

当代大学生恋爱心理分析

李胜锐 *

2019 年 6 月 18 日

摘 要：恋爱已经成为了大学生活的一部分。作为年龄和思想观念相近的群体，不同地区大学生对于恋爱的观念都具有高度的一致性。本文通过综合文献，从大学生恋爱的动机、过程和结局三方面分析当代大学生对于恋爱的普遍心理。

关键词：恋爱 大学生 普遍 心理

1 前言

时代在进步，人们的思想观念变化极快。在当代大学生的思想观念中，大学阶段的一段恋爱经历几乎必不可少。由于网络的普及，不同学校、不同背景的大学生可以通过网络充分交流自己的想法和恋爱观念，即使存在恋爱观不同于周围同龄人的学生，也会为了得到爱情迎合主流的思潮。于是，如今时代下，整个中国大学生作为一个群体，恋爱观念有同一化的趋势。这成为了本文将中国大学生作为整体进行研究的基础。

通过在中国知网上大量查询相关论文、研究报告、统计数据，我大致得到了中国大学生恋爱的总体情况，并且对其中的内容进行了总结。在这个基础上，我还结合自己在学校的亲身经济，归纳出了一些普遍存在问题。

2 文献分析

2.1 恋爱动机

通过查阅文件，我发现在各种报告中，对于大学生恋爱观的刻画非常相似。这足以说明大学生作为一个整体，拥有很高的一致性。综合分析各个文献，在恋爱动机方面，大学生的恋爱有一定的功利性。

文献中指出，当代大学生恋爱观存在的问题，包括盲目性和冲动性。

“某些大学生希望寻求美好的大学生活状态，但又认为校园生活枯燥、没有激情，因此恋爱成为其摆脱寂寞的最佳方式。大学生最初积累专业知识、生活技能以及社会经验的时期

*清华大学软件学院；学号：2017012066；

就是大学时光，个别大学生将增加作为生活一部分的恋爱经验作为校园恋爱的直接原因。”
刍议当代大学生恋爱观 (金晓萌) (2019)

“部分大学生将恋爱当做一种时尚与攀比，为了恋爱而去恋爱，而且大学校园中这种跟风恋爱现象有蔓延的趋势。另外还有一部分大学生将物质条件、外貌长相放在选择恋爱对象的第一位，以期通过恋爱行为满足虚荣心。”刍议当代大学生恋爱观 (金晓萌) (2019)

所谓“动机不纯”可以说是形容这种恋爱动机的最好的方式。

而另一篇文献中也提到了这一点，作者指出，大学生恋爱有很多不成熟的心理，其中包括从重心理、虚荣心理以及功利性心理。大学生恋爱受挫引发心理危机的工作启示 (柳晓君) (2019) 很多大学生并不是出于真正的爱慕对方，想要和对方一起走下去的目的进行恋爱。相反，在很多情况下，大学生谈恋爱是为了弥补空虚、孤独的从众心理，有的人甚至认为拥有男朋友或者女朋友是实力的象征。

在这种条件下，很多爱情都走向了悲剧。这也是现在大学生情侣之间分手率非常高的原因之一。

当然以上情况只是大学生恋爱动机的一部分，而总体上的情况并没有这么糟糕。一些可靠的统计数据表明，大多数大学生对爱情的态度处于一种较为纯洁的层次，他们确实渴望美好的爱情，而他们的恋爱动机是“互相关心，互相帮助，共同进步。”新媒体背景下大学生恋爱婚姻观问题探析 (吴钰莲) (2017) 这说明，这些大学生在大学中寻找异性伴侣，更多的是为了彼此之间能够在学习生活中互相陪伴。这显然是一种非常积极阳光的恋爱观，可以认为是最能使情侣在大学中收获更纯真、更美好爱情的恋爱观。

而提到两个人是处于什么原因走到一起，大多数调查研究表明新媒体背景下大学生恋爱婚姻观问题探析 (吴钰莲) (2017)，很大程度上是由于两人“一见钟情”。这体现了心理学上的首因效应。由于大学生活有很多机会接触到异性，所以大学生择偶的选择范围相对比较大，有更多的选择。但是，很多接触仅仅只是建立在表面，同学之间并没有机会进行深入交流。所以，决定一个人吸引力的内在因素很难体现出来，更多的吸引体现在外表上。在此基础上，再加上首因效应的影响，所以第一印象对于大学生建立吸引力非常关键。

