

ganwudaxue

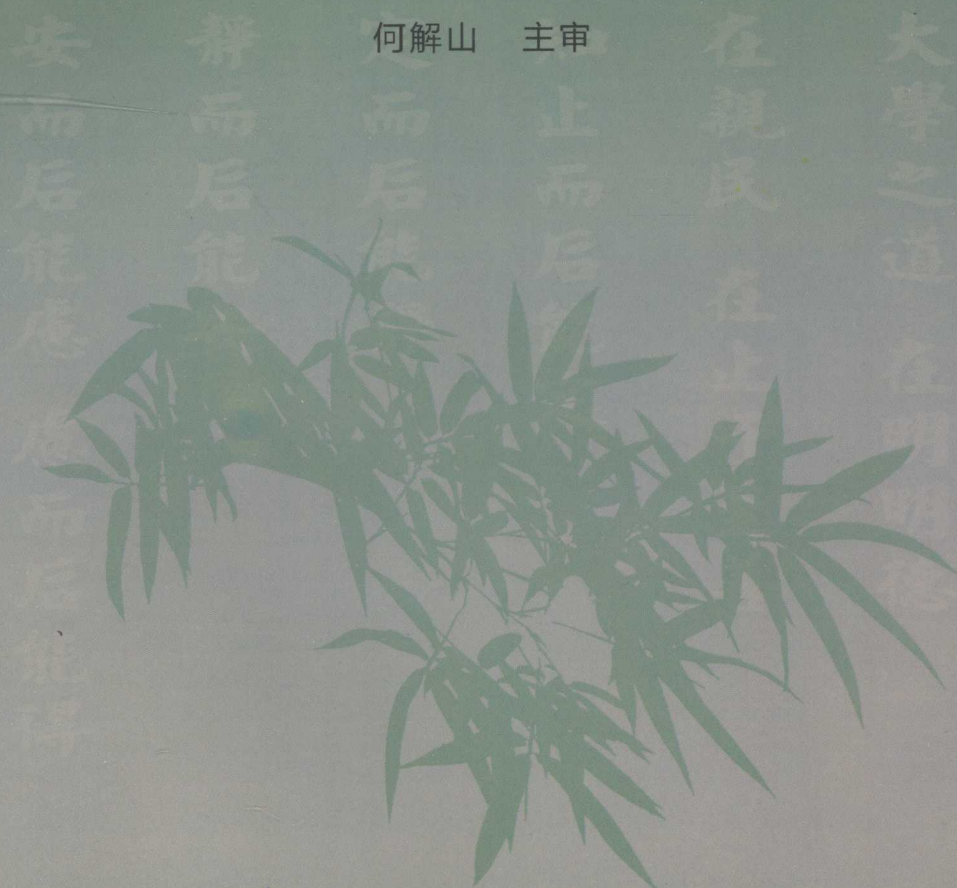
Daxue Xinsheng Dao Yu Xue

感悟大学

——大学新生“导”与“学”

邹江 编著

何解山 主审



武汉理工大学出版社

感 悟 大 学

——大学新生“导”与“学”

邹 江 编 著
何解山 主 审

武汉理工大学出版社

· 武汉 ·

图书在版编目(CIP)数据

感悟大学——大学新生“导”与“学”/邹江编著. —武汉:武汉理工大学出版社,
2009.7

ISBN 978-7-5629-2962-8

I. 感… II. 邹… III. 大学生-入学教育 IV. G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 128648 号

出版发行:武汉理工大学出版社(武汉市武昌珞狮路 122 号 邮编:430070)

<http://www.techbook.com.cn> 理工图书网

印 刷:武汉理工大印刷厂

经 销 者:各地新华书店

开 本:787×960 1/16

印 张:12.5

字 数:245 千字

版 次:2009 年 8 月第 1 版

印 次:2009 年 8 月第 1 次印刷

定 价:19.80 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页等印装质量问题,请向出版社发行部调换。

本社购书热线电话:(027)87394412 87397097 87383695

前 言

初入大学校门的同学,对大学的知识是空白的,对于什么是学科、什么是专业、什么是学分、什么是人才培养目标等大都不甚了解。为了帮助新同学解除困惑,克服对专业了解的盲目性,引导新同学树立明确的学习目标,增强学习的自觉性,圆满地完成大学学业,作者期望对新同学能有所帮助。

本书是根据南昌大学科技学院完全学分制教学管理模式下“培养基础好、业务精、能力强、素质高的高级应用型专门人才”的目标定位的要求,以夯实学生的基础理论知识、增强学生的实践能力为宗旨编写而成。本书围绕“认识大学”、“适应大学”、“大学学习的方法”、“职业规划”等方面作了深入浅出的阐述,尤其结合大学新生所读专业的实际情况,专门围绕“专业导学”编写了尾章,对各专业简介、培养目标、学习内容及主要专业课程、学习方法、教学要求及教学手段、就业方向六方面内容作了介绍。相信大学新生通读本书以后,将会很快地步入大学生活的正轨,真正扬帆远航!

