

新时代下大学生精神生活的困境及对策研究

魏美春 潘心怡

赣南师范大学

DOI:10.12238/er.v6i2.4888

[摘要] 在现代教育领域内,素质教育开始为众多教育工作者所提倡。如今的大学生拥有着高质量的物质生活,其精神生活质量方面同时也需要得到一定提升。大学生精神生活得以发展,才能够树立正确的三观,其内在修养也能够有效提升,最终成长为一个全面发展的人。本文简要概述新时代下大学生精神生活目标,分析大学生精神生活困境,探究大学生精神生活质量提升对策。

[关键词] 新时代; 大学生; 精神生活; 质量提升

中图分类号: G625.5 **文献标识码:** A

Study on the Dilemma and Countermeasures of College Students' Spiritual Life in the New Era

Meichun Wei Xinyi Pan

Gannan Normal University

[Abstract] In the field of modern education, quality education has been advocated by many educators. Nowadays, college students have a high-quality material life, and the quality of their spiritual life also needs to be improved. Only when the spiritual life of college students is developed can they establish a correct worldview, outlook on life, and values, and their inner cultivation can be effectively improved, so that they can grow up to be a well-rounded person. This paper briefly outlines the goals of the spiritual life of college students in the new era, analyses the plight of the spiritual life of college students, and explores the countermeasures to improve the quality of the spiritual life of college students.

[Key words] new era; college students; spiritual life; quality improvement

引言

党的二十大报告明确指出,物质富足、精神富有是社会主义现代化的根本要求。大学生的精神生活能够展现其精神风貌,还可以体现其精神价值,因而精神生活在大学生成长发展中占据非常重要的地位。针对大学生精神生活目标以及困境进行分析,有益于学校与社会对大学生的全面了解,对促进在校大学生健康成长而言能够提供一定借鉴与帮助。

1 新时代下大学生精神生活目标

新时代下,大学生的精神生活目标应当与社会发展和个人成长相一致。一方面,大学生应当树立正确的社会责任感和价值观。大学生应当关心国家、社会以及全球发展,积极关注并参与社会公益事业,倡导社会正能量,培养社会主义核心价值观,学会去尊重他人,弘扬中华优秀传统文化,促进社会和谐,同时还要坚持科学精神,培养批判性思维,推崇创新与实践;另一方面,大学生需要注意个人成长与心理健康。大学生应当不断提升自主学习和独立思考的能力,不断提升专业素养和综合素质。坚持健康生活方式,保持身心健康,学会有效地压力管理和情绪调节。此外,大学生还需要培养正确的消费观和生活观,追求全面

发展,平衡学习、工作和生活等各方面的关系^[1]。

2 新时代下大学生精神生活的困境

2.1 精神支柱欠缺

在新时代下,大学生面临着前所未有的精神压力和心理挑战。目前,大多数大学生存在精神支柱的欠缺的问题,精神支柱作为一个人的信仰、价值观和人生目标,这些因素也会从一定程度上对大学生的心理健康以及生活质量的产生影响。大学生缺乏明确的精神支柱,容易导致其在面对各类困难和挫折时难以寻求内心的力量,从而陷入迷茫和困惑之中。

近年来,现代社会的多元化和开放性,使大学生的价值观和信仰受到前所未有的冲击。传统的价值观和信仰在年轻一代中逐步开始被淡化,新的信仰和价值观尚未完全形成,导致许多大学生在面对生活中的问题时,缺乏坚定的信仰和价值观作为引导,从而难以做出明智的决策。此外,大学生在追求学业和职业发展的过程中,往往更侧重于物质利益和短期目标,从而忽视精神生活的充实和内心世界的成长。这种功利主义的心态使得他们在面对挫折和困难时,缺乏坚定的信念和勇气去克服,导致精神支柱的欠缺。

2. 2精神消费不良

随着经济的发展和进步,人们的物质生活水平得到极大的提高,物质生活的丰富,却并未给大学生的精神生活带来相应提升,许多大学生在物质消费上存在着不良的习惯和倾向,对自身的精神生活产生了负面影响。

一方面,物质消费的过度追求,导致许多大学生对精神生活方面的需求造成一定忽视。他们将大量的时间和精力投入到物质的追求中,忽视了内心的需求和成长。这种不良的精神消费习惯不仅影响了他们的生活质量,还可能导致精神空虚和心理问题的出现;另一方面,精神消费的浅薄化和表面化也是大学生面临的问题之一。许多大学生在选择精神消费时,往往只注重表面的物质享受和短暂的愉悦感,从而忽视对更深层次的精神追求。这种不良的精神消费习惯难以满足他们的内心需求,也无法带来真正的精神满足感^[2]。

