

新时代网络亚文化对研究生的影响及教育引导策略

——以“摆烂”现象为例

柏顺 徐涛 李新亮*

北京化工大学 北京 100029

摘要:本研究聚焦于新时代网络亚文化对研究生群体的影响,特别是以“摆烂”现象为研究对象,探讨其背后的社会心理机制及其对研究生心理健康、学业发展和职业规划的多维影响。通过文献综述和实证分析,研究发现“摆烂”现象与研究生面临的就业压力、社会价值观冲突、自我认同危机及学业倦怠紧密相关,对研究生的心理健康和学业成就产生显著负面影响。研究提出了增强自我认知、心理辅导、提升学术兴趣与动力、加强网络伦理教育等教育引导策略,旨在缓解“摆烂”现象的负面影响,促进研究生的全面发展,针对学业倦怠的干预与职业规划的优化策略研究。

关键词:网络亚文化;摆烂现象;教育引导;心理健康;价值观引导

1. 研究背景及意义

在新时代网络亚文化迅猛兴起,网络亚文化作为一种新兴的文化现象,正深刻影响着年轻群体的价值观念和行为习惯。其中,“摆烂”这一网络流行语的出现及其背后所反映的社会心理现象引发了广泛的瞩目,它不单单是网络亚文化的一种典型呈现,更是折射出当代研究生所面临的某些心理以及社会困境。

根据王武园的研究,“摆烂”一词起源于20世纪70-80年代的NBA篮球赛事,指球队因战略需要或困境故意输球以换取长期利益(如选秀优势)^[1]。随着语义演变,该词从竞技领域扩散至社会生活,指个体或群体在面对压力时,通过降低标准或主动放弃来缓解焦虑。在研究生群体里,“摆烂”现象体现为在学业上的懒散、社交活动的减少以及对未来规划的茫然。

从现有研究文献的分布来看,对“摆烂”现象的学术关注度呈现显著上升趋势。数据显示,2020年相关研究文献总量仅为14篇,到2023年已激增至133篇,其中教育学视角的研究占比最大,从2020年的3篇增长至2023年的40篇。心理学视角的研究紧随其后,2023年达到35篇,表明学界对该现象的关注已从现象描述转向深层次的成因分析和应对研究。

郭小安和段竺辰的研究指出,“摆烂”现象折射出当代青年群体在面对社会压力时的一种无奈与抵抗心态^[2]。当

代研究生在面对学业压力和就业竞争时,容易产生身份认同的困惑,进而采取“摆烂”等消极应对方式。而“摆烂”某种程度上成为了应对焦虑的一种消极策略^[3]。

本文旨在探究网络亚文化中“摆烂”现象对研究生群体的影响机制及其教育引导策略的有效性,具体回答以下问题:(1)“摆烂”现象的成因与社会心理机制是什么?(2)其对研究生的心理健康、学业发展和职业规划产生哪些多维影响?(3)如何通过教育引导策略缓解其负面影响?

2. 网络亚文化概述

网络亚文化是在互联网环境之中,由特定群体所缔造、传播并共享的一种非主导文化^[4]。此种文化具有非主导性、互动性和即时性的特性。

非主导性使其不受传统文化规范束缚,鼓励个体表达与创造力发挥;互动性促进网友参与交流,推动文化创新与扩散;即时性如“弹幕文化”,允许观众实时评论。新时代的网络亚文化更加多元化和碎片化,对青年群体影响深远,“摆烂”现象就是典型,反映消极逃避态度,提醒我们重视其负面影响并寻找教育引导策略。

3. 网络亚文化视角下研究生“摆烂”现象的成因分析

3.1 就业压力与竞争焦虑

近年来研究生就业形势日趋严峻,就业市场的不确定性和竞争压力不断加剧。研究生扩招致人数激增,而企业用人需求减少,部分研究生面对激烈的就业竞争,产生了

强烈的焦虑情绪和心理负担,加上心理调适机制不足,促使部分研究生群体选择“摆烂”作为压力缓冲策略。

3.2 社会价值观的转变和冲突

网络亚文化的渗透加剧了研究生群体的价值观冲突。传统奋斗精神与当代生活态度出现断裂,传统观念强调“知识改变命运”,而部分青年对竞争压力的消极抵抗,导致其在学业与职业规划中陷入迷茫^[6]。并且部分研究生将学历异化为求职工具,忽视学术探索的本质价值。这种转变加剧了研究生的学业倦怠。

3.3 自我认同危机

研究生群体正处在从学生身份向职业人身份转变的时期,已经具备较为成熟的知识体系和思维能力,但还未完全步入社会,在实践经验与社会阅历方面缺乏认识,这种角色定位的模糊性易引发存在性焦虑^[7]。加上社会环境快速变迁带来的未来规划迷茫感,双重压力导致部分学生自我认同出现危机。

