

大学生心理与成才

主编 王益民 ● 王军云

4.2

河北大学出版社

大学生心理与成才

主 编	王 益 民	王 军 云	
编 委	王 益 民	王 军 云	郭 援 朝
	边 秀 举	冯 月 联	张 虎
	陈 京 辉		

河北大学出版社

1992.6.保定

(冀)新登字 007 号

大学生心理与成才

王益民、王军云等著

责任编辑：王善军

河北大学出版社出版发行

(保定市裕华路 4 号河北大学院内)

河北〇五印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 8.125 字数 180 千

1992 年 8 月第 1 版 1992 年 8 月第 1 次印刷

印数：1—6000 册 定价：3.75 元

ISBN 7-81028-057-0/G·15

前 言

立志成才是每一位大学生的迫切愿望。90年代的大学生，思维活跃，富于理想，渴求知识，追求进步。奋发成才已经成为当代大学生共同追求的目标。大学生的成才受各种因素的制约，其中心理因素是一个很重要的方面。“认识你自己”，这是古希腊一句著名的格言。大学生精力旺盛，自我意识发展极快，但社会经验不足，内心矛盾冲突较多，情绪、情感不稳定……这些心理因素对大学生成才具有很大影响。正确认识自己的心理特点和规律是使大学生健康成才的一个重要条件。本书重点从心理学角度，通过分析和研究大学生的心理特点和发展规律以及与成才的关系，以图指导和帮助大学生早日顺利成才。

本书是作者在多年从事心理学教学实践的基础上编写而成的。在编写过程中，我们力求做到从当前大学生的实际出发，对当代大学生的心理做出比较客观、真实的分析和评价，找出大学生在心理发展和成才过程中存在的主要问题，对大学生进行必要的指导和帮助。力求做到理论联系实际，语言通俗易懂，可读性强。

本书在编写过程中参考了许多同志的著作，吸收了许多单位和学者的统计资料、研究成果，但由于篇幅所限未能一一列入参考文献，在此一并表示谢意，同时本书在编写和出版过程中还得到了许多专家和领导的大力支持和帮助，提出了许多宝

贵意见，在此，表示衷心的感谢！

由于作者水平所限，对心理学的研究还不够深入，加之时间仓促，书中的缺点乃至错误定所难免，恳请读者惠予批评指正。

编 者

1991年6月

序 言

理论来自实践，为实践服务，并在实践中得到检验、提高与发展。理论与实践相结合是一切科学理论发展的正确指导方针。心理学在我国发展的关键，是运用心理学理论于我国的实际，为我国的四化建设服务，同时，对实践经验加以总结，以求得理论的进一步提高与发展。近些年来，许多心理学工作者把心理学的理论从不同的侧面与实践相结合，从而孕育出了许多心理学的分支学科，为心理学的发展和应用做出了贡献。《大学生心理与成才》正是把心理学的理论同大学生的实际相结合的产物，从这个意义上讲，本书问题抓得准，研究方法对，符合心理学在大学生中的发展及应用方向。

把大学生培养成才是高等教育工作的核心问题，也是大学生自身追求的目标和迫切愿望，是大学生思考的热点问题。人才的成长受许许多多因素的影响和制约，其中，心理因素占有十分重要的地位。近些年来，国内外教育工作普遍开始重视对学生进行心理教育，这对高质量人才的培养起到了良好的作用。现在，我国的改革开放不断深入，社会在急剧变化，生活节奏明显加快，这就要求我们培养出的学生有适应改革的心理准备，有应付万变的心理能力，只有这样，才能在未来改革的过程中，展露头角，成就事业。本书对大学生成才过程中的心理发展、心理品质、学习心理、专业心理、智能开发、自我意识、社会实践、心理健康以及心理需要、人际交往、恋爱、审

