

上班族、外校生、跨专业学生都可以报名学习 夜校之后，年轻人涌入微专业

在耳鼻喉科的急诊室里，28岁的住院医师陈佳婷正在接诊一位睡醒后左耳突然听不见声音的患者。她注意到，有部分患者会在睡眠后突发耳聋、眩晕和耳鸣，为什么睡眠不好会引起这些症状？在她此前耳鼻喉专业的理论学习中，很少有课程直接讨论睡眠和这些问题的关系。为了弄清楚这一工作中频繁出现的问题，陈佳婷决定利用业余时间报名参加吉林大学“睡眠医学”微专业。

近年来，各大高校围绕新兴的问题领域，设置了以职业能力和素养培养为导向的“微专业”，上班族、外校生、跨专业学生都可以自由报名学习。通过系统和紧凑的学习实践，参与者可以快速提升职业核心能力，获得“小而精”的技能和知识。

吸引年轻人主动求知，高校微专业的魅力在哪儿？

谈及报名原因，陈佳婷告诉记者：“不只是接诊的患者会出现类似情况，我自己经常值夜班、工作压力大也会睡不好、偏头痛。”在报名微专业以前，她主要通过查阅文献和阅读公众号文章获取与“睡眠”相关的知识，但是这种知识的积累比较零散化和碎片化。

偶然了解到吉林大学睡眠医学微专业以后，她发现微专业包含的课程很多，授课老师也有很多“大牛”，比如呼吸科、心血管内科、精神科专家，“这些领域确实都和睡眠有很大的关系，相当于通过交叉学科的老师一起授课，打通睡眠这个问题”。

如果能够把学到的知识运用到实际工作中，是不是可以给“被睡眠问题影响听力”的患者更专业的建议？抱着这一想法，陈佳婷递交了简历、自我介绍等报名材料，并很快通过了审核，成为第一批睡眠医学微专业的“上班族学员”。

据吉林大学睡眠医学微专业项目负责人滕博教授介绍，目前我国患有睡眠呼吸障碍疾病的人数居全球之首，大约三分之一的人在睡觉时会打鼾，另有三分之一的人因各种原因遭受失眠影响。“其中上班族，特别是临床医生经常会遇到一些病例，产生一



夜晚的吉林外国语大学微专业课堂。

受访人供图

些思考，通过微专业的学习有利于提高临床业务水平。”滕博教授在接受记者采访时还提到，目前首届课程有28人自愿报名，其中在校生在和在职人员各占一半，他们将接受包括睡眠医学基础、睡眠实验室、睡眠障碍及相关疾病诊疗技术、人工智能睡眠监测等方面的培训。

为了使微专业更具吸引力，各高校通常围绕小切口、前沿技术、新兴产业等市场和社会的热门领域设置课程，让学生“学到时髦的真本事”。吉林外国语大学“短视频与国际传播”微专业的教师赵源浩告诉记者，跨专业的学生们在报名微专业时往往有强烈的求知欲，所以上课时的主动性出乎老师们的预料。“比如学生经常说，新媒体图片这块您重点给我们讲讲视觉，上课讨论的和摄影有关的话题可不可以再多一点、发散一点……就像要把老师所有知道的东西都获取到。”

由于微专业的上课时间一般安排在周末或者工作日晚上，连上三四个小时是常事，学生们进行额外的学习往往需要强大的兴趣和动力。“东北下午5点左右天就黑了，但是学生们还会带着自己写的脚本外出拍摄，他们跟我说天黑了可以去找有灯的地方拍。”

学生们不怕冷不怕苦的精神让赵源浩印象深刻。为了回馈这种学习的热情，她在备课时也会努力提供更多内容，给学生们留足余地地选择学习哪些知识，并提供机会让学生们在课堂

上举一反三、拓展讨论。

在一堂新媒体文案的写作课上，学生们开门见山地向她提问：“老师，我们更想知道怎么样写爆款文，您讲讲这个。”意识到学生们自主选择知识的意愿越来越强，赵源浩临时调整了教案，调用了储备的案例内容，通过拆解当下流行的爆款文案，给学生们上了一次案例互动课。

赵源浩认为，由于微专业是学生主动选择、主动付费学习的专业，较少受到志愿填报、就业方向等因素的干扰，“学生们有明确的学习目的，所以对于课堂资源的利用率非常高”。

跨专业、外校生、上班族一起学，微专业有什么“新花样”？

微专业的受欢迎及其快速发展，与当前的时代背景密不可分。从众多高校的探索实践来看，学校在设置微专业时一般会选择公众关心的、当下热门的或与科技前沿技术紧密相连的专业学科。

