

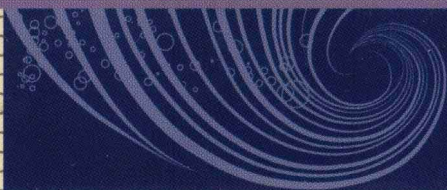


高等教育改革与创新研究丛书

大学生学习引论

*Higher Education Reform
and Innovation Book Series*

Introduction to the Learning of
College Student



常顺英 矫春虹 / 著

 **北京理工大学出版社**
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS



高等教育改革与创新研究丛书

大学生学习引论

Introduction to the Learning of
College Student



常顺英 矫春虹 / 著



 北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

版权专有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生学习引论/常顺英, 矫春虹著. —北京: 北京理工大学出版社, 2012. 9
ISBN 978 - 7 - 5640 - 6658 - 1

I. ①大… II. ①常… ②矫… III. ①大学生—学习方法 IV. ①G642.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 192663 号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (办公室) 68944990 (批销中心) 68911084 (读者服务部)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 保定市中画美凯印刷有限公司

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 / 17.75

字 数 / 286 千字

版 次 / 2012 年 9 月第 1 版 2012 年 9 月第 1 次印刷

定 价 / 45.00 元

责任编辑 / 尹 暄

梁铜华

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 王美丽

图书出现印装质量问题, 本社负责调换

编者的话

经济建设和社会进步，从根本上讲，必须依靠科技和教育。为适应社会主义市场经济体制建设的需要，面对 21 世纪的发展机遇与挑战，必须深化教育体制改革，加快教育事业的发展，提高教学质量，培养高质量的人才。

提高教育教学质量，教师起主导作用，但质量归根结底还是反映在学生身上。教师主要是提供信息、创造接收信息的环境与条件，而接收、编码、贮存和检索则主要靠大学生自己。因此，帮助大学生“学会学习、学会思考、学会创造”是一个至关重要的问题，是北京理工大学教育研究多年来一直在关注的一个重要的研究课题，围绕这一研究特色，在北京理工大学高等教育研究室创始人、《大学生学习引论》原版主编吉多智教授的支持下，我们根据多年来本课程的教学实践，借鉴大学生为本书修订提出的宝贵意见，对原书从体系到内容都进行了较大的调整、修改和补充，使本书能对大学生的学习生活起到更全面的指导作用。

本书为使大学生能“学会学习、学会思考、学会创造”，不仅仅是从学习的技能、技巧方面作一些介绍，更重要的是从认识论和方法论上进行了论述。因而，本书编入了大学的教育与教学规律；大学生身心发展特征及大学生的思维发展；学习理论、学习规律、大学学习方法及大学生职业生涯规划等三个部分。目的在于从认识上、方法上给大学生学习生活以全面引导。

参加本书再版编写工作的主要有常顺英、矫春虹等同志。从再版编制大纲的研究制订，主要章节的执笔写作到全书的统稿、审稿及修改，均由二位同志完成，其中周玲、杨春梅也参与了部分章节的修订，全书最后由常顺英同志完成定稿。文字的录入由刘瑞、王丽娜、崔媛媛等同学完成。其中北京理工大学教育研究院和研究生院，对本书的编写出版工作给予了大力支持，在这里对所有支持和帮助本书再版的前辈、领导、同志、同学一并表示衷心感谢。





大学生学习引论

有关学习理论的研究，在我国起步较晚，不同学科、门类、层次大学生学习的研究，也仅是 20 世纪 80 年代后的事情，许多问题尚待进一步研究、探讨。某些基本理论问题还众说纷纭，处于激烈争论之中，难有统一答案。由于编写时间仓促，编者水平、经验所限，本书还存在不足之处，期望得到专家、学者的批评指正，特别欢迎同学们提出宝贵意见。

编者



目 录

第一章 学习与社会

第一节	学习与学习本质	(1)
第二节	顺应社会的发展而学习	(7)
第三节	社会对大学生的要求	(11)

