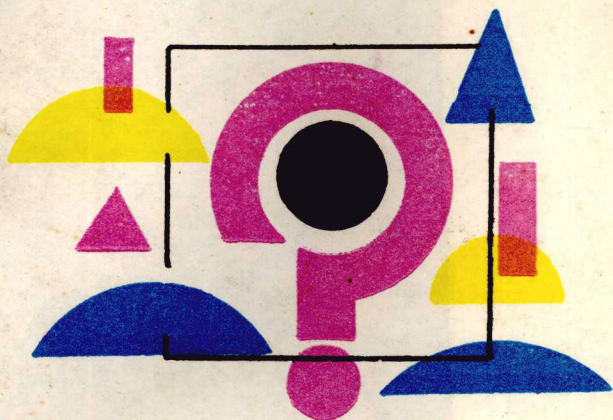


大学学习艺术丛书



大学生 | 疑难题解艺术

本书主编 邵代富

贵州人民出版社

大学学习艺术丛书

大学生

疑难题解艺术



本书主编 邵代富

贵州人民出版社

责任编辑
封面设计

唐流德
石俊生

朱光洪

大学生疑难题解艺术
贵州人民出版社出版
(贵阳市中华北路289号)
贵阳黔华印刷厂印刷

32开本

789×1092毫米 **5.75印张** **120千字**
1993年9月第一版 **1993年9月第一次印刷**

印数

BISN 7—211

定价：3.80元

大学学习艺术丛书编辑委员会

顾问：李兴国 何才华 王三运 吕传汉 龙超云

主编：冯仕文 张绪元

编委：（以姓氏笔画为序）

文开庭 王礼全 王泽洲 王健

王德钦 冯仕文 田在元 任雷波

刘支举 刘光星 刘震 刘培源

邵代富 陈达能 宣世臻 金惠康

姚小泉 张绪元 张锦明 张正忠

侯长林 侯兴灵 杨明 杨贵凤

黄开烈 韩山发 蒲芝权

会员交稿 献辞 青年

21世纪的钟声就要敲响，人类将送走一个千年世纪，迎来一个新的千年文明。九十年代是一个跨世纪的时代，机遇与挑战并存，是一个需要巨人而且必将产生巨人的伟大历史时期。

这个时代不寻常。世界正在由旧格局向新格局转换。新的科学技术革命正在迅速而又深刻地改变着人类的社会生活和生存方式，人类正共同努力克服核大战、地区性冲突、自然灾害、环境污染、生态平衡、南北差距等问题，以建立国际新秩序，谋求一个和平、发展、繁荣的新世纪。

这个时代不寻常。中国经历了取得显著成果的十多年的改革开放后，一个崭新的改革开放的春潮又在神州大地涌起。中华民族正在具有中国特色的社会主义大道上昂首阔步前进，用智慧、创造与辛勤工作去奔小康，去塑造中华民族在新世纪的民族形象，以实现一百多年来中华民族梦寐以求的强国、富民梦。

这个时代不寻常。青年大学生经历了十二载书山的跋涉，又站在跨世纪人生的新起点。实现四化、振兴中华的历史重任将落在跨世界青年的肩上。九十年代大学生任重道远。

面对这伟大的时代，跨世纪青年该怎么办？

学会学习！学会生存！

学习是一个既古老又新鲜、既平淡又深奥的话题。学习

活动伴随着人类社会的出现、进化而产生、发展。学习推动着人类社会不断前进，全部的人类社会发展史就是人类认识自己、认识世界和改造自己、改造世界的历史，也是人类学习的历史。人与人之间、民族与民族之间、国家与国家之间的差距在某种程度上来说就是学习的差异。

信息社会的到来，为人类学习活动打开了更为广阔时空领域，也使人类的学习面临着严峻的挑战和一系列新的挑战。正如罗马俱乐部1979年发表的《学无止境》中指出的那样，“当代学习的不足，导致了人类状况的恶化和人类差距的扩大。我们的学习方法是令人震惊的落后。这种情况使个人和社会面对全球问题所提供的挑战方面，都未能作好准备。这种学习上的失败，意味着人类在作好准备方面，仍处于全世界都不发达的水平……学习的失败从根本上说是我们一切问题的问题，这是因为这种失败限制了我们对付全球性问题中的其他每个问题的能力。”因此，学会学习，已成为发展自我，促进社会发展，推动人类文明进步至关重要的问题，已成为跨世纪人的人生主题。

