

硕士学位论文

大学生“空心”现象及其教育引导研究

The phenomenon of "hollowness" of college students
and its educational guidance research

一级学科

马克思主义理论

二级学科

思想政治教育

作者姓名

王雨丝

指导教师

张卫良教授

2022年5月

中图分类号 G641
UDC 37.06

学校代码 10533
学位类别 学术学位

硕士学位论文

大学生“空心”现象及其教育引导研究 The phenomenon of "hollowness" of college students and its educational guidance research

作者姓名	王雨丝
一级学科	马克思主义理论
二级学科	思想政治教育
研究方向	高校德育与网络思想政治教育
二级培养单位	马克思主义学院
指导教师	张卫良教授

论文答辩日期 2022年5月18日 答辩委员会主席 _____

中南大学
2022年05月

大学生“空心”现象及其教育引导研究

摘要：大学生是国家发展的新生力量，肩负着历史所赋予的复兴重任。习近平总书记在全国高校思政工作会议上强调，“培育学生理性平和的健康心态，加强人文关怀和心理疏导，有利于激励学生将个人理想融入国家和民族的事业中。”然而回望现实，部分大学生因价值观缺陷，出现了巨大的心理缺口和心理空洞。他们无法对自我的生存境遇进行有效解释和应对，无法对个体的发展方向做出有效规划。思想政治教育的主要任务之一就是帮助大学生树立起正确的价值观。大学生“空心”现象与价值观紧密连接，因此从思想政治教育视角下剖析大学生“空心”现象，有助于该问题的解决。论文将“大学生缘何‘空心’化”作为核心问题，综合运用文献研究方法、质性研究方法等，立足于现实案例，梳理出大学生呈现以价值观迷失、价值观偏差、价值观虚无为典型特征的“空心”表征。其主要演化环节分别为以频繁比较下的不安与自卑为特征的触发机制；由极端苛求而引发，以自我污名与否定为特点的初期表现；以意义感丧失下的焦虑和迷茫为核心的中期状态以及由负向认知驱动下的极端选择为特点的后期行为。究其原因，大学生“空心”现象的出现受个人、家庭、学校和社会等多种因素影响。因此要对“空心”大学生进行有效引导，需坚持继承性与创新性、主导性与多元性相结合等引导原则，综合运用理论教育法、心理疏导法，分层教育法等引导方法，依托高校育人阵地开展理想信念教育、转变家庭教育理念等针对性地引导举措，充盈大学生对于人生意义的理解，帮助其建立积极、正向的价值体系，为现有问题的解决提供助益。

关键词：大学生；“空心”现象；价值观；人生意义

分类号：G641

（正文共54041字，参考文献94篇）

The Phenomenon of "Hollowness" of College Students and Its Educational Guidance Research

Abstract : College students are a new force in the development of the country and shoulder the heavy responsibility of rejuvenation entrusted by history. General Secretary Xi Jinping stressed at the National Conference on Ideological and Political Work in Colleges and Universities that "cultivating students' rational and peaceful healthy mentality, strengthening humanistic care and psychological counseling, is conducive to encouraging students to integrate their personal ideals into the cause of the country and the nation." However, looking back at reality, due to the lack of values and meaning systems to support individual survival and development, some college students have a huge psychological gap and psychological void, and they are unable to effectively explain and respond to their own living conditions, and they cannot make effective plans for the direction of individual development. One of the main tasks of ideological and political education is to help college students establish correct values. The phenomenon of "hollowness" of college students is closely linked to values, so from the perspective of ideological and political education, the phenomenon of "hollowness" of college students is analyzed, with value education as the starting point, and the guidance method of ideological and political education is used to help solve this problem. The paper takes the phenomenon of "hollowing" of college students as the starting point of research, takes "why college students are 'hollowed'" as the core problem, comprehensively uses literature research methods and qualitative research methods, etc., based on real cases, and sorts out the "hollow" representation of college students with lost values, deviations in values, and nihilism of values. The main evolutionary links are the trigger mechanism characterized by uneasiness and inferiority under frequent comparisons, the initial manifestations caused by extreme harshness and characterized by self-stigma and denial, the medium-term state with anxiety and confusion under the loss of meaning as the core, and the late

behavior characterized by extreme choice driven by negative cognition. Further, the emergence of the "hollow" phenomenon of college students is affected by various factors such as individuals, families, schools and society, the physical and mental development of individuals is not synchronized, the family parenting method is unreasonable, the lack of school education and the rapid transformation of society are all important factors that lead college students to "hollowing out". Therefore, to effectively guide "hollow" college students, it is necessary to adhere to the guiding principle of combining inheritance and innovation, combining dominance with pluralism, and combining theory with practice, comprehensively using guidance methods such as theoretical education methods, psychological counseling methods, and hierarchical education methods, relying on the position of educating people in colleges and universities to carry out ideal and belief education, changing family education concepts and other targeted guidance measures, enriching college students' understanding of the meaning of life, helping them establish a positive and positive value system, and providing help for the solution of existing problems.

Keywords: College student; "Hollow" phenomenon; Values; Meaning of life

Classification: G641

目 录

绪论.....	1
一、选题意义与研究价值.....	1
(一)选题意义.....	1
(二)研究价值.....	2
二、国内外研究现状和发展动态.....	3
(一)国内研究现状.....	3
(二)国外研究现状.....	9
(三)研究现状述评.....	10
三、研究的理论基础.....	11
(一)人的全面发展理论.....	11
(二)灌输理论.....	12
(三)马斯洛需求层次理论.....	13
四、研究思路及研究方法.....	13
(一)研究思路.....	14
(二)研究方法.....	14
五、研究创新点及不足.....	15
(一)研究创新点.....	15
(二)研究不足.....	16
第一章 思想政治教育对大学生“空心”现象的引导价值.....	17
第一节 大学生“空心”现象的概念界定.....	17
一、“空心”现象.....	17
二、大学生“空心”现象及其本质.....	17
第二节 思想政治教育对大学生“空心”现象的引导必要性.....	18
一、中国梦的实现必须依靠青年的力量.....	18
二、培育和践行社会主义核心价值观的关键要求.....	18
第三节 思想政治教育对大学生“空心”现象的引导意义.....	19
一、认识自我:利于大学生积极塑造健全人格.....	19
二、正向引导:助力大学生积极树立正向价值观念.....	19
三、坚定立场:激发投身社会主义实践的内生动力.....	20
第二章 大学生“空心”现象的主要表征及演化.....	21
第一节 大学生“空心”现象的实证研究.....	21
一、访谈提纲的设计.....	21
二、抽样方法与样本来源.....	21
三、资料整理与录入.....	23

四、研究的效度与伦理问题.....	24
第二节 大学生“空心”现象的表现样态.....	25
一、价值观迷失:多元化价值困惑与内心选择飘摇性	25
二、价值观偏差:成就认可异质化与分析问题悲观性	26
三、价值观虚无:丧失生活支点与沉迷感官享乐	27
第三节 大学生“空心”现象的演化.....	29
一、触发机制:频繁比较下的不安与自卑	29
二、初期表现:极端苛求下的自我污名与否定	30
三、中期状态:意义感丧失下的焦虑和迷茫	31
四、后期行为:负向认知驱动下的极端选择	33
第三章 大学生“空心”现象的影响因素.....	35
第一节 个体层面.....	35
一、个体身心发展不同步.....	35
二、个体社会阅历不足.....	36
第二节 家庭层面.....	36
一、教养方式不当.....	36
二、代际沟通不足.....	37
第三节 学校层面.....	37
一、人际交往疏离.....	37
二、相关教育不足.....	38
三、评价方式单一.....	39
第四节 社会层面.....	39
一、社会的急速转型.....	40
二、西方社会思潮的渗透.....	40
三、网络文化的负面影响.....	41
第四章 大学生“空心”现象的教育引导路径.....	43
第一节 大学生“空心”现象的教育引导原则.....	43
一、继承性与创新性相结合.....	43
二、主导性与多样性相结合.....	44
三、理论性与实践性相结合.....	45
第二节 大学生“空心”现象的教育引导方法.....	45
一、以知促行,活用理论教育法.....	45
二、加强关爱,巧用心理疏导法.....	46
三、精准施策,妙用分层教育法.....	47
第三节 大学生“空心”现象的教育引导举措.....	48
一、坚定理想信念,激活个体成长效能.....	48
二、借力心理疏导方法,构建积极心理样态	49
三、转变家庭教育理念,营造和谐家庭氛围	50

四、依托高校育人阵地,有效施展育人功能	51
五、加强网络媒体监管,占领传播前沿阵地	53
结论.....	55
参考文献.....	56
附录 A (访谈提纲)	62

绪论

大学生是我国社会发展和民族复兴的中坚力量。在社会快速发展的当下，大学生不仅需具备扎实的专业知识和技能，还应具备坚定的理想信念、良好的心理素质和规范的道德品行。然而，“空心”现象所表现的不良样态恰恰揭示了当代大学生与发展要求和社会期盼相反的一种存在状态。通过长期的跟踪观察和深入的访谈对具有“空心”现象的大学生群体进行细致刻画，有助于更全面、客观、真实地了解大学生身心发展现状，为后续教育引导提供指导和参考。

一、选题意义与研究价值

价值观是个人在处理价值关系时所表现出来的立场、看法和态度，是个人内在思想意识的核心部分。正向价值观念不仅是追求个人幸福生活和远大理想的基础，更是促进国家、民族发展的前提条件。部分大学生群体所表现出的“空心”现象由价值观问题引发，他们由于缺乏支撑个体生存和发展的价值观与意义系统，从而出现巨大心理缺口和心理空洞，导致个体无法对自我的生存境遇进行有效解释和应对，无法对个体发展方向做出有效规划。因此，加强对“空心”大学生的引导不仅有利于帮助大学生找到价值定点，促进身心发展，还有利于他们树立远大理想，自觉肩负民族复兴大任。

（一）选题意义

习近平总书记指出“青年的价值取向决定了未来整个社会的价值取向，而青年又处在价值观形成和确立的时期，抓好这一时期的价值观养成十分重要。这就像穿衣服扣扣子一样，如果第一粒扣子扣错了，剩余的扣子都会扣错^①。”积极向上的心理样态和正向价值体系作为成长成才的基础保障，不仅有利于大学生成长，同时也关系到社会主义事业的发展。而空心现象恰恰揭示了部分大学生的实然样态与应然样态相反的现实情况。

北京大学副教授、心理健康教育与咨询中心副主任徐凯文于2016年11月对北京大学学生的心理调查发现，30.4%的学生厌恶学习或认为学习无意义；40.4%的学生认为活着无意义。对调查结果进行分析后，徐凯文提出了“空心”一词，意指由价值观缺陷所致的心理障碍，即不知道自己是谁、自己为何而活，不知道自己存在价值和意义为何^②。“空心”一词一经提出就引起并促使众多学者和教育工作者展开讨论和调研，国内外学术成果的陆续发表也进一步说明“空心”现

①青年该怎样扣好“人生第一粒扣子”[J]. 人民论坛, 2016(24):110.

② 金玉熙. 大学生“空心病”现象影响因素研究[D]. 兰州大学, 2019.

象并不仅存于北京大学，而是存在于众多的高校和大学生当中。同时，由于该现象到目前为止，仍然停留在一个描述性的概括上，缺乏明显的“因果关系”逻辑，难以清晰地锚定原因和影响因素，也在一定程度上增加了各方的应对与干预的难度。因此，为有效引导大学生“空心”现象，应积极梳理“空心”的外在表征，探究、总结其影响因素，以内在演化环节为指引，强化问题意识，提出针对性措施，为大学生树立正向的价值体系提供助益。

帮助大学生树立正确的价值观念是思想政治教育的主要内容。大学生“空心”现象与价值观紧密连接，因此从思想政治教育视角下透析大学生“空心”现象，可以利用思想政治教育的引导方法，借助思想政治教育的场域，以价值观教育为切入点，助力该问题的解决。

就目前而言，学界对于大学生“空心”现象的研究尚未形成体系。一方面，当前对“空心”现象的分析多从“自我认同”、“意义感”或“人生意义感”等角度切入，主要研究领域集中于心理学领域；另一方面，已有研究主要使用的调查方法为定量研究法，这种方法在能够在大范围中锁定主要影响因素，但难以揭示影响因素与现实问题之间的内在联系和具体演化趋势，从而也致使所提解决措施针对性较弱。因此，要揭示由价值观缺陷所引发的“空心”现象下大学生真实的存在样态，探究“空心”现象的现实表征和形成逻辑就需要增加思想政治教育角度的探讨，形成更加广泛的学术对话。

以“空心”现象为核心出发点，灵活运用文献梳理法、深度访谈法与扎根理论技术，以现实案例为基础，总结出大学生“空心”现象的具体表征和内生演化环节，以期从思想政治教育的各个环节入手提出针对性地解决措施，充盈大学生对于人生意义的理解，帮助其建立积极、正向的价值体系，为现有问题的解决提供助益。

（二）研究价值

一方面，大学生健康成长与发展是社会建设的重要一环，其心理发展状况值得社会和学界投入更多的目光；另一方面，部分大学生负面行为和极端选择的频现，也要求教育者进一步探析其成因，并提出针对性的对策，为落实“立德树人”的目标提供参考。

选取大学生“空心”现象为核心研究现象，通过长期的跟踪观察和深入的访谈，真实展现“空心”大学生的学习、生活样态，一方面有助于高校管理人员更全面、客观、真实的了解“空心”大学生的现状，明晰其演化环节和具体表征，为后续干预、引导提供指导；另一方面，有助于回应学界和社会对大学生群体的关切，为类似问题的解决提供借鉴和案例支持，助力现实问题的解决。

二、国内外研究现状和发展动态

通过梳理国内外有关“空心”现象的研究，能够更明晰“空心”现象的研究现状，为剖析大学生“空心”现象提供理论借鉴和支撑。

（一）国内研究现状

“空心”一词由北京大学副教授、心理健康康复咨询中心副主任徐凯文提出，意指“因价值缺陷所导致的心理障碍”，主要表征为：情绪低落、兴趣减退；具有强烈的孤独感和无意义感，自我认同较低，行为极度消极等。由于上述现象均来自对“北京大学”学生的实地调研，且自述学习、生活无意义的大学生人数达40.4%，因此一经提出，就引起学术界的极大关注。

围绕“空心”这一主题，学界自2016年起至2019年累计发文量达90篇，平均年发文量近23篇，且2019年到2020年呈现明显上升趋势，表明该现象受到越来越多学者的关注。但鉴于该词语提出时间尚短，且正处于探索阶段，因此本研究将在立足于徐凯文教授研究的基础上，以“空心”现象为核心，结合文本分析和citespace等可视化工具，综合梳理该主题的发展趋势。

1. 发展总趋势

为了明晰“空心”现象这一研究主题的发展总趋势，以“空心”现象、“空心”为核心关键词，借助知网可视化工具，显示该主题发文量发展趋势如图1所示。

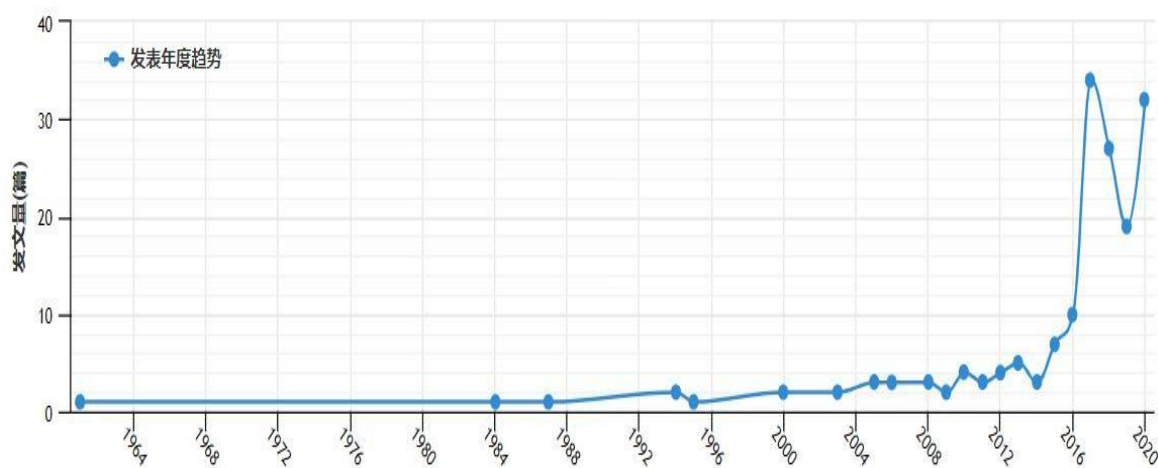


图 1-1 “空心”现象发文量发展趋势

从图 1-1 可见，关于“空心”这一概念由于 2016 年才由徐凯文详细论述，因此发文量自 2016 年才出现明显涨幅，当年发表数量为 10 篇；随着全国高校思

想政治会议的召开和大学生心理健康问题的凸显，2017 年发文量出现峰值，达 34 篇；2018—2019 年发文量呈现回落态势，分别为 27 篇和 19 篇，但即便如此，该话题也涌现了较为丰硕的研究成果，这表明“空心”现象仍受到众多学者的关注。同时，由于近一年来大学生心理问题频发以及政府、社会对于大学生心理健康发展的重视度增加，知网预估 2022 年围绕该话题的发文量将呈上升态势，这说明“空心”现象越来越受到学术界的重视，且其中仍存在众多的议题和争论值得进一步研究和探索。

2. 研究作者情况

为了明晰研究该主题的作者及其合作情况，本研究借助可视化工具对发文作者进行了进一步分析，梳理出自 2016 年起在该主题发文量≥2 的作者，情况如下所示：

表 1-1 发文数量≥2 的作者情况

序号	作者	发文频次
1	徐伟	2
2	王琪	2
3	金玉熙	2
4	郑学栋	2

从表 1-1 可知，围绕“空心”现象主题发表期刊论文等超过 2 篇的共 4 人，且 4 人分别发表数目都为 2 篇。依据文献计量学中判定核心作者的普赖斯定律 $N=0.749*\sqrt{n_{\max}}$ ，发文数≥2 才能基本被称为该领域核心作者，统计得 4 人，共发表 8 篇文章，约占总数的 4.4%，可见围绕该主题并未形成一批具有影响力的研究人员。且根据 citespace 作者间合作图谱共现发现，围绕该主题尚未建立起广泛、明显的合作研究关系。

3. 关键词分析

利用可视化工具围绕“空心”现象这一主题建立起知识图谱和共现频次，得出自 2016 年起（见图 2），“空心”现象这一主题主要以“意义感”、“心理健康”、“自我同一性”等为中心形成集中讨论区落。同时，根据频次统计可知，一方面，在研究内容上，已有研究成果多从“意义感”、“人生意义”为切入点探究“空心”现象的表征或成因等，“意义感”和“人生意义”出现总频次达 37 次。其次“心理健康”出现频次为 16 次，侧面说明“空心”现象作为一种“心理现象”对心理健康具有不可忽视的影响，对“空心”现象的探讨和研究是分析

和解决当前大学生心理问题的重要窗口。另一方面，在研究方法上，“问卷调查”一次出现 7 次，可知当前围绕“空心”现象研究的主要方法是量化研究，现有研究多通过调查数据来展开研究探讨。

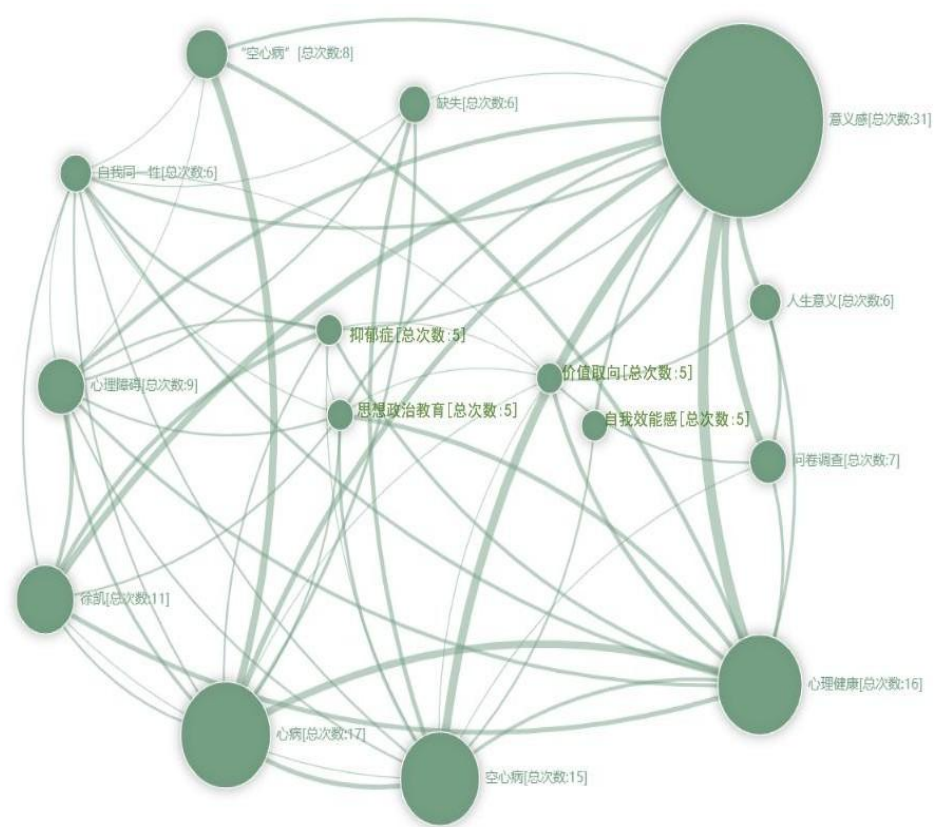


图 1-2 知网关键词知识谱系和频次统计

4. “空心”现象内涵界定

“空心”一词由徐凯文（2016）首次提出且对后来研究影响力最大，他认为“空心”现象是由“价值观缺陷所导致的心理障碍”，核心问题为不知道自己是谁、不知道自己存在的意义和价值为何^①。该定义强调，该种“心理障碍”由“价值缺陷”所引发，与“价值观”紧密相连。

与徐凯文将“空心”现象视作一种“病症”不同，胡博（2017）提出应以“空心”现象而非“空心病”来描述该种现象，原因在于“任何个体在青春期都面临着自我认同的探求和价值体系的建立”，故不能称其为“疾病”^②。刘惠军（2017）

①管健. 当代青年思维方式及认知的提升[J]. 人民论坛, 2022 (08) :32-35.
②胡博. 让信仰生长：“空心病”现象背后的教育回归问题探析[J]. 兰州教育学院学报, 2017, 33 (06) :74-75.

