

高职高专公共课教材系列

# 思想道德修养

张桂华 陆伟英 主编



清华大学出版社

高职高专公共课教材系列

# 思想道德修养

张桂华 陆伟英 主编

清华大学出版社

北 京

## 内 容 简 介

本书以高职学生为对象,是高等职业院校的专用教材,是一本具有“高职特色”的“思想道德修养”课教材。

本书的主要内容的人生观、道德观和心理健康等三个方面构成,分为十个章节,具体阐述了学习和成才、人生理想和人的价值、道德修养、当今社会生活中的道德、恋爱与爱情、人际交往和心理健康等专题。根据高职学生的特点,本书特别对高职学生学习的效率和方法、高职学生的自我认识以及毕业以后的职业选择等问题,作了具体的论述。

为了切合高职院校学制短、重实践能力及主要培养生产、服务第一线技术应用型人才的特点,本书在编写上也不同于一般普通高校的同类教材,在内容上力求简捷而精练,在理论阐述上力求浅显而明快,在行文上,则力求轻快、活泼和生动。为了方便教师在教学时能尽快进入主题,本书在每个章节之前安排了相关内容的“主题前导”。更具有创新意义的是,为了引导学生在课后对所学内容能作进一步思考,在每个章节之后,各提供了一则或几则意味隽永、启人深思的“阅读资料”。

版权所有,翻印必究。举报电话:010-62782989 13901104297 13801310933

本书封面贴有清华大学出版社激光防伪标签,无标签者不得销售。

### 图书在版编目(CIP)数据

思想道德修养/张桂华,陆伟英主编. —北京:清华大学出版社,2004.8  
(高职高专公共课教材系列)

ISBN 7-302-09169-2

I.思… II.①张… ②陆… III.思想修养—高等学校:技术学校—教材 IV.G641.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第078099号

出 版 者:清华大学出版社

<http://www.tup.com.cn>

社总机:010-62770175

地 址:北京清华大学学研大厦

邮 编:100084

客户服务:010-62776969

责任编辑:徐学军

封面设计:银 羽

印 刷 者:清华园胶印厂

装 订 者:三河市金元装订厂

发 行 者:新华书店总店北京发行所

开 本:185×260 印张:10.5 字数:256千字

版 次:2004年8月第1版 2004年8月第1次印刷

书 号:ISBN 7-302-09169-2/G·500

印 数:1~5000

定 价:18.00元

---

本书如存在文字不清、漏印以及缺页、倒页、脱页等印装质量问题,请与清华大学出版社出版部联系调换。联系电话:(010) 62770175-3103 或 (010) 62795704

# 前 言

“思想道德修养”课程是以马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论以及“三个代表”思想为指导,以人生观、价值观、道德观教育为主线,依据大学生成长的基本规律,综合运用相关学科知识,教育引导大学生加强思想道德修养的一门主干课程。本课程的根本目的,是通过课程的系统讲解,帮助大学生获得正确的人生观、价值观和道德观,成为“有理想、有道德、有文化、有纪律”的“四有”新人。

本书是以高职学校学生为主要对象编写的《思想道德修养》教材。

1999年,党中央、国务院做出扩大高等教育招生规模的决定,并将招生计划增量主要用于发展高职教育。2002年,国务院召开全国职业教育工作会议,颁布了《关于大力推进职业教育改革与发展的决定》。至2003年,全国高职教育招生数已增长到200万人,在校学生达到了480万人。目前,全国共有高职院校908所,占全国普通高校总数的一半以上,高职教育已成为我国高等教育的一个重要组成部分。

高职院校与普通高校相比有着不同的特点,诸如学生的来源不同,学制和教学内容不同,更主要的是高职教育的培养目标不同,高职教育重点培养的是具有较强实践能力并主要在生产、建设和服务第一线工作的技术应用型人才。

为了满足高职学生思想道德教育的需要,为了适合高职学制和高职学生的特点,我们编写了这本专用于高职院校的《思想道德修养》教材。

今年年初,在清华大学出版社的计划安排下,我们组织了上海本科院校和高职院校“思想道德修养”课的部分教师,首先讨论了高职院校“思想道德修养”课的教育内容和教学方法,然后根据教育部有关“思想道德修养”课程的指导思想,结合我们自己几年来在高职院校的具体教学经验,拟出了教材编写大纲。

当教材编写大纲为出版社通过之后,我们立即着手撰写,在参加编写的人员中分配了各个章节的撰写任务。经过一年多的努力,所有编写人员在4月中旬提交了初稿。我们对初稿安排了一次集体讨论,并由主编与各位编写者进行了多次反复的磋商,在此基础上,所有编写人员对各自的初稿作了一次修改。最后,再由两位主编对所有稿件加以调整和统稿,于5月初正式提交出定稿。

本书由张桂华教授和陆伟英教授主编,张宁副教授、黄美菊老师和许柏秋老师为本书的副主编。各章的编写老师分别为:

