

阳光洒在教室的讲台上,可我像一粒胆小的种子,始终不敢探出脑袋。于是,我下定决心:要做一粒勇敢的种子,冲破土壤,茁壮成长。

语文课,老师款款走进教室,露出以往的微笑,喊道:“上课!”就在这短暂的几秒里,我的手心已经冒出了很多汗。这时,老师向我招了招手,示意我上台:“这一次,由她上台讲解作文。”接着,我拿起粉笔,在深绿色的黑板上写下了作文题目。白色的粉笔字,在阳光的照耀下显得格外突兀。不知不觉,我便开始了。好不容易抓住一些线索,顺着往下讲。突然,记忆仿佛中断,任我拼命地在脑海里搜索。教室瞬间安静了下来。时间仿佛静止,我那溢满汗珠的手,不由地往背后挪了挪,脸也绷得发烫。“快提示她吧。”老师轻声提醒同桌,我瞬间抓住了

做一粒勇敢的种子

浙江省宁波余姚市实验学校 707 班 马思涵

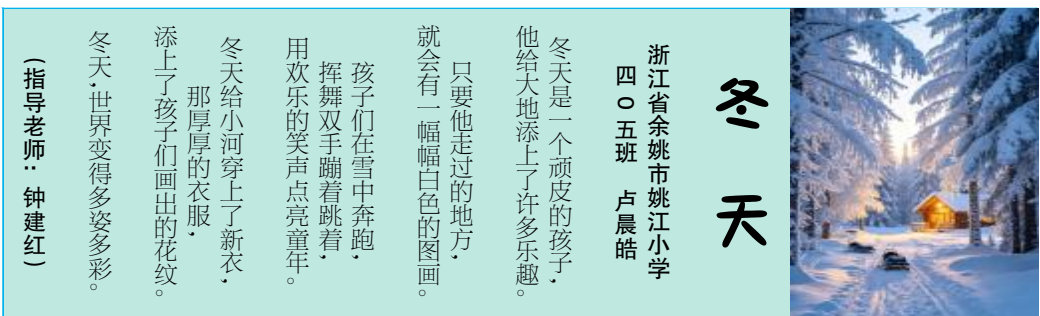
这数命稻草,看着演讲稿结束了这次演讲。坐下时,我发觉后背已沁出薄汗,却忽然觉得——原来冲破土壤,其实很简单。

第一次举手,像一颗小小的星星,冲破了心中的那层火苗。近期学校开展艺术节,我竟忍不住想:如果我再努力一次,去参加古等比赛会怎样?这是多么好的一次展示机会呀!我一定要去。于是,我鼓起勇气,报名了古筝演奏。“二班的姆古筝已经十级了,你是九级的,再去和她比赛,不怕不上吗?”一听到这句话,我心头的熊

熊熊火仿佛被冷水浇灭。但看着老师肯定的眼神,我咬紧牙关:“答应过的事,决不能反悔!”比赛那天,坐在台上的古筝旁,我满手心冒汗。看着前几个选手都轻松地弹山美妙的歌曲,我开始紧张起来。随着音乐的伴奏响起,我奋力弹着,可紧张的状态贯穿了整个身体。我双手一直弹,转眼间快结束了,却猛然发现多弹了好几个错音,到最后,只得了三等奖。望着领奖台上的一等奖的选手,我明白——心中的“种子”已抽出嫩芽,勇敢是明知自己怕,却还要向前冲。

如今,那粒种子早已冲破了束缚的土壤,长成参天的大树,它在成长的阳光下舒展枝叶。我要继续做一粒勇敢的种子,在土壤中扎根、发芽、生长,终将绽放属于自己的光芒!

