

大学生教育与管理

DAXUESHENG JIAOYU YU GUANLI

主编 高玉娟 魏广宇 王维宏



东北林业大学出版社

大学生教育与管理

主编 高玉娟 魏广宇 王维宏

东北林业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生教育与管理/高玉娟, 魏广宇, 王维宏主编. —哈尔滨: 东北林业大学出版社, 2006.6

ISBN 7-81076-905-7

I. 大… II. ①高… ②魏… ③王… III. ①大学生—学校教育②大学生—学校管理 IV. G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 070741 号

责任编辑: 杨秋华

封面设计: 彭 宇



NEFUP

大学生教育与管理

Daxuesheng Jiaoyu Yu Guanli

主编 高玉娟 魏广宇 王维宏

东北林业大学出版社出版发行

(哈尔滨市和兴路 26 号)

东北林业大学印刷厂印装

开本 850 × 1168 1/32 印张 10 字数 250 千字

2006 年 6 月第 1 版 2006 年 6 月第 1 次印刷

印数 1—1 000 册

ISBN 7-81076-905-7

G·308 定价: 18.00 元

序

带着对未来的美好憧憬，带着对成才的无比期望，带着对祖国发展奉献力量的心愿步入大学，你将迎来人生中一个新的起点，你将翻开人生中崭新的一页。面对新的环境、新的生活、新的目标，每一个同学都应该认真审视一下今天的自身，思考一下大学的生活究竟是什么，应该怎样度过大学生活，大学毕业时如何面对社会的需要来选择个人的发展道路。

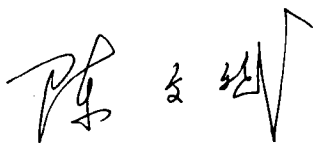
迈进大学校门，进入了一个新的学习环境。有的同学满足于过去成功的学习经验，依旧沿着中学的路子走，按照过去的学习方法继续学下去。殊不知，不同阶段的培养目标是不同的，要做一个合格的大学生，应按照大学阶段对人才的特殊要求来塑造自己。在大学阶段，更强调在掌握科学文化知识的基础上，着力培养自己的全面素质，发展自己的创新能力和实践能力。

21世纪初叶是我们国家振兴、腾飞的关键时期。过去的100年，我国在经济发展方面与世界强国产生了差距。在新世纪综合国力的较量中，我国势必要抢占有利位置，缩小差距。这个空前伟大而艰巨的事业对当代大学生提出的要求既高又实，即：必须坚持社会主义方向，坚持“一个中心，两个基本点”的基本路线，以适应时代的要求。我们能否经得住在世界范围内的政治、经济、科学、文化等各方面严峻挑战的考验，大学生从入学第一天起就要意识到这个新的要求，努力使自己在大学阶段具备良好的素质和较高的综合能力。

21世纪的大学生，应该庆幸生逢其时。历史的经验告诉我们，时势造英雄，时代育新人。当代大学生更应该脚踏实地、实

实实在在地从自我做起。鸿鹄高飞，志在千里！其所以能够如此，是因为它有凭风直上的一双劲翼。庄子曰：“水之积也不厚，则其负大舟也无力；风之积也不厚，则其负大翼也无力。”事实正是如此，这也是对人生事业的一种非常好的启迪和鞭策。为一心向往大学生活的中学生勾勒出大学生活的轮廓，给大学新生步入大学殿堂做“向导”，为在校大学生度过有意义的学习生活当“参谋”，以便他们能未雨绸缪，这也是《大学生教育与管理》一书编写的初衷。

本书的主旨在于帮助大学生朋友们能充分地认识自己，客观地分析环境，科学地树立事业目标，正确地选择职业，运用适当的方法，采取有效的措施。因此，本书的内容和形式力求符合大学生的心理特点，既有一定的理论深度，又有结合常见的实例及模拟的场景，为大学新生尽快适应大学生活提供方法，引导他们正确选择大学之路，科学设计自己的人生轨迹。



2006年3月20日

目 录

第一章 走入大学校门，迈好第一步

- 熟悉大学校园学习环境…………… (1)
- 第一节 了解校园环境…………… (1)
- 第二节 适应教学安排…………… (10)
- 第三节 提高语言能力…………… (32)
- 第四节 步入信息时代…………… (42)

