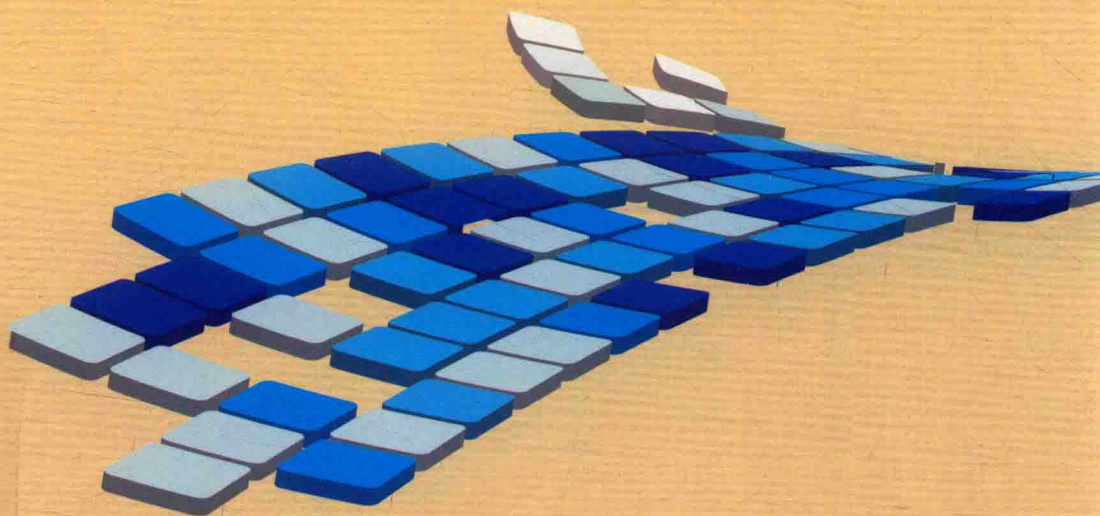




思想道德修养 与法律基础讲演录

Sixiang Daode Xiuyang
Yu Falü Jichu Jiangyanlu

罗 薇 ◆ 著



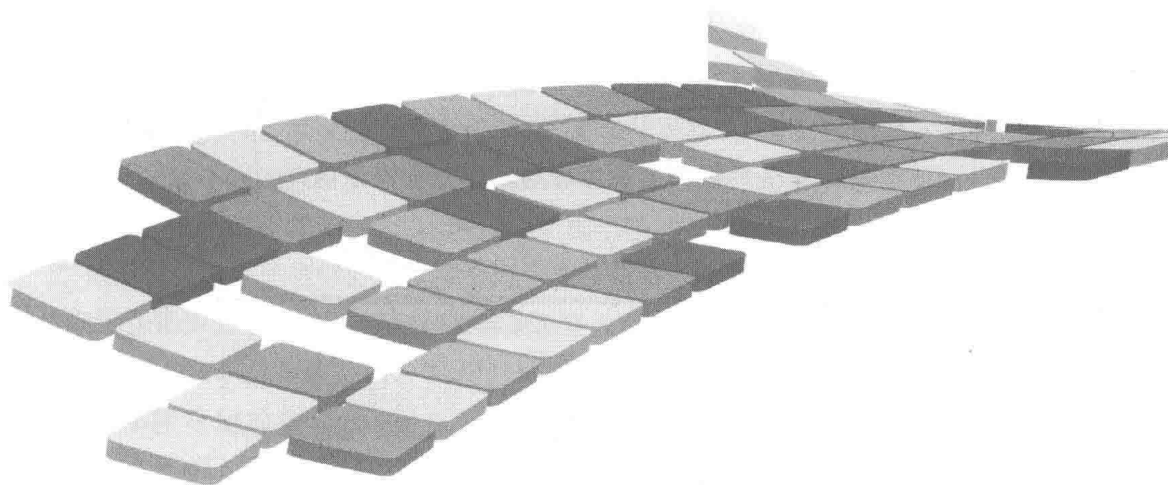
苏州大学出版社
Soochow University Press



思想道德修养 与法律基础讲演录

Sixiang Daode Xiuyang
Yu Falü Jichu Jiangyanlu

罗 薇 ◆ 著



苏州大学出版社
Soochow University Press

图书在版编目(CIP)数据

思想道德修养与法律基础讲演录 / 罗薇著. —苏州:
苏州大学出版社, 2018. 4
ISBN 978-7-5672-2387-5

I. ①思… II. ①罗… III. ①思想修养-高等学校-
教学参考资料②法律-中国-高等学校-教学参考资料
IV. ①G641.6②D920.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 059122 号

思想道德修养与法律基础讲演录

罗 薇 著

责任编辑 王 亮

苏州大学出版社出版发行

(地址:苏州市十梓街1号 邮编:215006)

镇江文苑制版印刷有限责任公司印装

(地址:镇江市黄山南路18号润州花园6-1号 邮编:212000)

开本 700 × 1 000 1/16 印张 10.75 字数 187 千

2018 年 4 月第 1 版 2018 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5672-2387-5 定价: 32.00 元

苏州大学版图书若有印装错误,本社负责调换
苏州大学出版社营销部 电话:0512-65225020
苏州大学出版社网址 <http://www.sudapress.com>

序 言

Preface

