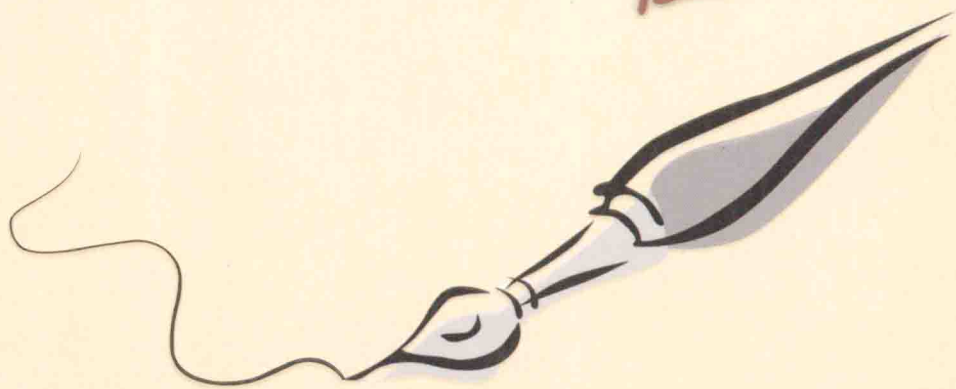


重庆市高等教育教学改革研究重点项目资助

沟通的桥梁 成长的路径

——家长学生两地书

周希贤 邬勇 / 主编



西南师范大学出版社
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

014059655

•重庆市高等教育教学改革研究重点项目资助——

G640

172

沟通的桥梁 成长的路径

——家长学生两地书

主 编：周希贤 邬 勇

编 委：周希贤 邬 勇 陶建新

秦筱萌 赵晓曼 罗 琼



北航

C1747041



西南师范大学出版社

国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

G640

172

017029622

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 085270 号

图书在版编目 (CIP) 数据

沟通的桥梁 成长的路径：家长学生两地书 / 周希贤，邬勇主编. —重庆：西南师范大学出版社，2014.5
ISBN 978 - 7 - 5621 - 6775 - 4

I. ①沟… II. ①周… ②邬… III. ①大学生 - 素质教育 IV. ①G640

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 085270 号

沟通的桥梁 成长的路径 —— 家长学生两地书
GOUTONG DE QIAOLIANG CHENGZHANG DE LUJING
JIAZHANG XUESHENG LIANGDISHU

周希贤 邬 勇 主编

责任编辑：郑持军 鲁 艺

封面设计：畅想设计

出版发行：西南师范大学出版社

地址：重庆市北碚区天生路 1 号

邮编：400715 市场营销部电话：023 - 68868624

http: //www. xscbs. com

经 销：新华书店

印 刷：重庆升光电力印务有限公司

开 本：787mm × 1092mm 1/16

印 张：18.75

字 数：284 千字

版 次：2014 年 6 月 第 1 版

印 次：2014 年 6 月 第 1 次

书 号：ISBN 978 - 7 - 5621 - 6775 - 4

定 价：38.00 元

若有印装质量问题，请联系出版社调换

版权所有 翻印必究

●●●● 序 言

每个人一生中都会有许多让人感怀难忘的回忆。

这些回忆是我们日常生活的足迹。

随着时光的流逝,点点滴滴的记忆汇集,最后构成了我们生命河流中的轨迹。

在我们的案头就有这样一张珍贵的纸笺,读后让人思绪万千,久久不能忘怀。这封来自学生家长的信件,信封在投递过程中已经沾上了污渍,但是信纸还是和寄出时一样光洁。

贵校老师:

您好!

