



高校德育成果文库·教育部思想政治工作司组编



# 70后与90后的对话

## 一个辅导员的工作手记

吴晟志◎著

★实践育人★课堂教学★案例赏析★特色经验★创新发展★

中国文史出版社

高校德育成果文库·教育部思想政治工作司组编

# 70后与90后的对话

## 一个辅导员的工作手记

吴晟志◎著

中国文史出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

70 后与 90 后的对话 / 吴晟志著. —北京: 中国文史出版社, 2015. 3

(高校德育成果文库)

ISBN 978-7-5034-6226-9

I. ①7… II. ①吴… III. ①大学生—思想政治教育—研究—中国 IV. ①G641

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 065809 号

责任编辑: 李晓薇

---

出版发行: 中国文史出版社

网 址: [www.chinawenshi.net](http://www.chinawenshi.net)

社 址: 北京市西城区太平桥大街 23 号 邮编: 100811

电 话: 010-66173572 66168268 66192736 (发行部)

传 真: 010-66192703

印 装: 北京彩虹伟业印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 170mm × 240mm 1/16

印 张: 15

字 数: 230 千字

版 次: 2015 年 5 月北京第 1 版

印 次: 2015 年 5 月第 1 次印刷

定 价: 68.00 元

---

文史版图书, 版权所有, 侵权必究。

## 总 序

中发〔2004〕16号文件颁发以来,各地各高校充分认识高校德育工作的极端重要性,坚持育人为本,德育为先,坚持贴近实际、贴近生活、贴近学生,不断推进理论、内容、机制和方式方法的创新,在传承中发展、在改进中加强、在创新中深化,大学生思想政治教育的吸引力、感染力、针对性、实效性不断增强,科学化水平不断提高,基本形成全员育人、全方位育人、全过程育人的生动局面。

今年是中发〔2004〕16号文件颁发十周年,为深入研究总结和集中展示近年来各地各高校落实立德树人根本任务、推动高校德育创新发展的理论和实践成果,教育部思想政治工作司决定组织出版《高校德育成果文库》,旨在引导和鼓励思想政治教育工作者聚焦高校德育工作的重大理论和现实问题,系统总结梳理近年来各地各高校加强高校德育工作所取得的可喜成绩和宝贵经验,并对下一步工作进行系统设计和统筹谋划,切实提高高校德育工作的水平和质量。

《高校德育成果文库》坚持正确的政治方向和学术导向,围绕立德树人根本任务,收录了一系列事迹案例鲜活、育人效果显著的研究专著、工作案例集、研究报告等成果。入选《高校德育成果文库》的这些著作都是各地各高校在长期研究和探索过程中心血和智慧的结晶,他们着眼于高校德育领域的重要理论和现实问题,研究规律,总结经验,探索路径。这

些作品从不同的角度反映了高校德育理论研究与实践探索的丰硕成果，是推动高校德育创新发展的宝贵财富。

希望在《高校德育成果文库》的引领和示范下，各地各高校继续坚持理论联系实际，以高度负责的态度、科学严谨的精神开展理论研究和实践创新，不断丰富路径载体、健全长效机制，坚持以社会主义核心价值观引领学校德育工作，为培养德智体美全面发展的中国特色社会主义事业合格建设者和可靠接班人做出新的更大贡献！

《高校德育成果文库》编委会

## 前 言

有人说，学生工作是一个良心活。每天，从早到晚，小到办学生证，大到毕业，都是学生工作的内容。从保姆到思想指路人，从良师到益友，从心理辅导到职业指导，学工需要太多的良心。奖勤助贷、学风建设、学生干部培养、党团建设样样都要做，入学手续、催交欠费、毕业手续，样样都要懂。十八般武艺都会的，是辅导员。

每天早上睁开眼睛，近千个学生的学业与成长就压迫着。而每天临睡时，那些人、那些事都一幕一幕在眼前，一帧一帧闪过。于是，我决定在繁忙和琐碎间记录下一些东西，那些一闪而过的思想，或是擦肩而过的思绪。

我想记下那些人，那些稚嫩青春里曾经的迷茫与困苦，他们曾经所说、所想和所做，给后来的年轻人一些启示。他们流过的泪，他们伤过的心，曾经也让我心痛。他们的成功与收获，也让我开怀。

我想记下那些事，在那些我们一同经历的人生里，或许一定有一些东西值得我们记录，值得我们回忆。而对于我自己，我更想用我的手真实地记录下一个普通的的学生工作者，她的每一天、她的每一年，她的笑、她的悲、她的感悟、她的责任。而这里，更有我的思考，对于这一代年轻人，他们的成长的思考。希望借我的手，为更多辅导员代言；希望借这些文字，为更多学生指路；希望人们可以读懂一个平凡的辅导员老师的责任。

