



Daxuesheng
Suzhi Ziwo Zhenghe

大学生素质自我整合

龚 湘 著

 人民出版社



Daxuesheng
Suzhi Ziwo Zhenghe

大学生素质自我整合

龚 湘 著



 人民教育出版社

责任编辑:陆丽云

封面设计:周涛勇

图书在版编目(CIP)数据

大学生素质自我整合/龚湘 著. —北京:人民出版社,2013.6

ISBN 978-7-01-012180-2

I. ①大… II. ①龚… III. ①大学生-素质教育 IV. ①G640

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 113342 号

大学生素质自我整合

DAXUESHENG SUZHI ZIWO ZHENGHE

龚 湘 著

人民出版社 出版发行

(100706 北京市东城区隆福寺街 99 号)

涿州市星河印刷有限公司印刷 新华书店经销

2013 年 6 月第 1 版 2013 年 6 月第 1 次印刷

开本:710 毫米×1000 毫米 1/16 印张:20.25

字数:278 千字 印数:0,001-3,000 册

ISBN 978-7-01-012180-2 定价:45.00 元

邮购地址 100706 北京市东城区隆福寺街 99 号

人民东方图书销售中心 电话 (010)65250042 65289539

版权所有·侵权必究

凡购买本社图书,如有印制质量问题,我社负责调换。

服务电话:(010)65250042

前 言

本书关注的对象是大学生，关注的内容是素质教育。进入 21 世纪，我国高等教育已日益大众化，但大学生作为社会一个特殊的群体，仍然是同龄人中的佼佼者；大学阶段是大学生一生的关键阶段，值得每一个大学生引起足够重视。素质教育在中国受到高度关注，其重要性得到社会广泛共识。大学生的素质直接关系到高等教育培养目标的实现，关系到国家和民族的未来，也关系到大学生一生的成功与幸福。对大学生进行全面素质的培养与教育，是我国高等教育发展与社会发展的需要，也是大学生健康成长与可持续发展的需要。

近年来，国家尤其是高校对大学生的素质教育越来越重视。课堂是大学对大学生进行素质教育的主阵地；大学校园文化建设也通过丰富多彩的内容有意识地引导学生追求全面素质，在大学生素质教育中扮演着重要角色；社会实践成为培养大学生素质的一个重要环节；某些高校还开办了素质拓展活动，为大学生提供训练机会，帮助提高素质。与此同时，大学生素质发展和素质教育也成为学术理论界重点关注的问题，相关的论述特别是研究文章不少。相当多的文章对大学生素质发展的现状、素质教育的重要性和紧迫性进行了探讨。他们认为，目前我国大学生素质发展的现状还不乐观，加强大学生素质教育势在必行；大学生的素质直接关系到高等教育培养目标的实现，必须引起全社会的高度

重视；如何加强大学生的素质教育、提升大学生的全面素质是研究者最为关心的问题。研究者主要是从思想政治教育、道德教育与大学生素质的发展，大学校园文化建设与大学生素质完善，网络对大学生素质的影响，大学语文、美学、体育教学等与大学生的素质培养的关系，高校辅导员、高校教师等在大学生素质培养中的地位和作用，高校图书馆与大学生素质的培养，高校管理体制、制度对大学生素质养成的影响等方面进行了广泛探讨。

但是，大学对大学生的素质教育和学术理论界对大学生素质发展和素质教育问题的关注存在着一个明显的不足：忽略了大学生这一素质发展主体在素质发展和素质教育中的主观能动性，基本上都是从外围入手对大学生进行素质教育，学生多是被动接受而少主动参与。而健全素质的最终养成主要在于主体教育的“内化”即自我教育，在整个大学阶段，大学生的“自我整合”是个关键。大学素质教育和大学生全面素质的培养应充分发挥大学生自身的主观能动作用，学校在给予有效帮助诸如在课堂教学中强调素质教育的内容、增加素质拓展活动的力量以及形成良好的素质培养氛围等情况下，应该让学生主要通过自我整合来发展自己的全面素质。“大学生素质自我整合”应该最终成为大学生素质教育和培养大学生全面素质的主要途径。

