

新时代大学生健康社会心态培育路径探析

苏玉鑫

南京师范大学

摘要：大学生的社会心态是大学生在社会生活中呈现出的情感态度、价值观念、和行为倾向的总和。在经济全球化的影响下，健康社会心态对人们价值观念形成和行为选择起着积极作用，影响着国家政治和社会经济的发展。加强大学生健康社会心态培育，对促进社会文明进步具有重要意义。本文立足当下社会现实，分析培育大学生健康社会心态的意义和困境，并从宏观、中观、微观三个层面探讨新时代大学生健康社会心态的培育路径。

关键词：大学生；健康社会心态；培育

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2023.02.050

引言：

信息时代拉近了世界各国间的距离，多元文化碰撞使得学生产生多元价值观，新时代大学生的成长环境更为独特和复杂。培养新时代大学生健康社会心态是时代的强烈呼唤，是大学生成长成才的重要保障。大学生的全面发展往往建立在自我和谐发展的基础上，自我和谐发展依赖于个体的身心健康。但是大学生身心不够成熟，情绪控制力弱，易受外界环境和他人行为的影响。健康社会心态可以帮助大学生树立正确三观，获得积极的认知和情感体验，成长为全面发展的时代新人。

一、新时代培育大学生健康社会心态的现实意义

社会心态是指在一定时间内弥漫在整个社会或某个特定群体的宏观心境状态和心理发展倾向，它反映着因社会迅速发展带来的各种问题和矛盾。大学生作为社会发展的中坚力量，具有健康社会心态既是自身全面发展的内在要求，也决定了未来整个社会文明发展走向。培养大学生自信、进取、奉献、包容等健康社会心态，不仅是当下提高他们思想道德素质的目标方向，也是高校思想政治教育工作的重点内容。目前高校教育的主要形式仍然是传统的教育模式，易忽视学生主体能力，使大学生对课程学习兴趣不高，降低了课程的实效性。在教学过程中，高校需要更加重视培养大学生健康社会心态，将其作为心理健康教育的重要内容，采取多样化的方法，提高大学生的思想道德素质。培养大学生健康社会心态，可以激发他们的主体意识，挖掘自身潜力，将强制学习转化为自主学习，提高教学有效性。每个人对社会生活的感受不同，处理问题和选取的应对方式也不同。从某种意义上说，大学生的社会心态决定了他们现在乃至未来的生活方式，勇于面对挑战并克服困难，以积极乐观的态度对待他人，对自身的学习和生活有着重要意义。健康社会心态也是社会发展的重要保障，尤其

当下社会处于急速变革期，营造社会和谐发展的心理氛围至关重要。

二、新时代培育大学生健康社会心态的困境分析

（一）多元文化思潮弱化主流价值观

改革开放以来，中国对外交往日益增多，经济高速发展和社会加速转型使得人们的生活方式更加多样化。西方社会的意识形态和文化产品不断通过网络、媒体等方式扩大渗透，给中国传统文化带来巨大冲击。大学生的思维视角、价值观念极易受到外部环境的影响，思想容易偏离主流意识，行为容易被一些负面因素左右。大学生有着丰富的文化需求，是引领文化观念、潮流发展的重要力量，其呈现出社会心态特征的背后反映了一代人思想的转变。在多元文化思潮碰撞冲突下，在多元价值观的不同及矛盾中，部分大学生出现迷茫、焦虑、压抑等不良社会心态，甚至出现严重信仰危机。

（二）网络信息时代诱发双重影响

以互联网为代表的信息技术高速发展，使得人们生活更加便捷，为大学生接受新知和学习方式提供了更多途径，突破了时空限制；但同时也对他们的价值认知、社会心态、行为选择等产生了一定的误导。网络时代信息传递的迅速即时性，使得大学生可轻松获取相关信息，极大满足了他们强烈的求知欲；但由于大学生独立思考能力不足，容易过度沉迷于网络世界，导致他们理想信念不坚定、过于追捧功利、情绪焦虑失衡等现象。同时网络虚拟环境中的不良舆论氛围也影响着大学生的社会心态，甚至导致部分学生质疑、抵制主流文化和社会主义核心价值观。

（三）主体个人经历带来的认知偏差

随着整个社会生活水平的不断提高，享受着改革红利的当代大学生，对未来生活有着更高期望，在追求获得更好生活的同时也面临着比父辈更大的压力和挑战。

一般来说,大学生有勇气接受新事物,面对社会新思潮,但由于缺乏实践体验,他们很难独立做出正确的判断和选择。大学生在追寻人生目标和价值时,往往从感性认识出发,根据以往有限的个人经验和喜好来判断是非、解决问题。作为新时代大学生,一方面家庭规模不断缩小,使得当前大学生作为独生子女的孤单感更为普遍;另一方面在不同的网络舆论声音中,各种矛盾情绪都会成为影响大学生健康社会心态的因素,大学生的个体情感需求得不到满足,容易引发一系列心理问题。