在总结国内外文献资料的基础上提出,“空心”现象实际由来已久,也并不独存于大学生群体中,其本质是一种“习得性无助”。吴玲(2018)从现代性视角出发,将“空心”现象界定为“青年群体因缺少支撑个体生存与发展的意义系统,而造成的精神世界贫瘠^①。”金玉熙(2019)基于对西北高校的调查研究指出,“空心现象是具备多种表现的综合性负向心理状态”,并提出应该细分其严重程度,不可一概而论为“心理障碍”^②。

总的来说,围绕“空心”现象,多数学者赞同并沿用徐凯文最初提出的将“‘空心’现象视作一种由价值观缺陷而导致的心理障碍”这一定义,如徐伟(2020)、任凤琴(2020)等;而少部分学者则更倾向于将其视为一种“不良心理状态”,如胡博(2017)、金玉熙(2019)等。

5.“空心”现象的相关表征

分析“空心”现象的表征有助于进一步认识和剖析症结,围绕“空心”现象这一主题,学术界众多学者都对其表征进行了描述和细化,其中最具有代表性的当属徐凯文(2016)的观点,他通过对长期临床心理工作经验的总结和大量的调研指出,“空心”现象主要表现为:

第一,抑郁:症状表现与抑郁症类似,表现出情绪低落、兴趣减退、快感缺乏等情境,但常规抗抑郁药物乃至电抽搐对“空心”治疗都收效甚微。

第二,孤独与无意义:伴随强烈的孤独感和无意义感。

第三,低自我评价:早期表现为迷惘和自我认同方面的问题,后期易出现自我否定和自我厌弃,且较为特殊的情况在于即使表现优异乃至获得现实意义上的成功,仍然出现非精神病症的自我否定和自我厌弃情况。

第四,外部认同:人际关系良好,但需刻意维系在他人眼中的良好形象,后期易对他人评价产生恐惧心理,继发表现为对于学习和考试的厌恶。

第五,自杀:具有自杀意念,且多以温和方式进行,但其特点在于不是想要自杀,而是不知道为何活下去^③。

崔欣玉(2018)从价值虚无主义视角出发,将“空心”现象归纳为“理想信念淡薄,缺乏自我认知;价值取向偏移^④。”金玉熙(2019)在总结已有研究的基础上,对“空心”现象的表征依照严重程度进行了等级划分,主要包括只具备

① 吴玲. 现代性视角下中国青年“空心病”的诊断与治疗[J]. 当代青年研究, 2018(1): 79-84.

② 金玉熙. 大学生“空心病”现象影响因素研究[D]. 兰州大学, 2019.

③ Paul Huang, Kaiwen Xu. Investigating the Causes and Treatments of Hollow Disease through a Dialogue between Finnish and Chinese Education[J]. Theory and practice of Psychological Counseling, 2019, 1(8).

④ 崔欣玉. 大学生“空心病”现象的反思与对策——基于价值虚无主义的视角[J]. 思想政治教育研究, 2018(3): 148-152.

缺乏意义感这一特征,其他表现积极的初级阶段;以缺乏意义感为核心表现,同时兼具孤独感、抑郁情绪、自我评价偏差的变化阶段;以出现自杀意念、自杀尝试为核心的严重阶段。

6. “空心”现象的影响因素

只有厘清“空心”现象产生的原因,才能有针对性地对“空心”现象进行引导和预防。作为“空心”现象研究的逻辑起点,探究“空心”现象的形成机理是该主题下学术界关注的热点。其中具有代表性的分析路径主要有以下四种:

第一,将“空心”现象归因于普遍存在的焦虑心理和功利主义的教育模式。如徐凯文(2016)认为“空心”现象是由社会性的焦虑和功利性的应试教育导致。刁生富、蔡士栋(2018)与徐凯文观点一致,并在徐凯文的论述上进行了进一步的阐释和分析,他们认为普遍存在的焦虑心理来源于经济结构的快速转型和日益增长的生活成本,“不拼命挣钱将被社会所淘汰”、“以社会财富占有量衡量社会地位”等观点助长大学生的焦虑心理。

第二,认为“自我同一性危机”是导致“空心”现象的关键因素。朱思施、鲁林(2017)等人认为“大学生人群中,‘空心’现象与‘我究竟是谁’、‘我将来的发展方向’联系在一起”^①,认为这部分大学生尚未找到发展方向,具备成熟的自我同一性。同时,朱思施等人还特别提出,影响大学生自我同一性发展的因素包括内部因素,如人格特征、认知发展等和外部因素,如同伴关系、主流文化等。无独有偶,汪星刚(2017)也从“自我同一性”出发,在详细阐述埃里克森“同一性理论”后,指出“如果个体在自我整合过程中出现了问题,出现同一性危机,将迷失发展方向和缺乏心理支撑,甚至产生严重的认知问题和异常行为”^②。

第三,认为“价值虚无主义”是造成“空心”现象的关键因素。崔欣玉(2018)从马克思对于人与物的关系划分出发,指出一旦“物质财富的增长与经济的发展不能为人们提供生活的目的和价值信念、不能回答人们提供对于意义世界追问时,由价值观缺陷所致的空心现象也就逐渐显现”^③。

第四,从个人自身、家庭环境、教育环境和社会环境四方面综合分析“空心”现象产生的原因。如金玉熙(2019)通过研究调查发现,在个人层面,“空心”现象的产生与大学生自我效能感较低、自身适应性较差有较大关系;在家庭层面,

① 朱思施,鲁林,文敏琳,马艺丹,涂桑.从心理学视角看大学生“空心病”现象[J].乐山师范学院学报,2017,32(04):134-140.

② 汪星刚.“空心病”下的大学生心理障碍透视[J].武汉理工大学学报(社会科学版),2017,30(05):177-181.

③ 崔欣玉.大学生“空心病”现象的反思与对策——基于价值虚无主义的视角[J].思想政治教育研究,2018(3):148-152.

父母的教养方式、父母控制等对于大学生自我评价、人生意义认知和人际交往等方面具有重要影响；在教育环境层面，学校校园环境、文化氛围等都对学生心理健康具有重要影响；在社会环境层面，多元化的社会环境影响着大学生价值观的建立。徐伟、王云峰（2020）在论述以上因素的同时，重点指出个人自身因素和家庭因素是导致“空心”现象的症结点，其通过回溯“空心”学生的成长环境，提出“造成‘空心’这一现象的实质是社会转型背景下个体情感的缺失和部分家庭教育核心功能的异化^①。”

7. “空心”现象的引导对策

对于“空心”现象防治措施的探讨是“空心”现象研究的最终落脚点。在剖析产生困境的现实原因的基础上，有针对性地提出解决问题的路径与对策是研究活动的价值体现。学术界对于“空心”现象引导和预防对策的讨论主要围绕教育主体、教育客体、教育内容、教育环境四个方面展开。

就教育主体而言，刁生富、蔡士栋（2018）认为预防和引导“空心”现象的重点就是教育者应该重视大学生思想政治建设工作，帮助学生建立支撑意义感和存在感的价值观，以价值观引领为基础，引导大学生对于自我和社会进行深入和广泛的认识。

就教育客体而言，刘惠军（2017）认为具有“空心”现象大学生首先应当打破参照他人来评判自己成功与失败的惯性思维，将目标转向对知识和现实世界的探索。朱燕菲、王云连（2018）认为“学生群体应该合理正视‘空心’现象”^②，看到隐藏在“空心”现象背后的是他们对于人生深刻问题思考的可贵与闪光之处。使出现“空心”现象的大学生能够正视自我价值，重燃对于学习和生活的信心。

就教育内容而言，主流观点以“加强理想信念教育”为总抓手。崔欣玉（2018）指出高校应开展真实有效的理想信念教育，且教育内容、教育方法要与大学生实际紧密相连，使大学生意识到社会的崇高理想和个人的人生出彩并非不切实际、毫无关联，也并非遥不可及。

关于教育环境，学术界主要分为三种观点，分别为主张加强校园环境建设、主张加强家庭环境建设，以及在兼顾前面两者的同时对营造良性的社会生态提出思路构想。杨春杰、王志强、薛冰（2017）提出，营造具有人文关怀的校园环境能够使大学生潜移默化地受到正向价值引领和校风校训熏陶，消除“空心”现象滋生的土壤，以期塑造大学生开朗向上的性格和积极乐观的心态。徐伟、王云峰

① 徐伟,王云峰.当代大学生价值观缺失与重构——基于中国高校“空心病”现象的思考[J].石家庄学院学报,2020,22(03):136-140.

② 朱燕菲,王运来,吕林海.一项针对“空心”大学生缘何“空心化”的质性研究[J].黑龙江高教研究,2018,36(10):132-138.

(2020)强调家庭环境的重要性,认为和谐、宽松、积极、向上的家庭环境能够使学生体验到关心、理解和尊重,激发出更高的情感力量,如自信、开朗等,进而促使个体朝更高的目标迈进。孙小雯、任凤琴(2020)在强调学校环境和家庭环境的重要性之外,从社会环境出发,指出“社会应该为大学生提供充足的发展空间,营造积极向上的良好氛围,放宽对于学生过于严苛的高标准,构建宽松、自由、向上、以合理期望值为支撑的良性环境”^①。

(二) 国外研究现状

通过查阅当前的国外学术研究成果和理论著作可知,虽然没有专门关于“空心”现象的研究,但存在较多相似类型和现象的研究,且主要集中于心理学领域和文学领域。

在心理学领域,国外学界将该种现象概括为“生命意义感”缺失。部分学者从积极心理学的视角出发,将人们在社会生活中出现的空虚、无价值感、无意义感等多种情境归纳为“生命意义感”的缺失。

存在主义心理学家维克多·弗兰克尔(1963)认为人类所有行为动机的根源都在于寻找和实现生命的意义。他将“个体没有意识到或不寻求自身存在的意义,从而表现出空虚、无聊等症状”定义为“存在空虚病”,并强调生命意义有助于克服以冷漠、乏味和漫无目的为特征的心灵型神经官能症,同时提出了实现生命意义的三种方法:第一,向世界提供某种创造物的方法;第二,从世界获得新体验的方法;第三,对待痛苦的态度,并主张意义治疗要从个体生活所处的环境与独特性出发,以此为依据解决“无意义”症候^②。

克伦博(1973)提出生命意义感一种目标,能够使个体具有方向感与价值感。在实现这一目标的过程中,个体有机会获得“成为有价值的人”的认同感^③。

斯特格(2009)认为如若个体认为生命是无意义的,那么他将面临无聊的生活。只有积极追寻人生意义的人,才能实现有意义的人生,获得幸福与满足。他将生命意义定义为“个体感知生命的含义与价值,并意识到自己人生的使命与目标”^④。

在文学领域,英国诗人艾略特(1925)创作了一首名为《空心人》的诗,生动地描绘了20世纪西方人面对现代文明几近崩溃的状况,即缺乏存在的意义、

① 孙小雯,任凤琴.大学生“空心病”现象归因及反思[J].湖北文理学院学报,2020,41(01):83-86.

② Frankl,V.E.(1963).Man's search for meaning[M]. New York: Washington Square Press.

③ Crumbaugh,J. C. (1973). Everything to gain: a guide to self-fulfillment through logo analysis[M]. Chicago: Nelson-hall Company.

④ Steger M F, Frazier P, Oishi S,et al. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life.[J]. Journal of Counseling Psychology,2006, 53(1): 80-93.

精神世界中充斥着空虚感和无聊感。该作品一经出版就引起巨大反响,并被译成多国文字流传海外,也引起国内学者对这一“空虚”状况的关注。无独有偶,德雷谢维奇(2016)在其著作《优秀的绵羊》中指出,当前的美国精英教育系统培养出了聪明、有才华、斗志昂扬的学生,但这些学生内心又充满焦虑、胆怯,他们极度缺乏目标感,对未来充满迷茫,擅长解决问题,却不知晓缘何为此,就如同“优秀的绵羊”^①。德雷谢维奇认为精英学校中的优秀学生所出现的不良心理状态由美国精英教育系统中的众多缺陷所共同导致,是整个社会及社会价值观对各界影响的缩影,而非学校和学生个人的问题。从应试教育到社会考评,学校逐渐遗忘了教育的初衷,默认物质的成功高于人品、尊严和幸福。在这种氛围的影响下,学生和家长默许了学校的选择,不断追求物质上的成功而缺少对于心灵成长的关注,长此以往难免陷入不良心理状态。

(三) 研究现状述评

纵观国内外相关文献研究可知,国内外学者对“空心”现象或类似现象给予了集中的关注,但二者即具有相似性,也具有明显的差异性。

首先,在概念界定上,国内“空心”现象提出者徐凯文将“空心”现象定义为“由价值观缺陷所导致的心理障碍”,将价值观与心理建立起因果联系,并指出“空心”现象五大基本表征。国内已有研究多以徐凯文的论述为基础,从即存现状和所进行的调查出发,以教育学、心理学视角切入,对该现象进行阐释,讨论的集中点多在于“‘空心’现象是一种心理障碍,还是一种不良认知状态”,对于“空心”现象背后所蕴含的价值观与心理的因果联系探究较少。而国外研究成果则多从社会特定情境出发,将“空心现象”与人生意义,乃至心理学中的神经症联系起来,并以此为切入点揭示该现象的具体表征。值得注意的是,近年来,无论是国内还是国外研究者均发现高校中的部分学生存在着“空虚、孤独、无意义”等明显的消极状态。

其次,在具体表现上,多数研究表明:“无意义感”、“较低自我认同感”等是大学生“空心”现象中主要的表现。围绕于此,还会产生孤独、抑郁等负面情绪,严重者还会出现极端行为。总体来说,大学生“空心”现象的表现具有综合性,集中呈现为多个不良状态相杂糅的表征。

最后,关于怎样引导和预防大学生“空心”现象方面的研究较为薄弱。国内外研究多在重点阐述“空心”现象表征后就路径问题进行小范围探讨。国外研究主要从心理学角度入手提出干预疗法。国内虽然从思想政治教育提出了引导和教育方法,但均未提出系统性的引导、预防措施。

^① 威廉·德雷谢维奇. 优秀的绵羊[M]. 北京:九州出版社,2016.

三、研究的理论基础

大学生“空心”现象的核心症结为价值观缺陷，外在表现为消极心理现象，其是特定时代背景下的具有综合性的教育问题。因此在研究过程中，需要借助马克思主义、思想政治教育以及心理学的相关理论作为基础，提供引导。

（一）人的全面发展理论

人的全面发展理论是马克思主义理论的核心内容，也是大学生价值观念形成的目标方向。马克思指出，全面发展是“人以一种全面的方式，也就是说，作为一个完整的人，占有自己的全面的本质，自己为自己所拥有”^①。这其中包括人的需要、能力、个性、社会关系的全面发展。价值观的形成是促进大学生全面发展的重要一环，是大学生成才的第一颗应“扣好的第一颗扣子”。面对以“价值观缺陷和意义感丧失”为核心特征的“空心”大学生，对其进行正向的价值观引导，有助于他们树立合适的价值目标，实现全面发展。

第一，人的需要的全面发展。马克思认为需要是人全部生命活动的内在动力与依据。其中生存需要是人最基本的需要，同时人的每次需要得到满足后，新的需要就会出现，而新的需要的出现又会引发新的实践。人们在基本的物质生活得到满足后，会涌现出对于更美好生活的向往，这种向往不仅包括物质需求的提高，更包括精神层面的提高，人们更加关注个人的发展以及个人才智、艺术和潜能的发挥。“空心”大学生群体中时常出现“我成长的意义为何？”、“我应该如何找到人生意义”的诘问。在物质社会的高速发展和独生子女政策的影响下，他们的生存需求得到了较好的满足，因此自然地追求着更高层次的发展。

第二，人的能力的全面发展。人的能力的全面发展是人的全面发展的根本表现，其主要形式是实践活动，包括人类改造自然、改造社会、改造人本身的活动。马克思主义认为，“全面发展的个人就是使自己先天和后天各种能力都得到自由发展的个人^②。”人的体力、智力、心理发展状况等都是人的能力发展的重要内容。因此，培育积极的价值观念和意志品质，有助于正向发挥人的潜能，助力个体健康成长。

第三，人的个性的全面发展。人的个性不仅是人的本质力量的体现，更展现着人的自主性发展和独特性的发展，体现着人对自我活动的调配和控制，让人能够根据自己的喜好和兴趣自由地安排自己的活动和生活。自由个性包括自律性，

① 马克思. 1844 年经济学哲学手稿[M]. 北京: 人民出版社, 2014: 11.

② 韩庆祥、亢安毅. 马克思开辟的道路——人的全面发展研究[M]. 北京: 人民出版社, 2005: 141.

