



新时代高校思政课加强大学生幸福观教育的路径探析

毕昌萍, 刘家蕾

(浙江理工大学马克思主义学院, 杭州 310018)

摘 要: 当前, 高校思政教育的实效性 with 预期目标之间有很大差距, 拜金主义、享乐主义、功利主义、个人主义等现象依然在大 学生群体中滋生蔓延, 以致出现幸福感低迷、幸福认知偏颇等异化现象, 大学生群体面临严峻的幸福 观危机。鉴于此, 要切实提高思政教育的实效性, 纠正大学生群体异化的幸福观, 进而树立科学的幸福观、养成一 定的幸福能力, 亟需在高校思政教育教学中加强幸福观教育。具体而言: 教材编写层面, 应树立“引进来上课”意识, 增 加幸福学理论知识; 教师群体层面, 要具备较强的幸福能力, 积极构建“幸福课堂”; 学生个体层面, 需调动积极情绪, 塑造幸福人格。

关键词: 新时代; 大学生; 高校思政课; 幸福观教育; 路径

中图分类号: G441

文献标志码: A

文章编号: 1673-3851(2020)10-0559-07

An analysis of ways to strengthen university students' happiness view education in ideological and political courses in the New Era

BI Changping, LIU Jiale

(School of Marxism, Zhejiang Sci-Tech University, Hangzhou 310018, China)

Abstract: At present, there is a big gap between the effectiveness and the expected objective of ideological and political education in universities. Money worship, hedonism, utilitarianism, and individualism still breed and spread among university students, leading to alienation phenomena such as low level of happiness and biased cognition of happiness. University students face a severe crisis of happiness view. In view of this, it is urgent to enhance happiness view education in college ideological and political courses in order to effectively improve the effectiveness of ideological and political education, correct the alienated happiness view of university students, establish a scientific happiness view and develop certain happiness ability. Specifically: about the textbook compilation, the consciousness of "introducing to class" should be established to increase the theoretical knowledge of happiness; about teachers, they must have strong happiness ability and actively construct "happiness class"; about students, it is necessary to mobilize positive emotions and shape happiness personality.

Key words: the New Era; university students; college ideological and political courses; happiness view education; ways

2019 年习近平总书记“3·18 讲话”强调:“思想政治理论课是落实立德树人根本任务的关键课程”,“思政课作用不可替代,思政课教师队伍责任重大”,

要“解决好培养什么人、怎样培养人、为谁培养人这个根本问题”^[1]。习总书记的讲话,一方面肯定了思政课在立德树人方面的关键作用,指明了思政教育

收稿日期:2019-12-03 网络出版日期:2020-07-23

基金项目:浙江省高等教育十三五第一批教学改革研究项目(jg20180095)

作者简介:毕昌萍(1973—),女,安徽寿县人,副教授,博士,主要从事中国传统文化、幸福学方面的研究。

的育人方向和根本思路;另一方面,也无疑对当前思政工作者和思政课教师提出了更新、更高的要求。高校思政课作为加强大学生思政教育的主渠道和主阵地,承载着帮助大学生树立正确的世界观、人生观、价值观的使命,亦承载着“与世界观、人生观、价值观紧密相联”^[2]的科学幸福观养成的任务。大学时期是世界观、人生观、价值观及幸福感塑造的关键期,新时代大学生是“强国一代”、“筑梦一代”,更是“圆梦一代”,承载了国家和民族的厚望与使命担当。他们的思想代表着青年人的主流和方向,他们的幸福观不仅关系到自身的人生道路,还将直接影响我国社会主义建设事业的顺利推进和社会的文明进步。然而,在物质生活日益丰裕的新时代,拜金主义、享乐主义、功利主义、个人主义等思潮依然在大学生群体中出现并滋生蔓延,“出现了新的‘读书无用论’,缺乏生活学习目标,精神迷失,‘郁闷’成了他们的口头禅”^[3],以至于大学生群体的“幸福感普遍降低”^[3],甚至出现“幸福认知偏颇”^[4],进而导致“幸福主体上的个人主义,幸福标准上的拜金主义,幸福取向上的实用主义,幸福实现上的庸俗主义”^[4]等异化幸福观的抬头,新时代大学生群体正面临严峻的幸福观危机。这一危机实则影射出新时代大学生群体的世界观、人生观、价值观现状,或者说大学生群体的幸福观现状在很大程度上将影响甚至决定其世界观、人生观、价值观的倾向性与衡量标准。鉴于此,在高校思政教育教学中加强或渗透幸福观教育,深入探究如何有效引导大学生树立正确的幸福观、养成一定的幸福能力、合理地追求幸福,成为当前高校思政工作者无法回避并亟待解决的课题。

