

大学生成才心理学

DAXUESHENGCHENGCAIXINLIXUE

常挽波等 著

DAXUESHENGCHENGCAIXINLIXUE

中国青年出版社

B844.2
15
1

大学生成才心理学

常挽波等 著

中国青年出版社

责任编辑：李晓丽

封面设计：刘京川

3150/34-
08

大学生成才心理学

常挽波等 著

中国青年出版社出版 发行

中国青年出版社印刷厂印刷 新华书店经销

787×1092 1/32 9.4印张 178千字

1988年7月北京第1版 1988年7月北京第1次印刷

印数1—15,000册 定价2.35元

序 言

曲 啸

古希腊有一句著名的格言：“认识你自己！”这句话凝聚着人类自己的最高智慧。然而，漫长的岁月过去了，人类对自身的认识依然近乎肤浅！幸运的是，近三十年来科学技术的发展，在不断地揭示着人脑的奥秘。人们越来越清楚地理解到，人类的社会实践是一个心理——意识过程；人的心理功能、人的智力或思维具有能动地认识、改造世界的作用。据此，科学家们预言：本世纪末至下世纪初，现代科学技术的带头学科有可能是心理学。

在现代社会生活中，不管是生产、管理、消费、体育运动、文化娱乐，还是政治、经济、军事、司法、医学、家庭生活，无不与人的心理有千丝万缕的联系。现代心理学的发展，正在向各门学科及其各个部分渗透。微生物学、微电子学、生物化学、电子

计算机的发展，推动着心理学在微观机制的研究上不断地突破，使之向数量化、精确化、规范化方面拓进。事实越来越清楚地说明，只要有人活动的地方，并为了人类的进步而求索，那么，各门科学的发展，各项工作的顺利完成都需要心理学的知识。大学生想要成为祖国四化建设的高级人才，更离不开心理学的帮助和指导。

常挽波等同志撰写的《大学生成才心理学》，敏锐地观察到这一时代信息，把进入大学深造的青年的主要心理活动与成才紧密联系起来，对大学生个体心理发展的动力、发展阶段、发展课题进行了有益的探索，研究了大学生自我意识、智能开发、交往友谊、情绪控制、意志、性格和个性倾向(理想、信念、人生观等)形成的特点、规律及其在成才过程中的地位和作用。同时对实践活动、创造才能、专业心理、品德心理、审美心理、爱情心理以及大学生心理健康与心理卫生等方面的问题，作了尽可能详尽的论述。还运用教育学、社会学、伦理学、人才学等学科的基本原理，来阐明大学生社会化过程中所遇到的人生、理想等问题的社会价值与道德意义。总之，此书吸收现代心理学及其它相关学科的理论，紧密联系实际，探讨了青年大学生感兴趣的许多问题，力求做到思想

性、科学性、时代性与实践性的统一。它是一切希望成才的大学生的良师益友。

本书对于高等院校领导、教师及大学生家长按照成才心理特点、规律去诱导、培养大学生，也提供了一些有益的启示和帮助。

本书通俗易懂，深入浅出，适合没有学习过心理学专门理论的大学生阅读，可作为高等学校思想教育基础课教材。

当前，我国正处在改革时期，这场伟大的革命对青年的思想教育提出了更高的要求。运用心理学作为思想教育的基础学科之一，这是改革、开放的需要，是教育事业面向现代化、面向世界、面向未来提出的任务。人的思想现象和心理现象，本来就是浑然一体而不可分割的。青年人思想品德修养，说到底就是心理的修养。我国著名心理学家丁瓚教授，早在1947年就出版了《青年心理修养》的专著。我希望一切从事青年思想教育的同志，尤其是高等学校从事学生思想教育的教师，在思想教育工作的改革过程中，更多地注意青年人的心理特点，引导大学生加强共产主义思想品德修养。更希望有机会进入大学深造的青年朋友，能够通过读这本书，认识到加强心理修养，促进心理健康发展，是个人成才的先决条件和必要前提这