“思想道德修养与法律基础”课是高校思想政治教育的公共必修课,对于提高高校学生的思想道德素质和法律素质,使其成为社会主义一代新人,有着极为重要的意义。本人从事这门课程的教学已近十年,在多少个备课与授课的日日夜夜中,一直不敢有丝毫懈怠,希望能尽自己所能,在这一方讲台之上,让青年学生尽早适应大学生活,珍惜大学时光,掌握法律基础知识,成为社会主义事业的合格建设者和可靠接班人。为了更好地履行“传道、授业、解惑”的神圣使命,也曾用心积累专业知识,开阔自己的人文视野,煞费苦心地备好每一堂课、斟酌每一句话,希望课堂变得有滋有味,成为学生真正喜欢、真正觉得“有用”的课程。当然,这样的教学目标,我心向往之,却深知能力有限,差距甚大。

在上海电机学院马克思主义学院的大力支持下,以我作为项目申请人的“思想道德修养与法律基础”被评为上海市重点课程。感谢领导、同事和历届学子们的厚爱,我连续获得上海电机学院“教学优秀奖”。成绩既是对过去的肯定,更是对未来的鞭策。我想通过本书对多年来的教学经验和研究生涯做一个小结,也期望在此基础上,能孕育出更加丰硕的果实。

本书以“思想道德修养与法律基础讲演录”为书名,主要是将我的课堂授课内容转化为文字稿,以“讲”作为编写体例,采用相对口语化的表述方式,希望尽可能还原课堂原貌。由于课堂时间限制,有些授课内容不得不忍痛省略。本书所参照的教材是《思想道德修养与法律基础》(高等教育出版社2015年8月第1版)。在基本涵盖教材主要内容的基础上,本书对于法律基础知识部分做了部分补充,力求更全面地满足读者的学习需求。

由于本人才疏学浅,书中缺漏错误之处在所难免,尚祈读者不吝指正。

目 录

Contents

上篇 思想道德修养

第一讲 开设本课程的意义 / 3

- 一、培养社会主义事业的建设者和接班人的需要 / 3
- 二、全球视野中的思想政治教育 / 5

第二讲 适应人生新阶段 / 7

- 一、认识大学生活的新特点 / 7
- 二、培养优良学风 / 13

第三讲 树立坚定的理想信念 / 18

- 一、理想的内容 / 18
- 二、信念 / 21
- 三、为什么要有理想信念 / 22
- 四、坚定理想信念,练就过硬本领和强大内心 / 24

第四讲 做一名忠诚和理性的爱国者 / 27

- 一、爱国主义的科学内涵 / 28
- 二、爱国主义的基本要求 / 30

第五讲 成就精彩的人生 / 42

- 一、树立正确的人生观 / 42
- 二、人生态度 / 43
- 三、科学对待人生环境 / 45

第六讲 传承道德文化 / 53

- 一、道德及其发展 / 53
- 二、为什么要大力弘扬道德 / 55
- 三、优秀传统文化中的道德理念 / 56
- 四、大学生践行社会主义道德的路径 / 58

