



大学生 职业生涯规划教程

DAXUESHENGZHIYESHENG YAGUIHUAJIAOCHENG

主 编 杨欢进 赵素云 翟建北
副主编 郑 颖



中国大地出版社



大学生 DAXUESHENGZHIYESHENGYAGUIHUAJIAOCHENG

职业生涯 规划教程

主 编 杨欢进 赵素云 翟建北
副主编 郑 颖



中国大地出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业生涯规划教程 / 杨欢进等编. —北京:
中国大地出版社, 2009.8

ISBN 978 - 7 - 80246 - 247 - 2

I. 大… II. 杨… III. 大学生—职业选择—教材
IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 130916 号

责任编辑: 刘建华

出版发行: 中国大地出版社

社址邮编: 北京市海淀区学院路 31 号 100083

电 话: 010 - 82329127 (发行部) 82329120 (编辑部)

传 真: 010 - 82329024

网 址: www.chinalandpress.com 或 www.中国大地出版社.中国

印 刷: 石家庄市裕华区天荣印刷厂

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

印 张: 10.25

字 数: 297 千字

版 次: 2009 年 8 月第 1 版

印 次: 2009 年 8 月第 1 次印刷

印 数: 1—6000 册

书 号: ISBN 978 - 7 - 80246 - 247 - 2/G · 252

定 价: 22.00 元

版权所有 · 侵权必究

前 言

求职就业是每个毕业生面临的人生重大课题之一。每个人一生都在寻求自己的最佳位置。从个人的角度看,“漫漫人生路”的主线正是职业生涯。一般而言,职业生涯是人们投入时间、精力最多的人生组成部分,人生发展中的物质需求与精神需求都是通过社会活动且主要是通过职业活动得到满足,一个人一生的追求努力,奔波辛劳,奋斗拼搏,回首之时最欣慰的往往就是自己能够事业成功以及成功的过程,因此,职业活动本身体现了生命的意义。在日益开放和公平的市场大环境下,个人有了越来越多的选择职业的机会和越来越大的发展空间,但同时也面对更大、更复杂的职业风险。人们在多变的社会环境中摸索着职业发展的道路,尝试着新生活,寻求着新机会,确定着合适的人生角色。为此,科学、合理的职业生涯规划与设计对每一个人而言,是极为重要的。

根据发达国家的经验,由学校承担的系统的生涯辅导和职业教育是从小园开始的,在进入高校之前已经历了生涯认识阶段、生涯探索阶段、生涯确立阶段、生涯准备阶段和生涯安置阶段,在一般情况下,经过上述五个阶段循序渐进的教育指导,进入大学之后,青年们已经很清楚自己要成为什么样的人,要从事什么样的职业,为实现这样的人生目标需要怎样安排自己的学习生活。由于我国传统的教育体系中根本没有生涯规划与辅导的内容设置,大学生职业生涯指导在某种意义上就成了一项从零起步的工作。为了帮助大学生更好地准备人生,我们需要赶快补上以学校为主渠道的生涯规

划课程,做好应对职业挑战的全面准备。本教材根据“精简概括,突出重点,贴近实际,特色鲜明”的宗旨,针对大学生求职择业的需要,在总结我校和兄弟院校多年就业经验的基础上进行了认真编写。大学生职业生涯规划教材具有系统性、针对性和实用性的特点,是指导大学毕业生就业的有益教材和参考用书。其基本思路是:职业生涯规划以人的核心能力为主,以对人的个性和潜能了解为基本点,根据外界职业环境、个人素质条件、家庭背景,认清自己的长处和短处、自己的脾气秉性、自己的职业适应性、自己的才能、自己可能在哪个方面取得成功与成就。为了准确地判断自己,科学、合理地规划职业生涯,运用职业能力、心理、个性,认识到自己能干什么、要干什么、在什么地方干、怎么干,从而突出个性发挥,主动去适应社会。也只有通过精心地策划以及不断地修正和努力,一个人才可能实现自己的愿望,达到自己的目标,才能走向成功之路。

本教材由杨欢进、赵素云、翟建北主编,郑颖副主编。参加各章节编写的人员有:第一章由杨欢进撰写,第九章由翟建北撰写,第四章由赵素云撰写,第三章、第五章由郑颖撰写,第二章由韩玉强撰写,第六章由赵志川撰写,第七章由刘立欣撰写,第八章由赵冬梅撰写,第十章由付海玲撰写,前言由赵素云撰写。全书由郑颖、付海玲统稿。