这就是我们编写出版《大学学习艺术丛书》的初衷。《大学学习艺术丛书》编委会以贵州省太学学习科学研究会为核心组成，其中有贵州、四川二十五所高校从事教育科学与学习科学研究几十年的教授，有数十年如一日战斗在教学第一线、经验丰富的各门学科的大学教师，有长期从事大学生思想政治教育和管理专家，也有德智体全面发展的在校优秀大学生。《丛书》从一开始就得到学术界老前辈和有关领导的大力支持。贵州省教委副主任李兴国同志、贵州师范大学党委书记兼校长、副教授何才华同志、共青团贵州

省委书记王三运同志、贵州师大数学系系主任、副教授吕传汉同志、共青团贵州省委副书记龙超云同志，对《丛书》的选题、编写、出版都进行了悉心指导。贵州人民出版社给予了大力的支持和具体指导，以表示对我们工作的支持和鼓励。

《丛书》包括我们对大学生的学习和人类前途及命运的思考，反映了我们对新兴边缘综合学科——学习科学的大胆探索，寄寓了我们对大学生一片真诚的希望。

《丛书》力求从跨世纪高度，从新科技革命的背景，从大学习观的角度，在理论与实际的结合点上，对大学生学习作全面系统的透视，期望能够以较生动活泼的形式，展现当代大学生社会学习、集体学习、个体学习的面貌，总结优秀大学生学习的经验，精选、咀嚼、消化中外有关学习科学知识和各门学科知识，反映一系列富有创造性的研究成果。

《丛书》注重科学的思想方法和学习方法，注重新兴边缘学科和多学科对学习的透视，注重把学习科学研究的一系列重要成果以通俗易懂的形式介绍给大学生。

《丛书》是一块园地，我们衷心希望她成为连接我们与在校大学生的桥梁，成为我们共同的朋友、共同的事业。

《丛书》编写虽竭尽心力，但仍不免有疏漏之处，期望读者批评帮助。

大学学习艺术丛书编委会

前 言

市场经济大潮冲击着神州大地，社会的改革开放使人们的思想观念、生活方式、思维方式乃至行为方式的选择都发生了巨大的变化，人生面临着前所未有的新机遇新挑战。作为天之骄子的青年大学生，在人生的发展过程中，不可避免的也会遇到来自各方面的冲击，为了帮助同学们掌握好人生之舵，顺利驶向成功的彼岸，我们这些和大学生朝夕相处的普教通师，试图多层次、多角度、全方位透视现代大学生在学习、生活、社交、情爱、热点、择业等方面的疑难问题，以帮助大家释疑解惑。

参加本书编写的人有：遵义医学院邵代富、顾土龙、王刚、冷运琴；贵州师范大学李玉芬；金筑大学董楠、谢正禄；贵阳医学院张锦珊、陈希亮、钟良、丁朝刚、赖立刚；贵州财经学院刘支举、张绪元、周杰、简玉学、张康宁。本书由邵代富任主编，刘支举、顾土龙、李玉芬任副主编，张绪元、冯仕文主审。

由于水平有限，书中不妥之处在所难免。如果能有一个或几个问题可以帮助同学们思考，和我们产生共鸣，也就感到心满意足了。

目 录

引 子

1. 人生为何疑难多……………(1)
2. 大学生的疑难因素知多少……………(3)
3. 怎样从疑难中走出来……………(5)

新 途

4. 大学还是神秘的“围城”吗……………(8)
5. 大学与中学有哪些不同之处……………(9)
6. 怎样才能尽快适应大学生活……………(11)
7. 如何正确对待高年级同学的影响……………(12)
8. 为什么初入大学有一种新鲜感和紧张感……………(13)
9. 如何在大学生活中寻找属于自己的“星座”……………(15)
10. 定向生、委培生、自费生都同样有出息吗……………(16)
11. 进大学难，出大学容易吗……………(18)
12. 弃学经商的路能走吗……………(19)
13. 怎样度过“黑色周末”……………(20)
14. 想争取入党，又不好意思提出怎么办……………(22)
15. 大学生学雷锋就是做好事吗……………(24)
16. 做社会工作得不到理解怎么办……………(25)
17. 受到批评处分怎么办……………(26)
18. 无志也能成才吗……………(27)