2. 3精神生活空虚

在现代社会中,大学生的精神生活空虚是一个不容忽视的问题。由于大学生缺乏明确的精神支柱,同时在精神消费上还存在着一定不良倾向,导致许多大学生的精神生活充满空虚和迷茫。这种空虚状态可能导致他们在面对生活中的问题时缺乏坚定的信念和勇气去克服,而这也会对大学生的心理健康以及生活质量产生一定影响。

大学生在面对学业和职业发展的压力时,往往感到无助和困惑,他们缺乏明确的目标和计划,无法找到合适的方式来缓解自身的压力和焦虑。这种状态可能导致他们在面对困难时缺乏坚定的信念和勇气去克服,进而陷入困境。此外,大学生在社交和情感方面也面临着空虚的问题,他们缺乏更深层次的交流和互动,许多大学生感到孤独和无助,他们渴望得到他人的认可和理解,却无法找到合适的方式来获得这种认可和理解。这种情感上的空虚可能导致他们在面对生活中的问题时缺乏坚定的信念和勇气去克服,进而影响他们的心理健康和生活质量^[3]。

3 新时代下大学生精神生活质量提升对策

3. 1加强思政教育,构筑大学生精神支柱

思政教育对于构筑大学生精神支柱而言有着十分重要的作用,高校通过加强思政教育,能够帮助其树立正确的价值观、人生观和世界观,培养他们的思想道德素质和政治素养,提高他们的综合素质和社会责任感。高校可以通过深化理论教学、注重实践教学、推动校园文化建设以及创新教育方式方法等方式,不断提升思政教育的质量和效果,帮助大学生树立正确的价值观、人生观和世界观,培养他们的综合素质和社会责任感。

第一,深化理论教学。思政教师在开展思政教学时,可以借助马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论等核心课程,引导大学生掌握马克思主义基本原理,树立正确的世界观、人生观和价值观,还可以结合时代背景和现实问题,开展专题讲座、研讨会等活动,引导大学生开展讨论,这样能够有效增强大学生对国家政

策、社会发展等方面的认识和理解;第二,注重思政课程实践教学活动开展。思政教师在思政课程开展中,需要适当将思政知识要点与各类社会实践进行结合。例如,思政教师可以组织学生参与志愿者服务活动,或者是让学生参与各类文化交流等社会实践活动,学生在社会实践活动参与中能够感受到社会发展现状,了解到我国国情发布与具体推行情况,以此增强大学生的社会责任感,同时通过实践中的案例分析、问题探讨等方式,培养大学生的批判性思维和创新能力。第三,推动校园文化建设。高校可以通过校园文化这一载体,通过举办文化节、艺术展、文艺演出等活动,丰富大学生的精神文化生活,培养他们的审美情趣和人文素养。这样不仅可以弘扬社会主义核心价值观,还能够营造良好的育人环境;第四,创新教育方式方法:结合时代特点和大学生需求,创新思政教育的方式方法。利用互联网、新媒体等手段,拓展思政教育的空间和渠道。通过案例教学、小组讨论、互动交流等方式,增强思政教育的趣味性和实效性^[4]。

3. 2加大资金投入,保障精神生活质量

在新时代发展背景下,如何加大各项活动开展资金的投入,是提升大学生精神生活质量的重要举措之一。只有在政府、高校、社会各界的共同努力和支持下,高校各类项目活动开展才能够得到多方面的支持,从而为现代大学生提供更好的教育和发展环境,他们的精神生活质量也能够得到有效提升。

首先,政府需要不断加大对高等教育的投入,相关部门通过提高高等教育各项经费的预算和支出,这样才能够为高校提供足够的资金支持。这些经费不仅可以用于提高教学质量、改善教学设施、加强师资队伍建设和投入。通过引进专业的心理咨询师和开设相关课程,帮助学生解决心理问题,提高心理素质和自我调节能力。同时,高校还可以通过举办讲座、培训和实践活动等方式,增强学生的社会责任感和自我认知,提高他们的精神生活质量。

