

大学生文化素质教育丛书



书山有路

S

HUSHAN

YOU LU

吕健伟 主 编

迟学芳 韩宝军 副主编
李翠红 黄 璐

中国环境科学出版社

大学生文化素质教育丛书

书 山 有 路

吕健伟 主 编

迟学芳 韩宝军

副主编

李翠红 黄 璐

中国环境科学出版社·北京

图书在版编目(CIP)数据

书山有路/吕健伟主编. —北京: 中国环境科学出版社, 2006.10

(大学生文化素质教育丛书)

ISBN 7-80209-393-7

I. 书… II. 吕… III. 读书方法—青年读物
IV. G792.49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 114685 号

责任编辑 沈 建 肖 伊

责任校对 刘凤霞

封面设计 耀午书装

出版发行 中国环境科学出版社
(100062 北京崇文区广渠门内大街 16 号)
网 址: <http://www.cesp.cn>
联系电话: 010-67112765 (总编室)
发行热线: 010-67125803

印 刷 北京市联华印刷厂
经 销 各地新华书店
版 次 2006 年 10 月第一版
印 次 2006 年 12 月第一次印刷
开 本 880×1230 1/32
印 张 6.125
字 数 160 千字
定 价 100.00 元 (全套 10 册, 每册 10 元)

【版权所有。未经许可请勿翻印、转载, 侵权必究】

如有缺页、破损、倒装等印装质量问题, 请寄回本社更换

大学生文化素质教育丛书编委会

编委会顾问:

曲格平 (原国家环境保护局局长、全国人大环境资源委员会主任)

Holmes Rolston III (国际环境伦理学会创立者, Environmental E
副主编)

编委会主任委员:

王立新 (中国环境管理干部学院党委书记、院长, 教授, 博士)

编委会副主任委员:

裴印山 (中国环境管理干部学院党委副书记, 高级政工师)

宫学栋 (中国环境管理干部学院常务副院长, 教授)

张明顺 (中国环境管理干部学院院长助理, 教授, 博士)

编委会委员:

余谋昌 (中国环境伦理学研究会会长, 中国社会科学院哲学所教授, 博导)

王耀先 (原国家环境保护总局规划司司长, 中国环境伦理学研究会副会长)

刘湘溶（湖南师范大学校长，博导，中国自然辩证法研究会环境哲学专业委员会主任委员）

卢 风（清华大学宗教与哲学研究中心副主任，博导，中国自然辩证法研究会环境哲学专业委员会副主任委员）

孔繁德（中国环境管理干部学院教授）

刘福森（吉林大学教授，博导，中国自然辩证法研究会生态哲学专业委员会副主任委员）

叶 平（中国环境管理干部学院人文社科系主任，哈尔滨工业大学教授）

刘 兵（清华大学科技社会研究所教授，博导）

王国聘（南京林业大学人文社会科学院院长，教授，博导）

杨通进（中国环境伦理学研究会常务副会长，中国社会科学院哲学所副研究员，博士）

雷 毅（中国环境伦理学研究会秘书长，清华大学科技与社会研究所副教授，博士）

丛书主编：裴印山

副主编：叶 平 高彩霞

加强文化素质教育 培养高质量优秀人才

（代序）

高等院校是培养高质量专门人才的摇篮。深化教育改革，全面推进素质教育，培养有理想、有道德、有文化、有纪律的新一代大学生是高等院校的根本任务。因此，各级各类高等院校都要认真贯彻落实中共中央、国务院有关决定和教育部有关文件精神，以加强文化素质教育为切入点，全面推进大学生的素质教育，为现代化建设培养高质量的优秀人才。

（一）

素质教育是针对应试教育提出来的。所谓素质，就是在人的先天生理基础上，经过后天教育和社会环境的影响，由知识内化而形成的相对稳定的心理品质。人才素质包括四个方面：即思想道德素质、文化素质、业务素质和身体心理素质。其中思想道德素质是根本和灵魂，文化素质是基础。所谓素质教育就是以提高人才素质为重要内容和目的的教育，就是促进人与社会全面发展的教育。

从素质观念出发，构成人才的基本要素可概括为知识、能力、素质。知识是素质形成和提高的基础，没有相应知识的武装，就不可能内化和升华为更高的心理品格。我们传授给学生的知识，除了专业知识外，还应包括学生“为人”、“做人”所必备的知识，即相关的人文、社会、自然科学方面的知识。能力是素质的一种外在表现。培养学生什么样的能力是非常重要的，尤其是高职高专院校。