19. 所学专业与想象的不一样 怎么办	(29)
---------------------	--------

学 习

20. 大学生为什么要有正确的学习目的	(31)
21. 如何掌握学习的主动权	(32)
22. 为什么要讲究学习方法	(34)
23. 如何吸取他人的学习经验	(35)
24. 怎样预习效果才好	(37)
25. 怎样阅读教科书	(38)
26. 如何培养学习兴趣	(39)
27. 如何掌握听课的技巧	(42)
28. 如何提高听课的质量	(44)
29. 如何提高听课的专注水平	(45)
30. 听课时思想经常开小差怎么办	(47)
31. 怎样复习才能抓住要领	(48)
32. 如何去发现和解决学习中的问题	(50)
33. 如何把握学习中的记忆与遗忘	(51)
34. 怎样利用工具书	(53)
35. 考试答题临场发挥有技巧吗	(57)
36. 怎样处理考试时的怯场现象	(58)
37. “临时抱佛脚”能考出好成绩吗	(59)
38. 别人要我参与作弊怎么办	(60)
39. 看到别人作弊怎么办	(62)
40. 为什么有时考试考不出应有的水平	(63)
41. 怎样看待男女生之间学习上的差异	(64)
42. 学习中怎样注意用脑卫生	(65)

43. 独立思考问题的能力差怎么办……………(67)
44. 怎样处理“用脑”与“动手”的关系……………(68)
45. 心理和生理上的差异会形成学习上的差异吗…(69)
46. 怎样处理“独立思考”与“互相帮助”的关系(71)
47. 在学习中出现了“偏科”怎么办……………(72)
48. 怎样克服厌学情绪……………(73)
49. 为什么说专业实习是大学学习的重要环节…(74)
50. 大学生参加一定的科研活动有什么好处…(76)
51. 为什么说学习的敌人是自己的满足……………(77)
52. 怎样从学习的挫折中走出来……………(79)

社 交

53. 怎样才能适应复杂的人际关系……………(81)
54. 朋友交往最忌讳什么……………(82)
55. 如何交友……………(84)
56. 怎样与老师交往……………(86)
57. 怎样消除同学之间的隔阂……………(87)
58. 怎样才能处理好寝室里的同学关系……………(89)
59. 怎样才能建立良好的人际关系……………(90)
60. 社交中应消除哪些心理障碍……………(91)
61. 怎样和陌生人打交道……………(93)
62. 如何看待“好心没有好报”……………(94)
63. 被别人误会和受委屈后怎么办……………(95)
64. 怎样同性格不同志趣不一的人交友……………(97)
65. 怎样才能给人留下良好的“第一印象”……………(98)
66. 怎样处理勤工俭学过程中的人际关系……………(100)

- 67. 应以什么样的形象进入社交场合..... (101)
- 68. 怎样才能摆脱不被人理解的孤独..... (103)
- 69. 怎样克服与人交往的羞怯感..... (104)
- 70. 怎样克服社交中的恐惧心理..... (105)

情 爱

- 71. 爱情与学业能兼得吗..... (108)
- 72. 恋爱是填补精神空虚的“药方”吗..... (109)
- 73. “一见钟情”到底好不好..... (111)
- 74. 怎样与恋人分手才能不使矛盾激化..... (113)
- 75. 失恋后怎么办..... (114)
- 76. 男女之间只有爱情没有友谊吗..... (116)
- 77. 怎样从单相思中自拔..... (119)
- 78. 怎样退出“第三者”的角色..... (120)
- 79. 遇到胡搅蛮缠的人怎么办..... (122)
- 80. 爱上了老师怎么办..... (123)
- 81. 失去贞操后能重新获得爱情吗..... (125)
- 82. 面对“爱的呼唤”怎么办..... (127)
- 83. 如何看待大学生中的“同居”现象..... (128)
- 84. 怎样把握好热恋的“度”..... (131)
- 85. 当投出或收到第一封情书时该怎么办..... (133)
- 86. 如何对待性冲动..... (135)