美等诸多心理问题进行了较深入的分析和研究，并提出了自己的见解，对帮助和促进大学生成才具有指导意义。

本书作者王益民等同志，多年从事大学生的思想政治工作和心理学的教学及研究工作，有丰富的实践经验，对大学生的心理状况比较熟悉和了解，他们把心理学理论和自己的实践经验紧密地结合起来，进行坚持不懈的研究，取得了较为突出的成绩。王益民同志开设的《青年心理学》课程，受到了大学生们的热烈欢迎。经过多年的教学实践，在不断充实、完善的基础上，组织编写了《大学生心理与成才》一书。本书的出版正是经过了实践——理论——再实践——再理论的反复过程，因而，较那些闭门造车的、脱离实际的著作有更大的适用性。对大学生来讲，有助于大学生自身的心理素质的提高，促进成才；对高校教育工作者和教师来讲，有助于按照学生的心理活动规律有效地帮助指导大学生成才。可谓“一卷在手，胜似良师益友；开卷有益，可为工作指南”。当然，金无赤足，书中的论点以及对问题的分析难免会有不足之处，需要心理学理论工作者和大学生工作者进一步研究和充实，使之不断完善与提高。

《大学生心理与成才》的出版，是对大学心理学在高等学校的发展作出的贡献，也是对我国高等教育事业做出的贡献，我愿借此机会热烈欢迎更多的大学教育工作者学习、研究、应用心理学理论，为高教事业作出更多的贡献，取得更大的成就！

中国高等教育管理研究会
大学心理学专业委员会主任

张景莹

1992年于国家高级教育行政学院

目 录

前 言	
序 言	
绪 论	(1)
第一章 大学生心理发展概述	(9)
第一节 大学生心理发展的主要特点	(9)
第二节 大学生心理发展的影响因素分析	(16)
第三节 大学生心理发展的阶段性及各阶段 的主要任务和成才目标	(19)
第二章 大学生的学习心理与成才	(25)
第一节 大学生的学习活动	(25)
第二节 大学生的学习动机	(29)
第三章 大学生的智能开发与成才	(40)
第一节 智能概述	(40)
第二节 大学生的智能结构及其优化	(44)
第三节 大学生专业技能的培养	(52)
第四章 大学生的心理需要与成才	(55)
第一节 大学生心理需要概述	(55)
第二节 大学生成才需要的培养	(60)
第五章 大学生良好的心理品质与品德	(62)
第一节 大学生的情绪与情感	(62)
第二节 大学生的气质与性格	(66)
第三节 大学生的品德心理	(70)

第四节	大学生良好心理品质和 品德的培养	(76)
第六章	大学生的自我意识	(78)
第一节	个体自我意识发展的一般过程	(78)
第二节	青年自我意识的分化及统一	(84)
第三节	当代大学生自我意识发展的特点	(87)
第四节	当代大学生自我意识健康发展的途径 ...	(92)
第七章	大学生的交往心理与成才	(94)
第一节	大学生人际交往的功能	(94)
第二节	大学生人际关系的形成和发展	(99)
第三节	大学生人际交往中的有关心理问题 ...	(108)
第八章	大学生非正式群体心理与成才	(117)
第一节	大学生非正式群体形成的客观条件 ...	(117)
第二节	大学生非正式群体形成的心理因素 ...	(121)
第三节	大学生非正式群体的类型	(125)
第四节	大学生非正式群体的特点 及对成才的影响	(127)
第五节	对大学生非正式群体的引导	(132)
第九章	大学生的恋爱心理与成才	(137)
第一节	大学生的恋爱心理及发展	(137)
第二节	大学生恋爱状况分析	(152)
第三节	大学生恋爱与成才	(158)
第十章	大学生的审美创美心理与成才	(166)
第一节	审美创美对大学生成才 的意义和作用	(166)
第二节	大学生的审美心理特征	(172)

