

# 大学生成才之路

CHENG  
CAIZHI  
LU

· 主 编 卢庆武 程锡绎  
· 副主编 田秭援 沃震钟

黑龙江教育出版社

# 大学生成才之路

主 编 卢庆武 程锡绎

副主编 田秭援 沃震钟

黑 龙 江 教 育 出 版 社

1988年·哈尔滨

## **大学生成才之路**

主 编 卢 庆武程锡铎

副主编 田祚援 沃震钟

责任编辑：陈 木

封面设计：黄耀成

---

黑龙江教育出版社出版（哈尔滨市道里森林街42号）

黑龙江新华附属印刷厂印刷·黑龙江省新华书店发行

开本 787×1092 毫米 1/32·印张11.75·插页2·字数230千

1988年9月第1版·1988年9月第1次印刷

印数：1—2,000

---

ISBN 7-5316-0433-7/G·352 定价：3.10元

## 前 言

大学——人才的摇篮，大学阶段是人才成长的重要时期。但并非所有的大学生都能成为人才。春华秋实，只有在大学时代进行辛勤地耕耘，才有可能迎来硕果累累的秋天。该如何度过大学阶段这黄金般的年华，该怎样抓住成才的契机？带着大学生们这些困惑，我们编写了《大学生成才之路》，以飨立志凌云的大学生们。

与年轻的大学生们的对话，犹如与时代的对话。我们在编写中，一方面强调了理论的时代高度，一方面注意了青年学生的特点。语言力求简洁，风格力求朴实无华，以及多一些经验之谈，少一点闪烁其词。全书分十章，由十位同志编写。第一章：田稭援；第二章：卢庆武；第三章：杜晓南；第四章：王艳；第五章：程钺绎；第六章：孙福川；第七章：严宗藩；第八章：沃震钟；第九章：张景春；第十章：苗惟一。

大学生拥有美好的年华，拥有时间、活力和未来。只要奋斗，就能在奋斗中赢得一切。我们做为“老大学生”以及长期从事学生工作并热心于人才学研究的一些人，愿意以自己苦闷与欣喜、失败与成功的经历，提供一点借鉴。如果这一点也做不到的话，余下的就是为年轻的大学生们的奋斗之歌而呐喊助威了。

本书定稿，承蒙出版部门领导的支持。我们深感自己水

平和时间有限，缺点和错误在所难免，恳请广大读者批评指正。

编 者

1988年3月

本书在编写过程中，得到了许多同志的帮助，在此表示衷心的感谢。

# 目 录

|                                       |        |
|---------------------------------------|--------|
| <b>第一章 光荣的历史使命</b> .....              | ( 1 )  |
| <b>第一节 在时代中找到自己的位置</b> .....          | ( 1 )  |
| 一 大学生在社会发展中的作用 .....                  | ( 1 )  |
| 二 时代对大学生的要求 .....                     | ( 7 )  |
| 三 大学生正确地认识自我 .....                    | ( 13 ) |
| <b>第二节 树立新的人才观</b> .....              | ( 19 ) |
| 一 新时期人才标准 .....                       | ( 20 ) |
| 二 新时期人才素质结构 .....                     | ( 23 ) |
| 三 新时期人才特征 .....                       | ( 28 ) |
| <b>第三节 任重道远</b> .....                 | ( 31 ) |
| 一 热爱专业, 打牢基础 .....                    | ( 32 ) |
| 二 把握自己, 早日成才 .....                    | ( 35 ) |
| <b>第二章 大学教育与成才</b> .....              | ( 41 ) |
| <b>第一节 大学教育在人才成长中的地位</b><br>和作用 ..... | ( 41 ) |
| 一 大学教育是人才成长的重要阶段 .....                | ( 41 ) |
| 二 高等教育加强了大学生能力的培养 .....               | ( 46 ) |
| <b>第二节 大学阶段成才教育的基本原则</b> .....        | ( 52 ) |
| 一 科学性与思想性相结合原则 .....                  | ( 53 ) |
| 二 打好基础 and 学好专业相结合原则 .....            | ( 55 ) |
| 三 在教师指导下, 学生发挥自觉性、独立性与<br>创造性原则 ..... | ( 58 ) |
| 四 学习知识与发展研究能力相结合原则 .....              | ( 60 ) |

