

大学生特点与教育

DAXUESHENG
TEDIAN YU JIAOYU

丛日宏 编著



辽宁大学出版社

大学生特点与教育

丛日宏 编著

辽宁大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生特点与教育/丛日宏编著. —沈阳: 辽宁
大学出版社, 2009. 12
ISBN 978-7-5610-5956-2

I. ①大… II. ①丛… III. ①大学生—教育管理
IV. ①G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 220480 号

责任编辑: 董晋骞
责任校对: 合 力

封面设计: 毕良文

辽 宁 大 学 出 版 社

地址: 沈阳市皇姑区崇山中路 66 号 邮政编码: 110036

联系电话: 024-86864613 网址: <http://press.lnu.edu.cn>

电子邮件: lnupress@vip.163.com

丹东市天源印刷包装有限公司印刷 辽宁大学出版社发行

幅面尺寸: 148mm×210mm

印张: 8.375

字数: 210 千字

2009 年 12 月第 1 版

2009 年 12 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5610-5956-2

定价: 35.00 元

前 言

任何一个社会，总是利用教育来向年轻一代传授、灌输一种特定的价值观念与行为方式，从而试图让他们成人之后能够顺利地融入社会之中，完成社会的延续、进步和超越。目前，我们对大学生进行的思想教育完全被理想价值教育所替代，使得教育丧失了自身“本我”的价值取向，异化成了狭隘的、功利的政治意识形态领域的教化工具。而真正的教育应该是以体现利益和价值双重理念的生活教育，即要想维持其有效性必须伴以相应的利益承担。在市场经济条件下，利益观、知识观、效益观、竞争观等之所以被人们广泛接受，其原因就在于这类价值观迎合了市场经济条件下所谓的功利价值导向。试想，如果大学生的价值观念与行为方式的教育不与社会生活接轨，不与物质、利益价值通约，就无法使得所要灌输的价值理念内化在大学生的认知和意识里，也就无法外显于他们的行为方式上，教育也就收不到应有的效果。因此，成人社会的引导与评价必须要引入全新的理念和全新的方法，我们再也不能把大学生仅仅视为教育的对象，而应充分关注他们的现实存在对于历史的正向作用。同样，我们在承认青春时期大学生所必然存在的生理幼稚的同时，应尽力改造社会本身，克服成人价值系统的矛盾和知行不一的现象带给年轻一代的困惑，努力为大学生的健康成长创造宽松的社会环境。

为厘清今日社会出现的纷繁复杂的大学生问题，本书从大学

大 学 生 \ 特点与教育

生的特点出发，仔细地分析了大学生存在问题的原因，从而为大学生的教育提供切实可行的策略。

本书在编写过程中，参考了国内外大量的参考文献，在这里向作者表示感谢。由于本人的水平有限，加之时间仓促，对某些问题的论述难免有错误与不足之处，恳请读者不吝赐教。

作 者

2009 年 12 月

目 录

第一章 大学生人生发展与教育

第一节 大学生身心发展	1
一、大学生身心发展特点	1
二、21 世纪的时代特征与时代精神	10
三、当代产业进步与行业发展对大学生的挑战	15
第二节 大学生的教育	20
一、学会生存	20
二、学会学习	22
三、学会做人	27
四、学会做事	28

第二章 大学生学习特点与教育

第一节 学习	31
一、学习的概念	31
二、学习的有关理论	33
三、影响学习的因素	47
第二节 大学生的学习	57
一、大学生学习的特殊性	57
二、大学生学习的特点	61

三、大学生常见的学习问题的克服	62
第三节 大学生良好的学习素质的培养	68
一、培养良好的智力	68
二、培养学习动机	76
三、培养学习兴趣	92
四、培养创造性思维	95

第三章 大学生交往特点与教育

第一节 人际交往与人际关系	100
一、人际交往的概念	100
二、人际关系的概念	103
三、人际交往的理论	107
四、人际交往的影响因素	112
第二节 大学生的人际交往	122
一、大学生交往的变化	122
二、大学生人际交往的障碍及克服	124
三、大学生人际交往技能培养	127

第四章 大学生思想、心理特点与教育

第一节 大学生的思想特点	134
一、当代大学生的思想特点	134
二、影响大学生思想特点变化的主要原因	144
第二节 大学生的心理特点	149
一、大学生的心理特点	149
二、影响大学生心理特点的原因	154
第三节 加强大学生的思想、心理健康教育	158
一、加强大学生思想政治教育	158
二、加强心理健康教育	160

三、思想教育与心理健康教育有机融合	161
-------------------------	-----

第五章 大学生情感特点与教育

第一节 情感概述	172
一、情感	172
二、情商	189
第二节 大学生情感	189
一、大学生情感的特点	189
二、大学生情感的培养	192

第六章 大学生的消费特点与教育

第一节 消费概述	206
一、消费的概念	206
二、影响消费的因素	208
第二节 大学生消费特点与教育	215
一、大学生消费状况及特点	215
二、当代大学生消费状况存在的问题及原因	219
三、大学生消费教育	225