第三节	大学生审美创美能力的培养和提高 ...	(177)
第十一章	大学生的专业心理与成才	(188)
第一节	大学生的专业心理分析	(188)
第二节	大学生专业心理的培养	(194)
第三节	大学生毕业前的心理准备	(198)
第十二章	大学生的社会实践与成才	(205)
第一节	社会实践与成才	(205)
第二节	社会实践对成才心理的影响	(212)
第三节	大学生社会实践的主要形式	(215)
第十三章	预防心理疾病 增进心理健康	(219)
第一节	心理健康与大学生成才	(220)
第二节	大学生常见的心理疾病及防治	(240)
第三节	大学生健康心理的培养	(244)
主要参考文献		(249)

绪 论

大学，是知识的摇篮，人才成长的沃土。

大学生，是知识的象征，时代高科技的载体、未来人才的希望。

每当提起“大学生”这一字眼，人们就会联想起未来的高级专门人才。的确，经过十几年的寒窗苦读，战胜了同龄人的挑战，跨入了大学的殿堂，成了同龄人所羡慕的对象，被誉为“天之骄子”。大学生以同龄人所无法比拟的优势去追寻着自我、完善着自我、寻找着自身的价值。社会对大学生寄予了无限的希望，人民对大学生寄予了无限希望，未来也象一个妙龄少女伸出了她那美丽的双手，渴望大学生以人才的角色步入她的世界。

记得有人曾经这样说过：未来是属于青年人的。而大学生是一个不断成长的特殊的青年群体。因此，青年大学生更属于未来。当代大学生，思想活跃，富于理想，渴求知识，追求进步。奋发成才已经成为当代大学生共同追求的目标。人才的成长受各种因素的影响，其中，人的心理因素在人才成长的影响因素中占据着重要的位置。从心理学角度来讲，在人的成才过程中，不仅需要智力因素，而且还需要非智力因素，人才的成长过程是智力因素和非智力因素相互影响，相互作用，以智力因素为基础，又以非智力因素起决定作用的过程。智力因素主要是指人的各种认识能力，如记忆力、思维力、观察力、想象

力、注意力等等。非智力因素主要指人的需要、动机、兴趣、情绪、意志、气质、性格等等。大学生处在青年时期，在这个阶段，他们精力旺盛，自我意识发展极快，情绪、情感波动性很大，自我控制能力较差，性意识的发展也带来了许多心理的变化，内心的各种矛盾与冲突也在急剧增加，所有这些方面都直接或间接地影响着大学生的成才。

一、影响大学生成才的内在心理因素分析

（一）品德心理对大学生成才的影响

品德即一个人的道德品质，它是一个综合性的范畴。从心理学的角度讲，品德的心理结构主要包括道德认识、道德情感、道德意志和道德行为等方面。

道德认识是指人们对于是非、好坏、善恶、美丑的认识和评价。道德认识是品德心理结构的基础，高尚的道德情感、坚强的道德意志、正确的道德行为和良好的道德习惯都来源于正确的道德认识。

道德情感是人们对对自己或别人进行道德评价时，所产生的内心态度体验。道德情感在道德认识的基础上形成，并在社会实践中不断发展和强化。大学生在学习、生活实践中所形成的集体主义情感、事业感、正义感、责任感、使命感等都是道德情感的基本内容。

道德意志是指人们在道德行为上所表现出的坚韧性，主要表现为克服困难、奋发进取的决心、信心和恒心。道德意志是调节一个人道德行为的精神力量，一个人的道德认识再正确，道德情感再高尚，但如果道德意志薄弱，怕吃苦，由愿望→决心→信心→恒心呈递减状态，最终良好的愿望也不能成为现实。

道德行为是在道德规范的约束下，按照一定的道德目的，对目标所做出的反应。道德行为是道德品质的外部表现，是衡量一个人道德品质好坏的根本标志。

品德在大学生的成才中有着重要的作用，一个真正的人才必须是德才兼备，“有才无德，其行不远”，已充分说明了德在人才成长中的地位和作用。品德是人才成长的原动力，是人才成长的根本保证，决定着人才成长的方向。作为一名社会主义的大学生，要把自己培养成才，首先必须进行高尚的品德心理修养。

