

深度评论

# 暑期蓄力正当时 大学扬帆自从容

张贵勇

眼下,高校招生录取工作正在有序推进,部分考生已经知道录取结果,憧憬着新的人生旅程。在长达两个月的暑假里,不少准大学生或选择休闲娱乐、陪伴家人、与同学聚会,或选择外出旅行、兼职打工,不一而足。无论哪一种,都无可厚非,毕竟经历了高中三年的紧张学习,他们的确需要享受难得的自由时光。

但要知道,这个特殊节点的暑假也是自我总结与反思的关键期,有必要回望过往,规划未来。此举关系到大学生生活能否过得有意义。因此,暑假的主题,宜放松而不是放纵,宜未雨绸缪而非无脑虚度。坚持规律作息,注意安全,避免熬夜,切忌沉迷网游、短视频,可以选择一项或多项自己喜欢的运动,如跑步、游泳、篮球、骑行等,以健康的身体、饱满的精力、乐观的心态,迎接即将到来的大学生活。

准大学生们还要意识到,大学是一个全新的开始,与基础教育阶段有着本质区别。在学习方式上,大学没有了老师和家长的时刻监督,更强调自主学习,需要自己选课、合理安排学习时间、制订学习计划。学习内

■ 暑假的主题,宜放松而不是放纵,宜未雨绸缪而非无脑虚度

■ 静下心来思考人生方向,在运动锻炼中野蛮体魄,在博览群书中丰富知识储备,在行走中了解真实的中国,在动手实践中增长才干,都是开启美好大学生生活的正确方式

容也丰富多元,除了专业课程,还有各类选修课程、学术讲座、社团活动等,要有更广泛的知识储备、更强的自我管理和及时纠错能力。而提前了解学校的办学历史、教学方式、交流项目和师资水平等,其实非常有必要,有助于优质学习资源利用的最大化。

大学还是开启心性成长、发现自我的关键期,面临着学业、社交、情绪管理等诸多任务与挑战。准大学生们即将独立面对学习和生活中的各种问题,这对为人处世能力提出了更高要求。越早进行自我探索和心理建设,越早结合自我兴趣规划未来,越不容易陷入茫然无措的消极境地。所以,有必要静下心来想清楚自己是怎样的人,兴趣长板是什么,将来想要从事什么职业,希望在哪里工作,和什么样的人一起工作,等等。这些问题一旦有了答案,大学四年的努力方向也便愈加清晰。

如果始终对自己和未来职业认识不清,不妨通过阅读一些心理学经典和人物传记类书籍来辅助思考。比如《蛤蟆先生去看心理医生》能帮助准大学生们更好地了解自我心理状态和情绪管理;《自卑与超越》有助于认识自卑心理并寻求超越的方法;《钱学森传》《苏东坡传》《史蒂夫·乔布斯传》等书籍有助于找到人生榜样,从杰出人物的成长经历中汲取勇气与力量。

在身心建设之外,准大学生们也可以利用暑假提前了解所学专业的相关知识和学习方法,有针对性地进行学习力方面的训练。网络搜索、阅读专业书籍、向学长学姐请教等方式,都能对所学专业有一个初步认识,构建起专业知识的框架。比如,对于新闻学专业的准大学生们来说,可以提前翻阅《舆论》《中国的西北角》《理解媒介:论人的延伸》等经典书籍,了解新闻传播学领域的基本概念、理论

和发展脉络;或者自学视频剪辑等课程,以便入学后快速适应专业课程学习,甚至有机会在社会实践方面崭露头角。如果学有余力,不妨找来人工智能方面的经典书籍,尝试将其与所学专业深度融合。

比知识更重要的是见识,社会实践是了解社会、锻炼能力、精进自我的重要途径。准大学生们不妨多利用暑假主动参与社会活动。如参加社区志愿服务,为社区居民提供力所能及的帮助,在服务他人的过程中提升沟通能力、团队协作能力和社会责任感;也可以选择一份兼职工作,体验职场生活,在赚取人生第一桶金的同时,积累宝贵的工作经验。若有机会参与某个科研项目或学术活动,最好不要拒绝,而是深入参与,及早打下一定的学术根基。