第二章 打下坚实基础，掌握有效学习方法

- 大学学习方法…………… (48)
- 第一节 进入角色，确定目标…………… (48)
- 第二节 珍惜时光，制定计划…………… (58)
- 第三节 重视课堂，请教师长…………… (63)
- 第四节 讲究方法，开发智力…………… (68)
- 第五节 拓宽视野，增长知识…………… (73)
- 第六节 参与研讨，增长才干…………… (77)

第三章 找到自己位置，发挥自身特长

- 大学校园生活…………… (83)
- 第一节 勤工助学，正确定位…………… (83)
- 第二节 贷款上学，自立自强…………… (90)
- 第三节 校园恋爱，慎重对待…………… (94)
- 第四节 投身实践，走向社会…………… (101)

第四章 不断充实自我，提高自身素养

- 大学生综合素养…………… (105)
- 第一节 社会要求的素质透视…………… (105)

第二节	思想道德素养·····	(111)
第三节	文化业务素养·····	(130)
第四节	心理素养·····	(143)
第五节	拥有健康体魄·····	(152)
第六节	综合全面发展·····	(157)
第五章	越过心灵沼泽, 培养良好的心理素质	
	——健康心理的养成·····	(163)
第一节	稳定的情绪·····	(163)
第二节	多元的能力·····	(166)
第三节	健全的人格·····	(172)
第四节	不竭的动力·····	(177)
第六章	学位、考研及出国留学·····	(183)
第一节	获取专业学位·····	(183)
第二节	攻读更高学历·····	(187)
第三节	办理出国留学·····	(194)
第七章	大学生就业的起步指导·····	(201)
第一节	初步掌握就业的法规、政策及原则·····	(201)
第二节	大学生择业心理偏差及调节·····	(210)
第三节	步入社会的角色转换·····	(214)
第四节	良好开端是成功的一半·····	(224)
附录: 常见考试·····		(231)
1	硕士生招生考试·····	(231)
2	高等教育自学考试·····	(233)
3	全国外语水平考试 (WSK)·····	(235)
4	TOEFL 托福考试·····	(237)
5	IELTS 考试·····	(238)
6	TSE 考试·····	(240)
7	GRE 考试·····	(242)

8	GMAT 考试	(243)
9	LSAT 考试	(246)
10	中国汉语水平考试 (HSK)	(248)
11	CET 考试	(249)
12	全国公共英语等级考试 (PETS)	(251)
13	北京外国语大学英语翻译资格 证书考试 (CETI)	(253)
14	剑桥商务英语证书考试 (BEC)	(254)
15	剑桥英语五级证书考试 (MSE)	(257)
16	日本语能力测试 (JPT)	(258)
17	全国计算机等级考试	(260)
18	Cisco 认证系列考试	(263)
19	IBM 认证考试	(266)
20	Lotus 认证考试	(269)
21	Microsoft 认证考试	(270)
22	NOVELL 资格认证考试	(272)
23	Oracle 认证考试	(274)
24	Sun 认证考试	(275)
25	报关员资格考试	(277)
26	企业法律顾问执行资格考试	(279)
27	注册会计师全国统一考试	(281)
28	注册税务师考试	(284)
29	注册资产评估师执业资格考试	(286)
30	价格鉴证师执业资格考试	(288)
31	英国特许公认会计师考试 (ACCA)	(289)
32	加拿大注册会计师考试 (CGA)	(293)
33	注册金融分析师考试 (CFA)	(295)
34	美国精算师考试 (SOA)	(298)

35	财产和意外险精算师学会考试 (CAS)	(302)
36	国家公务员录用考试	(303)
37	Linux 认证考试	(304)
参考文献		(307)
后记		(308)

第一章 走入大学校门，迈好第一步

——熟悉大学校园学习环境

第一节 了解校园环境

一、院系专业

当你踏进大学校门时，你对自己所选择的院系专业满意吗？

据调查，在大学新生中，因为对学校、专业不满意而影响学习生活的不在个别。院系专业部分将告诉你，要以良好的专业态度开始大学学习，不要因为专业的不尽如人意而影响大学生活。

（一）大学生的教育培养模式

目前，不少大学按系或专业对学生进行招生和教育，原因有如下几点：

（1）社会的需要。俗话说“三百六十行，行行出状元”。这句话在表明从事不同领域的工作可以取得同样优异成绩的同时，也向别人传递了这样的信息，整个社会不同领域不同类型的工作千差万别，社会上不同行业不同单位都需要与之相适应的专业人才。无数实践表明，要在某一领域取得好成绩，必须具备在这一领域工作的较高素质的专业人才。而向社会输送各方面合格人才，正是大学肩负的使命，也是大学与中小学培养人才目标的不同之处。

