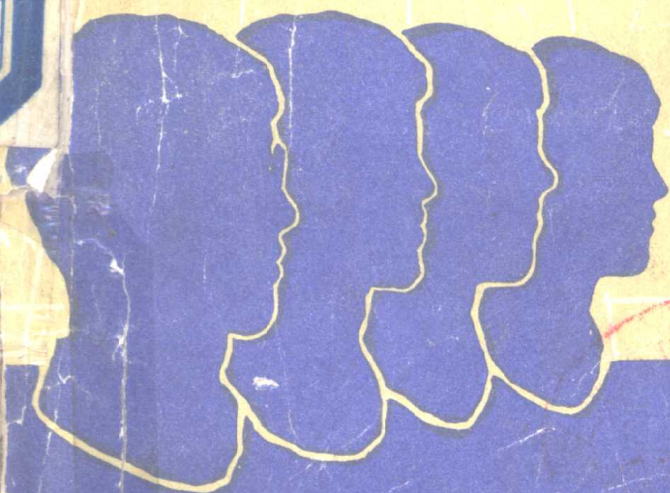


西南地区十三所高校

《大学生心理与成才》编写组

大学生心理与成才



成都电讯工程学院出版社

大学生心理与成才

西南地区十三所高校

《大学生心理与成才》编写组

成都电讯工程学院出版社

• 1987 •

内 容 提 要

本书是我国一部系统研究大学生心理与成才的专门书籍，它针对大学生成才心理需要和热切关心的问题，在调查研究的基础上，吸收国内外公认的现代心理学理论，把普通心理、青年心理、社会心理、管理心理和人才学融为一体，从心理学角度为大学生迅速成才提供高质量的服务。有关部分已在部分高校试用，学生们认为：本书材料丰富，知识系统，信息量大，针对性强。也受到许多高校领导、老师的鼓励、关心和肯定。各章之间既有独立性、又有系统性，因此，是大学生、社会青年、各类高教教师的一本良好读物。

大学生心理与成才

西南地区十三所高校

《大学生心理与成才》编写组

*

成都电讯工程学院出版社

成都市农垦总公司印刷厂印刷

四川省新华书店经销

*

开本 787×1092 1/32 印张 8.875 字数 190千字

版次 1987年11月第一版 印次 1987年11月第一次印刷

印数 1—20,000册

中国标准书号：ISBN7—81016—034—6/C·3

统一书号：3452·3 定价：2.00元

前 言

随着改革开放的进一步深化，面对新技术革命的挑战，信息量不断增加，知识更新的周期缩短，未来人才的规格也在不断变化，大学生肩上的担子不断加重。为了大学生的成才需要和提高大学生的心理适应能力，由南充师范学院、重庆建筑工程学院、成都科技大学、成都电讯工程学院、西南师范大学、四川师范大学、贵州师范大学、云南师范大学、四川音乐学院等西南地区十三所高校部分从事学生思想政治工作的中青年教师，集体协作编写了这本《大学生心理与成才》。本书旨在丰富大学生的心理活动内容，充实大学生的个体和群体目标，克服心理障碍，调整心理平衡，提高优化成才动机，启迪大学生有效地认识自己，使大学生迅速成为德、智、体全面发展的，有理想、有道德、有文化、有纪律的人才。

本书以辩证唯物主义为指导，用发展心理学的观点分析我国的大学生，着重突出一个“实”字，具有较强的针对性，是我国第一部系统研究大学生心理与成才的专门书籍。它是关于大学生的智力因素与非智力因素的开发、能力、情绪、恋爱、意志、自我意识、人际关系等的实用教材。全书共十五讲。各讲之间既相关联，又自成一体，并力求使知识性、科学性、针对性、思想性、可读性有机结合。本书已被国家教委西南教育管理干部培训中心选为系列讲座专辑。它将是青年大学生成才的良师益友，也是高等学校进行学生思

想政治工作,举办系列讲座的好教材,也可供高等学校从事管理工作的同志和心理学、思想品德课教师参考。

本书由李兴虎同志担任主编,何跃、郭金安、刘林担任副主编。参加编写的有(以各讲排列为序):陈祥铸、伊继东、冷霜、张世泽、邱红峰、刘枫、蔡兴德、南翎、王中俊。

本书在编写过程中,西南师范大学杨宗义教授、曾欣然副教授审查修改了编写提纲。杨宗义教授统阅了全书。国家教委西南教育管理干部培训中心的各位领导、老师给予了大力支持。在此一并致谢。