走进南昌大学科技学院学习是人生的一个飞跃,也是一次重要转变,不论学习环境、学习方式、学习目标还是同学关系、师生关系、社会期望等各方面都会发生巨大变化。希望每一位走进南昌大学科技学院的新同学都能从本书中获得有益的建议和启示,以本书为起点,认真对待大学学习与生活,度过美好的大学时光!

参加本书编写的有蒋惠娟、万林生、周平远、颜自喜、谢望礼、钟卫华等。全书由邹江统稿,何解山主审。由于时间仓促,难免有缺点错误,敬请指正。

编 者
2009年7月

目 录

第一章 认识大学	(1)
第一节 何谓大学	(1)
第二节 圆了大学梦	(8)
第三节 南昌大学科技学院历史沿革	(17)
第二章 认识自己	(21)
第一节 为什么上大学	(21)
第二节 大学生的精神成人与专业成才	(24)
第三节 审视自己	(28)
第三章 了解大学	(32)
第一节 专业导论	(32)
第二节 学业指南	(39)
第三节 学生的素质要求	(47)
第四章 适应大学	(53)
第一节 大学与中学的区别	(53)
第二节 早适应早发展	(60)
第三节 态度决定成败	(64)
第五章 大学的学习	(78)
第一节 大学的学习观念	(78)
第二节 大学学习的动力	(80)
第三节 大学学习的基本要素	(87)
第六章 大学学习的基本过程	(91)
第一节 大学学习的规律、原则和特点	(91)
第二节 大学学习过程的基本阶段	(97)
第三节 大学学习的基本环节	(101)

第七章 大学学习的方法	(113)
第一节 大学学习的基本技巧.....	(113)
第二节 学习方法的构成.....	(121)
第三节 学习方法的应用.....	(122)
第八章 大学生的职业规划	(126)
第一节 职业规划与人生发展.....	(126)
第二节 大学生涯和职业发展.....	(130)
第三节 大学生涯规划的行动计划.....	(133)
第九章 各专业导学	(142)
第一节 人文社科类专业导学.....	(142)
第二节 理工科类专业导学.....	(155)
第三节 经济管理类专业导学.....	(177)
附 录 南昌大学科技学院学生学业指南	(190)
参考文献	(194)



第一章 认识大学

第一节 何谓大学

一、大学的内涵

“大学”究竟是什么？目前引用最多的是“大学不是大楼是大师”，其实这恰恰是一种似是而非的说法。从浅层次来说，大学作为一种群体性的教学机构，学生是真正的主体，优秀教师和优秀学生的一种最佳结合才是“大学的真谛”。“大学”的本质是“大家一起学”，是一种知识的矩阵和母体，是不同的知识载体和各种由人和机器组成的网络以及在这个网络体系中的各种“活体”。大学绝不是由若干位大师决定的，更不能陷入“精英”膜拜的陈旧俗套。大学通过“知识矩阵”的构建、再造和成长，使人才到大学能够淋漓尽致地发挥其聪明才智，莘莘学子能够最大地激发其潜力，大学与学生在互动和“双赢”中共同成长。作为大学的本性——平等精神，不但体现为大师和“小”学生之间人格和社会地位的平等，而且体现为知识面前人人平等。“弟子不必不如师”，“三人行必有吾师”，“吾爱吾师，我更爱真理”，中外先哲的洞见在现代大学中得以实现。

（一）名人的解释

关于大学的内涵，名人如是说：

大学应该成为继承传播民族优秀文化的重要场所和交流借鉴世界进步文化的窗口。

——江泽民

大学的荣誉不在于它的校舍和人数，而在于它一代又一代人的质量。

——科南特

大学里无论任何人，没有这种权力，可以限制思想的自由，限制学术的自由。

——胡适

北大是常新的改进的运动先锋，要使中国向着好的、往上的道路走。

——鲁迅

大学是一个提供博雅教育并培养绅士的地方，大学的目的在于“传授学问”，而不在于发展“知识”。

——亨利·纽曼

国家决不应指望大学同政府眼前利益直接联系起来；却应该相信大学若能完成真正的使命，则不仅能为政府眼前的任务服务，还会使大学在学术上不断提高，从而不断开创更广阔的事业基地，并且使得财力物力得以发挥更大的功用，其成效非政府眼前布置所能意料的。

