

沈明  
主编

# 职业综合素质



 高等教育出版社

# 职业综合素质

Zhiye Zonghe Suzhi

沈 明 主编

职教(913)职业技能培训

出版地：北京

2014.3

ISBN 978-7-04-030319-4



高等教育出版社·北京  
HIGHER EDUCATION PRESS BEIJING

## 内容提要

《职业综合素质》是高校各专业基本素质教育模块中“职业综合素质”课程的专用教材。本书主要从大学生职业生涯规划与就业指导、心理健康教育、礼仪与沟通、生命安全与危机处理和创业教育与实践五个方面对学生进行指导,使他们尽快完成学生向职业人的角色转换。

## 图书在版编目(CIP)数据

职业综合素质 / 沈明主编. -- 北京: 高等教育出版社, 2014.2

ISBN 978-7-04-039319-4

I. ①职… II. ①沈… III. ①高等职业教育-素质教育-教材 IV. ①G718.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第013277号

策划编辑 王博  
插图绘制 杜晓丹

责任编辑 胡乐心  
责任校对 刘莉

封面设计 张申申  
责任印制 田甜

版式设计 王艳红

出版发行 高等教育出版社  
社 址 北京市西城区德外大街4号  
邮政编码 100120  
印 刷 北京铭成印刷有限公司  
开 本 787 mm × 1092 mm 1/16  
印 张 23  
字 数 560千字  
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598  
网 址 <http://www.hep.edu.cn>  
<http://www.hep.com.cn>  
网上订购 <http://www.landaco.com>  
<http://www.landaco.com.cn>  
版 次 2014年2月第1版  
印 次 2014年2月第1次印刷  
定 价 26.80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 39319-00

# 前 言

《职业综合素质》是根据高等教育人才培养方案中有关“职业综合素质”课程的教学目标、教学内容等要求编写的专门教材，主要内容包括：大学生职业生涯规划与就业指导、心理健康教育、礼仪与沟通、生命 safety 与危机处理、创业教育与实践五个模块。教材以提高学生综合素质为根本，以培养学生的职业素质、实践能力和创新能力为重点，引导学生增强社会实践观念，使学生在职业生涯规划、创业与就业、心理健康、礼仪与沟通、生命 safety 与危机处理等方面得到有效指导和训练，从而强化对学生职业道德、职业技能和就业创业能力的教育与培养。

《职业综合素质》可以作为高等院校有关职业素质教育的课堂教学与实践指导用教材，也可用于企业职工职业素养培训。

《职业综合素质》是江苏省哲学社会科学研究基金项目“陈鹤琴教育思想在高职教育领域的理论探新与实践构建”（项目号：2011SJD880037；2011；课题主持人：沈明）的部分成果。具体编写分工如下：模块一大学生职业生涯规划与就业指导由沈明、庄怀军、徐洪灿、宋薇、季媛媛编写；模块二心理健康教育由黄宪、吉玥、宋军编写；模块三礼仪与沟通由龚诗昆编写；模块四生命 safety 与危机处理由王晖、刘靖编写；模块五创业教育与实践由田志强编写。全书由沈明、孟琪璐、庄怀军、田志强统稿。

由于时间紧迫，难免有错误之处，敬请读者批评指正。

编者

2013年10月10日

## 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

# 目 录

《职业综合素质》课程概要 .....	1
--------------------	---

## 模块一 大学生职业生涯规划与就业指导

第一篇 初识校园 .....	5	第三篇 二年级的梦想 .....	58
I - 1 大学印象 .....	5	I - 7 确定目标 立即行动 .....	58
I - 2 适应环境 转变观念 .....	16	I - 8 目标的分解与组合 .....	63
I - 3 开发潜能 修炼情商 .....	25	第四篇 就业前的准备 .....	71
第二篇 学业规划 .....	36	I - 9 准确定位自己的职业方向 .....	71
I - 4 职业生涯规划 .....	36	I - 10 了解自己所要从事的职业 .....	74
I - 5 职业生涯规划与管理 .....	45	I - 11 正确填写与使用统一的就业材料 .....	77
I - 6 大学学业规划 .....	50	I - 12 如何制作推荐材料与参加面试 .....	80