本教材在编写过程中,参考了有关就业指导及相关学科的专著与文章,吸纳了其中许多精华,谨向其作者表示衷心的感谢!由于我们水平所限,加之时间仓促,书中难免有不妥之处,欢迎使用本教材的广大师生批评指正。

编 者

2009年4月

目 录

第一章 大学与人生规划	1
第一节 大学与人生	1
第二节 大学规划与职业发展	11
第二章 职业生涯规划概述	25
第一节 职业生涯规划的内涵	25
第二节 职业生涯规划的起源	36
第三节 大学生职与发展历程职业生涯规划的现状	40
第四节 大学生职业生涯规划的意义	43
第三章 职业生涯规划的基本理论	47
第一节 职业锚理论	47
第二节 人职匹配理论	53
第三节 职业发展理论	61
第四节 职业决策理论	73
第五节 认知信息加工理论	77
第四章 职业生涯规划的原则与步骤	81
第一节 职业生涯规划的原则及方法	81
第二节 职业生涯规划的基本步骤	86
第三节 职业生涯规划的影响因素	98
第四节 个人职业生涯规划书的设计与制定	105
第五章 职业生涯规划自我探索	113

第一节	自我认知的常用方法	113
第二节	职业个性及其测评	117
第三节	职业兴趣测评	128
第四节	职业能力及其测评	150
第五节	职业价值观及其测试	160
第六章	职业生涯规划的职业探索	169
第一节	职业认知	169
第二节	专业与职业	188
第三节	职业探索的途径与方法	205
第七章	职业发展决策	215
第一节	职业发展决策的含义与类型	215
第二节	影响职业发展决策的因素	220
第三节	职业发展决策的技术	224
第八章	职业生涯发展的素质基础	238
第一节	职业素质及其构成	238
第二节	大学生职业素质的缺失	249
第三节	职业素质与能力的培养	257
第九章	职业生涯的自我管理	270
第一节	职业生涯自我管理的内涵	270
第二节	职业生涯规划自我管理的内容	279
第三节	职业生涯资源的自我开发	288
第十章	职业生涯成功的评价体系	301
第一节	职业生涯成功的评价标准	301
第二节	职业适应与发展	311
参考文献		

第一章 大学与人生规划

本章学习目的和要求

经过激烈的高考,学生们跨进了梦寐以求的大学校门,但是许多大学生并不明白什么是大学,为什么要努力考上大学,大学究竟能为自己带来什么,如何完成大学学业?这些问题如果得不到解决,大学生就会处于迷茫的状态,无所事事又无所适从。

通过本章的学习,应当熟知什么是大学、大学的特征、大学的培养目标、大学规划的基本功能、大学规划应坚持的基本原则。重点要了解大学阶段对于人生的重要意义,掌握大学规划的基本内容:学会认知、学会做事、学会做人、学会共同生活。

第一节 大学与人生

大学时代是人生的重要时期,大学生应认识大学的特征和大学的目标,了解大学与人生的关系,把握大学对大学生的要求,有方向、有目标地提高自己,实现个人的人生理想。

一、大学是什么

(一)大学的定义

大学是人类文化发展到一定阶段的产物。历史上最早的大学可

以追溯到西方的古希腊、古罗马和我国的先秦时期,但是古代大学作为大学的雏形,与现代大学有着很大的差异。现代大学的源头是欧洲的中世纪大学,欧洲最早的中世纪大学是建立于 1088 年的意大利的波隆尼亚大学,1810 年德国柏林大学的建立成为西方由近代大学转变为现代大学的重要标志。随着社会的发展,大学在数量和质量上都得到了空前的发展,大学对促进社会发展起着越来越主要的作用,正如布鲁贝克在其《高等教育哲学》一书中所言:“每一个较大规模的现代社会,无论它的政治、经济或宗教制度是什么类型的,都需要建立一个机构来传递深奥的知识,分析批判现存的知识,并探索新的学问领域。换言之,凡是需要人们进行理性分析、鉴别、阐述或关注的地方,那里就会有大学。”

大学形成之后,许多教育家对大学的本质进行了分析,从不同角度对大学的定义做出了阐述。

1854 年,英国教育家、都柏林天主教大学校长纽曼(John Henry Newman)认为:“大学乃是一切知识和科学、事实和原理、探索 and 发现、实验和思索的高级保护力量,它描绘出理智的领域。并表明,一所大学就是一个群英会集的殿堂,天下各处各地的学子到这里来,以寻求天下各种各样的知识。”