每年的三月，校园的木棉树都会热烈地绽放，在乍暖还寒的春天，兀自燃烧着火红。光秃秃已无一片树叶的枝头上，一朵朵碗口大的花，那四片花瓣，不复杂地自顾自地盛开在风里雨里。年轻，那么简单，也那么孤独。

# 目 录

---

## CONTENTS

|                 |      |
|-----------------|------|
| 第一篇 新生指导篇 ..... | 1    |
| 高考,你有什么要说       | / 3  |
| 大学,从规划开始        | / 6  |
| 大学的第一课          | / 9  |
| 分数与能力           | / 11 |
| 大学里应该读的书        | / 13 |
| 大学必修课——时间管理     | / 15 |
| 为什么选择东南亚留学?     | / 17 |
| 第二篇 学业指导篇 ..... | 21   |
| 这次考试,你带小抄了吗?    | / 23 |
| 面对完全雷同的作业       | / 25 |
| 请记住你曾流下的泪       | / 27 |
| 选择              | / 29 |
| 请假的一千个理由        | / 32 |
| 退一步,海阔天空        | / 34 |
| 退学,且三思          | / 36 |

**第三篇 就业指导篇 ..... 39**

|                   |      |
|-------------------|------|
| 毕业,你准备好了吗?        | / 41 |
| 校园招聘会观感           | / 44 |
| 从《职来职往》说求职        | / 47 |
| 舞出我的精彩            | / 49 |
| 在创业和学业间学会平衡       | / 52 |
| 就业率,是雾里看花还是真真切切   | / 54 |
| 你的长发为谁飘——谈大学生形象设计 | / 57 |

**第四篇 生活指导篇 ..... 59**

|                       |      |
|-----------------------|------|
| 挺起腰板                  | / 61 |
| 大学生城镇医疗保险             | / 63 |
| 那一场风花雪月的事             | / 65 |
| 开学了,我怀孕了              | / 67 |
| 年轻,不一定要犯错             | / 69 |
| 生孩子的大学生               | / 71 |
| 当我不在你身边               | / 74 |
| 若你安全,便是晴好             | / 76 |
| 这种疼痛,你啥时能懂            | / 78 |
| 亲爱的孩子,请你原谅            | / 80 |
| 贫困无标准,道德有底线           | / 83 |
| 怎么去争,如何更放——资助工作后的深深思索 | / 85 |
| 领导的电话——大学生如何防骗        | / 88 |

**第五篇 社会实践篇 ..... 91**

|              |       |
|--------------|-------|
| 学生会的几个误区     | / 93  |
| 不要做带“伤”的学生干部 | / 97  |
| 自信就是成功       | / 99  |
| 大学,得在坚持      | / 101 |

|                        |            |
|------------------------|------------|
| 大学的活动,是多了还是少了          | / 104      |
| 演讲比赛                   | / 107      |
| 大学生“三下乡”,如何下出实效        | / 110      |
| 在竞聘中脱颖而出               | / 113      |
| <b>第六篇 思想育人篇 .....</b> | <b>117</b> |
| 仰望星空,脚踩大地              | / 119      |
| 惩罚                     | / 121      |
| 自尊与自强                  | / 123      |
| 谎言,是一个无底洞              | / 125      |
| 老师的眼泪                  | / 127      |
| 扫一屋,才能扫天下              | / 130      |
| 笨与复杂                   | / 132      |
| 文科女与理科女                | / 135      |
| 没有理由不奋斗                | / 137      |
| 舍友                     | / 139      |
| 入党的难或易                 | / 141      |
| 不要将黑手伸向同学              | / 143      |
| 从拖鞋折射出来的……             | / 146      |
| 电梯偶遇的启示与思考             | / 148      |
| 当你处在低谷时                | / 150      |
| 我们该不该“说走就走”            | / 152      |
| <b>第七篇 队伍建设篇 .....</b> | <b>155</b> |
| 辅导员的生存之路               | / 157      |
| 关于辅导员专业化               | / 160      |
| 点一盏灯在心上                | / 162      |
| 感谢我的团队                 | / 164      |
| 你的支持,我的坚持              | / 166      |

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| 转身                       | / 168 |
| 辅导员的一日                   | / 170 |
| 在春天里                     | / 172 |
| 又见炊烟                     | / 174 |
| 猫和老鼠                     | / 176 |
| 感觉不再爱了                   | / 180 |
| 坚持与感动                    | / 182 |
| 新学期班会                    | / 184 |
| 辅导员技能大赛                  | / 186 |
| 全能型辅导员                   | / 188 |
| 再也不能让学生背着书包在偌大的校园里一处一处地找 | / 191 |
| 职业指导工作室                  | / 193 |

