

Buru Gaozhi

步入高职

——高职生学习生活指导

GAOZHISHENG XUEXI SHENGHUO ZHIDAO

© 伍大勇 编著



电子科技大学出版社

Buru Gaozhi 步入高职

——高职生学习生活指导

GAOZHISHENG XUEXI SHENGHUO ZHIDAO

© 伍大勇 编著

电子科技大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

步入高职: 高职生学习生活指导/伍大勇编著. —成都: 电子科技大学出版社, 2007.9
ISBN 978-7-81114-617-2

I. 步… II. 伍… III. 高等学校: 技术学校—学生—入学教育—教材 IV. G718.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 128073 号

内 容 简 介

本书根据高职学生成长与发展中的学习、生活、心理、就业等方面的特点,综合运用教育学、心理学、伦理学、社会学、行为科学等学科理论,对学生在理想信念、道德法纪、知识学习、能力培养、心理健康、人际关系、职业规划、就业指导等方面存在的相关问题进行讲解论述,以期指导高职学生正确克服和处理在自我成长与发展中遇到的困难与问题。

本书浅显易懂、针对性强、方便实用、适用广泛。既可作为高职学生的自我教育、自我发展的参考读物,也可作为高职院校开设思想品德教育的参考教材,还可作为高职院校从事学生工作的班主任、辅导员等德育工作者的有益参考书。

步 入 高 职

——高职生学习生活指导

伍大勇 编著

出 版: 电子科技大学出版社(成都市一环路东一段 159 号电子信息产业大厦 邮编: 610051)
策划编辑: 徐 红
责任编辑: 唐雅邻 郎志千
主 页: www.uestcp.com.cn
电子邮箱: uestcp@uestcp.com.cn
发 行: 新华书店经销
印 刷: 成都蜀通印务有限责任公司
成品尺寸: 185mm×260mm 印张 15.5 字数 387 千字
版 次: 2007 年 9 月第一版
印 次: 2007 年 9 月第一次印刷
书 号: ISBN 978-7-81114-617-2
定 价: 23.90 元

■ 版权所有 侵权必究 ■

- ◆ 邮购本书请与本社发行部联系。电话:(028) 83202323, 83256027
- ◆ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。
- ◆ 课件下载在我社主页“下载专区”。

前 言

中共中央、国务院在 2004 年发出了《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》(以下简称《意见》)。《意见》强调指出,大学生是十分宝贵的人才资源,是民族的希望,是祖国的未来。要使大学生成长为中国特色社会主义事业的合格建设者和可靠接班人,不仅要大力提高他们的科学文化素质,更要大力提高他们的思想政治素质。《意见》指出,加强和改进大学生思想政治教育的主要任务是:以理想信念教育为核心,以爱国主义教育为重点,以基本道德规范为基础,以大学生全面发展为目标。《意见》指出,加强和改进大学生思想政治教育要努力做到:坚持教育与自我教育相结合,坚持解决思想问题与解决实际问题相结合,坚持教育与管理相结合,坚持继承优良传统与改进创新相结合。

本书笔者在长期从事高职教育、教学工作的基础上,总结多年从事高职学生工作的经验,紧密结合《意见》的主要精神,根据教育学、心理学、社会学、行为科学等理论,依据高职学生成长过程中在理想信念、道德法纪、知识学习、能力培养、心理健康、人际关系、职业规划、就业指导等方面的实际需要编写了该书。全书共十二章,主要包括:正确认识高职教育,适应高职新生活,正确认识自我,把握自己、健康成长,道德与法纪,人生的理想、信念、价值和态度,高职生职业生涯设计,大学生的学习与成才,知识、技能、能力、素质的培养,建立和谐人际关系,大学生恋爱与性心理,大学生就业指导。

本书浅显易懂、针对性强、方便实用、适用广泛。既可作为高职学生的自我教育、自我发展的参考读物,也可作为高职院校开设思想品德教育的参考教材,还可作为高职院校从事学生工作的班主任、辅导员等德育工作者的有益参考书。

本书在编写过程中,得到了四川机电职业技术学院领导和各系系主任的关心和支持,吸收了有关论著和教材的成果,参阅了报刊上发表的理论文章。在此,一并表示衷心感谢!由于编者水平有限,难免存在不足之处,敬请广大读者批评指正。

伍大勇

2007 年 7 月

于四川机电职业技术学院

目 录

第一章 正确认识高职教育	1
第一节 方兴未艾的高职教育	1
第二节 高职教育的培养目标及人才规格	5
第二章 适应新生活	11
第一节 全新的高职生活	11
第二节 高职新生活带来的矛盾和冲突	14
第三节 适应新生活	17
第四节 在社团活动中提高能力	21
第五节 在社会实践中增长才干	25
第三章 正确认识自我	29
第一节 自我意识	29
第二节 高职生自我意识的特点	32
第三节 正确地认识自我	35
第四节 成功地塑造自我	37
第四章 把握自己 健康成长	41
第一节 大学生心理健康与成才	41
第二节 大学生心理特点	45
第三节 大学生心理问题	50
第四节 心理健康的保持和维护	53
第五章 道德与法纪	59
第一节 做个知法守法的好青年	59
第二节 做个遵守纪律的好学生	63
第三节 做个有道德的好公民	69
第四节 做一个爱岗敬业的好员工	77
第六章 人生的理想、信念、价值和态度	84
第一节 理想和信念是人生精神支柱	84
第二节 大学生要确立正确远大的人生理想	88
第三节 树立正确的人生价值观	91
第四节 大学生要确立正确的人生态度	97

