

思考的钥匙

——大学生活中的120个怎么办？

当代大学生丛书
天津人民出版社



DANGDAIDAXUESHENGCON

思考的钥匙

大学生活中的120个怎么办？

天津人民出版社

4

当代大学生丛书



思考的钥匙

——大学生活中的120个怎么办？

李炳武 马晓雄 王武海

天津人民出版社

思考的钥匙

——大学生生活中的120个怎么办？

李炳武 马晓雄 王武海

*

天津人民出版社出版

(天津赤峰道124号)

天津新华印刷二厂印刷 新华书店天津发行所发行

*

787×1092毫米 32开本 10.5印张 1插页 190千字

1985年6月第1版 1985年6月第1次印刷

印数：1—57,110

统一书号：3072·628

定 价：1.20 元

写在前面

在一派奋发向上、充满希望的大学校园里，我们不时听到几声失意的哀叹；在洋溢着青春气息、朝气蓬勃的大学生队伍中，我们偶尔也看到一两个失魂落魄的影子；更多的是年轻的朋友们时常被大学生活中的难题所困扰，轻则影响学习情绪，重则心灵遭受创伤，有的甚至步入歧途。面对这些，我们仿佛欠了一笔债，总感到一种不可名状的感情在鼓捣着我们的心。为责任感所驱使，我们走访了全国各地数十所高校，在四千余名大学生中进行调查和座谈，努力从心理学、教育学角度，结合实际，解答这些难题。

本书共分六个部分：入学、学习、生活、思想、恋爱、毕业。为了便于同学们阅读，尽量按照从开学到毕业的先后顺序编排。在成书过程中，考虑到读者对象，我们力图做到思想性、知识性、趣味性的统一，使这本书既成为德育课的辅助读物，又成为解决难题、排除困扰的钥匙和开阔知识视野的窗口。

《思考的钥匙——大学生活中的120个怎么办？》终于脱稿了！我们怀着忐忑不安的心情把她奉献给亲爱的朋友们，倘若能对您有所帮助和启示的话，我们就满足了。

这个集子在成书过程中，陕西师范大学党委书记张肇

民、副书记王周发同志在百忙中审阅了稿件，张肇民同志还为之写了序。陕西政法干校党委副书记毛世武同志给了我们许多直接、具体的指导和帮助，并对部分稿件作了精心的修改。我们还得到许多兄弟院校的同志们和同学们的大力支持，在此一并致谢。书中错误之处，恳请老师、同学们指正。

作者

1984年11月

序

陕西师范大学的几位同志，在对四千多名大学生进行调查研究的基础上，听取了十所兄弟院校的同志们的意见后，结合自己实际工作中的经验，写成了《思考的钥匙——大学生生活中的120个怎么办？》这本小册子。作者把书稿送给我看，并约我为这本书的出版写几句话。

在这里，我首先要对热心的作者表示鼓励、支持和感谢。同时也借此机会向大学的青年朋友们说几句寄予希望的话。

思想活跃、勇于探索、富于创新，这是青年人，特别是当代大学生的特点。但是，探索、创新的内容却离不开社会历史的背景，无不打上时代的印记。八十年代的青年，处在一个为振兴中华而奋斗的伟大时代，肩负着把我国建设成为一个高度物质文明和高度精神文明的社会主义强国的历史重任。而大学生将成为四化建设的骨干，社会主义事业的接班人，更是任重而道远。这是历史的嘱托，党和人民的期望，也是大学生的志愿和理想。

大学时期是人生道路上的一个重要阶段，是德智体全面发展的“黄金时代”。努力学，奋发向上，把自己培养成为又红又专的社会主义建设的合格人才，这应该是每一位大

学生的入学动机和学习目的。有了这一条，才能为大学时期的进步和成功打下良好的根基。

在我们社会主义大学里，生活是幸福美好的。党、团组织的关心、师长的教导和同学间的互助友爱，会使你感到社会主义大家庭的温暖，激励你奋发前进。但是，一个人在生活的征途上往往不会是一帆风顺的。在平静、美好的大学生活中，有时也不免泛起几朵浪花，使你碰到这样或那样的困难和问题，诸如学习、生活、思想、恋爱、毕业分配等方面都可能遇到一些使你不那么称心如意的事情。要把这些问题处理好，既要有正确的世界观、人生观、道德观作指导；又要有一定的生活实践经验。这本小册子就是作者把两者结合起来，回答大学生活中出现的种种问题，从而为大学生提供一本“生活指南”的尝试。作者把大学生在实际生活中碰到的问题归纳为一百二十个怎么办，采取问答的方式，推心置腹，侃侃而谈，通俗易懂，使人感到亲切、舒心，易于接受。我想，它一定会受到广大青年读者特别是大学生的欢迎。