首先感谢学校的来信,让我了解到孩子填写的学习投资效益分析表。我的孩子李涛带着全家人的期盼进入大学,我和所有的父母一样非常关注孩子的成长和变化,也非常感谢贵校对孩子的教育,让孩子在大学找到前进的方向和目标。

我家位于陕西北部,地处黄土高原,环境恶劣,靠天吃饭,主要生活来源为农业收入,一家共六口人,年均收入一万余元,农业投入四千元左右,加之孩子的爷爷、奶奶常年患病,生活较贫困,李涛从小懂事,勤俭好学,珍惜生活。全家人把改变生活面貌的希望全部寄托在孩子身上。进入大学已有三个月,孩子变得成熟,能经常和父母沟通,关心长辈。

我们知道孩子在异地的孤独无助,他还需要老师您的关心和鼓励来培养他的自信和勇气。进入大学后他能很快适应大学的新环境,我想这与老师的关心和鼓励是分不开的,在此向你们老师表示最真诚的感谢。

此致

敬礼

李涛家长 李劝和

2010年12月9日

这是重庆工商大学财政金融学院2010级保险专业李涛同学的家长写给任课教师的一封信。李涛家住陕北农村,来信字迹工整,是学生家长托自己的亲戚代笔,夹在装冬衣的包裹中寄来的。

从1998年至今,重庆工商大学坚持开展了“家长学生两地书”教育实践活动,已经长达16年时间。每年新生进校,思想道德修养与法律基础教研部(原“大学生思想品德教研室”)的老师们都坚持要求学生通过信件的方式和家长建立沟通和联系。尽管信件主要是学生和家长之间进行的,但是,每年教研部都会收到一些家长直接寄给任课教师表达自己感激之情的信件。通过“家长学生两地书”教育实践活动,教师们也和许多同学搭建起了心灵沟通之桥,师生之间成为可以彼此信赖的知心朋友,这些都成为教师职业生涯和学生成长过程中的美好回忆。

屈指算来,我校参加“家长学生两地书”活动的学生人数已达7万以上,家长和学生的信件累计已超10万份。2003年,重庆工商大学原大学生思想品德教研室的老师们对“家长学生两地书”教育实践活动进行了认真总结,形成的成果——“学校家庭社会结合,心理伦理经济渗透的理想信念教育新模式”获重庆市高校优秀教学成果一等奖。我校的“家长学生两地书”教育实践活动开展以来,在师生中引起了很大的震动,在社会上产生了良好的反响,受到高校德育界专家和同行的好评,得到了教育部和重庆市的认同,教育部发简报,重庆市委宣传部、市委教育工委联合发文予以推广。“家长学生两地书”教育实践活动还引起了媒体的高度关注,中央电视台《新闻联播》《实话实说》等栏目,中央电视台教育频道、《中国教育报》等主流媒体都有推介,引起了极大的社会反响。

从2004年至今,时间又过了十年。这十年我们伟大的祖国发生了巨大的变化,综合国力空前增强,国际地位空前提高,人民生活日渐富裕。在党中央的带领下,我国正向全面建成小康社会、实现中华民族伟大复兴、建设社会主义现代化强国奋进。在这样伟大的时代,大学生和祖国同呼吸共命运,爱国主义热情高涨,对党和国家高度认同,大学生群体积极健康向上。

与此同时,大学生成长成才的环境也变了:同学们的家庭正逐步富裕起来了,家长给学生的生活费增加了;同学手中的手机增多了,网络进入千家万户,家长和学生联系用上了QQ、手机短信……同时,大学生在成长过程中需要面对的问题、关注的热点也悄然发生着这样或那样的变化。

如何在新的形势下深化“家长学生两地书”教育实践活动,继续增强这个行之有效的思想政治教育实践活动的实效性,保持其鲜活的生命力,需要我们进行不断的探索和创新。

思想政治理论课是高校开展思想政治教育的主渠道和主阵地,是中国特色社会主义大学教育的标志。不断提高思想政治理论课的实效性一直是

高等教育教学改革的关键之一,加强思想政治理论课学生实践教学环节的研究与实践受到党和国家的高度重视。2008年9月,中共中央宣传部、教育部《关于进一步加强高等学校思想政治理论课教师队伍建设的意见》[教社科2008(5号)]指出:“完善实践教学制度。要从本科思想政治理论课现有学分中划出2个学分、从专科思想政治理论课现有学分中划出1个学分开开展本科思想政治理论课实践教学。”2011年1月,教育部印发《高等学校思想政治理论课建设标准(暂行)》则要求:“将实践教学纳入教学计划,落实学分、教学内容、指导教师和专项经费。建立相对稳定的校外实践教学基地。实践教学覆盖大多数学生。”

