

基于思想政治教育下大学生恋爱心理研究

鄢彩妮

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2023年6月28日; 录用日期: 2023年8月2日; 发布日期: 2023年8月14日

摘 要

大学生恋爱问题是一个老生常谈的问题, 处理得当可促进双方共同进步, 处理不当可能会导致大学生产生心理问题。为促进高校大学生心理健康水平提升, 引导大学生形成正确的恋爱价值观, 针对大学生恋爱中所存在的恋爱动机问题、恋爱态度问题与恋爱道德问题, 剖析问题存在的社会因素、家庭因素、学校因素和大众传媒因素, 提出解决当代大学生恋爱心理问题要培养健康的恋爱行为、增强大学生的恋爱责任感与强化大学生的恋爱道德观。

关键词

思想政治教育, 大学生, 恋爱心理

A Study of College Students' Love Psychology Based on Ideological and Political Education

Caini Yan

School of Marxism, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: Jun. 28th, 2023; accepted: Aug. 2nd, 2023; published: Aug. 14th, 2023

Abstract

College students love is a commonplace problem, proper handling can promote the common progress of both sides, improper handling may lead to that college students have psychological problems. In order to improve the mental health level of college students and guide them to form correct love values, this paper analyzes the social factors, family factors, school factors and mass media factors existing in college students' love motivation, love attitude and love morality. To solve the problem of contemporary college students' love psychology, it is necessary to cultivate healthy love behavior, enhance their love responsibility and strengthen their love morality.

Keywords

Ideological and Political Education, College Students, Love Psychology

Copyright © 2023 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

爱情是一个历史悠久的话题，是人类存在的社会现象。恋爱状态是自然性与社会性相结合的结果。恋爱不仅是相互了解、彼此适应的过程，还是感情快速发展的过程。现今高校大学生恋爱现象非常普遍，恋爱问题的产生也易导致大学生心理状态不稳定。恋爱问题处理得当可以促进双方学业、生活等各方面进步，恋爱问题处理不得当，将导致学生精神萎靡、心情郁闷乃至情绪失控，关注并正确引导大学生恋爱心理是高校思想政治教育的重点与难点。大学生的恋爱状态是否影响学习与生活？如何为学生的恋爱行为提供正确引导是高校思想政治教育工作者必须高度重视的问题。

2. 高校思想政治教育的社会重要性

思想政治工作是党的优良传统、鲜明特色和突出优势，是一切工作的生命线，加强和改进思想政治工作，事关党的前途命运，事关国家长治久安。思想政治教育贯穿人类社会发展历史(中共中央国务院, 2021)。中国社会历来重视思想政治教育工作，从孔子提出的“仁、义、礼、智、信”到孙中山先生提出的“三民主义”与“军政训政宪政”教育。吉林大学博士生导师陈秉公教授指出：“马克思主义思想政治教育是人类思想政治教育发展的新阶段，是以政治思想教育为核心和重点，是思想教育、道德教育和心理教育共同推进的综合教育实践(杨光坤, 2013)。”思想政治教育工作在高校中发挥着重要作用，对学生成长与发展有着重要的影响。引导学生树立正确恋爱观离不开高校思想政治教育理论，高校思想政治教育需贴合学生发展实际，才能更好地促进高校发展。

2.1. 加强高校思想政治教育工作有利于增强青年的综合素质，为实现中华民族伟大复兴的中国梦保驾护航

思想政治教育的重点与核心是政治思想教育，主要是通过传播主流意识形态、政治理论、政治价值观，为受教育者培养坚定的政治信仰。当前竞争日益激烈的社会环境下，政治与经济双重利益驱动，人们的心理产生了巨大的冲击，西方意识形态的渗透使很多青年思想混乱。校园与社会环境具有一致性，西方错误思潮的传入使部分青年树立错误的恋爱观，快餐式恋爱层出不穷，青年恋爱目的由原来的婚姻转变为以享乐为主要导向，恋爱目的转变对当代青年综合素质的提高产生不利影响。要重视高校思想政治教育的效果，发挥高校培养人才作用，提高大学生这一青年团体的整体综合素质，并且坚定对马克思主义与中国特色社会主义的理想信念，为实现中华民族伟大复兴保驾护航。