1859 年,美国密歇根大学课程表的开场白:没有任何一个机构配得上成为大学,除非这个机构能够为想要学习任何一门科目的学生提供自由广阔的天地,令他乐此不疲。

牛津大学校长在北大校庆上发言:“大学是这么一个地方,它为追求幸福的男男女女们提供教育,给他们技能,让他们去获得寻找幸福的手段,获得寻求幸福的能力,而这个寻求幸福的能力,可能是知识,可能是能力。”

《简明不列颠百科全书》定义:大学是“高等学府,通常包括一所文理学院、研究生院和专业学院,并有权授予各个学科领域的学位。大学是社会政治、经济、文化等综合发展的产物,它不仅是现代高层次国民教育的基地、培养社会需要的各类人才的场所,而且是思想文化

的摇篮、知识创新的前沿、推动社会文明进步的重要力量。”

(二) 大学的特征

社会政治、经济、文化和科学技术的发展,为大学的发展形成了新的不断变化的外部环境,大学外部环境的发展变化,又推动了大学自身的变化,使大学形成了独特的特征。

(1) 核心性或前沿性。所谓核心性或前沿性,是大学对社会发展的贡献地位,从农业经济时代的社会边缘逐步走向知识经济时代的社会中心。现代社会正走向后工业化时代,社会经济的发展依赖知识创新,拥有知识创新的能力,就拥有经济发展的源泉。大学是知识创新的工厂,大学知识创新的能力在知识经济时代是社会经济发展的动力,大学也就成为知识经济时代社会经济发展的中心。

(2) 多样性。大学的多样性,是大学层次和类型的多样性、大学质量观的多样性,某种程度上也是大学思想或理念的多样性、大学举办方式等的多样化。一方面,大学有专科、学院、大学三个层次,既有普通高等教育,也有高等职业教育,既有单科性院校,也有多科性院校,乃至综合性大学;另一方面,大学层次和类型的多样化,大学的质量观或大学的思想理念也必然呈现多样化。

(3) 应用性。大学的应用性,指的是大学的人才培养和专业设计要面向社会、面向现代化。大学的应用性特征,可以说是大学社会服务职能的深广化,是大学走向社会中心的必然结果。这也是发达国家高等教育发展过程中获得的宝贵经验。“硅谷现象”和“剑桥奇迹”,就是大学应具有应用性的最好明证。

(4) 自主性。大学原本是学术性机构,自主决定内部事务。随着岁月的流逝,大学与世俗政权的关系越来越密切,大学自主的权力受到弱化。如何协调大学学术权力和行政权力的关系,一直是世界各国大学共同探讨的问题。纵观大学与政府关系发展趋势,政府对大学内部事务的干预越来越少,政府对大学重在加强宏观管理,大学的自主权越来越大。在大学内部事务管理中,学术权力的作用不断增强,教

授参与权不断加大,同时,不断引入竞争机制。

(5)开放性与国际化。大学的开放性与国际化,指的是大学重视国际之间的合作和学术交流,大学进入无疆界时代。现代社会科学技术的发展,各国之间的信息传递和人员往来频繁,犹如生活在一个“地球村”。信息流通的速度加快了全球化步伐,也促使大学加入国际化潮流。大学要增强知识创新的力量,必须具有迅速获取前沿学术信息的能力,加强大学国际化合作,是提高大学获得学术前沿性信息的必然途径。

(6)自研性。大学的自研性,指的是大学在研究外界高深学问的同时,也注重自身内部问题的研究。从整体性来说,大学是一个数量足够庞大的集合,随之大学的综合性、多样性也越来越凸显。大学面临诸多内外部因素的影响,大学健康和持续地成长受到方方面面力量的作用。正因为如此,大学也就必须对自身发展的内在规律和特点加以研究。

(三)大学的目标——培养人

大学应该培养怎样的人,一直是中外教育家们探讨和论述的主要问题之一。洪堡提出了培养“完人”,纽曼倡导培养“绅士”,奥尔特加指出在培养胜任各种职业的人的同时培养科学家,赫钦斯强调培养完人而非制造工具,到蔡元培提出“培养学生之完全人格”,梅贻琦强调培养“通才”,竺可桢倡导广育“英才”……培养什么样的人或人才,是大学的永恒话题。德国古典哲学家费希特(Johann G. Fichte, 1814)指出,人的使命包括知识、怀疑和信仰。所有这些观点的提出,都反映了大学对其培养人的目标追求。

