

# 新时代大学生修身活动中存在的问题及应对路径

韩彬妮

(合肥工业大学 马克思主义学院, 合肥 230601)

**摘要:**修身为本,德育为先,严以修身是促进大学生健康成长与全面成长的内在之义,也是社会精神文明建设的必然要求。修身有利于大学生养成积极健康的心态、构建和谐的人际关系、形成完善的道德人格,但当前大学生修身的形势严峻,面临着诸多问题,只有通过培养修身意识、提高审美能力、投身社会服务、培养健康的生活方式等路径才能全方位促进大学生道德水平的全面提高。

**关键词:**大学生修身;社会责任;道德品质

**中图分类号:**G416

**文献标识码:**A

**文章编号:**2097-0625(2022)01-0047-04

伴随经济的高速发展,社会思想意识、文化观念也发生着深刻的变革。互联时代,各种思想文化相互交织、渗透,多样化的思潮逐渐在学校蔓延。而当代大学生处于时代的前沿,思维活跃,对新鲜事物具有较强的接受能力,但也最容易受到影响。为使当代大学生保持初心,奋发向上,对大学生进行修身教育显得尤为重要和迫切。修身教育是我国自古以来的教育传统,在中国的传统文化当中,修身成德是中国文化哲学的重要组成部分<sup>[1]</sup>,其价值旨趣在于净化、纯洁自己的心灵,博学于文,择善而从,约之以礼。大学生是当代社会最活跃的力量,肩负着祖国的希望与未来,因此大学生不能满足于知识的供给,更应该注重自身道德素质的提升,自觉加强自我修身。

## 一、大学生修身的价值

当代大学生是民族的希望与未来,在为人民谋幸福、为国家谋复兴的征途上,每一位新时代大学生身上都肩负着重要使命<sup>[2]</sup>。但在市场经济条件下,思想意识受到的冲击也不容忽视。所以,新时代大学生就必须从加强自身素质做起,严以修身,坚持以社会主义核心价值观为指导,不断提升自身思想道德素质。

### (一)修身有利于大学生养成积极健康的心态

修身简单来讲就是修养自己的身心,通过对自身的认识与反省,不断修正自己的方向,进而推动自己朝着正确的道路前进,使得自己的身心达到一个平和

的状态。在大学期间,有些大学生学习动力不足,学习目标指向性不强,对自己的定位与人生方向缺乏正确的认识,于是开始滋生自由散漫的情绪,浑浑噩噩地度过大学时光,极大地阻碍了个人的发展。通过修身可以帮助大学生形成一种平和稳定的心态,能够引导他们形成正确的自我认识,客观地评价自己,并以此来引领大学生做好人生规划。与此同时,修身还可以帮助他们合理地调节情绪,在面对变幻莫测的外界环境时,仍然能够保持着一颗积极向上的心、一种平和稳定的心态去勇敢面对并解决现实的困难。只有当大学生情绪能够得到适度地表达与宣泄,才能够避免由于情绪变化带来的过激行为,保持一种心情上的愉悦,形成积极健康的心态。

### (二)修身有利于大学生构建和谐的人际关系

修身可以帮助大学生构建和谐的人际关系。“己欲立而立人,己欲达而达人”<sup>[3]</sup>。在修身的过程中不仅需要成“人”,更重要的是成“仁”,要做到推己及人,用自己爱心、善心去对待别人以及社会。当今世界充斥着形形色色的诱惑,过分地追求个人主义,在与人交往的过程中只顾及自身的利益,一味地将自己的意愿强加于他人,最终导致人际关系紧张。而修身则可以引导大学生正确处理自己与他人之间的关系,加强他们与同学、老师们之间的联系,使他们在大学校园中能够收获到宝贵的同窗友谊和师生情谊,营造和谐

收稿日期:2021-08-20

作者简介:韩彬妮(1997—),女,安徽合肥人,硕士研究生。研究方向:思想政治教育。

的交往氛围。除此以外,大学生通过文明修身,可以学会从多种角度思考问题并且反省自己。当他们遇到矛盾时,懂得换位思考,能理解别人的苦衷与难处,进而共同解决面临的问题,在解决的过程中促进双方的感情,更有利于和谐关系的形成。