|                            |         |
|----------------------------|---------|
| 五 理论联系实际的原则 .....          | ( 62 )  |
| 六 继承与创新相结合原则 .....         | ( 64 )  |
| 第三节 重视大学教育几个基本环节 .....     | ( 65 )  |
| 一 低年级大学生要尽快适应大学教育的特点 ..... | ( 65 )  |
| 二 课堂教学是成才教育的重要环节 .....     | ( 69 )  |
| 三 大学生在集体生活中不断完善自我 .....    | ( 71 )  |
| 四 珍惜大学生活的最后阶段 .....        | ( 74 )  |
| 第三章 大学生的生理心理素质与成才 .....    | ( 78 )  |
| 第一节 大学生的生理特征 .....         | ( 78 )  |
| 一 大学生生理年龄及特点 .....         | ( 78 )  |
| 二 大学生生理发育发展的基本状态 .....     | ( 80 )  |
| 三 大学生生理发展所导致的心理变化 .....    | ( 84 )  |
| 四 大学生的生理卫生 .....           | ( 85 )  |
| 第二节 大学生的心理特征 .....         | ( 90 )  |
| 一 心理及大学生的心理年龄 .....        | ( 90 )  |
| 二 大学生的共性心理特点 .....         | ( 92 )  |
| 三 大学生的个性心理特点 .....         | ( 104 ) |
| 第三节 大学生的心理卫生 .....         | ( 114 ) |
| 一 心理卫生与心理健康 .....          | ( 114 ) |
| 二 大学生常见的心理障碍和心理疾病 .....    | ( 116 ) |
| 三 大学生怎样排除心理障碍预防心理疾病 .....  | ( 120 ) |
| 四 大学生的性心理卫生 .....          | ( 123 ) |
| 第四章 全面发展教育与成才 .....        | ( 126 ) |
| 第一节 马克思主义关于人的全面发展学说 .....  | ( 126 ) |
| 一 马克思主义关于人的全面发展学说的提出 ..... | ( 127 ) |
| 二 人的全面发展的本质特征 .....        | ( 129 ) |

|                                            |       |
|--------------------------------------------|-------|
| 第二节 人的自身发展和教育 .....                        | (130) |
| 一 遗传素质在人的发展中的作用 .....                      | (130) |
| 二 外在因素对人的发展的影响 .....                       | (132) |
| 三 教育在人的发展中的主导作用 .....                      | (136) |
| 第三节 社会主义社会为人的全面发展提供了良好<br>的条件 .....        | (139) |
| 一 社会主义社会为人的全面发展提供了广阔天地 .....               | (139) |
| 二 党的教育方针充分体现了人的全面发展的客观<br>规律 .....         | (144) |
| 第四节 走全面发展教育的道路 .....                       | (146) |
| 一 大学生全面发展教育 .....                          | (146) |
| 二 德、智、体、美、劳动教育在全面发展教育<br>中的地位 and 作用 ..... | (148) |
| 三 德、智、体、美、劳五育之间的关系 .....                   | (156) |
| 第五章 大学生成才的内在因素 .....                       | (159) |
| 第一节 理想是成才的动力 .....                         | (159) |
| 一 理想的阶级性与时代性 .....                         | (159) |
| 二 理想的内容与层次 .....                           | (161) |
| 三 摆正个人理想与社会理想的关系 .....                     | (162) |
| 四 人类历史上最科学最美好的理想 .....                     | (164) |
| 五 为实现美好的理想而奋斗 .....                        | (166) |
| 第二节 道德是大学生成才的行为规范 .....                    | (167) |
| 一 道德的本质及其历史发展 .....                        | (167) |
| 二 社会主义道德的特征 .....                          | (169) |
| 三 大学生道德品质修养的内容 .....                       | (171) |
| 四 大学生要树立良好的科学道德 .....                      | (173) |