除了培养学生专业技术能力以外，还应培养学生的社会交往、与他人合作共事的能力，即“做人”的能力。

素质与知识、能力密切相关、相辅相成。高质量的人才，应是知识、能力、素质的高度和谐和完美统一。传授知识和培养能力，只能解决如何做事的问题，而提高素质则更多地解决如何“做人”的问题，只有将做事与“做人”有机结合起来，既要使学生学会做事，又要使学生学会“做人”，这才是理想的教育。

现实已经证明：具有丰富知识和较强能力的人，不一定就是具备了较高素质的人。换句话说，只有丰富的知识和较强的能力而缺乏较高素质的人，不能称之为完全或是健全的人才，只注重知识的传授和能力的培养，而忽视人才素质的提高，并不是完善的教育。

素质教育是一种新的教育思想和观念，不是一种单纯的教育模式或分类。我们强调素质教育，并不是忽视和削弱知识的传授和能力的培养，而是在人才培养过程中，融传授知识、培养能力和提高素质为一体，或者说在传授知识和培养能力的同时，要更加注重素质的提高，正确处理好知识、能力与素质的关系，促进三者协调发展，培养基础扎实、知识面较宽、能力强、素质高的专门人才。这是素质教育的关键所在。

(二)

文化素质教育是素质教育的重要组成部分，是全面提高大学生整体素质的基础。我们所说的加强文化素质教育，重点是指人文素质教育。主要是通过对大学生加强文学、历史、哲学、艺术等人文和社会科学方面的教育，同时对文科学生加强自然科学方面的教育，以提高大学生的文化品位、审美情趣、人文素养和科学素质。

文化素质教育对业务素质和身体心理素质的养成和提高具有重要作用。对业务素质而言，文化素质教育一方面为学生学好业务打好文化基础，有助于学生理解专业知识，掌握专业技能；另一方面会从更深层次上推动专业教育。业务素质是学生服务社会的特殊本

领,如果大学生具有较高的文化素质,无论是在学业学习上,还是在实际工作中,他都能够坚韧不拔,顽强拼搏,克服一切困难,去完成学业和工作。对于身体和心理素质来说,具有较高文化素质的人,懂得生命的价值和意义,就能够珍惜生命,重视健康,形成科学的思维方法和生活方式,进而使自己能够应付和承受来自外界的各种困难和压力。

加强文化素质教育是时代发展的要求。我们所处的时代是一个重要转折的时代,和平与发展已成为当今时代的主题。随着世界科学技术的发展和物质财富的高速增长,社会对科学技术的极大重视和对物质利益的强烈追求,科学教育备受青睐,人文教育却受到冷落,社会上普遍存在着重理轻文现象,并随之带来一系列世界性的社会问题,诸如信仰危机、道德滑坡、精神空虚,等等。为此,各个国家都在采取办法整合科学教育和人文教育,特别是把提高学生的人文素质作为高等教育改革的重要方面,以促进精神文明与物质文明的同步发展,建立人与自然、人与社会、人与人之间的和谐关系。美国麻省理工学院就要求本科生每年必须完成人文、艺术和社会科学领域中的8门课程,每门课程9个学分,共计72个学分。哈佛大学、斯坦福大学也有类似的规定。加强文化素质教育正是这一时代发展的要求,是社会可持续发展对高素质人才的呼唤。

我国社会发展已进入一个新的阶段。全面建设小康社会,加快推进社会主义现代化建设的步伐,必须着力提高全民族的思想道德素质和科学文化素质,为经济发展和社会进步提供强大的精神动力和智力支持。培养有理想、有道德、有文化、有纪律的公民,是我国文化建设长期而艰巨的任务。加强文化素质教育,培养数以亿计的高素质的劳动者和数以千万计的专门人才,是实现我国经济社会全面、协调、可持续发展的要求,也是党和国家对高等院校的热切期待。

加强文化素质教育是我国高等教育改革的需要。由于历史原因,我国高等教育存在着单科性院校较多、文理工分家的现象,专业设置过窄、单一的专业教育思想和教育观念突出,忽视文化素质

教育的问题，特别是高职高专院校尤为突出，培养出来的学生往往是有知识没文化、有技术没思想、有动力没激情。研究解决这些问题，是当前高等教育改革的重要任务之一。人文教育薄弱是人才培养方面最为突出的现实，在这特定时期提出并实施文化素质教育，不仅符合高等教育改革的要求，而且有助于推动教育思想和教育观念的转变与更新，也有助于推动教学改革不断深化。