高校思想政治理论课实践教学是思想政治理论课的重要环节。思想政治理论课理论教学主要解决的是道德认知的问题。思想政治理论课的实践教学则主要着眼于道德践行,通过道德实践验证、固化所获得的道德认知,形成正确的自我意识,并驾驭自己的行为;通过道德实践养成良好道德习惯,规范自己的行为。实践性是马克思主义的最显著的特点。人的实践活动就是人对其生存环境及其自身的创造活动。通过创造性活动,人类在不断优化、改善外部的人化世界的同时使人的新质也不断呈现,人的本质更为完善、全面、丰富。事实证明,通过实践能够改善大学生的科学思维能力,培养大学生的优良道德品质,锻炼大学生的社会适应能力和实际工作能力,对当代大学生的成长成才起着难以替代的作用。因此,坚持和不断探索、深化高校思想政治理论课的教学改革是十分必要和紧迫的。

高校思想政治理论课实践教学改革既要求目标、内容、实施、评价和管理上有独立个性,又要求与高校思想政治理论课教学体系高度契合。因此,我们在实践中坚持思想政治理论课实践教学应该立足于高校思想政治理论课教学体系,从教学目标、教学内容、教学实施、教学评价和教学管理等多个系统的综合改革入手,力求从整体上使实践教学和理论教学相互配合,相得益彰,实现整体优化。

近年来,高校思想政治理论课实践教学改革百花齐放,争奇斗艳,涌现出了许多鲜活的教学模式。但是,不管高校思政课实践教学的内容和形式如何变化,衡量实践教学实效的标准还是应该看它是否达到高校思想政治理论课实践教学的以下要求。第一,是否高质量地完成党和国家对课程规定的教育教学要求,最大限度地促进大学生的成长成才;第二,是否贴近现实、贴近社会、贴近学生,最大限度地调动大学生的主观能动性,最大限度地调动学校、家庭、社会的积极性;第三,是否尊重教学规律、符合高校思想政治

治理论课教学体系的要求,最大限度地调动教师的教学和科研的积极性。

正是从这个角度,我们认为“家长学生两地书”教育实践活动是高校思想政治教育理论课实践教学的有效模式。

“家长学生两地书”教育实践活动将大学生努力学习、成长成才与报效祖国联系起来,实现了教育内涵的升华。在教学中通过学习成本构成的经济分析,突出了人力资本投入构成中国投入的分量,凸显了国家、社会对大学生的关爱和对其成长的重要作用,使广大学子明确自身成长与祖国的进步与发展息息相关、密不可分,明确自己肩负振兴中华的责任。通过“家长学生两地书”教育实践活动中的“算一笔账”,巩固了爱国主义、集体主义和社会主义等内容的教学,加深了大学生对上述内涵的理解。

“家长学生两地书”教育实践活动有效促进了学生的健康发展。我们传统的课堂教学对道德观念和道德规范都有系统的传授,但由于学生局限在校园,缺少社会实践渠道,导致“知情脱节”“知行脱节”。在“家长学生两地书”教育实践中,通过书信、QQ、手机短信等交流渠道,学生与家长共话成长,老师从中沟通引导,这个过程不是简单的信息交流,而是深入双方的情感世界,敞开心扉,打开心锁,实现知情统一。学生、家长、老师在沟通的过程中探讨问题,在探讨中寻找答案,学生用正确答案指导自己的行动,从而实现知行统一,有效地促进了大学生健康发展。“家长学生两地书”教育实践活动突破了“师讲—生听—师考”的旧模式,有效地提高了思想政治理论课的教育效果。