张 肇 民

目 录

1. 接到录取通知书后怎么办?(3)
2. 录取专业与个人志愿发生矛盾怎么办?(6)
3. 临别时亲人难分难舍怎么办?(9)
4. 报到时忘记带组织关系怎么办?(11)
5. 入学手续丢失了怎么办?(12)
6. 体检复查不合格怎么办?(13)
7. 入学复试成绩不合格怎么办?(15)
8. 有关考试规定是什么?(16)
9. 升级、留级与降级的规定是什么?(18)
10. 有关纪律要求是什么?(20)
11. 奖励与处分的规定是什么?(22)
12. 休学有哪些规定?(24)
13. 退学有哪些规定?(26)
14. 转学或转专业有哪些规定?(28)
15. 有关毕业的规定是什么?(30)
16. 丢失了校徽、学生证怎么办?(32)
17. 刚入学不掌握大学的学习规律怎么办?(37)
18. 不会支配学习时间怎么办?(40)

19. 去图书馆不会查找书目怎么办?(42)
20. 想博览群书苦于时间不够怎么办?(49)
21. 选修课门类繁多无所适从怎么办?(52)
22. 上课听讲老走神怎么办?(54)
23. 反应慢听课吃力怎么办?(56)
24. 学习效率不高怎么办?(59)
25. 记忆力差信息储存率低怎么办?(62)
26. 想刻苦学习但安不下心怎么办?(65)
27. 迷上小说影响专业学习怎么办?(68)
28. 外语基础差, 赶不上进度怎么办?(70)
29. 学习有疑难, 想求教同学又怕失面子怎么办?(73)
30. 作业“欠债多”一看就烦怎么办?(75)
31. 考试范围广, 复习无从下手怎么办?(77)
32. 平时学习不错, 考试分数总上不去怎么办?(79)
33. 考试不及格怎么办?(82)
34. 考试时周围有人作弊怎么办?(85)
35. 学习落伍产生自卑感怎么办?(87)
36. 紧张的学习与体育锻炼发生矛盾怎么办?(89)
37. 一时适应不了大学生生活习惯怎么办?(95)
38. 人地两生感到孤独想家怎么办?(97)
39. 有事要人相助, 周围无熟人怎么办?(99)
40. 胆小怕羞在公众场合讲话脸红怎么办?(101)
41. 方言重交谈时对方听不懂怎么办?(104)
42. “土里土气”被人瞧不起怎么办?(106)

43. 生性贪玩管不住自己怎么办?(109)
44. 留恋床榻早晨不愿起床怎么办?(111)
45. 神经衰弱经常失眠怎么办?(113)
46. 身患疾病精神痛苦怎么办?(116)
47. 体质差达不到体育锻炼标准怎么办?(118)
48. 吸烟成瘾一时戒不掉怎么办?(121)
49. 生理有缺陷被人取笑怎么办?(123)
50. 长得漂亮处世难怎么办?(126)
51. 喜欢打扮又怕议论怎么办?(128)
52. 性格开朗遭到非议怎么办?(130)
53. 玩笑之中伤了和气怎么办?(132)
54. 误拿了别人的东西不被谅解怎么办?(135)
55. 经济上有困难家庭解决不了怎么办?(137)
56. 上学期间家乡经常来人怎么办?(140)
57. 亲朋好友托买东西不给寄钱怎么办?(143)
58. 同学外出客人来访怎么办?(145)
59. 访师释疑第一次去老师家怎么办?(148)
60. 第一次回家探亲应该怎么办?(150)
61. 学校推广普通话,回到家乡怎么办?(152)
62. 听别人讲话不专心怎么办?(154)
63. 节假日不会安排活动怎么办?(157)
64. 外出旅游、参观或野外实习怎么办?(161)
65. 考进大学却没有远大理想怎么办?(167)
66. 满足现状缺乏进取心怎么办?(171)

67. 对政治理论课缺乏兴趣怎么办?(174)
68. 评定助学金时应该怎么办?(177)
69. 你在班上年龄最小或最大该注意些什么?(181)
70. 寝室内同学闹了矛盾怎么办?(184)
71. 你很要好的朋友犯了错误怎么办?(187)
72. 当别人向你求教时怎么办?(190)
73. 发生争执自己有理怎么办?(193)
74. 性格孤僻影响同学关系怎么办?(195)
75. 班级纪律涣散时应该怎么办?(197)
76. 在公共场合言谈举止失体受到指责怎么办?(199)
77. 好强争胜常与同学争吵怎么办?(201)
78. 闹了矛盾想和好对方不理怎么办?(203)
79. 第一次受到老师批评怎么办?(206)
80. 做了好事同学们看不见怎么办?(208)
81. 自己的特长得不到充分发挥怎么办?(210)
82. 好心待人反遭非难怎么办?(212)
83. 要求上进反遭讥讽怎么办?(215)
84. 有了进步别人嫉妒怎么办?(217)
85. 被人误解心里感到委屈怎么办?(219)
86. 他人进步自己产生了妒嫉心怎么办?(221)
87. 听到别人议论自己的风言风语怎么办?(223)
88. 生活中常有人“挑刺儿”怎么办?(226)
89. 疑虑重重,总觉得别人对自己有看法怎么办? ... (229)
90. 犯了错误被人歧视怎么办?(232)
91. 对生活失去信心,产生轻生念头怎么办?(235)

