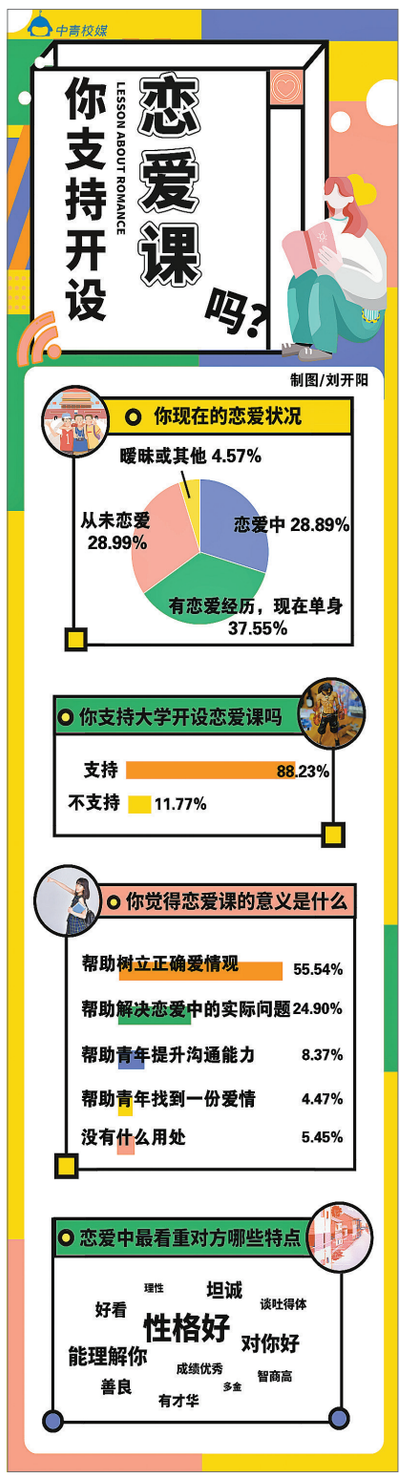
学怎样追寻爱情，也要学怎么经营爱情——

近九成大学生支持学校开设恋爱课

微调查



中青报·中青网见习记者
程 思 毕若旭

“4.8分，满分5分。”说起大一选修的网课《恋爱心理学》，天津外国语大学大三学生吕男男给出了高分。目前正处于恋爱状态的她笑称，最初选课的时候还是单身状态，抱着“通过学习，找到爱情”的心态选择了这门课。在课程中，她了解两性差异，了解恋人应当如何相处，“最重要的是学习这门课后，更好地树立了恋爱信心”。

据中国矿业大学公共管理学院教授、博士生导师、《恋爱心理学》课程主讲人段鑫星介绍，全国多所高校已开设“恋爱心理”相关课程。“课程名字可能有所不同，比如《恋爱心理学》《恋爱与人生幸福》《人生幸福课》《亲密关系》等。”

近日，中青校媒面向全国1028名大学生发起问卷调查。调查结果显示，88.23%的大学生支持大学开设恋爱课。参与问卷调查的学生中，处于恋爱状态的占28.89%，有恋爱经历、现在单身的37.55%，从未恋爱过的占28.99%，处于暗恋或追求他人状态的占4.57%。

恋爱遇难题，大学生期待恋爱“良药”

段鑫星介绍，最初为学生开设《恋爱心理学》课程基于两个原因。一方面是了解到多起与恋爱出现问题导致的极端恶性事件，另一方面，段鑫星曾在全国数百所高校开展大学生心理健康讲座及调查，发现对大学生心理健康影响最大的就是情感关系。“包括亲情关系、人际关系以及异性关系。”

在一段情感关系中，大学生难免会遇到不易解决的问题，或难以疏导的心理状态。中青校媒调查发现，如何解决恋爱中的矛盾和分歧、如何面对感情的结束是大学生最希望在恋爱课上学习到的内容，分别占调查总人数的71.79%和71.50%；如何在感情中保护好自己（70.53%）、如何在与感情相关的关键时刻做出选择（66.93%）、如何让相处更愉快（66.73%）、怎样更好地爱一个人（62.35%）等，也都是大学生希望学习的。

