

讲给 我的学生听

吕丽莉 著



東北大學出版社
Northeastern University Press

G645.5/134

2006

讲给我的学生听

吕丽莉 著

东北大学出版社

• 沈阳 •

© 吕丽莉 2006

图书在版编目 (CIP) 数据

讲给我的学生听 / 吕丽莉著. — 沈阳 : 东北大学出版社,
2006.12

ISBN 7-81102-343-1

I. 讲… II. 吕… III. 大学生—学生生活 IV. G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 156131 号

出 版 者: 东北大学出版社

地址: 沈阳市和平区文化路 3 号巷 11 号

邮编: 110004

电话: 024—83687331 (市场部) 83680267 (社务室)

传真: 024—83680180 (市场部) 83680265 (社务室)

E-mail: neuph @ neupress.com

http: // www. neupress. com

印 刷 者: 沈阳市第六印刷厂

发 行 者: 新华书店总店北京发行所

幅面尺寸: 140mm×203mm

字 数: 175 千字

印 张: 9.5

出版时间: 2006 年 12 月第 1 版

印刷时间: 2006 年 12 月第 1 次印刷

责任编辑: 潘佳宁 刘宗玉

封面设计: 唐敏智

责任校对: 王 丽

责任出版: 秦 力

定 价: 20.00 元

序一

怀着庄重和尊敬的心情阅读了这本书的初稿，粗看了全部内容，认真阅读了其中部分内容并向作者提出一些建议。

掩卷凝思，我虽然和作者在今年的国家教育行政学院的辅导员培训班上肯定见过面，但由于她只是几百位学员中的一位，而我则在讲台上侃侃而谈，因而不可能记得她的音容笑貌的。可是通过这本书，我真切地看到了她，她的育人情怀、她对学生的爱心、她对事业的追求、她的辅导员的觉悟和责任心，从书稿中甚至可以读出她那从内心深处溢出的美丽。

读完这本书，我真诚地向社会各界的人们推荐本书。在大学的象牙塔里，我们国家有一支五万多人的辅导员队伍，而且这支队伍还在发展壮大，素质也在不断提高，最终要达到七万余人。此书的作者就是他们当中最普通、最典型的一位。他们离学生最近，他们在时刻关心着学生的成长，没有他们，我们两千万大学生的学习和生活将会是另外一种景象。首先，要向广大的家长们推荐本书。你们的孩子得到了这些辅导员们的关心和呵护，请积极配合他们共同做好对子女的教育工作。其次，要向高校领导和院系的领导同志们推荐本书。在你们的教师群体中，就有这

么一些冲在一线、兢兢业业的“保姆”和“消防员”，他们做了大量的、细致的思想工作，学生的成长很大程度上依赖于他们的无私奉献。再次，要向高校的老教师们推荐这本书。你们的身边有这么一批以年轻人为主的同事，都在为培养又红又专的社会主义接班人而承担着不同的职责，但却承担着相同的使命。最后，要向同学们推荐这本书。它是写给大学生们的，这里有一腔爱心、有谆谆教诲、有喃喃细语、有千叮万嘱、有希望寄托，甚至还有酸甜苦辣。

党和国家非常重视大学生的健康成长，把“培养什么人，如何培养人”作为头等大事来抓，出台了关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见，即中央16号文件。2006年4月，教育部又在上海召开了全国高校辅导员队伍建设工作会议，发布了2006年第24号教育部令，即关于辅导员队伍建设的规定，要求建立一支高素质的辅导员队伍。本书作者以其八年的辅导员经历为背景，多角度地向我们讲述了大学的学习、生活。学生、辅导员、家长、高校领导同志和社会上所有关心大学生成长成才的人们，都会从中进一步了解现今的大学生和大学生活、了解辅导员队伍的辛苦和奉献，了解育人为本、德育为先理念的重要性。

我们的大学承担着培养德、智、体、美全面发展的社会主义合格建设者和可靠接班人的神圣使命，大学同时也是培养高尚人才的最后关口。十八九岁的年

轻人还是可以塑造的，到了二十四五岁走向社会时，他们的思想就基本定型了。大学期间的年轻人就像红红的铁块，高校的党组织就像是熔炉，而高校的广大教师特别是辅导员、班主任就像是铁匠，在熔炉的陶冶中，在铁匠们“叮当、叮当”的敲打声中，红红的铁块就最终锻造成了锋利的宝剑。在年轻人思想成长的关键时期，离开了熔炉的火热和铁匠的辛劳，那可能也就是一块铁，而不是宝剑了。

