



“导师问问”系列丛书

和你谈谈

怎样上大学

大学生成功学习发展 36 问



胡礼祥 编著



浙江人民出版社

和你谈谈

怎样上大学

大学生成功学习发展 **36** 问



胡礼祥 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

和你谈谈怎样上大学：大学生成功学习发展36问 / 胡礼祥编著. —杭州：浙江人民出版社，2016.10

ISBN 978-7-213-07658-9

I. ①和… II. ①胡… III. ①大学生—学生生活
IV. ①G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 241718 号

和你谈谈怎样上大学：大学生成功学习发展36问

胡礼祥 编著

出版发行 浙江人民出版社(杭州市体育场路347号 邮编 310006)

市场部电话：(0571)85061682 85176516

责任编辑 汪芳

责任校对 张志疆 俞建英

封面设计 陈志拓

电脑制版 杭州大漠照排印刷有限公司

印刷 杭州丰源印刷有限公司

开本 710毫米×1000毫米 1/16

印张 13.5

字数 184千字

插页 1

版次 2016年10月第1版

印次 2016年10月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-213-07658-9

定价 29.00元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与市场部联系调换。

Preface 序言

又是一年九月，浙大求是园又张开热情和宽阔的怀抱迎接来自世界各方的新生们。这个季节，总会有一些亲朋好友因打听到有我这样一位长期在高校工作的朋友，就带了他们的孩子来看望我，让我分享他们的喜悦自豪，向我请教如何才能在大学里学习发展得更好。每每这个时候，我总是情不自禁地想起自己踏入大学校门时的忐忑不安，想起我曾经接触过的一届届的学生。我和这些学生们一样，经历见证了成长收获，也踌躇迷失过，分享过学生们的喜悦，也痛惜着他们重重的跌跤。大学生活是千人千面，极富个性色彩的，但“大学意味着什么”“如何无悔地度过大学时光”等问题是每一位学子在开启人生新航程时都必须思考和追问的话题。一张张鲜活的面孔、一个个清晰的案例总是让我感叹：如果有一本好书，既能让当下的学生爱读，又能很好地帮助他们快速适应、完美无悔地度过大学阶段该有多好！

胡礼祥教授编著的《和你谈谈怎样上大学》正好是一本对大学新生极具指导意义的书！它突破传统的大学生活介绍模式，围绕大学生萦绕心头的种种疑问和困惑，通过问答并辅以漫画插图这一当代学生喜闻乐见的鲜活形式，提供直观易懂的全面解读和指导。全书凝聚着作者忠诚教育事业、用心教书育人的满腔热忱与执着，闪耀着作者几十年从事学生工作的智慧和心血，内容丰富而全面，行文细腻而亲切。全书分析探讨了上大学的目的和意义，深入剖析了个人需求与个性特质、事业发展和时代变革的呼应，对大学生如何学会学习、做人、做事以及更好地规划自己的职业生涯等方面进行全程性的理论指导和教育关怀，立意高远，胸怀开阔，深入浅出，娓娓道来。无论对大学生的成长成才，抑或对高校思政工作者开展工作，都是极富针对性和指导性的。在我看来，本书有以下三个鲜明特点：

一是紧扣时代主题和大学生健康成长主线，准确把脉大学生面临的现实困惑。本书紧紧抓住创新发展和全人教育这个时代的主题，在认识把握大学生成长规律的基础上，有针对性地回答了大学生成才与发展过程中面临的 36 个典型问题，从大学和中学的区别到对自我的认识，从提升创新思维能力、重视实践性教学到警惕作弊心理和行为的发生，从注重学习做事的原因、能力、途径到当好学生干部、做好大学生创业的方法，从学会做人、提升自己的基础素养到处理好自己与他人的关系、关注心理健康和情绪释放，从加强职业生涯规划的重要性到考研、出国、就业等不同发展方向该做的准备及对人生的珍惜和期待。作者对自己多年来亲身经历的学生工作案例进行了深入细致分析，并探讨了解决这些问题的方法。

二是紧扣时代发展方位和适应教育教学变革，内容与时俱进。本书是作者在与团队共同编写的学生发展辅导书《成功跨越——从中学到大学》（2007 年）基础上完成的，结合自身几十年的教育实践经历，进一步聚焦大学生在成才发展过程中会碰到的一些实际问题，时代感和现实感更强，分析问题更聚焦，答疑解惑更具指导性，给读者的帮助更为直接、有效。其核心突出尊重教育对象的主体地位，挖掘大学生的潜在能力，调动和激发学生主动学习和发展的积极性、创造性，自觉树立科学的世界观、人生观和价值观，进而促进人的全面发展，具有重要的教育意义。

