山西中医学院

大学生活小秘书

Shanxi Zhongyi Xueyuan Daxue Shenghuo Xiaomishu

王 旭 主编



山西出版集团
山西科学技术出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

山西中医学院
大学生活小秘书

王 旭 主编



山西出版集团
山西科学技术出版社

《山西中医学院大学生活小秘书》
编委会

主　　任　贾学萍

成　　员　王　旭　郭冠华　白　赟　赵殿龙　刘瑞星
吕　洪　安玉兰　黄　安　田文婧　赵瑞宝
张志强

主　　编　王　旭

副 主 编　白　赟　郭冠华

编　　者　（以姓氏笔画为序）
任智慧　吕　洪　张斌仁　李希贤　范凯斌
赵瑞宝　焦　锐



序

喜欢并善待你的“秘书”

党委书记 陶功定　　院 长 周 然

同学，欢迎你来到山西中医学院，成为这所全国最年轻中医院校的一员。大学是一个令人憧憬的地方，完美的大学生活应当是一首优美的诗。而走好大学生活的每一步，是这首诗中抑扬顿挫震撼人心的节律。

山西中医学院一直重视大学生的工作，一批学生工作者积多年的工作经验，深感在新生入学之初应当有一个大学生活应该如何适应、如何度过的概念性框架。缘于此，学工部组织编写了这本《山西中医学院大学生活小秘书》。取“秘书”作为书名，其含义有二：一是有别于专业课程的教材、安排有专门的课时讲授，此书纯属备用的“私密”之书；二是在你生活适应困难、学习遭遇挫折，或者对前途产生迷茫甚至丧失信心的时候，打开它，可以得到一些启发和具体的帮助，有如一位贴身的小秘书。这是一位随叫随到，无时不忠心耿耿为你服务的秘书，希望你能喜欢上她，也请你能像对待忠实朋友一般善待她！

大学生活绝不是经过“千军万马过独木桥”的胜利之后，单纯进入一个崭新的校园，大学课程也绝不是高中课程的简单延续。大学生活是什么？这是既考验学生也考验大学师长的一道最简单也最

难回答的问题。竺可桢老先生任浙江大学校长期间，每届新生入校，都要向新生发问："诸位为什么来本校?""诸位出校后将何所为?"这一问题意味深长。在他看来，大学生活只追求掌握一些专业知识、专业技能是不够的，应该知识广博，拥有科学头脑，做到明辨是非、静观得失、缜密思考，而不至于盲从。

在工作中，我们常会遇到一些有困惑的大学生，他们通常会有这样的问题：来到了一个陌生甚至认为不够分量的学校，选了一个自己不喜欢的专业，当了几年学生干部结果发现所获甚少……他们走出校门时，常常会感慨：这哪里是我曾经苦苦追求过的大学生活呀！看来他们没有真正发现和认真体验大学生活。

今年，学工部在总结学院20年学团工作经验的基础上，以贴近学生需求，贴近校园生活为宗旨，为我院学生推出了《山西中医学院大学生活小秘书》。这本书通俗易懂，内容翔实，从走进大学生活到离开大学校园，从了解大学生活到规划人生道路，可谓详尽。既很好地把握了时代的要求，又突显了学院的特色，既阐明了理论，又指出了方法，具有很强的针对性和实用性。可以说，这本书是集中了历届学团工作者的智慧和结晶，也是当代学团工作者的创新和突破，是我院大学生思想政治教育的集中展示和丰硕成果。

相信这本书会成为广大中医学子生活的向导、成长的指导、成才的引导。故乐意为之序！

需要全本请访问 www.ertongbook.com



前 言

大学，从这里开始

——编者的话

王 旭

作为高等教育工作者，我们一直在思考，今天的大学应该培养什么样的人，怎样培养人？作为中医教育工作者，我们一直在思考，今天的中医药大学应该怎样培养人，今天的中医大学生应该成长为什么样的人？

在许多高中生的信念中，上大学就是前方那一盏路灯照射下的小路，虽然灯光昏暗，但路只有一条。而等到他们走过这条路时，进入大学的校门，一下子路灯全亮了，路也一下子多起来了，站在那里，他们不知道该做何种选择，心里在思考："我的大学路究竟是哪一条？"

