

# 积极心理学视角下贫困大学生新时代奋斗幸福观的调查分析

王奕冉 程族桁\*

北部湾大学 (广西 钦州 535011)

**【摘要】**：在新时代背景下，探讨贫困大学生奋斗幸福观成为一项重要议题。本文从积极心理学视角出发，对广西 1040 名贫困大学生进行了新时代奋斗幸福观的调查分析。发现性别差异在新时代奋斗幸福观及其三个维度上显著存在，女生相较于男生表现出更高的认同与接纳。而不同年级的贫困大学生在这一观念上并未展现出显著差异。值得注意的是，专业背景也影响着贫困大学生的新时代奋斗幸福观，工科生在这一观念上的得分显著高于理科生，理科生又显著高于文科生。贫困大学生对通过奋斗获得幸福的理解较为深刻，新时代奋斗幸福观不仅为其心理健康提供了有力支撑，更为其成长和发展提供了重要指引。

**【关键词】**：贫困大学生；奋斗幸福观；积极心理学

基金项目：广西高校思想政治教育理论与实践课题“积极心理学视域下广西贫困大学生新时代奋斗幸福观的培育研究”（2022SZ068）

\* 通讯作者：程族桁

## Survey and Analysis of the Concept of Happiness through Struggle among Impoverished College Students in the New Era from the Perspective of Positive Psychology

Wang Yilan Cheng Zuheng\*

Beibu Gulf University, Qinzhou 535011, China

**Abstract:** In the context of the new era, exploring the concept of happiness through struggle among impoverished college students has become an important topic. From the perspective of positive psychology, this paper conducts a survey and analysis of the concept of happiness through struggle in the new era among 1,040 impoverished college students in Guangxi. It is found that gender differences are significant in the concept of happiness through struggle in the new era and its three dimensions, with female students showing higher levels of identification and acceptance compared to male students. However, impoverished college students of different grades do not exhibit significant differences in this concept. Notably, professional backgrounds also influence the concept of happiness through struggle in the new era among impoverished college students, with engineering students scoring significantly higher than science students, and science students scoring significantly higher than liberal arts students. Impoverished college students have a profound understanding of achieving happiness through struggle. The concept of happiness through struggle in the new era not only provides strong support for their mental health but also serves as an important guide for their growth and development.

**Keywords:** Impoverished College Students; Concept of Happiness through Struggle; Positive Psychology

### 1 引言

新时代奋斗幸福观是习近平新时代中国特色社会主义思想的重要内容，它强调幸福是通过奋斗得来的，倡导个人在追求幸福生活的过程中，不仅要关注自身的成长与发展，还要积极承担社会责任，为实现国家富强、民族复兴和人民幸福贡献力量。贫困大学生作为高校中的特殊群体，面临着经济、生活和学业等多重挑战。新时代奋斗幸福观的提出，为贫困大学生提供了重要的价值导向和心理支持，不仅鼓励其通过自立自强、艰苦奋斗来克服生活困境，还为其注入了坚定的信念和长远发展的动力。同时，新时代奋斗幸福观鼓励贫困大学生在追求个人幸福的过程中，积极培养社会责任感和集体意识，推动他们在个人成长的同时积极融入社会，共同促进社会进步。

积极心理学关注的是如何通过发展个体的积极品质和心

理资源来提升幸福感，如韧性、乐观和目标感（Seligman, 2011）。这一理论与新时代奋斗幸福观相契合，后者强调在追求事业和个人目标的过程中实现自我价值，从而获得幸福感（Chen et al., 2021）。可见，积极心理学中的自我实现概念与新时代奋斗幸福观的核心思想紧密相关。同时，新时代奋斗幸福观不仅重视个人在奋斗过程中实现自我价值的体验，也关注通过这种奋斗获得的成就感和满足感。根据马斯洛的需求层次理论，自我实现是最高的心理需求（Maslow, 2016）。新时代奋斗幸福观鼓励个体在奋斗中实现自我价值，这与积极心理学强调的追求意义感和目标感一致（Ryan & Deci, 2020）。

