

马克思主义人学理论视域下大学生“内卷化”的困与解

曹清娟

成都理工大学马克思主义学院, 四川 成都

收稿日期: 2024年11月24日; 录用日期: 2024年12月19日; 发布日期: 2024年12月30日

摘要

马克思主义人学理论是马克思主义哲学的重要组成部分, 其关注人作为主体的本质、价值、需要和发展等多层次内容, 为分析和应对大学生“内卷化”问题提供了理论基础与价值遵循。当前, 受外部环境以及大学生内在心理发展需求等多重因素的影响, 越来越多的大学生逐步被卷入“内卷化”的时代洪流, 正面临着人际关系的变质、主体能动的抑制以及个人发展的偏狭等诸多困境。助力大学生摆脱这股来势汹汹的时代洪流, 需要各方主体在马克思主义人学理论视域下有针对性地做出反应和干预, 具体而言: 社会层面应构筑思想净地, 完善就业体系; 学校层面应加强理论疏导, 搭建多元平台; 个体层面应拒绝无效内耗, 专注发展自我。

关键词

马克思主义人学理论, 大学生“内卷化”, 现实困境, 应对策略

The Predicament and Solution of the “Involution” of University Students in the Perspective of Marxist Anthropological Theory

Qingjuan Cao

School of Marxism, Chengdu University of Technology, Chengdu Sichuan

Received: Nov. 24th, 2024; accepted: Dec. 19th, 2024; published: Dec. 30th, 2024

Abstract

Marxist anthropological theory is an important part of Marxist philosophy, which focuses on the

文章引用: 曹清娟. 马克思主义人学理论视域下大学生“内卷化”的困与解[J]. 哲学进展, 2024, 13(12): 3378-3386.

DOI: 10.12677/acpp.2024.1312498

essence, value, needs and development of human beings as subjects, providing a theoretical basis and value for analysis and responding to the problem of the “involution” of university students. At present, under the influence of multiple factors such as the external environment and the inner psychological development needs of college students, more and more college students are gradually caught up in the era of “involution”, and are facing many difficulties such as the deterioration of interpersonal relationships, the inhibition of the subject’s ability to act, and the parochialism of personal development. To help college students get rid of this torrent, it is necessary for all parties to react and intervene in a targeted way under the perspective of Marxist anthropological theory. Specifically, the social level should construct a clear land of thought and improve the employment system; the school level should strengthen theoretical guidance and build a diversified platform; and the individual level should reject the ineffective internal friction and focus on the development of the self.

Keywords

Marxist Anthropological Theory, The “Involution” of University Students, Realistic Predicament, Coping Strategies

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

“内卷化”一词原初是一个特定性的学术概念，最早由美国人类学家戈登威泽正式提出，后经格尔茨演化为“农业内卷化” [1]，再经国内学者黄宗智对其改造并将其引入国内。2020年，伴随着一组学霸们骑车看书、骑车敲电脑、宿舍中满床书的照片刷爆朋友圈，“内卷”一词由原初的学术性概念进入大众视域，成为众网友讨论的热门话题，并逐渐在各领域掀起一股巨浪。“大学生内卷化”就是“内卷”席卷到高校的结果，可以理解为在高校优势资源有限的情况下，学生个体为获取更广阔的未来发展空间，采取非理性竞争的手段达成目标，最终反而陷入自我编织的发展瓶颈之中，即“外部发展的无意义突破与内部资源的徒劳消耗” [2]。党的二十大报告强调，“培养造就大批德才兼备的高素质人才，是国家和民族长远发展的大计” [3]。大学生群体是人才培养计划的重要客体，当“内卷化”在高校占领一席之地时，身处其中的每个大学生几乎都被裹挟其中，在人际关系处理、主体能动以及个人全面发展等方面陷入困境，长此以往，必不利于国家和民族的未来发展。基于此，以马克思主义人学理论探析大学生“内卷化”的生成根基、现实困境与缓解对策，不仅对学生个体，而且对国家和社会的长远发展都具有重要意义。