大学教育的主体是大学生,即人。无论是知识的传授对象、知识的发现、创新主体,还是知识依托上的智性、美德,都是针对人的发展而言的,关于人的观点直接影响大学教育目标,现代社会人的发展观对大学目标观的借鉴意义有两方面:

(1)人的可持续发展。经济与社会面临可持续发展的问题,而人

类也不断地探索自身可持续发展的可能性。今天正处于一个社会变革时代,社会变革的加速化趋势使得人们要展望未来、倾向未来。人的发展已不仅仅是人在某一方面能力的发挥,也不仅仅是社会某一职业或角色的需要,人的可持续发展要将人的精神、能力等方面结合起来,人要从各种束缚自身发展的客观条件中解放出来,获得可以可持续发展的动力,不断地超越自我。大学教育的责任就是要考虑到受教育者发展的可持续性,使其能力不仅仅用于解决当前的各种现实问题,还要引导他们实现其发展的可能性。因此,大学教育的目标有预见性,充分考虑到受教育者在未来生活中的可能性,将他们发展的现实基础与未来发展的可能性结合起来,以未来发展的可能性作为进行当前教育的前提条件。

(2)人的完整性。大学教育的对象——人的完整性不仅表现在他对客观世界的改造活动中,而且也表现在他对于自我完善的内在要求之中。工业社会的劳动分工虽然将社会和高校有机地结合起来,但职业定向使得人只能发展自己能力的一方面而废弃了其他方面,使个人的知识、经验和技能越来越片面。当代社会生产方式的改变对人的全面发展提出了更高的要求,大学教育的目标是造就和谐发展的人,而不是简单的工具或劳动机器,大学教育有对人的发展和完善的终极关怀的目标。

另外,大学一直是一个充满理性和批判精神的场所,所以大学还理所当然地要遵循道德准则,担负道德理想,培养学生的道德人格。如果大学只是教给学生知识和技能,没有成功地培养学生如何“做人”,那教育也是不成功的。从根本上说,大学教育的目标是以对人的关注为核心,以对人的完善为目标。

所以,大学的教育目标,首先应把关注和尊重人的价值与尊严放在首位;其次,教育应以学生和谐发展为目标,培养全面发展的人才,为未来社会培养新人;再次,以培养学生的道德理想和完整人格为目标,培养社会文明的促进者。正像《学会生存——教育世界的今天和明天》中所说的那样:通过教育我们要学会生活,学会如何去学习,才

可以终身吸收新的知识;要学会自由地和批判地思考,学会热爱世界,学会在创造过程中促进发展。

二、大学阶段对于人生的重要意义

大学阶段是大学生学习知识、培养能力、发展智力、丰富阅历、积累经验、准备承担成人责任的过渡期,也是大学生步入社会的准备期。对每一个大学生来说,大学阶段都是一生中最重要的时期之一。

(一)大学为大学生人生观形成创设条件

大学周密的管理与合理的课程计划是大学生人生观教育的关键。

(1)通过隐性课程的建设,能够影响大学生的人生观。隐性课程主要是通过教育教学的环境体现出来的,这一环境不仅包括物质自然条件,还包括教育教学中师生互动而形成的师生关系所决定的心理和情境氛围因素,另外还有学校的教学传统、学习风气等因素。不论是看得见的环境,还是看不见的环境,受教育者的身心发展无不受到它潜移默化的熏陶。绿草如茵芳草满地、高楼林立窗明几净的环境,和谐民主、友好文明的师生关系,积极主动、拼搏进取的校风和学风,都会使学生身心愉快,有助于健康个性的养成和正确的人生观的确立。

(2)通过“两课”教学,能够强化大学生人生观教育。大学生对毛泽东思想、邓小平理论“三个代表”重要思想的学习是了解中国站起来、富起来、强起来的重要途径,他们可以从宏观态势把握中国的复兴靠的是一代代革命志士选择了正确的人生观、价值观、世界观,才使祖国走上现在的兴盛之路,从中体会到正确人生观的意义。

(3)通过开设心理健康教育课,促进大学生健康人生观的形成。针对高校大学生不良倾向行为呈上升趋势的现状,大学可通过大力开展心理健康教育与课内外的咨询活动,改变大学生不健康的心理和行为习惯,纠正其不正确的学习态度,促进大学生健康人生观的形成。

