

# “契约式学业管理”工具包开发与应用研究 ——基于高职“学业摆烂”群体的靶向干预实践

潘复超

眉山职业技术学院 智能制造学院, 四川眉山 620010

DOI:10.61369/EDTR.2026030033

**摘 要 :** 针对高职院校“学业摆烂”现象所折射的学风建设难题与个体发展困境, 本研究基于辅导员工作实践, 以靶向干预和价值纠偏为导向, 开发并应用了一套“契约式学业管理”工具包。该工具包以平等协商、权责对等和正向激励为核心原则, 系统集成精准诊断、个性契约、过程支持、动态评估及案例管理五大模块, 旨在为辅导员提供标准化、可操作的干预支架。实践表明, 通过与学生签订并执行个性化学业契约, 能有效激发“学业摆烂”群体的主体意识, 促进其学习行为与态度的积极转变。本研究为高职院校学风建设提供了具象化的实践工具与方法论参考, 对提升思想政治教育的精准性和学生管理工作的专业化水平具有积极意义。

**关 键 词 :** 契约式学业管理; 学业摆烂; 靶向干预; 工具包; 高职院校

## Research on the Development and Application of the “Contractual Academic Management” Toolkit – Based on Targeted Intervention Practices for the “Academic Slacking” Group in Higher Vocational Colleges

Pan Fuchao

School of Intelligent Manufacturing, Meishan Vocational and Technical College, Meishan, Sichuan 620010

**Abstract :** In response to the challenges in academic atmosphere construction and individual development dilemmas reflected by the phenomenon of “academic slacking” in higher vocational colleges, this study, grounded in the practical work of counselors and guided by targeted intervention and value correction, has developed and applied a “Contractual Academic Management” toolkit. The toolkit is based on core principles of equal negotiation, balanced rights and responsibilities, and positive incentives. It systematically integrates five modules—precise diagnosis, personalized contracts, process support, dynamic evaluation, and case management—aiming to provide counselors with standardized and operable intervention tools. Practice has shown that by signing and implementing personalized academic contracts with students, the toolkit effectively stimulates the subjective awareness of the “academic slacking” group and promotes positive changes in their learning behaviors and attitudes. This study offers concrete practical tools and methodological references for improving the academic atmosphere in higher vocational colleges, contributing to the precision of ideological and political education and the professionalization of student management.

**Keywords :** contractual academic management; academic slacking; targeted intervention; toolkit; higher vocational colleges

### 引言

#### (一) 研究背景与问题提出

在新时代职业教育高质量发展的背景下, 培养“德技并修”的高素质技术技能人才已成为高职院校的核心使命。然而, 当前高职院校中学生“学业摆烂”现象日益凸显, 表现为持续的学业倦怠、目标模糊、行为退缩与价值迷失, 这不仅严重影响其个人成长成才, 更成为高职学风建设与人才培养质量提升的痛点与难点。该群体“不愿学、学不会、无目标”的典型特征, 其深层根源远非学习能力不足, 而在于内在价值认知的系统性偏差与外部行为动力的严重缺失。传统的说教式管理或碎片化帮扶难以触及根本, 亟待探索一套精准识别、有效干预且可持续的治理新范式。

基金项目: 该论文系“四川省教育厅、高校思想政治工作队伍培训研修中心(西南交通大学)思想政治教育研究课题(高校辅导员专项)(CJSFZ25-105)研究成果。

作者简介: 潘复超(1982-), 男, 四川乐山人, 眉山职业技术学院副研究员, 智能制造学院(天府低空经济产业学院)党总支书记、副院长, 研究方向为思想政治教育。

## （二）文献综述与研究述评

国内外学界围绕学业不良问题已积累了丰富的研究成果。国外研究多基于学生发展理论，部分学者利用“输入-环境-输出”模型分析学业成就的影响因素；部分学者以自我决定理论强调满足自主、胜任与关系需求对激发内在动机的关键作用。国内研究主要集中于三个方向：一是从实证调查入手揭示学风现状，如对“隐性辍学”现象的剖析；二是从制度层面探讨学业预警与帮扶体系的构建；三是关注辅导员在思政教育中的角色功能。然而，既有研究仍存在明显局限：首先，多集中于本科院校或泛化的“学困生”群体，对具有高职特色的“摆烂”这一极端且被动的行为模式关注不足；其次，干预策略多宏观叙事，缺乏将理论转化为具体操作工具的“最后一公里”探索，特别是可供辅导员直接使用的系统化、工具化解决方案尤为匮乏；最后，多数研究将“价值纠偏”与“行为干预”割裂开来，未能实现“管”与“育”的深度融合。