我想这也是一名学生工作者应该回答的问题，告诉学生大学应该怎么过，过什么！一位大学即将毕业的学长对一位即将走进大学校园的学生说："大学，其实很简单，就是读一些书，认识一些人，尝试做一些事情，先想清楚自己要什么，然后再用大学提供给你的一切去实现它。"

今天看来，弄清楚自己想要什么与为之努力奋斗是两个交替进行、不可分割的过程。清楚自己目标的时候，往往是学习工作最有

动力的时候，但也只有在努力去实现目标的过程中才能更清楚地知道自己真正想要的是什么。

历史的车轮在不停地向前，年轮的积淀总会留下珍贵的经验。站在二十年学团工作成绩的肩膀上，我们组织部分学团工作者编写了《山西中医学院大学生活小秘书》。它旨在帮助山西中医学院的大学生解读大学生活、了解大学状况、做好成长规划，为自己实现人生的腾飞奠定坚实的基础。

在这里，我想送给走进校门的大学生一句话：生活是真实的，只有踏实的努力才能让心灵平静与充实。梦想是美好的，只有不放弃理想才能让生活蓬勃而美丽。

最后，我们要感谢学院领导多年来对学团工作的一贯关心和鼓励，感谢各兄弟部门对学团工作的支持和帮助，更感谢历任学团工作者对学团工作倾注的智慧和心血，正是有了你们才使我们鼓起勇气编写这本书，有了我们这次总结学团工作经验的一次大胆尝试。由于是第一次编写这样的书籍，经验不足，理解不深，再加上时间过于仓促，难免会出现这样那样的问题，请各位同仁和广大同学谅解，并提出宝贵意见。

谨以此书献给山西中医学院

建院二十周年!

图书在版编目(CIP)数据

山西中医学院大学生活小秘书/王旭主编.-太原:山西科学技术出版社,2009.8

ISBN 978-7-5377-3486-8

Ⅰ.山… Ⅱ.王… Ⅲ.①山西中医学院-概况②大学生-学生生活 Ⅳ.R2-40 G645.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第144427号

山西中医学院大学生活小秘书

主　编　王　旭
出　版　山西出版集团·山西科学技术出版社
　　(太原市建设南路21号　邮编:030012)
发　行　山西出版集团·山西科学技术出版社(电话:0351-4922121)
印　刷　太原兴庆印刷有限公司
开　本　787毫米×960毫米　1/16
印　张　18.25
字　数　270千字
版　次　2009年8月第1版
印　次　2009年8月太原第1次印刷
印　数　1-2500册
书　号　ISBN 978-7-5377-3486-8
定　价　30.00元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

目 录

第一篇 认识大学校园 …… 1
第一章 学院简介 …… 3
第二章 专业介绍 …… 5
第三章 系部介绍 …… 7
第四章 与你联系密切的部门和人 …… 10
第五章 校园文化 …… 13
第六章 认识中医 …… 17
第七章 认识大学生 …… 23
第八章 相关规章制度 …… 28
第一节 山西中医学院大学生文明行为规范 …… 28
第二节 学生证、校徽的管理和使用规定 …… 31
第三节 山西中医学院学费收缴管理办法 …… 32

第二篇 适应大学生活 …… 35
第九章 怎样尽快适应学习生活 …… 37
第十章 新生入学的注意事项 …… 43
第十一章 名老中医谈治学 …… 46
第十二章 适应大学生活的有关规定 …… 58
第一节 各专业必修课、选修课课程设置情况 …… 58
第二节 学生请销假的暂行规定 …… 61
第三节 学生违纪处分实施细则 …… 62
第四节 学生综合测评条例 …… 68

第五节 三好学生、优秀学生干部评选办法 …… 74
第六节 山西中医学院关于选修课教学管理暂行规定（节选）… 76
第七节 山西中医学院班级考核及先进班集体产生办法 …… 77
第八节 文明宿舍评选条件 …… 80
第九节 学生奖学金发放暂行条例 …… 81