——洪堡

大学的教学和科研以追求其真理为主旨，是以国家和民族的长远利益，以人类进步和人的完善发展，以自由探索真理为办学主旨。

——费希特

仿世界各学府之通例，循“思想自由”之原则，取“兼容并包”之主义。

——蔡元培

研究不仅限于自然科学与应用科学，即人文科学亦应提倡，凡所以有利于学生，无一不在大学范围之内也。

——竺可桢

大学和科学院应该体现一个民族或时代的胆识、志向和勇气；创前古未有，而后可以传世。

——赵鑫珊

生活归根结底是指向实用的，你们到此应该是为了自己谋求一个有用的职业。同时应该明白，这必须包含着创新、进取的愿望，良好的规划和最终使之实现的努力。

——斯坦福

大学是一种特殊的学校，学生在大学里不仅要学习知识，而且要从教师的教诲中学习研究事物的态度，培养其影响一生的科学思维方式，大学生要有自我负责的观念，并带着批判精神从事学习，因而能拥有学习的自由。而大学教师以传播科学真理为己任，因此他们有教学的自由。

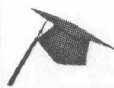
——雅斯贝尔斯

（二）大学的意义

大学之为大学，不仅是指知识的深度和广度，更重要的是指心灵自由的无限性。大学作为一种历史悠久的社会文化机构，其使命不仅仅是传授现成的知识，使人类文明成果世代相传，更重要的是创造知识，在人类文明的大厦上不断添砖加瓦，使人类文明不断进步，大学将知识的创造与传承作为其中心使命。大学的意义在于：

1. 有大识

大学的初衷是传承文化、创造知识。但人们对大学有更深一层的精神向



往——以人为本,培育完整、健康人格、心灵自由的人。大学不仅培养救国济世的经世之才,缔造出人不苟的领袖、政治家,而且还造就群体性的具有独立思想的人。在大学里学习,要有大认识、大见识、大格局、大理想,以天下为家,胸怀世界,具备国际观、现代观、未来观,能担当承先启后的使命,能肩负教化大众的责任。

2. 有大德

大学从她诞生之日起就确定要以引领社会道德为己任,《四书五经》中指出:“大学之道,在明明德”,即弘扬光明正大的品德。进了大学,就要自我要求,自我肯定,树立大形象,立下大志愿,才会从内心产生大能量,发挥一己生命的价值和意义。

3. 有大量

大学是一种浩瀚,有海纳百川之美,各种思想在这里汇集,“兼容并包,百家争鸣”。大学在一代代大学人的开拓、积累、沉淀和继承过程中,为社会提供源源不断的知识财富和精神动力。大量的知识,铸就学生大量的胸怀,地球有多大,世界有多大,都能容纳在我们心中;历史有多长、有多远,都能收摄在我们心里;世界上所有的人,一切众生,都存在我们心中。心胸开阔,养成大量,将来才能做大事。

4. 有大道

哲人说“大道无痕”,大学就是一种博大的深沉,大学有自己坚定的志向和静心修身的道行,在创造知识、培育人格的道路上默默潜行。在大学里,学生不仅要开辟自己的大道并走上大道,而且要成就别人的因缘,让别人行走在大道上。大道是真理,大道是光明。所谓大学,就是让所有的莘莘学子走上大道。在这上自宇宙、下至洋底、外放万物、内修其身的大学求知的殿堂里,一旦春风拂来就会“于无声处听惊雷”。

世界屋脊的珠穆朗玛峰太晶莹、太崇高了,高得地球上没有几个人能攀登到峰顶,它对于我们的意义在于:珠峰的永恒存在,可使我们不时测出自身的卑微。不妨对大学这面旗帜亦作如此观,与新生朋友共鉴。

二、大学精神

(一) 古人论大学精神

大学之道,在明明德,在亲民,在止于至善。知止而后有定、定而后能静、静而后能安、安而后能虑、虑而后能得。物有本末,事有始终。知所先后,则近道矣。古之欲明明德于天下者,先治其国;欲治其国者,先齐其家;欲齐其家者,先修其身;欲修其身者,先正其心;欲正其心者,先诚其意;欲诚其意者,先致其知;致知在格物。物格而后知致;知致而后意诚;意诚而后心正;心正而后身修;身修而后家齐;家齐而后国治;国治而后天下平。自天子至于庶人,皆以修身为本。其本乱而未治者,否矣。其所厚者薄,而其所薄者厚,未之有也!