## 模块二 心理健康教育

第一篇 我是谁 .....	89	情绪管理 .....	113
II - 1 我的自画像——学会认识自我 .....	89	II - 7 揭开情绪面纱——认识情绪 .....	113
II - 2 我从何处来, 要往何处去 ——实现自我成长 .....	92	II - 8 敲击心灵的窗户——觉察情绪 合理表达情绪 .....	122
II - 3 幸福远航——自我悦纳、 树立信心 .....	95	II - 9 心灵的保护伞——情绪调控 .....	126
第二篇 融入大家庭 .....	101	第四篇 风雨过后是彩虹——大学生 挫折心理的应对 .....	135
II - 4 相亲相爱一家人——宿舍人际 交往 .....	101	II - 10 自古英雄多磨难——认识情绪 .....	135
II - 5 一个好汉三个帮——班级人际 关系 .....	105	II - 11 乌云过后灿烂依旧——应对 挫折 .....	139
II - 6 让人欢喜让人忧——恋爱交往 .....	107	II - 12 石压笋斜生——挫折承受力 .....	146
第三篇 解开心中千千结——大学生			

## 模块三 礼仪与沟通

第一篇 个人礼仪 .....	153	第二篇 日常交际礼仪 .....	170
III - 1 仪容礼仪 .....	153	III - 4 日常见面礼仪 .....	170
III - 2 服饰礼仪 .....	157	III - 5 拜访接待礼仪 .....	178
III - 3 仪态礼仪 .....	164	III - 6 交际活动礼仪 .....	182

第三篇 沟通技巧(一) .....	189	第四篇 沟通技巧(二) .....	209
III-7 沟通概述 .....	189	III-11 提高倾听能力 .....	209
III-8 提高表达能力 .....	195	III-12 学会赞美 .....	215
III-9 提高发问能力 .....	202	III-13 批评的艺术 .....	218
III-10 提高反馈能力 .....	205		

#### 模块四 生命安全与危机处理

第一篇 交通安全 .....	225	IV-6 大学生避免财产权利受侵害的 技能技巧 .....	270
IV-1 交通安全知识及自救互救技能 技巧 .....	225	IV-7 相关法律法规摘选 .....	274
IV-2 实践训练 .....	235	IV-8 实践训练 .....	278
第二篇 防火安全 .....	241	第四篇 大学生人身安全保护及 自救互救 .....	284
IV-3 安全用电与火灾防范及救助 技能技巧 .....	241	IV-9 侵害大学生人身权利的案件 类型 .....	284
IV-4 实践训练 .....	254	IV-10 大学生避免人身权利受侵害的 技能技巧 .....	291
第三篇 大学生财产安全保护及自救 互救 .....	261	IV-11 相关法律法规摘选 .....	295
IV-5 侵害大学生财产权利的案件 类型 .....	261	IV-12 实践训练 .....	297

#### 模块五 创业教育与实践

第一篇 如何让自己更具创新力 .....	305	第三篇 电子商务平台创业 .....	329
V-1 创新与创业 .....	305	V-7 电子商务基础知识 .....	329
V-2 培养创新能力的重要性 .....	306	V-8 电子商务的成功案例——淘 宝网 .....	333
V-3 如何培养创新能力 .....	307	V-9 如何成为淘宝卖家 .....	337
第二篇 积极参与大学生实践创新 训练 .....	312	第四篇 如何编制创业计划书 .....	345
V-4 大学生实践创新训练计划介绍 .....	312	V-10 什么是创业计划书 .....	345
V-5 大学生实践创新训练项目选题与 立项 .....	313	V-11 创业计划书的要素组成 .....	346
V-6 大学生实践创新训练项目过程 管理 .....	314	V-12 如何撰写创业计划书 .....	349
		V-13 打造有竞争力的创业计划书 .....	356

