

悲哀 激情

愤怒

狭隘
恐惧

焦虑 快乐

抑郁

抑郁质
嫉妒

心境 害羞

多血质

黏液质
认知重构

愤怒 性格

危机应对

胆汁质
换位思考

珍爱生命 多血质

悦纳自我

优化人格
情绪管理

投射自我 放松训练

体验自我

自我体验
调控自我

陶冶性情 心路探寻

现实自我

全面认识自我
理想自我

人格的社会性 心理自助

心理咨询

人格的整体性
情绪 情感

生理自我 心灵拓展

挫折应对

积极完善自我
情绪与理智

自我认识 两课堂互补

独立与依赖

互动式教学
生涯规划

自爱与自轻 发展需求

心理健康

自信与自卑
人格塑造

心理训练 理想与现实

大学生发展与心理健康教程

主编

刘丰林

舒剑萍

高等教育出版社

大学生发展与心理健康教程

主 编 刘丰林 舒剑萍
编 委(按姓氏拼音排序)
黄小琴 李玲玲
李晋军 梁婷婷
廖前兰 刘丰林
舒剑萍 汪志华
魏鹏程 徐海燕
余华琼 张淑芳
编辑秘书 徐海燕

高等教育出版社·北京

内容简介

本书以大学生发展为主线,心理自助与互助为重点,荟萃了国内外心理健康教育研究的新成果、新信息和教学改革新经验。全书分“心理体验”“心路探寻”“心灵拓展”(数字课程)三篇,主要针对自我认知,角色转变(包括学习心理,生涯规划),人际交往,情绪管理,恋爱、压力与挫折应对,生命教育与心理危机应对八大主题,从知识学习体验、心理调适训练、心理素质拓展三个层面进行了阐述。此书整体上凸显自主学习、互动式体验,第一、二课堂互补的教学模式特色,适用于大学生的课堂内外学习和教师教学,还可以作为同龄青年的心理健康教育读本,社会工作者的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

大学生发展与心理健康教程 / 刘丰林, 舒剑萍主编.
—北京: 高等教育出版社, 2014. 7
ISBN 978 - 7 - 04 - 038576 - 2

I. ①大… II. ①刘… ②舒… III. ①大学生 - 职业选择 - 高等学校 - 教材 ②大学生 - 心理健康 - 健康教育 - 高等学校 - 教材 IV. ①G647.38 ②B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 163691 号

策划编辑 孙葵葵 责任编辑 李 瑄 封面设计 李卫青
版式设计 余 杨 责任印制 张泽业

Daxuesheng Fazhan yu Xinli Jiankang Jiaocheng

出版发行	高等教育出版社	咨询电话	400 - 810 - 0598
社 址	北京市西城区德外大街 4 号	网 址	http://www.hep.edu.cn
邮政编码	100120		http://www.hep.com.cn
印 刷	中国农业出版社印刷厂	网上订购	http://www.landaco.com
开 本	787mm × 1092mm 1/16		http://www.landaco.com.cn
印 张	15	版 次	2014 年 7 月第 1 版
字 数	370 千字	印 次	2014 年 7 月第 1 次印刷
购书热线	010 - 58581118	定 价	27.60 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换

版权所有 侵权必究

物料号 38576 - 00



随着第三次工业革命的日渐兴起,经济全球化的浪潮已势不可挡,世界的风云变幻和我国经济社会发展的新格局,给正处于成长成才关键时期的 90 后青年大学生带来许多新的挑战。如何正确处理好大学生涯中诸如学业、交友、恋爱、求职等一系列人生发展问题,是大学生从生理成熟走向心理成熟必须要解决的重要课题。作为高等教育者,通过大力推进大学生心理健康教育,帮助大学生通过学习和实践,不断丰富心理健康知识,增强心理调适能力,提高身体心理素质,以良好的心态励志成才,为实现中国梦贡献力量,是我们应尽之责,也是我们编写本教材的初衷。

