

大学生 全面发展规划教程

主编 刘玉红 陈志伟



东北大学出版社
Northeastern University Press

大学生全面发展规划教程

主 编 刘玉红 陈志伟

副主编 孟 醒 苏 立

东北大学出版社

·沈阳·

©刘玉红, 陈志伟 2006

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生全面发展规划教程 / 刘玉红, 陈志伟主编 :— 沈阳 : 东北大学出版社, 2006.8
ISBN 7-81102-317-2

I. 大… II. ①刘…②陈… III. 大学生—全面发展 (教育)—教材 IV. G640

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 107993 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

Web: <http://www.neupress.com>

印 刷 者: 沈阳市政二公司印刷厂

发 行 者: 东北大学出版社

幅面尺寸: 184mm×260mm

印 张: 14.25

字 数: 374 千字

出版时间: 2006 年 8 月第 1 版

印刷时间: 2006 年 8 月第 1 次印刷

责任编辑: 王兆元

责任校对: 闻 艳

封面设计: 唐敏智

责任出版: 秦 力

定 价: 24.80 元

前 言

近年来，围绕着思想道德修养课和法律基础课的全面改革，各位关注思想政治理论课课程建设的工作者们，一直在进行着积极的探索，积累了一定的理论和教学经验，而且这种改革始终没有停歇。按照教育部的要求，“思想道德修养与法律基础”是一门新设立的思想政治理论课，虽然以往有这两门课的课程建设的基础，但把两者组合在一起构成一门课程却是一种新的探讨。为此，编者尝试以《大学生全面发展规划教程》为教材名称，试图站在大学生全面发展的角度来体现其应该具备的思想道德素养、心理素质、文化素质和身体素质，并通过教师课堂讲授理论知识和课外对理论的实践，达到全面提升大学生综合素质的目的。编者依据多年来教学实践和教学改革成果的经验，在体系的安排上体现有机地结合学生实际，突出实效性，为此更加注重培养学生社会实践、体察中国社会现实的能力的建构，因而要求大学生既掌握丰富而且专业的道德和法律知识，又能够用现实的眼光认识和评论社会。

编 者

2006年8月

目 录

上篇 思想道德修养篇

第一章 适应大学生活 明确努力方向	1
第一节 大学就是生活本身	1
第二节 当代大学生遇到的机遇和挑战	4
第三节 最大限度地利用大学生活	7
第二章 把握人生命运 端正人生态度	12
第一节 人生概述	12
第二节 正确地认识和处理人生境遇	15
第三节 科学地认识命运	20
第三章 正确认识自我 培养健康心理	27
第一节 大学生的心理发展特征与健康标准	27
第二节 大学生常见的心理问题与成因分析	30
第三节 大学生增进心理健康的途径和方法	33
第四章 掌握交往原则 构建和谐关系	36
第一节 人际交往概述	36
第二节 建立协调的人际关系	39
第三节 提高大学生人际交往能力	42
第五章 继承爱国精神 坚定理想信念	48
第一节 理想信念是人生的精神支柱	48
第二节 弘扬爱国主义传统	53
第三节 做新时期坚定的爱国者	57
第六章 弘扬优良传统 锤炼道德品质	60
第一节 道德是为人的根本	60
第二节 社会主义道德的核心与原则	65
第三节 大学生诚信道德建设	71
第七章 加强职业道德教育 培养职业道德素养	75
第一节 职业道德内涵阐释	75
第二节 市场经济呼唤职业道德	76
第三节 加强职业道德教育	80
第八章 恪守职业规范 履行职业责任	89
第一节 爱岗敬业与诚实守信	89
第二节 办事公道与勤劳节俭	94
第三节 团结互助与开拓创新	98
第九章 科学规划职业 提高选择成效	104
第一节 大学生职业规划概述	104

第二节 职业选择概述	109
第三节 职业选择技巧	113

下篇 法律基础篇

第十章 社会主义法的一般原理	121
第一节 法的特征、本质、作用	121
第二节 社会主义法的创制、实施和遵守	123
第三节 依法治国与以德治国	128
第十一章 宪法法律制度	131
第一节 宪法概述	131
第二节 我国的基本制度	133
第三节 我国公民的基本权利和义务	135
第四节 我国的国家机构	139
第十二章 行政法律制度	143
第一节 行政法概述	143
第二节 国家行政机关和国家公务员	145
第三节 行政法规选介	148
第十三章 民事法律制度	154
第一节 民法概论	154
第二节 民事权利	157
第三节 民事责任和诉讼时效	160
第十四章 经济法律制度	164
第一节 企业法和公司法	164
第二节 反不正当竞争法和消费者权益保护法	170
第三节 劳动法和税法	173
第十五章 婚姻和继承法律制度	176
第一节 婚姻法	176
第二节 继承法	181
第十六章 刑事法律制度	187
第一节 刑法概述	187
第二节 犯 罪	189
第三节 刑 罚	195
第十七章 诉讼法律制度	199
第一节 诉讼法概述	199
第二节 民事诉讼法	204
第三节 行政诉讼法	208
第四节 刑事诉讼法	212
参考文献	219