第七章 高职学生职业生涯设计	103
第一节 职业生涯设计	103
第二节 如何进行职业生涯设计	106
第三节 大学生职业生涯设计	111
第八章 大学生的学习与成才	116
第一节 大学生学习概述	116
第二节 影响大学生学习的心理因素	118
第三节 考试中的心理问题	120
第四节 学习目标、计划、习惯与方法	124
第五节 自学能力的培养	130
第九章 知识、技能、能力、素质的培养	136
第一节 知识、技能、能力、素质的内涵	136
第二节 构建合理的知识结构	138
第三节 形成良好的职业技能	145
第四节 培养良好的职业能力	152
第五节 提高大学生综合素质	156
第十章 建立和谐人际关系	161
第一节 人际关系概述	161
第二节 人际交往技巧	165
第三节 社交障碍的克服	174
第四节 大学生的人际关系	181
第十一章 大学生恋爱与性心理	191
第一节 大学生性心理及其特征	191
第二节 大学生性心理问题及调试	194
第三节 大学生恋爱心理的形成及特点	203
第四节 大学生恋爱中的心理问题	206
第十二章 大学生就业指导	211
第一节 大学生就业形势	211
第二节 大学生就业前准备	215
第三节 大学生求职的原则与方法	220
第四节 适应职业生活 走向人生成功	231
第五节 用法律武器保护自己的权利	236
参考文献	242

第一章 正确认识高职教育

经过高考的奋力拼搏之后，同学们进入了高等职业技术学院，成为一名高职院校的大学生。由于社会认识等因素的影响，很多高职学生对高职院校感到既兴奋又失望。兴奋的是，许多高职院校的校园优美，教学设施完善，教学设备先进，教学组织科学正规，进入高职院校后终于可以圆自己的大学梦，可以继续学习和深造；失望的是，由于人们对高职认识的偏差等多种原因，很多同学认为自己是因为“高考失败”，没考上“好大学”，才没办法不得不读高职院校的，对自己感到失望。因此，正确认识高职教育，有利于同学们摆脱不良情绪的影响，成功地度过大学生活。

第一节 方兴未艾的高职教育

■ 快速发展的高职教育

1. 我国高职教育发展概况。

近 10 年来，随着高等教育跨越式的发展，我国高职教育得到了大力推进和快速发展，已成为我国高等教育的一支生力军，占据了高等教育的“半壁”江山。2005 年高职全国招生数达到 268.1 万人，是 1998 年的 5.6 倍，同期全国普通本科招生增长了 3.6 倍。高职招生在高等教育招生中占的比例由 1998 年的 39.8% 增长到 2005 年的 53.1%，超过了一半。在校生数 2005 年已经达到了 713 万人，占本专科在校生总数的 45.7%，比 1998 年提高了 11.3%。2005 年全国独立设置的高职高专学校数，到 2005 年底达到 1091 所，是 1998 年的 2.5 倍，占普通高校学校总数的 60.9%，高职教育的学校数与招生数已经占到了整个高等教育的一半还要多。

2. 高职教育的就业概况

2004 年教育部颁发了《以就业为导向，深化高等职业教育改革的若干意见》，推动了高职教育逐渐转向更加注重质量提高，更加重视内涵发展，在全社会树立起了高职高专教育主动服务于社会经济发展的良好形象。社会认可度不断提高，就业率逐年提升。2003 年全国普通高职院校毕业生总数比 2002 年增加了 35 万，就业率提高了 5 个百分点，初次就业率达到 55%；2004 年在全国增加了 40 万高职毕业生的情况下，就业率较 2003 年同期提高了 6 个百分点，初次就业率为 61%；2005 年初次就业率为 62%。北京、上海、江苏、浙江、广东等省市的高职高专毕业生初次就业率都在 80% 以上，与本科生基本持平。根据对 28 个省市自治区 337 所高职高专院校 27.1 万名毕业生就业情况调查的有效数据统计，高职高专毕业生年末平均就业率为 93%。高职教育已经成为众多学子的求学选择。