第二章 高等教育与高等学校

第一节	高等教育的发展历程	(20)
第二节	高等教育的本质及基本特征	(25)
第三节	高等学校	(30)

第三章 高等学校教学概要

第一节	高等学校的培养目标	(37)
第二节	高等学校的专业设置	(42)
第三节	高等学校的教学内容及组织实施	(46)
第四节	高等学校的教学过程和教学原则	(62)

第四章 大学生身心发展特征

第一节	中外心理发展理论	(71)
-----	----------------	------

第二节	大学生的身体和心理过程发展特征	(75)
第三节	大学生的个性心理发展特征	(79)

第五章 大学生成才

第一节	人才的概念与基本特征	(87)
第二节	人才成长规律	(91)
第三节	成才的心理与品格	(93)
第四节	成才基本因素及成才公式	(98)

第六章 学习理论与大学学习过程

第一节	学习理论综述	(102)
第二节	大学生学习的原动力——动机	(111)
第三节	大学的学习过程	(115)

第七章 大学生的学习认知过程

第一节	大学生的学习认知过程	(125)
第二节	感觉与知觉过程	(129)
第三节	思维过程	(132)
第四节	记忆过程	(135)

第八章 大学生思维的发展

第一节	思维概述	(142)
第二节	大学生思维状况分析	(147)
第三节	大学生创造思维培养	(156)

第九章 大学生的知识学习

第一节	大学生教材、参考书的阅读	(164)
-----	--------------	-------

第二节	概念的形成与应用	(166)
第三节	知识的理解与掌握	(169)
第四节	学习的迁移与知识的应用	(172)

第十章 大学生能力培养

第一节	能力的概述	(179)
第二节	智能结构	(181)
第三节	大学生能力培养	(192)
第四节	大学生创造能力培养	(196)

第十一章 大学生学习方法

第一节	大学生学习方法概述	(203)
第二节	大学生学习特点	(206)
第三节	大学生学习方法简介	(210)

第十二章 大学生和校园文化

第一节	校园文化的内涵和意义	(223)
第二节	校园文化的主要内容	(230)

第十三章 大学生的心理健康

第一节	大学生心理健康的含义及标准	(246)
第二节	大学生的心理不健康表现	(249)
第三节	大学生心理不健康的原因分析	(254)
第四节	大学生心理自我调适和社会调适	(256)

第十四章 大学生职业生涯规划设计

第一节	职业规划的含义及发展理论	(262)
-----	--------------	-------

第二节 大学生职业生涯规划的实践意义	(266)
第三节 大学生结合自己的专业进行职业规划	(267)
参考资料	(273)

第一章 学习与社会

从有人类之日起，就有了学习。人类生存需要学习，人类进化需要学习，社会进步发展需要学习，可以说学习是人一生的主题之一。人类社会经历了漫长的发展过程，积累了丰富的经验，为了继续推动社会不断发展，人类就必须不断地学习。一个人为了自身的生存和发展，也必须不断地学习。对于一个国家、一个民族而言，是否重视学习、善于学习，是关系国家民族能否兴旺发达的大事。学习兴，人才举，中华民族才能傲然屹立于东方。

学习是大学生形成正确的人生观、世界观、价值观的关键。学习是掌握知识、培养能力的基本途径，是大学生道德品质形成的前提条件。学习会使人增长才智，学习会给大学生成才以正确的导航，学习会使人增强动力、生活更加充实，学习会使人更自觉地承担社会进步的历史责任。

第一节 学习与学习本质

一、学习的含义

广义上讲，学习是人及动物在生活过程中获得个体行为经验的过程。动物借助学习主要是适应环境，而且是依靠遗传的本能；而人类主要依靠学习认识与改造环境。

狭义上讲，学习是掌握知识、技能，发展智力和形成行为习惯的活动过程，同时也是形成世界观和人生观的过程。

学生的学习，是一种在教师指导下，有目的、有计划、有组织进行的认知活动。它是以掌握系统的科学知识、技能、形成世界观和道德品质为其主要任务。通过学习活动达到认知体系的变化、情感体系的变化和精神体系的变化。认知体系变化，包括知识量增长，概念体系的建立、优化，智力的发展等；情



