

当代大学生健康社会心态培养意义与实践策略

张梦寒 王 茹 王亮霞 王晓媛
(陕西服装工程学院, 陕西 西安 712046)

摘要: 健康的社会心态有助于大学生实现个人全面发展, 提升应对挑战的能力和心理素质, 对构建和谐校园环境, 推动社会稳定与发展具有关键的作用。本文分析了当代大学生健康社会心态的培育意义、心态现状及其原因, 并从四个方面对大学生健康社会心态培养的实践策略进行了初步探究。

关键词: 大学生; 健康社会心态; 培养意义; 实践策略

社会心态指的是在一定时期的社会环境和文化影响下, 社会成员所普遍具有的心理状态和观念倾向。对当代大学生而言, 健康的社会心态是指他们在面对学业、生活、社交和未来职业等各种情境时, 所表现出的积极、乐观、理性、包容和有责任感心理状态。然而, 在当今复杂多变的社会环境下, 大学生的社会心态并不乐观。因此, 大学生健康社会心态的培养就显得尤为重要。

一、当代大学生健康社会心态的培育意义

(一) 促进个人全面发展

健康的社会心态有助于大学生保持积极乐观的人生态度, 正确对待学习、生活中的困难和挫折。在面对竞争压力和复杂的社会环境时, 能够拥有坚韧的意志和良好的心理调适能力, 充分发挥自身的潜能, 实现个人的价值。同时, 健康的心态能够培养大学生的创新精神和创造力, 使其敢于突破传统思维, 勇于探索未知领域, 为个人的职业发展和学术研究打下坚实的基础。

(二) 构建和谐校园环境

大学生群体在校园中共同学习、生活, 其社会心态会相互影响。培育健康的社会心态能够营造积极向上、团结友爱的校园氛围, 减少同学之间的矛盾和冲突。当大多数学生都具备宽容、理解和互助的心态时, 校园文化将更加丰富多元, 有利于促进学生之间的交流与合作, 增强集体荣誉感和凝聚力, 共同为校园的发展贡献力量。

(三) 推动社会稳定与发展

大学生毕业后将走向社会各个领域, 成为社会建设的主力军。他们的社会心态将直接影响到工作的态度和效率, 进而影响社会的运行和发展。具有健康社会心态的大学生能够以理性、平和、包容的心态看待社会问题, 积极参与社会事务, 为解决社会矛盾、促进社会公平正义发挥正能量。同时, 他们能够传播积极的价值观, 带动身边的人形成良好的社会风尚, 为构建和谐稳定的社会环境奠定基础。

(四) 引领良好社会风尚

当代大学生是时代的先锋队, 他们的社会心态对于引领良好的社会风尚起着关键作用。具有健康社会心态的大学生, 通常具备较高的道德素养和社会责任感。他们在日常生活中能够自觉遵守社会规范, 尊重他人, 展现出文明、友善的行为举止。这种积极的示范效应会在社会中传播开来, 带动更多的人关注道德规范和社会文明。

综上所述, 培育当代大学生健康的社会心态对于个人成长、

校园和谐以及社会发展都具有不可忽视的重要意义。高校应高度重视大学生心理健康教育, 通过多种途径和方法引导大学生树立正确的世界观、人生观和价值观, 培养积极向上、理性平和、开放包容的社会心态, 为实现中华民族伟大复兴的中国梦, 培养出一批德智体美劳全面发展的合格建设者和可靠接班人。

二、当代大学生社会心态现状及其原因分析

(一) 自卑自负心态

部分大学生存在自卑或自负的心态。自卑者往往对自身能力评价过低, 在面对挑战时缺乏自信, 不敢尝试。这可能源于家庭环境中缺乏肯定与鼓励, 成长过程中遭遇过多挫折或失败, 导致自我认知偏差。而自负的大学生则过高估计自己的能力, 轻视他人意见。其原因多是受到过度宠溺, 或在某些方面取得一定成绩后便骄傲自满, 缺乏对自身全面客观的认识。