## 第八篇 工作案例篇 ..... 195

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 赴国外留学学生突发群体疾病的应对处理     | / 197 |
| 国外留学学生突发精神疾病的应急处理      | / 202 |
| 学工手记之育人心得              | / 206 |
| 新闻部长的放弃与坚持             | / 210 |
| 学生擅自离校个案分析             | / 213 |
| 家长学堂——学业与健康,哪个重要?      | / 217 |
| 家长学堂之——放手,让她去飞         | / 219 |
| 写在九月——给出国在外的孩子们        | / 221 |
| 絮叨——给 2008 级留学国外的孩子们的话 | / 223 |
| 给 2010 级留学泰国毕业生的一封信    | / 225 |

## 后 记 ..... 227

# 01

第一篇

| 新生指导篇 |



## 高考，你有什么要说

高考还未到，关于高考的段子却已在网上流行起来。有一个段子总结得特别好，既像是总结历年高考出现的情况，又似是预测了今年即将发生的事。譬如：一定有一个考生被堵在路上，然后有各种好心的出租车、私家车或警车把他顺利送到考场；又如：一定有一个生病的考生，在病房里考试；一定有某个工地停工为了让考生睡得好、考得好……这些故事一定或励志，或温情，一定很让人感动。我看完，笑了。记者们今年的工作应该比较轻松了，按这个模板写好，到高考的那一天，把地点填上，把考场和路段填上，他就可以下班交稿了。

果然，这两天的新闻里，这样的故事真的出现了：为了一个高考考生，一栋楼96个用户无法正常使用电梯；为了考生的休息和学习，广场舞大妈和城管干了起来，终于城管赢了，大妈们答应在这两天停止跳舞了。人们笑不起来，也骂不起来，我们开始反思，高考到底怎么了，我们到底怎么了？！

安徽某中学，人们把它称为高考工厂，每年有近万名学生在这里补习。这万名学生的家长或在这里租房或在这里陪读，使围绕高考的所有成为这个小镇的经济来源。一个孩子，上大学，成为一个家庭的唯一目标。这是中国人的幸福，还是中国人的悲哀？

回忆我生活的年代，高考并不是每个小孩必须要走的路。那时候，一个家里有几个小孩，父母为了能让孩子们有吃有穿，就已费尽所有力气。有些孩子早早上了中专，有些孩子读了高职，为的就是早点出来工作赚钱养自己，有些甚至要赚钱给其他的兄弟姐妹读书。当然，一将功成万骨枯。一些

家庭里真的就牺牲了一个，成就了一个，而那一个，终于因“读书改变命运”，终于成了“人上人”，终于成了凤凰男或凤凰女。

某日和孩子一起去拿快递，看到送快递的车上赫然写着：读书不努力，长大送快递。我忍不住笑了，笑快递员的自黑，也笑孩子们的未来。其实我也跟所有的家长一样，非常担心这件事：如果孩子成绩不好，将来怎么办？所以，我也拼命地想让他学习：外语、画画、音乐，作文、奥数，我没办法考虑他快不快乐，但我知道，如果他学习不好，他哪里有未来？所以，我从现在开始就不快乐。我把我的不快乐，加倍放到他身上。我也会跟其他家长一样，为了他能上好的中学，花钱。为了他能上大学，花钱。他不明白我的苦心，他加倍地不快乐，我也是。

理解是善良的，但也是痛苦的。当我们给这些高考的孩子如此大的压力时，有没有考虑过他们的真正感受。高考前，喊楼！他们想喊什么？高考前，撕书！他们想释放什么？他们喊的和撕的，是正能量吗？中学阶段最后的课本，像雪花一样在六月的阳光里飘洒，像极了他们的青春，在毁灭中期待着新绽放。

但是，如果他们和他们的父母看到今日的大学，他们会不会还有如此的激情？宿舍里，没日没夜都在 LOL；教室里，时时刻刻都在 E 着。考试时，他们想着小纸条，他们寻找高科技。他们的目光空洞，他们的心灵空虚，他们依旧迷茫，他们还是不快乐。有个学生曾经对我说：老师，说实话我很怀念高中，至少那个时候我们生活有个目标，我们有行动，我们很努力。从高中的那个疯狂学习，到大学里疯狂娱乐，他们知道的状态。其实就算他们成绩好，他们又去哪里寻找未来。公务员？没关系。创业？没资本。民企？工资低。等待他们的，是买房买车，是存钱结婚，是赡养父母，处处是压力。

人生是一场极其漫长的竞赛，高考，也只不过是其中一段，虽然我们并不希望输在起跑线上，但是，我们更希望我们人生一路充满快乐。

可是快乐是什么？孩子幼儿园的时候，我曾经去听过一次儿童教育专家的讲座，他问了一个问题：如果只可以选择一个，你为你的孩子选择什么：聪明、听话、健康、快乐、成绩好？当时的我觉得这个问题很抓狂，我不会