加强文化素质教育，是大学生全面发展的要求。党的教育方针是培养德智体美全面发展的社会主义事业建设者和接班人。大学生是宝贵的人力资源，是祖国的未来，民族的希望。加强文化素质教育，对大学生成长、成才有三点好处：一是有利于大学生通过文化知识的学习、文化环境的熏陶、文化活动和社会实践的锻炼及人文精神的感染，实现升华人格、提高境界、振奋精神、激发爱国主义情感，成为“四有”人才；二是有利于大学生开阔视野、活跃思维、激发创新灵感，为他们在学校学好专业以及今后的发展奠定坚实的文化基础和深厚的人文底蕴；三是有利于培养基础扎实、知识面较宽、能力强、素质高的人才。

加强大学生文化素质教育是我们所面临的一项十分重要而紧迫的任务，也是一项艰巨而复杂的系统工程。因此，我们要确定知识、能力、素质协调发展，共同提高的人才观。明确加强文化素质教育是高质量人才培养的重要组成部分，必须将文化素质教育贯穿于大学教育的全过程，进而实现教育的整体优化，最终达到教书育人、管理育人、服务育人、环境育人的目的。

那么，高等院校如何全面推进文化素质教育呢？其主要途径和方式有以下四个方面：

首先，要把第一课堂和第二课堂结合起来。第一课堂和第二课堂相结合是提高大学生文化素质的重要途径。第一课堂主要是开好文化素质教育的必修课和选修课，对理工科学生重点开设文学、历史、哲学、艺术等人文社会科学课程；对文科学生适当开设自然科学课程。所开课程要在传授知识的基础上，更加注重大学生人文素质和科学素质的养成和提高。第二课堂主要是开展专题讲座、名著

导读、名曲名画欣赏、影视评论、文艺汇演、课外阅读、体育活动等丰富多彩的文化活动,以丰富学生的业余文化生活,陶冶情操,提高文化修养。

其次,要把文化素质教育贯穿于专业教育的始终。高等教育是培养专门人才的专业教育。专业课程和实践课程中蕴涵着丰富的人文精神和科学精神。专业教师在讲授专业课时,要自觉地将人文精神和科学精神贯穿于专业教育的始终,充分挖掘和发挥专业课对人才文化素质养成的潜移默化作用,真正做到教书育人,同时也要把文化素质教育的有关内容渗透到专业课教学中去,使学生在学好专业课的同时,自身的文化修养也有一个较大幅度的提高。

第三,要加强校园文化建设。校园文化对于学生陶冶情操砥砺德行、塑造自我具有重要作用。因此,我们必须重视校园人文环境建设,创建良好的校园文化环境。校园的整洁和绿化、校训和行为规范、人文景点和教室与实验室布置、图书资料建设等,都要有利于形成一种良好的学术和文化氛围。

第四,开展各种形式的社会实践活动。大学生参加社会实践活动,是加强文化素质教育的重要方面。因此,要重视大学生的社会实践活动。要有计划地组织学生参观校园内外的人文景点、历史博物馆、自然科学博物馆,参加社会调查、访谈等活动,参与社会服务工作,使学生在实践中提高自身的行为修养。

(三)

为了进一步贯彻落实中共中央、国务院《关于深化教育改革,全面推进素质教育的决定》和教育部《关于加强大学生文化素质教育的若干意见》的精神,适应 21 世纪我国经济社会发展的需要,为环境保护事业和现代化建设培养高质量的应用创新型人才,中国环境管理干部学院决定实施大学生文化素质教育工程,为此提出八项主要举措:

第一,在学院党委统一领导下,由学院主管领导挂帅,人文社

科系牵头，教务处、学生处、宣传部、团委等部门参加，组建大学生文化素质教育领导小组，负责对大学生文化素质教育的组织和领导、指挥和协调。

第二，根据上级有关文件精神，结合学院实际，讨论制定了《关于加强大学生文化素质教育的实施方案》，明确了指导思想、目的意义、工作目标和方法步骤。各系、部、处、室在总体实施方案的基础上，制订实施细则，切实把文化素质教育贯穿于大学教育的全过程，落实到各个方面。

第三，建立一支适应文化素质教育需要的教师队伍。充分发挥现有有人文社科教师的优势，对专业教师进行文化修养方面的培训，把文化素质教育贯穿于专业教育的始终。

第四，建立一套科学、完整、第一课堂与第二课堂密切配合和互相促进的大学生文化素质课程结构体系，编写出版符合学生实际、富有特色的大学生文化素质教育系列丛书，开设必修课和选修课。