参考文献 .....	360
------------	-----

# 《职业综合素质》课程概要

为了贯彻党的教育方针，落实《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020年)》提出的“坚持以人为本、推进素质教育”的要求，全面推进素质教育，培养德、智、体、美全面发展的高技能、应用型人才的需要，高等院校开设了综合职业素质课程。

## 一、课程目标

“职业综合素质”课程以提高学生综合素质为根本，以培养学生的职业素质、实践能力和创新能力为重点，通过课程教学，教育、引导学生增强自省、自强、自立的理念，增强社会实践观念，使学生在职业生涯规划、创业与就业、心理健康、礼仪与沟通、市场营销、生命安全与危机处理等方面得到有效指导和训练，提高“学生服务国家人民的社会责任感、勇于探索的创新精神、善于解决问题的实践能力”，进一步强化对学生“职业道德、职业技能和就业创业能力的教育与培养”。

## 二、课程内容

“职业综合素质”课程面向全体学生，从社会、市场的角度，以公民、道德、生命的视角，在职业生涯规划、创业与就业、心理健康、礼仪与沟通、市场营销、生命安全与危机处理等诸多方面学生进行教育与训练，紧密配合专业职业课程的教学和学生的思想政治教育工作，对学生进行全员、全方位、全过程的职业综合素质教育。具体包括六个分项教学内容：

### (一) 大学生职业生涯规划与就业指导

“大学生职业生涯规划与就业指导”是有关职业生涯规划及对大学生就业阶段指导方面的专门课程。通过大学生职业生涯规划与就业指导课程的学习，使学生了解职业生涯规划及就业程序、就业政策等基本知识。初步掌握职业生涯规划、就业的技能与技巧，培养职业生涯规划和就业方面的创新和实践能力等职业综合素质。

### (二) 心理健康教育

“心理健康教育”是有关心理健康教育的专门课程。通过此课程的教学，使学生了解自我认识和成长、人际关系、学习心理和情绪管理及挫折应对等基本知识，初步掌握客观评价自我、建立良好人际关系、科学学习方法、学会情绪管理及应对挫折的基本技能和技巧，培养心理健康方面的实践能力等职业综合素质。

### (三) 礼仪与沟通

“礼仪与沟通”是有关学生沟通能力和礼仪方面的专门课程。通过本课程的教学，使学生了解仪表仪态仪容礼仪、交际礼仪、求职面试礼仪、沟通技巧等基本知识，初步掌握人际沟通和社交礼仪的基本技能与技巧，培养个人礼仪、交际礼仪、人际沟通和求职面试礼仪方面的实践能力，提高学生职业修养、社交礼仪和人际沟通能力等职业综合素质。



#### （四）生命安全与危机处理

“生命安全与危机处理”课程是有关生命财产安全保护和危机应变处理方面的专门课程。通过本课程的学习，学生能够了解保护人身财产安全和危机应急处理的基本知识，初步掌握应对火灾、地震、人身财产安全受到威胁等情形的基本技能和技巧。本课程旨在培养学生应对突发状况的应急处理能力，通过具体的实践体验和多种形式增强学生遵纪守法的自觉性和自我保护的能力，全面提高学生的职业综合素质。

#### （五）创业教育与实践

“创业教育与实践”是有关创新创业教育与实践的专门课程。通过本课程的学习，使学生了解创业的基本知识，初步掌握创业的基本技能和技巧，培养创业方面的创新能力、实践能力等职业综合素质。

#### （六）市场营销基础与实践

“市场营销基础与实践”是有关营销技巧方面的专门课程。通过此课程的学习，使学生了解市场营销的基础知识，初步掌握推销、销售的基本技能与技巧，培养销售方面的创新、实践能力等职业综合素质。

以上第一至第五部分内容编入《职业综合素质》教材，第六部分“市场营销基础与实践”部分另行编写教材。

### 三、教学要求

该课程教师要更新教学观念，改革教学方法，拓展教学形式，就教学组织、教学内容、教学方法、实践训练等进行学习研讨，明确教学目标和任务。教学中充分体现“做中教，做中学，做中求进步”的教学原则，切实有效地让学生了解“应知”的基本内容，掌握“应会”的技能技巧，完成“应做”的实践训练。以“做中考”为原则，改革考试考核方法，实行多样化方法进行开始考核。

