



山西省社会学学会教育文化专业委员会 协办



第 215 期 投稿邮箱: kxdb_box@163.com 国内统一刊号 CN14-0015 邮发代号: 21-1030 网址: http://www.xdxzw.com.cn

本期话题

在迷失中重建生命坐标

——破解青少年“四无”困局的创新探索

策划 刘田茵

清华大学彭凯平教授团队对 42 万中国中小学生的追踪调查,如同一面棱镜,折射出当代青少年成长的隐忧——“四无”现象正在悄然蔓延:学习失去内生动力,沦为应付考试的机械动作;对真实世界的花草树木、人情往来日渐疏离,却在虚拟空间里消磨时光;社交场合手足无措,连一句完整的话都显得生硬;更有甚者,在物质丰裕的生活中追问“人活着有什么意义”。这不是个别孩子的偶然状态,而是一个需要全社会警惕的时代命题:当我们的教育灌输了知识,却为何让生命本身变得空洞?

一无——对学习无动力:从“求知者”到“任务执行者”的异化

“我不是不想学,是学不进去。”坐在心理咨询室里的初三学生小航,手指无意识地抠着桌角。他的书包里装着七本习题集,周末被四个辅导班填满,但成绩单上的数字依然在及格线边缘徘徊。“反正考不好会挨骂,考好了也只是换来一句‘别骄傲’,学不学好像没区别。”

学习动力的丧失,本质上是教育目标的错位——当分数成为唯一的衡量标准,知识便失去了滋养心灵的力量,沦为需要跨越的障碍。

当代教育中,“唯分数论”的评价体系像一张密不透风的网,将孩子的学习行为牢牢捆绑。幼儿园开始的“幼小衔接”,小学阶段的“奥数冲刺”,中学时期的“衡水模式”,层层加码的竞争让学习变成了一场没有终点的马拉松,孩子们只顾着埋头奔跑,却忘了为何出发。

更令人忧心的是,这种动力缺失会形成恶性循环。当孩子多次体验“努力也无法达到预期”的挫败感,大脑会启动“自我保护机制”——通过“不想学”来逃避可能的否定。就像被反复浇水却不见开花的植物,最终会停止生长的渴望。

从“要我学”到“我要学”的唤醒

破解学习无动力的关键,在于重建知识与生命的连接。上海某中学开展的“项目式学习”给了我们启示:在“社区水资源调查”项目中,学生们需要自主设计问卷、采集样本、分析数据,最终向居委会提交改进方案。参与项目的学生小乐说:“原来化学课本里的‘PH 值’不是枯燥的数字,它真的能解释为什么小区池塘的水会发绿。”

这种连接的本质是赋予学习意义感。当孩子发现,课本上的公式能解决生活中的问题,历史故事能照亮当下的选择,语言文字能表达内心的情感,学习就会从“任务”变回“工具”,从“负担”转为“乐趣”。

父母和教师的角色也需要转变。与其追问“这次考了多少分”,不如好奇“你今天学到了什么有意思的东西”;与其指责“这道题怎么又错了”,不如探讨“你觉得问题出在哪里”。这种态度的转变,传递的是对“学习本身”的尊重,而非对“学习结果”的功利追求。正如教育家苏霍姆林斯基所说:“教育的技巧不在于传授本领,而在于激励、唤醒和鼓舞。”

二无——对真实世界无兴趣:虚拟沉迷背后的感官退化

14 岁的小雨有个特别的爱好:收集各种仿真植物盆栽。她的书桌前摆满了塑料多肉、假绿植,却从不给阳台上妈妈种的真花浇水。“真花会枯萎,会生虫子,虚拟的永远是完美的。”她每天花四五个小时在虚拟农场游戏里“种菜”,却认不出小区里常见的梧桐树。

广州某儿童医院的案例显示,近年来“触觉防御症”儿童数量激增——这些孩子讨厌泥土的黏腻感、阳光的灼热感、树叶的粗糙感,只愿意触摸光滑的屏幕。医生分析,这与他们童年时期缺乏户外玩耍、过度接触电子设备密切相关。

更深层的原因是真实世界的“即时反馈缺失”。在游戏中,完成任务能立刻获得金币奖励,击杀对手能瞬间提升等级;而在现实中,种下种子要等很久才能发芽,解决问题需要反复尝试。这种反馈速度的落差,让习惯了“即时满足”的孩子难以忍受真实世界的“延迟回报”,从而选择退回虚拟的“可控环境”中。

重建与真实世界的感官连接

治愈“真实世界无感症”的良药,是让孩子重新成为“用身体思考”的人。这种连接不需要刻意设计,



该图由 AI 生成

生活中的细节就能成为桥梁。带孩子去菜市场闻闻鱼腥草的气味,让他们触摸不同布料的质感,和他们一起听雨声敲窗的节奏,这些看似微不足道的感官体验,能唤醒身体对世界的感知力。

