

在课堂修炼爱情？

浙江这所大学开了恋爱课

在浙江工商大学，“恋爱心理学”一课的教室很好辨认——每周四下午，管理学院教学楼内，那间在静谧的走廊中时不时传出阵阵笑语声的教室便是。

“男生为什么走在路上会突然开始空气投篮？”“为什么很多事情女生不愿意直说？”

不大的教室内，气氛火热，座无虚席。这是该校马克思主义学院副教授胡乃岩2022年3月起开设的课程，这个学期有近1700名学生争抢70个选课名额。

在青年婚恋意愿持续低迷的社会现状下，高校恋爱课为何如此火爆？通过恋爱课这一个侧面，能看出年轻人怎样的人生观？我尝试在恋爱课上当了回助教，和大学生们聊聊爱与被爱。

恋爱课，“水”吗？

“我的这门课，没有教材，没有学科，没有老师，简称‘三无’，全靠自己琢磨！”课前一周，胡老师给我布置了任务：策划一个课堂互动小活动。

“三无”课程，如何备课？围绕这节课的主题“恋爱中的差异”，我临时抱佛脚，找来相关话题的网络课程汲取灵感，向胡老师提议，组织一个小辩论，让男女生各自谈谈不能理解的差异之处。

胡老师肯定了我的想法，并根据经验指导我，可以将学生们分成五六人一组，派代表发言，简单又高效。

真正走进教室才发现，组织讨论并没有想象中容易。在我参与的一个男生小组里，一些学生腼腆、内敛，相互间的认识甚至还停留在姓名和年级，话题很难展开。

正当我不知如何“破冰”，和大家面面相觑时，在教室边踱步边观察的胡老师及时出现，“今早我对爱人说‘天冷了，怎么不给孩子买件马甲’，她有点不高兴。你们帮我分析分析是什么原因？”大家被逗笑的同时，话匣子也打开了。

讨论之后，胡老师趁热打铁，向我们展示了两幅男性和女性大脑神经纤维束的构成图。他解释：“连接女性左右脑的神经纤维束相比男性要多而粗，意味着女性能同时使用主管言语的左脑和主管情绪的右脑，能够更自如地表达自己的内心感受。”他还强调，“不要夸大差异，男女生要相互学习，成为更全面的人。”

这时我才明白，看似轻松的恋爱课，却大有门道：既要“接地气”，引导学生从具体情境中发现、解决问题；又要“高大上”，把生物、心理、法律等多门学科知识融会贯通，帮助学生理解问题的根源。

下课后，我悄悄向几名同学询问：这门课不用做实验、背理论，考试又是主观题，是不是所谓的“水课”？

出乎我意料，随机询问的七八名学生，答案都是否定。“如果要‘水’学分，这门课肯定不是一个好选择。”信息管理专业的大三女生玉洁（化名）告诉我，这门课互动环节多，需要集中注意力高度参与，大家选这门课基本都是出于兴趣。

“另外，老师也很重要。”她补充道，“胡老师做心理辅导经验丰富，人又很幽默，是这门课的重要吸引力。”

提升爱的信心和能力

“想知道适合跟什么样的人谈恋爱”“想学会怎么哄生气的女朋友”……关于为什么选这门课，学生们的答案五花八门，却又都指向一个个实际的困惑。

为此，在课程设计上，胡老师称自己“拒绝爹味”，不去刻意灌输高深的理论，而是从实际出发，帮助学生们解决恋爱中的难题、获得更好的恋爱体验。

旅游管理专业的王婷婷就是冲着“学习怎么更好地谈恋爱”来到课堂的。她与男友恋爱两年，即便两人生活中总是积极沟通，时而也会因思维方式不同产生摩擦，“很想弄清楚他的脑回路究竟是怎样的。”



浙江工商大学“恋爱心理学”课程授课老师胡乃岩

即便没抢到课，她也抱着热情，每节课都和男友坐在教室最前排蹭课。这次讨论，他们俩分别作为男女生小组的代表提出疑问，真实的恋爱经历也成为了最鲜活的教育素材。

“每次我们闹矛盾后都会各自静静，他是在复盘为什么会吵架，而我只是在想他怎么还不来抱抱我。”王婷婷笑言，上了课才明白，这是因为男友看待问题通常是“结果导向”，而自己更倾向于“过程导向”。她也学到了很重要的一课，接纳恋爱中的彼此差异，看到对方与自己不同的心理需求，“以对方喜欢的方式去爱。”

讨论时，常有学生为恋爱中的“芝麻小事”寻求解决方案。“男朋友总忘不了初恋，还要不要继续在一起？”“给前女友点赞了条朋友圈，惹得现女友生气了，怎么办”……尽管作为助教，许多“灵魂拷问”也常常令我难以招架。

“不是要想帮助他们解决，而是要引导他们去思考问题发生的原因，教会他们沟通的方法。”胡老师耐心指导，恋爱中看似不严重的磕磕绊绊，如果没有及时处理好小问题，长期积累也会变成大矛盾。

外行看热闹，内行看门道。专业的事，果然还是要靠专业的人来干。

胡老师有着近10年从事婚姻辅导工作的经验，“这是我开这门课的底气，看过了那么多案例，就想让学生在恋爱上少走一些弯路。”

“爱自己是终身浪漫的开始”

走进教室前，我带着一个疑问：上恋爱课，能“脱单”吗？

完整地听完一堂课后，我立刻意识到自己“格局小了”。课程名称虽有“恋爱”两字，但大家的讨论范围早已拓展到家庭、婚育、自我、亲密关系等重要的人生议题。

电子商务专业的宇泽（化名）说自己曾在课上分享，他总觉得自己不够帅气、没有自信，觉得大学期间找不到女朋友以后就没机会了，一度陷入“单身焦虑”。

“女生们，你们觉得这个男生帅吗？”胡老师没有直接给出回答，而是把问题交给学生们。

“挺帅的啊，自信点！”“阳光，健壮，笑起来憨憨的，感觉很靠谱”……女同学们都没有敷衍，给出真诚的肯定。最后，全班学生都在鼓励他去思考自己拥有的好品质。

宇泽感到瞬间被治愈了。“当停止自我怀疑和否定之后，反而没那么急着想脱单了，更关注自我的提升。”他说，现在才真正领悟王尔德的那句“爱自己才是终身浪漫的开始”。

胡老师说，他希望以这种温暖开放的课堂，让学生们学习爱与被爱，最终在亲密关系中看见真实的自我，减少对自己的设限。

我的疑问也由此得到解答，在恋爱课上，“脱单”从来不是衡量其是否成功的标准。比起学习恋爱的技巧，能够在包容的环境下探讨如何提升爱的能力、如何快乐地生活，探索获得幸福的方法论，才是这门课的真正奥义。

“不过，我的课确实也是有魔法的。”胡老师神秘地眨眨眼，告诉我有位女同学上了半学期的课后，勇敢地向心仪已久的男生表白，两个年轻人成了一对恋人。

恋爱课虽是选修课，爱却是人生的必修课。带着对爱情的憧憬和困惑的年轻人们，在课上慢慢探索自我、认识爱情，让困惑得到解答，憧憬不被辜负。

据浙江在线



教室里，有情侣选择一起来听恋爱课