

■ 大学公共课系列教材

# 大学生入学教育

D  
AXUESHENG RUXUE JIAOYU

潘中锋 向健极◎主 编



北京师范大学出版集团  
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP  
北京师范大学出版社

DAXUE GONGGONGKE XILIE JIAOCAI

127

■ 大学公共课系列教材

G645. 5  
127

# 大学生入学教育

DAXUESHENG RUXUE JIAOYU

潘中锋 向健极◎主 编  
吴艳丽 汪福秀 王 萍◎副主编



北京师范大学出版集团  
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP  
北京师范大学出版社

### 图书在版编目(CIP)数据

大学生入学教育 / 潘中锋, 向健极主编. —北京: 北京师范大学出版社, 2012.9  
(大学公共课系列教材)  
ISBN 978-7-303-15334-3

I. ①大… II. ①潘…②向… III. ①大学生—入学教育—高等学校—教材 IV. ①G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 193893 号

营销中心电话 010-58802181 58805532  
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com.cn>  
电子邮箱 beishida168@126.com

出版发行: 北京师范大学出版社 [www.bnup.com.cn](http://www.bnup.com.cn)  
北京新街口外大街 19 号  
邮政编码: 100875

印 刷: 北京中印联印务有限公司  
经 销: 全国新华书店  
开 本: 170 mm × 230 mm  
印 张: 16  
字 数: 301 千字  
版 次: 2012 年 9 月第 1 版  
印 次: 2012 年 9 月第 1 次印刷  
定 价: 26.80 元

策划编辑: 姚斯研 责任编辑: 姚斯研  
美术编辑: 毛 佳 装帧设计: 天泽润  
责任校对: 李 茵 责任印制: 李 啸

### 版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

## 《大学生入学教育》编委会

|     |     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 主 编 | 潘中锋 | 向健极 |     |     |     |
| 副主编 | 吴艳丽 | 汪福秀 | 王 萍 |     |     |
| 编 委 | 彭国平 | 杨 艳 | 贺汪波 | 金东波 | 彭代斌 |
|     | 蒋国琴 | 熊 雯 | 张爱华 | 覃 丹 | 马建平 |
|     | 陈秋红 | 向 晶 | 肖亚兰 | 郭水泉 | 袁小轶 |
|     | 沈 娟 | 段浩伟 | 李旭冉 |     |     |

# 序

走过寒窗苦读的岁月，经过六月流火的考验，刚刚开始大学生活的<sub>新生</sub>，在感受向往已久的象牙塔生活时，新鲜里又不乏丝丝迷茫。到底该怎样开始你的大学生活？

大学是精神的家园。每一位青年，都应积极追求进步，树立远大理想，争做有志青年！

大学是智慧的象征。从高中走进大学，就如同小船沿着小溪和江河驶进了大海。在大学里人们不仅能开拓视野，也能积累丰富的专业知识、打下扎实的理论基础。

大学是能力的“梦工场”。“天高任鸟飞，海阔凭鱼跃”，你可以逐步实现创业的梦想，也可以在舞台上飞扬激情、创造精彩。

大学是规划人生的重要时期。你能做好职业选择，勤于学习，精于训练，勇于创新进取，就能描绘自己的精彩人生！

大学能培养友谊。人际关系是同学们在成长中不可或缺的。进入大学校园，父母、老师、朋友、同学，都是我们生活中的组成部分。亲情，永远是歌颂的话题；老师引领我们步入知识的殿堂；你的室友、学友、球友、书友，这些友谊成为了人生最大的财富……这一份份情感，在我们每个人的生命

中都起着举足轻重的作用。

大学能给人很多很多。希望每一位大学新生都充分认识到大学的价值，充分获取大学的养分，保持健康的心理，练就强健的体魄，在国家关怀中成长，在社会实践中锻炼！

谨以此书作为送给大学新生的祝福！愿同学们在宝贵的大学时光里，明理、诚信、博学、进取，演绎精彩的人生乐章！

源文学

2012年6月

# 目 录

|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| <b>第一章 走进大学 认识大学 .....</b> | <b>1</b>  |
| 第一节 大学是人生崭新的起点 .....       | 1         |
| 第二节 熟悉大学生活 适应大学生活 .....    | 4         |
| <b>第二章 热爱祖国 服务人民 .....</b> | <b>25</b> |
| 第一节 做有理想的优秀大学生 .....       | 25        |
| 第二节 热爱祖国 服务人民 .....        | 29        |
| <b>第三章 明礼修身 传承美德 .....</b> | <b>35</b> |
| 第一节 遵守社会公德 热心公益事业 .....    | 35        |
| 第二节 诚实守信 履约践诺 .....        | 40        |
| 第三节 积极弘扬中华民族的传统美德 .....    | 43        |
| 第四节 注重仪表 塑造良好职业形象 .....    | 49        |
| <b>第四章 正确处理人际关系 .....</b>  | <b>54</b> |
| 第一节 “网”——大学生人际关系 .....     | 54        |
| 第二节 尊敬师长 正确处理与同学的关系 .....  | 62        |