自由性,独立自主性和独创性。“空心”大学生在成长的过程中,对展现自身独特性的需要越来越强烈,因此他们渴望寻找到“与众不同”之处。马克思主义关于人的个性的全面发展理论为认识“空心”大学生提供切口。

第四,人的社会关系的全面发展。马克思指出,“人的本质是一切社会关系的总和^①。”意即人不能脱离社会而存在。人的社会关系形成于各类交往实践,包括经济关系、政治关系等,是人全面发展的重要组成部分。同时,随着人类社会的发展和交往范围的不断扩大,人与人之间的关系也逐渐深化。对马克思主义关于人的社会关系的全面发展进行深入探究,为解读“空心”大学生表现出“强烈的孤独感”、倾向于“自我隐蔽”提供视角。

(二) 灌输理论

“灌输”一词有输送、传授的含义,即系统地向他人灌输和传递某种先进的思想观念和科学知识,不断提高他人的思想内涵。思想政治教育灌输理论主要指在无产阶级的领导下,对人民群众进行马克思主义科学世界观和方法论的相关教育,从而有效增强教育客体的政治觉悟与阶级觉悟^②。它既是思想政治教育的直接理论依据,也是长期开展思想政治教育的主要方式。

大学生的思想政治教育是把学生培育成社会主义合格接班人的教育,科学认识和合理利用灌输理论对大学生树立正向价值观念,构建意义系统具有重要影响。

首先,大学生价值观并非自发形成的。列宁曾指出先进的思想体系不可能不学而知、自发形成,只有通过学习、教育和实践,群众才能掌握科学的世界观和方法论^③。“空心”大学生的核心特征是缺乏支撑个体生存和发展的价值观和意义系统,灌输理论有助于向大学生传递主流的社会价值观念,提供正向引导,将社会价值要求、道德规范等转化为个体的思想行为表现,实现个人与社会的良性互动,从而为个体发展指明前进方向。

其次,当代大学生价值观的形成是一个十分复杂的过程,存在许多矛盾。当代大学生价值观形成和灌输理论的决定性因素是其固有的基本矛盾。当代大学生价值观形成的主要矛盾是 society 对大学生思想道德观念的要求和大学生实际思想道德水平之间的矛盾,这一矛盾贯穿于大学生价值观形成的全过程。灌输理论与之相贴合,都表现为社会的思想道德要求和大学生自身的思想道德状况之间的矛盾。“空心”大学生存在价值观迷失、价值观偏差、价值观虚无等特征,与社会要求相去较远。因此,要有效弥合“空心”大学生与社会要求之间的差距,就需

① 马克思恩格斯选集(第1卷)[M].北京:人民出版社,2012:18.

② 郑永廷.思想政治教育学原理[M].北京:高等教育出版社,2019:15.

③ 孙来斌.列宁灌输理论的当代价值证明[J].思想理论教育,2020(03):27-33.

要以“灌输理论”为桥梁,发挥其效用,以社会主义核心价值观、社会主义核心价值观体系等为主要内容的理想信念教育作为核心内容,有利于解决“空心”大学生的价值取向的问题,帮助他们树立正向价值观念和人生意义系统。

(三) 马斯洛需求层次理论

美国心理学家马斯洛认为人的成长发展受内在需求驱动,从低到高依次递进,在满足较低的需求后,较高的需求相继产生^①。其理论以金字塔模型形象地将人的需求依次分为生理、安全、社交、尊重和自我实现五个阶段,不同层次的需求又形成了人实践活动的内在动机,从而促使人朝着更高方向前进。主要内容如下:

第一,生理需求。生理需求被认为是最基本的需求,意即维持个体的生存需要,包括呼吸、饮食等最原始和低阶的要求。第二,安全需求。安全需求指个人的安全能够得到有效保障,避免事业、财产等受到损害。第三,以归属与爱为核心的社交需求。该需求包括友爱的需要以及归属地需要,即与伙伴、朋友、同事等建立良好的情感联结,并让自己归属于一个群体或组织,相互关爱、彼此照顾。第四,尊重需求。尊重需求即包括对于自我价值和成就的内部尊重,也包括他人认可的外部尊重,集中表现为个人对于成就、社会地位、他人认可的渴求和需要。第五,自我实现的需求。自我实现的需求是最高需求,指个体将自我潜力最大化,以达到自己的目标和理想,并逐渐实现自我预期。

随着经济与技术的快速发展,大学生在物质与精神层面的需要也发生了变化。多元价值观的涌入、基础教育对于学科成绩的强调和心理健康的关注缺失、学生身心发展不同步等使学生在进行如大学后难以形成建立正向的自我认知、价值观念和支撑个人成长发展的人生意义系统,精神世界匮乏。同时,在具备较好的生活条件和教育资源,物质需求基本得到满足时,他们普遍开始追求他人认可、个人价值实现等更高层次需求的满足,但在不同价值震荡等因素的影响下,他们往往走向困惑和迷失,出现价值层面的“空心”现象,继而影响学习和生活。

四、研究思路及研究方法

以问题导向的思维开展学术研究,能够保证该问题的研究过程落地,保证所研究的问题得到有效解决。本研究以大学生“空心”现象为研究起点,以“大学生缘何出现‘空心’现象”作为核心问题,综合运用文献研究法、问卷调查法和质性研究方法,以期为大学生培养理性平和的心态和积极正向的价值体系提供参考和助益。

① [美]亚伯拉罕·马斯洛. 动机与人格[M]. 许金声译. 北京:中国人民大学出版社, 2007: 58.

（一）研究思路

研究以大学生“空心”现象为主题，进行深入的探讨。利用各类文献数据库和citespace文献数据工具，深入分析国内外“空心”现象的研究成果，明晰“空心”现象的基本概念、现实表征、影响因素等。使用量表对大学生群体进行筛查，一方面防止研究对象扩大化，另一方面找到具有典型性的访谈样本。通过与具有“空心”现象的大学生一对一访谈，总结大学生“空心”现象的表现样态、演化过程、影响因素，并提出针对性教育引导措施。

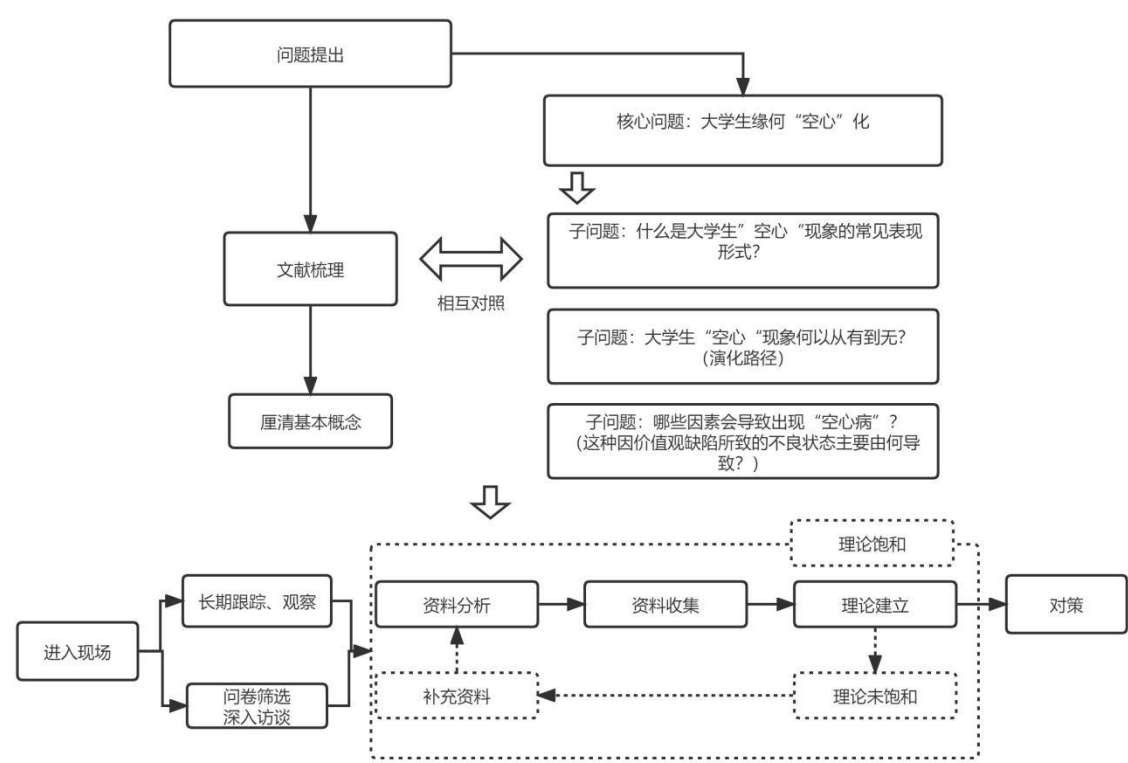


图 1-3 研究思路

（二）研究方法

文章综合运用文献研究方法、质性研究方法等，从理论与实际双向发力，为梳理和明晰大学生“空心”现象提供支撑。

1. 文献研究方法

对于相关文献的分析有利于把握研究现状及发展态势，为之后的质性研究提供理论基础，同时，基于客观视角而言，个案研究大都带有主观色彩，因此为补

充上述缺陷,同时引入文献研究法。通过收集国内外有关大学生“空心”现象的相关文献并对其进行归纳分析,一方面,有助于从整体上把握大学生“空心”现象的表征、影响因素、发展趋势以及相关调研成果,另一方面,也有利于对质性研究所获得的资料提供理论对照,以便筛选出更能反映问题的部分,为研究的最终成型提供了充足的理论支撑。

2. 质性研究方法

质性研究法是“以研究者自身为研究工具,利用多种资料收集方法,对研究现象进行全面、深入探究,通过与研究对象互动形成一手资料,从而得出结论和理论的研究方法^①。”论文采取质性研究方法的原因主要在于:一方面,现有研究多采用定量研究方法对大学生“空心”现象进行分析,集中于该现象的外在表征和影响因素分析,但在大范围中确立影响因素后,需要对影响因素如何作用于大学生,从而使“空心”从无到有,及其内生演化趋势等问题进行进一步探究,而质性研究恰好能弥补这部分的不足。另一方面,出现“空心”现象的大学生具有较强的心理防御性,因此难以了解他们生活和学习的真实样态,而质性研究强调研究者深入社会现象中,继而为研究者走近研究对象提供了良好的契机。论文通过与典型学生进行深度访谈收集大量感性资料,并运用扎根理论技术对资料进行整合和逐级编码,提炼敏感性概念,合并、归类形成初步理论架构。

3. 量化研究方法

关于访谈对象的选取有一个研究必须面对的问题,即如何确定访谈被试为具有“空心”状态的学生。为了避免对象扩大化,选取典型的“空心化”学生,在进入研究现场选取访谈对象时,需要对访谈对象进行初步的问卷测量,其中问卷选取 Ochse 编制的自我认同感量表(SIS)、Steger 编制的人生意义问卷(MLQ)等作为主要测量工具,以确定被试样本的“空心”情况,为下一步研究奠定基础。

五、研究创新点及不足

文章从思想政治教育新视角切入,聚焦于大学生“空心”现象的中心即价值观问题,将文献研究与典型案例分析相结合,以期能够真实复现大学生“空心”现象的真实样态和演化环节。

(一) 研究创新点

通过对 CNKI 文献进行检索分析可知,对大学生“空心”现象的研究多从心

^① 陈向明. 质的研究方法与社会科学研究[M]. 北京: 教育科学出版社, 2006.

理学等分析视角入手,且现有研究对大学生“空心”现象演化环节的回应与探究较少,从思想政治教育视域出发对于该现象的关注度不足。研究从价值观出发,聚焦大学生缘何“空心化”这一核心问题,围绕大学生“空心”现象的表现样态,大学生“空心”现象何以从无到有以及大学生“空心”现象的影响因素为何三个子问题,进一步对该现象进行梳理和剖析,以形成客观、系统地了解,并据此针对性提出引导原则,引导方法和引导措施,为弥补大学生“内心空洞”提供更广阔的思考空间。

同时,现有研究主要以定量研究作为研究手段,较少进行微观分析和深入解构。论文将文献研究与实证研究相结合、个案研究与理论推演相结合,试图在文献梳理的基础上,以质性研究为主要研究方法,通过与典型学生进行深度访谈收集大量感性资料,综合运用扎根理论技术对资料进行整合和逐级编码,提炼敏感性概念,合并、归类形成初步理论架构。力求真实复现和透视“空心”现象下大学生的真实心理样态与演化环节,寻找关键影响因素,为现有问题的解决提供参考和借鉴。

(二) 研究不足

一方面,相关外文文献较少。与论文主题相关的外文文献较少,收集难度大,因此需要不断提升文献收集能力,运用多种途径查阅、收集相关文献。

另一方面,质性研究方法对于研究者而言属于一种新的研究方法,因此研究者仍处于学习和探索阶段,对于访谈资料的归类、有效信息提取、编码和形成类属等存在着许多处理上的不足。受访谈时间、物力、人力等诸多因素的限制,前期调查尚未纳入足量的访谈样本,这也在一定程度上限制了研究的解释范围。

第一章 思想政治教育对大学生“空心”现象的引导价值

价值观和人生意义系统奠定了人的心理基础，指导人的思想和行为，在促进个人成长成才和促进社会稳定发展中都发挥着举足轻重的作用。而价值引领是思想政治教育学科的鲜明标识，其在长期的教育实践形成了完整、系统、多样化的内容和方法，有利于切实提高“空心”大学生对于价值教育的接受度和积极性，帮助“空心”大学生建立起正向的价值体系。

第一节 大学生“空心”现象的概念界定

已有研究对“空心”现象的概念存在着争议，徐凯文为代表的一批学者认为其为“由有价值观缺陷而导致的心理障碍”，本质为价值观缺陷，而以朱燕菲为代表的另外的学者则认为“空心”现象更像一种由价值观偏差、缺陷等而导致的一种不良状态，本研究认为因为“空心”并非不可防、不可治，且因其逻辑起点在于价值观，更像一种特定时代背景下的教育问题。

一、“空心”现象

根据《现代汉语词典》“空心”主要是指物体内部是空的，借鉴“空心”现象提出者徐凯文的定义，本研究将“空心”现象定义为缺乏支撑个体生存和发展的价值观与意义系统，导致个体出现巨大心理缺口和心理空洞，无法对自我的生存境遇进行有效解释和应对，无法对个体发展方向做出有效规划和努力的状态，其本质是价值观缺陷。“空心”现象并非是一种依靠临床诊断和药物治疗的心理问题，而是在特定的时代背景和时间段下涌现的一类教育现象。

二、大学生“空心”现象及其本质

“大学生”意指正在接受基础高等教育和专业高等教育还未毕业或受过高等教育已经毕业走进社会的一群人。大学生“空心”现象是指此类“空心”现象集中于大学阶段爆发，因此主要研究场域和研究主体为高等院校学生。在拥有良好学习资源、较好的物质条件、完善的校园生活保障之下，大学生展现出的消极认知与负向心理现象。外在表现初期为情绪低落，兴趣减退、追求外部认同、具有强烈的孤独感和无意义感，后期常表现为自我污名和厌弃等。

大学生“空心”现象的本质为价值观缺陷。价值观是个人对客观事物及对自己行为结果的意义、作用、效果和重要性的总体评价，是推动并指引个人采取决定和行动的原则、标准，是个体个性心理结构的核心因素之一。大学生由于价值观缺陷，无法找到个人生存与发展的价值定点和人生意义，无法与社会正向价值

观念保持一致,集中呈现为价值观迷失、价值观偏差、价值观虚无,即不知道自己是谁、不知道自己为何而活、不知道自己的存在价值和意义为何。

第二节 思想政治教育对大学生“空心”现象的引导必要性

大学生是祖国的未来与希望,肩负着时代的重任。积极引导“空心”大学生填补内心空洞,树立正确的价值观和正向的人生意义系统是推动大学生自觉承担时代重任,成为国家建设者和接班人的基本前提。

一、中国梦的实现必须依靠青年的力量

实现中国特色社会主义伟大事业必须依靠青年力量。习近平总书记指出:“国家的前途、民族的希望就在于青年一代。”^①当前我们正处于实现中华民族伟大复兴中国梦的黄金时期,该阶段更需要广大青年的力量。青年是最具活力,最具创造力的人,因此,青年理想远大、目标坚定,中国梦就会有坚固的思想基础;青年奋发有为、敢于担当,中国梦就会有源源不断的力量。

青年正处于价值观形成的关键时期,抓好这一时期的价值培养十分必要。青年时期价值观的养成好比“穿衣服扣扣子”,如果第一粒扣子扣错了,剩下的扣子都会扣错^②。因此必须以社会主义价值观进行正确引导,不断使青年为祖国建设贡献力量。

二、培育和践行社会主义核心价值观的关键要求

青年作为未来事业的接班人,其价值观正确与否直接关系到国家的前途和命运。因而引导大学生树立社会主义核心价值观,对化解价值困惑,凝聚社会共识,彰显价值观“最大公约数”具有重要意义。世界百年未有的大变局使得文化交流、交融、交锋日益频繁,价值观念碰撞日益激烈,不仅造成人们的价值观混乱,增加了价值判断和价值选择的难度,还使得一些西方国家企图通过西化、分化战略,诱导人们放弃本民族的精神认同,以西方文化精神为根本遵循。在这种情况下,如何提高人们对于中华民族精神和核心价值观的认同是我们亟需解决的重大问题。青年正处于价值观形成的关键时期,易受到不良思想的影响,出现价值观念模糊、价值虚无等问题,因此加强对青年价值观的引领,具有重要意义。

①艾楚君,陈佳.习近平关于青年工作重要论述的时代价值[J].河海大学学报(哲学社会科学版),2022,24(01):11-18+109.

②吴云志,于洋.习近平青年理想信念重要论述的三重维度[J].青海社会科学,2020(01):20-24.

第三节 思想政治教育对大学生“空心”现象的引导意义

思想政治教育以价值观教育作为主要内容,有利于帮助大学生认识自我,塑造健全人格,坚定理想信念,与国家发展同向同行。

一、认识自我:利于大学生积极塑造健全人格

人格是个体在社会化过程中形成的具备独特性、稳定性的身心组织。大学生健全的人格是正确认识自我的前提,正确看待个人与他人,个人与社会关系的基石。而具有“空心”现象的大学生既无法客观认知自己,也无法客观面对他人评价,表现出较低的社会适应性,无法对个人生活境遇作出有效应对、对个人发展作出合理的规划等,而这些都是缺乏稳定的人格特质的显著表现。

思想政治教育的重要功能就在于塑造个体健全的人格,它一方面通过向教育客体讲授马克思主义理论,进行认知教育,帮助教育客体形成客观的认知和健康的心理品质,明确自己的历史任务和社会责任,充分发挥潜能,实现自我发展和自我完善。另一方面,思想政治教育有利于大学生形成崇高的精神境界。马克思主义指出,人的社会性决定了人是一种超越性存在。思想政治教育引导学生不仅重视物质需求,更应注重精神境界的升华。基于大学生场域,就是要引导大学生以更加开阔的视角和平和、理性的心态反思自己与他人,欣赏自己、他人,客观看待个人发展与社会发展的关系,从而有利于大学生从客观角度分析自己的优劣势,扭转较低自我认同,制定出个人发展的合理规划,在情感与理性的平衡总找到生存与发展的意义。

二、正向引导:助力大学生积极树立正向价值观念

价值观是人们对客观事物以及自己行为结果的总体评价,是对“什么是好,什么是应该”的总体看法。大学生“空心”现象表现为由价值观缺陷引起的一系列消极认知和负向行为。因此,要对大学生“空心”现象进行干预和引导教育,就应在大学生群体间树立起正向的价值引导,指明前进方向。

价值引领是思想政治教育学科的鲜明标识,思想政治教育内容彰显着价值引领之“价值”为何,思想政治教育方法则体现了价值引领之“引领”何为^①。

一方面,思想政治教育以理想信念教育为主要内容,有利于正向价值观念入脑入心。不仅帮助大学生指明发展方向和实践途径,还有利于大学生在多元价值冲击下找到支撑点,正确对待不同文化。另一方面,思想政治教育为大学生树立正向价值观念提供方法和载体。经过长期的实践,思想政治教育已经形成了一套

^① 代玉启,罗琳.价值引领:思想政治教育学的重要范畴[J].思想政治教育研究,2021,37(05):23-28.