“家长学生两地书”教育实践活动凝聚了学校、家庭、社会的正能量,形成了“大德育”的良好氛围,构建了学校、家庭、社会相结合的开展大学生思想政治教育的格局。许多学生反映,通过“家长学生两地书”教育实践活动和家长进行了真情的交流,与老师进行了坦诚的沟通,打开了以前的心结,解答了思想的困惑,现在更加理解父母培育自己的艰辛和期望自己成才的良苦用心,更加感受到自己对家庭和社会应承担的责任。许多家长通过本活动与学生谈心交流,讲家庭良好传统,讲“学费”背后的艰辛,对学生进行了多方面的教育。“家长学生两地书”教育实践活动还吸引了社会的关注,新华社、中央电视台等权威媒体的适时报道和网络媒体的跟进,使得学校的教育效果产生了“倍增效应”。这些都是传统的思想政治理论课教学难以实现的。

“家长学生两地书”教育实践活动促进了教师的发展。古人云“教学相长”。教师的教学活动与科研水平之间总是相互促进、相得益彰的。随着时

代的发展,“家长学生两地书”教育实践活动也在不断地深化中,它要求我们的教学团队不断探索与研究有效的实践教育的形式、内容、方法与途径,这极大地促进了教学团队科研水平的提高。通过“家长学生两地书”教育实践活动,教师团队关注学生发展,研究学生发展,通过科研和教学促进学生发展。

我们认为,“家长学生两地书”教育实践活动是学校、家长、学生沟通的桥梁,它有效地帮助大学生由道德认知走向道德践行,是促进大学生健康发展的平台,是帮助大学生健康成长和成才的有效路径。

从2004年至今的十年,我校思想政治理论课教学团队积累的家长学生信件日渐增多,对“家长学生两地书”教育实践活动的实效性和重要作用感受日深。每当我们看着这些信件,都不由自主地想起每封信背后真实的故事,这些故事是这样让人感动,催人奋进,让我们有一种将这些信件和相关故事以及我们的感动讲述出来的冲动。

2010年,教学团队获得重庆市高等教育教学改革研究重点项目“高校思想政治理论课实践教学体系及内容改革研究与实践”和2012年重庆市教委人文社会科学研究思想政治教育专项“高校思想政治理论课实践教学评价体系的研究与实践”等科研项目。“家长学生两地书”教育实践活动是我校思想政治理论课实践教学体系和内容改革的重要环节。教学团队依托该重点项目,对活动进行了深化与拓展,无论在形式、内容和方法等方面均做了调整与充实,学校、家长、学生联系的渠道更加畅通,交流更加深入,效果更加凸显。对近年来该项教育实践活动进行科学的总结,将我们研究的成果进行理性升华,既是教学改革与科学研究的需要,亦是我们教学团队的职责。

于是,我们整理出自2004年以来部分家长和学生来往的信件,并附上教学团队对每组家长和学生通信的点评,归纳近年来活动在形式、内容上的创新成果,结集成册,以此作为我们对思想政治理论课实践教学改革的阶段小结,并与读者共享。部分信件因年代久远,查找日期及学生专业有困难,所以未予注明。

时代前进的车轮滚滚向前,社会发展的步伐永不停顿,大学生成长成才之路将不断向前延伸,将激励和鞭策我们在探索教育教学改革的路上不断前行。

周希贤

2013年10月

目 录

序言

第一章 “家长学生两地书”教育实践活动概要/1

- ▶第一节 活动背景 3
- ▶第二节 活动设计 5
- ▶第三节 活动成效 12
- ▶第四节 拓展与创新 17

第二章 家长学生书信精选/23

- ▶第一节 感恩父母养育,传递两代亲情 24
- ▶第二节 适应大学生活,规划理想人生 94
- ▶第三节 服务祖国人民,实现自身价值 174

第三章 新时期的探索与创新/247

- ▶第一节 亲情短信,即时交流 248
- ▶第二节 公益广告,网络传播 260
- ▶第三节 自编剧本 舞台公演 274

后记 285

| 第一章 |

**“家长学生两地书”
教育实践活动概要**





“家长学生两地书”教育实践活动的源头要追溯到1998年。

世纪之交,我国的经济和社会快速发展,综合国力空前提高,但是也不可避免地出现了社会负面现象和问题。

时代变迁冲击着校园,影响着大学生们。他们在思考,他们在探索……

这些都要求在大学生的成长和成才过程中肩负重任的教师更好地为青年学子导向护航。

原重庆商学院大学生思想品德教研室的老师们在大学生成才心理研究的基础上,将经济分析的方法引入品德教育中,开始了“家长学生两地书”教育实践活动的探索,力求在家庭、学校和社会教育中进行内容拓展,取得了初步成效。