(二) 消极颓废心态

一些大学生表现出消极颓废的心态, 对学习和生活缺乏热情与动力。他们常感到迷茫, 对未来没有明确规划, 沉迷于娱乐活动来逃避现实。这可能是由于学业压力过大, 就业前景不明朗, 使他们感到前途无望。也可能是因为受到一些负面社会现象的影响, 产生了消极的价值观, 认为努力无用。

(三) 容易感情用事

不少大学生在处理问题时容易感情用事, 缺乏理性思考。情绪波动大, 冲动之下做出不理智的决定。这主要是因为他们心理尚未完全成熟, 情绪管理能力较弱。同时, 社交经验不足, 在人际交往中容易受到他人情绪的影响, 无法冷静分析问题的本质。

(四) 心浮气躁明显

在当今快节奏的社会环境下, 部分大学生心浮气躁的特点较为突出。他们急于求成, 渴望迅速获得成功和认可, 缺乏耐心和毅力去长期坚持做一件事。一方面是受到社会功利化思潮的影响, 另一方面也与个人缺乏明确的目标和坚定的信念有关, 难以静下心来沉淀和积累。

三、当代大学生健康社会心态培养的实践策略

(一) 做好心态监测, 及时掌握心态动态

大学生正处于人生发展的关键阶段, 其社会心态容易受到多种因素的影响而产生波动。因此, 做好心态监测工作, 及时掌握大学生心态动态, 对于培养其健康的社会心态至关重要。

首先, 高校可以建立专门的大学生心态监测机构, 配备专业的心理咨询师和数据分析人员。通过定期开展问卷调查、心理测

试等方式,全面了解大学生在学习、生活、社交等方面的心理感受和需求。同时,利用大数据技术对收集到的数据进行分析 and 处理,绘制出大学生心态变化的图谱,为后续的干预措施提供科学依据。

其次,加强与学生的日常沟通和交流也是做好心态监测的重要途径。辅导员、班主任等教育工作者应密切关注学生的言行举止和情绪变化,通过谈心谈话、宿舍走访等方式,深入了解学生的内心世界。此外,还可以建立学生心理健康档案,记录学生的心理成长历程和关键事件,以便及时发现潜在的心理问题。

总之,通过以上多种方式的综合运用,能够有效地做好大学生心态监测工作,及时掌握他们的心态动态,为培养健康的社会心态奠定坚实的基础。

(二) 积极正面引导,健全心态疏导机制

在当代社会,大学生面临着来自学业、就业、社交等多方面的压力,容易产生焦虑、抑郁等不良心态。因此,积极正面的引导和健全的心态疏导机制对于大学生健康社会心态的培养具有重要意义。

一方面,高校应加强思想政治教育,通过课堂教学、主题讲座、社会实践等多种形式,引导大学生树立正确的世界观、人生观和价值观。让他们能够以积极乐观的态度面对生活中的挑战和困难,培养坚韧不拔的意志品质和勇于担当的责任意识。同时,充分发挥榜样的示范作用,激励大学生树立远大理想和目标,如邀请优秀校友、成功人士等来校分享他们的成长经历和奋斗故事,从而驱使大学生为实现自己的人生价值而努力拼搏。

另一方面,要建立健全心态疏导机制。高校应设立专门的心理咨询中心,为学生提供免费的心理咨询和辅导服务。心理咨询师应具备专业的知识和技能,能够运用科学的方法帮助学生解决心理问题。此外,还可以开通心理咨询热线、网络咨询平台等,方便学生随时随地寻求帮助。同时,加强对学生心理社团的指导和支持,鼓励学生自主开展心理健康教育活动,提高他们的心理自助和互助能力。

除了高校自身的努力,家庭和社会也应承担起相应的责任。家长要关注大学生的心理健康,与大学生保持良好的沟通和交流,给予他们足够的关爱和支持。社会应营造积极向上的舆论氛围,传播正能量,减少不良信息对大学生心态的负面影响。