- 张 宁: 绪言 大学是人生发展的新阶段
- 黄美菊: 第一章 学习和成才
- 张桂华: 第二章 人生与人生观
- 赵金宝: 第三章 人生理想和人的价值
- 钮维平: 第四章 道德和道德的历史发展
- 陆伟英: 第五章 道德品质和道德修养

陈维铨：第六章 社会生活中的道德

陆伟英：第七章 恋爱与爱情

陆伟英：第八章 人际交往和人际关系

朱引芳：第九章 心理健康

许柏秋：第十章 职业选择

[主题前导]编选：张桂华、陆伟英

[阅读资料]编选：张桂华、陆伟英

本书的面世，还凝聚了很多朋友的辛苦，袁科萍、陈河南、贺军、贺民、龚亚萍、戴军、李志云、王春桥、陈安南、李晓春、孟丽艳、王淼、纪红等老师在策划、预读、试讲、课件制作等方面也做了很多工作。

高校的“思想道德修养”课程，其主要内容由人生观、道德观和心理健康以及人际关系等方面构成，本教材的主要内容，也同样由这些方面构成。但不同于一般的普通高校教材，这本以高职学生为主要对象的教材，其主要特点是：在内容上简而精，在理论阐述上浅而明，在行文上力求轻快活泼和生动。为了方便教师在教学时能尽快进入主题，我们在每个章节之前，安排了“主题前导”。具有创新意义的是，为了引导学生在课后对相关教育内容能作进一步的思考，我们在每个章节之后，各提供了一则意味隽永、启人深思的“阅读资料”。我们的目的是尽可能提供一本具有“高职特色”的“思想道德修养”教材。

当然，我们的愿望和实际达到的效果之间肯定存在着差距，我们希望同行，特别是高职院校讲授“思想道德修养”课的教师多提批评和建议，以便我们今后修改。

最后，感谢清华大学出版社的策划，尤其要感谢上海远程教育集团的袁科萍老师，若没有她的及时协调和指导，这本教材是难以顺利完成的。

编 者

2004-5-25

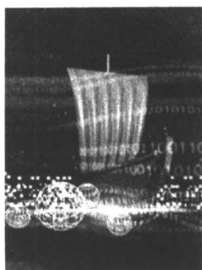
# 目 录

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 绪言 大学是人生发展的新阶段 .....         | 1  |
| 第一节 高等职业技术学院的培养目标 .....      | 1  |
| 一、高等职业教育是我国高等教育的重要组成部分 ..... | 1  |
| 二、高等职业技术学院的培养目标 .....        | 1  |
| 三、高等职业技术教育培养手段的多样性 .....     | 2  |
| 第二节 高职学生的素质能力要求 .....        | 2  |
| 一、良好的思想道德素质 .....            | 2  |
| 二、健康的身心素质 .....              | 3  |
| 三、全面的科学文化素质 .....            | 3  |
| 四、较强的工作能力 .....              | 4  |
| 第三节 高职学生面临的转变 .....          | 5  |
| 一、阶段目标变化的转变 .....            | 5  |
| 二、生活环境变化的转变 .....            | 5  |
| 三、学习方式方法的转变 .....            | 6  |
| 四、大学人际关系的转变 .....            | 6  |
| 五、把握人生新阶段的主动权 .....          | 7  |
| 第一章 学习和成才 .....              | 14 |
| 第一节 学习与学习观 .....             | 14 |
| 一、学习概述 .....                 | 14 |
| 二、学习的分类 .....                | 14 |
| 三、大学学习的一般特点 .....            | 15 |
| 第二节 掌握科学的学习方法 .....          | 15 |
| 一、人脑的基本知识 .....              | 15 |
| 二、三种学习类型 .....               | 16 |
| 三、智力类型与具体学习方法 .....          | 16 |
| 第三节 努力成为创造性人才 .....          | 19 |
| 一、创造性人才的重要性 .....            | 19 |
| 二、创造性的基本要素和特征 .....          | 19 |
| 三、创造性的培养 .....               | 20 |
| 第二章 人生与人生观 .....             | 29 |
| 第一节 人的需要和人的活动 .....          | 29 |
| 一、人的需要 .....                 | 29 |
| 二、满足需要的活动 .....              | 29 |
| 第二节 人生观的成因 .....             | 30 |