|            |                              |            |
|------------|------------------------------|------------|
|            | 第三节 正确对待爱情 .....             | 70         |
| <b>第五章</b> | <b>阳光豁达 健康成长 .....</b>       | <b>76</b>  |
|            | 第一节 人生没有过不去的坎儿 .....         | 76         |
|            | 第二节 每天锻炼一小时 幸福生活一辈子 .....    | 89         |
| <b>第六章</b> | <b>大学生国防理论教育与军事训练 .....</b>  | <b>96</b>  |
|            | 第一节 各国军事力量简介 .....           | 96         |
|            | 第二节 中国人民解放军的历史和性质 .....      | 100        |
|            | 第三节 中国人民解放军领导体制 .....        | 102        |
|            | 第四节 中国人民解放军军衔、军服 .....       | 103        |
|            | 第五节 大学生军训 .....              | 105        |
|            | 第六节 关于大学生应征入伍 .....          | 108        |
| <b>第七章</b> | <b>大学生应熟悉的资助政策 .....</b>     | <b>115</b> |
|            | 第一节 正确看待贫困,树立正确的消费观 .....    | 115        |
|            | 第二节 国家资助政策体系 .....           | 118        |
|            | 第三节 大学生医疗保险 .....            | 122        |
|            | 第四节 熟悉资助、保险等的办理流程 .....      | 124        |
| <b>第八章</b> | <b>精练学业 规划职业 勇于创业 .....</b>  | <b>135</b> |
|            | 第一节 勤于学习 精于训练 .....          | 135        |
|            | 第二节 大学生与职业生涯规划 .....         | 145        |
|            | 第三节 大学生与创业 .....             | 161        |
| <b>第九章</b> | <b>融入集体 全面发展 .....</b>       | <b>171</b> |
|            | 第一节 做关心集体的优秀大学生 .....        | 171        |
|            | 第二节 大学生与学生社团 .....           | 181        |
|            | 第三节 大学生与社会实践 .....           | 187        |
|            | 第四节 积极参与校园文化,努力提升综合能力 .....  | 201        |
| <b>第十章</b> | <b>积极追求进步 努力向党组织靠拢 .....</b> | <b>206</b> |
|            | 第一节 争当学生干部 全面提升素质 .....      | 206        |
|            | 第二节 积极追求进步 努力向党组织靠拢 .....    | 212        |

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| <b>第十一章 遵纪守法 注重安全</b> ..... | 226 |
| 第一节 做遵纪守法的好公民 .....         | 226 |
| 第二节 遵守学校规章制度 .....          | 231 |
| 第三节 文明使用互联网 .....           | 234 |
| 第四节 安全永远是第一位的 .....         | 240 |

# 第一章 走进大学 认识大学

走过寒窗苦读的岁月，经过六月流火的考验，我们走进了大学。大学是什么样的？怎样认识、了解大学？怎样更好地开始大学生活呢？

大学是青年人从家庭走向社会并进而创造未来的关键阶段，每一个青年在跨入大学的门槛时都会情不自禁地规划自己未来的蓝图，特别是大学时期的发展蓝图。那么，大学究竟是一个怎样的机构，它有什么社会作用，大学校园的生活又有何特点？这无疑是我们进入大学并规划自己的发展目标时必须思索和了解的。

## 第一节 大学是人生崭新的起点

大学生是国家宝贵的人才资源，是民族的希望、祖国的未来，肩负着人民的重托、历史的责任。大学阶段，是人生发展的重要时期，是世界观、人生观、价值观形成的关键时期。怎样处理好理想与现实、权利与义务、个人与集体、竞争与合作、自由与纪律、友谊与爱情、学习与工作等关系；怎样做人，做什么样的人，怎样的生活才有意义，怎样的人生追求才有价值……这一系列的人生课题，都需要同学们去观察、思索、实践、选择。