较为完善、系统、成熟的教学体系。教育者可以借助各种媒介,采取灵活多样、新颖有趣的教学方法,通过线上、线下形式多样化的活动,提高大学生对于价值教育的接受度,使教育对象能将教育内容内化于心、外化于行,建立起正向的价值体系。

三、坚定立场:激发投身社会主义实践的内生动力

党的十九大的召开,标志中国特色社会主义事业迈入新的发展阶段。大学生作为肩负民族复兴重任的新生力量,在促进社会进步,赓续民族血脉方面发挥着举足轻重的作用。因此大学生能否积极响应“中国梦”这一重大的时代课题,把自身成长、成才自觉融入社会主义实践之中,都关系到“中国梦”的实现。这也就要求大学生具有社会认同感、民族认同感,具备为社会服务、国家奉献的价值支撑和内生动力。

而具有“空心”现象的大学生最显著的表征为内心空洞,缺乏支撑个人积极行为的价值观和意义系统,无法良好处理个人与社会的关系,因此,或难以唤起个体参与社会主义实践的积极性,或使个体社会主义实践效果大打折扣。

立足思想政治教育角度探讨和剖析大学生“空心”现象,提出系统性引导和教育措施迫在眉睫。一方面,思想政治教育将中国长期以来革命、改革、建设的历史融入日常课程教育之中,增强了大学生对于历史文化的了解,有利于培育民族精神,激发爱国情怀,将大学生潜在的思想力量转化为自觉的行动追求;另一方面,思想政治教育以马克思主义理论、习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,以历史和现实的双重视角明确了大学生群体的历史使命,为新时代大学生融入中国特色社会主义实践提供方向、指明路径。

第二章 大学生“空心”现象的主要表征及演化

明晰大学生“空心”现象的主要表征和演化环节有利于进一步剖析大学生“空心”现象的产生原因,从而提出具有针对性和实效性的教育引导措施,助力“空心”大学生树立正向价值观念和人生意义系统。通过观察、访谈,大学生“空心”现象集中表现为价值观迷失、价值观偏差和价值观虚无,具备以自卑、不安为核心表现的触发环节、自我污名和否定为特征的初期表现、以意义感丧失下的焦虑和迷茫为核心样态的中期状态以及后期走向负向选择为主要表现的演化环节。

第一节 大学生“空心”现象的实证研究

研究围绕大学生缘何“空心化”的核心问题,结合初始阶段的观察笔记、文献整理,以及相关调研等公布的有关“空心”现象的调查结果为参照,以自我认同感量表(sis)和中文人生意义问卷(c-mlq)等为基础,将取值均低于平均值和中国测量常模的大学生作为进一步访谈对象,在不断梳理、对照、分析访谈记录,调查笔记等建立类属关系,形成基础调查结果。

一、访谈提纲的设计

访谈主要围绕核心问题大学生群体缘何“空心化”展开,下设“什么是‘空心’现象的常见表现形式”、“‘空心’现象何以从无到有”,“‘空心’现象的影响因素”三个子问题。基础访谈提纲围绕价值观、个人成长经历、近期学习生活状态3方面展开,共计23个基本问题。

二、抽样方法与样本来源

质性研究采取的是目的性抽样的方法,即抽取那些能够为本研究问题提供最大信息量的样本。因此为了找到典型被试,本研究将研究现场选择在大学生负面情绪抒发小组——“985废物引进计划小组”及其下设私密小组“985真实树洞小组”。一方面,对该小组人员身份进行核查时,显示该小组成员确以高校学生为主;另一方面,利用数据爬虫工具对该小组讨论内容进行抓取时,发现该小组成员较多提及负面情绪词和负向选择。因此,在该小组中更有可能存在典型被试。

同时,为了在避免研究对象扩大化的情况下,更好的确定具有“空心现象”的访谈被试,在访谈开始前,结合初始阶段的观察笔记、文献整理,以及相关调研等公布的有关“空心”现象的调查结果为参照,以调查问卷形式对可能性对象进行初步筛选。问卷设计最后参考自我认同感量表(SIS)和中文人生意义问卷(C-MLQ)等,并将取值定位为各方面测量均低于平均值和中国测量常模的大学

生作为进一步访谈对象，最终确定实际访谈对象为 9 人。

表 3-1 访谈对象基本信息

受 访 者	年 级	性 别	学 科	前测得分情况	备 注
FA1	大二	女	理 学 工科	SDS (0. 552) ;SIS (44) ;MLQ (3. 12)	挂科、“想要退学”。父母均为教师
FA2	大一	女	理 学 工科	SDS (0. 515) ;SIS (43) ;MLQ (3. 34)	课业难以跟上。父 母 均 为 公 职 人 员
FA3	大四	女	人 文 社科	SDS (0. 573) ;SIS (41) ;MLQ (3. 01)	延毕一年半，现居住在家。父亲为公职人员，母亲为商人
FA4	大二	女	理 学 工科	SDS (0. 532) ;SIS (45) ;MLQ (3. 28)	自述学习无意义，课余打游戏为主。父母为商人
MB1	大三	男	人 文 社科	SDS (0. 521) ;SIS (45) ;MLQ (3. 41)	出国考试失利，想要延毕，父母均为国企职工
MB2	大三	男	理 学 工科	SDS (0. 547) ;SIS (43) ;MLQ (2. 72)	退学在家，父亲为医务人员，母亲为公司职员
MB3	大二	男	人 文 社科	SDS (0. 518) ;SIS (45) ;MLQ (3. 38)	“十分焦虑，难以入睡”，父母均为技术人员
MB4	大三	男	人 文 社科	SDS (0. 577) ;SIS (44) ;MLQ (2. 97)	曾有自杀尝试，现休学在家，父亲为商人，母亲为技术工人
MB5	大四	男	理 工 学科	SDS (0. 524) ;SIS (43) ;MLQ (3. 41)	“为实验煎熬，想放弃毕业”，父母均为农民

三、资料整理与录入

本研究共获取研究资料 7 万余字，包括前期观察日志，访谈录音转稿，微信、豆瓣等聊天记录。在研究初始阶段，首先，反复阅读和梳理观察日志和原始资料，尤其对访谈记录进行细致的整理，并思考不同被试对象访谈内容的关联性，为后续资料编码奠定基础。其次，对访谈内容进行编码操作。该阶段一方面，主要利用扎根理论技术对 9 位访谈对象的访谈资料进行逐句、逐行、逐字的整理，寻找概念类属，提取关键词，形成“不知道该怎么做，找不到方向”、“他人认可比自己认可更重要”等开放式编码，再对开放式编码归类和筛选形成如“从众”等主轴编码，最后对主轴编码语义进行相似性归类凝练，形成选择编码。另一方面，将观察记录等另一部分原始资料重复以上操作步骤，使两次编码相互验证、补充，直至能够建立起较为完整的类属关系。

表 3-1 部分编码摘取

开放式编码	主轴式编码	选择编码
“不知道该做什么，大家都说好应该就是好的吧”、“同学们都加入社团，我也应该加入”、“不知道该怎么，找不到方向”、“外界有太多声音在我耳边，所以我一直都像掰玉米的猴子”、“不知道该怎么办，干脆随心所欲”	随波逐流，从众习惯被安排，但易随外界意见左右摇摆 找不到学习和生活的支点	内心选择的飘摇性
“竞选失利告诉我，我就是个废物”，“我没有办法面对考试，活着真的好累啊”“社会不是为废物准备的”、“自己做什么都没有用”、“废物只能躺平任嘲，活成废物的样子”	无限拔高负面心理和负面行为的意义 没有取得完美分数、获得赞扬、取得某方面的成功 等同于“我是废物” 对个人未来发展没有信心	问题分析的悲观性
“习惯和舍友对比获得安全感”、“被同学超越让我无法认同自己”、“虽然大家都在说学习知识是自己的，可是只有高分和高绩点才让我觉得学习有价值”、“希望获得他人的认可”、“他人认可比自己认可更重要”、“想要不断获得肯定”	以外在标准衡量学业成就 以同伴比较衡量学业成就 重视他人认可超过自我认可 需要不断获得外在肯定	成就认可异质化

四、研究的效度与伦理问题

效度指的是一个描述、结论、说明、解释或其他描述的准确性和可信度。质性研究中的“效度”指的是研究结果能否真实反映研究人员在研究过程中保持研究问题、研究方法与研究活动的一致性，其本质是为了评价研究报告与研究过程的相符性。

本研究为了避免“研究者偏差”、“被研究偏差”等效度威胁，确保研究结果的可靠性，一方面尽可能收集与研究中心问题相关的原始资料，深入调查现场，增加与被试者的沟通了解，丰富调查资料，同时积极提高研究者自身研究素养，

阅读质性研究方法等相关书籍,保持头脑清醒、理性思考,立足于材料本身;另一方面,将本研究中观察所得到的资料与访谈所得到的资料进行比对,进行最大限度确保真实性、可靠性。

伦理问题是研究过程中不可避免的问题。面对具有消极认知的大学生“空心”群体更应该注重研究伦理,尽可能创设令他们感到受尊重、安全、自在的氛围。一方面,做好隐私保护。在访谈开始前,研究者首先介绍此次研究主题和研究目的,并向被试者说明研究结果的匿名性和保密性,在被试者同意开展访谈后对访谈进行记录和留存;另一方面,充分尊重被试者意愿。访谈开始前,访谈时间、地点的选择上充分尊重被试者意愿,同时在访谈过程中,被试者拥有随时中止、退出访谈的权利,并在访谈结束后对被试者表示感谢。

第二节 大学生“空心”现象的表现样态

根据长期的观察以及与典型大学生访谈等,以价值观缺陷为主要特征的大学生“空心”现象集中表现为价值观迷失、价值观偏差和价值观失落。

一、价值观迷失:多元化价值困惑与内心选择飘摇性

大学生价值观迷失意指大学生在面对多重价值观时无法做出选择,从而无法找到支撑个人行为的价值体系和解释逻辑,走向飘摇。

一方面,改革开放后,中国社会积极广泛与其他国家、民族进行交往,吸收他国优秀文化的同时,也不可避免地受到西方现代性、后现代性思潮的渗透,形成了“一元主导,多元共存”的文化镜像。这种涌入的西方式思潮嵌入大学生的日常生活场景中,打造出娱乐化、消费化、虚无化的网络社会,在好奇心理、从众心理等驱动下,大学生很容易接受其所提供的价值观念和生活方式。然而,时代的快速发展与网络社会的迅速迭代,使得一种思潮和价值观念尚未落地,就迅速被另一种思潮盖过,大学生在接受一种价值观念作为自己的行为支撑和逻辑起点后,新的价值观念和生活方式又被推到他们眼前。这样的状况不仅使大学生在进行价值选择时拥有了更多的参照,也导致了价值震荡和价值冲突,给正处于价值观构建期的大学生造成了价值观选择的困惑与迷茫。

另一方面,大学阶段是人生发展的关键期,大学生在构建自身认知体系的同时需要接受社会的学习任务及考核,这也就要求大学生完成从高中到大学再到社会的三重转换,迅速适应自己的新角色和新身份,搭建起个人认知体系,找到个人的发展方向。因此,“空心化”大学生塑造个人价值观之时,面对多种价值观的夹击,他们也无法真切识别各类价值观的优劣,从而表现出明显的“随大流”倾向,跟随“大流”的摇摆而摇摆。而这种“大流”既无法回应大学生对于选择的疑问,也无法真正的引导他们现实生活,反而使他们停留于一种似是而非的“漂

浮”状态中。

*受访者 MB2: 为什么要躺平、及时行乐不能是一种人生价值的选择? 我想要自由得过自己的人生。

访问者: 什么样的人生是你想要的呢? 可以聊聊吗?

受访者: (沉默) 说实话, 我也不知道, 我很多时候也搞不清楚什么才是我最想要的。有时候会觉得网上一些说法很有道理, 身边的朋友也都很认可。但是过了一段时间新的说法出来, 我又开始否认自己选择, 一阵一阵的, 所以我也觉得自己很迷茫, 我不知道什么是对的。

(来自 2020 年 11 月 9 日与受访者 MB2 的访谈)

同时受访者 MB2 并非是首次遭遇这样的困惑, 从几个月前他的留言中也可以看到这种疑惑和迷茫并未随着成长而减轻, 而是随着社会的思潮被推着向前走, 难以建立起自己的价值系统和行为逻辑。如“内卷是我的宿命吗?”、“放弃内卷后我又该何去何从?”

二、价值观偏差: 成就认可异质化与分析问题悲观性

具有“空心”现象的大学生表现出以成就认可异质化和极强的悲观心理为主要样态的价值观偏差。根据马斯洛需求层次理论, 人的需求逐步逐级递增, 当较低需求得到满足后, 对更高层次需求的追求会转化为行动的直接动力, 其中最高层次的需求为自我实现的需求, 即一种自我完善和完成的欲望。

当代大学生生活与成长在中国经济快速发展的时期, 且受生育政策的影响, 绝大多数大学生为独生子女, 因此他们并不需要为衣食住行而担心, 甚至多数人享受着相对较好的生活、教育资源, 在这样的情况下大学生开始追求个人价值的实现, 渴望塑造“更好”甚至“完美”的自己。但是在这个过程中“空心化”大学生成就认可内涵发生极大误化, 更多转化为消极、异质化的理解。

一方面, 具备“空心”现象的大学生认为获得考试、竞赛的胜利才是成就认可最重要的表征。这种想法使他们全身心地投入到“第一”、“冠军”的追逐赛中, 无暇关注内在自我能力、心理素质等提升。

*受访者 MB1: 老实说, 高考结束后的那个晚上吃完庆祝的晚饭独自走在街上 我并没有像想象中一样感到高兴反而觉得自己的人生已经完全没有目标了, 我感觉我好像什么也没有得到。直到现在, 我依旧不知道我为了什么而读大学。

(来自 2020 年 10 月 22 日与受访者 MB1 的访谈)

另一方面, 在竞争中, 具有“空心”问题的大学生对他人的认可远远高于自

我认可,进而形成对失败的“零容忍”,需要持续不断地从外界获得正向评价以维护对自己的认可度^①。因此,他们往往外在表现出完美主义和谨小慎微,即难以接受自己的失误与差错,又担心、害怕失误和差错被他人察觉。

在对 MB3 的观察中,他曾留言“我一直十分焦虑,压力也很大,总是担心万一做错怎么办?”

(摘自 2020 年 9 月 17 日于“985 废物小组”所得观察笔记,观察对象为 MB3)

同时,在与 FA1 的访谈中,也出现了该现象,“每拿到一个好成绩,我很难有持续的成就感,当然当下是开心的,但更多的是如释重负,我感觉我可以给我妈一个交代,但是第二天我又会开始恐惧,因为一个任务结束后意味着下一个任务来了,我不想被老师、父母、朋友看到失败的样子,不知道这种闯关的日子设什么时候结束,说实话我已经很累了。”

(摘自 2020 年 9 月 25 日与受访者 FA1 的访谈)

在激烈的竞争环境和误认的成就认可下,“空心”大学生变现出显著的悲观性。他们极易因为挫折就一蹶不振,陷入强烈的自我否定中,无限拔高该事件和该行为的负面意义。同时,由于他们害怕失败,较易出现逃避行为,出现自行罢黜个人努力、奋斗的意义等。

如“努力、奋斗无用,都是安慰废物的托词”

(摘自 2020 年 9 月 18 日于“985 废物小组”所得观察笔记,观察对象为 MB4)

“如果我千辛万苦去争取一个结果,但是我失败了,不是更加让别人看轻我,向大家展示废物的样子吗?我时常觉得我不够聪明,没有天赋,小事我都失败了,又有什么实力去争取国奖。”

(摘自 2020 年 9 月 18 日于“985 废物小组”所得观察笔记,观察对象为 MB3)

但是值得注意的是,逃避会致使本就具有“空心”现象的大学生无法从外界获得正向评价,进而难以获得成就体验,降低自我认同,从而陷入更深的悲观和撕扯中。

三、价值观虚无:丧失生活支点与沉迷感官享乐

加拿大学者克里夫·贝克指出:“价值是美好生活的基础。”建立、完善个人的价值体系能够促使人们走向更加美好的人生。而具有“空心”现象的大学生往往存在价值缺位问题,他们无力寻找生活的价值与意义,进而表现出悲观失望的情绪,更有甚者走向游戏人生、沉迷享乐的另一个极端。

一方面,具有“空心”现象的大学生易丧失生活支点,产生价值定向危机。

^① 朱燕菲,王运来,吕林海.一项针对“空心”大学生缘何“空心化”的质性研究[J].黑龙江高教研究,2018,36(10):132-138.

价值定向是指人们将自己的观念和行为置于某种价值坐标中,以判断其合理性。依照价值坐标系和价值定向的指引,人们可以规划自己的发展方向^①。但具有“空心”现象的大学生由于他们对成就的误读以及惧怕失败的逃避心理导致他们无法获得外界的正向反馈,因此,在总结失败原因时除了表现出极强的自我否定的同时,极易反问自己应该从何处着手来获得认同,但悲观心态使他们“拔剑四顾心茫然”,不知道该走向何方,因而选择将目光投向社会,希望从社会中获得答案和安心之所,但是大学生正处于知识积累期,很难一蹴而就地在广阔的社会中找到落点,致使他们得出“社会卷死人”等消极和负面认知。但在向社会提出反向的质疑后,他们又难以找到对个体而言正向的答案或途径。身处种种无解与挫折否定的交织中,他们无法建立起价值定向,找不到内心的支点,从而出现价值世界、意义世界的失落和虚无。

易得出如“这个内卷的社会加剧了矛盾,也并没有给我喘息的机会,为什么我还要牺牲自己为它付出?我偶尔感觉我的人生毫无意义,我不知道我该去哪里,该干什么。”

(来自 2020 年 10 月 22 日与受访者 MB1 的访谈)

另一方面,具有“空心”现象的大学生极易走向沉迷功利享乐的另一极端。由于丧失支撑个人行为的意义系统和内心支点,在精神生活的悬空下,具有“空心”现象的大学生内心无所归依,又渴望获得欲求满足,就容易放弃对于个人生存的意义追求,转而将目光投向感官享乐中,将大把时间和精力花费在娱乐活动中。在短暂的娱乐活动结束后,他们又不得不将目光转回现实生活,这造成了更大的虚无和无力。

*受访者 FA4: 我也不知道我应该走向哪里,该怎么办,每次想到这些问题我都非常焦虑和心慌,所以干脆随心所欲,至少还有短暂的快乐。

(来自 2020 年 11 月 3 日与受访者 FA4 的访谈)

受访者 FA2: 追星、打游戏让我快乐,虽然结束的那一下会感觉前所未有的空虚,但是一直追星、打游戏就会让我一直快乐。因为我实在不知道像我这样的废物可以干什么,人生有什么意义。我不是没有思考过我的人生方向,但是我到现在都没有找到答案。

(来自 2020 年 10 月 18 日与受访者 FA2 的访谈)

① 闫世东. 当代中国社会价值虚无现象研究[D]. 河北师范大学, 2013.