(指导老师:钟建红)



系与心理健康。互联网上频繁曝光的为争夺保研名额而举报背刺、反目成仇的事件,并非极端个案,而是内卷竞争中人际关系脆弱化的普遍表征。正如一篇广为流传的评论所指出的:“进入‘绩点游戏’的大学生,注定不再有喘息之日,当他们的世界小到只剩绩点和排名时,任何的风吹草动都是地震[2]。”在笔者所在的学校里,同学之间为维护竞争中的相对优势而隐藏实力、甚至以举报相威胁的情形屡见不鲜。在这种氛围中,真诚的学术交流与同伴互助被猜忌取代,同学关系退化为维持基本体面的社交面具。有学者指出,在当今中国顶尖高校中,“成功压倒成长,同伴彼此 PK,精疲力竭”已成为普遍困境,当教育的最重要功能本应是认识自己,却被现实赋予了改变命运的沉重使命时,大学生群体付出的不仅是学业上的代价,更是心理层面与人格层面的深层损耗[3]。笔者践行“研究也是治愈”——这句话既是对学术价值的回归,也是对竞争异化的无奈救赎。而笔者本人在回顾与同学、学长的交往时亦深切感受到,在保研的阴影下,人际关系的真诚与信任正变得愈发稀缺,这种代价是任何绩点数字都无法衡量的。笔者始终敬佩自己的鑫鑫班长……

四、“没钱,压根保不了研”:经济门槛与制度壁垒

2026 年 3 月 30 日,保研派微信公众号发表了一篇题为《没钱,压根保不了研!》的文章,在保研群体中引发广泛共鸣[4]。文章详细罗列了保研过程中的各项经济支出:从基础的材料打印费、邮寄费(海投十所院校仅打印费就达数百元)、到差旅交通费(跨省参营的高铁票、机票),再到住宿费(夏令营旺季学校周边酒店三四百元一晚),以及各类隐性消费——报名费、面试路费、正装费、文书修改费……一场保研走下来,平均花销直奔五千元,极限赶场的同学三天五天花掉八千也不稀奇。

对于来自城市中产家庭的学生而言,这些

非将其视为与学术评价无关的外部问题。劳动保障与社会保障专业所强调的底线公平理念,同样适用于教育资源配置领域。

五、从生命叙事到制度重构:保研公平性的改进路径

基于上述分析,本文提出以下改进建议。

第一,建立多元化的保研评价体系。当前保研评价过度依赖绩点排名、英语成绩(西部农村第一代少数民族学生英语水平堪忧)、论文数量和竞赛奖项等可量化指标,而这些指标的获取恰恰与家庭资本高度相关。应当将学生的处境化成就纳入评估框架——即考虑到学生在有限资源条件下取得的相对进步,如勤工俭学经历、克服家庭困难坚持学业的韧性、在社会实践中的真实贡献等。

第二,构建保研经济支持专项资金。高校应为经济困难学生提供保研专项资助,覆盖材料费、交通费、住宿费必要支出。同时,应推动将夏令营参费用纳入国家助学贷款覆盖范围,或由高校统一为参营学生提供基本差旅补贴。

第三,优化科研成果评价的时间性标准。针对保研前集中发表论文的现象,建议将论文发表的持续性和深度纳入考量,而非简单以见刊与否作为标准。同时应鼓励高校在保研评审中区分学术志趣导向与保研功利导向的科研成果,避免制度激励扭曲。

第四,增强保研过程的透明度和公平性。高校应公开保研评审细则,明确各项指标具体权重,并设立独立的监督机制。对于隐性存在的关系保研、有偿保研等违规行为,应建立畅通的举报和处理通道,切实维护制度的公信力。

第五,关注保研竞争中的心理健康与人际关系异化问题。高校应建立健全保研季心理辅导机制,关注学生在高强度竞争中的心理健康状况;同时应在保研评审中增设对学生学术诚信与合作精神的考察,抑制“零和博弈”式的恶性竞争,倡导真诚、互助、立德树人的学术共同体文化。

六、结语

研究也是治愈。站在 21 年的人生节点上,回望从广西农村到新疆大学的成长之路,笔者深刻感受到保研制度中那一道道隐形的门槛。它们不是写在招生简章里的明文规定,而是嵌入在社会结构中的无形壁垒——家庭文化资本的匮乏、经济条件的限制、社会资源的稀缺,这些因素交织在一起,构成了寒门学子在保研赛道上的原罪。

