

高校学生休闲活动研究与分析

苏煜彤

西安培华学院

DOI:10.12238/er.v5i3.4602

[摘要] 休闲活动在人们看来并不陌生,但是休闲的概念、具体内容却不好界定。大学生除了上课时间,剩余时间都可自由支配。目前大学生的休闲活动包括影视娱乐类、体育健身类、学习类、游览类等活动,具有时间充足、活动多样、在此方面的消费趋于上升的特点。但由于大学生对休闲概念的理解存在偏差,行为活动在一定程度上表现出休闲方式失衡、休闲技能欠缺、休闲品味低下等问题。高校基于全方位于育人、全面育人的目的,应该加强大学生的休闲教育和休闲文化道德建设,加强校园休闲文化建设,培养大学生健康、文明的休闲观和休闲方式。

[关键词] 高校学生; 休闲活动; 研究

中图分类号: G455 **文献标识码:** A

Research and Analysis on Leisure Activities of College Students

Yutong Su

Xi'an Peihua University

[Abstract] Leisure activities are not unfamiliar to people, but the concept of leisure and the specific content are not easy to define. College students are free to spend the rest of their time except for class time. At present, college students' leisure activities include film and television entertainment, sports and fitness, learning, sightseeing and other activities, which have the characteristics of sufficient time, diversified activities, and the consumption in this aspect tends to rise. However, due to the deviation of college students' understanding of the concept of leisure, the behavioral activities to some extent show the imbalance of leisure methods, lack of leisure skills and low leisure taste. Based on the purpose of all-round education, colleges and universities should strengthen the leisure education and leisure cultural moral construction of college students, strengthen the construction of campus leisure culture, and cultivate college students' healthy and civilized leisure view and leisure way.

[Key words] College students; leisure activities; research

前言

马克思眼中的休闲就是必要劳动时间以外的用于娱乐、休息的闲暇时间。对于大学生来说,上课是必不可少的教育过程,与马克思所说的个人受教育时间属于自由时间是不同的概念。本文试图从大学生休闲生活角度出发,探析“95”后、“00”后大学生每天除上课以外的时间用于什么样的休闲活动,为高校休闲教育提供一些参考。

1 休闲概念简析

1.1 休闲的发展

“休闲”在几千年的人类发展史中,始终扮演者重要角色。当今社会,休闲已成为人类生活必不可少的部分,是人类社会进步的重要标志之一。休闲的发展无论是国内国外,都可以追溯到古代,真正意义上对休闲的研究是在二十世纪五六十年代,战后

的西方国家推行福利国家模式,社会和经济的全面发展极大地促进了人们对休闲的需求。皮普尔在《休闲·文化的基础》一书中指出:“休闲是人的一种思想和精神的态度”。弗瑞·戈比认为:“休闲是从文化环境和物质环境的外在压力中解脱出来的一种相对自由的生活,它使个体能够以自己喜爱的、本能地感到有价值的方式在内心之爱的驱动下行动,并为信仰提供一个基础”。^[1]到目前为止,国外有关休闲的研究已经建立了完善的休闲学科体系,涉及休闲哲学、休闲行为学、休闲经济学、休闲心理学、休闲美学、休闲社会学等方面。在我国,“休”有倚木而休,“闲”有娴静之意,古人推崇的休闲是静观、独处的状态。马惠娣《文化精神领域的休闲理论》的发表,我国的休闲研究趋于发展态势。

1.2 休闲的概念

什么是“休闲”,目前尚未有统一的定义。学界对马克思有关休闲的理论研究最多。马克思眼中的休闲是人的全面而自由的发展。马惠娣指出休闲是人的一种存在方式和生活方式,是人的价值存在的一种表现形式,是人的本体论意义所在。^[2]本文研究对象是高校学生。所以,本文有关休闲的概念,是指大学生在可自由支配的时间内,自主地从事某些个人偏好性活动,可以从活动中获得身心愉悦、精神满足和自我实现与发展。

2 大学生休闲生活现状

2.1 大学生的休闲生活方式

2.1.1 影视娱乐类

近几年来,新媒体的兴起,为人们的休闲生活提供了便利。与“80”后、“90”后相比,“00”后大学生具有更长时间的网络接触,接受新事物的能力较强,善于利用网络获取学习、生活等方面的信息。本文以一个学期始末为节点抽取37名2019级大学生,进行有关影视赛事类的休闲跟踪调研,发现大学生热衷于对各种电视节目、电影的追求。按地区划分,大学生关注的有日剧、韩剧、泰剧、美剧、印度剧、大陆剧;按照节目类别分为美食节目、综艺节目、电视剧、电影、新闻。

2.1.2 体育健身类

在党的十九大报告中指出:“广泛开展全民健身活动,加快推进体育强国建设”。^[3]随着我国国民对身体素质的重视程度,体育、健身逐渐成为受欢迎的休闲方式。大学生较为常见的体育类活动包括跑步、参加各种健身器材的健身运动、各种球类。通过体育健身,同学们既可以锻炼自己的身体,同时也促进大脑的放松,为日后的学习和工作提供良好的心理和生理素质。