本书在众多研究者研究工作的基础上，以哲学、心理学、教育学、思想政治教育学、伦理学、人才学等为依据，结合自身教学和学生工作的实际，系统阐述了大学生素质自我整合的内涵与意义、目标、内容、过程以及原则、途径和方法。大学生素质自我整合有着自己的内涵和意义，大学生素质自我整合就是大学生充分发挥自我能动性，对自己各方面素质做一个不断循环的有明确目标、有具体内容、有完整过程、有合理原则、有广泛途径、有有效方法的整理、综合、内化，使其完善、提高和巩固。由于主客观条件的影响和作用，可谓势在必行。大学生素质的发展首先应该追求的目标是成为一个健康的人，其次是成为一个有用

的人，再次是成为一个能够自我实现的人，具有一定层次性，便于大学生有的放矢。根据教育学、人才学等学科理论和教育活动实际需要本书分析了素质整合的内在具体内容，大学生素质自我整合可以从素质的组成结构得出六个方面的明晰内容，整合时除注重单个要素发展完善也要不断促进要素之间的和谐，大学生在大学阶段整合素质不能抓瞎，可以提纲挈领。同事物发展的一般规律一样，大学生素质自我整合也表现一些阶段性特征，根据大学生所面对的环境和不同时期的心理特征，大学生素质自我整合是一个渐进的过程，由于不同时期所面对的环境和心理特征不同，每个阶段素质自我整合的重点也不一样，大学生素质整合应该循序渐进。本书最后对大学生怎样做好素质自我整合进行了探讨，提出观察学习他人、内化外在影响和不断反省自我、贯彻知行统一是大学生素质自我整合必须遵循的原则，结合课内学习、课外活动和社会实践等各种途径来整合，而从自我认识与评价到设计与计划再到体验与调节最后到检查与总结的循环往复的过程是大学生进行素质自我整合行之有效的方法，大学生素质整合完全有章可循。

教育学和心理学的研究表明，“自我教育是教育的归属”，“只有自己才能最终解决自己的问题”。希望本书的探讨，可以更好地帮助大学生形成与发展自己的全面素质，并能促使高校教育工作者把大学素质教育的重点放在发挥大学生主观能动性上来。但是，由于大学生的素质发展与大学素质教育问题是个相当复杂的问题，涉及多个学科和领域，而现有理论较为有限，再加上个人学识方面的限制，所以尽管本书有心对“大学生素质自我整合”这一问题做深入探讨，为大学生及高校教育工作者提供更多富有价值的研究成果，但最终呈现的这些内容只能算是对大学生素质自我整合这一问题的初步研究，不少地方还有待进一步的商榷。

当然，需要补充说明一点，在大学生素质教育过程中，虽然强调大学生自我主观能动性的发挥，但广大高校教育工作者不是可以轻松地

推卸责任，等待大学生的“自我醒悟”而自动进行“自我素质整合”，而是应该从各个方面加以提醒、引导，使大学生尽早发现和充分运用自我的力量对自己进行整合，以求得更快更好的效果。

目 录

前 言.....	1
第一章 大学生素质自我整合势在必行.....	1
第一节 大学生素质自我整合的内涵.....	1
一、大学里的大学生.....	2
二、素质的自我整合.....	18
第二节 大学生素质自我整合的意义.....	31
一、势在：大学生素质自我整合的可能性.....	32
二、必行：大学生素质自我整合的必要性.....	36
案例一 少年有志、青春无悔.....	43
案例二 父亲卖血儿摆阔.....	52
第二章 大学生素质自我整合有的放矢.....	61
第一节 目标的确立.....	61
一、认识自我.....	62
二、认识社会.....	68