一道理。

大学生成才心理研究，是一块正在被开垦的处女地。因此，《大学生成才心理学》的层次结构及其所论述的问题，难免有这样那样不足之处。我深信在作者和读者的共同努力下，今后会不断地完善，不断地提高。它作为一项开拓性的研究成果，能与读者见面，是一件值得庆贺的事。值此出版之际，特向广大青年朋友们推荐。

1987年5月1日于北京

目 录

绪 论	(1)
第一节 什么是大学生成才心理学	(2)
第二节 大学生成才心理学与邻近学科 的关系	(8)
第三节 学习大学生成才心理学的意义	(11)
第一章 大学生心理发展的基本特征	(14)
第一节 大学生心理发展的一般特点	(15)
第二节 大学生心理发展的动力因素	(20)
第三节 大学生心理发展的阶段性	(25)
第四节 大学生心理发展课题	(33)
第二章 自我意识与时代观念	(38)
第一节 自我意识发展的一般规律	(38)
第二节 大学生自我意识发展的特点	(44)
第三节 大学生自我意识发展的正确方向	(50)
第四节 大学生的时代观念	(55)

040493

✓第三章 学习知识 开发智能 (60)

第一节 大学生学习活动的特点 (61)

第二节 大学生学习过程的动机因素 (65)

第三节 大学生学习过程的智力因素 (70)

第四节 开发智力的主要途径 (80)

第四章 扩大交往 珍惜友谊 (86)

第一节 交友活动在成才中的意义和作用 (87)

第二节 大学生交友活动的心理分析 (91)

第三节 抑制心理矛盾 树立正确的友谊观 (95)

第四节 友谊感与群体意识 (99)

✓第五章 控制不良情绪 培养高级情感 (104)

第一节 大学生情绪的控制与调节

第二节 高级情感的培养与锻炼 (111)

第三节 时代使命感 社会责任感 (115)

✓第六章 坚强的意志 优良的性格 (121)

第一节 大学生意志品质的发展特点 (121)

第二节 坚强意志的特征及其锻炼途径 (127)

第三节 大学生性格的类型及其形成原因 (135)

第七章 理想 信念 人生观 (147)

✓第一节 理想 (148)

第二节 信念 (154)

第三节 人生观 (156)

第八章 心理卫生与成才 (167)

第一节 心理健康的标准 (168)

第二节	影响身心健康的因素	(172)
第三节	心理卫生与心理治疗	(190)
第九章	专业心理与成才	(193)
第一节	大学生的专业心理分析	(193)
第二节	专业人才个性特征及其锻炼途径	(201)
第三节	就业心理准备	(208)
第十章	品德心理与成才	(216)
第一节	大学生的品德心理结构及其发展 状况	(217)
第二节	品德社会效果反馈联系效应	(222)
第三节	美德出良才	(227)
第十一章	美感心理与成才	(232)
第一节	大学生美感心理特征	(233)
第二节	美育与成才	(237)
第三节	大学生审美能力的培养	(240)
第十二章	爱情心理与成才	(245)
第一节	爱情心理本质属性剖析	(246)
第二节	大学生恋爱心理的特点与规律	(253)
第十三章	实践活动与成才	(261)
第一节	勇于实践是人才成长的根本途径	(262)
第二节	大学生实践活动的基本形式	(266)
第三节	大学生实践活动的心理分析	(272)
第十四章	创造心理与成才	(276)
第一节	当代大学生创造心理分析	(276)

第二节	创造心理学与创造心理品质	(281)
第三节	十四种创造才能简析	(284)
后 记		(294)

绪 论

成才！成才！！

这是多么富有魅力的字眼。中学生几年奋力拼搏准备考大学，是为了成才；家长送子女上大学，是望子成才；国家支付经费办大学，也是为了把青年培养成才。“成才”是一个聚焦点，把各方面的愿望汇聚成一股时代的潮流。