# 模 块 一

## 大学生职业生涯规划与就业指导



# 第一篇 初识校园

**导言** 本课程是各专业开设的关于职业综合素质教育的公共必修课程。通过大学生职业生涯规划与就业指导课程的学习,使学生了解职业生涯规划及就业程序、就业政策等基本知识。本学期安排了入学专门教育,适应环境、转变观念及开发潜能、修炼情商三讲内容,对新生在专业学习和适应环境等问题中给予相应的指导。

## I-1 大学印象

### 情境导入

经过十年寒窗苦读和高考艰苦洗礼,我们终于考入了大学。踏进大学校园的那一刻起,忽然间我们变得迷茫,而陌生的环境更加剧了对前途和未来的困惑。

为了尽快使自己熟悉环境,首先要认识自己的大学。每一所大学都有自己的历史、文化和传统,当我们熟悉了这所大学的历史、文化和传统,我们自然就会融入大学,进而能够顺利迈好大学第一步,为大学生活打下坚实的基础。

### 一、大学的创办人

认识大学要从大学的历史开始,认识大学的历史,要从认识大学的创办人开始。

#### 1. 陈嘉庚与厦门大学

陈嘉庚(图1-1)先生是伟大的爱国主义者、杰出的华侨领袖、著名实业家、教育家和社会活动家。陈嘉庚于1874年10月21日出生在福建省同安县集美社(即现厦门市集美区)。十七岁前往新加坡从父经商,后独立经营菠萝罐头厂、米店和橡胶园等。1916年后,以经营橡胶和胶制品业为主,鼎盛时期其销售网遍及全球,谓新马树胶王国的四大开拓者之一,成为驰名海内外的大家实业家。

陈嘉庚身居异邦,心怀乡国,经营实业不谋私利,立志报效祖国,故倾资兴办教育等公益事业,以尽国民天职。他早于



图1-1 陈嘉庚先生

1913年在家乡创办集美小学，后又增办师范、中学、水产、航海、商业、农业等校，统称为“集美学校”。1921年，陈嘉庚创办厦门大学，亲自选择校址、校长，主持建筑校舍，以及高薪聘请师资等，设文、理、法、商、教育等五院十七系，为海内外培养高等人才。在侨居地新加坡亦倡办和赞助许多学校，形成陈嘉庚广泛的开放型教育体系。尽管遭遇世界经济危机，企业经营未能转机，他仍多方筹措校费，百折不挠维持办学。1932年，外国财团答应以停止支持厦门大学 and 集美学校为条件保护其企业经营，即遭他断然拒绝。直至1937年春无力支持，遂无条件地将厦门大学献给政府。厦门大学改为“国立”后，他极为关注其发展。1940年回国慰问期间，还特地到迁往内地长汀的学校视察；1949年归国亦来校访问；1950年定居集美后，仍继续募资、筹划扩建学校规模。在他的倡导下，许多华侨捐资兴学蔚然成风，影响深远。他不但为教育事业鞠躬尽瘁，而且具有卓越的教育思想，提倡学生要在德育、智育、体育诸方面全面发展，倡办职业技术教育，高度重视师范教育，重视校长、教师在办学中的决定作用，等等。他还推行社会教育，亲建集美鳌园“博物大观”和倡建厦门华侨博物院等。