(二)个性心理品质对大学生成才的影响

个性心理品质是一个人的心理过程、心理倾向性和个性心理特征中一切心理品质的总和。它主要包括认识、情感、意志、气质、性格、需要、动机、好奇心、想象力、自我意识、理想、信念、兴趣爱好等，其核心是人的性格。

研究大学生成才的心理活动规律，总是要从具有个性的个体着手，进而总结出它的一般规律，反过来又用这些基本的心理活动规律有针对性地指导具有不同个性特点的大学生的个性心理活动，以提高其成才心理水平，养成良好的成才心理品质。

成才过程是一个热情、顽强、勤奋、细致、勇敢、进取的劳动实践过程。这种劳动要求大学生必须有积极丰富的情感，有顽强的毅力，有自觉、果断、坚韧的优良品质，有锲而不舍、善始善终、百折不挠的精神去追求理想目标的实现。

性格是个性心理特征的核心内容。积极的性格特征，如勤奋、勇敢、自信、谦虚、谨慎等对人才的成长起促进作用，而消极的性格特征，如懒惰、自卑、骄傲等对人才的成长起抑制

和破坏作用。

我们知道，创造是人才最重要的本质属性，而个性是实现创造的基础，没有自己独特的思想认识和实践的倾向性，没有特定的心理结构，就不会有异于他人的创造，也就谈不上什么人才了。

(三)智能开发对大学生成才的影响

知识和能力是大学生成才的基础，学习知识、开发智能对大学生成才有着重要的意义。从广义上来讲，智能是包括知识结构在内的由多种能力组成的多层次的体系。大学生要按照人才的目标塑造自己，除了具备合格的知识结构以及观察能力、记忆能力、思维能力、想象能力、注意力等基本智能以外，还必须使自己的智能结构进一步完善和优化。根据大学的学习及生活特点和未来人才的需要，大学生还应当具有较强的自学能力、从事科学研究的能力、组织管理能力、较强的创造能力、准确的语言表达能力等特殊智能，这些智能对于从事各个学科研究的专门人才都是必不可少的。

培养合理的知识结构，优化自己的智能结构，这是大学生早日成才的关键。

(四)心理健康对大学生成才的影响

有人曾做过这样的调查，天津市五万名大学生中，16%以上存在不同程度的心理障碍；兰州地区 4868 名大学生中，仅神经衰弱的患病率就达 8.48%；据有关部门对 16 所大学十年来本科生辍学原因进行的调查分析，因精神疾病而休学的占因病休学总人数的 37.9%，因精神疾病而退学的占因病退学总人数的 64.4%。这些看似枯燥的数字，却也使我们感到，心理疾病已严重地影响着大学生的学习和生活，影响着大学生

的成才。增进大学生的心理健康，提高大学生的心理卫生水平对大学生成才有着重要的意义。

总之，品德心理是人才成长的保证，个性心理品质是人才成长的活化剂，智能是人才成长的条件，身心健康是人才成长的基础。只有这四个方面相互协调发展，方可促进人才成长。

二.影响大学生成才的外在心理因素分析

内与外总是辩证的统一，与人才成长的内在心理因素对应的是人才成长的外在心理因素。

作为社会的一个细胞，大学与社会的各个方面都在发生着联系。但是，大学自身也是一个小小的社会，构成了一个相对独立和封闭的社会小环境。这个社会小环境与社会大环境交互作用，互相影响，形成了一个开放的体系。每一位大学生都是生活在这样一个既封闭又开放的环境中的个体，并与环境发生着各种联系。大学生自身的成长要受到社会大环境与学校小环境的影响。而作为大小社会环境下的外部心理对大学生成才的影响主要体现在以下几个方面：