本文将探讨贫困大学生的新时代奋斗幸福观的现状，这与高校立德树人的教育方向、培育高素质人才的方针政策相切合，

积极心理学能够为大学生奋斗幸福观的培育提供有力帮助，因此具有一定的学理和现实意义。

## 2 研究对象与方法

### 2.1 研究工具

通过查阅相关文献，并以习近平总书记关于奋斗幸福观的重要讲话为依据，研究将新时代大学生的奋斗幸福观界定为大学生在追求个人幸福与社会发展过程中，基于个人奋斗所形成的对幸福的认知与价值判断，强调个人幸福与国家、社会发展的有机统一，通过不断努力实现个人价值与社会责任的和谐统一。并在奋斗幸福观理论、积极心理学理论和自我决定理论的基础上，构建大学生奋斗幸福观的维度模型，具体包含三个核心维度：奋斗精神与幸福统一、社会责任与集体意识、目标导向与自我实现。以此模型为基础，编制《新时代大学生奋斗幸福观测评问卷》，包含 3 个维度和 17 个条目，采用李克特五级评分法，维度得分越高，说明大学生在该维度的奋斗幸福观越强；总得分越高，说明大学生对奋斗幸福观的认同程度越高。

运用初测问卷的数据对自编问卷进行信效度检验，得到 Cronbach's Alpha 信度系数为 0.976，表明问卷内部一致性系数较高，进行探索性因子分析，得到总样本的 KMO 检验值为 0.972，Bartlett's 球形检验值的  $c^2$  为 18843，在 0.000 水平上显著。这表明变量间的共同性因子多，收集的数据适合做因子分析。对数据进行成分分析抽取因子，对抽取的因子进行方差极大旋转。根据抽取因子的标准，得出比较稳定的因子结构。综合鉴定结果，最后保留三个维度作为正式问卷进行下一步的调查。

### 2.2 研究对象

本研究采取线索取样，根据广西相关高校学生工作处资助科提供的贫困大学生数据库，进行内部取样，并严格保持其隐私。筛选标准如下：第一，家庭为建档立卡贫困户；第二，无人格障碍及严重心理疾病。发放问卷 1068 份，回收有效问卷 1040 份，有效回收率为 97.4%。

### 2.3 研究数据处理

研究数据使用 SPSS25.0 进行统计分析，主要采用描述性

统计、独立样本 t 检验和方差分析。

## 3 贫困大学生新时代奋斗幸福观总体情况

### 3.1 贫困大学生新时代奋斗幸福观的总体描述

表 1 贫困大学生新时代奋斗幸福观的总体情况 (N=1040)

	平均值	标准差
新时代奋斗幸福观	4.233	0.645
奋斗精神与幸福统一	4.208	0.683
社会责任与集体意识	4.255	0.667
目标导向与自我实现	4.238	0.671

从对贫困大学生新时代奋斗幸福观的总体描述的结果（表 1）来看，贫困大学生奋斗幸福观及其三个维度的平均值分别为 4.233、4.208、4.255 和 4.238，均大于中位数 3.71，处于较高水平。这说明贫困大学生对于奋斗幸福观的认同度和接纳程度较高，表明他们对通过奋斗获得幸福的理解较为深刻。

### 3.2 贫困大学生新时代奋斗幸福观在性别上的差异

表 2 贫困大学生新时代奋斗幸福观在性别上的差异比较

	男生 (n=312)	女生 (n=728)	T 值
新时代奋斗幸福观总分	4.356±0.618	4.181±0.650	4.053***
奋斗精神与幸福统一	4.337±0.647	4.153±0.692	4.001***
社会责任与集体意识	4.260±0.654	4.210±0.667	3.341***
目标导向与自我实现	4.373±0.644	4.180±0.674	4.291***

注：\*P < .05; \*\*P < .01; \*\*\*P < .001

由表 2 可以看出，通过独立样本 t 检验，得出性别在贫困大学生新时代奋斗幸福观及其三个维度上的得分（t 值分别为 4.053、4.001、3.341、4.291）均有统计学意义（P 值均 < .001），这说明当进行性别分组时，贫困大学生的新时代奋斗幸福观及其三个维度均存在显著差异，且女生得分显著高于男生。

### 3.3 贫困大学生新时代奋斗幸福观在年级上的差异

表 3 贫困大学生新时代奋斗幸福观在年级上的差异比较

	大一 (n=185)	大二 (n=260)	大三 (n=306)	大四 (n=289)	F 值
新时代奋斗幸福观	4.183±0.560	4.231±0.636	4.277±0.617	4.221±0.729	0.872
奋斗精神与幸福统一	4.158±0.584	4.215±0.669	4.254±0.670	4.185±0.766	0.898
社会责任与集体意识	4.227±0.562	4.249±0.661	4.290±0.627	4.240±0.768	0.421
目标导向与自我实现	4.165±0.612	4.229±0.662	4.289±0.639	4.238±0.741	1.326