上篇 思想道德修养篇

第一章 适应大学生活 明确努力方向

经过刻骨铭心的高考的洗礼，众多学子怀着忐忑的心情，在众人羡慕的目光中走进了大学这座象牙塔的大门。告别中学时代，迈进大学校门，人生的历程掀开了新的一页，人生的道路跨越了新的高度。面对着崭新的世界、陌生的环境，青年学子们既充满新奇与兴奋，也容易产生困惑与迷茫。何为大学？什么是大学生？怎样更好地度过大学生活？都成为新生入学后一段时间内普遍感到困惑的问题。这些问题也或多或少地对他们的成长产生影响。因此，尽快明确大学、大学生的科学含义，完成从中学到大学的过渡，迅速适应大学生活，从而进一步明确努力方向，是摆在每一位大学新生面前的首要问题。

第一节 大学就是生活本身

大学是一个美丽的字眼，也是一个令人向往的地方。关于什么是大学，不同的人有不同的看法。原北京大学校长蔡元培先生说：“大学者，囊括大典，网罗众家之学府也。”原清华大学校长梅贻琦先生说：“所谓大学者，非谓有大楼之谓也，有大师之谓也。”我国古代文化典籍《大学》也开宗明义指出：“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。”到了当代，许多人认为，大学有教学、科研、社会服务三种社会功能。那么，究竟何为大学？

一、解读大学

大学是一个内涵十分广泛的概念，广义的大学可以包括所有层次、学科（专业）、类型和形式的高等学校。但是，在许多国家都对“大学”的科学内涵有严格的界定，认为“大学”是专指以文理两科为基础的，主要实施本科以上高等科学教育的综合性大学，其他层次、学科（专业）、类型和形式的高等学校只能称之为高等专门学校或者其他名称。

其实，我国古代典籍《大学》里“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善”这句话，已经非常科学、明确地指出了大学的含义，“明明德”就是培育学生崇高而丰富的感情；“亲民”就是培育学生正确而富于创新的思维能力；“至善”就是融合这种感情与这种思维能力为一体的纯洁而神圣的精神境界。所以，大学就是对一个人进行知识的积累与精神升华的场所。在这个意义上，大学的理念就应该是对学生进行知识的教育和精神的提升，即教育学生既会做学问又会做人。

在这个意义上，大学具有如下特征。

（一）大学应该具有大师

梅贻琦先生曾说过：大学者非大楼也，是有大师也。大师即是一种文化教育的支撑者、

缔造者、拓展者,同时又是大学生长知识、长智慧,乃至长道义的依靠。学者、大师的好学和志趣,敏锐的思想、渊博的学识,感染、鼓舞、砥砺、激发着莘莘学子奋发有为。牛津、剑桥、哈佛等大学之所以享誉世界,是因为它们有牛顿、爱因斯坦、凯恩斯等各类科学家、学者、大师。中国的清华、北大、复旦等之所以名声赫然,也是因为它们有诸如李大钊、毛泽东、鲁迅、熊庆来、华罗庚、苏步青等学者专家。

(二) 大学应该是思想库

随着知识经济的发展,经济全球化的推进,科技无国界、教育无国界、文化无国界和学习无国界的全球化时代的到来,和平与发展这一充满人性的当今世界主题,都迫切要求反映到教育当中来。伴随着经济全球化,大学所培养的人才不仅要参与全球性经济与科技的竞争与合作,而且不可避免地要承担起价值澄清和文化选择的责任。因而对别国文化的理解与尊重,就成为大学教育新的使命与目标,以形成更具兼容性的开放、灵活的思维模式和以平等、宽容、兼收并蓄为特征的文化价值观。在不断完善社会主义市场经济体制的过程中,大学应起到推动社会变革、制度创新的思想库和社会主义精神文明建设、现代化城区建设、公民道德建设推进器与辐射源的作用,促进社会发展,不断涌现、产生智慧的源泉。

(三) 大学应该培养“大”人才

所谓“大”人才即高级人才。大学培养出来的毕业生不应该是社会现有就业岗位的竞争者,而应该是新的就业岗位的开拓者;大学培养出来的科技工程人员是对人类具有爱心、怀抱人文情怀的人;大学培养的学生应有自然、社会和人文三方面知识;大学培养出的学生应是具有创新精神与实践能力的高级专门人才,是主动、全面而健康发展的高素质的毕业生与高度负责任的公民,是既爱国、又创新、全心全意为人民服务的人。

《大学生》杂志1995年第七期曾登载过丁晓华的文章《大学的责任》,在这篇文章中,作者写道:“倘说大学是知识的圣地,文明的顶峰,怕不为过。大学学府历来以它儒雅的风格、深沉的内蕴而令人油然而敬,它以一种清高的态势、深厚的城府张扬着它的个性,扩散着它的影响。那青砖碧瓦、绿水清波仿佛都有一种灵气,似乎都有一种感染;那徜徉在溪边草地的少男少女,体格并不健壮,形象并不高大,却在举手投足之间坦然而自然地挥洒出三分潇洒、三分自信还有三分睿智。而能将一个普通稚嫩青年培育成学贯中西的学者,或将肩起‘封疆大吏’之重任,或将临危受命、济困解危,或谦淡为文、典雅作论,或轻摇羽扇、谈古论今,这都是大学的造化之功,也是大学的责任。”