有研究指出,“大学生缺乏对幸福的正确认识和理解,缺乏感知幸福和追求幸福的能力是非常重要的原因”^[3]。也有研究认为,“教师、思想政治教育课程与高校在现实中幸福因子缺失,造成大学生幸福观存在片面与异化的倾向”^[5],甚或认为,当前高校“思想政治教育与幸福教育相脱离,导致大学生幸福感淡化”^[6]。不难看出,大学生群体在幸福认知和幸福理解上的误区,以及当前高校思政教育的内容与方法,成为造成这一现象的主要原因。这也从侧面反映出幸福观教育与高校思想政治教育实效性的紧密相关,抑或说映射出在高校思政教育中加强或渗透幸福观教育的必要性与紧迫性。“思想政治教育关乎人的幸福”^[7],“高校思政教育与幸福观教育在目标和内容上契合度较高,二者有效融合可望提升大学生幸福能力,促进大学生的全面发展”^[8]。为

此,有学者认为,“高校思想政治教育必须确立幸福教育的地位,指导大学生树立正确的幸福观,提高幸福能力”^[3],促进二者有效融合则需要进一步“强化思想政治教育工作队伍的主体责任,营造思想政治教育的良好氛围”^[9],同时要“深化幸福观教育理念,改进幸福观教育方式,改善幸福观教育环境,丰富幸福观教育内容”^[8]。

学界枚举了当前高校大学生幸福观现状,剖析了大学生群体出现幸福观危机的多种原因,明确了幸福观教育在高校思政课中的重要地位和作用,相关研究为在该领域进一步拓展研究奠定了基础。但是,对于如何在高校思政课中加强或渗透幸福观教育,即具体的教育路径,虽有研究涉及,但较为零散和碎片化,系统性、逻辑性和针对性略显不足。加之,当前加强幸福观教育的研究多停留于理论论证层面,尚未深入到实践,也缺乏对大学生分层次加强幸福观教育的综合性路径探析。基于此,本文着重从教材编写、教师层面和学生层面探讨高校思政课加强大学生幸福观教育的具体路径,旨在通过高校思政课对加强大学生幸福观教育提供一定的参考。

一、教材编写:树立“引进来上课”意识,增加幸福学理论知识

马克思早在《1884年经济学哲学手稿》中指出,教育是造就全面发展的人的唯一方法。这里,马克思所言“全面发展的人”首先应该是“幸福人”,其次才可能是全面发展的人。或者说,无幸福就无所谓真正意义上的“全面发展的人”,“理想的教育是:让每一个从自己手里培养出来的人都能幸福地度过一生”^[10]⁵。教育者必须清楚地认识到,衡量教育效果的标尺不只是传授给受教育者知识,更应注重在传递知识的过程中引领受教育者发现世界的精彩、人生的缤纷,体悟生活中无处不在的幸福点滴。尤其是那些正处在迷茫困顿期的大学生群体,更应引导他们理性审视理想和现实之间的矛盾,协调内在与外在的冲突,鼓励他们从容地看待得失成败。简言之,“教育工作者的大部分责任是帮助学生去理解有关幸福的困惑和难题”^[11],教育的宗旨应该是培养“幸福人”。从这个意义上来说,高校思政教育不失为精神教育、情感教育、心理教育和幸福教育的统一体。而要使这种教育效果凸显,亟需幸福学相关理论的引领和支撑,即在高校思政教育中有效融入幸福观教育,并“使幸福观教育成为高校思想政治教育

的重要维度”^[5]。这就要求,高校思政课教材积极推进改革创新,在编写教材时既要紧密围绕“培养什么样的人,怎样培养人、为谁培养人”的初衷理念,又要站在新时代的高度,体现新时代中国特色社会主义特征,在理论上凸显政治性、人民性的同时,兼顾新时代大学生幸福观的培养,树立“引进来上课”意识,在思政课教材内容上“引进”幸福学相关理论知识。