由表 3 可以看出，通过单因素方差分析，得出专业在贫困大学生新时代奋斗幸福观及其三个维度上的得分（F 值分别为 0.872、0.898、0.421 和 1.326）均无统计学意义（P 值均 >

.05），这说明当进行年级分组时，贫困大学生的新时代奋斗幸福观及其三个维度得分均不存在显著差异。

### 3.4 贫困大学生新时代奋斗幸福观在专业上的差异

表 2-4 贫困大学生新时代奋斗幸福观在专业上的差异比较

	文科 (n=392)	理科 (n=417)	工科 (n=231)	F 值
新时代奋斗幸福观	4.094±0.662	4.286±0.649	4.376±0.560	16.699***
奋斗精神与幸福统一	4.076±0.701	4.256±0.687	4.346±0.611	13.371***
社会责任与集体意识	4.134±0.673	4.303±0.680	4.371±0.600	11.264***
目标导向与自我实现	4.071±0.697	4.298±0.675	4.411±0.545	22.368***

注: \*P < .05; \*\*P < .01; \*\*\*P < .001

由表 2-4 可以看出, 通过单因素方差分析发现, 贫困大学生新时代奋斗幸福观及其三个维度的得分在专业上 (F 值分别为 16.699、13.371、11.264 和 22.368) 均有统计学意义 (P 值均 < .001), 这说明当进行专业分组时, 贫困大学生的新时代奋斗幸福观及其三个维度得分均存在显著差异。经进一步事后多重比较, 发现工科学生得分显著高于理科学生, 理科学生得分显著高于文科学生。

## 4 讨论

### 4.1 贫困大学生新时代奋斗幸福观的总体描述

从对贫困大学生新时代奋斗幸福观的总体描述结果来看, 贫困大学生新时代奋斗幸福观及其奋斗精神与幸福统一、社会责任与集体意识、目标导向与自我实现三个维度均处于较高水平。这说明贫困大学生在面临经济困境时依然表现出积极的奋斗精神, 深信通过个人努力可以改善自身生活和未来。他们认识到, 幸福不是偶然得来的, 而是通过不懈努力和坚持奋斗所获得的。这种高水平的奋斗精神表明, 贫困大学生在追求个人目标和改善生活条件的过程中, 能够保持积极的态度和坚定的信念。他们愿意付出时间和精力去实现自己的梦想, 尽管面临经济压力和困难, 仍然相信只要努力就能收获幸福。

同时, 贫困大学生在追求个人发展的同时, 意识到个人的幸福与社会的进步息息相关, 愿意为集体和社会贡献自己的力量。这种高水平的社会责任感表明, 贫困大学生不仅关注自身利益, 还积极参与社会事务, 体现出良好的团队精神和集体意识。他们通过参与志愿活动、社会服务或其他集体活动, 从而增强对社会的归属感和责任感。这种意识不仅有助于促进社会和谐, 还能提升他们的自我价值感和成就感, 进一步推动他们在学业和生活中不断奋斗, 实现个人与社会的共同进步。此外, 高水平的目标导向表明贫困大学生有明确的职业规划和发展目标, 通过教育和奋斗追求自我实现, 增强了自信心和成就感。良好的情感体验意味着他们在学习和生活中找到乐趣和意义, 从而促进心理健康和学业发展。这种现象反映了贫困大学生在逆境中保持积极向上的态度和较强的应对能力, 为他们的个人成长和未来发展奠定了坚实的基础。

另一方面, 许多贫困大学生在成长过程中受到家庭经济困

难的影响, 培养了顽强拼搏的精神, 他们意识到通过教育改变命运的重要性, 因此更加努力学习, 追求学业上的成就。此外, 国家和社会对贫困学生的关注与支持, 如奖学金、助学贷款及扶贫政策, 为他们提供了更多机会, 增强了他们奋斗的信心。面对经济困境, 贫困大学生通常培养了较强的心理韧性和适应能力, 善于在逆境中找到前行的动力。这种对未来的希望与期许也促使他们渴望通过自身奋斗改变生活现状, 进一步增强了对幸福的追求意识。最后, 奋斗与自我实现被广泛认可为成功的途径, 使得贫困大学生在集体中找到认同感, 促进了奋斗幸福观的形成。这些因素的共同作用, 使得贫困大学生能够在新时代背景下保持着较高的奋斗幸福观, 尽管面临挑战, 他们仍然充满动力和信心, 不断追求目标与幸福。

