

“躺平”现象下高职学生社会责任感培育路径探析

史传林，段连，童卉

江苏电子信息职业学院，江苏 淮安 223003

DOI: 10.61369/VDE.2026100038

摘 要：“躺平”作为一种青年亚文化渗入高职院校，对学生的责任担当意识形成了现实冲击。本文从高职学生群体特征出发，剖析了这种消极心态如何从认知、情感与行为三个层面消解学生的社会责任感。研究表明个体认知偏差、思政教育效能不足以及社会环境的功利化倾向是导致问题的主要根源。基于此，本文提出以“三全育人”为统揽，着力构建全员协同、全程贯通、全方位浸润的培育体系，将抵制消极思潮与激发责任担当统一起来，为高职院校思政教育提供可参考的实践路径。

关 键 词：躺平现象；高职院校；社会责任感；三全育人

Analysis on the Cultivation Path of Higher Vocational Students' Social Responsibility Under the "Lying Flat" Phenomenon

Shi Chuanlin, Duan Lian, Tong Hui

Jiangsu Vocational College of Electronic Information, Huaian, Jiangsu 223003

Abstract： As a youth subculture, the "lying flat" phenomenon has permeated higher vocational campuses and exerted a practical impact on students' sense of responsibility. Based on the group characteristics of higher vocational students, this paper analyzes how this negative mentality erodes students' social responsibility from the three dimensions of cognition, emotion and behavior. The research finds that individual cognitive bias, insufficient effectiveness of ideological and political education, and the utilitarian tendency of the social environment are the main causes of the problem. On this basis, guided by the "three-all education" concept, this paper constructs a cultivation system featuring full-staff collaboration, whole-process penetration and all-round immersion, which integrates the resistance to negative ideological trends with the stimulation of responsibility awareness. It provides a practical and referable path for the ideological and political education reform in higher vocational colleges.

Keywords： lying flat phenomenon; higher vocational colleges; social responsibility; three-all education

对高职院校而言，培养学生社会责任感既是立德树人的根本要求，也直接关系到技术技能人才的综合素质。然而，一种以“躺平”为名的青年亚文化正借助网络平台在校园中扩散。所谓“躺平”，常被用来描述一种放弃努力、降低欲望的生存姿态^[1]。虽然多数学生只是将其作为释放压力的口头宣泄，但其中隐含的消极因子，对正处于价值观形成期的高职生群体构成了不可忽视的干扰。

高职学生有其特殊性。相当一部分学生入学时学业基础薄弱，加之社会传统观念对职业教育的偏见，容易产生自我否定的心理。他们中不少人将就读高职视为“无奈选择”，这种定位模糊了其未来的规划，也削弱了成为高素质技能人才信心。当学业压力、就业焦虑与自我认同危机交织时，“躺平”所传递的“放弃竞争”的讯号，对一些意志不坚定的学生便产生了吸引力^[2]。因此，在“三全育人”的理念下，探讨如何抵御“躺平”思潮的负面影响，重构学生的责任担当，是当前高职院校亟待解决的现实问题。

一、高职学生群体中的“躺平”现象及其特征

要理解“躺平”现象的影响，需先了解它在职校校园中的具体面貌。高职学生中的“躺平”心态并非单一形态，它在不同场景下有着各异的表现。首先，学习目标缩水。部分学生将“及

格”视为最高追求，对专业技能的打磨提不起兴趣，缺乏钻研精神。课堂上注意力涣散，实训环节应付了事，对职业资格证书的考取也抱着可有可无的态度。其次，集体生活冷漠。在宿舍或班级中，一些学生习惯性逃避公共事务，不愿参与集体协商，甚至出现宿舍内创建多个小群、回避面对面沟通的情况，集体荣誉感

基金项目：2024年度江苏高校哲学社会科学一般项目“‘躺平’现象下高职院校学生情绪智力对社会责任感的影响：有调节的中介模型”（2024SJSZ0845）；2023年度江苏省教育科学规划课题“中国式现代化融入高职院校学生社会责任感培养的逻辑进路和实践理路”（C/2023/02/32）。

作者简介：史传林（1989—），男，湖北孝感，助教，硕士，主要从事大学生思想政治教育研究。

淡化, 班级活动参与率持续走低。再次, 职业规划短视。受制于对专科学历的悲观预期, 部分学生早早放弃了职业发展的长远打算, 认为“努力也无用”, 在实习选择上倾向于“能混则混”, 缺乏对自身职业生涯的基本规划。最后, 网络行为失范。匿名化的网络空间让学生放松了自我约束, 面对争议信息时易被情绪主导, 发表不负责任的言论, 甚至参与网络暴力, 网络责任意识十分薄弱。

值得注意的是, 这种消极状态并非铁板一块。一部分学生的“躺平”仅停留在口头自嘲, 以此缓解短期焦虑, 内心并未放弃对未来的期许; 而另一部分学生则陷入了深度的行为退缩, 在学业、社交和职业准备等多个维度全面放弃努力。但无论哪种形态, 其对责任感培育的潜在干扰都不容小觑。口头上的消解同样会稀释价值认同的严肃性, 而深度的退缩则直接切断了责任行为发生的可能性。

