



普通高等教育“十二五”规划教材

学会学习与职业规划

钱杭园 李文莉◎主 编
马小辉 童晓晖◎副主编



科学出版社
www.sciencep.com

普通高等教育“十二五”规划教材

学会学习与职业规划

钱杭园 李文莉 主 编

马小辉 童晓晖 副主编

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本书共分上、下两篇,上篇主要介绍了大学、大学教育、大学学习的特点及大学生创新思维的培养,指导学生进行专业定位、课程学习及课外学习,使学生了解大学,熟悉大学生活,掌握大学学习方法。下篇详细论述了职业生涯规划的基本理论及个人职业生涯规划的相关内容,旨在帮助大学生明确职业定位,做好规划设计,将未来发展与目前学习紧密结合起来,将人生目标定位与职业规划和大学学习紧密结合起来。

本书可作为高等院校各专业的公共基础课教材,也可作为各类职业培训机构的培训用书,还可供具有中等以上文化程度的广大社会读者阅读。

图书在版编目(CIP)数据

学会学习与职业规划/钱杭园,李文莉主编. —北京:科学出版社,2010
(普通高等教育“十二五”规划教材)

ISBN 978-7-03-028912-4

I. ①学… II. ①钱…②李… III. ①大学生—学习②大学生—职业选择
IV. ①G642②G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 174080 号

责任编辑:朱大益 / 责任校对:耿耘

责任印制:吕春珉 / 封面设计:东方人华平面设计部

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

百 善 印 刷 厂 印 刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2010 年 9 月 第 一 版 开本:787×1092 1/16

2011 年 7 月 第二次印刷 印张:16 1/4

印数:7 001—11 000 字数:385 000

定价:28.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换〈百善〉)

销售部电话 010-62134988 编辑部电话 010-62138978-8205 (VF02)

版权所有,侵权必究

举报电话:010-64030229; 010-64034315; 13501151303

前 言

自 20 世纪 70 年代联合国教科文组织发表《学会生存——教育世界的今天和明天》的宣言以来，“学会学习”已成为一种新的教育理念和学习观念。“大学生必须学会学习”已越来越成为普遍的共识，“学会学习”也成为“改变未来人生的力量”，是“个人通向 21 世纪的交互式护照”。因此，我校自 2001 年起，就把《学会学习》课程作为一门公共基础课正式列入本科人才培养方案之中，在大学新生入学的第一学期开设，期望大学新生通过“学会学习”，尽快转变学习观念，适应从中学到大学的转变，确立大学的学习方法。课程开设以来，取得明显的成效，并获得媒体的关注。

职业生涯规划（Career Education，简称职业规划）最早起源于美国。1971 年，曾任美国教育署长的马兰博士（Sidney P. Marland）说：“职业生涯规划教育是为全民而非部分人民的教育，它教育下一代在心理上、职业上及社会上的平衡与成熟的发展，使每个国民成为自我认知、自我实现及自觉有用的人。”大学生职业生涯规划是一个人一生职业生涯规划中一个很重要的阶段性规划，因为它可以帮助大学生进一步明确职业方向，把学习专业知识和专业技能、培养职业素质、建立人际关系有机地结合起来，以增强其综合素质与能力。因此，我校自 2009 年起，计划将《大学生职业生涯规划》列入本科人才培养方案中。

在我校进行的新一轮教育教学改革中，我们提出了把“学会学习”和“学会职业生涯规划”整合在一起的设想，即把这两部分内容合编成一本教材，分别在前后不同学期开设，并以此申报了学校教材建设的规划课题。2009 年，这一教材建设规划课题获得学校正式立项，由此，也加快了我们的课程改革和教材编撰的步伐。呈现在读者眼前的这本由浙江农林大学教材出版基金资助项目资助出版的《学会学习与职业规划》就是这一改革与研究的成果体现。

本书由钱杭园、李文莉任主编，马小辉、童晓晖任副主编。参加编写的有（以执笔章节次为序）：章晓雯（第一章），童晓晖（第二章），修树东（第三章），钱杭园（第四章），冯金明（第五章），马小辉（第六章），李文莉（第七章），刘德弟（第八章）。其中，第一至第四章由钱杭园统稿，第五至第八章由马小辉、李文莉统稿，全书由钱杭园、童晓晖统稿。