(三)修身有利于帮助大学生形成完善的道德人格

修身可以帮助大学生修复人格上存在的一些障碍,形成完善的道德人格。人格的完善是主体通过自我教育、自我修养,达到道德内化于心的过程,同时也是社会对于主体进行评价以及影响的一个过程<sup>[4]</sup>。大学生通过修身不断地接纳自我、悦纳自我并且适应社会环境。修身既能够帮助大学生正确地认识评价自己,也能够提升其思想道德修养,进而修复他们人格上存在的一些问题。新时代大学生群体中偶发极端化案例,当他们面临考试失利、做了错事被老师责怪或恋爱遭遇挫折时,容易选择采取极端的方式解决问题。归根究底,是因为这些大学生的自我修养还不够高,不知道如何正确地解决问题。通过修身方法可以帮助他们反省自身,学会正确处理事情的方式,这在一定程度上可以帮助他们修复自身所存在的人格障碍问题。与此同时,新时代大学生通过修身可以提高对于社会的观察能力以及适应能力,不断提高自己辨别是非的能力,通过内省于心,促使他们不断完善自身,不断打磨自身的本领,锻炼坚韧不拔的意志品质。

## 二、新时代大学生修身活动中存在的问题

### (一)修身意识有待进一步加强

修身是个人对自我思想和行为的规范和调整,是对自我道德的要求与期待。在信息化高速发展的时代,极少数大学生沉迷于虚拟的网络世界,对国家大事、民族前途漠不关心,虽表现得看似积极向上,但其所作所为,恐怕也只是一个“精致的利己主义者”,为自己谋点私利,让自己以后的路更好走一点;也有人错信蛊惑、谣言,怀疑制度的科学性;也有人满嘴的仁义道德、励志报国,却在大大非面前严重缺乏爱国意识和政治信念,显得麻木不仁,甚至做出一些极不理智的事情,授人以柄。如今的大学校园里,也可能存在一些不良倾向:轻诺寡信;手段各异、层出不穷的作弊手段;请客送礼、花钱买证、弄虚作假。有的学生虽能保持良好的道德风尚,但却对周围的不正之风,

甚至是违法犯罪行为视而不见。除此之外,在校园里乱扔垃圾,随意损坏公物;在教室、图书馆、宿舍楼内等公共场合大声喧哗;缺乏最基本的礼貌,不尊重同学、师长,不尊重他人的劳动成果;在公共场合谈情说爱毫不顾忌等。凡此种种,虽是偶发现象,都体现出某些当代大学生诚信意识缺乏、公德心缺乏的现状。

### (二)社会责任意识和担当意识有待进一步提升

新时代的大学生怀揣着远大理想,渴望能在自己感兴趣的领域闯出属于自己的一番天地,证明自己的价值。于是他们张扬个性,思维和做事风格都追求与众不同<sup>[5]</sup>。年轻人有这种想法、做法可以理解,但是由于受到西方腐朽思潮的影响,个别大学生因此过度以自我为中心,推崇西方的自由主义与个人独立,缺乏大局意识和集体意识,割裂个人与社会之间的联系;在家庭当中忽视父母的关心,与父母缺乏沟通,一味索取却不知感恩;在社会上,面对社会不公漠不关心,对不涉及自己利益的社会问题选择视若无睹,这就失去了本真,与中国传统文化所倡导“仁者爱人”的价值追求大相径庭<sup>[6]</sup>。新时代大学生在张扬自我的过程中缺乏自我约束,过于强调个人价值的实现和个人利益的获得,这是社会责任意识缺乏的外在表现。另外,由于大学生正处于“三观”形成期,极易受到外界各种不良诱惑的影响,个别大学生因此形成了错误的义利观,比如个人享乐主义、拜金主义、爱慕虚荣等。少数大学生一味地追赶潮流,不顾自身以及家里的经济状况是否能够承受,利用上课时间去校外兼职,更有甚者通过网络贷款以获取资金,债台高筑,甚至在校园贷款中上当受骗,最终付出惨痛代价。当少数大学生为了个人的利益而不惜采取一些非常规的手段以及渠道,幻想能够在不付出劳动的情况下轻而易举地获得利益时,这种错误的义利观会让他们在个人修身的过程中丢失自我,放弃对道德信仰的追求,甚至导致走上违法犯罪的不归之路。这将会对社会经济的发展以及社会人才队伍建设带来不利的影响。