|                               |       |
|-------------------------------|-------|
| 五 加强道德修养的重要意义 .....           | (175) |
| <b>第三节 意识是成才的重要条件</b> .....   | (176) |
| 一 人才竞争意识 .....                | (176) |
| 二 全面发展意识 .....                | (177) |
| 三 创造开拓意识 .....                | (178) |
| 四 改革开放意识 .....                | (180) |
| 五 群体合作意识 .....                | (182) |
| <b>第四节 能力是成才的必备因素</b> .....   | (183) |
| 一 政治上的分辨能力 .....              | (183) |
| 二 思想上的抵御能力 .....              | (185) |
| 三 道德上的修养能力 .....              | (186) |
| 四 行为上的控制能力 .....              | (187) |
| 五 生活上的自立能力 .....              | (188) |
| <b>第五节 爱国主义是成才的思想基础</b> ..... | (189) |
| 一 爱国主义的含义 .....               | (189) |
| 二 爱国主义的时代性和阶级性 .....          | (191) |
| 三 新时期爱国主义的特征 .....            | (193) |
| 四 发扬爱国主义的光荣传统 .....           | (195) |
| 五 热爱祖国是大学生成才的驱动力 .....        | (197) |
| <b>第六章 大学生成才的社会因素</b> .....   | (199) |
| <b>第一节 社会需要与大学生成才</b> .....   | (200) |
| 一 社会需要提出人才课题和规定成才方向 .....     | (200) |
| 二 社会实践提供成才条件和现实舞台 .....       | (203) |
| 三 适应社会发展,搞好成才设计 .....         | (207) |
| <b>第二节 人际关系与大学生成才</b> .....   | (210) |
| 一 人际关系及其成才效应 .....            | (210) |

|     |                                  |       |
|-----|----------------------------------|-------|
| 二   | 当代中国大学生人际关系及其特点 .....            | (213) |
| 三   | 新型人际关系及其优化 .....                 | (217) |
| 第三节 | 班级集体与大学生成才 .....                 | (220) |
| 一   | 大学班级集体及其特征 .....                 | (220) |
| 二   | 班集体优化及成才效应 .....                 | (222) |
| 三   | 做班级优秀成员, 在班级建设中成才 .....          | (227) |
| 第四节 | 校风建设与大学生成才 .....                 | (229) |
| 一   | 校风是大学生成才的软环境 .....               | (229) |
| 二   | 学风在校风中的地位和作用 .....               | (231) |
| 三   | 建设良好学风, 促进群体成才 .....             | (235) |
| 第七章 | 课堂教学与大学生成才 .....                 | (241) |
| 第一节 | 课堂教学对大学生成才的巨大作用 ...              | (241) |
| 一   | 课堂教学是大学生获得知识和发展智力的最<br>佳途径 ..... | (241) |
| 二   | 课堂教学是大学生继承和创新的纽带 .....           | (243) |
| 三   | 课堂教学是促进大学生全面发展的重要手段 ...          | (245) |
| 第二节 | 课堂教学是大学生成才的基本环节 ...              | (247) |
| 一   | 教学是“教”与“学”的双边活动 .....            | (248) |
| 二   | 课堂教学是教学过程的基本形式 .....             | (250) |
| 三   | 课堂教学的基本原则 .....                  | (252) |
| 第三节 | 积极接受课堂教育, 努力奠定成才的<br>基础 .....    | (255) |
| 一   | 专心致志听好课, 努力提高学习质量 .....          | (256) |
| 二   | 积极思维, 善于发现 .....                 | (260) |
| 三   | 学好实验课, 提高实验技能 .....              | (264) |
| 第八章 | 科学地学习是人才成长的阶梯 .....              | (266) |

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| 第一节 学贵有方 .....        | (266) |
| 一 方法与成才 .....         | (266) |
| 二 方法知识是最重要的知识 .....   | (267) |
| 三 科学的方法学 .....        | (269) |
| 第二节 学有规律 .....        | (271) |
| 一 循序渐进 .....          | (271) |
| 二 广博专深 .....          | (273) |
| 三 勤学好问 .....          | (275) |
| 四 联系实际 .....          | (277) |
| 第三节 善于读书 .....        | (280) |
| 一 SQ·R 体系及其他 .....    | (280) |
| 二 读与记 .....           | (282) |
| 三 读与思 .....           | (284) |
| 四 工具书、检索工具的使用 .....   | (286) |
| 第四节 独立思考 .....        | (288) |
| 一 思考与思维能力培养 .....     | (288) |
| 二 创造思维 .....          | (291) |
| 三 唯物辩证法是成才的思想武器 ..... | (293) |
| 第五节 记忆、兴趣和注意力 .....   | (295) |
| 一 “黑箱”学说与增强记忆 .....   | (296) |
| 二 兴趣及其培养 .....        | (298) |
| 三 集中注意力 .....         | (300) |
| 第六节 做时间的主人 .....      | (302) |
| 一 珍惜时间及运筹时间 .....     | (302) |
| 二 生动活泼地、主动地学习 .....   | (304) |
| 三 保持旺盛的精力 .....       | (306) |

