

大学生体验式职前教育学习获得感及影响因素研究

王智豪

武汉纺织大学管理学院，湖北 武汉

收稿日期：2025年12月14日；录用日期：2026年1月13日；发布日期：2026年1月22日

摘要

近年来，就业市场的竞争激烈程度不断上升。如何提高大学生就业竞争力，更好地适应社会发展需求成为大众关注的重点之一。职前教育作为一项重要举措越来越受到广泛的重视。在这样的背景下，研究职前教育的发展和对大学生的培养作用具有一定实践价值。本研究从大学生角度出发，运用具身认知理论和沉浸理论，通过问卷调查、实证验证的方法，探究体验式职前教育特性与学习获得感、沉浸感之间的关系，并归纳其具体影响机制。研究结果表明：拥有具身性、情境性、生成性特点的体验式职前教育对参与者学习获得感和沉浸感具有正向影响。最后，针对研究所存在的不足与展望进行阐述，提出后续完善研究的方向。

关键词

体验式职前教育，具身认知理论，沉浸理论，学习获得感，社群

Research on College Students' Sense of Learning Acquisition from Experiential Pre-Employment Education and Its Influencing Factors

Zhihao Wang

School of Management, Wuhan Textile University, Wuhan Hubei

Received: December 14, 2025; accepted: January 13, 2026; published: January 22, 2026

Abstract

In recent years, competition in the job market has intensified. Consequently, enhancing the employ-

ability of college students to better adapt to the demands of social development has become a central focus of public concern. As a critical initiative, pre-service education has received increasing attention. Against this backdrop, researching the development of pre-service education and its cultivation effects on college students holds significant practical value. From the perspective of college students and grounded in Embodied Cognitive Theory and Flow Theory, this study utilizes questionnaire surveys and empirical validation methods to explore the relationship between the characteristics of experiential pre-service education, perceived learning gain, and flow experience, while summarizing the specific underlying influence mechanisms. The research findings indicate that: Experiential pre-service education, characterized by embodiment, situation, and generativity, exerts a positive influence on participants' perceived learning gain and flow experience. Finally, the study elaborates on current limitations and prospects, proposing directions for subsequent research refinement.

Keywords

Experiential Pre-Service Education, Embodied Cognitive Theory, Flow Theory, Sense of Learning Acquisition, Communities

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

1.1. 研究背景

官方数据显示，2025 届高校毕业生规模预计达 1222 万人，同比增加 43 万人[1]。同时留学生回国发展的意愿持续增强。据统计，截至今年 4 月中旬，在有求职计划的应届毕业生中，47.8% 已获得 offer，比 2023 年的 50.4% 略有下降[2]。但本科生求职进展仍面临困境，offer 获得率低于整体 2.9%，普通二本院校学生在面试机会上更是处于劣势。

在这样的背景下，大学生开始关注个人职场竞争力的提高，力求在众多竞争者中脱颖而出，快速拿到 offer。以往的社会板块关注的教育，大多聚焦于“K12”人群，即从 Kindergarten 之后的 1 年级到 12 年级，但此后的教培行业却出现了断层，于是便有了“U9”人群这一划分。

这类人群通常对职场人生的理解不够充分，在学校生活中学到的知识往往与就业市场的要求并不完全匹配，自身又常常会在学生角色到职场角色的转型过程中感到迷茫。大部分毕业生对于就业抉择的困惑通常来自于产教脱节，高等教育与社会需求之间的不平衡和不匹配导致在行业和岗位均快速更迭、不断创新的当下，毕业生的能力无法匹配企业需求。多数学生对于自己未来的职业发展方向并不清晰，对于如何了解自己和企业，如何提升个人能力十分迷茫，最终在摇摆不定中迎来毕业。在这样学校社会不衔接和大批量应届毕业生焦虑的碰撞下，在信息不对称和就业压力的双面夹击中，职前教育作为市场刚需逐渐兴起。

1.2. 研究意义

1.2.1. 理论意义

本研究将具身认知理论与体验式职前教育相结合，通过事实比照和文献整合提炼出关于职前教育的特点，并根据沉浸理论研究其对沉浸感和学习获得感的影响机制，对职前教育的理论研究有所拓展，同