### (三)是非辨别的能力有待进一步提高

在当今大学教育中,教师传授给学生专业的学科知识,希望他们能够学有所成,并且将所学的专业知识运用到今后的工作当中。但是如果对学生的教学只停留在专业课的知识层面,缺少对学生的道德引

领,这必然导致大学生缺乏辨别外界事物的是非观念与判断能力,进而使得大学生易于盲目从众,对哪些事情该做、哪些事情不该做无法做出正确的判断,产生内心意志与实践行为背道而驰的现象。由于有的大学生个人意志力尚薄弱,是非难辨,做事时容易意气用事,莽撞冲动,最终导致他们对自身价值的实现以及自我修身教育失去信心,对社会发展产生不利的影响。

#### (四)健康的生活方式有待进一步养成

不良的生活习惯已经成为众多大学生身上普遍存在的问题,新闻报道以及网络媒体上均曾报道过大学生因熬夜而猝死等一系列相关事件。进入大学阶段,许多大学生才刚刚脱离父母的怀抱,他们一直以来都是在父母的悉心照顾之下生活、成长的,也从未离开过家乡去异地求学。由于长时间地处于被照顾的环境之下,没有独自生活经历,有的大学生自身难免缺乏必要的生活自理能力。在这样的背景下,大学生的生活方式不可避免地暴露出诸多问题。在大学生群体中,熬夜现象屡见不鲜。习近平主席曾告诫当代青年不要经常熬夜,要学会合理安排自己的学习与娱乐的时间,根据自身的具体情况进行实时地调整,养成良好的作息习惯。随着网络媒体的快速发展,新时代大学生购物以及饮食方式也随之产生很大的转变,形成了一种“宅”文化,也就是足不出户,在网络上进行购物和点餐。大学生们长期以来形成的这种宅在宿舍的生活习惯,导致自身锻炼的意识逐渐丧失,身体素质也随之每况愈下。

### 三、新时代大学生有效修身的路径

基于对大学生修身现状的分析,新时代大学生需要通过修身来内化自己的道德规范,通过自身的勤奋努力,最终提升自己的道德修养,成为德才兼备的人才。那么,新时代大学生该如何进行自我修身,通过哪些途径进行有效修身呢?

#### (一)自觉培养修身意识

“君子慎其独也”,作为新时代大学生,应当秉持“慎独自律”的修身意识,经常反省自己,对于自身存在的不良行为要及时纠正,懂得克制自己内心的欲望,自觉地遵守伦理道德规范,即使在自己独处时也不可有一丝一毫的松懈,必须时刻对自我的思想道德意识进行自省自律。当面对外界不良的诱惑时,要学会分辨,运用理性思维,克制冲动的行为,以免遭到错

误思想的毒害。与此同时,要自觉地把优秀的思想道德品质内化为自身的坚定理想信念。曾子曰:“士不可以不弘毅,任重而道远,仁以为己任,不亦重乎?死而后已,不亦远乎?”<sup>[1]298-302</sup> 一个道德高尚的人,必定心中怀着崇高的理想信念,并为之奋斗终生。

#### (二)提高辨别是非能力

大学生辨别是非能力是可以通过后期培养出来的。在纷繁复杂的世界中,假象往往会覆盖住真正的美的事物,而我们则要有一双辨别是非的眼睛,在杂乱世界中分辨出真正的美好事物。新时代大学生通过增强自身的是非辨别能力,提升道德品质修养,有助于他们提高对于美好的感悟力以及鉴赏力,陶冶自身的情操。大学生辨别是非的能力培养可以从以下几个方面着力。首先,要提高自己的独立思考的能力,当遇到问题时,不要完全寄希望于别人的帮助,无论对错要先有自己的独立思考。大学生要善于运用联想的发散以及发散后的归纳方法,这样也就锻炼了独立思考、分析问题和解决问题的能力。其次,要多总结经验,多分析自己的长处和成功的经历,以成功促成功,以成功体验的积累增强自信心。当大学生对自己有了足够的自信心,那么做什么也就显得有主见,明辨是非的能力自然而然“水涨船高”。

