

逐梦

逐梦

段善利 主编



中国海洋大学出版社
CHINA OCEAN UNIVERSITY PRESS

逐梦

主 编 段善利

编 委 (以姓氏笔画为序)

祁 华 吕畅达 李 颖 杨士永

初建松 张晓宇 耿雪晨

中国海洋大学出版社

• 青 岛 •

图书在版编目(CIP)数据

逐梦/段善利主编. —青岛: 中国海洋大学出版社, 2015. 10

ISBN 978-7-5670-1079-6

I. ①逐… II. ①段… III. ①大学生—模范学生—先进事迹—中国 IV. ①K828.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 020423 号

出版发行 中国海洋大学出版社
社 址 青岛市香港东路 23 号
邮政编码 266071
出 版 人 杨立敏
网 址 <http://www.ouc-press.com>
电子信箱 cbsebs@ouc.edu.cn(选题投稿信箱)
订购电话 0532—82032573(传真)
责任编辑 由元春
印 制 青岛正商印刷有限公司
版 次 2015 年 12 月第 1 版
印 次 2015 年 12 月第 1 次印刷
成品尺寸 170 mm 3 240 mm
印 张 16.25
字 数 280 千
定 价 30.00 元

我们这一代最伟大的发现就是，人类可以借由改变心中的态度来改变自己的人生。

——美国著名哲学家威廉·詹姆斯

我们的困惑

许多大学新生进入大学后，由于先前缺少对大学生活的实际认知，对学业、专业、行业、职业的思考 and 认识更多出于主观臆断和他人的经验，因而所得所识流于空洞、泛泛、笼统和不够具体；同时，由于在大学里的教学方式方法、学习要求和生活环境与高中存在很大的差异，考试、分数等已不再是衡量学生是否优秀的唯一途径和标准，大学人才培养目标和人才评价标准也更为丰富和多元化，这些均导致了许多已习惯于以分数论英雄的学生出现参照系和竞争意识丧失、缺乏学习动力和追赶目标的现象。许多学生未能很好地适应新的变化、做出及时地调整、迅速重新定位、建立起新的学习和奋斗目标，出现无所适从的现象，产生迷茫和困惑。

这种状况如不进行有效引导和积极干预，不仅会对学生的身心健康造成负面影响，还会使许多学生在此过程中也荒废了大把的宝贵时光，有的还会遇到挫折，有的在遇挫后不仅不能奋起反而自暴自弃，日益平庸甚至沉沦。究其原因，我们认为就是在入学期间缺少了必要的科学、及时、持续地引导和干预，而引导和干预的重要目的就是使他们理性认识大学，增进他们对大学的学业、生活等各方面的了解，从而使他们对待大学的态度得以转变，端正对大学的认识。

以往我们的工作重心大多是通过传统的课堂教育、座谈和面对面的交流进行，但效果有时并不十分理想。究其原因，其中存在的最大的问题就是教育者与受教育者之间地位的不平等，存在沟通交流的障碍，缺乏有效的互动。

虽然作为教育者的我们也在努力试图与学生实现平等的对话和交流,但年龄上的差异所形成的代沟和成长背景与环境的不同以及根深蒂固的传统教育模式对于师、生双方的影响和惯性作用,让我们与青年学生的沟通经常事与愿违,陷入单向模式。在对话和交流过程中,依然是学生们对我们礼敬有加,耐心倾听我们苦口婆心的“谆谆教诲”,并没有发生更多的互动交流、情感碰撞,而我们的教育内容也不够“亲民”,流之于“高、大、上”,经常是曲高和寡。这样的教育过程显然是难以达到让学生敞开心扉、坦诚交流、入脑入心的效果的。