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| 一、对人生问题思考的原因 .....          | 30        |
| 二、对人生问题思考的时机 .....          | 31        |
| 三、人生的思考 .....               | 32        |
| 第三节 人生观的功能 .....            | 33        |
| 一、简单人生观 .....               | 34        |
| 二、系统人生观 .....               | 34        |
| 三、人生观的功能 .....              | 34        |
| 四、简单人生观的缺陷 .....            | 35        |
| 五、系统人生观的功能 .....            | 36        |
| 第四节 人生目的 .....              | 36        |
| <b>第三章 人生理想和人的价值 .....</b>  | <b>43</b> |
| 第一节 人生理想 .....              | 43        |
| 一、人生理想的分类 .....             | 43        |
| 二、各类理想之间的关系 .....           | 44        |
| 第二节 理想是人生的精神支柱 .....        | 44        |
| 一、理想与空想、幻想的区别 .....         | 44        |
| 二、理想能提供巨大的精神力量 .....        | 45        |
| 第三节 人生理想的确立与实现 .....        | 46        |
| 一、人生理想确立的依据 .....           | 46        |
| 二、理想和现实的关系 .....            | 47        |
| 三、实践是通向理想彼岸的桥梁 .....        | 47        |
| 四、坚韧不拔的意志是实现理想的保证 .....     | 48        |
| 第四节 人的价值 .....              | 49        |
| 一、价值与人的价值 .....             | 49        |
| 二、功利价值和道德价值 .....           | 49        |
| 三、人的价值的评价 .....             | 50        |
| 四、正确处理个人与社会的关系 .....        | 50        |
| <b>第四章 道德和道德的历史发展 .....</b> | <b>55</b> |
| 第一节 道德的实质 .....             | 55        |
| 一、道德的一般含义 .....             | 55        |
| 二、道德的实质 .....               | 55        |
| 第二节 道德的功能和作用 .....          | 56        |
| 一、道德的功能 .....               | 56        |
| 二、道德的作用 .....               | 57        |
| 第三节 道德的历史发展 .....           | 58        |
| 一、道德的起源和形成 .....            | 58        |
| 二、道德的历史特点 .....             | 59        |
| <b>第五章 道德品质和道德修养 .....</b>  | <b>69</b> |
| 第一节 道德品质 .....              | 69        |

|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| 一、道德品质的含义和特点 .....         | 69        |
| 二、道德品质的构成 .....            | 69        |
| 第二节 中华传统美德 .....           | 70        |
| 一、中华传统美德是中国古代道德文明的精华 ..... | 70        |
| 二、中华传统美德的德目 .....          | 70        |
| 第三节 社会主义道德 .....           | 72        |
| 一、以为人民服务为核心 .....          | 72        |
| 二、以集体主义为原则 .....           | 72        |
| 三、以“五爱”为基本要求 .....         | 73        |
| 四、社会公德的基本内容 .....          | 74        |
| 第四节 道德修养 .....             | 75        |
| 一、道德修养及其基本特征 .....         | 75        |
| 二、道德修养的基本特征 .....          | 75        |
| 三、道德修养的内容 .....            | 76        |
| 四、道德修养的方法 .....            | 76        |
| <b>第六章 社会生活中的道德 .....</b>  | <b>83</b> |
| 第一节 公德和私德 .....            | 83        |
| 第二节 公德 .....               | 83        |
| 一、社会公共道德 .....             | 83        |
| 二、职业道德 .....               | 86        |
| 第三节 家庭道德 .....             | 87        |
| 一、家庭道德 .....               | 87        |
| 二、尊老爱幼的道德规范 .....          | 87        |
| 第四节 大学生活中的道德行为 .....       | 88        |
| 一、尊敬师长 .....               | 88        |
| 二、校园秩序 .....               | 89        |
| 三、友爱同学 .....               | 89        |
| 四、文化活动 .....               | 89        |
| <b>第七章 恋爱与爱情 .....</b>     | <b>94</b> |
| 第一节 爱情的发展和特征 .....         | 94        |
| 一、爱情是进步和文明的产物 .....        | 94        |
| 二、爱情是情与性的高度融合 .....        | 95        |
| 三、爱情的基本特征 .....            | 96        |
| 第二节 大学生恋爱现象透视 .....        | 97        |
| 一、大学生恋爱的多重驱动力 .....        | 97        |
| 二、大学生恋爱的独特性 .....          | 98        |
| 三、大学生恋爱存在的问题 .....         | 99        |
| 第三节 树立正确的爱情观 .....         | 100       |
| 一、正确认识爱情与人生的关系 .....       | 100       |