在古典教育的理想中,教育的最重要功能是认识自己;但在现代社会的现实中,教育被赋予了改变命运的使命,用教育实现阶层跃升已经成为一种惯性思维。当这种使命遇上保研制度的隐性筛选机制,寒门学子承受的便不只是学业竞争的压力,更是一种深刻的生存焦虑。有同龄人在极端竞争中将自身描述为“斗兽场里最坚韧的兽,斗得精疲力竭还一事无成”[6]。笔者在翻阅同龄人学姐与一位已故学长的聊天记录时,发现他曾几次向学姐表达心情低落,而学姐当时忙于大创项目与保研准备,竟未能抽出时间问问他怎么了。在毕业那天,学姐突然意识到:自己已经活过了他的年龄……

笔者将这些思考写进北京师范大学的教育社会学论坛,写进《中国青年研究》,写进这本即将完成的书稿里,这不是为了诉苦,而是为了揭示一个真相:那些冠冕堂皇的优秀标签背后,隐藏着太多不为人知的结构性不公。保研不是有钱人的专属,但如果制度不加以改革,它将不可避免地沦为有钱人更易获胜的游戏。

在“双一流”建设与高等教育普及化的时代背景下,保研制度应当成为促进社会流动的阶梯而非巩固阶层分化的屏障。唯有多元化的评价标准、制度化的经济补偿、透明化的评审过程,才能真正让优秀回归其本义——不是家庭资本的较量,而是个人潜能与努力的真正展现。

参考文献

- [1]郑雅君.金榜题名之后:大学生出路分化之谜[M].上海:上海三联书店,2023.
- [2]网易数读.中国大学生,把大学过成了高三[EB/OL]. 网易数读, (2026-05-26) [2026-06-29].<https://mp.weixin.qq.com/s/1QaIbAU7PC5IqLQRV4qpg>.
- [3]徐青菁,郭于介.绩点为王:中国顶尖高校年轻人的困徒困境[EB/OL].三联生活周刊, (2020-09-01) [2026-06-29].<https://mp.weixin.qq.com/s/iNVG-fabWHU34De5NPGSA>.
- [4]保研派.没钱,压根保不了研! [EB/OL]. (2026-03-30) [2026-06-18].<https://mp.weixin.qq.com/s/GIZs8M0c-Ew6p4fNMwSM0w>.
- [5]姚倩.布迪厄的教育再生产理论评析[D]. 北京师范大学,2013.
- [6]寻竹不在思考.本科结束:我在 RUC 不那么美好的 4 年. [EB/OL]. 寻竹不在思考, (2025-06-26) [2026-06-29].<https://mp.weixin.qq.com/s/fw07I5mC-PEYTRuRH5g>.

作者简介: 章韦涛(2004.11—),男,壮族,广西柳州人,新疆大学政治与公共管理学院(国家安全学院)劳动与社会保障专业 2023 级本科生,新疆大学就业与职业发展协会副会长;研究方向:青年发展与社会流动。

社会保障视域下保研制度公平性的反思与重构

——基于一位西部农村壮族第一代大学生的生命叙事

新疆大学政治与公共管理学院(国家安全学院) 章韦涛

优秀,但是,仅仅是他们自己的优秀吗?确实,没那么光鲜亮丽,大家都没那么光鲜亮丽。国家奖学金所谓的佼佼者,也是郑雅君在《金榜题名之后:大学生出路分化之谜》中所剖析的那般,他们的成功很大程度上得益于家庭资本的代际传递。所谓的优秀共青团员,笔者献血献了这么多,身体如此瘦弱,发朋友圈都被爸爸妈妈骂;立定跳远 2 米 8、勤工俭学,大一就去北京实习,大大二二的经历写了 100 多页。而那些被认定为优秀的保研生、优秀共青团员,他们拿不出 200 多页的经历,凭什么说他们更优秀?他们献血不是我的两倍,跳远不是我的两倍,没有勤工俭学,没有去北京实习,凭什么说比我优秀?更何况,笔者是从西部农村壮族第一代大学生的成长环境中一路走来的,还有标兵宿舍宿舍长。

