

# 大学生“躺平”心态对高校思想政治教育的影 响研究

李瑞芝, 莫嘉莉, 闵浩哲

山东理工大学马克思主义学院, 山东 淄博

收稿日期: 2024年6月28日; 录用日期: 2024年8月16日; 发布日期: 2024年8月28日

## 摘要

由于外部环境的变化、网络信息技术的发展以及学生自我认知的偏差, 导致以不思进取、得过且过、颓废放弃、瘫软不动等为价值取向的“躺平”心态在大学生群体中兴盛起来。具有“躺平”心态的大学生一定程度上给高校思想政治教育工作带来了挑战, 降低了高校思想政治教育效果、削弱了大学生对高校思想政治教育话语认同感、侵蚀了高校思想政治教育育人环境。为更好地发挥高校思想政治教育的育人作用, 高校思想政治教育工作应该从强化政治教育导向、革新思想政治教育话语表达、营造良好的校园教育环境三方面着手来应对大学生“躺平”心态对高校思想政治教育的挑战。

## 关键词

大学生, “躺平”心态, 思想政治教育, 影响

## Research on the Impact of College Students' "Lying Flat" Attitude on Ideological and Political Education in Higher Education

Ruizhi Li, Jiali Mo, Haozhe Min

School of Marxism, Shandong University of Technology, Zibo Shandong

Received: Jun. 28<sup>th</sup>, 2024; accepted: Aug. 16<sup>th</sup>, 2024; published: Aug. 28<sup>th</sup>, 2024

## Abstract

Due to changes in the external environment, the development of network information technology, and the deviation in students' self-awareness, a value orientation mindset of "lying flat" has

emerged among college students, characterized by a lack of motivation, mediocrity, decadence, and inaction. Students with a “lying flat” attitude pose challenges to ideological and political education in universities, reducing its effectiveness, weakening students’ identification with such education, and eroding the educational environment. To better fulfill the educational role of ideological and political education in universities, efforts should focus on strengthening the political education orientation, innovating the expression of ideological and political education discourse, and creating a positive campus educational environment to address the challenges posed by the “lying flat” attitude among college students.

## Keywords

College Students, “Lying Flat” Attitude, Ideological and Political Education, Impact

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

继内卷、佛系、摆烂之后，一种新的网络流行词——“躺平”开始滋生和蔓延，并在互联网广泛传播。“躺平”指无论对方做出什么反应，自己内心都毫无波澜，对此不会有任何反应或者反抗，表示顺从心理 [1]。在某些语境下，“躺平”也可以理解为一种放弃，就像瘫倒在地，放弃了追求更高目标、成功和进步的渴望。在当今的网络环境中，“躺平”更是被网友们用作一种自嘲和调侃的方式。它代表了一种生活态度，即放弃努力工作与赚取大钱的雄心壮志，转而选择降低自身欲望，以此来减轻生活的压力。这种生活方式可能包括不消费、不工作、不与他人交流，甚至有些人将其发展到不结婚、不生子的地步。“躺平”心态在大学生群体中兴盛一时，部分大学生出现了奋斗意识淡薄、进取心不强等问题。因此如何在“躺平”思想氛围影响下的高校校园里加强思想政治教育，是一个值得深入讨论的问题。

## 2. 大学生“躺平”心态形成的原因

当代大学生产生“躺平”心态和行为并非偶然，是多种因素相互作用、碰撞共同促进形成的。外部环境催生了大学生“躺平”心态，网络信息技术的发展助推了大学生“躺平”心态，自我认知偏差强化了大学生“躺平”心态。

### 2.1. 外部环境催生大学生“躺平”心态

催生大学生“躺平”心态产生的外部环境包括两方面。一方面是多方面的社会压力催生大学生“躺平”心态。当代大学生面临着学业、考研就业、感情等多方面压力，这些压力对于他们的发展提出了更高的要求。然而，在当下同辈间竞争日益激烈、形成所谓“内卷”现象的背景下，部分抗压能力相对较弱的同学，往往容易陷入心灵的迷雾与焦虑的漩涡。他们中有一部分人尽管不懈努力，却仍难以与社会的快速步伐保持同步，遭遇着努力付出与预期回报间的不对等，这无疑是对他们自信心的沉重打击。长此以往，他们可能会感到疲惫不堪，对奋斗的价值产生怀疑，开始深思其背后的真正意义。最终，在一种无力感与迷茫的交织下，他们或许会倾向于选择一种“顺其自然”的轻松姿态，将“躺平”视为对抗当前竞争压力的一种合理的逃避方式，以此寻求内心的片刻安宁。另一方面是家庭思想政治教育不足催生大学生“躺平”心态的产生。许多父母在子女备战高考的关键时期，常以“等你考上大学就轻松了”

