

大学生奋斗幸福观的理论内涵、价值意蕴与教育路径研究

莫伟豪¹, 肖亚轩¹, 方朝成^{2*}, 伍芋杰¹, 巩元勇¹

¹攀枝花学院生物与化学工程学院, 四川 攀枝花

²攀枝花学院数学与计算机学院, 四川 攀枝花

收稿日期: 2025年11月2日; 录用日期: 2025年12月3日; 发布日期: 2025年12月12日

摘要

大学生奋斗幸福观教育以“奋斗”为核心, 旨在引导学生树立正确幸福观, 其理论根基源于马克思主义幸福观与中华优秀传统文化, 兼具鲜明时代特质。当前大学生存在奋斗认知与实践脱节现象, 表现为目标迷失、行动弱化与价值错位。开展奋斗幸福观教育对个人完善幸福认知、社会培育进步力量、国家夯实复兴根基具有重要意义。高校思政工作者应从稳固理论根基、培育个体素质、深化教育改革、整合社会资源四个维度构建教育路径, 助力大学生将奋斗内化于心, 外化于行, 体悟幸福真意, 实现个人与社会价值统一。

关键词

大学生, 奋斗幸福观, 思想政治教育, 实践路径

The Outlook on Striving for Happiness among University Students: Connotation, Significance, and Pathways

Weihao Mo¹, Yaxuan Xiao¹, Chaocheng Fang^{2*}, Yujie Wu¹, Yuanyong Gong¹

¹School of Biological and Chemical Engineering, Panzhihua University, Panzhihua Sichuan

²School of Mathematics and Computer Science, Panzhihua University, Panzhihua Sichuan

Received: November 2, 2025; accepted: December 3, 2025; published: December 12, 2025

Abstract

The education on college students' outlook on happiness through struggle, with "struggle" as its

*通讯作者。

文章引用: 莫伟豪, 肖亚轩, 方朝成, 伍芋杰, 巩元勇. 大学生奋斗幸福观的理论内涵、价值意蕴与教育路径研究[J]. 教育进展, 2025, 15(12): 611-616. DOI: 10.12677/ae.2025.15122322

core, aims to guide students in fostering a sound perspective on happiness. Its theoretical underpinnings derive from the Marxist view of happiness and the fine traditional Chinese culture, while also embodying distinct contemporary features. Currently, college students exhibit a disconnect between their cognition and practice of struggle, which manifests in three aspects: disoriented goals, weakened actions, and misaligned values. Implementing this education holds significant importance for individuals to refine their understanding of happiness, for society to nurture progressive forces, and for the nation to consolidate the foundation for national rejuvenation. Ideological and political educators in higher education institutions should construct an educational pathway from four dimensions: solidifying the theoretical foundation, cultivating individual competencies, advancing educational reform, and integrating social resources. This pathway will assist college students in internalizing the spirit of struggle and externalizing it into actions, enabling them to grasp the true essence of happiness and achieve the unity of personal and social values.

Keywords

University Students, Outlook on Striving for Happiness, Ideological and Political Education, Pathways of Implementation

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

幸福是人类永恒的价值追求，奋斗是实现幸福的必由路径。习近平总书记多次强调“幸福都是奋斗出来的”“奋斗本身就是一种幸福”^[1]。党的二十大报告中，“奋斗”一词被频繁提及，进一步阐释了“奋斗幸福观”的当代内涵，为新时代青年构建了明确的价值坐标^[2]。在此背景下，引导大学生树立正确的奋斗幸福观是高校思政工作者落实“立德树人”根本任务的必然要求，也是化解当前青年群体“躺平”“佛系”等消极心态的现实需求。

当前，中国处于实现第二个百年奋斗目标的关键期，社会变革深刻、价值观念日趋多元，大学生面临着诸多机遇同时也承受着多方面的挑战^[3]：物质条件的改善与功利主义、享乐主义思潮的渗透，叠加就业竞争与心理焦虑等现实压力，导致部分大学生对奋斗的价值认同有所弱化，对幸福的理解趋于物质化、即时化，甚至出现逃避奋斗、选择“躺平”的现象，偏离了时代对青年应有的精神指引^{[3] [4]}。