■ 高职教育的内涵

高职教育在我国得到了快速的发展，成为我国高等教育的重要组成部分。那么，什么

是高职教育呢？所谓高职教育，就是高等职业技术教育的简称，它是我国普通高等教育的重要组成部分，也是职业技术教育的高等阶段，其目标是为生产、建设、管理和服务第一线培养高技能人才。高职教育的基本思路是：以教育思想、观念改革为先导，以教学改革为核心，以教学基本建设为重点，注重提高质量，努力办出特色。高职教育在我国的兴起和发展，不仅丰富了我国教育体系的形式和结构，使我国的高等教育结构和功能趋向多样化，而且对于缓解人才短缺，服务社会，振兴经济发挥了应有的积极作用。

高职教育的“高”与“专”。高职教育不是本科的“压缩饼干”，更不是中等职业教育的简单复制。“高职教育首先是高等教育，同时又是高层次的职业教育。”高等职业教育的培养目标是：生产第一线的人才，具有一定理论基础和较强实践技能的高素质应用型人才。通俗地说，即“银领”，介于“白领”和“蓝领”之间的人才——活跃在一线的高级技师和专业管理人员，他们能将设计的研究成果转化为生产力。高职教育所培养的人才是直接与财富的创造相连接的，作为一种新型的高等教育模式，有效地弥补了传统教育体系的欠缺，符合当代知识经济发展的需要。

高职教育与高等教育、中职教育。高职教育作为我国近十年来兴起与发展的一种高等教育与职业教育相结合的教育形式，与高等教育和中职教育相比既有共性也有差别。

第一，高职教育与高等教育。高职教育作为高等教育大家庭中的重要成员，在教学中必须遵循高等教育共同的教育教学规律，具备高等教育的一般教学特点，但它又与一般意义上的普通高校培养人才的标准和规格不同。高职教育在教学中有自己的特殊要求和特点，更强调职业性和技能型，更注重对学生岗位能力的培养。

第二，高职教育与中职教育。高职教育和中职教育都是职业教育家庭中的重要成员，都应遵循职业教育的教学规律，两者的共同点在于其人才培养目标都要坚持以就业为导向，都是培养技术应用型人才，但在培养人才的规格与标准上的要求不同，教育对象的差异性较大，处于不同年龄阶段，有不同的年龄特征。高职教育属于高等教育阶段，其生源主要是接受过中等教育的毕业生；而中职教育属于中等教育阶段，其生源主要是接受过初等教育的毕业生。

以能力培养为主线的教育。目前，正规高职院校的毕业生就业率是比较高的，可以说近几年来都保持在95%以上。“半年内看文凭，半年后看水平；半年内看学历，半年后看能力。”现在不少企业在用人时，学历已降为第二位，而能力和资格证书将上升到第一位。在高职教育的培养体系中，学历教育、文凭教育、升学教育正在转变成技能教育、就业教育、证书教育。无论是专业设置还是课程设计，无论是“双师”制度还是“双证书”制度，高职教育都围绕在“学业、就业、职业”上做文章。明显的针对性，充分的调研，强烈的地方性特色，都保证了学生的可用性和即用性。

■ 高职教育发展前景

科学家们在展望21世纪的科技发展时，都认为技术在新的世纪会有极大的、难以预料的发展，尤其是高技术的产业化，会给技术型人才创造更加广阔的活动空间。我国目前采取通过大力发展高职教育来推动高等教育的大众化，正是对于发展趋势的一种把握，其深层原因就是希望有更多的技术人才来面对21世纪的科技挑战，面对作为“世界制造大国”对高技能人才的需求，这是把我国人力资源转化为人力资本优势的正确抉择，是我国经济

社会获得可持续发展的重要保证。

1. 社会需要高技能人才

高技能人才是在生产、运输和服务等领域一线岗位，熟练掌握专门知识和技术，具备精湛的操作技能，并在工作实践中能够解决关键技术和工艺的操作性难题的人员，主要包括技术技能劳动者中取得高级技工、技师和高级技师职业资格及相应水平的人员。他们是我国人才队伍的重要组成部分，是各行各业产业大军的优秀代表，是技术工人队伍的核心骨干，是推动技术创新和实现科技成果转化不可缺少的重要力量，是技术创新的探索者、实践者和推动者，在我国经济社会发展全局中具有十分重要的地位和作用。

我国高技能人才的总体不足。党和国家高度重视高技能人才工作。改革开放以来，特别是“十五”期间，随着国家经济建设对高素质劳动者的需求日益强烈，高技能人才队伍建设得到了社会的广泛关注，国家通过开展技能振兴行动，实施高技能人才培训工程、新技师培养计划，全国技能劳动者和高技能人才队伍建设取得了积极进展；但是，从总体上看，高技能人才的总量、结构和素质还不能适应经济社会发展的需要。目前，全国技师、高级技师仅占技能劳动者的4%，而企业需求是14%，相差10个百分点。另外，我国高技能人才占技能劳动者的21%，与经济发达国家高技能人才占技能劳动者的30%的比例相比，明显偏低。