(一)时代需要对大学生成才的影响

人是社会的人，社会与时代相伴生。不同的社会，不同的时代造就着不同类型的人才。

80年代以来，新技术革命的浪潮席卷全世界，正在把人类从一个电子时代向未来的信息时代推进。以信息、新材料、新能源、生物工程、海洋工程和宇宙开发为代表的六大技术群体正在逐渐形成。它已经开始并将进一步引起传统的生产方式和生产结构以及社会生活等方面的新变化。面对新技术革命的挑战，各国都在预测未来，研究对策。其中最重要的是改革教育、加速培养新时代的开拓型人才。我们国家提出了在下个世

纪中叶达到中等发达国家的水平，这是时代对大学生提出的奋斗目标和希望。

人的一生是跨越历史时代的一生，人才的产生与发展同样离不开特定的历史时代和社会历史条件。任何一个人都不可能主观地选择和超越历史时代，而只能在一定的条件下去客观地认识时代所提供的条件，接受时代所赋予的任务，有效地利用时代所提供的机会与条件，开拓、进取、奋发成才。紧迫感、开拓性、竞争意识已经成为当代大学生最显著的时代心理特征。这就要求当代大学生必须抓住时机，迎接时代新技术革命的挑战，向开拓型人才发展，以便在前人的基础上进行独立创造。从旧到新、从无到有、发明新技术、提出新学说、建立新理论，从而对科技发展和社会进步起到应有的作用。

时代为人才的成长创造了物质条件，社会对大学生成才提供了广阔的天地，大学生必须顺应时代和社会的发展，才能顺利成才，实现自己的人生价值。

（二）校园文化对大学生成才的影响

校园文化是学校第一课堂、第二课堂、社会实践、群体活动、人际交往等各个方面对学生施加影响所形成的一个综合的意识氛围。校园文化的健康与否，活跃程度如何，对大学生成才有着重要的影响。首先，第一课堂的教学活动要适应新时代的需要，将最新的科学技术知识传授给学生，以满足大学生求新求异的心理需要，使学生成为新科技的载体。同时，还要在课堂上锻炼学生的创造性思维和实际操作能力，死板的教学方式和陈旧的教学内容不利于开拓型人才的培养和开发；其次，第二课堂丰富了学生们的课余生活，在丰富多彩的第二课堂活动中，学生的自学能力、动手能力、组织管理能力、人际交往

能力等都将得到提高，独立意识增强，信息量增大，知识结构会进一步得到完善，学生的个性心理品质也将得到充分发展。另外，近些年来，社会实践活动也已经成为大学生成才锻炼的一个重要途径。通过社会实践活动，使学生从社会客体转为社会主体，在实践中认识社会、了解社会、认识时代、检验自我，进而为成才提出更切合实际的要求和目标。

(三) 人际环境对大学生成才的影响

人际环境是影响大学生成才的客观因素之一。每一位大学生个体是一个自然的人，同时也是一个社会的人。作为一个社会的人就要和周围环境发生必然的联系。个体的学习、生活、成长都要受到周围环境的影响，作为环境因素中的一个重要方面——人际环境对大学生成才的影响主要体现在以下几个方面：

1.良好的人际环境易使大学生产生积极向上的情绪体验，从而在学习中产生奋发向上而又持久的良好心境。这些良好的心境有助于学习兴趣的产生和良好学习动机的激发，进而对学习成才产生积极的影响。

2.同学之间的相互帮助与支持，可以增强奋发成才的意志和信心。反之，如果人际关系紧张、同学间相互嫉妒和排斥，就会使人无法集中精力刻苦钻研，因而影响人才的成长。

3.人际环境的好坏对大学生的心理健康有着重要影响。不良的人际环境易使人产生自卑、焦虑、敌视、孤独、苦闷等不良的心态。如果长期处于不良的人际环境中，就容易产生心理失调，甚至心理疾病，从而影响人才的健康成长。

内在的心理因素是大学生成才的心理根据，外在的心理因素是大学生成才的心理条件。内外因素相互作用于不同的学生