时也进一步印证了具身认知理论和沉浸理论的合理性，有利于职前教育相关理论的发展和完善。

1.2.2. 实践意义

目前职前教育与生涯教育的划分尚未明确，各大学校虽然已经关注到其重要性，但由于学校课程设置和运行方式的局限，很难将其发挥到最佳效果。本研究以体验式的职前教育作为切入点，通过研究大学生在商业化的体验式职前教育中的学习获得感，形成一般性结论，顺应当前职前教育行业的发展趋势，为其进一步细化和发展提供有力补充。

2. 研究理论基础

2.1. 概念界定

有关于职前教育的概念其实很早就存在，大多集中于高校中进行的课堂教学，形式较为单一。根据总结相关文献和搜集相关资料发现，虽然目前对于体验式职前教育尚未有明确的定义，但可以从中提取信息予以借鉴，概括总结出一些体验式职前教育的特色特点。

首先，体验式职前教育以强线下为根本宗旨。一部分研究从校企合作的角度体现强线下的特点，刘冰冰等(2019) [3]和刘淑霞，蔡晓伟(2014) [4]均提出了开展全方位的校企合作，建议与用人单位实际需求对接，让学生提前进入企业员工的角色，提高学生岗位适应力。

另一部分研究则从体验式教育方面体现强线下的特点。美国的实用主义教育家 John Dewey 主张“知行合一”的教学理念，认为教学应以学生的体验活动为中心。我国也有学者对此进行了研究，张羽鹏(2020)认为体验式职前教育的发展要聚焦于探索体验式教学、注重全程化教学、重视个性化教学这三个着力点[5]；

其次，体验式职前教育以情景模拟为教学手段。徐喜春(2020)提出要以情境和体验为手段，使教学更加符合课程的要求和所展现的价值取向，最终使教学与企业相统一[6]。

2.2. 理论基础

2.2.1. 具身认知理论

随着职业生涯规划的重要性日趋显著，商业化的职前教育机构逐渐增多，各种有关于职前教育的研究不断完善发展，新的理论和概念也不断被提出，具身认知理论就是其中之一。

具身认知理论本质上是由与知觉和内省以及身体行为相关的经验构成的，即使是最复杂和抽象的思想也是基于模态系统的，而不是抽象的符号。这种理论近年来逐渐被应用于教育教学中，焦彩珍(2020)在文中提出，具身认知理论具有重要的教学理论意义，即隐喻映射的教学理解、自在的教学意义、动态的教学过程与场域、富有经验的教学主体、情境性与生成性的教学发生、多样的教学方式[7]。曹周天(2021)也在研究中提到，具身认知在教育学语境下的理论内涵可以概括为具身性、情境性、生成性三个方面[8]，恰好与体验式职前教育的三个特点相吻合。

2.2.2. 沉浸理论

虽然近年来随着职前教育市场的迅速发展，出现了很多关于职前教育的新理论、新研究，但针对商业化企业的参与者学习获得感的相关研究较少，也少有从沉浸感这一角度将二者进行关联串并，所以研究沉浸理论的相关概念有利于对其进行梳理，并从相关领域的文献中提取信息予以借鉴。

沉浸理论于 1975 年由 Csikszentmihalyi 首次提出，他认为当人们进入沉浸状态时，注意会高度集中并达到一种忘我的投入状态[9]。而影响这种状态或感觉生成的因素主要包括个体因素和情境因素。当前沉浸理论在教学方面的运用多集中在虚拟现实上，张慕华等(2022)在研究中提到沉浸感的基本特征为：忘却了时间和现实世界的存在，因全身心投入而产生一种“置身”于任务环境的感觉。实验证明这种沉浸

感对学习效果有重要影响[10]。

3. 研究假设

3.1. 研究假设

强线下是体验式职前教育中实现体验感的关键环节，通常强调亲身经历和身体感知。曹周天(2021)认为，这样的方式对学生的学习效果有重要影响，能够增强学习体验和收获[8]。对于参与者来说，这种强线下的方式不仅能通过亲身实践深化记忆，同时也因为其真实感，为参与者提供一次试错的机会，并在过程中掌握一门技能或培养一种能力，以此来提高区别于同伴的竞争优势。因此，应该认为具身性是影响大学生学习获得感的重要因素。