### 4.2 不同性别的贫困大学生新时代奋斗幸福观的差异分析

研究表明, 不同性别的贫困大学生在新时代奋斗幸福观及其三个维度上的得分差异显著, 女生显著高于男生。这说明贫困女大学生对新时代奋斗幸福观的认同度更高。具体表现在贫困女大学生具有更强的内在驱动力, 尽管面临经济困境, 她们更倾向于通过情感支持与心理调适来平衡奋斗与幸福, 并且能够从日常生活中的细微成就中感受到幸福感。她们更关注他人的需求, 积极参与集体活动, 承担社会责任, 展现出较强的团队合作精神和利他行为。贫困女大学生通常倾向于追求内在成长和职业发展的协调统一, 并在学业和未来职业发展上展现出高度的自律性和坚定性。这些表现反映出贫困女大学生在奋斗幸福观的各个方面都具有较强的认同感和高投入。

究其原因可归纳以下几点: 第一, 新时代的女性愈发意识到自身的能力和價值, 尤其在接受了高等教育后, 贫困女大学生对自身发展的期望普遍较高。通过奋斗实现自我价值的意识增强, 也使她们更加认同新时代奋斗幸福观, 看到奋斗的意义不仅在于物质的改善, 更在于自我成长和独立。第二, 贫困女大学生往往在同伴关系中建立起较强的情感支持网络, 她们之间的相互激励和支持能够增强对奋斗幸福观的认同。在校园生活中, 女性同学之间的团结与互助, 使她们在奋斗过程中感受到集体意识的重要性, 进一步推动了对社会责任感的认同。第三, 积极心理学的研究表明, 女性在面对困难时往往表现出更

强的适应能力和积极情绪。贫困女大学生在经历困境时，倾向于保持乐观的态度，通过奋斗寻求改变，这种积极心态使得她们更容易认同和接受新时代奋斗幸福观的理念。总体来看，这些社会文化和心理因素共同促使贫困女大学生在新时代奋斗幸福观的各个维度上展现出显著高于贫困男大学生的表现。

### 4.3 不同年级的贫困大学生新时代奋斗幸福观的差异分析

研究结果表明，不同年级的贫困大学生在新时代奋斗幸福观及其三个维度上的得分均不存在显著差异。这说明无论是低年级还是高年级的贫困大学生，他们在对奋斗与幸福关系的认知、社会责任感的承担以及个人目标追求上都保持较为一致的态度和水平。贫困大学生面对经济压力和生活挑战时，年级因素并未显著影响他们的奋斗观念和努力方向。他们普遍能够将个人的成长与社会进步紧密联系，将奋斗视为实现幸福的必要途径，同时在学业和职业规划中表现出明确的目标感与自我实现意识。这种一致性反映了贫困大学生在各年级阶段都具有较为稳定的奋斗幸福观，经济压力、生活经验或学习阶段并未显著改变他们对奋斗与幸福关系的理解与实践。

对于不同年级的贫困大学生来说，经济压力作为贯穿整个大学阶段的持续性挑战，使他们在面对生活和学业困境时都具备较强的奋斗意识和求生存的韧性，无论是新生还是高年级学生，他们的奋斗精神和对幸福的理解相对一致。其次，国家和社会的资助政策，以及学校提供的各类支持，贯穿了贫困大学生的整个求学阶段，使他们在社会责任和集体意识上有着类似的理解和实践，他们都受益于社会的帮助，并在学习过程中逐步形成了回馈社会的责任感。此外，贫困大学生普遍具有较强的自我驱动力，他们在大学期间对个人目标和自我实现的追求较为稳定，无论是低年级还是高年级学生，都会通过明确的职业规划和自我提升来努力改变现状。这些共同的因素使得不同年级的贫困大学生在奋斗幸福观及其三个维度上表现出一致性，未出现显著差异。

