

# 当代大学生的主观幸福感教育研究

李力

河南应用技术职业学院 河南郑州 450042

[摘要] 本文通过分析大学生群体在当下时代下对于幸福感的认知情况,对幸福感的涵义和对大学生主观幸福感影响的因素进行讨论,明确了树立正确的三观才能有正确幸福感的观点,并且就如何引导大学生树立正确的幸福感问题进行了较为浅薄的分析。

[关键词] 大学生群体;主观幸福感;人生观

引言:现代的大学生群体已经从90后逐渐过渡到了00后,代沟这个时间段可能会随着科技水平的发展也随之缩短。00后和前几代人相比,享受着更好的物质条件,教育氛围和更多生活优越性,但是421现象也让他们享受的宠爱更多,甚至更为娇气。00后的学生对于文化的多元性包容和接纳性更强,同时综合素质明显提升,在移动互联网发展迅猛的时代出生的00后对于网络的接触也更早,受到网络世界的影响程度也更深。基于这样学生群体特征,孩子们对于幸福感的认可度到底是比前几代人高了还是低了呢?

## 1 当代大学生的幸福感认知现状

首先学生对于幸福感的感知会由个体条件的差异产生差异性,如学生的性别、家庭情况:家庭的和谐程度、家庭的经济水平,还有学生所处的学习阶段,很多研究表明,低年级的学生会比高年级的学生幸福感指数要高,学业压力和就业压力也会导致学生的幸福指数存在差距。

幸福感是主观性的感知,可能每个人对于幸福的定义都是不一样的,现在的大学生群体接受的思想是更加多元化的,那他们对于幸福的定义也呈现出更加丰富的定义。对于“什么是幸福”,“如何追求幸福生活”的回答可能是这样的:“有车有房就是幸福”、“找一份满意的工作就是幸福”、“家人在一起就是幸福”、“国家繁荣富强就是我们每个人的幸福”。学生的幸福也是有大有小,有从自身角度出发的,有从家庭角度出发,还有很多从家国情怀出发。

就整体学生而言,大部分学生的幸福观还是符合社会主义核心价值观的主流思想的,但是观念的认可不代表实际幸福感程度的匹配。学生们认为幸福感是可以塑造和努力奋斗出来的,但是对于当下或者未来的幸福感是否一致表示不确定。也就表明很多学生对于幸福观的认知是不稳定的,可能随着人生观,价值观的改变随时发生变化,因为帮助他们树立正确的人生观、价值观和世界观是非常重要的。

大学生的处在人生一个重要的塑造阶段,不管是身体、思想和心理都不完全成熟,尤其是95后和00后更是在网络世界中更容易受到各种思潮和价值观的影响,一旦引导不利,可能出现各种摇摆不定的情况,情绪以及思维方式都可能出现激烈的碰撞,严重的会导致行为偏颇。

因为缺乏对于幸福本质的感知,可能很多学生会都处于“身在福中不知福”的不自知状态。因为没有幸福目标,在他们感觉精神空虚,缺乏理想,觉得生活空虚,无聊的情况下,他们甚至会迷茫地追求感官的刺激与简单快乐。对于幸福的本质他们觉得遥远而不可及。有学生问,“我需要感受精神的满足,也许那样我才会快乐”,从语言上似乎他的幸福定义是精神的满足,这样的幸福观我们觉得是不偏离,但是如何实现这样幸福目标,似乎很多学生对于这个问题都很迷茫。

## 2 影响大学生幸福观形成的主要因素

对于幸福概念认识不足,就会在行为中出现偏差。对于大学生的幸福生活的最大的四个因素就是:个体因素、家庭因素、社会因素和学校因素。

对于大学生本身来说,因为世界观、人生观、价值观仍然处于

不成熟的阶段,对于人生目标不明确导致到了动力不足,对于学习的重要性认知是不够全面的。还有一种抗挫折能力的下降也是导致很多学生对于幸福感下降的原因之一。其实抗挫折能力能够让大学生增强自强意识,不怕输的孩子更敢于去追求幸福的生活。有了抗挫折的能力才会有积极乐观向上的心态。

第二个家庭因素对于大学生来说是一个不可控因素但是也是至关重要的因素。不管是过于溺爱的家庭环境还是疏于管教的氛围都会给大学生的成长带来不利影响。正因如此,大学生更应该看到学校教育的重要性,更要好好利用学校教育来弥补家庭教育中不完善的一面。

社会因素是随着时代的变化在变化的,在改革开放的洪流中,人们能够深刻感受到物质生活水平的提升,但是对于大学生来说,似乎在价值观的影响上很明显,超前消费,野蛮消费的观念渗入,导致了“校园贷”现象频生,这些都需要引起警醒。因此对于学校因素来讲,是最重要的也是最具有修正作用的因素。但是现在的很多高校对于学生的思想政治教育、心理健康的关注度越来越高的同时,对于幸福观的教育却有待开发和完善。关注大学生的现实需要,引导学生树立正确的幸福观是很有必要的。

## 3 主观幸福观的涵义

我们明确了幸福感和学生自身、家庭、社会还有学校教育是环环相扣的。那么幸福对于学生的涵义到底是什么呢?

首先,幸福对于任何群体来说都是一种主观的感知,一般指人们对于生活质量所做的情感性和认知性的整体评价,主观幸福感是由情感平衡和生活满意度两个部分构成。由于幸福感的主观性,在个人对于幸福感的感受中都受到自我三观的很大影响,因此对于正在塑造世界观、人生观和价值观的大学生群体而言,树立正确的三观才能有正确幸福感。错误的三观也会收获的是错误的幸福感,这种幸福感是不可能长久保持的。

幸福的涵义很多时候包含了两个重要的方面,一是快乐,二是实现。两者的出发点和在解决幸福感的着力点不甚相同。但是可以肯定的是,只有人的积极情绪多于消极情绪时,人才能感受到幸福。

对于大学生这个群体来说,整体的幸福感还是要高于其他群体的,因为想法相对单一,对于事物的期盼和希冀都更高,因此积极情绪也就更多。但是在学生中主要幸福感水平的高低是受很多不同因素影响的。比如城市的学生相较于农村学生更容易产生优越感,相较之下也更容易产生较高的满意度,整体幸福指数也要比农村学生高。而且大学生的幸福感会随着年级的增长发生变化,整体来说,脱离了大一的适应期,大二的迷茫期也没有大四对于就业的迫切压力,大三的学生一般是幸福感最高的群体,但是对于高职学生来说,在校时间较短,就业压力更大,因此整体幸福指数要低于本科生。

因为幸福感的主观性特征导致幸福对于每个人来说都是不同的,是不能被量化和被验证的。因此对于幸福感我们应该追求更高层次的内涵。像习主席就提出要为人民谋幸福,陷入个人主义自私的幸福是假幸福。奋斗本身就是一种幸福,中国的幸福生活就是靠奋斗拼来的。其次劳动就是实现幸福的途径。在这样宏观且怀抱远大理想的幸福观的时代背景下,我们急需让每个教育者和被教育者

(下转第93页)