2002年,重庆商学院和渝州大学合并为重庆工商大学,“家长学生两地书”教育实践活动得到了重庆工商大学党委和行政的高度重视和支持,该活动得到了大力推动和深化。1998年到2003年,历时六年,形成了“家长学生两地书”教育实践活动的思路和框架,探索出一条学校、家庭、社会相结合,心理、伦理、经济融为一体的理想信念教育新路子。

2004年至今,十年弹指一挥间。光阴荏苒,时间飞逝,十年的实践和积累使得出版成果集成为了可能。

在这本《沟通的桥梁 成长的路径——家长学生两地书》中,我们先介绍“家长学生两地书”教育实践活动概要,以便读者对该活动有一个全方位的了解。

第一节 活动背景

1998年,高校扩招,高等教育从“精英教育”走向“大众教育”。思想政治教育需要在新形势下进行调整与创新。其中,教师们最关注的就是学生的变化:学生们喜欢自己的课程吗?学生们能够完成学习任务吗?教师的进度学生能跟得上吗?

开学之后不久,作为高校一线教师,我们明显感到新进校学生和往届同学的不同。

在课堂上,一些学生对学习漫不经心,听课不认真,平时不听讲,作业抄袭应付,动辄请假甚至逃课。

一些同学只是在考试前拼命突击,基本上没有上自习和到图书馆学习的习惯。在课堂上有些学生纪律观念淡漠,学习不主动,玩手机,打游戏,对老师的课堂教学不感兴趣,对老师的教育置若罔闻。

在老师的调查问卷“你的人生困惑和希望得到的帮助是什么?”中,甚至有人直接涂鸦:“告诉我怎样得到天上掉下的馅饼?”据说,最后统计时,填上这样“天才文字”的学生还不止一个。

1998级新生表现如此异常,不能不让任课老师震惊。

众所周知,高考扩招之后学生学费有较大的提高。开学之前,教师们普遍认为,高额学费对学生学习成长应该是一股推动力,新进校学生应该比往届的同学更加珍惜校园生活,更加努力地学习。因为我们知道,对许多普通学生家庭而言,扩招后的学费都是一笔不小的负担。不少农村家庭为筹措那笔不菲的学费,家长都想尽了办法,很多都举债借钱,甚至有个别同学为此被迫放弃学业。父母是城市工薪族的同学家里也不轻松,许多低收入家庭都有节衣缩食的经历。

按道理说,高额学费缴纳之后,学生应该更加勤奋努力,但是,教师们却发现,不少是来自城市低收入家庭和农村困难家庭的大学新生,在校园中一

边挥洒着父母的血汗钱,一边浪费着自己的青春,和家长的期望形成了巨大的反差。

和全国大多数学校一样,我校思政课教师有重视调查的传统。

课后,教师们通过谈心、问卷等形式开展了专项调查。我们发现 1998 级大学新生大多出生在 20 世纪 70 年代末 80 年代初,是我国实施“独生子女”政策后成长起来的“独一代”。长期以来,他们已经习惯了在家长的爱心包围中成长,已经将家长对自己的付出视为理所当然,将父母对自己的疼爱和迁就认为是天经地义。

不仅父母把小孩当成掌上明珠,连爷爷奶奶、外公外婆也将小孩视为“小皇帝”“小公主”,甚至小孩偶有错误需要教育,父母在激愤中言语稍狠、下手稍重时,爷爷奶奶、外公外婆四位老人还要“挺身而出”,英勇“救驾”,使得原本正常的家庭教育流产……这就是所谓“421 综合症”。