感体系的变化，包括情绪、兴趣、意志、性格、态度、价值观及体系的发展，精神运动体系变化，包括各种形态体力活动的配合，侧重于智力技能和体力技能。

大学生的学习，特别是工科大学生的学习，既是认识过程也是实践过程，两者相互交错渗透进行。学习的途径既有生产经验、意识形态、思想品德的直接传授，也有通过语言文字按照一定的教材，有计划、有目的地通过讲授获取；既有通过老师传授进行学习，也有通过大学生自习进行学习。对学习获取的信息都经过自己的加工，形成自己的知识网络。

二、学习的本质

学习一般指经验的获得及行为变化的过程，而行为的变化是由经验的获得引起的。因此，经验的获得在学习过程中占主导地位。学习是动物和人类都普遍具有的活动，在个体以行为方式的改变来适应新情境的活动中都存在着学习现象，但人类与动物的学习有本质区别。

对于人类学习本质的几种看法：

一种观点认为，学习的本质是在社会生活实践中借助语言掌握人类历史经验，从而产生行为变化的过程。这种过程的基本特点是有目的、有计划、积极主动进行的。

另一种观点认为，学习的本质是社会遗传，社会遗传的实质是个体社会化。因此，可以说学习的本质是个体社会化。

也有的人认为，研究学习的本质，就是要用唯物辩证的方法、系统的方法，来建立学习系统的基本结构模型。学习的本质，可定义为学习者的知识结构系统、智力结构系统、能力结构系统和学习心理品质结构系统的组织与重新组织的过程。

还有的人认为，人的学习是在社会生活实践中，以联系为中介，以思维为特征，自觉积极主动地掌握社会和个体的经验，并形成自身知识、技能、行为变化的过程。

我们认为，学习的本质是人们在社会生活实践中，借助语言自觉地主动地掌握社会和个体的经验，并形成自身思想品德、知识、技能、产生行为变化的过程。这一认识提出了人类的学习行为使用第二信号系统的特征，强调了人类学习的自觉性和主动性，体现了个体社会化和学习所要达到的目的。

人类的学习和动物的学习虽有相似之处，但存在着本质的差异。人类的学习活动主要是借助思维和记忆活动，并通过语言媒介而完成的实践过程，是动物学习过程中的刺激—反应或行为变化所不能完全表达的。由于人所具有的社会性和实践性，人的学习活动受多种因素制约，它不是单纯的行为变化所能概括的。

第一，人类的学习活动是有意识、有目的的。学习作为主体（人）的一种意识活动，是在意识配合下的有目的、有计划、有选择的能动活动，通过学习活动使主体的意识及行为产生能动的效应。学习的原动力源于主体的需要，学习就是主体对客体无限追求和逐步占有的过程。随着社会的发展，人类更进一步认识到，学习的目的不仅在于认识世界、适应环境，而主要在于改造世界、创造世界。也就是说既为“知”，更为“行”，绝不是为“学”而学，而是为“用”而学。因而，“读书是学习，使用也是学习，而且是更重要的学习”，达到“知行统一”的目的。

第二，人类的学习活动具有鲜明的社会性。首先，在学习的动力上，有物质的、精神的、物理的、心理的、阶级的、非阶级的、民族的、群体的、个体的等。这些丰富多样的学习动力，主要来自一个人参加并适应社会生活的需要。其次在学习内容上，从人类从事生产劳动起学习就具有它的社会意义，内容广泛。文化、自然、科技成果、道德、艺术、宗教等相互交往传播，不断发展丰富，使学习活动与社会联系更紧密。再次，在学习方式上，人类学习活动由原始社会中的自然的、分散的、无组织的学习方式到学校的出现，是人类学习史上的重要革命。学校使一些专门知识和技能的传播速度大大加快了。如今，人类知识、信息载体的发展和推广，使人类学习活动的方式更多了。学校里除课堂面授、实验、实习外，学生还能利用广播、电视、录像、计算机等获得知识和技能。人类学习活动方式的广泛性，更显示出其社会性。

