

疫情常态化下大学生行为表达变化的调查研究 ——以湘西地区为例

包文豪 崔耀华 陈慧铃 廖舒萍 罗小迪 石君*
(吉首大学, 湖南 吉首 416000)

【摘要】经过实际调查研究,我们发现在防控疫情的过程中,对于大学生的学习计划、日常生活方式、思维认知、行动表现和心理状态产生了显著的影响。这既包含了锻炼自我提升的方面,也存在着挑战自我的问题。针对一些学生在疫情期间暴露出的问题如身体素质、科技知识水平、伦理价值观及媒体技能等方面的困难,为了更有效地协助他们在这个特殊阶段保持稳定的心理健康,提出了相应的策略和实践性的建议来助力他们的全面成长。

【关键词】疫情常态化;大学生;行为表达变化;影响;湘西地区;实证调查

Covid-19 新冠疫情的突然爆发,对全体公众的生命安危和健康状况构成了巨大威胁,并给我们这个民族带来了严峻的挑战。随着我国疫情形势逐步好转,疫情防控工作也在不断优化。从2022年底开始,随着中国政府疫情防控协调小组陆续发布的最新通知——《关于进一步优化新冠防疫政策、精确有效地应对疫情的通知》,并且经过中央人民政府审批后决定开始将其列为“二级管控类别”。至此,疫情防控进入常态化阶段,各地高校学生的学习与生活逐步恢复正常。对于当前一代大学生来说,他们所面临的是一种全新的生活体验——抗击新冠疫情,这种经验必定会对他们的成长历程造成深远的冲击。因此,研究他们在疫情下的生活方式、行动表现及心理状态,有助于促进他们的身体健康与精神平衡的发展,并能汇聚起抵抗病毒的力量,为引领年轻人在疫情期间锻炼自我提供关键性的指导作用^[1]。本项目组从2022年10月7日至11月30日在“问卷星”网络平台上针对湘西地区的两万五千名学生(包括本科生、研究生、博士生以及国际学生)展开了关于“疫情对大学生行为表达习惯变化”的研究调查活动,共收集到有效的问卷812份。此外,我们还通过微信和电话的方式采访了18位受访者。基于这些信息,我们将使用“问卷星”和“SPSS”软件来处理数据,并对访谈内容加以整理,从而总结出了以下主要发现。

一、现况描述:青年大学生在疫情防控中历练成长

新冠疫情的社会环境为青年大学生的成长和发展形成了新的局面,这对青年大学生来说既是一次冒险,也是一次机遇。新冠疫情给年轻大学生带来了挑战和机遇。调查显示,他们在疫情防控中思维理性,行动积极,态度稳重,显示出增长潜力。这充分说明了新时代的青年大学生是值得信赖的,是值得担负重任的^[1]。

理智的思考和积极的认识是向上的,新冠疫情防控战役对全社会和人类来说都是一场挑战。在这场斗争中,众多年轻大学生接受了科学教育、思想的洗涤以及观念的刷新,他们的思维方式总体上是理性的。

总的来说,大多数大学生对疫情有着科学且理性的认识,但也存在一些偏差。根据调查结果,绝大部分大学生能够科学且理智地了解病毒的基本属性和爆发原因,并理解个人防护以及国家的防控策略,只有少数大学生存在这种认知上的偏差。

需要强调的一点是,尽管如此,还是有一些大学生倾向于接受“天命谴”或“阴谋论”来解释疫情爆发的缘由,其中支持前者占比2.6%,后者3.8%^[2]。此外,研究结果表明,相较于理科生而言,文科生的疫情防控认识存在更大的误区,尤其表现在对于新冠病毒的基本了解上,例如23.6%的文科生并不知道“病

毒是一个无细胞生物体”这一事实，然而这个数字在理科生中仅为 9.99%^[1]。

行为表达习惯变化，积极建构疫情防控生活。自疫情爆发起，全国范围内的“物理隔绝”对大学生的学习和日常生活产生了重大影响。研究表明，他们有能力主动调整自身以适应环境的变化，并且他们的生活方式也呈现出正向的发展趋势。