三是紧贴时代特点和学生需求实际，具有较强的可读性和指导性。本书站在学生角度，融合网络时代语言表达和生活交往方式，通过通俗的理论讲解、丰富的案例分析，图文并茂地为大学生提供了一道精美的文化大餐和有方可循的实践指南。整本书的风格更贴近广大学生的气息，论述循序渐进、深刻入理，语言生动活泼接地气，知识性、启发性和可读性都很强。

青年兴则国家兴，青年强则国家强。大学是人生启航、梦想起飞的地方，如何走好这段人生道路、写好这段人生历史、选择人生发展方向，对每个青年学子的发展起着至关重要的作用。大学教育的根本任务就是为国家建设和发展培养知识、素质、能力全面发展的卓越人才，必须牢牢抓住

立德树人这一根本任务，既要用科学理论武装头脑、指导实践、推动工作，又要贴近学生发展实际，了解学生所思所想，不断创新学生培养教育的机制模式。大学教育工作者要切实增强话语体系的亲和力、感染力、解释力与影响力，努力做青年朋友的知心人、青年工作的热心人、青年学生的引路人。

“学所以益才也，砺所以致刃也。”我衷心希望并深信这本书能帮助青年学子开启有信念、有梦想、有奋斗、有奉献的人生，为培养中国特色社会主义事业合格建设者和可靠接班人发挥积极作用。希望每一位青年学子都能肩负起时代的责任与使命，认认真真学习、踏踏实实做事，从思考中确立自我，从学习中增长才干，从奋斗中追求卓越，把个人理想同中国特色社会主义的共同理想紧密结合起来，努力在实现中国梦的伟大实践中书写壮丽青春、创造精彩人生。

谨为之序。

浙江大学党委副书记 胡旭阳

2016年9月

Preface

前言

我在大学工作了几十年，接触过成千上万的学生，分享过无数学生的成功喜悦，也感受过很多学生惨痛“摔倒”的失望。一路走来，可以说是以学生之乐而乐，以学生之忧而忧。即便是过去了很多年，一张张曾经密切接触过的学生的脸，一个个能够勾起我复杂情感的难忘情景，总是时不时地会在眼前清晰浮现。我为自己曾经帮助过许多学生在迷途中清醒过来、摔倒了重新站起来继续前行而感到欣慰，更为一些学生因为失迷、失德而导致行为失控，有的甚至不得不离开大学校园感到无比的惋惜。有一次，一位犯错学生的家长一走进我的办公室，就“扑通”一声跪在我的面前，哭着央求我：“老师，求求你救救我的孩子，不要让他退学，他可是我一生的寄托和希望啊！”在那种场景，看到学生家长老泪纵横，撕心裂肺的哭喊和无助的表情，真是让人既心痛又无奈……此时我能说什么呢？学校有学校的规定，谁倘若违反了这些规定，都必须为自己的行为后果负责。每当面对类似的情景，我总会想：学生走到这样的地步，到底是谁之过？是本人，还是学校、家庭、社会？原因肯定是多方面的。每一个学生都是经过十多年的苦读才考入大学的，刚入大学时差别是不大的，为什么在同样的环境下成长，接受同样的培养教育，多数学生都能顺利继续前行，而有人却掉队了，“摔倒”了，不得不面对大家都不愿意看到的惨痛局面？

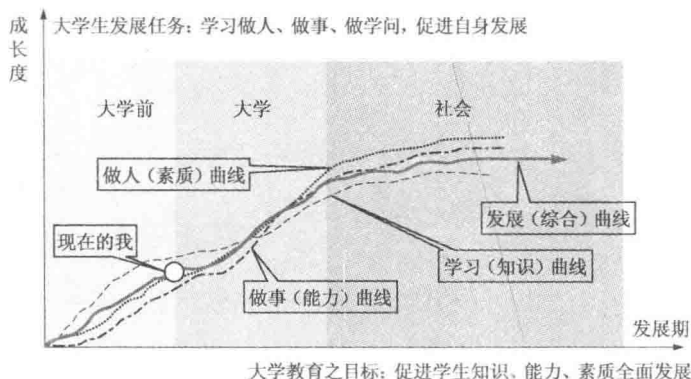
总结很多学生案例，我们发现一些学生之所以在大学发展得不顺利，主要是因为对大学学习生活不了解、不适应，一进入大学就目标失迷，面对各种各样的问题和困难没有办法很好应对，许多困惑不能及时得到排解，不知道该朝哪个方向走，也激发不出新的发展动力。结果是一步落后、步步被动，导致走偏方向，或者是迈不过发展道路上的一些“坑”，最终走到了令人惋惜和难堪的一步。