其次,高校应该注重学生的心理健康教育,加强心理咨询服务机构的建设和投入。通过引进专业的心理咨询师和开设相关课程,帮助学生解决心理问题,提高心理素质和自我调节能力。同时,高校还可以通过举办讲座、培训和实践活动等方式,增强学生的社会责任感和自我认知,提高他们的精神生活质量。

再次,社会各界也可以通过资助贫困学生、提供实习机会等方式,为大学生提供更多的支持和帮助。这可以减轻他们的经济压力和焦虑情绪,让他们更加专注于学习和个人发展。

最后,大学生自身也需要注重精神生活质量的提升。大学生可以在课余时间内通过参加各种有意义的活动、培养各类兴趣爱好、加强人际交往等方式,通过不断丰富自己的精神生活,以此提高自我认知和价值观。

3. 3丰富闲暇生活,提升精神生活层次

高校通过开展各类活动不断丰富大学生的闲暇生活,可以有效提升大学生的精神生活层次,而这也是新时代下大学生精神生活质量提升的重要对策之一。高校通过开展多样化的活动,为学生搭建更加广阔的发展空间和机会,从而让大学生能够更好地融入集体以及社会当中,以此增强大学生的归属感和幸福感,同时还可以提高学生的综合素质和社会责任感,为他们的未来发展打下坚实的基础^[5]。

首先,高校应该注重学生的课外活动,提供多样化的社团和组织,让学生可以根据自己的兴趣和爱好选择参与。这可以包括文化、艺术、体育、科技、社会服务等各种类型,让学生充分展示自己的才华和潜力。同时,高校还可以通过举办各种讲座、展览、比赛等活动,增强学生的文化素养和审美能力,提高他们的精神生活层次。

其次,大学生应该注重自我发展和自我提升。在闲暇时间,他们可以通过阅读、学习、参加培训等方式,提高自己的知识水平和技能。这不仅可以增强他们的自信心和自尊心,还可以让他们更好地适应社会发展的需要。此外,大学生还可以通过参加各种实践活动和志愿者活动,增强自己的社会责任感和公益意识,提高自己的精神生活层次。

再次,引导大学生建立良好的人际关系。良好的人际关系,也是提升大学生精神生活质量的重要因素之一。在闲暇时间,大学生可以与同学、朋友、家人等进行交流和沟通,增进彼此的了解和信任。这可以让他们更好地融入集体和社会,增强他们的归属感和幸福感。同时,大学生还可以通过参加各种团体活动和社交场合,扩展自己的人脉和社交圈子,提高自己的人际交往能力。

最后,高校还可以通过加强校园文化建设,营造良好的育人环境。通过举办各种文化节、艺术展、文艺演出等活动,增强校园文化的氛围和影响力,让学生更好地了解和认同校园文化。同时,高校还可以通过加强校风、学风建设等方式,营造良好的学习氛围和文化氛围,为学生的成长和发展提供更好的支持。

4 结语

在新时代下,大学生面临着越来越多的精神生活困境,这需

要我们深入思考,不断探索其解决之道。在此次研究过程中,我们深入了解到新时代下大学生精神生活的困境,关注整个社会的发展不断推动教育改革,创建更加适合大学生成长和发展的环境和氛围,并且结合此次研究中所提出的问题,提出提升精神生活质量的有效对策。在现代教育领域内,关于大学生精神生活质量方面的研究还并未结束,作为教育工作者,我们需要深入研究和探索更为全面和有效的对策,不断提升大学生的心理素质,培养积极健康的人生观和价值观,构建良好的人际关系,注重身心健康。

【参考文献】

[1]张修天.文化自信视域下大学生精神文化生活研究[J].国际公关,2023,(17):191-193.

[2]韩丹凤,佟雷.流量文化影响下的大学生精神生活透视[J].高校辅导员,2023,(04):58-63.

[3]杜喆.美好生活视域下大学生精神需求图景及其引导模式[J].现代教育科学,2023,(04):100-104+110.

[4]张晨阳,程现昆.基于精神需要的大学生思想政治教育有效性研究[J].牡丹江教育学院学报,2023,(03):62-66.

[5]吴思聪,杨建义.大学生精神生活富裕的引领路径[J].泉州师范学院学报,2023,41(01):77-81.

作者简介:

魏美春(1971--),男,汉族,江西省安远人,硕士生导师,副教授,赣南师范大学党委(校长)办公室,研究方向:思想政治教育。

潘心怡(2000--),女,汉族,江西省寻乌人,2022级硕士研究生,赣南师范大学马克思主义学院,研究方向:思想政治教育。