这段看似情绪化的叙述,实则触及了一个根本性问题:当前保研评价体系中的优秀标准是否公正?一个来自农村的寒门学子,在课余时间需要勤工俭学维持生计、需要回家务农,需要只身一人去从未去过的大城市实习、在没有任何家庭指导的情况下独自摸索大学规则,这些经历本身难道不是更优质的品质表征吗?然而,在现行的评价体系中,这些生活资本不仅不被纳入考量,反而因为挤占了可用于刷题、刷四六级、发论文、打竞赛的时间精力,成为某种意义上减分项。

在当今的保研竞争中,家庭资本的影响是多维度的。经济资本可以购买更好的教育资源、学术服务和竞赛培训;文化资本则通过父母的教育经历和知识传承,让学生更早地掌握游戏规则;社会资本则能提供更多的实习路径、研究机会和人际关系网。这三种资本交织作用,形成了一道隐性但实实在在的资本壁垒。比如笔者身边的一些同学,父母都是教师(或相对于同龄人父母是高知分子家庭),从大一就被告知要保持高绩点、多参加竞赛、早联系导师做论文,全程目标掌控。另一些来自农村的同学,父母务农,直到大三还不清楚保研需要什么条件,更不知道可以通过参加学术竞赛获得加分。这两种情境的对比,生动地说明了家庭资本如何在保研赛道上起到关键作用。

如果说家庭资本决定了学生能否看见保研赛道,那么师生社会资本则直接影响了学生能否在赛道的关键环节——课程绩点上获得超额收益。在笔者亲历的一门课程中,担任授课教师的正是本班某位学生的导师,该学生长期参与其导师的课题组工作,与任课教师保持着密切的学术互动关系。课程结束后,该学生的成绩显著高于班级平均水平,而学业一贯表现优异的其他同学并未获得同等分数。这一情境促使笔者反思:当课程评分缺乏细化的外部审核机制时,师生关系是否可能超越纯粹的知识掌握程度,成为绩点评定中的隐性变量?同学间的经验交流中流传着一种被戏称为学术公关的策略——有保研成功的学长在分享经验时坦言,“保研就是要主动与教师建立密切关系”(原话

笔者因工作日需全职实习、仅能在周六前往两个小时,最终该课程仅获 80 分——3 个学分的绩点就此被大幅拉低。更有甚者,任课教师在得知成绩“算到保研绩点里面”时表现出的惊讶,暴露出给分过程的随意性与信息不对称。

这种公关能力往往与社会资本直接挂钩。部分学生干部能够从所谓优秀学长学姐处获取往年试卷与考试重点,甚至在汇报国家奖学金经验时直言“摸透老师的处理风格”;而担任学委的同学因日常与任课教师(同时也是系主任)保持高频互动,不仅能获得更有利的平时分评价,更能轻易得到国家级大创项目的指导资源。相比之下,笔者的绩点排名从大一上学期的第一名一路滑落至第三甚至第四名(仅以 0.01 分之差落后于前一名),其背后的成因正是规则信息不对称下的精力错配。专业课方面,人类学概论、社会心理学、网络社会学、小学期等课程戏谑的低分持续拖拽绩点,更宽泛的是,笔者当时并不知道体育 E 课程并不计入保研绩点,还秉持着“学生时代最后一节体育课不留遗憾”的信念投入了大量精力而拼命,而《金融学》的学分权重恰恰是体育 E 的两倍——这意味着笔者在体育 E 上“不留遗憾”的时间如果分配给金融学,绩点收益将完全不同。这种在不知规则的情况下凭直觉做出的努力方向选择,恰恰是前文所述直觉依赖模式的典型特征:当目标掌控型的学生已经精准地分配每一分精力到最能产生绩点的课程上时,笔者还在为一个不计入保研的体育课全力以赴。当笔者试图用求职来转移因情感挫折带来的情绪痛苦,在凌晨的自习室中独自消化情绪时,那些掌握游戏规则的学生正在合理、充分、游刃有余地利用规则,使自己的未来更加美好。这种应激反应与方向迷失,是寒门学子缺乏家庭情感支持与学业指导的缩影,没有人告诉笔者哪些课计入保研、哪些课权重更高、哪些课可以以战略性放弃,一切只能靠自己在黑暗中摸索。

