

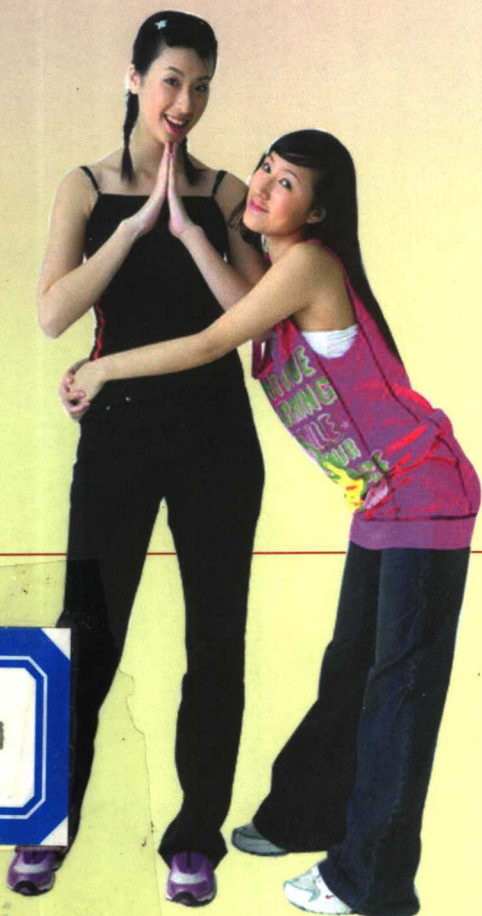
合作关爱

大学生

健康成才丛书

王明旭 主编

陈雪凤 倪晓莉



47-51
1:6

军事医学科学出版社
金盾出版社

HEZUOGUANA I HEZUOGUANA I HEZUOGUANA

9647-51

16

◎大学生健康成才丛书

主编 王明旭

合 作 关 爱

作 者	陈雪凤	倪晓莉		
参编人员	刘书童	李慧娟	刘焕光	陈文娟
	罗说明	任 徽	尹光雅	宋吕红
	郭利涛	杨金娟	杨 琪	师勇勇
	高 丽	陈语林	曹 省	陈 俊
	张国好	王建丽	周振海	王斐倩
	盖晓红	殷国志	董 琳	袁 佳
	丁上书	唐 静	程 荟	黄红维
	陈 刚	王妍	蒋法强	景月飞
	徐 晖	邵文裕	李卫清	

军事医学科学出版社

金 盾 出 版 社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

合作关爱/陈雪凤,倪晓莉.
-北京:军事医学科学出版社,2006
(大学生健康成才丛书)
ISBN 978-7-80121-828-5

I. 合… II. ①陈… ②倪… III. 大学生-集体主义教育
IV. D648.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 103295 号

出 版: 军事医学科学出版社
发 行: 金盾出版社总发行
地 址: 北京市海淀区太平路 27 号
邮 编: 100850
联系电话: 发行部: (010)63801284

63800294

编辑部: (010)66884418;66884402 转 6213,6216,6315

传 真: (010)63801284
网 址: <http://mmsp.bmi.ac.cn>
印 装: 京南印装厂
发 行: 新华书店

开 本: 850mm × 1168mm 1/32
印 张: 4.375
字 数: 102 千字
版 次: 2007 年 3 月第 1 版
印 次: 2007 年 3 月第 1 次
定 价: 10.00 元

本社图书凡有缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换

内 容 提 要

合作关爱是人类的传统美德,也是人们不可缺少的精神力量。为了提高合作关爱的意识与能力,一群大学生在社会实践中,体验合作关爱的真谛,弘扬合作关爱的精神,用自己的言行诠释当代大学生对合作关爱的理解,展示了当代大学生的风采,他们把自己对合作关爱浅显却真实的理解通过笔尖变成文字与更多的人分享,希望是大学生合作关爱原野上的星星之火,能够燃起燎原之势。

序

大学生是我国社会主义现代化建设的生力军,是国家宝贵的人才资源,是民族的希望和祖国的未来,是最富有生命力和朝气蓬勃的一个社会群体。大学生属于社会新生力量的精英。他们重学习、肯思考,对未来充满理想,代表着未来的走向。因此,社会各界对他们充满了关注和期盼。