下篇 法律基础

第七讲 当代中国法的渊源 / 63

- 一、法的渊源的概念 / 63
- 二、当代中国法的正式渊源 / 63
- 三、法的正式渊源的效力原则 / 65
- 四、当代中国法的非正式渊源 / 65
- 五、几部重要法律的初步介绍 / 66

第八讲 培养社会主义法治思维方式 / 70

- 一、什么是法治 / 70
- 二、法治思维方式 / 73
- 三、为什么要培养法治思维方式 / 80
- 四、怎样培养法治思维方式 / 81

第九讲 刑法 / 85

- 一、刑法的基本原则 / 85
- 二、犯罪构成 / 86
- 三、排除犯罪性行为 / 92

第十讲 刑事诉讼法 / 95

- 一、概念 / 95
- 二、刑事诉讼法的特点 / 96
- 三、刑事诉讼构造 / 98
- 四、刑事诉讼的专门机关和诉讼参与人 / 100
- 五、刑事诉讼程序 / 106

第十一讲 民事诉讼法 / 113

- 一、民事诉讼的基本问题 / 113

二、管辖制度 / 118

三、第一审普通程序 / 120

四、第二审普通程序 / 122

第十二讲 行政诉讼法 / 124

一、行政诉讼的受案范围概述 / 124

二、受案范围 / 125

三、不受案范围 / 126

四、当事人 / 128

五、管辖制度 / 132

六、行政诉讼程序 / 133

七、证据与法律适用 / 136

第十三讲 侵权责任法 / 138

一、归责原则 / 138

二、几类特殊的侵权责任 / 139

第十四讲 婚姻法 / 149

一、婚姻法的基本原则 / 149

二、结婚和婚姻效力 / 150

三、夫妻财产 / 152

四、离婚 / 155

第十五讲 继承法 / 158

一、继承的发生 / 158

二、继承的范围 / 158

三、继承的种类 / 159

四、继承权的丧失 / 161

五、代位继承和转继承 / 162

上篇 思想道德修养

各位同学,从今天开始,我们将开始学习《思想道德修养与法律基础》这门课程。我们的青年大学生应当具备什么素质呢?首先是要有政治认同,第二是要有国家意识,第三是要有文化自信,第四是要有健全的人格,第五是要有良好的法律素养。“思想道德修养与法律基础”这门课程正是围绕这几个方面,帮助同学们树立正确的世界观、人生观、价值观和法律观,打下扎实的思想道德和法律基础,提高自身修养,促进大学生德智体美劳全面发展,成为社会主义事业的合格建设者和可靠接班人。

第一讲

开设本课程的意义

思想道德修养与法律基础是一门通识必修课。它是适应大学生成长成才需要,帮助大学生科学认识人生,提高思想道德素质和法律素质,成为社会主义事业的建设者和接班人的课程。但是我们很多同学对于这门课程抱以冷漠的态度,一到教室争先恐后抢占后排的座位,经常在教室里坐出一个大大的“凹”字。有些同学在课堂上沉浸在自己的世界里,还有些同学甚至认为这门课程就是自习、发呆、睡觉、玩手机、谈恋爱的课程。所以我们第一堂课要解决的问题是:为什么要开设这门课程呢?我们在小学、中学阶段都有思想政治课程,为什么我们进入大学阶段,年纪增长了,视野开阔了,思考问题更深刻了,还要学习这门课程呢?