大学生活是令人羡慕的。然而，大学生活并不象漫步在林荫道上那样悠然自得。自你跨进大学校门那天起，现实生活中意想不到的难题，就一个接着一个地摆在了你的面前。

你可能会发现，新同学同吃、同住、同上课，思想却不相通。知心话不知对谁说，很快会产生一种无名的寂寞和孤独。

你可能隐隐觉得，高中时期拉紧的“弦”不知不觉地松弛了，早先筑起的意志“长城”慢慢地倒塌了。激励自己继续前进的动力是什么？锐意拼搏的精神力量到哪里去寻觅？苦苦

思索而不得其解。

你也可能会感到，父母和老师象“指腹为婚”那样为你选择的专业，与你的兴趣爱好大相径庭，你为此苦恼而又无力自拔。

你还可能觉得，大学老师对自己来说，是那样陌生而遥远。他们对你这个中学学习“尖子”的“忽视”引起你极大的不安。

.....

为什么从中学升入大学会有这么多难题出现呢？主要原因是人的心理功能没有尽快适应变化了的环境。一个人要想提高适应环境的能力，就得了解和认识自身心理活动发生、发展的特点。同样，大学生要想尽快适应新的环境，早日成为祖国四化建设的有用人才，首先就得正确认识自己。

第一节 什么是大学生成才心理学

大学生成才心理学，是帮助大学生进行自我认识、自我调节、自我教育、自我塑造的科学。它要帮助大学生认识自身各种心理现象产生、发展的特点和规律，认识这些心理现象在成才实践活动中的地位 and 作用，认识个体心理现象与大学教育、与周围环境的因果关系。

一、大学生成才心理学产生的时代背景

第二次世界大战之后，世界局势由热战变为冷战，又由冷战变为和平竞争，即两种社会制度的政治竞争。由战场上

的血与火，转入经济领域的高与低。而经济竞争是在生产领域展开的。生产竞争的后面是科学技术竞争，在科学技术后面是文化教育竞争，在文化教育后面是人才质量的竞争。特别是1957年10月4日，苏联把第一颗人造卫星射入地球轨道，预示着一个空间世纪的开始，在西方，特别是在美国引起了强烈的反响。心理学家们由此研究认为：人的观念、知识、智力（或思维）在国际竞争中具有极为重要的意义。这导致了美国行为心理学的衰落，认知心理学的兴起。从此以后，人才问题的研究形成了一股潮流。例如美国人的潜力的研究，日本英才研究，英国人口质量研究等等。我国把人才学作为一门独立学科，是党的十一届三中全会以后才提出来的。

研究人才和人才问题，离不开研究人才的心理。因此，心理学就成为研究人才成长的重要学科之一。开始时，发展心理学研究人才心理发展特点和规律，教育心理学研究人才掌握知识、开发智力的规律和特点，创造心理学研究人才创造的规律和特点。渐渐地，这些心理学分支与人才学交叉结合，就形成了人才心理学或成才心理学。

人才的成长有不同的发展阶段。一般地说，有幼儿阶段、小学阶段、中学阶段、大学阶段，以及大学毕业后阶段等等。大学阶段，在人才成长的各个阶段中占有特殊重要的地位。大学阶段正是人才由“求学期”向“创造期”转变的过渡时期。在这个转变过程中，大学生既要打下德、智、体、美、劳动技能诸方面的发展基础，又要做创造的尝试，跨出创造

的第一步。基础打得如何？创造的第一步跨得怎样？这对人才今后发展的方向、高度和持续性具有重大的影响。

鉴于大学学习阶段在人才成长中的特殊意义，世界各国的许多心理学工作者，在大学开设了讲座或专门课程。如美国著名教育心理学家麦启奇教授1982年秋开始，在密歇根大学一年级新生中开设了“认知心理学入门”课（又称学习如何学习），日本和苏联的许多大学也开设了相应的课程，如“创造工程学”、“科学研究方法论”等等。近年来，我国一些高等院校也作了这方面的尝试，例如西安交通大学力学工程系林毓琦副教授，在该系84级新生中开设了“学习方法论”课程（又称“大学学习导论”），华中工学院开设了“科技人才成才之路”课程，湘潭大学开设了“大学生心理修养”专题讲座，等等。上述这些课程，尽管名称不同，但都运用了心理学知识，以帮助大学生适应大学生活环境，改善学习方法，培养创造才能，促进心理健康，从而深受大学生们的欢迎。