第三篇 成长成才规划 …… 85
第十三章 清楚自己的人生定位 …… 87
第十四章 成长规划的主要内容 …… 95
第十五章 中医大学生应具备的素质 …… 101
第十六章 大学生活规划 …… 115
第一节 大学生活应该这样过 …… 115
第二节 成功、自信、快乐 …… 129
第十七章 助你成长成才的有关规定 …… 145
第一节 山西中医学院学生科技创新项目基金管理办法（试行）…… 145
第二节 《学生体质健康标准》实施办法 …… 150
第三节 学生操行评定试行办法 …… 152
第四节 山西中医学院考试违规处理办法 …… 153

第四篇 走进心理世界 …… 157
第十八章 心理 …… 159
第十九章 心理健康 …… 167
第二十章 心理障碍 …… 177
第二十一章 保持和增进心理健康的途径 …… 188

第五篇 资助伴我成长 …… 191
第二十二章 高校家庭经济困难学生 …… 194
第二十三章 国家资助政策 …… 196
第二十四章 学校资助政策 …… 202
第二十五章 社会捐资助学 …… 204

需要全本请访问 www.ertongbook.com

第二十六章 获得资助帮助的有关规定 …… 206
第一节 山西中医学院家庭经济困难学生资助办法（试行）…… 206
第二节 山西中医学院勤工助学活动实施及管理办法 …… 210

第六篇 职业生涯规划 …… 213
第二十七章 职业生涯的概念及阶段 …… 215
第二十八章 职业生涯规划的定义及目的 …… 217
第二十九章 大学生学业规划 …… 219
第三十章 如何做好职业生涯规划 …… 221

第七篇 毕业、就业、创业 …… 223
第三十一章 毕业 …… 225
第三十二章 就业 …… 227
第三十三章 创业 …… 237
第三十四章 毕业、就业、创业的有关规定 …… 243
第一节 山西中医学院学生学籍管理实施细则（试行）…… 243
第二节 山西中医学院学位授予工作实施细则（暂行）…… 252
第三节 优秀毕业生评选办法 …… 258
第四节 山西中医学院毕业生就业工作实施细则（试行）… 259

第八篇 告别校园生活 …… 271
第三十五章 适应新岗位 …… 273
第三十六章 感恩母校 …… 276
第三十七章 离校手续 …… 278





第一篇

认识大学校园









第一章　学院简介

山西中医学院于1982年经国务院批准筹建，1989年6月经原国家教委批准正式挂牌成立。1999年6月通过了原国家教委组织的本科教学工作合格评估。2007年4月，学校接受了教育部本科教学工作水平评估。2008年2月，顺利通过了国务院学位委员会对山西中医学院整体条件和重点学科的考察，获得了硕士单位授予权，是山西省中医药教育、科研、医疗中心。

学校以中医药专业为主体，专业建设与学科建设同步发展。现设有中医学、针灸推拿学、中药学、中西医临床医学、护理学5个专业和中医学（医学英语方向）、中医学（医药信息管理方向）、针灸推拿学（英语方向）、中药学（中药分析方向）4个专业方向。其中，中医学、针灸推拿学、中药学3个专业为省级品牌专业，中医临床基础、针灸推拿学、中医医史文献3个学科被增列为硕士学位授权点，中医基础理论、中西医结合基础、针灸推拿学、中医内科学4个学科为省重点扶持学科，中医内科学、中医基础理论2门课程为省级精品课程，中药化学、针灸学实验室被评为省级基础课示范实验室。

学校坚持本科教学的中心地位，稳步推进办学规模，主动适应社会人才市场需求，致力于为社会培养宽基础、厚临床、高素质、强能力的应用型高级中医药人才。

学校现有3所直属附属医院，11所非直属附属医院，另有教学医院7所，实习医院5所，中药专业生产实习基地15个。第二中医院以“专科专病”为特色，在脉管炎、中风、糖尿病、肛肠、内服中药治疗脊椎病、胃肠病、弱视斜视等方面形成了较强的优势，是山西省仅有的两所三级甲等中医院之一；第三中医院（山西省针灸