第三节 大学生“空心”现象的演化

大学生“空心”现象早在中学时期就初现端倪，由频繁比较下的自卑与不安为最初出发点。进入大学后，随着成长场域和竞争“赛道”的转换，他们开始表现出自我污名和自我否定，在极低的自我认同和较弱的人际支持下，他们将目光投向社会中，期望找到价值定点和支撑自己向前的意义系统，但多元价值体系和社会思潮不仅难以回应他们的价值迷茫，更使他们进一步陷入更深的价值困惑中，出现负向行为和极端选择。

一、触发机制：频繁比较下的不安与自卑

通过调查发现，“空心”现象并非这些大学生进入大学后才产生的，而是存在着长期的发展过程，频繁比较下的自卑与不安是该现象最初的触发点。

在“应试”体制下，考试成绩是衡量学生能力的主要指标，也是获得升学资格的重要凭证。但由于教育资源的稀缺性，往往只有成绩排于前列的学生才能获得进入下一阶段的“入场券”。同时，根据社会学参照群体理论，同辈群体之间存在社会比较功能，即个体会根据自己在同辈群体中所处的相对位置进行自我评价。因此，同辈群体会成为自我认知和自我评估的一面镜子。在“应试”体制下，同年级、同班、同年龄的群体在一定程度上就构成了一个以考试成绩为基础的竞赛场景。无论是学生本人还是家长都会建立起对于考试成绩的敏感性，并易于将良好的考试成绩与个人表现、未来发展相连接。当所取得的成绩符合期待时，就能够获得好评、肯定以及奖励；而没有获得良好成绩时，学生个人易对自己产生质疑，他们同时也面临着被旁人的否定、质疑乃至剥夺奖赏的风险，从而不断增加个体压力。同时，当同辈群体较强时，个体的相对竞争优势就会相对变弱，导致相对位置落后，而这种落后又易进一步引发“沮丧效应”，带来深重的挫败感和自卑感。

这样的比较场景并非偶尔出现，而是显现于频繁的测验和考试中。考试成绩的排名前进与后退都是可能存在的，学生无法保证自己能够每一次都取得好成绩，因此一方面，即使当他们在当下的考试中名列前茅，也依然患得患失，害怕自己跌下高台；另一方面，他们具有曾被否定、质疑而积累的负面记忆，也更加担忧自己无法达到预期会再次面对否定或批评。这种忧虑会随着考试的频次而积累，不安全感也不断扩大。

*受访者 MB3：我经常为了考试失眠，这种感觉不是从现在开始的，从初中就隐约有这种趋势。每次坐在考场我就会一种被审判的感觉，就像站在岔路口，一边是鲜花掌声，一边是批评和贬低，我不知道我走向哪里，我害怕我的努力得不到

证明,我害怕被老师和家长拉去谈话,分析失败原因,就像我真的是个 loser 一样。

(来自 2020 年 11 月 18 日与受访者 MB3 的访谈)

受访者 FA4: 当拿到好成绩再失败后,我会非常难受,而且挫败感更重,因为那种得到后被剥夺的焦虑和恐惧远远大于不能得到的焦虑与恐惧,我会怀疑我自己是否真的能做到它。而且在下一次考试时,会变得更焦虑,迫切希望证明自己,从高中起就是这样了。

(来自 2020 年 11 月 3 日与受访者 FA4 的访谈)

受访者 MB4: 读书、考试就像在守着一棵终会落叶的书一样。你扫过树叶吗?今天扫干净了,明天也还会有,所以你生活在一种紧绷、不安和无奈中,总是在担心明天树叶会落。

访问者: 但是,这些树叶实际还是会长。

受访者 MB4: 所以那又是新一轮的煎熬,那种不安感如影随形一样。

(来自 2020 年 12 月 23 日与受访者 MB4 的访谈)

二、初期表现: 极端苛求下的自我污名与否定

学校的评价体系为呼应人才培养要求和目的而设立,在学生成长、成才的进程中起到了重要的导向作用。迈入大学后,对于一个学生的评价体系开始变得多元与复杂。学业评价仅仅是其中的一个维度,成绩排名也只是衡量个人发展的一个指标。由于在以往学生生涯中积累了深厚的不安与自卑感,他们极其渴望获得正向的评价与肯定,成就认可与内心缺口存在巨大张力,因此如何超越单向度的优秀走向多维度的优秀成为摆在这些学生面前的难题。

他们不仅需要尽快适应大学中更快速的学习节奏和更高的学习要求,同时还要求自己在学生工作、社团活动、各类比赛等中脱颖而出。但事实上,作为一个踏入新环境的新生,在全新的学习模式下他们需要花费大量的时间去适应和掌握新的教授模式和学科内容,而丰富的学生活动又容易使他们分身乏术,在多元的选择下他们即难以兼顾又极易找不到重心,在“一元”赛道向“多元”赛道跨越中无所适从。而这种无所适从无法回应他们对肯定与认可的期盼,反而还会加重他们长期积累的不安全感和自卑感,进一步的,不安全感的累积又会激发他们进一步追逐优秀,苛求自己表现得更完美,难以接受自己的失误和差错。

但现实情况不会一直给予他们所预想的“正面反馈”,在适应大学生活的过程中,学业的困难、多元选择下的失措等问题导致他们难以成为大学培养机制下的佼佼者,这也就意味着他们难以达到家长的期盼、同辈的认同和他人的肯定,这种挫败感使以往由于失败带来的被质疑与否定的记忆再次被唤醒,在不断累积

的期望与事实的落差中，他们的内心的痛苦与自卑与日俱增，“我不行”的负向认知不断加强，走向自我否定。同时，由于心态的转变和自我否定的认知强化，为了减少个体的挫败感和自卑感，争取生存空间和话语权，他们往往自嘲为“废物”、“垃圾”，但这种自我污名化的行为并不会真正减少内心的焦虑和痛苦，相反会使他们走向更深的自我质疑，思考“我真的是废物吗？”，从而陷入更深的撕扯。

*受访者 MB1：学习不会，学生会落选，我有时候会觉得我真的是个废物，前不久成绩出来，哇，我果然是个废物没错了。

（来自 2020 年 10 月 22 日与受访者 MB1 的访谈）

受访者 FA1：我无数次想过退学，因为我感觉我很难从大学生生活中找到成就感。要赶上周围的同学真的很困难，我不知道想我这小垃圾要走向哪里。

（摘自 2020 年 9 月 25 日与受访者 FA1 的访谈）

受访者 MB5：我一直希望我能够表现得更好一点，可是往往事与愿违，我感觉自己很差劲，我妈也说我越来越差劲，我很焦虑，但是自从接受我是个废物后，我就平静很多。但是一旦面对我心仪的东西我的自卑感又开始上来了，与废物的自己相处将是我需要长久学习的课题。

（来自 2021 年 3 月 11 日与受访者 MB5 的访谈）

三、中期状态：意义感丧失下的焦虑和迷茫

意义感是个体理解自身生活，在价值目标指引下，充分感到人生发展意义的感受。“缺失恢复理论”指出，身处逆境的个体会启动生命意义感探索，他们会找寻个人的价值，并借此对个人行为、生活作出调整，通过建立新的意义重新规划自我存在。而意义感丧失或构建失败则会导致个体体验到更多的消极情感，从而逐步陷入迷茫与恐慌之中，最终将大学生推进“空心”漩涡。

一方面，这些大学生深陷成就认可的巨大渴望与经历挫折后的自我怀疑中，内心的焦虑和面对现实“多元赛道”的无措交织，极易给他们造成“越努力越无力”、“越奋斗越挫败”的错觉，致使他们向内用力，走向自我反思与否定。这种向内挖掘性反思会促使他们思考个体的行动逻辑和行为原因，提出“我为什么这么做”、“我应该怎么走”等疑问。但同时，青年学生以往的人生经历又往往难以回应这些提问。在比较背景下建立的对成就认可的渴望和异质化的自我认知，更加强调结果，缺乏对于“缘何为此”的解释，而走向大学后，面对更加多元、丰富的大学生生活，他们更难找到和选择自我的成长道路，从而失去了对未来的掌控感，走向不安和迷茫。

与此同时，弱社会支持使他们无法有效释放负面情绪。学生的人际支撑网络主要集中于家长、同辈群体和老师等群体，而由于在中学阶段就身处竞争环境之中，同辈群体之间是朋友更是竞争对手的意识已然扎根，且因为不愿再次唤起遭质疑等记忆，维护个人在老师、家长中的良好形象，他们难以向同辈、老师等倾诉心声，寻求建议。因此，他们的迷茫与不安在不停积累而又自我割裂抒发渠道后逐渐扩大，陷入更深的焦虑和迷失中，既找不到自己行动的支撑点，又感到深刻的孤独，逐渐陷入意义失落中。

另一方面，由于内心的迫切需求，当他们将目光投向社会，企图在更大的范围和场域中找寻意义或价值引导时，多元价值理念以及多样的行为解释标准使他们眼花缭乱，精神世界始终处于应接不暇的状态当中。在尚未全面而理性地理解或消化变化时，就需要马上投入新一轮变迁，这种快速的变化使他们更加混乱和迷茫，无法找到方向，从而陷入“无意义”症候，出现了巨大心理缺口和心理空洞。

***受访者 FA3:** 我一直都很迷茫也很焦虑，不知道该往何处走，有时候觉得自己每天的学习、生活毫无价值。

（来自 2020 年 11 月 1 日与受访者 FA3 的访谈）

受访者 MB4: 我一直在寻找我的人生意义，但是我发现真的太困难了，我现在也不知道对我而言你所提问的支撑我的价值观是什么，所以有时候我觉得我像个掰玉米的猴子，好像找不到那个支点和标准。

（来自 2020 年 12 月 23 日与受访者 MB4 的访谈）

受访者 MB5: 我有时候觉得自己就像生活的“冒充者”。假装每天坐在教室好好学习，每天好好吃饭，和舍友、同学聊一些很无聊的话题。我感觉很累，又不知道怎样才是对的。

访问者: 为什么会有这种“冒充”的感觉？

受访者 MB5: 我不知道自己该干什么，也不知道能干什么，也不知道当下我做的事有什么意义和作用。也可能本来人生就是没有什么意义的。我不知道。可能像我这样的废物最理解的还是虚无吧，哈哈。就像是那种丧失一切目标感的和无意义的空洞与惊慌。

（来自 2021 年 3 月 11 日与受访者 MB5 的访谈）

四、后期行为：负向认知驱动下的极端选择

在精神焦虑和价值迷茫的状况下，这些深陷“空心”现象的大学生急需释放、寄托的窗口和载体。

一方面，他们极易走向自我隐蔽。由于挫败和长期积累的负面情绪与负面认知，他们的内心长期处于一个波动和自我矛盾的不稳定状态，为了避免潜在失败对自我价值的损害，他们中一部分人会选择隐蔽作为自我保护策略。将个人隐藏起来，使他们能够找到独属个人的调节空间，在其中他们可以不用考虑他人的评价与眼光，从而也就能够在一定时间内回避比较中潜在的挫败与质疑。但需要注意的是，一旦习惯于这种调节，人为割裂个人与同辈、学校等场域的链接，会使他们更难定位、建立自己的身份认知和意义系统，必然会再次回到自我隐蔽中去，而隐蔽并不能真正回应和解决出现“空心”现象的大学生的疑问和需求，反而最终还将造成更大的心理空洞。

*受访者 MB4：我在组内看到有个小伙伴说，感觉自己的人生是一本无聊又冗长的书，乏善可陈。我当时看到的刹那特别有共鸣。这样无聊的书，我自己都不知道怎么读，更何况别人呢。所以我更愿意一个人呆着，这样就不用在意任何人的看法和眼光。

访问者：这算是一种自我保护机制吗？

受访者 MB4：大概吧，至少这样不会那么不安。

（来自 2020 年 12 月 23 日与受访者 MB4 的访谈）

受访者 FA3：我都已经这么废了，所以只想一个人呆在一个小角落里，我不想去上课，也不想去考试，反正也做不好。我有时甚至会觉得网络太发达不是好事，因为太难找一个只有我自己的地方。你听过有句话吗？逃避虽然可耻但是有用。

（来自 2020 年 11 月 1 日与受访者 FA3 的访谈）

另一方面，他们极易沉迷于感官刺激。具有“空心”现象的大学生长期缺乏安全感，深陷于“我是谁”、“我应该走向何方”的疑问中难以找到支撑个人行为的意义系统和生活的支点，但他们又迫切希望获得释放的窗口和前进的方向，在这二者相互撕扯的巨大张力中，具有“空心”现象的大学生极易沉迷于娱乐文化所提供的感官刺激中，陶醉在轻松惬意的网络世界里，以此获得慰藉，逃避现实生活的焦虑和痛苦。娱乐文化和虚拟世界在短期内填补了“空心”大学生的心理孤独和无所适从，但并不能回应和解决他们现实生活所面临的困境，放纵后的自我虚无感和迷茫、焦虑并未减少，甚至使自我认知更加混沌。

*受访者 MB1: 实际我自己也知道陷在追星和打游戏之中不好,但我每每想到现实生活中的事就很焦虑,这些好歹能让我暂时放空一下。听着是不是很像逃避的借口,哈哈。我自己也觉得,我不知道你是否能理解,我实在不知道该怎么才好。

(来自 2020 年 10 月 22 日与受访者 MB1 的访谈)

受访者 FA4: 我不知道在哪里才能找到成就感,就想你刚刚问成就感对我而言意味什么,我无法回答一样。好像这个东西天然就在这里等着我追寻。在现实生活中我成绩不好,不是学生干部,没什么值得赞扬的地方。但是在游戏里,我时常会有成就感,会感觉自己努力也能达成目标。

(来自 2020 年 11 月 3 日与受访者 FA4 的访谈)

第三章 大学生“空心”现象的影响因素

大学生“空心”现象的发生与演化受到多种因素的影响,个体身心发展状况、社会阅历,家庭教养方式、沟通情况,学校中师生交往,社会的快速转型以及网络文化迅速发展等都是促使大学生走向“空心化”的重要因素。

第一节 个体层面

根据唯物辩证法来看,事物的发展变化往往是由外在和内在两种因素相互作用所产生的结果,而大学生自身作为发展的内因,其自身身心发展特点是导致他们内心空洞的主要因素。

一、个体身心发展不同步

大学阶段是学生身心发展成熟的关键时期,在生理上大学生群体的身体素质已渐趋较高水平,但心理成长却并未与生理发展相匹配。《中国国民心理健康发展报告》指出,青少年面临着身心发展不同步、自我同一性混乱等心理矛盾和心理冲突。一方面,通过不断地学习和实践,他们积累了一定的知识,展现出较强的自理水平,对于问题和现象具备一定的独立思考能力,能够做出自己的判断与预测。另一方面,大学生正处于心理发生变化的高频期。思维活跃、乐于探寻新兴事物,自我意识逐步发展,强调自我价值的彰显,但同时在物质与情感上他们对于师长仍表现出一定的依赖性,享受父母与老师等长辈给予的安全感和稳定感,难以真正面对和处理现实生活的困境和难题,尚未具备足够的勇气和能力冲破现有的规则 and 传统。因此,在身心发展的落差中,大学生群体的内心极易出现双向撕扯,在理想的我和现实的我的冲突相碰撞中,思想和认知极易发生混乱,引发自我认同危机,产生消极情绪和负面认知。

同时,大学阶段正是学生心理承受力的建立期,但社会经济飞速发展,各类思想层出不穷,这些都不断冲击着大学生的思维模式和价值观念,给他们带来了心理压力和心理困惑。当代大学生成长于祖国繁盛时期,无论是父母、师长抑或是社会都给予了他们较多的关爱和包容,在生活中遇到难题有父母主动为其提供帮助,计之深远;在学习中能够有老师为其提供方法,摆脱困境。这也使得他们心理承受能力较弱,难以较好的面对、承受挫折与失败。当他们离开父母走向大学后,遭遇挫折或质疑时更容易灰心丧气,产生挫败感,无法正确看待期望与现实的落差。同时,面对多元化的评价体系,他们容易手足无措、陷入迷茫,而尝试后若未能得到正向反馈,如面对评奖评优落选、绩点靠后等情况后则更易怀疑个人能力,进行自我否定,陷入迷茫和痛苦中。

二、个体社会阅历不足

大学生价值观和意义系统的形成与建立与他们的社会阅历联系紧密。一方面,大学生处于价值观形成期,其主要生活环境为学校和家庭,相对缺乏社会经验,常常无法做出正确的价值选择与价值判断。因而在面对一些社会现象时,他们往往根据自己的认识和思维进行分析和判断,但由于阅历尚浅,思想相对单纯,导致问题分析倾向于片面浅显,乃至出现偏激思想,产生认知误区,诱发心理冲突。另一方面,改革开放不断深化,多元文化不断涌入国内,加之媒体的推波助澜,西方等思潮嵌入大学生的日常生活场景中。由于缺乏相关社会经验,存在生活阅历的局限性,面对多元文化输入,他们也无法真切识别各类价值观的优劣,易被说服和煽动,不加鉴别地进行吸纳,出现盲目跟风现象,跟随“大流”的摇摆而摇摆,遗忘原有的价值理念,走向迷茫无措,甚至做出负向选择。这既不利于个人成长,也不利于社会主义核心价值观的普及,不利于培育符合社会发展的时代新人的要求。

第二节 家庭层面

家庭是大学生接受教育的起点,大学生诸多思想观念和价值判断标准是在家庭的耳濡目染下形成的,家庭对大学生价值观和人生意义系统的建立和形成具有重要的指引作用,其中家庭教养方式和代际沟通状况对大学生走向“空心化”具有重要影响。

一、教养方式不当

家庭是大学生接受教育的第一课堂,家庭教育对大学生价值观念和意义系统的形成的奠基石。恰当的教养方式能够帮助大学生形成健康的心理和人格,而偏颇的教养方式则可能对其成长带来负面影响。随着社会竞争的加剧,为了在有限的教育资源中占据优势,父母对子女的教育重视程度逐步攀升,对孩子的学习、生活干预愈显频繁,在高考的指挥棒下,他们期望通过合理地安排与掌控,使孩子成为竞争中的“胜利者”,拥有更好的未来。但高考以分数为最主要的衡量标准,这就使父母关心孩子的学业成绩高于其他,而忽视了对孩子思想道德、心理健康的培养与关注。为了保障学生能够一心一意地学习,在行动上他们将学生的日常事务全部包办,利用空余和周末时间陪同孩子上补习班。一方面,这不仅使得孩子学习压力增大、精神紧绷,对父母产生依赖心理,为走向大学自主生活、思考埋下认知隐患。另一方面,父母频繁干预孩子的学习、生活,过度介入其学习过程,使学生自小的兴趣、爱好、目标预期等都以父母的意愿展开,极易使他们在没有读懂弄通学习与个人成长的必要性与重要性的情况下,以满足父母预期

为指引,功利性地追逐“考试成绩”和“竞赛排名”,无法形成自我的清晰认知,来不及思考自己的发展方向。且一旦无法满足预期时,易出现挫败感和由质疑、否定带来的成就剥夺感,而这种负面情绪的积累,易促使学生走向“空心”现象的触发环节。

二、代际沟通不足

父母是个人人生课堂的启蒙老师,许多大学生的思想观念和思维习惯都是在父母的沟通引导下潜移默化形成的。中学时期,由于父母高度重视孩子的教育问题,使孩子的学习、生活大都处于父母安排之下。而走入大学后,个体需要独立面对学习、生活,因此出于对个体性格彰显的渴望以及对自由的追寻,许多大学生开始期望摆脱父母的“桎梏”,主动减少与父母的沟通频次。同时,随着大学生思想观念的不断发展,父母与子女在阅历、生活习性、思考角度等方面的差异性增大,致使代际间在很多方面难以达成共识,对同一个现象甚至会产生截然不同的看法,沟通间就会出现明显的不同和分歧。在面对子女做出自己不认同的某些行为时,有些父母会采取打压性做法帮助其纠正,而这样的方式则会更加激发子女的逆反心理和负向行为选择。因此,由于个性要求和沟通差异,大学生更倾向于选择与朋友、同学沟通,而代际间长期缺乏有效沟通,亲子关系就会走向生疏。由于大学生缺乏社会阅历,心理发展尚不成熟,从而自我判断能力也就相对较弱,易受错误信息、观念误导,影响个人价值选择或在多元价值观念中迷失。同时,在他们遭遇挫折和困境时,为了避免自我价值的折损和更大化保留个人选择权,他们往往也不会第一时间选择父母作为倾诉对象,父母也就无法有效对子女的负面情绪和认知进行引导和纠偏,为大学生进一步滑向意义世界的失落埋下隐患。

第三节 学校层面

高校承担着当代大学生价值观培育的重要任务。随着社会不断发展,我国高校逐步建立起与大学生身心发展相适应的教学体系,但也存在亟待解决的问题,评价体制的骤换,导致大学生措手不及,疏离的人际关系和失衡的师生配比等不仅使教师难以第一时间发现问题进行引导,也使具有“空心”现象的大学生缺乏安全感和负向情绪抒发口,走向迷茫,出现意义失落。

一、人际交往疏离

较弱的人际支持使“空心”现象的大学生难以释放负面情绪,寻求正向帮助,而他们的人际支撑网络主要集中于同辈和老师之间,因此大学生“空心”现象的出现与其二者存在一定的正相关性。一方面,在中学阶段,这些学生就身处竞争