经典理论的启示

意大利统计学家、经济学家维尔弗雷多·帕雷托曾在20世纪初提出了著名的“二八法则”。他指出:在任何特定群体中,重要的因子通常只占少数,而不重要的因子则占多数,因此只要能控制具有重要性的少数因子即能控制全局。“二八法则”不仅在经济学领域应用广泛,在人力资源管理学方面也有重要的影响。同样地,经过统计学的有效论证,一个群体中,如果我们能够做好其中20%的人的工作,我们就可以用他们来影响和带动另外80%的人的工作。

美国心理学家班杜拉也提出了榜样示范教育法,也叫先进典型教育法或榜样教育法。他认为,人类的大量行为都是通过对榜样(或示范者)的观察而习得的,这种学习就是观察学习或模仿学习。因此,可以通过结合人的心理发展特征和时代环境,培育参照示范群体,树立典型群体形象,以他们的高尚思想、模范行为和卓越成就教育和影响更多的人的思想、意识和行为,以提高其思想认识和行动水平,促使其形成优良品德。榜样示范教育法的特点是把抽象的道德规范和高深的政治思想原理具体化、人格化,以生动具体的典型形象影响学生的心理,使教育过程有更强的吸引力、说服力和感染力。这一方法最初适用于行为方式的教学,后来心理学家发现,通过榜样的示范所进行的学习,可能是习得态度的最有效方式。也就是说,榜样的作用不仅仅是对行为的简单模仿,实际上包含了认知、替代、自我调节等这样一系列的心理过程和机制,它是影响一个人态度转变的重要因素。

班杜拉的研究还发现,有效榜样的一个重要特征就是其与学习者有类似之处,即榜样与学习者在性别、年龄、生活经历、家庭背景等方面类似。面对与自己比较类似的同伴榜样和与自己差异较大的教师榜样,学习者更易从同伴榜样中学习。

相继的研究还表明,应对榜样或学习榜样(自身有不足、过程有曲折但最终通过努力也能达到较优目标的榜样,即不完美型榜样)在实际的工作中会有更好的示范影响,要优于掌握榜样或专家榜样(完美型榜样);多个榜样的效果优于单个榜样。

榜样示范教育法将抽象的说理变成了用活生生的典型人物和事件来进行教育,将榜样的理想、志趣、信念、追求等形象化、生动化地展示出来,突出他们的人格力量,发挥他们的感染力,从而激发起学习者思想和情感的共鸣、共情,更有效地引导他们学习、对照和仿效。

我们的认识与理解

利用青年学生群体中的先进典型来教育青年学生有三方面的优势:

第一,符合有效榜样树立的基本特征,即榜样来自于学习者自身所处的群体;属应对或学习榜样(非完美型)。这使学习者有更多的亲近感。而非完美型所产生的疏离感,且在与自我比较中甚至可以产生一定的成就感,这会使其更易接受榜样的影响,并可实现多个榜样的群体影响。这样的朋辈榜样教育群体避免了原来师生间思想政治教育中自上而下、居高临下和“我们所给予的一定是学生所需要的”这种作为师者的主观性认识。同时,这个群体不是专家,他们来自学生群体,为学生所熟悉,自身也正处于成长过程之中,也并不完美,因此绝非遥不可及,这易于激发学习者的挑战和竞争欲望。榜样群体内部各个体间存在个性差异,也很好地满足了充满差异的学习者群体的个性化需求。

第二,以现实的与学习者朝夕相处的人作为榜样来影响学习者,容易引起他们的关注、仿效和学习。因为这样的学习榜样并不是高不可攀的,他们与其他学生生活在一起,经历相似、环境相同,有很多相同点,使学习者感到更亲切、更真实,也更易于理解、信任和接受,容易引起共鸣,这既符合教育规律,又符合青年学生的身心发展规律,同时也展现了他们在这—成长阶段的普遍性的心理特征和自我发展需求,这样就使榜样的力量能够得到更充分地发挥。青年学生的可塑性大、模仿性强,坚持以同伴进行教育感染,有了具体的形象作为榜样,生动的事例做指引,作为学习者的他们感同身受,更易受到感染,从而随着学、跟着走,不自觉地按榜样的道路前进,养成良好的道德品质、行为习惯以及高远的人生目标和价值追求。