（2）发展人的能力的需要。人的时间和精力有限，不同的人有不同的兴趣、特长和能力。一般而言，一个人一生中能在一个

领域取得丰硕的成果，已经很不容易了；而在多个相关领域都取得很大的成绩，实属“风毛麟角”；至于在不相关的领域中都取得优异的成绩，更是微乎其微。分院、系、专业对学生进行教育培养，也就成为高等教育的必然选择。具体来说，大学的院、系、专业，与中学的文、理科颇有相似之处，只不过分得更细。在一所规模较大的大学里，一般都有好几个学院，这些学院下再分几个相关的系。在学院之外，学校还可能有一些单独的系，系之下再分某几个专业，当然也有不少一个系只有一个专业的情况。在学校里，院、系是制定并实施教学计划、对学生进行教学管理的实体，分专业是为了对大学生按不同的方向进行培养。同一个系不同专业有很多课程是相同的，大多只是在三四年级专业学习阶段，才出现某几个专业主干课程不同的情况。

（二）正确对待专业学习

对于专业学习，长期以来一直有部分学生进校后发出“进对了大门走错了小门”的感慨，认为自己进了一个“冷门”专业，进了一个实力不雄厚的专业，感到学习没劲。这种想法对大学学习生活是很有危害的。对专业学习的意义，大学生要有正确的认识。专业学习的过程，更应该是大学生培养学习能力、思维能力的过程。通过专业学习，大学生可培养各方面的综合素质，这比对专业知识本身的掌握更为重要。不论考上哪一个专业，大学生都应该搞好专业学习，“以不喜欢所学专业”或者“反正今后我也不从事这一专业的工作”等为由在学校里混日子，是绝对错误的。在大学里如果没有学到必须的专业知识，没有掌握专业技能，拿什么去适应社会的需要？更何况，在学校里，你还可以选修一些自己感兴趣的课程。

事实上，如果你确实具有某方面的专长，或入学后发现某种疾病、生理缺陷，不能在原系（专业）学习，但尚能在本校或其他院校别的系（专业）学习（须经指定医院检查证明），可以

提出申请，进行转系（专业）或者转学。在具体操作时，要按学校学生守则的规定办理。但是，不管你转系（专业）、转学是否成功，都应该好好学习。除此之外，某些地区、某些高校还为大学生提供了转学、转专业的机会。

（思考：你对自己的学校、专业满意否？你所在地区、学校有哪些转学、转专业机会和规定？你准备以何种方式实现自己的目标？）

校园透视

专业学习的意义

一位来自四川的大学生没有考上自己理想的计算机专业，而被录取到物理专业。进入大学后，他认为物理专业今后分配可能差，对其没有一点兴趣，于是心灰意冷，不认真上课，抱着“在大学混4年算了”的想法，整天无所事事。第一学期结束，他便有3门功课不及格。在这之后，他在学业投入上有所加强，但对专业的看法一直没有改变。大学毕业时，他的学习成绩在该专业全体学生中排名倒数几位。他的一些同学，有的分配进了研究所，有的考上了研究生，还有的由于有较高的综合素质，被一些三资企业录用。回顾4年大学生活，他十分懊悔：专业并不重要，重要的是通过专业学习，培养自己的学习能力和思维能力。

二、学校机构

（一）院系教务办公室

一般学校的院系教务办公室主要是指教学秘书办公室，主要负责教学管理工作。凡是与教学相关的事，比如每个专业每学期的课程安排，考试及成绩登记、成绩单发放，学生的重修、补考以及转学、休学等，都是院系教务办公室管理的内容。

（二）学生工作部门

学校学生工作部门——学生工作部（处）是校一级的学生管理机构，负责全校学生的思想政治教育工作和日常管理工作，并指导院系的学生工作。院系学生工作由学生工作组负责，院系设一名专门负责学生工作的总支副书记（兼副院长），另外，还有多名思想政治辅导员，一般与院系团委合署办公。

大学生心理咨询室是由受过专门训练的专业咨询人员为大学生提供心理帮助的机构。咨询员运用心理学知识、技巧和技术，通过个别面谈咨询或团体咨询的形式，使求询的大学生在良好的咨询气氛中得到指导和帮助。它可以帮助大学生尽快尽好地适应大学学习与生活，解决在学习、人际交往中遇到的困难，及时缓解遭遇挫折时产生的悲观沮丧、苦闷烦恼的情绪，并提供了解自我、发掘心理潜能、提高心理素质的机会，使各种心理问题得到及时地解决。有的心理咨询室除了为大学生提供咨询服务外，还为大学生在入学时提供一次性格和心理健康方面的测试，帮助大学生及时了解自我。咨询室还为大学生开设心理健康公共选修课和系列讲座，普及心理健康方面的知识。