由于时间仓促,编者水平有限,书中缺点在所难免、恳请专家、读者批评指正。

西南地区十三所高校

《大学生心理与成才》编写组

一九八七年九月

目 录

中学生到大学生的变化及其适应·····	1
· 陈祥铸 伊继东 ·	
大学生生理和心理的一般特点·····	16
· 冷 霜 ·	
大学生的学习活动·····	34
· 何 跃 刘 枫 ·	
大学生智力和非智力因素的开发·····	48
· 张世泽 ·	
大学生的能力·····	67
· 邱红峰 何 跃 ·	
大学生情绪变化及其调节·····	85
· 李兴虎 ·	
大学生的恋爱心理·····	108
· 李兴虎 郭金安 ·	
大学生的意志·····	129
· 刘 林 ·	

大学生的气质、性格.....	152
• 何 跃 •	
大学生的自我意识.....	171
• 何 跃 郭金安 •	
大学生的态度.....	203
• 刘 枫 •	
大学生的人生观.....	214
• 刘 林 •	
大学生的人际关系.....	234
• 蔡兴德 •	
大学生群体心理倾向.....	249
• 南 翎 伊继东 李兴虎 •	
大学毕业生步入社会前夕的心理准备.....	270
• 王中俊 •	

中学生到大学生 的变化及其适应

中学和大学是教育发展中的两个不同阶段。中学教育是大学育才的基础，大学是培养高层次专业人才的继续。从高中进入大学既是人生生活道路的转折，也是极为重要的新起点。使大学新生成长为德智体全面发展的高质量人才，迅速适应大学的新要求是关键的一步。所以，探讨高中毕业生到大学新生的变化，帮助大学新生进行自我教育，提高自治、自理能力，顺利完成中学到大学的过渡，有其现实意义。

一、高中毕业生到大学新生的 外在环境和内在心理变化

高中毕业生一般十七、八岁，正处于青春初期。在这个时期，生理上发生突出变化，身体迅速成长，发育日趋成熟，机能的发育与能量代谢率增高。由于生理变化，高中毕业生朝气蓬勃，富于想像，勇于进取。在这个时期，他们

心理上也发生了急剧变化，抽象思维发展很快，思维的独立性显著提高，自我意识增强，竭力表现为成人的思想和行为。他们天真、坦率、敏感、自信、勇于发表意见，不满足一般化的结论，喜欢争辩一些带有哲理性的问题。他们感情丰富却多变、易带片面性，能接受新的思想，但人生观又不稳定，很容易被种种“时髦”的社会思潮所左右。

高中毕业生面临着升学的竞争、就业的选择，其心理既不同于取得独立经济地位的同龄人，也不同于在校的大学生，他们有对大学学习、生活的向往，但又缺乏了解认识的心理准备。进入大学后，他们所处的外在环境和内在心理发生了变化，归纳起来主要有以下几方面：

1. 社会地位的变化

中学生无论在别人眼里还是自我意识中，都被认为是一个半独立或未独立的未成年人。当他们从中学生变为大学生后，社会、学校、家庭期望他们在人生观方面、品德人格方面、人际交往等方面作好扮演自己角色的准备。教师与父母的直接性干预大大减少，大学新生摆脱了在家里、中学受“重点保护”的地位，逐步过渡成独立的社会成员。传统观念、宣传、教育以及大学生自身的社会地位等因素，使他们自我感觉到形象高大，在社会上受人尊重，感到社会地位提高了。自我意识方面表现出明显的特征：首先表现在自尊心增强，不希望把他们当作小孩看待，或干涉其言行，而需要别人尊重。其次，充满自信心，他们相信自己的力量和勇气，要成为生活的强者。第三，体察到自己是大学生了，应该以新的标准塑造自己，完善自己。这些表现了大学新生心理品性的逐渐成熟。然而，大学新生毕竟涉世未深，经历尚

浅，在自我意识方面还存在着某些弱点。主要表现为自我实现的空想性（不切实际地想成为怎样的人）和自我情绪的失控性（易冲动、狂热、不冷静、受挫折时往往悲观失望）；自我评价的片面性（估价过高或妄自菲薄，不能正确解剖自己）。