### 一、大学是人生科学定位的关键时期

#### 1. 大学是人生观形成的决定性阶段

进入大学，由于知识的积累、阅历的丰富、交往的拓展，对人生的思考和探索更加深入。特别是从现实出发，联系社会实际去思考社会和人生，确立自己人生目标的探索更加积极。

什么是大学？蔡元培在阐明大学之性质时说：“大学者，研究高深学问者也。”现代大学的本质是传承、研究、融合和创新高深学问的高等学府，承担着培养人才、发展科学和直接为社会服务的任务。大学是思想最活跃、最富有创造力的学术殿堂，是新知识、新思想、新文化的摇篮。

#### 2. 正确的人生观是大学生成才的重要保证

进入大学后，通过较系统的马克思主义基本理论的学习，同学们将学会运用马克思主义的立场、观点和方法观察、思考人生，从中得到有价值的启

示并学会分析和处理人生问题。在大学阶段的成长过程中,同学们还会遇到许多意想不到的困难和挫折。如果不树立正确的人生观,就不能坦然地面对人生,就可能畏缩不前甚至消极沉沦。只有树立正确的人生观,学会从实际出发、从现实出发思考社会与人生,我们才能做到在顺境中趁势扬帆、在逆境中奋斗崛起。

## 二、大学是健康成长的最佳时期

### 1. 大学阶段是人生发展的黄金阶段

根据发展心理学的研究,受过常规教育的人,通常在19~29岁是学习能力最旺盛的时期。这个时期,人的记忆力、动作和反应速度处于最佳状态,思维理解力、比较判断力和创造力都在积极向上发展,而这个年龄正与我们这些正常入学的大学生年龄相吻合。且大学期间,同学们无论在心理方面,还是生理方面,都逐步进入成熟期。智力的迅速发展,抽象思维和逻辑思维的日益成熟,创造性思维的显著发展,都为我们掌握现代科学技术奠定了良好的基础。

### 2. 大学为我们的成长提供了优越的环境和条件

首先,在大学可以尽快接触到当代的学科前沿。大学集中了众多的专家、学者,他们精通本专业的基础理论,了解最新的科学技术成果,具有丰富的科研和教学经验。

其次,大学一般具备现代化的图书馆和实验设备。同学们在老师的指导下,通过系统的教学活动和严格的科学训练,可以尽早地接触实际,尽快地接近当前的学科前沿,在短时间内系统而准确地掌握前人的知识,使自己的能力尤其是创造能力得到显著提高。

最后,以社会实践活动、课外科研活动、科学兴趣小组、科学系列讲座等为主要形式的第二课堂也是同学们掌握知识和培养能力的主要环节。

## 三、大学是我们走向成功的重要时期

### 1. 大学是奠定学科基础的关键时期

科学调查表明,科学创造的最佳年龄是25~45岁,这正和大学生毕业、走向工作岗位的年龄相衔接。所以,大学阶段同学们必须把主要精力放在学习上,打好学科基础。未来学家曾预测,知识经济的迅速发展,使得21世纪每个人的一生中至少要三次更换自己的职业。因此,在校学习期间,虽然大部分同学初步选定了专业方向,但这并不是终身职业的框定。同学们应充

分利用学校的有利条件,多掌握一些基础知识,为今后走向社会拓展自己的学科知识面。如理工科类的同学多选修文科类课程,把自己培养成复合型人才;文科类的同学多选修一些自然科学类课程,文理渗透,扩大自己的知识面,以便更好地胜任今后的工作。诺贝尔奖获得者中,95%以上都受过各种专业教育。我国科学院院士中,绝大多数受过高等教育。一部《中国科学家传略词典》收录的435名现代科学家中,受过高等教育的有417名,占总数的96.1%。所以,同学们要是希望人生有所建树的话,必须珍惜在校的学习机会。

## 2. 大学是个性走向成熟的重要阶段

大学生正处在向成年人的过渡时期,从生理上讲,大学生的身高、体重、肩宽等继续发育,内脏器官趋于成熟,精力旺盛,情感日益丰富。随着大脑的发育,辩证思维能力和创新思维能力都得到发展和提高,记忆能力进入最佳状态。