高校培养人的工作任重而道远，高校辅导员和班主任工作光荣而神圣，让我们共勉！

教育部思政司司长 杨振斌

2006年12月

序二

《讲给我的学生听》是一部难得的好书。之所以说好，是因为它对今天的在校大学生具有很强的可读性。它包含了大学生们进入大学校门后所要面对的或回避不了的主要问题，道理通俗易懂、叙述深入浅出，能给予人以心灵的启迪。之所以说难得，是因为它出自于一位在高校中从事学生教育管理工作的辅导员之手。在繁杂琐碎的工作过程中作者能够理顺思路，感悟人生之哲理，并能娓娓道来，洋洋洒洒十几万字，实在令人叹服。这不是单纯的一本专著，也不是简单的多篇论文的集合，更不是普通的讲话或讲课稿，而是一名年轻同志工作轨迹的描述、理论钻研的成果、实践经验的总结。透过字里行间，我们看到了一位以“生命中有当辅导员的历史”为自豪的、深受学生爱戴的年轻思想政治工作者可亲可爱的形象，甚至也看到了活跃在学生工作第一线的朝气蓬勃的辅导员群体的作用。作为多年分管过学生工作的高校领导，阅后甚感欣慰。

大学生是十分宝贵的人才资源，是民族的希望。加强和改进大学生思想政治素质，把他们培养成为中国特色社会主义事业的建设者和接班人，事关党和国家的长治久安、中华民族的命运前途；事关提高党的

执政能力、巩固党的执政地位；事关科教兴国、人才强国战略的实施和实现全面建设小康社会的宏伟目标。为此，党和国家非常重视加强和改进大学生的思想政治教育。中共中央国务院专门下发了《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》，即中发（2004）16号文件。16号文件的下发，给大学生思想政治工作送来一股强劲的东风，更使大学生思想政治工作者充满了动力和希望。辅导员是大学生思想政治工作的骨干力量，学生把他们看成进入大学后的第一任老师。他们活跃在公寓中、业余生活中、社团活动中、党团组织中，帮助学生排忧解难，倾听学生的喜怒哀乐。面对学生，他们是接触和了解学生最多的老师；面对家长，他们是学校的代表，是管理者；而面对学校，他们又是最年轻的一个群体，承担着除课堂教学外所有与学生有关的任务和责任。当面对自己时，他们要完成从学生到教师角色的转换，要解决婚恋问题、学业问题，要克服经济上、生活上的种种困难，还要处理因辅导员的地位、待遇引起的心理失衡，其难度可想而知。困难面前有退缩的、也有后悔的，但更多的是知难而进的。他们年轻且具有较高的素质，具有很强的事业心，具有健康的体魄，具有发奋图强敢为人先的精神，勤奋地工作在学生思想政治工作第一线。本书作者吕丽莉就是这样一位很有代表性的同志。

大学毕业时学法律的吕丽莉选择了留校做辅导员。

在这一岗位上已经是八个年头了。八年中，她把绝大多数的时间用在了学生身上，把激情和精力奉献给了她所热爱的事业，几乎没有节假日，几乎没有正点下过班。甚至结婚的前一天还在工作岗位上，婚后一天假也没休就上班。辛勤耕耘换来了丰硕的成果，她所带的学生学习刻苦、成绩优秀，英语专业八级通过率最高时超过 75%，专业四级通过率最高时超过 90%，分别高出全国平均线几十个百分点，学位授予率连续几年 100%，就业率超过 95%，外语类研究生考研率超过 10%。伴随学生的成长，她本人也在做辅导员的同时，成为外语学院的团委书记、学生工作负责人（外语学院未设学生院长）。多年来，她曾获得沈阳市优秀团干部、百名优秀学生干部、辽宁省高校优秀辅导员等荣誉称号。在辅导员工作经验交流会上发言所得到的热烈掌声，她的学生对她的诚挚友谊，都使她感到八年的付出是值得的，毕业时的选择是无悔的。所以，就连读研究生她也选择了思想政治教育专业。

衷心地祝愿吕丽莉同志能在学生思想政治教育工作中不断取得新的进步，也愿《讲给我的学生听》能对所有从事大学生思想政治教育的同志的所思、所想、所为有所启示。

沈阳工业大学党委副书记 陈雪洁

2006 年 12 月

目 录

第一部分 关于生活

1 初来难免不适	3
2 自立, 从今始	11
3 寻找新坐标	16
4 高中、大学: 独木桥与立交桥	22
5 经营大学时光	27

第二部分 关于学业

6 走出专业的困惑	35
7 大学里的老师	41
8 自由的大学, 大学的自由	47
9 学习仍然是第一位的	54
10 “泡”在图书馆	61

第三部分 关于自律

11 细节决定成败	69
12 让你的生活成为一件艺术品	74
13 优秀是一种习惯	80
14 让纪律成为自律	86
15 “逃课”之我见	91
16 考试作弊是小毛病吗	97
17 欠债当还钱——“恶意”欠费谈	103