暑假时光弥足珍贵,其核心价值在于为大学生们下一阶段蓄力。准大学生们静下心来思考人生方向,在运动锻炼中野蛮体魄,在博览群书中丰富知识储备,在行走中了解真实的中国,在动手实践中增长才干,都是开启美好大学生生活的正确方式。在此过程中,也能真切地了解自己,进一步锚定人生目标。待踏入大学校园后,便能有的放矢,不负青春韶华,书写精彩人生篇章。

(作者系渤海大学新闻与传播学院教授)

一家之言

## 感受技能魅力 点亮青春色彩

王寿斌

据媒体报道,北京市人力资源和社会保障局组织开展了“技能照亮前程”青少年职业技能体验活动,以“大师故事+实践操作”的模式,让青少年在沉浸式体验中感受工匠精神、探寻职业兴趣。

建设制造强国、质量强国、技能中国,需要坚实的技能人才保障。如何引导青少年树立技能成才与技能报国的高远志向?首先,就要让他们近距离感受技能的魅力,打破对一些职业的刻板印象。例如,工业机器人系统操作员作为2019年国家认定的新职业,代表着智能制造的前沿方向。青少年与这类“高精尖”技能近距离接触,能深切感受到,技能不是简单重复的体力劳动,而是具有科技含量的创造性活动。同样,在景泰蓝制作体验中,“点蓝”工序展示出这项技艺背后的技术含量和文化内涵。当技能从书本上的抽象概念变为指尖的真实触感,青少年对职业的认知很可能从模糊走向清晰。

对青少年来说,技能报国从口号变为可以触摸的理想,还需要技能大师的精神引领。北京的活动,将技能大师邀请至现场,就是最好的做法。技能大师们在现场授课时,不仅传授操作技巧,还分享着自己投身技能事业的经历。他们中有人扎根航天制造一线数十年,用毫米级精度助力大国重器升空;有人坚守非遗工坊,让传统技艺在新时代焕发新生。无论是操控机器人的“科技范儿”,还是控制面点的“烟火气”,他们都有一个共性,那就是——不断地精益求精,在平凡的岗位上创造了不凡的价值。这些故事都是宝贵的精神财富,不仅展示出大国工匠的人格魅力,还充分说明当个人兴趣与国家需求同向而行时,技能报国可以成为青春奋斗的内生动力。

让技能报国的种子在青少年心中生根发芽,需要持续搭建“体验—培养—成长”的平台。北京市此次的活动为我们提供了有益借鉴:通过“家门口的体验点”降低参与门槛,让青少年轻松接触多元技能;邀请技能大师面对面指导,用榜样力量激发兴趣;后续再以“技能照亮前程”项目化培训为抓手,营造技能人才发展的良好氛围。

当前,我国正处于产业升级的关键期,智能制造、乡村振兴、文化传承等领域对高素质技能人才的需求日益迫切。然而,社会对一些技能职业的偏见仍未完全消除。因此,要搭建更多的平台,引导家长逐步改变“重学历轻技能”的观念,让青少年在亲身体验中感受技能的价值与魅力,进而投身技能成才、技能强国之路。

(作者系苏州工业园区职业技术学院教授、副校长)

青年说

新闻回放

盲盒的火爆、乐高乐园的开业、潮玩文化的流行……“童趣消费”正以多元姿态进入大众视野,并不断拓展边界,吸引越来越多的年轻人,共同“玩”出消费新热力。

看似小孩子的玩具世界,正在成为年轻人消费的新大陆。从各大主题乐园化身年轻人的“快乐老家”,再到前不久潮玩产品的一盒难求,“童趣经济”在新理念与新技术的赋能下掀起了跨品类热潮,吸引大量年轻人踏足“童趣消费”领域。作为一种流行趋势,“童趣消费”亦反映出年轻人潜在的心理诉求。

“童趣消费”往往有怀旧色彩,能够引发消费者对童年的回忆。如今,面对快节奏生活所带来的压力,“童趣消费”可以为年轻人提供一个短暂的避风港,去重温人生中曾经充满

安全感的时光,从而让内心恢复活力。

当然,并非所有人的童年都充满纯粹的快乐。对于一些人来说,“童趣消费”意味着情感疗愈,能对留有遗憾的成长经历进行弥补与重塑,给予自己曾经渴望却并未充分获得的关爱、理解与接纳,进而重新养育自己的“内在小孩”。