2.2. 加强高校思想政治教育工作有利于提高青年的思想品德，为推进社会治理与和谐社会的发展提供动力

进行思想政治教育的主要目的是为了解决建设社会主义现代化强国发展所需要的思想品德与心理素质 and 现存受教育者不足之间的矛盾。同时解决这一矛盾有利于推动德治的发展。加强思想政治教育主要

是为了促进德治发展,德治与法治是社会治理的两种主要手段,两者相辅相成,共同促进社会治理与和谐社会的发展。随着高校大学生恋爱不断普及,恋爱道德底线也呈现降低趋势。德治的缺失带来法治问题,解决这一问题的关键在于加强高校思想政治教育,培养青年正确的世界观、人生观、价值观。提高大学生的思想品德与心理素质,高校要注意将思想政治教育内容深化、内化、转化,为提高大学生思想品德与心理素质,推动社会治理与社会和谐发展提供动力。

2.3. 加强高校思想政治教育工作有利于培养新时期高素质人才,保障中国特色社会主义伟大事业全面推进

实现人的全面发展是马克思主义追求的根本价值目标。教育是塑造人全面发展的重要方法,全面发展与全面教育密不可分,思想政治教育是全面教育的重要组成部分,是全面教育的根本保证。思想政治教育是一种有计划、有目的、有组织的综合教育活动,其中不仅有政治思想教育,还有经济思想、哲学思想、法学思想、心理思想等综合思想教育。思想政治教育是一种相对完善的综合教育实践,为新时期国家培养高素质人才提供了重要的教育形式。通过强化学习党的路线方针政策,坚持在意识形态上不动摇,从思想上解决高校中存在的恋爱行为、恋爱态度和恋爱道德的问题,提高青年大学生的政治觉悟与政治信仰,为国家培养一大批高素质人才,推进中国特色社会主义伟大事业全面发展。

3. 大学生恋爱心理的理论基础

3.1. 马克思主义爱情价值观

“拥有爱情的人才能称得上一个真正意义上的人。”著名哲学家马克思这样认为:一、爱情是人类社会所特有的、基于生理需要、异性间相互吸引的情感。人作为一种高级动物,不仅有着基本的生理需求,同时还有心理需求。性欲是人的一种本能反应,是人对性行为的要求。但是爱情并非只从生理层面去理解,更应该表现在情感层面。马克思认为性行为是人的基本机能,一旦这一机能脱离情感寄托,成为唯一目的,那么这种机能就转变为动物本能。二、爱情是一种非常高尚的道德情感。它使人有强烈的道德与责任感。马克思说:“如果你的爱只是单方面的爱,在恋爱过程中并没有成为被爱者,那么你的爱是不幸的。”三、爱情前提是男女平等,互敬互爱。在生活中,男女之间想要获取爱情不仅要有爱的能力,彼此间应当相互喜欢和爱,否则便不能称之为“爱情”。由此可见爱情并非单方面付出,而是双方共同付出。马克思指出:“人对妇女的关系是人对人最自然的关系。因此这种关系表明人的自然行为在何种程度上成为人的行为(欧阳辉,2018)。”马克思主义爱情观认为爱情主要包括责任要素、理想要素和性爱要素,此观点主要是以人性为导向而得,对大学生正确理解爱情观有重要的影响。

3.2. 斯滕伯格爱情观点

斯滕伯格认为爱情中主要存在三要素,分别是亲密关系、兴趣和激情、承诺,分别将这三要素看作三角形的三个顶点,这三要素自由组合可构造出爱情的不同特点与关系,这一观点已成为高校大学生恋爱心理学的重要理论依据。这三要素主要组合为以下五方面关系:一、单纯的喜欢。这一关系中并不存在其他两要素,激情和承诺。这一过程中双方以朋友的方式进行相处,在交往中产生好感,但是离激情还存在一定的距离。二、单纯迷恋。在这一过程中双方相互靠近产生好感,两者之间存在激情,当并未发展到亲密关系与进一步承诺,且双方了解尚且不足,只是初步的心理体验。三、空洞式爱情,以结婚为目的恋爱,双方接触时间较短,认识时间不长,了解程度不高,两者只存在部分好感,不存在激情与承诺。四、浪漫式爱情,这一过程中存在较多的激情,也称烂漫式爱情,但两者之间并不存在承诺,感情基础也较薄弱。五、伴侣式爱情,双方已经渡过激情期,感情也呈现较为稳定的趋势,双方相融以沫,