陈嘉庚赤诚爱国，振兴中华。1909年结识孙中山，翌年参加同盟会。辛亥革命福建省光复后，被选为新加坡福建保安会会长，募款支持孙中山的革命活动。1937年“七七”抗战爆发后，组织“南洋各属华侨筹赈祖国难民总会”（简称“南侨总会”）并被选为主席，领导支援祖国抗日救亡。1939年汪精卫叛国投敌，他严电声讨。1940年3月率领“南洋华侨回国慰劳视察团”回国视察各战区和重庆、延安等地，他不畏强暴，坚持真理，明辨是非，将救国救民的希望寄托在中国共产党身上，反对蒋介石独裁，坚持团结抗战。1941年12月日本帝国主义进攻马来亚，他领导“新加坡华侨抗敌动员总会”。1942年3月新加坡沦陷避居印尼爪哇，赋诗表明舍生取义的决心。1945年日本帝国主义投降，他安全返回新加坡，各界集会庆祝。1949年应毛泽东主席电邀回国参加新政协会议和开国大典，于1950年5月回国定居。历任中央人民政府委员、华侨事务委员会委员、归国华侨联合会主席，先后当选为全国人民代表大会常务委员会委员、全国政协副主席等职，直接参议国事。他年逾古稀之时，仍不辞劳苦到祖国各地视察，致力于祖国社会主义建设事业，并对推动华侨爱国大团结、支持祖国和家乡建设起到积极作用，临终前仍念念不忘祖国统一大业。

## 2. 陶行知与南京晓庄学院

陶行知(图1-2)，1891年10月出生于安徽歙县。1906年，15岁就读内地会传教士唐俊贤在歙县小北街兴办的崇一学堂，开始学习西方科学文化知识。1909年，陶行知考入美以美会在南京所办的汇文书院博习馆(即预科)。次年，汇文书院合并宏育书院更名金陵大学，从汇文书院预科升入金陵大学文科。曾任《金陵光》中文版主笔。1914年，陶行知从金陵大学毕业，毕业论文题为《共和精义》。全家从歙县迁南京，与汪纯宜结婚。

1914年，陶行知赴美国留学，入伊利诺伊大学攻读市政学，次年获政治学硕士学位。1915年，入哥伦比亚大学教育学院，其间哲学家、教育家约翰·杜威“教育即生活，学校即社会”的观点对陶行知产生了很大的影响。

1917年8月，陶行知应南京高等师范学校校长郭秉文之聘，



图1-2 陶行知先生

提前回国，在南京高师主讲教育学、教育行政、教育史、教育心理等。1918年3月，任南京高等师范学校教务长；5月，南京高师成立教育专修科，任教育科主任。1919年，与刘伯明等组织南京学界联合会筹备会，同年当选为会长；作为南京高师代表参与新教育改进社、《新教育》月刊。1919年2月，发表《教学合一》，同年在南京高师将“教授法”改为“教学法”，不久为全国教育界所采用。4月，发表《第一流的教育家》，率先提出创造精神的教育思想。1920年夏，在南高师举办第一次暑期学校，为中国高等学校开办暑期学校之始。1921年，参加组织实际教育调查社；11月，从事全国教育联合会“中国新学制”起草工作。

1922年2月，陶行知任中华教育改进社主任干事。同年任中华教育改进社机关刊物《新教育》主编，并发表《我们对于新学制草案应持之态度》、《评学制草案标准》、《中国建设新学制的历史》。1923年7月，致函国立东南大学（南京高等师范学校于1921年改为国立东南大学）代理校长刘伯明，辞别东南大学，专任中华教育改进社总干事。参与发起成立中华平民教育促进会。被安徽旅宁同乡会、同学会所办南京安徽公学推为校长。先后谢绝被聘任为武昌高等师范学校（1928年改为国立武汉大学）校长、金陵大学校长的邀请，专事中华教育改进社工作及促进平民教育运动。1926年，在其创办的明陵小学召开的中华教育改进社第一次乡村教育联合研究会上，宣读《我们的信条》，提倡“生活教育”。

在平民教育处于高潮的时候，陶行知冷静地看到：“中国以农立国，十有八九住乡下，平民教育是向民间去的运动，就是到乡下去的运动。”所以他响亮地提出了“到民间去”、“到乡下去”的口号。1926年1月他提出了“师范教育下乡运动”，并撰文为乡村教育确定了基本任务：“乡村师范学校负有训练乡村教师，改造乡村生活的使命。”他指出：“我们从事乡村教育的同志，要把整个的心，献给我们三万万四千万农民，我们要向农民‘烧心香’。”他所绘制的蓝图是：“筹募一百万元基金，征集一百万位同志，提倡一百万所学校，改造一百万个乡村。”