二、大学生成才心理学的研究内容

1. 研究大学生个体心理现象的特点和规律。

大学生成才心理学是心理科学一个新的分支，它的任务是围绕成才这一目标，揭示、叙述、预测大学生个体心理现象发生、发展的特点和规律，探讨哪些是有利于成才的积极心理活动，哪些是不利于成才的消极心理活动；有利于成才的积极心理活动如何培养、发展，消极的心理现象如何控制、转移，尽可能地帮助大学生在成才的道路上避免失误，少走弯路。具体说有四个方面的任务：

(一) 研究大学生心理发展的动力、发展阶段与发展课题。大学生正处在长身体、长知识时期，研究其心理发展的动力，探讨大学生生活阶段青年心理发展的阶段与发展课题，对大学生身心的健康发展和成才有着重要的现实意义。

(二) 研究自我意识、知识、智能、友谊、情感、意志、性格和个性意识倾向（理想、信念、人生观）在大学生成才过程中的地位和作用，探讨其形成的规律和特点。

(三) 研究心理健康的标准与大学生心理保健的问题，寻找大学生心理疾病的产生根源及其防治的办法。

(四) 探讨大学生专业心理、品德心理、美感心理、爱情心理、实践活动心理、创造心理的形成特点与发展规律，揭示非逻辑思维与创造、梦境与人的智力活动的内在联系。

2. 研究个体心理因素与客观环境的因果关系。

人才是指具有一定专业知识与技能，德才兼备，能对社会的物质文明和精神文明建设作出较大贡献的人。对大学生来说，“成才”意味着在探索未知领域的认识过程中，为人类科学文化宝库增添新的知识；或者在改造客观环境的宏伟事业中，打上自己的印记；或两者兼而有之。

植物的生长需要阳光、雨露、土壤、气候等自然条件，人才的成长需要良好的社会环境。时代的需求，社会的需要，是人才成长的重要条件。马克思说：“人们自己创造自己的历史，但是他们并不是随心所欲地创造，并不是在他们选定的条件下创造，而是在直接碰到的、既定的、从过去继承下来的条件下创造。”

人才的诞生需要内在因素和外在因素的良好结合。德、智、体、美、劳动技能是人才诞生的内在因素，时代、环境、教育、地域、人际关系等构成人才诞生的外在因素。研究这种内在因素与外在因素的因果关系，能帮助大学生发挥主观能动性，更快地成才，更好地成才。

三、大学生成才心理学的特点与学习方法

1. 大学生成才心理学的主要特点。

(一) 研究对象与学习主体的统一。大学四五年的时间要学习二三十门课程，每门课程有不同的研究对象。例如数学是研究数量关系和空间形式的科学；物理学是研究自然界物质及其运动规律的科学；哲学是研究思维与存在、精神与物质关系的科学；英语研究的是英国语言的语音、语法和词汇。大学生学习这些课程有三方面的任务，即学习这些课程的知识、结构与方法。而大学生成才心理学的研究对象是大学生自身心理现象发生、发展的特点和规律。研究对象与学习主体的高度统一，是这门课程的最主要特点。

(二) 科学性与针对性的统一。大学生成才心理有自己科学的理论体系，它的理论基础由两大支柱组成，即马克思主义认识论的反映论和巴甫洛夫高级神经学说的反射论。它要运用普通心理学和青年心理学的理论和方法，揭示青年大学生心理现象发生、发展的特点和规律，揭示个体心理与客观环境的因果关系，探索大学生成才之路。而这些对每一个大学生又都具有很强的针对性。因此说，科学性与针对性的统一，是大学生成才心理学又一鲜明的特点。