本书是课题组集体智慧的结晶，也是这些年来学校教育教学改革和教材建设的一个成果。在编写过程中，同时也参考、吸收了国内外同行的相关研究成果，并在书末以参考文献的形式予以注明。在此一并向他们表示谢意。

*由于编者水平有限，书中疏误及不当之处在所难免，恳请广大读者批评指正。

编 者

2010 年 6 月于浙江农林大学

目 录

上篇 学会学习篇

第一章 大学：人生阶段的新开始	3
第一节 大学与大学生的责任感	3
一、认识大学	3
二、大学学习与中学学习的不同点	4
三、大学生的责任感	7
第二节 大学与现代学习观念	9
一、学习的本质	9
二、现代大学学习观念	10
第二章 大学与大学教育	24
第一节 大学理念与大学精神	24
一、大学的起源、理念与性格	24
二、大学办学理念与办学精神	27
第二节 大学教学过程及其特点	31
一、教学过程及其基本要素	31
二、教学过程的基本性质	32
三、大学教学过程的基本特点	33
四、适应大学教学过程的学习策略	35
第三节 大学教学管理制度	39
一、学分制与学年制的基本内涵	39
二、学分制与学年制的区别	40
三、选课制与导师制	42
四、选课制的选课原则	43
第四节 大学课程和学习策略	44
一、大学课程结构的特点和改革趋势	44
二、基础课的学习策略	45
三、专业基础课的学习策略	48
四、专业课的学习策略	50
第三章 大学学习	52
第一节 大学学习及其特点	52
一、大学学习的基本内涵	52
二、大学学习的特点	52



第二节 大学学习的一般原则与常用方法	54
一、大学学习的一般原则	54
二、大学学习的常用方法	56
第三节 大学学习各环节的学习方法	58
一、课堂教学的学习方法	58
二、实践教学的学习方法	64
三、论文写作	68
四、专题设计	70
第四章 大学生创新思维的培养	73
第一节 创新思维的本质与过程	73
一、思维与创新思维	73
二、创新思维的本质	77
三、创新思维的过程	80
第二节 大学生创新思维的培养	82
一、大学生的成才和培养	82
二、创新思维的形式和创新思维方式	84
三、大学生创新思维的培养与训练	86
下篇 学会职业生涯规划篇	
第五章 职业生涯规划概述	95
第一节 职业与人生	95
一、职业生涯规划的基本内涵	95
二、职业生涯规划对人生的意义	99
三、大学生与职业生涯规划	101
第二节 职业生涯规划的发展	103
一、国外职业规划的理论与实践	103
二、国内职业生涯规划的历史与现状	107
第三节 职业生涯规划基础理论	108
一、经典理论	108
二、职业生涯规划理论的新发展	116
第四节 影响职业生涯规划的因素	119
一、影响职业规划的自身因素	119
二、影响职业规划的职业生涯因素	120
三、影响职业发展的环境因素	121

第六章 自我探索.....	125
第一节 性格纬度.....	125
一、气质	125
二、性格	128
三、MBTI 的运用.....	130
第二节 兴趣纬度.....	135
一、兴趣	135
二、霍兰德兴趣类型理论的运用	136
三、霍兰德职业索引.....	139
第三节 能力纬度.....	151
一、能力	152
二、职业能力	152
三、技能	153
四、雇主们最重视的技能.....	154
五、生涯人物访谈.....	155
第四节 价值观纬度.....	158
一、职业价值观.....	159
二、职业价值观的分类.....	159
第七章 职业世界探知.....	165
第一节 了解职业.....	165
一、职业的特征与分类.....	166
二、职位分类	168
三、职业制度	170
四、职业信息搜集与处理.....	172
第二节 当代职业变迁及其发展趋势.....	176
一、影响职业变化发展的因素.....	177
二、全球职业变化发展态势	177
三、我国职业变化发展态势	179
第三节 职业胜任.....	182
一、职业胜任的基本概念.....	182
二、知识、技能和经验对职业活动的影响	186
三、个体特征对职业活动的影响	188
第四节 职业发展与职业成功	191
一、职业发展的影响因素分析.....	191
二、职业发展通道的类型.....	195
三、实现职业成功.....	198