经过一年的奔波筹备，1927年3月15日晓庄试验乡村师范成立。第一批学生13人，当时校舍尚未造好，陶行知说：“我们的校舍上面盖的是青天，下面踏的是大地，我们的精神一样的要充满天地间。……农夫、村妇、渔人、樵夫，都可做我们的指导员。”学校以培养农村教师为目标，他要求学生农民化，他说：“要想化农民，须受农民化。”他带头脱下西装革履，穿起布衣草鞋，住在牛棚柴房。

晓庄师范获得了很好的教育效果和社会声誉。由于晓庄师范有地下党团组织，师生们积极参加反帝爱国斗争，陶行知都给予大力支持。国民党气急败坏，1930年4月8日，勒令停办晓庄师范，武力封闭学校，逮捕学生，陶行知以“勾结叛逆、图谋不轨”等罪名遭到通缉，被迫流亡日本。1931年春，陶行知回国，在上海先后创办“山海工学团”、“报童工学团”、“晨更工学团”、“流浪儿工学团”等。

1939年，陶行知在陪都重庆创办育才学校。1946年1月，创办重庆社会大学；4月，筹备将育才学校迁沪及筹办上海社会大学。1946年7月25日，因脑溢血在上海去世。

陶行知先生当年创办的晓庄师范学院即为如今的南京晓庄学院。

### 3. 黄炎培与南京工业职业技术学院

黄炎培（图1-3），字任之，1878年生，上海川沙人。我国近现代著名的社会活动家、民主革命家、政治活动家、教育家，中国民主同盟发起人之一，著名爱国民主主义者，中国民主

建国会主要创始人领导人之一，国立东南大学前任校董。

1903年在家乡创办小学，因宣传反清，被当地官府逮捕，经保释后流亡日本。1905年7月回国后，由蔡元培介绍加入同盟会，次年接替蔡元培任上海同盟会干事。辛亥革命前夕，苏南各县公推他为代表，要求江苏巡抚程德全起义，并参加了程德全、黄兴在沪召开的全国共和联合大会。1914年后，长期担任江苏省教育司司长、教育会副会长、上海申报馆旅行记者，并去美国考察。袁世凯任大总统时要他出来做官，未就。北洋军阀政府曾两次任命他为教育总长，也都坚辞不从。

第一次世界大战期间，中华民族工业获得发展。迫切需要大量技术和管理人才。鉴于此，黄炎培先生联合教育界、实业界知名人士蔡元培、梁启超、张謇、宋汉章等人，于1917年在上海发起创立了中华职业教育社并任董事长。翌年，创办中华职业学校，作为推行职业教育的实验经验所，开创了职业教育的先河。

1918年，中华职教社开展沟通教育与职业的实验，在上海创办了中华职业学校。主要为民族工商业培养中级技术和管理人才。中华职业学校以推行职业教育为宗旨，提倡“劳工神圣”，力求与爱国主义教育、人格教育相结合，培养“双手万能”、“手脑并用”的人才。建校初期除开设铁工、木工各科以外，为抵制外华倾销。还开设了电镀科和纽扣科。随后开办了留法勤工俭学预备科、职业教育成科等，1920年以后又增设机械科、文书科、商科、七木科。至1937年，在校学生已达到1027人，学制有三年和五年一贯制。

抗战爆发后，学校被迫迁出，分设两分校。学校一部迁至现上海延安东路浦东大厦，简称“中职沪校”；一部迁至重庆，校名为重庆中华职业学校，简称“中职渝校”。抗战胜利后，沪、渝两分校均迁回原址，恢复校名，全校师生平整土地重建校园，恢复招生上课。到1951年，在校生达1200余人。