三、把自我放在社会中予以定位.....	72
第二节 目标的内容.....	74
一、成长：成为一个健康的人.....	74
二、成才：成为一个有用的人.....	78
三、成人：成为一个能够自我实现的人.....	82
案例一 感恩的心、感动中国.....	87
案例二 成长是一种痛.....	100
第三章 大学生素质自我整合提纲挈领.....	113
第一节 身体与心理素质.....	113
一、身体素质.....	114
二、心理素质.....	120
第二节 科学与文化素质.....	126
一、科学素质.....	126
二、文化素质.....	130
第三节 生活、劳技与人际交往素质.....	135
一、生活素质.....	135
二、劳技素质.....	138
三、人际交往素质.....	143
第四节 思想、政治、道德与法律素质.....	152
一、思想素质.....	152

二、政治素质.....	156
三、道德素质.....	161
四、法律素质.....	166
第五节 专业与职业素质.....	171
一、专业素质.....	172
二、职业素质.....	176
第六节 审美与创新素质.....	180
一、审美素质.....	180
二、创新素质.....	184
案例一 青春,在数学王国飞扬.....	188
案例二 流血的爱恋.....	192
 第四章 大学生素质自我整合循序渐进.....	 195
第一节 一年级——适应与调整阶段.....	196
一、基本特征.....	196
二、目标与任务.....	198
三、步骤与措施.....	205
四、主要问题与注意事项.....	211
第二节 二年级——成长与积累阶段.....	212
一、基本特征.....	213
二、目标与任务.....	215

三、步骤与措施.....	220
四、主要问题与注意事项.....	225
第三节 三年级——扩展与提升阶段.....	226
一、基本特征.....	227
二、目标与任务.....	229
三、步骤与措施.....	231
四、主要问题与注意事项.....	236
第四节 四年级——冲刺与准备阶段.....	239
一、基本特征.....	240
二、目标与任务.....	241
三、步骤与措施.....	245
四、主要问题与注意事项.....	252
案例一 北大毕业生卖猪肉开连锁店成千万富翁.....	254
案例二 女大学生不堪就业压力自杀，留下 10 万字日记...	260
 第五章 大学生素质自我整合有章可循.....	265
第一节 整合原则.....	265
一、观察学习他人，内化外在影响.....	266
二、不断反省自己，贯彻知行统一.....	271
第二节 整合途径.....	274

一、课内学习是主渠道.....	274
二、课外活动是必要的补充.....	276
第三节 整合方法.....	280
一、认识与评价.....	281
二、设计与计划.....	288
三、体验与调节.....	291
四、检查与总结.....	295
案例一 洪战辉的故事.....	298
案例二 马加爵的遗书.....	305
后 记.....	311
主要参考文献.....	313

第一章 大学生素质自我整合 势在必行

大学是实施高等教育的场所，大学的使命是为社会培养人才、进行科研、提供服务、传承文化，其首要责任就是培养人才——大学生。大学生是一个特殊的群体，站在社会新思想、新技术的前沿，是国家培养的高级专业人才，他们在大学的本职工作是完成学业，培养将来社会实践需要的各种素质。大学的素质教育，最终必须通过大学生的自我整合来予以实现。大学生素质自我整合就是大学生充分发挥自我主观能动性，对自己各方面的素质进行有明确目标、具体内容、完整过程、合理原则、广泛途径、有效方法的整理、综合、内化，使其完善、提高和巩固并相互协调。从大学生的主观能力和大学为大学生提供的客观条件，以及社会对大学生的看法和大学生对自身的满意程度来看，素质的整合都显得十分可能而且必要，其意义十分重大，可谓势在必行。

第一节 大学生素质自我整合的内涵

“大学生素质自我整合”，从形式上看是一个宾语前置句，本来的语序是“大学生自我整合素质”。从内容上讲它是一种活动或过程，指的不是什么新鲜另类的事情，而是大学生上大学的主要任务，是大学生

在大学阶段的本职工作和应有的活动。这项活动,实施的主体是“大学生”,针对的内容是各种“素质”,实施的主要环境是大学但是也涉及家庭和社会,运用和强调的是大学生的“自我主观能动性”,具体所为就是“整理、综合、内化、巩固、提高”,最终达成大学生自己成长、成才与成人的总体目标。这一活动,说起来简单,做起来不易,要真正做好,首先得弄清其真正内涵。