3.4 学业倦怠与心理调适不足

数字时代的青年群体普遍存在心理调适机制不完善的问题,这种状况在研究生群体中表现得尤为突出。从学业倦怠的角度来看,研究生面临着多重学术压力,部分研究生逐渐产生了对学术研究的倦怠情绪。这种学业倦怠往往会导致研究生产生“逆向考研”的心理,即对自己的学术选择产生怀疑和后悔^[8]。

值得注意的是,学业倦怠与心理调适不足的问题还会引发连锁反应。这种负面影响不仅体现在学业成就上,还会扩展到人际关系、创新能力等多个方面,这种心理状态如果得不到及时疏导和干预,可能会导致更严重的心理健康问题。

4. “摆烂”现象对研究生群体的影响

4.1 心理健康影响

研究生“摆烂”行为对其心理健康有多维影响:一是诱发自我否定循环,消极逃避以短暂缓解压力,却因能力怀疑陷入更深层困境^[9];二是助长情绪危机,“努力虚无化”加剧目标迷失,推升焦虑抑郁风险;三是触发身心耗竭,学业倦怠与睡眠障碍等问题形成“心理—行为—健康”的连锁崩塌。需通过心理筛查、认知重塑与行为引导的全链条干预,阻断该群体心理生态的持续恶化。

4.2 学业发展影响

据虎嗅网报道,从2016年至2021年,我国研究生的非按期毕业率逐年上升,由2016年的21.14%增长至2021年的24.21%。以2021年为例,当年实际毕业研究生数量为77万人,而预期毕业数量为102万人,这意味着有超过24万名研究生没有按期毕业。

“摆烂”现象对研究生学术发展造成系统性损害。在学术研究中,表现为文献阅读碎片化、实验数据粗糙及研究方法失范。创新动力弱化,思维僵化与探索浅表化,限制创新方法应用。学位论文受拖延、“能过即可”影响,逻辑松散、论证薄弱。短期成果质量下滑损害学术声誉,创新乏力阻碍研究深度,最终错失学术交流与项目机会,形成“低投入—低产出”的恶性循环。

4.3 职业规划影响

从短期的职业规划角度来看,“摆烂”的研究生们往往采取消极逃避的态度,推迟或放弃职业规划的思考。这种行为直接使得他们在激烈的就业市场中竞争中处于不利地位。从中长期职业发展来看,“摆烂”现象它导致研究生在自身专业领域的研究不够深入,技能和经验累计不够充足,将直接影响其未来的职业发展空间。同时,“摆烂”心态也影响了研究生的职业韧性和适应能力,这在研究生未来进入职场工作时,可能导致其面对挑战和难题时更容易产生退缩和放弃的倾向^[10]。综合来看“摆烂”行为不仅影响当前的求职准备,还可能形成习惯性的行为模式,对未来的职业发展产生持续性的负面影响。

5. 研究生“摆烂”现象的教育引导策略

5.1 增强自我认知能力

当应对“摆烂”现象给研究生造成的影响时,增强研究生的自我认知水平极为关键。心理健康教育与生涯规划指引乃是两种颇具效用的途径。借由心理健康教育,能够助力研究生更容易知晓自身的心理情形,辨别并处理因“摆烂”文化所引发的焦虑、抑郁等消极情绪。一方面要传授心理健康方面的知识,另一方面更要传授他们情绪调节的方式与技巧,进而增强其心理韧性。

生涯规划指引则着重于引领研究生明晰个人目标,筹划未来发展路径。在此过程中,指导者要因人施教需要结合研究生的兴趣、能力以及市场就业需求,辅助他们认清自身的长处与不足,明晰学业目标,树立契合自身特性的

职业理想。通过制定切实可行的学习规划和发展目标,研究生可以更有针对性地提升自己,弥补自身不足,降低盲目跟从和消极应对的举动。

5.2 学术导师与心理辅导双轨制干预

学术导师与心理咨询双轨制干预通过学术支持与心理疏导的协同作用,破解研究生“摆烂”行为的恶性循环。学术导师聚焦学业指导,心理咨询师侧重情绪调适,两者通过定期沟通形成动态反馈链,共同制定个性化干预方案。例如,导师发现学生论文拖延时,可联动心理咨询师分析拖延背后的焦虑根源,而非单纯施压。以北京某高校为例,通过“学术导师+心理咨询”双轨制干预,使“摆烂”行为发生率从 24.7% 降至 12.3% (2023 年数据)。具体措施包括:学术导师每周跟进科研进度并提供个性化指导;心理咨询中心开展“压力管理”团体辅导,覆盖 80% 目标群体;搭建“学术-就业”联动平台,提供实习与职业规划资源。