|                             |            |
|-----------------------------|------------|
| 二、理智走出情感的误区 .....           | 102        |
| 三、遵守恋爱道德 .....              | 105        |
| <b>第八章 人际交往和人际关系 .....</b>  | <b>110</b> |
| 第一节 人际交往和人际关系 .....         | 110        |
| 一、人际交往和人际关系 .....           | 110        |
| 二、人际交往的类型和现代人际交往态势 .....    | 111        |
| 三、人际关系的作用和建立良好人际关系的意义 ..... | 112        |
| 第二节 大学生人际交往的现状和特点 .....     | 114        |
| 一、大学生人际交往的特点 .....          | 114        |
| 二、大学生人际交往的困惑 .....          | 114        |
| 三、大学生人际交往的障碍 .....          | 115        |
| 第三节 建立良好的人际关系 .....         | 117        |
| 一、影响人际交往的因素 .....           | 117        |
| 二、遵守人际交往的原则 .....           | 119        |
| 三、提高人际交往的能力 .....           | 120        |
| <b>第九章 心理健康 .....</b>       | <b>128</b> |
| 第一节 心理与心理健康 .....           | 128        |
| 一、心理的一般概念 .....             | 128        |
| 二、心理健康概念 .....              | 130        |
| 第二节 常见心理障碍与维护 .....         | 132        |
| 一、常见心理障碍 .....              | 132        |
| 二、心理障碍内在机制 .....            | 134        |
| 三、心理障碍的预防与心理健康的维护 .....     | 137        |
| <b>第十章 职业选择 .....</b>       | <b>146</b> |
| 第一节 职业理想与人生目标 .....         | 146        |
| 一、职业的含义和类别 .....            | 146        |
| 二、规划职业理想 .....              | 147        |
| 三、毕业生接受就业指导的意义 .....        | 148        |
| 第二节 树立正确的择业观念 .....         | 149        |
| 一、就业的形势和特点 .....            | 149        |
| 二、端正择业态度 坚定就业信心 .....       | 150        |
| 三、选择职业的原则 .....             | 150        |
| 四、做德才兼备的毕业生 .....           | 151        |
| 第三节 择业准备和择业程序 .....         | 153        |
| 一、择业前的思想准备 .....            | 153        |
| 二、毕业生择业的一般程序 .....          | 153        |



## 绪言

# 大学是人生发展的新阶段

大学，是人生发展的新阶段。如何了解新的环境、适应这种变化，如何树立正确的人生观、价值观，如何培养和锻炼自己的能力，是高职院校每一位大学新生必须面对的人生课题。只有了解和把握这些变化的特点，才能尽快适应环境，坦然面对出现的问题，顺利完成人生的又一次跨越。

## 第一节 高等职业技术学院的培养目标

### 一、高等职业教育是我国高等教育的重要组成部分

1999年，党中央、国务院做出大幅度扩大高等教育招生规模的决定，并将招生计划增量部分主要用于发展高等职业教育。2002年，国务院召开全国职业教育工作会议，颁布了《关于大力推进职业教育改革与发展的决定》，提出“要积极发展高等职业教育，有条件的市（地）可以举办综合性、社区性的职业技术学院”。1998年至2003年，全国高等职业教育招生人数从43万增长到200万，在校学生从117万增长到480万。短短的5年时间，高等职业教育招生人数和学生人数分别增长了3.7倍和3.1倍，分别占全国普通高校招生数的52.3%和42.3%。目前，全国共有独立设置的普通高等职业院校908所，占全国普通高校总数的58.5%，基本形成了每个市（地）至少设置一所高等职业学校的格局，成为与地方经济社会发展和人民群众利益联系最直接、最密切的高等教育办学机构。另外，高等职业教育实现了办学主体多元化的发展趋势，目前，全国已有民办高等职业院校164所，占高职学校数的18%。

### 二、高等职业技术学院的培养目标

高等职业教育以职业岗位群的需要为依据设置教学计划，在对职业岗位群进行职业能力分析的基础上，确定培养目标和人才规格。高等职业技术学院的培养目标是：培养拥护党的基本路线，具有高尚职业道德，与我国社会主义现代化建设要求相适应，掌握本专业必备的基础理论和专门知识，具有从事本专业实际工作的全面素质和综合职业技能，具有较强实践能力、自学能力、协作能力和创新能力，在生产、建设、管理、服务第一线工作的技术应用型人才。

高等职业技术学院培养的学生，既不同于普通高等院校培养的理论型、设计型人才，

也不同于中等职业教育培养的技能型人才。与这两种人才相比,高等职业技术学院所培养的人才具有以下鲜明特点:

(1) 高职教育的培养目标是面向生产和服务第一线的高级技术应用型人才,高职毕业生不但懂得某一专业的基础理论与基本知识,更重要的是他们具有某一岗位群所需要的生产操作和组织能力,是一种专业理论够用、生产技术操作熟练和组织能力强的复合型人才。

(2) 由于高职教育培养的学生是为生产第一线服务的,因此高职人才的毕业去向都是实用性很强的部门。例如,工科类高职的毕业生主要去向为企业生产第一线,从事施工、制造、运行、检测与维护等工作;艺术类高职的毕业生主要去向为广告公司和各类文化部门,从事艺术操作工作;经济类高职的毕业生主要去向为财经部门或企业部门,从事基层一线的企业管理和财经管理工作等。高职学生所学知识的实用性和其基层去向是高职教育的生命力之所在。

### 三、高等职业技术教育培养手段的多样性

高职教育的培养目标决定了其培养手段的多样性。在教学形式上,高职技术教育不仅有一定的理论教学,使学生掌握相关学科的基本理论与基本知识,而且有大量的实验、实习、设计、培训等实践教学,培养学生的综合职业能力。在实施教育的参与对象上,既有校内的专职教师,又有校外兼职教师和实习单位的指导教师。在教学过程中教师是学习的指导者、促进者、组织者和管理者,为学生学习提供资料、咨询等方面的支持,学生不再是被动接受者,而是主动探求者,教和学真正成为双向式过程。在教学手段上,充分利用现代化教学方式,计算机和多媒体技术的广泛应用,将迅速、高效地为高职教育教学提供各种所需信息,有针对性地提高教学效率和教学质量。