2. 生活环境的变化

中学生和大学生，在生活环境方面存在着明显的差别。目前我国中学基本上是封闭式教学。学习忙碌，无暇他顾，中学生的生活范围较窄，大多是走读的，基本上是在家门、学校门两个点上活动。而大学生大多是住校的，新集体成为生活的主要环境，上课无固定教室、自习无固定地点；远离家乡和亲人，生活完全靠自己安排；中学生经济上几乎没有自主权，而大学生有个人支配的生活费。在特定条件下长大的这些“小大学生”，过去在家里是“重点保护”对象，在学校是“重点培养”对象，从某种意义上说是在“以我为中心”环境下培养出来的佼佼者，多数还没有完全的独立生活能力（据观察，新生的自治能力普遍较差，集体观念比较弱。缺乏良好集体生活习惯，希望得到别人帮助，但很少想到照顾别人；不爱护公物和粮食；经济上安排不当，出现前松后紧、大手大脚现象；骄娇二气突出，衣服被子都是交给别人洗等）。

3. 理想目标的变化

中学生富于理想，憧憬未来，但其理想目标往往变幻不定，朦胧不清，高考的压力和就业的特定性，使大多数中学生只考虑近期目标，缺乏长远目标。他们不敢或极少“奢想”读大学后的事情，没有自觉地把今天的学习与未来的社

会责任联系起来。他们埋头寒窗苦读书几年后，进大学变成了现实，如同小鸟飞出“牢笼”，海阔天空任飞翔，这时有的学生重新思考自己的理想目标，向着更高的理想境界奋进，也有的学生认为进了大学便是大功告成，“铁饭碗”到手，无需再谈理想，该松口气了，还有的学生的“理想”只不过是“混毕业”“跳农门”“留大城市”。由于入大学动机的多样性，大多数大学新生新的目标尚未稳定，原来考大学已达到目的，获得满足，需要树立新的目标，寻求新的驱动力来补偿消失的原动力。

4. 学习方法和内容的变化

中学生成为大学生后，碰到的又一个重要问题是学习方法的不适应。现在的中学以灌输为主，老师日日不离、天天辅导。中学生普遍由教师安排学习活动，习惯于传统方式的课堂教学，由老师（包括家长）安排督促学习。他们每天大部分时间做题，学习多是“死啃”书本，忽视能力培养。然而在大学里，老师的辅导和督促少了，学生自主时间增多，必须独立自觉地从学习活动中。从课程设置来看，大学里一年要新开和结束几门课程，四年中要学二三十门课程，中学基本上是数年“一贯制”。对于这些变化，有的学生误认为大学比中学自由轻松，把大量时间消耗在玩乐上，由松心到不用心；有的学生沿用中学时学习方法，满足于完成老师布置的作业，不会支配时间；有的听课抓不住重点，甚至记不下笔记。有的学生学习勤奋努力，但一时难以适应大学的学习方法，也影响了学习成绩的提高。

5. 情趣爱好的变化

中学生成为大学生后，接触的社会面加宽，精神领域扩

大，同时放下了高考包袱，兴趣压抑得到消除，大学又为他们创造了充分发挥情趣爱好的条件（如图书馆、学生社团、第二课堂、自由支配时间等，各种文艺体育比赛包括文学讲座、社科讲座、书法绘画、摄影集邮等），面对着丰富多彩的精神生活，有的新生不能自觉意识到这种变化，仍抱着中学时代的旧观念不放，还是自我封闭，闭门读书；也有的不能正确处理个性发展与专业知识学习的关系，偏废专业课，对兴趣爱好的发展不能正确对待。

6. 人际关系的变化

我国社会的平面流动性不大，许多人从小学到中学毕业，都有一些孩提伙伴、同窗好友在一起，老师尤其是班主任一任数年，天天相见，饥饱冷暖、学习、生活都有老师关心、家长照顾，进入大学后，周围的人素昧平生，打破了原来的小圈子，置身于大学的小社会中，人际关系要比中学复杂得多。同学来自五湖四海、城市农村，气质不同，认识各异，不管自己主观愿望与否，都会遇到一些人与人之间关系的问题。辅导员或班主任最初每天能见面，以后就难打照面，师生关系不象中学那样密切，有的学生一时得不到教师关怀，找不到知心朋友，心里话无处倾诉；有的不愿主动接近别人。一时难以适应新环境中的人际关系。