所以我们总想应该为学生多做些什么，做得更好一点。我们深切地感受到，最重要的一点就是要让学生进入大学后及早认清新的发展方向，帮助学生清楚了解大学的学习生活与中学有什么不同，引导他们丢掉一些不切实际的幻想，积极主动地去适应新的学习生活环境 and 大学教学模式，顺利实现从中学生向大学生的转变，尽快进入成才发展的“快车道”，同时为自己做好大学四年的发展规划。

在几年前，我和同事们一起编写了一本旨在实现上述目标的学生发展辅导书，书名叫《成功跨越——从中学到大学》，受到了学生们的普遍欢迎。我的一位学生叫陈志拓，他很有漫画天赋，当时正在法律专业读大二，看了这本书以后很有感触，主动提出要与我合作，于是我们又以这本书的内容为基础编写了一本漫画口袋书《三戒的大学》，也很受学生喜爱。

《成功跨越——从中学到大学》这本书是以这样的逻辑思路展开的：首先明确指出大学生在学期间的主要任务是学习做人、做事、做学问和促进自身发展。大学教育之目标则要推进“全人教育”，促进学生知识、能力、素质全面发展。学生进入大学后的首要任务是要认识到环境的变化，同时要正确认识自己的现状。在此基础上认清目标，调整和改变自己，学会学习，学会做事，学会做人，学会发展。告诫学生必须明白：人生的发展曲线必须靠自己的努力去描画，这一条发展曲线由学习（知识）曲线、做事（能力）曲线、做人（素质）曲线三条曲线综合而成，你若想成功，必须做到全面发展（见下图，在大学之前学习是最主要的，所以学习曲线的成长值最大。到了社会以后做人是最重要的，应该成长值最大，大学期间应该为这种变化做好准备）。按照这样的思路，《成功跨越——从中学到大学》一书由以下六章构成：认识大学—认识自我—学会学习—学会做事—学会做人—学会发展。细细读来，其中内容对学生的是有启迪作用的。稍显不足的是该书对大学生发展过程中容易产生的困惑聚焦不够。所以也就萌发了我写《和你谈谈怎样上大学》这本书的冲动。

本书的总体框架结构按照《成功跨越——从中学到大学》，没有变化，



但更加聚焦学生的发展困惑，梳理出 36 个问题进行讨论，希望给学生更多、更有效的指导和帮助。本书是在《成功跨越——从中学到大学》的基础上完成的，可以说也凝聚了我的同事和学生的智慧。尤其是书中的一些插图就是选自漫画口袋书《三戒的大学》，在此我向他们表示感谢！

这本书首先是一本大学生发展指导用书，写这本书，我力求贴近大学生的实际，要求自己尽量用通俗平实的语言，说一些大学生们容易听得进的话，书中的一些案例也都是来源于本人经历过的真实事件。但是总有一些深刻的道理不得不说。所以，还是希望大学生们能耐下心来细细阅读、认真品味，只有这样，你才会有所收获。

这本书也请大学生的家长们能够看一看，因为你们的孩子在成长道路上还少不了你们的关心，学校教育也需要你们的配合。你们了解了书中的内容，和孩子的沟通交流就会更加深入，更有针对性，这对你们孩子的成长和家庭和谐氛围的营造都一定是有益的。

这本书也可以是作为大学老师，尤其是班主任、学生辅导员的工作参考书。虽然你们都很有经验，但是有些问题从不同的角度去看可能会有新的启发，能够帮助拓展工作思路。同时，本书也难免会有一些不当之处，非常期待你们能提出宝贵的意见。

胡礼祥

2016 年 9 月

第一篇 认识大学

- 第1问：考上大学就轻松了吗？ // 002
- 第2问：大学教育与中学教育有哪些不同？ // 007
- 第3问：你的下一个目标在哪里？ // 014
- 第4问：如何看待大学的好与差？ // 019
- 第5问：如何看待专业的好与不好？ // 023
- 第6问：为什么上大学？ // 028

第二篇 认识自己

- 第7问：你有没有想过“我是谁”？ // 034
- 第8问：这些“共我”特征你有吗？ // 038
- 第9问：人的个性从哪些方面展现？ // 044
- 第10问：怎样提高自己的情商水平？ // 050
- 第11问：你应该如何看待自己的个性？ // 055
- 第12问：怎样克服不该有的习气？ // 061