黄炎培在“九一八”事变后，积极投入抗日救亡运动，发起成立上海地方协会；“一·二八”事变中，宣传发动上海市民支援十九路军等对日作战；“八一三”事变后，在战区救济救护、慰劳募捐以及动员民族工商业内迁等方面，做了大量工作，并奔走呼吁人民起来抗日，坚决主张国共合作。抗日战争时期，他任国民参政会参政员，1939年11月，参与发起统一建国同志会。1941年3月，黄炎培等发起成立中国民主政团同盟，任中央执行委员、常委，并一度担任主席。后历任民盟中央委员、常委、民盟基金筹募委员会主任。1945年7月，他与褚辅成等访问延安，回重庆后写成《延安归来》一书，真实地记述了他目睹的中共的方针政策 and 解放区的成就，揭穿了国民党的种种谣言，在当时国统区和敌占区引起很大反响。同年8月，与胡厥文、章乃器等发起组织民主建国会，任理事、常务理事。1946年1月，代表民盟参加政治协商会议，与中共代表一道为争取和平民主而斗争，并曾参与国共之间的调停工作。同年11月，不为蒋介石拉拢所动摇，拒绝参加“蒋记国民大会”。

1948年，中国共产党五一号召发表后，他主持召开民建理监事会议，一致通过坚决响应中共五一号召的决议。1949年3月，由上海经香港去北平，出席中国人民政治协商会议第一届全体会议。新中国成立后，历任中央人民政府委员、政务院副总理兼轻工业部部长、政协全



图1-3 黄炎培先生

国委员会副主席、全国人大常委会副委员长、民主建国会中央委员会主任委员、中国民主同盟中央常委等职务。他著有《中国教育史》、《黄炎培教育考察日记》等。1965年12月21日黄炎培在北京病逝，享年88岁。

黄炎培先生创办的中华职业学校经过近一个世纪的发展，如今成为国家示范性高等职业院校——南京工业职业技术学院。

#### 4. 陈鹤琴与应天职业技术学院

陈鹤琴(图1-4)，浙江上虞人，应天职业技术学院的前身——江苏省幼儿师范学校的倡导者和创办人，中国著名教育家、心理学家；“活教育”思想的创建者，我国现代幼儿教育的奠基人。

陈鹤琴先生早年留学美国，获文学学士和教育硕士学位。1919年夏回国，在南京高等师范学校、东南大学任教授、教育科主任、教务主任等职。创办了我国第一个幼教实验中心——南京鼓楼幼稚园，第一个公立幼稚师范学校——江西省立幼稚师范学校及国立幼稚师范专科学校、上海儿童福利促进会和特殊儿童辅导院。新中国成立后历任南京大学师范学院院长、南京师范学院院长、全国政协委员、“九三学社”中央委员兼南京市主任委员、江苏省政协副主席、江苏省人大常委会副主任委员、全国文字改革委员会委员、中国教育学会名誉会长和幼儿教育研究会名誉理事长、江苏省心理学学会名誉理事长等职。



图1-4 陈鹤琴先生

1953年，在时任南京师范学院院长兼幼教系主任的陈鹤琴先生积极倡导下，南京师范学院附属幼儿师范学校于1953年9月批准建立，成为我省第一所独立设置的公办中等幼儿师范，也是新中国成立后人民政府首批创建的幼儿师范之一。

建校当年，校舍尚未建成，教学借用市四女中教室，食宿在市教师进修学校，学生睡在地板上，条件十分艰苦。新校舍建成，师生们动手清理杂物，种植花木，美化校园，购置设备，创设良好的教学环境。经过师生们的共同努力，到20世纪60年代幼师已经形成规模，为国家已经培养了近两千名合格的幼儿教师。国家副主席宋庆龄还曾为学校十周年校庆题词。1981年复办，为省教育厅直属学校，名为江苏省南京幼儿师范学校。1983年更名为江苏幼儿师范学校，同年开办学前教育专科班。1985年根据我国和联合国儿童基金会的合作项目计划，省教育厅确定学校为江苏省幼教培训中心，同年开始设置三、二分段大专班。1988年学校又更名为南京师大附属幼儿师范学校，由省教委和南京师大双重管理，1996年起复办三、二分段大专班。1997年省教委确定学校为江苏省培养大专层次的幼儿园教师的基地，并明确学校为省教委直属学校和直属事业单位。同年，学校全部开设五年制幼师。