高校思政课应以马克思主义世界观、人生观、价值观为价值引领,以马克思主义幸福观为指导思想,以学生幸福为主线,以科学幸福观树立为主题,将幸福观教育贯穿大学生世界观、人生观、价值观教育的始终,在高校思政课程中分阶段、递进式、全方位、多渠道地将幸福学相关理论知识有效融入教育教学。

首先,在大学一年级开设的《思想道德修养与法律基础》课程中增加幸福学基础知识,包括幸福的基本概念与内涵、幸福的基本性质、幸福的主要类型、获取幸福的方法等,并辅以相关案例和图片诠释。刚踏进校园的大学生群体对新的学习环境充满憧憬,同时也往往伴有迷茫和彷徨,这一时期也是大学生幸福观养成的关键期及其接受幸福观教育的适应期。基于此,大学期间应尽早让他们接触、了解、接受并喜爱幸福学相关的理论知识,为其科学幸福观和较强幸福能力的养成打好坚实的幸福理论基础。在教材使用中,教师可结合“人生目的”、“人生价值”、“人生意义”进行讲授,真正深入到学生的学习、生活中去,引导学生较好地应对生活、学习中的迷茫困顿,走出心理困惑期和情绪低谷期,有效塑造自己的幸福能力,不断提升自身的幸福感。

其次,在《马克思主义基本原理概论》课程中进行系统的马克思主义幸福观教育。基于大学一年级《思想道德修养与法律基础》课程中幸福观有效融入与渗透的教育教学,在学生掌握一定的幸福学基础理论、初步养成一定幸福能力的基础上,尝试进一步拓宽拓深幸福观教育的内容。在《马克思主义基本原理概论》教材中重点增加并详细阐释马克思主义幸福观的系统内容,如,物质幸福与精神幸福、个人幸福与集体幸福、过程幸福与结果幸福、创造幸福与享受幸福等幸福学理论,引导学生用辩证、发展的思维感知幸福、理解幸福,纠正其幸福认识上的误区及幸福观上的偏颇,不断提升其幸福认知与幸福判断能力,进而树立科学的幸福观,进一步增强其幸福能力。

再次,在《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》课程中引入名人、伟人的幸福观专题教育。如果说,《思想道德修养与法律基础》和《马克思主义基本原理概论》两门课程为“幸福理论习得”阶段,那么《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》课程中的幸福观专题教育,则视为具体的“幸福见之于实践”阶段,引领学生从幸福理论习得走向具体幸福付诸实践。为体现幸福的可感知性、真实性,以及教育的针对性和实效性,建议在《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》课程中分章开设幸福观专题教育,如,毛泽东“为人民服务”的幸福观专题、邓小平“共同富裕”的幸福观专题、江泽民“代表最广大人民利益”的幸福观专题、胡锦涛“以人为本”的幸福观专题、习近平“以人民为中心”的幸福观专题等。激励大学生以伟人、名人幸福观为参照和标杆,用全局和发展视野全方位、多角度审视幸福的真谛,不断鞭策自己为国家、社会的发展贡献一份力量。此外,也可在《中国近现代史纲要》教材中尝试增加历史维度视域下,中国共产党带领中国人民从站起来、富起来到强起来这一追求幸福的奋斗历程,使学生深刻理解“幸福都是奋斗出来的”科学内涵,体会“奋斗幸福观”的当代价值与意义。

需要注意的是,高校思政课教材在内容上“引进”幸福学相关知识,既要考虑大学生身心健康与全面发展的规律,遵循循序渐进、阶段性深入的原则,逐步引导大学生对幸福学相关理论的共识、共鸣与认同;也要考虑到教材内容上的整体性、系统性与连贯性,体现幸福观教育与思政教育的有机融合,而非生硬“植入”;还要体现时代特征与时代背景,不断更新大学生的幸福理念,充分体现幸福内涵的与时俱进性与丰富多样性。