大学生是一个正在成长的社会群体,有着无限的前途,但也存在着成长中的困惑和问题。大学生群体不是脱离社会发展环境而孤立存在的,社会中的各种风气,社会中的祥和气氛和某些不良因素在他们身上产生各种折射和反映。大学生身上闪烁着各种光环,也存在着各种问题,包括思想政治素质、道德素质、科学文化素质和身心健康素质等各方面的问题。要促使大学生健康成长,我们既要看到大学生的优点,又要注意解决他们成长过程中的问题。只有这样,才能更好地实现科教兴国、人才强国的战略。

为了促进大学生健康成长,使其在成长过程中实现心理素质、道德素质、文化素质和身体素质的全面协调发展,促进良好的个性心理品质的形成,使他们成为高素质的创新人才。为了实现这个崇高目的,西安交通大学的王明旭教授与军事医学科学出版社的王国晨社长经过精心策划,由西安交通大学王明旭教授、陕西中医学院李兴民教授、滨州医学院李一鸣教授等,共同组织了一些长期从事大学生思想教育的教师和大学生骨干,并与校内外有关专家学者合作,根据大学生的实际情况,包括闪现在他们身上的各种光环和存在的各种问题,本着不粉饰现状,不回避问题,把优点说够,把缺点说透的原则,采取学生自己写自己,主管学生的干部和相关教师写学生的方式,编写了这套旨在促进大学生身心健康

成长的丛书。

在写作过程中,他们针对困惑大学生的各种现实的难点、疑点和热点问题,以饱满的热情,以大学生喜闻乐见的语言和风格,通过各种正面和反面的案例及大量的触目惊心、震撼人们心灵的事实,对大学生存在的实际问题 and 思想问题进行了全面的分析和阐述。这些状况中有的令人敬佩、令人赞扬,有的令人惋惜、令人惊心动魄。大学生的心理素质、道德素质,既有阳光灿烂的一面,也有亟待改进和提高的一面。这套丛书,像一面镜子,读它不能不引起深思,不得不考虑如何改善大学生培养工作,如何使大学生的生长环境更加优化,以增强他们的亮点,消除存在于他们中间的各种问题。这套丛书对大学生应当怎样看待自己、看待社会,怎样清醒地认识自我、把握自我、丰富自我、改善自我和跨越自我提供了有益参考,鼓励他们利用顽强的意志打造自己的未来,迅速走出不能适应生活环境的各种误区。

这套丛书采用大学生自己的语言,写大学生自己的生活,从中引出问题,引出哲理,引出解决问题的方法和理论。它的语言活泼、故事生动、贴近大学生的生活实际,既看到了大学生的生机,也看到了大学生的稚嫩;既看到了大学生的理想,也看到了大学生生活经验和能力的欠缺;既看到了大学生的发展空间,也看到了大学生存在的不足。大学生是一个成长的阶层、发展的阶层,他们的幼稚,也正是他们成长为国家栋梁的一个基本生长点。

这套丛书在编写中注意理论与实践的结合;调查研究与案例剖析的结合;教育者与受教育者的结合;严肃的热点问题与轻松活泼的表现形式的结合;叙事与说理的结合;平等沟通与心理互动的结合;大学生直接参与与教师专家指导的结合;继承与创新的结合。特别是动员了一大批学生直接参与写作,直接探讨促使他们健康成才的道路和方法,这是一项很成功的经验。

本书的总编王明旭教授,为本丛书的编写付出了辛勤的劳动。他对每本书的编写提纲和主导思想,组织相关老师、专家反复进行

讨论,初稿形成后,又多次组织大家提意见,反复推敲,精益求精。为完善丛书的编写,他主持相关编写人员讨论会议不下20次。我与毛磊教授也多次被邀请参加他们的讨论,与会人员的认真态度,使我们深受感动。他还利用节假日和繁忙的工作之余,通读了全部书稿,提出了许多补充修改意见。经过近2年的努力,这套丛书总算完成了,可以说整套丛书里都渗透着他的汗水。

