

文章编号:2095-0365(2016)01-0096-05

论挫折教育在大学生生命教育中的重要地位及其实现途径

吴玉梅

(广东石油化工学院高州师范学院社科系 广东 高州 525200)

摘 要:大学生挫折教育不仅是十分必要的,而且应该成为大学生生命教育的核心内容。挫折教育的目的在于引导大学生以坚强的意志和平常心对待各种挫折;志存高远,胸怀天下,坚信每个人都能为社会做贡献;以乐观心态看待就业问题;相信每个人都有无限的潜能。为此,高校要通过开展革命烈士、英雄事迹的宣传教育活动,培养大学生的爱国主义情怀;组织大学生参加各种社会公益活动,培养大学生的奉献精神;倡导人生而平等,不以职业高低分贵贱,培养大学生的生命平等意识;让大学生参加各种各样的劳动,培养他们的艰苦奋斗精神,提高大学生的抗挫折能力。

关键词:挫折教育;大学生;生命教育

中图分类号:G641 **文献标识码:**A **DOI:**10.13319/j.cnki.sjztdxbskb.2016.01.18

近年来,不管是在高校象牙塔内部,还是在毕业后的就业岗位上,少数大学生采取极端方式放弃生命现象越来越受到社会的广泛关注,也是高校大学生生命教育亟待解决的问题。在少数大学生极端行为的背后,挫折教育就显得尤为突出,或者说,是大学生挫折教育缺失的结果。

一、在大学生生命教育中渗透挫折教育的必要性

很多人包括大学生自己都认为,大学生在踏进大学校门之前,就已经年满十八周岁,是成年人了,他们有足够的解决生活中各种各样的问题,而不需要借助外力。事实证明,不少大学生在面对学业、就业以及生活中的各种问题时,一旦遇到挫折,仍然显得手足无措,甚至一筹莫展。又因缺少与知心好友的沟通和交流,而让自己陷入孤立无助的境地,直至思维陷入死结而心中的郁闷情绪难于排解。此时,少数大学生就会以极端方式发泄自己的情绪或者自暴自弃。因此,在大学

生生命教育中,挫折教育尤其重要。

(一)抗挫折能力差,严重威胁大学生的生命安全

生命教育本应是家庭教育、中小学教育的核心内容。^[1]尤其是挫折教育,更应该从小抓起。但是,长期以来我国受应试教育的影响,重知识技能的传授而轻人文情怀的培养,加上家庭和社会在教育上的功利追求,致使与个体生命息息相关的挫折教育缺失。使得挫折教育在高校生命教育中日益迫切和突出,大学成了挫折教育的最后堡垒。一般学生在幼儿园、小学到中学的整个成长过程中,学习时间占了70%以上,绝大部分时间是在校园中度过,极少接触社会,人际关系和社会关系相对单纯,遇到的挫折也少。在此期间有的也只是学业上的一些挫折,这些挫折毕竟还没有与就业挂钩,与学生的前途命运也没有直接的联系,因而对学生的心理打击也相对小些。但大学的学习生活与此前的学习生活迥然不同,更多的

收稿日期:2015-03-25

作者简介:吴玉梅,(1973)女,副教授,法学硕士,主要从事马克思主义理论与思想政治教育研究。

基金项目:2015年度茂名市哲学社会科学规划研究项目“高校危机管理视域下的大学生生命教育研究”(2015YB17)

本文信息:吴玉梅.论挫折教育在大学生生命教育中的重要地位及其实现途径[J].石家庄铁道大学学报:社会科学版,2016,10(1):96-100.