环境之中，同辈群体不仅是朋友，更是自我认知和自我评估的一面“镜子”。在应试制度下，同龄人在一定程度上组成了一个基于考试结果的竞争场景，对比、竞争意识已然扎根。走向大学后，“一元赛道”转为“多元赛道”，同辈之间的“竞争场域”呈现扩大化的态势，希望获得胜利而获取自我认同和肯定的心态，使他们在与同辈相处中出现内在撕扯，即希望能够融入同辈中获得支持，但又具有冷漠心态和提防心理。

另一方面，在师生交流上，无论是在“空心”现象的触发期阶段亦或显现期即大学阶段，师生交流都是主要集中于知识讨论上，缺乏情感交流。并且走向大学后，老师与学生的交流场景更窄，交流时间更少。这也就导致了师生关系的疏离，老师缺乏对学生的整体性认知，无法及时察觉和引导学生的负面情绪和负向认知，学生也不会主动与老师进行沟通，说明自己的价值迷茫和心理困境，寻求相应的指导和帮助。同时，为了避免在老师追问下再次唤起由质疑和否定带来的挫败感和自我价值失落，维护在老师面前的良好形象，学生也难以将个体疑问对老师和盘托出。值得注意的是，学校人际交往的淡漠与疏离使大学生出现自我认知混乱和自我认同较低的初期“空心”表现时，由于无法获得及时的疏导，他们往往会陷入更深的焦虑和迷失中，既找不到自己行动的支撑点，又感到深刻的孤独，逐渐陷入意义失落中，“空心”现象不断加重。

二、相关教育不足

学校是培育“三有”青年的主场域，肩负着培育正向价值观念，提升大学生心理健康的责任。弥补大学生“心理空洞”，建立起支撑个人生存与发展的价值观和意义系统与学校教育存在密切关联。

一方面，在教育内容与教育方式上，中学时期，在高考的“指挥棒”下，学校的教育内容侧重于数、语、英等课本知识的教导，而较少的关注情感、意志、心理发展水平等非考核性因素。进入大学后，学校教育仍一定程度延续对于理论性知识的重视，价值观引导、心理健康教育课程相对较少，且主要以思政课堂作为阵地，辅以相关的讲座等。加之目前高校缺乏关于挫折教育、心理疏导教育等完备的教学体系和规范性教学大纲，因此无法有效识别和引导具有“空心”问题的大学生，及时将其拉入正向的学习生活轨道。

另一方面，就教育者而言，高校价值观教育与心理引导工作多由思政课老师和辅导员负责，他们确为大学生管理的中坚力量，但仅仅依靠这些群体远远不够。大学生处于身心发展关键期，心理变化较频繁，思想状况也相对复杂，而近年来伴随高校扩招，大学生人数急剧增加，思政老师和辅导员相对有限。同时他们也承担着教学、管理事务，缺乏足够的时间与精力开展有针对性的价值观引导和心

理筛查、疏导。加之新时代对教育者也提出了新要求，需要他们立足于新的时代条件，把握大学生价值观、心理发展的动态，综合运用多种手段帮助大学生群体解决价值观冲突、意义世界失落等问题，对他们的学习和生活进行引导和鼓励，帮助“空心”大学生添补“心理空洞”。

三、评价方式单一

学校教育的意义在于促进学生的全面发展。但在现实情境中，长期以来教育都或多或少被当作阶层流动的工具，人们希望通过教育获得“跃升渠道”，即获得优质大学的“入场券”，进而找到好工作，拥有好的未来。因此在面对教育资源相对有限，而横向竞争越发激烈的情形时，教育的“筛选功能”更为凸显。多数中学仍将学业成绩与升学率视为衡量学生优秀程度、评价学校教育和老师工作的重要指标乃至核心指标。

在这样的态势下，一方面，以结果为导向的评价体系会使学生模糊自我学习的认知，使学生更加重视学习成绩单上的分数或在同辈中的相对位置，并以此作为自己评价的重要标准，忽视了对知识本身的认识，学生的思想、情感、学习过程体验等易被忽略，学生个人也易于仅从单向的维度建构自我认知。另一方面，众多学校将“周期性测验”作为评价工具，测验的结果用以反映学生对学科知识的掌握程度。这也使学生被迫反复置身于评价之下。但考试成绩排名的前进与后退都是可能存在的，学生无法保证自己能够每一次都取得好成绩，因此即使他们在当下的考试中名列前茅，也依然患得患失，害怕自己跌下高台；同时他们具有曾被否定、质疑而积累的负面记忆，也更加担忧自己无法达到预期会再次面对否定或批评，伴随着考试的频次而积累，不安全感也不断扩大。而深厚的不安全感则是学生走向“空心”现象的重要触发点之一。

进入大学后，面对多重评价指标，他们往往会产生无所适从感。而这种无所适从无法回应他们对肯定与认可的期盼，相反会加重他们长期积累的不安全感和自卑感，激发他们向外寻求认可，逐步走向自我苛求，增加滑向“空心”现象的风险。

第四节 社会层面

价值观是反映社会发展变化的产物，是在社会化的过程中实现的。大学生价值观念的形成与社会环境和社会发展现状联系紧密，不断受到社会各类因素的影响和支配。随着改革开放的不断推进，互联网技术的迅速发展，各类思潮不断融入大学生的学习、生活中。在社会的急速转型下，大学生在尚未构架个人人生的价值支点的当下就迷失于多元的价值参照下，产生精神困惑，陷入一种无所适从的状态。

一、社会的急速转型

社会转型主要指社会结构和社会形态的变化。当代中国的社会转型不仅包括经济体制的改革和优化,也包括社会文化以及价值观念的转变。作为社会中的一份子,处于价值观形成和心理调适关键期的大学生极易受社会环境的影响。

一方面,社会转型极大地改变了学习、生活方式,给予大学生更多自我选择的可能性。社会空间的不断拓展、互联网技术的跨越式发展和新兴职业的涌现,给予个人更多身份选择。同时,社会包容的不断增加,使个人的试错成本逐步减少,从而使自我意识、主体意识不断强化。出生并成长于该阶段的大学生主体意识提升,更加强调个人价值的彰显,希望活出自己的风采。因此当他们走入大学,在一定程度上脱离了父母监管,在“掌握个人自主权”的观念导向下,他们急切于找到发展方向和行为目标,并渴望得到正向反馈,以确认个人价值得到彰显。

另一方面,产业结构的不断调整和社会资源的不断重置都呈现出瞬息万变的发展态势,这无疑加大了大学生对于复杂社会发展的预判难度,他们的不确定感、怀疑感以及迷茫感不断增加。同时,社会的观念、思潮的快速迭代使大学生的精神世界始终处于一种应接不暇的状态,让他们难以客观、理性的态度看待、认知自己,频繁出现“自己应该扮演何种角色”等疑问。与之同时,长期的学校教育以“成绩”作为主要衡量标准,并以此作为作出反馈的基准点,在快速变化的社会中逐渐形成单向度的成长准则,失去了青少年成长教育的弹性与丰富性,易演变为“焦虑——以分数和排名化解焦虑——暂时消解焦虑——新一轮焦虑产生”的循环。学生的精神世界无法在被量化的体系中获得建立和抚慰,价值和意义困惑也无法获得解答,内心的空洞就随之产生。

二、西方社会思潮的渗透

西方各种思潮不断涌入,一方面为大学生提供看待世界的多元视角,另一方面其价值观念也悄悄渗透进大学生的学习和生活中,对大学生价值观念和意义系统的构建产生负面影响。

一方面,虚无主义消解着大学生信仰的崇高感。虚无主义作为西方主要思潮之一,它反对一切价值和意义,主张“去历史化”和“去中心化”,不但试图瓦解传承自中国优秀传统历史文化的优良精神价值,还把当前的社会理想置于虚无、缥缈的语境之中,不利于大学生价值观的养成和意义系统的建构。随着虚无主义的涌入,一些大学生逐渐失去了支撑其生命活动的价值体系,陷入了社会和人自身存在境遇的困境与焦虑中。当大学生寻找个人的价值锚点和支撑个人行为的意义系统时,虚无主义渗入使传统价值走向式微,让大学生对传统的思想观念和处事逻辑产生犹疑。同时,虚无主义对消解着当下社会的远大理想,使大学生

在尚不能构架起个人价值体系作为人生支点时,就迷失在多元的价值参照下。因此大学生在个人意识萌发的当下又迅速走向了成长的十字路口,对个人的发展方向产生迷茫,从而产生精神困惑,陷入一种无所适从的状态,进而极易发出“无意义”、“无价值”的感叹。

另一方面,消费主义的传播让大学生价值观念趋向享乐主义。消费主义强调物质享受,迎合了处于价值迷茫和意义系统缺失的大学生的心理特征。他们急需一个压力和情绪疏导的释放口,而消费主义则为他们提供了这个窗口。他们通过物品的占有,或向游戏世界投入金钱等方式获取掌控感,弥合内心的不安全感,获得愉悦,暂时忘却迷失的现实。但是,在这种消费过程中,大学生也不断承受着来自物质世界的压力,为了减轻这种压力,他们会愈加的追寻这种“脱嵌”式的愉悦和存在认同,但回望现实,他们会发现这种暂时性的逃离既不持久也不稳定,更不会回应他们对于价值的困惑和意义系统的追寻,反而使他们陷入更深的无意义和迷茫中,由此价值观和意义系统缺失而导致的“空心”现象也就逐步显露出来。

三、网络文化的负面影响

随着信息技术的不断发展,互联网逐步衍生出了一个全新的场域。大学生作为“网络一代”,伴随着网络信息的发展逐渐成长。网络中的海量资讯极大满足了大学生的求知欲和好奇心,但其中的泛娱乐化倾向和一些负向思潮也深刻地影响着大学生的价值观念和意义系统的建立。

一方面,网络泛娱乐化逐步腐蚀着大学生的理性认知和主流价值认同。泛娱乐化热衷于制造“狂欢”的假象,展现出对本能、感官、欲望推崇的自发性精神,在这样的环境下极其考验大学生的定力和判断力。当娱乐文化与低级庸俗、西方思潮相结合时,娱乐化信息不仅仅包括如明星八卦等娱乐化内容,还囊括着思想理念、价值取向,以娱乐性的外壳,宣扬着个人主义、消费主义等思潮,导致大学生的思想观念、价值认同出现多元对立,进而面对认同危机,走向迷茫、虚无。同时,对明星、网红一夜成名等事例的“推崇”,严重误导着大学生对个体奋斗的理解,网络上部分大学生将明星作为榜样效仿而忽视了社会正向楷模的引领价值。深陷“娱乐化狂欢”的大学生不仅无法获得现实的进步与成长,还易被错误观念误导,进而走向放纵与享乐。

另一方面,以丧文化为代表的具有负向认知的网络亚文化易对大学生价值观念产生误导。在调查中不乏有被调查者提及“丧”、“咸鱼”、“躺平”等具有负向色彩的网络流行词汇,而网络空间里对“丧文化”、“躺平”的认可和推崇中亦不乏大学生群体的身影,可见这种负向价值观念已经悄悄渗入大学生的学习

与生活。“丧文化”等网络负向文化具有悲观色彩和消极情绪，在一定程度上耦合了大学生面临压力和挫折的低谷心态，为他们的负面情绪提供了一种行为解释逻辑和排解方式。但是值得注意的是，若大学生将此类文化作为自己未来的发展指向或是沉溺于“丧文化”等所提供的“话语保护罩”中，那么他们的个人价值观念极易发生偏差，呈现处理、分析问题的悲观性，更加无法将个人与社会正向价值观念相连接。退回虚拟的网络场域内，以网络交流替换现实交流会导致现实中生活中人际交往的疏离，而选择得过且过，放任自流，则会使内心“空洞”越扩越大。

第四章 大学生“空心”现象的教育引导路径

积极引导大学生形成正向价值观念不仅有助于其自身的成长与发展,更关乎民族、社会的进步。“空心”大学生价值观形成涉及多方因素,具有复杂性。需要结合思想政治教育引导原则、方法等综合发力,促进“空心”大学生价值观形成和人生意义系统建构。

第一节 大学生“空心”现象的教育引导原则

原则是进行教育活动应该始终秉持的底线和对照的要求。存在“空心”问题的大学生群体由于缺乏支撑个体生存和发展的价值观与意义系统,出现了巨大心理缺口和心理空洞,对这一群体的教育引导更应坚持一定的教育原则,切实提升教育的实效性。

一、继承性与创新性相结合

马克思主义强调事物的运动发展都有其规律性,都包括过去、未来、现在三个阶段。因此,在对大学生“空心”现象的引导过程中也需要正确处理继承与创新的关系。弥补大学生的内心空洞,不仅需要从中国优秀历史文化和以往的思想教育经验中汲取养分,还应该立足当下,根据当代大学生的身心发展状况推陈出新,反映大学生的时代精神和发展潮流。

一方面,中华民族有着悠远的历史和源远流长的道德文化。在传统社会,人们拥有饱满的精神世界,如儒家所倡导的“达则兼济天下”的入世机制,道家所论述的人与自然、社会关系等。无论是哪一种选择,人们都能够在这种秩序下找到自己的价值定点,应对当下的困境,获取前进的方向,寻到安身立命的根本。传统文化内容丰富多样,底蕴深厚,文化形态涉及广泛,为弥合大学生的“内心空洞”提供了宝贵的资源,能够让大学生在学习优秀传统文化时了解中华民族的奋斗历程,以更宽阔的视野,看待个人与国家、社会的关系,同时树立起文化自信,坚定中国特色社会主义共同理想,内心更加丰富充实,从而能够在传统文化的养分中,为支撑个人生存和发展的价值观与意义系统找到有益借鉴和参考。

同时,在大学生思想政治教育的过程中,我国已经形成了相对完备的教育体系。它是长期教育实践的产物,是无数教育者共同的智慧与创造,是对大学生“空心”现象进行有效引导和纠偏的基础和支点。因此,对优秀教育理论的研读和继承有利于站在前人的肩膀上对当前大学生“空心”现象作出研判,找出“药方”。

另一方面,随着社会的快速发展,各类思潮的更新迭代,大学生的身心发展和价值观念、意义系统建立过程呈现出许多新的特点。因此,在继承中也需要革

新,借鉴现代的传播方式,关注学生学习、生活中接触、借鉴的价值观念和社会思潮,把住导致大学生“空心”现象的影响因素,更深入地了解教育对象,减少与具有“空心”现象的大学生之间的沟通距离感,增强引导的有效性。

二、主导性与多样性相结合

加强对“空心”现象的大学生的教育引导需要始终坚持以马克思主义理论、社会主义核心价值观与价值体系作为主导,并以其为定点检视和鉴别外来的多元化思潮,抵御文化渗透,同时合理借鉴国外的优秀文化和有益经验,博采众长。

一方面,主导性原则即坚持正确的政治导向,始终以马克思主义理论,中国特色社会主义理论体系为核心支撑,全面贯彻我党最新的大政方针,旗帜鲜明突出社会主义特色。如果没有把握主导性原则,不利于大学生在自我意识提升的当下找到正确的价值定点,从而确立其发展方向,同时也会致使马克思主义理论话语场域的式微,使西方思潮大行其道,加剧大学生陷入价值困惑和价值混乱的程度,使教育引导效果大打折扣。

另一方面,主导性与多样性相辅相成,辩证统一。坚持主导性并不意味着否定多元的文化思潮,而是在对存在“空心”现象的大学生进行正向价值引导时,在社会主义核心价值观和价值体系主导下包容他们的价值个性,实现共性与个性相结合。依据他们的个人特征,以包容审慎的态度尊重不同文化思潮的差异性。在社会经济转型的背景下,各种西方思潮大量融入,大学生在接受一种价值观念作为自己的行为支撑和逻辑起点后,马上又面临新的价值观念和生活方式,在进行价值选时他们拥有了更多的参照,也导致了价值震荡和价值冲突。因此,要解决大学生“空心”现象,必须从源头上引导其建立正向的价值、意义系统,客观看待个体、他人和社会的关系,从而能够树立坚定的理想信念,找到自己的发展、奋斗方向,将个人梦想融入国家发展大潮中。

同时,多样性还意味着需要积极借鉴积极心理学的相关内容。相关研究表明,个体的心理认知受个人价值观念影响。若按照“积极——消极”取向维度划分心理认知,可分为积极的心理认知和消极的心理认知。“积极”主要是指:人们表现出正向的、建设性的稳定心理特征、思想倾向,具有肯定、积极、进取的性质,而“消极心理认知”则表现出否定、反面、消沉的性质。大学生“空心”现象集中表现为消极心理认知与负向心理现象,显然属于后者。在“积极”与“消极”的辩证运动中,对积极心理的培育有助于正向价值观念的建立,缩小消极心理认知的生长空间,预防消极认知和价值观念的产生与发展。

积极心理学在积极人性预设的理论基础之上,坚持积极的逻辑思维,专注于开发人的积极品质与挖掘人的潜在正向力量,使其得到充分发展。通过积极心理

引导,认知行为方法、优势目标行动方案(STAP训练法)等方法能够有效帮助“空心”大学生建立积极自我认知,减少不安感、自卑感,增加积极的情感体验,引导他们追求正向的人生价值和意义。

三、理论性与实践性相结合

理论来源于实践,并对后来的实践起指导作用,实践则是检验理论真理性的唯一标准,二者辩证统一。大学生出现“空心”现象的重要影响因素是个人阅历不足。大学生处于价值观形成期,主要生活环境为学校和家庭,因而相对缺乏社会经验,常无法做出正确的价值选择与价值判断。在面对一些社会现象时,他们往往根据自己的认识和思维进行分析和判断,但由于阅历尚浅,思想相对单纯,导致问题分析倾向于片面浅显。同时,由于身心发展不一致,他们易受多元社会价值观念影响,产生偏激思想,陷入认知误区,诱发心理冲突。

对大学生“空心”现象进行教育引导,一方面,应该从“空心”大学生身心发展的实际出发,贴近他们的生活实际,不选择或少选择理解难度大、内容晦涩的理论进行空洞灌输,而是将马克思主义理论、社会主义核心价值观与价值体系进行具有时代性的解读,采用丰富多彩的教育方法,将知识的意义性在理论课程的教授中逐步进行建构,减少学习的功利性色彩,使内心“空洞”的大学生能够获得精神世界的充盈,进而将知识理论的学习与个人发展相连接,逐步建构起个体精神世界和生命意义系统。另一方面,将理论与实践相结合才能充分使正向价值观念更好指导具有“空心”现象的大学生的现实生活,避免出现学与行的“两张皮”。教育者应该加强对于“空心”大学生的关注,当他们出现价值迷茫、困惑等负向认知与行为时,应该积极引导他们将正确的价值观念付诸于学习、生活实践中,从而为他们的实际生活指明方向,从而提升对“空心”现象大学生进行教育引导的说服力、感染力,搭建起沟通桥梁,减轻疏离感。

第二节 大学生“空心”现象的教育引导方法

方法是人们在社会生活中为了达到一定的效果而采用的方式和手段。探讨对引导大学生“空心”现象的教育引导方法,有助于“空心”大学生树立坚定的理想信念。

一、以知促行,活用理论教育法

理论教育方法意指通过教育主体围绕马克思主义理论、习近平新时代中国特色社会主义思想和社会社会主义核心价值观与价值体系等通过理论讲解、学习,提高教育客体的对正向价值观念的认同感、找到价值定点,树立正确的价值观。大学生在学习生活中进行价值判断和评价时主要依据已有的理论知识,因此理论教育

法是引导大学生价值观形成最直接和最基本的方法。

马克思主义指出人的社会性决定了人是一种超越性存在,因而人的世界绝不仅仅局限于自己“活着”,人追求着比“活着”更有意义的意义^①。青少年步入大学阶段在一定程度上脱离了老师、家长的监管,迫切渴望能够掌握自己的人生航向,而在遭遇挫折沮丧又缺失价值定点的情况时他们在多元的价值观冲突面前难免手足无措,表现出明显的价值困惑。但各种理念思潮的快速迭代,使他们精神世界应接不暇,更难以找到方向,继而极易陷入“无意义”症候,出现巨大心理缺口和心理空洞。理论教育有利于从源头上为大学生提供正向的价值定点,从而在一定程度上预防和避免大学生“空心”现象的出现。

在对大学生开展理论教育时,需根据我国社会发展现状,厘清他们的思想认识,针对性地加强马克思主义理论教育。一方面,“精准滴灌”。在理论教育的内容选择上,以社会主义核心价值观教育为核心内容,以现实相关案例解读、翻转课堂、观看视听影音资料、开启弹幕评论等大学生感兴趣、乐于接受的形式展开,变单向说教为双向互动,充分调动大学生的学习积极性,从而让社会主导价值观念入脑入心,指导大学生的行动,使“空心”大学生在面对多元价值观时理性鉴别,出现价值困惑时能够拨开迷雾找到个人发展方向;另一方面,善于引导。引导具有“空心”现象的大学生合理运用马克思主义相关方法、立场和观点解决学习生活的难题,化解学习生活中所遭遇的困境,能够正确面对沮丧、挫折,避免自我污名化和自我否定,有效将理论与实践相结合,以知促行,为大学生树立起符合个人与社会发展的价值观念和意义系统。

二、加强关爱,巧用心理疏导法

心理疏导法是指通过与大学生的良好交往,以沟通、引导等方式,使其克服心理障碍,提升心理素质,正确认识自己、接纳自己,欣赏自己,客观看待个人与他人、社会的关系,进而找到支撑个人发展的价值观念和意义系统,明确人生发展方向。大学生“空心”现象外在表现为消极心理认知和负向心理状态,因此心理疏导法对预防、扭转大学生“空心”现象有着重要作用。

呈现出“空心”现象的大学生在人际交往中表现出一定的淡漠和疏离,因此在运用心理疏导法时应注意两方面问题。其一,心理疏导应该关注大学生的心理感受。在推进引导教育工作时可以从他们的面部表情、肢体语言、观点表达中侧面了解他们的认知情况和心理状况,以平和交流的方式消除距离感,营造融洽的沟通环境,以此减缓或消除他们心中的戒备感,同时应抓住他们急需外界认同的这一特点,及时给予他们肯定,从而逐步找出引发他们心理失调的外在诱因,积

^① 郑永廷. 思想政治教育学原理[M]. 北京:高等教育出版社, 2019:125.