与此同时,在社交媒体与名人效应的双重影响下,一些年轻人成为个性十足的潮流追随者,有的甚至凭借自己的实力与热情,在“圈子”内不断深耕,把爱好变成了“饭碗”,从而获得归属感与认同感。

然而,当童趣产品成为一种“社交货币”,也容易引发年轻人的从众心理,致其盲目跟风。年轻人的消费理念持续受到市场形塑,有人购入潮玩产品是为了彰显自己的前卫审美,有人渴望获得“潮玩玩家”身份,有人则是看重其增值潜力。然而,“天价拍卖”风波过后,一些产品的二手市场价格遭遇“跳水”,令此前高价购入者大呼“血亏”。因此,年轻人在“童趣消费”前,应仔细辨别这一行为是源自内心的喜爱,还是外界强加的欲望。

(作者系重庆大学新闻学院2023级硕士研究生)

## “童趣消费”反映年轻人心理诉求

高昕怡

## 正向引导“童趣消费”热

李仪玮

中可能加剧消费焦虑,甚至演变为情绪绑架。

“童趣消费”作为一种新的生活方式甚至文化表达,本身没有问题,但其健康长远发展需要正向引导。理性对待“童趣消费”,关键在于驱散认知的迷雾。对消费者而言,应清醒识别情绪价值与物质价值的边界,避免陷入从众心理和标签化消费。对商家而言,应平衡营收目标与社会责任,摒弃操纵心理、过度营销的策略,回归产品设计本身。对网络平台而言,应完善内容审核与推荐机制,对虚假宣传

和恶意引流行为加强干预,减少信息干扰。此外,媒体也应及时普及科学消费理念,帮助青年建立理性判断能力。

消费不仅仅是推动经济的引擎,更反映出社会文化心理的取向。面对情绪驱动型消费的上升趋势,需要前瞻性的引导,在情绪价值和商业逻辑之间找到平衡点,让“童趣消费”成为青年生活的调味品,而非经济负担。

(作者系中国传媒大学文化产业管理学院2024级硕士研究生)

## 提供更好的“童趣消费”体验

段小涵

持续发展,为年轻人提供更好的消费体验。营造良好的产业环境是关键,政府可通过设立扶持基金、建设产业园等举措,鼓励原创内容和IP孵化,鼓励创作者从中华优秀传统文化和自然科学中汲取灵感,让“童趣”产品承载更多的文化内涵,回应年轻人的心理诉求。

合理科学的营销方法,能够促进企业的良性发展,而过度营销则可能适得其反。例如,刻意制造一些产品的“天价拍卖”,很可能引起消费者的反感甚至排斥情绪。相关企业应把

重心放在产品质量、服务水平及品牌内涵的提升上,增强消费者的黏性和价值认同。

随着“童趣经济”的快速发展,相关的行业标准和监管机制也要跟上,要更多考虑未成年人保护的相关因素。消费者的审美取向对“童趣”产品有重要的影响。当“童趣消费”热潮来袭,媒体应加强对公众特别是青少年群体的审美教育与文化引导,让传递积极向上价值观的“童趣”产品始终占据市场的主流。

(作者系中国人民大学教育学院2024级硕士研究生)

## 传承弘扬优良作风 奋力书写青春华章

(上接第一版)

### 突出动真碰硬 深化整改落实

坚持有什么问题就解决什么问题、什么问题突出就重点整治什么问题,推动年轻干部从严从实做好问题整改,立查立改、即知即改,引导年轻干部系好“风纪扣”、走好“廉洁路”。

强化警示教育。召开直属系统警示教育会,通报违规违纪违法典型案例,综合运用观看警示教育片、廉政基地现场教育等方式强化年轻干部纪律规矩意识,引导年轻干部扣好廉洁从政“第一粒扣子”。

对照清单查摆。组织年轻干部学习贯彻习近平总书记最新重要讲话和重要指示批示精神,对照中央八项规定及其实施细则精神和有关清单,结合工作实际认真检视剖析,做到思想上再对标、行动上再加力。