编写这部教材是我们多年的夙愿,虽然我校心理健康教育起步较晚,但我们一直在进行积极的探索。20 世纪 90 年代,开始为学生开设全校选修课,尽管不断增加课堂,但仍不能满足学生需求,后增开了心理健康教育系列讲座,主要是培养心理健康教育学生骨干。2004 年,新生适应性心理健康教育专题讲座开始推进,惠及每一个学生。2008 年,我们将专题讲座课程化,为一年级全体学生开设了“大学生发展与心理指导”必修课。2011 年 5 月,教育部颁发了《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》,对我校的心理健康教育教学工作起到了巨大的推动作用,课程建设、师资队伍建设、专兼职心理咨询队伍建设等得到较快发展。2013 年,心理健康教育课被确定为必修课,列入学校新的人才培养方案。与此同时,我们一直致力于大学生心理健康教育教学的研究工作,研究项目《大学生心理健康状况影响因素及对策研究》于 2008 年获武汉市科技进步三等奖,《构建和谐生态系统 实施分层心理干预 促进大学生身心健康》于 2009 年获第一届湖北省大学生心理健康教育优秀成果二等奖,《基于第一、第二课堂互补的大学生素质拓展教育体系研究与实践》于 2012 年获湖北省高等学校教学成果一等奖,其中,大学生心理素质拓展教育教学模式创新是该成果中的重要内容之一。目前,“大学生发展与心理健康”已被学校列为重点建设课程。鉴于此,将 10 多年来在大学生心理健康教育工作中学习借鉴、实践创新的经验与成果汇集凝练,编写成教材,以便教学相长,已是势在必行。

本教材名称的确定颇费了一番心思。原定的《大学生心理发展指导》和《大学生发展与心理指导》比较侧重于学生心理上对本课程的接受程度,但似乎有重发展轻心理健康之嫌。定名《大学生发展与心理健康》,比较符合《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》中关于“高校学生心理健康教育课程是集知识传授、心理体验与行为训练为一体的公共课程”的定性。最后,考虑到体现教学模式上的自主性学习特色,我们确定加上“教程”两字,即《大学生发展与心理健康教程》。



在教材的架构和内容上,我们本着既保证在现行高等教育体系下实现《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》的课程目标,涵盖其所有教学内容,又能体现课堂教学模式创新的原则。即在大素质拓展教育体系的自主学习、养成教育、体验教育和创新教育“四平台”上,创建了本课程的第一、第二课堂互补,互动式体验,自主性学习的教学模式。依据本课程理论、训练、拓展教育模式,将本教材分为3篇,依次为“心理体验”“心路探寻”“心灵拓展”,从大班的知识学习体验,到小班的心理行为训练,直至指导第二课堂不断地开展心理素质的拓展,学生的课堂、体验和自主性逐步扩增。第一篇“心理体验”,共十二章,主要介绍心理健康知识,每章三节,依次为发展与心理特点、健康维护和冲突化解;穿插了“身边的故事”“知识之窗”“心海拾贝”“名人心路”“心理体验”“情景模拟”等模块,既可用于老师结合知识点引导学生进行互动式体验,又可以用于学生自主性学习。第二篇“心路探寻”涵盖了大学生发展自助互助的八大主题,每一主题提供“典型案例分析”“团体心理训练”“自我心理测试”三大部分以及“课外训练指导”的相关内容。第三篇“心灵拓展”虽然主题与第二篇相同,但教学内容和形式的设计主要用于指导心理素质拓展第二课堂,包括“视频公开课”“书刊阅读心赏”“影视作品赏析”三大板块。

本教材编委会在编写教材过程中,借鉴了许多国内外知名学者、同行的研究成果,包括书报、期刊、网络及其他媒体资料,虽然我们在参考文献中一一列入或在相应位置予以注明,但难免有所遗漏,敬请原作者谅解;编写过程中,我们也得到了许多领导、专家、同行以及高等教育出版社的大力支持和热心帮助;本校张加明教授和梁鹏副教授对本书的编写给予了悉心指导,学工部苏维佳部长与孟三爱副部长鼎力协调,黄海兰老师提供过重要资料,在此一并表示衷心感谢!

虽然本教材经过了反复讨论修改,但在交付出版时仍然感觉时间仓促,加之水平有限,存在一些这样或那样的不足在所难免,敬请同行专家、教师和广大学生等读者批评指正。

编者

2013年12月于武汉轻工大学

数字课程（基础版）

大学生发展与 心理健康教程

登录以获取更多学习资源!