第四部分 关于爱情

18	爱情姓什么·····	113
19	情感与理智·····	120
20	谈情说爱讲美感·····	125
21	在你的爱人面前做一只开屏的孔雀·····	130
22	失恋之后·····	134
23	嫁宝马，享受人生吗——写给女大学生·····	141

第五部分 关于网络

24	莫做网络的奴隶·····	151
25	理想的破灭从玩物丧志开始——远离网络游戏·····	156
26	不要和陌生人说话·····	163

第六部分 关于心态

27	积极的心态，成功的一半·····	171
28	推开你的“心门”·····	178
29	有感于“马加爵事件”·····	185
30	轻轻松松走向心理咨询室·····	190
31	成则欣然，败亦坦然·····	195

第七部分 关于交往

32	和谐的寝室·····	203
33	学会相处·····	212
34	可怜天下父母心·····	218

第八部分 关于其他

35	面对“百团大战”·····	227
----	---------------	-----

36	冲动是魔鬼	232
37	学生干部，先干一步	237
38	平安无价	244
附 录		251
1	“非典”给同学们带来了什么	253
2	我的 1999	257
3	生命中有了当辅导员的历史——在辽宁省新辅导员 上岗培训班的发言	260
4	浅谈学校思想政治工作	277

参考书目

后 记



第一部分

关于生活





1

初来难免不适



题记：

大学是一个新的起点，既是得道获业的延续，更是开拓创新的开始。大学和高中存在很大差异，大学生将要面对的是一个完全不同的学习环境，一个完全不同的生活空间，不能再以前的思维方式在大学里学习和生活。初来乍到的大学新生的“不适应”是很普遍的，也是很正常的。进入一个新的学习和生活环境，短期内产生“生活的不适应、人际关系的不适应、学习的不适应”，这是难免的，但要尽量缩短适应期。这里只是简单地把问题提一提，让同学们面对新生活，做好从不适应到适应的心理准备。

有人说，大学四年可以用鲁迅的四部作品来概括，大一是《彷徨》；大二是《呐喊》；大三是《伤逝》；大四是《朝花夕拾》。我们暂且不论后三年，大一初来乍到的彷徨和不知所措确实是每个人都要经历的，只是每个人的适应能力不同，适应时间的长短有所不同。发生一些不适应的事情是正常的，关键是要缩短适应期。虽然上大学是绝大多数人梦寐以求的心愿，有的大学生甚至为离开父母，离开家乡，独自闯天下而感到兴奋。但是，“独在异乡为异客”，离开温暖的家，离开时时关爱自己的父母，离开原来熟悉的老师和同学，来到一个陌生的环境，同学们真的准备好了吗？上大学之前，你们了解自己的专业和兴趣吗？你们知道自己的缺点和优点吗？你们仔细想过自己的学业和未来吗？

等安顿下来，开始正常的学习生活后，作为大学新生的你们，最初的惊奇和激情会逐渐逝去，将要面临的是一段艰难的心理适应期。面对新的生活环境、新的教学风格、新的学习方式，也许会感到不适应。有的同学为此偷偷地流泪，有的同学会感到从未有过的想家，有的甚至想到了退学。不要轻视“想家”这件小事，“想家”是人们到了一个陌生的环境，在适应环境中遇到困难时的自然反应。经过十余年的寒窗苦读进入大学，你们一方面想稍作休息，另一方面又想施展才华、实现理想；一方面想象着大学的神圣，另



第一部分 关于生活

一方面又不得不面对现实的平常。其实走进象牙塔并非是想想象中的解脱，而是人生中的一个新起点。刚入大学总会有一些不适应，这种不适应可能源于不了解。一般来讲，在上大学前，已经在心中把大学理想化了，现实和理想之间总是有差距的。上大学后，也许会发现学校的伙食不可口，学校的教室不漂亮，学校的服务不到位；还可能觉得大学教授的形象没有想象中的那么光彩照人，谈吐也缺乏睿智和风趣，然而这可能就是现实，这就是大学生活。如果大家一直抱着不切实际的幻想，一旦发现实际上不是那么一回事，就会有一种“上当受骗”的感觉。其实任何环境都不可能十全十美，希望越大，失望也可能越大。

第一，要适应大学的生活方式，提高自己的生活自理能力。从入大学的第一天起，就要自己打点自己的生活了。像洗衣叠被、购物理财这些事务，从前都是爸爸、妈妈、爷爷、奶奶帮忙，而现在都要自己一个人来处理了。学会照顾自己是学会做人里面很重要的组成部分。千万不要小看这些事情，与高考比起来，生活自理看似很简单，但它也可能会成为你上大学遇到的第一个“拦路虎”。一些南方的学生来到北方，或北方的学生去南方，饮食方面的显著差异和生活习惯的不同，短期内顺利适应都是很不容易的。

同时，要学会建立一种和谐的人际关系。这其中，也包括如何正确处理大家憧憬的大学里浪漫的爱情关