勤工助学办公室有专职教师负责，指导、管理学生参加校内外各种勤工助学活动，帮助学生通过自己的劳动获取收入，培养学生的劳动观念和自立精神。

校团委负责指导共青团活动，下设有学生会、各种社团，通过开展丰富多彩的校园文化活动、精神文明创建活动及多渠道的社会实践来提高学生的综合素质，培养学生的能力。

校园的各种社团是培养学生才能的第二课堂。大学时代是大学生长知识、长身体的时期，对各方面能力的培养十分重要，大学校园的各种社团的设立正是为大学生能拥有一个多姿多彩的校园生活，并且通过组织这些活动培养和提高大学生素质。有的大学学生社团有四五十个之多，具体又可分为政治思想类、科技学

术类、文化艺术类、体育类等。学生社团一般在指导老师的指导下，由学生自己负责社团的组织管理和各种活动的开展。大学生在课余时间参与或者更进一步组织一定的社团活动，很有必要。

（三）教务部门

教务部门的职能是制定并实施教学计划，进行教学管理和研究，在学校建立良好的教学秩序，形成良好的教风、学风。各院系教学管理在学校教务部门统一安排下进行。一般的教学问题，如上课请假，只要经院系有关负责老师同意即可。有的教学问题关系到学生的学籍问题，如出国留学、休学等，在得到院系老师同意后，还要到教务部门办理。

（四）保卫部门

保卫部门是维护校园良好秩序的重要部门。能否很好地接受保卫部门的管理，反映出大学生的法制意识。校园保卫部门的职能是维护校园正常教学、生活秩序；对学生进行户籍管理；加强学生宿舍的“防火防盗”工作，保护学生财物及人身安全；监督校园文明秩序，防止不文明举止甚至非法行为在校园发生；接受校园各种治安问题报案，并立案侦查。大学生要配合好保卫部门的管理，自觉遵守相应的管理措施，同时以主人翁的姿态参与校园管理。

（五）图书馆

图书馆是学校重要的教学科研服务机构。上大学后，图书馆应是每个大学生常去的地方。因为求知是每一个大学生上大学的重要任务，而这仅靠课堂教学是远远不够的。图书馆里浩如烟海的书籍，不但可以为你的专业学习提供参考，而且可以开阔你的视野，扩大你的知识面，从而进一步陶冶你的情操，提高你的修养。增加和提高图书馆藏书的数量和质量，推出各种有利于大学生更好利用图书馆的服务措施，如“图书导读”、“学校间图书资源共享”等，如今已成为不少高校图书馆的重要工作内容。

(六) 后勤服务部门

学校的后勤服务部门为学生搞好学习提供良好的物质保障。每个大学生在大学里要度过好几年的集体生活，来自异地他乡的学生，在大学校园里的时间一年要达到 10 个月左右。几乎所有学生在校期间需要的生活服务，学校的后勤都给予考虑。在校园这个“小社会”里，学生吃有食堂、餐厅，住有学生宿舍、公寓，行有后勤部门帮助定假期车船票，医有校医院及学校挂钩医院，买东西有学校各种仓买，娱乐有学校影院，等等。现在不少学校随着社会的发展，正不断改善学生生活的硬件设施，使学生更好地在校园里生活。比如，有的学校在宿舍里安装了电话、电视，在宿舍楼里设置了微波炉和洗衣房。

重要补充

利用好学校图书馆

目前，一般高校的图书馆，都设有阅览室、书库、自修室甚至视听室等。阅览室也包括社会科学阅览室、自然科学阅览室、外文图书阅览室、报刊阅览室、工具书阅览室等。不同学校对提供有关阅览内容的阅览室可能有不同“命名”，但功能不外乎于此。阅览室里的实际书籍期刊只供学生在图书馆阅览室开放期间在阅览室提供的座位上阅览，而不外借。开架阅览的图书期刊，在阅览后，可以将其放回取书处；非开架的书籍期刊的阅读，需要你提供相关的证件如阅览证、借书证做“抵押”换取阅览牌去借阅，在闭馆之前归还图书管理员。如果阅览的书籍期刊上有你所需的内容千万不可随心所欲，认为“窃书不算偷”而将重要内容撕下或者打主意将书带出，这种破坏公共财物或盗窃的错误行为，会受到严厉的处罚。阅览室一般允许带入必要的学习用品，看到精彩的内容，你可以摘录，如果内容太多，你可向图书管理员说明，暂时借出阅览室，到图书馆内的复印室复印。