江苏省教育厅2002年1月11日召开厅务会议，讨论决定省幼儿师范学校进行改制，采用多元合作投资形式，进行改造提升。并决定由省教育厅隶属的省教育发展投资中心、江苏教育电视台和南京特希投资有限公司合作办学，学校定名为应天职业技术学院。

以上所举，只是全国2442所普通高等学校(2013年教育部网站统计)的代表，每一所大学都有各自的发展历史，我们都应当走进校史，了解学校的历史。也许有的大学并没有明确的创办人，大学的历史传承是历届校领导、教授、校工和校友进行的。从他们身上，我们同样可以



看到大学的历史和文化遗产。

## 二、大学的校训

认识大学还需认识大学的校训。

关于校训，《辞海》的解释是：“学校为训育之便利，选若干德育条目制成匾额，悬见于校中公见之地，是为校训。其目的在于使个人随时注意而实践之。”

校训是一个大学的灵魂。校训体现了一所大学的办学传统，代表着校园文化和教育理念，是人文精神的高度凝练，是大学历史和文化的积淀。一所老牌大学的校训，为我们打开其历史文化之门提供了一把金钥匙，为我们眺望其精神家园打开了一扇窗户。

校训，作为一个口号，激励和劝勉在校的教师和学子们，即使是离开学校多年的人也会将校训时刻铭记在心。校训也能体现学校的办学原则与目标。同时它也是一种文化，是一种面向社会的精神标志，能为学校起到一定的宣传作用。有些校训还对本校的创建历史或文化背景有所反映，包含着较多的信息。

校训是广大师生共同遵守的基本行为准则与道德规范，它既是学校办学理念、治校精神的反映，也是校园文化建设的重要内容，是一所学校教风、学风、校风的集中表现，体现大学文化精神的核心内容。文内介绍了中外学校校训，校训的比较，校训的创作，校训的作用。

校训对师生的行为规范有指导意义，它向所有师生指明了努力的方向。校训往往设置在学校最为醒目的地方，使每一个师生经常性的看到它，受其潜移默化的心理脉冲，久而久之，逐渐受其感染，慢慢化为自己的内在价值尺度，并以此来自觉地衡量自己的行为，直至最终依据这一价值尺度来及时调整和校正自己的行为。

### 1. 自强不息，厚德载物

清华大学校训“自强不息，厚德载物”源于周易乾坤二卦，卦辞是“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物”。缘民国三年冬，梁启超先生来校演讲，讲题为《君子》，即以此辞为中心内容，激励清华学子发愤图强，并把此二卦辞作了如下的诠释：“乾象言：君子自励犹天之运行不息，不得有一暴十寒之弊，且学者立志尤须坚忍强毅，虽遇颠沛流离，不屈不挠；若或见利而进，知难而退，非大有为者之事，何足取焉。人之生世犹舟之航于海，顺风逆风，因时而异。如必风顺而后扬帆，登岸无日矣。”“坤象言：君子接物度量，宽厚犹大地之博，无所不载。君子责己甚厚，责人甚轻。孔子曰：‘躬自厚而薄责于人’盖惟有容人之量，处世接物，坦焉无所芥蒂，然后得以膺重任，非知小有才者，轻佻狂薄毫无度量，不然小不忍必乱大谋，君子不为也。当其名高任重，镀雍容，望之俨然，即之温然，此其所以为厚也，此所以为厚也，此其所以为君子也。”接着，梁先生又引申勉励清华学生说：“清华学子，荟中西之鸿儒，集四方之俊秀，为师为友，相磋相磨，他年遨游海外，吸收新文明，改良我社会，促进我政治，所谓君子人者，非清华学子，行将焉属？虽然君子之德风，小人之德草，今日之清华学子，将来即为社会之表率，语默作止，皆为国民所仿效，设或不慎坏习，惯之传行，急如暴雨，则大事愤矣。深愿及此时机，崇德修学，勉为真君子，异日出膺大任，足以挽既倒之狂澜，作中流之砥柱，则民国幸甚矣！”这次演讲以后，学校即以此八字为校训，作图制徽，永久流传。