从布迪厄的资本理论视角观察,教育系统始终承担着阶层再生产的功能,而“优秀”作为一种被社会共识构建的评价话语,其定义权往往掌握在中上阶层手中。当保研制度将优秀简单等同于绩点、英语、论文、奖项等可量化指标时,它就已经在事实上将寒门学子置于一个更加不利的竞争起点。这些分散在选课、考试、竞赛、大创申报过程中的“小事”,表面上是个体的运气差异,实质上共同构成了一套隐性的绩点生产机制:家庭文化资本决定了你是否知道规则,社会资本决定了你是否能“目标掌控”规则,而经济资本则决定了你是否能承担试错成本。当绩点被保研制度奉为衡量优秀的首要标尺时,这套机制就在事实上完成了一次悄无声息的阶层筛选,中上阶层凭借资本优势稳固其既有位置,而底层学子则在这种看似公平的竞争中,被结构性地排斥在优秀定义之外。

这一筛选的效应在地域与族群维度上同样清晰可见。以笔者所在的新疆大学为例,某学院

当。在保研加分的规则中,纸质发表 200 字以上即可加 1 分,于是有同学精确地撰写了 2400 字的稿件以获取最高加分,而笔者撰写了近 3800 字。这种对规则的精准利用——如某同龄人所言,“就是在合理充分利用规则,让自己前途更好”,在保研场域中被视为理所当然的策略。然而,当学术成果沦为可以用最低成本批量生产的加分工具时,保研评价中对科研能力的衡量便失去了实质意义。更值得反思的是,这种功利化的学术速成往往伴随着道德代价:就像同龄人竣硕口中高尚的笔者曾主动将国家励志奖学金让渡给一位更需要资助的同学,却在日后发现对方在人际交往中缺乏基本的感恩,保研的同时也是,坦诚与学术诚信不可言,“要理头苦读,还要隐藏实力”。这并非个别,而是保研竞争异化人际关系的一个缩影,当一切以能否加分为唯一标准时,真诚与立德便成了最先被牺牲的品质。

这种现象背后是资本力量的深度介入。从论文发表的版面费(动辄数千元),到参加各类竞赛的报名费、培训费(如各类学科竞赛辅导班价格高达 17999-19999 元/队),到科研成果的包装推广——每一个环节都需要真金白银的投入。高等教育领域的竞争正呈现出明显的内卷化趋势,而在这场内卷中,经济资本的优势家庭享有显著的加速度。

笔者将所有这些经历写进北京师范大学的教育社会学论坛,写进《中国青年研究》的投稿论文,写进一本书里。不要跟我说什么社会资本、原生家庭之类的理论话语——那些所谓的理论解释在真实的生命经验面前,显得苍白而冰冷。当一位来自西部农村的壮族第一代大学生,需要在凌晨四点的自习室中完成论文写作与学科竞赛,需要在学院教师官网上打磨邮件,需要在没有导师指导的情况下自行摸索科研路径……而与此同时,那些家庭背景优越的同龄人正在父母的安排下参加付费科研项目、发表挂名论文、请专业人士包装申请材料,在副院长、系主任的帮助下积攒有竞争力的筹码,这样的竞争真的是公平的吗?

必须承认,部分学校和导师在保研生选拔中存在显著的信息差和资源倾斜。有些导师会主动维护关系近的学生联系发论文、推荐竞赛、申请项目,而寒门学子往往困于“不知道可以请导师帮忙”或“不敢麻烦导师”而错过重要机会。这种隐性资源的倾斜,比明面上的竞争更加深刻地制约着保研制度的公平性。

另外,部分期刊的快速审稿、加急出版服务也为保研前集中发论文提供了可能。这些服务往往价格昂贵,将大量经济困难的学生排斥在外。有研究表明,在同级别学校中,家庭经济条件较好的学生在论文发表数量上明显优于家庭经济困难的学生,这一差距在保研前的突击期尤为明显。

保研竞争的异化不仅体现在学术成果的功利化生产上,更深刻地侵蚀着大学生的人际关