2. 生成根基：马克思主义人学理论视角下大学生“内卷化”的归因分析

大学生“内卷化”何以生成？运用马克思主义人学理论，从人的视角切入来考察大学生“内卷化”生成的根基和依据，我们可以得出这样的结论和看法，即：人的社会历史性是大学生“内卷化”形成的外部条件；人的需要是大学生“内卷化”形成的内在依据；人的实践性是大学生“内卷化”形成的根本途径。

2.1. 人的社会历史性是大学生“内卷化”形成的外部条件

人的本质是社会的、历史的。在考察人的本质时，马克思指出：“人的本质不是单个人所固有的抽

象物，在其现实性上，它是一切社会关系的总和”[4]。人始终是处在社会环境中的人，社会的一定性质也就是社会的人的一定性质。同时，马克思强调，一个人的社会关系不是固定不变的，“各个人借以进行生产的社会关系，即社会生产关系，是随着物质生产资料、生产力的变化和发展而变化 and 改变的”[5]。因此，人的本质是不断发展变化的，具有社会历史性。“内卷化”了的大学生，在当今时代浪潮的裹挟下，本身也不过是这一内卷社会的体现者，人格化，是社会历史条件变更的产物。

具体而言，首先，社会历史环境的变更导致大学生的思想和行为逐步陷入内卷的泥沼。传统错误劳动价值取向的存在、大众传播媒介的错误引导以及不良社会思潮的侵袭等均对其造成不同程度的影响。其一，在中国传统文化中，“重脑力，轻体力”的劳动价值取向具有深远的历史渊源。原始社会时期，人类出于生存与发展的现实需要，不得不依赖劳动生产来改善自身生存条件。其后，随着物质财富的积累和社会阶层的逐步分化，占统治地位的思想家们为维护自身统治，逐步贬低体力劳动，推崇脑力劳动。孔孟思想正是这种劳动观念的典型代表。孔子十分排斥劳动生产活动，崇尚“心智”，贬低物质的“力”与“义”，在其看来“学而优则仕”“君子谋道不谋食”“忧道不忧贫”。孟子则提出“劳心者治人，劳力者治于人；治于人者食人，治人者食于人”的代表性思想，深刻影响着国人的劳动价值观。部分大学生在汲取中国传统文明，提升自身智力的同时，也于客观上疏离了体力劳动，在“万般皆下品惟有读书高”“学而优则仕”等单向度传统劳动观念的传递塑造下，这一群体更是将从事脑力劳动，逃避体力劳动视为自身理想追求。其二，伴随着现代信息技术的日渐勃兴，以互联网为主要代表的新兴传播媒介在扩充大众信息面的同时，也一度裹挟着宣扬错误价值观念的内容铺天盖地地推向大学生，为其无端制造了恐慌与焦虑。其三，从实际境遇来看，当前，受经济发展以及毕业生就业人数逐年攀升等因素的影响，大学生就业压力不减反增。这种就业压力不断挤压大学生的思维空间，使其逐步陷入“内卷”与内耗的死胡同。

其次，从学校教育因素的角度来看，一方面，我国高等教育已经进入普及化时代，但高等教育内部的不平衡现状依旧存在。不同高校间存在着发展差异。较高层次的高校，由于其厚重的人文底蕴以及优秀的师资力量、科研实力等因素，更容易在人才、经费和政策资源等方面获得支持，并进一步增强其在教学、科研等方面的实力，由此不断形成良性循环，进一步拉开其与较低层次高校之间的差距。另一方面，我国高校自1999年以来普遍采用绩点制(简称GPA)，绩点制的主要特征是以数值形式体现成绩，且精确到小数点位，因此不仅限于高校之间，同校的学生也会每分必争，为考高分而严重“内卷”。