选。我希望我可以选全部，只让我选一个，我很着急。他聪明当然重要，不聪明，读书怎么会读得好？他不听话，再聪明如果走偏了怎么办？他当然必须健康，这是最基本的。我当然希望他成绩好。做到这些，我自然就放心，我认为他当然就快乐了。其实到了今天我还是不会选，我仍然我可以选择全部。但是，我知道有些东西可遇不可求，我希望他有生存的能力，有快乐生存的能力，是所有的根本。

我们无力去改变什么，面对今日之高考的众生相。只是觉得我们有些感受，需要表达，也希望我们的表达，能让更多人清醒地知道，我们需要什么，我们需要改变什么，我们需要做些什么。

希望我的孩子们，他们真正地快乐。

## 大学，从规划开始

接到大学录取通知书，你的心情会是怎样？是兴奋，是感慨，是放心，还是别的什么呢。十二年的寒窗苦读，似乎为的就是等待这一天。考上大学，让我们如释重负，好像完成了我们所有的使命，让我们放下背负了十几年的包袱，长长地舒了一口气。这感觉好像一场漫长的马拉松，终于跑到了终点。

是的，祝贺大家终于可以结束一场重要的比赛，祝贺你们到达了人生的一个转折点，更祝贺你们即将开始一段人生新旅程。

在激动过后、兴奋之余，希望新生们能清醒下来，冷静思考接下来的几年甚至几十年的事情。在过去 18 年的经历里，我们是孩子，由父母和老师安排我们的生活：3 岁，该上幼儿园了；6 岁，应该上小学了；12 岁，应该上初中了……由父母来安排我们的学习：5 岁，应该学钢琴了；10 岁，应该学奥数了……而现在，是时候让你自己来决定，在接下来的时间里，你应该如何生活，如何学习了。

这种感觉，就好像被大人牵着手的孩子，在 18 年里，他的手一直牵着，不让你走偏，不让你摔跤，不让你停下来。甚至这个过程中，你的手被他拉得疼了，你的心里不乐意了，他的手始终未曾松开过。如今，不管你愿意不愿意，他的手松开了，你终于自由了，你可以按自己的想法去走路了。对你来说，或许是一件值得庆幸的事，但是，你有一天就会发现，没有人牵着走的日子，多了许多惶恐，多了许多迷惑。接下来的日子，是一段漫长的而又必须你自己独自面对的人生道路。这条路如何去走，拿到通知书后，这是你

必须要考虑和面对的问题。

请听我告诉你：大学，从规划开始。

为什么大学要从规划开始？你一定会问。这些年，关于大学生活，有一些观点在网上很有影响，比如说“上大学后悔四年，不上大学后悔一辈子”。又如“我被大学上了”。

80后大学毕业生覃彪喜用自己的经历告诉大家，他根据自己的经历和思考写了一本《读大学究竟怎么读》的书。书中写了他的大学、他眼中的大学和他思想中的大学。

但是，在我们身边，问一下学长和学姐，恐怕他们感受最多的一个词是“迷茫”，他们发现自己好像生活在一团迷雾里，找不到方向，看不到出路，也不知道自己能做什么。他们中有人沉溺于游戏，有人沉沦于网络，有人沉迷于与学习不相干的东西。他们甚至到处去说：不逃课的大学不是大学，不挂科的人生是残缺的人生。而许多新生把这些当作大学的真谛和人生的信条，在接下来的大学生活里，把这些故事一一重演。其实，这并不是真正的大学，并不是大学的意义，更不是大学的价值。

相反，以高考录取结束自己上一段的学生生涯，那是一段以上大学为目标的学习旅程。当我们接到大学录取通知书，也就意味着开始新的一段征程。那么，为自己的这一段人生规划一个目标，让自己有一个前行的方向，清晰地安排自己大学几年的生活，也就会少很多迷茫，少走很多的弯路。大学是一生一个重要的阶段，一个承上启下的转折期，一个从学生到社会人的过渡期，一个进入社会漫长道路的训练期。我们为自己的人生制定一个规划，那是为自己定下前进的目标，同时，为自己制定下行动方案，使自己的训练期过得充实有效，使这个过渡期过得完满。

那么，我们应该如何制定规划呢？规划的制定不能盲目，不要跟风，要与自己的实际情况相符合，要与社会需求相符合。总结起来就是要做到：知己知彼，确定目标，制定措施，稳步调整。知己知彼就是要了解自己的优点与劣势，寻找自己的兴趣点，了解自己在读的专业的特点，了解自己的职业目标的基本情况。做到这些，心里就会有数，自然就能确定自己未来的职业方向，并且根据这个职业方向，制订大学四年的学习计划、实践计划和发展