第三，人类的学习具有实践性。学习既是一种认识活动，也是一种实践活动。学习是通过实践来实现的，新的认识的获得依赖于学习实践，认识正确与否也只能通过实践来验证。所以，实践贯穿于学习的始终。人们的学习活动是一种特殊的实践活动。人类在重视从实践中学习求知的同时，也重视读书、听闻的学习求知实践；既重视间接的知识学习，又重视自己在学习的实践中取得实际的学习经验，探索学习的规律，把握学习的科学方法。

第四，人类在学习中创造了自己的信号及符号系统。人是以语言和文字为中介，通过信号、符号学习来把握学习对象的。



综上所述，我们应当用“知行统一”的观点看待学习本质：人们的学习，就是主体通过直接的或间接的途径获取知识技能、形成品德习惯、促进身心发展的实践活动，它是客观世界在主体中内化并使主体发展的过程。

三、树立新的学习观

（一）广义学习观

广义学习观是把个体学习放在适应现代经济、科技、教育发展的大背景下，应建立的多视角、社会学习的观念。主要包括：

（1）知识学习与技能、能力、态度、品格学习并重。

（2）既有各种正规的、系统的学习，又有非正规的、自发的、点滴的学习（如相互交流、看电影电视、听广播等）。

（3）学习，首先是继承人类社会的经验，获取并变成自己的财富。但知识积累不是目的，学习知识要有利于创造，创造（创新）才是人类的特质。高尔基说：“人类的生活就是创造，就是努力去战胜僵死的物质的抵抗力，希望能掌握物质的一切秘密，并且迫使它的力量服从人的意志，为人类幸福服务。”

（4）“获取”是学习，“应用”也是学习。“应用”的意义在于：知识越用则掌握的数量越多、质量越高、理解越深；相互学习过程中交流真知、工作过程中调动自己的真知，都会产生“知识的负反馈”作用，使自己知识的总量增加。

（二）大学生新学习观

树立正确的学习观念是掌握学习科学、提高学习效果的前提。新学习观是在人类几千年文明史、教育史基础上，根据现代社会发展需要，从学习目的、学习态度、学习内容、学习修养、学习效果以及学习背景等方面提出来的，但要真正成为自己的观念、自觉的意识，那就还要经过自己的认同过程。这里着重讲七个基本观念：

（1）制定适合自己的较高学习目标。有雄心壮志或胸无大志对个人成就事业会是两种截然不同的结果，学习也是这样。较高的学习目标是建立在科学基础上的。因为人的大脑潜力很大，每个人都具备比已经达到的智能水平高得多的生理基础，因此依靠人的精神力量并通过艰苦奋斗，就可以把可能性转变为现实性。

(2) 在重视教师主导作用的同时,建立自主学习观念。简单说就是建立在现代教育强调自我教育、自我管理这样的主体观念基础上的,学生有主见的、主动的学习。现在大多数的高等院校实行学分制教学管理制度,为学生提供了自主学习的有利环境。

(3) 全面发展与全面学习。德、智、体、美、劳全面发展,是教育方针规定的人才合格的原则标准。全面学习(知识与能力,道德、心理、身体、政治与思想等)是达到全面素质提高与发展的必由之路。

(4) 品质学习与科学学习。大学生要进行自身素质的多方面修养,形成良好的学习品质。提倡学习过程中智力因素与非智力因素(动机、态度、兴趣、意志等)相结合;理性因素(从理智上控制行为的能力)与非理性因素(灵感等)相结合;注重学习的效率;懂得根据本人的实际情况,利用关于学习的科学原理和规律进行学习,形成既科学又适合自己的学习体系,以指导自己的学习,从而达到品质学习的目的。