第五，搞好校园文化建设。统一制作校旗、校徽、校歌、校服；统一规范学风、教风、校风、校训。美化、绿化、净化校园环境，彰显环境特色，创建绿色大学。以重大节假日为主线，开展丰富多彩的文艺活动。

第六，开展各种主题鲜明的社会实践活动。本着就近就便的原则，组织红色旅游，参观革命圣地，考察名胜古迹，浏览人文景点，参加社会调查，开展社区服务和“荒漠行动”，使学生在实践中开阔视野，增强见识，提升素质。

第七，建立大学生文化素质教育评价体系，试行大学生文化素质教育证书制度。

第八，加大对大学生文化素质教育经费的专项投入，学院每年拨款 15 万元，专门用于大学生文化素质教育活动的开展和研究工作。

组织编写大学生文化素质教育丛书是实施大学生文化素质教育工程的重要内容，是提高大学生文化素质的具体举措。为此，我们

以国内著名学者和专家为基础组成了大学生文化素质教育丛书编写委员会，陆续编辑出版相关著作，以此作为大学生文化素质教育的辅助教材和学生的课外读物。丛书编写力求从学生现有实际出发，注重质量、体现特色、通俗易懂，融理论性、知识性与趣味性于一体。我们力图通过这套丛书的编写和出版，为在校大学生提供精神食粮，帮助他们提高文化素质，实现由“三无”到“三懂”的转变。即由“有知识没文化”、“有技术没思想”、“有动力没激情”转变为“懂社会”、“懂科技”、“懂可持续发展”。

第一批丛书拟定 10 本，具体思路如下：

1. 高彩霞主编的《高职院校文化素质教育体系研究》是一部比较系统地探讨大学生文化素质教育的学术专著。该书在教育的宏观整体上反映了大学生文化素质的现实迫切性，提出中国环境管理干部学院实施大学生文化素质教育的构想，把大学生文化素质教育的目标界定为四个相互联系的方面：即培养大学生高尚的思想道德情操和基本文化素质，使大学生掌握科学的方法论和基本的学习方法；使大学生具备初步的科研基本功；培养大学生的科学精神和人文精神面貌。在丛书中，这本书是一个总的纲领和框架。

2. “懂社会”是大学生文化素质教育的基础，其中包括“懂政治”。——由裴印山主编的《崇高的形象——中国共产党章程讲座》《光辉的历程——中国共产党历史讲座》是青年大学生追求进步的导航；“懂传统”、“有道德”——由王子科主编的《中国传统文化精神指要》及裴印山主编的《树立社会主义荣辱观》，概要地描述和评价了中华民族“根”和“本”的问题，挖掘并阐释了民族文化的优秀成果以及当代大学生应当具备的道德信念、伦理态度和基本的道德行为规范。

3. “懂科技”是大学生文化素质教育的重要环节。其中要求“会学习”——由吕健伟主编的《书山有路》比较系统地介绍了大学生在校期间应具备的一些最基本的学习常识和学习方法。“懂得一点科研基本功”——由叶平主编的《科学认识与方法论》，对大学生如何发现问题、解决问题作了比较系统地介绍，并列举了大量的事

书
山
有
路

例阐释科学认识过程中的一些常见方法和经验教训。

4. “懂可持续发展”是大学生文化素质教育的目的。其中包括大学生面向学习、面向社会、面向市场自我发展的设计和规划，以及作为适应 21 世纪、面向可持续发展的应用创新型人才，推进我国资源节约型和环境友好型社会而提高自身生态文明素质的设计和计划，在这方面对大学生的培养，由刘华主编的《大学生自主创业纵横谈》、高彩霞主编的《生态文学作品导读》以及叶平主编的《大自然道德》具有直接的教育意义。

主编大学生文化素质教育丛书是个新生事物，是适应新时期国家对大学生素质要求而作的一次尝试。在丛书编写过程中，我们引用和借鉴了国内外有关学者和专家的部分研究成果，在此，我们对这些专家和学者深表敬意；同时，我们也要感谢中国环境科学出版社，以及沈建主任为这套丛书的出版所付出的辛勤劳动。由于缺乏经验和水平有限，丛书中难免出现这样或那样的错误，敬请同仁们批评指正。