这里所谓的大学宗旨在于弘扬光明正大的品德,在于使人弃旧图新,在于使人达到最完善的境界。

(二) 西方大学精神

从17世纪以前的文艺复兴时期到20世纪,西方对大学精神的描述是逐步丰富而趋于全面的。

文艺复兴时期,人类进入反封建反教会的理性时期,大学批判经院主义,倡导人文精神。15世纪中后期,英国牛津大学和剑桥大学率先开始人文主义的教育变革;随后,德国、法国许多新兴的大学积极传播人文主义文化,倡导人文主义精神,大学精神充满理性的光芒和浓厚的人文色彩。

17世纪,大学的发展变得保守和落后,中世纪大学精神和人文主义精神没有得到崇尚和发展,反而受经院哲学僵化模式的禁锢和束缚,加之自然科学的迅速发展,人类知识结构发生了深刻变化,大学面临生存和发展的危机。在这种情况下,德国率先进行了大学改革。哈勒大学(1694年)、哥廷根大学(1734年)等废除了中世纪流传下来的经院主义课程,使哲学摆脱神学成为独立学科,把科学正式引入大学课堂,崇尚思想自由和教学自由精神。

19世纪初,德国洪保(Humboldt)大学的改革和实践,弘扬和发展了“科学精神”和“自由精神”,使大学对科学的高度热情和对真理的无止境探索得以充分体现。大学以教学传播知识和科学研究发现新知识为己任,逐渐形成追求理性的科学精神、教授自主治校的独立精神以及学术自由的精神。随后,德国大学精神迅速影响到英、法、美等国家大学的改革和实践。

20世纪,美国大学以民主、自由、创新的精神服务于社会,使得美国社会政治、经济和文化等得到了巨大的发展。美国大学在与其社会的互动中进一步强化和培育了其大学精神,成为各国关注和仿效的范式。另外,受两次世界大战及人口生态环境等各方面的影响,大学也日益站在“价值中立”的立场来审视和批判世界,倡导科学人文主义精神,以至真、至善、至美的精神引领社会朝更文明进步的方向发展。

(三) 现代大学精神

大学精神和大学文化是大学引领社会的重要内容。

1. 爱国精神和民族精神

大学校园先应该充满着爱国精神,要时时刻刻教育学生,牢固树立起爱国精神和民族精神。并使这种精神体现在办学的理念之中,贯穿于大学的教育、人才培养的全过程。

2. 自由精神

自由精神是大学精神的基本内涵,这种精神充满着包容性,给予在大学中活动的个人(老师、学生等)以充分的自由,大师之大与学生之“小”在人格和社会地位上



是平等的,在知识面前也是平等的。自由精神表现在以下三方面:①思想自由,大学是各种观念自由发展的场所。②学术自由,大学是探索高深学问的场所,学术自由包括教学自由、研究自由、出版自由和学习自由,其宗旨是指大学的探索与研究活动要服从真理的标准。③言论自由,大学是自由表达思想、观念的场所,大学应鼓励支持公开的、自由的、平等的交流。

3. 民主精神

大学不仅要培养学生,而且要出学术成果;大学不仅要传承人类的精神文明成果,而且要创新,包括思想创新、知识创新、技术创新、方法创新。这些都需要民主的师生关系,需要教师和学生都具有一种批判思维,敢于挑战权威,敢于站在巨人的肩膀上去开拓创新。只有民主的师生关系,只有“自由、宽松、包容”的人文环境,才能做到“思想自由、兼容并包”。

4. 学术精神

学术精神首先体现在政府应使大学在学术水平上不断提高,从而不断地开创广阔的事业基础,并且使人力、物力得到充分的发挥,让大学和社会保持相对超脱与独立。这是大学长久可持续发展的前提。

5. 人文精神

人文精神指如何在大学真正实现人性与工具性的统一。大学不只是交给学生某种技术,还要培养他们的精神世界和健康的情操。人文精神的核心是建立在自觉道德意识、关怀意识和悲悯情怀之上的,诸如友好相处、和谐发展、学会感恩、孝敬父母、报效国家等。

6. 科学精神

科学精神有很丰富的内涵,首先是顺应自然,是在科学探索中体现自然和与自然和谐相处;其次是在科学研究中保持幻想和建立逆向思维,如果大学里一定要照本宣科,一定要有标准答案,那就不是培养科学精神。