作为激励的话语，无形中传递出一种“大学即终点，一切将变得轻松美好”的错觉。这就导致部分大学生进入大学后，在脱离了父母的约束督促后，学生在学习上的一些恶习，例如旷课逃课、违纪违规、通宵打游戏、期末挂科等现象频频出现。从而导致部分大学生因疏于自我管理而出现“躺平”行为和心态。

## 2.2. 网络信息技术的发展助推大学生“躺平”心态

根据中国互联网络信息中心发布的第 53 次《中国互联网络发展状况统计报告》显示“截至 2023 年 12 月，我国网民规模达 10.92 亿人，较 2022 年 12 月新增网民 2480 万人，互联网普及率达 77.5%” [2]。而青年作为网络用户的主力军，成长环境深受网络的影响。在当今网络时代，一方面，部分非主流媒体受“流量为王”的驱使，倾向于传播更具娱乐性和话题性的内容，包括宣扬“躺平”文化的文章与视频，以此吸引公众眼球。对于处于网络空间中的大学生而言，这类内容往往能提供短暂的愉悦与放松，但也可能削弱他们对“躺平”现象的理性审视能力，误导那些思想尚未成熟的学生，导致他们在人生选择上误入歧途。另一方面，互联网技术的飞速发展打破了信息传播的传统壁垒，大学生群体因此可以轻松获取海量信息，并自由表达个人见解与情绪。当他们遇到生活、学习上的困扰时往往倾向于在网络上宣泄。尽管有些言论可能仅代表个人主观感受，但通过网络传播，会引起更多人的情感共鸣，从而无形之中扩大了“躺平”文化的影响力，进一步加深了社会对这一现象的讨论与关注。

## 2.3. 自我认知偏差强化大学生“躺平”心态

自我认知偏差是个体对自我认知不足而产生的一种理想和现实的落差。大学生自我认知的偏差主要体现在两方面。一方面是大学生对社会能做的贡献认识不足。习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立 100 周年大会中指出“青春孕育无限希望，青年创造美好明天”“奋斗是青春最亮丽的底色，行动是青年最有效的磨砺。有责任有担当，青春才会闪光” [3]。这些话语道出了习近平总书记对青年学生的殷切希望，道出了青年学生肩负着实现中华民族伟大复兴的历史重任。然而，当代大学生由于自我的认知不足，无法准确定位自己在社会中的位置和所需承担的社会责任，往往会认为实现中华民族伟大复兴是一件遥远的事情，自己作为大学生所能做的事情也很少，便产生“事不关己，高高挂起”的想法。另一方面，大学生对自己未来认知不足。当代大学生群体在面向未来时，往往怀揣着希望与忧虑交织的复杂心态。大学时期是处于自我认知的探索阶段，他们往往无法正确的认识自己的能力，无法科学的规划自己的未来，进而出现了“眼高手低”与“盲目自大”的倾向，形成了一种理想与现实之间的鸿沟。这种鸿沟不仅让他们开始质疑自己的行为动机与努力的价值，还容易诱发一系列对自己无能、自我贬低等负面情绪的产生。这就导致“当大学生的高层次需要得不到满足时，一些大学生就会为了释放情绪压力，向低层次需要回归，选择‘躺平’来调整或降低自身的期望值” [4]。

## 3. 大学生“躺平”心态对高校思想政治教育带来的挑战

面对以“不思进取、得过且过、颓废放弃、瘫软不动” [1]等为价值取向的“躺平”大学生，为以立德树人为根本任务的思想政治工作带来了一定的困难和挑战。

### 3.1. 削弱了高校思想政治教育效果

新时代加强高校思想政治教育，其中一个重要目的便是培养大学生正确的世界观、人生观、价值观。刚进入大学的大学生，他们的三观还处于不健全的阶段，容易受到各种思想的影响。在世界观上，大学生受到利己主义观念的影响，割裂了个人利益与社会利益的关系，更加重视个人利益的实现。将满足个人欲望、实现个人价值摆在首位，忽视对社会的责任感和使命感。在人生观上，大学生受到消费主义观念的影响，追求舒适与享乐，消极对待努力奋斗，逃避竞争。凭借着父母辈提供的物质基础，不顾自己