登录方法:

1. 访问<http://abook.hep.com.cn/38576>
2. 输入数字课程用户名（见封底明码）、密码
3. 点击“LOGIN”、“进入A4”
4. 进入学习中心，选择课程

账号自登录之日起一年内有效，过期作废
使用本账号如有任何问题

请发邮件至：medicine@pub.hep.cn

大学生发展与心理健康教程

刘丰林 舒剑萍（武汉轻工大学）主编

用户名 密码 验证码 3897 进入课程

内容介绍

纸质教材

版权信息

联系方式

本数字课程是《大学生发展与心理健康教程》纸质教材的配套资源，是利用数字化技术整合优质教学资源的出版形式，可扩展纸质教材的内容，为读者提供拓展资源、演示文稿（PPT）、自我心理测试等，供读者完善学习内容。

Copyright © 2014-2015 高等教育出版社 版权所有

<http://abook.hep.com.cn/38576>

郑重声明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其为人将承担相应的民事责任和行政责任；构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人进行严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话 (010) 58581897 58582371 58581879

反盗版举报传真 (010) 82086060

反盗版举报邮箱 dd@hep.com.cn

通信地址 北京市西城区德外大街4号 高等教育出版社法务部

邮政编码 100120

短信防伪说明

本图书采用出版物短信防伪系统，用户购书后刮开封底防伪密码涂层，将16位防伪密码发送短信至106695881280，免费查询所购图书真伪。

反盗版短信举报

编辑短信“JB, 图书名称, 出版社, 购买地点”发送至10669588128

短信防伪客服电话

(010) 58582300



目 录

第一篇 心理体验

第一章 大学生成长发展与心理健康 2

第一节 大学生发展需求与心理

发展特点 3

一、90后大学生的发展需求与

目标 3

二、90后大学生心理发展特点 7

第二节 大学生心理健康的维护 ... 10

一、大学生心理健康的意义 10

二、心理健康概述 11

三、维护大学生心理健康的

途径与方法 18

第三节 大学生常见心理冲突与

调适 21

一、独立与依赖的冲突 21

二、理想与现实的冲突 22

三、求知欲强与识别力低的

冲突 22

四、情绪与理智的冲突 23

五、性生理与性心理的冲突 23

第二章 大学生自我意识培养 25

第一节 大学生自我意识的发展

与特点 25

一、自我意识概述 25

二、大学生自我意识的发展与

特点 28

第二节 大学生自我意识的完善 ... 29

一、全面地认识自我 29

二、正确地评价自我 30

三、积极地完善自我 30

第三节 大学生自我意识的矛盾与

调适 31

一、自信与自卑 31

二、自爱与自轻 32

三、自律与放纵 32

第三章 大学生人格塑造 34

第一节 大学生人格发展特点 35

一、人格的概念 35

二、当代大学生人格发展的

基本特点 36

三、大学生的气质特点 36

四、大学生的人格特点 38

第二节 大学生健康人格的塑造 ... 39

一、健康人格 39

二、大学生健全人格的主要

内容 40

三、大学生健康人格的塑造

途径 40

第三节 大学生常见的人格发展

缺陷及重塑 41

一、人格发展的影响因素 41

二、大学生常见的人格发展缺

陷及重塑 42

第四章 大学生的学习生活与角色

转变 48

第一节 大学生学习生活与能力发展特点	48	一、人际关系的概述	82
一、大学生心理发展过程	48	二、大学生人际关系	84
二、大学生学习特点与心理机制	50	第二节 大学生人际交往技能的培养	86
三、大学生生活的特点及生涯规划	51	一、大学生人际交往的原则与条件	86
四、大学生能力概述及发展目标	52	二、大学生人际交往能力的培养	88
第二节 大学生的角色转变	53	第三节 大学生常见人际交往的困惑及调适	91
一、大学生学习能力的培养及潜能开发	53	一、大学生人际交往焦虑	91
二、学会管理时间	55	二、大学生人际交往冲突	92
三、大学期间生涯规划的制定	56	三、大学生人际交往恐惧	93
第三节 大学生角色常见心理问题及调适	57	四、大学生人际交往回避	94
一、大学生常见角色冲突与化解	58	第七章 大学生恋爱与身心健康	96
二、大学生常见的学习心理障碍及调适	59	第一节 爱情的心理学视角	96
第五章 大学生情绪、情感与情绪管理	63	一、什么是爱情	97
第一节 大学生情绪、情感的发展及特点	64	二、对爱情的正确理解	100
一、情绪、情感概述	64	三、当代大学生的爱情价值观特点	101
二、大学生情绪、情感的发展与特点	66	第二节 大学生爱的能力的培养	103
第二节 大学生良好情绪的培养	67	一、学会表达爱	103
一、情绪管理的内涵	67	二、学会拒绝爱	103
二、大学生情绪管理的策略	68	三、学会发展爱	104
三、大学生情绪管理的具体方法	70	四、从失恋中获得成长	106
第三节 大学生情绪冲突与调适	75	第三节 大学生恋爱中的心理困惑与调节	108
一、焦虑	76	一、爱情心理困扰	108
二、抑郁	76	二、恋爱中的情感危机	109
三、自卑	77	第八章 大学生压力与挫折应对能力的培养	112
四、愤怒	78	第一节 大学生压力与挫折应对能力的发展与特点	112
五、嫉妒	79	一、压力与挫折概述	112
第六章 大学生人际关系与人际交往	81	二、大学生压力与挫折应对能力的发展与特点	115
第一节 大学生人际关系的特点	82	第二节 大学生压力与挫折应对能力的培养	116
		一、大学生压力应对能力的	