第三,以学生先进典型为主要途径来影响和推进学生整体的教育,从而带动其他同学的共同进步和发展符合当前高校学生教育管理的现状,也与我

们一直倡导和坚持的“由点及面、以点带面”的工作思路、坚持教育与自我教育相结合的教育原则相契合。列宁说：“榜样的力量是无穷的。”我国著名教育家陶行知先生也曾写打油诗“有个学校真奇怪，小孩自动教小孩。七十二行皆先生，先生不在学如在”。对朋辈教育大加赞赏之情溢于言表。实践证明，来自同一群体的榜样对于学习者的影响远远优于来自师长的耳提面命。榜样是无声的语言，而这种无声的语言往往比有声的语言更有力量。

我们的探索与实践

如何建设并充分发挥少数优秀学生在多数学生中的先锋模范和引领带动作用，使他们有更好的示范性、可比性和可参照性，就显得十分重要。

在日常工作中，我们积极地丰富和扩大示范性学生群体的范畴，打破框框，对于榜样学生的树立能够更加开放和包容，坚持“人人是人才，赛马不相马”的理念，努力挖掘和发现，欣赏和信任，坚持不拘一格，强化示范性学生群体组成的多元化，挖掘和培育各个方面的楷模和代表，让更多不同性格、不同志趣的学生成为榜样，从而丰富示范性学生群体的类型；同时，努力以各种方式和途径，为扩大和全面发挥榜样的作用提供更加形式多样的舞台和平台，以利于在更大范围内对更多的学生发挥积极的辐射带动、激励促进和引导引领作用。在示范性学生队伍里，既有学生标兵类的优秀学生，也有平常不显山、不露水的普通学生，更有“浪子回头”类的后进生。我们不仅注重加强对普通意义上的优秀学生（一般是指那些公认的品学兼优的学生）的宣传，更加注重发现和挖掘那些后进学生的闪光点，帮助他们树立信心和目标，让他们迎头赶上，对他们所取得的成绩给予及时的肯定和鼓励，使他们也成为“明星”，而这类“明星”可能更加亲民，他们的成长经验可能对更多的学生有着现实性和可借鉴性，有着更好的教育、引导和激励作用。在这一过程中，不论是传授、分享经验的一方还是学习、借鉴经验的一方都得到了教育和启迪。这个过程在对广大学生起积极影响的同时，对于明星学生们也起到了激励和鞭策作用，使他们更加严于律己，严格自我要求，树立更高远的目标，努力做出更多、更好的成就。

以优秀学生或学生群体为参照对象，为广大学生构建起清晰可见、客观现实的目标，可以更有效地调动起学生的主体意识、向上意识，让他们在自我对照中建立起模仿和竞争的目标，在比、学、赶、超中找到差距和不足，从而可以使他们确立起明确而清晰的学习对象、目标和实现路径，做出切实可行的大学生活规划，并在扎扎实实的目标践行过程中感受成功和成长，体验成就

感和自我实现的价值。

作为学生人数规模仅在中国海洋大学中处于中游的学院,经过近年的不断努力,水产学院学生中逐步涌现出许多优秀的学生个体,也带动了学生群体士气的提高。如作为引进名校优秀毕业生计划现在福建省漳州市东山县担任科技副县长的博士生远洋,还有被评为中国海洋大学首届十佳研究生的博士生史策、马睿;硕士生并曾以保留学籍资格专职从事两年辅导员工作的尹相菡、相明等;博士、硕士研究生在各类学术评比中也屡屡斩获重要奖项。水产学院本科生则实现了连续五年均有学生荣获学校优秀学生标兵,其中的殷效申、张斌、常蕾三人还获得了我校学生的最高荣誉——文苑奖学金,殷效申同时还获得山东省十佳大学生,张斌、常蕾二人还分别在两届全国海洋知识竞赛中获得最高奖——南极特别奖,这也是迄今我校在此竞赛中获得南极特别奖仅有的两人。在各类全国性竞赛和省、市、校级比赛,包括文体比赛中,水产学院学生个人和团体也均有上佳的表现,获得了相应的荣誉,有的还取得了历史性突破,如学院健美操队获得第68届校运会全校第一名,篮球队进入全校前三甲等。最重要的是在这些优秀学生及学生群体的带动下,学院学生的专业思想日趋稳定,学习目标得以及早确立,在学业规划、素质完善和就业、职业的选择上更加积极和主动,展现出良好的发展动力,学院学生整体的风气和面貌都有了可喜的改观。