大学生首次远离父母和家乡,到一个完全陌生的地方去求学和生活,骤然要面对很多复杂的学习生活问题,会感到孤立无助,解决起来也会感到力不从心。或因眼前的大学与理想中的大学相去甚远而形成巨大的心理落差;或因失恋挫折带来情感的重大失落;或因学业受挫而完全否定自己的学习能力;或因就业不顺而对前途感到悲观失望,丧失理想和追求。所有这些,都有可能改变大学生对整个社会以及人生的看法,一旦思维出现了偏差,陷入死胡同而不能自拔,内心也会陷入极度绝望之中,并由此带来突发的极端行为。因此,抗挫折能力差,严重威胁着大学生的生命安全。

(二) 社会攀比心理营造的舆论氛围,给大学生带来巨大的心理压力

受中国传统习俗影响,“学而优则仕”的思想对广大中国人有着根深蒂固的影响,即使生活在高科技时代的现代大学生也难于幸免,足见其影响之深远。不管乡村还是城市,亲朋好友闲聊时,除了要攀比谁家更加富有,就是谁家的孩子学业成绩更好,读的中学、大学更有名气。在很多人的心目中,名牌大学生就是成功的象征,名牌大学生等同于崇高的地位,高薪、舒适的工作,理想和追求得以实现,人生抱负得以充分展现。普通高校的大学生在人们心目中的地位仅次于名牌大学生。总的来说,认为大学生比非大学生拥有更远大的前途,更美好的生活愿景,更幸福的人生。受这些社会惯性思维和舆论氛围的影响,几乎所有的家庭都八仙过海,各显神通,倾其所有支持孩子读书,即使砸锅卖铁也在所不惜。因为,对于历尽苦难的家长来说,孩子不仅仅是他们的生命的延续,更是他们人生抱负的传承者,是他们的理想追求的承载者。尤其是农村家庭,绝大部分父母无私奉献的背后,是他们不希望孩子再重复自己的苦难之路。由此,生活在高校象牙塔内的大学生,理所当然地以高标准、严要求来约束自己;理所当然地认为自己比同龄的非大学生拥有更广阔的人生道路,更广阔的就业空间,更幸福美好的前程。正因如此,大学生比普通人承受着更大的心理压力。他们个体身上,不仅仅承载着个人的前途命运,也承载着父母的欣欣期望。由这样的社会、家庭和个人三剑合璧营造的生存空间,令大学生们感到难于承受之重。

(三) 激烈的就业竞争,给大学生带来强烈的挫败感

当前,大学生就业形势非常严峻,仅仅是2013年大学毕业生人数就达到了700万人;近两年更多,2015年甚至达到749万人;再加上往届待业的毕业生,需就业人数更多,人才竞争达到了前所未有的激烈程度。面对人数众多的大学毕业生,用人单位的招聘门槛也相应地提高,更有不少用人单位明确提出不招聘专科毕业生。为了增加就业筹码,部分专科生拼足了劲使自己成为本科生,本科生也极力使自己成为研究生。及至就业,仍然存在很多超乎想象的影响就业的不确定因素。一方面,在就业过程中所谓的“官二代”、“富二代”玩的“拼爹”游戏与普通家庭出身的大学生风马牛不相及,毫不沾边;另一方面,他们攒足了劲拿回研究生学历,却蓦然发现,他们面对的就业环境并不比三年前好,他们能够选择的工作跟当年本科毕业的时候差不多,他们甚至惊奇地发现,他们能找到的工作还不如本科毕业时好。依此类推,本科毕业生的工作专科毕业生就能够完全胜任,专科毕业生的工作高中生去做就卓卓有余。于是,新的“读书无用论”又在社会上沉渣泛起。所有这些,都让大学生感受到强烈的挫败感。它使大学生自身所特有的优越感顷刻间荡然无存,自信心也一落千丈,彷徨无助而难于自拔,甚至威胁大学生的生命安全。

二、挫折教育应成为大学生生命教育的核心内容

(一) 以坚强的意志和平常心对待人生中遇到的各种挫折

古人云:“人生不如意事十之八九。”^[2]高校要引导大学生懂得,平凡是生活的常态,挫折是每个人一生中不可缺少的一部分,人生没有完美境界,每个人都面临着各种各样的烦恼:工作上杂乱的琐事,身体上偶尔的小疾,感情上的磕磕碰碰……生活中的麻烦一个接着一个,你按下葫芦,却浮起了瓢。顺境与逆境总是相伴相生,如影随形。人们多喜欢顺境,憎恨逆境,但挫折的存在不以人的意志为转移,只是在不同人的身上出现的时间不同,表现的形式不同而已。大学生活中所遇到的学业挫折、感情挫折、就业挫折等等,都是生命中