### 4.4 不同专业的贫困大学生新时代奋斗幸福观的差异分析

研究结果显示，不同专业的贫困大学生在新时代奋斗幸福观及其三个维度上得分均存在显著差异，贫困工科生得分显著高于贫困理科生，贫困理科生得分显著高于贫困文科生。这说明贫困工科生对新时代奋斗幸福观的认同高于理科生。工科生的学习通常更加注重实践与应用，学生们通过实验、项目设计和团队合作等活动获得实际经验，这种实践经验不仅提高了他们的专业技能，还增强了成就感与自信心，促使他们更容易认同奋斗与幸福之间的关系。相比之下，理科生虽然也有实践性学习，但往往缺乏直接的应用体验，更多依赖于理论学习，可能在实践成就感方面不如工科生强烈。而文科生更多关注人文与社会学科，实践环节相对较少，导致他们在奋斗幸福观上的

认同度较低。

随着科技和工程领域的快速发展，社会对工科专业人才的需求持续增长。工科生通常被认为具备较强的实用技能和创新能力，这种社会期待使他们能够获得更多的机会和较高的认可度。因此，工科生在面对未来职业发展的信心和动力相对更强，进而提高了他们对新时代奋斗幸福观的认同度。反观文科专业人才的发展，社会对文科人才的需求相对较为饱和，且往往缺乏明确的职业方向。这种职业前景的不确定性可能使文科生在新时代奋斗幸福观上得分较低。

虽然不同专业的人才在市场需求上存在差异，但现代社会越来越重视全面素质人才的培养。工科生在技术能力上具备优势，而理科生在科学分析和理论思维上具备一定优势，文科生则在沟通、协调和人际交往等方面具备独特的能力。对于新时代的大学生而言，能够跨专业、跨领域的发展能力将成为一种重要的竞争力。因此，尽管存在一定的专业差异，但对新时代奋斗幸福观的认同和实践，却是不同专业学生共同追求的目标。

## 5 结论

贫困大学生对新时代奋斗幸福观具有较高的认同度和接纳程度。新时代奋斗幸福观为贫困大学生提供了心理支持、价值导向和实践动力，促进了他们在学业、职业及个人生活等各个方面的全面发展。在面对经济困难和学业压力时，新时代奋斗幸福观鼓励贫困大学生积极面对挑战，保持乐观的心态，为贫困大学生提供了明确的奋斗方向和动力。通过设定具体的目标和努力追求，他们不仅能够实现学业上的成功，还能够在奋斗过程中不断提升自我认知和自我价值感，增强对生活的满意度和幸福感。而新时代奋斗幸福观强调对社会和他人的责任，这种观念促使贫困大学生在奋斗过程中，积极参与社会活动和志愿服务，增强对社会的贡献感和集体意识。这种价值观的引导有助于他们在生活中培养积极的思维方式，树立正确的人生观和价值观，从而为他们的未来发展奠定良好的心理基础。

## 6 建议

基于本研究的结论，在新时代背景下，学校、家庭以及社会应加强对贫困大学生的心理引导和实际支持。建议高校加强思想引领，持续深化奋斗幸福观教育。通过专题讲座、主题班会、校园文化建设等方式在课程和课外活动中融入奋斗幸福观教育，强化贫困大学生对“幸福是奋斗出来的”理念的认同。同时，高校应进一步完善心理健康服务体系，特别关注贫困大学生的心理需求，鼓励其发展积极的心理品质，增强面对挫折的应对能力。此外，还应加强营造积极校园文化，促进社会责任感培养。通过参与社会实践和公益活动，贫困学生能够更好地体会到个人奋斗与社会进步的关系，增强对社会责任的理解决与认同，为他们的成长与社会发展提供更加全面的支持。

## 参考文献

- [1] 刘梅梅 . (2022). 习近平奋斗幸福观的三重逻辑研究 . 江西理工大学学报 , (5).
- [2] 常晗 . (2020). 习近平关于幸福的重要论述及其价值研究 . 华中师范大学 .
- [3] 习近平 . (2020, January 24). 在二〇二〇年春节团拜会上的讲话 . 人民日报 , p. 01.
- [4] 黄样兴, & 付高生 . (2019). 论新时代共产党人的奋斗精神 . 理论探索 , (4).
- [5] 陈殿林 . (2018, April 3). “奋斗幸福观” 的理论创新 . 安徽日报 .
- [6] 继承发扬永久奋斗的伟大传统——学习习近平总书记在纪念五四运动 100 周年大会上的重要讲话 . (2019, May 4). 经济日报 .
- [7] 徐晓宁, & 任嵩 . (2020). 习近平奋斗幸福观的科学内涵及其对大学生奋斗精神养成的启示 . 思想理论教育导刊 , (7).