大学是历史的产物。世界上最早的、真正意义上的大学建立于12世纪的意大利、法国和英国。这些大学在建立之初,主要职能只有一个,就是从事高等教育。随着社会的发展,大学的职能发生了变化,1810年,普鲁士教育部长威廉·冯·洪堡受命组建柏林大学,他提出了现代的大学理念,即“学术和教学自由”、“教学与学术研究相统一”的办学思想,认为大学不仅是一个教学机构,而且是一个研究中心。至此,科学研究开始成为大学的第二种职能。20世纪初,美国威斯康星大学首先提出了“大学为社会服务”的办学宗旨,要求大学在注重科学教育的同时,又要重视为社会服务,宣告了大学第三种职能的诞生。大学“人才培养、科学研究、社会服务”三种职能的产生标志着现代大学的建立。

培养社会所需要的高级专门人才是现代大学的根本任务。如果说现代大学既是教育机构,又是研究机构的话,那么,教育机构是现代大学这个机构的基本属性,这是不以人的意志为转移的客观规律。因此,现代大学的办学活动主旋律是以学问的教与学为主的教学活动。在这一基础上,现代大学的根本任务是以“以人为本”的教育哲学观为指导,坚持以人

文、科学、创新的统一为核心的现代大学教育理念和以全面提高人的综合素质为宗旨的现代教学观,努力把学生培养成为新世纪需要的、在高尚的人文精神和良好的科学素养的基础上具有全面综合素质,尤其是具有创新精神和实践能力的一代新人。

现代大学已经成为国家发展科学研究的重要阵地。14—16 世纪欧洲文艺复兴运动,新兴资产阶级教育思想家们在人道主义的旗帜下,把尊重人的个性发展提到了突出的地位,为大学的进一步发展、改革奠定了思想基础。正是在这个思想的基础上,威廉·冯·洪堡在 1810 年创办柏林大学时,创造性地提出了“教学与研究相统一”的崭新理念,主张在大学教育中应当通过培养学生的创造性思维,使人的个性得到充分的发展,培养有理想的人。威廉·冯·洪堡认为:第一,学术研究是大学的中心任务;第二,大学的自由为教与学的自由。他明确规定柏林大学的任务有两条,一是向学生们传授知识,二是发展科学研究。主张大学不仅是教育机构,也是科研机构,而且应当把自由地追求科学,从事学术研究作为中心任务。威廉·冯·洪堡在柏林大学倡导的“教学与研究相统一”理念,不仅显著地提高了人才培养的质量,而且使现代大学演变成为国家发展科学事业的重要方面。

直接为社会服务是现代大学的另一项重要职责。所谓直接为社会服务,主要是从时间效益上来说的,大学对社会服务具有直接实践性,即以直接地满足现实的社会需要或者解决社会现实问题为主要特点。潘懋元先生深刻地指出:现代大学的直接为社会服务是指“高等学校的智力资源直接地、迅速地转化为社会生产力(社会实践)的服务活动”。美国的一些高校在这个方面一直做得很好。威斯康星大学提出“高等教育为区域经济建设和社会发展服务”的新理念,他们的基本思路是:从本州的客观实际出发,在教学和科研的基础上,通过培养人才和输送知识两条渠道,着力发挥高等学校为社会服务的职能和作用,积极满足全州经济和社会发展的需要。这一办学思想和做法,使大学的活动扩展到校园之外,而使大学成为社会进步和社区发展的服务站,这一思想后来被称为美国 20 世纪最富有创造性的思想之一。

二、树立正确的大学观

明确了大学的含义和功能,对于刚刚步入大学校园的莘莘学子来说,必须在真正开始大学生活之前,树立正确、全面的大学观。

对于大学新生来说,上大学之前,大学就是一个梦,它在超负荷的苦读中积攒,在老师的敦促下,在家长复杂的眼神中发芽、生长直至有一天拱破梦境,在现实中开花。进入大学后,“什么是大学?”“大学对自己意味着什么?”等问题不期而至,根据年长的学哥、学姐的解释,大学似乎更加扑朔迷离,在他们心目中,大学也许就是补不完的笔记,就是图书馆里一排排的书架,就是戴着厚厚的眼镜、朴素的就像一位农村老大爷的教授,就是毕业时难舍难分的眼泪。

其实,对于刚入大学的大学生而言,每一个人对于大学的体会和理解都是不同的,而每一个人的体会与理解也并没有对错之分。这是因为,大学作为一个特殊的以教育活动为主的机构,它对于每一个学生而言都有不同的意味,这主要看你自己的以什么样的态度和精神投入其中。大学给了每位新生一片崭新的天空,在这里,你可以选择学什么,怎么学;你可以选择做什么,怎么做;你可以知道生活是什么,并怎样生活。只要认真去做,那么,你选择成功,你就会成功,你选择收获,你就会有收获。也正是大学给了学生以极大的自主权,所以很多刚入校的大学生在这一自由度极大的选择面前,感到无所适从,并因此而彷徨、痛苦。特别是作为新生,初来乍到,面临着生活上的自理、管理上的自治、思想上的自我教育、目

标上的自我选择等一系列问题,心理和思想发生了急剧变化。主要体现在:

第一,目标的失落。一是“理想的大学”和“现实的大学”的矛盾。高中时,在学生心目中,大学就是一座金碧辉煌的殿堂,大学生活充满诗情画意,跨进大学兴奋与冲动之后,随之而来的是学习任务依旧繁重,生活依旧枯燥平淡,人际交往复杂。理想和现实的矛盾,使学生难以平静地寻找目标。二是大学人才培养目标的“高”和“空”,使学生对目标也无法掌握,例如,我国大学工科专业人才培养目标的提法一般是德、智、体等全面发展的高级工程技术人才。这种提法使人才培养目标的内容比较空洞,使学生对此感到可望而不可及,在具体学习、工作中,无法把握,很难发挥实际效应。三是价值观念的冲突,使学生在目标的选择上无所适从。进入21世纪以来,高校大学生的价值选择往往功利性较强,如读大学为找一个好工作。可是在具体大学生活中,不同的评价标准,不同的价值取向,困扰着学生的选择。

第二,自我冲突的矛盾。表现为自豪感与自卑感交织。在高中,很多学生都是班级中各方面的骨干。但是到了大学之后,不少人发现自己原来在高中时的优势不复存在了。另外,部分学生由于没有考上理想的大学或者理想的专业,产生了怨天尤人、自暴自弃的想法。

第三,学习上的矛盾。表现在一是学习条件的转变。在高中,学生大多生活在父母身边,所以只需“两耳不闻窗外事,一心只读圣贤书”。到了大学,由于离开父母,相对独立生活,并且学习的内容日趋复杂,课程有选修、必修之分,学习场所有教室、图书馆、自习室等之分,这都给新生带来了考验;二是学习方法的衔接。大学学习的显著特点之一就是学生具有更多的主动性、独立性和创造性,并且学习方式是在教师指导下以自学为主,这同高中教师以讲授为主有较大的差别。

这些矛盾必然带给大学新生以心理、思想上的困惑。

要树立正确的大学观,就是要明确以下三个观点。

(1) 大学是一个舞台。这个舞台给你一个难得的尽情表演的机会。我们每一个人一生中尽情表演的机会不多,因为在你工作以后,工作岗位上的你生活在众多的规则之中,而大学时代是你一生中唯一可以率性演出的时候。

(2) 大学是一个准备。大学作为工作前期的积累期,未来工作中的许多基础性知识和努力都是在这个时期加以积累的。我国著名电视节目主持人张越在谈到自己的大学生活时,不无感慨地说:那时自己标榜的是要当作家,作家这样的人应该天生不谙世事,天生不具有思维逻辑。这种认识的结果就是给现在自己的工作带来了麻烦和损失。

(3) 大学是一个形成你的人品、习惯和为人处事方式的重要时期。它在很大程度上决定了学生是否健康、正派、勇敢以及坚强,即学会做人。这不是一句空话,在未来的工作中,初级竞争是技术的竞争,我干的活好,你不行,我快你慢;竞争进入高级阶段,两者在技术上没有差别了,这时的竞争完全是人格、人品和心理状态的竞争,如果在这方面差,你就会被淘汰。

第二节 当代大学生遇到的机遇和挑战

上了大学,由高中生变为大学生,每一位大学新生开始拥有一个令人羡慕的称呼——大学生。这一称呼也足以令刚刚走入大学校园的莘莘学子自豪。但是,我们必须清醒地认识到,大学生除代表着高中阶段在学习中所取得的成就之外,大学生的称呼绝不仅仅是自豪所

能全部涵盖得了的。因为作为刚步入大学校园的一名新生，大学生的这一称呼，更多的却是义务和短暂的大学生活过程中的奋斗。

特别是进入 21 世纪以来，国际国内形势发生了极大的变化，新世纪、新形势既给当代大学生带来了难得的成长成才的机遇，也给大学生带来了严峻的挑战。

一、当代大学生面临的机遇和挑战

（一）知识经济带来的机遇和挑战

当今世界，主要发达国家如美国已经进入到知识经济时代，全球性知识经济时代也已经初见端倪。在知识经济时代里，由于经济知识化、技术信息化等的影响，国与国之间的竞争日趋激烈，而国与国之间竞争的关键是教育，教育的关键是人才。所以，各国纷纷重视教育特别是人才的培养，这既给当代大学生成长成才提供了良好的契机，使之能够在重视人才、关注人才的良好环境中脱颖而出，尽快尽好地成为对社会有用之才。但是，因为国与国之间的竞争其实质是人才的竞争，人才竞争的本质是综合素质的竞争，当代大学生能否在激烈的竞争中立于不败之地，这是摆在每一个大学生面前的一个严肃的话题。

（二）我国高等教育大众化带来的机遇和挑战

从 1999 年起，我国开始实施高等教育大众化政策，几年来，高等学校大幅度扩大招生数额，使之有更多的高中毕业生能够升入高等院校，到 2005 年年底，我国共有普通高等学校 1779 所，高等教育毛入学率平均达到 23%。高等教育大众化一方面使越来越多的学生升入大学，使更多的人得到了接受高等教育的机会。但是，另一个方面，也带来了严重的就业问题，使大学生感受到了沉重的就业压力。越来越多的大学生发现，大学的“入口”变宽了，但是进入社会的大门却越来越窄了，就业正成为摆在大学生面前的另一个严肃话题。

