

家庭情感氛围及教育方式对大学生婚恋观的影响研究

锁亚娟 吴熙媛 李皓 谢合日耶·伊力哈木 高鹏程*

新疆农业大学 新疆 乌鲁木齐 830052

【摘要】：为探究家庭情感氛围及教育方式对大学生婚恋观的影响，本文系统分析大学生婚恋观的特征和问题。研究发现，和谐亲密型家庭氛围易培育积极包容的婚恋观，民主型教育方式能塑造理性自主的婚恋认知，而不良家庭氛围与不当教育方式会导致婚恋心理不成熟、婚恋焦虑等问题。本研究提出构建“家-校-社”协同引导体系与强化大学生自我教育的对策，为促进大学生树立健康婚恋观、维护家庭与社会稳定提供理论支撑与实践参考。

【关键词】：大学生；婚恋观；家庭情感氛围；教育方式

DOI:10.12417/2982-3803.25.12.023

1 引言

近年来，我国政府在教育、家庭和婚姻领域相继出台了一系列政策文件，如《关于加强和改进新时代学校心理健康教育的意见》和《中长期青年发展规划（2016-2025年）》，这些政策不仅强调素质教育与心理健康教育的协同发展，更倡导将健康的婚恋观与家庭责任意识有机结合。^[1]与此同时，人口政策的调整，如全面放开三孩政策，进一步凸显了婚恋观研究的现实意义。在快速发展的新时代，家庭情感氛围虽趋于紧密，却也面临着代际冲突等现实挑战。研究表明，家庭情感氛围及教育方式对大学生婚恋观的形成具有显著影响^[2]，深入探讨这一问题，不仅有助于理解当代大学生的婚恋特征，更对促进家庭和谐与社会稳定具有重要的理论价值和现实意义。

2 大学生婚恋观的特征

当代大学生的婚恋观在家庭情感氛围及教育方式的影响下，呈现出以下核心特征：

（1）认知的“模版化”。家庭因素对大学生婚恋观影响显著，大学生对父母婚姻质量的觉知对形成正确婚恋观至关重要。大学生往往以父母婚姻模式为初始模板，通过观察其情感互动、冲突处理与责任分配形成对婚姻的基本期待。^[3]和谐稳定的家庭环境有助于建立积极、正向认知，注重理解、沟通、包容与责任，将婚姻视为情感共鸣与责任共担的共同体，并以父母为榜样构建婚恋关系；而冲突频繁或离异的家庭则易使子女形成谨慎悲观的态度，在亲密关系中更倾向于自我保护，形成不婚或恐婚观念并过度关注经济条件。

（2）态度的“两极化”。温暖和煦的家庭情感氛围及教育方式能增强大学生对婚姻的积极预期与较强信任，他们愿意

主动经营婚姻关系，把婚姻看作情感寄托与人生发展阶段。相反，经历过家庭冲突或情感缺失的学生则对婚姻表现出审慎迟疑乃至悲观的态度，部分人可能因此回避婚姻关系以避免伤害。调查发现，单亲家庭子女对婚恋态度更审慎，普遍缺乏长久信心，选择伴侣时会设定更高防御条件且在责任分担上更敏感，易走向“过度负责”或“彻底逃避”的极端。

（3）行为的“矛盾性”。大学生普遍对婚姻持有理性认知，表现出一定的选择理性化^[4]，在婚恋抉择中依据自身价值观、生活经历及未来规划建立评估准则，以此规避风险与不确定性。他们通常将自我成长与职业发展置于优先地位，不因情感因素放弃长远规划。同时，大学生在婚恋选择中既追求自主性又难以摆脱家庭期望，尤其在代际观念差异明显的家庭中，个人意愿与传统压力之间的冲突更为突出，常使其陷入内心博弈与决策困境。

3 大学生婚恋观问题分析

3.1 婚恋心理成熟度较低且责任意识薄弱

进入大学后，许多大学生面临从“禁止恋爱”到“渴望恋爱”的断层转变，这中间更多的是对于恋爱的好奇心和探索欲，并未深度想过承担责任，而且由于大部分人都是初次体验恋爱过程，容易误把恋爱观视为“试错游戏”，对待分手、离婚的态度较为轻率。对于承担责任这件事本身大家都具有一定的畏惧心理，害怕承担责任，所以选择逃避矛盾。

3.2 婚恋焦虑与观念多元化并存

由于年龄不断增长，一方面因父母催婚、与同龄人对比产生焦虑，另一方面也对恋爱产生矛盾心理，既害怕受伤又期待

【作者简介】高鹏程，男，讲师，博士，新疆农业大学公共管理学院（法学院）教师，主要研究方向为社会治理。

【基金项目】新疆农业大学大学生创新课题《家庭情感氛围及教育方式对大学生婚恋观的影响研究》，课题编号：dxscx2025155

遇到对的人。一项针对18—26岁未婚城市青年婚恋观的调查显示,低婚恋意愿(不想恋爱或结婚、不确定会不会恋爱或结婚)成为当前青年婚恋观的主要特征之一。^[5]恋爱、结婚、生育在大学生未来发展规划中排序靠后,部分学生认为,恋爱婚姻“并非人生必需品”。