热 点

- 87. 为什么大学生中热点多..... (137)
- 88. 怎样看待校园经商热..... (139)

- 89.如何看待“武侠小说热”、“枪战影视热”… (140)
- 90.怎样修好“卧谈会”这门“必修课”…………… (142)
- 91.大学生过生日为什么越来越热…………… (143)
- 92.大学生的“超前消费”会降温吗…………… (145)
- 93.为什么大学校园的社团活动经久不衰…………… (147)
- 94.怎样看待“走海南”、“闯深圳”…………… (148)
- 95.怎样看待大学生中的外语热、计算机热…………… (149)
- 96.如何在“热潮”中把握自己…………… (151)

择 业

- 97.考大学难,择业更难吗…………… (152)
- 98.所学专业与工作发生矛盾怎么办…………… (153)
- 99.如何参与自由择业竞争…………… (155)
- 100.如何从择业烦恼中解脱出来…………… (157)
- 101.怎样才能找到满意的职业…………… (158)
- 102.我害怕踏入社会怎么办…………… (160)
- 103.应该怎样推销自己…………… (161)
- 104.怎样写好求职信…………… (163)
- 105.如何在应聘中选准目标把握时机…………… (164)
- 106.如何看待大学生择业的“三资”、“三沿”现象
…………… (165)
- 107.到集体企业、私营企业有前途吗…………… (167)
- 108.大学生下基层是大材小用吗…………… (168)
- 109.才华得不到发挥,是不是该跳槽…………… (169)
- 110.打开工作局面的钥匙在哪里…………… (170)

引 子

一个盛夏的夜晚，南方某校一群男女大学生不约而同地聚到倪南教授家小庭院里。就疑难的有关问题，与倪教授进行了风趣的对话。

1. 人生为何疑难多

王春同学首先提出了对话的主题。

倪教授：很高兴和同学们一起讨论疑难问题。什么叫疑难，其含义是什么，如何理解它？我想从我的名字说起。我小时候叫黎明，那时什么都不懂，什么也都想知道，对那些万事万物之谜，总爱打破沙锅问到底。从爷爷奶奶那滔滔不绝的故事长河中，我知道了不少天方夜谭和做人的基本道理。然而，父亲特烦我老是提些古怪问题，我的中小学老师却非常喜欢我提的各种疑难问题，他们叫我“小疑难”，常指给我解答问题的方法。中学时，我迷上了数理化和文学。知识的海洋，把我引进了神奇的天地，大学图书馆是我每天的必游之地。每一堂课下来，我都要问几个为什么，每逢讨论会，总爱同大家一起争得面红耳赤。同学们就因此送我一个“疑难专家”的称号。专家说不土，疑难倒是多一点，我喜欢疑难，于是就改名为疑难的谐音——倪南。五年的大学生生活，在认识大千世界万事万物的变化中，我饱览了人生重要旅途上的疑惑难解，使我在后来漫长的人生道路中，总喜欢同各种疑难问题较劲。

王春：倪教授的名字真有意思！所谓疑难，是不是就是各种疑惑难解的问题？

倪教授：有人认为一个人生活在社会上，总会遇到许许多多的难处，麻烦或挫折，这些众多的麻烦难、处与挫折，就是人生的疑难；也有人认为，人生在世，就是处在各种矛盾之中，人生的这些大小矛盾，便是大大小小的疑难；还有人认为，世界上的万事万物，在没有被认识或解开之前，始终是个谜，人们为了解开一个又一个的谜，不断地进行学习、探求、实践生活吗？

倪教授：是的。有谁不希望在生活中得到更多的幸福和欢乐！又有谁不希望把自己的一生装点得更加绚丽和美好！但是谁又能在现实生活中逃避来自各方面疑难的困扰呢？

李冬：对了，我记得有一首歌这样唱道：“生活是一支不和谐的歌，幸福、欢乐、痛苦、寂寞……”，还有一首歌词这样写道：“人生好像一杯浓浓酒，有人说它甜美，有人说它苦涩，有人醉在荒坡，有人却畅饮当歌……”