积极引导他们不断地客观看待自我、接纳自我,客观看待他人与社会,填补内心空洞,树立正向的价值观念和意义系统,并逐步将个人思想与社会价值统一起来。

其二,在日常学习、生活中注重人文关怀,以便及时预防,或在“空心”现象出现的初始阶段就对此情况进行有效引导。因此在日常学习生活中就要在心理疏导教育下功夫,多办实事,如成立心理互助小组等,对学生心理状况进行总体把控,及时给予困惑、迷茫的学生人文关怀,拉近师生距离,以此有效地缓解大学生群体的心理压力,提高其适应能力,促进他们健康发展。

三、精准施策,妙用分层教育法

分层教育法是针对当前学生的不同特征进行分类和有序教育的方法。这种教学方法不仅能够“有的放矢”、“对症下药”,而且能够有效提升高校思想政治工作水平和效果。存在“空心”现象的大学生呈现不同特点的价值观偏向,如有的大学生存在明显的价值困惑,而有的大学生则呈现出明显的价值虚无现象,其直接诱因也存在差异,如果采用统一的教育方式则无法有针对性地解决问题。

分层教育法有效整合价值观教育的内容和“空心”大学生的自身特点,因类施教,能够帮助大学生更好地适应社会生活,客观处理个人、他人和社会的关系,避免教育泛化的倾向,为“空心”大学生于复杂的社会环境中形成正向价值观念起到引领指向作用^①。具体而言,分层教育以不同发展环境和不同心理发展阶段为依据,形成了具有不同侧重点的引导教育。据调查,“空心”现象的高发阶段为从中学到大学的过渡期,主要诱因是走向大学后,“一元赛道”转为“多元赛道”,同辈之间的“竞争场域”呈现扩大化的态势,渴望获取外界认可的巨大成长压力,使他们在面对多元的评价体系时手足无措,将挫折、沮丧倒转为自我的污名化和否定。因此为了在初始阶段就将大学生“空心”现象进行扭转,应对他们开展适应性教育,使他们首先转变和树立起对于自我、他人、学校评价体系的正确认知,同时帮助他们尽快熟悉陌生环境,搭建起与老师、同学的沟通桥梁,减少弱人际支持出现的可能性。面对即将毕业的大学生或无法找到未来发展方向的大学生,应指导他们更好地择业和就业,做好他们的职业教育规划工作,将他们的职业目标与祖国建设实践和发展方向相结合,使他们形成符合社会要求的价值观。

分层教育应关注大学生的自身特点,根据不同年龄大学生所表现出来的个性心理、思维习惯和认知方式等特点,找准他们价值观问题的根源,建立针对性教育模式,激发他们的个人潜能,引导学生在实践中形成良好的价值观念。

① 熊龙. 当代大学生价值观形成研究[D]. 河北大学, 2021.

第三节 大学生“空心”现象的教育引导举措

大学生正向价值观念和人生意义系统的形成是一项复杂的系统工程,加强对“空心”大学生的教育引导,需要从“空心”大学生的生活实际出发,以个人、家庭、学校、社会等影响因素为切入点,综合利用多种教育举措,帮助大学生找准价值定点,激活成长效能。

一、坚定理想信念,激活个体成长效能

理想信念是精神上的钙,理想信念淡薄就容易堕入精神荒漠,既无法感受精神生活的充实,也无法担当起时代赋予的责任。崇高的理想信念能够引导人们在各种思潮的涤荡中坚持正确方位,在面对人生岔路口时指引正确方向。当代大学生“空心”现象展现的重要表征是找不到个人生存价值和奋斗目标,难以将个人与社会结合起来。面对这种情况,加强理想信念教育迫在眉睫。

坚定理想信念,悦纳自己是基础。悦纳自己的前提在于能够客观进行自我认识和自我定位,确立自我才能制定个体发展方向,理性看待个人、他人、社会的关系。根据调查显示,大学生群体尚难以正视、合理应对“空心”现象,在访谈中除一位访谈者将“空心”现象作为“个人思考后的自省现象”外,其余所有受访者都对“空心”现象持“表现不佳”、“逃避者”、“不值一提的废物”等负面态度,而这种态度与他们获取个人认可的急切需求相矛盾,因此面对个体“空心”现象时,易出现逃避、抵触心理,以至于难以逃离“空心”怪圈。而其背后潜藏的恰恰是大学生对于个人人生意义的不断追寻和更高的价值实现要求,他们应该看到自己在青年时期就已然开启对深刻问题的反思、自省、辩论的可贵之处,看到自己追求卓越的闪光点,提升个人认同,正确看待个人成长与发展。

坚定理想信念,强化理论武装是重点。加强马克思主义理论、社会主义核心价值观的学习,有利于大学生明确自己的历史任务和社会责任,形成崇高的精神境界,以积极乃至审美的心态去审视人生,产生愉悦的人生体验。“空心”大学生要积极争做“思政课主讲人”,自觉学习、领悟优秀思想文化,积极参加课堂入讨论,敢于发表个人观点,主动吸纳别人正确建议与观点,紧跟时代,积极回应现实关切。同时,自觉关注国内外时事热点,党中央大政方针,增强个人辨别能力,同时深入实践,以行促知,更加清晰地看到自身的优势和不足,切实将理论与个人发展实际相结合,找到正向的发展方向。

坚定理想信念,将国家社会与个人发展相连接是关键。习总书记曾说过:“国家的前途、民族的希望就在于青年一代。”大学生作为青年的重要组成部分,将个人发展与国家社会发展相连接也就显得尤为重要。一方面,要引导具有“空心”现象的大学生学好“共同理想”与“个人理想”的辩证法。讲清“共同理想”的

由来历史、发展历程,以及具有“空心”现象的大学生个人在“共同理想”中的地位与作用,在厘清认识的基础上,明晰个人与国家社会的紧密联系;另一方面,在实践中深化个人与国家社会的连接。鼓励大学生自觉参与各类社会实践,切实投身于中国特色社会主义发展大潮中。如积极参与各类社会调研、“三下乡”活动、支教活动,学院、学校组织的红色基地参观活动等,在实践中满足对个人认可的需求,找到与国家、社会的连接点。从而更好定位自我发展方向,找到支撑个人发展的意义,一直保有向上的韧劲和直面挫折的勇气。

二、借力心理疏导方法,构建积极心理样态

大学生“空心”现象首先表现为一种负向心理现象。因此,高校应该及时从心理层面给予学生援助和疏导,帮助学生重新认识自我价值,重新认识自我与他人的关系,重燃对于学生、生活的信心。

一方面,借力心理疏导中面对面沟通模式,有效识别“空心”现象的发展程度。其重要性在于可以有效对存在“空心”现象的大学生进行区别性引导教育。由于“空心”现象缺少十分明确的测量标准,多停留于现状描述,因此识别和确立其发展程度可以将面对面沟通放在首位并辅以多维度心理测量。在心境考察中,教育者除利用人生意义感量表等辅助工具测量学生的心理状况外,应该紧紧把握住“空心”现象的基本表征,如:较低自我认同感等,并将其作为重要表现指向。加之大学生“空心”现象多出现于日常生活中,应在面对面沟通的议程设置中加入对于大学生兴趣爱好、日常生活等方面的讨论,于讨论中发现和确立大学生“空心”的具体诱因以及具体影响程度。(如在研究中对存在“空心”现象的大学生进行“是哪方面、那件事让你觉得无意义?”的深入追问,通常会获得“我不能胜任”、“感觉自己做不到”等回答。)因此,在沟通过程中教育者应该敏锐捕捉大学生存在的负向认知观念,并记录下来,在确定其愿意接受进一步沟通的同时,逐步探究该种观念的产生场景,尝试总结出致使学生出现负向心理认知的模式。依托认知心理方法等帮助学生从不同角度看待问题,对该负向心理认知进行解构,从而树立正向的认知观念。如针对“无意义”这一负向心理观念,教育者可以从学生自身经历出发,探寻他们生活中“有意义”的场景,从不同角度分析“意义”的来源及表现,使“空心”大学生能够意识到其并不是丧失意义,而是意义没有被正确发现与认识,从而激发学生的内驱动力。

另一方面,借鉴积极心理学方法,有效挖掘“空心”大学生的积极经验。积极心理学中认为,积极的心理本质是人固有的,即人性中天生蕴含着抵抗负向心理认知的倾向和潜能,当个体改变了看待世界的方式,消极就会变为积极,悲观就会转为乐观。而积极心理中所提出的优势目标行动方案即 STAP 训练法,为抵

御“空心”大学生心中“无意义”等消极、悲观情绪提供了有效应对之法。其通过注意、认知、情感和行为四个维度对“空心”大学生进行引导，有效提升其内驱力和乐观水平，提高“空心”大学生的自我效能感和意义感，帮助他们更理性、客观认识自我、看待自我与他人、社会的关系。该方法通过在注意层面挖掘自身优势，使“空心”大学生注意力更聚焦于自身的积极方面，减少自卑感和挫败感；在认知层面讲解乐观者的认知倾向和行为模式，以提供正向做法和模式使“空心”大学生掌握积极的认知方式和行为方式；在情感层面以他们个人愿景目标，来帮助“空心”大学生树立对于未来的积极期望，激发行为积极性，并在行为层面通过寻找自身优势等实践训练作业，帮助“空心”大学生养成积极行动习惯^①。

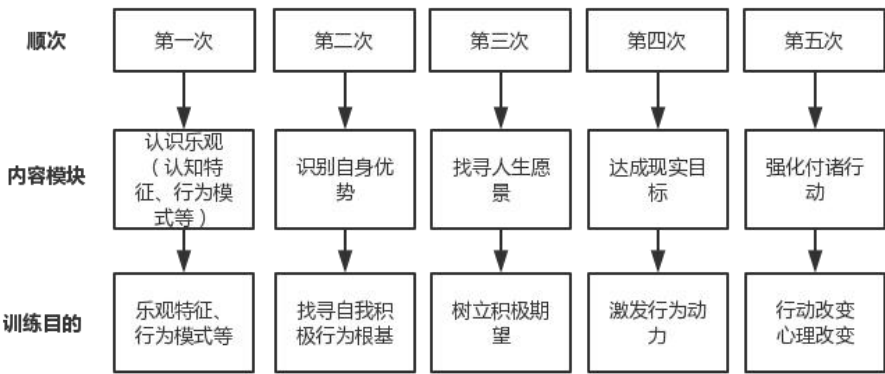


图 5-1 STAP 的主要内容和训练目的^②

三、转变家庭教育理念，营造和谐家庭氛围

习近平总书记曾说，“家庭是人生的第一个课堂，父母是孩子的第一任老师，有什么样的家教，就有什么样的人^③。”家庭教养方式、沟通氛围等对大学生自我认知、自我评价等起着重要的引领和导向作用。

据相关调查显示，在民主式教养方式、和谐的家庭氛围下，父母更愿意依照大学生的发展实际建立合理的成就期望，其结果是，大学生的身心健康水平更高，更善于处理个人与他人、社会的关系，能够很好地找到自己的价值支撑和发展方向。而在专制式教养方式、紧张压抑的氛围下，父母过度干预大学生的学习成长过程，把控其发展过程，学生的发展目标确立依赖于父母由上到下的灌输和督促，缺少自我认知环节。因此，一旦脱离父母，依赖个体自身找寻发展方向和支撑个

① 刘翔平. 积极心理学[M]. 北京：中国人民大学出版社，2020：97.
② 刘翔平. 积极心理学[M]. 北京：中国人民大学出版社，2020：98.
③ 习近平. 在会见第一届全国文明家庭代表时的讲话[N]. 人民日报, 2016-12-16 (02).

人成长的意义系统时,就易出现偏差。大学生“空心”现象的发生隐含着专制式家庭教养方式的特征,大学生没有读懂弄通学习对于个人成长的必要性与重要性,单纯以满足父母预期为指引,功利性追逐“考试成绩”和“竞赛排名”,为后期“内心”空洞埋下隐患,而一旦无法满足预期,挫败感和由质疑、否定带来的成就剥夺感等负面情绪的积累,易促使学生迈向“空心”现象的触发环节。

因此,一方面,应倡导民主式教养方式,搭建亲子良好的沟通桥梁。家长作为大学生的成长的首要引导人,应采取民主的方式与“空心”大学生进行交流,积极关注他们的学习生活,客观地看待他们的身心发展特征,理解他们的真实思想,尊重他们的选择,积极换位思考,为他们所遭遇的难题、困境出谋划策,而非以家长的权威束缚大学生的成长自主性,错过了了解彼此的最好时机。大学生也应坦诚、信任的态度,适时向父母表达自己的观点、看法,而非仅处于反叛心理和顺从心态回避与家长的良性沟通。同时,家长应在沟通过程中有意识扭转大学生错误观念,引导他们树立正向的价值理念,形成正确的认知,在潜移默化下为他们的生存、发展指明方向。

另一方面,营造和谐家庭氛围。和谐的家庭氛围有助于“空心”大学生形成健康积极的价值观念。首先家长要率先示范,相互敬重、彼此信任,处理好周边人际关系,如邻里、同事与亲朋好友之间的人际关系,为“空心”大学生在处理个人与他人的关系时提供榜样示范,使具有“空心”现象的大学生在面临人际交往困境或由于弱社会支持而无法找到抒发渠道时,能够及时回忆和唤起家长的处事方式,及时调整自己的行为、做法,以找到最优解。为“空心”大学生建立与他人、社会相处的行为准则和行为逻辑提供助益,继而帮助他们树立积极、正向的认知。同时,家长要善于从点滴生活中教育、引导“空心”大学生的价值观念,充分挖掘日常生活的教育内涵,以自身的言传身教,将日常生活与大学生发展实际、社会发展动态相连接,以日常小事入手,引导大学生正确看待个人与他人、社会的关系,适时给予“空心”大学生认可与肯定。以使他们能够在民主、和谐的氛围下,减轻疏离感与不安感,主动寻求沟通交流,从而使社会倡导的正向价值以潜移默化的形式入脑入心。

四、依托高校育人阵地,有效施展育人功能

高校是大学生生活、学习,认识自己、他人、社会的重要场域,也是开展教育引导的核心场所。为了更好地扭转、预防大学生“空心”现象,需要把住高校主阵地,通过坚持思想政治理论课教学的主渠道,营造良好的校园环境为“空心”大学生指明发展方向,减轻不安与焦虑感。

其一,坚持思想政治教育理论课教学主渠道作用。思想政治教育理论课在高

校育人环节中占据突出位置,是有效推进高校立德树人目标达成的核心载体。人的价值观并非与生俱来、静止不变的,其形成与发展需要经历长期的实践过程,也极易受到周围人、事、物的影响。高校思想政治教育理论课作为系统性课程,包括哲学、史学、思想道德教育内容等,讲清了个人、社会、国家从何处来,发展历程以及发展方向等,极具科学性、开放性,不仅能够一定程度上回应大学生的价值困惑,也能帮助大学生在迷失时指明正确方向,丰富个人内心世界,能够有效引导“空心”大学生形成正向价值观念、找寻支撑个人成长、发展的意义系统。一方面,应树立以人为本的教学理念。充分发挥“空心”大学生的主体地位,关注大学生的心理特性和价值观形成规律,加强与大学生的交流对话,在沟通中知悉他们对于个人、他人、社会的看法,以及学习、生活中的重难点问题,从而了解他们的思想状况、关注热点等,以实际行动,帮助“空心”大学生解决实际问题,提高其对思想政治理论课的吸引力和亲和力,使他们能够将课堂传授的正向价值理念作为个人发展的指导。

另一方面,应该注意教学内容的选取与教学模式的更新。将理论学习内容与社会发展形势相连接,以生活中典型案例、人物作为切入口,加强榜样宣传,为“空心”大学生在心中树立起模范学习对象,从而避免“价值迷茫”、“价值困惑”现象的出现。同时,将教学内容以抖音、豆瓣、哔哩哔哩网站等“空心”大学生常驻的网络载体进行传播,并添加弹幕、评论等应用操作,并结合相互辩论、小组研讨、案例分析等灵活多样的授课形式,打出组合拳,为“空心”大学生创造一个思辨空间,增强大学生的合作意识、表达水平,扭转“空心”大学生因弱人际交往而出现的内心消耗,转变他们看待世界的角度和眼光,避免悲观情绪和内心空洞的扩大。

其二,要营造包容、和谐、积极的校园环境,从而扭转“空心”大学生对于校园是“竞争赛场”的错误认知,减轻内心的不安感。习近平总书记指出:“育新人,就是要坚持立德树人、以文化人^①。”人的价值观念形成与其所处环境息息相关,大学生“空心现象”的出现也与校园环境联系紧密。获取认可的急切心理与现实挫折、沮丧相碰撞,大学生的“空心”症状就会扩大,走向自我否定、污名化,而弱人际交往则使他们无法进行良好的情绪抒发,从而走向价值虚无、失落,发出无意义的感叹。因此,营造包容、和谐、积极的校园环境,对减轻大学生“空心”症候具有重要作用。应加强校园文化建设,从实际出发,鼓励、组织有利于大学生社团发展,举办多样化的体育、文艺活动、优秀专家讲座等,丰富“空心”大学生的课外生活,拓宽人际交往渠道,使他们在活动中加强团结友

^① 习近平在全国宣传思想工作会议上强调举旗帜聚民心育新人兴文化展形象更好完成新形势下宣传思想工作使命任务[N]. 人民日报, 2018-08-23(001).