2.2 恋爱过程

当代大学生具体的恋爱的方式也是一个非常有趣的话题。对于这个问题，我从文献中找到了很多方面的描述，下面就从各个方面逐一阐释。

2.2.1 性观念

如果可以用一句话概括当代大学生对于性的看法，那就是：新一代比老一代更加开放，男生比女生更加开放。

“大学生发生性关系现状对于大学生发生性关系的人数调查结果显示，17名男生 (27.93 %) 和 87 名女生 (12.97 %) 表示自己已经发生过性关系。”大学生恋爱态度和性心理健康调

查 (杨丽萍) (2017)

“关于大学生发生性行为的观点,男生选择“完全赞同,这很正常”“无特别意见,可以接受”“最好不要,大学生要矜持自重”“完全反对,绝对不可以”的分别为 125 人 (20.06 %)、288 人 (46.23 %)、192 人 (30.82 %)、18 人 (2.89 %),女生分别为 94 人 (14.01 %)、311 人 (46.35 %)、247 人 (36.81 %)、19 人 (2.83 %),差异有统计学意义 ($\chi^2 = 10.42, P < 0.05$)。问及大学生发生性行为的原因,选择“显示爱情忠贞”“追求快乐”“生理需求”“避免孤独”的男生分别为 84 人 (13.48 %)、152 人 (24.4 %)、352 人 (56.5 %)、35 人 (5.62 %),女生分别为 282 人 (42.03 %)、119 人 (17.73 %)、227 人 (33.83 %)、43 人 (6.41 %),差异有统计学意义 ($\chi^2 = 137.35, P < 0.01$)。”大学生恋爱态度和性心理健康调查 (杨丽萍) (2017)

从统计数据中可以看出,超过四分之一的男生和超过八分之一的女生已经发生过性关系。可见,在大学发生性关系已经是很普遍的现象,相对更加开放的男生发生性关系的比例更高。

而另一份文献中,更加深入地研究了大学生对于性观念的态度。以下是截取自文献中的研究统计数据大学生恋爱中感情与性问题的调查研究 (刘慧思) (2017):

表 2 爱与性的关系

选项	男生		女生		总数		SPSS13.0	
	人数	%	人数	%	人数	%	χ^2	P
有爱可以没有性	134	16	173	20	307	18	22.62	0
性必须以爱为基础	476	58	535	61	1011	59		
爱与性同时产生	183	22	149	17	332	20		
有性可以没有爱	37	4	13	2	50	3		

表 3 对大学生发生性关系的看法

选项	男生		女生		总数		SPSS13.0	
	人数	%	人数	%	人数	%	χ^2	P
基于爱情就可以	200	24	161	8	361	21	0.472	0.492
应受道德的谴责	232	28	219	25	451	27		
应受行政处分	23	3	85	10	108	6		
绝对不可以接受	102	12	236	27	338	20		
随之而来的问题难以解决	266	32	176	20	442	26		

表 4 您认为发生性行为后是否要对对方负责

选项	男生		女生		总数		SPSS13.0	
	人数	%	人数	%	人数	%	χ^2	P
要负责,非对方不嫁或娶	180	22	356	41	536	32	58.23	0.00
要负责,但未必和婚姻挂钩	617	75	496	57	1113	65		
不用负责,只求大家开心	26	3	25	3	51	3		

表 5 如果发生了性关系，您最担心的

选项	男生		女生		总数		SPSS13.0	
	人数	%	人数	%	人数	%	X ²	P
女方怀孕	239	29	541	62	780	46	179.6	0.00
患上性病	140	17	111	13	251	15		
影响感情	124	15	76	9	200	12		
影响学业	130	16	85	10	215	13		
要负责任结婚	190	23	64	7	254	15		

表 6 对婚前性行为的态度

选项	男生		女生		总数		SPSS13.0	
	人数	%	人数	%	人数	%	X ²	P
非常反对	97	10	129	15	208	12	0.253	0.615
反对	278	34	317	36	595	35		
无所谓	150	18	45	5	195	11		
可以接受	276	34	308	35	584	34		
赞同	40	5	78	9	118	7		

