

高校学生骨干生命意义感的建构困境与教育路径研究

——以学生骨干个案为例

黄雅莉

东莞理工学院 广东 东莞 523000

【摘要】：本文立足反思性实践研究范式，以学生骨干“小R”（化名）的生命叙事为核心分析载体，融合维克多·弗兰克尔的意义治疗理论与中国特色“三生”（生命、生活、生态）教育理念，系统探析高校学生骨干生命意义感的生成逻辑与教育引导路径。研究构建“意义认知-意义体验-意义追寻-意义整合”四维动态建构模型，本文提出“价值引领-实践浸润-系统支持-数字赋能”四位一体整合性教育引导体系，为高校思想政治工作提供兼具理论深度、实践精度与人文温度的学术支撑与操作指南。

【关键词】：生命意义感；学生骨干；三生教育；整合性引导路径

DOI:10.12417/2705-1358.26.08.038

在新时代教育语境下，高校学生骨干是大学生群体中的先进力量，但当前部分学生骨干在追求学业与工作卓越的过程中，逐渐陷入角色负荷过载、价值判断困惑与生命意义感缺失的困境，形成了典型的“意义空心病”，不仅阻碍其个人成长和发展，还严重削弱了学生组织的凝聚力与战斗力。中国科学院心理研究所发布的《中国国民心理健康发展报告（2021-2022）》显示，青年（18-24）岁抑郁检出率为24.1%，这一数据直观凸显了加强青年群体精神关怀与价值引导的迫切性^[1]。党的二十大报告明确提出“落实立德树人根本任务”，要求高校思想政治工作必须聚焦学生全面发展，尤其要关注学生精神世界的成长与意义体系的构建^[2]。

1 理论框架：生命意义感的学理基础与三维解读

生命意义感是个体对自身存在的目的、价值与重要性的深层认知与主观体验，也是衡量心理健康水平与人格健全程度的核心指标。对其内涵的科学解读，需要建立在对经典理论与前沿研究的系统梳理之上。

1.1 理论源流与演进

本研究以维克多·弗兰克尔的意义治疗理论为核心学理支撑。弗兰克尔在其理论中提出，对意义的追求是人类生活的核心动力，即便身处极端困境，个体也能通过发现生命意义实现精神层面的超越^[3]。该理论的核心架构包含“意志自由”（即个体拥有选择自身态度的自由）、“意义意志”（人类对生命意义的本能追求）与“生命意义”（个体发现并践行具体价值的过程）三大支柱。当前，学界普遍采用更为精细的三维结构

模型，将生命意义感界定为包含目标（Purpose）、重要性（Significance）与一致性（Coherence）三个核心成分的复合概念^[4]。其中，目标维度指个体对生活方向与使命的清晰感知；重要性维度指个体对自身存在内在价值的肯定；一致性维度则指个体对自身生活经历的理解，并将其整合为系统的能力。

1.2 本土化阐释：“三生”教育理念的融入

在中国教育实践语境中，生命意义感的培育与“三生”教育理念具有高度的契合性。生命教育的核心目标是引导学生珍爱生命、探索生命真谛；生活教育侧重于培养学生积极的生活态度与创造美好生活的能力；生态教育则致力于促进学生树立人与自然、社会和谐共生的理念。这三者相互关联、有机统一，共同构成了引导学生认识生命本质、热爱现实生活、融入生态系统的完整意义体系，为高校思想政治工作提供了本土化的实践框架^[5]。将“三生”教育理念与西方意义治疗理论深度融合，能够构建一套更全面、更具文化适应性的生命意义感培育模型，为高校学生骨干的成长提供更贴合本土文化语境的理论支撑。

2 案例反思：一位学生骨干生命意义感的建构与困境

2.1 小R的生命叙事：荣耀、压力与追寻

学生骨干“小R”曾担任学院学生会文体部委员兼剧团主要负责人，期间成功策划各类文体活动三十余场，凭借出色的工作表现斩获多项荣誉称号，是师生公认的“优秀学生骨干”。在公众视野中，小R始终保持乐观干练的形象，但在其工作小结、社交平台动态及私人书信随笔的零星记录中，却流露出深

刻的价值困惑。她曾在随笔中写道：“连续三天每天只睡四五个小时，精心筹备的舞台真的达到完美了吗？参与活动的大家真的感到开心吗？我这样拼命付出，不知道自己得到了什么。”这段文字清晰地反映出小R意义感知中“工具理性”（追求活动表面效果与外部认可）与“存在理性”（探寻工作内在价值与生命意义）之间的激烈冲突。从“三生”教育视角来看，小R的成长过程存在明显的教育缺失：过度聚焦于工作绩效而忽视生活平衡（生活教育缺失），长期高强度工作挤压自我关怀空间（生命教育缺失），未将个人工作与集体、社会生态相联结（生态教育缺失）。