## （三）研究思路与框架

基于此，本研究立足于高职思想政治教育与学风建设的实践场域，以“契约式学业管理”为切入点，旨在开发一套植根于辅导员“四维对话”模式、兼具科学性与实用性的靶向干预工具包。本研究力图突破传统研究的局限，通过将价值引领具象化为可操作的行为契约，实现对学生外在行为的约束与内在动机激活的同步推进，从而为破解“学业摆烂”困境、创新“三全育人”工作机制提供一条可复制、可推广的实践路径。

# 一、工具包的理论基础与设计框架

## （一）理论基础

工具包的设计主要植根于以下三大理论，共同构成了其逻辑起点与运行根基。

首先，行为契约理论为工具包提供了核心的方法论支持。该理论源于行为主义心理学，主张通过书面协议的形式，明确约定目标行为、强化措施以及执行各方的责任与义务。它将隐性的教育期望转化为显性的、双方共同认可的条款，通过外部约定的约束力来逐步塑造和稳定个体的积极行为，为改变“学业摆烂”这类外显的退缩行为提供了直接的理论依据和操作路径。<sup>[1]</sup>

其次，自我决定理论确保了工具包在改变外部行为的同时，能够触及并激发学生的内在动力。该理论指出，满足个体的自主感、胜任感和归属感这三种基本心理需求，是激发其内在动机的关键。工具包的设计深刻融入此理念：自主感体现在学生参与目标制定与契约协商的全过程，而非被动接受命令；胜任感通过分解设定符合 SMART 原则的阶段性目标，让学生不断体验“跳一跳摘到桃子”的成功；归属感则通过辅导员的持续对话、同伴的潜在激励以及家校联动来构建支持性环境，让学生感受到被关注和接纳。

最后，本课题所构建的辅导员“四维对话”模式为工具包注入了思想政治教育的灵魂与特色，确保了其干预方向的正确性与完整性。该模式强调从“价值、学业、成长、生涯”四个维度与学生展开全面、深入的对话。工具包作为此模式的实践载体，将四大对话维度具象化：“价值对话”体现在契约签订前对学习意义的探讨与价值澄清；“学业对话”聚焦于具体学业目标的设定与执行策略；“成长对话”贯穿于契约执行过程中的持续鼓励、反思与心智模式引导；“生涯对话”则通过将当前学业表现与未来职业发展相联结，为学生提供长远的学习动力和愿景。<sup>[2]</sup>由此，工具包超越了单纯的行为管理，成为了一个融价值引领、学业帮扶、心理支持和生涯规划于一体的综合性育人工具。

## （二）工具包的核心设计理念

1. 主体性理念。强调学生是自我学业管理的责任主体，工具包的作用是激发和赋能，而非替代或强制。

2. 发展性理念。干预的目标不仅是纠正问题行为，更着眼于学生的长远发展与综合素养提升。

3. 可操作性理念。所有工具均设计为模板化、流程化，确保辅导员易上手、好操作、可评估。

4. 个性化理念。反对“一刀切”，提供灵活的框架，允许并鼓励根据学生的具体问题进行定制化调整。

## （三）工具包的总体框架

基于以上理论与理念，工具包构建了一个动态循环的“诊断评估（Diagnosis）—目标契约（Contracting）—过程执行（Execution）—反馈评估（Evaluation）”（DCEE）四模块操作框架。该框架形成一个闭环管理系统：始于精准的诊断评估，通过量表与访谈识别问题根源；以此为基础，师生双方共同商定并签署个性化的目标契约，明确权责利；在过程执行阶段，借助跟踪表与对话手册提供持续支持与监督；最终通过周期性的反馈评估对干预效果进行衡量，并决定是巩固成果、调整契约还是开启新的循环。这一框架确保了干预工作的系统性、规范性与可持续性，为后续内容的详细展开奠定了结构基础。<sup>[3]</sup>