正如中国教育部部长周济强调的:“高职教育的主要任务是培养高技能人才。高等职业教育培养的学生既要能动脑,更要能动手,经过实践的锻炼,能够迅速成长为高技能人才。”

## 第二节 高职学生的素质能力要求

党的十六大报告指出:“要全面推进素质教育,以提高国民素质为宗旨,以培养学生的创新精神和实践能力为重点,造就数以亿计的高素质劳动者、数以千万计的专门人才和大批拔尖创新人才。”培养和造就大批高素质的高职人才,不仅是时代发展的要求,也是每一位高职学生自我发展的需要。按照党的教育方针和高职的培养目标,按照社会需求,沿着又红又专的方向,成为“四有”新人,是每一位高职学生成长和发展的目标。从全面素质教育的角度,这一发展目标,也可以称为高等职业技术学院学生应该达到的基本素质要求。这些基本素质要求应包括以下六个方面。

### 一、良好的思想道德素质

这主要指人生观、价值观和道德观。

我们现在从事的是建设有中国特色社会主义的事业,现阶段全国人民的共同理想是建设有中国特色的社会主义,青年大学生应有将我国建成现代化的社会主义强国的理想。青

年大学生还应确立劳动和奉献的人生价值标准。劳动和奉献就是“为人民服务”的具体体现，是社会主义核心价值观的核心。我们在劳动和奉献的同时也可实现自我的个人价值。要形成良好的道德素质，既需要继承中华民族优良的道德传统，又要适应社会发展趋势，与时俱进，确立符合时代要求的新型道德观念，如爱国守法、明礼诚信、敬业奉献等等。

## 二、健康的身心素质

身心素质，包括生理体质健康和心理健康两方面。要成为合格的人才，必须有健康的身心素质，否则，不但影响成才，甚至不能保证正常的学习和生活。大学生的生理体质，处于成长的最后成熟阶段，应该加强体育锻炼，炼就强健的体魄。其次，还需有意识地磨炼坚强的意志。在心理上，则要能适当控制个人的情绪，培养谦和的气质，始终保持乐观和豁达大度的胸怀。

## 三、全面的科学文化素质

在高职教育阶段，要注重四个方面的科学文化素质的培养。

### 1. 学好专业知识，培养动手能力

专业知识是走向社会的立身之本，动手能力是高职学生特点、特色的体现，都是今后走向社会为人民服务的本领。高职学生在初步接触自己的专业之后，要深入了解专业的特点和要求，克服轻视实际操作能力的思想倾向，专心于自己的专业，精益求精，为今后的就业奠定坚实的基础。作为高职学生，应特别重视专业证书的获得。

### 2. 加强人文精神的培养

所谓“人文精神”，涉及人们的信仰、理想、价值取向、人格模式、审美情趣等等。作为高职学生，应主动加强这方面的修养，其途径就是多听、多看、多思考。多听就是除了专业课程内容以外，还应重视人文课程的学习，如文、史、哲、经、艺术和管理等方面的课程和讲座；多看就是要多去图书馆，博览群书和定时读报纸杂志；多思考即对一些社会问题和社会现象进行分析、思考。加强人文方面的修养，既有利于丰富思想品德修养的内涵，又能增强人才的社会适应性。一个受过高等教育的人，有无人文方面的修养，呈明显的差异，其表现为：文明与粗野之分，水平高低之分，实践和工作的效率快慢之分，以及视野开阔和狭隘之分。加强人文方面的学习，就能提升我们的文化品位和格调，开拓知识视野，促进自己的成长。

### 3. 掌握现代科学技术手段

据科学家预言，信息量每隔3年到4年就要增加一倍，知识大爆炸，信息量骤增，新的科学理论和新的学科不断出现，高新技术飞速发展，而我们所学的专业知识只是其中很小的一部分，有必要对自然科学其他领域的突出进展作大致了解。互联网信息的出现，其影响也绝非科技界，对各国政治、经济、文化生活都提出了新的挑战。计算机的使用对于以动手能力见长的高职院校学生尤为重要。

### 4. 熟练运用外语工具

熟练使用外语可以让我们更好、更准确地了解外面的世界，沟通广泛，知识面更加宽

广。由于我国的经济发展和科学技术还有待进一步的提高,需要学习吸收发达国家一切对我们有用的东西,没有外语这一交流和沟通的工具是事倍功半的。随着我国对外开放程度不断提高,各行各业的对外交流活动大为增加,使外语运用能力显得越来越重要。外语能力是高职学生知识和能力的一个重要方面,教育部对包括高职院校在内的大学生要达到的外语水平已做出了明确规定。