我在阅读这套丛书时,为书中写的故事喜,为书中写的故事悲,为大学生得以施展才华而高兴,又为某些大学生误入歧途,青春过早地凋落而惋惜。这些故事深深地打动了我的心,使我深深感到这套丛书的分量,感到它的力量和启示。我想,广大的大学生、大学生教育工作者、大学生家长和关怀大学生成长的社会各界人士读了这套丛书,一定会有和我同样的感想。

西安交通大学 张 文
2007年2月20日

前 言

当人们感叹生命的美好,享受生活的惬意时;当人们惊叹人类征服自然的能力,赞叹人类战胜灾难的壮举时……您是否真切地感受到了合作的力量?关爱的价值?

面对百年不遇的洪灾,全国人民与抗洪一线的官兵,用鲜血和生命奏出了合作关爱的最美乐章!抗击突如其来的“非典”,白衣战士无私奉献,全国,乃至全世界精诚合作,万众一心,众志成城绘出了合作关爱最壮丽的画卷!

为了培养和提高大学生合作关爱的精神,不少学校开展了系列社会实践活动,同学们在撒播爱的同时学会了关爱;他们依靠集体的力量走过了一程又一程,在生活和学习实践中学会了合作。他们得到了从书本和课堂上无法得到的体验与感悟,升华了合作关爱的理念。他们挥洒笔墨抒发对合作的赞赏、对关爱的崇拜、对人生的感悟、对自我的评判;他们尝试创作,书写生活,描绘社会,把自己对合作关爱的理解融入平淡而真实的现实生活,期望人们能够从中有所思、有所想;把自己对合作关爱的感悟写成质朴而感人的故事,希望人们能够从中有所感有新悟。

本书由西安交通大学医学院 2002 级部分学生和老师集体创作而成。在写作的过程中,大家被人生的感悟、理念的升华深深地感动。我们把它汇集成册,愿意与更多的人分享我们的收获。写作的同时我们也在不断地反思,自己在合作关爱方面还存在哪些不足?在提高大学生合作关爱精神上自己还能做些什么?如何才能提高大学生合作关爱的意识与能力?我们也希望与所有的读者一起探讨,一起思考。我们希望本书的出版,能起到促进大学生在生活、学习中互相关心,互相帮助,发扬合作与关爱的精神,把校

园建成温馨的家园。

由于时间仓促,加之我们的水平有限,书中不足之处在所难免,希望读者谅解,欢迎提出宝贵意见。

编 者

2007 年 3 月 10 日

《大学生健康成才丛书》主编与总策划



王明旭，本丛书主编，总策划之一。教授，医学硕士，硕士研究生导师。现任西安交通大学医学院党委副书记，《中国医学伦理学》杂志主编，《医学与哲学》、《医学与社会》、《中国农村卫生事业管理》、《西北医学教育》、《国外医学·医学地理》等杂志编委。中国性学会常务理事，中华医学会医学伦理学分会常务委员，中国科技史学会医学史分会常务委员，中国少数民族卫生事业管理学会常务理事，全国卫生管理教育学会常务理事，陕西省性学会副会长兼秘书长，陕西省医学会医学伦理学会主任委员，陕西省科技史学会医学史学会主任委员。担任全国高等医药院校卫生管理专业规划教材建设委员会委员，全国高等医药院校药事管理和医药市场营销专业规划教材建设委员会委员，卫生管理专业规划教材《管理学基础》主编，药事管理和医药市场营销专业规划教材《医药消费者行为学》主编等。

长期从事学生教育和管理工作，同时承担卫生管理的教学和研究工作。近年来承担了18项国家、省部级、国际合作基金等科研项目；主编与参编的著作和教材35种，其中担任主编的有18种；发表论文88篇。



王国晨，本丛书总策划之一。编审，毕业于第一军医大学。现任军事医学科学出版社社长，兼任总后勤部卫生专业高级专业技术职称资格评审委员会委员、全军医学编辑专业委员会副主任委员等。