培养	116	一、大学生性心理健康的标准	146
二、大学生挫折应对能力的		二、大学生性心理健康的维护	
培养	122	策略	146
第三节 大学生常见的压力或		第三节 大学生性心理困扰与	
挫折及其应对	124	调适	147
一、新生适应问题	124	一、性生理困扰与调适	147
二、专业选择问题	125	二、性体像困扰与调适	148
三、人际关系问题	126	三、性意识困扰与调适	149
四、恋爱问题	127	四、性行为困扰与调适	149
五、考研究生和择业问题	127	五、性压抑困扰与调适	153
第九章 大学生生命教育与心理危机		第十一章 大学生心理咨询及其寻求	
应对	129	方法	155
第一节 大学生生命的发展与		第一节 大学生心理咨询的发展	
特点	130	与特点	156
一、生命意识概述	130	一、心理咨询概述	156
二、生命的特点	130	二、大学生心理咨询的发展与	
三、大学生的生命责任	131	特点	159
四、生与死的思考	132	第二节 大学生心理咨询的寻求	
第二节 大学生的生命体验与自我		方法	163
完善——生如夏花之绚烂	133	一、平日主动关注	163
一、体验生命	133	二、咨询前积极准备	166
二、尊重生命	135	三、咨询过程中有效配合	167
三、敬畏生命	135	第三节 进一步消除对心理咨询的疑虑	
四、生命的珍爱	136		168
五、生命的价值与超越	136	一、心理咨询与我有关吗	169
第三节 大学生的生命危机应对	138	二、这些心理咨询师能行吗	169
一、大学生的生命危机现象	138	三、一次心理咨询就可以	
二、自杀的预防与危机干预	140	彻底解除困扰吗	169
三、他杀与自我保护	141	四、心理咨询能够帮我解决	
第十章 大学生的性与性心理健康		一切问题吗	170
维护	142	五、心理咨询安全吗	170
第一节 大学生性心理的发展		第十二章 大学生常见心理疾病的防	
与特点	143	治常识	171
一、性概述	143	第一节 心理疾病的概述	172
二、大学生性心理的发展与		一、心理疾病的概念	172
特点	144	二、大学生心理疾病的识别	173
第二节 大学生性心理健康的		三、大学生心理疾病的发生原因	173
维护	146	第二节 大学生心理疾病的常见	
		类型	173



一、神经症	174	第三节 心理疾病的防治原则	186
二、进食障碍和成瘾障碍	177	一、心理疾病的三级预防	186
三、人格障碍	180	二、心理疾病的治疗原则	187
四、心境障碍	182	三、科学地对待心理疾病	188
五、精神分裂症	184		

第二篇 心路探寻

第十三章 大学生自我意识探索	192	第一节 典型案例分析	208
第一节 典型案例分析	192	第二节 团体心理训练	209
第二节 团体心理训练	193	第三节 人际交往心理测试	210
第三节 自我心理测试	194	第十八章 大学生恋爱成长	212
第十四章 大学生人格探索	196	第一节 典型案例分析	212
第一节 典型案例分析	196	第二节 团体心理训练	213
第二节 团体心理训练	197	第三节 自我心理测试	215
第三节 自我心理测试	198	第十九章 学会笑对压力与挫折	216
第十五章 我的大学我做主	199	第一节 典型案例分析	216
第一节 典型案例分析	199	第二节 团体心理训练	216
第二节 团体心理训练	199	第三节 自我心理测试	218
第三节 自我心理测试	201	第二十章 探寻生命之旅	220
第十六章 学做情绪的主人	203	第一节 典型案例分析	220
第一节 典型案例分析	203	第二节 团体心理训练	220
第二节 团体心理训练	204	第三节 自我心理测试	222
第三节 自我心理测试	205		
第十七章 大学生人际交往探索	208		