表 7 是否介意自己的伴侣和别人发生过性行为

选项	男生		女生		总数		SPSS13.0	
	人数	%	人数	%	人数	%	X ²	P
正常生理需求	236	29	226	26	462	27	0.118	0.29
很介意	260	32	300	34	560	33		
会有一点介意	238	29	240	27	478	28		
不会介意	89	11	111	13	200	12		

从表 2 统计数据中可以发现，绝大多数大学生把性当作一件爱情中不可或缺的内容，这是认为是一种正确的观念。而在大学生是否应该发生性关系上，这篇文献表 3 的结果和之前的结果基本一致，有一定比例的学生可以接受大学期间的性行为，女生接受程度更低；表 4 指明绝大多数大学生会在发生性关系后对对方负责；表 5 表明发生性关系后，又一个很有趣的现象是，女生主要害怕自己怀孕，而男生不仅害怕对方怀孕还害怕要为对方负责；表 6 表明对于婚前性行为，男生女生基本上都是一般接受一般反对，性别差异不明显；表 7 表明，大多数人还是会介意对方有过性行为，但这种介意已经达到无法接受的程度了，这表明当今社会的对婚前性行为的包容程度已经比较比较高了。

2.2.2 爱情的单纯性

学生时代的恋爱最有明显的特征就是单纯性，大学生在恋爱过程中很少关注对方的家庭和物质财富。

“单纯而美好的大学生大部分时间都生活在校园里，很少有机会在社会大环境中历练，恋爱双方基本不会考虑家庭和物质财富等因素，他们认为只要彼此有感觉就有在一起的基

础。另外闪恋、闪婚等词语的出现，也能体现出在恋爱过程中当代大学生所追求的速度以及强烈的恋爱需求。”刍议当代大学生恋爱观 (金晓萌) (2019)

不过，单纯性也有其不好的一面。很多大学生忽略了爱情三角理论中承诺这一方面。在一些极端情况下，他们把恋爱当作一种情感体验、当作一种游戏和消遣文化，当作派遣寂寞、赶走孤单的工具和手段，寻求刺激，及时行乐，满足所谓的感受或精神享受，其实质是只强调爱的权利，否认爱的责任和义务，其结果只能是既伤害对方，又伤及自己。新时代大学生恋爱心理问题及对策 (岳云强) (2019) 这也是导致毕业即分手这一现象越来越普遍的原因。

从我个人的经历来说，现在周围流传着一种说法，认为大学期间的恋爱才是最纯洁的，它少了很多世俗的气息，以后走出校园，很难遇到合适的人。这种说法印证了文献中谈及的单纯性这一特点。所以，大学期间的爱情的单纯性是非常有依据的。

2.2.3 爱情与学业

调查表明，虽然超过 90% 的大学生认为自己必须正确看待学业与爱情的关系，学习是学生的天职，所以大学生必须以学习为主，学习第一，爱情第二，或者学业与爱情双丰收，既希望学业有成，又渴望爱情幸福。但是，在客观实际上，即使有这样的想法，真正能够处理好学业与爱情关系的只有占极少数学生。更多的学生一旦堕入情网就难以自拔，情不自禁，想入非非，沉迷于卿卿我我的甜言蜜语、男欢女爱中。新时代大学生恋爱心理问题及对策 (岳云强) (2019)

而这所谓 90% 的学生很多只是有这种观念，实际上，由于爱情是一种非常感性的存在，大学生又处于青春懵懂之时，对于爱情完全没有抵抗力。因此，很多时候，他们自然而然置其他于不顾，最后也在一定程度上耽误了自己的发展。

不过，依然有很多人认为，大学爱情在很大程度上帮助了大学生学习。从通常的理解来看，两个人如果都积极向上热爱学习，他们更多时间是在督促对方变得更优秀。如果能够利用爱情的力量帮助对方成长，那爱情对于双方来说都是一件好事。

“大学生希望能够有更多的时间和对方了解并磨合与沟通，在处理恋爱和学业的冲突时大部分人选择了后者，说明大多数人对于恋爱还是有正确认识的，作为学生应该把学业放在第一位。”社会主要矛盾视域下大学生恋爱观探析 (张晓田) (2019)