(5) 效用学习。学习是一项智力投资工程,效用是它的价值。大学生学习质量如何,主要看他掌握的知识与技能是否有用、会用并产生效益。效用学习观念会时刻提醒在校学习时间有限的大学生们,在短暂的时间里学习尽量多的知识,形成优化的知识结构,并且懂得要与社会经济发展的需求相适应,为社会的实际需要作贡献。

(6) 创造性学习。把学习看成一种创造性活动,采用探索式学习方法。强调学习过程要进行超出原有知识范围的自由思考和充分研究,并力争提出创新的见解和解决问题的新方法,乃至有新的发现和发明。世界新技术革命和世界范围的经济竞争环境,迫使人们在学习时,必须面向未来,培养创造性思维,树立创造意识。邓颖超同志曾代表党中央向全国青少年发出“未来需要你们去创造”的号召,并提出三点希望:第一,树立创造的志向;第二,培养创造的才干;第三,开展创造性活动^①。

(7) 终身学习。这就是要把传统的学习时空观念作根本性转变。从时间上说,教育不再限于成年之前,大学不是学习的顶点或终点,因为一个人一生中所获得的全部知识,90%以上是靠大学毕业后的继续学习得到的。从空间上说,学习也不局限于学校,各种形式的培训和在职学习已经必不可少,但在学校的学习要为工作、生活做准备,更为终身学习打好基础。

^① 邓颖超:在中国少年先锋队队员和辅导员代表会议上致辞。光明日报,1994年7月26日。



当然，我们还可以说，大学生还应树立勤奋学习、相互学习、在实践中学习等观念。如果大学生树立了上述正确的学习观，那么在学习上就有了明确的指导思想，就能有高境界的学习动力、学习科学性和主观能动性，并从而产生好的学习效果。

四、建立正确的学习价值观

所谓价值观，就是客观存在的价值关系（外在的），反映到人的头脑中来，从而形成的（内在的）认识和观念的体系。它使人们有了“内在的尺度”，作为支配人去进行价值判断，作出价值选择，从事价值创造的主观依据。价值观有多个方面，但对处在价值观定形时期的大学生们来说，最重要的是两个方面：人生价值观和学习价值观。价值观的核心问题又是价值评价（对他人、自己或事物的价值作出的主观判断）和价值取向（在做某一事物之前的一种价值思考，并依此选择和确立价值目标）。

（一）以集体主义为核心的人生价值观

马克思主义的价值学说告诉我们，衡量个人的人生价值方面，社会才是价值主体，个人是价值的客体。个人的价值只在于他对社会需要的满足，也就是说评价个人价值的根本标准，只能看他对社会所作的贡献。而绝不是“权”“钱”“名”等被曲解的或添加进个人主观利益而形成的其他什么“价值标准”。在现代社会，不能离开集体的作用场去谈论独立的个人价值；个人价值只有在集体中才能体现出来，只有在是否是为社会、为集体所作出的贡献中才能评价出它的高低品位。因此社会主义社会倡导的人生价值观应该以集体主义为核心。如裴多菲有句名言：“生命的长短用时间计算，生命的价值用贡献计算。”

（二）学习价值观

学习价值观是引发大学生学习动机、学习动力，并正确引导他们学习行为的“动力调节系统”。目前，大学校园学习风气日渐消散，不良学习现象层出不穷，究其原因还是学生学习价值观缺失造成的，缺乏正确的学习价值观。因此，大学生有必要明确学习的价值，树立以下基本观念：

（1）学习具有社会价值。社会的发展离不开人们的学习活动。但是所有呈

现静态文化形式的文献记载，对社会的发展并不能直接产生价值，它必须经过人的学习活动实现知识活化转移才能产生价值。同时，人作为组成社会的基本单元，具有对社会的适应性，进而又可以推动社会适应新的发展需要，产生优秀的精神产品。这一切均以学习作为中介活动。