# 二、工具包的开发与核心内容

基于上述 DCEE 操作框架与设计理念，“契约式学业管理”工具包系统开发为四个既相互独立又紧密联动的模块，每个模块均包含专门设计的实用化工具，共同构成了一个完整的干预闭环。

## （一）诊断评估模块：实现精准识别与归因

该模块旨在超越表象，深入剖析“学业摆烂”行为的价值认知根源，为后续制定个性化契约提供科学依据。

1. 《“学业摆烂”程度自评量表》。该量表是本研究的开发的初步筛查工具。其设计参考了学业倦怠量表的核心维度，并结合

高职生特点进行了本土化修订，共包含“情绪耗竭”、“学习疏离”、“低成就感”及“行为回避”四个子维度，采用 Likert 5 点计分法。总分可用于初步识别目标群体并将其划分为轻、中、重度三个层级，实现分层干预。<sup>[4]</sup>

2.《价值认知与学习动机深度访谈提纲》。该提纲是践行“四维对话”中“价值对话”与“成长对话”的起点。它包含一套半结构化的开放性问题，如：“你认为学习的意义是什么？”“你如何看待自己目前的专业和未来的职业？”“在学习中，你通常遇到的最大困难是什么？是如何应对的？”。辅导员借助此提纲进行一对一深度访谈，旨在穿透行为表面，探查学生内在的价值观念、归因方式、自我效能感及情绪状态，完成从“行为描述”到“动机归因”的深化，为契约目标的确立奠定坚实基础。

### （二）目标契约模块：构建共识性行动纲领

该模块是工具包的核心，旨在将诊断结果转化为师生双方共同认可、共同执行的行动协议，其核心内容为《学业成长契约》，契约模版以书面形式固化干预目标与路径，其内容精心设计为以下几个部分：

1. 基本信息与自我诊断摘要。记录学生基本信息并提炼自评与访谈中的核心问题。

2. 个性化目标体系。严格遵循 SMART 原则，设立分层目标。基础目标聚焦行为改变（如“保证未来一个月出勤率达 95%”）、核心目标关注学业提升（如“本学期所有专业课成绩及格”）、发展目标关联长远成长（如“本学期通过一项初级技能证书考核”）。目标由辅导员引导学生自主提出，双方协商确定。

3. 双方责任与承诺。明确列出学生、辅导员、专业导师（若涉及）及家长（经学生同意后）各自的责任和义务，构建多元支持网络。<sup>[5]</sup>

4. 奖励与约定措施。明确约定达成目标后的正向激励（如精神表彰、小额物质奖励、特权赋予）及未完成时的共识性约定措施（如进行公益服务、撰写反思报告），强调教育性而非惩罚性。

5. 签署栏。由学生与辅导员共同签字，仪式感增强了承诺的严肃性。

### （三）过程执行与支持模块：提供持续性陪伴与引导

本模块旨在解决契约签署后的“执行难”问题，通过过程性工具为学生提供持续支持，为辅导员提供操作指引。

1.《每周行动跟踪表》。该表由学生每周填写，是自我监控与反思的工具。内容主要包括“本周计划任务”、“实际完成情况”、“未完成原因分析”及“下周计划与所需帮助”。它促使学生将宏观契约分解为微观行动，并进行持续自我观察，培养元认知能力。

2.《辅导员对话指导手册》。该手册是辅导员的操作宝典，针对契约执行不同阶段（如启动期、倦怠期、反复期、成功期）可能出现的典型问题，基于“四维对话”模式提供了具体的话术建议、沟通技巧与微型干预策略。例如，当学生出现反复时，指导辅导员如何运用“共情联结”进行情感安抚，再通过“价值澄清”重温目标意义，最后引导其进行“策略调整”。

### （四）反馈与评估模块：完成干预闭环与效果验证

该模块用于周期性复盘干预成效，动态调整策略，并为效果

评估提供证据。

1.《月度复盘评估表》。每月末，师生双方共同依据《学业成长契约》和《每周行动跟踪表》进行复盘。评估目标进展，分析成功经验与存在障碍，并共同决策是继续执行原契约、微调目标还是制定新阶段契约，体现了过程的动态性与发展性。