2006年6月，中共中央、国务院印发了《进一步加强高技能人才工作的意见》，并发出通知，要求各地区各部门结合实际认真贯彻执行。意见指出：当前和今后一个时期，高技能人才工作的目标任务是，加快培养一大批数量充足、结构合理、素质优良的技术技能型、复合技能型和知识技能型高技能人才，建立培养体系完善、评价和使用机制科学、激励和保障措施健全的高技能人才工作新机制，逐步形成与经济社会发展相适应的高、中、初级技能劳动者比例结构基本合理的格局。到“十一五”期末，高级技工水平以上的高技能人才占技能劳动者的比例将达到25%以上，其中技师、高级技师占技能劳动者的比例将达到5%以上，并带动中、初级技能劳动者队伍梯次发展。力争到2020年，使我国高、中、初级技能劳动者的比例达到中等发达国家水平，形成与经济社会和谐发展的格局。

我国中、高级技能人才短缺的现状，不可避免地影响我们在世界市场上的竞争力。工业的持续发展需要技术创新，需要大量技术娴熟、手艺高超的一线操作人员。随着我国工业化进程的加快及市场竞争的加剧，建设高素质的技工队伍，已成为我国经济发展的当务之急。

全国各地急需高技能人才。在上海，对2006年一季度工资水平的统计显示，具有技师等级的锅炉检修工，收入高的超过了10万元；电机检修工、变电检修工中的工薪突破10万元，中等水平的约为8~9万元。在港航领域，高技能人才也收入颇丰，技师级的桥吊司机高薪突破12万元，轮胎吊司机中级工的高薪也超过10万元。上海2006年一季度发布工资指导价位时，“冷门”岗位信息显示，对数控机床工、汽车装调工等高技能人才的求大于供，一些用人单位开出6000元月薪，仍然招不到足够的数控机床工。

据上海市劳动和社会保障局对上海市部分企业的1.6万多名职工调查发现，高级技师、技师仅为185人，占总数的2.8%，高级技师平均年龄达48岁，而初级工甚至无等级技师的平均年龄也都在40岁以上。据了解，上海有技术工人140余万人，其中高级技工只占6.2%，

而一些发达国家的比例则达到 30% 左右。

在深圳，在“本科生月薪 1500”的新闻频传之时，技校生尤其是紧缺专业的技校生，却成了市场上的“香饽饽”。2006 年 4 月份，深圳高级技工学校物流专业一应届毕业生被一家港资物流企业相中，试用期月薪达 9000 港元，这一数字刷新了深圳技工“试用期薪水”的纪录。深圳的劳动部门 2006 年 4 月统计显示，深圳劳动力市场对技能人才的需求为 10.5 万人/年，但具备技能等级的求职者仅有 5.3 万人，缺口达 5.2 万人，其中，中级以上技术人才缺口为 3.7 万人。不少高科技企业反映不缺资金、项目和科研人员，唯独缺的是高技能人才。

在四川，四川省总工会的一项调查显示，被调查的企业在岗技术工人中，高技能工人所占比例很低，高级技师、技师和高级工比例，分别为 0.71%、4.6% 和 24.83%。在所有技能工人队伍中，从事高新技术工作的工人比例为 16.7%。

在黑龙江，齐齐哈尔第一机床厂由于缺乏熟练的铸造技能人才，出现了产品有订单、生产缺技工的尴尬局面；在哈尔滨，“技工身价直逼博士”也已经不是新闻。

南京市每年高级技工的需求量在 10 万人以上，而实际培养能力只有 1 万多人。目前在南京 50 多万职业技术工人中，高级技工仅占 7%，技师占 1%，高级技师只有 99 人，且大多已经退居二线或退休在家。

来自劳动和社会保障部的数据表明，目前我国 2.7 亿城镇从业人员中，获得国家职业资格证书以及具有相当水平的技能劳动者只有 8720 万人，只占从业人员的 33%。包括高级技师、技师、高级技工在内的高技能人才只有 1860 万人，只占技能劳动者的 21%。其中，技师和高级技师分别只有 300 万人和 60 万人。

劳动和社会保障部课题组曾就技工短缺情况对广东、福建和浙江省进行了实地调研，并结合全国 40 个城市技能人才状况的问卷调查，以及 113 个城市劳动力市场供求状况进行分析。调查显示，技师和高级技师占全部技能劳动者的比例不到 4%，而企业需求的比例是 14% 以上。

2. 高职教育是高技能人才培养的主阵地

我国技能人才的培养途径。我国高技能人才培养的主要阵地包括如下几种：一是高级技工学校，这是现阶段我国培养技能人才的重要阵地。二是行业或企业办的职工培训机构。在体制转轨和企业改制过程中，由于企业剥离了“办社会”的职能，这类培训机构明显减少，且主要以初、中级技工和上岗前培训为主。三是高职院校。近年来，为了适应社会经济发展对高级技能人才的需要，我国陆续通过合并、升格或改建，成立了一大批以培养高技能人才为目标的高等职业技术学院。四是社会各类职业培训机构，包括民办职校。这类培训机构往往规模小、培训层次低，大部分难以承担起培养高科技人才的任务。五是师徒带徒或自学成才的培养方式。就目前而言，高职院校是发展最成熟、办学实力最强的高技能人才培养基地。