在卸任前的工作总结中，小R写道：“这段学生工作经历带给我最大的收获，不是成功举办了多少场活动，而是结识了志同道合的伙伴，是发现自己的付出也能为他人带来帮助。”这一表述标志着其意义感开始从对外部认可的追求转向内在成长的关注，展现出意义追寻的积极趋势。

2.2 现实困境：学生骨干生命意义感建构的“三重张力”

学生骨干生命意义感的建构从学生角度分析，至少有三个层面的悖论、有待解决的现实张力：

(1) 工具理性膨胀与价值理性式微的内在张力：在成果评价导向与“简历镀金”的现实需求驱动下，部分学生工作逐渐沦为为学生骨干积累个人资本的工具和载体。学生骨干往往过度关注活动的声势规模、获奖数量等外在标签，而忽视了对同学的服务初心、自身的成长发展与情感联结的建立等内在价值，导致其意义感的根基缺乏土壤。

(2) 公共角色扮演与个体真实体验割裂的现实张力：学生骨干作为学生群体中的先进代表，常需要维持积极向上、能力突出、品学兼优的公众形象。这种“角色面具”使他们不得不隐藏内心的困惑、疲惫、敏感，造成“两面”不得体的局面，极易发生情感枯竭。一旦学生骨干遭遇工作挫折或面临角色转换（如卸任学生职务），极易因“角色中断”而产生强烈的失落感，陷入意义真空状态。

(3) 意义体验渠道单一与整合能力不足的发展张力：学生骨干的意义感体验渠道单一，仅停留在职务晋升、组织嘉奖、师生评价的反馈性通道，大量琐碎的事务性工作挤占了精力和时间，缺乏深度思考和价值内化的空间，无法将零散的获得感、成就感固化为深层次的人生观、价值观，导致意义感脆弱、抗挫折能力不足等问题。

3 高校学生骨干生命意义感的动态建构机制

学生骨干生命意义感的建构并非一蹴而就的静态结果，而是在成长实践中动态演进、螺旋上升的复杂过程。为有效化解前文所述的现实困境，必须将生命意义感培育视为一项系统性

工程，构建一套能够将学生的感性体验升华为理性认知，并最终内化为稳定人格特质的动态建构机制。以下从建构机制、核心内涵、个案体现与对应困境四个维度，系统呈现这一机制的内在逻辑：

表1 学生骨干生命意义感的建构机制与困境

建构机制	核心内涵	在小R案例中的体现	对应困境类型
意义认知	对生命价值的理性认知与初步判断	初期将“服务同学”视为工作核心价值，后期开始反思忙碌背后的深层意义	工具理性膨胀，价值理性式微
意义体验	在实践中获得的成就感、归属感与价值感	活动成功举办后的成就感、团队协作过程中的温暖体验	体验来源单一化，过度依赖外部认可
意义追寻	主动探索生命意义的意识与行为倾向	通过书写随笔、与他人交流等方式寻找答案，质疑“忙碌的意义”	追寻空间受限，高强度工作挤压反思时间
意义整合	将碎片化体验内化为稳定价值观念的能力	逐渐将工作意义归结为“人与人之间的连接”与“自我成长”	整合能力不足，缺乏系统性教育引导

3.1 意义认知：理性奠基与价值引导

意义认知是个体对生命价值进行合理思辨与判断的起点。学生骨干意义认知的形成，源起于其“为同学服务、为集体奉献”的学生干部角色认知。“意义认知”需要从感性“为学生服务有利于我”的工具认知上升到“工作能够带给我内在价值感”的存有认知。学生骨干意义认知的形成，主要依托是高校思政课程与理论教育。

3.2 意义体验：实践浸润与情感共鸣

意义体验是指个体在实践活动过程中所获得的积极的生命情感体验和意义的确证，它是意义认知的体验。学生骨干在成功的活动中获得的自豪感、在团队活动中获得的归属感、在服务同学的活动中获得被需要感等，都是生命意义建构的积极情感体验，这些鲜活直接的生命体验，对于强化意义感比理论灌输来得更加有效。

3.3 意义追寻：主动探索与困境超越

面对学生骨干遭遇工作困惑、工作挫折或者短暂意义感失落，主动的意义寻求行为变得极为关键，它要么表现为质疑“忙碌的意义”、对工作重新认识，要么表现为寻找答案的阅读、交流等。帮助学生骨干用“悲剧的乐观主义”看待工作挫败，把角色转变、任务失败作为意义重建的机会，践行“即便身处困境也有自由选择对待命运的态度”。

