

大学生阅读行为在自我认知与能力培养中的实践研究

洪紫英 彭文静 段晓龙

江西师范大学科学技术学院, 中国·江西 九江 332020

【摘要】大学生阅读行为是促进自我认知与能力培养的重要途径。阅读不仅帮助大学生构建自我意识,还拓宽了认知视野,深化了价值观和情感体验。在自我认知层面,阅读通过多样化的内容引发学生对自我定位的思考,提升其对个人兴趣、性格和发展方向的理解。在能力培养层面,阅读有助于强化逻辑思维能力,提升语言表达与写作能力,并增强信息处理与创新能力。然而,当前大学生阅读行为存在目的性不足、内容选择单一等问题,影响了阅读效果的充分发挥。本文从大学生阅读行为的作用机制和实践路径出发,探讨其在自我认知和能力培养中的重要价值,分析其实现途径,为大学生提升阅读效果、优化成长路径提供理论参考与实践建议。

【关键词】大学生阅读行为;自我认知;能力培养

【基金项目】2022年江西省江西师范大学科学技术学院思想政治工作研究项目(立德树人思政专项)

课题编号: sdkysz202205

课题名称: 大学生阅读行为培养促进高校思政育人的实证研究——以《文法学院“知书笃学”读书计划》为例

引言

阅读是人类认识自己,认识世界的重要方式。阅读的能力与水平决定着一个国家国民素质的高低,也直接影响到国家的“软实力”和综合国力。同时,在新媒体、新技术的高速发展条件下,知识与信息的载体越来越表现出书本化与多样化的趋势。大学生是社会发展与进步的生力军。大学生阅读研究因此显得尤为重要。然而,当前大学生的阅读行为普遍存在目的性不强、内容选择单一等问题,限制了阅读对自我认知与能力培养的积极作用。本文基于大学生阅读行为的研究,分析其对自我认知和能力发展的作用机制,并提出合理的实践路径,以期为大学生的成长与发展提供参考。

1 阅读行为对大学生发展的重要性

阅读行为在大学生的成长过程中扮演着多重角色,其重要性体现在自我认知与能力培养两个方面。在自我认知层面,阅读为大学生提供了多样化的思想与价值观,帮助他们构建更清晰的自我形象。通过与书中角色或观点的对比,学生能够反思自己的行为与想法,逐步明确自身的兴趣、特长和未来发展方向。在能力培养方面,阅读行为是提升逻辑思维能力、语言表达能力和创新能力的有效途径。通过阅读,大学生可以接触多样化的信息源,学习如何进行系统性思考和观点表达。同时,阅读中涉及的大量复杂信息需要处理与归纳,这对学生的信息筛选与整合能力提出了更高要求,有助于培养其创新思维。综上所述,科学合理的阅读行为对大学生综合素质的提升具有不可替代的重要作用。

2 阅读行为在自我认知中的作用机制

2.1 阅读行为促进自我意识的觉醒

阅读行为能够有效促进大学生自我意识的觉醒。通过阅读不同类型的作品,学生接触到多样化的人生故事与观点,开始对自身产生更深刻的思考。例如,在阅读自传类书籍时,学生往往通过作者的经历和反思与自己的生活进行对比,进而引发对自我兴趣、性格和能力的探讨。这种反思过程有助于学生逐步明确自身的优势与不足,增强对自我定位的认知。同时,阅读中的问题思考与情节共鸣也能激发学生的内心感受。特别是在阅读哲学类或心理学类书籍时,学生会接触到大量关于自我意识、人生意义的探讨,促使其思考“我是谁”“我想要什么”等问题,帮助他们更好地觉察自我。比如,通过阅读《存在与时间》,学生可以进一步理解自我存在的价值和意义,从而增强对自我意识的关注与觉醒。这种觉醒不仅是自我认知的起点,也是个人成长的重要推动力。

2.2 阅读拓宽学生自我认知的视野

阅读是大学生了解外界、扩展视野的重要途径。通过阅读,学生能够接触不同文化、思想和价值观,从而形成更加多元化的认知体系。例如,阅读文学作品可以让学生进入不同的社会和文化背景,体会不同人生境遇和情感经历。这种跨文化的阅读体验帮助学生超越自身局限,学会以更广阔的视角看待世界。科普类书籍也是拓宽认知的重要工具。比如,通过阅读《时间简史》等科学作品,学生可以了解宇宙的演化规律以及人类在自然界中的位置,这种知识的扩展能够激发学生对未知领域的探索兴趣,进一步增强其学习动力。阅读社会学或历史类书籍,学生能够了解社会结构和历史发展脉络,从而加深对与社会与自我关