爱意识,培养积极、阳光心态,能够正确看待个人与同辈的关系,能够在与同辈的良好相处中扭转“竞赛、比较”思想。同时要教育者也要积极、正向的引导“空心”大学生在多样化活动中看待个人得失,以包容的校园环境使他们逐步减轻内心的不安感,从挫折、沮丧中振作,增强发展的韧性,更客观看待个人、他人及与社会的关系,找到支撑自己成长、发展的意义系统。

五、加强网络媒体监管,占领传播前沿阵地

随着互联网信息技术的飞速发展,新兴传播媒介的兴起,大学生生活空间不断拓展,交往方式发生转变,网络的开放性和隐匿性不仅为大学生提供了多元的视角和抒发观点渠道,同时,网络中的各种思潮也极大的影响了“空心”大学生的价值取向。西方思潮借助网络媒介冲击着“空心”大学生脆弱的价值观念和意义系统,使他们在多样化的话语体系中应接不暇,出现价值困惑和价值迷茫,同时网络泛娱乐化内容和消费主义等负向理念的传播又进一步消解“空心”大学生的理想信念,使他们走向价值虚无,衍生出负向行为。因此,加强网络媒体监管,占领传播的前沿阵地使能够有效培养大学生的主体意识,正确引导大学生建立起正向价值理念和支撑个人发展的意义系统,有效将个人的成长与国家、社会的发展需求相结合。

一方面,加强对社会网络媒体监管,有效引导网络舆论阵地发挥正能量。以主流媒体为基础扩充“正能量”朋友圈,加强榜样宣传,为“空心”大学生提供正向参考和比照的现实案例,从而促进“空心”大学生在回望社会时找到借鉴定点,不至于落入更深的迷茫。同时,以法治维护网络空间建设。积极查找、筛选负向舆情源头,将思想消极、违背社会发展要求等信息进行隔离、清理出去,加强对自媒体的巡查、抽查,停播或封锁传播不良思想、消极颓废观念的视频或账号,并及时指出、阐释正面观点,以案释法,以案陈规,加强理想信念教育。以便“空心”大学生及时对照,防止因从众、辨别能力低而模仿、追随出现失范、负向行为,或在价值迷失情况下沉溺于虚幻之中,切实为“空心”大学生建立清洁、积极的网络世界。

另一方面,强化高校网络媒体阵地建设。网络媒体与“空心”大学生学习、生活息息相关,尤其在后疫情时代,网络媒体空间更是成为“空心”大学生获取成长指引,排解个人苦闷的重点领域,而在网络媒体中各种思潮相互激荡,极大地冲击了大学生的思想意识。因此,高校应与时俱进,加强校园舆论监督和引导,立足校园论坛、校园公众号等网络平台,充分发挥网络媒体的育人功能。通过深入“空心”大学生熟悉的场域来切实了解“空心”大学生的思想观念,行为逻辑,减轻双方交流隔阂,有的放矢地提供教育引导路径,及时干预、扭转“空心”大

学生出现的价值偏差。同时，应积极鼓励教育者学习网络思维，运用网络工具，探索符合时代发展和“空心”现象的学生心理特征的教育引导新形式，占领高校传播主阵地，推进马克思主义理论，中国特色社会主义思想，社会主义核心价值观等内容的传播，提升教育实效性，助力正向价值理论主动走向“空心”大学生，使他们积极、主动接受正确的价值理念，明晰多元价值优劣，建立起积极向上的意义系统。

结论

大学生是国家和民族的未来，肩负着重大的历史使命，他们只有树立正确的价值观念、坚定的理想信念，才能自觉地担负起复兴的重任。但在社会急速转型和互联网技术的迅速发展下，大学生由于个体身心发展不同步，社会阅历不足，极易被非主流价值观和思潮影响，对社会主流价值体系产生犹疑，找不到个体的价值定点，出现精神焦虑和价值迷茫。同时由于家庭教养方式、沟通方式不当，学校教育的不足等原因，这批“迷失”的大学生无法有效找到解决途径，极易出现了以“价值观缺陷”为核心特征的“空心”现象。他们无法对自我生存境遇进行有效解释和应对，无法对个体发展方向做出有效规划，也无法客观、理性面对个人与他人、社会的关系，集中表现出价值观偏差、价值观迷失和价值观虚无。

加强对“空心”大学生了解不仅是助力大学生健康成长的需要，更服务于国家、社会的发展大局。通过对“空心”大学生的实证研究得出加强对“空心”大学生的教育引领需综合发力，打好“组合拳”。在引导原则上，坚持继承性和创新性、主导性和多样性、理论性与实践性的双向结合，多管齐下，提升教育实效性；在引导方法上应活用、巧用理论教育法、心理疏导法和分层教育法，立足于“空心”大学生的身心发展特点，以知促行，精准施策；同时应积极发挥家庭的基础作用，立足于高校育人的主阵地，占领网络传播前沿，有效施展育人功能，以此为“空心”大学生填补内心空洞，培育积极心理样态，塑造正向价值体系和意义系统提供助益。

参考文献

一、中文文献

(一) 著作

- [1] 马克思恩格斯选集（第 1—4 卷）[M]. 北京：人民出版社，2012.
- [2] 列宁选集（第 4 卷）[M]. 北京：人民出版社，2017.
- [3] 习近平. 习近平谈治国理政[M]. 北京：外文出版社，2014.
- [4] 十八大以来重要文献选编[M]. 北京：中央文献出版社，2014.
- [5] 习近平. 决胜全面建成小康社会 夺取新时代中国特色社会主义伟大胜利——在中国共产党第十九次全国代表大会上的报告[M]. 北京：人民出版社，2017.
- [6] 张耀灿, 郑永廷, 吴潜涛等. 现代思想政治教育学[M]. 北京：人民出版社，2016.
- [7] 沈壮海. 思想政治教育有效性研究[M]. 武汉：武汉大学出版社，2007.
- [8] 张卫良. 思想政治教育主体培育的文化认同机制及创新途径研究[M]. 长沙：中南大学出版社，2018.
- [9] 陈万柏，张耀灿. 思想政治教育原理（第三版）[M]. 北京：高等教育出版社，2015.
- [10] 许又新. 神经症[M]. 北京：北京大学出版社，2008.
- [11] 户可英. 大学生社会主义核心价值观教育方法研究[M]. 北京：新华出版社，2016.
- [12] [美] 马丁·塞利格曼. 认识自己，接纳自己——达成自我完善的经典心理指南[M]. 任俊译. 沈阳：万卷公司出版社，2010.
- [13] 查尔斯·泰勒. 自我的根源——现代认同的形成[M]. 韩震译. 南京：译林出版社，2001.
- [14] [英] 安东尼·吉登斯. 现代性与自我认同[M]. 赵旭东，方文译. 上海：三联书店，1998.
- [15] 陈向明. 质的研究方法与社会科学研究[M]. 北京：教育科学出版社，2006.
- [16] 戴维·麦克莱伦. 马克思传 [M]. 王珍译，北京：中国人民大学出版社，2010.

（二）期刊论文

- [1] 梁红. 人生价值观: 大学生素质形成的“心理过滤器”[J]. 高等教育研究, 2002(03).
- [2] 王芳. 交织的张力——后现代主义思潮与青年价值冲突[J]. 当代青年研究, 2003(01).
- [3] 丁立平. 论心理健康教育的价值观干预[J]. 现代大学教育, 2004(01).
- [4] 戴艳. 探索价值观多元化条件下的大学生心理健康教育[J]. 教育与职业, 2007(06).
- [5] 庞彤彤. 论价值观教育与心理健康教育相关性及其实践意义[J]. 中国青年研究, 2007(03).
- [6] 彭虎军, 霍涌泉. 当代心理学对价值问题研究的新进展[J]. 求索, 2009(06).
- [7] 王祥. 论社会主义核心价值观教育视野下的大学生心理和谐[J]. 教育与职业, 2009(33):64-66.
- [8] 张艳霞. 价值观视角下的大学生心理危机及其干预[J]. 山东师范大学学报(人文社会科学版), 2011, 56(04).
- [9] 杨琴, 吴起华, 潘剑锋. 略论心理因素对大学生社会主义核心价值观培育的影响[J]. 学校党建与思想教育, 2011(26).
- [10] 李峰. 价值观视域下的大学生心理危机及其干预[J]. 理论导刊, 2011(02).
- [11] 赵莉, 孔凡柱. 大学生心理素质及价值观相关研究[J]. 中国成人教育, 2012(03).
- [12] 沈杰. 青年的社会心理变迁: 一种研究框架的探索[J]. 中国青年政治学院学报, 2012, 31(03).
- [13] 马俊军, 胡凯. 论社会主义核心价值观与心理和谐的辩证发展关系[J]. 学术论坛, 2014, 37(08).
- [14] 任彩虹. 从独白到承认: 青年自我实现的困境及出路[J]. 当代青年研究, 2014(02).
- [15] 陈新星. 以核心价值观引领大学生心理健康教育[J]. 福建师范大学学报(哲学社会科学版), 2015(04).
- [16] 刘文佳, 于安龙. 论心理效应与大学生社会主义核心价值观教育[J]. 教育评论, 2015(03).
- [17] 梁芹生. 价值观对大学生心理辅导的影响研究[J]. 教育评论, 2016(01).

- [18] 张秀杰. 从容面对挫折:青年成长中的必修课[J]. 人民论坛, 2016(31):238-239.
- [19] 武光路. 社会主义核心价值观如何融入大学生心理健康教育[J]. 中国党政干部论坛, 2016(11).
- [20] 高中建, 陈云. 当代青年自我认同的本体透视与纠偏[J]. 中国青年社会科学, 2016, 35(03).
- [21] 张楠, 杨夫腾. 当代中国社会转型时期下青年学生精神生活的几点思考——从大学校园的“空心病”现象谈起[J]. 湖北社会科学, 2017(10).
- [22] 汪星刚. “空心病”下的大学生心理障碍透视[J]. 武汉理工大学学报(社会科学版), 2017, 30(05).
- [23] 张爽, 韩强. 网络“微”视域下大学生“空心病”的预警和干预[J]. 吉林省教育学院学报, 2017, 33(12).
- [24] 吴玲. 现代性视角下中国青年“空心病”的诊断与治疗[J]. 当代青年研究, 2018(01).
- [25] 李丹, 周同, 刘俊升, 戴艳, 陈梦雪, 陈欣银. 新时代青少年价值观及其与社会、学校和心理适应的关系:三个地域的比较[J]. 心理科学, 2018, 41(06):1292-1301.
- [26] 赵雷, 陈红敏. 当代大学生社会主义核心价值观认同的心理结构[J]. 中国青年社会科学, 2018, 37(06).
- [27] 崔欣玉. 大学生“空心病”现象的反思与对策——基于价值虚无主义的视角[J]. 思想政治教育研究, 2018, 34(03).
- [28] 施春梅, 张澍军. 试论大学生思想政治教育认知心理模式[J]. 黑龙江高教研究, 2018, 36(07).
- [29] 简福平, 钟歆. 当前大学生心理疏导存在的问题及有效对策探析[J]. 思想理论教育导刊, 2018(06).
- [30] 翟小满, 杨宗友. 大学生社会主义核心价值观培育论——机理、过程与路径选择[J]. 重庆大学学报(社会科学版), 2018, 24(04).
- [31] 马川. “00后”大学生心理健康水平的实证研究——基于近两万名2018级大一学生的数据分析[J]. 思想理论教育, 2019(03).
- [32] 郭娜. 浅谈思想政治教育对学生价值观的影响[J]. 中国教育学刊, 2019(S1).
- [33] 李英华. 栖居于虚实两境:网生代青年心理样态透视——基于文化心理学的视角[J]. 中国青年研究, 2019(08).
- [34] 朱薏帆, 蓝媛美, 欧阳皓华, 杨新国. 父母教养方式、生命价值观与大

学生自杀意念的关系研究[J]. 中国健康教育, 2019, 35(08).

[35] 鲍幸, 伍自强, 刘慧, 熊昌芹. 当代社会变迁视域下大学生价值观探析[J]. 吉首大学学报(社会科学版), 2019, 40(S1).

[36] 陈坤, 李旖旎. 论大学生认同社会主义核心价值观的三个维度[J]. 思想理论教育导刊, 2019(04).

[37] 金飞, 冯正垚. 以社会主义核心价值观为引领构建大学生精神生活世界[J]. 学校党建与思想教育, 2019(04).

[38] 刘姗姗. 哪些心理问题容易困扰大学生[J]. 人民论坛, 2019(12):136-137.

[39] 周子杰. 当代大学生价值观的缺失和塑造[J]. 人民论坛, 2019(30).

[40] 徐伟. 当代青年精神困惑的内在逻辑与理性应对[J]. 当代青年研究, 2020(01).

[41] 徐伟, 王云峰. 当代大学生价值观缺失与重构——基于中国高校“空心病”现象的思考[J]. 石家庄学院学报, 2020(2).

[42] 任鹏, 张竞文. 中华人民共和国成立以来青年价值观变迁的轨迹、规律及其现实启示[J]. 思想教育研究, 2020(02).

[43] 伍廉松. 论社会主义核心价值观对大学生精神生活的引领[J]. 思想政治教育研究, 2020, 36(02).

[44] 孙小雯, 任凤琴. 大学生“空心病”现象归因及反思[J]. 湖北文理学院学报, 2020(41).

[45] 曲慧东, 潘俊丽. 大学生心理健康教育中的人格培养对策研究[J]. 中国实用内科杂志, 2020, 40(09).

[46] 韩振峰. 当前大学生心理健康问题及应对策略[J]. 人民论坛, 2020(23):121-123..

[47] 张瑞臣. 意义的空虚感——查尔斯·泰勒论“现代性隐忧”及其效应[J]. 伦理学研究, 2020(01).

[48] 盛春, 李晓庆. 大学生精神成长视域下思想政治工作的现实反思与实践优化[J]. 思想理论教育, 2020(11).

[49] 张文杰, 许门友. 当代青年的自我认同与价值引领[J]. 人民论坛, 2020(21).

[50] 陈化水. 新时代大学生价值观自信生成的心理逻辑及特征[J]. 学校党建与思想教育, 2020(15).

[51] 代玉启, 罗琳. 价值引领: 思想政治教育学的重要范畴[J]. 思想政治教育研究, 2021, 37(05).

[52] 吴云志, 于洋. 习近平青年理想信念重要论述的三重维度[J]. 青海社会科学, 2020(01).

(三) 学位论文

[1] 熊龙. 当代大学生价值观形成研究[D]. 河北大学, 2021.

[2] 王春芳. 大学生价值观与其压力应对方式及心理健康的关系研究[D]. 山西大学, 2007.

[3] 孙连华. 大学生价值观教育与心理健康教育结合探析[D]. 中共山东省委党校, 2011.

[4] 张贤丽. 大学生社会主义核心价值观对其心理健康的影响及对策研究[D]. 广西师范大学, 2018.

[5] 王卓卓. 价值观视域下优秀大学生的心理和谐培养[D]. 浙江大学, 2019.

[6] 任航. 青年人生意义问题历史溯源与当代启示[D]. 东北师范大学, 2019.

[7] 金玉熙. 大学生“空心病”现象影响因素研究[D]. 兰州大学, 2019.

(四) 其他

三、电子文献

[1] 新东方家庭教育. 30.4% 的北大新生竟然厌恶学习, 只因得了“空心病”? [EB/OL]. (2016-11-28). http://www.sohu.com/a/120130659_372496.

[2] 徐凯文. 北大四成新生认为活着人生没有意义, 甚至已经放弃自己! [EB/OL]. (2018-09-23). http://www.sohu.com/a/255597907_825199.

[3] 徐凯文. 时代空心病——功利化应试教育之祸 [EB/OL]. (2016-07-20). <https://zhuanlan.zhihu.com/p/21651116>.

[4] 中共教育部党组印发《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》 [EB/OL]. (2017-12-05). http://www.moe.edu.cn/srcsite/A12/s7060/201712/t20171206_320698.html.

二、外文文献

(一) 外文著作

[1] Allport G W. *A Study of Value*, Boston: Houghton Mifflin, 1960.

[2] Allport G W. *Pattern and Growth in Personality*, New York: Holt, Rinehart & Winston, Inc, 1961.

[3] Frankl, V. E. *Mans search for meaning*, New York: Washington Square Press, 1963.

[4] Crumbaugh, J.C. *Everything to gain: a guide to self-fulfillment through logoanalysis*, Chicago: Nelson-hall Company, 1973.

- [5] Martin E.P.Seligman.*Helplessness:On Depression, Development, and Death*,New York:W.H.Freeman & Co Ltd,1975.
- [6] Yalom, I.D. *Existential Psychotherapy*,New York: Basic Books,1980.
- [7] Royce J R, Mos L P. *Humanistic Psychology :Concepts and Criticisms*,New York:Plenum,1981.
- [8] Huitt,W. *Maslow's hierarchy of needs*,New York:Educational Psychology Interactive,2007.
- [9] William Deresiewicz.*Excellent Sheep: The Miseducation of the American Elite and the Way to a Meaningful Life*, New York: Free Press,2016.

(二) 外文期刊

- [1] Steger M F,Frazier P,Oishi S,et al. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life,*Journal of Counseling Psychology*,2006,53(1).
- [2] William Deresiewicz.EXHORTATION: The Disadvantages of an Elite Education: Our best universities have forgotten that the reason they exist is to make minds, not careers,*The American Scholar*,2008,77(3).
- [3] Jon C. Dalton. The Influence of Peer Culture on College Student Values,*NASPA Journal about women in Higher Education*,2015,26(3).
- [4] Zhang Fan,Li Sen.On Cultivation Strategies of Youth Values,*US-China Education Review B*,2015,5(5).
- [5] Dan Yi,Ping Zhang. Follow-up Study and Consideration on Psychological Health of “After-95” College Students in Comprehensive Universities — The Case Study of Yangtze University,*Theory and practice of Psychological Counseling*,2019,1(3).
- [6] Paul Huang, Kaiwen Xu.Investigating the Causes and Treatments of Hollow Disease through a Dialogue between Finnish and Chinese Education,*Theory and practice of Psychological Counseling*,2019,1(8).
- [7] Yaya Zhang, Haigang Li. The Relationship between Parenting Styles and Mental Health of College Students: the Mediating Role of Resilience,*International journal of Education and Economics*, 2019, 1(1)
- [8] MeiSuo Wang. Research on Mental Health Education of College Students in The Internet Plus Era,*International journal of Education and Economics*,2020,3(4)

附录 A（访谈提纲）

一、价值观

1. 怎样理解“价值观”这三个字？
2. 您认为到目前为止，支撑您学习、生活的价值观是什么？为什么？
3. 您认为什么样的价值观是值得推崇的？为什么？
4. 您最近最关注的社会性事件是什么？您怎样评价这件事？为什么？

二、个人成长经历

1. 请简单介绍一下您的成长经历
2. 你的爸爸、妈妈分别是怎样的人？您跟他们关系怎么样？
3. 你和学校的老师关系怎么样？怎样评价您的校园生活，能够否分学习阶段描述？
4. 你和周围其他人关系怎么样？比如朋友，同学
5. 在您成长过程中，经历过怎样的“重大事件”，对您产生了怎样的影响？您从这些经历中获得了怎样的认知？或者由何种想法、感受？

三、近期生活、学习状态

1. 最近一个月学习状态怎么样？能否举例说明？比如是否学习、学习好坏、学习是否遇到困难？
2. 与之前相比有哪些变化？请举例说明
3. 您怎样评价产生的这些变化？
4. 您认为产生以上变化的原因有哪些？
5. 请简单描述最近一个月的生活状态比如想法、行为、心情、认知、人际关系
6. 与之前相比有什么样的变化？请举例说明
7. 您怎样评价产生的这种变化？
8. 您认为产生以上变化的原因有哪些？
9. 近期在生活中，什么事会让您感到快乐、开心、兴奋？为什么？能否举例说明？
10. 近期在生活中，什么事会让您感到难过、悲伤甚至是抑郁？为什么？能否举例说明？
11. 面对这种不良情绪您是怎么化解的？是自我消化，还是向他人求助？

12. 这种不良情绪是近一个月内出现的，还是一直以来就有？现在依然存在吗？
13. 怎样评价这种状态？或者这种不良情绪对您的生活产生了什么样的影响？
14. 您认为是什么原因导致了这种转变的出现？为什么会得出这种结论？