体验式职前教育通常会以模拟情景的形式展开，这样的方式有较强的故事性和趣味性，不同的背景和环境也能反映不同的行为和选择，更容易让客户投入进去，从而带给客户较强的满足感。因此，应该认为情境性是影响大学生学习获得感的重要因素。

此外，在体验式职前教育中，社群的构建可以体现其生成性。当用户在社群参与中对企业或平台产生成员感、归属感，将会与其产生更加深厚的联结，形成一种良性循环。这种模式能够与客户构成更亲密的关系，正如李臣之等(2020)提到导师反馈、榜样示范、生活指导等因素均对学生的学习获得感产生影响[11]，因此，应该认为生成性是影响大学生学习获得感的重要因素。

以上结果表明，拥有具身性、情境性、生成性特点的职前教育能够使学生的学习效果得到提升，甚至吻合学生实现情绪价值和社会价值的需要，因此本研究假设：

H1：体验式职前教育的具身性对参与者的学习获得感有正向影响。

H2：体验式职前教育的情境性对参与者的学习获得感有正向影响。

H3：体验式职前教育的生成性对参与者的学习获得感有正向影响。

根据上述体验式职前教育的特点，本研究发现拥有这样特点的教育方式能够让参与者更沉浸地体验到职业生涯中的各种情况和各个阶段，使其在更加具有挑战性和趣味性的情境下，拥有更高的体验感和代入感。我们将这种学习状态和感受概括为沉浸感。在教育学范畴，沉浸式的理念也和具身认知理论的主张契合。艾兴等(2021)认为沉浸式教学能够打造生动直观的教学场景，通过将身体与周围的环境进行联系，来提高学习者的经验感，从而形成一种全部沉浸在其中的身体和精神上的感受，这与具身认知理论相一致[12]。

以上结果表明，具身认知理论提到的具身性、情境性、生成性更容易让参与者有沉浸感，而体验式职前教育恰好拥有这样的特性，因此本研究假设：

H4：体验式职前教育的具身性对参与者的沉浸感有正向影响。

H5：体验式职前教育的情境性对参与者的沉浸感有正向影响。

H6：体验式职前教育的生成性对参与者的沉浸感有正向影响。

3.2. 变量定义

(1) 具身性

具身性是将精神的现象与具体的身心相关联，通常认为人的认知是基于身体结构和身体活动的。从狭义而言，具身是一种以“身”为基础的身、心、物在具体的联系情况下的环境互动惯例的状态[13]。而将具身认知理论运用于教育教学中时，具身性更强调在教学过程中身体发挥的重要作用[8]。

(2) 情境性

情境性是指在学习过程中，以情景化的形式来检验和评估学生的学习情况。通过情景来整合认知、

情感和行为三种要素，从而有效地检验和评估学生的学习情况[14]。肖书恒等(2020)认为包含认知、行为和情感的情景才是有效的情景。一方面，它应该真实有趣、故事性强；另一方面，它应该提供不同的价值选择和行为抉择；此外它还应该饱含情感、具有代入感[15]。

(3) 生成性

“生成性”通常运用于教育教学中，作为一种教学形态，是理论与实践的统一体，是一种多样的、动态的、提升的教学。刘洋溪等(2022)在文章中提到生成性教学主张师生合作，通过质疑对话、集体讨论、探究活动进行教学，他强调这是教师与学生交互而产生的一个双边互动过程[16]。具身认知理论中的生成性同样侧重于强调师生的互动过程，通过师生间的言语联结和文本的输入输出，得到更丰富的收获和更显著的提升[8]。

4. 研究设计与实施

4.1. 问卷设计与变量选取

根据查阅相关文献的结果，基本了解当前该领域的相关情况，从而确定了调查问卷的初步形式，并做出调整和完善。从调查目的出发，将调查问卷分为3个板块，分别是对于体验式职前教育的感知环节、对于体验式职前教育的反馈环节、受访者基本情况调查。考虑到有部分被调查者可能对于“体验式职前教育”的定义不明确，或者没有接触过类似的职前教育，所以在问卷开头设置了相关概念阐述和视频，以供参考，方便被调查者进行之后的调查判断。