赖以表现自己韵律的一部分,每一个人都有可能遇到,而不会因为是大学生的网开一面。因此,每个人都要坚强地面对,以豁达、从容的心态面对人生。“古之立大事者,不惟有超世之才,亦必有坚韧不拔之志。”^[3]要让大学生深刻认识到:计划不如变化快,生活中很多事情是不以人的意志为转移的,我们每一个人不可能在每一件事情上都获得成功;同样,周围的人和事物的表现和发展也不可能以我们的意志为转移。所有成就丰功伟绩的人,不仅仅有超凡出众的才能,还一定有敢于面对问题、解决问题的勇气和坚忍不拔的意志。以此引导大学生培养坚强的意志,以平常心对待人生中遇到的各种挫折,增强大学生的生命韧度。

(二)志存高远,胸怀天下,相信每个人都能为社会做贡献

顾炎武曾经说过,天下兴亡,匹夫有责。当代大学生是国家的栋梁,民族的脊梁;是祖国的未来,民族的希望,肩负着中华民族伟大复兴的历史重担。理应放眼世界,胸怀天下,将个人的前途命运和国家、社会的发展前景紧密联结在一起。并审时度势,主动适应社会。高校要向大学生传授这样的理念:社会总在不断地向前发展,每一个时代都有它自身的特点。每一个时代的大学生所面对的国际国内的形势不同,社会环境条件不同,因而每一个大学生身上都会打下时代的烙印,不同时代的大学生经历的成功与挫折也不一样。相同的是,每一个大学生都必须勇敢面对和主动适应他们所处的时代,并努力发展自己的事业。虽然今天的大学生为了就业而劳碌奔波,甚至为找不到一份理想的工作而迷茫彷徨,但是谁都不可否认,若干年后,年富力强的大学生们都会成为国家建设各个部门的骨干和精英,成为推动社会发展的中流砥柱,成为推动历史进步的滚滚洪流。通过灌输这样的一些理念,让大学生深刻认识到,个人的发展与国家的前途命运息息相关,增强他们的社会归属感,更不敢自轻自贱,自暴自弃。个人的力量尽管微薄,尽管渺小,但众人拾柴火焰高,社会的发展正是靠无数个体的合力推动。

(三)杜绝眼高手低,以乐观心态看待就业问题

尼采曾经说过:“一棵树要长得更高,接受更多的阳光,那么它的根就必须更深入黑暗。”^[4]同

理,一个人要想成功,则要把心放在高处,把手放在低处,这是成大事者必备的一种素质。即通过一个个具体的行动去实现自己的远大理想,而不是眼高手低,好高骛远。有不少刚刚毕业的大学生自以为读了不少书,长了不少见识,就好高骛远起来,认为自己奉献远多于索取,对自己已经得到的也越来越不满意。几年过去了,自己越想得到的却越是得不到,于是不知足、不平衡的心理就产生了。“海纳百川,有容乃大。”大海之所以伟大,滋养着众多生灵,是因为它的位置最低,以其最低成就其伟大。^[5]很多高贵的品质都是由低就的行为达成的。要想高成,须得低就。绝大多数成功人士都是由低调做事开始一步步走向人生至高点的。而一些大学生不能摆正自己的位置,自以为是、好高骛远,小事不屑做,大事做不来,到头来一无所获。只有把自己的位置放得低一些,脚踏实地,一步一个脚印努力攀登,才能成功到达顶峰。在生命的历程中,那些自以为才华横溢却好高骛远的人,总是像流星一样转瞬即逝。只有脚踏实地、勤劳苦干的人,其人生才会因其付出与努力而熠熠生辉。