在此背景下，系统探讨大学生奋斗幸福观教育，具有重要的理论意义与实践价值。理论上，有助于深化马克思主义幸福观的当代阐释，构建中国特色青年幸福观教育体系；实践中，可为高校思政工作者解决大学生奋斗精神缺失问题提供路径参考，助力培育担当民族复兴重任的时代新人。本研究立足于新时代教育发展要求，结合大学生思想和行为特点，剖析了奋斗幸福观的理论内涵、现实困境与培育途径，以期为高校思想政治教育创新提供学理支撑与实践参照。

2. 大学生奋斗幸福观的理论内涵与现状解析

2.1. 理论内涵：从经典理论到时代发展

奋斗幸福观融合了马克思主义幸福观与中华优秀传统文化中的奋斗精神，其核心是将奋斗作为实现个人价值与社会发展的途径，从而获取持久且深层次的幸福体验。

马克思主义劳动幸福观奠定了奋斗幸福观的哲学基础。马克思认为劳动是人的本质活动，幸福来源

于人在改造客观世界与主观世界过程中的自我实现[5]。这一观点不仅涵盖物质层面的改善，更强调精神层面的满足与人的全面发展。中华优秀传统文化中“自强不息”“天道酬勤”等思想，为奋斗幸福观提供了深厚的文化根基，塑造了中华民族重视奋斗、崇尚实干的价值传统[6][7]。

习近平总书记关于奋斗与幸福关系的重要论述，进一步丰富了奋斗幸福观的时代内涵[8]。他强调，“广大青年应该在奋斗中释放青春激情、追逐青春理想，以青春之我、奋斗之我，为民族复兴铺路架桥，为祖国建设添砖加瓦。”[9]这一论述把个人奋斗与国家发展、民族命运紧密结合，赋予了大学生奋斗幸福观鲜明的时代特征与价值高度。

2.2. 现实表征：认知与行为之间的张力

当前大学生对奋斗幸福观的认知整体上较为积极，多数学生认同“奋斗创造幸福”的基本逻辑，但在具体行为层面存在一定落差，呈现出“认知认可而实践弱化”的特点[4]。具体表现在以下方面：

一是目标导向模糊。部分学生以升入大学为奋斗终点，缺乏中长期规划，陷入“高中拼搏、大学懈怠”的行为模式。二是行动韧性不足。面对学业压力与现实挫折时，易出现畏难情绪，甚至以“佛系”“躺平”等消极态度应对挑战。三是价值判断偏移。过度关注短期利益与物质成就，盲目追捧“速成”“网红”等现象，忽视奋斗过程本身的价值意蕴。

2.3. 成因分析：内在机制与外部环境的互动影响

大学生奋斗幸福观认知与行为脱节的原因可从内外两个维度进行分析。外部环境方面，市场经济中的功利主义倾向、社交媒体中“精致利己”话语的传播，以及部分家庭在教育过程中对子女过度保护，导致学生抗逆能力有所减弱，构成弱化奋斗精神的外部诱因。内在机制方面，大学生处于自我同一性形成的关键时期，自我认知尚不清晰，延迟满足能力与社会责任感有待提升，难以将奋斗理念有效转化为持续稳定的行为模式。

3. 大学生奋斗幸福观教育的价值意蕴

3.1. 个人维度：搭建完整的幸福认知框架

奋斗幸福观教育有助于大学生形成涵盖物质保障、精神丰盈和价值实现的多维幸福认知结构，矫正对幸福的片面理解，使其掌握“奋斗成就幸福”的内在逻辑。

高校思想政治教育应引导学生认识到，物质幸福是基础，但并非其全部内容；通过奋斗战胜困难获得的成就感、实现自我超越带来的满足感，是更为持久、深层次的幸福来源。同时，个人幸福与社会幸福具有内在统一性，在服务社会、贡献国家的过程中所获得的价值认同，构成幸福的高级形态。这种认知层面的提升，能帮助学生超越“精致利己”的精神局限，在规划目标、攻克险阻、实现既定价值的过程中，领略“奋斗本身就是一种幸福”的深刻内涵。反之，若缺乏正确引导，青年易在物质攀比中陷入焦虑，在精神空虚中丧失动力，难以获得持久的幸福感。