高职教育的主要任务是培养高技能人才。当前我国高职教育的一项迫在眉睫的任务，就是要以制造业为重点加速培养高技能型紧缺人才。为此，教育部启动实施了“制造业和现代服务业技能型紧缺人才培养培训工程”，力争用不到 5 年的时间，为相关职业领域输送 30 万高职毕业生，开展职业技能培训 100 万人次，缓解当前高技能人才紧缺的状况。现代

服务业是未来社会发展的重要领域，也是经济发展的薄弱环节，教育部要求高职教育要不断调整专业结构，大力培养发展现代服务业需要的高技能人才，特别是要根据现代服务业的特征，更加注重学生的心理素质、职业道德、服务意识、诚信意识的教育，更加重视学生实践能力和创业能力的培养。为农业现代化培养高素质人才，也是高职教育责无旁贷的历史责任。高职教育的主要任务是培养高技能人才。这类人才，既不是“白领”，也不是“蓝领”，而是“应用型白领”，应该叫做“银领”。高职培养的学生，既要能动脑，更要能动手，经过实践的锻炼，能够迅速成长为高技能人才，成为国家建设不可或缺的重要力量。

第二节 高职教育的培养目标及人才规格

■ 高职教育的培养目标

高技能人才的缺乏，已经成为制约经济发展和增强竞争能力的瓶颈。我们既需要一大批从事科学研究、工程设计的人才，也需要培养一大批在生产一线从事制造、施工等技术应用工作的高技能人才；否则，即使有一流的产品设计，最好的研究成果，也很难制造出一流的产品。高职教育正是为满足这种需要而及时发展起来的。因此，高职教育的目标是培养与我国社会主义现代化建设要求相适应的，掌握本专业必备的基础理论和专门知识，具有从事本专业实际工作的全面素质和综合职业能力，在生产、建设、管理、服务第一线工作的高技能人才。例如，高职工科机电一体化专业的培养目标是培养在生产一线从事机电设备安装、调度、检测、运行、维修与管理等工作的高技能人才。学生应在具有必备的基础理论知识和专门知识的基础上，重点掌握从事本专业领域实际工作的基本能力和基本技能，具有良好的职业道德和敬业精神。它既不同于普通高等工科教育培养的理论型、设计型人才，也不同于中等职业教育培养的技能型人才。它具有以下鲜明特点：

1. 人才层次的高级性

高职教育是高等教育的重要组成部分，属于高等教育的范畴。高职人才必须具备与高等教育相适应的基本知识、理论和技能，掌握相应的新知识、新技术和新工艺，以较强的实践动手能力和分析、解决生产实际问题的能力区别于普通高等教育人才，以较宽的知识面和较深厚的基础理论知识区别于中等职业教育人才。

2. 知识、能力的职业性

高职教育是一种职业教育，它以对学生进行某种职业生产和管理教育，以提高职业技术水平为目的。它以职业岗位群的需要为依据开发教学计划，在对职业岗位群进行职业能力分析的基础上，确定培养目标和人才规格，明确列出高职毕业生应具备的职业道德、职业知识和职业能力，进而组织教学。其中，职业知识和职业能力的提高，要着眼于产业结构和产品结构的调整，面向 21 世纪科技的发展，不断更新教学内容，调整课程结构，注重知识的横向拓展与结合，体现知识的先进性和应用性，培养学生掌握新设备、新技术的能力。因而高职毕业生具有上手快、适应性强等特点。

3. 人才类型的技术性

高职教育的培养目标是面向生产和服务第一线的高级技术应用型人才，他们不同于普通高等教育培养的理论型、学科型人才，也不同于中等职业教育培养的单纯技能型人才。高职毕业生不但懂得某一专业的基础理论与基本知识，更重要的是他们具有某一岗位群所需要的生产操作和组织能力，善于将技术意图或工程图纸转化为物质实体，并能在生产现场进行技术指导和组织管理，解决生产中的实际问题。他们还应善于处理、交流和使用信息，指导设备、工艺和产品的改进，是一种专业理论够用、生产技术操作熟练和组织能力强的复合型人才。

4. 毕业生去向的基层性

发展职业教育的出发点和落脚点主要是为地方经济建设、社会的发展以及行业发展服务，为就业服务。因此，高职院校都是根据地方的社会、经济、文化、教育、人口等因素来办学的，培养的是面向地区经济建设和社会发展，适应就业市场的实际需要，工作在生产、服务、管理第一线的高技能人才。“面向地区经济建设和社会发展”，“面向工作在生产、服务、管理第一线”，明确了高等职业教育发展的基层性特点，其专业设置、课程内容、服务项目都密切适应地方和行业的需要，适应基层的要求。例如，工科类高职的毕业生主要去企业生产第一线从事施工、制造、运行、检测与维护等工作；艺术类高职的毕业生主要到文化部门从事艺术工作；经济类高职的毕业生主要去财经部门或企业部门从事财经管理工作等。高职毕业生去向的基层性是高职教育的生命力之所在。