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| 第七节 适应大学学习特点 .....        | (308) |
| 一 大学学习的基本特点 .....         | (308) |
| 二 创造自己的学习方法 .....         | (310) |
| 第九章 大学生与第二课堂 .....        | (312) |
| 第一节 第二课堂在人才成长中的战略地位 ..... | (312) |
| 一 第二课堂与知识结构调整 .....       | (313) |
| 二 第二课堂与能力培养 .....         | (316) |
| 三 第二课堂与个性心理品质锻炼 .....     | (318) |
| 四 第二课堂与道德修养 .....         | (320) |
| 五 第二课堂与群体意识形成 .....       | (323) |
| 第二节 第二课堂的形式、特点及基本原则 ..... | (325) |
| 一 第二课堂形式与特点 .....         | (325) |
| 二 第二课堂的基本原则 .....         | (329) |
| 第三节 能动地参加第二课堂 .....       | (332) |
| 一 贵在自觉 .....              | (332) |
| 二 清醒地设计与选择 .....          | (333) |
| 三 持之以恒 .....              | (335) |
| 四 求新当务实 .....             | (338) |
| 五 自觉接受指导 .....            | (340) |
| 第四节 第二课堂中的学生组织 .....      | (344) |
| 一 学生社团 .....              | (344) |
| 二 勤工助学咨询联络会 .....         | (347) |
| 三 学生会 .....               | (349) |
| 第十章 大学生成才与社会实践 .....      | (351) |
| 第一节 社会实践的作用 .....         | (352) |
| 一 社会实践可以促进大学生全面成长 .....   | (352) |

|     |                                 |       |
|-----|---------------------------------|-------|
| 二   | 社会实践可以开拓大学生的知识视野，发展大学生的智能 ..... | (353) |
| 三   | 社会实践可以增长大学生才干 .....             | (356) |
| 四   | 社会实践与培养大学生非智力因素 .....           | (356) |
| 第二节 | 实践教育的基本内容及体系 .....              | (358) |
| 一   | 大学实践教育的基本内容及含义 .....            | (358) |
| 二   | 基本功能与目的 .....                   | (359) |
| 三   | 基本组织形式与管理 .....                 | (360) |
| 第三节 | 主动投身于实践教育之中 .....               | (361) |
| 一   | 提高认识，自觉实践 .....                 | (361) |
| 二   | 主动参加，取得支持 .....                 | (362) |
| 三   | 脚踏实地，下马看花 .....                 | (363) |
| 四   | 明确目的，完善自我 .....                 | (364) |

# 第一章 光荣的历史使命

赵紫阳同志在党的第十三次全国代表大会的报告中指出：“我们的事业是走向未来的事业。党和人民总是把自己的最大希望，寄托在代表未来的蓬勃向上的青年身上。中华民族的振兴，美好未来的创造，社会主义现代化事业的胜利，要靠全体人民的努力，归根到底，要靠广大青年继往开来，脚踏实地，艰苦奋斗。”在浩浩荡荡的青年大军里，引人注目的一支劲旅——在校的大学生，正在社会主义祖国的怀抱茁壮成长，准备承担光荣的历史使命。

## 第一节 在时代中找到自己的位置

“我们要实现现代化，关键是科学技术要能上去。发展科学技术，不抓教育不行。靠空讲不能实现现代化，必须有知识，有人才。”（《邓小平文选》第37页）而大学生是人才的预备队。

### 一、大学生在社会发展中的作用

（一）大学生将是精神财富的创造者和物质财富的生产者。

大学生作为掌握一定的基础知识和专业知识的有生力量，行将跨入知识分子的行列。

大家知道，人们为着改造自然，发展生产，以满足自己生存和发展的要求，就需要有自然界各种现象的发展变化的知识；就需要有天文、地理、气象、土壤、水文、各种动物、植物等等的发展变化的知识；就需要有关于疾病和防病、治病的医药卫生知识；就需要有组织管理劳动、治理社会和治理国家的各种知识；就需要有各种文化艺术以美化生活等等。因此，在人类社会发展中，越来越多地需要有人专门从事这些方面的劳动，越来越多地需要有专门探索和掌握这些方面知识的知识分子。知识就是力量。人们掌握了这些方面的知识，应用于生产实践和社会生活实践，就会形成巨大的力量，就会为社会创造物质财富和精神财富。我们建设四化，需要知识，需要智慧，需要科学，需要千百万受过高等教育的大学生。