7. 创新精神

大学是探索、发现、传播新知识的场所,大学的创新精神一是指向科学研究,它通过鼓励开拓科学这个无止境的境界,取得大量开拓性的成果,培育大批的科学家、发明家。二是指向社会发展,用大学的新思想、新制度去改造社会,推动社会的进步。三是指向人才培养,大学把培养具有开拓创新精神的人才作为自己最根本的任务。四是指向大学本身,一代代学者不断根据社会发展和大学的逻辑需要来设置大学、发展大学,使大学成为时代精神的体现者。

8. 批判精神

大学是探索高深学问的场所,它能对各种前沿问题、疑难问题等做出科学的判断,能拨开知识内在逻辑不断地向前发展。这使大学成为一种能独立思考和判断

的机构,使大学具有其他社会机构所不具备的理智力量和清醒头脑。因此,大学具备了追求真理,批判错误、纠正错误的精神。

三、大学的功能

大学的功能应该涵盖科研、教学、服务、文化等领域,大学的功能究竟应该怎么表述更清晰呢?可以用八个字来概括,即“引领社会,服务社会”。所谓引领社会,就是指大学承担着以科学、思想、文化来引领社会的历史责任,要为社会输送科学、思想、文化,使大学成为国家、民族的精神家园、科学摇篮和文化基地。当整个社会出现功利化倾向的时候,大学应该保留着净土本色,有自己的情操,为社会提供源源不断的清流,而不是浊水,这就是“引领社会”。否则,一个社会、一个民族就无法立足,整个人类的文明也将不知何去何从。

(一) 文化传承

人类文明是人类千年智慧的结晶。远古的时候,信息手段极其有限,文化的积累与传承以家庭方式或最多限于部落之内完成,“士”的概念尚未完全形成,知识表现为经验。由于文字的诞生,使知识的记录 and 文化的产生与传承成为可能。春秋时期,孔子开创了个人讲学的先河,公开招收各个层次和不同年龄的学生,传播儒家思想及其治国理念。孔子成为中国高等教育的开山鼻祖,他的三千弟子七十二贤人除了在各诸侯国出仕任职外,还广泛传播和阐述弘扬孔子的儒学。私塾式“学校”从诞生之日起就鲜明地展示了“文化传承”这一功能。

大学文化传承的特点之一是文化载体。书籍的诞生和日益丰富的书籍记载和贮存着知识和文化,从竹简、帛书、纸书直到今日的电子书,人类的书籍大部分集中于以大学为主的图书馆、书店。这些汗牛充栋、恒河沙数的书籍犹如历史的接力棒,将人类文化乃至文明世代薪火相传,生生不息。

文化传承的特点之二是知识传播的保障功能。爱因斯坦曾说,“第一流的人物对时代和历史进程的意义,也许比单纯的才智成就方面更大。”大学要适应并促进国家经济和社会的发展,根本的任务是遵循高等教育发展的规律,培养高素质、高层次各类专门人才,成为国家培养优秀和杰出人才的重要基地。同时,随着知识经济时代的来临、新兴产业的兴起和各项产业的不断提供,劳动市场的需求不断变化,新的就业领域不断出现,终身学习已成为不可阻挡的潮流。社会的发展进步不仅要求现代大学的知识传播要高质量,而且要全方位、多层次。人才的杰出性和学习的终身性使大学始终站在“文化传承”的潮头。

(二) 培养人才

如果把春秋战国时期孔子及弟子们创办的“私塾”和欧洲先哲的街头演讲台都算作是原生态的大学,那么从那时候起,大学就开始发挥它的育人功能。今天,哈



佛大学作为世界一流的大学,其主页上这样写着:促进所有有益的文学、艺术和科学的发展,借助所有有益的文学、艺术和科学发展,教育青年人,并为教育本国的青年人提供所有其他必要的东西……哈佛期望学生养成学术和学院精神,以便在今后生活中发展知识、增进理解、服务社会。在这种“育人至上”理论的指引下,哈佛培养出了一批批国家领袖、军事奇才和商界精英。

大学的首要任务是培养创新型人才。创新型人才是新知识的创造者、新技术的发明者、新学科的创建者,是科技新突破、发展新途径的引领者和开拓者,是国家发展的宝贵战略资源(引自陈至立在第三届中外大学校长论坛开幕式上的演讲)。