3.3 理想与现实间的显著鸿沟

虽然对美好的亲密关系有向往,但大学生普遍对婚恋的现实压力(如经济、住房、育儿)感到焦虑和恐惧。当今社会生活成本显著提升、就业压力大,因此许多大学生对于婚恋问题没有做过长远打算,更多的是先考虑稳定工作。中国科学院心理研究所主持的《2024年成年人与在校大学生婚育观调查报告》显示,年龄在18~24岁的成年人,尤其是大学生群体,恋爱、结婚和生育意愿较低。其中,认为拥有婚姻不重要的大学生占比为51.8%,认为拥有子女不重要的大学生占比为59.4%。整体来看,女性比男性更不愿意恋爱、结婚和生育子女。不愿脱单(找对象)的人数比例低于不愿结婚和不愿生育子女的人数比例,而不愿结婚的人数比例又低于不愿生育子女的人数比例。与理想情况相比,在考虑现实情况后,受访者希望结婚和生育的年龄普遍延后,希望生育子女的数量减少,同时不愿结婚和生育子女的人数占比升高。^[6]

4 大学生婚恋观建议:三方协同赋能+自我主体驱动

4.1 构建“家-校-社”协同引导体系

4.1.1 家庭层面:筑牢婚恋观培育的基础阵地

(1) 营造平等和谐家庭氛围,夯实婚恋观培育基础

家庭是婚恋观孕育的“情感土壤”,其氛围直接决定了观念底色。^[7]应摒弃传统的权威型亲子沟通模式,构建民主平等的家庭交流环境,主动创设婚恋观的沟通场景。父母以身作则,示范一个健康的关系模式。民主、互敬的家庭关系是子女形成平等、独立婚恋观的原初模型,父母通过日常互动展现的夫妻平等、代际尊重,能潜移默化地让子女理解婚恋关系中权利平等与人格独立的重要性。家长应构建民主沟通机制,主动创设婚恋话题交流场景,尊重大学生在婚恋对象选择、相处模式探索等方面的自主权。

(2) 强化婚恋知识的正向引导,纠偏婚恋认知误区

婚恋观的成熟,需要科学知识支撑与正向价值引领。家长需主动承担婚恋知识普及与观念纠偏责任,助力大学生摒弃“拜金主义”“快餐式恋爱”“颜值至上”等功利化、表面化婚恋认知误区。家长可结合自身婚恋经历与时代发展特征,向子女传递三观契合、共同成长的择偶核心标准,引导其理性认知婚恋与学业事业的辩证关系,明确婚恋是情感交融更是责任与担当的统一体,培育长期关系的经营智慧,深化婚恋责任认

知。家长需主动学习现代婚恋相关的法律常识、心理调适方法与风险防范要点,在子女遭遇暗恋、失恋、婚恋冲突等情感困惑时,以倾听者和引导者的角色介入,不急于定性评判或强制干预,凭借专业知识与理性分析为子女答疑解惑,助力其构建理性健康成熟的婚恋认知体系,提升应对各类情感问题的能力。家庭需将婚恋教育重点从起选择与表象认知,延伸至长期关系动态维系与责任践行。长期关系中冲突不可避免,让子女直观感受长期关系需要主动经营彼此调适的真实图景^[8],家庭应成为安全的学习场所,教导子女将冲突视为理解差异深化关系的契机,而非纯粹的攻击或伤害。

4.1.2 高校层面:构建婚恋观引导的教育平台

高校应发挥教育主阵地作用,将婚恋观教育系统融入思想政治教育与健康工作体系,通过课程教学、实践体验与专业支持,引导学生建立理性成熟的婚恋认知。

(1) 构建系统化课程教学体系,夯实婚恋理论根基

整合必修与选修课程资源,在“思想道德与法治”课程中强化婚姻家庭法律法规与责任伦理教育,在“大学生心理健康教育”中深化恋爱心理与人格成长引导。可开设“恋爱心理学”“婚姻社会学”等选修课,系统涵盖爱情本质、关系经营、性健康与家庭伦理等内容。采用社会热点案例分析与情境研讨等方式,帮助学生辩证理解婚恋与个人发展的关系。

(2) 拓展实践体验与心理支持,促进认知内化与情感成长

依托校园文化平台和第二课堂,通过专题讲座、主题辩论、情景模拟及社会调研等多元实践活动,让学生在角色扮演与互动研讨中学习冲突处理与责任担当。利用心理健康月等节点开展情感教育团辅活动,提升学生的自我认知与情感表达能力。强化专业化心理支持服务,在心理咨询中心设立婚恋情感专项窗口,由具备相关专业资质的咨询师为面临情感困惑、认知偏差或关系困扰的学生提供个体咨询与团体辅导,并建立由班级心理委员、辅导员至咨询中心的三级预警与联动干预机制,及时化解风险。