“一花独放不是春,万紫千红春满园。”通过重点培养和建设示范性学生群体,并努力让这一群体的榜样力量得到最大程度的发挥,用榜样们身上的星星之火引燃广大学生心中不甘人后、奋发进取的火焰,最终一定会形成燎原之势,一定会使海大园“群星闪耀”,“春色满园”。

本书集历经了学院党团委学生工作团队成员的辛苦探索、努力实践和不断积累、反思与总结,同时也凝聚了广大学生的辛勤劳动和无私分享,更离不开各级领导和专家给予的科学指导和大力支持,在此谨表衷心感谢!

编者

2014年10月

第一篇 梦想

◆ 做一个追梦人 / 马睿	2
◆ 历经风雨始见彩虹 / 金松	7
◆ 逐梦“海大”，青春无悔 / 宋浩	10
◆ 我的科研，我的爱 / 董帅帅	15
◆ 大学一年 / 程雯	18
◆ 不要惧怕黑暗，它的背后是光 / 房璐	20
◆ 大学一年，脚步不息，梦不止 / 庞雨萌	23
◆ 淡泊恬适，明心立志 / 张子缘	26
◆ 生活，不抱怨 / 李祺兹	31
◆ 昨天·今天·明天 / 马骏	34
◆ 做时间的主人 / 欧小枫	37
◆ 回首昨天，展望明天 / 汪秀雯	40
◆ 成长是一条单行道 / 徐瑞邑	43
◆ 我的新空 / 虞洋	46
◆ 自己做自己的大山 / 赵维君	49
◆ 收获——梦飞扬 / 殷效申	52

第二篇 回顾

◆ 五年海大情，五年奋斗路，五年感与悟 / 远洋	54
◆ 心之所至，自由生长 / 史策	59
◆ “海大”七年，点滴感悟 / 王雪刚	63
◆ 再见了，甜蜜微苦的校园青春 / 宋晓青	68
◆ 本当更优秀 / 张志新	74
◆ 异样的态度，异样的人生 / 周恩臣	78
◆ 认清自己，脚踏实地 / 陈思熠	83
◆ 努力地做好今天 / 张珊珊	88
◆ 蜕变 / 张妙	91
◆ 目标·坚持·尝试 / 吴桑桑	94
◆ 平凡却又幸运 / 王思佳	97
◆ 拒绝平庸 / 唐卓懿	101
◆ 我的大学四年 / 侯志帅	105

◆ 关于年轻,我证明了一半 / 张斌	110
◆ 我与大海有个约会 / 张斌	113
◆ 我的大学,在路上 / 常蕾	118
◆ 像蜗牛一样不懈追梦 / 冯丹丹	123
◆ 逆袭 / 刘洋	126
◆ 不必成功,但必须优秀 / 沙倩倩	130
◆ 心怀感恩,拒绝平庸 / 刘甜雨	133
◆ 两粒种子,一片森林 / 索南扎西	138
◆ 努力在大学里成长 / 吕畅达	142
◆ 心,向着理想而飞翔 / 姜龙	147