二、教师群体:具备较强的幸福能力, 积极构建幸福课堂

习近平总书记“3·18讲话”强调:“办好思想政治理论课关键在教师”^[1]。“引进”幸福学理论的高校思政教材只是开展幸福观教育的必备条件之一,教材作用的发挥或幸福观教育效果能否凸显,离不开教师的教授、阐释与传播。心理学家罗杰斯曾指出,传授知识在某种程度上是可疑的、无用的^[12],教师的更大价值在于引导大学生树立多元化的幸福理念,获得更多的幸福感,理想的教育是培育“幸福人”。显然,较之于单纯传授知识,养成“幸福人”这一教育诉求更为迫切和重要。这就要求,高校思政

课教师不仅需要传授书本理论知识,更应具备讲授“幸福人生修为”这门大学问的能力,积极构建幸福课堂。

首先,教师自身要具备积极的人格特质,拥有潜在的幸福能力。叶圣陶说过:“教育工作者的全部工作是为师表,教师应以自己的人格影响学生的人格。”^[13]师生之间的良性互动关系,恰如梅贻琦先生的形象论述:“学校犹水也,师生犹鱼也,其行动如游泳也。大鱼前导,小鱼尾随,是从游也。从游既久,其濡染观摩之效,自不求而至,不为而成。”^[14]不言而喻,教师作为引领学生健全人格养成与发展的关键人物之一,其幸福能力的强弱、幸福感的高低无形中会影响学生幸福能力的养成。这是因为,一方面,幸福具有“传染性”^①或传播性。即当某一个体或群体感到幸福时,这种幸福的感受往往会传播给身边更多的人群,并且这种幸福传染的力度或强度与居住距离或亲密程度有关。教育实践的独特性和师生在教育实践中关系的不可分割性,决定了课堂教学中教师是与学生“亲密接触”或“近距离接触”的人,这就意味着教师的幸福会在很大程度上感染并影响着学生的幸福。另一方面,幸福能力具有可养成性。感受幸福并非人与生俱来的能力,“对幸福的理解,敏感、向往与追求都是一种有待于发展的主体能力”^[15]。研究发现,成年人的大脑还将继续变化,这意味着,通过正确的训练,人类可以提高其创造和获取幸福的能力。^[16]人的幸福感由遗传基因、与幸福相关的环境因素,以及能够帮助获得幸福的行动三个因素组成,其中后两个因素可以通过教育改变。^[17]^[136]这就是说,通过人为训练或环境熏陶,可以引导大学生逐渐养成一定的幸福能力。为此,要让学生感受到幸福,教师自身首先要具备使自身幸福的能力且具有传递幸福的能力。

需要指出的是,幸福作为一种积极的心理体验,它既不能用概念简单表达,更不能用公式简单衡量。幸福在教育目的与教育过程的融合中传递,只有在育人过程中才能感知、实现。必须承认,高校思政课教师在教学过程中会面临诸多的挑战和难题,诸如部分学生厌学、逃课,甚至课堂上的公然挑衅等。遇到此类情况,教师自身的幸福感可能会出现暂时的降低,但具备较强幸福能力的教师会很快恢复到“幸福的基准线”。这就决定了“上好思政课”,教师不仅“政治要强、情怀要深、思维要新、视野要广、自律要严、人格要正”^[1],还要毫不动摇地做“幸福的使者”。作为一名合格的教师,理应追求教师的最高境界——把教育当作一种幸福的活动,遵循“教育的主要目的在于使学生获得幸福”^[18]这一宗旨,积极营造幸福课堂。

诚然,幸福观教育不是刻板简单的理论说教,教师可以通过语言、面部表情、肢体语言等外化表现向学生传达幸福感和幸福体验,以自身积极的世界观、人生观、价值观去影响学生,以冷静、智慧、幽默、乐观的人格特质,或以现身说法的教育方式,拉近与学生之间的距离,引起学生情感思想的共鸣,形成和谐愉悦的课堂气氛,藉此巧妙合宜地纠正学生的错误思想,对其进行正确的幸福观教育。教师在创造幸福和体验幸福的过程中用生命影响生命、用教育传递幸福,以自身的幸福因子不断影响、带动更多学生播种幸福能量。因此,从某种意义上来说,高校思政课幸福观教育,实质是师生在教育过程中的互动“生活游戏”。