第八章 职业生涯规划的决策与行动	204
第一节 职业生涯目标的确立	204
一、职业生涯目标及意义	204
二、职业生涯目标的确立方法	205
三、职业生涯目标探索	210
第二节 职业生涯决策	212
一、职业生涯决策及其理论	212
二、职业生涯决策方法	214
三、职业生涯决策步骤	217
四、职业生涯决策困难	218
五、职业生涯决策的影响因素	219
六、职业生涯决策中存在的问题	221
七、大学生职业生涯规划方法	222
第三节 职业生涯规划的实施	225
一、职业生涯规划的实施步骤	226
二、实施职业生涯规划应具备的能力	228
三、实施职业生涯规划应把握的关键点	230
第四节 职业生涯规划的调整	232
一、职业生涯规划调整的原因	232
二、职业生涯规划调整的原则	232
三、职业生涯规划调整的方法	233
附录一 大学职业生涯规划的十个阶段	238
附录二 我的职业生涯规划	242
附录三 职业生涯人物访谈问卷	247
参考文献	249

上篇

学会学习篇



第一章 大学：人生阶段的新开始

大学历来是求学者放飞希望的梦想舞台，是莘莘学子心目中神圣的科学殿堂。人生的理想将在这里奠基，事业的发展将在这里起步，合理的知识结构要在这里构筑，完美的个性要在这里塑造，人生新的旅程要从这里发端。大学新生如何面对新环境、适应新环境，明确发展的新目标，规划好未来的职业生涯，不仅对于大学生顺利度过“黄金时期”，乃至书写自己一生的履历，都有着重要的意义。大学，是人生阶段的一次新的旅程的滥觞；大学生应该树立正确的人生观、价值观，为自己的人生书写又一新篇章。

第一节 大学与大学生的责任感

每年的金秋时节，大学这块升起希望和理想的地方，都会迎来一张张充满青春朝气的新鲜笑脸。在完成了中学阶段的学习之后，通过高考“独木桥”而成功跨入大学校门的许多同学，可能油然而生的第一感觉是“大学，好自由啊”。是的，在大学里，老师不再像中学时管得那么严、那么细了，学习、生活主要靠的是自己，大学新生要学会自己承担责任，独立自主地面对大学生生活。

一、认识大学

1. 什么是大学

大学，是令人向往的育人摇篮，是从事科学研究的神圣殿堂，也是科学民主进步的首善之区。大学，以自身的高品位去塑造学生的高素质，培养造就出具有高端学习品质、崇高精神品质、出色实践品质、优良创新品质的优秀大学生。

大学教育是一种不同于中小学的教育形式，而不是中学后教育发展的一个阶段。大学是 University，而 Universe 是“宇宙”，就是“全”。大学就是直面完整，直面 Universe 而展开知识、人格和灵魂的自由探究。大学是引导学生在对完整的无限追求中实现对自我人格的超越与完成。大学教育的根本目的，一是求知，二是育人，就是完成个人的人格。蔡元培先生说：“教育者，养成人格之事业也。”作为高级阶段教育的大学，其根本目的正是培育完全、完善、完整的人格。

2. 为什么上大学

我们读大学最应注重的，是个人的自我发展与完善。大学不仅能帮助学生“读书明理”，更重要的是督促、帮助、激励学生提升修养、品质、智慧。大学教育对于年轻人形成正确的人生观、价值观，对于发现和理解生命的意义有极大的引导作用，是人们的



精神家园。在现代,大学已经逐渐发展成为高等教育系统,它由各种类型的高校组成。不同类型的大学,在社会职能与社会定位、人才培养目标、教育教学模式等方面各不相同,就读于不同类型的大学,也会影响到学生今后的不同职业生涯。选择大学,应当是个人对大学意义与价值和自身发展设想充分认识基础上的理性判断。一般而言,今天的大学至少能提供以下服务:

大学是探究未知世界的场所。具有好奇心的年轻人与致力于探究未知世界的教师结成共同体,大家志同道合,在满足好奇中推动人的发展和社会发展,这样的职能是其他社会机构无法替代的。

大学是年轻人交往的地方。大学把来自四面八方,有着各种文化背景、生活体验与经历的学生汇集起来,让年轻人相互交往并且相互学习,为每一个学习者提供发现不同的交往伙伴的机会,这是一个人成长中极可宝贵的财富。

大学是实现学生身份到工作身份转化的必要预备。大学既帮助大学生形成工作所需要的专业能力,又帮助他们完成工作准备、形成个人就业的“配置能力”(个人在就业市场上发现机会、自我判断、抓住机会实现就业的能力)。大学对大学生在心理、文化、人际交往、专业等方面的训练,正是为了实现这样的“配置能力”。

我们上大学,不只是为了一纸文凭,更是为了今后自己全面自由的发展和为祖国奉献聪明才智。因此,选择了大学,就要清醒地意识到,大学生活不是上几堂课、读几本书、拿几个学分、得到一张或几张证书就“功德圆满”了,重要的是获得思想的成熟、知识的拥有、能力的提高、素质的优化。

3. 大学期间能做什么

每个人的职业规划不可能一步到位,要根据现实情况以及可能出现的机遇不断调整自己的人生目标,最终向自己的理想目标迈进。在大学期间,大学生应该有意识地积累知识、锻炼能力、提升素质,以便毕业后能尽快适应社会、很快投入工作,早日实现自己的人生目标。

大学生都渴望毕业后能找到一份令自己满意的工作。但是要在众多的竞争者中脱颖而出,殊非易事。因此,在大学阶段,就应该认真考虑自己未来的职业选择,形成初步的职业生涯规划。在接受了专业知识、理论和技能的学习、训练后,就要选择到目标公司或单位实习。作为一种行之有效的自我评测途径,实习可以积累起行业经验,也可以使自己更清楚自己的兴趣点、专长以及不足之处。而且实习也是一种模拟就业,因此,实习时所经历的事情会极大地激发你的潜能。

总之,大学期间,大学生既要学习好专业知识,锻炼好专业技能;又要正确对待专业实习与各种社会实践活动,把握住一切机会,不断完善自我。

二、大学学习与中学学习的不同点

大学学习生活,是中学阶段学习生活的继续,但二者相比,又有显著的区别。

1. 培养目标不同

教育的本质是为了传授知识、提升人的素质，延续人类文明。但是，中学是基础性教育，它本质上是为中学生的继续学习做一般性的基础文化知识准备。中学教育强调学生掌握书本知识，让学生经过一系列的严格训练，顺利通过升学考试，进入更高阶段的学习。

大学则不同，它是一种瞄准未来社会经济社会发展的需要，尽可能照顾到大学生未来职业的专业性教育。大学是要培养能够担当大任、领引潮流、为社会经济发展作出贡献的高素质人才。因此，大学教育不仅注重知识的传授，更注重能力和素质的培养、提高，强调学以致用。

2. 培养模式不同

中学是封闭式教育，主要培养“考”生，大学是开放式教育，主要培养“学”生。由于追求目标不同，中学与大学教育、培养学生的模式也不同。中学教育质量高低的衡量标准是高考的上线率和重点率，因此，中学是以培养取得高分的“考”生为主要目标的“应试教育”。“应试教育”的模式是封闭的，所有中学都按照高考考试大纲的要求，按照“老师讲授——解题示范——课外解题练习”的教学模式来组织教学，“分数”成为衡量学生的唯一标准。

大学则不同，它是一种开放式的教育，除了教师传授知识以外，更重要的是要让学生主动地进行探究性的学习，让学生懂得如何用批判性思维去辨别真理。通过前瞻性、高效性、多维化和综合化的学习过程，使学生转变理念，开阔视野，提升能力。大学教育强调学生不仅仅要“学会”，更重要的是要“会学”。因此，倡导“学生合格基础上的扬长教育，全面发展基础上的各项发展”也就成为许多大学的培养理念。