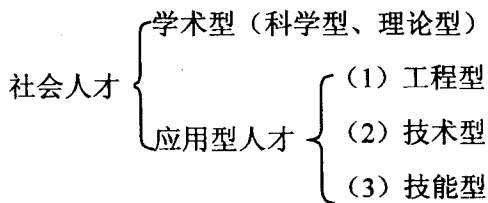
5. 培养手段的多样性

高职教育培养目标的复杂性决定了其培养手段的多样性。在教学形式上，不仅有一定的理论教学，使学生掌握基本理论与基本知识，而且有大量的实验、实习、设计、实训等实践教学，培养学生的综合职业能力。在实施教育的参与对象上，既有学校的专职教师，又有校外兼职教师和实习单位的指导师傅。在教学过程中实施双向化，教师是学习的指导者、促进者、组织者和管理者，为学生学习提供资料、咨询等方面的支持，学生不再是被动接受者，而是主动探求者，教和学成为双向式教学过程。在教学手段上实现现代化，计算机和多媒体技术的广泛应用，将迅速、高效地为高职教育教学提供各种所需信息，极大地提高教学效率和教学质量。

■ 高职教育的人才规格

1. 高职教育的人才类型及特征

我们通常把社会人才概括成以下各种类型：



学术型人才是发现和研究客观规律的人才，应用型人才是应用客观规律为社会谋取直

接利益的人才。一般认为工程型人才、学术型人才主要由本科以上教学层次培养。高职教育以培养技术型人才为主,技能型人才为辅。工程型人才与技术型人才有时较难区别。一般来讲技术型人才也要具备一定的理论基础,但不必达到工程型人才的要求,而是更强调在实践中的应用。

由于高职培养的技术型人才大都是在千头万绪、千变万化的生产或工作现场工作,因而与工程型人才相比较,他们尚须有以下特征:

(1) 相关的专业知识面要求更广泛些,如工艺人员除需要工艺知识外,尚需经济、管理等方面的相关知识。

(2) 综合应用各种知识解决实际问题的能力应更强些,特别是应具备解决现场突发问题的应变能力,同时还应具有一定的操作技能。

(3) 由于生产现场的劳动常常是协同工作的群体活动,因此处理好人际关系的能力,组织好所领导的工作群体的能力,是这类人才极为重要的素质。

(4) 在人才成长过程中,更应强调工作实践的作用。

2. 高职教育人才规格的构成要素

高职教育人才规格由以下六个要素构成:

思想政治素质。思想素质体现了培养目标的政治标准和思想品质,要求高职学生热爱社会主义祖国和社会主义事业,拥护党的基本路线,具有马列主义、毛泽东思想和邓小平理论的基础知识。同时,作为高职毕业生,勤奋踏实、爱岗敬业是他们求职时受到用人单位青睐的一个重要原因。这样的特点不是天生俱来的,需要在学校的学习与生活中培养。其核心是社会责任感、职业理想、职业道德,具有面向基层、服务基层、扎根于群众的思想观点,理论联系实际、实事求是、言行一致的思想作风,踏实肯干、任劳任怨的工作态度,不断追求知识、独立思考、勇于创新的科学精神等。

知识素质。知识素质要素包括文化基础知识、现代科技知识、专业基础知识和专业知识。文化基础知识和现代科技知识是高职人才必备的基本知识,主要指适应职业岗位所必需的前提性知识,它包括职业教育的基础性知识和数学、语文、外语、计算机等知识。这些知识既是适应求职谋生的文化基础,又是终身学习、转职转岗、创业立业的前提条件。专业基础知识是学习本专业所必须具备的基本知识,是专业学习的基础。专业知识是从事本专业工作所应具备的专业技术知识。对于高职人才来说,拥有必备的文化基础知识和专业基础理论,不仅是胜任当前技术密集型岗位的需要,也是知识再生和迁移,进一步学习与提高以适应将来岗位变动的始发点。随着科学技术的进步和发展,不同领域的科技知识交叉、渗透和组合,使社会上出现了许多跨学科职业岗位,这就要求高职人才还必须具备与专业相关的多学科基本理论知识,才能丰富“接口”能力。

能力素质。能力素质是人才规格的核心。就高职教育来说,综合能力结构可分为三个层次。核心能力是第一层次,主要包括接受新技术的能力、开发新技术的能力、现场组织与技术管理的能力等。核心能力越强,越能形成具有综合优势的核心竞争力。相关能力是第二层次,如合作能力、交流能力、创业能力、信息处理与加工能力等。这些能力是巩固和强化核心能力,加强核心能力同外围能力联系的基础,对提高应用型高等专门人才的综合能力都将产生重要的影响。外围能力是第三层次,主要包括自学能力、发展能力、自我