的消费能力，在生活中盲目攀比。在价值观上，一部分学生对社会主义核心价值观的认同感降低。市场经济的最大特征是趋利避害。而社会主义核心价值观是以集体主义为导向，追求集体利益，它的最大特征是公私兼行。这与市场经济的价值观是相悖的。理想与现实的冲突使得大学生对于社会主义核心观的认同感逐渐降低。因此做好大学生思想政治教育工作，培养大学生的正确三观至关重要。然而对于那些深受“躺平”思想影响的大学生来说，他们往往缺乏对学习的进取心，对思想政治教育所授内容缺乏学习的兴趣和动力，这将对于实现高校思想政治教育的目的，纠正他们的三观带来难度，思政教育的效果也大打折扣。

### 3.2. 弱化了大学生对高校思想政治教育话语体系的认同感

“躺平”思想在青年一代的流行与发展，会弱化大学生对高校思想政治教育话语体系的认同感。主要体现在：“‘躺平’思想所提倡的观点与大学生思想政治教育的宗旨和目的相冲突”[5]。新时代背景下，深化大学生思想政治教育工作，其核心目标之一在于塑造学生积极健康的心理状态、激发其持续不懈的奋斗精神，并奠定坚实的共产主义信仰基石。与此相反，“躺平”思潮倡导的是一种生活上的消极应对态度，即在学习与生活中采取敷衍了事、缺乏进取心的策略，同时在社会参与层面展现出退缩避世的倾向，削弱了个人责任感与担当精神。这种思潮与高校思想政治教育的核心理念相悖，形成了鲜明的对立面。因此，若任由“躺平”思想蔓延，其倡导的价值观与高校思想政治教育的内在逻辑发生冲突，势必削弱教育内容的吸引力与说服力，进而动摇大学生对思想政治教育体系的认同根基。

### 3.3. 侵蚀了高校思想政治教育环境

“躺平”心态的大学生可能会在校园内形成一种消极、懈怠的氛围，侵蚀了高校思想政治教育环境。这种氛围不仅影响其他学生的学习态度和动力，还可能对校园文化产生不良影响。一方面会影响其他学生的学习态度和动力。“躺平”文化可能导致大学生缺乏对学业的积极态度和奋斗动力。这种心态的传递效应会在学生群体中扩散，当周围的同学表现出对学业的消极态度，不再追求学业进步，而是选择安于现状时，使得原本有积极学习态度的学生可能受到影响，进而降低他们的学习动力。另一方面对校园文化产生不良影响。在高校，大学生会由于现实困难、生活压力等问题产生负面情绪，并将其与同学、朋友相互讨论交流；而由于高校社交圈的相似性、生活环境的统一性，这些情绪背后所反映的问题往往会带有很多共性，从而容易引发情感共鸣，在一定范围内促进了悲观、消极的同辈群体环境的培养与塑造，破坏了积极向上、充满活力的校园文化。

## 4. 高校思想政治教育应对大学生“躺平”心态的策略

高校思想政治教育是根据学生的身心发展情况、心态变化等不断调整教学内容、教学方式、教学方法的教育。因此，高校思想政治教育工作应该强化政治教育导向、革新思想政治教育话语表达、营造良好的校园教育环境三方面来应对大学生“躺平”心态对高校思想政治教育工作带来的困难和挑战。

### 4.1. 强化高校思想政治教育导向，塑造大学生坚定理想信念

在当前社会背景下，面对“躺平”思想对高校思想政治教育效果的潜在削弱，我们迫切需要强化高校思想政治教育的导向作用，以树立大学生正确的世界观、人生观和价值观，并坚定他们的理想信念。首先，我们必须加强高校马克思主义信仰教育。深化大学生对马克思主义哲学精髓的领悟与应用，旨在构筑其稳固的唯物主义认知框架，并提升其辩证分析问题的能力。此举旨在削弱“躺平”思潮中蕴含的唯心主义宿命论观念，同时增强青年学子抵御消极心态的抵抗力。其次，我们应积极推动和加强中国特色社会主义理论教育。依托最新理论成果，深入剖析经济社会发展面临的挑战及其成因与解决方案，以