第七章 大学生的爱情特点与教育

第一节 爱情	228
一、爱情	228
二、爱情与恋爱	232
第二节 大学生的爱情与教育	234
一、大学生的爱情	234
二、大学生爱情教育	252

第一章 大学生的人生发展与教育

从人的年龄特征、生活内容和发展任务来看，大学阶段是一个人成长和发展最宝贵的时期。进入大学后，大学生的躯体形态生长发育速度放慢，体格机能素质和适应能力已达到较高水平；大学生的心理发展迅速趋向成熟，但又未达到真正的心理成熟。大学生了解自己的身心发展特点，把握时代特征与社会文化为自己所创造的机遇，同时理解自身面临的发展任务与挑战，对自己进行理性选择、有效行动和健康成长具有十分重要的意义。

第一节 大学生身心发展

一、大学生身心发展特点

随着年龄的增长，个体的生长发育可分为“快——慢”，再“快——慢”两个阶段。从出生到10岁左右为第一阶段，这一时期身高可增加50%，体重可增加一倍。从11岁到25岁为第二阶段。每一个阶段又分为前后两个时期。前期是快速生长期，后期是缓慢生长期。第二阶段后期，即18~25岁左右，正好是我国大学生在校接受高等教育的时期。这一时期，男青年平均每年身高长3~4厘米，平均增高45厘米，体重平均每年增加3~4公斤，平均增长35公斤；女青年平均每年身高长3厘米，平均增高25厘米，体重平均每年增加2~3公斤，平均增长25公斤。

迅速的成长使青年人骨骼粗壮，肌肉发达，在体形上挤入了成人的行列。

(一) 大学生的生理发育特点

1. 体态发育基本稳定

经过青春期的快速生长，大学生的体态发育已基本完成。根据有关调查，我国大学生的身高、体重在 17 岁以后增长已经非长缓慢。以 17~21 岁年龄组的平均增长率来看，5 年之间男女身高的年均增长值仅为 0.44 厘米，年增长率为 0.21%；体重的发育已基本完成，呈现出逐步稳定的趋势。

2. 体内机能趋于完善

与高中生相比，大学生的心率减慢，脉搏输出量增加、升高，这标志着血液循环系统进一步成熟。20 岁左右的男女学生，肺活量分别为 4124 ± 552 毫升和 2871 ± 390 毫升，已接近成人的水平。大学新生的肌肉已接近体重的一半，而且肌纤维增粗，肌肉力量加大。

3. 神经系统发育达到成人水平

大学生的大脑以及整个神经系统已基本发育成熟。其主要表现在：大学生的脑重量已达到成人水平，脑电波已全部完成向 α 的转化，皮层细胞活动的数量迅速增加，联络纤维大量发挥作用，大脑皮层的兴奋与抑制已具有较好的平衡性，第二信号系统的主导作用进一步加强。所有这些，为大学生担负繁重的脑力劳动，适应复杂的环境变化奠定了基础。

4. 性器官和性功能已发育成熟

性生理成熟以女子初潮和男子第一次遗精为标志。女性的发育和性成熟年龄，一般比男性早 1~2 年左右。我国当代女性性发育的平均年龄为 13~16 岁，男性性发育的平均年龄为 17 岁。而女性性成熟包括性器官发育完善的平均年龄为 17 岁，男性性成熟的平均年龄为 18~21 岁。

性器官的完全发育与性成熟，对大学生的心理发展具有很大的影响。一方面，它很自然地唤起大学生的性意识，产生对异性情感需求；另一方面，伴随性成熟而产生的性欲，需要通过合理、合法的方式来满足。而从性成熟到合法婚姻的建立，有一个很长的时间过程。这一点给大学生的校园生活和身心健康带来新的挑战。但是，对于性欲的延缓满足，不论是从我国社会的要求，还是从大学生成才的需要来看，大学生都必须适应。

青年时期的体、力、脑、性四方面的巨变，为青年的心理变化提供了良好的物质基础。

（二）大学生的心理成熟

1. 智能成熟

心理学家对 10~60 岁的人研究结果表明，个人智力发展的高峰年龄即智力发育的顶点大约在 19 岁左右，之后开始下降。韦克斯勒对 7~68 岁的人进行的智力测验结果显示，22 岁为智力发育的顶点，然后出现衰退。智力发育的高峰是与身体形态、机能发育的高峰密切相关的。我国大学生正处于智力发育的最高点，当然，智力发育主要还是环境影响和教育的结果。

