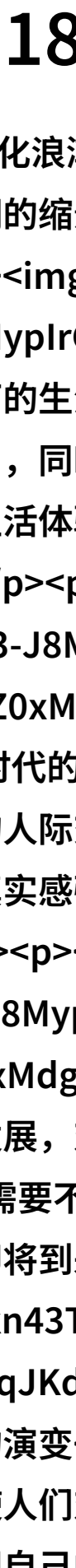
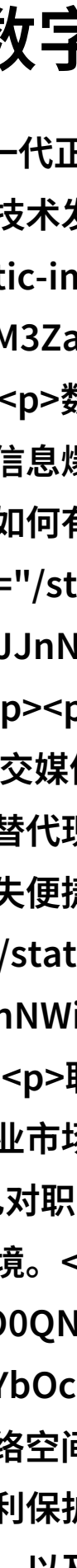


Tobu18探索数字时代的青春与挑战

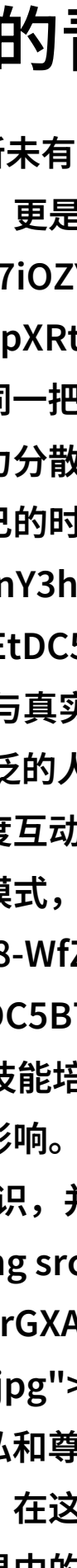
在数字化浪潮中，年轻一代正经历着前所未有的变化。Tobu18作为这一时期的缩影，不仅是技术发展的产物，更是社会变革的一面镜子。

 数字化转型下的生活方式

数字科技如同一把双刃剑，它赋予了人们更多自由，同时也带来了信息爆炸和注意力分散的问题。年轻人在追求个性化生活体验的同时，如何有效管理自己的时间和资源成为一个重要课题。

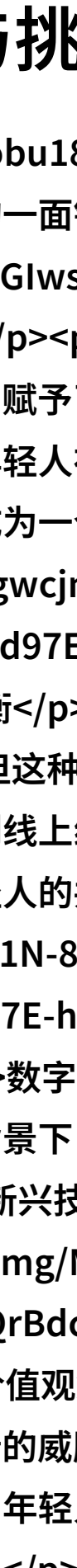
 网络社交与真实互动的平衡

Tobu18时代的人们通过社交媒体建立起广泛的人际关系，但这种基于虚拟空间的人际交流是否能替代现实中的深度互动？如何找到线上线下相结合、真实感强烈但又不失便捷性的社交模式，是这批年轻人的共同探索。


 职业规划与技能培训

数字经济正在迅速发展，对于未来就业市场有着重大影响。在这样的背景下，Tobu18青年需要不断更新自己对职业世界的认识，并积极学习新兴技能

，以适应即将到来的工作环境。

 价值观念与道德标准的演变

网络空间给人的隐私和尊严带来了新的威胁，同时也促使人们对于个人权利保护更加重视。在这个过程中，年轻人需要重新审视自己的价值观念，以及在数字世界中的行为准则。

 心理健康问题及解决策略

快节奏、高压力的生

活方式可能会对年轻人的心理健康造成负面影响。因此，他们需要学会自我调节，并寻找有效的心理支持渠道来应对现代社会带来的压力和挑战。

创新思维与创业精神培养

Tobu18时代鼓励勇于尝试、敢于创新，而创业精神也是推动经济增长的一大力量。为此，这一代人应当培养出具有开拓意识和风险承受能力的心态，从而为实现自身目标打下坚实基础。

[下载本文pdf文件](/pdf/709926-Tobu18探索数字时代的青春与挑战.pdf)