二、“躺平”心态对社会责任感的消解机制

社会责任感包含了责任认知、责任情感与责任行为三个层面。“躺平”心态正是沿着这三条路径, 对学生的责任意识形成了系统性的消解。

(一) 认知层面的模糊化

“躺平”话语中隐含的极端个人主义倾向, 将个体从社会责任中“撤退”合理化, 甚至将承担公共责任描绘为“不划算的牺牲”^[9]。这使得部分学生搞不清楚“我该负责什么”“对谁负责”, 传统的家国情怀与集体观念在价值排序中被后置, 取而代之的是“及时行乐”与“精致利己”的逻辑。当“奋斗”被污名化为“内卷”, 当“奉献”被解构为“愚蠢”, 原本清晰的责任共识便被撕扯为破碎且矛盾的认知拼图, 学生难以在多元的价值碰撞中锚定自己的立场。

(二) 情感层面的耗损

长期浸润于消极、戏谑的网络氛围中, 部分学生的共情能力被钝化。面对社会问题或他人困境, 他们倾向于采取“回避”与“无视”的态度, 从最初的不满逐渐转变为情感的麻木。与此同时, 奉献、牺牲等崇高价值在“躺平”文化的解构下被贴上“过时”的标签, 投身国家建设的荣誉感与使命感被一种普遍的无力感所取代。学生感到“个体无法改变现实”, 承担社会责任的情感动力随之枯竭。这种无力感一旦生根, 便会蔓延至学习、生活的各个领域, 形成一种习得性的无助。

(三) 行为层面的虚拟化

“躺平”心态催生了一种“线上活跃、线下沉默”的行为模式。在网络上, 学生可能通过点赞、转发来表达对公共议题的“关注”, 这种轻量化的互动极易制造出“我已经参与”的幻觉, 反而降低了他们真正投身社会实践的意愿。长期沉浸于虚拟互动, 导致部分学生在面对复杂现实时, 解决问题、沟通协作的实际能力退化, 出现“知行分裂”的现象。许多学生对责任理念表示认同, 但在实际行动中却进行功利化的筛选, 只愿意参与对自身有利的活动, 使得责任意识悬浮于表面, 无法转化为深层的人

生动力。责任感最终要落实到行动上, 而行动能力的弱化恰恰切断了从认知到践行的最后通道。

三、责任意识弱化的深层原因

高职学生责任意识的弱化, 是其个人心理、学校育人模式与社会环境共同作用的结果。

从个体层面看, 部分学生对社会责任的理解存在偏差, 将其等同于“损己利人”, 未能认识到个人成长与社会进步的统一性^[11]。这种认知误区使得他们将承担义务视为一种“牺牲”而非“实现”, 从而在心理上先行排斥。同时, 他们的心理韧性不足, 面对学业与就业的双重压力, 倾向于选择“躺平”作为防御机制。此外, 受多元价值观冲击, 一些学生思想观念更加开放, 但也更以自我为中心, 物质化的价值取向明显, 凡事以“对我有没有用”为衡量标准。

从教育层面看, 当前部分高职院校的思政教育方式较为僵化, 理论讲授与现实生活脱节, 难以触动学生内心。照本宣科的教学模式无法回应学生在现实生活中遭遇的价值困惑, “大道理”与“小日子”之间的鸿沟越拉越大。课程思政的融入也不够充分, 专业课教师往往专注于技能传授, 价值引领的作用未能充分发挥, 育人职责被窄化为辅导员和思政课教师的“专利”。更关键的是, 责任感的培育缺乏连贯性。有研究发现, 大一新生对责任的认同度普遍较高, 但到了高年级, 面对现实压力, 其价值追求呈现“个体化”趋势, 入学时的思想激励被逐渐侵蚀, 说明学校在全程育人方面存在明显的断裂。同时, 单一的学业评价体系也使得品德养成在人才培养中边缘化, 考了高分就等于培养好了人, 这种逻辑在现实中仍有市场。

从社会层面看, 家庭教育的功利化倾向不容忽视。家长过度强调个人利益, 甚至将“别多管闲事”作为处世信条传授给孩子, 这直接消解了学校正面教育的成效。社会上弥漫的“成功学”与物质主义, 也容易让学生将个人价值窄化为职位与财富, 从而轻视公益服务与集体事业。网络环境的负效应同样显著, 线上互动的便捷性替代了深刻的线下交往, 现实中的信任缺失也抑制了学生的助人行为, 当“扶不扶”都成为一个需要权衡的问题时, 责任感的生长土壤自然变得贫瘠。