2.1.3 学习类活动

高校大学生的课余时间相对较为充裕,许多学生在上课之余,会选择自己喜爱的书籍放松心情,除去读书,参加各种兴趣社团、参观博物馆、纪念馆、烈士陵园也是同学们选择休闲场所,他们选择转移注意力,转换空间以达到解除疲劳、修养身心的效果。

2.1.4 游览类活动

旅游业近几年在我国发展良好,人们生活水平的提高直接促进大学生生活费用的小幅度上升,许多大学生选择在闲暇时间外出旅游,一日游、两日游较为常见。他们不仅对名胜古迹感兴趣,也会到公园、广场放松心情。

2.2 大学生休闲生活的特点

2.2.1 可自由支配时间充足

高校学生的时间大致分为上课时间、周末、法定节假日、寒暑假等四个部分。一般情况下,高校一个学期的上课时间16—20周,除去上课时间,大学生每年大概有150—170天的自由可支配时间。与高中相比,普通高校学生的课程也会少很多,课余时间用于完成作业的时间仅占少部分,这样每天都会比高中生多出2—3个小时的自由支配时间。

2.2.2 休闲种类多样

经济的发展,科技的进步,人们观念的更新,使世界处于瞬

息万变之中。人们的休闲活动也发生了巨大变化,从古代的赶集、庙会、诗词歌赋、琴棋书画、到现在的旅游、运动、上网,无不在诉说着休闲活动内容的丰富性。大学生处于自我需求不断扩张的时期,更加喜欢追求新颖的休闲活动。在休闲空间方面,大学生的休闲活动不仅有宿舍、图书馆、体育馆、健身房、球场等校内场所,还包括网吧、商场、名胜古迹等校外场所。社会的发展,人们生活水平的提高,加上越来越便捷的交通,休闲空间在一定程度上可以满足大学生对各种休闲活动的要求。

2.2.3 休闲消费呈上升趋势

随着生活方式的多样化,大学生用于休闲方面的消费逐年呈上升趋势。除了每月用于基本的生活需要外,还增加了自我提升、人际交往等方面的支出。之前大学生的休闲方式主要是看影视剧、打篮球、跑步等消费较低甚至可以忽略的活动。随着时代的变化,除去以上的休闲方式,需要消费的旅游观光、健美健身、电影院、KTV、商场等也逐渐受到大学生的欢迎,这些休闲方式直接与同学们的生活费挂钩,传统意义上的生活费已经不能充分满足大学生的休闲需要。

3 大学生休闲生活存在的问题

党的十九大报告中指出:“我国社会主要矛盾已经转化为人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾。”人民对美好生活的追求,离不开休闲的发展。高校学生作为祖国的未来,承担着重要使命,他们的自由全面的发展是成为社会主义建设者和接班人的重要条件。

3.1 休闲方式失衡

休闲本身就是一种平衡必要劳动时间和自由发展的一种方式,在必要的劳动之后,人们去创造、追求个性,恢复体力与脑力。无论是古希腊、西方还是中国人对休闲的看法,休闲本身的价值是毋庸置疑的。大学生经过一天的课业学习,需要通过一些方式放松,不论睡觉、打游戏、上网还是运动都是不错的方式。特别是近几年来我国影视、旅游、休闲场所都有了长足发展,为大学生的休闲活动提供了各种各样的形式与内容。但据调查发现,中国成年人每天在移动设备上的时间平均为2小时39分钟,而大部分高校学生平均每天上网在4小时左右,且每年上网时间呈上升趋势。^[4]选择网络休闲是一种不错的放松方式,但是上网时间过长,导致饮食不规律,与人交流越来越少。虽然大学生的休闲活动丰富多样,但是学习类、观光类、体育运动类只是少部分同学的选择,绝大部分同学对网络痴迷不已。

3.2 休闲技能欠缺

“休闲服”的出现,到今天屡见不鲜的休闲度假、休闲旅游、休闲娱乐,但我国休闲业的发展仅30多年历史,属于新兴领域,在研究方面也处于发展阶段。大部分人对休闲没有正确的认识,大学生作为思想不成熟但正走向成熟的群体,对许多事物的看法容易受到社会主流观点的影响。对休闲不全面、不正确的理解,导致大学生在休闲活动中休闲技能的匮乏。高校学生在进入大学之前面对的是高考繁重的升学压力,在进入大学后重点关注的是专业课程训练,对休闲活动的理论知识了解甚少。目前高

校学生参与休闲的活动主要有网络、读书、宿舍活动、闲逛、体育锻炼、睡觉等。这些活动总体上看是休闲技能较低的活动,需要一定技巧、鉴赏能力、创造能力的活动在大学生群体中很难看到,选择睡觉、闲逛、上网追剧的同学更是占大多数。休闲的意义一方面在于消除体力上的疲劳,另一方面是获得精神上的慰藉,更准确的是要产生一种美好感。所以一定的技能和技巧对于休闲是必不可少的前提和基础,是休闲质量的决定性因素之一。