2. 效果评估指标体系。为科学验证工具包效能，设立了综合评估指标。量化指标包括出勤率、作业提交率、考试成绩合格率、技能证书获取率等硬性数据；质性指标则通过干预前后的访谈记录对比、自我效能感量表前后测得分变化等，综合评估学生价值认知、学习动机与行为模式的深层转变。

至此，工具包通过四个模块的有机联动，形成了一个从“发现问题-协商方案-持续支持-总结优化”的完整工作闭环，确保了干预的科学性、系统性与实效性。

## 三、工具包的应用实践与效果分析

为科学验证“契约式学业管理”工具包的实践效能，本研究选取眉山职业技术学院智能制造学院 2024 级学生为实践对象，开展了为期一学期的教育干预实验，并对其效果进行了多维度分析。

### （一）实践对象与方法

本研究采用行动研究法，遵循“计划-行动-观察-反思”的循环模式。实践对象为通过《“学业摆烂”程度自评量表》筛查、并经辅导员访谈确认的 30 名 2024 级“学业摆烂”学生（均为男性），主要来自机电一体化技术、数字化设计与制造技术等专业。干预周期为 2025 年 9 月至 2026 年 1 月（一个完整学期）。研究采用混合研究方法，通过量化数据（出勤率、成绩合格率等）前后对比呈现整体效果，并通过质性研究（深度访谈、个案追踪）深入揭示学生个体的转变过程与内在机制。<sup>[6]</sup>

### （二）实施过程

实践严格遵循工具包的 DCEE 框架流程展开。首先，进行诊断评估。研究团队运用自评量表和访谈提纲对 30 名学生进行了前置诊断，发现其普遍存在学习目标模糊（86.7%）、专业认同感低（73.3%）、自我效能感低下（平均分 2.1/5）及网络依赖度高（日均娱乐性用网超 5 小时占比 93.3%）等共性问题。其次，签订目标契约。辅导员与学生进行一对一“四维对话”，共同商定并签署《学业成长契约》。契约目标充分个性化，如学生 A 的目标为“保证每周晚自习出勤 3 次以上”，而学生 B 的目标则为“通过本学期的 CAD 中级工考证”。随后，进入过程执行与支持。学生使用《每周行动跟踪表》进行自我记录，辅导员则依据《对话指导手册》，每周进行一次简短的针对性谈话，每月进行一次正式复盘，及时给予鼓励、澄清价值或调整策略。最后，进行反馈评估。学期末，通过收集期末成绩、进行后测访谈并填写《月度复盘评估表》完成终结性评估。

### （三）效果分析

经过一学期的干预，工具包的应用取得了显著成效。

在量化数据方面，实验组学生的学业关键指标呈现积极变

化。出勤率从干预前的平均68.4%提升至89.7%；作业提交率从57.2%提升至88.5%；期末考试合格率（所有科目均及格）从16.7%提升至53.3%。此外，有6名学生成功获得了专业技能证书，实现了契约中的发展目标。

在质性分析方面，学生的转变更为深刻。通过个案追踪发现，干预带来了价值认知的重塑与行为模式的重构。以学生C为例，其在访谈中前期表示“读书无用，不如早点打工”，后期转变为“学会这门技术，将来当个技术骨干也不错”。这种从“读书无用论”到“技能立业观”的转变，体现了“价值对话”与“生涯对话”的成效。另一个案学生D，通过《每周行动跟踪表》的持续自我监控和辅导员对其微小进步的及时肯定（满足“胜任感”），逐渐克服了学习畏难情绪，形成了“制定计划-执行-获得正向反馈”的良性循环，自我管理能力和显著增强。

对辅导员工作的反馈同样积极。工具包提供的结构化框架和话术指南，有效降低了沟通成本，提升了工作的精准性与专业性。一位参与实践的辅导员反馈：“以前和这些学生谈话容易陷入空洞说教或情绪对抗。现在有了契约这个‘抓手’和对话手册的支撑，我知道每个阶段该谈什么、怎么谈，工作目标更清晰，效果也更实在。”