#### 四、较强的工作能力

较强的工作能力,大致有以下几个方面。

##### 1. 文字表达能力

文字表达能力是知识分子的基本功。无论从事什么专业,要表述自己的观点、发表自己的成果、完成调查或实验报告,总要通过文字的方式进行。实际上,文字表达能力是决定一个人工作水平和沟通能力的重要因素之一。因此,高职学生应当加强文字表达能力的训练,掌握一般论文、应用文写作的规律和技巧。

##### 2. 口头语言表达能力

口头语言表达能力是人内在的知识和素质的外在表现。一个人的文明程度,从他的语言形象中就能得到最初的显现。准确、利落、有激情、有节奏、即兴反应得当并适应不同对象,就是人们公认的口才标准。富有感染力的语言表达,熟练而机智的即兴反应力,更能增加青年人的魅力。

##### 3. 人际交往能力

随着经济的发展和联系的日益密切,对人际交往能力的要求也相应提高。现代交通和通信技术的发展,更加扩大了人们交往的范围,使人际交往出现了全新的状态。因此,冲破封闭的个性束缚,培养接触社会的适应性,按照公共关系的规范,提高自己的社会交往能力,是时代的需要,也是未来工作的需要。

##### 4. 组织管理能力

高职学生今后大多数将成为“银领”或“灰领”阶层,他们中的一些人,也可能会走向各级管理岗位,都要面临一定的组织和管理的工作。高职学生在校期间应学习组织、管理的有关知识,锻炼和培养自身的组织能力和管理能力,这就要一实践,二学习。

##### 5. 创新能力

新的时期的突出特点就是不断出现新情况、新问题,需要我们及时地拿出新举措,开拓新局面,这对人们的创新能力提出了更高的要求。工作中的创新就是要推敲新思路、设计新方案、寻找新角度、采取新办法、开拓新局面。在学习、研究和工作中,把新的设计付诸实践,就是创新。创新能力的培养首先要学好基础知识,还要站在更高的角度考虑问题,关键的是要勇于实践。

## 6. 办事能力

在工作岗位上，一个人的办事能力，常常是上级考查下级的窗口。不论事情大小，只要办得圆满，就是能力的象征。

一般人们总把办事看成事务性的工作，其实办事也是有规律的，一般包括几个必要的环节。首先，要有强烈的责任心。其次，要有计划，事先的必要预测和计划能够增加成功的把握。再次，要及时汇报和沟通进展情况，不能等到事情结束时才让主管和领导知道，进展过程中与主管、领导及时沟通，能够得到更多的理解和指导。最后，还要保证有圆满的结果，这是证明办事成功的基本的事实，不能有头无尾，没有交代。办事过后还应有总结，这是一个人能不能进一步提高的明显标志。实现了这样的一个全过程，才算是较强的办事能力的体现。

# 第三节 高职学生面临的转变

## 一、阶段目标变化的转变

大学与中学相比，人生阶段性目标发生了变化，从适应应试教育、考上理想的大学的单一目标，转为提高自身综合素质，适应社会需要的全面目标。

在中学阶段，许多同学人生阶段性的目标非常明确，就是要考上一所理想的大学，为此付出了艰苦的努力，每天学习和生活非常充实。到高职院校后，一些同学并没有及时调整人生的阶段性目标，认为目标已经实现，便有了“船到码头车到站”的想法，认为可以歇一歇，放松放松。另外，高中生主要是在一种半超越现实的环境中生活，他们只是通过书本或各种传媒了解大学生活。这样难免对大学的期望值偏高，产生各种不切实际的幻想。一旦进入大学后，这种理想与现实的差距不可避免地会造成他们的失落感，失去了前进的方向和目标。所以，我们经常可以看到这样的情景，大学新生入学了，校园里一片热闹，但时隔不久，一些同学的情绪出现了异常，有的懒散起来了，逛街、打牌、睡大觉，有的整天想心事、郁郁寡欢。

大学阶段新目标的确立，实际上也是新的人生目标的确立。英国著名的哲学家怀特海先生这样说过：“在中学阶段，学生伏案学习；在大学里，他需要站起来，四面观望。”只要站起来，向社会、向历史、向未来、向生活的各个方面放眼展望，才能把握住恰当的目标。

## 二、生活环境变化的转变

大学的生活环境与中学相比，生活的范围更加广阔，面对的问题更加复杂，对人的独立能力提出了更高的要求。在中学时，大多数学生是走读学习，同学间的关系比较简单，与家长天天见面，沟通比较容易。平时不仅衣食住行由父母亲照顾，甚至有关个人发展的学习、升学、志愿填报等，都由家庭和父母做主；在学校和社会生活中遇到的矛盾和冲突，也都由家长出面来帮助解决，久而久之，养成了一些同学依赖的思想，遇事总想着要别人为自己负责。而且中学的生活环境对人的依赖性比较宽容，有依赖思想的同学并无不适应的感觉。