二、大学新生的心理矛盾及其原因

心理学认为，形成人的各种新的心理状态依赖于内外界的刺激因素。对于从中学进入大学的学生来说，内外界刺激因素都发生了极为剧烈和复杂的变化，因而他们的心理状态

也是很复杂的，它包含了各种各样的矛盾。对生活环境的变换，师友同学的更新，学习方式的改变等不适应，是大学新生心理矛盾的主要表现。值得指出的是，学生身上反映出来的心理矛盾的多寡、侧重程度是因人而异的。这些矛盾主要有：

1. 自豪感与自卑感的矛盾

当前我国高校招生数量相对较少，学校、家长、社会无不对毕业生寄予厚望。在这种情况下，有幸升入大学的新生，往往以“时代的宠儿”、“竞争的胜利者”等姿态出现，陶醉于轻松而愉快的情绪之中、在社会和亲人的赞扬和同学的羡慕之中，难免有些飘飘然，呈现出一副兴奋与自豪的笑脸。有的毫不掩饰地流露出一付骄傲自满的神态与清高。但是，环境究竟不同了。经过一段时间的比较，在这个“群英荟萃”、强手如林的新集体中，尖子碰尖子，对他们羡慕，恭维的人大大减少了，不少人慢慢发现自己原来的优势不再存在，昔日老师的重视、家长的宠爱也减少了，一种失宠的感觉油然而生。摆在面前的是重新分化与改组的“严峻”局面。在这种情况下，自豪感和优越感遭受挫折，有的转而产生了自卑和焦虑，有正确学习目的、意志坚强的同学则暗下决心，要默默地赶上去。而有一些要求不高或不愿奋斗的学生，则自暴自弃，成为新的落伍者。

2. 愿望、幻想与现实的矛盾

进大学前，学生头脑中都有一个理想化的大学，他们把一切想像得十分美好：“紧张的学习、欢快的活动、优雅的环境、严明的纪律、温暖的集体”，认为这个理想的乐园，已经为他们创造好了各种条件，成才已经铺平了道路。进入

大学后，新的环境、新的师友、新的学习内容、现代化的设施和仪器设备……，总之，展现在大学生眼前的一切，都带有迷人的色彩。但是，远离家乡，人地两生，同过去在亲友身边生活显然不大相同。由于缺乏在新的环境中独立生活的思想准备和自理能力，缺乏对大学的正确认识，他们很快发现大学不象原来想像的那样美妙，还有许多问题，如有的教师教学水平或方法不能令人满意；同学间个性不和，不易相处；师生关系不象中学那样密切，与任课教师接触机会较少等等。有些人由于思想方法上的片面，产生了消极情绪，认为大学不过如此，从而留恋起中学的生活；有的对自己所学专业不了解，听到一些人不负责任的议论，就开始对自己的专业动摇起来，认为“走对了大门走错了二门”，产生埋怨情绪；有的觉得生活规律既单调又刻板，“一个书包两只碗，宿舍——教室——图书馆”，在校长时间内情绪难以安定下来。

3. 独立性与依赖性的矛盾

中学生成为大学生后，在家庭、学校、社会中的地位发生了变化，自认为自己成人了，于是竭力摆脱家长和外来的一切约束，强烈要求独立自主。然而，新生在经济上一般都靠家庭供给，希望独立，却又不能真正独立。从个体意识发展的连续性看，过去所形成的意识倾向也不能一进入大学就完全消失，要摆脱过去自己经历的影响，绝不是轻而易举的事。特别是在家长长期迁就和溺爱下形成的依赖性及其遗留影响，缺乏实际锻炼的新生更难以摆脱，这种独立性与依赖性并存于自我意识中，激起了强烈的矛盾。比如，许多高中生说他们要报考外地大学，“人长大了，就要到外面闯闯”

可是，在填报志愿、选择专业时心中无数，完全依靠父母出主意。观察每年秋季新生入校情景，可发现不少要由亲友陪送的。刚进校的新生，对大学的一切不了解，对老师和同学也不熟悉，因而在言行举止方面表现得很谨慎，遇事忧心忡忡，不知所措，产生不安倾向，思乡、思家，这都是和它们的依赖性相联系的。