李梓超和女朋友恋爱两年多，两人是福建一所高校的同班同学。刚在一起两个多月时，他们一起选修了《恋爱心理课》。刚谈恋爱时，李梓超常常因为感到被“冷落”而难过。热恋期里，他恨不得每时每刻都和女友在一起，但女朋友在学生社团工作，有时会和共事的朋友聚餐。“我那时候占有欲特别强，远远看着她和别人一起玩儿得那么高兴，就觉得难受，总希望她能把更多时间留给我。”两人有时候会因此冷战、吵架。选择恋爱心理课，和他很想学习怎样维护好两个人的感情有很大关系。

天津一所高校的王晟恩选这门课的原因，是他平时生活里见到女生，不知道怎么开口聊天，更别说追求喜欢的女孩子了。

根据段鑫星的经验，大学生在恋爱中会遇到各种各样的问题，而出现频率较高的问题集中在表白、相处，以及异地恋三个方面。“首先是喜欢一个人，但是不知道对方是否喜欢自己，不知如何表白；其次，相爱容易相处难，谈恋爱过程中产生矛盾、冲突、分歧时，应该如何解决，第三个则是异地恋困扰。”

两年前，就读于天津大学的龙雨涵告别了一段异地恋。高考结束后两人走到了一起，大学里却成了异地。在学校里，看着别的情侣手拉手、一起吃饭，龙雨涵也想男朋友陪在自己身边。“心里难受的时候就容易吵架，而且也不想主动表露是为什么。”

空间的阻隔让原本清晰的问题云山雾罩。一个假期前夕，男朋友到龙雨涵附近的城市参加活动，本想顺路一起回家，但他又临时了有别安排。在要不要去临时安排的活动上，两人产生了分歧，“后来我就不想跟他说这件事，拒绝沟通，最后因此分手了。”

上个学期，她选了学校的恋爱课，一门课上下来，龙雨涵总结，解决情侣间的问题，大部分围绕着“沟通”两个字。听到老师的分析，仔细回想了那段感情，她“现在觉得当时如果为对方多考虑一些，结局可能会更好”。

恋爱课应该怎样开

恋爱课的课程内容和龙雨涵想象中不太一样。她本以为老师会讲追求和恋爱的技巧，但事实上，这门课主要教大家怎样和对方相处、怎样调节心态。“不同的相处方式讲得很全面，异地恋、姐弟恋、年纪跨度很大的恋爱，老师都会讲到。”

李梓超则觉得，他的烦恼在恋爱课上得到了一定程度的解答。老师在课上提到，感觉自己被对方冷落是人之常情，不用因此感到难为情，正视自己心态的同时，和对方好好沟通，也学会给对方空间。这样的心理引导，让李梓超觉得很受用，“能让我正确地认识自己的情感和两个人的关系，就不会太纠结、太沮丧了”。

段鑫星用“百货药店”形容学生对《恋爱心理学》课程的印象，“每个进入课程的学生都像前来抓药的病人。有的人需要失恋疗伤药方、有的人需要表白药方，有的人需要恋爱启蒙药方，又或者有人抱着好奇心走进来看看。每个人走进这家百货店时，都抱有不同的目的，但最终他们都在这堂课上找到了自己想要的‘商品’”。

林远的爱情没能撑到疫情结束。半年的时间里，他和女朋友无法回到学校所在的天津，没有见过一面，今年6月，这段感情无疾而终。从两个人突然变成一个人，林远觉得生活缺了一块。他晚上经常睡不着，关灯躺在床上，脑子里都是两个人一起度过的时光。

分手前的一个学期，林远刚上过学校的恋爱心理课，课上专门有一个章节，教学生怎样走出失恋的阴影。“要学会接受自己的悲伤和痛苦，但是为了避免一直难受，要想办法开导自己，还要拉着别人开导自己。”

林远觉得这段学习是有必要的。难过的时候，他会自己告诉自己，恋爱也好，失恋也好，都是人生中宝贵的成长经历，经历得越多，心智就越成熟。“走不到最后的，大体是确实不合适。谁能保证谈一次恋爱，就能找到完美的另一半呢？”他现在已经接受了这个事实，“人总得往前看吧。”