但是,大学“育人为本”的要义不仅仅是培养一批杰出人才。大学作为知识与精神的领土,提醒着学生们一旦踏上这块土地,他便换了心情、心境乃至心灵,因为大学作为特殊人类文化的存在,它有足够的理由期待:这儿的天空应该更蓝,云应该更白,阳光应该更灿烂,树木清芬……昭示着学生们除了用知识去服务社会、创造经济价值外,更应该创造别处无法创造的精神价值。这便是将大学生的命运和人类的命运紧密相连的价值观。正如教育家亨利·纽曼所说,“大学训练是达到伟大而又平凡目的的手段,它旨在提高社会整体文明水平。”

(三) 知识创新

大学创新功能具体体现在科学研究中知识创新的催化功能。现代大学制度的建立,倡导学术自由与知识创新成为显著特征。高起点构建 21 世纪中国大学精神与大学制度,就是要营造有利于学术活跃、创新型人才生存、发展的环境。大学的创新功能除了雨后春笋般的科技成果之外,还表现在大学与社会联系更加紧密,交流更加广泛,尤其是在人才培养方面,与社会的不断变化及劳动市场的需求相适应。这就要求大学生不仅要更新知识,掌握新的技能,而且要有创造职业的素质,使学生踏入社会之时就基本具备创新元素。大学与大学之间的频繁交流和资源共享满足了社会对大学越来越多样化的需求,为社会创新提供了有力的知识保障。大学创新功能还表现在教育方法与教育手段的创新。培养创造性的前提是尊重学生的个性发展。只有个性得到充分的发展,学生的潜能才能得到充分的挖掘与发挥,大学的学府氛围和大学精神正好可以调动和满足学生探索求知的欲望,在今后的科学研究中发现新问题,并孕育出真正的科学创造,甚至创造奇迹。

(四) 服务社会

大学为创新型国家建设服务,一个重要的切入点就是为区域经济和企业创新服务,创业是经济建设的主体,是研究开展投入的主体,也是技术创新的主体。企业的科技需求和大学的综合科技优势相结合,是技术创新不竭动力的源泉。大学应为企业技术创新提供有力的技术支撑。大学服务社会一般有以下几个方面:①大学教授可以通过科学研究为社会、企业解决实际问题,企业是大学研究成果商品



化的基地,直接将大学研究成果转化为生产力;②向社会输送合格的能承担社会责任的建设者和接班人。大学作为学术研究机构 and 育人的重要阵地,不仅要维持独立性,而且要扮演社会进步的领导角色。特别是培养具有高尚的人生理想,热爱祖国,热爱人民,具有高度社会责任感和服务社会的奉献精神的优秀人才,是对社会最好的服务。

第二节 圆了大学梦

考上大学只是你圆了大学梦的第一步,以后你将在大学中度过四年求学的光阴,在这寒暑易节、岁月更替的一千四百余天里,必须坚实地走好每一步。俗语云:“细节决定成败”。只有珍惜时间,合理地分配心智精力,才能把大学梦做得圆满或比较圆满。

一、构建自己的知识平台

无论你的父母家长或亲朋好友是否亲自把你送入大学校门,你终究要迅速地完成从依赖到独立生活的过程。丰富的社会知识、科学知识、健康常识将是你独立生活不可或缺的保障,也是你学习专业知识和技能的重要基础。因此,构建自己丰富的知识平台,将使你能够如鱼得水般地完成大学学业。

(一)学会生活

独立的大学生活将面对每一天。首先,大学生生活必须每天早起,要突出一个“勤”字。军训期间的早起还不属于你的自觉行为。军训结束以后正常上课开始的第一学期,如果你能坚持早起,拒绝“睡懒觉”,你就走好了大学生生活的第一步;否则,大学生活中的许多机遇将与你擦肩而过,正所谓机遇只眷顾勤奋的人。

保持良好的生活习惯和卫生习惯、坚持体育锻炼也是顺利构建大学生生活健康基调必不可少的。不良的生活习惯会扰乱你的生物钟,从而不能完全吻合大学的学习节律;不良的生活习惯不仅破坏你的身体健康,还影响你的公众形象,可能会造成一定的人际交往困难。不坚持体育锻炼就无以强化体魄,也就无法以饱满的精力投入到艰苦的学习之中去,同时也很难建立意气风发的青春形象。保持良好的生活习惯的第一要领就是:按时作息,该睡觉时就睡觉,该起床时就起床,该上课时就上课,该上自习时就上自习。

良好的卫生习惯就是保持良好的个人卫生,衣着整洁大方,不穿脏衣服,不留隔夜的脏衣服、脏裤子、脏袜子;衣服及床上用品折叠、摆放整齐,定期换洗床单、枕巾;学会自己动手洗衣被,尽量不去洗衣房;自觉保持寝室清洁卫生,使自己和大家共同拥有一个小而温馨的学习和生活环境。