其次,教师要具备以幸福学视野诠释思政课程内容蕴含的幸福理念的能力。如前所述,“培养幸福人”是高校思政教育的主线,幸福学理念应贯彻思政教材的始终。这就要求,思政课教师在教学过程中除了需要具备一定的专业素养和较强的幸福感染力外,还需要具备以幸福学视野解读教材、使教育活动充盈着幸福元素的能力,引领学生养成在书本上有幸福可挖掘、在学习中有幸福可创造、在生活中有幸福可享受的能力。这理应成为高校思政课的价值诉求。为此,高校思政课教师应抛弃“唯教材是从”的传统教学方法,学会对教材内容进行创造性理解和个性化表达,将马克思主义幸福观植入大学生幸福观教育中,尝试以马克思主义幸福观的视野诠释教材内容蕴含的幸福理念,引领学生养成科学的幸福观。

马克思主义幸福观是关于幸福本质的科学阐释,具有科学性、全局性、共享性和与时俱进性。马克思在青年时代就赞同,那些“为大多数人带来幸福的人才是最幸福的人”^[19]^[459]。在马克思看来,“幸福是主观性与客观性的统一,是物质生活与精神生活的统一,是享受与劳动的统一,是个人幸福与社会幸福的统一。”^[20]比如,在《毛泽东思想和中国特色社

① 全球畅销书 Connected 的作者 Fower 和 Christakis(2009)发现,如果你身边重要的朋友、家人或邻居感到幸福,那么你也会幸福许多。更准确地说,如果居住在离你 1 英里内的一个朋友生活幸福感显著提升 1 个单位,那么,你的生活幸福感也会增加 25%。存在同样效应的还有同居配偶(幸福感提升 8%)、居住在 1 英里之内的兄弟姐妹(幸福感提升 14%)和邻居(幸福感提升 34%)。引自:刘斌,李磊,莫骄,幸福是否会传染[J].世界经济,2012(6):132-154。

会主义理论体系概论》课教学过程中,针对党的十九大报告指出的“我国社会主要矛盾已经转变为人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾”,教师可从幸福学的角度解读我国社会主要矛盾的变化:“物质文化需要”转变为“美好生活需要”,既体现了幸福转型意识,又彰显了“人民幸福”概念与内涵的与时俱进、不断丰富;由“美好”一词可以窥见,幸福不仅包括物质幸福、精神幸福,还包括国家层面、社会层面,以及生态层面的幸福。再比如,教师可以向学生尝试解读“共建共享”的幸福意蕴、“中国梦”的幸福意蕴、全面建成小康社会的幸福意蕴、社会主义核心价值观的幸福意蕴、和谐社会的幸福意蕴、共同富裕的幸福意蕴,等等。教师从幸福学视角给予抽象的理论具体化诠释,让学生更为准确掌握理论的时代价值和重大意义,更加明了幸福与国家、社会、家庭、个人息息相关。这无疑为当下处于迷茫困顿中的大学生形成科学的幸福观提供了理论指导。有什么样的幸福理念,就会形成什么样的幸福观,进而产生什么样的幸福体验。马克思主义的幸福观将个人幸福与整个人类社会的幸福紧密联系在一起,抑或说将整个人类社会的幸福置于个人幸福之上。籍此,教师可以引导学生将个体“小我”置于社会乃至全人类的“大我”之中,正确理解自我价值和集体价值、社会价值之间的关系,提高学生的幸福境界,引导学生从追求个人幸福走向追求社会幸福乃至全人类的幸福,实现个人幸福与集体幸福和社会幸福的统一。同时,马克思指出幸福“只有在现实的世界中并使用现实的手段才能实现”^{[19]74}。由此,教师可以告诫学生,要获得幸福必须始于足下、始于现实、努力拼搏,幸福是奋斗出来的,而非虚无缥缈、好高骛远、坐享其成。

总之,高校思政课教师在深刻把握思政教育规律的基础上构建幸福课堂,灵活驾驭教材内容,创造性地用马克思主义幸福观去诠释教材内容,使单薄的教材丰满起来、抽象的教材生动起来、统一的教材个性化起来。更重要的是,在教育教学方法上立足于大学生主体的内在诉求,深入挖掘教材中蕴含的幸福理念,充分发挥教材的隐性教育功能,幸福观教育与世界观、人生观、价值观教育巧妙融合、相得益彰,帮助大学生纠正片面、扭曲、异化的幸福观,让学生从多层面、多维度获取幸福感、养成幸福能力,真正成为新时代的“幸福人”。