(4)民主化的学生管理。大学当前的学生管理不仅有硬性的管理条例和健全的制度,更在学生的管理中提倡民主化的软管理和以人为

本的情感管理,如举办辩论赛、各种球类比赛、学习竞赛等积极健康向上的活动,从有益活动中熏陶他们的思想和行为,在悄无声息的管理中使学生走上一条健康的人生发展道路。

(5) 师德建设。常言道:“师者,传道授业解惑也”,大学中教师的师德形象、人格魅力、儒雅气度、满腹经纶对大学生起着春风化雨式的熏陶教育作用,对大学生健康人生观的形成有着不可小觑的作用。

(二) 大学为大学生职业发展做好准备

大学教育属于专业教育,其任务是向大学生传授从事专业工作所需要的各类知识并进行一定的专业训练,培养方向是高级专业人才。大学依托其雄厚的专业力量和专业基础培养出的专业人才,能很快适应岗位的要求,而且,大学的教学越来越针对岗位的要求设置教学内容和具体课程,经过专业训练的大学生,与没有经过专业训练的就业人员相比,在知识、专业能力、综合素质、创新能力等方面都明显胜人一筹,而且这些在大学内就奠定了的职业基础会逐渐转化为一种职业优势和特长,随着职业阅历的增加,这种职业优势会一直延伸到许多年乃至一生。所以说,大学里所学的专业在很大程度上决定人一生的职业追求。诺贝尔奖金获得者中,95%以上的人都受过各种专业教育。我国科学院院士中,绝大多数受过高等教育。《中国科学家传略词典》收录的435名现代科学家中,有417人受过高等教育,占96.1%。我们曾对河北省部分高校的大学生做过职业生涯规划方面的调查,发现90%以上的大学生的职业目标选择与所学专业相关。所以说,大学阶段的专业培养具有决定性、关键性的意义。随着现代科学技术的发展,社会对专业人员的需求量增大,对专业人员的素质要求越来越高,这就对大学的职业定向功能要求更高。大学生考取大学以后接受的系统而专业的教育和训练是定向发展的关键阶段;毕业之后从事专业工作是定向发展的实现阶段。大学生要想全面成才,除了需要具有良好的文化与科学素养外,首要任务是学习掌握专业知识和专业技能,这为大学生以后的人生职业发展做好准备。

其次,大学为大学生职业化提供了优越的环境和条件。一方面,在大学里可以尽快接近当代的学科前沿。大学里集中了众多的专家学者,他们精通本专业的基础理论,了解最新的科学技术成果,具有丰富的科研和教学经验,他们的言传身教为大学生职业化提供了直接而便利的条件。另一方面,大学里一般具备现代化的图书馆和实验设备,学生在教师的指导下,通过系统的教学活动和严格的科学训练,尽早地接触实际,尽快地接近当前的学科前沿,在短时间内系统而准确地掌握前人的知识,使学生的能力尤其是创造能力得到显著提高,为大学生从事职业铺垫了宽广的知识基础。

再次,以大学生社会实践活动、课外科研活动、科学兴趣小组、科学系列讲座等为主要形式的第二课堂已经成为掌握知识和培养能力的主要环节。学校利用暑假,组织学生社会实践,学期内安排实习,组织学生参观,让部分学生参加教师科研并完成一定的具体研究工作,完成工矿企业的生产研究项目,参加城乡经济社会调查及其他业务实践活动,写出论文或专题调查报告,以达到学习知识和培养能力的辩证统一。第二课堂是第一课堂的延伸、补充和拓宽,是大学生实现大学与职业连接的有效桥梁。

(三)大学为大学生社会化奠定基础

大学生所处的青年期,是社会化最重要的时期,是初次社会化趋于完成的时期。大学教育是青年社会化的一条重要途径。大学生社会化是指大学生在高校学习期间,通过教育、学习、实践等活动所经历的社会化环节,在掌握专业知识和职业技能的同时,努力形成正确的自我意识,树立科学的人生观、价值观,完成大学生到社会人的转化。通过这一过程,大学生将实现从一个生物机体的“自然人”到一个能适应社会需要角色的合格社会人的转变,由“非独立的社会人”转变为自食其力、胜任社会角色的“独立社会人”,成为一个对社会有用并促进社会发展的人。