相互尊重,有着相似的兴趣与爱好,两者属于相互依赖的关系,感情状态良好(斯滕伯格,2010)。

4. 大学生恋爱心理的主要问题

4.1. 恋爱动机问题

恋爱动机是恋爱观的重要组成部分,当前对恋爱动机的定义尚不统一。有学者认为恋爱动机是一种内部动力,也就是表达个体为什么谈恋爱;还有学者认为恋爱动机是促进双方恋爱状态的内在动力,由恋爱需要产生,指向恋爱目标;大部分学者同意恋爱动机是男女之间的内在动力的观点,由恋爱动机在其中起着发动、调节、维持、和中止恋爱行为的作用(王雪颖,胡志蕾,2019)。恋爱动机是大学生产生恋爱行为的一个重要原因,现代大学生恋爱动机呈现多样化趋势,与中国传统恋爱观存在较大差距。根据斯滕伯格提出的爱情三元理论可推出,恋爱类型主要分为情不自禁型、务实型、空虚寂寞型、虚荣型、好奇型。情不自禁型主要指大学生生理年纪不断发育,心理上逐渐产生接近异性的渴望。有人将这一阶段称之为“异性吸引期”。如果此时遇上心仪的对象,双方会产生情不自禁的冲动。务实型是指双方恋爱标准为拥有共同的理想、信念与事业基础。此类群体恋爱的目的是为了找志同道合的人,携手走过一生。空虚寂寞型是指从高中忙碌生涯中突然平静下来,产生空虚寂寞的感觉,这时候部分同学需要用恋爱来填补心理这一部分空缺。虚荣型是指恋爱从众心理强,身边人纷纷坠入爱河,为了证明自身而草率地开始恋爱。好奇型是指对恋爱持着好奇心理,强烈的好奇心驱使他们进行恋爱。理清大学生恋爱动机问题是处理恋爱心理问题的关键。

4.2. 恋爱态度问题

恋爱态度对恋爱质量起着关键性作用,如大学生群体将恋爱看作是相互包容与理解,恋爱过程会轻松许多,反之亦然。虽恋爱可能对人生产生重要影响,但恋爱并非是人生的全部。大学生对这一问题认知不足,“恋爱脑”不占少数。部分高校大学生在恋爱时期出现的各种心理困惑是因为未能好好处理恋爱与学业、集体、道德之间的关系。高校大学生还没有踏入社会,对恋爱的认知仅存于单纯甚至是纯净,对物质方面索取较少,更多是希望在精神方面获得相互满足,学生阶段爱情相关程度不高,恋爱压力较小。正因如此大部分学生对未来规划相对迷惘,对未来可预见与不可预的风险没有充分准备。荷尔蒙分泌旺盛的青年时代,大学生对学业与爱情之间的关系难以平衡,容易产生失衡现象,感性大于理性,两者恋爱关系发生问题时易陷入情绪低谷。著名两性专家约翰·雷格认为,恋爱态度与恋爱结果密切相关,恋爱双方只有在相互理解,相互宽容的条件下才能持续的恋爱,对两性的差异了解得越多,就越有助于减少交往中的矛盾,消除不必要的误会,避免强人所难的举动。大学生在恋爱态度方面还有很多需要提高的地方,如摆正恋爱观,停止索取;加强相互之间了解程度等(约翰·格雷,2015)。

4.3. 恋爱道德问题

恋爱道德观是指站在道德角度,看待个体对恋爱行为的知情意行等方面的倾向。中国传统恋爱观坚持以婚姻为目的进行男女交往。但在现今社会,这一思想已逐步被淡化,现今人们将恋爱与婚姻分离开来,大部分人恋爱的直接目的并不是为了婚姻,而是为了现实的享受,这与传统观念所提倡的思想相悖而行,产生了许多恋爱道德问题。经典马克思主义理论将恋爱道德观的本质看作是一种经济性的社会关系,没有情感因素的体现。当代马克思主义恋爱道德观以与时俱进和实事求是为特点,是与中国社会时代背景相一致的马克思主义恋爱道德观,科学恋爱道德观应当是以科学的世界观、人生观和价值观为前提。在全面深化改革的背景之下,各种文化进入中国社会,大学生应不断提高自身文化鉴别能力,摒弃不符合中国主流价值观的恋爱思想(马克思恩格斯全集(第42卷),2014)。当代大学生处在物质生活丰富