最后，作为孩子人生成长的第一站，家庭的教育理念、教育方式是否正确科学直接决定了孩子意志品质发展与思想观念成型能够达到什么样的水平。透视当下社会发展现状，目前中国部分家庭的劳动观教育理念中所折射出的是一种功利化价值诉求。这种价值诉求将“大学生毕业后能否找到一份体面的工作、能否赚到更多的金钱”作为评判孩子读大学的意义所在。一些家庭怀着“望子成龙，望女成凤”的满心热切，寄希望于通过读大学改变孩子命运，这也给大学生套上了一层无形的枷锁。

2.2. 人的需要是大学生“内卷化”形成的内在依据

人的需要是人的本性，是人们进行实践活动的内在动力。正如马克思所说：“任何人如果不同时为了自己的某种需要和为了这种需要的器官而做事，他就什么也不能做”[6]。人的需要是一个多样性的复合体，而且不断向高层次发展。在马克思主义人学理论中，属于人性的需要按其类型可以分为自然需要、社会需要和精神需要三大类。在马克思看来，“人们的社会活动是多方面的，工人除了满足吃、喝、住这些自然需要外，还必须有时间满足精神的和社会的需要，满足人的求真、向上和爱美的需要”[5]。事实证明，随着社会发展和人类进步，人的自然需要、社会需要和精神需要都在不同程度地向上递增。这种不断发展的需要构成了大学生“内卷化”生成的原初动力和内在依据。

其一，大学生在自然需要方面呈现出更加个性化、健康化、便捷化以及社交化等方面的特点，例如，他们在穿着方面更加注重舒适度、体验感以及独特的穿衣风格，会倾向于选择具有设计感、时尚感以及柔软、亲肤、透气的服装；在饮食方面越来越注重低糖、低脂以及高纤维的食品选择；在住宿方面更加注重舒适度与便捷性。以上种种，均需要足够的物质基础予以保证。当下，对大学生而言，一个好的学业和就业成绩就是他们获取足够多物质基础的底气。因而，他们不得不选择牺牲睡眠、饮食和休息等基本的需求，在内卷的道路上愈走愈远。

其二，在社会需要的视角下，大学生内卷化形成的原因主要源于社会评价标准的单一化和归属感的缺失。当前社会环境中，学历、成绩和就业状况依旧被视为衡量大学生成功与否的重要标尺。为了获得更高的社会评价和归属感，部分学生不得不陷入对学业成绩和就业机会的过度竞争。然而，这种竞争往往导致资源的过度集中和机会的有限性，使得部分学生难以获得真正的社会认同和归属感。为了弥补这种社会需要的缺失，学生不得不继续投入更多的精力进行竞争，从而加剧了内卷化的趋势。

最后，相对自然需要和社会需要，精神需要显然是大学生目前最为注重的。当前，诸如“人生是旷野，不是轨道”“勇敢的人先享受世界”等语句开始频繁出现在网站标题栏尤其是大学生群体的社交平台。拥有相对自由的时间以及较低的经济支撑是大学生群体独有的特征，这一特征也使得他们在社会上掀起了一股“穷游”之风，高调宣扬着他们对精神需要的追求。而这种精神需要是无法实现自我满足的，必须从根本上依靠自己辛勤的劳动。“自由自觉的劳动是人的类特性”[5]，劳动是人生存和发展的基础和动力，是实现大学生精神需要的唯一途径。由此，大学生在精神层面的需要就转化为他们对自由自觉的劳动的需要。当前阶段，于大学生而言，劳动需要直接与就业岗位挂钩。一方面，在这人才济济、竞争激烈的社会，他们迫切需要一份就业岗位，获取最初始的劳动机会。另一方面，劳动本身也是人的需要的根本内容，是人的需要中最根本的需要。具体而言，大学生需要一份体面的工作，更需要一份能够自由充分发挥自己的全部才能和力量的工作，他们在选择劳动种类以及劳动方式时，相比劳动本身能够带来的物质利益，他们更为关心劳动过程中自身能力的发挥以及自我人格的完善。正如马克思、恩格斯所描绘的那样：在共产主义社会，“劳动不仅仅是谋生的手段，而且本身成了生活的第一需要”[5]。于是，对当前就业机会有渴求，对来自自由自觉的劳动的需求直接促使了大学生陷入“内卷”的泥沼不可自拔。