一、大学里的大学生

“大学生”这一称呼何时出现在社会上已无法考证,总之有了大学就有了大学生。大学是实施高等教育的场所、培养高层次专门人才的学府,有着自己的历史、理念与使命。大学生是在大学就读的学生,包括专科生、本科生、硕士与博士研究生(本书以本科生为例)。他们是一个特殊的群体,其共同特点是正在接受或接受过普通高等教育(本书关注的是在校大学生)。他们是社会新思想、新技术的前沿群体,是国家培养的高级专业人才。

1. 大学

(1) 大学的历史与现状

在巴基斯坦伊斯兰堡西北 30 公里的一座古城——塔克西拉,1980 年正式被联合国教育、科学及文化组织列入世界遗产,原因是早在公元前 7 世纪,这里已是该地区最早的大学所在地。

古老的大学迄今还存在的有卡鲁因大学、爱兹哈尔大学等。卡鲁因大学由法蒂玛—菲赫利成立,她是商人穆罕默德—菲赫利的女儿。该大学位于摩洛哥非斯城,于公元 859 年建立,被视为伊斯兰国家最古老的学校,其历史比欧洲大学之母博洛尼亚大学还要早两百多年,堪称世界上最古老的大学,被吉尼斯世界纪录大全认可为最古老的学位颁授大

学,设有伊斯兰法律、阿拉伯语言和文学、神学和哲学等学院以及伊斯兰研究所。由于这所大学也是一所清真寺,因此非伊斯兰教徒不能入内。爱兹哈尔大学,建于公元972年,是开罗最古老的建筑之一,也是伊斯兰世界最古老的高等学府,原为爱兹哈尔清真大寺,10世纪时为什叶派教育和学术研究中心;12世纪末法蒂玛王朝灭亡后,在一些著名宗教学者的倡议下,正式改称爱兹哈尔大学。

希腊哲学家柏拉图于公元前387年在雅典附近建立学园,教授哲学、数学、体育,这被一些人认为是欧洲大学的先驱。但被世界公认的欧洲最早的大学建于中世纪,具有代表性和影响较大的有意大利博洛尼亚大学、萨莱诺大学,法国巴黎大学,英国牛津大学、剑桥大学等。

博洛尼亚大学(尊称:大学之母)是公认的欧洲历史最悠久的大学,坐落于意大利艾米利亚-罗马涅大区的首府博洛尼亚。尽管大学的章程最早制定于1317年,但事实上早在11世纪末在博洛尼亚就已经出现了第一个法律学院,所以大学的建立时间,在大学八百年校庆期间由乔苏埃-卡尔杜奇所领导的历史委员会经过考证确定为1088年。大学的创办者是依内里奥。萨莱诺大学设在意大利南部的坎帕尼亚大区沿海城市萨莱诺。萨莱诺原是疗养胜地,有一所医校,11世纪初,医学校成为医学研究中心。当时,犹太人阿非利加诺来到萨莱诺,编译希腊医学家希波克拉底和阿拉伯的医学著作,对医学理论和医疗事业有很大的推动,于是,医校名声大振,有志学医的青年联合起来,和医师订立合同,规定学生纳费和医师传艺的条件,进行知识交易。这便成为欧洲最早的医科大学。1231年得到政府承认。巴黎大学是一所在国际上享有盛誉的综合大学,创立于9世纪,最初附属于巴黎圣母院,1180年法皇路易七世正式授予其“大学”称号,与意大利的博洛尼亚大学并称世界最古老的大学。欧洲各主要大学的建立模式均受此二校影响。位于英国的牛津大学建校于1167年,它在英国社会和高等教育系统中具有极其重要