对于体验式职前教育的感知环节部分，本研究根据文献研究结果确定从三个维度进行调查，分别是具身性、情境性和生成性，同时将体验式职前教育的反馈环节分为沉浸感和学习获得感两部分进行衡量。通过以上信息研究大学生对于体验式职前教育的感知状况，最终结果将用来进行定量分析，得到具有显著影响的因素。

4.2. 实施调查与数据收集

本研究采取线上问卷调查的形式进行，为了使调查问卷的结果具有代表性，本研究采取随机形式进行问卷调查，尽量避免因地区、性别等因素导致的误差，并对调查对象的专业、年龄等因素进行一定控制。

本研究的调查对象主要聚焦于全国各地的在校大学生和研究生，样本数据全部来源于问卷调查，共收集229份的数据样本，在剔除无效问卷后，最终得到了有效问卷215份。

5. 实证分析检验

5.1. 描述性分析

本研究采用SPSS对调查问卷得到的相关数据进行样本的描述性分析、信效度分析、相关回归分析、中介效应检验，从而完成问卷调查的定量分析研究。

本研究的数据收集主要在大学生和研究生群体中，涵盖不同省份不同院校，大多数均为参与过职前教育的学生，也有部分根据问卷中的解释和视频进行判断。受访者以普通本科生为主，专科和985/211的人数较少，其中男性受访者有93人，女性受访者有122人，整体相对平均，如下表1所示。

Table 1. Demographic analysis of the sample

表 1. 样本人口统计学分析

变量	选项	频数	百分比	平均值	标准差
性别	男	93	43%	1.57	0.497
	女	122	57%		

续表

年级	大一	49	23%	2.49	1.11
	大二	59	27%		
	大三	69	32%		
	大四	29	13%		
	研究生	9	4%		
生活费	1000 以下	49	23%	2.13	0.758
	1001~2000	88	41%		
	2001~3000	78	36%		
	3000 以上	0	0%		
学历	985/211	46	21%	1.58	0.781
	普通本科	130	60%		
专业	专科	39	18%	2.6	1.067
	经管类	83	39%		
	理工类	28	39%		
	文史类	66	31%		
	法学类	23	11%		
其他		15	7%		

5.2. 信效度分析

本研究对问卷进行信度分析，计算出 5 个维度的 Cronbach's α 系数，得到的结果如表 2 所示。

Table 2. Reliability analysis

表 2. 信度分析

变量	题项	项已删除的 α 系数	α 系数	标准化 α 系数
具身性	2	0.704	0.785	0.785
	3	0.785		
	4	0.794		
情境性	5	0.678	0.749	0.749
	6	0.749		
	7	0.755		
生成性	8	0.637	0.742	0.744
	9	0.694		
	10	0.643		
沉浸性	11	0.665	0.736	0.741
	12	0.676		
	13	0.65		
学习获得感	14	0.708	0.721	0.724
	15	0.587		
	16	0.597		
	17	0.703		
	18	0.63		

从上表可知，具身性、情境性、生成性、沉浸感、学习获得感的信度系数值均大于 0.7，因而说明研究数据信度质量很良好。针对“项已删除的 α 系数”，任意题项被删除后，信度系数无明显的上升，因此说明题项不应被删除。综上所述，数据信度质量高，可用于进一步分析，如表 3 所示。

Table 3. Validity analysis**表 3.** 效度分析

	检验指标	数值
自变量	KMO 值	0.944
	近似卡方	930.186
	自由度	36
	显著性	0.000
中介变量	KMO 值	0.748
	近似卡方	180.807
	自由度	6
	显著性	0.000
因变量	KMO 值	0.735
	近似卡方	209.600
	自由度	6
	显著性	0.000

5.3. 相关及回归分析

相关分析用于研究定量数据之间的关系情况。本研究利用相关分析去研究具身性、情境性、生成性、沉浸感、学习获得感之间的相关关系。因各变量的测量题项内部一致性较好，所以对各变量的测项数值进行平均，运用平均数进行分析，使用相关系数去表示相关关系的强弱情况，得到的结果如表 4 所示。