突出重点整改。组织在资金密集、资源丰富领域和管人管财管物等关键岗位的年轻干部,结合实际列出岗位风险点,认真查摆整改。体卫艺司召开专题会议,推动处级及以下年轻干部对表对表、逐一查摆问题清单,制订整改措施,狠抓整改落实,不断提升履职尽责能力。研究生司组织关键岗位年轻干部列出岗位风险点,从严从实做好问题整改,并督促抓好整改落实。职教中心组织中层副职年轻干部结合学习教育查摆问题整改情况,报告整治形式主义、为基层减负工作考虑,对照检查自身差距,落实整改任务清单。

### 聚焦教育强国 青春实干建功

大道至简,实干为要。教育部加强以优良作风凝心聚力、干事创业,激励广大年轻干部在加快建设教育强国新征程中展现新担

当新作为。

建立健全制度机制。教育部深入贯彻落实习近平总书记关于中央和国家机关年轻干部修好基层这门课的重要批示精神,传承弘扬“四下基层”优良传统,推动各单位结合实际完善组织实施、成果运用等工作机制,推动年轻干部下基层接地气常态化、制度化、规范化。

加强基层调研实践。落实做好开门教育的部署要求,深化组织开展青年理论学习小组“关键小事”调研攻关、年轻干部“根在基层”调研实践活动。广大年轻干部积极参加、深入思考,从着力破解教育热点难点问题入手,围绕立德树人、义务教育优质均衡发展、高等教育综合实力提升、战略科技人才培养、教师队伍建设和确定170余个选题,深入改革一线,了解基层实际情况,掌握政策落实情况,研提对策建议,努力为教育强国建设献智献策。

## 警惕论文写作中的“工具异化”

陈长

据媒体报道,“代降论文AI率”的灰色服务在电商及社交平台悄然兴起。然而,这些服务效果堪忧、猫腻重重,学生花费不菲却常常陷入维权无门的窘境。

为何代降论文AI率服务会突然兴起,被一些学生视为论文写作的“救命稻草”?原因在于,随着AI写作工具的普遍使用,许多高校将“AI生成内容检测”纳入毕业论文审查环节。为了将AI率降至学校要求的安全范围,不少学生投入大量时间精力反复修改论文。这种“工具异化”的现象提醒我们,要重视规范AI使用边界的问题。

目前,有的高校已经出台AI使用规范,从“哪些环节可辅助”到“如何标注引用”再到“检测结果异议处理”,形成了闭环指引。这既守住了学术底线,也给了学生合理使用AI工具的空间。然而,“只设禁区不给指引”的论文审查方式依然存在。这不仅让学生在AI工具面前无所适从,更在“达标”压力下冒险尝试灰色服务,陷入“用AI对抗AI”的循环。当技术工具成为学术评价的标尺,一些学生的论文写作可能从“知识创造”异化为“猫鼠游戏”。

破解论文写作中的“工具异化”风险,必须从源头入手。高校应加强对AI使用边界的探索,明确相关使用禁区。同时,整合资源搭建校内AI检测平台,为学生提供相关的诊断报告,允许学生有修正调整的机会。而从更长远的角度看,则是在技术快速发展的背景下,加强论文写作指导并完善评价方法,帮助学生建立科学严谨的学术态度。比如,指导学生掌握寻找选题、资料收集、结构搭建、语言表达等基本技能;更加注重过程性评价,将研究设计、开题报告、中期检查等纳入考核。

当然,对于“代降论文AI率”的灰色服务,监管力量也要及时跟上。电商平台不能成为灰色服务的温床。网络平台应建立关键词筛查机制,对“降AI率”“论文修改包过”等信息实时拦截,发现违规店铺立即下架。市场监管部门可联合教育部门建立学术灰色服务黑名单,对相关商家依规处罚。司法机关可公布典型案例,阐明提供此类灰色服务的法律后果,形成有力震慑。

解铃还须系铃人,学生自身应端正学术态度,避免陷入对技术工具的依赖。在日常的学习中,要有意识地加强学术训练,多请教导师,多动笔练习。只有当论文写作回归学术探索的本质,AI才能真正成为知识生产的催化劑。AI技术的浪潮不可逆转,但教育的航向必须由人掌握,让论文写作走出“数字迷宫”,回归理性、回归原创、回归思想。唯有如此,才能在AI时代培养出真正具备独立思考与创新能力的专业人才,而非被技术支配的“数字写手”。

(作者系公务员)