第三篇 心灵拓展

参考文献	224
------------	-----



第一篇 心理体验

第一章

大学生成长发展与心理健康

学习目标

掌握维护心理健康的途径与方法;熟悉大学生心理发展特点,心理健康的标准,大学生心理健康的意义,大学生常见的心理冲突与调适方法;了解90后大学生的发展需求和目标,健康的概念、心理健康的含义和界定原则,影响大学生心理健康的因素。

重点内容

大学生发展与心理发展特点,维护心理健康的途径与方法。

身边的故事

苦恼的小王

大三学生小王,在教室里看书时,总担心会有人坐在身后并干扰自己,有强烈的不安全感,以致只能坐在角落或者靠墙而坐,否则无法安心看书。他对寝室一位同学放收音机的行为非常反感,有时简直难以忍受,尤其是中午睡午觉时,总担心会有收音机的声音干扰自己,从而睡不着觉,经常休息不好,但又不好意思与那位同学发生面对面冲突,因为觉得不应为这样的小事发脾气。小王很长时间不能摆脱这种心理困境,很苦恼,严重影响了他的日常生活和学习。即将毕业的他,心中一片茫然,担心找不到理想的工作,有时候也懒得去想这个问题,怕增添烦恼。小王学习成绩一般,在班上属于中游,当看到其他同学都在准备考研究生,自己也想考,但是又不能集中精力学习。他很自卑,缺乏自信,生活态度比较消极,认为所有的一切都糟透了。

从个体的发展阶段来看,大学生面临着自我接纳、人际交往、社会责任等多种心理发展任务,他们需要在思想和行为方面真正摆脱对外界的依赖而全面成熟起来,从而建构独立完整的人格体系。然而大学生由于心理发展不成熟、情绪不稳定等问题而容易出现不良反应,从而出现各种心理问题。如何缓解、消除由各种矛盾引发的心理压力及由此造成的心理危机,已成为各个高校共同面临和迫切需要解决的问题。加强大学生心理健康教育,是解决这一问题的有效措施。帮助大学生解决成长发展中的各种困惑及问题,开发个体心理潜能,优化大学生的人格,提高其心理健康水平,正是大学生心理健康教育的目标所在。



第一节 大学生发展需求与心理发展特点

一、90 后大学生的发展需求与目标

(一) 90 后大学生成长发展面临的新挑战

随着经济全球化的不断深入发展,新的历史背景下,大学生在成长成才的过程中面临着诸多挑战,主要来自于以下六个方面:

1. 高速发展的现代信息技术对大学生的冲击 时至今日,以互联网和电子科技为代表的现代信息技术正高速发展,把世界引入了信息全球化的时代。可以预见,在未来相当长的一段时期内,现代信息技术仍将保持它在全球化进程中的引领地位,持续不断地影响和改变人类社会的发展。

无数事实证明,科学技术的发展像一把双刃剑,一方面给人类的未来带来了光明,使人憧憬未来;另一方面也使人类的未来笼罩上阴影,使人不无忧虑和担心。今天的信息技术已经让人们缩短了时间观念或放大了空间观念,让人们的视角时刻变动和虚幻化。当代大学生生活在现代信息技术创造的数字世界里,他们一方面尽情地沉醉于数字世界,任意挥洒自我;另一方面又对虚拟数字的强大感到惊慌,有一种找不回自我的恐惧与迷茫。他们常把虚拟社会里的言行变为现实社会中的实际行动,当回到现实社会里时,又发现虚拟社会里的假象总让自己徘徊在虚拟与现实之间,从而迷失了评价善恶美丑的方向,失去了信仰和价值选择的标准,使传统道德观念、法律意识、社会责任感等不断走向边缘,甚至诱发了犯罪。