坚持体育锻炼是强身健体、保持旺盛学习精力的有效途径,有一项体育爱好或体育特长最好;即使没有,也可以培养,兴趣是最好的老师,篮球、足球、长跑等都可以是你选择和坚持锻炼的平台,只要不“睡懒觉”,做什么运动都是有益的。

(二)学会友好相处

古训有“和气生财”,当代社会有“和谐共赢”,这些都是世界性的共识。新生进入大学之后,活动空间、接触层面比起高中要广泛得多,在你所处的班集体乃至你生活学习的寝室,能否与同学、同窗友好相处,也是你能否读好大学很重要的因素。特殊的例子是,一个团结、和睦、奋发向上的寝室,同窗之间相互激励,取长补短,毕业时,全部考上了研究生。反面的例子也不少,同窗之间矛盾诸多,摩擦不断,人心涣散,信息闭塞,生活在其中如坐枯井,毫无亲切之感。学会友好相处有以下几个要领:

1. 学会宽容

宽容就是承认差异,求同存异。以每个寝室四个同学计算,这四个同学会来自不同的省份或地区,语言、习惯、个性会有很大的不同。在语言方面,大家都以普通话交流,因此学习普通话是必需的。这不仅是交往的需要,也是大学学习所必需的。同时,学习地方方言应该也是平时生活的话题和乐趣,方言都是独特和优美的,正所谓一方水土养一方人,方言之间无优劣之分。在生活习惯、饮食习惯等方面亦应取长补短,相互借鉴。

2. 沟通

古训有:“同船过渡五百年修”,能有幸成为同学,将一块共度四年美好时光,那么不得千年万年修得么?同窗之间应敞开心扉,主动沟通,这样才能得到成绩与人分享,困难同舟共济,好的学习方法和各种有益信息相互传播、放大,为建立深厚的友谊,做个良好的开端,打下坚实的基础。社会学研究表明,人际关系中最为普遍、维持得最恒久、往来最频繁、最能相得益彰的友情存在于大学同学之间。沟通首先从自我介绍开始,家庭状况、个人爱好、家乡景色、风土人情等都可以是自我介绍的内容;其次是自我形象展示,尽量把自然、真实的自我展示给同学,同时又不是放浪形骸,要修正自己不良的一面,尽量达到一个大学本科生应有的形象:青春、大方、开朗,有点幽默、整洁、朴实。

3. 豁达

豁达的年轻人总是明显表现为健康向上的思想和心理状态,其特征是潇洒、坦荡、热情、开朗。听到逆耳忠言心生感激之情,听到同学的讥讽也会一笑置之,勇于承认其他同学的长处,善于发现和调整自己的短处。奉行“吃亏是福”的古训,从不在同学关系上斤斤计较,豁达的你不仅能给自己带来愉快,也能在自己周围营造和睦的氛围,使你很容易很自然地与同学友好相处。



4. 正视自卑心态,逐步树立自信心

心理学家认为,自卑是一种精神现象,是一个人由于生理或心理缺陷而轻视自己,因而认为自己在某些方面落后于别人的一种心态。自卑的人往往会有寻求别人帮助的愿望,希望以某种优越感来弥补自己的不足,以维护自己的尊严。如果自卑情绪得不到控制或解除,便可能因自卑加重而影响身心健康,增加与人友好相处的难度。

自卑心态的形成原因有以下几点:①经济上的贫穷。特别是农村学生及普通工人家庭的学生,他们花的钱都是父母含辛茹苦一点一点挣来的,到了大学,什么都要花钱,加之同学之间攀比消费,很容易出现用钱尴尬的局面。②学业上的落后。高中成绩名列前茅的学生才有机会考上大学,到了大学之后,其成绩却排不上名次,很容易产生失落感。③生理缺陷。父母给我们的独立的身体,可能会存在某些方面的不足,如长得不是十分高大伟岸,或脸蛋不太佳不太俊,或是身体虚弱不够强健等,有可能会被别人偶尔捉弄或开玩笑。④情感上的失落。青春期的大学生,许多人开始体会与异性接触的甜蜜。看到同学们出双入对,自己却因各种各样的原因,没有一位心仪的异性知己相伴左右,或是相恋的朋友离我而去,或是单相思得不到异性的理解或认可。