（三）加入 WTO 带来的机遇和挑战

2001 年 11 月，我国终于结束了长达 15 年的谈判历程，正式成为世界贸易组织的成员方。中国加入世贸组织，必然极大地促进我国在经济、政治、文化等各方面与国外的交流与合作，国外特别是西方发达国家的先进理念、经验、技术等也会大量进入国内。对当代大学生而言，一方面有利于我们在校期间就能接触到更多的国外先进的东西，促进我们尽快成长，尽快缩短与国外技术的差距；另一方面，我们是否能在国外先进技术、高级人才的竞争面前，始终能同其站在同一起跑线上，交流、合作与竞争，并真正促进自身发展，这也是一个摆在当代大学生面前的严肃话题。

（四）国家经济建设和社会发展带来的机遇和挑战

当前，我国经济建设和社会发展已经进入到第三步走的战略发展阶段。经济建设和社会发展一方面离不开高素质的人才，这就给大学生提供了广阔的展示自己才华的舞台；另一方面，大学生能够通过大学的学习，最终具备为国家和区域经济建设和社会发展作出贡献的知识、能力和素质，这是摆在当代大学生面前需要深入思考的问题。

当代大学生遇到的机遇和挑战还有很多，这里不一一列举。只是想通过以上分析，使我们每名学生都明白：时代和社会的发展，对当代大学生提出了更高的要求，也对评判一个大学生最终是否为人才提出了新标准。

美国劳工部公布的美国青年 2000 年能力要求，有五个方面：一是分配资源。就是能够确定，能够组织，能够规划，能够分配资源。二是人际关系。要有正确处理人际关系的能力，如何作为群体的成员参加活动，为他人服务，善于协商等。三是信息。要善于获取信

息,评价信息,处理信息,组织交流信息。四是系统。能够理解、监督、改进和设计系统。五是技术。能够运用多种技术开展工作。

而最近英格尔斯提出的现代人才的12条标准是:一是乐于接受新事物;二是准备接受社会的改革和变化;三是思路广阔,头脑开放;四是注重现在和未来,守时、惜时;五是有强烈的个人效能感;六是有计划的生活和工作;七是尊重知识;八是有可依赖性和信任感;九是重视专门技术;十是选择离开传统所尊敬的职业,敢于提出挑战;十一是尊重别人和自尊;十二是熟悉生产过程。

二、时代对当代大学生提出的新要求

结合对当代大学生所面临的机遇和挑战分析,新世纪、新时代对大学生提出了新的要求,需要当代大学生具备全新的知识结构和能力素质。

(一) 合理的知识结构是担任现代社会职业岗位的必要条件和人才成长的基础

广博的知识视野是人才适应社会岗位、应变环境的文化基础。现代社会职业岗位所需要的不仅仅是知识结构合理,而是要求适时拓展自己的知识视野达到终身教育终身学习的境界。只有这样,才能根据当今社会发展和职业的具体要求发展自己、完善自己,拓展所学到的知识,有所创造,适应新情况,解决新问题。因此,大学生在校期间应打下宽厚、扎实、系统、严谨的知识基础及专业技能功底,才能适应工作性质的变动及职业结构调整的变化。

(二) 掌握一技之长等于获取竞争特殊专业岗位的入场券

大学生毕业后将从事专业方面工作,专业知识是大学生知识结构的特色所在。有专业特长的毕业生要根据社会对人才评价的资格化倾向要求,不断充实和完善自己,使自己的资质也逐步融于社会化、客观化、公平化、国际化评价标准之中。如:在校期间开始参加相关资格考试获得国有关部门职业资格证书。职业资格证书是就业的通行证,为以后择业、评聘技术职务、薪酬晋升奠定了基础。

(三) 掌握现代管理和人文社会知识为适应社会岗位的全方位要求奠定基础

现代社会,需要大学生具有一定的社会知识、经济管理知识和人文知识。因此,大学生应利用专业学习的空余时间多读一些社会科学管理方面的书籍,拓宽知识面,开阔视野,从而提高竞争力。如:积极参加学校的社团活动,利用寒暑假到企事业单位进行社会调查,勤工俭学等,不断总结经验,提高社会活动能力和竞争能力。

(四) 适时吸纳储备大容量的新信息、新知识,为拓展就业空间创造条件

现代科学技术发展迅猛,只掌握本专业现阶段的知识很难与社会需要相适应。因此,大学生在宝贵的在校时间里应在知识的宽度和深度上下功夫延展,关注现代科技发展前沿信息,关注新行业发展动态,涉猎现代科学书籍,使自己具有专业眼光,具有前瞻性和先进性思维方法,紧跟国际科技发展的步伐,为自己的择业拓展广阔的空间。

(五) 锻炼培养适应择业需要的实践能力是成功就业的重要条件

(1) 适应能力。根据客观情况变化能随机应变地适时调节择业行为的能力。现代社会是复杂多变的,要适应这种状况,保证自己从学校到社会顺利过渡就应该提高自己的社会适应能力。学校教育是基础教育、通才教育。走上工作岗位后,有些知识用不上、有些不够用、有的要从头学起,这就要求刚走上工作岗位的毕业生根据工作的需要去调整自己的知识结构、能力结构及行为方式,尽快培养自己的社会应变能力。