倪教授：这两首歌，正说明世上没有如意的“天国”，人生就是在众多疑难的困扰中奋斗。虽然，每个人的青春时代都充满了美好的诗意，但也包含着拼搏的艰辛。人生旅途，不只是铺满鲜花的五彩路，更有险峻的山峰和湍急的河流，人世间的酸甜苦辣、悲欢离合，就像孪生姊妹一样难舍难分。美好的人生，必须经过探索、奋斗、创造，不断排除和解决众多的疑难，才能前程似锦。因此，有人说，不怕人生疑难多，人生奋斗才是一支美好的歌。

这一个又一个的谜题，就叫做人生的疑难。上述理解究竟哪个较正确呢，我倾向于第二种理解。准确的表述是，所谓疑难，就是指人们在认识大千世界的万事万物中，在人生道路上所碰到的各种矛盾，常表现为麻烦、难处、困惑、排

折、疑惑等多种形式。世界是矛盾的，人生处处有疑难。

夏丽：人生为什么会遇到那么多疑惑难解的问题呢？

倪教授：哲学告诉我们，世界是物质的，每一物质都是对立统一的矛盾体，所以矛盾无处不在。对人来说，疑难无时不有。人是社会关系的总和，每一种关系就是一对矛盾，人与人、人与自然、人与社会构成的错综复杂的关系，就形成了人生中一幅幅千姿百态、气象万千的疑难图。人就是在主观与客观的矛盾中，在人与人自身的矛盾中，不断发现矛盾，解决疑难，得到发展的。

秋娅：人们在大千社会中所进行的这些，就是为了从疑难中寻求解答，创造一个美好的旋律，才变得丰富多彩的。

自然赋予人们的不调和还很多，人们自己萎缩堕落退步，退步的也还很多，然而生命决不因此回头。无论什么黑暗来玷污花里胡哨，什么悲惨来袭击社会，什么罪恶来亵渎人道，人类渴仰完全的潜力，总是踏着这些铁蒺藜向前进。

——鲁迅

2. 大学生的疑难因素知多少

兰凤：大学生中的各种疑难，是我们大学生活的重要内容。那么，大学生疑难的产生与排解，同哪些因素密切相关呢？

倪教授：大学生疑难，是指大学生在大学生活中碰到的一切疑惑难解的问题。大学生在现实生活中，经常碰到的，一是新进大学时的疑难；二是学习方面的疑难；三是友情恋爱上的疑难；四是社会交往中的疑难；五是各种热点疑难；六是选择就业的疑难。常见的这六个方面的大学生疑难，虽

不能穷尽大学生生活中的一切问题，但就是这些，已足以说明大学生疑难是你们奔向未来的一个又一个的“门坎”。

产生与越过这些“门坎”的主要因素，一方面与客观社会环境，人的心理因素密切相关。因为每个同学所处的客观社会环境不同，产生的疑难和排解疑难的方法也不尽相同，复杂多变的社会影响和客观环境，即是滋生疑难的客观条件，也是影响和制约排解疑难的重要因素。现实生活中许多疑难的滋生，排解，往往受所处客观社会环境因素的左右，我们不能忽视它。同时，疑难的产生与排除，人的心理因素也很重要。一个性格开朗、意志坚强的人，兴趣爱好广泛、善于思考的人，虽然也逃脱不掉疑难的困扰，但在一度心理失衡的情况下，却能及时调整，寻找排解疑难的正确方法。大学阶段，是同学们健康成长的关键时期，是人生道路上的重要转折阶段。虽然每个人的小环境与社会影响千差万别，但所处的社会大环境却基本一致。在这种情况下，只有正视各种客观环境和社会因素的影响和制约，通过不断的奋争，有意识地努力锻炼自己良好的心理品质，才能在人生的大道上，成为排解诸多疑难的强者。另一方面，大学生疑难还与人的知识、智力和社会生活实践密切相关。在大学生活里，每个人碰到的疑难虽各有差异，但不少却是雷同的。由于每个人的文化思想修养、知识和智力不一样，社会生活实践不一样，对疑难的认识与排解，存在着较大的区别。一般地说，知识面较宽，智力较强，社会实践生活经验多一些的人，不仅对疑难的承受力要强一些，而且也能善于用所掌握的各种知识和丰富的实践经验，去寻求和排解疑难问题。在大学学习的过程，本身就是一个不断认识和排除各种疑难的过程，