一、培养社会主义事业的建设者和接班人的需要

我国高等教育肩负着培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的重大任务。大学是我们人生的新阶段,是世界观、人生观、价值观形成的关键时期,是我们提高修养、增长学识、提升能力的重要时期。大学生正值青春年华,思想活跃、猎奇心重、善于思考、勤于比较,有着较为宽阔的视野和较强的信息技术能力。我们关注时政,对于社会问题有自己独立的思考。但是,我们并未真正走入社会,生活阅历不足,在思考、评价社会问题时可能会以偏概全,容易摇摆,容易受到网络中错误言论的蛊惑。事实上,敌对势力从来没有放松对于高校的渗透和争夺。我们很多同学不以为然,觉得我身边都是根正苗红的好青年,处处都是正能量,哪有什么敌对势力?教育系统是我们中国共产党意识形态工作的前沿阵地。所谓前沿阵地,就是社会一有什么思想出现,社会风气、生活方式一有什么微小的变化,就会第一时间传导到校园,传递给学生。敌对势力对我们的渗透首先选定的是我们教育系统,我们的校园。赢得青年就赢得未来。如何毁掉你的未来呢?首先就要搞乱你的学校,搞乱你的青年大学生。因此,在教育战线的某些空间、某些阶段,斗争

是非常尖锐的。我们的高等教育必须坚持正确的政治方向,高校的讲台必须要站稳了,要把社会主义核心价值观融入课堂,对青年学生进行正确的教育和引导。

恰同学少年,风华正茂。青春的大学生应该是朝气蓬勃、积极向上的。人们会把一切美好的词送给你们。然而,近年来大学生犯罪问题日益突出,让我们不得不思考:这些青年学生到底怎么了?我们的教育怎么了?我们应该做些什么?

马加爵,一个也许已经被淡忘的名字,这个曾经 20 岁的大学生,在与同学打牌发生冲突后,举起铁锤残忍地砸向了自己的室友,4 个年轻的生命在他的铁锤下永远地消失了。因为打牌发生口角,仇恨成了他生活的全部,杀人成了宣泄。案发后,公安部发布 A 级通缉令,通缉在逃杀人犯罪嫌疑人马加爵,后来马加爵在三亚落网。马加爵家境清贫,内心自卑,性格孤僻。如果能对他进行心理疏导,如果他的生活能更加充实,不是陷入琐碎,如果他的性格能更加健全,不是斤斤计较,这个悲剧也许就不会发生。

药家鑫,曾是西安音乐学院大三的学生。2010 年 10 月 20 日深夜,药家鑫驾驶红色雪佛兰小轿车从西安外国语大学长安校区返回市区途中,撞上前方同向骑电动车的一名女子,后药家鑫下车查看,发现该女子倒地呻吟,因害怕她看到车牌号码,以后找自己麻烦,就产生了杀人灭口之恶念,于是转身从车内取出一把尖刀,上前对倒地的被害人连捅数刀,致其当场死亡。杀人后,被告人药家鑫驾车逃离现场,当车行至郭杜十字路口时又将两情侣撞伤,逃逸时被附近群众抓获。2011 年 1 月 11 日,西安市检察院以故意杀人罪对药家鑫提起了公诉。同年 4 月 22 日在西安市中级人民法院一审宣判,药家鑫犯故意杀人罪,被判处死刑,剥夺政治权利终身,并处赔偿被害人家属经济损失 45498.5 元。5 月 20 日,陕西省高级人民法院对药家鑫案二审维持一审死刑判决。2011 年 6 月 7 日上午,药家鑫被执行死刑。此案引起社会高度关注,有要求严惩者,有为其求情者,称之为“激情杀人”“弹钢琴式杀人”。

林森浩投毒案发生在 2013 年,它更为人所熟知的一个媒体标签是“复旦投毒案”。林森浩,复旦大学上海医学院 2010 级硕士研究生,他和被害人黄洋(复旦大学 2010 级硕士研究生,耳鼻喉专业,后考取该校博士生)住同一宿舍。2013 年 4 月 1 日,黄洋出现上吐下泻的症状,最初医生认为就是吃错了东西拉肚子,但是用尽种种治疗手法后,仍然不见好转。当时林森浩正在医院见习,亲自为黄洋做 B 超检查,告诉黄洋“没有什么事”,并且带着水果前去看望过黄洋。到了 2013 年 4 月 9 日,黄洋的一位师兄孙某收到了一个陌