3.2. 社会维度：培育推动社会发展的主体力量

社会发展的本质是人类实践活动的展开过程，青年的奋斗状态直接影响社会进步的速度与质量。大学生作为未来社会的中坚力量，其奋斗精神的强弱与幸福观的正确与否，关乎社会发展的内在动能。

当前形势下，我国社会正处于产业转型与科技创新的关键时期，迫切需要大批具备奋斗精神与创新能力的高素质人才。然而，部分大学生的“躺平”心态和功利心理，可能导致社会发展“人才动力不足”。通过奋斗幸福观教育，引导大学生把个人奋斗与社会需求相融合，无论是在科研攻关中破解“卡

脖子”难题，还是在基层服务中践行社会责任，都能为社会进步注入活力，同时实现个人价值的升华。倘若青年奋斗精神普遍萎靡，将导致社会创新活力衰减，发展动能不足，影响国家现代化进程。

3.3. 国家维度：夯实民族复兴的人才基础

新时代是实现中华民族伟大复兴的关键时代，人才和青年是民族复兴的关键和基础，当代青年是同新时代共同前进的“强国一代”，其奋斗幸福观关乎中国梦目标的人才支撑质量[10]。

从历史维度去观察，民族复兴的每一阶段都离不开青年的艰苦奋斗：新中国成立初期，青年知识分子走进祖国最需要的地方，为国家工业化建设打下坚实基础；改革开放时期，青年创业者“敢闯敢试”，助推中国经济腾飞；步入新时代，青年科研人员敢于创新，勇于“啃硬骨头”，在多个领域实现成果突破。这些实践可证明，当青年奋斗方向与国家需求高度契合时，就能迸发出推动民族复兴的磅礴力量。

从当下的现实需求看，中国式现代化这一宏伟而艰巨的事业，尤其需要一代代青年矢志不渝、团结奋斗。奋斗幸福观教育能够指引大学生树立“强国有我”的担当意识，自觉将个人理想融入“中国梦”的实践探索，参与乡村振兴、投身国防建设、推动科技创新。这不仅为民族复兴提供了坚实的人才保障，也让青年在贡献“大我”的过程中，收获最为真切、崇高的成就感和幸福感。

4. 大学生奋斗幸福观教育的实践路径

高校思想政治教育应立足系统化思维，整合既有资源，从理论奠基、个体培育、阵地建设及社会协同四个维度入手，引导学生将奋斗精神内化于心，外化于行，在实践中领悟幸福的真实意义[11]。

4.1. 稳固理论根基，阐释奋斗与幸福的辩证逻辑

马克思主义认为，为共同目标劳动且为大多数人带来幸福的人最伟大、最幸福的人，这揭示了奋斗与幸福的内在联系，为我们培育奋斗幸福观提供了关键指引[12]。在教育过程中，应以马克思主义幸福观与中华优秀传统文化为思想资源，夯实学生的理论认知，使其理解奋斗对实现幸福的关键作用。

深化马克思主义幸福观教育：从“具体劳动”“自我突破”等层面阐述“劳动创造幸福”的命题。将奋斗融入专业学习，让学生在克服学业困难中体会“过程性幸福”；精准帮扶预警学生，引导其通过自身奋斗打破局限，使其感受“掌控人生的幸福”；组织深入基层“三下乡”等实践，让学生在服务他人中体会“超越个体的幸福”；以榜样事迹叙事替代说教，助其理解幸福多元性与奋斗必然性，将理论转化为生活实践，让“奋斗创造幸福”观念入脑入心，成为学生可感知、可践行的成长逻辑。

挖掘中华优秀传统文化中的奋进哲理：通过课程思政、主题宣讲等形式解读中华传统文化思想内涵，引领学生锚定兼顾个人与社会价值的目标。例如，从“愚公移山”中理解奋斗的历史性与持续性，认识幸福实现是一个代际接力的过程；从“大禹治水”中体会奋斗的社会担当，理解个人幸福与集体幸福的统一性；从“庖丁解牛”中领悟遵循规律、精益求精的奋斗态度，引导学生在面对挑战时保持专注与耐心。