3. 学习内容不同

在中学时大家忙一样，在大学里大家不一样地忙。英国著名哲学家怀特海说：“在中学阶段，学生伏案学习；在大学里，他应该站起来，四面观望。”这就是说，在中学，学生课内课外只忙一件事，就是把精力集中在高考要考的几门课的学习上，对高考要求以外的东西谁都不想也不可能过多地去关注。

大学则不同，它是一种职业性的素质教育。一方面，不同专业有着不同的课程设置和学习要求，学习内容、教学模式和学习方法都会有所不同。另一方面，大学不仅要求重视课堂学习，也要求重视实践训练；不仅学习理论知识，更要培养各种能力。因此，大学生必须明“目”扩“胸”，需要想“每一步该怎么走”。“醒”着，还是“睡”着，人生轨迹就因此而大相径庭。

4. 教学方式不同

中学教师“赶”着学生走，大学学生“追”着教师走。中学阶段，教师既是学生学习上的指导者，有时也是生活上的“保姆”。他们天天围着学生转，时时“赶”着学生



朝着考上大学这一明确具体的目标不遗余力地拼命往前走。

大学则不同，大学教师希望培养大学生自主学习的能力，需要放手让学生自己去学会独立思考，提高分析和解决问题的能力。大学教师不是 teacher，而是 instructor。因此，大学教师不可能天天围着学生转。从这一意义上讲，在大学应该是学生“追”着老师走，谁“追”到的老师多，谁就能学到更多的知识。

5. 学习方式不同

中学阶段老师帮你掌控，强调标准；大学阶段需要自己经常“反省”，鼓励创新。在中学阶段，学生习惯于老师“填鸭式”教学，上课速度慢，解题示范多，当堂消化所学内容，而且有经常性的考试检查。为了避免学生考试失误，教师会对解题步骤、书写格式提出“规范”标准。中学生似乎成了学校这座工厂培养出来的“标准件”。

大学则不同，大学老师讲课是精、少、快，而且一般只讲重点难点、整体结构等一些关键问题，许多课程内容需要学生自学完成。因此，大学阶段学习学生需要经常“反省”，投入足够的自学时间。同时，大学有倡导学术自由、鼓励学术创新的氛围，所以，在大学，学生不仅要获得“鱼儿”，更要学会“打渔”。

6. 学习状态不同

中学是被控式学习，要求服从，大学阶段强调自主性学习，倡导个性。中学阶段，教师对学生的管理非常严格，有的还采取“半军事化”管理模式，学生少有自由时间、自主安排。因此，中学阶段，老师发挥着主导作用，学生的学习计划、学习内容、学习时间都由老师安排，学习方式、解题步骤、书写格式也按老师的规定去做。学生成为一台被动学习的“机器”。

大学则不同，它强调的是自主自觉的学习，因此，需要大学生有自我加压的意识和自我控制的能力。大学给学生提供了自主发展、张扬个性的空间，而这又给大学生一份考验。一些大学生之所以会在学习上“掉队”，并不是缺乏理想和基础实力，主要是缺乏学习的自主性、自觉性和持之以恒的态度。另外，也有一些学生理解不了大学这种“自由”的真实含义，以致自己这艘小舟还没出海就被“自由”之风吹得晕头转向、东倒西歪了。在失去外界强制约束的情况下，他们一开始就放松自我，最终走向失败。

7. 发展道路不同

中学靠别人帮助规划，大学需要自己学会规划。在中学阶段，学生是在老师的帮助下规划学习生涯的，比如：上什么课、做什么作业，怎么样复习，考什么大学，甚至填报志愿等等。大多数情况下，学生没有太多的选择权，是在走别人帮你规划好的道路。

大学则不同，一切都由自己做主，自己说了算。因此，规划好自己的学习生涯，是每个大学生必须自己去面对的新问题。大学生在做任何事之前，一定要对自己及周围的环境有清晰的定位、深刻的了解。在此基础上，下决心选择自己要走的路。大学阶段走得顺不顺利，主要取决于大学生是否有一份好的生涯规划书。