生人的短信,提醒注意一种化学药物 N-二甲基亚硝胺。孙某马上将情况告诉了黄洋的导师,黄洋的师兄弟们查询了相关医学论文资料,发现该药物的小白鼠实验症状与黄洋此前症状十分相似,那篇相关医学论文的作者正是林森浩。黄洋的师兄弟在案子的侦破过程中做出了很大的贡献。后来经警方查明,复旦大学医学院研究生林森浩因生活琐事与同寝室的被害人黄洋关系不和,心存不满,经事先预谋,3月31日中午,将其做实验后剩余并存放在实验室内的剧毒化合物带至寝室,注入饮水机槽。4月1日晨,黄洋饮用饮水机中的水后,出现中毒症状,后经送医救治无效死亡。2014年2月18日,上海市第二中级人民法院一审宣判被告人林森浩犯故意杀人罪,判处死刑。被告人随后上诉,表示并非故意杀人。2015年1月8日,上海市高级人民法院二审驳回了被告人的上诉,维持原判,并报请最高人民法院核准。2015年12月9日,最高人民法院下发核准林森浩死刑的裁定书。11日,林森浩被依法执行死刑,终年29岁。

大学生承载着社会和家庭的希望,拿笔的手不应当拿起尖刀、毒药。大学生是国家宝贵的人才资源,是民族的希望、祖国的未来,肩负着人民的重托、历史的责任。我们培养的学生是德智体全面发展的学生,德应该放在第一位,如果光是脑袋好使,学习成绩好,但是自私、狭隘,甚至残忍,这样的人不仅不会对社会有益,反而会祸害社会,甚至成为触犯刑法的人民的罪人。这就是我们的用人标准为什么是德才兼备、以德为先,一个人只有明大德、守公德、严私德,其才方能用得其所。为了让我们的青年学生成长成才,为了让我们的学生形成正确的价值观念和好的行为习惯,非常有必要开展本课程的学习。

二、全球视野中的思想政治教育

有些同学可能会想:是不是中国才搞思想政治教育?其实开展思想政治教育是一项重要的教育实践活动,是世界各国面临的一项共同的战略任务,在每个国家都存在,不仅仅是中国。在一些国家,思想政治教育被称作公民教育、价值观教育、道德教育等等,不一定有“思想政治教育”之名,却有“思想政治教育”之实。我们举两个例子:日本和美国。

(一) 日本

日本的思想政治教育由政府指挥,文部省操作执行,由其统一管理、统一布置,有一套强有力的行政干预措施和政策。日本思想政治教育的主要内容是:爱国主义、人生观、“和”文化及劳动教育。学校教育是日本思想政治教育

的主要渠道,主要包括规范道德课、特别活动以及思想政治教育在各学科的渗透,培养学生的道德品质,规范学生的道德行为,使他们养成符合日本价值体系的态度、习惯、行为方式。日本的大众传媒十分发达,带有强烈的政治倾向。日本企业造就“工作狂”,这与日本企业的思想政治教育不无关系。日本的企业单位教育内容十分丰富,以职业技术培训为主,再加上企业精神和道德教育,形成了日本企业教育的特色。企业不断地向员工灌输忠诚团结、积极进取、奋勇争先的精神,这实际上就是思想政治教育的内容。

(二) 美国

美国的政治教育是美国思想政治教育的中心,并且一以贯之,长期保持连续性、稳定性。在教育方式上更多地采取“渗透式”“隐蔽式”,使受教育者在不知不觉中接受教育的影响。以学校为中心,家庭、学校、社会相互配合,形成全方位的思想政治教育网络。在思想政治教育繁杂的名目下,都赋予了以个人利益为核心的自由主义和美国政治制度优越性的教育内容。如果问美国幼儿园的小朋友,世界上哪个国家最棒,小朋友会不假思索地回答:美国。问任何一个美国人,世界上哪个国家的政治制度是最优越的,他们都会骄傲地告诉你:美国。尽管禁止学校内的宗教活动,但大量宗教内容已经渗透到各门课程当中,如《圣经》就被当作文学、历史和公民道德规范来进行爱国主义教育。