的地位，有着世界性的影响。英国和世界很多的青年学子们都以进牛津大学深造作为理想。剑桥大学位于英格兰的剑桥镇，是英国也是全世界最顶尖的大学之一。英国许多著名的科学家、作家、政治家都来自于这所大学。剑桥大学也是诞生最多诺贝尔奖得主的高等学府，大约有 80 多名诺贝尔奖获得者曾经在此执教或学习，70 多人是剑桥大学的学生。剑桥大学还是英国的名校联盟“罗素集团”和欧洲的大学联盟科英布拉集团的成员。萨拉曼卡大学创建于 1218 年，这所国立大学是西班牙最古老的大学，也是世界上历史最悠久的几所高等学府之一。从建校起到 16 世纪末，它一直是欧洲的重要学术中心之一，与巴黎大学、牛津大学和博洛尼亚大学齐名。帕多瓦大学是欧洲最古老的大学之一，也是意大利最大的大学，建于 1222 年。它是一所州立大学，学制从 4 年（大多数学位课程），5 年（工程、化学和生物学等）到 6 年（医学），授予 36 个不同的学位。帕多瓦是座大学城，在 23 万居民的城镇，有学生 7 万名，5000 名教职员工和研究人员工作在 200 个研究院、系、中心和实验室。锡耶那大学建于 1240 年，是欧洲最古老的大学之一。它位于罗马和佛罗伦萨之间的意大利的中心。锡耶那大学的历史根源于意大利托斯卡纳区古老的历史文化传统。托斯卡纳在中世纪时就是西方文明的摇篮，如今科技与创新更使这个地区的发展日新月异。锡耶那大学致力于生物工艺学和生命科学的研究并拥有一批实力雄厚、设施完善、技术先进的实验室。锡耶那大学和国际上许多大学交流并建立了联系。从以上世界最古老的大学历史中不难看出，欧洲是世界大学的发源地。

一般认为，1638 年英国伦敦大学和 1694 年德国哈雷大学的成立，是近代意义大学成立的标志。1810 年，威廉·冯·洪堡建立柏林大学，将研究和教学结合起来，并确立了大学自治和学术自由的原则，这被认为是现代大学的开端。这种模式在美国最早被约翰斯·霍普金斯大学所效仿，到现在被世界各地的大学广泛采用。

在中国，上古和封建时代“大学”一词除了指儒家经典的《大学》外，还指聚集在特定地点传播和吸收高深领域知识的一群人的团体，也指聚集在特定地点整理、研究和传播高深领域知识的机构。根据文献记载，大学作为一种具有高等教育职能的机构，可以追溯到五帝时期的成均和上庠。以后夏朝的东序，商朝的瞽宗，西周的辟雍、泮宫，是当时位于京师的最高学府。

到了汉朝，中央设立“太学”（中国古代的大学一般也称“太学”），为最高学府，而地方也开始设立郡学、州学、府学、县学等供同龄学生学习的地方官办高等学校，相当于不同阶级的公立大学，低阶大学学业出色的学生可以进至高阶大学学习。隋唐以后太学改为国子监，唐朝以后出现书院。书院可以分为大学部、小学部，有些并不严格区分，有官办，有私立，不少是民办官助。白鹭书院、白鹿洞书院、岳麓书院、应天府书院、嵩阳书院、石鼓书院、茅山书院等都是著名书院的代表。

中国传统的学校以培养公共政治服务的官员仕人以及从事文化教育的文人为主，偏重儒学人文教育。另外，还有专门学科部或者专科性的高等教育机构。南朝宋时设有儒学馆、玄学馆、文学馆、史学馆，合并后分儒、道、文、史、阴阳五部学。唐朝的国子监设有律学馆、书学馆、算学馆。明朝时设有专门培养外交翻译人才的四夷馆。此外还有兼具人才培养功能的专门性的科研及应用服务机构，如医学领域的太医馆等，天文历法领域的司天监或者钦天监等。还出现过综合性的学术研究机构，如南朝之宋朝设立的华林学省，相当于后来的中央研究院。不过，中国古代的高等学校和西方现代的大学存在差别，尤其官办学校以培养治理政府的仕人及从事文化教育的文人为主，学科上自然科学尤为缺乏，所以到近代整个的传统教育体系都面临着转型、革新。

在近代和西方交流以来，西方的“University”早期被翻译成“书院”等。19世纪末20世纪初，辛亥革命元老、中国现代教育奠基人何子渊、丘逢甲等人开风气之先，排除顽固守旧势力的干扰，成功引入西学（美