李梓超所在学校的恋爱课在教恋爱心理的同时，也会穿插一些情感建议。“老师不会说大学生不该花钱给男女朋友买礼物，她建议我们应该为感情营造一些仪式感。”老师曾在课上问起两人会送给对方什么。“我一般会送她衣服、鞋子。疫情期间我过生日，她寄来了自己叠的99朵玫瑰花。我有时也会送她我画的画，我觉得画得不怎么样，但她非说画得特别好看。”这被老师当作“教科书式”的礼物，“在自己能力范围内，送给彼此有心意的、对方需要的礼物，就是最好的礼物。”

任晓猛和任文亚这对曾为白血病患儿家庭捐赠一家油条店的90后夫妻，在接受中国青年报社发起、古井贡酒年份原浆古20特约的“家国同心，贡享美好”寻找青年眼中的爱情系列活动采访时，提及大学恋爱时，任文亚最喜欢的任晓猛送她的礼物，是一本记录两人恋爱点滴的相册，“远比花很多钱买的东西更有价值。”后来，两人的婚礼也是从简办理，任文亚支持任晓猛把钱花在更该花的地方。“给那些家庭有困难的人送做油条的设备、教他们一门手艺，遇上急着用钱的就捐钱。”

段鑫星认为，恋爱相关课程应该引导大学生树立正确的三观，认识两性差异，同时了解恋爱的本质。“恋爱的本质即亲密关系，属于社会关系的范畴，但并不局限于两个人的关系。情感的触发是一个复杂的问题，它渗透着我们的价值观、背景、当前状态等多方面因素。”

大学生向往“情投意合，志同道合”的爱情

中青校媒调查发现，在参与调查的大学生中，有55.54%认为帮助青年树立正确的爱情观是恋爱课最重要的意义。其次是帮助青年解决恋爱中的实际问题（24.90%）、帮青年提升沟通力（8.37%）、帮助青年人找到爱情（4.47%）。

李梓超眼中理想的爱情，是两个人兴趣相投、一起努力奋斗的。在和女朋友的相处中，李梓超能看到两个人美好的未来。他们开始为共同的未来作规划，“想一起考研，我俩经常一起去图书馆，虽然考上同一个学校的可能性不大，但是希望能一起朝着更好的方向努力。”

“如果一段爱情，让你变得自我怀疑、犹豫不决，负性情绪多于正性情绪的时候，你需要理性思考爱情的去向。好的爱情一定会让彼此变得更好，它会让胆怯的人变得自信阳光，它会让你感到舒适、放松、自由。”段鑫星说。

花样滑冰世界冠军庞清、佟健的爱情也是“家国同心，贡享美好”寻找青年眼中的爱情系列活动中的爱情故事之一。14岁时，庞清第一次把手交给佟健，两人携手站上世界冠军的领奖台，并延续到如今的创业之旅。他们建立起了以自己名字命名的亚洲最大单体冰上中心，为中国花样滑冰的发展培养人才，助力中国冰雪运动事业发展。

任文亚和任晓猛两人从大学开始一起尝试创业，曾经顶着零下十几摄氏度的低温走街串巷卖保温杯，还被村里的狗追；经历过一开始学烤烧饼不成功，全家吃一个月烧饼。开始卖油条、做早餐后，任文亚有一次没端稳沉重的豆浆桶，一桶滚烫的豆浆都洒在脚上，简单治疗后，她还拖着伤退每天准时出摊。任晓猛觉得爱人跟着他一起受苦了，任文亚却觉得，两个人在大学期间价值观形成的阶段走到一起，在想法和志向上都互相影响，从不觉得劳累辛苦，只觉得两个人一起努力奋斗最幸福。

在“家国同心，贡享美好”寻找青年眼中的爱情系列活动寻找到的爱情故事中，中国医科大学附属第一医院急诊科主治医生才权，在疫情最严峻的时候被国家紧急救援队征召，驰援武汉方舱医院，并且创新性地使用YY语音直播，给方舱医院和全网的患者、观众解答各种问题。远在辽宁沈阳的妻子季海音也是一名医生，两人大学本科就在一起，研究生毕业后，江苏人才权为了家在本地的季海音留在沈阳。