2.3. 人的实践性是大学生“内卷化”形成的根本途径

人是一种实践存在物，人是在实践活动中维持自己生存的。实践构成了人的特殊的生命活动形式，是人的存在方式。在实践活动中，实践以人为主体，以客观事物为对象，将人的主观意志、知识、能力等本质力量对象化为客观实在，使观念的东西彻底转变为物质的、实实在在的东西。同时，与动物消极地适应自然规律不同，人的实践活动具有自主性。人通过实践不但能够认识客观规律，而且能够利用客观规律，使客观规律为我所用，从而达到改造世界的目的。

正是实践促成了大学生“内卷化”的最终形成。面对一个充满挑战的未来，为实现自己丰满的理想，大学生争相通过各种实践渠道来提升自己的竞争力。在学校层面，首先，大学生课堂内的表现是最直接的实践渠道。如积极参与课堂讨论、积极回答老师问题、增加自己论文写作的数量与质量等。其次，学校组织的各种形式的比赛和活动是大学生实践的重要渠道之一。如相关文创比赛、体育竞赛以及校内发起的各种志愿活动等。再次，校办院办学生助理岗位、班级管理岗位等也是大学生实践的热门平台。在社会层面，单位的实习经历、兼职经历以及志愿者服务经历等都是大学生积累底气的渠道。通过以上各种各样的实践渠道和平台，大学生在获取更多人生成长经验和更多评奖评优机会的同时，也逐步形成了一种“卷”的氛围。同时，“卷王”通过这些实践渠道获取到的成果在令他人艳羡的同时，也在一定程度上助长了这股“卷”的氛围。

3. 现实观照：马克思主义人学理论视角下大学生“内卷化”的实际困境

当“内卷化”在高校占领一席之地时，身处其中的每一个大学生都会被裹挟其中，无论是主动参与还是被动卷入。在这场“内卷化”的时代洪流中，有的人早已物是人非，有的人在兜兜转转中迷失了自我，有的人不知不觉成为了“斜杠青年”。

3.1. 人的本质：人际关系的变质

“人的本质不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上，它是一切社会关系的总和”[4]。一定程度上，人们在生活中逐步建立起来的社会关系决定着人的发展广度。马克思、恩格斯曾提到，“一个人的发展取决于和他直接或间接进行交往的其他一切人的发展”[6]。也正因如此，在“内卷化”日益显现的今天，个人或群体间的社会交往呈现出精细化和复杂化的特征。特别是在高校存量资源有限的情况下，学生个体为获得有限的资源和更好的发展空间，人际关系更是包含多种变质的成分。

总体而言，大学生变质的人际关系主要表现在以下四个方面：一是裹挟了功利与私心的人际关系。这类人际关系主要是由于一方在人际交往中善于利用自己的人际关系网为自己赢得最大的竞争面。在他们看来，任何一个与之相关的人都具有为自己谋求发展的潜力。于是，社交成为了其寻求发展的途径，朋友沦为其谋求福利的工具。例如，部分大学生为尽快获取评奖评优、保研保博、工作就业等方面的有利条件，他们会积极主动的，甚至一开始就带有目的性地去结识老师、学长学姐以及同窗好友。二是夹杂着欺瞒与猜忌的人际关系。此种人际关系中，主体对“内卷”往往持“欲拒还迎”的态度。表面上，他们对“内卷”敬而远之，标榜随遇而安、顺其自然；而实际上，他们又不甘于落后，往往会私下努力，期待厚积薄发。如此“心口不一”，其在人际关系处理之中必然会充斥欺瞒与猜忌，即隐瞒自己私下努力的事实，并猜忌、试探他人是否在悄悄努力。三是伴随有焦虑与敏感的人际关系。这类人际关系主要是由于一方主体对周围内卷环境抱有不适感和排斥感，连带着对处于内卷环境中的人也会持有一种警惕和怀疑的态度。一旦有人试图拉近他们的距离，该主体下意识认为这是一种有目的地接近。由此，一段良好的人际关系便很难形成并长久发展下去。四是沾染了仇视与嫉妒的人际关系。此种人际关系是“内卷”之中弱者情绪极端化的结果。由于各种内外因素的影响，他们在“内卷”过程中落败于他人，最终不满于自身的成绩而又艳羡他人取得的成果，由此产生心理上的落差，继而形成这样一种畸形的人际关系。