(2) 人际交往能力。妥善处理人与人之间的关系,与他人和谐共处、共同发展的能

力。生活、工作中需要与许多人交往,这就难免会发生矛盾。作为大学生,只有具备人际交往能力,善于处理各种人际关系,才能在工作中充分施展自己的才能。在人际交往中,要以我们民族善良、诚实的传统美德来善待他人,“将心换心”“以诚相待”,学会尊重他人;要换位思考,多为他人设身处地着想,这样才能得到他人尊重;要学会能干大事、又能干小事的本领;学会处理具体问题时既坚持原则又不失灵活。

(3) 表达能力。以语言或其他方式展示自己思想感情的能力,它是交流思想、交流感情的基础性素质,故又称为语言文字沟通能力。表达能力包括口头表达能力和书面表达能力。口头表达能力要求语言的流畅性、灵活性和艺术性,书面表达能力要求文句的逻辑性、艺术性和条理性。

(4) 开拓创新能力。用已积累的知识通过不断探索研究,在头脑中创造出新的思维,提出新的见解和作出新选择的能力。它包括发现问题、提出问题、发现规律的能力,创造性地分析问题和解决问题的能力,发明新技术、创造新产品的能力,提出新思想的能力。

(5) 动手能力。把创造性思维变成实际的物质成果或是用生动形象的实践过程呈现创造性思维的转化能力。这种动手能力对工科大学生尤为重要,即在实际工作中既能讲出科学道理又能动手干出样子。大学生要充分利用实习和勤工俭学机会提高自己的动手能力。

(6) 组织管理能力。包括计划能力、组织实践能力、决断能力、指导能力和平衡能力。用人单位对具有一定交往能力的大学生越来越重视,许多单位挑选大学生时不仅注重学业成绩同时对在校是否担任学生干部、担任过社会工作很感兴趣。因此,大学生在校期间应积极参加社会活动,尽量做一些社会工作,不断增强自己的组织工作能力,以利于今后的工作发展。

第三节 最大限度地利用大学生活

对于大学新生而言,即将开始的大学生活是美好的,但是,在美好的大学岁月里,如果我们始终把自己当作是一名“游客”,只知道观花看草,那么,匆匆结束大学生活后,留给你的只能是惆怅、遗憾和悔恨。

所以,对每一个大学新生而言,首先要思考的是这样一个问题:怎样更好地度过大学生活?这里有一个大学毕业生在大学生活中不断前行的历程,你或许能从这个具体的案例看到大学生这个群体中一般人的活法。

大一:学习认真刻苦;跟着感觉走;认为社会很复杂;最关心甲 A 联赛;梦想着纯洁美好的爱情;认为成绩好的学生就是好学生;喜欢读武侠和言情小说;最崇拜刘德华;厌恶抽烟喝酒;把心里话告诉家人;不习惯打扮;认为政治离我们很远。

大二:希望每门课都能及格;先看看,再向前进;希望到社会上去闯一闯;最关心台湾问题;热烈地投入爱情;佩服多才多艺的学生;喜欢读名人名著;最崇拜周恩来;认为抽烟喝酒可以理解;把心里话告诉朋友;适当打扮;认为政治就像天气一样影响着我们周围的世界。

大三:认为有些课没有必要花太多的时间去学;三思而后行;认为社会中有大学问;最关心考试成绩;认为爱情是烈火与冰块间的铁板;认为大学生最主要的是培养能力;喜欢读现代作家作品;最崇拜比尔·盖茨;适量地抽烟喝酒;把心里话记在日记里;认为在某些场合应注意个人形象;认为应适当地关心政治。

大四：认为重点学那些对自己有用的东西；行动之前先作计划；认为社会也不过如此；最关心就业问题；认为应严肃地对待爱情；对只是成绩好的学生很不屑；喜欢看报纸杂志；最崇拜自己；高兴时抽烟喝酒；把心里话放在心里；认为应随时注意个人形象；认为应尽量多关心政治。

既然是一般人的活法，所以这些做法并不是优秀的大学生所掌握的。请记住：有机会进入大学是一种幸运，任何一种丰厚的收获和良好的结果都需要靠不懈的努力来争取。因此，作为大学新生，要最大限度地利用大学生活，就要做到如下几个方面。

一、态度决定一切

作为刚入学的大学新生，大学生活就像一张白纸，须知白纸上的文字写好与否，全在于你對自己大学生活的态度。在大学生活中，你投资什么就会收获什么，恰恰是这一点使得大学的意义对每个人都不同，因为人们的投资方式各种各样。一位哲学教授曾在给大学新生的讲课中说过这样一句话：毕业时，你们班中有的同学肯定会成为其他同学的老师。同为一个班的学生，大学毕业时为何有如此大的差异呢？皆是每个人对待自己的大学生活的态度不同使然。因此，你必须认识到态度决定一切，你的学习态度决定你从功课和老师那里获得多少知识，你的生活态度决定你从大学生活中成为什么样的人，你的工作态度决定你是否能够有所成就。有一则真实的故事恰能说明这一点。奥斯卡是美国麻省理工学院的毕业生。1929年下半年的一天，他在美国中南部俄克拉荷马州首府俄克拉荷马城的火车站上等候搭乘东行的列车。当时，他在为一家公司勘探石油，在气温高达43℃的西部沙漠里已经呆了好几个月。与此同时，他得知该公司因无力偿还债务已经破产了。踏上归途的他情绪低落，十分消极。由于该车到达时间还有几个小时，他架起了探矿仪器以消磨时间。仪器上的读数表明车站底下蕴藏有石油，但是，他在消极情绪的左右下，没有相信这一切，盛怒之下还砸毁了那些仪器，消极情绪已经冲垮了他的理智。而后来的事实是，人们发现这座城市地下不仅埋有石油，甚至可以夸张地说，城市就浮在石油上。很显然，奥斯卡在消极情绪的控制下，才做出了错误的行动。由此可见，你必须抱着积极的态度对待你的大学生活，明白它对你的人生具有重要意义，明确在积极态度下如何更好地行动，走好自己的大学之路，这是至关重要的一点。