92. 心中有苦恼无处诉说怎么办?(238)
93. 多愁善感缺少健康情绪怎么办?(240)
94. 偶遇不幸思想上承受不了怎么办?(244)
95. 遭受挫折意志消沉怎么办?(247)
96. 女同学总担心自己成不了才怎么办?(250)
97. 担任学生干部,工作多与学习有矛盾怎么办?.....(253)
98. 对社会活动缺乏兴趣怎么办?(255)
99. 被评为“三好学生”或“优秀学
生干部”怎么办?(258)
100. 评不上“三好学生”或“优秀学
生干部”怎么办?.....(260)
101. 申请入党,组织暂时没接收怎么办?.....(262)
102. 心中萌发了爱情的幼芽怎么办?.....(269)
103. 接到第一封情书时怎么办?.....(272)
104. 有了朋友影响学习怎么办?.....(275)
105. 同学对你俩有看法怎么办?.....(278)
106. 失恋以后怎么办?.....(281)
107. 已有婚约上学后觉得不称心怎么办?.....(285)
108. 总担心毕业后不能胜任工作怎么办?.....(293)
109. 同窗好友要分离时怎么办?.....(296)
110. 第一次在众人面前讲话心情紧张怎么办?.....(299)
111. 进行社会调查得不到热情接待怎么办?.....(301)
112. 异地实习不适应当地气候和生活习惯怎么办?...(303)

113. 实习指导老师与自己的见解不一致怎么办?.....(305)
114. 不会写实习总结怎么办?.....(307)
115. 撰写毕业论文无从下手怎么办?.....(309)
116. 填写毕业分配摸底表时怎么办?.....(313)
117. 分配中个人志愿与国家需要发生矛盾怎么办?...(315)
118. 分配中个人志愿与亲人愿望相违背怎么办?.....(317)
119. 方案公布后确有困难无法服
从组织决定怎么办?.....(321)
120. 毕业离校时派遣手续怎么办?.....(323)



1. 接到录取通知书后怎么办？

来了！终于来了！高考之后日盼夜想的录取通知书终于收到了，在一阵高兴之后，就该考虑下面几件事了。

首先是很快要远离家门，应该准备些什么呢？这要根据自己的具体情况（学校地理位置、专业、个人生活习惯等），先从必备的物品开始准备，如被褥、衣物、学习用具、钱、粮票等。

从南方到北方上学的同学，一般须准备两条被子，一条褥子和被单、床单等物。北方到南方去上学的同学，可以稍简单一些，但蚊帐却是必备品。从新疆、青海、黑龙江、吉林等地到西安、郑州一带上学的同学，因为这一带冬天室内取暖设施较差，反倒要注意保暖。枕头、枕巾也最好提前准备。因为初到学校忙于体检、注册、准备复试等，一般没有时间准备这些东西。衣物的准备同被褥一样，从南方到北方的同学要考虑添置棉衣、棉鞋、棉帽、棉大衣和外套。春秋装需准备两套。衬衣、衬裤、鞋、袜等必须满足换洗的需要。到南方去的同学还应准备雨鞋和雨具。

碗筷、脸盆、毛巾、热水瓶、热水袋、牙膏、牙刷等不易携带的小物件，不一定要在家中准备，到校后很容易买到。因为一般校内都设有小卖部。

学习用具主要指高中阶段的书籍、资料等，理、工科同学的绘图仪器，学外语用的录音机、磁带、收音机等，最好带上。

另外，就是必须带上一定数量的钱和粮票（到外省上学须带全国通用粮票或学校所在省的粮票），带多少依各人具体情况而定，一般说来，除去路上花费之外，到校后有五十元左右即可解决第一学期的生活必需品和讲义费、书钱等。有些学校可能稍多些。

其二、要尽快办理手续。

学校发录取通知书的时候，都附有一张《报到须知》，上面把应办手续讲得很清楚。要说明一点的是，不要等到报到前时间很短了再去办应办的手续，因为在办理这些手续的时候，常会遇到意想不到的情况而耽误你报到。象机关休假、盘库、档案丢失、天雨路滑、道路不通等等，有时一耽误就是一周半月。所以，当接到录取通知书之后，就应尽快去完成应办的手续，然后再去准备该准备的东西。

其三、注意保护身体。

因为马上要到学校报到，这时候身体健康与否和进校的体检复查密切相关。再就是“儿行千里母担忧”，你拖着病体远行，还会给父母亲属增加忧虑和不安。有些同学在录取之后兴奋不已，大肆庆贺，甚至抽烟喝酒，这些更是不足取的，对你来讲，应该想到前面的路更长，任务更重。

在时间允许的情况下，要抽空粗略回忆一下与录取专业相关的中学教材的内容，为入学复试作些准备。一般说来，入学复试注重基础知识的考核，主要考与本专业有关的科目，