第三篇 出发

◆ 我的求职路是一段三部曲 / 尹相菡	152
◆ 在求职路上成长 / 相明	159
◆ 行走安娜堡 / 殷效申	165
◆ 从学院“年度明星”到全美“年度杰出国际学生”	169
◆ 回首创业那件事 / 洪有维	172
◆ 水产人,在中水 / 徐湛	175
◆ 北大离我们有多远? / 周恩臣	179
◆ 让学习成为一种习惯 / 叶国芙	182
◆ 静静成长,默默欢喜——访毕业生叶国芙 / 王玮	184
◆ 生命像树一样,是一种隐忍的慢慢生长 / 李平	186
◆ 牧渔耕海,方使大海鱼肥藻茂 创业立业,方使企业根稳基固	189
◆ 给学弟学妹们的一封信 / 徐姣楠	194
◆ 我的 IGEM 旅程 / 常蕾	196
◆ 在“晨风”中奔跑 / 赵明丽	200
◆ 当“晨风”召唤的时候——贺水产学院“晨风运动” / 许冠忠	204

第四篇 助航

◆ 品读“明星” / 段善利	207
◆ 让星空闪亮 / 李颖	210
◆ 美丽的人生需要梦想 / 祁华	212
◆ 谁的青春不曾有几次热泪盈眶 / 耿雪晨	214
◆ 求职——未雨绸缪,广种薄收 / 杨士永	217
◆ 相信自己 / 张晓宇	222
◆ 潜心浇灌,静待花开 / 何峰	224
◆ 少说漂亮话,多做平常事 / 朱玉贵	227
◆ 班级管理五件事 / 李文涛	232
◆ 与学生们共同成长 / 张彦娇	235
◆ 做最好的自己,让青春无怨无悔 / 李景玉	240
◆ 责任	245
后 记	247

第一篇

梦想

梦想，是一个多么美丽和诱人的词汇。

相信每一位学生在来到中国海洋大学之前心中都有一份对未来的美好憧憬和期冀，都有一个或远或近的梦想。而结合已有的经验和认识，我们也完全有理由相信，以大家能来中国海洋大学的聪明资质，配以曾经拥有的勤奋，绝大多数人是能够实现这些梦想的。可恰恰也是你们这些曾经的中学老师眼中的“红人”“学霸”，其中的一些人，却在大学里沉沦，将曾经的梦想束之高阁，使其蒙上尘埃，最终不仅泯然众人，更有甚者还落个不堪回首。

《礼记·中庸》上说：“君子之道，譬如行远必自迩，譬如登高必自卑。”在追逐梦想的道路上注定是辛苦和孤独的，这世上从来没有唾手可得、一蹴而就的成功，如果那样，梦想也就不能称其为梦想；也没有可以复制的成功模式，如果那样，世界也就成了千人一面，变得单调和乏味，并且也缺少了奋斗路上的些许满足。

在追逐梦想的过程中，我们都将不断面临挑战，面临艰难的选择，而且这种挑战和选择还将是一个长期的，甚至持续终身的过程，也是一个勤奋的“我”与一个懒惰的“我”艰难博弈的过程。

如果你选择做那个勤奋的“我”，你就离梦想更近了一步。

做一个追梦人

水产养殖学专业 2011 级博士研究生 马睿



马睿,水产养殖学专业 2011 级博士研究生。2005 年 9 月考入中国海洋大学,2009 年保送水产养殖学硕士研究生,2011 年成功申请硕博连读并攻读水产养殖学博士学位。在研究生学习时间内,曾荣获 2013~2014 诺伟司国际研究生奖学金并赴美访问学习两个月,2013 年度获“爱杰”奖学金一等奖,多次获得一等研究生学业奖学金和“优秀研究生”称号,获评为 2014 届中国海洋大学优秀毕业研究生和 2014 年首届中国海洋大学研究生年度人物。目前已通过青海省人才引进计划,将在青海大学任教。

我在美国向外国人介绍自己在中国海洋大学学习了九年时,他们都很惊叹。我才意识到 9 年时光虽然一晃而过但仍是一个沉甸甸的数字。感谢“海大”在这 9 年里对我的培养。在这 9 年里,自己学习了很多,经历了很多,在这里想结合我的经历谈谈我这九年来的感悟——“做一个追梦人”,希望能对“海大”的学弟学妹有所帮助。