(3) 健全家校社协同联动机制,凝聚婚恋教育合力

建立高校与家庭的常态化沟通渠道,通过举办婚恋教育主题家长课堂等方式,帮助家长理解当代大学生的婚恋特征并掌握科学引导方法,共同改善家庭情感氛围。主动联合妇联、民政部门及专业机构共建教育实践基地,组织学生参与婚恋普法宣传、家庭关系调研等社会服务,使其在真实场景中深化对婚姻家庭的社会责任认知。积极利用校园媒体平台,引入并传播健康的婚恋文化资源,营造理性积极的校园氛围,构建家庭、学校与社会协同育人的支持网络。

4.1.3 社会层面：构建协同育人的支持网络

(1) 强化主流文化引领，宣扬理性积极的婚恋价值观

主流媒体与文化创作机构应主动承担社会责任，通过短视频、公益广告及影视作品等多种形式，传播以爱情为基础、注重责任与共同成长的婚恋理念。相关部门需加强对婚恋题材文艺作品的内容引导，鼓励创作反映健康亲密关系与家庭伦理的优秀作品，抵制宣扬功利化、快餐化婚恋观的低质内容。可依托“学习强国”等权威平台及社区、青年中心等线下阵地，系统开展婚恋伦理讲座与典型案例宣传，帮助大学生理解婚姻的社会意义与情感本质，形成稳定的价值判断。

(2) 完善法律法规协同机制，构筑制度保障与社会合力

司法部门应持续完善婚姻家庭相关法律法规，针对彩礼纠纷等现实问题出台更明晰的司法解释，增强法律适用性与引导力。建立由宣传、法制、教育、民政、妇联等多部门参与的婚恋教育协同机制，整合社会专业力量与公共服务资源，通过建设社会实践基地、开展普法宣传等活动，为高校与家庭提供法律咨询、心理疏导等支持，最终形成社会、学校、家庭协同育人的良好格局。

4.2 发挥大学生自我教育主体作用

(1) 深化自我认知，建立独立理性的婚恋观

大学生应在自我探索中明确个人对婚姻、家庭及生育的真

实意愿与价值取向，避免简单受社会潮流或他人观点左右。婚恋观的形成是一个逐步认清并接纳自我的过程，面对婚恋焦虑，学生应保持积极平和的心态，避免盲目从众或急于做出选择，在认识与悦纳自我的基础上，形成契合自身且独立理性的婚恋观。

(2) 增强道德修养与责任意识，实现知行合一

大学生应主动配合高校思想政治教育，重视婚恋家庭观相关课程学习，将正确的价值观念内化为自身行为准则。在婚恋行为中自觉树立责任意识和担当意识，同时应尊重他人不同的婚恋选择，避免简单评价或盲目从众，在关注自身成长的过程中确立个人生活方向。通过组建朋辈交流小组、分享情感经历与认知感悟，在互助互动中纠正偏差观念，共同营造理性健康的婚恋观校园氛围。

5 结论

本研究通过对当代大学生婚恋观的系统分析，揭示家庭情感氛围及教育方式在其中发挥的基础性塑造作用。家庭通过父母的婚姻模式示范与情感互动方式，深刻影响子女对婚姻的认知模板、态度倾向及行为模式。因此，构建家庭、学校、社会与大学生主体协同的“四位一体”支持体系至关重要，通过多方联动与主体培育相结合，有效引导大学生建立理性、健康、成熟的婚恋观念，促进个体发展与社会和谐统一。

参考文献：

- [1] 武晓伟,赵奕文.父母教养方式对女大学生婚恋价值观的影响:主观幸福感的中介作用[J].中华女子学院学报,2024,36(04):27-36.
- [2] 李琳.大学生婚恋家庭观现状及教育对策研究[D].山东师范大学,2024.
- [3] 张翎瑛.新时代大学生婚恋观现状及教育对策研究[D].大连外国语大学,2024.
- [4] 于力超,温进,刘雪敏.大学生婚恋观现状、影响因素及影响路径探析[J].统计与管理,2023,38(04):38-49.
- [5] 沈纪,陈思颖,单可艺.家庭互动模式对大学生婚恋观影响研究[J].中国青年社会科学,2022,41(04):77-86.
- [6] 陈祉妍,蒋建景,郭菲.2024年成年人与在校大学生婚育观调查报告[M].孙向红,陈雪峰,陈祉妍.中国国民心理健康发展报告(2023~2024).北京:社会科学文献出版社.2025年:115-129.
- [7] 杨叶,李利辉.“00后”大学生婚恋观教育现状与路径[J].三角洲,2025,(04):242-244.
- [8] 马绪威,唐琳涵,王慧敏.培育当代大学生正确婚恋观[N].淮南日报,2025-02-28(A03).