思想政治教育是人类阶级社会中一项普遍存在的实践活动,它在不同的国家和地区,名称和形式可以各式各样。西方国家虽然不一定有思想政治教育之名,但是在爱国主义教育、公民教育、国民精神教育、价值观教育、法制教育、宗教教育等名称之下,做了大量的实质性的工作。事实上,第二次世界大战后,特别是在二十世纪八九十年代,西方国家以更加浩大的投入,从社会的各个方面日益强化思想政治教育,大力宣传和捍卫资本主义的意识形态、价值观念和社会制度。从其思想政治教育的理论和实践来看,成效是相当突出的。其教育并不是只靠少数人来操作,而是尽量通过全社会来进行。学校、家庭、社区和社团、宗教、企事业单位、大众传媒等,都从不同的方面参与思想政治教育。我们也应当珍惜我国的思想政治教育资源,借鉴他国的先进经验,结合我国实际为我所用,进一步促进我国的思想政治教育发展创新。

第二讲

适应人生新阶段

各位同学,你们进入大学已经有一段时间了。对于大学生活,一定有了自己的认识和看法。如果用一个词形容你进入大学的感受,会是什么呢?也许会是:欣喜、自由、失望、释放、彷徨、憧憬……这里,是一个新的起点。大家面临同一条起跑线。在这个起跑线上,用现在流行的一个词,我们每一个人要学会“清零(come back to zero)”。不管你曾经有多么辉煌的经历,或是有过痛苦的记忆,这些都是回不去的曾经。今天,我们相会在这里,在这个大家庭里,共同开始新的生活,共同书写新的篇章。无论以后的你是飞黄腾达或是平凡而不平庸,都无法否认你与母校的联系。来到这里,有些同学可能会觉得很庆幸,有些同学也许会觉得失望遗憾。既来之,则安之。任何一所学校都有非常优秀的学生,都有非常杰出的校友。希望我们的同学踏踏实实过好每一天。四年过后,这片土地是让你留下感动的足迹,还是留下遗憾和叹息,从今天开始,全部由你自己选择,由你自己决定。

大学,一个崭新的、美好的学习生活环境。这里机会与挑战并存,希望与困难同在。我们需要学习、适应的事情很多,我们要学会自主学习,我们要学习与人相处,我们的衣服要自己洗,卫生要自己搞,钱要自己花,我们要独立处理学习生活当中的许多事情。

一、认识大学生活的新特点

千里之行,始于足下。你们面临的首要问题是:如何走好大学第一步?而要走好这一步,首先要理解大学是什么,大学能够带给你们什么。

什么是大学?《礼记·大学》中说:“大学之道,在明明德,在亲民,在止于至善”。道,即宗旨。明:彰明、弘扬。明德:光明正大的品德。亲民:即新民,使人弃旧图新,去恶从善。至善:使人达到完善的境界。明德、亲民、止于至善是儒家培养人、塑造人的三大纲领,是中国文化中最刚健积极的精神力量。大学之学,不光是学知识,更重要的是学做人,拓展自己的精神境界,拓

宽自己的人生格局,培养自己担负起家庭责任、社会责任的意识,能够把自己的发展和国家的需求结合起来。

曾任北大校长的蔡元培先生认为:“大学者,研究高深学问者也。”“大学者,囊括大典,网罗众家之学府也。”20世纪30年代任清华大学校长的梅贻琦先生认为:“大学者,非有大楼之谓也,有大师之谓也。”中国大学越来越美,比如武汉大学、厦门大学。上海的大学,复旦大学、交通大学、同济大学,也都非常漂亮,各具特色。现在大学动辄上千亩地,校园内流传着这样一则故事:东门的保洁阿姨拒绝了西门的保安大叔,拒绝原因是无法接受“异地恋”。