的状况下,大部分年轻人认为恋爱应当自由,大胆的去追求爱情,甚至表达方式也更加公开化。恋爱自由、开放并不意味着无道德底线,在接受西方开放思想的同时应该继承中国优秀传统文化的恋爱观,坚守恋爱道德底线。

5. 大学生恋爱心理的影响因素

5.1. 社会因素

改革开放促进经济快速发展的同时,也推动人们思想发生翻天覆地的变化,社会成员的世界观、人生观、价值观产生了深刻的影响。处于青春期大学生的传统恋爱思想与现代开放恋爱思想碰撞,对他们的心理造成了一定冲击。同时信息化时代的到来,大学生接触的信息更多、更复杂,这些碎片化信息对他们思想有潜移默化的影响。这些社会因素影响主要表现在以下几个方面:一、网络文化的负面影响。爱情的产生是社会关系与心理活动共同作用的结果,对双方关系有着巨大的影响。爱情不纯粹是自然属性,还是社会发展的产物。大学生可以在文化典籍中获取真挚的爱情,同时也能利用网络了解现实中的爱情。但网络由于其开放性使西方思想不断渗透,不入流的信息泛滥。大学生分辨信息能力,择善而从的意志还比较弱,因此网络上存在的错误恋爱观会对大学生的世界观、人生观、价值观造成威胁。二、西方开放思想的渗透。网络信息技术的迅猛发展为传播西方思想提供便利,西方国家利用自身雄厚的经济实力与高科技优势,大肆宣传西方文化,渲染西方文化价值观与生活美好,缺乏辨别能力的大学生无法区分优秀与糟粕文化。西方大学生培养以“性开放”“性自由”为主要内容的爱情观念,这对我国当代大学生的毒害是显而易见的(卢頔,2017)。三、社会不良风气的侵蚀。恋爱是自然属性与社会属性共同作用的结果。西方思潮中拜金主义、享乐主义等思想的传入使部分学生认为爱情理应是物质的,贪图对物质生活的享受,导致他们对爱情态度轻率(周晓芳,2013)。在多样化信息的影响下,大学生恋爱价值取向在一定程度上受到以经济为基础的功利化价值取向所替代。

5.2. 家庭因素

家庭是教育中的重要一环,但大部分家长忙于工作,忽视了与孩子的沟通交流,父母与孩子之间存在着信息差,产生了父母不尊重孩子、对孩子要求过高这一现象。这在某些方面伤害了孩子的自尊心,鲜少与家长进行沟通交流,这一部分孩子通常会通过恋爱的方式来寻找情感寄托。家庭教育至关重要,孩子正确的三观形成离不开家庭的正确教育,但父母如何正确教育孩子是许多家庭需要思考的问题。教育孩子不能只是控制、约束、监视,更不是破坏与孩子之间的关系或采用强制手段,而是需要加强与孩子的沟通交流,明确孩子需要什么。同时现今家长在处理孩子恋爱问题上与传统观念发生了较大的转变,往往不限制大学生自由恋爱,担心因为恋爱影响学业的父母也越来越少,反之大部分父母鼓励孩子在大学期间找对象,但对孩子在恋爱过程中责任感与担当的教育缺失,这使大学生在恋爱过程中往往比较迷茫,不懂如何去承担责任,什么问题需要承担责任。

5.3. 学校因素

中国高校教育模式采用宽松的方式,忽视了学生人格的培养。大部分高校教育工作者忽视了由恋爱所导致的心理问题,没有正确分析大学生恋爱动机和心理特点,处在恋爱状态的大学生对感情与学业之间关系处理,未来发展方向较为迷惘,对价值观、责任感意识较为薄弱(卜望飞,2014)。产生这一现象的主要原因体现在以下几个方面:一、高校思想政治教育课程时效性缺失。虽然大部分高校较注重思想道德修养课程,并且认为这一课程对塑造学生人格等方面有着重要的作用,但这一课程进行主要依据书上内容进行教学,教科书更新速度慢,时效性较差。二、高校恋爱观教育的缺乏。高校教育者在对待大学