三、新时代大学生健康社会心态的培育路径

(一) 宏观层面: 国家战略部署

1. 推动经济社会健康持续发展

马克思主义揭示了物质资料的生产方式是人类社会存在和发展的基础,决定着人类的精神生活。新时代经济社会的健康持续发展是大学生健康社会心态培育的物质基础和前提条件。加强社会经济建设,需要在保障人民就业增收、住房政策、医疗水平、教育资源等重要问题上做出努力。人们对权钱交易、滥用职权等一些不公平的社会现象深恶痛绝,构建社会主义和谐社会,必须充分体现公平正义,对违法者实施相应制裁,真正体现公平竞争,促进大学生树立健康社会心态。政府要依规办事、为人民办实事,可以通过拓宽民意表达渠道,建立人们对国家和政府的信任,为大学生健康社会心态的培育营造良好社会风气。推动经济社会健康持续发展,必须在转变经济发展方式的过程中加快完善社会主义市场经济体制,在解决劳动就业、社会保障等问题上做好顶层设计,实现国家富强、社会和谐稳定,为大学生健康社会心态的培育奠定坚实的物质基础。

2. 大力发展社会主义先进文化

在培养大学生健康社会心态的过程中,文化认同非常重要。文化环境对培育大学生健康社会心态具有直接影响。随着大众传媒的演变速度加快,不同文化思潮之间的碰撞,传统单一的封闭文化转变为多元社会思潮共存的局面。当代大学生成长环境的复杂性比以往任何时期都更为突出,培养大学生健康社会心态也更为困难。国家和政府应重视并加大对培育大学生健康社会心态的人力、物力和财力等各种资源支持,协调各方力量,最大限度地调动各种正面因素,共同发展社会主义先进文化。例如,为了展示社会主义先进文化的教育指导意义,政府可以联合高校,共同组织宣讲代表开展专题演讲,让大学生在学习先进典型的过程中形成理性平和、积极进取的社会心态。同时,政府需要扩大社会主义先

进文化的传播渠道,积极使用学生喜闻乐见的载体和平台加大对社会主义先进文化的宣传工作,加大学生对主流文化认同的引导,为大学生健康社会心态的培育创设良好文化环境。

(二) 中观层面: 高校加强培育

1. 优化校园文化氛围

优美舒适的校园环境和丰富多彩的校园活动使学生身心愉悦,精神振奋,生活充实。高校要积极营造良好的校园文化氛围,提供美丽、安静、高雅的学习生活场所。通过广播、校园网,在校园里推广积极向上的育人文化,引导大学生明辨是非,自觉抵制社会消极思潮。在营造良好校园文化氛围的同时,教师需要规范自身言行举止为学生树立学习榜样。例如,教师在教学过程以及和学生互动中应表现出开拓进取、勤奋务实、正直善良、积极乐观的态度,教师的行为和态度对学生心态的影响尤为重要。教师可以在教学过程中通过开展多学科融合性活动,给学生提供更多沟通和交流机会,使学生在实践活动中获得科学认知和美好体验。在社会活动开展方面,高校有必要为学生开展多种形式的社会实践活动创造条件,包括红色研学、志愿服务、访企拓岗等活动,引导学生面向实践,回应现实,通过实践锻炼和社会调研了解社情国情,感受时代脉搏,站稳人民立场,将论文写在祖国大地上。

2. 加强课程思政教育

从课程设计的角度看,教师应将培养学生健康社会心态作为重要教学任务之一,突出学生作为课程主体的作用,培养学生的社会主义核心价值观。例如,教师重点阐释课程内容蕴含的价值意义,帮助学生树立正确价值观念,为他们未来的工作和学习提供科学方法论指导。一方面,高校要充分利用学科教育体系和实践课程资源,发挥思想政治理论课的优势,应对大学生出现的不良心理问题。专业课教师在课程实施过程中应充分探讨学科教学与大学生健康社会心态培育的关系,通过多样化的教学方法,引导大学生做出正确行为选择。另一方面,营造积极良好的课堂氛围。教师应鼓励学生主动参与教学过程,培养学生辩证的思维和积极的心态,使学生能够勇于表达自己的思想。大学生在践行社会主义核心价值观过程中的主动性和自主性,参与活动的意愿以及对活动的接受程度与自身心态密切相关。教师在培育学生健康社会心态的过程中,需要结合教材中的具体内容,联系社会现实环境,与学生进行真诚有效的互动。教师要与学生积极沟通,通过案例研讨、专题汇