随着生理的发展,大学生的心理状态也呈现出一些新的特点:一是独立性明显增强,但自立能力较差。自我意识的强化,标志着一个人正在走向成熟,大学生希望显示自己的才华,乐于独立思考问题。但由于经验不足,涉世不深,做事容易主观武断,脱离实际。二是富有理想,但有一定的盲目性。大学生对知识充满渴望,对社会问题高度关注,对人生发展满怀憧憬,但由于思想不成熟,思维方式偏激,往往容易被流行的思潮所左右,产生思想上的困惑。三是情感丰富,但波动性大,自我控制能力差。在学习生活中,遇顺境就可能沾沾自喜,遇逆境就可能悲观失望。这些都表明大学生还处在个性尚不稳定的阶段,需要不断完善才能走向成熟。

大学正是帮助我们青年学生走向成熟的重要阶段,通过大学比较全面的教育,我们的知识水平会显著提高,思维能力会显著增强,价值观、人生观、世界观初步形成,个体人格基本确立。

## 3. 大学是个人走向社会的过渡环节

对于大多数同学来说,大学是学生生涯的最后一个篇章,是由象牙塔向社会的过渡时期。在这一阶段,我们将通过系统的专业知识的学习,奠定自己未来职业的基础;将通过各项素质和能力的培养,为迎接未来不断变化的时代做好准备;将通过在人际关系方面的锻炼,学会竞争与合作,提高社会交往的能力;将通过解决学习生活中遇到的各种问题与烦恼,锻炼自己应对挫折的能力……所以有人说,大学是为学生走向社会,迎接社会挑战,担负

社会责任的最后一块训练场。

## 第二节 熟悉大学生活 适应大学生活

### 一、大学与中学的区别

大学生活与中学相比，最大的特点是要求同学们自主独立，不论衣、食、住、行，还是学习、交友乃至认识社会和人生，都需要更多地依靠自己的知识能力去思考、判断、选择和行动。生活、学习、人际关系、管理制度等都发生了变化。

#### (一)生活发生变化，需要独立自主

##### 1. 大学与中学生活方式比较

我国的中学教育大部分还是封闭式教学，中学生的生活范围比较狭小，加之有高考的压力，同学们平时的精力主要放在学习上，往往在家庭、学校两点一线之间活动，大部分人都住在自己的家中，拥有属于自己的独立生活空间，起居由父母安排，除了学习之外，其余的事情不用自己操心。即便寄宿制的中学，学生离家也不太远，一般不会超出县城范围，一个月总可以回家一次。从生活范围看，中学时代的生活领域较窄，中心任务是好好学习考大学，课余活动被压缩得几乎等于零。

进入大学之后，生活上最大的变化，就是远离父母开始独立的生活。在大学中，生活是集体生活，住宿舍、吃食堂，凡事靠自己处理，个人的经济开支也需要自己把握。这是成长的一个关键时期。很多同学也就是在这个时期开始真正意义上地长大成人。独立是健康人格的重要内容。只有依靠自己的力量去面对并解决生活、学习、工作方面的种种问题，学会自己调整心态，才能彻底完成心理的断乳。比如，很多同学以前在家里衣、食、住、行和看病就医等一切都由家长安排，自己只需要安心学习，家务不用干，生活有人照顾，日常花销有人给。进入大学后，所有的事情都要由自己去安排和处理，要想将学习、生活、财务等方方面面都安排得满意，就必须培养较强的独立生活能力。尤其很多同学都是第一次过集体生活，大家来自五湖四海，兴趣爱好、生活习惯可能存在差异，能否主动地与他人加强沟通和交流，和谐相处，是大学生活能否过得顺利、愉快的重要环节。

##### 2. 安排好生活，缩短新环境不适应期

第一次离家远行的入学旅程，是大学生独立处理事情的开始。入校后能

否迅速地了解和熟悉校园环境,将决定大学新生能否在这个环境中自如地生活、学习。

首先,要尽快熟悉校园环境。新生入校后必须马上熟悉校园情况,如了解教室、图书馆、商店、电话亭、食堂,等等。这样,在办理各种手续、解决各种问题的時候就会比别人更顺利、更节省时间。

其次,要多向高年级的同学请教。直接向高年级的同学请教是熟悉校园环境的一个最快捷的方法,一般来说,多数高年级的同学都比较愿意把他们的经验传授给新生,以帮助他们尽快适应校园生活,尽量少走弯路。

最后,在班级中担任一定的工作,争做积极分子,也能帮助你尽快适应校园生活。对环境适应快的大学新生,很快就能成为班级中的核心人物,并担任一定的班级工作或成为积极分子。这样与老师、同学接触得越多,掌握的信息越多,锻炼的机会也越多,能力提高很快,自信心也就逐渐建立起来了。