有梦想

人生道路漫长,能走多远走多远,决定你走多远的永远是你想走多远。有梦想并坚持梦想对每个人来说都是重要的。对我来说,我的家乡是长江黄河的发源地——青海,那里水资源优越,我起初的梦想很简单,就是想在那里养鱼。于是我在父母的支持下于 2005 年考入全国水产高等学府中国海洋大学,在本科阶段学习水产养殖学专业。为了实现我的梦想,学习更多的知识,大学期间我没有翘过一次课,没有在上课时睡过一次觉,基本都坐在教室的前两排。由于上课经常和老师面对面,下课经常跟老师请教问题,所以基本每个专业课老师都记得我的名字。这些都给了我很大的帮助,最直接的影响就是我的专业课成绩非常高,更重要的是我学到了很多课堂上学不到的知识

以及认识和熟悉了该领域优秀的教师和学者,这些都将是今后发展的重要资源。

通过自己的努力,我有幸获得保送硕士研究生的资格,同时我通过国家大学生创新实验计划项目和本校 SRDP 项目的探索研究对科研逐渐产生了浓厚兴趣,因此我来到水产动物营养与饲料实验室,有幸成为麦康森院士的研究生。从我进实验室开始研究生生活起,我就发现研究生的学习生活和本科完全不同,它对你的创新性、逻辑性、思辨性、自主性以及细微性都有较高的要求。当我得知自己能在全国最好的水产动物营养与饲料实验室学习,我就暗下决心读麦老师的博士,只有这样我才能离我的梦想更近。功夫不负有心人,我获得了硕博连读的资格并成功获得博士学位。在毕业之际,我兴奋地得知青海省开展冷水养殖的消息,于是我义无反顾地选择回到家乡,想利用自己这些年积淀的知识和技能,凭借海大水产学院和水产动物营养与饲料实验室优越的平台,通过与当地政府和企业的合作,投身于建立冷水养殖产业链的事业中。

可以说5年研究生生活让我的梦想得到了升华,使我有实现梦想的激情和能力。回顾我这9年,如果没有当初的梦想,我不可能一步步走到今天,同时让我懂得只有坚持追求自己的梦想,生活才会充实而快乐,才不会感到迷茫。每个人都有自己的梦想,你越早发现并追求它,你将越容易成功。

如何实现梦想

关于如何实现梦想,我觉得明代思想家王守仁提倡的“知行合一”很有道理。只认识到对的东西但不去实践或者不采用正确的方法去实现,那终将一事无成。梦想很重要,实现梦想的方法和能力同样重要。我是一个平凡的人,没有思想家的渊博和高度,在这里只想谈谈我的经验。我觉得以下几点对实现梦想相当重要。

◎ 懂得处理自己认为“痛苦”的事情

你们有没有发现,开始做自己认为对的或有意义的事情时往往都感觉到很痛苦。比如为了考试获得好成绩而不得不静下心来好好复习,比如为了获得奖学金而不得不写英文文章,比如为了减肥而不得不健身……往往开始做类似这些事情时,人的大脑自然而然地将其归类为“痛苦”,表现出不想做,不停地拖延甚至不做。