二、适应大学要求，实现“五个转变”

一是认识的转变。进入大学首先就要认识到高中与大学有本质的区别，无论是在生活环境、学习的方法，还是人际交往等各方面均与高中发生了较大的变化，在思想认识上必须认清并做好准备。

二是身份的转变。即由中学生转变为大学生，虽然是一字之差，其含义却差之千里。大学生相对于中学生而言，不仅仅是称呼的变化，而是一种社会角色的转变，这种转变在时间上越短，新旧角色冲突解决得越好，对于更好地完成大学学业就越有好处。

三是心理的转变。从中学来到大学，由中学生转变为大学生，这种转变不仅仅是学习模式的转变，同时还包括自我心理调适等因素。这些心理因素如果调适得不好，就会严重影响大学新生的情绪。事实上，每年刚入校的大学新生中总是有相当的一部分人由于心理调适不好而影响到自己的工作、学习和生活。

四是生活的转变。对于高中生而言，由于尚属于未成年人，所以家长和老师对他们在生

活上的照顾十分周到,管理上也十分细致,甚至很多事情包办代替。而到了大学,作为大学生,必须学会独立生活,正如一位大学新生在给父母写的信中说:“以往您的关怀是婴儿车,在车里看外面,觉得走路很容易;而现在,离开婴儿车,我必须自己找到支点,并学会健步如飞。人总是要学着长大,其实大一新生们的第一个真正的考题是怎样独立生活,而他们的第一笔财富也就是学会了怎样独立生活。”

五是学习方式、方法的转变。大学教育和高中教育不同。首先,学习内容上有明显差别,大学课程门类多,知识信息量大,要求学生掌握宽广扎实的专业理论和基础知识,而中学要求掌握一定量教材内容就可以了。其次,在学习要求上也明显不同,中学对学生的学习活动做了全面安排,具有较严格的要求和严密的指导,学生自己支配时间很少,而大学的课程安排不像中学那样满,对学生学习过程的管理也不那样具体细致,学生自主支配的时间较多,因而学习自觉性的高低直接影响到学习质量和效率。再次,大学对学生能力有较高的要求,在大学里,教师的教学从本质上是指导性的,在关键内容上进行分析和点拨。在方法上给予指导,大量材料要依靠学生在课后自学。过分依赖教师的中学生,就不适应大学的以自学为主的学习模式。有些学生到了大学也有因为教学模式、学习方法等不适应而渐渐落后的现象。因此,大学新生能否尽快学会听课,记笔记,利用图书馆,制定学习计划,科学地支配时间和精力,这对于日后能否更好地度过大学时光有重要的作用。

实现这“五个转变”,切实完成由中学到大学的过渡,单靠自己在实际中的摸索要走很长的弯路,损失太大。靠老生介绍也未必全符合本人的实际情况,生搬硬套反而不清。只有认真把握大学及其大学生成长规律,认真把握自己的大学生活,做自己的主人,才能使自己的大学生活更趋科学,更有效率。

三、放弃逆反心理,要自立

逆反心理是中学生为标榜自己不是老师的宠儿,不向老师献媚,并由此证明自己不同于常人的愚蠢的做法。既然步入大学,就要尽快长大,严肃认真地对自己的一生负责。记住,你的大学成绩将伴随你走向未来。你在大学的一言一行都将永不再来,因为人生从来没有返程车票,人生的列车一旦出发,就不会停下来,年轻时过得很懒散的人到晚年常会后悔,但是不管多么后悔,时光也不会因此倒流。所以,有位大学生总结自己的大学生活时,深有感触地说:大学一、二年级的慵懒是繁殖毕业后后悔的温床。有的大学生可能认为,大学在人的一生中不过短短一瞬,没什么太大的关系。其实不然,人生的道路虽然漫长,但紧要处常常只有几步。大学无疑是人的一生中的几个紧要处之一。大学生活怎么走可以说对你未来的一生都具有决定性的作用。因此,作为大学生,首先要具备自立的能力,这是顺利度过大学时光的前提和关键。上大学就意味着要告别父母的照顾,开始全新独立的自理生活,衣食住行、饮食起居等都要自己去计划安排,统筹兼顾,只有做好自立的心理准备,才能坦然地面对大学生活中一系列琐碎、庞杂的事务,合理地支配自己的时间和精力,有条不紊地学习和生活。

四、要善于观察,学会用自己的科学的思维方式思考问题,解决问题

大学教育的一个主要目的是要教会学生以思维,并使学生养成科学的思维方式。因此,作为大学新生,应该在自己的工作、学习、生活中,善于从细微之处观察并进行总结,及时训练并培养自己的思维能力,不要轻信别人说的这个老师“好”或那门功课有多难,要知道