三、大学生的责任感

大学生的责任感,是指从大学生作为一个特定的责任主体出发,分析其行为的价值取向,引导其关注自己的行为后果,承担起自己所应尽的责任,形成自觉的责任意识。它更多表达的是国家、社会对大学生的一种社会使命或历史任务的期许和引导。

大学生有了责任感,就会积极面对生活,就能够关心他人、群体和社会,对自己的前途命运负责,对自己赖以生存的社会负责,就敢于对自己的言行及其后果负责,就能体验到人生的意义与价值。大学生的责任感包括:自我责任感、家庭责任感、他人责任感、社会责任感。

1. 自我责任感

自我责任感,是指人作为一个独立的个体存在,首先应该对自己负责。一个对自己都不负责任的人,又如何去对他人、社会承担责任?对自己负责,也是责任感培养的起点。自我责任感强调对自己负责,尊重自我,爱护自我,具体包括自我成才、提高自身修养等。

(1) 自我成才的责任意识

大学生要想成为具有高度责任感的人,首先要有自我成才的责任意识,要成为掌握现代科学文化知识的人。对大学生来说,掌握知识是首要任务,学习责任感是必不可少的,它是学习现代科学文化知识的内在动力,是学生完成学业、使自己全面发展的有力保障。当代大学生只有树立自我成才的责任意识,才能全方位地发展自己的才能、发挥自己的个性,全面提高自己的思想文化素质、学术素质和生理心理素质,才能使自己在激烈的竞争中立于不败之地,才能在国家未来的经济建设和社会发展中作出自己的贡献,实现自己的人生价值。

(2) 提高自身修养的责任意识

个人内在的修养是建立自我责任感的基本要素,只有通过内在的修养,才能把外在的责任要求转化为自身的责任意识。曾子曰:“吾日三省乎吾身。”自省是加强个人修养的基本前提,一个人缺乏自省,他就永远不能求得良好的发展和人格的完善。人只有随时随地反省自己,才能使自己少犯错,不断地发展完善自己,才能认真履行自己的职责,确定正确的人生轨道。

2. 家庭责任感

家庭是社会的细胞。家庭责任感,就是要对家庭负责,这是社会稳定和发展的基本前提。而且,家庭责任感也是形成大学生爱心的前提。大学生在家庭的氛围中,从亲情关系的感情上领悟到家庭的爱,享受到被爱的愉悦,产生关爱他人的意识,进而从理性上逐渐认识到人与人相互间需要用责任意识来协调,由此可萌生对他人、社会的爱心。家庭责任感具体包括:和谐、感恩等意识。



(1) 和谐的意识

家庭责任感中的和谐,是指家庭成员之间配合得非常默契,心往一处想,劲往一处使。“二人同心,其利断金。”一个对家庭有责任心的人,只做好自己的事是远远不够的,他们有责任主动关心其他家庭成员,分担一些力所能及的家务,孝敬尊重长辈等,为家庭和谐担负相应的责任。

(2) 感恩的意识

感恩,就是对自己生存和发展过程中产生过积极作用的人和事物的一种感激与回报。它是一种发自内心的感念,并会转化为人们的实际行动去回报他人和社会。感恩不仅是一种品德,也是一种生活态度,如果人与人之间缺乏感恩之心,必然会导致人际关系的冷淡。在大学生中提倡感恩意识,有利于帮助大学生更好地审视自己、认识自己,用行动来回报父母、报效国家。他们可以从朴素的感恩教育中孕育出深刻的人情味和人文关怀,使自己对父母感恩、对老师感恩、对生活感恩、对帮助过自己的人感恩,进而增强对自己负责、对父母负责、对社会负责的责任意识,并将之化作实际行动。

3. 他人责任感

人的社会性,决定了作为个体的人,其生存和发展离不开他人和社会。个人之所以能够在社会中生存,正是因为他人的存在。人与人之间的这种相互依赖性,决定了人与人之间必须相互承担责任。因此,人生价值内容的本身,就包含着对他人承担一定责任。他人责任感是一种自觉的对他人负责,尊重他人、关爱他人、与他人很好地交往与合作的主体意识,主要包括:关爱他人、诚信相处等意识。