大学城正在我国迅速崛起。以前外国人来中国的大学参观,无不感叹中国大学怎么如此破烂;如今,仿佛一夜之间,中国的大学已经变得焕然一新。大楼有了,大师是不是也有了?有大师的大楼叫大学,没有大师的大学只能叫大楼。巍峨的大楼和一望无际的辽阔校园都不是大学的灵魂,只有“大师”才是学校的灵魂,是衡量一个学校水平高低的标志。如今,中国有限的人才资源高度集中,优秀学者几乎被少数名校垄断,而一些功成名就的大师成了社会活动家,整天在天上飞,连他的博士生都很少见得到他,更别提一般的本科生了。对于目前部分基础建设已初具规模的大学来说,我们应将更多的财力用于人才队伍建设,培育和引进“大师”。

看过奥斯卡影片《美丽心灵》后很触动,这部影片讲的是数学家纳什的故事。普林斯顿大学对这位被精神分裂症困扰了30多年的天才相当优待,一直传为佳话。可前提是,他的天才很早就被学界认识到,否则,大学不会那么慈善。大学必须有弹性且不乏人情味儿的管理,才能营造一个有利于培养学术大师的良好环境。没有规矩不成方圆,可一旦有了规矩,又必定对特异之士造成压抑。大学的微妙之处在于如何“为中才定规则,为天才留空间”。我们的高校要想方设法培养真正的大师,使他们在高校人才培养和科学研究中发挥更为突出的作用。

大学既是自由探索、追求真理的知识殿堂,也是陶冶情操、磨炼意志的精神家园。在高等教育大众化的今天,尽管不同的高校有不同的培养目标,但是,大凡大学都应该崇尚科学、民主、文明、创造、进步,有积极引导我们成人成才的传道授业解惑者,有浩瀚的图书资料和先进的设备仪器,有净化心灵、启迪睿智的文化氛围。大学,一个学习的起点,一个奋斗的起点,我们要有开放的头脑和坚定的信心,走好人生的这关键一步。

(一) 学习要求变化

大学与中学不同,中学有明确的学习目标:考上大学。为了考上大学,你

们一头扎进书本,两耳不闻窗外事,一心只读圣贤书。而且,不是你一个人在战斗,你的全家都投入了这场战斗,每个人都好像经历了一场高考。也许,我们的高三老师会一遍遍苦口婆心地对我们说:“你们就拼搏一年,上了大学就好了,以后想怎么玩就怎么玩。”那是善意的谎言,大学真不是玩的地方,而是拼搏奋斗、洒下青春汗水的地方。

终于进入大学,我们很多同学突然之间失去了奋斗目标。我为什么学习?我为什么还要学习?是为了中华复兴、中国梦而读书?是为了毕业后找个好工作?很多人陷入迷茫。再加上,远离家乡,虽然也有淡淡的乡愁,中秋节的时候抬头看看月亮也许会挤出一滴思乡的眼泪,但逃离了父母紧盯的双眼和无处不在的唠叨,其实是一件多么爽的事啊!没有目标,没有唠叨,有的是大把时间,还有一点点可自由支配的金钱,有些同学开始挥霍青春。逃课成为家常便饭,通宵打游戏,那是“弥补”我的青春。快要考试之前熬上几个通宵,然后再以一道闪电的速度忘记。于是有人在教师节的时候祝福老师说:“老师啊,节日快乐。可是您教我的知识我都已经全部还给您了,您是不是也把我的学费还给我?”他们认为这是潇洒不羁,桀骜不驯,他们不愿意受到任何规则的约束,这叫不走寻常路,很酷!但是,如果你准备这样度过你的大学生活,我可以预见到你四年后的悔恨。也许,无需四年,一两年后就因挂科被勒令退学。让人非常痛心的是,我们每年都有这样的同学。