从事医学编辑出版工作20余年，曾担任《军事医学科学院院报》主编、《军事医学科学院院刊》常务副主编、军事医学科学出版社副总编辑、副社长、总编辑，并曾担任总后“九五”重点图书《中国军事后勤百科全书·卫生勤务卷》责任编辑。组织策划的《现代热带医学》等3种图书分别被列为国家“十五”和“十一五”重点图书出版项目；组织出版的《军事医学科学院院刊》曾获全军优秀医学期刊一等奖；策划或责编的多种图书获全国、全军图书奖；《新一代青春期健康教育丛书》获“百套全国青少年喜爱的优秀图书”；《中国蠅科昆虫》（2卷）初选入围“国家‘三个一百’原创图书”；《神经系统肿瘤学》、《重症加强护理学》获解放军图书奖提名奖；《进藏卫生指南》、《军事训练心理学》、《老年健康促进》、《现代老年医学答疑》等4种图书获军队科技进步三等奖。另有12种图书获省部级科技成果奖。参编（撰、译和编委及副主编）出书18种；发表论文50余篇，其中6篇获优秀论文奖。1999年被评为“全军优秀医学编辑工作者”。

目 录

第一篇 认知与思索

一、人人需要关爱,事事需要合作	(1)
二、认识关爱,学会关爱	(5)
三、感悟合作,学会合作	(11)
四、赠人玫瑰,手留余香	(18)
五、珍惜拥有,回赠爱心	(22)
六、用爱心拥抱世界	(29)

第二篇 实践与体验

一、在希望的田野上	(35)
二、爱的奉献	(40)
三、尝试付出,体验收获	(47)
四、感受夕阳,感悟人生	(52)
五、为孤儿撑起一片蓝天	(57)
六、用真情驱散阴霾	(64)
七、挽起你的手,同行	(70)
八、爱心融化冰冷心	(78)
九、走近英雄,弘扬正气	(82)
十、感受平凡的伟大	(87)

第三篇 收获与感悟

一、红藕白莲	(95)
二、小细胞里大世界	(98)
三、水之歌	(100)
四、换取新绿百千重	(102)
五、手挽手,让我们昂首前行	(103)
六、体味人生真滋味	(105)
七、献给命运的金盏花	(106)
八、你是我的姐妹,你是我的 BABY	(111)
九、行走在别样花香中	(114)
十、初解“山海经”	(117)
十一、人间天堂	(119)
十二、合作永远 关爱无限	(121)
十三、让爱发光	(123)



第一篇

认知与思索

当代大学生,从背上沉甸甸的书包开始,就背上了长辈们沉甸甸的希望,开始扮演着双重角色:生活中的皇帝和学业上的奴隶。然而大学生对合作关爱的渴望与冷漠的现实形成了鲜明的对比,由于他们大多注重个人发展,集体观念淡化,对爱要求的多而付出的少,因此大学生人际交往困难已经成为大学生产生灰暗心理的主要因素,缺乏合作意识与能力已经成为大学生成功的绊脚石。事实上,当今社会人人需要关爱,事事时时都需要合作。

1

一、人人需要关爱,事事需要合作

人的生命是有限的,我们每个人都只是穿插在他人生活中的一个片段,这就注定你只能陪别人走过一程。你周围的人、你的朋友、家人,即使再好,你也只能陪他们一程,因此你应学会珍惜和关爱他们。他们饥饿时,你的关爱会成为一个苹果;他们寒冷时,你的关爱会变成一件棉衣;他们快乐时,你的笑容应该是最灿烂的;他们伤心时,你的抚慰是最真挚的……生活反复印证着:黑夜可以因为篝火的加入而变得明亮。

想想我们一路走来,有不少人曾给过我们或多或少的关爱与帮助,给我们带来快乐。在我们过去的日子:在那黄金的童年,我们的玩伴儿,和我们一起到小河边去捉鱼虾,抛石片,玩过家家;当





我们长高一点以后,又有一个两个荒唐的梦想家伙伴,时常和我们在一起作漫长的散步,谈说一个又一个美丽的梦想,谈说那辽阔的海洋,谈说那朦胧的未来。他们和我们共衣、共书籍,甚至共失眠!随后,我们还有那么一两个勤快的通信者伙伴,彼此按时寄去一些过重的书信,讨论一些那个年龄似懂非懂的问题:人生是什么?爱又是什么?那么多值得我们去怀念的一个个瞬间!尽管那都已经成为过去,如同梦幻,却为我们留下了一段又一段彼此之间关爱的美好回忆。