三、学生个体:调动积极情绪,塑造幸福人格

恩格斯曾说:“在每一个人的意识或感觉中都存在

着这样的原理,它们是颠扑不破的原则,是整个历史发展的结果,是无需加以论证的。例如,每个人都追求幸福。”^[21]然而,有些人却屡屡与幸福失之交臂甚或南辕北辙。哈佛大学教授泰勒在其《幸福的办法》一书中告诉了我们答案:幸福是可以寻找的,可以造就的,可以练习的,可以感知的,幸福的钥匙就在自己手里。^{[17]172}诚然,影响个体幸福感的因素包含外在客观因素与内在主观因素,但幸福既非他人所施,也非被动等来,而是需要学生个体自身积极地行动起来。

首先,培养和挖掘积极的人格特质。高校思政课加强大学生幸福观教育,优质的“改良”教材与具有较强幸福能力的教师,是指引大学生获取幸福的外在因素,而究竟能在多大程度上获得幸福,还取决于大学生自身内在积极因素的调动。已有研究表明,在幸福感的众多影响因素中,人格特质是最重要或核心因素之一,它影响着个体主观幸福感的体验,那些具有消极人格特质的个体,生活满意度和自我效能感往往偏低,与之相应的主观幸福感体验也往往较弱;反之,那些具有积极人格特质的个体大多生活满意度和自我效能感较高,“他们能更轻松地面对压力、逆境和损失,即使面临最不利的社会环境,他们也能应付自如。面对困难和挑战,他们有着更大的灵活性和创造性,总是能勇敢地面对困难并采取有效的手段去克服……他们有良好的的人际关系,在他们需要获得帮助时,他们有充分的自信能获得朋友、亲人、同事甚至社会的帮助。”^[22]这种达观的行为方式和良好的社会支持更加有助于增强他们积极的情感体验,也较易使他们获得更强的主观幸福感体验。所以,从这个意义上来说,“积极的内在特质是获得幸福的法宝”^[23],“愉快而喜悦的人是幸福的,而他之所以如此,只因他个人的本性就是快乐的”^[24]。这就要求,大学生群体要学会管理自己的情绪和心态,面对生活、学习中的困境和不如意,尽可能控制乃至消除焦虑、恐惧、愤怒、悲伤等负面情绪,培养和挖掘自尊、自信、乐观、阳光等积极人格品质,“用积极的心态评价和参与发生的事情,能获得更多的幸福体验”^[25]。

其次,自我养成感知幸福的能力。就主观因素而言,幸福主要是一种源自个体内心的积极体验和对生命意义肯定评价的强烈感受。这就决定了,个体幸福与否首先是以自身“心灵的感受力为前提”^[26]。在此意义上,“幸福是一种能力”^[27],即幸福感知能力,它包括个体发现幸福以及体验幸福的能力。幸福感的有无、升降,均取决于个体幸福感知

能力的强弱。然而,幸福感知能力既非生而具有,也非先天赋予,“获得与感受幸福都是一种需要磨砺和培养的能力”^[28],幸福感知力可以后天塑造和养成。这种能力养成与否以及在多大程度上养成,则取决于个体的生存环境以及由此而生的心境、情绪、状态或心态,正因此,言及幸福,“不同的人对它有不同的看法,甚至同一个人在不同时间也把它说成不同的东西。”^[29]鉴于幸福概念的“迷离性”和幸福感知能力的可塑性,大学生个体要善于化解不利于幸福感知的消极因素和情绪,更加重视积极的情绪和乐观心态的自我养成。因为,个体的情绪与心态往往决定着他的生活状态和生活方式,进而直接影响着他对幸福的体验和感知。如若个体以积极的情绪和心态面对生活,通常情况下他对生活的满意度较高、情感体验较为积极,幸福感会更强,更重要的是,这种积极的幸福体验和感知会拓展到他的思想和行为中去,进而影响个体在社会生活各方面的判断。已有研究表明,保持积极乐观的人生观和价值观对个人发展具有重要意义,快乐的情绪体验影响着人类的心理选择和行为模式。如此良性循环,个体的幸福感知能力不断得以提升。