这个世界上有两种人,一种人是强者,一种人是弱者。强者给自己找不

适,弱者给自己找舒适。要想成为强者就必须做那些自己认为不适但相当有意义的事情,不能拖延。根据我多年和“痛苦”对抗的经验,我发现有个方法很有效——将“痛苦”的事情分解化。比如当我在写第一篇英文文章时,开始我觉得怎么写啊,那么难,没有头绪……找各种理由不想写,拖了一两个月就是不想动笔。后来我就想了个办法,先把提纲列出来,比如前言介绍几个点,材料方法包括什么,结果有哪几个方面,讨论从那几个点出发,摘要写几句话进行概括。好了,知道这些,我就开始安排时间,比如今天早上写前言一个点,下午写另一个点,晚上再写一点,依次类推,时间段内完成任务就可以休息。这样做之后发现每次写一点的痛苦比一次写完整个文章的痛苦小得多,结果不出一个月我的英文文章就搞定了,当时那个成就感甭提多美了。其实每件类似的事情都可以这么解决。实现梦想的每一步都不是那么舒适,但我们要想办法去解决它,解决得越多,你的成就感就越强,就能解决更多更“痛苦”的事情,如此进入良性循环,久而久之形成习惯,这样你离你的梦想就越近了。

◎ 懂得选择适合自己的路

其实,人每天做得最多的事情就是选择。在很大范围内,我们究竟会成为一个什么样的人,决定权在我们自己,而不是别人。我在美国感触最深的一点就是美国学生很注重自我思考,当他们听完教授讲课后,会有很多问题,有时还和教授进行激烈的讨论。而想想我们上学时的表现,单纯地被动吸收,没有自我思考。因此我们大部分人在选择这个问题上,很容易受到别人的影响。你们不知有没有这样的经历,我记得我在高中时父母经常让我学习那些高才生的学习方法,结果学来学去,要么没有结果,要么坚持不下去。后来我才知道只有总结不同人的方法后,经过自我升华选择适合自己的学习方法才是最有效的。通过这个例子我想说的是,一定要选择适合自己的路,别人成功的道路不一定适合你。另外,在选择问题上也不可人云亦云,要有自我判断,坚持自己认为合适的选择。普通人千千万万,成功的人就那么几个,可以看出大多数人认为可以成功的选择不一定会成功。只要是自己经过深思熟虑后做出的选择,即便失败至少也无愧于心。

◎ 懂得积累资源

人的梦想往往都是“高大上”的,至少是不容易得到的,但我们想去实现它,就得懂得积累自己的资源,这里主要是自我能力的提高和积累人脉。

如何提高自我能力是个永恒的话题,仁者见仁,智者见智。根据我的经

验,在学校的这段时间内,尝试一切你认为对的事情,不要偷懒,不要害怕犯错误。就我而言,硕博连读以后,在选择研究课题时,我可以继续接着硕士课题研究下去,因为硕士阶段的工作量很大,打下了很好的基础,所以博士阶段就可以轻松许多,但我选择了更有意义的而且是实验室里没人做过的课题。由于是在实验室里第一个开展该研究,面临的挑战是巨大的,如实验方案设计、新实验方法的创立、新实验设备的使用等。最终经过努力,我用三年的时间完成了我的博士论文,而且没有使用硕士阶段所做的工作。虽然这三年我过得很辛苦,但我学到了更多的知识,这为我今后开展科研工作拓宽了思路。

研究生后,我一直有个遗憾,就是自己的大学生生活基本奉献给了学习,没有参加任何社团。为了弥补这一遗憾,我竞选成为实验室 72 位研究生的班长,在任期间除了日常管理工作外,我还尝试拟定两项实验室管理规章制度,筹划和组织实验室元旦晚会。虽然工作过程中难免会犯些错误,但还是深受老师和同学的好评。通过当班长,极大地提高了我的组织协调能力和人际交往能力,使我逐渐成熟起来。

另外,我是一个缺乏魄力的人,自信心欠佳。在导师的鼓励下,我鼓足勇气担任了首届世界华人鱼虾营养学术研讨会·研究生论坛主持人。效果还不错,这极大地增强了我的自信心,同时让领域内的其他专家和学者认识了我。