疫情期间，才权支援武汉，季海音在沈阳工作、照顾两个孩子。尽管相隔千里，但在才权直播间，她是每天“蹲守”丈夫直播的忠实粉丝，还经常帮着丈夫解答患者的问题。在他们眼里，国家平安，小家才能幸福。

在段鑫星看来，“情投意合，志同道合”是美好爱情的模样。她建议大学生在恋爱中多一些理性，学会在人群中找到真正适合自己的人。

（根据受访者要求，文中被采访学生均为化名）

青年眼

“光盘”大学生在行动

郑州大学“IT光盘行动”从2013年开展至今，每年都有1.2万人次参与志愿服务。学校各学院青年志愿者以投标竞争的方式，获得志愿者招募机会和校园餐厅某一楼层的“光盘行动”负责资质，以礼品奖励、盖章打卡、早餐券赠送等方式，“花式”引导大学生光盘。

郑州大学供图

南昌大学鼓励学生参与“光盘行动”，“光盘”的同学可以到志愿服务点领取饮品、水果等小礼物。

南昌大学供图

哈尔滨工程大学推出4元小份菜，女生饭量小也不用再担心饭菜被浪费。

哈尔滨工程大学供图

集美大学发起节约倡议，同学们在写着“光盘行动，从我做起”的展板上签下自己的名字。 集美大学供图

江苏大学发起“光盘行动”倡议，鼓励大学生珍惜粮食、节约资源。

江苏大学供图

浙江旅游职业学院开展“珍惜粮食、反对浪费”活动，鼓励学生以节约为荣。

浙江旅游职业学院供图

为了践行“光盘行动”，北京航空航天大学推出半价小份菜，学生购买适合自己的菜量，有效避免了食物浪费。

北京航空航天大学供图

校宝

张炳根：五十余载教涯的数字“密码”

实习生 刘开阳
中青报·中青网见习记者 罗 希

任教近50载，发表论文200余篇，其中被SCI收录120余篇，坚持做慈善25年，与妻子携手相伴57个春秋……曾任教于中国海洋大学数学科学学院的退休教授张炳根一辈子都在和数字“打交道”。这些成就中的任何一个单拿出来，都会让旁人惊呼的“数字”，贯穿着这位耄耋之年的老教授一生。

每一个数字背后都沉淀着很多故事。出生在上海的张炳根，自念书起便知道生活的艰辛和“读书是最好的出路”。只是好景不长，高三仅仅过了一个学期，张炳根突然患上了肺结核。在医疗条件落后的年代，反复的病情使他咳血严重。思虑再三，他不得不选择临时休学，在家里养了一年多的病。疾病让本就清寒的家庭雪上加霜，落下的学业也需要从头补起。

但张炳根没有放弃自己的“大学梦”。养病期间的张炳根一边补习，一边常与高考后的同学聊起大学的经历，“我有个同学已经考到了青岛，跟我说了很多那里的自然环境，讲起海水浴场、鲁迅公园，让我非常感兴趣”。1953年，痊愈后的张炳根怀着对青岛的向往，收到了当时在青岛办学的山东大学的录取通知书。他与数学的缘分，也正式开始。

作为那个年代难得的大学生，张炳根“那时候日常除了上课就是在图书馆自习，几乎每天都要学习到深夜。”孜孜求学的他得到了以“治学严谨”闻名的教授张学铭的认可，“全班87个同学中，只有我一个人可以到张学铭教授家吃饭。”聊起导师，张炳根有些动容。当年，两个人的话题常常从学术、业务领域，一直到政治、思想领域。新中国最初的岁月里，学者和青年学子为国家科技振兴而立下志向。“中国为什么一直受帝国主义的欺负，就是我们的现代科学太落后了。作为青年学生，我们就应该有志向，要科学报国。”

在张学铭教授的影响下，张炳根从大一开始一边积极上党课，一边用功学习科学知识，希望扩大中国数学学科在世界上的影响。“中国的知识分子肩上，应该有责任，发展我们的科学事业。”1957年，张炳根以全班第一的优异成绩毕业，并留校任教，兼任微分方程教研室秘书。翻开他毕业证书上的成绩表，每一门课结业成绩后都赫然印着“优秀”，“虽说从一年级开始，我班上就有十来个女同学，也有女同志过来对我有所表示，但我都是无动于衷的，也不找女同学谈朋友。”张炳根望了望坐在身旁的妻子赵玉芝，“后来在教书的时候遇到了她。”