再次,自我培养积极创造幸福的能力。习近平总书记在2018年新年贺词中强调,“幸福都是奋斗出来的”,“青春是用来奋斗的”,“新时代是奋斗的时代”……显然,总书记已经为新时代大学生追求幸福指明了方向。依据“幸福三要素说”^①描述的幸福生活的三种理想状态,是否能够“快乐”、“投入”、“有意义”地生活,显然离不开生活方式主体的实践与活动。诚然,幸福是一种状态,但不是某种既定的存在,它是一种“有别于静态的、消极的享用,而是一种动态的、积极的追求与创造性活动”^[30],离开创造性活动,便无所谓享受。如若选择了当下的安逸则注定与明天的幸福无缘,只有“把幸福的创造和幸福的享受结合起来,并把创造幸福作为前提,然后才谈得上享受幸福”^[31]。作为新时代的大学生,要想获得幸福,应该有明确的奋斗目标和方向,脚踏实地通过自我奋斗不断产生自我认同和自我积极评价,增强自我效能感。因为,“一个人只有当自己改造自然、社会、自身,改造物质世界与精神世界的各种能力得以发挥时才会有一种真正的自我价值实现感”^[32]。诚如习近平总书记所言:“奋斗者是精神最为富足的人,也是最懂得幸福、最享受幸福的人”^[33],因为“奋斗本身就是一种幸福”^[33]。

如果说,幸福是个体一种积极的心理体验和追

求生命意义的内在感悟,那么在此体验与感悟过程中,个体内在积极情绪的调动,即个体内在的自我完善意识和自觉行动,发挥着至关重要的作用甚至决定性影响。所以,幸福人格特质的培养是一种终生的自我教育和自我完善^[22]。

四、结 语

本文着重探究了当前高校思政课加强幸福观教育的具体路径。首先,就教材而言,它承担着大学生能否养成正确的幸福观、具备幸福能力、掌握获取幸福方法的重要使命,也是践行幸福观教育的重要载体之一。为了使幸福观教育与思政教育有效融合,建议在编写思政教材时可酌情针对《思想道德修养与法律基础》《马克思主义基本原理概论》和《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》等课程教材的特征,递进式增添幸福学基础理论、系统的马克思主义幸福观和名人、伟人幸福观专题教育。其次,从教师方面进行分析,指出教师之于学生幸福能力养成的重要作用。高校思政课教师拥有积极的人格特质、较强的幸福能力,具备以幸福学视角解读教材内容,对于大学生幸福能力的养成具有十分重要的感染或熏陶作用。最后,从学生方面进行分析,大学生自身幸福人格的养成对于其正确幸福观的形成具有重要的影响。此外,还需要注重教育理念的转变、教学方法的创新、教育环境的创造、教育内容的革新等多方面因素的合力作用。如此,方能有效提升高校思政课堂的吸引力、感染力和传播幸福的能力,将高校思政课打造成为幸福课,让高校思政教师成为幸福的传播者,让新时代大学生成为全面发展的“幸福人”。

需要指出的是,幸福观教育不同于单纯的知识传授与知识习得的双向互动,大学生群体科学幸福的树立、幸福能力的养成,往往需要个体经历“认识—实践—再认识—再实践”的习得与领悟的循环往复的过程。这就决定了,高校思政课加强幸福观教育是一个系统而漫长的探索过程。当然,高校思政课加强大学生幸福观教育也是一个较为开放的议题,随着时代的发展变化以及人民美好生活内涵的日益丰富,大学生群体的幸福观也将呈现出不同的时代性特征,有待后续研究不断挖掘。

① “积极心理学之父”塞利格曼教授在《真实幸福》一书中提出幸福生活的三种模式或三要素:快乐的生活(pleasant life)、沉浸其中的生活(life of engagement)和有意义的生活(meaningful life)。