3.4 意义整合：系统内化与价值升华

意义整合是指个体对各种散乱的意义认识、意义经验和意义追求过程及其所获得的新的意义和认识，重新纳入个体概

念,并成为稳定一致的价值取向、生命哲学的过程。辅导员要引导学生对生命故事进行“叙事”,将担任学生骨干这一段时间来的收获、成长与感悟,把具体活动组织经验,上升为领导力、沟通力与理念力,实现由“活动组织者”到“价值创造者”的角色转变过程,使生命意义超越具体职务角色而独立存在。

上述四个方面互为关联、递进循环,共同推动着学生骨干生命意义感的不断形成,积极的教育引导应当贯穿于整个生命意义形成过程的所有环节。

4 整合性教育引导路径:构建“四位一体”的培育体系

解决学生骨干生命意义感的形成和发展的现实困境和动态问题,需要形成一套系统的教育引导路径,将碎片化的育人工作整合起来,形成育人合力。

4.1 价值引领:深化认知与理论灌输

将生命价值教育内容体系化、课程化地融入“青马工程”、学生骨干专题培训、思想政治理论课。一是开设“生命价值与青年领袖价值观”等主题课,集中讲授弗兰克尔意义疗法等经典理论、科学思想,引领学生骨干:“为谁努力”“为什么奋斗”;二是构建“身边榜样故事库”,以“讲故事”课堂替代枯燥说教,提升价值传递的感召力和说服力。

4.2 实践浸润:设计意义生成型活动

引导学生骨干活动从“单向提供内容”向“双向意义生产”转变。一是策划“价值闭环”式社会实践活动项目,让学生骨干看到自己行动带来的服务对象变化,建立起“行为-价值”的显性关联;二是各类社会实践活动后建立“意义感笔记”和结构复盘制度,通过记录服务对象的反馈、成长感悟,让学生骨

参考文献:

- [1] 中国科学院心理研究所.中国国民心理健康发展报告(2021-2022)[R].2023.
- [2] 中共中央.决胜全面建成小康社会夺取新时代中国特色社会主义伟大胜利——在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告[R].北京:人民出版社,2022.
- [3] 维克多·弗兰克尔.意义治疗理论[M].北京:商务印书馆,2018.
- [4] 张荣伟,李丹.如何过上有意义的生活?——基于生命意义理论模型的整合[J].心理科学进展,2018,26(4):744-760.
- [5] 柳欢芳,李姣.守正创新,构建“三生”思政育人体系[J].湖南师范大学教育科学学报,2024,23(3):12-19.
- [6] 人民日报评论部.善用大思政课铸魂育人[N].人民日报,2023-08-15(09).
- [7] 包昕哲,赵东辰,杨洁等.大学生生命意义感因素构成的质性分析研究[J].社会科学前沿,2023.
- [8] 张华,李明,王丽.新时代高校学生生命意义感形成机制及培育路径研究[J].心理科学进展,2025,33(1):45-55.
- [9] 刘芳,杨硕,赵永耀.进化心理学视角下的生命意义感:心理机制、影响因素及作用(综述)[J].中国健康心理学杂志,2024.

干实现从“记录成果”转变为“记录活动中的价值”;三是借鉴“体验”理论,丰富学生骨干的情感体验,提升意义感。

4.3 系统支持:营造支持性意义建构生态

建立“学校-家庭-社会”联动机制,为学生骨干生命意义感建立提供多方支撑。在校内,推行“成长导师制”,为骨干学生匹配专属“意义导师”,常态化开展深度价值交流、成长指导;创新学生骨干评价方式,学生评优评先中加入“价值引领”“成长蜕变”等质化指标,减少事务性量化指标。在校外,借助家长会、家校沟通平台等渠道,让学生家长重视子女的精神成长、意义追求,防止功利性目标过度。在社会上,联结社会优质资源,邀请行业大咖、优秀校友等,与青年学子一同畅谈“生命价值和职业选择”,给予学生干部更多的意义引领。

4.4 数字赋能:实现精准评估与互动拓展

充分利用大数据、VR等新兴信息技术赋能生命意义感培育,增强针对性实效性。利用大数据技术对学生骨干在校行为、参与实践活动、心理测量等数据进行整合,建立学生干部个体化数字画像,大数据预警指标有实践参与感、心理测量值、社交互动频次等,连续3个月指标异常,介入干预,动态了解其意义感走势,实现意义危机早期预警和精准介入。

5 结论与展望

本研究基于辅导员反思性分析高校学生骨干生命意义感建构与育人路径,探索其在建构过程中“工具理性膨胀”“角色与体验割裂”“整合能力不足”三方面的现实困境,构建“价值引领-实践浸润-系统支持-数字赋能”四位一体的整合育人模型,对把握高校学生骨干的意义世界,化解“意义空心病”这一时代性教育议题、优化高校思想政治工作范式提供了可资借鉴的路径。