2.3 恋爱结局

2.3.1 毕业

众所周知，大学期间的爱情，正所谓有情人多，终成眷属者少。能走到最后的人，是极少的一部分。大学情侣往往难以逃脱最终分手的命运。

处于恋爱中的双方作为成年人不仅面临学业的问题，还面临着毕业后距离上分开如是否出国深造、是否异地、是否分手等各种现实问题。个性特点比较鲜明的新时代大学生面对感情问题也是比较自我。其中当爱情、考研或出国发生冲突如何选择时，57.81% 的学生选

择坚持自己的选择，只有 14.06% 的学生会选择追随对方。同时，在问题是否为双方未来发展进行沟通以及做相应努力方面，大家普遍表示有所沟通，但是努力不够。社会主要矛盾视域下大学生恋爱观探析 (张晓田) (2019)

从这一点可以看出，毕业之后的分手，并不完全是出于情侣双方的无奈。实际上可以说，双方早就预见到了会有这种情况的发生。当自己的人生规划和伴侣之间出现非常严重的冲突时，两人往往不会选择尊重爱情，而是选择自己的前途。

2.3.2 失恋

大学生与成年人相比，由于心智不完全成熟，具有较弱的恋爱抗压性。一项数据表明，大学生自杀的人数中，因为感情选择自杀的比例，达到了三分之一。

当然，除了自杀这种极端情形，大学生在失恋之后采取的更多的往往是报复、转移注意力和自我提升。

“在受调查的女生中，有 95 人选择“C. 分析原因，自我完美”，占 44.19%；有 58 人选择了“F. 痛苦，但可以转移注意力，靠时间恢复”，说明大部分的大学生对于失恋是比较理性的，这一部分人可以从失败中吸取教训，从而完善自己，并且可以从失恋中走出来，自我恢复。其中，有 19 人选择了“B. 报复对方”，这一比例达到了 8.84%。面对全国大学生的数量，这一比例不容忽视，说明大约有 8.84% 的女生在恋爱中不容易走出来，并且产生了报复心理，这一心理对于大学生的心理健康会有很大的影响。在受调查的男生中，有 204 人选择“C. 分析原因，自我完美”，占 42.68%，这一比例与受调查的女生相似；有 112 人选择“F. 痛苦，但可以转移注意力，靠时间恢复”，占 23.43%，这一比例也与女生相似。说明大部分的学生都可以靠自己走出失恋的阴影，并且从中吸取教训。35 人选择“G. 其他”，29 人选择“B. 报复对方””社会主要矛盾视域下大学生恋爱观探析 (张晓田) (2019)

失恋不可怕，可怕的是失恋之后失去志向、失去品德。从调查结果来看，大部分男生女生对待失恋的态度比较相似。大多数大学生都可以做到从失恋中吸取教训，提升自己，从而很快恢复。选择报复甚至自杀的还是极少数。所以，可以说失恋并不可怕，能从一段失败的感情经历中学到东西，反倒是可贵的一件事。

总而言之，勇敢地去追寻爱情吧！

3 相关理论

大学生恋爱有很多地方可以从心理学的角度去研究的。

3.1 从爱情风格理论分析大学生恋爱的风格偏向

文献中很多地方都谈及到了大学生恋爱的特点，而往往可以通过这些特点划分爱情的风格。由于大学生群体恋爱有一致性的趋势，所以大学生的爱情风格也有一定的一致性。

大学生恋爱各种风格都会存在，但只有某些特定的风格，往往可以最终保持爱情的长久。

由于大学生的社交圈重合度比较大，对待爱情会更加谨慎，也更会考虑长远。否则，一旦日后关系破裂，情侣双方可能甚至同在一个院系甚至一个班，见面会非常尴尬。即使不在同一个院系，由于双方同时认识的人非常多，爱情的破裂对于人际关系也是一种考验。因此，这也可以视为一种得天独厚的“优势”。它杜绝了很多短期的恋爱关系。通过以上分析，可以看出，游戏之爱存在的比例会比现实中低很多。即使双方都抱着“玩一玩”的想法，也很难摆脱人际关系的束缚，真正地只是“玩一玩”。

同时，由于大学生恋爱的单纯性，大学生群体不会倾向于考虑现实的因素，不会为了以后的生计，不会为了柴米油盐的琐事担忧。因此，现实之爱的比例会非常低，甚至很难在校园中存在。