自卑其实是一种正常的普通的心理现象,不值得大惊小怪。可以通过自己不断学习、成长逐一加以克服。克服自卑就要勇敢面对现实,善于接受自己的处境,时时牢记“金无足赤、人无完人”这句老话。武汉理工大学计算机学院的郑智高同学完全失去了双腿,只能凭借着小板凳行走,但他没有自卑,不仅正常地完成了本科学习,还考上了研究生。另外,对自卑心态不能回避,要广交朋友,开阔视野。将自己暴露于公众之中,通过与同学之间的交往得到别人的帮助和理解,使社会至少是小集体认识到你存在的价值,这对克服自卑、建立自信心会有极大的帮助,决不能自己封闭自己。同时,要正确地认识和评价自我。你自己以为是缺点的东西,在其他人看来可能是优点和长处,或者有许多人与你一样也存在着类似的不足。认识这些,你就不会觉得自己比别人差太多。

(三)学习一技之长

在大学里,你将以学习为己任,学习基础课、专业基础课和专业课,以及电脑知识、网络知识等。但学好了上述知识你也只是和大家一样,如何才能做到和大家不一样呢?你可以把上述知识学得出类拔萃,这会使你走在大家前面,可免试推荐为研究生,可获得奖学金等。但现实生活告诉我们,仅此还不够,毕竟专业学习拔尖的学生只是少数,不可能普遍,你还应学一种专业之外的可终身受益的一技之长。

一技之长即所谓特长。只要愿意,每个人都可以学习一技之长,这个“长”不要特别“长”,只要你执著追求,乃至终身实践即可。某学生是一学院学生会副主席,



四年大学生活很注重个人和寝室整洁卫生,四年中每天坚持起床后折叠被子,而且把个人环境布置得整整齐齐,以潜移默化、春风化雨的方式使得同寝室的同学不得不“随波逐流”,该寝室连续多年被评为“文明寝室”。该生参加工作后,又把这一良好习惯带到公司,在影响同事的同时,也吸引了领导的目光,仅此一个“特长”,使这个学生迅速脱颖而出。

你还可以学习打球,根据个人爱好和身体状况,可选择篮球、足球、乒乓球、网球、羽毛球等,如果你在高中阶段已有这方面的基础,那更好。掌握一门特长,就像多开了一扇生活之窗。你会打篮球,你就有了篮球圈的朋友,你就会由爱好篮球、打篮球,进而关注篮球,学习篮球文化,进而了解美国文化与文明;你喜爱乒乓球,就会关心乒乓球的各种赛事以及中国乒乓球的发展历程和辉煌的历程。许多大学教授、成功人士乃至许许多多普通知识分子,在年届 50 岁或到 60 岁仍在坚持大学时的体育爱好,并终身不辍。

如果你喜欢文学艺术,你可以成为业余文学青年、诗人。大学生活是一个以知识宫殿为外形的万花筒,师生之情、同窗之谊、爱情的甜酸苦辣、思乡之苦、思念之情等都是你妙笔生花的对象。而且大学里为你提供了表达(发表)的平台,学校有报纸,学院有专刊,网上有博客等。人文素质与科学素养从来都是一对飞翔的翅膀。

学习文学,你就学会了关怀;理解了孝道,建立了悲悯情怀,你就会受到启发,逐步成为善良的人;学习诗歌,你就找到了抒发感情、表达自我的便捷的、高雅的途径,你的个人情绪可以得到宣泄;学习书法,你就在这“世界大同”的 e 时代,为自己深深烙上中华民族的烙印,你的内心深处就埋藏着中华文化之根;学习围棋,你就会对中国悠久的文明建立全新的视角,为中华民族能有如此惊人的智慧而自豪;学习音乐,你就极容易通过歌声找到志同道合的朋友和知音。德国数学家傅立叶年轻时对宗教顶礼膜拜,花了四年时间到埃及求证圣经故事,结果一无所获。郁闷之时他弹奏钢琴,发现和弦总是比单音发出的声音更悦耳动听,他问了一个为什么,并沿着这个思路,创立了数学史上伟大的“傅立叶分析”。

(四)尽快建立自己的网络知识

一进大学,还来不及看清大学的容貌,你就必须面对网络。第一,你通过网络可以方便快捷地了解学校和你所在的学院及你所学专业的特征。第二,可以很快进入图书馆系统,通过“新生须知”了解图书馆分布、学校藏书、借阅方法等信息。第三,通过网络迅速建立你的关系网。第四,为今后学习网络知识奠定坚实基础。总而言之,在大学生活里,网络与你形影不离。

(五)注重提高思想政治素质

提高社会科学素质,关心国家大事,了解中国共产党关于构建小康生活、和谐