图书馆的书库，一般有两类：一类是外借书库，一类是特藏书库。外借书库的图书供学校师生借阅。特藏书库图书的借阅则比较严格的限制，只有在你进行某方面的研究必须使用或参考某方面资料，并得到有关领导同意后才能到图书馆办理借阅手续。

一般大学图书馆的外借书库，有几十万甚至几百万册图书，要从这些书里选出自己需要的图书，若在厚厚的图书目录里或者走进书库漫无目的地找，是很浪费时间的。利用图书馆的书目，依据自己掌握的图书知识，可以较快的找到你所需要的书籍。编制图书馆的书目，是图书馆管理图书的方法，既把图书按照一定的规律放在相应的书库位置，而知道了书目编制的来由，也能使你掌握了图书放置的规律，从而能轻松的找到图书。一般图书馆都有2种以上的图书目录，具体包括分类目录、书名目录、著者目录、主题目录等。有的学校的图书馆还开设了光盘检索，让学生更方便的检索图书。

分类目录，是按图书所属学科类别分门别类组织的目录体系。利用这一书目，对于不知道具体读哪一本书，也不知道书的作者，只知道书大致所属学科门类的学生，是比较方便的。现在各大学图书馆的分类目录，大都按照中国图书馆的《中国图书馆图书分类法》来分类，把全部图书资料分为22个大类，每个大类都用英文字母代表，具体为：A. 马列主义、毛泽东思想；B. 哲学；C. 社会科学总论；D. 政治、法律；E. 军事；F. 经济；G. 文化、科学、教育、体育；H. 语言、文字；I. 文学；J. 艺术；K. 历史、地理；N. 自然科学总论；O. 数理科学和化学；P. 天文学、地球科学；Q. 生物科学；R. 医药、卫生；S. 农业、林业；T. 工业技术总论；U. 交通运输；V. 航空、宇宙飞行；X. 环境科学；Z. 综合性图书。在把图书分为22大类后，还有复分表、细复分表，对门类再细分，进一步确定图书资

料的大致位置。比如，你要找一本我国现代文学评论方面的书籍，那么你先得知道文学评论属于“语言文学”一类，即“H”类，接下来你要找到“中国文学”，再找其中的“现代文学”部分，然后在这一部分里找“文学评论”，由此逐渐逼近你要找的书籍。如果有的图书馆采用其他分类法，也不用担心。一般在图书馆里，都会有相应的分类提示。

书名目录，是按图书资料名称即书名的汉字笔画笔形顺序组织的目录体系。如果你知道你要借阅图书的书名，查书名目录比较合适。具体方法是，先数清书名的第一个字的笔画数是几（书名目录中的笔画是由少到多排列）；在笔画数相同的情况下，再看第一个字的第一笔的形状如何；如果前面两者均相同，则可按第一个字的汉语拼音音序去查。比如，你想从图书馆里借《西厢记》，查书名目录，你需要准备这些信息：书名的第一个字“西”是六画，“西”的起笔形状为横“一”，“西”的汉语拼音第一个字母为“X”，因此你就可以在标识着六画“一”的目录卡中，跳过拼音音序在“X”前23个字母打头的字，直接到“X”的目录中，很快找到该书的目录卡。

著者目录，是按图书资料著者名称的汉语拼音音序组织的目录体系，适合于知道图书作者的读者利用。查找的方法是，先按著者名称的第一个字母的汉语拼音音序去查，如果第一个字母相同，而字不同，则按汉字的第一笔的笔形顺序去查。如果第一个字相同，再按第二个字的汉语拼音音序去查。比如，你想看郭沫若的作品，作者的姓名给你这些信息：第一个字“郭”的汉语拼音的第一个字母为“G”，“郭”的第一笔笔形为“点”，第二个字“沫”的汉语拼音为“M”，你只要找到“G”为标识的目录，就可以找到郭沫若作品的目录卡了。

图书馆的几种书目可以单独也可以综合使用，这取决于你对图书资料的了解。学会综合使用多种目录方法，对你较快收集