小贴示

地理位置：山西中医学院位于山西省省会太原市汾河西畔，门迎宽畅的晋祠路和汾河公园，侧临美丽的迎泽大桥和南内环桥，交通便利，环境幽雅。

中医语录

四时阴阳者，万物之根本也。（《素问·四气调神大论》）

研究所、山西省中西医结合脑病医院）以新九针疗法享誉全国；附属中西医结合医院（山西省中西医结合医院）坚持“中西结合，医教相长”的方针，大力提高医疗水平和教学水平，是一所集医、教、研为一体的高水平中西医结合医院。

近年来，学校出版各种学术著作 249 部，发表学术论文约 1500 篇；共承担各类科研项目 163 项，其中，国家“十一五”科技支撑计划项目 2 项，国家自然基金项目 7 项，科技部项目 14 项，国家中医药管理局项目 13 项，累计取得国家科研经费约 1300 万元；获得国家发明专利 10 项，获得国家和省部级科研成果奖励 14 项。2007 年，学校分别被科技部和国家中医药管理局批准授予“国际合作交流基地”、“国际中医药教育合作交流基地”建设单位。学校还自筹经费相继实施“前锋”“攀登”两大科技计划，鼓励科技创新，活跃学术氛围，推动科研工作的持续发展。

山西中医学院也是山西省率先开展留学生学历教育的院校。近年来，先后与乌克兰国立医科大学、韩国国际东医疗法开发院、尼泊尔 A.R 教育公司签订了合作协议，并进行了互访；先后接收了来自美国、韩国、罗马尼亚、墨西哥等 8 个国家的长短期留学生。

面对 21 世纪改革与发展的新形势，山西中医学院将继续恪守“求真”校训，秉承“职责、规范、严谨、效率”教风和“诚信、精进”学风，坚持“艰且益坚、持重笃行”的办学风格，以科学发展观为指导，同心同德，奋力拼搏，与时俱进，开拓创新，进一步改善办学条件，不断加强学科建设，全面提升综合实力，为创建具有较高水平和鲜明特色的中医药大学而努力奋斗。

中医语录

夫人禀五常，因风气而生长，风气虽能生万物，亦能害万物，如水能浮舟，亦能覆舟。（汉·张仲景《金匮要略·脏腑经络先后病脉证》）

第二章　专业介绍

一、中医学专业

本专业为国家级“第一类特色专业建设点”和山西省品牌专业，拥有一支素质优良、专业力量雄厚的师资队伍。立足于培养具有中医药理论基础、中医学专业知识和专业实践技能，能在中医院、中医科研机构及各级综合性医院从事中医临床医疗、教学和科学研究工作的高级专门人才。学制五年，授予医学学士学位。

二、中医学专业（医学英语方向）

本专业方向顺应中医药走向世界的趋势，要求学生在学习中医理论的同时，着重加强对英语的学习，培养具有中医基础理论和临床知识，同时具备英语交流能力的高级复合型、外向型中医人才。该专业与大连外国语学院签订了联合培养协议，采用“2+3”培养模式，前两年在大连外国语学院学习英语，后三年在山西中医学院学习专业知识。学制五年，授予医学学士学位。

三、中医学专业（医药信息管理方向）

本专业方向根据我国社会主义现代化建设及医药信息管理实际的需要，培养具有中医学基础知识和临床技能，并具备应用计算机等现代技术进行医药信息处理和信息资源管理的能力，能够在各级中医院、中医科研机构及各级综合性医院等机构从事中医临床医疗、科学研究和医学信息处理、管理工作的复合应用型高级人才。学制五年，授予医学学士学位。

四、中西医临床医学专业

本专业注重培养学生的实践能力和创新精神，以适应社会主义医药卫生事业和经济建设的需要。在教授传统中医学理论的同时，加强对现代医学新成就、新技术的学习，要求学生较为全面的掌握

小贴示

中医学专业为山西省品牌专业。2008年，中医学专业被山西省教育厅评为“传统中医导师制人才培养模式创新实验区”。

中医语录

春生夏长，秋收冬藏。（《灵枢·顺气一日分四时》）

需要全本请访问 www.ertongbook.com