2. 情绪成熟

情绪稳定、能够自我控制是情绪成熟的标志。根据赫洛克和科尔等人的研究，人的情绪成熟大约完成在青年期结束时，即 23 岁左右。情绪成熟的标志如下：能保持健康；能适应环境；使紧张情绪缓解到无害的方面，将情绪转变和升华到社会情感；能洞察、理解社会，谋求自我的稳定和发展。情绪成熟与身体发育特别是神经系统的发育成熟有关，但起主导作用的仍然是社会影响与教育。

3. 人格成熟

青年期身体发育成熟以及环境教育的作用，会给人格的形成带来重大的影响。“我”的发现是青年期大学生心理发展的重要

成果。从青春期开始，人们注意自己的内部世界，同时发生心理性“断乳”现象，即要求摆脱对父母的依赖而独立。当“我”开始观察、评价以至于监督和调节自己的时候，也就是自觉地改造自己、教育自己的时候，是人格的第二次重建时期。这个时期恰恰是在大学时期。

在人格形成的过程中，离不开神经生理基础的作用。同时，逐步成熟的生理因素也在不断地与心理发生交互影响，参与人格的形成。比如，气质是人格的心理特征之一，它和人的高级神经活动类型密切相关。气质在一定程度上决定了人际关系中的行为和态度，这也影响着人格的形成。

(三) 大学生心理发展的一般特点

大学生在校期间的学习生活，可以划分为三个阶段：适应阶段、稳定发展阶段和准备就业阶段。在这三个阶段中，所面临的发展任务不一样，内部与外部的心理环境不一样。因此，心理状况与需要面对的心理问题是不同的。

1. 入学适应阶段

新生入学后马上面对的是大学生活的适应。与中学相比，生活环境变了，人际关系变了，学习的方式、方法变了。这些变化有时使一部分大学生适应不过来，因为原有的习惯和心理活动方式被打乱了。大学新生只有努力去适应新的环境，尽快建立起新的心理结构，才能实现新的心理平衡。入学适应阶段是整个大学生生活最困难的时期。适应不好，会影响到整个大学时期的生活。适应期的长短因人而异，适应能力强的人所需的时间短些。一般来讲，大约需要一个学期左右。

2. 分化与相对稳定发展阶段

分化与相对稳定发展阶段指从基本适应了大学生活到毕业前夕。在这一阶段中，大学生会遇到许多新问题、新情况，要求大学生作出抉择和回答。大学生极强的可塑性在这一阶段得到了充

分的体现，每个人都按自身独特的方式塑造着自己。他们可能会遇到许多锻炼提高的机会，可能会有克服困难获得成功的喜悦，也可能会遇到困惑和苦恼。然而，多数大学生正是经历这种磨炼而成长起来的。

3. 准备就业阶段

准备就业阶段是指从学生生活向职业生活过渡的阶段。在此阶段必须开始作走向社会的心理准备。进一步深入地了解社会，把握好自己在生活中的位置是所有大学生面临的任务。面对毕业后的去向、毕业设计以及需要处理的各种人际关系等，每个大学生的心理冲突是不可避免的。这个阶段对大学生来讲是各方面素质的综合考验，同时，又进一步促进了大学生心理的成熟与发展。

(四) 大学生心理的基本特征

1. 心理发展的过渡性

青年期是少年儿童向成年人转变的过渡期，也是少年心理向成人心理过渡的关键期。从心理发展水平看，多数大学生的心理正处于迅速走向成熟又没有完全成熟的时期。从心理发展过程看，认知迅速发展，达到了相对成熟。认知的核心要素思维已由经验型向理论型转化。情感也从激情体验、易感状态逐步升华过渡到富于热情，充满青春活力，社会道德感和社会责任感增强。在意志行动上则从容易冲动发展到具有一定的自控力，形成稳定的行为习惯。从个性发展看，性格、能力等个性心理特征都达到相对稳定和渐至成熟的水平；理想、信念、自我意识等个性意识经过大学阶段逐渐接近成人的发展水平。

2. 心理发展的矛盾性

当代大学生由于在学校受教育期长，没有社会生活经验；心理成熟滞后于生理成熟；经济上不独立；传统价值权威的衰落以及现代价值多元化的影响等，使得大学生的心理既存在积极的一

面，又存在消极的一面，这就必然导致矛盾和冲突。在这一过程中，大学生处于心理断乳期，即由于失去他律，自律又尚未充分形成，种种矛盾冲突交织在一起，势必影响大学生的健康成长。此阶段大学生常见的矛盾冲突有：独立性和依赖性的矛盾；理想性和现实性的矛盾；强烈的成才意识与知识经验不足的矛盾；心理闭锁与寻求理解的矛盾；群体友谊与争强好胜的矛盾；性生理成熟和性心理成熟相对迟缓的矛盾，等等。