4.2. 聚焦个体发展，增强奋斗幸福观的心理基础

习近平总书记指出：“人民对美好生活的向往，就是我们的奋斗目标。人世间的一切幸福都需要靠辛勤的劳动来创造”，这揭示了奋斗与人民幸福之间的紧密联系[13]。高校思想政治教育应从自我认识、能力培育与价值引领三个层面，引导学生树立自主奋斗意识，将奋斗精神转化为稳定的心理特质。

培育清晰自我认知：构建生涯规划教育体系，将“自我认知与职业发展”纳入新生入学教育，通过心理测评、职业兴趣发掘等明确学生优势与发展路径；建立个性化成长档案，建立跟踪反馈机制，记录学业进展、实践经历、心理成长脉络等轨迹；每学期开展成长总结，引导学生以“自我超越”为核心，理

性看待成长与不足，树立“遵循自身节奏去奋斗”的理念。

锤炼多元奋斗能力：实施分阶段能力提升计划，学业上建立学业帮扶机制，通过朋辈互助等传授高效学习方法，增强学生奋斗信心；实践中搭建“导师领航+项目实践”平台，助力学生参与科研、志愿服务、校园文化等项目，体验“从0到1”的突破；开设心理韧性培养课程，以典型案例研讨、情景模拟演练等形式，提升学生应对逆境的能力。

锚定正确价值坐标：开展“奋斗榜样面对面”活动，邀请基层校友、行业代表分享奋斗经验，直观呈现奋斗和幸福的内在关联；引导学生搭建“小目标对接大理想”的机制，鼓励其将专业学习、个人发展与社会需求、国家战略结合，提升个人奋斗的价值层次。

实施动态成长调适：与专业教师定期沟通，指导学生通过反思优化计划，在试错与改进中不断成长。当学生在关键节点遭遇挫折时，借助“成长经验分享会”等形式，邀请师生分享应对困难的经历，帮助学生设定合理心理预期，引导其对问题开展理性分析；通过重温理想信念与实践历程，强化价值认同，使学生理解“艰难困苦，玉汝于成”的深刻含义，在克服困难的过程中体悟幸福。

4.3. 推进教育体系改革，搭建奋斗幸福观培育的主阵地

高校需要贯彻落实好立德树人的根本任务，将奋斗幸福观的培育重要抓手之一，通过课程、实践、文化多维度整合，构建全员参与、全过程融入、全方位推进的教育格局，让奋斗精神渗透到教育教学各环节，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

推进“课程思政+奋斗教育”融合模式：在思政课程中设立“奋斗幸福观”教学专题，结合马克思主义经典著作与中华优秀传统文化中的奋斗叙事，阐释奋斗幸福观的理论源流与时代意义；在专业课程中挖掘奋斗元素，梳理学科发展历程中奋斗精神的传承脉络，构建思政课定向引导、专业课协同补充的课程育人体系，实现奋斗教育与知识传授的有机融合[2]。

搭建“校内实践+社会锻炼”成长平台：校内依托学科资源开辟“奋斗实践场地”，囊括学术研讨、技能演练、创新创业等活动，实施“创新创业计划”“学科竞赛培育”等项目，带动学生在超越自身中锤炼坚韧奋斗意志；校外拓展社会实践渠道，与校地企事业单位、社区、乡村建立长期合作，设立“基层服务岗”“项目攻坚组”实践载体，指导学生参与社会治理、产业升级转型、民生服务等实际工作，在解决实际问题的过程中，深化对奋斗的社会价值的认识。

营造“全域浸润+奋斗导向”文化导向：构建弘扬奋斗精神的校园文化环境，通过校史陈列、优秀师生奋斗事迹展示等方式呈现奋斗典范；开展“年度奋斗榜样”评选，从学业进步、社会担当、逆境成长等多维度选树典型；在校园空间中融入奋斗主题设计，设置“榜样力量”展示栏、悬挂奋斗主题标语等，使学生在日常学习生活中潜移默化地接受奋斗精神的熏陶。

4.4. 整合社会各方资源，拓展奋斗幸福观培育的实施空间

奋斗幸福观培育需构建社会协同机制，形成联动赋能的教育体系。通过突破校园边界，建立“学校-家庭-社会”协同育人共同体，汇聚多方力量为学生奋斗提供外部支持，使奋斗精神在更广阔的社会土壤中生根成长。