2. 当代西方社会思潮对大学生的冲击 社会思潮作为一种精神力量,对某个特定的社会群体起着巨大的冲击作用。当代西方社会思潮学派林立,变迁迅速,出现了西方马克思主义、女权主义、市场社会主义、“第三条道路”、非理性主义、后现代主义、全球化思潮和消费主义等思潮。西方发达国家借经济全球化之力把这些社会思潮不遗余力地输送到我国,一种崭新的、异样的西方世界和文化传统及其价值观也随之更为生动地展示在当代大学生面前,对大学生越来越具有影响力。一些大学生常常被“黄金外衣”包裹着的当代西方社会思潮所吸引甚至迷惑。

虽然当代西方社会思潮中的优秀成分在一定程度上促进了大学生的个人成长,但更重要的是阻碍了大学生社会主义核心价值观的形成,主要表现为崇尚西方的价值观念和社会制度,对马克思主义中国化新成果产生认知困惑,从而缺乏远大的理想信念和崇高的道德追求;表现为热衷于西方社会的流行与时尚,对中华民族优秀传统文化产生不屑与排斥,从而缺乏健康向上的精神追求和健全人格。

3. 我国日益凸显的社会矛盾对大学生的冲击 在全球化全面覆盖的浪潮声中,经过新中国 60 多年特别是改革开放 30 余年的建设发展,我国已跨入人均 GDP 3 000 美元的行列国家。这既是一个重要的战略机遇期,也是一个社会矛盾凸显期,尤其是社会财富分配不公造成了贫富悬殊、城乡差别过大、特权阶层收入过高的现实,把“买房难、看病难、上学难、就业难”的民生问题呈现在尚未进入社会的大学生面前,使他们对未来忧心忡忡,缺乏信心,感到无助,从而产生“新读书无用论”。虽然明知知识有用,但他们却对读书所带来的受益持否定态度,认为高等



教育支出不能与教育回报率相对等,因此,大学校园里旷课逃课、逃学打工、考试舞弊、论文抄袭、诚信失落等现象的存在已不足为奇。

4. 家庭内部矛盾对大学生的冲击 在我国经济社会转型时期,因物资诱惑、道德滑坡、感情变化等多种因素的影响,我国传统家庭观念正在发生变化,家庭内部出现气氛紧张、情感冲突、婚姻破裂等问题。据民政部 2010 年公布的数据显示,我国离婚人数已经连续 7 年递增,离婚率呈现逐年升高趋势。我国离婚人数一直增长,一方面反映了社会与时代进步给个人生活带来更多选择机会与自由空间。但另一方面,也反映了社会进程中的人际矛盾与情感风险,折射出我国传统家庭内部矛盾突出的现象。

家庭内部矛盾给在校学习的学生造成了直接影响。父母之间的紧张氛围往往给学生带来不安全感;情感冲突使学生得不到情感上的满足与慰藉;婚姻破裂后形成的单亲家庭,使学生得不到完整的父母之爱,不仅影响学生的学业和正常生活,而且打破了学生的心理平衡,容易导致学生形成偏执人格。种种家庭内部矛盾对本来就尚未形成正确价值观、爱情观、婚姻观、幸福观的大学生来说,无疑是雪上加霜,受其影响,他们中的少数大学生选择逃离家庭,个别学生甚至走向了极端。

5. 长期应试教育的弊端对大学生的冲击 在我国基础教育中,学生会考试不会学习、有分数没有能力已经成为全社会公认的事实,也使得高校接纳的生源综合素质偏低。在教育大众化进程中,以考试来评价教师工作业绩和学生学业水平的应试教育,仍大量存在于目前的中国高校,也将可能长期存在。目前,国内高校“考公一族”“考研一族”“考证一族”等的出现,从一个侧面反映了高等教育中存在以考试为评价标准的应试教育现实。另外,社会过多地以文凭和学历来评价人才质量,也对应试教育起到了推波助澜的作用。应试教育功利性太强,忽视了对学生综合素质的培养,不利于实践能力和创造力的培养,导致部分学生抗挫折能力弱,缺乏基本的文明行为规范,缺乏人文素养与文化底蕴,缺乏国际视野与创造性思维。