(1) 关爱他人的意识

孔子说:“仁者爱人。”大学生作为社会的栋梁之才,应具备关爱他人的责任意识,要关怀和同情弱者以及社会弱势群体,伸张社会正义,坚决抵制各种邪恶势力。通过责任感的培养,大学生学会关爱他人,学会爱与被爱,这对提高学生的交流和合作能力具有良好的促进作用。在关心他人的过程中,个体能够体验到自我与非我的内在联系,体验到个体的存在对于整个生态系统的依赖性,从而自然生成一种对自己、他人、社会、人类生存状态的普遍关心的责任意识和完成责任行为的责任能力。要真正懂得关爱他人也就是关爱自己,对别人负责也就是对自己负责。当这种爱、这种责任延伸开来,就成长成为一种惠及社会的无比巨大的力量。

(2) 诚信相处的意识

诚信是为人处世的行为准则,诚信是一种道德要求,它不仅是个人的道德评价尺度,而且也是一个社会赖以生存的基石。一个缺乏诚信的人,是不可能取得他人的信任并在社会上立足的。

诚信相处,就要做到:履行诺言、表里如一、取信于人,勇于承担起自己应尽的责任。大学生就是要用诚信相处这一道德准绳来正确处理好个人与他人、与社会的关系,成为一个真正负责任的人。

4. 社会责任感

社会责任感,是指社会群体或者个人在一定社会历史条件下所形成的为了建立美好社会而承担相应责任,履行各种义务的自律意识和人格素质。社会责任感往往通过人们对社会责任的认识和理解、对社会责任的态度以及人们的行为表现出来,主要包括:对国家、民族的责任意识和对地球未来的忧患意识。

(1) 对国家、民族的责任意识

大学生对国家、民族的责任意识,就是要求大学生在自我责任感、家庭责任感的基础上,更要有参与国家公共事务,为公共利益服务的责任感。其中最主要的就是爱国主义情感。爱国主义是一种对国家民族深厚的感情,只有热爱祖国、关心国家前途和命运的人,才会有强烈的对国家、民族的责任意识。爱国主义情感是激励人民团结奋斗,振奋民族精神,增强民族凝聚力的精神动力。

爱国主义情感的核心是视祖国的利益高于一切,维护民族独立和国家主权完整,心系民族的命运和祖国的前途。大学生应该深切关心祖国的前途和命运,不负时代重托,把实现自己的人生价值同祖国的需要结合起来。

(2) 对地球未来的忧患意识

科技进步、经济发展使人类生产力得到空前提高,但同时也使人类面临前所未有的生态危机,地球面临严峻的环境危机。因此,对地球未来的忧患意识,就要求人们主动培养全球生态伦理意识,即着眼于全球,从整个人类的利益出发,要对生态环境高度负责,善待自然,遵循自然规律,爱护环境,节约自然资源,把个人的行为放在整个生态系统的动态平衡中加以考虑,确保人类和自然的和谐可持续发展。

第二节 大学与现代学习观念

一、学习的本质

学习,对于每位同学来说是再熟悉不过的事情了。但是对于“学习的本质是什么?”这一命题,则不一定每个人都很清楚。教育家从获取知识的角度来认识学习的本质,认为学习就是获取知识,学习的过程就是形成概念、假设和理论的过程。心理学家认为学习是人或动物在生活过程中获得个体经验的过程,凡是以个体经验的方式发生的个体适应都是学习。

学习的本质,从不同角度、不同层面可以有这样的理解:第一,学习绝不仅仅是一个纯粹的认知过程。当学习发生的时候,一个人将全身心地投入其中,智力、情感、意志甚至体能等诸多因素都会被动员起来。第二,学习是一种永不间断、没有终点的持续运动过程。一个人从出生到死亡,无时无刻不被“抛入”学习的旋涡中,虽然这种学习有时是被动的。第三,学习是一种“裂变”,它从一种现存的、稳定的状态,经由某个躁动的、甚至痛苦的阶段,在另外一种水平上达到一种新的稳定状态。第四,学习的过程经常被描述为一种直线运动,但实际上它不是,它是一种对平衡的持续不断地寻找的