大学生当然应当享受青春,但是享受青春并不意味着挥霍青春,在挥霍青春的同时,你快乐吗?你其实并不快乐,你会觉得内心空荡荡的。游戏人生必将带来空虚和悔恨。青春的快乐应当体现在寻找目标、实现理想的过程中。

因此,我想对你们提出以下建议:

1. 制订长期规划和短期规划

同样是过四年,四年过后,有些同学考上了研究生,有些同学通过不断积累,找到了心仪的工作,找到了施展才华和实现人生价值的舞台。因为他们在进校第一天就设立了明确的目标,并且为了这个目标不懈努力。每天进步一点点,四年后带给大家的就是大大的收获。而有些同学在毕业前才发现自己除了快速积累的一身脂肪外一无所长,当其他同学一个个捷报频传、找到施展抱负的舞台时,自己却一次次碰壁,而此时家里一个个催促的电话打过来:“工作找到了吗?工作还没找到吗?”那时的你,将会是怎样的心情?

我们有些同学总是很乐观,乐观当然是要有的,但不能盲目,不能傻乐。你总认为自己的未来必将前程似锦,光宗耀祖。想法不错,但是要经常问问自

己三个字：“凭什么？”你凭什么可以这么自信？你有什么本领、技能优秀于他人呢？难道天上会掉馅饼吗？难道命运女神只对你眨眼神吗？不会！毕业求职的时候，我们经常不得不面对多人竞争一个岗位的残酷事实，只有让自己变得更有竞争力、更有魅力，用人单位才会舍弃他人选择你。与其四年后因为找不到工作而心急如焚、焦虑如热锅上的蚂蚁，不如从现在开始思考、沉淀，冷静地想一想，大学四年我要做什么？我怎么合理安排好自己的时间？我们首先要做的就是确立目标，订好规划。

短期规划和长期规划都要有。规划不能订得不切实际以至于完全无法实现，必须是通过努力能够达到的。比如，一周内我要看哪些书，本学期我要参加哪些培训班，三个月内我要通过什么样的考试。这样学习才更加有目标。在制订规划之前，先跟师兄师姐们、辅导员们聊一聊，他们给出的建议一般更有针对性。但有的时候，师兄师姐的话也不能全听，有一种人，自己暗地里拼搏努力，却老是劝别人：活那么累干吗，聊聊天、睡睡觉、上上网，想怎么过就怎么过。你满腔的热情被他一句话就浇灭了，傻乎乎的真的每天聊天、睡觉、上网，过着你想要的大学生活，等到拿着退学通知书的时候，哭的是你，偷笑的是他。所以千万不能上当，要远离负能量！

制订好规划后，就要不折不扣地去执行，而这需要毅力和恒心，需要不断同自己的惰性作斗争。最好拉上自己的好朋友一起去执行这个计划，这样相互间有个监督和鼓励。不要轻易放弃，不要轻易原谅自己。如果给自己订下了每天跑10000米的目标，就不能轻易找借口放弃：今天我心情不好，今天我吃多了，今天我太开心了，今天我掐指一算诸事不宜……如果因为种种借口就轻易放弃不再坚持，目标永远只能挂在墙上，根本实现不了。每个人的潜力是无穷的，在我们朝前走时，在我们走上坡路时，我们也许会觉得很累，我们也会犹豫退缩，这个时候要对自己说：“坚持，坚持，不要放弃。我肯定可以做到！我一定要做到！”只有竭尽全力，才能让自己的潜能得到充分的发挥，你才能不负青春，不负年华。

2. 要自主学习和探索

我们要主动思维，而不是坐等他人指示。老师不说，我就不动笔或是不动手、不动脑，这样是不行的。老师只是引路人，学生必须自主学习和探索。很多经验和知识的获得正是靠自己“悟”出来的。比如驾驶，老师教基本技能，但是你对车的感觉，对车的熟练驾驭，要靠自己去悟，通过具体的实践操作才能真正掌握驾驶技能，应对各种状况。“师傅领进门，修行在个人。”老师的责任是打开一扇门，路还是得靠自己独立行走。如果各种事情都需要老师