### 3. 合理安排好时间,缩短生活的不适应期

第一,要合理地安排作息時間,形成良好的作息制度。因为有规律的生活能使大脑和神经系统的兴奋和抑制交替进行,天长日久,能在大脑皮层上形成动力定型,这对促进身心健康是非常有利的。

第二,要进行适当的体育锻炼和文娱活动。“文武之道,一张一弛。”学习之余参加一些文体活动,不但可以缓解刻板紧张的生活,还可以放松心情、增加生活乐趣,反而有助于提高学习效率。要留出足够的时间来进行体育锻炼,最好能根据自己的身体状况和客观条件制订出一个体育锻炼计划,务必拥有一个健康强壮的身体。要知道,身体是从事一切活动的“本钱”,也是一个人心理健康的物质基础。

第三,要保证合理的营养供应,养成良好的饮食习惯。大学生“饮食不良”现象主要表现在两个方面:一是饮食不规律,很多人早晨起床较晚,来不及吃早饭便去上课,有的索性取消了早饭,有的则在课间饿的时候随便吃些零食。二是暴饮暴食。学生们主要在食堂就餐,但食堂的就餐时间比较固定,常有学生由于学习或其他原因错过了开饭时间,于是就吃点饼干、方便面来对付,等下一顿饭吃饭时再吃双份。

第四,要改正或防止吸烟、酗酒、沉溺于网络游戏等不良的生活习惯。

第五,要善于利用课余时间,参加一些有益的文娱活动,如唱歌、跳舞、下棋,等等;尽量培养多种兴趣爱好,使大学生活充实丰富、生机勃勃。

勃。若能够拥有一项或多项自己有兴趣而又擅长的爱好,无疑会给自己的人生增添无穷的乐趣,也有利于建立自信心,增强社会适应能力。

## (二)学习发生变化,需要方式灵活

### 1. 大学与中学学习方式比较

#### (1)学习要求的变化

大学阶段的学习,知识的广度和深度大大增加,专业方向基本确定,需要大力发挥学习的主动性、创造性。大学主要实行的是学分制,除了公共科目、学科基础课和专业课属于必修课之外,各专业还开设选修课,同学们可以根据个人兴趣和能力选修相关课程,自由支配的学习时间增多,学习的自主性大大增强。大学图书资料和各种信息丰富,获取知识的渠道更加多样化,熟练利用图书馆和互联网搜集资料和掌握信息,成了同学们必备的学习技能。广泛涉猎相关知识,掌握科学的学习方法,培养自主学习和独立思考问题、分析问题、解决问题的能力,是大学阶段学习的重要特点。

#### (2)学习内容不同

中学的内容重在打基础,不外乎语、数、外、理、化、政、史、地、生等十来门课。对一些天资聪慧的学生,这些课程的课本内容都能全部记诵下来,什么章节的什么内容,在哪个课本的哪一页都能牢牢记住。而大学学习的内容特点是宽、深、新:“宽”指所学的课程门数比中学要多5~6倍,一般达到四五十门之多,涉及的领域十分广泛;“深”指内容比起中学要深得多;“新”指大学的学习要把握科技文化发展前沿的最新知识和最新成果。在中学,学生的学习内容主要是课本知识,基本在课堂上进行,时间也安排得非常紧凑。大学阶段则不同,课程有选修、必修之分,学习场所包括教室、多媒体教室、实验室、图书馆、资料室,等等。怎样合理安排时间,是对同学们的一大考验。

#### (3)教学方式不同

大学的学习更多的是依靠学生自觉学习,在这里没有老师无处不在的督促,没有家长每时每刻的检查和提醒,也不会有密集的考试,但是,正因为如此,才更需要我们自觉的学习方式和学习习惯的养成。大学的学习相对中学而言更注重能力的培养和锻炼。

#### (4)课外活动的丰富程度不同

进入大学后,党团以及学生会等组织的活动丰富多彩,各种讲座、论坛、竞赛、社会实践、志愿服务等活动形式往往让同学们应接不暇,尤其是

社团活动丰富多样。在丰富多彩的课外活动中，如何明确自己的定位，处理好学习与课外活动的关系，是我们每个大学生都会面临的问题。

## 2. 寻找合适的“参照物”，克服学习动机不足

### (1) 学习动机不足产生的原因

相当一部分大学生身上不同程度地存在着学习动机不足的问题。大学生的学习比中学生更复杂更高级，同时也更为自觉、更为独立，因此，学习动机的强弱对大学生的学业成就有着极大的影响。调查发现，造成大学新生学习动机不足的主要原因来自以下三个方面。