4. 强烈的求知欲与认识能力低的矛盾

中学生进入大学，交往范围扩大，接触的知识不断增加，信息的传递量不断增加，结识了许多见多识广的老师和同学。同时学习环境优越、图书资料丰富、各种学术讲座广泛开展，他们明显觉察到自己的知识贫乏，所知甚少，产生了强烈的求知欲，他们对什么问题都想问个为什么，想学习，想思考、想探索，但由于基础知识差、分析问题、识别问题的能力低，尤其在众多的学说思潮面前，有些学生容易良莠不分、瑕瑜不辨，常常会不加分辨地学习吸收。有的学生尽管勤奋好学，但由于学习重点不明确、学习方法不当，学习效果也欠佳。这都是强烈求知欲与认识水平低的矛盾。

5. 环境变化所导致的孤独感与强烈的交往要求的矛盾

大学新生相互了解甚少，就是一个班，一个宿舍的同学，入学几个月后，也还显得陌生，男女同学之间一般不讲话，同学之间不轻易吐露真情、交换思想。以往所熟悉、所信任、所依赖的老师、同学、家长都不在身边，他们迫切希望寻到良师益友，被人理解和接近。但是，如愿以偿者却较少。在这个陌生的环境里，自然产生了一种孤独的感觉。另一方面，由于学习、生活的需要，大学新生强烈地想与人交往，不但想交往得多，还想交往得深。他们知道，在知识的

海洋中自己还有许多空白，怎样很好地度过大学生活，还是朦朦胧胧的。至于人生的意义，更是在探索中。所以，非常希望得到同学的帮助，得到集体的温暖，希望有经验的人指导，而实现生活中又不能完全得到满足，使他们心理上常常不能平静，有的同学为此烦闷，看不下书、不想学习；有的在 没有谈话对象时，就向日记中的“我”述说自己的心里话；有的同学变得感情脆弱，远离集体，自我陶醉，个别的甚至发展到性情孤僻。

处在转变阶段的大学生，由于种种不适应而产生的一些思想问题和产生的种种矛盾心理并非偶然，而是变化发展过程中的正常现象，我们必须辩证地认识和看待。一方面，追求真理，积极向上，有为社会主义事业奋斗的远大理想，有献身祖国四化建设的决心，有努力学习、掌握知识的迫切愿望等等。这些集中到一点，就是希望自己成才，将来干一番事业，这是很可贵的，是他们的本质和主流。另一方面，他们身上又带有明显的弱点。他们有正确理想，却不够稳定；他们爱思索，却缺乏辨别能力；有开拓精神，却不够注意道德品质修养；注意到了知识积累，却忽视了各种能力的培养。就其弱点，我们也应辩证地看。首先，我们要看到产生这些弱点的主观原因，从主观上讲，大学新生正处在心理上的“断乳期”，处于正在走向成熟而又未完全成熟的时期，科学世界观和人生观尚未完全确立，对一些问题的看法难免脱离实际，失之偏颇，产生片面性。从客观上看，当前改革开放的环境，使学生眼界开阔，思想活跃，这是有利于成长的，但是，资产阶级自由化思潮的一些影响，也会对青年大学生思想产生腐蚀作用；中学片面追求升学率的不妥做法，使学生思想品德教

育一度被削弱，造成学生在德育、智育、体育几方面发展不协调、不平衡，在大学生思想上留下烙印；由于就业的困难，家庭对子女偏重于智力教育，忽视了子女独立生活能力的培养。从环境变化看，他们刚从中学进入大学，不熟悉环境，适应环境还有一个过程，加之大学管理工作的某些不完善，思想教育的某些环节跟不上，从而使他们产生了种种思想问题和心理矛盾。其次，我们还应从新生的弱点中看到可转化因素，①从大学不是他们理想中的大学、产生悲观失望的情绪中看到渴望成才的迫切心情。②从松劲情绪中，看到学习还有很大潜在能力。③从学习生活不适应中，看到单纯、接受能力强的有利转化条件。总之我们在看新生的弱点时，要看到优点，看到本质和主流。如果我们过高估计他们的积极面，就会放松教育与引导；如果过分强调消极面、一味谴责压制，同时看不到他们的内心矛盾，就不易真正理解并帮助引导他们。

三、大学新生怎样尽快适应新要求

从中学生到大学生，心理上的变化和矛盾往往相互作用，形成衔接过程的心理状态。虽然是短时期的，但其消极方面的影响是不可忽视的。如果没有及时解决好，还会给后续年级留下“后遗症”。如何缩短衔接过程降低消极影响，加速新的、积极的心理状态形成，尽快适应大学生活的新要求，是新生急待解决的问题。我们认为大学新同学应着重认识解决以下问题。