1. 大部分大学生的表现出色地支持并投入到疫情防控工作中去，他们遵循“保持个人卫生、减少社交活动、避免传谣不信谣”的原则，这一比例高达 95% 以上。除了积极响应之外，还有 86.6% 的学生自愿加入了抗疫行动中来，其中 58.2% 的人表示要做一名“逆行者”，这充分展示出了当代大学生对社会的高度责任意识（详见表 1）。然而，仍然有一小部分学生的行为不够规范，这是我们必须重视的问题之一。排名前三的行为分别是：聚众、共餐、探望亲戚朋友、出门未佩戴口罩、未能自行隔离。

表 1: 大学生主动参与疫情防控情况	
疫情防控期间，您积极参与了以下哪些疫情防控工作？	比例 /%
A. 线上线下积极宣传防疫知识	32.0
B. 踊跃参与社区志愿服务，如防疫消毒、人员管理	29.9
C. 线上开展科技、文化、教育、卫生、心理等方面	14.9
D. 为防控疫情捐钱捐物	9.8
E. 无以上情况	5.7
F. 其它	7.7

2. “过度的闲暇”是疫情期间大学生的主要问题之一，他们在家中培养了良好的生活习惯，如重视身体健康、积极参与家庭事务、科学膳食搭配、保证充足睡眠等等（详见表 2）。其中，有 61.5% 的人持续进行室内的体育活动，并维持或者增加了他们的运动频率，因此他们的身体状态相当不错。然而，也有 38.5% 的人减少甚至停止了他们的锻炼行为，这导致他们的身体状况相对较弱，需要引起注意。此外，这次疫情也使得许多人对财务管理有了更深入的认识，选择储蓄、了解或购买商业保险的大学生人数分别达到了 31.7% 和 8.8%^[3]。但是，仍有一部分学生缺乏自律，过于沉浸于电视节目、短视频应用等消遣方式，观看时长超出正常范围的有超过 40% 的人，而因游戏上瘾、小说痴迷的情况则占到了总数的 20% 以上。

表 2：大学生养成良好习惯情况

疫情防控期间，您养成了以下哪些习惯？	比例 /%
7 (A. 戴口罩、勤洗手等文明习惯)	94.5
7 (B. 食物洗净煮熟、营养均衡等饮食习惯)	63.8
7 (C. “食有时、动有节”的作息习惯)	48.0
7 (D. 保持适当锻炼、增强体质等运动习惯)	69.8
7 (E. “分餐制”“用公筷”等卫生习惯)	54.5
7 (F. 无以上情况)	2.5

3. 教育方法与主题呈现出多元化的趋势，然而独立学习的技能还有待提升。在疫情期间，超过一半 (56.3%) 的学生能确保每日的学习时间超过两小时，但是仍然有一部分学生（占总数的 16.4%）无法达到这个标准^[3]。从学习途径来看，线上教学及实时视频讲座是主要的学习手段，占据了 80.6% 的比例。在学习内容上，大学生倾向于功利性，专业知识和就业分别占 68.4% 和 30.0%，人文社会科学、科学技术等一般知识占 37.4%^[3]。根据对学习成果的自我评估，10.9 % 的大学生认为自己的学习效果并不理想，只有 51.4 % 的人认为是良好的。这个数字也得到了一些大学生的学习时间不足和学习内容结构不均衡等因素的证实（参见表 3）。

表 3：大学生学习积极性情况

疫情防控期间，您的学习积极性与之前相比	比例 /%
显著提升	5.8
有所提升	15.2
和往常一样	47.5
有所降低	27.8
显著降低	3.7

4. 真诚地陪护父母，建立融洽的家庭联系。在疫情期间，大学生的“被迫”回到了家中，近九成的大学生可以稳定、安静下来陪伴他们的亲友。与家人一起烹饪、户内小游戏、一起看电影成为了最好的交流方式。随着大学生与父母家人共处室内、相互陪伴时间增加。父母与孩子相互倾诉，畅所欲言的比例迅速上升。在这个特殊时期里，全家的亲密接触有利于形成更加和谐的家庭氛围，超过六成学生认为他们之间的家庭关系相较于疫情前变得更好了，但也有部分大学生觉得它有所下降，这个数字为 2.6%（详见表格 4）。

表 4：大学生家庭关系变化情况评价	
疫情防控期间，您与家人之间的关系变化？	比例 /%
A. 有明显变化，更和谐融洽	22.4
B. 略有改变，但不明显	39.2
C. 没有变化	35.8
D. 反而变差了	2.6