(四)相信“凡事皆有可能”,每个人都有无限的潜能

成功和失败具有相对性,任何成功都是相对的成功,任何失败都是相对的失败,又因成功和失败可以相互转化,所以没有任何理由在挫折面前灰心丧气,一蹶不振,要相信“凡事皆有可能”,每个人都有无限的潜能。著名的世界级电影巨星史泰龙,父亲是个赌徒,母亲是个酒鬼,自幼在父母的拳打脚踢中长大。高中辍学后就流落街头,过着无聊透顶又让绅士淑女们看不起的街头鬼混的日子。于是他决心改变自己,走一条与父母迥然不同的道路。对他来说,从政的可能性几乎为零;学历和文凭是进大企业发展不可逾越的高山;经商,没有本钱……最后,他把目标定在当演员上。对于一没相貌,二没天赋,三没受过专业训练的他说,要成为影星,困难可想而知。但他没有放弃,愿意吃透一切苦难以获取成功。他只身到达好莱坞,找明星、导演、制片人,找一切可以让他成为演员的机会。一次次被拒绝,他都没有气馁。而是不断反省,再度出发,在打工之余还自己写剧本。在遭遇 1300 多次拒绝后,一位曾拒绝他 20 多次的导演终于答应用他的剧本,并尝试让他当

男主角。三年多的学习与磨难,让他将自己的生命融入到自己的第一个角色中去。演出获得了巨大成功,他的第一集电视剧创下了当时全美最高收视纪录。史泰龙的成功在于:他从不惧怕失败;他具有令人惊叹的意志、恒心和耐力;他善于在逆境中调整自己的情绪,从不在消极中等待,而是积极寻找成功的契机。面对逆境无所畏惧,正是成功者的优秀品质。现实是残酷的,正因其残酷而精彩。只有在失败中不断锤炼,才能铸造铁的品质。正视现实,最重要的就是要正视失败。正视失败意味着转败为胜,相信自己,不懈努力,就一定能够突破困境。

三、培养大学生抗挫折能力的途径

(一)在高校开展革命烈士、英雄事迹的教育活动,培养大学生的爱国主义情怀

无数事实证明,一个热爱国家的人,也必然热爱自己的家庭,热爱自己的生命。高校可以通过组织大学生观看战争纪实片、革命纪录片、英雄事迹报告会、革命军人座谈会,访问军烈属,参观革命烈士纪念馆及所在城市的烈士陵园等形式,对大学生进行系统的爱国主义教育。让大学生感受到为了新中国的建立,为了民族的解放,为了抵御外来的侵略,保护我们的家园,无数的家庭激励儿女精忠报国,无私奉献;无数的英雄儿女血洒疆场,为国牺牲。正是他们的无私付出,才换来今天和平美好的生活。有那么多的人用他们的生命守卫着广大人民群众的生命财产安全,今天的大学生没有任何理由因为一点点的挫折和失败就灰心丧气,甚至放弃宝贵的生命。好男(女)儿志在四方,应培养为国家的繁荣,社会的发展抛头颅、洒热血的爱国主义情怀,不应陷于斤斤计较个人得失之中。使大学生珍惜生活,从而珍惜生命。

(二)组织大学生参加各种社会公益活动,培养大学生的奉献精神

生命教育实践性极强,是一种身教重于言教的教育。^[6]高校可通过组织大学生参加各种各样的社会公益活动,让大学生在奉献中体验生命的价值和意义,从而形成正确的生命观。建立大学生爱心社团,组织大学生到敬老院探望老人,义务为老人提供服务;到残疾人学校、儿童福利院、戒毒所等地做志愿工作,获得关于生命价值的深刻

认识;组织大学生在校园内建立旧衣物回收站,将收到的旧衣物洗净晾干,寄送给贫困地区的人们,奉献爱心。建立大学生环保协会,倡导和践行环境保护,爱护校园里花草树木。通过保护这些小生命,为师生创建一个美丽的环境,达到美化校园,美化心灵,奉献社会的目的。乐于奉献的人,内心是富有的,快乐的,并从奉献社会中感受到生命的美好,以及自身存在的重要价值。