1958年，山东大学主体迁往济南，海洋系、水产系的全部师生及物理系、生物系、数学系等院系的部分师生留在青岛，成立山东海洋学院（中国海洋大学前身）。张炳根以一腔热忱继续留在青岛，在山东海洋学院任教。其间，张炳根结识了他的夫人——1960年从北京大学物理系毕业后，分配在中科院物理所、后调入山东海洋学院物理系任教的赵玉芝。

两人1963年完婚，自那时起便居住在学校附近的教师公寓里。他们每天白天给学生上课，晚上回来一人一头在一个书桌上备课、研究。“即便是我们很熟悉的课，头天晚上也要仔细地把它搞得更通俗，更容易接受。”

1972年，张炳根被分配到海洋系海浪教研室，从事海浪课题研究。两年内他便发表海浪方面的研究论文3篇，其中关于海浪波面最大值的成果，由海洋局第一海洋研究所用实测海浪资料得到验证，他的公式比英国著名海浪专家朗格·赫金斯提出的公式更符合实际，而他关于非正态分布的海浪波高的公式，比国际杂志《浅海海浪》上发表的类似结果还早一年。

潜心科研的夫妻两人不愿放弃任何一个提升自我的机会。“教师不仅要会教书，搞科研更不能落下。”主动投身结合海洋系数学理论研究的张炳根，没过几年就在国内多家核心期刊上发表论文，还在1983年获得到美国公派访学的机会。那时的他，已经49岁了。

没有系统学过英语的张炳根初到美国时，面临着语言和生活的多重挑战。“到学校报到之后，他们给了我一间办公室，就不管我了。搞不搞科研完全取决于自己。”张炳根没有犹豫，主动去敲美国教授的门，大声用英文做着自我介绍，“我是来自中国的访问学者，我想跟你合作研究。”

美国教授给了张炳根两篇最新发表的论文。他就带着这两篇论文，回到自己的办公室钻研。仅仅一个月之后，他就解决了一个美国教授正在研究的科研难题。他的努力与勤奋触动了美国的教授。应美国德州大学（阿灵顿）系主任Lak邀请，张炳根为学校研究生授课一个月。“现在想想我的胆子也挺大的，英语不行，就敢上台演讲。”张炳根教授笑谈起这段经历，“第一次美国教授也去听课，最后他说‘还能听得懂’。所以我就接着讲下去了。”

但是张炳根还是担心自己的英文水平会影响学生们听课，于是在每堂课前都认真准备讲义，来帮助学生理解。他的美国同事看到了张炳根的讲义，非常感兴趣，于是建议一同以讲课的题目合作一本专著。

1984年，张炳根与美国学者合作撰写专著《具有偏差变元微分方程的振动理论》（中译名），该书1987年在美国Marcel Dekker出版公司正式出版发行。美国杂志《数学评论》发表的书评称该书为“这一领域学者和学生的圣经”，德国发表的书评称该书为“这一领域的第一本英文专著”。

现在，这本书还常常出现在张炳根的书桌上。由于长期翻阅，书脊早有多处脱线断裂，复杂的公式与深奥的理论中，张炳根教授的严谨、负责以及对学术的真切热爱可见一斑。

在他引荐下，妻子赵玉芝也凭着对学术研究的满腔热情和出色的专业能力，前往美国做访问学者，并在47岁那年攻读博士学位，凭借着学习基础与多年来在教学研究一线的经历，仅仅两年，她就获得了德州大学（阿灵顿）的杰出博士毕业生称号。

回国后，张炳根与赵玉芝回到中国海洋大学继续教书。张炳根在进行科学研究、参加国内国外学术交流的同时上课、带学生做课题，为海大数学系培养了第一个硕士研究生。夫妻培养的许多学生亦成为中国海洋大学的中流砥柱。“我有很多学生，一直在我们海洋大学工作。当时我主要教量子力学，发现大家不熟悉专业方面的英语，我又去教他们专业英语课。”提到过往的学生，赵玉芝脸上满满的骄傲，中国海洋大学物理系教授王宁、离退休工作处处长胡保革，都是她的学生。