人际关系的变质是社会大环境变更的时代产物，是人與人之间出现信任危机的表现。这种信任危机类似于经济学所说的“囚徒困境”，当前，高校中存在的非理性竞争行为正是对这种“囚徒困境”的重现演绎。极端情况下，部分学生群体之间甚至还会出现“零和博弈”的现象。零和博弈的结果是一方获利而另一方损失。无论是“囚徒困境”抑或是“零和博弈”，一旦陷入，人们之间经过长久时间建立起来的社会关系便会分崩离析，走向无法挽回的境地。

3.2. 人的主体性：主体能动的抑制

人的主体性指“人作为活动主体在对客体的作用过程中所表现出来的能动性、自主性和自为性”[5]。身处“内卷”中的大学生，首先，其自觉选择性和个体创造性受到了抑制。一方面，人生充满着选择。马克思早在青年时代就写到：“选择是人比其他生物远为优越的地方，认真地考虑这种选择——这无疑是青年的首要责任”[7]。而身陷“内卷”泥沼的大学生往往趋向于选择一些所谓有前途的专业和职业，忽视了自己真正的兴趣和能。观其未来的发展，这种选择方式并未能百分百地提升学生的竞争优势，反而限制了个体的发展，继而也可能导致他们在未来的职业生涯中感到不满和挫败。例如，许多大学生选择考研并不是基于自身对未来清晰的规划，而是一种盲从，一种跟风，盲从、跟风后仍旧会陷入新的选择迷雾之中。另一方面，劳动应该是一种积极的、创造性的活动，而在内卷的环境中，大学生往往过于

注重绩点和排名,学习和工作的落脚点在于绩点、奖学金等能给未来镀金的東西,而不在于创新和实践。北京大学元培学院院长李猛曾总结:“北京大学学生的学习特点——以绩点为中心,不同层次的学生都关注绩点,关注每一门课的绩点”[8]。这种“绩点为重”的思维方式不仅限制了大学生的创新能力,也可能导致他们在未来的工作和生活中缺乏生命力和活力。

其次,大学生自主性受到压抑和束缚。人作为主体,有自己做主的权利,即他“既有能力又有权利作为支配一切自然力的那种活动出现在生产过程中”[9]。马克思认为,自主活动的对立面是“强制劳动”。“工人在自己的劳动当中不是自由地发挥自己的体力和智力,而是使自己的肉体受折磨、精神受摧残”[4]。而今,反观身处内卷洪流中的大学生,有趣的是,马克思上述这段话于他们而言有着高度的吻合性。学习、工作和生活,“强制劳动”无处不在,“内卷”简直无孔不入。很大一部分大学生不能毫无心理负担地去享受自己的闲暇时间,不能完全任凭自己的心意和喜好去选择课程、社团甚至包括未来的发展方向。为了竞争有限的优质资源,他们被迫展开了一场场耐人寻味的“声东击西”游戏,进行了一场场低效的“时间竞赛”。结果,他们陷入了更深层次的迷惘与无助当中:明明自己每天都忙得像陀螺一样连轴转,但自己的物质生活仍停在原地,精神世界依旧贫乏,自己仿若正在亲身经历着马克思所言的“异化劳动”。但不同于传统意义上的“异化劳动”和“被剥削”,究其本质,这是大学生在非良性内部竞争背景下对于“自我异化”“自我剥削”“自我压榨”[2]的主动选择。一方面,这种“自我剥削”使其自主性活动在很大程度上受到压抑和束缚。另一方面,在高校,对大学生而言,“忙”这个词其实本身就代表着一种无可替代的安全感,“有事可做”让大部分学生都暂时性地缓解了一部分心理压力。