生恋爱问题上一贯采用的方法是填鸭式教学,将学生聚集在一个教室,进行理论讲授。这种方法很难使同学们产生共鸣,学生们在恋爱过程中产生的问题并没有得到有效解决,随之而来的是恋爱问题引发的一系列大学生心理健康问题。三、高校学生管理工作薄弱。随着改革开放的不断深入,我国经济获得了较大的发展,物质文化盛行,这也使得高校这个由二十几岁青年组成的群体生活日益多样化,不像以往人们一样用千篇一律的模式来规范自己,而是张扬个性,自由生长。近年来高校对学生谈恋爱态度由禁止转变为顺应,特别是婚姻法修订、三胎政策之下,大学生在读期间结婚甚至是生娃都成为一种合法现象,高校对大学生恋爱持放任态度,这更加增长了校园恋爱的气焰,高校对大学生的恋爱管理工作逐渐薄弱,助长了大学生恋爱观偏离,长此以往是令人担忧的。

5.4. 大众传媒

随着互联网技术发展,越来越多大众传媒进入人们视野,社交媒体也不断泛滥,不健康的书籍、影视等大众传媒对学生的影响不仅仅局限于直接的感官刺激,更是逐步改变着他们的思想。《大失败》一书中指出:“一些社会主义国家地下流行的暴力、黄色录像正在迅速动摇着人们的信仰,改变着人们的追求(杨咪,李怡菲,2021)。”音像传播比手拿武器更容易更有效地被人们接受。改革开放以来,我国的文艺作品与以往发生了较大的转变,越来越多的作品以恋爱与性夸张的方式来描写和渲染,以达到吸引消费者的目的。在物质利益驱动下,金钱至上的风气日益泛滥,受这一环境影响,大部分作者浮躁,难以平静下来写出优秀作品,将恋爱主题写成盲目单调的爱,给读者视觉上的猛烈冲击。这些视觉上猛烈冲击的恋爱观都对我国大学生群体恋爱观产生了不利的影响。

6. 大学生恋爱心理的引导策略

近年来,高校由于恋爱观导向错误导致了許多事件发生,前有纯爱战士疫情期间为爱翻围墙,后有大学生为爱伤害他人与自残,这些事件产生的根源都是大学生恋爱观存在的问题。纯爱战士之所以翻墙追爱,是因为校园女友存在出轨行为;而后一事件也是由于某高校学生存在恋爱道德问题所导致的结果。高校的恋爱状态得到纠正才能让大学生在安全的校园里进行健康、纯洁的恋爱,因此高校必须培养大学生健康的恋爱行为、增强大学生在恋爱过程中的责任感、强化大学生的恋爱道德观。

6.1. 培养大学生健康恋爱行为

当代大学生具有个性张扬,不在意社会评价等特点,这导致大学生在公共场合发生亲昵行为但很少考虑社会影响。如在课堂上搂搂抱抱、在学生食堂等不雅行为,这些行为严重损害了当今大学生积极向上的整体良好形象,使其他同学对恋爱观产生偏差。这些行为产生的主要原因是缺乏恋爱观教育,因此高校加强思想政治教育迫在眉睫。高校可通过广播、校报等积极宣传有利于提高大学生综合素质的思想,规范大学生恋爱行为,引导学生处理好恋爱与学习之间的关系。同时班级内部也应当定期举行班会,有效增强学生与老师之间的沟通交流,鼓励学生多参加积极健康的集体活动。同时大学生文明礼仪也是高校应当注重的重要行为,可在校内开展丰富的礼仪文化活动,让学生在实践中学学习,让大学生在恋爱中形成得体的行为,谈吐文明的良好形象。设立专门的恋爱心理辅导中心针对大学生恋爱活动中产生的心理问题进行疏导,以专业知识解答大学生面临的恋爱问题。

6.2. 增强大学生的恋爱责任感

斯滕伯格的爱情观点认为所有爱情都是由激情、亲密和承诺三大要素所构成;马克思主义爱情理论认为爱情具有三个基本要素:性爱、理想和责任。爱情作为一种特殊的社会现象,要求恋爱双方在恋爱过程中必须践行一定的道德规范,因为真正的爱情与责任是密不可分的,只有建立在责任和义务基础之