#### (三)积极投身社会服务

在人类命运共同体的背景下,个人的发展与社会的进步紧紧地绑在了一起。作为新时代大学生,在享受权利的同时也要积极地履行义务,主动地承担起必要的社会责任,以一颗诚挚的心参与社会实践活动,通过志愿服务活动来进一步提升自身思想道德修养。志愿服务活动符合时代发展需求,是弘扬社会道德、互助精神的重要载体。积极参加社会服务可以增强新时代大学生的社会责任感、使命感。在志愿服务活动的过程中能够将理论与实践相对照,对社会形成更加深刻的理解,还可以根据在社会服务中遇到的问题进行自我反省并加以调整。在大学生们无私奉献的同时,他们能够获得来自社会上许许多多的道德称赞与感谢,这在一定程度上,又让他们在无偿付出的同时感受到道德的无形价值魅力,从而激励着他们积极主动地去找寻机会实现自身价值<sup>[7]</sup>。

#### (四)培养健康生活方式

培养健康的生活方式对于新时代大学生来说至关重要。自我修身的首要前提是身体修养,拥有健康



强壮的身体是拥有健康精神的前提,只有拥有健康的身体,才能够进行其他一系列的道德实践活动。再者,培养良好的生活习惯,提升自身的身体素质成为新时代大学生进行自我修身的关键<sup>[8]</sup>。要合理有效地安排自己的作息时间,统筹学习与娱乐的时间,养成良好的作息习惯;加强自身锻炼,提升自己的身体素质,积极投身到体育活动中,在强身健体的同时能够获得精神上的快乐。

#### 四、结语

大力弘扬社会主义核心价值观是新时代的要求,大学生修身是社会主义道德培养的重要一环<sup>[9]</sup>。本文从研究大学生修身教育的意义出发,分析大学生修身的现状,并针对存在的问题提出通过培养修身意识、提高审美能力、投身社会服务、培养健康的生活方式等路径来提高大学生的修身水平,期望能够给予大学生的修身带来一些参考建议。

#### 参考文献:

- [1] 徐柏才,魏大江.中国传统修身思想对当代公民道德建设的启示[J].西南民族大学学报(人文社科版),2008,29(12):298-302.
- [2] 魏雷东.论社会转型期大学生道德自我教育[J].河南师范大学学报(哲学社会科学版),2009,36(2):221-224.
- [3] 杨伯峻.论语译注[M].北京:中华书局,2014:139.
- [4] 刘丽.当代大学生修身教育研究[D].上海:华东师范大学,2018:22-25.
- [5] 赵丹.孔子修身思想融入大学生个人品德教育研究[D].天津:河北工业大学,2015:17-26.
- [6] 杨伯峻.孟子译注[M].北京:中华书局,2014:152.
- [7] 方年根,戴黎桐.立德树人与大学生文明修身教育[J].思想教育研究,2017(3):108-112.
- [8] 黄志坚.崇德修身:青少年核心价值观养成之道[J].中国青年研究,2015(7):52-55.
- [9] 鲍硕来,陈俊.社会主义核心价值观内化为大学生修身教育的路径思考[J].思想理论教育导刊,2015(1):128-131.

## Problems and Countermeasures of College Students' Self-cultivation Activities in the New Era

HAN Binni

(School of Marxism, Hefei University of Technology, Hefei 230601, China)

**Abstract:** Self-cultivation is the foundation and moral education is the first. Strict self-cultivation is the inner meaning of promoting the healthy and all-round growth of college students, and it is also an inevitable requirement for the construction of social spiritual civilization. Self-cultivation helps college students develop a positive and healthy attitude, build harmonious interpersonal relationships, and form a perfect moral personality. However, the current situation of college students' self-cultivation is severe and they are faced with many problems. Only by cultivating self-cultivation consciousness, improving aesthetic ability, devoting to social service and cultivating healthy lifestyle can the moral level of college students be improved in an all-round way.

**Keywords:** college students; social responsibility; moral quality

[责任编辑 汤诗华]