(三)倡导人生而平等,不以职业高低分贵贱,培养大学生的生命平等意识

在我们社会中,人们习惯把职业分成三六九等,并以职业高低分贵贱。从事工作环境越好,工资待遇越高的职业越受人尊重,社会地位就越高。如国家公务员,那真是万人景仰,就差顶礼膜拜了。因此,做国家公务员,在广大人民眼中,是前途无量的象征。由此也可理解为什么每年考公务员的大学毕业生如此壮观,竞争之激烈,犹如千军万马过独木桥。相反,农民工每天干着又苦又累的活儿,拿着刚够温饱的工资,却几乎是整个社会里地位最低的人。人们对农民工不屑一顾,甚至好像农民工得罪了他们,得不到应有的尊重和关注。这样的思维是一种社会病态,它给大学生带来强大心理压力,生怕自己因为没有找到一份体面的工作而让父母在亲朋好友面前抬不起头。高校应引导大学生懂得,人生而平等,职业没有高低贵贱之分,社会的发展需要各行各业的人在平凡的岗位上为社会做贡献,只是岗位不同,都在奉献社会。每个人只要依靠自己的诚实劳动获得个人消费品,就应该获得社会的尊重。这样,大学生就会从自己的兴趣爱好出发选择职业,并终生热爱和发展自己的职业,而没有后顾之忧。

(四)让大学生参加各种各样的劳动,培养他们的艰苦奋斗精神

在社会生活中,存在着这样一种怪现象:越是不参加工作的人,花起钱来越是大手大脚。这种现象体现在大学生身上尤其明显,可算是整个社会中消费能力最强的一群人。一方面,父母为了供儿女读书而节衣缩食;另一方面,孩子在高校里为了满足自己的欲望而穷奢极欲,还不知感恩。有为了美容逼父亲卖肾的,有因钱给的不够快刺母亲九刀的……究其原因,是自幼娇生惯养的恶果。按老百姓的说法,不懂得钱是藤生的还是树

长的。因此,在高校中,教师可以组织学生参加校园内外的各种劳动,甚至以布置作业的形式锻炼他们的劳动技能,培养他们的刻苦耐劳精神。让

大学生在劳动中感受生活的艰辛,从而更加热爱生活,珍惜生命。

参考文献:

- [1]郑向东.论大学生生命教育——以思想政治理论课为载体[J].预防青少年犯罪研究,2012,(3):56-60.
- [2]秦培涛,赵闪.论当代大学生生态幸福观教育[J].石家庄铁道大学学报:社会科学版,2015(1):105-110.
- [3]杨帆,杨继学.工科院校强化大学生人文素养培育的思考[J].石家庄铁道大学学报:社会科学版,2013(2):101-104.
- [4]行者.有一种聪明叫舍得[M].北京:中国致公出版社,2013.
- [5]杜以昌,李继光,陈扬.新时期加强高校生态文明教育的有效途径[J].石家庄铁道大学学报:社会科学版,2014(2):100-103.
- [6]崔红丽.论大学生生命教育的主要内容及实施策略[J].南昌高等专科学校学报,2012(1):71-73.

A Study of Important Roles and Approaches of Frustration Education

WU Yu-mei

(Department of Social Sciences, Gaozhou Normal University of Guangdong Institute of Petrochemical Technology,
Gaozhou 525200, China)

Abstract: Frustration Education is more than necessary to college students, and it should become the core of Students' Life Education. It aims at guiding students to face the challenges with a will of strength and state of mind. It also encourages everyone to contribute to society with an optimistic attitude to employment issues with belief that everyone has unlimited potential. For this reason, it is necessary for colleges and universities to carry out revolutionary martyr by heroic deeds of publicity and education activities in order to cultivate students' patriotism; to organize students to participate in various social welfare activities. The spirit of hard work should be promoted to improve anti-frustration ability of the university students.

Key words: frustration education; college student; life education