强化家校协同：实施家校共同育人计划，借助家长会等渠道传播“重视过程、淡化功利”的育人理念，鼓励家长为孩子创造体验奋斗的机会，如共同参与家庭事务规划、合理分担家庭劳务等；建立长期有效的“家校信息共享平台”，定期反馈学生在校园实践、志愿服务等方面表现，邀请家长见证学生在奋斗里的成长与蜕变，形成教育合力。

整合社会资源：与企业共建，打造社会奋斗课堂，通过职业专题讲座、优秀工作者分享、岗位实践

体验等形式，助力学生直观领悟职场奋斗价值；与社区合作开展基层服务项目，带领学生投身社区公共服务、文化建设等志愿活动，从中学习基层工作者的坚守；联合媒体采用纪录片、短视频、专题报道等形式，宣传学生在学业深耕、社会实践、志愿服务中的奋斗故事，提升社会对奋斗行为的认同感与奋斗者的成就感和幸福感。

5. 总结与展望

大学生奋斗幸福观教育，既关乎个体的人生发展方向，也影响着国家与民族的未来发展。作为高校思想政治教育工作者，我们应深刻把握以下核心逻辑：奋斗是幸福的生成机制，而教育则是解读这一机制的关键途径。通过科学的教育引导，帮助大学生理解奋斗价值、掌握奋斗方法、确立奋斗目标、锤炼奋斗品格，最终实现个人幸福与社会价值的统一。

在实践层面，需避免教育过程的“形式化”与“口号化”，应立足大学生的思想实际与生活情境，以“小切口”实现“深转变”。未来工作中，可从以下方面进一步深化探索：一是开展跨文化比较研究，分析不同文化背景下奋斗幸福观的共性与差异，丰富理论内涵；二是构建量化评估体系，通过追踪调查分析教育干预的实际效果，为实践改进提供数据支持；三是结合数字化时代特征，探索人工智能等新技术在奋斗教育中的应用路径，增强教育的时代感与吸引力。

基金项目

- 1) 2024 年攀枝花学院思政文化专项课题“新媒体背景下高校网络思想政治教育工作路径探究”(项目编号：2024SZYB004)。
- 2) 攀枝花学院博士科研启动经费项目(035200254)。

参考文献

- [1] 习近平. 团结奋斗是中国人民创造历史伟业的必由之路[J]. 中国新闻发布(实务版), 2025(7): 3-10.
- [2] 姜旭, 柴素芳. 高校思政课讲好习近平奋斗幸福观的三重向度[J]. 学校党建与思想教育, 2024(22): 12-15.
- [3] 林龙飞, 高延雷.“躺平青年”:一个结构性困境的解释[J]. 中国青年研究, 2021(10): 78-84.
- [4] 刘海娟, 杨钊阳. 习近平青年观视域下大学生奋斗精神的培育困境与引导理路——基于“躺平”“佛系”的本质解读[J]. 黑龙江工程学院学报, 2024, 38(6): 57-62.
- [5] 马克思恩格斯选集, 第 3 卷[M]. 北京: 人民出版社, 1995.
- [6] 张涛. 《周易》“自强不息”的历代诠释[J]. 西北大学学报(哲学社会科学版), 2021, 51(1): 44-53.
- [7] 戚裴诺. 从精微处看中华优秀传统文化——张涛教授《〈周易〉“自强不息”的历代诠释》读后[J]. 前沿, 2022(6): 90-93.
- [8] 张玉杰. 习近平对马克思人民幸福观的重要理论创新[J]. 思想教育研究, 2025(4): 10-16.
- [9] 习近平. 在北京大学师生座谈会上的讲话[N]. 人民日报, 2018-05-03(2).
- [10] 习近平. 论党的青年工作[M]. 北京: 中央文献出版社, 2022.
- [11] 李文英, 王菁华. 马克思主义幸福观的理论解析与实践运用[J]. 浙江树人大学学报, 2023, 23(4): 73-80.
- [12] 马克思恩格斯全集, 第 40 卷[M]. 北京: 人民出版社, 1982.
- [13] 十八大以来重要文献选编(上) [M]. 北京: 中央文献出版社, 2014.