在这种环境中成长起来的同学多少产生了以自我为中心的心态。

一些同学说起自己高考的成功扬扬得意,以光宗耀祖的功臣自居。他们和家长疏于联系和沟通,偶尔开口也是电话中催讨生活费。当老师要他们体谅家长的艰辛时,甚至有同学天真地望着老师,冲口而出:“不是他们(爸爸妈妈)叫我们来读书的吗?”不少学生认为家长支付高额学费是天经地义的,认为任课老师在学费上斤斤计较是多余之举。

但是,家长对子女成长成才抱有厚望。据调查,1998 级学生家长多出生于 50 年代。尽管家长们来自各行各业,从事着各种工作,但是他们的人生经历却有时代烙下的共同特征,用他们自己的话总结就是:“自然灾害”挨过饿,“文革”下乡停过课……特殊的经历使得他们在受教育方面有欠缺,许多人没有机会接受高等教育,在就业、升迁等许多方面都曾受制于自己的学历和知识。因此,家长们将自己成才的梦想放在自己子女身上。

在调研中,教师们同时发现,学生有超越自己认识误区的潜能。当代大学主流是积极、健康、向上的,存在思想偏差的学生只是其中的少数。在有思想问题和行为偏差的学生中,在长期的学校教育和家庭教育的影响下,绝大多数学生对努力学习、报效祖国等理念也是熟悉的,只是由于缺乏实践环

节,不能将外界的知识理念内化为自己的思想观念。

如何对症下药,让大把花着家长的血汗钱,寻求自由潇洒而丝毫不感到内疚的学生觉醒?教师们经研究后决定动之以情、晓之以理,通过家长和学生通信的方法,广泛吸纳社会和家庭的正能量,让学生感动,让学生在感动中触动,在触动中行动。在这样的思路指导下,根据学校经管院校特色,学生多为经济管理类大学生的特点,教师们设计了以教育投资与回报为突破口,通过计算学费的昂贵,反思学费背后的不易,引导学生珍惜时光,努力学习。最终,实现感恩父母到报效祖国的情感升华的“家长学生两地书”教育实践活动方案,逐渐在老师们的头脑中成形。

第二节 活动设计

“家长学生两地书”教育实践活动由精心设计的“六个一”系列教学活动组成,即上一堂课、算一笔账、制一张表、写一封信、谈一次心、读一本书,大致分为三个阶段。

●●● 第一阶段：上一堂课、算一笔账、制一张表

“上一堂课”是进行“珍惜大学时光,提高学习效益”的专题活动。该课设计为活动课程,主要内容是进行“大学学习成本分析”系列计算并拟定学生个人《学习与发展目标管理图》。完成“一笔账”和“一张图”是这堂课的主要内容。

首先,教师在课堂上让学生回忆进校以后的学习、生活情况,并让学生对自己的学习情况进行盘点。通过对“课堂学习时间”和“课外学习时间”的逐一汇总,得出每周平均学习时间,供下一步计算之用。

其次,通过《家长投资表》,计算家长在一年里对学生大学生生活的投资总额。(见表1)

表1 家长投资表 (单位:元)

学费	书杂费、住宿费	生活费	交通费	其他	家长投资合计
4500.00	2200.00	10000.00	700.00	2000.00	19400

再次,计算理论月均学习成本、理论日均学习成本、理论时均学习成本和实际月均学习成本、实际日均学习成本、实际时均学习成本。^① 通过理论学习成本和实际学习成本的分析,计算在校学习成本盈亏情况。(见表2)

表2 学习投资效益分析表(家长投资部分) (单位:元)

	月均成本	日均成本	时均成本	盈亏率
1. 理论成本:每年10个月,每月22学习日,每日9小时	1940.00	88.18	9.80	+17.55%
2. 实际成本:每年10个月,每月24学习日,每日10小时	1940.00	80.83	8.08	

盈亏率的计算方法为:

$$\text{盈亏率} = \frac{\text{理论时均成本} - \text{实际时均成本}}{\text{理论时均成本}} \times 100\%$$