推销能力等。这是构成高技能人才综合能力结构的基础，是开发、提升核心能力和相关能力的营养源。此外还有特长能力，这是充分体现毕业生个人魅力的地方，比如有人有较强的写作能力，有人有发明创造的专利，有人有美术、声乐等方面的天赋等，所谓“天生我材必有用”，高职学生应不断培养兴趣和特长，很多时候这些特长是求职制胜的“法宝”。

身心素质。身心素质包括健康的体魄和良好的心理，它体现了培养目标的物质基础和心理素质，是从事一切工作的前提。只有具有良好的身体体能，才能胜任本专业岗位的工作；只有较好的心理素质，才能在工作中讲求协作，对在竞争中遭遇挫折有足够的心理承受能力，才能在艰苦的工作中不怕困难、奋力进取，不断激发创造热情。

劳动素质。劳动素质是人才规格的基本素质，它包括劳动观念、劳动知识和劳动实践。高职学生大多数是独生子女，父母希望他们早日成才，宁愿自己多吃苦，也不让孩子受委屈，因而有些高职学生劳动素质较差。只有加强劳动素质教育，使自己掌握一定的专业知识和专业技能，才能成为受社会欢迎的高素质的劳动者。因此，高职学生加强劳动素质的培养具有极为重要的意义。

人文素质。作为高职院校学生，正处在身心发展及逐步成熟的时期，其心理上易受外界的影响，在这个人生重要时期，加强人文素质培养是非常必要的。高职学生除应具备过硬的职业技能外，还应具备远大的理想、高尚的情操及审美能力；具备竞争和团队意识；具备自我教育、自我控制的能力；具备奋斗意识、承受失败和挫折的心理能力；具备处理信息、收集信息的能力；具备效率意识；具备开拓意识，心胸开阔、乐于奉献意识。只有这样才能更好地适应各种竞争和挑战。通过历史、文学、艺术、哲学、伦理等知识的学习，可以提升个人的人文素质，可以使自己站得高、看得远、行得正、坐得直。

■ 高职教育的教学特点

高职教育的教学与其他教育类型、层次的教学既有联系又有区别，既有共同遵循的教育教学规律也有自己独特的特点。通过比较研究，一般认为高职教育的教学有以下特点：

1. 以学生的就业为导向

高职院校作为教育体系中的重要分子，与其他各级各类的教育一样都必须全面贯彻党的教育方针，培养德、智、体全面发展的人才。但在人才培养目标的具体规格和标准上，不同性质，不同类型，不同层次的学校是有差别的。高职院校是为生产、建设、管理、服务第一线培养高技能人才的。这就要求实现教育目的的基本途径——教学必须有明确的导向性，就是要以学生的就业为导向，以培养高技能人才为目标。它强调以能力为本位，重视实践能力的培养，实质是知识、技能和态度三位一体的素质结构。这个素质结构主要包括四方面：一是完成职业任务所必需的基本技能或动手能力。二是完成职业任务应具备的基本素质。三是职业岗位变动的应变能力和就业弹性。四是在技术应用中的创新精神和开拓能力。

2. 以“必需”、“够用”为度

由于教学目标有明确的导向性，是培养具有高技能的“银领”人才，这就要求高职应在“必需”、“够用”上下工夫。高职教学要求“必需”、“够用”主要体现在五个方面：一

是基本的科学文化知识必须具备。二是专业基础知识必须够用。三是基本的专业技能和操作能力必须掌握。四是适应岗位变化的基本素质和应变能力必须培养和初步具备。五是在工作中应具有的创新精神、开拓意识和创业能力必须强化。高职学生在校期间可本着这一原则来安排自己的理论与实践学习的内容与深度。不能仍沿袭高中时候的做法，只重视理论或课本上的知识，忽略技能的培养。

3. 强调实用性和针对性

由于教学目标的就业导向性和教学要求的“必需”、“够用”性，要求高职教学内容必须做到实用性、针对性，即必须根据就业需要去有的放矢地选择教学内容，恰当处理好近期的就业“必需”、“够用”和将来的发展“迁移”、“可用”的关系，科学构建针对性强、能培养高技能人才的课程结构。具体说来主要是考虑了以下几点：一是必须针对培养高技能人才的教学目标设计教学内容，切实做到“必需”、“够用”。二是要根据就业岗位的多样性、灵活有针对性学习不同岗位需要的技能，做到对准岗位学理论与技能，实现“按需学习”。三是努力做到学习内容尽可能与学生的个性相适应，实行弹性课程组合。