父母的示范作用同样重要。如果家长下班回家就刷手机,却要求孩子“多出去走走”,显然难以奏效。北京某家庭的做法值得借鉴:每周设立“无屏幕日”,全家一起去公园观察昆虫、去厨房学做一道菜、去社区参与志愿服务。父亲王先生说:“一开始孩子很抗拒,但当他第一次亲手摘下自己种的西红柿,那种成就感是游戏给不了的。”

三无——社交无能力:从“面对面”到“屏对屏”的疏离

“我不知道该说什么。”在一次班级组织的敬老院慰问活动中,初二学生小哲站在老人面前,憋了半天只说出这句话。他能在微信群里妙语连珠,发各种搞笑表情包,却无法自然地与长辈进行一次眼神交流。

社交能力的退化,本质上是情感连接能力的弱化。当面对面的沟通被表情包替代,深度的交流被碎片化信息消解,孩子们逐渐失去了理解他人情绪、表达自我感受、建立情感共鸣的能力。

更严重的是,算法推荐正在塑造“信息茧房”式的社交。孩子们只愿意和观点一致的人交流,对不同意见缺乏包容;习惯了“一键拉黑”来解决冲突,而不是学习沟通和妥协。这种“理想化社交”一旦遇到真实世界的复杂性——比如朋友的误解、老师的批评、陌生人的差异,就会因缺乏应对能力而选择逃避。

重建真实社交的情感肌肉

社交能力就像肌肉,需要在真实互动中锻炼。深圳某中学开展的“同伴互助计划”很有启发:让学生轮流组织主题班会,从策划流程、邀请嘉宾到现场主持,全程自主完成。负责组织“环保主题班会”的小张说:“一开始我很怕没人配合,但当我真诚地向同学求助时,大家都愿意帮忙,那种被需要的感觉很奇妙。”

家庭是社交能力培养的第一课堂。很多父母只关注孩子的学习成绩,却忽视了餐桌上的交流、邻里间的问候、亲友间的往来这些“社交练习”。其实,让孩子参与家庭讨论,比如“周末去哪里玩”“买什么牌子的冰箱”,能培养他们表达观点的能力;让孩子帮忙招待客人,学习端茶倒水、礼貌问候,能积累社交经验;甚至让孩子参与解决家庭小矛盾,能学会理解不同立场。

学校和社会也需要创造更多“真实社交”的场景。比如组织小组合作完成项目,让孩子们在分工中学习沟通;开展志愿服务活动,让他们在帮助他人中体会共情;举办辩论比赛,让他们学会尊重不同意见。这些经历会让孩子明白:社交不是完美的表演,而是真实的连接;不是意见的统一,而是差异的共存。

四无——生命无意义感:在物质丰裕中寻找存在的坐标

“活着有什么意思呢?”当 15 岁的小宇在日记本上写下这句话时,他的房间里堆满了最新款的球鞋和游戏机。父母给他提供了优渥的物质生活,却从未和他讨论过“什么是有价值的人生”。

生命意义感的缺失,是精神世界的“营养不良”。当物质需求被轻易满足,而精神追求没有建立,孩子们就会陷入“存在性危机”——不知道自己是谁,要到哪里去,为什么而活。

当代社会似乎给孩子设定了单一的“成功模板”:考上好大学,找到好工作,赚很多钱。这种功利化的目标导向,让成长变成了“达标竞赛”,而非“自我探索”。当孩子发现自己只是在复制别人的生活,而非创造自己的价值时,虚无感便会油然而生。

更深刻的原因是“比较思维”的泛滥。社交媒体上的“完美人生”、学校里的排名竞争、邻里间的“别人家的孩子”,让孩子们习惯了用他人的标准来衡量自己的价值。当他们发现自己永远无法达到“最好”时,就会怀疑自身存在的意义。

重建意义感:在“给予”与“创造”中锚定自我。生命意义感的建立,来自三个维度:与他人的连接、对事业的投入、对困难的超越。这需要引导孩子去“索取”之外,体会“给予”的快乐;在“消费”之外,感受“创造”的价值;在“顺利”之外,理解“挫折”的意义。

父母可以从日常小事入手,帮助孩子建立意义感。比如,让孩子参与家庭决策,让他们感受到自己是家庭的一份子;鼓励孩子发展一项爱好,让他们在投入中体会专注的快乐;引导孩子面对挫折,让他们明白“克服困难”本身就是成长的意义。更重要的是,要允许孩子“慢慢来”。生命意义的探索不是一蹴而就的,它需要时间和空间去试错、去体验、去反思。

就像登山,重要的不是尽快到达山顶,而是在途中感受风的方向、花的芬芳,找到属于自己的风景。

破局之道:在教育中注入“心灵养分”

破解青少年“四无”现象,不能头痛医头、脚痛医脚,而需要从教育的底层逻辑入手——我们培养的不是“考试机器”“精致的利己主义者”,而是有好奇心、有共情力、有责任感、有精神追求的完整的人。