(2) 学习具有经济价值。学习的经济价值主要是通过知识的利用价值来实现的，人们用学到的知识为社会创造财富，同时也为自身的生存和发展谋得个人的经济利益。学习的经济价值还寓于知识的价值和人的价值之中，一个或一些划时代的科学发现可以带来一次新的工业革命或新技术革命；一个伟大科学家的巨大价值甚至无法用金钱数字所衡量。这种隐性和显性的价值是同时客观存在的。大学生们应当着重思考和学习的是那些名家如何经过历尽艰辛的求学过程和刻苦的学习实践，从而产生超乎常人的脑力劳动增值，这正是产生巨大生产力及其经济价值的根源。

(3) 学习具有精神价值。从人类进步的历史看，人对精神的需求比物质的需求更重要，而且是金钱、物质所无法替代的。学习具有挖潜、开拓、再造或扬弃的功能，每一次学习过程都是对生命力的开采和加工，使生命的价值更富有；使人的思维力得到提高乃至达到广阔无垠的宇宙空间；同时又能帮助人克服精神世界的许多消极因素，使人的精神生活更充实。

学习价值观的以上三个方面是彼此相互关联的统一整体。学习的社会价值是产生学习的经济价值的前提和条件，而学习的精神价值是产生学习经济价值的动力和基础。大学生们应当十分清晰地看到，经济价值是学习价值中的重要组成部分，价值的货币形式是刺激求学者动力系统的直接因素，但绝不应该把它视为最主要部分或首要因素，更不能把市场经济运行中的负面（影响）误认为正面而产生不应发生的误导或误入。

第二节 顺应社会的发展而学习

人们生活在社会当中，大学生学习与成才同样离不开社会。大学生学习与成才的动力来自社会的推动力和以社会责任为核心的内动力。而能够感受到外力并产生内力的源头，全在于他对社会发展的深刻了解。



一、科学技术在飞速发展

科学，是关于自然、社会和思维规律的知识体系。技术，是人类在利用自然和改造自然的过程中积累起来并在生产劳动中体现出来的经验、知识和实用技术方法。科学技术发展的动力是生产发展与社会发展的需要。自15世纪下半叶以来，科学技术进入了分门别类进行研究并协调发展阶段。

现代科学有不同的分类法。一种分为自然科学、技术科学、数学、哲学、社会科学五大基本部类；另一种分为自然科学、社会科学、思维科学、数学、哲学五大部类。此外还有其他的分类法。在各个基本部类之间，以及每一基本部类内部，相关效益明显增加，边缘学科、交叉学科、综合学科日益增多，科学技术的发展已进入了“自加速新阶段”，有人称之为“知识爆炸”，有人称之为“知识激增”。据英国技术预测专家詹姆斯·马丁推算：“人类的知识在19世纪是每50年增加一倍，20世纪初是每10年增加一倍，20世纪70年代每5年增加一倍，而进入80年代以来则大约每3年增加一倍。”由此可知，21世纪每年要增加一倍。现代科学的发展趋势是，一方面学科继续分化（已有两千多种），各方面的研究不断深入、精细；另一方面各种科学不断相互渗透，实现高度的整体化。

一百多年前，马克思明确指出，“生产力中也包括科学”，“社会的劳动生产力，首先是科学的力量”。早在1988年邓小平同志就进一步提出了“科学技术是第一生产力”的著名论断。他为我们指出，科学技术已成为生产力诸要素中的主导要素，成为决定生产力发展的第一要素。一些专家还提出一个表达式：

$$\text{生产力} = \text{科学技术} \times (\text{劳动力} + \text{劳动工具} + \text{劳动对象} + \text{生产管理})$$

以此说明科学技术具有乘法效应，它放大了生产力各要素，科学技术发展越快，生产力增长越迅速。由此可见，科学技术在生产力发展中的加速作用。

科学的发展以技术发展为中介，与经济发展构成一个循环。比如物理学的发展，开拓了激光技术领域，而激光技术的广泛研究与应用又直接影响了世界经济结构，经济发展又引导出更新一代的激光技术。现代科技发展的一个显著特征就是科技成果转化为生产力和实际经济效益的时间大大缩短，对经济发展起着明显的主导作用。科学技术在经济增长中所占的比重，目前在发达国家已达到60%~70%。