关爱我们身边的人,不仅为他人带去温暖,也会让我们自己的心灵有所收获。《读者》杂志曾报道过美国商务部长卡罗斯·古铁雷斯成功背后的故事,古铁雷斯讲道:“一个人的命运,并不取决于某一次大的行动,更多的时候取决于在日常生活中的一些小小的善举。”带着这样的信念,古铁雷斯年轻时候,常常关爱和帮助他周围的人,在自己的生活中做一些力所能及的善事。上下班时顺路帮邻居奶奶取牛奶、送报纸等等,后来当他当上了美国商务部长,《华盛顿邮报》以“凡真心助人者,最后没有不帮到自己”为题,对古铁雷斯作了一篇长篇报道。对发扬当时美国人民的合作关爱精神起到了很好的促进作用。

学会关爱我们周围的人,珍惜我们彼此间的情感。当大家彼此都不太有钱的时候,不要责备他们不豪爽。如要责备,不如责备自己,看自己有什么能对他人尽力的地方还没有尽力。如果他们精神不大好,不要过分要求他们对你热情,欣赏古人那种“淡淡如水”的心理境界。当然,与周围人相处可以随便一点,吵吵嘴再好,和好了又吵吵嘴,但次数也不可太多,或者口气太过分,以至到伤害人的程度。既然我们自己有些独特的个性,为什么我们周围的人就不能够有呢?不要为任何一点小事儿神经过敏。关心我们身边的每一个人,不要嘲笑他们,过分挑剔他们的短处。有时,有些人也许喜欢多说几句话;也许容易为一点小事就惊叫;或也许太容易发脾气;还太容易流眼泪;或者偶然会对人撒一个小谎;有时





也许有点古板,还可能有点笨拙……那都不算什么。那些毛病也许我们自己都有。既然能原谅自己,为什么对我们周围的人却如此不信任呢?他们都是我们的朋友。昨天我们陌路,今天我们同行,或许明天我们将成为朋友。所以,我们应该互相关爱、互相帮助。让我们从学习关爱开始,关爱我们的社会,关爱我们周围的人,让合作关爱渗透在我们生命的全部旅程中。

2005年底,大学生的期末考试正在进行,某医学院大四学生李小红在内科、外科、妇产科、儿科、传染科、预防医学、医学伦理学等科目考试的巨大压力下,出现了焦虑、失眠、厌学、注意力不集中等症状,渴望复习应考与无法集中精力学习形成的恶性循环使她的精神状况、身体状况日渐低下。心理脆弱,身体虚弱,随时会倒下,她在痛苦中挣扎,感到了绝望。老师和同学深知此刻她最需要的是关爱与理解,决心用关爱帮助她走出生命的低谷,用关爱唤起她生活的勇气与信心。同宿舍同学体贴入微的照顾给了她家庭般的温暖,一日三餐有同学关照,夜半时分服药时有舍友送来的热水,辗转难眠时有舍友亲切的问候与安慰,情绪不稳时有舍友递来写满真情开导话语的小纸条,对学习又不知所措时有舍友耐心辅导,手机欠费停机同学为她购回充值卡,回家的车票有同学帮她买,回家时的行李有同学帮她整理,送行的同学排成行,陪行的同学早已为她把路上要用的食物和药物背在身上……

辅导员无微不至的关怀给了她父母般的关爱,带她看病不避风雪严寒,一天几次到医院为她取药不厌其烦,陪她办理请假手续前后奔波,她撒娇似地要求辅导员老师看着她吃每次的药,否则就拒绝吃药,老师就一天几次按时来到她的宿舍督促她服药不分早晚且准时无误,老师帮她整理衣着、梳头如同母亲,陪她聊天解闷胜似朋友……她因为考试而形成的巨大压力在关爱中逐渐释放,她对考试的恐惧心理在似水的柔情中逐渐平和。在同学的真情传递中她得到了鼓励,在老师的循循善诱中她抑郁的心情得到了缓解,紧张的神经得到了放松,回家途中有同学的陪伴,有老师同学