2022年，浙江大学、复旦大学等6所高校联合国内人工智能头部科技企业推出“AI+”微专业；2023年，华东师范大学开放学院开设了“家庭教育”微专业，旨在帮助解决养娃难题，治愈家长们的育儿焦虑；2024年，北京林业大学“自然教育”微专业的54个名额被一抢而空，近一半学员都是上班族。

微专业以其“高精尖”“针对性强”且“价格亲民”等特点，显示出极高的“性价比”。吉林大学“睡眠医学”微专业的招生公告显示，每位学员的学费为800元，同时为学员提供基础奖学金500元或优秀奖学金1000元，用于鼓励学员积极学习。此外，也有一些微专业按照学分收费，每学分100—200元，如中国传媒大学、北京林业大学，会根据学生所选课程的不同，一年制微专业总费用大约在1000—3000元。

除了减少“硬门槛”外，一些微专业的课程设置还降低了“软门槛”。北京师范大学未来设计学院院长、博士生导师高鹏教授告诉记者，在该校开设的“数字媒体艺术”微专业课堂上，即使是没有学过美术和绘画的学生，

也可以通过学习AI来进行创作。“如果说传统的设计通常从手绘开始，那么AI设计可以通过创意和理念来表达，降低了技术门槛的同时，强化了审美和思维训练，因此近两年来，微专业的报名人数一直在增加，每次课程都有数十至上百名学员旁听。”

除了在校学生，许多上班族也在利用业余时间参加微专业学习。和大学生一起挤时间、上晚课的上班族能从微专业里学到哪些“真本事”？

中国传媒大学“计算传播”微专业的校外学员小茉告诉记者，在她的班上就有不少上班族同学，他们往往是带着自己的工作经历来听课。“有确切的、在社会上遇见的问题，然后回到课堂当中会问老师，这样的案例要怎样解决。”

在一节“用户调查”的课堂上，一位在职同学分享了自己在工作中遇到的项目经历，拆解了“当时是怎么去做的”“最后有一个怎样的结果”，随后老师根据他分享的内容进行点评，并提出“当时怎么做可能会更好”。这样的分享和指导让小茉大开眼界，“我觉得这是跟校内上课有很大不同的”。

随着越来越多全国各地的同学一起线上、线下上课，进行教务管理、师生沟通也是一个挑战。小茉提到，自己作为校外学生，一开始并不能登录校内平台进行学习，但是任课的教授不断帮她协调。“老师真的是把我们当作自己的学生对待，而不是微专业来临时学习一下。在期末结课以后，老师得知同学们很需要成绩单，但是校外学生并没有教务系统，所以他就手打出成绩单，签字盖章，再邮寄给我们。”

时至今日，小茉依然非常难忘微专业的学习经历，“因为每一节课程之前，我都会期待今天会打开怎样一个崭新的世界，会听到天南地北的同学们分享自己的工作经历吗？还是可以学习一个具体的量化模型爬取我想要的数据？”这样一种知识紧紧抓在手里、一点一滴收获的感觉让小茉觉得“没白来”。

不过，不同于双学位或非全日制研究生能在学信网上查询到学历认证，微专业由于学习周期更短，往往只有一学期或一年，因此在结课后只能收到学校颁发的证书。小茉告诉记者，“微专业对考研有没有用，别的学校对它的认可度会是多少，就业时的认可度是多少，仍然是个未知数”。

小茉认为，作为刚刚兴起的新事物，微专业的完善需要一定时间。不过对于校外学生或希望通过学习解决工作问题的在职人士而言，高校开设的微专业仍然是一个性价比很高的选择。“我们报名微专业的初衷是对一个行业未来的发展趋势有很大的好奇心，这种内在驱动力，是很直接的学习动机。”

高鹏教授同样表示，微专业的设置会给很多平时以理论学习为主的大学生带来信心，通过技术的学习可以产生很多阶段性成果，比如一个包装设计、一段影像、一张海报和它们背后的审美思维，“这种阶段性成果带来的信心，是在微专业培养中看到的很珍贵的一点，也是在教育中非常重要的一部分”。



在吉林大学白求恩第二医院所开设的睡眠医学课程。

受访人供图