3. 大学生心理发展的差异性

不同年级的大学生心理发展的特点不同：

(1) 适应期。大学新生以“胜利者”的喜悦进入大学后，突出的问题主要是如何适应大学生活，建立起新的人际关系。南京大学心理健康教育与研究中心曾对 2006 年入学的 226 名新生进行访谈，结果有适应不良和人际交往问题的占访谈学生的 68.7%。他们的心理矛盾主要是：自豪感和自卑感交织；新鲜感和恋旧感交织；轻松感和紧张感交织；奋发感和被动感交织。这个时期一般是在一年级。

(2) 发展期。当新生适应了大学生活，建立起了新的心理平衡后，大学生生活进入了相对稳定的时期，是大学生成才定型的关键时期。大学生大多产生了自信心，竞争意识增强。这一时期，大学生突出的心理问题是：成才道路的选择与理想的树立，学习目标的实现与学习态度、学习方法的掌握以及形成优良的学习心理结构。这个时期是大学生人生观形成时期，也是实现教育目标的关键时期。这个时期一般是在二年级至三四年级。

(3) 成熟期。大学生经过四年的生活和学习，世界观、人生观逐步形成，心理逐渐成熟。但是，这个时期又是大学生从学生生活向职业生活过渡阶段，他们又要面临新的心理适应。比如，是上学继续深造，还是就业？继续深造是留在国内还是出国？这一时期，大学生突出的心理问题是：紧迫感、责任感和忧虑感。

原书缺页

造性奠定了个性心理方面的基础。他们不盲从，不轻信，思想活跃，敢于创新，厌恶因循守旧。但也容易脱离实际进行不切实际的假设和论证，以致得出错误结论。

(五) 大学生的心理发展任务

大学生学习期间，除了智力在发展外，他们对肯定角色、身份的需要，包括自我认识、了解及发展成熟的人际关系等方面都是十分重要的。

西方学者威加宁经过了几十年对大学生发展的潜心研究，于1993年提出了当代大学生心理发展的7个范畴：

1. 发展能力

在高校时期，大学生通过大学教育，可以增进和发展多方面的能力，令他们更有信心将这些能力表现出来。这些能力包括智力、体力、社交及人际关系。智能方面包括理解、分析、解释、抽象思维、解决问题及反思。大学生的体能也会得到增强，而其人际关系技巧会在与人沟通及相处上表现出来。

2. 管理情绪

大学生每天都要面对不少挣扎及挑战，有些来自学习，如选修科目、考试、写论文，也有些来自人际关系、家庭、生活等等，从而产生种种不同的情绪，有正面的也有负面的。负面的情绪如焦虑、担心、愤怒、挫折、抑郁、怀疑、内疚等。在这个期间，学生们需要了解、认识自己的情绪，学会管理以适当的方式表达、处理自己的情绪。这对个体的生理、心理健康都有很大的裨益。

3. 独立自主、友爱互助

作为大学生，学会独立、承担更多责任是十分重要的。有些学生离开家人，入住校园宿舍，需要独立作出选择，不再依靠人的指点、肯定及批评。由于智力上的发展，他们更有能力去分析，对事物作出评估及判断。在学习独立的同时，大学生也应学

习如何相互依赖。人的每一个行动都会影响自己及别人，因此，大学生需要学会友爱互助，必要时还应作出牺牲、折衷达成共识。

4. 发展成熟的人际关系

与别人建立成熟的关系对学生的生活有很大影响，建立成熟的人际关系有两个重点：容忍及欣赏别人与自己不同；有能力与别人发展亲密的感受。前者包括愿意放下自己的主观感受、看法，甚至是成见，尝试客观了解别人的文化、社会背景及价值观，并接纳、尊重每一个人的独特及差异。后者包括与要好的朋友建立一种真挚、诚恳、信任、互相了解和支持的关系。维持这样一个甜蜜亲切的关系是需要自我认识、自发性、自信心、支持及沟通的。

5. 建立自我身份

确立自我身份对大学生来说是十分重要的。它影响着自尊心、自信心地建立，影响他们对自己满意及接纳的程度，还会影响他们对自己的评价、存在的意义等。因此，一个稳固、健康的自我意识会影响其他发展范畴，如情绪、自主、成熟关系等。确立身份包括接纳自己的身体及外貌、性别及性倾向、背景，了解自己的优点、弱点等。

6. 明确人生目标

明确人生目标包括作出计划、制订方向及目标，并根据目标在以下三个方面定出优次：职业上的计划及期望；个人兴趣；对人际关系及家庭责任的承担。人生目标的拟订往往与同学们自己的价值观及信念有关。

7. 建立完整人格

大学生个人的价值观与信念是引导他们行为的方向，也是他们为人处世的原则。完整人格包括行为与价值的一致，顾及别人的利益，尊重别人的意见，同时也能够肯定自己的价值观及信