不时传来的电话、短信问候与鼓励,她终于带着笑容与家人团聚了!看到孩子安然无恙回到身边,忧心忡忡的家长悬着的心放下了。家长为孩子得到老师、同学的关爱与照顾而感激,医生为关爱创造的奇迹而震撼,老师、同学为关爱的收获而欣慰,社会为人间的关爱而感慨万千:关爱是一泓清泉,可以滋润干涸的心灵,关爱是一剂良药,可以治愈疑难杂症,关爱是一缕阳光,可以使人看到希望,关爱是人间真情,可以温暖人心、化解疑虑、给人生活的勇气与信心。

实际上大学生们懂得合作的意义与作用,清楚合作在人生中的分量,他们也同样需要合作,但是由于缺乏生活的历练,加之大多为独生子女,有的人过分强调自我为中心,个人英雄主义等弊病在这一代独生子女大学生身上表现得更为明显。有的大学生功利心较强,认为合作中无法体现自己、成就自己,其实不然,大家同舟共济,才有助于我们走向成功。有些大学生有自负心理,觉得自己有丰富的知识和精湛的专业技能,与别人合作只能妨碍自己的手脚,其实不然,大学生所从事的复杂工作中往往有很多都不是凭借一个人的力量所能完成的。大家相互取长补短、群策群力,才能快马加鞭、众志成城。正如上海汽车工业(集团)总公司的人力资源人士的观点:“从人才成长的角度看,一个人是属于团队的,要有团队协作精神和协作能力,只有在良好的社会关系氛围中,个人的成长才会更加顺利。”

合作是成功的基石,是实现理想的云梯,是到达胜利彼岸的风帆,无论是国际间的合作还是同事朋友间的互助都在证明着这一真理。不论事情大小,合作对于成功同样重要,在我们大学生的生活中也不例外。2005年春季的一天,某医学院一个学生党支部大会正在进行,大家提出我们党员应该为当代大学生做点实事。这一设想得到党支部的一致赞同,同学们做什么?怎么做?展开了热烈的讨论。大家当时的想法很多,在反复论证以后根据学校对大学生党员“让优秀成为习惯”的要求,同学们提出写一本有利于





大学生健康成长的书,帮助大学生形成良好的道德习惯。这一提议得到支部全体党员的赞成,于是由党支部组织写书成为共识。党支部再次召开支部大会,组织全体党员展开讨论,主张“八仙过海,各显神通”,动员大家出谋划策。有文学特长的同学提出了写作的形式,有组织才能的同学提出了写作的思路,其余的同学也不甘落后积极提出了自己的看法和建议。写作方案在激烈的争论、碰撞和论证中逐步完善,写作提纲在七嘴八舌的相互启发中逐一选择筛选,渐渐书稿的雏形在集体讨论中逐渐显现,尝试写作、挑战自己的信心在群体的共同参与中不断增强。大家认为:完成这一任务不但是我们作为大学生党员对社会,对国家,对学弟、学妹们应尽的义务,也是一次修正自己行为习惯,提高道德修养的过程,更是一次学习合作、尝试合作的实践和对自我的挑战,于是我们决定集体共同完成。党支部根据党员各自特长进行优势互补与合作搭配,终于使书稿变成了即将出版的书籍,尽管稚嫩,但也真实、可用。

经过这次实践,同学们认识到合作确实是成功的基础,合作是成功的保证,合作是成功的必备条件。我们在合作中体会合作,我们在合作中感悟合作,我们在合作中学会合作,我们通过合作而崇尚合作,我们要提倡合作的精神,弘扬合作的理念,用合作的云梯去实现自己的梦想与理想。

二、认识关爱,学会关爱

假如你的爱不如阳光那样耀眼,那就做你力所能及的事吧!

哪怕只有月亮的清辉——毕竟也是一丝可贵的光明。

喧闹的大学校园里,那些独来独往的身影总特别引人注目。她们行色匆匆,饭一个人吃,上课独自找座位,自习一个人上。这样一个“孤独”部落正在日趋庞大。在某学院大三学生李某的大