第三篇 学会学习

- 第13问：什么是大学学分制？ // 068
- 第14问：中学学习模式在大学行得通吗？ // 075
- 第15问：在大学应该怎样学习？ // 080
- 第16问：如何提升创新思维能力？ // 088
- 第17问：大学为什么重视实践性教学？ // 094
- 第18问：考试作弊将会带来什么后果？ // 098

第四篇 学会做事

第 19 问：为什么大学期间要多学习做事？ // 104

第 20 问：大学期间要注重培养哪些能力？ // 109

第 21 问：学习做事有哪些途径？ // 113

第 22 问：学习做事有什么“套路”？ // 117

第 23 问：如何当好学生干部？ // 122

第 24 问：大学生创业应注意些什么？ // 128

第五篇 学会做人

第 25 问：为什么说“做事，要先学会做人”？ // 134

第 26 问：社会最看重当代大学生哪几项品质？ // 143

第 27 问：如何提升自己的基础素养？ // 149

第 28 问：如何建立良好的同学关系？ // 158

第 29 问：碰到同寝室同学合不来怎么办？ // 164

第 30 问：碰到自己想不通怎么办？ // 169

第六篇 学会发展

第 31 问：生涯规划重要吗？ // 174

第 32 问：大学四年要做哪些规划？ // 180

第 33 问：考国内研究生要做哪些准备？ // 185

第 34 问：出国读研究生要做哪些准备？ // 191

第 35 问：直接就业要关注哪些重点？ // 196

第 36 问：你期待自己有什么样的人生？ // 200

第一篇

认识大学



第1问：考上大学就轻松了吗？

很多学生在临近高考时都听中学老师说过这样的话：“你们再努力一点，坚持几天，考上大学就可以轻松了！”你听说过吗？你相信吗？

显然，这是一个美丽的谎言！你是不应该相信的。

或许，中学老师的话会激起你坚持苦读、奋力拼搏的精神动力；或许，你今天之所以能够坐在大学的教室里，多少也是这句话激励的结果。可是大家都知道，学习绝不可能是一件轻松的事，这在以往十多年的辛勤苦读中你应该是体会得最深的了，大学学习也不可能例外。天上可能掉“馅饼”吗？绝无可能！即便是天上真能掉“馅饼”，你也必须早起才能捡得到，而且要有能力才能接得住。也就是说，只有付出才会有收获。这是一想就明白的浅显道理。

可遗憾的是，对于这么简单的道理，有不少大学新生从不去细想。也许在过往苦读的日子里实在是被压得太过紧，太渴望轻松了，从走出高考考场的那一天起，他们就真的开始“轻松”了：有的整个暑期上网聊天、玩游戏，有的整天东游西逛、无所事事，有的一天中总有半天是与“周公”为伴……一天天过去，慢慢地感受到这种毫无压力、想干什么就干什么的生活是从来没有过的轻松自在，相较于过去那种枯燥繁重的学习生活是何等的享受！于是乎，渐渐地他们对紧张的学习“陌生”了，甚至“讨厌”了。

而这个时候的家长又是怎么想的呢？多



数家长会觉得：孩子为了考大学已经辛苦这么多年了，现在也算是“船到码头车到站”了，也该放松放松了，想玩就让他玩个痛快吧！

殊不知，从高考结束到大学开学足足有两三个月。两三个月的时间可以做很多的事，也足够让人养成一个习惯，或者是形成一种习气。习惯一旦形成，想改变就难了。进入大学，很多人自然会延续这种不良的生活状态，甚至在大学生活中“发扬光大”。

一根弹簧，本来是依靠外力控制紧绷着的，固定螺丝一松，外力作用没有了，就再也紧不回来了。这是一个普通的物理现象。现实生活中一些大学生也是如此，在中学时是被老师、家长严格管控着的。到了大学，没有了以往中学老师、家长那种紧盯式的严格监控和管理，就一下子找不着“北”了。没有了新的追求目标，也激发不出新的发展动力，很快地就会从开始的“自我放松”发展为“自由放任”。

在我的案例库里就有这么一位学生：

他的父母亲都是中学教师，从小受到良好的培养和教育，基础知识打得很扎实，高中阶段是学习的佼佼者，高考成绩很好，如愿考入国内一所名牌大学的计算机专业。当地的一些中学生家长在教育自己孩子时常会拿他做榜样。