总之,通过积极正面的引导和健全的心态疏导机制,能够帮助大学生消除负面情绪,培养积极健康的社会心态,促进他们的全面发展和成长成才。

(三) 强化人文精神,提高学生人文素养

人文精神是人类文明的核心价值,它强调对人的尊重、关爱和对生命意义的追求。在当代大学生健康社会心态的培养中,强化人文精神,提高学生的人文素养具有不可忽视的作用。

首先,高校应优化课程设置,增加人文类课程的比重。在课程内容上,尽可能涵盖哲学、文学、历史、艺术等多个领域,让学生在广泛的知识涉猎中感受人类智慧的光辉,培养他们的人文情怀和审美情趣。其次,开展丰富多彩的校园文化活动是强化人文精神的重要途径。举办读书分享会、文化讲座、艺术展览等活动,为学生提供一个展示自我、交流思想的平台。通过参与这些活动,学生能够拓宽视野,提高自身文化修养和综合素质。此外,

还可以组织学生参与社会实践活动,如志愿者服务、社区调研等,让他们在实践中感受社会的温度,增强社会责任感和使命感。同时,加强校园文化建设,营造浓厚的人文氛围。校园环境是一种隐性的教育资源,高校可以通过打造具有人文特色的校园景观、设置文化宣传栏等方式,让学生在潜移默化中受到人文精神的感染。

强化人文精神,提高学生的人文素养是培养当代大学生健康社会心态的内在要求。通过多渠道、全方位的努力,能够让学生在人文的滋养中塑造健全的人格,拥有积极向上的人生态度。

(四) 营造校园氛围,弱化不良情绪影响

校园氛围对大学生的社会心态有着潜移默化的影响。一个积极向上、和谐友善的校园环境能够弱化不良情绪的影响,促进大学生健康社会心态的形成。学校需要加强校园文化建设。可以通过举办各类文化节、科技节、体育节等活动,丰富学生的课余生活,培养他们的兴趣爱好和团队合作精神。同时,鼓励学生社团的发展,为学生提供展示自我、发挥特长的舞台。

在校园环境方面,学校要注重美化校园景观,打造舒适宜人的学习和生活空间。整洁优美的校园环境能够让学生心情愉悦,减轻学习压力。此外,加强校园安全管理,确保学生的人身和财产安全,让学生在校园中感受到安心和放心。

在人际关系方面,学校应倡导师生之间、同学之间建立平等、尊重、关爱的关系。教师要关心爱护学生,尊重学生的个性和差异,以良好的师德师风影响和感染学生。同学之间要相互帮助、相互支持,形成团结友爱的班级和宿舍氛围。学校可以通过开展心理健康教育课程、主题班会等活动,引导学生学会正确处理人际关系,提高人际交往能力。

通过营造积极和谐的校园氛围,能够为大学生创造一个良好的成长环境,让他们在充满阳光和温暖的校园中,保持积极乐观的心态,勇敢面对生活中的挑战,为未来的发展奠定坚实的心理基础。

四、结束语

综上所述,培养当代大学生健康的社会心态具有深远的意义和价值。这不仅关乎大学生个体的成长与幸福,也关系到校园的和谐、社会的稳定以及整个社会的进步与发展。高校应当充分认识到这一任务的紧迫性和重要性,通过各方共同努力,为大学生创造有利于健康社会心态形成的环境,帮助他们成为具有积极心态、能够适应社会变化、为社会发展做出贡献的优秀人才。

参考文献:

- [1] 王珺颖.健康社会心态培育的本质内涵与实践理路[J].学校党建与思想教育,2023(9):61-64.
- [2] 冯宁.“三全育人”视域下高职院校大学生健康社会心态培育研究[J].产业与科技论坛,2023,22(18):109-110.
- [3] 李琼毅.思想政治教育视域下培养大学生健康社会心态的路径研究[J].中文科技期刊数据库(文摘版)教育,2023(1):3.
- [4] 苏爱杰.日常思想政治教育视角下大学生健康社会心态培育的探讨及研究[C]//2024年高等教育发展论坛论文集(下册).2024.

课题信息:校级课题:“大思政”视阈下大学生健康社会心态培育路径研究。课题号:2023XKR13。