另外，大学生的恋爱对象大多是有共同话题，志趣相投的人。由于校园内可以接触到形形色色的同龄人，选择的范围非常广，比较的范围也非常多，所以很难存在双方差异很大却恋爱的情况。基于这样的事实，双方实力会非常对等，所以自我牺牲的奉献之爱在大学中不常见。

所以，个人认为，大学校园中最为常见的恋爱形式是浪漫之爱、占有之爱和友谊之爱。六种爱情风格的分布比例和社会中的分布比例有明显的不同。

3.2 从爱情三元素分析“承诺”缺失的影响

“承诺”在校园爱情中的缺失几乎已经成为了一个普遍现象。在校大学生升学之后的去向没有确定，正如前文提及，绝大多数大学生在面临去向选择时，会优先考虑个人的利益。当然这也是如今社会风气所致，事实上，社会也并不提倡学生为了爱情改变自己的人生追求。

所以，承诺的缺乏，导致大学生爱情更多的是靠亲密和浪漫维系。这也是现实之爱几乎不存在的重要原因。

不过，虽然很少有长期的承诺，短期的承诺对于大学生爱情的维系仍然必不可少。大学生稳定的爱情大多包含有短期的承诺，而不是长期的承诺。可见，短期承诺实际上已经对爱情的维系起了很大的作用。

长期承诺的缺失，导致大多数大学生的想法并不是于另一半厮守终身。他们更多得是想找到一个可以在大学陪伴自己的人，对于这份感情并没有走到最后的信心。

3.3 从文化的影响分析大学生爱情的发展趋势

中国的婚姻文化随时代而变化。从最开始的父母之命，媒妁之言变成了自由恋爱；从最开始的妻妾成群变成了一夫一妻特定的婚姻习俗。结婚的年龄也逐年提高。同时，中国的婚姻文化在很大程度上也收到了外国尤其是西方的影响。婚前适婚以及同居的现象越来越常见。

这些社会现象显著影响着大学生的恋爱观。大学生变得更加开放。

所以，随着社会进一步的变得开放，大学生的恋爱观也会随着社会的变化而变化。相信以后，大学生的恋爱方式也会变得更加开放，变得和如今很多西方国家相似。这也会带来一些社会上的问题，比如性观念的过于开放，可能导致不安全的性行为增多，大学生的健康受到威胁等。总之，我们要对这一变化有预见性。

参考文献

刍议当代大学生恋爱观 (金晓萌). (2019). Retrieved Tuesday, June 18, 2019, from <http://metalib.lib.tsinghua.edu.cn:8080/V/D85FIJP4RJA7JH5799K87VE746HQB7G1L4EQVMIMRA58X>

大学生恋爱中感情与性问题的调查研究 (刘慧思). (2017). Retrieved Tuesday, June 18, 2019, from <http://metalib.lib.tsinghua.edu.cn:8080/V/D85FIJP4RJA7JH5799K87VE746HQB7G1L4EQVMIMRA58X>

大学生恋爱受挫引发心理危机的工作启示 (柳晓君). (2019). Retrieved Tuesday, June 18, 2019, from <http://metalib.lib.tsinghua.edu.cn:8080/V/D85FIJP4RJA7JH5799K87VE746HQB7G1L4EQVMIMRA58X>

大学生恋爱态度和性心理健康调查 (杨丽萍). (2017). Retrieved Tuesday, June 18, 2019, from <http://www.cnki.net/kcms/detail/21.1234.R.20180831.1217.056.html?&uidWEEvREcwSlJHS1>

新媒体背景下大学生恋爱婚姻观问题探析 (吴钰莲). (2017). Retrieved Tuesday, June 18, 2019, from <http://metalib.lib.tsinghua.edu.cn:8080/V/D85FIJP4RJA7JH5799K87VE746HQB7G1L4EQVMIMRA58X>

新时代大学生恋爱心理问题及对策 (岳云强). (2019). Retrieved Tuesday, June 18, 2019, from <http://metalib.lib.tsinghua.edu.cn:8080/V/D85FIJP4RJA7JH5799K87VE746HQB7G1L4EQVMIMRA58X>

社会主要矛盾视域下大学生恋爱观探析 (张晓田). (2019). Retrieved Tuesday, June 18, 2019, from <http://metalib.lib.tsinghua.edu.cn:8080/V/D85FIJP4RJA7JH5799K87VE746HQB7G1L4EQVMIMRA58X>