通过计算,学生将家长一年的花费金额和具体的每月、每天、每节课的学习生活建立起了联系。每月、每天、每节课的花费是如此具体生动,学生的心灵受到极大的冲击。在前阶段的数据填写和计算时,学生中还有个别同学有讲话议论的声音,在计算月均学习成本、日均学习成本和时均学习成本阶段,教室里面立刻安静下来,同学们都陷入了深思。许多同学讲到初次看到计算结果时的心情,都用“不算不知道,一算吓一跳”来形容当时的震惊。许多同学都表示“没有想到自己在学校一天的花费是父母几天的生活费”“没有想到每天要花这么多钱”“自己睡睡懒觉,逃几节课,就把父母两人一天的血汗钱扔到水里了”。

^① 注:理论月均成本、理论日均成本、理论时均成本按照每生每年在校学习10个月、每月学习22天、每天学习9小时计算。实际月均成本仍按每年在校学习10个月计。实际日均成本和实际时均成本,则由每个学生通过盘点每月实际学习天数和每天实际学习时数得出。

同学们在课堂上给父母发短信写道：

“爸妈，对不起！从小到大，你们为我所做的实在太多太多，而我并没有足够懂事，这一串数字，就像警钟敲响在我心里，你们忙碌的身影不断浮现在我脑海！”

“突然发现自己选择的自以为最保守的道路花费竟如此之高。身处这个环境中，和原来重点学校的光环对比，再看到这样高的消费，实在感觉投入和产出不成正比。虽然短时间内产生的想法不能完全表达，但我会要求自己尽快成长，一步一步实现自己的目标。”

“爸妈，你们好。粗算大学四年开销，心情倍感沉重。我知道你们希望我成为有用的人不惜花费高昂的学费。我唯有努力学习，锻炼能力，成为有用之人，才能回报你们的恩情。”

接下来的盈亏率的计算又将课堂上花费的金钱和学习时间投入结合在了一起。计算出时均学习成本和实际时均学习成本后，平时学习时间较多的同学，在盈亏率一栏显示为“盈利”，非常欣慰；而平时时间较少花在学习上的同学，计算数据为负值，显示为“亏损”，在冰冷的数字面前，他们陷入了焦虑和悔恨。

然后，填写学习投资成本总表。在计算家长的学习投资之后，教师不忘引导学生，在大学学习时不忘国家在大学的投资。由于高校收费不菲，国家对高校的投资往往成为学生认识的“盲区”。教师向学生介绍人力资本理论，引导学生阅读各国高等教育投入数据，向学生介绍高等教育投入是现代国家通行的发展战略，也是我国通用的做法。通过对权威数字的解读，学生面对国家每年给自己的投资，坚定了努力学习、报效祖国的理念。

最后，让学生将降低学习成本、提高学习效益的目标与措施制成一张具有操作性的《学习与发展目标管理表》（如下表），引导学生们将觉醒变成自觉的行动。

学习与发展目标管理表

大学4年的总目标			
提高自身综合素质,充实自己,完善自己,在实践中塑造出完美的自我,做一个受社会欢迎的大学生			
主要目标	现状分析	措施	完成时间
英语争取过四级	英语词汇量小,阅读能力、听力水平和写作能力都有待提高	每天训练听力30分钟,背单词15个;做2篇英语阅读练习;每周写1~2篇英文作文	第1学年
体育至少合格争取达标	自身素质太低,长跑耐力不行,投篮技术低	认真上好每周的体育课,每周抽出1~2天的下午练习投篮,每天坚持晨跑2圈	第2学年
数学确保及格,争取达到中等	数学基础不够好,没有做好预习、复习,上课精力不太集中,课后不爱做题,解题速度慢,思路不灵活	课前预习,认真听讲,课后及时复习,保质保量完成当天作业,周日复习本周内容,做例题、典型题,做练习	第1学期
利用图书馆,拓宽知识面	开学至今只去过1次图书馆;知识面非常单一,不能适应当今学习生活的需要	每周六去图书馆看书2小时,或每周上网查资料2小时,并作好笔记	1~4学年
增强社会实践能力、提高自身素质	社会实践能力差,综合素质不高	每学期至少参加院系举办的活动2次;假期参加社会实践,运用理论知识与调查分析解决一些实际问题	1~4学年