四、构建“三全育人”导向下的培育路径

应对“躺平”心态, 培育责任感, 需要将“三全育人”理念落到实处, 构建一个全员参与、贯穿全程、覆盖全方位的育人系统。

(一) 汇聚全员力量, 形成育人合力

要打破责任教育仅是辅导员或思政课教师职责的狭隘观念, 将各方力量纳入育人共同体。思政课教师与专业课教师需协同作战。前者通过理论教学厘清个人与集体的关系, 后者则应在传授技能时厚植家国情怀, 结合行业前景破除“奋斗无用”的认知。辅导员与班主任要通过日常谈心、职业规划指导, 精准识别有

“躺平”倾向的学生，了解其背后的真实困境，是学业困难、心理压力还是价值迷茫，提供一对一的帮扶。心理教师应深度介入，通过体验式活动与个体咨询，帮助学生建立健康的自我认知与抗压能力，矫正其非理性的认知模式。家庭与社会不能缺席。学校应建立家校沟通机制，帮助家长转变功利化的教育观念，将关注点从“分数”扩展到“成长”，从“找工作”延伸到“教做人”。同时，通过校企合作、邀请优秀校友宣讲，为学生提供鲜活的榜样，让他们看到技能报国的现实路径。政府层面可考虑将社会责任素养纳入人才评价的参考指标，以制度导向撬动育人格局的优化。

（二）强化全程贯通，实施阶梯式培育

针对学生“躺平”心态随年级变化的特点，应设计三年不断线的培育方案。大一阶段重在价值启蒙与角色认同。通过入学教育、专业导论，帮助新生重建自信，摆脱“学业失败者”的心理阴影，筑牢思想防线。这一阶段尤其要用心，因为入学第一印象往往决定了学生对未来三年生活的心理预期。大二阶段强调专业浸润与知行合一。鼓励学生参与志愿服务与生产实践，在真实的社会情境中理解奉献精神，将责任感内化于心，而非停留在口号层面。大三阶段聚焦实践淬炼与责任担当。结合实习与就业指导，引导学生将个人职业发展融入国家战略需求，以“小我”融入“大我”，避免陷入“慢就业”、“缓就业”的消极等待。整个过程中，要着力构建从认知到情感、从意志到行动的完整转化链条，确保价值引导不断线，做到年年有重点、层层有递进。

（三）推进全方位浸润，营造育人生态

责任感培育需要无处不在的教育载体^[6]。强化组织归属感。

通过建设团结的班集体和温馨的宿舍文化，让学生在集体中找到联结感与意义感，当集体能提供足够的支持时，“躺平”所承诺的“轻松”便失去了吸引力。实践表明，越是组织凝聚力强的班级，学生的精神状态越积极。善用课程思政。将马克思主义劳动观等理论融入教学，以此作为抵御享乐主义、虚无主义的有力武器，让学生在认识劳动价值的过程中重塑对奋斗的理解。拓展实践平台。打造志愿服务品牌，深化校企社合作，让学生在“做中学、学中悟”，在解决实际问题中升华职业追求与价值追求，将社会责任从抽象概念还原为可感可知的具体行动。营造文化氛围。利用校园媒体广泛宣传正能量事迹，开展社会责任主题演讲、志愿服务分享会等活动，用身边事教育身边人。尤其要发挥朋辈榜样的引领作用，因为身边的优秀同学比遥远的权威榜样更具感染力和说服力，他们的故事更真实、路径更可复制。同时，借助大数据、虚拟现实等新技术，构建精准思政平台，为学生创造沉浸式学习体验，在模拟情境中深化其对责任选择的认知与判断能力，让技术服务于价值的传递。

“躺平”现象对高职学生社会责任感的侵蚀，本质上是消极亚文化与主流价值教育之间的一场角力^[6]。应对这一挑战，需要高职院校跳出传统的说教模式，构建一个全员、全程、全方位协同发力的育人系统。只有将思想引领融入学生成长的每个环节，渗透于校园生活的各个场景，才能有效抵御“躺平”思潮的负面影响，引导学生在“内卷”与“躺平”的二元对立之外，找到一条以技能报国、以担当立身的成长道路，最终培养出既有扎实技能又有家国情怀的新时代人才。

参考文献

- [1] 沈茹,阮一帆."45度青年"的群体画像、现实成因及引导策略[J].重庆邮电大学学报(社会科学版),2025,37(6):112-119.
- [2] 胡琳,张翔博.高职院校学生"躺平"现象剖析及奋斗精神培育[J].长江工程职业技术学院学报,2025,42(4):53-56+62.
- [3] 张瑞,徐泽."躺平"与"内卷":新时代青年"45度文化"的生成机制、现实表征及优化路径[J].黑龙江高教研究,2025,43(5):107-112.
- [4] 王斌,肖志芳,张自武.高校思政教育对大学生社会责任感培养的作用与路径研究[J].吉林教育,2026,(14):76-78.
- [5] 王曦曦,陈烨,郝晓雅.新时代大学生先进典型社会责任感知行转化的中介因素及实践路径探析[J].学校党建与思想教育,2026,(8):72-76.
- [6] 徐芮."躺平"现象对大学生奋斗精神的影响与解蔽理路[J].淮南职业技术学院学报,2025,25(5):35-37.