再次,大学生自为性被悄然埋葬。所谓“自为”简单理解就是“为自”。在现实世界中,主体总是把自己的存在和发展当做行动的前提,从自己出发去从事活动。正如马克思所说:“个人总是并且也不可能不是从自己本身出发的”[5]。高校之中,为获取更多的有限资源以及更好的发展平台,部分大学生往往把关注点放在他人身上,时刻关注他人的一举一动,把赶超他人作为自身努力和奋斗的原因和动力,无形之中愈发以他人为中心,在此过程中忘记了初心,丢弃了自我。这实质是一种自身的倒退,一种自为性的埋葬。

3.3. 人的发展:个体发展的偏狭

在马克思主义人学理论中,人的发展应当是全面、自由而充分的发展。身处资本主义社会,马克思看到了个体由于内部分工产生的职业痴呆,产生的智力上和身体上的畸形化。他主张:个体要“全面地发展自己的一切能力”“发挥他的全部才能和力量”“不受阻碍的发展”[5]。

反观我们的大学生群体,某大学生既是学院班级的班干部,同时也是学院社团的重要领导人物,亦是某某办公室的学生助理。这样看来,学生表面似乎得到了全面、自由、充分的发展,然事实真的是这样吗?

一方面,我国高等教育的毛入学率已经从1978年的1.55%[10]达到了2022年的59.6%[11],高等教育已全面进入大众时代,学位不断膨胀,学历持续贬值,大学对学生的考核标准也相应变得更加严格。考试不仅要考查学生对知识的掌握,更要评价学生在群体学习中的相对位置,“考试演变成当下同辈之间的竞争,分数成了未来竞争的工具”[8]。此等情况下,部分学生个体会为了提升自己在同辈群体中的相对位置,努力朝绩点、排名的方向发展,而主动选择忽视、放弃自己在其他方面的发展,造成个人发展的偏狭。

另一方面,高校已然成为“内卷”的主要场地,因内卷而陷入迷茫无助的大学生不计其数。该部分大学生在发展中不停地与他者作比较,太害怕掉队,他们在依照自己的兴趣爱好选择未来发展方向时,总是会参考他人,继而会自我怀疑,产生一种如影随形的焦虑感。“别人都在考研考公,我也应该去尝

试一下”这类的说辞多如牛毛。由此观之，身处“内卷”中的大学生亦并未实现自由、充分的发展。

4. 实践导向：马克思主义人学理论视角下大学生“内卷化”的缓和与调整

诚然，“内卷”固然会给大学生带来许多消极影响，然而，我们不能简单地“一刀切”，将其判定为一种负面现象。积极还是消极，“内卷”还是“竞争”，取决于各方主体如何去应对和干预。

4.1. 社会：构筑思想净地，完善就业体系

当前，我国社会主要矛盾发生转化，大学生对未来美好生活的需要日益多元，加之国际形势不稳定性不确定性因素增多、多元社会思潮并存以及网络信息技术的高速发展等外部因素的影响，大学生的思想和行为发生重大转变，“内卷化”问题愈演愈烈。基于此，社会应充分发挥其引导社会思潮的责任，为大学生营造出宽松、和谐的发展氛围。