5. 许多大学生正借助互联网络来积极地参加社交及公众事务，然而他们的网络媒体素质仍需提升。身为移动互联网时代的”土著居民”，疫情期间约八成的大学生能保持良好的社交关系，超过四分之一的人则增加了社交频率，女性在这方面的表现尤为突出，占比高达 63.5，而男性仅占 36.5。此外，也有大约两成人表示他们对于正常的社交环境有着很好的适应力。但同时，也有一小部分学生感到他们在社交上的效果有所下降，还有一成的学生甚至无法与其亲友建立有效的沟通渠道。至于社会参与这一块，绝大多数大学生都选择使用互联网工具去参与各类的社会管理工作，如寻找学习资料、通过“微博”等媒介上报疫情消息等，并且有部分的大学生热衷于社会监管，这充分展示出他们积极参与社会管理的决心。另外，还存在着一小部分大学生是通过网络途径获得公共医疗卫生服务的。

表 5：大学生社会交往变化情况 ^[1]	
疫情防控期间，您的社会交往情况符合以下哪种情况？	比例 %
18(A. 几乎只和亲人或恋人联系)	12.0
18(B. 社会交往减弱，与同学、朋友联系减少)	18.4
18(C. 和日常交往的同学、朋友正常保持联系)	42.4
18(D. 通过社交平台或沟通软件，与亲人、同学、朋友等增加了联络频次，互致温暖问候和鼓励支持，增进了感情)	27.2

在疫情时期，互联网舆论环境变得相当混乱，大学生的传媒素质需要引起重视。例如：“莲花清瘟胶囊可以杀死 Covid-19 病毒”“李文亮医生事件”“张文宏医生’闷死病毒’”，疫情环境下大部分人被局限在家中，只能通过互联网来了解世界信息及疫情动向，这对我们青年大学生的明辨能力提出了全新的要求。

表 6：大学生对时事政治关注情况	
23、在疫情防控下，您对时事政治新闻的关注程度有何变化呢？	比例 %
A. 每天都会关注	24.8
B. 有大事件发生才会关注	29.1
C. 偶尔看看时事新闻	44.4
D. 从不关注	1.7

自新型冠状病毒爆发以来，社会各领域的信息在网络媒体中迅速扩散。对大学生社会信息的辨别能力提出了更高的要求。时政新闻由国家媒体发布，其特性包括即时、精确和权威。在正常的疫情下，大学生对时政的关注发生了变化。24.8% 的大学生每天关注时政新闻，了解国家大事和世界疫情动态。近 30% 的大学生只关注重大事件，如 COVID-19 疫苗或学校关闭。表 6 显示，大学生对时事新闻的兴趣有了明显增长。对此类新闻的关注有助于推动现代大学生理解世界，扩大他们的知识视野。这为未来社会更好地承担责任和义务、履行权利奠定了坚实的基础。

表 7：大学生对新冠疫情关注情况		
关于新型冠状病毒感染的疫情，您最关注那类信息？	比例 /%	个案百分比 /%
25(自己及家人所在地风险)	24.2	89.1
25(预防和控制疫情的医学常识)	15.3	56.4
25(政府部门应对措施)	14.5	53.2
25(疫情感染扩散信息)	17.0	62.3
25(医学机构研究进展)	8.9	32.7
25(其它国家疫情进程)	6.9	25.4
25(疫情出行政策)	13.2	48.3

疫情常态化下病毒感染情况错综复杂，随着返校返厂返工开始人员的往返流动。尽管新冠病毒已经被成功地控制住，但我们仍然无法完全消除。在疫情常态化下，大学生开始“被迫”习惯在家生活、睡觉、学习、运动，以尽量减少户外活动。购物需求通过网上购物来实现。为了及时了解物流情况，大学生会特别关注一些特定地区在正常疫情防控下的肺炎信息。近 90% 的大学生特别关注“自身及家人的局部风险”，15.3% 的大学生关注如何有效防控疫情的医学知识。很少有医学相关科学和工程专业的学生关注医疗机构对新型冠状病毒的研究进展。大学生向往自由和远方，部分大学生在做好本职工作防范疫情的同时积极“走出去”，13.2% 的大学生最关心疫情的出行政策。（见表 7）如何安全高效地通过“绿码”考试，已成为大学生面临的一项具有挑战性的任务。新学期需关