4. 教学方法的实践性

培养高技能人才，要求高职院校选用科学的教学方法。与其他类型、层次的教育相比，高职教育的教学方法更加强调实践性，这既是高职教育的教学特色所在，也是培养技术性人才的基本保证。教学方法的实践性主要体现在以下几方面：一是互动性，更加重视学生的参与。因此，在教学中，同学们必须坚持多多参与、亲自动手、亲自操作，在做中学。二是要根据专业实际合理确定理论教学与实践教学的比例，加强学生的专业技能培养，坚持以实践为本。因此，同学们应该在实践教学中勤学苦练，多参与各种社会实践活动，在实践中培养能力、增长才干。三是要把学业与就业、创业紧密结合，更加注重职业素质的培养，努力使自己通过实训教学获得就业的技能和创业的本领。

5. 教学组织的灵活多样性

由于教学对象的较大差异性，教学目标的具体多样性，高职院校在教学组织中，大都尽量做到了机动灵活，最大限度促进学生个性与特长的和谐发展，实现专业、就业、创业的贯通。机动灵活性主要体现在以下几点：一是学生在校学习时间的长短和时间的组合方式灵活多样，即弹性学制。二是工学可以适当交替。学生可以根据自己的实际情况和生活、学习之需，中断学业去打工，到一定时间再去学校学习，在学习与打工的合理交替中完成学业。三是教学模式、教学方法的灵活多样性。不同的专业、不同的学制、不同的对象、不同的要求，其教学模式与方法可不同，以适应复杂多样的教学情况。四是课程设置的多样性。总之，通过课程设置的多样性来尽可能地满足学生的不同学习需要。

6. 教学考评的技术、技能性

注重考评学生的技术和技能水平及实践能力是高职教育与其他类型、层次教育的显著区别。这也是高职教育培养目标的必然要求。主要表现在以下几个方面：一是始终坚持以能力为本位，以培养学生的实践能力为出发点来组织教学。二是以培养学生专业技能与职业素养为重点，注重专业技术水平和职业能力的考评，改变过去“一张试卷定成绩”的偏

做法。三是整个教学过程注意恰当渗透职业资格教育考试教育，努力使学生取得“职业资格证书”，实现怀揣“双成果”（硬成果、软成果），手捧“双证书”。同时把学生取得“双证”率作为考评教学质量的重要依据。四是教学考评与就业创业结合，注重培养和考核学生的岗位技能、适应能力和创新精神与创业能力，坚持正确的就业导向。同学们在学习过程中，应改变传统的只关注试卷成绩的做法，认为只要理论考试的卷面成绩不错就心满意足了，必须重视技能考评成绩，特别是与专业相关的资格证书的考取。

第二章 适应新生活

几乎每一个进入高职院校的学生都会感到，高职院校的生活与高中或中职时的生活有很大的不同，无论是学习、生活、课余活动、还是人际关系等方面都发生了巨大变化。这些变化将直接引起高职新生思想和心理的一系列反应，因而需要高职学生有一个适应新生活的过程。在这个适应过程中，适应的快慢、好坏将对高职学生的学习、生活、人生产生重大的影响。

第一节 全新的高职生活

■ 高职生活的特点

在经历了“十年寒窗”的苦读之后，同学们升入高职就读，多姿多彩的校园生活将令人终身难以忘怀。然而，同学们如果对于高职缺乏了解，就会陷入一个较长时间的迷茫，因此，对高职生活特点的了解十分重要。

1. 生活环境更独立

高职学生远离父母来到高职院校求学，不仅要掌握专业知识和专业技能，还要培养独立的生活能力。而在此以前，绝大多数学生都是在父母身边，在父母的庇护下长大的，无论是在生活上还是在心理上都养成了对父母、家庭的依赖，很大一部分同学缺乏生活经验，缺乏独立的生活自理能力。进入高职院校，就意味着离开家庭，同学们会很快发现：在这里一切事情都得自己做。无论是衣食住行，还是交友、处理学业上的问题，乃至认识人生与社会，都需要依靠自己的能力去思考、判断和选择。某女大学生在考入大学后，从小城市到大城市，从温暖、充满母爱的小家庭到校园中的大家庭，完全不能适应。她说：“洗澡要排队，衣服要自己洗，食堂的饭菜又难以下咽……”为此天天给家里打长途电话诉苦。电话里的哭声让母亲揪心，于是母亲只好请假租房陪女儿读书……

2. 管理更宽松、更间接

在中学，学校对学生的管理比较严格。而在高职院校，学生的管理工作较为全面、复杂，与中学相比更为宽松。学校更多地强调学生的自我管理，强调间接管理，即通过学校的规章制度，来对高职学生的行为施加影响，进行调节。老师特别是任课老师与学生的直接接触不如中学时频繁，班级管理主要由辅导员组织和领导班团委干部来进行，更多地强调发挥班团委干部的作用。整个学校的管理工作也十分强调发挥学生会、团总支的作用。因此，在高职院校，学生的学习和生活更多地强调发挥同学的自觉性。面对高职管理的相对“宽松”、“自由”，同学们如果不能正确看待，不能很好地进行自我管理，就会在这种“宽松”、“自由”中失去自我；还有一些同学可能习惯了被人管着，没人管他们时，会觉得不