第一，大力宣传主流社会意识形态，引领学生思维走上正轨。大学生群体本身追求新鲜，充满活力，创意性强，因此，社会应综合运用各种渠道，创新传播内容和方式，尤其要发挥短视频流量大、时效快、交互性强以及个性化推送等优势，让社会主义核心价值观在大学生群体之中广泛传播。此外，媒体行业要自觉提升媒介素养，自觉以社会主流意识形态为导向，积极传播正能量。

第二，营造清朗和谐的网络环境。随着信息技术的快速发展，互联网已经成为大学生不可或缺的日用平台，其各种良莠不齐价值观的存在与传播也在很大程度上影响着大学生的思想和情绪，如少数媒体会为了博取眼球、吸取流量而过分炒作“内卷”来贩卖焦虑，导致很多大学生产生恐慌和迷茫，一定程度上混淆着他们的价值观。因此，国家和政府要进一步肃清不良思想传播行为，规范相关网络法律法规，依法治理网络空间。

第三，完善大学生就业体系和就业政策。大学生“内卷化”的一个重要原因就是他们对未来社会发展充满了不确定性，由此产生迷茫、无助与焦虑等情绪。因此，社会应完善就业体系，缓解学生就业压力以及其对未来发展的焦虑。这就需要政府发挥宏观调控的作用，制定相关就业战略政策，开辟多元有效就业渠道，从而实现社会人力资源的有效配置。

4.2. 学校：加强理论疏导，搭建多元平台

党的二十大报告强调，要“全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人”[3]。学校作为教育的主阵地，应不遗余力承担起培育的重任，于理论与实践层面协同发力。

第一，理论层面，应加强思政教育，强化心理疏导。“‘疏’即疏通，就是要广开言路，让大学生把各自的思想、观点都充分发表出来；‘导’即引导，就是说服教育，通过晓之以理，动之以情的方法，将大学生们不同的思想观点引向正确的轨道”[12]。高校“内卷文化”下，部分学生为获得竞争的优势，其三观已在不知不觉中偏离正确的轨道。思想政治教育的基本任务就是要帮助大学生重塑正确的利益观、竞争观。其一，大学生对正当利益的追求无可厚非。学校要肯定学生对正当利益的诉求，并鼓励其以合理的方式实现、维护个人利益，并正确处理个人利益与集体利益、短期利益与长期利益的关系。其二，群体间存在的理性竞争对个人效率的提升有着显著的效果，应让部分学生摒弃“零和博弈”的错误思维，引导其与他人竞争中相互取长补短，实现互利共赢。

第二，实践层面，要搭建多元平台，优化评价机制。“大学生内卷化”的根源在于学生日渐增长的发展需求与高校有限存量资源之间的矛盾。作为大学生发展的主阵地，在助推其走出“内卷化”困境过程中，首先，高校应合理分配有限的供给资源，将其用于搭建多元平台，拓宽学生发展渠道；例如，大学生

就业指导平台,大学生创新创业服务平台等。其次,教育要回归人的本质,聚焦人的发展。要及时转变以冰冷数字定本领的评价机制,适当改革绩点制,让学生不用分分计较,多选择和学习一些自己真正感兴趣和于自己真正需要的本领;要运用综合的、多维的、正向的评价方式和考核标准让学生进行自我检测。教育评价作为一种手段,其目的是为了鞭策学生,为了让每一个学生都能得到更好的发展,而在现实中,一个好的教育评价却成为了学生争相想要的结果,学生为了获得好的评价,反而阻碍了自身的发展,出现了本末倒置。