注出行地、居住地相关政策,避开“红色代码”高危人群;安全回家已成为当代大学生面临的一大挑战。

在抗击疫情的过程中,大学生不仅经历了发展,也遭遇了新的挑战,因此,对他们进行思想政治教育的后续任务变得至关重要。学校、家庭、个人和社会都需要保持系统性的思考方式,并且相互配合,积极营造一个和谐共建的优质教育环境。

二、启示思考:协助教研形成协同共进的优势局面

(一) 学校要强化素质教育

作为塑造道德品质的重要环境及基础领域,校园在学校协作共建的过程中起到了关键性的引导角色。大学校园就是当代青年大学生进入社会“大染缸”前的小社会,成年人的精神引导与认知提升可以改善个人世界观,有利于引导大学生进入社会之后成为一个有担当、有能力、有良知、有爱心、有理想的“五有”优秀青年。在学生培养方面,教研部门还应该积极利用先进的信息技术如数据分析工具、多媒介传播手段和人工智能等等去开发更多高质量的教育素材以便更好地融合线下的传统课堂模式和线上的远程学习途径,优化学生的学习学习效率。

(二) 家庭要协助进行素质培养

作为个人成长的基础环境和起点,家是一个人的第一间教室;而父母则是塑造孩子的价值观和生活方式的关键人物之一。因此,在家族教育的参与下构建良好的生活氛围至关重要。当面临突发性的社会危机时,我们必须积极地推动家长及学校的合作互动以建立共同的教育体系来培养人才。每个家庭的成员都应该重视语言上的指导并实践行动中的榜样示范,教授孩子们必要的技能的同时也注重他们的道德品质的发展——通过亲身的经验去影响他们的人生观和社会行为准则的学习过程,从而为他们在未来的人际交往打下一个坚实稳固的地基。

(三) 个人要全面提升能力素养

在社会发展的新时代,我们需要全方位地提升自我:首先是持续强化个人品行建设,主动接受并实践社会主导的核心价值观;其次,我们要始终践行为人民服务的智慧,努力学习,勤奋学习,不断提高自己的视野、知识和专业技能,让国家在我们心中,别人在我们眼中,自觉肩负起时代赋予我们的重任。第三,要经常修身健体,热爱运动,提高身心素质,

在体育锻炼中陶冶情操和智慧,培养心理调节能力和健康的生活方式,成为热爱生活、充满活力的学生。

第四,要时刻提起审美素质,加强审美教育,自觉抵制不良文化和错误思想的侵蚀,全面提高人文修养,实现精神美和行为美。第五,始终培养劳动技能,尊重劳动、倡导劳动、热爱劳动,在人生中真正上好劳动教育这一必修课,成为新时代劳动精神的弘扬者和践行者。

(四) 社会要营造和谐稳定环境

作为一所大型的“学府”,社会的教育对当代大学生的发展有着关键性的支持功能。各个领域需要具备全面思考的能力,扩大教育的视角,并积极地加入到道德建设的行列之中。首先,我们应该增强社会的管理力度,创造出一种和平稳定的社交氛围。我们要加速推动国家的治理结构与能力的现代化进程,尽力创建一个每个人都负有义务,每个环节都能获益的社会治理联合体,从而打造优质的社会环境。其次,我们应明确正确的位置,提升人文环境以优化人才培育工作。各方必须坚定地坚持科学方向,致力于提升学生的政治素养、全局意识、掌控技能、负责态度、科技知识等方面的基础素质,同时也要推动人才培养及选聘制度的变革,更有效地塑造品格和人格。最后,我们需重视合作的力量,建立协作式的学习环境。社会各方面应该相向而行,共同培育时代新人。

参考文献:

[1] 西南大学新学工创新中心课题组,孙楚航.新冠肺炎疫情对青年大学生影响研究——基于全国45所高校19850名大学生的实证调查[J].中国青年研究,2020(04):43-48+12.

[2] 赵旭艳,徐桂娟,孙泽洋.突发公共事件时大学生心理波动趋向与引导策略[J].鄂州大学学报,2022,29(03):85-87.

[3] 科学网——应对疫情“大考”,大学生的“知与行”,网址:<http://news.sciencenet.cn/sbhtmlnews/2020/6/355573.shtml>, 2020-12-31

作者简介:包文豪(2002.09-),男,汉族,湖南省岳阳市人,本科,现为吉首大学医学院临床二班心理委员,研究方向:湘西地区慢性疾病发病率研究。