学校是一种有计划、有组织地向学生传授知识技能、社会规范和

价值标准的专门化机构,被称作第一位的社会化组织。大学是社会教化的主要承担者,是大学生个体获得和发展社会性的重要基地。通过有计划、有目的的大学教育,使大学生获得实际工作所需要的专业知识和技能,培养和提高认识、适应和改造社会的能力,顺利地完由自然人到社会人的转变。在大学生社会化的过程中,实际上也存在着一种社会方式的转变,即由根据大学生的本性或他们自身的要求进行社会化转变为根据社会的要求进行社会化。大学校园是大学生的主要生活场所,他们的大量时间都是在这里度过的,因此,校园文化对大学生社会化有着重要的影响。校园文化是置身于社会文化大背景中一种具有自身特征的亚文化,是由大学校园里的师生在长期的工作学习实践中共同继承、发展和创造的精神环境和文化氛围,深刻影响着大学生社会化的成长历程。全方位、多层次的大学校园为大学生提供了适应社会生活环境的条件和锻炼机会。

此外,大学生群体关系促进大学生社会化的实现。大学生同伴群体是由年龄相近,智力发展水平、兴趣爱好、价值观、行为方式和认识能力等方面都较为接近的大学生组成的一种非正式群体。大学生同伴群体都面临着共同的社会化问题,彼此间的交往互动十分频繁,有助于发展大学生表达自我的能力、展现自我的能力、相互沟通的能力以及竞争与合作的能力等,这些都为大学生走上工作岗位奠定一定的基础,有利于大学生社会化的顺利进行。

(四)大学为大学生健康成长提供环境

大学生的年龄多数处于18~24岁,是生命的黄金时期,但是,刚入学的大学生的身体和心理健康状况存在不容忽视的问题。大学新生的身体状况不容乐观,全国学生体质健康监测结果显示,我国学生的速度、耐力、爆发力、柔韧性等体能素质和肺活量持续下降,近视率超过71%。同时,大学生处于心理发展的重要阶段和个性形成的关键时期,他们虽然生理上已趋于成熟,但心理上还比较稚嫩、脆弱,自我认识和自我调控能力还不强,在处理学习、工作、社交、友谊、爱情以及

个人与集体、个人与社会的关系等方面的复杂问题时,常常产生矛盾冲突,导致心理发展中的失调和不平衡。大学为大学生身心健康成长提供了有利的环境。

首先,大学环境对大学生健康成长起着重要作用。大学环境包括物质环境和精神环境两方面,学校的物质和精神环境对人的成长起着巨大的熏陶作用,具有重要的教育功能。良好的校园环境,可以净化人的思想,规范人的行为,使人保持良好的精神状态,使大学生保持良好的心境,从而促进大学生健康成长。因为校园环境是人们实践的产物,具有真实、客观、具体、形象的特点,能对受教育者产生深刻而久远的影响。校园的环境,人文的氛围,对学生是一种示范,一种教化,一种熏陶,一种强大的潜移默化。这种春风化雨的过程往往是一种不自觉的过程,实现着无声教育的作用。利用这样的“隐性课程”对大学生进行教育,是促进大学生健康成长的重要途径。同时,受教育者的身心发展过程中具有接受环境影响的主动性和心理要求。许多大学生总是希望到环境优越的大学去求学,就是这种心理倾向的反映。因此,大学通过无处不在、无时不有的物质情境、文化情境,诸如校貌、校舍建筑、设备,校园文化设施、教室布置、种种仪式,校风校纪、校规、校训、班风、学风以及师生关系、同学关系等,对大学生的身心发展(包括知识、情感、信念、意志、行为和价值观等)产生潜移默化的影响。

其次,高校教师肩负着传承和创造人类文明的神圣使命,是青年大学生思想道德的塑造者和健康成长的引路人。高校教师的师德水平直接关系到大学生人生健康发展,通过树立远大的职业道德理想、掌握正确的职业道德知识、陶冶真诚的职业道德情感、磨炼坚强的职业道德意志、确立坚定的职业道德信念、养成良好的道德行为习惯,提高自身的文明素质和思想道德水平,用高尚的人格和超越的情怀使自身成为全社会的“文明窗口”,对大学生健康成长树立楷模,为大学生健康成长发挥着无形的辐射作用。

大学生健康要求大学生有健康良好的心理素质。大学为大学生健康发展做出了充分的准备,一是一些大学通过建立大学生心理档