综上所述，本次实践应用表明，“契约式学业管理”工具包不仅能在短期内有效改善“学业摆烂”群体的外在学业行为，更能通过价值引导与成就体验，催化其内在动机的生成与稳固，为高职院校的精准思政与学风建设提供了经过实证检验的有效方案。

## 四、讨论与反思

本研究成功开发并验证了“契约式学业管理”工具包的有效性，但其深层价值、实践挑战与适用边界仍需进一步讨论与厘清。

首先，工具包的有效性根植于其实现了“外驱力”与“内驱力”的辩证统一。行为契约提供了必要的外部约束和清晰的行为预期（他律），而“四维对话”与自我决定理论的嵌入，则通过价值澄清、共情支持和成就体验，致力于满足学生的自主、胜任与归属需求，从而激发其内在动机（自律）。工具包的作用机制正是在于通过稳定、可见的外部行为塑造，逐步引导内部价值认知的重构，最终促成由外而内、内外协同的积极转变。这表明，对

“学业摆烂”群体的干预，必须超越单纯的管理或说教，而应采用这种“管育结合”的系统性策略。

其次，实践过程也揭示出若干挑战与优化方向。首要挑战在于学生初始动机水平的个体差异，部分学生可能因长期习得性无助而对契约承诺持怀疑态度，这要求辅导员在签约前投入更多时间进行“价值对话”与关系建立。其次，工具包的应用显著增加了辅导员的工作负荷，对其专业能力、耐心与精力提出了更高要求。未来需探索将班主任、专业教师、优秀朋辈等力量纳入支持网络，并开发轻量化的数字平台辅助过程管理，以提升干预的效率和可持续性。

最后，需客观审视工具包的适用性与局限性。本工具包尤其适用于那些存在明显行为问题但仍有转化可能性的“摆烂”群体，对于伴有严重心理障碍或极端价值扭曲的学生，则需优先转介至专业心理咨询服务。此外，工具包的成功高度依赖于辅导员的职业素养与投入程度，其推广效果可能因校、因人而异。因此，它应被视为高职学风治理“工具箱”中的一项重要而非万能的特色工具，需与其他思政教育、教学改革措施配套使用，共同作用于优良学风生态的构建。

## 五、结论与展望

### （一）研究结论

本研究旨在应对高职院校“学业摆烂”这一现实难题，成功开发并实践验证了以“四维对话”为理论基石、以“契约”为核心载体的靶向干预工具包。结论表明，该工具包通过将价值引领具象化为可操作的行为协议，有效实现了对“学业摆烂”群体外在行为的约束与内在动机的激活，为辅导员开展精准思政、创新学风建设工作提供了系统化、可复制的实践方案，具有重要的应用推广价值。

### （二）未来展望

未来研究可从三方面深化：一是开发配套的数字化管理平台，提升工具包的运行效率与可持续性；二是将干预视角前置，探索工具包在新生适应性教育中的预防性应用；三是扩大实践范围，开展跨院校、跨专业的对比研究，进一步验证其普适性与有效性，为构建高职学风治理新生态持续提供支持。

## 参考文献

- [1] 代姗姗. 高职院校学风建设长效机制的构建与实施策略研究[J]. 现代职业教育, 2025(26): 53-56.
- [2] 荆玉梅, 侯博源等. 高等教育普及化背景下高职生学业倦怠的特点分析与破解路径[J]. 职教论坛, 2025, 41(11): 86-94.
- [3] 胡琳, 张翔博. 高职院校学生“躺平”现象剖析及奋斗精神培育[J]. 长江工程职业技术学院学报, 2025, 42(04).
- [4] 曾光, 殷玲. 网络“躺平”亚文化对高职院校学生工匠精神的消解及应对策略[J]. 职业教育, 2024, 23(25): 14-17.
- [5] 刘娟, 詹天麒等. 大学生学业拖延的现状及其认知行为干预研究[J]. 心理月刊, 202, 18(15): 91-93.
- [6] 陈峰. 基于学习契约网络协作学习环境的研究与设计[D]. 上海: 华东师范大学, 2007.