彭凯平教授在谈及“四无”现象时强调:“青少年的心灵就像土壤,需要阳光、雨水和养分才能生长。当我们只关注上面的‘果实’(成绩),而忽视土壤的健康,最终只会收获贫瘠。”“破解‘四无’困局,本质上是重建教育与生命的连接——让学习回归好奇的本质,让社交回归情感的温度,让生活回归意义的追寻。”

每个孩子都曾对世界充满好奇,他们会追问“星星为什么会发光”,会为一只受伤的小鸟流泪,会为自己的发现欢呼雀跃。或许,我们不需要做太多,只需要保护好这份初心,让他们在真实的世界里,慢慢找到自己的热爱,建立自己的连接,发现自己的意义。这,才是对生命最好的滋养。

太原市第三十六中学校三立南校区初一学生在暑期社会实践中增长才干

科学导报讯 为全面落实立德树人根本任务,引导学生树立正确的劳动观念,提升劳动技能,培养社会责任感,太原市第三十六中学校三立南校区初一年级的同学们在这个火热的假期,走出家门,深入社会,积极参与了形式多样的暑期劳动实践活动。他们以汗水浇灌成长,用行动诠释担当,在劳动实践中收获了别样的精彩。

有的同学化身“城市美容师”,主动承担起清洁公共环境的责任。他们带着扫帚、抹布、水桶等工具,走进社区、街道,认真擦拭公共自行车站点、清理车筐灰尘、维护公示版面的整洁明亮,甚至走进运动场地,捡拾垃圾、擦拭健身器材。看似简单的清扫工作,不仅美化了生活环境,更让同学们体会到维护公共环境卫生的不易,增强了爱护公物、珍惜劳动成果的意识。

有的同学勇敢地尝试了不同的社会角色。他们跟随街头保洁员,顶着烈日清扫路面、分类垃圾,感受城市“美容师”的辛劳;走进图书馆,学习图书分类、整理上架、引导读者,体验“知识守护者”的细致与耐心。通过沉浸式的岗位体验,同学们深刻理解了平凡岗位的伟大与不易,也锻炼了沟通协作能力和服务他人的意识。

充满热情的同学们走进了博物馆、科技馆或本地知名景点,担任起了“小小讲解员”。他们提前查阅资料、熟悉展品、精心准备讲解词,用自信大方的姿态和通俗易懂的语言,介绍历史文化、科学奥秘或地方特色。这是知识的输出与传播,但更锻炼了同学们的语言表达能力、临场应变能力 and 公众演讲能力。在传递知识的同时,也增强了文化自信和服务社会的自豪感。

也有同学们将爱心与关怀带进了幼儿园和老年公寓。在幼儿园,他们化身“孩子王”,陪小朋友做游戏、讲故事、整理玩具,感受童真与活力;在老年公寓,他们耐心陪老人聊天、读报、打扫房间、表演节目,用青春的热情温暖长辈的心。志愿服务活动是爱的传递与责任的担当。它让同学们学会了关爱他人、尊老爱幼,培养了同理心和奉献精神,深刻体会到“赠人玫瑰,手有余香”的快乐。

(通讯员 张艺萱)

太原市迎泽区小五台小学党支部党性修养“充电” 创新思维“续航”



科学导报讯 “培养什么人、怎样培养人、为谁培养人”,这是教育工作者永恒的考题。近日,太原市迎泽区小五台小学党支部以主题党日为契机,解锁“学思用贯通”的答案:在党课中明晰“为谁育人”的方向,在数字体验中探索“怎样育人”的路径,让每一位党员教师都成为党性修养的践行者、责任担当的示范者。

活动伊始,党支部书记黄梅以“以情润心正作风 以规明纪担使命——践行中央八项规定精神筑牢新时代党性根基”为题讲专题党课,阐释中央八项规定精神内涵与要求,强调党员教师应厚植为民情怀,严守纪律规矩,在教育一线锤炼党性、担当育人使命。

理论学习后,党员走进山西文旅数字体验馆,借助数字投影、VR 等技术,感受数字技术赋能下山西的自然与文化魅力。此次体验让党员直观理解创新驱动发展战略与文化自信内涵,激发其创新教育教学、提升育人本领的热情。

专题党课里的字字箴言,数字体验中的声声惊叹,都化作党员教师心中滚烫的教育初心。未来,小五台小学党支部将继续以红色为笔、以创新为墨,在教育长卷上勾勒信仰底色,让党员教师实践成果化作春风,吹拂每一寸育人沃土,为学校发展书写永不间断的奋进篇章。

(通讯员 王德骏/文·图)



网易山西
科教频道



扫码可查询论文



现代教育微信公众号



现代教育
周刊数字报



现代教育微博



现代教育
投稿微信号



立媒报业公众号



校园新动向



现代教育微信
(今日头条)

本版组稿
黄晶 张敏