. 2025 Vol. 01. 232-234.
- [8] 贺伶俐. 中华优秀传统文化融入高校课堂的路径探索 [J]. 文教资料. 2025 Vol. 01. 100-103.