4.3. 个人:拒绝无效内耗,专注发展自我

学生个体既是教育的客体,亦是自我教育的主体,应自觉从思想和行为层面慎独自律,砥砺前行。

第一,思想上,学生应拒绝内耗,树立自主发展意识。在大学,部分学生之所有感到自己被“强制劳动”,其实质是其自主意识的丢失。大学生树立自主发展意识,首先,应在适当的时机退出内卷,由内卷参与者转变为内卷旁观者。其次,要开拓视野,寻求更多的外在资源,理性规划自己的人生线路。内卷并非一场只许赢不许输的军令状性质的竞赛,在这条赛道上,周边其实存在许多条可供我们选择的有效路径,例如,创业、考研、出国留学、发展自身特长等。再次,自主发展意识不等于“为自”意识。社会性是人的本质属性,从人类的形成看,“为了在发展过程中脱离动物状态,实现自然界中的最伟大的进步,还需要一种因素:以群的联合力量和集体行为来弥补个体自卫能力的不足”[13]。当今社会,合作对于个人、社会乃至国家的发展都具有重要意义。通过合作,参与者可以共享各自的资源与优势,实现共同进步。在大学,学生群体间的关系从来都不应出现“信任危机”“零和博弈”,彼此合作才是成功的捷径。

第二,行为层面,学生应专注自我,实现自由全面发展。在内卷洪流中,高校大学生学习的本心被冲击的体无完肤,其学习的最终目的不知不觉中落在了绩点、奖学金、工作岗位、保研名额等一系列“个人发展资源”上,学习逐步演变为一种为学习而学习的“假性学习”,个人逐步陷入“虚假发展”的漩涡。学生学习的最大收益应当来源于对真理的追求和对自身三观的重塑与发展,绝非当代部分带有功利主义倾向的大学生所实践的那样——学习仅是一种投资未来的手段。针对内卷现象带来的身心沉沦,高校学生需要破除“假性学习”,回归“真的学习”;需要摒弃结果导向,尊重与追寻真理精神。

5. 结语

作为全面建设社会主义现代化国家,全面推进中华民族伟大复兴的重要智力支撑,新时代大学生身心能否健康发展至关重要。运用马克思主义人学理论分析大学生“内卷化”的现状、问题及成因,进而提出行之有效的缓解策略,是新时代培养造就大批德才兼备的高素质人才的应然之举。

参考文献

- [1] 刘世定,邱泽奇.“内卷化”概念辨析[J]. 社会学研究,2004(5): 96-110.
- [2] 赵洁.“自我异化”与人的复归:“内卷化”的实质、成因和纾解[J]. 理论导刊,2021(10): 101-105.
- [3] 习近平. 高举中国特色社会主义伟大旗帜为全面建设社会主义现代化国家而团结奋斗——在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告[M]. 北京: 人民出版社,2022.
- [4] 马克思,恩格斯. 马克思恩格斯选集: 第1卷[M]. 北京: 人民出版社,1995.
- [5] 袁贵仁. 马克思主义人学理论研究[M]. 北京: 北京师范大学出版集团,2012.
- [6] 马克思,恩格斯. 马克思恩格斯全集: 第3卷[M]. 北京: 人民出版社,1965: 286.
- [7] 马克思,恩格斯. 马克思恩格斯全集: 第40卷[M]. 北京: 人民出版社,1982: 3.
- [8] 徐菁菁,郭子介. 绩点为王: 中国顶尖高校年轻人的囚徒困境[EB/OL].

- https://www.sohu.com/a/419676894_105067, 2020-09-20.
- [9] 马克思, 恩格斯. 马克思恩格斯全集: 第 46 卷下[M]. 北京: 人民出版社, 1980: 113.
- [10] 教育部. 系列高等教育质量报告首次发布[EB/OL].
http://www.moe.gov.cn/jwb_bowfin/aw_FBI/Moe_2069/xwfbh_2016n/bowfin_160407/160407_sfcl/201604/t20160406_236891.html, 2016-04-07.
- [11] 教育部. 2022 年全国教育事业统计主要结果[EB/OL].
http://www.moe.gov.cn/jyb_sjzl/sjzl_fztjgb/202307/t20230705_1067278.html, 2023-07-05.
- [12] 郑永廷. 思想政治教育学原理[M]. 北京: 高等教育出版社, 2018: 3.
- [13] 马克思, 恩格斯. 马克思恩格斯选集: 第 4 卷[M]. 北京: 人民出版社, 1995.