到大学阶段，高职学生大多数要住校学习，甚至是在外地求学，远离父母，家庭和父

母对自己的影响和帮助减弱。在大学,面对新的生活环境,涉及个人生活和发展的事情必须自己安排和决策,遇到矛盾和冲突必须自己解决,有大量的空余时间要自己管理和安排,许多活动要自己选择。这对第一次离家独立生活的同学,确实是一个严峻的挑战。高职院校的生活环境也要比中学时复杂得多,对人的独立性提出了较高的要求。一些依赖性较强的同学会感到十分不舒服、不适应,会有一个痛苦的适应期。

不过,在这同时,这种变化也带来了更多的自由、自主的生活实践的机会,高职学生必须尽快地适应新环境和新的生活规律,从依赖父母、依赖他人的轨道上转移过来,有意识地培养自己的独立性,勇于面对生活的挑战。只有顺应这种变化,摆脱依赖思想,树立独立意识,锻炼自立能力,才能克服消极因素的影响,度过大学阶段的适应期,开始新的生活。

### 三、学习方式方法的转变

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。大学里面,师生关系不同于中学那么紧密,大量学习的内容得靠自己来独立完成。

许多已毕业的高职学生深有体会,在不知不觉中,老师的讲课方式,已从中学时的有条不紊地推进,变为大学里的大踏步前进。不善于预习和复习的同学感到很难跟上老师讲课的节奏。大学里,除了课讲得快之外,作业也比中学里少得多,有些学生仍然习惯于过去的做法,老师布置多少就完成多少,不懂也不会自己安排学习。有的学生只想通过考试前的临时突击、死记硬背方法来完成任务,殊不知大学的课程分为一般基础课、专业基础课、专业课等,许多课程之间有着非常密切的联系,一环扣一环。如果基础课、专业基础课学得不扎实,即使靠考试前突击复习,临时抱佛脚,能勉强及格,但在以后的学习过程中,也会觉得越来越难学,越来越难以跟上课程的进度。

预习、复习是大学生学习的基本方法。只有进行充分的预习,才能保证听课时的质量。课后的复习,既可以使自己对老师讲课进行消化分解,掌握重点和核心问题,将厚书读薄,还可以通过课后阅读大量书籍来拓宽思路,让每一个知识点扩大成片。在大学学习还要养成课堂上记笔记的习惯,这不仅可以培养速记能力,准确全面掌握课堂上讲解的内容,而且还可以培养我们归纳总结的能力,提高听课的质量和效果。特别要指出的是,中学记笔记主要依靠眼和手配合,抄黑板上的内容,而大学记笔记更主要的是依靠耳、脑、手的协调一致,边听、边归纳、边记。

所以,大学生要学会自己确定学习目标,自己制定学习计划,自己安排学习时间,自己检查学习效果。大学阶段的学习,对个人学习主动性的要求增加了,大学新生要适应大学教与学的变化,掌握适合自己的学习方法,为大学乃至终生学习打下一个好的基础。

### 四、大学人际关系的转变

中学生人际关系主要是以亲友、同学、邻居等构成的熟人社会。进入大学,情况发生了较大的变化,将会一下子远离熟人社会,而在生人中生活。

处于青春期的大学新生,有着强烈的自尊、认同和归属的需要,非常渴望从朋友中获得感情的共鸣,但往往由于青春期的闭锁心理,当 they 与大学新同学接触时,总习惯拿高中时的好友标准来加以衡量。由于有老朋友的存在,常常会觉得新面孔不太合意,因此他

们宁愿采取被动接受的态度，从而阻碍了相互间的沟通 and 交流。此外，在高中阶段，上大学几乎是所有高中生最迫切的目标，在这个统一的目标下，找到志同道合的朋友很容易。但进入大学以后，各人的目标和志向有很大的不同，要找到一个有共同追求的朋友，需要较长时间。所以，在大学同学之间、师生之间、男女生之间、班级之间、校际之间的交往，对大学生来说，既是一种挑战，又是一种机遇。

在大学新生的人际关系中，问题最多的还是同学之间的关系。由于班级和宿舍里的同学分别来自不同的地域和不同的家庭，他们在思想观念、价值标准、生活方式、生活习惯等方面都存在着明显的差异，在遇到实际问题的时候往往容易发生冲突。差异是客观存在的，每个大学新生都必须面对它，接受它。

首先要正视同学间的差别，坚定自信心，摒弃自卑感。同学间，入学成绩有高有低，家庭经济状况有很大差别，性格、个性、生活习惯也各有千秋，在某些方面条件较差的同学往往会产生自卑感。每个学生应正确对待这些差别，条件较差的学生要克服自卑感，确立自信。录取分数的差别，只能说明过去，不能证明现在和今后；物质财富的状况不能代替教育层次、精神境界，况且这只能说明父母间的收入差距，不能说明同学间的差距。性格、个性、生活习惯的差异是客观存在的，这既需要宽容心来包容，又要相信，随着接受高等教育以及素质的提高，每个人都会改变。