“如果老师自己不做好，自己敷衍塞责，你教的学生也是不踏实的，也是不能够做成什么事情的。”张炳根说。1992年，对科研热爱、对学生负责的张炳根获得国务院政府特殊津贴，并于1996年荣获香港柏宁顿（中国）教育基金会的“孺子牛金球奖”。

时至今日，夫妻二人仍保留着阅读文献与看报的习惯。退休后，张炳根还发表了10余篇论文和一本英文专著，同时为美国、英国、德国、澳大利亚等国内外几十种数学刊物审稿。2010年他申报的“时滞偏差分方程和时标上的时滞方程的定性分析”项目，获青岛市自然科学一等奖。

除了学术上的悉心教导，张炳根与赵玉芝还在生活的各个方面帮助学生。1995年，得知一个数学系的学生父亲因车祸去世、家庭经济困难，两个人商量着每年拿出1000元，资助其生活费。“这个学生毕业后回到新疆，在警察局工作，还写信来感谢我们。”这让张炳根非常欣慰。

从那之后，夫妻俩一直坚持做慈善，他们向青岛市慈善总会、青岛市希望工程等多次捐款。不论是地震、洪水、疫情等灾害，还是学校、身边需要帮助的学生、同事或者是陌生人，他们一旦得知都慷慨解囊，具体的捐资数额早已不可计数。

“我们没有想太多，因为我们现在生活挺好的，就希望献出自己的一点力量。”从1995年至今，他们坚持做慈善已有25年。他们对青岛市政府的希望工程办公室轻车熟路，“我们每次去，他们都说‘您二位老师来了’，对我们很熟悉了。”

“每次都是放下钱就走。”赵玉芝说，“他们让我们带材料、证明回去。我说我们不要这个，也不是为了什么。希望不要告诉被捐助者是谁捐款，我们不需要被记住。”

25年前开始，他们每年捐款8000元，给中国海洋大学数学科学学院的“爱华奖教（学）金”基金，用于奖励品学兼优的学生和青年教师。后来，每年捐款提高到1万元。“反正只要我们在，这一年1万元肯定会一直捐下去。”

除了做慈善，夫妻二人也用休闲娱乐充实自己的退休生活。“这张是元旦晚会的照片，这个是参加合唱团的照片。”在小小的书房中，整整齐齐地摆放着他们近年来参与活动的照片，两位老人对此如数家珍。

张炳根、赵玉芝夫妻倡议并组建了中国海洋大学老年舞蹈队，带领退休老同志学跳交谊舞健身，至今已经十余年。“我们学校退休教职工有1200多人。每年迎新年联欢会上，我们两个人组队参加交谊舞表演，还要参加合唱团的演唱。”在两位老人的带动下，越来越多的老同志走出家门，交流分享生活。

经历了新旧中国，跨越两个世纪的张炳根、赵玉芝夫妇，把他们的一生献给了深爱的学术事业；他们自愿放弃美国的绿卡，把毕生的精力献给了祖国。如今他们虽已暮年，依然老有所为、老有所乐。

海边的夕阳常将这对每天携手散步的老夫妻的身影拉得很长，从第一海水浴场至第二海水浴场，往返大概需要4公里，而这段路，他们一走就是57年。

2014年11月20日，中国海洋大学图书馆收到了来自他们的珍贵馈赠。两人将伴随二人学术生涯数十年的174册中外文图书及发表于国内外著名学术刊物上的100余篇专业论文悉数无偿捐赠给图书馆收藏。

这些原本单薄的“数字”，因为他们长此以往的坚持与付出，被赋予了足够厚重的意义。

捐赠图书时，张炳根和赵玉芝受邀在“海大文库”留言簿上留言，拳拳之心、殷殷之情跃然纸上。赵玉芝赠言为：“图书是我们的良师益友，从中可以得到智慧与力量，愿我们在前人的基础上创新思维，不断做出新的贡献，为实现中国梦而努力。”张炳根亦在为海大学子赠言时郑重写下：“愿海大人一代胜过一代，为实现中国梦贡献毕生的精力”。