每个人的情况不同,背景不同,接受的事物以及对事物的评判标准也不同,有些事情对这个人来说不好或很难,对那个人来说就是好事或做起来易如反掌。

五、一定要把学习放在首要位置

作为学生,学习应该是第一要务,也是一个大学生在大学里要做的最重要的事情。要有一个尽可能好的成绩单,以便日后工作时有更多的被重用的机会。也许你学的专业、有些书未必喜欢,但关系到你的专业考试成绩,你就一定得学好。好一点的成绩单至少有两点可以肯定:一是证明学到了东西;二是别人判断你是否有能力,首先是从成绩单来判断。没有人天生就是有能力,所以,好的成绩单可以使你的履历表做得更漂亮一些。等到毕业时,找工作的机会肯定会更多一些。要知道,不是每一个人都会有机会参加用人单位的面试的,如果你的成绩单不好,可能连过第一关都没有机会。学习,不仅仅是学习专业知识,更重要的是学习基本技能,也就是说,要学习那些学习能力。随着知识经济时代的到来,一个人要想在知识经济浪潮中占有一席之地,必须具备终身学习的能力,也就是我们平常所说的“活到老,学到老”。自古至今,不知有多少人实践着这句话。我国古代有一篇著名的师旷劝学的故事。晋平公有一天对臣子师旷说:“我的年纪大了,已经70多岁了,虽然很想求些学问,读些书。但是,总觉得太晚了。”师旷说:“太晚了吗?为什么不把蜡烛点起来呢?”晋平公说:“我和你说正经话,怎么你竟然同我开起玩笑来了?”师旷说:“我做臣子,哪敢和您开玩笑。说实在的,一个人在少年的时候好学,他的前途就像早晨的太阳,辉煌而灿烂;壮年的时候好学,就像正午的太阳,还有半天的好时光;到了老年,就像蜡烛的火焰而已。蜡烛的火焰虽然不见得怎么明亮,但是有了它,总比在黑暗中摸索要好些吧。”2000多年前的师旷就已经认识到了“活到老,学到老”即终身学习的重要性。

相关资料

当代大学生应该什么样

尊敬的《大学生》杂志编辑:

今天我在彷徨与希望中给你们写了这封信,我期待你们给我帮助。

我是一个来自南方偏僻山区的学生,也许是故乡的落后对我影响太深的缘故,在刚来北京读书时我显得与繁华的都市文化是那样的不协调。曾经自卑,曾经苦闷,在发愤提高自己各方面能力的行动中飞快地度过了一个年头。无论如何,较之才来的时候,应该说我再也不自卑,我没有愧对已逝去的一年时光。然而我依然痛苦,为室友与一些同学对我的不公正的对待而烦恼。

自小受到父辈们的悉心教导,使我从小养成了一种明确的是非观念,直来直去,有什么说什么,然而有时当我诚心地说出心中的真话时,室友们有时不信,有时报以可怕的嘲笑,竟笑我“太傻”,笑我头脑怎么这么简单;在家乡时,我很勤快,所以,平时在宿舍总主动扫地、拖地,可是有些室友非但不赞同,反而攻击我有“洁癖”,我的天,讲卫生对大家都有好处,爱护公共卫生竟然成为“洁癖”携带者,我实在无话可说;我喜欢唱一些民族歌曲,而对流行音乐不是太感兴趣,然而每当我买回一些民族歌曲的磁带或用录音机放一些民歌时,他们总是显得极其厌恶地走开,要么就是说我“档次低”,我并不希望他们和我有同样的爱好,但至少我有我自己的权利,这跟他们没关系;我不是

球迷，但我同样希望中国的球队获胜，可我并不欣赏有些大学生带着浮躁、冲动去看球。在市场经济迅速发展的今天，人才市场竞争愈益激烈，我们的大学生是否应该比过去多一份沉稳和执著呢？

严格而客观地说：从我的身上体现了现时文化内涵与保守文化之间的矛盾。我的身上，既有鲜亮的现代生活的斑点，又有浓重的乡村生活的缩影，我当然不是完人。但是，我至少可以这样说，我是正直的，有抱负的。我的观点是：一个有涵养的大学生应该是活泼而不失体面，沉稳、举止得体、有抱负、有气质的。可是在我的周围，我看到的大学生朋友们却很多都不是这样，他们对待任何事情都显得不扎实，太感情用事，疲沓，得过且过，没有明确的人生观和世界观，同学之间呼朋唤友，拉帮结派。这绝不是凭空捏造，而是真真切切发生在我身边的事情，甚至选班级干部都是起哄选举，往往谁最能混在痞子中间，谁就能当选。我跟这样的人在一起绝对地矛盾和不自然，不过我很奇怪我这样的人竟然还被孤立。是我跟不上时代，还是因为别的什么？现代大学生的形象到底应该是游戏人生的痞子还是对自己应严格要求？我期待编辑同志帮助我找到一个正确答案。有可能的话，我甚至呼吁《大学生》杂志社在全国范围内，在所有的大学生朋友中展开以“真正当代大学生”为主题的大讨论。对当代大学生的形象展开调查。我确实感到困惑，困惑极了。

期待您的帮助。

北京某学院一位困惑的大学生

[摘自教育部思政司组编. 思想政治教育案例分析. 高等教育出版社, 2001]

思考讨论 案例中那位大学生的困惑给我们提出了哪些值得思考的问题？