要想处理好同学之间的关系，就要进行换位思维，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，要主动去做一些公益性事务，以增加同学们对你的好感，同学间的关系也就会融洽了。在给同学提意见的时候，必须动脑筋，讲究方法和技巧，给别人提意见一定不能当着众人的面，以免使对方难堪、丢面子。

## 五、把握人生新阶段的主动权

在了解了高职学生成长目标和高职院校生活特点的基础上，对怎样把握这一人生新阶段的主动权，高职学生应该有更加清楚的认识。

国际 21 世纪教育委员会在《教育——财富蕴藏其中》的报告中指出，21 世纪教育的宗旨和内容，是要帮助被教育者“学会学习、学会做事、学会做人”。这是我们每一个高职学生需要努力的方向。

在生活环境、教学方式方法、人生阶段性目标以及人际关系等方面，高职院校与中学相比，都发生了很大的变化，能不能主动、尽快学会适应，对能否成功地度过大学生活极其重要。良好的开端是成功的一半，高职学生应自觉地缩短适应期，尽快地进入角色。

要自觉缩短“理想间歇期”，很重要的一点是要明确学习的动机。大学生学习动机的指向，由低到高有七个层次四种境界：自我、职业；人际、集体；国家、民族；最高理想。所谓优化学习动机，就是要自觉地使其指向由低级到高级升华，把今天的学习与自身的成才，与国家、民族的未来紧密联系起来，坚持实现自我价值与服务他人、服务社会、服务祖国人民的统一。只有达到这样的境界，才能获得经久不衰的学习动力，避免出现“理想间歇期”，从而把上大学作为人生奋斗的新的起点。

大学实行优胜劣汰的竞争机制以促进学生的成才，社会用人单位也采取竞争机制以挑

选和任用人才。高职学生从一入校起就应该正视和适应这种竞争的环境,积极对待竞争,在竞争提供的机遇面前,奋力一搏。加强意志磨炼,增强抗挫折的能力。大学生的生活道路,不可能一路平坦,总会有曲折和干扰,苦恼和失意,甚至出现挫折和失败。面对这样的现实,应尽量缩短消极反应的时间,理智地控制自己,防止出现害人害己的攻击行为和自暴自弃的绝望行为。在方向正确的前提下,就是要坚持“失败了再干”的不屈不挠的精神。增强抗挫折的能力,是顺利达到理想彼岸的保证。

总之,希望广大新同学尽快提高认识,转变角色,适应大学生活。经过大学三年的学习和生活,既能学会学习、学会做事,又能学会做人,成长为基础扎实、知识面宽、能力强、素质高的应用型、技能型、复合型人才,为国家的建设和祖国的强大做出自己应有的贡献。

## ■ 阅读资料

### 全球大学的变革方向

布鲁斯 约翰斯

大学变革是一个全球性的话题,也是一种不可避免的趋势。它是复杂的,不仅需要大学校长、教师、学生以及高等教育研究者的持续关注,也需要教育管理部门负责人和有远见的政治家的关注,因为由高校、校长和教师组成的一方同由学生、家长、企业和社会组成的另一方之间的利益,最终靠这些变革来平衡。

#### 全球大学的系列变革

大学作为一个组织,可以发展、合并、增设新的专业,但这些都不是真正的变革,只有当教师采用了新的教学方法,学生的研究和创造性活动发生了改变,或者大学管理者按一套新规则运作这些现象出现,即组成大学的人的行为发生了变化,才是真正意义上的大学变革。全球的大学在变革中表现出许多共同的特点,例如:

(1) 高等教育大众化。人们越来越认识到,高等教育对社会的良好运行、对个人的成长和发展、对在日益激烈的经济竞争中立于不败之地起着至关重要的作用。

(2) 高等教育形式的多样化。非大学形式高等教育机构的设立、扩张及质量提高给高等教育带来了巨大变化。过去,许多国家将大学和非大学高等教育机构截然分开,称为“双轨制”,如今大多数国家都取消了这种“双轨制”,或者模糊了两者的界限。当然,也存在着与多样化相反的趋势,即大学化——许多高校为了寻求更高的学术竞争力,竭力仿效名牌大学的办学模式,但这并不影响高等教育形式向多样化发展的总趋势。

(3) 技术,特别是信息技术的广泛应用。信息技术虽然不会完全改变传统大学面授的教学方式,但传统大学的主导地位已经发生了动摇。电子邮件和互联网已经使学术交流方式发生了很大改变,并对教学活动产生影响。

(4) 大学第一学位的规范化。这种变化对欧洲以及那些一直恪守严格挑选生源原则的大学影响最大,这类大学整个 20 世纪都始终坚持从正规的中学里挑选学生,并且学生获得第一学位的时间都很长。根据各国教育部签署的欧洲波隆那协定及其他协定,欧洲的大学本科学制正缩减为三年或四年。