◆上大学前后的“动机落差”。在高中阶段，学生以考上大学为唯一的学习目标，一旦目标实现，容易产生松懈心理，希望在大学里好好享乐一番，没有及时树立起进一步的学习目标，造成了考上大学前后的“动机落差”。此外，高中阶段很多学生兴趣狭窄，爱好很少，一门心思考大学，没有形成特长。一旦进入大学，就迫切地想发展自己的爱好特长，把主要精力放在“玩这玩那”“练这练那”上，而对学习却逐渐失去了兴趣。

◆自我控制能力较差，容易受别人的影响。大学新生一般自我控制能力较差，容易受别人的影响，有时会有意无意地模仿高年级学生的做法，诸如“他们玩我也玩”“他们谈恋爱我也谈恋爱”，久而久之便失去了自控能力。有的大学生则经受不住暂时失败的考验，因为一次考试成绩落后就一蹶不振。

◆大学新生学习动机不足的深层原因是缺乏远大的理想，没有树立明确的人生观。只有搞清了“为什么活着”“为什么上大学”等根本问题，学习动机的不足才可能得以根除。

### (2) 寻找合适的“参照物”，提高自己的学习动机

其一，为自己树立一个合适的奋斗目标。思考自己在大学毕业后会干什么，能干什么；25岁、35岁应取得什么成绩；40岁、50岁达到什么成就。实现这些目标，如何从现在做起，如何把大学的几年时间合理地利用。

其二，为自己树立一个学习的榜样或寻找一个竞争对手。这些人最好是身边的人，或同学，或朋友，或亲戚。也可以公开竞争身份，通过善意的对话、交流、拼搏与竞争，实现双方的共同提高。

其三，多看名人传记和一些有理论深度的著作。名人传记记述的往往是一个人不怕挫折，不屈服命运的摆布，最终走向成功的经历和追求崇高目标不畏艰险的精神。这种书催人奋进，能激发人的上进心，提升对自己的期望值。有理论深度并有一定难度的书，可以有效地克服自己的浮躁情绪，促使

自己静下心来，脚踏实地地学习，并有助于提高学习兴趣，摆正自己的位置。

### （三）人际关系发生变化，需要积极应对

#### 1. 大学与中学人际关系比较

中学时，人际关系的含义比较狭窄，主要是友谊关系的一种扩展。在中学，人际交往的对象主要是同窗好友，父母亲戚。尤其是班主任天天与同学们见面，饥饱冷暖、学习成长，样样关心，父母更是体贴入微，关怀备至。在中学阶段，学习内容、学习时间甚至学习计划等都是由老师安排的，学习效果也主要由老师来进行检查。

来到大学，师生关系和同学关系都发生了巨大变化。从各地来的同学都素昧平生，重新组成新的班级、宿舍，脾气习惯各不相同，甚至难以适应，难觅知音，师生关系也不像中学时那么亲密了，变得非常离散。在学习和生活上，大学老师只把握大的方向，具体的工作大多由学生自己或班干部组织完成，同学们需要学习做自己的老师了。

#### 2. 承认差异，积极应对变化了的人际关系

首先要学会承认各人有各人的生活习惯和价值体系，如果你与别人生活在一起，你就得连同他（她）的生活方式一起接受。如果别人的生活方式有碍于你的生活（如夜里听收音机影响你的休息，未经允许随便动你的东西等），你就需要委婉地提出意见。

要想处理好同学之间的关系，还要做到对人宽，对己严，切忌“以我为中心”。在平时的生活中，做到三主动：即主动与同学打招呼，主动和同学讲话，主动帮助别人。在帮助别人的时候，不要过于计较别人能不能、会不会报答你。

此外，要主动去做一些公共的工作，以增加同学们对你的好感，同学间的关系也就会融洽了。

## 二、大学生与辅导员和专业导师、班主任

高校辅导员、专业导师、班主任是高等学校教师队伍的重要组成部分，是同学们日常思想政治教育和管理的辅助者、组织者以及学业的指导者；是同学们成长、成才的指导者和知心朋友。

### （一）大学为什么会设立辅导员和专业导师、班主任

目前，大多数高校都逐渐采取兼职专业导师、班主任与专职辅导员相互配合的双重管理机制。所谓高校专业导师、班主任与辅导员双重管理机制就