九十年代以至下世纪初叶我国经济和社会的发展，我们要造就数以千万计具有现代科学技术和经营管理知识、具有开拓能力的厂长、经理、工程师、农艺师、经济师、会计师、统计师和其他经济、技术人员；还要造就数以千万计能够适应现代科学文化发展和新技术革命要求的教育工作者、科学工作者、医务工作者、理论工作者、文化工作者、新闻和编辑出版工作者、法律工作者、外事工作者、军事工作者和党政部门工作人员。毫无疑问，他们是劳动者，是以脑力劳动为主结合一定程度的体力劳动的劳动者。他们的劳动基本上属于复杂劳动的范畴。社会越发展，生产社会化程度越高，他们就越重要。他们的劳动有一部分是直接物化在产品中的。通过他们的意见、建议、设计和研究成果的推广、技术更新

了，工艺改进了，消耗降低了，生产率提高了，产品新型化了，化无用为有用，化小用为大用，用同样的材料能够生产更多的产品，这就为社会创造了更多的物质财富。有的设想、建议不一定直接物化在产品中，直接凝结为物质产品，但作为科学实验项目、研究方案、基础理论，却可为下一代物质生产的发展和飞跃作技术上、理论上的准备，或者作为科技知识和先进经验使别的单位受益。这就是说，科学技术一旦产生，作为知识形态来说，它是精神财富；它的物化形式即为物质财富。新的科学知识在以知识形态存在时它是“潜在”的生产力，只要加入生产过程即转为直接生产力，变为物质财富。因此，他们的劳动成果既创造精神财富又生产物质财富。至于非物质生产部门的复杂劳动，如医生治病、作家创作、演员演戏，会影响到人们的精神或健康，也会间接影响社会生产的发展。对他们的劳动同样可视为既创造精神财富又生产物质财富。

（二）大学生将是新生产力的开拓者，新的生产力的重要代表

生产力即人们改造自然获取物质生活资料的能力。人类的社会发展是生产力和生产关系、经济基础和上层建筑矛盾运动的结果。在生产力和生产关系这对矛盾中，生产力是最革命的因素。构成生产力主要有三个方面因素：劳动者、生产工具和劳动对象。在这三方面因素中，劳动者起主导作用，是生产力系统中的主体。然而，劳动者都具有一定的体力和智力，具有一定的经验和技能。因此，掌握了现代科学技术知识的劳动者，一旦将新的科学技术应用于生产过程，就会



导致生产工具的改革和劳动对象的扩大，从而科学技术就成了强大的物质生产力，推动社会向前迅速发展。

十八世纪至今，在世界范围内经历了三次技术革命，促进了生产力各要素的巨大变革，推动了社会生产力的飞速发展。科学越来越成了影响生产力发展的决定性因素。十八世纪末第一次技术革命是以蒸汽机的发明和应用作为标志的。人类开始从笨重的体力劳动中挣脱出来，进入工业社会的时代。这是牛顿力学和其他科学理论物化的结果。十九世纪中叶第二次技术革命是以电的发明和使用作为标志的。法拉第在1834年发现电磁感应之后，西门子于1866年研制成功了自馈式发电机。此后，电力开始应用于大规模生产，物化为工业所需要的发电机、电动机等新的生产工具，生产力获得空前发展。二十世纪四十年代以来，原子能的发明和应用，在核能技术的带动和影响下，新兴的电子工业迅速发展，人类开始进入电子时代。这是第三次技术革命。在这次技术革命中，无论材料、能源、机器、信息各个方面都经历了重大变革，它充分证明了科学是生产发展的决定因素。

从我国当前的情况看，智力的开发，科学技术知识的推广和应用，对改造自然，发展生产同样起到了巨大的作用。获得国家科委发明特等奖的“籼型杂交水稻”良种一亩可增产100斤。首钢科研人员研制的高炉喷吹煤粉新工艺，节省了煤炭，平均每年可节约460万元。有些发明创新的成果，则是走上工作岗位时间并不长的大学生们的功劳。

总之，三次技术革命的实例也好，我们的实际情况也好，都说明现代生产力的提高和发展离不开科学技术，更离不开