3.3 休闲品味低下

大学生的休闲活动偏重于网络,不论是打游戏、看电影电视剧或学习,其基本载体都是网络,因而网络占很大比重。据相关调查,约有一半的大学生上网是以娱乐为主,浏览的网页也主要是娱乐类平台。大概有50%的同学上网主要用来玩游戏和看视频,很少一部分同学使用网络进行学习和上网搜集学习信息,^[5]而且上网内容趋于娱乐化、低俗化,大学生很容易被网上的不良信息、暴力影像吸引。在寝室方面,同学也是一起相约打游戏,或者睡觉、聊八卦、赌博。虽说休闲既包括积极、主动的活动,也包括消极、被动的消遣活动。但是我国学者于光远先生曾说过要玩的有文化,在玩中学更有效率。“玩”是休闲理论研究中的一个重要概念,西方人眼中玩的本质就是自由、愉快、创造。

4 大学生休闲生活问题的对策

亚里士多德说过:“休闲才是一切事物围绕的中心,是哲学、艺术和科学诞生的基本条件之一”。面对大学生休闲生活存在的种种问题,高校必须加强对大学生休闲活动的教育与引导,尽可能发挥休闲的最大作用,发扬积极、主动的部分,降低消极、被动的消遣活动的影响。

4.1 加强休闲教育

休闲教育的目的,不仅包括培养人们的休闲技巧和休闲技能,促进人们休闲能力的提升,最终目的是促进人们正确的休闲价值观和休闲生活方式的树立。所以休闲教育的最终目标是促进人的全面发展。为了休闲而进行的教育才是崇高的、真正的教育。所以无论是从短期还是长远发展来看,休闲教育对于高校学生都是教育的一个重要部分。大学生休闲时间充足,但高等学校仅了解学生课上的动态,对大学生闲暇时间的管理存在较多漏洞,管理不到位、不完善现象日渐严重。虽然闲暇时间的碎片化、不统一性是不方便管理的原因,但为了改善高校学生的休闲活动,高校应开展休闲教育,对大学生的休闲价值观进行引导,使其树立崇高理想以防止大学生荒废宝贵的大学时光。

4.2 培养休闲文化道德

休闲的意义在于守护人类的精神世界,以保证人类的心灵有所归依。因此,休闲的价值不在于实用,而是文化。休闲活动

是大学生们的自由时间所支配的活动,休闲文化是大学生自由全面发展的文化。但自由并不等于随意、放纵,需要所处的社会大环境的约束。培养大学生的休闲文化道德,一方面应培养大学生正确的休闲消费观念。休闲活动在一定程度上需要消费,但消费并不等于消费主义,消费主义倡导的自由是享乐主义的范畴,属于无度消费,这样的观念会引起精神上的不自由,从而导致精神贫困。高校应以科学的、健康的、文明的思想培养大学生休闲消费观。另一方面,高校要培养大学生“玩”的有文化。高质量的休闲体现为内心的悠然,而这一过程的实现需要长时间的文化素养。大学生作为祖国的未来和社会的希望,除专业知识、职业技能之外,休闲在某种程度上也会对社会造成很大的影响。加强大学生休闲文化道德教育,能够起到事半功倍的效果。

4.3 加强校园休闲文化建设

休闲在美国的发展约100多年的历史,其不仅在学术上取得了很大成就,而且许多高校开设了有关休闲的专业和课程,休闲在国外是一个系统的、较为全面的学科体系,而我国对休闲理论的研究起步晚,在许多方面还存在不足。高校作为理论研究的重要场所,理应要承担起研究的重担。辩证法认为认识来源于实践,通过实践又能提升认识。

5 结语

高校休闲文化建设,不仅可以为休闲的理论研究提供实践经验,更重要的是可以促进大学生休闲活动的健康化、文明化。一方面高校应该开设休闲文化课程,对大学生的休闲哲理蕴意、原则和具体操作技巧进行引导,提升大学生的休闲能力,防止贪玩享乐思想的蔓延;另一方面,健全休闲文化服务体系也是高校迫在眉睫的任务。校园休闲文化建设应该有健全的组织机制,用科学的休闲队伍对大学生的闲暇时间进行指导。同时在休闲服务设施、场所等方面也需要进行完善。通过硬件和软件设施的配套,提升大学生的休闲认识,推动大学生的个性发展,使得大学生能拥有一个健康文明而充实的大学生活。

[参考文献]

- [1]你生命中的休闲[美]杰弗瑞·戈比,云南人民出版社,2000-08-01.
- [2]马惠娣.建造人类美丽的精神家园——休闲文化的理论思考[J].未来与发展,1996(03):25-28.
- [3]党的十九大报告(全文)报告诞生记[DB/OL].新华社,http://military.cnr.cn/gz/20171029/t20171029_524004019_2.html.2017-10-29.
- [4]王晓霞.当代大学生网络运用状况的调查分析[J].思想理论教育,2018(02):106-111.
- [5]张若愚,李东方,陈景云.当代大学生使用网络情况调查研究——以长安区大学城为例[J].新西部,2018(18):40-42.