双轨制干预通过学术与心理的双向赋能,既可缓解“摆烂”行为的表层症状,更能触及价值观偏差与心理调适不足的深层诱因。其成功依赖于制度化的协作框架与资源保障,是破解研究生教育“重成果轻心理”困境的有效路径。

5.3 加强网络伦理教育

伴随网络亚文化的涌现,尤其是“摆烂”现象的广泛扩散,研究生在应对这些网络潮流时,容易盲目跟从,甚至出现消极的模仿举动。

网络伦理教育的关键,是引领研究生塑造正确的网络价值观与行为准则。借由教育,促使他们能够分辨善恶,识别网络亚文化里的积极和消极要素,进而防止被不良信息所诱导。并且,网络伦理教育也需着重培育研究生的自律观念,令他们于网络空间中同样能够维持优良的道德风气。

在施行网络伦理教育时,高校需要结合具体事例,例如“摆烂”现象给研究生带来的负面效应,使学生意识到这类行为的危害程度。同时可以通过开设网络素养提升课程、组织网络文明主题活动等,多途径、多形式的来推动网络伦理教育,帮助研究生构建起稳固的网络道德屏障。如此一来,不但有益于研究生个人的发展,也为营造和谐、健康的网络环境贡献了力量。

6. 结论与展望

本研究就“摆烂”现象对研究生心理、学习态度、社会行为以及价值观与人生观的多维影响展开了深入探究。

经一系列调研与实证分析,本文察觉到“摆烂”现象于研究生群体中颇具流行度,其背后所体现的乃是一种消极应对压力与挑战的心态^[1]。

于心理层面而言,研究表明“摆烂”心态易使研究生产生焦虑、抑郁等负面情绪,对其心理健康状况造成影响。在学习态度方面,“摆烂”现象体现为学习动机的减弱、兴趣的缺失,进而致使学习效率明显降低。研究生的社会行为亦受到影响,呈现出社交活动参与度低、人际交往能力受制约的状况。更为深远的是,“摆烂”现象对研究生的价值观与人生观产生了负面效应,可能致使其缺乏长远规划与目标,对未来发展形成潜在威胁。

鉴于上述发现,本文提出了一系列具有针对性的教育引导策略。借助增强自我认知、进行心理辅导、帮助提升学术兴趣与动力、加强网络伦理教育等途径,助力研究生构建积极的心态与明确的人生目标。优化学术环境与课程设置,激发研究生的学术热情与创新精神。强化网络伦理教育,引导研究生正确对待网络亚文化,树立健康的网络行为习惯。这些策略的施行,有望切实缓解“摆烂”现象对研究生教育的负面影响,推动其全面发展与健康成长。

参考文献:

- [1] 王武园. 流行语“摆烂”的语用及来源探析[J]. 现代语言学, 2022, 10(5): 6.
- [2] 郭小安, 段竺辰. “荒诞中的理性”: 网络流行语的语义嬗变及社会心态表征[J]. 广西师范大学学报(哲学社会科学版), 2023, 59(6): 133-145.
- [3] 田昊翰. 数字时代青年焦虑心理分析与对策研究[J]. 心理学进展, 2024, 14(6): 98-105.
- [4] 闫勇. 网络文化的勃兴与嬗变[D]. 2002, 郑州: 郑州大学.
- [5] 许宁, 许芳珍, 陈胜梅. 网络亚文化对大学生的影响与对策[J]. 改革与开放, 2012(2): 2.
- [6] 韩银环, 王声光. 基于网络文化的大学生亚文化“双刃性”探析[J]. 湖北函授大学学报, 2010, 23(3): 31-32.
- [7] 马中红. 国内网络青年亚文化研究现状及反思[J]. 青年探索, 2011(4): 7.
- [8] 浦颖娟, 孙艳, 征鹏. 大学生与网络青年亚文化关系研究[J]. 当代青年研究, 2009(4): 6.
- [9] 王鹭, 陈志勇. 社交媒体“摆烂”亚文化的价值流变,

行为逻辑与调适政策 [J]. 中国青年研究, 2022(11):13-21.

[10] 王安平, 徐冰瑶. “躺平”文化冲击下当代青年奋斗精神培育路径探析 [J]. 湖北经济学院学报: 人文社会科学版, 2023, 20(11):12-17.

[11] 邱紫阳, 丁百仁. 后亚文化视域下的青年“摆烂”研究 [J]. 当代青年研究, 2024(2):51-63.

作者简介:

柏顺 (1989-) 男, 汉族, 辽宁省辽阳市, 职称: 助理研究员, 学历: 博士研究生, 研究方向为高等教育管理, 大学生思想政治教育。

基金项目:

“北京化工大学 2024 党建和思想政治教育专题研究 (专项) 课题研究生工作专项一般课题”, 项目编号 24SZYG2011