上的爱情才是真正的爱情。传统恋爱观认为恋爱应该以婚姻为最终目的,“不以结婚为目的的谈恋爱叫耍流氓。”尽管当前恋爱的最终目的有所改变,但恋爱态度仍应当端正,本着慎重的态度去选择自己的恋爱对象,这既是对自己负责的原则,也是对他人的原则。大学生群体中,如上面谈到的“纯爱战士”事件,便是对象在恋爱中缺少担当与责任感所出现的问题,秉持着不负责任的态度恋爱,对恋人不尊重不负责。在浮躁的社会中更应该自尊自爱,不可轻易以身相许,也不能肆意玩弄他人的情感。美国诗人惠特曼说过:“爱,并非一种单纯的行为,是我们生活当中的一种气候,一种需要我们终身学习、发现和不断前进的活动(曹曼倩, 2019)。”只有在不断学习当中才能不断提高自己爱与被爱的能力,负责的恋爱行为需要有无私的品格与奉献精神,善于处理相处过程中存在的各种问题,有效化解与消除恋爱和学习生活当中的矛盾,只有这样的爱情最终才能创造出幸福美满的婚姻。

6.3. 强化大学生的恋爱道德观

马克思主义认为:“社会存在决定社会意识,社会意识反作用于社会存在,且正确的社会意识对事物发展具有重要的推动作用。”恋爱观是世界观、人生观、价值观的重要组成部分,强化大学生恋爱道德观的关键是引导学生形成正确的三观,明确自己的人生价值与人生意义。大学生正确恋爱观的形成对其成材起到无可替代的作用。高校可以通过举办形式多样、内容充实的文化活动丰富大学生的课外生活,让学生在实践过程中理解恋爱中的责任与义务,最终获取真爱的内涵与外延。男女之间相爱是一切美好爱情的开始,对真爱的追求是一种高度的精神享受,也是对认知中真善美的一种追求,是人与动物求偶的根本区别之处。恋爱的过程中坚守恋爱道德底线是一切美好爱情的基础,高尚的爱情是灵魂与灵魂之间的契合,存在着共同理想的美好生活与彼此之间愿意为对方无私奉献的真情。真正的爱情可以使人奋发向上,拥有乐观的心态面对生活中可能会遇到的各种问题,应当鼓励与支持这种追求真爱的行为(陈媛, 2019)。为此更应该强化大学生恋爱道德观,通过引导他们树立符合社会道德规范的恋爱观来形成自己恋爱行为中的责任与义务。恋爱道德观教育要让学生明白恋爱不仅仅是私人问题,享受甜蜜时光,更是一种社会行为,需要承担一定的社会责任与社会义务,遵守恋爱道德观规范。只有遵守良好的恋爱道德规范才能培育出更持久的爱情之花。

参考文献

- 卜望飞(2014). 思想政治教育视域下的大学生恋爱观教育研究. 硕士学位论文, 重庆: 重庆工商大学.
- 曹曼倩(2019). 大学生恋爱心理问题分析与对策研究. 科教文汇(上旬刊), (34), 154-156.
<https://doi.org/10.16871/j.cnki.kjwha.2019.12.068>
- 陈媛(2019). 浅谈大学生恋爱心理特点及引导方式. 心理月刊, 14(16), 45.
<https://doi.org/10.19738/j.cnki.psy.2019.16.034>
- 卢頔(2017). 当代大学生恋爱心理问题的影响因素与引导策略研究. 科教文汇(下旬刊), (27), 135-136.
<https://doi.org/10.16871/j.cnki.kjwhc.2017.09.058>
- 马克思恩格斯全集(第42卷)(2014). 人民出版社.
- 欧阳辉(2018). 走进卡尔·马克思. 人民出版社, 研究出版社.
- 斯滕伯格(2010). 爱情心理学(pp. 249-320). 世界图书出版公司.
- 王雪颖, 胡志蕾(2019). 大学生恋爱动机研究综述. 现代交际, (13), 135-136.
- 杨光坤(2013). 当前加强思想政治教育工作具有重要意义. 人民网-中国共产党新闻网.
- 杨咪, 李怡菲(2021). “00后”大学生恋爱心理初探. 江西电力职业技术学院学报, 34(6), 78-79.
- 约翰·格雷(2015). 男人来自火星, 女人来自金星(pp. 11-13). 中华工商联合出版社.
- 中共中央国务院(2021). 关于印发《关于新时代加强和改进思想政治教育工作意见》. 新华社.
- 周晓芳(2013). 当代大学生恋爱心理研究. 硕士学位论文, 沈阳: 沈阳航空航天大学.