按理，这样的学生进入大学后也应该是很优秀的，至少不会差。可遗憾的是这位学生进入大学后，放松了对自己的要求，一直迷恋于玩电脑游戏，经常不去上课，结果第一个学期就有12个学分不及格。按照学校规定，一学期有12个学分不及格就要发“退学警示书”，会与家长联系寄去孩子的成绩单。该学生知道家长的严厉，心想如果父母收到他的“退学警示书”，自己就少不了挨骂了。于是放假在家就天天守在信箱旁，把学校寄来的信件“没收”了。心想下学期自己努力点，情况或许能好起来。

可是放松的心就像是狂奔的野马已很难驾驭。新学期开学没几天他又回到了原来的生活状态，玩游戏累了就逃课，睡懒觉……后来甚至不愿意接听家长的电话，厌烦家长那些“唠叨”式的询问。然而，他暂时骗过了

家长，却终究骗不过考试。当第二学期考试到一半，他预感自己再无可能继续留在学校学习，又感到没有脸面带着“退学通知书”去面对江东父老，就选择了……

对于这位同学，其间也有老师在关心他，做了不少的帮辅工作，希望他能够改“邪”归正，然而总是收效甚微。想想也是，硬要将一头不想喝水的牛的头按在水中是有多么的不容易！

人生的道路漫长，关键之处却往往只有几步。俗话说“差以毫厘，失之千里”，一步落后，就有可能步步落后，一步之差就可能会后悔一辈子，意志薄弱者甚至连后悔的机会都没有了。所以，当你试图“放纵”自己的时候，你得首先想一想可能要付出的代价。

那么，大学的学习生活究竟应该是什么样子的呢？

每个人都有属于自己的大学，每个人赋予大学生活的内涵都是不一样的。大学生活怎么过、过得怎样，完全是自己选择的结果。

如果你去问你的大学老师，老师会直言不讳地告诉你，大学学习与中

学一样是很艰辛的，你必须努力。如果你再去问那些学习优秀的学长，他们的回答或许更会让你意外。他们会非常真切地告诉你，大学的学习生活不仅不会比中学轻松，而且只会更忙更累。

累在哪？累就累在大学对你的要求更高、更全面了，你自己却不知道下一步该怎么走；累就累在大学里的一切都需要你自己独立去面对，去把握，去做出合理的安排，而此时的你却还缺乏相应的能力；累就累在你经常



会有各种各样“成长的烦恼”，却不容易找到排解的有效途径和方法……

中学像是训练阅兵方队，所有学生都在规定的时间学习相同的内容，学生往往是被动地接受“安排”，无须自己多思考“前面的路该怎么走”。而大学则是实战训练，要求学生自主地去追寻目标，攻克“碉堡”，提高实战能力，同时发展自己的个性。这当中，有些人会奋勇向前，也一定会有一些人畏缩不前，因此距离一下子就拉开了。

实际上，有一些学生从上大学那一天起就已经落后了，思想观念上的落后，行为习惯上的落后，意志品质上的落后，学习态度上的落后……有些方面的落后或许努力一点就可以追回来，而有些方面的落后却是十分具有杀伤力的，落后了就可能遍体鳞伤，难以康复。

因此，在刚入校时基本上处在同一起跑线上的学生，一年以后就会拉开很大的差距。当毕业离开学校时，相互间的差距，已不仅仅是所掌握知识的差距，更是理念的差距、视野的差距、素质的差距、能力的差距。这些差距必然会导致在未来事业上、生活上的巨大不同！

所以，告诫你千万不要掉入“考上大学就可轻松了”的谎言“陷阱”，你要切记：

大学不是“蜜糖罐”，而是一个“加油站”。考上大学只是你攀登到了一个新的人生高度而已，你需要继续努力，往更高的“山峰”继续攀登。

大学也不是“保险箱”，而是一个“竞赛场”。当今时代已没有风平浪静的“安全港”，你只有加倍努力才能在以后的竞争中取胜，为自己的未来加上真正的“保险”。

大学更不是“游乐场”，而是一个“宝藏库”。你可以多“取”，但每个人的能力、精力总是有限的，你还得懂得“舍”。你得想清楚：如何取，



才最有利于自己的发展；如何舍，才能取到更好的“宝物”。

你现在正是为自己积聚“能量”的时候，要想提高自己的“势能”，就要有继续吃苦受累的足够思想准备。你只有现在累得有追求、有价值，才会有好的发展，将来才有可能成为一个成功的人。