这些尝试,为我将来步入社会、实现梦想打下坚实的基础。所以说,一定不要害怕尝试,尝试发现自己的潜力,尝试克服自己的缺点,即使失败了,我还是学生。

俗话说得好:“在家靠父母,在外靠朋友。”当今的社会是多元的社会,已不能单打独斗,而是要团队作战。一个人积累的人脉越多、越广,他就更容易办成事,更容易达到自己的梦想。如何积累人脉,这需要软实力的培养,所谓软实力就是情商。每个人干什么事情都离不开与人打交道,如何让每个你接触过的人喜欢你,至少不讨厌你,是一个很大的学问。所以在学生时代除了学习专业知识,必须培养自己的情商。说的现实点,老师喜欢你,可能你的考试成绩会比别人高;导师喜欢你,可能你能学到更多的知识和技能;同学喜欢你,可能你做什么事情有人支持你;老板喜欢你,可能你能获得更多的资源……有些人的情商是先天的,但情商也可以后天培养。据我的经验,培养情商可以从以下几点做起:第一,低调做人,高调做事;第二,积极换位思考,善于站在别人的角度思考问题,做事情前多想想“如果我是他我会怎么做”;第三,在利益面前要学会分享,懂得共赢。

结尾

通篇都是自我感悟，有些不一定正确，有些也许有失偏颇，有些也因自己笔拙，词难达意，希望大家批判式地理解和吸收，希望能对你们有所帮助。

最后，祝每位有梦想的人早日梦想成真。

编者按：一个人一旦找到自己的方向，整个世界都会给他让路。

——（美国）艾默生

“大学期间我没有翘过一次课，没有在上课时睡过一次觉，基本都坐在教室的前两排。”看到这些，我们是感觉这样的大学生活太过单调乏味无趣，还是惊叹佩服大学里居然还有这样的“奇葩”存在？现在的大学生常纷纷呐喊：我的大学我做主！但到底该如何“做主”？我们是否该思考在“做主”的同时，应该担负起什么样的责任。大学是人跟人缩小距离的地方，也是人跟人拉开距离的地方。有梦想是好事，但支撑梦想需要行动，需要痛苦的坚守和坚持，否则那便成了幻想、空想。

历经风雨始见彩虹

中国海洋大学报记者 金松



7年时间里,他从一个高职专科生考上本科生,而后又考取我校硕士研究生。2010年6月份,他过关斩将成功签约中国农业出版社……他一路走来,风雨不断,但也风景无限。他就是水产学院增殖养殖工程专业2007级硕士研究生、曾在《中国海洋大学报》做过学生记者的王巍令。

痛定思痛,痛何如哉

记者与王巍令的交流没有从现在的大学生活说起,而是从他的高中说起。“因为那是我失败的开端,”王巍令笑着说,谈及当时的情景,他感慨万千。王巍令的小学、初中都是吃住在家里。在学校,王巍令与他的三姐坐同桌,时时有人照顾,基本上是无忧无虑的。初中毕业,王巍令到了离家40多里的县城读高中,而他姐姐也到了另外一所学校就读。紧张的学习生活、清淡的饮食、第一次出远门、离开亲人的庇佑,让生活上几乎不能自理的王巍令一下子品尝到独立生活的种种辛苦。而班上有些孩子还时常欺负他年纪小,这让他的学习和生活受到很大干扰,几乎崩溃。那年,他才13岁。

“之后,便是浑浑噩噩”,看得出,王巍令对高中三年的记忆是刻骨铭心的。三年里,鼻炎、胃炎、肠炎、中耳炎等炎症接踵而至,他在疾病的肆虐中度过了高中,这让他的学习一塌糊涂。2002年第一次高考,王巍令考了445分(当年山东省二本线是563分),意料之中。随后复读,复读的一年,王巍令的身体依然十分虚弱,但经历了第一年的“大风大浪”,心情平静了很多,斗志也十分高涨。彼时,他觉得,不出意外的话,自己会比第一年强很多,这种心理暗示法还真有效。第二年高考他考了483分,比当年二本线486还是差3分。王巍令明白,以一个虚弱到几次都差点退学的身体,考到这个分数,已经是一个奇迹,因此他很知足。就这样,他来到了“海大”高职学院。