6. 高校教学管理服务不到位对大学生的影响 进入 21 世纪,我国高等教育实现了由精英教育向大众化教育的转变,取得的成绩有目共睹。但是高等教育培养人才、科学研究、服务社会、文化传承创新的任务仍然艰巨,尤其是人才培养质量与人民的期盼、经济社会发展的需要还有较大的差距,主要原因在于高校自身教学管理服务还存在一些不到位的情况,具体表现在:一是人才培养理念、方案及模式不能很好地适应我国建设创新型国家和人力资源强国的需要,学科专业设置跟不上社会经济发展的需求,传统的教学内容、方法、课程体系以及考试评价手段制约了学生的自主选择权。二是在具体的管理工作中,“以学生为本”的理念还没有真正落实到各个育人环节,学校与学生之间仍旧是一种过分依赖的主从关系;学校管理机构行政化明显,其职能条块分割较严重,运行不畅,形成不了高校的育人合力。三是学校主动服务学生的意识不够,软硬件环境不能较快地满足学生日益增长的合理需求。四是评价教师重科研业绩轻教学水平,导致部分教师不能专注于教学,投入教书育人的精力不够,这些问题直接影响了学生的成长成才。

(二) 90 后大学生发展的新需求

由于 90 后大学生在成长成才的过程中面临诸多新挑战,故而在思想观念上有了许多新的变化。呈现出在思维方式上多向、在价值取向上多元、在道德观念上多样的新特点。这使得 90 后大学生发展的需求更加强烈,主要表现在以下几方面:

1. 个性发展的需求 随着经济全球化和信息网络化的发展,各个国家的政治、经济和



文化都形成了紧密的联系。90后大学生要想在这个竞争激烈的社会中生存和发展下去,就必须对社会知识进行全面的了解,并培养有效的社会活动能力,争取成为一个全能性的人才。身处多元化、信息化、国际化时代的大学生渴望体现个性化,按照自己的特长与兴趣发展自己,择业时对个人发展前景、薪酬待遇、个人志向兴趣等的考虑较多,更多地希望找到符合兴趣爱好与发挥个性特长的工作。大学生个性发挥需求的增强,是伴随经济发展、社会进步的必然现象。

2. 心理发展的需求 在经济社会发展的大背景下,90后大学生的生活领域不断扩大,人际交往范围逐步扩宽,在优越的成长条件和独生子女特有的心理特征的影响下,他们崇尚独立,敢于表达自己的观点,在现实中渴望被尊重、肯定和信任。伴随着身心迅速发展,他们对人生和社会的认识更加深刻,更加理性,其思维方式带有明显的个体本位、契约本位和发散性思维的特点。但由于缺少挫折的历练,在现实生活中他们往往容易产生挫败感和心理失衡,从而导致思想波动和行为偏差。

3. 学业发展的需求 学业发展是大学生成长成才的基础,也是他们今后的立身之本。实践表明,一个在事业上有所建树的人,其成功的原因,一部分来自于社会实践积累的经验 and 能力,另一部分则依赖于在学校学习时打下的知识和能力基础。因此,大学生对学业的发展有着强烈的需求,他们希望自己能接受良好的教育,使自己学有专长。他们不仅认真学习本专业的知识,积极参加第二专业的学习,而且还利用课余时间参加社会上举办的各类技能培训班。

4. 审美取向的需求 我国在物质文明建设取得巨大成就的同时,也极大丰富了精神产品的供给,这为90后大学生在审美上进行个性化选择打下了坚实的基础。审美对象的多样化、特色化和大众化,不但使他们开阔了视野,更增强了他们在审美上的包容性和独立性。但同时还应看到,审美上的“兼容并蓄”并非带来的都是正向结果,大学生自身审美素养的缺乏、社会不良风气和西方思潮的影响所导致的审美上的盲目性在一定范围内依然存在。

5. 道德判断的需求 经济全球化的发展,使得世界各国不同的道德观念大量涌入,我国传统的道德价值体系受到了强烈冲击,特别是青年大学生的道德观念带有明显的“全球化”痕迹,凸显了鲜明的时代特征。90后大学生的道德认知水平总体来说处于一个较高的层次,无论是社会主义道德、中华传统道德还是社会公德、职业道德、家庭美德等基本道德规范,绝大多数90后大学生对此都表示认同。但社会的思想多元化、中西方价值观的激烈交锋、道德失范现象和不道德行为的时有发生,却对大学生思想产生了较大冲击,使部分大学生在道德认知上陷入困惑和迷茫。因此,90后大学生面对纷繁复杂的社会环境,如何认识和树立正确的道德观念,并将这种道德认知内化为价值追求,外化为道德行为仍是一个长期课题。