系的认知, 增强其社会责任感。通过不断拓宽认知视野, 阅读帮助大学生学会用多维度的方式看待问题, 形成更加全面和深刻的世界观与人生观。

2.3 阅读深化个人价值观与情感体验

阅读不仅是信息获取的过程, 也是价值观深化和情感体验的重要途径。通过阅读经典文学和哲学作品, 大学生能够感受到人类共通的情感与伦理问题, 从而深化对自身价值观的理解。例如, 阅读托尔斯泰的《战争与和平》, 学生不仅能够感受战争与和平的对立, 还会体会其中的生命意义与人性光辉, 进而引发对个人价值观的反思与重塑。阅读行为还能够丰富学生的情感体验。通过小说中的情节共鸣, 学生可以体验到爱、友情、责任等多种复杂情感, 这种间接的情感体验帮助他们更好地理解 and 处理现实中的人际关系。此外, 阅读过程中涉及的道德困境和伦理问题, 能够引导学生在情感体验中进行深刻的思考和判断, 培养其伦理意识与社会责任感。通过价值观的深化与情感的丰富, 阅读不仅提升了学生的情感智力, 还帮助他们形成更健全的人格, 促进了自我认知的完善。

3 阅读行为在能力培养中的实践路径

3.1 强化逻辑思维能力的训练

阅读行为是强化大学生逻辑思维能力的重要途径, 特别是在分析性阅读中, 学生通过对文本内容的理解、推理和评价, 逐步形成严密的逻辑思维。例如, 在阅读经典论著如《理想国》时, 学生需要梳理柏拉图的哲学论证过程, 理解其观点之间的逻辑关系, 并评价论证的合理性与适用性。这种阅读要求学生保持思维的连续性和批判性, 有助于提升逻辑推理和分析能力。阅读多视角的学术文章或时评文章可以锻炼学生的比较与综合能力。如, 在阅读关于人工智能发展的不同观点时, 学生需要对比分析各自的论据和立场, 从而得出独立见解。这种训练不仅提升了逻辑思维的深度, 也增强了学生在复杂问题中辨析关键点的能力。通过阅读, 学生逐步掌握了将分散信息整合为系统知识的能力, 为学术研究与职业发展打下坚实基础。

3.2 提升语言表达与写作能力

阅读是提升大学生语言表达与写作能力的有效途径。通过广泛阅读优质文学作品或学术论文, 学生能够积累语言素材, 学习多样化的表达技巧。例如, 在阅读《了不起的盖茨比》这样的经典文学作品时, 学生不仅可以感受作者细腻的语言风格, 还能从叙述结构中学习如何通过文字塑造情感和人物形象。这种潜移默化的积累有助于学生在写作中运用生动的语言表达个人思想。阅读非虚构类书籍如新闻评论或学术文章, 则能帮助学生掌握逻辑严谨的书写

方式。如, 通过学习新闻评论中引入问题、分析现象、提出解决方案的写作模式, 学生能够提升逻辑清晰的议论文写作能力。阅读过程中与文字的互动, 能促使学生不断进行语言组织与句式调整, 从而提升口头表达能力。阅读的积累为学生在写作和表达中的语言选择与逻辑连贯性提供了支撑, 有效增强了沟通能力。

3.3 增强信息处理与创新能力

阅读行为在培养大学生信息处理与创新能力方面具有重要作用。通过多领域、多主题的阅读, 学生能够接触大量复杂信息, 这要求他们在阅读过程中学会筛选、整合和提炼关键信息。例如, 在阅读关于气候变化的学术报告时, 学生需要辨别数据来源的可靠性, 提取其中的重要观点, 并整合多篇文章的信息形成全面认知。这种训练提升了学生对信息的处理与组织能力。阅读还能够激发学生的创造性思维。通过阅读科幻小说或创新案例类书籍, 学生能够感受到多样化的想象力与解决问题的独特视角。例如, 通过阅读《创新者的窘境》, 学生可以学习如何通过颠覆性创新应对市场变化, 进而将这种创新思维应用到实践中。跨领域阅读能够激发灵感, 帮助学生将不同领域的知识相结合, 产生新的见解和创意。通过阅读提升信息处理与创新能力, 不仅为学生的学术研究提供支撑, 也为其在复杂多变的社会环境中应对挑战奠定基础。

4 结语

大学生阅读行为在自我认知与能力培养中发挥着重要作用。通过科学的阅读方式, 学生能够更清晰地认识自我, 拓宽认知视野, 深化价值观与情感体验。在能力培养方面, 阅读行为不仅强化了逻辑思维、语言表达和信息处理能力, 还为创新能力的提升提供了可能。然而, 要实现阅读的最佳效果, 大学生需要根据个人发展需求科学规划阅读内容, 并通过深度思考和实践转化提升阅读效能。高校也应为学生创造良好的阅读环境, 提供丰富的阅读资源和指导, 促进阅读习惯的形成与优化。未来, 阅读行为将在学生成长与社会适应中扮演更重要的角色, 为培养综合素质优秀的人才提供持续动力。

参考文献:

- [1] 王俊杰, 陈清峰, 韩孟杰. 在校大学生两性情感心理行为与艾滋病检测现况调查[J]. 中国艾滋病性病, 2022, 28(12): 1424-1427.
- [2] 王秀红, 徐振宇. 大学生心理问题的阅读疗法金字塔体系书方配伍实证研究[J]. 大学图书馆学报, 2021, 39(4): 93-104.