此巩固大学生对我国社会发展前景的坚定信心与积极预期，助力其塑造积极向上的人生观。最后，必须坚定不移地发挥社会主义核心价值观的导向作用，针对“躺平”文化对高校青年价值观构成的挑战，我们将社会主义核心价值观的培育与实践深度融入高等教育各个环节。此举旨在不仅加强大学生的社会责任感与使命感，还旨在激发他们乐观进取、勇于奋斗的精神风貌，为国家的长远发展培育出更多具备责任感与远大理想的新时代青年。

#### 4.2. 革新高校思想政治教育话语表达，丰富教学多样形态

在“躺平”思潮的渗透下，传统高校思想政治教育的话语体系正面临前所未有的挑战，与学生之间的心理纽带趋于松弛。因此，在深化高校思想政治教育的过程中，我们亟需摒弃保守心态，秉持守正创新的理念，紧密贴合时代脉搏。针对“躺平”话语的兴起，教育工作者需深刻剖析其背后的社会心态与情感动因，将思政教育的话语焦点对准“躺平”现象中的青年群体，确保在坚守教育的政治导向、专业深度与理论根基的同时，探索话语表达与文本展现的新路径。为此，我们应尝试将思政教育内容与“躺平”文化元素相融合，以增强对“躺平”青年的情感联结与理解共鸣。同时，高校需积极拓展思政教育的内涵与外延，以及教学形式的多样性。鉴于“躺平”文化常借时事热点，通过网络表情包、短视频等新颖媒介迅速传播，我们的思政教育亦需相应地进行内容与形式的创新，以有效应对其影响。在推动思政教育实践中，高校应充分利用融媒体矩阵、校园文化节等多元化平台，紧密结合社会热点，以多角度、多层次的方式呈现教育内容，激发学生的多维感官体验，从而全面提升思政教育的渗透力与影响力，有效缩短学生与思政教育之间的心理距离，构建更加紧密、有效的教育互动关系。

#### 4.3. 营造良好的校园教育环境，构筑思想政治教育育人方阵

随着大学生“躺平”心态群体在校园内的影响力不断变大，侵蚀了良好的思想政治教育校园环境，对高校思想政治教育也带来了一定挑战。因此，营造积极向上、充满活力的高校思政教育环境，构筑思想政治教育育人方阵，全方位加强思想政治教育势在必行。一方面，要强调并注重良好校园文化的精心培育。我们可以借助多种渠道和方式，如定期举办校园文化节，利用网络新媒体进行文化宣传，以及组织学生宣讲团进行文化理念的传播，丰富大学生的校园文化生活，培养他们乐观进取的奋斗精神，为他们的成长和发展提供源源不断的精神动力。同时，必须及时识别并处理这些有助于“躺平”文化滋长的校园因素，通过加强教育引导、改善校园文化环境等方式，坚决消灭校园中培育“躺平”文化的土壤，为大学生创造一个积极向上、奋发有为的成长环境。另一方面，打造一个全面而强大的高校思想政治教育队伍矩阵，包括高校思政课老师、学院辅导员、心理咨询团及学生干部等。这支队伍应该具备高度的政治觉悟和丰富的教育经验，能够全方位、多角度地切入大学生思想政治教育过程，为他们提供及时、有效的指导和帮助。同时，这样的体系也将有助于培养大学生的社会责任感、创新精神和实践能力，为他们的全面发展奠定坚实的基础。

### 参考文献

- [1] 朱晨鹏. “躺平”文化背景下高校思想政治教育的应对策略[J]. 理论观察, 2021(11): 40-43.
- [2] 中国互联网信息中心. 第 53 次《中国互联网络发展状况统计报告》[EB/OL]. <https://www.cnnic.net.cn/n4/2024/0322/c88-10964.html>, 2024-03-22.
- [3] 习近平. 在庆祝中国共产主义青年团成立 100 周年大会上的讲话[J]. 中国青年团, 2022(10): 1-5.
- [4] 戴丽莉. 大学生“躺平”现象的形式分类及成因分析[J]. 华章, 2024(4): 18-20.
- [5] 胡锐军. 大学生“躺平”心态的文化根源及其矫治路径分析[J]. 国家教育行政学院学报, 2022(1): 56-64.