裴印山

2006.10 于秦皇岛

前言

在英国伦敦的大英图书馆，有一个当年马克思在这里的固定座位。由于他天天在这间阅览室里借阅书籍和写作《资本论》，日久天长，他脚下的那块地板，居然凹陷下去了。我们现在的人完全可以想象得到，马克思在这里写《资本论》时，所投入的那种精诚所至、金石为开的毅力。他付出了，他也获得了解剖资本主义社会的一把开门的金钥匙。这就是鲁迅先生说过：“一说起读书，就觉得是高尚的事情，其实这样的读书，和木匠磨斧头，裁缝理针线并没有什么分别，并不见得高尚，有时还很苦痛，很可怜。”由此可见，求知和求生是同样的道理。因此，你付出得多，那你就收获得多，所谓“开卷有益”，只要读书，就有收获。书籍，是人类智慧的结晶，多读一本书，多一分智慧的光亮。

所以，读书人应该以“开卷有益”的古训，做到“手不释卷”的程度去求知不怠。也许这样的投入，短期内看不到成果和效应，正如马克思一开始坐在那间阅览室的时候，包括他自己，也未必想到会写出这部影响世界历史进程的巨著。然而，他在这里将地板踏磨出凹陷，经历了无数次的“开卷有益”，就“功到自然成”了。

对于我们现在的学习者，尤其是在校的学生更是如此，首先要“开卷”，然后才可以去寻求一些有益的“法”。编辑本书的目的只是想告诉每一个学习者，学习是一件辛苦的事，但更是一件必须的事，而且是有着可循之路的。希望读到这本书的人，都能从中有所得，更希望读到这本书的每一个在校的学生能够扬起治学的风帆，走上乐学之路！

目 录

第一章 学习论.....	1
第一节 什么是学习.....	1
第二节 什么是知识.....	5
第三节 关于学习的理论.....	9
第四节 学习活动特点.....	13
第五节 学习活动的方法.....	15
第六节 学习活动的形式.....	17
小 结	19
名家论坛.....	19
第二章 学习心理.....	24
第一节 情绪与情感.....	24
第二节 个性意识的倾向性——需要、动机、 兴趣和意志	31
第三节 记忆与遗忘.....	42
第四节 能力及其测量.....	49
小 结	52
第三章 怎样具备初步的学习能力.....	58
第一节 打开你的眼睛——多读	58
第二节 伸出你的双手——多做	61
第三节 利用你的大脑——多记忆	67
第四节 张开你的嘴巴——多交流	71
小 结	74

名家论坛.....	75
第四章 怎样提高你的学习能力.....	81
第一节 面对阅读.....	81
第二节 面对记忆.....	87
知识窗.....	93
第三节 面对积累.....	95
第四节 面对困难.....	102
结 语.....	111
名家论坛.....	111
第五章 怎样做到有效学习.....	116
第一节 准备好学习.....	116
第二节 利用好课堂.....	118
第三节 管理好时间.....	126
第四节 培养创新思维.....	128
第五节 个性化学习.....	141
第六节 制订好计划.....	145
名家论坛.....	148
第六章 中外名人读书方法介绍.....	152
小 结.....	164
名家论坛.....	164
第七章 中外名人读书的小故事.....	167
小 结.....	174
名家论坛.....	174
结 语.....	177
参考文献.....	179

第一章 学习论

第一节 什么是学习

一、学习的概念

“学习”一词，我国古代文献中早已有之。许多的国内外哲学家、教育家及心理学家从不同的角度对学习这一概念提出了各自的看法。一般来讲，学习概念有广义和狭义之分。

广义的学习概念，是指动物和人在生活过程中通过实践或训练而获得的由经验引起的相对持久的适应性的心理变化。从这一定义中我们可以看出：首先学习是人和动物所共有的心理现象，学习并非人类所独有，动物亦存在学习问题；二是学习并非本能的活动，而是后天习得的，是由经验或实践引起的；三是任何水平的学习都将引起适应性的行为变化，既可以是外显的行为变化也可以是内隐的行为或内部过程的变化，这种变化是相对持久的；四是并非个体的一切变化都可称之为学习，由成熟、疲劳、机体损伤等引起的变化就不属于学习。

在学习过程中，心理的变化是由经验引起的，因而经验的获得在学习过程中占有重要的地位。

经验是客观现实的反映，它源于客观现实，是有机体反应活动的产物。经验的作用是调节行为，是有机体内部直接支配行为活动的定向工具。经验分种族经验和个体经验两种。种族经验是在种系发展过程中形成的，是通过遗传传递的，它在个体身上表现为先天的无条件反射活动。种族经验是动物本能行为的调节器。个体经验