6. 价值取向的需求 在当今世界发展的大格局下,各国文化相互交融,市场经济不断深化,经济形势多样化的特征,使得当代大学生的价值观由某种特定的价值观、哲学思想或意识形态一边倒的状态改变为非常重视自我感受、判断和对现实的体验,从而形成多元化的自我价值取向。在全球化背景下,多元文化的交锋与融合,使90后大学生的价值观发生了深刻变化。个人本位主义、功利主义等思想在大学生群体中较为普遍。他们认为应该将服务社会和实现自我发展放在价值取向的同等位置。他们敢于谈论价值、利益、金钱,认为合理地追求利益最大化、追求感官刺激并不是违背原则的事情。应该说,这种思潮的出现与我国多种经济成分、多种分配形式和多元利益主体的体制现状是相符的,体现了经济发展对当代青年价值观形成的影响。



7. 民主参与的需求 由于社会的高速发展,网络信息的普及,社会开放程度越来越大,信息越来越透明,大学生对于社会发展的参与愿望越来越强烈。一方面,党和政府提供的机会越来越多,关心和参与国家大事的渠道越来越方便,逐渐使参与民主事务成为新的生活方式;另一方面,大学生认识到参与社会事务是争取和维护自身权益的最佳途径,在参与中表达利益需求,就能够引起重视,得到关心和帮助。因此,随着社会主义民主政治的推进,大学生的民主参与需求不断增强。

8. 政治理想的需求 随着生活水平的逐步提高,信息获取量的增多,90后大学生见多识广,由于接触社会活动的机会多,他们思维活跃,创新能力较强,他们向往民主,有十分强烈的参与意识,希望得到他人的尊重、信任和理解,对民主管理、民主作风表现出很大的兴趣和关注。90后大学生在持续关注国家主权与领土完整、民族宗教、反腐倡廉、环境保护、抗震救灾、食品安全、民生的保障和改善等热点问题的过程中,对国家和民族的认同感不断增强,国家意识和社会责任意识不断提升。但和以往不同的是,他们这种关注和认同是和自身发展、自我诉求的实现紧密联系在一起。这也导致了大学生在政治理想追求中的实用主义。其最为直观的表现就是大学生入党动机的多元化和功利化倾向。

(三) 90后大学生发展的新目标

1. 团中央领导提出的当代大学生的发展目标 2009年6月9日,时任团中央书记处第一书记的陆昊在中国大学生骨干培养学校第二期学员结业仪式上强调,作为当代大学生,要树立五个层次的发展目标:①掌握好所学专业的核心理论框架和重要知识。②具备合理的知识结构。③比较综合全面的素质。④良好的品格。⑤走中国特色社会主义道路的理想信念。

2. 江泽民同志提出的当代大学生的发展目标 江泽民同志在1998年5月4日庆祝北京大学建校一百周年讲话中,对青年大学生的发展,提出了以下四方面的目标:①坚持学习科学与文化与加强思想修养的统一。②坚持学习书本知识与投身社会实践的统一。③坚持实现自身价值与服务祖国人民的统一。④坚持树立远大理想与进行艰苦奋斗的统一。

3. 胡锦涛同志提出的当代大学生的发展目标 胡锦涛同志在2011年4月24日庆祝清华大学建校一百周年讲话中,对青年大学生的发展提出了三方面的目标:①把文化知识学习和思想品德修养紧密结合起来。②把创新思维和社会实践紧密结合起来。③把全面发展和个性发展紧密结合起来。

4. 习近平同志提出的当代大学生的发展目标 习近平同志在2013年5月4日同各界优秀青年代表座谈时的讲话中提出,为实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋斗,是中国青年运动的时代主题,同时提出当代青年的五个发展目标,归纳如下。

(1) 坚定理想信念 “功崇惟志,业广惟勤。”理想指引人生方向,信念决定事业成败。中国梦是全国各族人民的共同理想,也是青年一代应该牢固树立的远大理想。中国特色社会主义是我们党带领人民历经千辛万苦找到的实现中国梦的正确道路,也是广大青年应该牢固确立的人生信念。

坚持用邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观武装头脑,把理想信念建立在对科学理论的理性认同上,建立在对历史规律的正确认识上,建立在对基本国情的准确把握上,不断增强道路自信、理论自信、制度自信,增强对坚持党的领导的信念,永远紧跟党高高举起中国特色社会主义伟大旗帜。