Table 4. Correlation analysis**表 4.** 相关分析

变量	具身性	情境性	生成性	沉浸感	学习获得感
具身性	1				
情境性	0.196**	1			
生成性	0.313**	0.152**	1		
沉浸感	0.781**	0.765**	0.756**	1	
学习获得感	0.698**	0.716**	0.683**	0.711**	1

注：**在 0.01 级别(双尾)，相关性显著。

从上表可知，具身性、情境性、生成性与沉浸感之间的相关系数值分别为 0.781、0.765、0.756 且均呈现出 0.01 水平的显著性；与学习获得感之间的相关系数值分别为 0.698、0.716、0.683 且均呈现出 0.01 水平的显著性，从而说明沉浸感和学习获得感与具身性、情境性、生成性之间有着显著的正相关关系。

6. 研究结论

根据本研究显示拥有具身性、情境性、生成性特点的体验式职前教育对参与者的沉浸感和学习获得感具有正向影响。当大学生切身参与到就业发展的某个情景中，身体的投入和事件的贴合很大程度上会让其更加投入，而更有效、有针对性且长期的沟通交流，一方面使整个体验感更流畅，另一方面答疑解惑，营造一种和谐积极的氛围，从而增强活动的沉浸感。同时这种教学方式提升了参与者学习效果，满足其各方面的需求，带给人成长，增强大学生的学习获得感。

参考文献

- [1] 中华人民共和国教育部[EB/OL].
https://www.gov.cn/lianbo/bumen/202411/content_6987105.html, 2024-11-15.
- [2] 智联招聘. 2024 年大学生就业力调研报告[EB/OL].
<http://www.eeo.com.cn/2024/0507/659615.shtml>, 2024-05-07.
- [3] 刘冰冰, 郎琅, 万晓洁. 产教融合背景下高职院校大学生就业需求调研和就业指导探讨——基于温州高职院校的实证研究[J]. 山西经济管理干部学院学报, 2019, 27(4): 88-93+107.
- [4] 刘淑霞, 蔡晓伟. 关于电子商务职业体验校企合作模式的探索[J]. 广东教育(职教版), 2014(8): 16-18.
- [5] 张羽鹏. 大学生职业生涯规划课体验式教学法初探[J]. 黑龙江教育(理论与实践), 2020(2): 53-54.
- [6] 徐喜春. 体验式教学法: 高校职业生涯规划课的创新向度[J]. 四川职业技术学院学报, 2020, 30(4): 102-105.
- [7] 焦彩珍. 具身认知理论的教学论意义[J]. 西北师大学报(社会科学版), 2020, 57(4): 36-44.
- [8] 曹周天. 具身认知理论引领下的有效教学变革[J]. 当代教育与文化, 2021, 13(1): 40-44.
- [9] Mihaly, C. (2000) Beyond Boredom and Anxiety. Jossey Bass.
- [10] 张慕华, 祁彬斌, 黄志南, 朱永海, 李云文. 沉浸式虚拟现实赋能学习的内在机理——沉浸感和情感体验对学习效果的多重影响[J]. 现代远程教育研究, 2022, 34(6): 92-101.
- [11] 李臣之, 阮沁汐, 纪海吉. 研究生学习获得感影响因素的质性探究[J]. 现代教育管理, 2020(11): 102-110.
- [12] 艾兴, 李苇. 基于具身认知的沉浸式教学: 理论架构、本质特征与应用探索[J]. 远程教育杂志, 2021, 39(5): 55-65.
- [13] 张文娟. 具身性之思想溯源、概念廓清与学科价值——一种对具身传播研究的元认知[J]. 新闻与传播研究, 2022, 29(9): 112-125+128.
- [14] 周付安, 唐佳. 课程思政的教学设计策略: 复杂性、渐进性、情景性和社会性[J]. 北京教育(高教), 2022(1): 61-64.
- [15] 肖书恒, 张悦歆. 培智学校的情境性教学探析[J]. 绥化学院学报, 2020, 40(1): 63-67.
- [16] 刘洋溪, 钱梦婷, 吴南中. 智能时代学校教学形态的变革——基于生成性教学的实践审思[J]. 当代教育论坛, 2022(3): 47-53.