参考文献：

- [1] 习近平.用新时代中国特色社会主义思想铸魂育人贯彻党的教育方针落实立德树人根本任务[N].人民日报, 2019-03-19(002).
- [2] 孙柳.幸福观在世界观人生观价值观中的定位[J].江南大学学报(人文社会科学版), 2016, 15(2): 33-38.
- [3] 王甲成, 张超.大学生幸福教育:高校思想政治教育不可忽视的领域[J].中国特色社会主义研究, 2010(1): 109-112.
- [4] 韩剑尘, 周良发.幸福来敲门:高校思想政治理论课“四课”教材幸福观教育疏探:以“思想道德修养与法律基础(2018版)”为中心[J].成都大学学报(社会科学版), 2019(5): 107-112.
- [5] 邓皖宁.大学生幸福观教育:高校思想政治教育的重要维度[J].前沿, 2013(18): 57-58.
- [6] 戎俊.幸福教育:高校思想政治教育的应有之义[J].理论观察, 2014(8): 138-140.
- [7] 柴素芳, 李颖.思想政治教育关涉幸福的三个维度[J].思想教育研究, 2019(7): 20-25.
- [8] 代艳丽, 陈明.论高校思政教育与幸福观教育的有效融合[J].科教导刊, 2019(2): 68-70.
- [9] 田米香, 周九香.思想政治教育视域下贫困大学生幸福观教育路径探析[J].南方论坛, 2020(1): 110-112.
- [10] 苏霍姆林斯基.怎样培养真正的人[M].蔡汀, 译.北京:教育科学出版社, 1992: 5.
- [11] 内尔·诺丁斯.幸福与教育[M].龙宝新, 译.北京:教育科学出版社, 2014: 13.
- [12] 卡尔·罗杰斯.自由学习[M].王烨辉, 译.3版.北京:人民邮电出版社, 2015: 177-178.
- [13] 叶圣陶.叶圣陶教育文集:第2卷[M].北京:人民教育出版社, 2008: 35.
- [14] 刘述礼.梅贻琦教育论著选[M].北京:人民教育出版社, 1993: 120.
- [15] 檀传宝.论教师的幸福[J].教育科学, 2002(1): 39-43.
- [16] 斯特凡·贝莱茵.幸福之源[M].方霞, 译.北京:中信出版社, 2007: 12.
- [17] 泰勒·本·沙哈尔.幸福的方法[M].汪冰, 刘俊杰, 译.北京:中信出版社, 2013.
- [18] 郑文樾.乌申斯基教育文选[M].北京:人民教育出版社, 1991: 213.
- [19] 马克思, 恩格斯.马克思恩格斯全集:第1卷[M].北京:人民出版社, 1995.
- [20] 徐丽丹.解读马克思主义幸福观[J].洛阳师范学院学报, 2011(12): 25-27.
- [21] 马克思, 恩格斯.马克思恩格斯全集:第42卷[M].北京:人民出版社, 1974: 373-374.
- [22] 任俊, 叶浩生.积极:当代心理学研究的价值核心[J].陕西师范大学学报, 2004, 33(4): 106-111.
- [23] 毕昌萍.转型期中国青年人幸福感提升路径探究[J].浙江工业大学学报(社会科学版), 2015, 14(4): 474-478.
- [24] 叔本华.人生的智慧[M].亦非, 译.北京:京华出版社, 2006: 11.
- [25] Diener E D. Subjective well-being [J]. Psychological Bulletin, 1984, 95(3): 542-575.
- [26] 周国平.幸福是一种能力[M].长沙:湖南文艺出版社, 2016: 2.
- [27] 赵汀阳.论可能生活[M].北京:中国人民大学出版社, 2004: 120.
- [28] 檀传宝.信仰教育与道德教育[M].北京:教育科学出版社, 1996: 165.
- [29] 亚里士多德.尼各马可伦理学[M].廖申白, 译.北京:商务印书馆, 2003: 1.
- [30] 毕昌萍.中国传统文化的幸福思想及当代价值[M].杭州:浙江大学出版社, 2013: 49.
- [31] 马克思, 恩格斯.马克思恩格斯文集:第1卷[M].北京:人民出版社, 2009: 158.
- [32] 高兆明.道德生活论[M].南京:河海大学出版社, 1993: 266.
- [33] 习近平.在2018年春节团拜会上的讲话[N].人民日报, 2018-02-15(001).

(责任编辑:楼倚杉)