报、模拟提案等活动，为学生提供真实参考案例和热点话题讨论，锻炼学生的辩证思维，拓展学生的认知视野。

3. 完善网络教育体系

互联网具有便利性、互动性、即时性等技术优势，给大学生的学习生活和社交方式带来巨大改变。信息技术拓宽了大学生视野的同时，也极大地影响了他们的价值认知和心理健康状况。网络社会的虚拟性和信息传播的广泛性，加之大学生缺乏对海量信息资源进行筛选和整合的能力，导致当代大学生极易出现消极社会情绪，产生认知偏差。在培养大学生健康社会心态的过程中，一方面，需要利用信息技术占据思想阵地，构建心理健康教育网络，可以通过微信公众号、抖音视频号、新浪微博等新媒体传播平台，用大学生喜闻乐见的方式促进大学生健康社会心态的养成。另一方面，学生的想法和行为极易受繁杂信息的影响，规范网络信息平台建设，引导学生树立科学的舆论立场，是高校当下和未来重要的育人任务。同时构建心理健康网络应与学生德、智、体、美教育紧密结合，相互促进；充分利用校园网络体系的教育功能，对专项人员进行系统培训，提出有针对性、可预测性的教育措施。最后要重视利用网络渠道、新媒技术等途径在校园里开展关于健康社会心态的宣传工作，用全面、科学的价值观引导大学生意识到健康社会心态的重要性，进而形成健康社会心态。

（三）微观层面：个体自我提升

1. 增强自我情绪管理

部分大学生在求职过程和实际工作体验中，发现现实与理想差距过大，严重不符。当看到其他同学领先，会产生嫉妒心理，滋生悲观厌世的社会心态，变得不思进取，难以合理解决和处理理想与现实之间的差距所带来的矛盾和冲突。同时一些大学生在调解人际矛盾时缺乏独立理性思考，容易产生极端行为。因此加强自我情感的管理和控制，对解决当代大学生面临的心理问题具有重要作用。首先，大学生要正确认识自己。在学习和生活中，明确目标追求，清晰自我定位，遇到问题和挫折时要及时调节畏难心态，最大限度地减少负面情绪对成绩取得带来的影响以及对身心造成的伤害。其次，大学生要不断提高自己的情商和学商，在社交关系中，要积极与他人进行有效沟通，不要戴有色眼镜评价他人，学会调节和管理自己的情感，保持理性平静的心态。最后，大学生要学会正确应对压力。听音乐、参加户外活动，和朋友聊天可以缓解压力；寻求他人帮助、

自我反省和自我激励、消极情感转移都是增强个人情绪管理的有效方法。此外，要在勇于实践的逆境中锻炼生存能力，在不断磨砺中增强心理韧性，形成健康的社会心态。

2. 树立科学网络观

伴随着网络技术飞速发展，大学生也出现了网络心理障碍、社交焦虑等心理问题，这不仅影响他们的在校学习情况，也影响他们未来的工作和生活。大学生主要通过网络收集信息和了解社会，但各种媒体报道中信息良莠不齐、负面新闻较多。新时代大学生习惯了接触虚拟世界，接触网上负面言论，这将严重影响着他们健康社会心态的形成。一方面，政府有必要为大学生营造一个积极健康的媒体环境，要加强对媒体的监管，加强顶层设计，加大立法处罚力度，从法治的角度维护网络安全和网络清洁。另一方面，要加强媒体信息的正面引导，增强舆论引导的感染力和说服力，充分发挥舆论引导的积极导向作用。同时，现在很多学生由于在实际生活中未能得到足够的情感需求，转而去虚拟世界寻求认可。新时代大学生要学会辨认网络信息，认清网络世界与现实生活的差异，在现实生活中构建良好的人际关系，形成自己的价值判断，树立正确积极的网络观念。

结束语：

探索新时代大学生健康社会心态的培育路径，是高校提升思政教育工作水平和落实立德树人根本任务的内在要求。新时代大学生处在向第二个百年奋斗目标进军的关键时期，既面临着建新功的难得机遇，也面临着比以往更加独特和复杂的成长背景。当前我们不仅要重视优化大学生健康社会心态培育的客观环境，也要遵循学生个体身心发展规律，充分发挥学生主体作用。培育大学生健康社会心态是一项系统工程，需要社会、高校和个人等各方长期努力，协同推进。

参考文献

- [1]徐洁,王春风.大学生健康社会心态培育理路探析[J].北京教育(德育),2021(05):77-81.
- [2]董晓绒,曾令辉.论新时代大学生健康社会心态的培育[J].学校党建与思想教育,2021(03):25-28.
- [3]李伟.重大疫情下大学生社会心态疏导机制构建[J].思想政治教育研究,2020,36(04):42-45.

作者简介:苏玉鑫(1995.07-),女,汉族,安徽省六安人,南京市栖霞区南京师范大学马克思主义理论专业2021级硕士研究生,研究方向:思想政治教育。