




大学生生活导航

——走进新疆财经大学

主编 乌斯满·达吾提



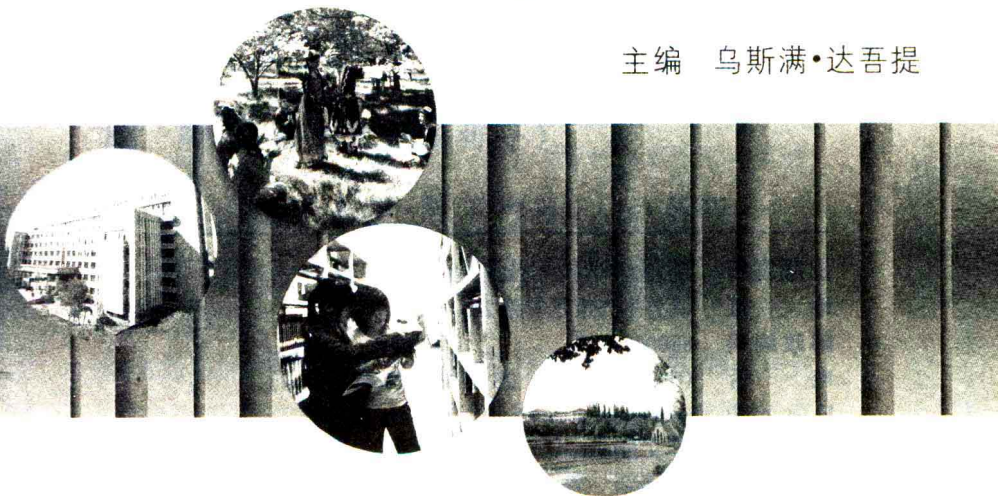
 新疆科学技术出版社



大学生生活导航

——走进新疆财经大学

主编 乌斯满·达吾提



新疆科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生活导航：走进新疆财经大学 / 乌斯满·达吾提
主编. - 乌鲁木齐：新疆科学技术出版社, 2011.9
ISBN 978-7-5466-1085-6

I. ①大… II. ①乌… III. ①新疆财经大学-入学教育
IV. ①G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 185780 号

出版发行	新疆科学技术出版社
地 址	乌鲁木齐市延安路 255 号
邮 政 编 码	830049
电 话	(0991)2888243 2870049 2866319(Fax)
E - mail	xjkjbhbs@sina.com
责任编辑	樊文丽
封面设计	李德新 海拉提
经 销	新华书店
印 刷	乌鲁木齐市光大印务有限公司
版 次	2011 年 9 月第 1 版
印 次	2011 年 9 月第 1 次印刷
开 本	880 mm × 1 230 mm 1/16
印 张	9
字 数	218 千字
定 价	23.00 元

版权所有,侵权必究
如有印装质量问题,请与本社发行部联系调换

《大学生生活导航——走进新疆财经大学》

编写组

主 编 乌斯满·达吾提

编 委 (按姓氏笔画排序)

阿不来提·阿不力孜 白新华

关小全 郝敏杰 胡毅涛

吉慧兰 潘文军 施勇纲

粟迎春 孙 晖 孙照勇

王佳新 赵 枫 周 琳

前 言

亲爱的同学,从中学生到大学生,虽然只有一字之差,但是你实现了人生道路上的一次跨越,你选择了新疆财经大学,新疆财经大学也选择了你。从今天开始,你不仅承载父母的期待,承载传承新疆财经大学精神与文化的责任,更将承载国家与社会的使命。我们衷心欢迎你的加入,希望你在这里用青春书写梦想,用勤奋成就未来。

随着中央新疆工作座谈会、全国对口支援新疆工作会议、全国教育工作会议以及自治区党委七届九次、十次全委会议相继召开,在党中央、国务院的大力支持下,在新疆各族干部和群众的共同努力下,新疆进入了大建设、大开放、大发展的新阶段。为了贯彻落实自治区党委、自治区人民政府召开的自治区教育工作会议精神,特别是落实自治区党委书记张春贤同志在会议上的讲话精神,全面推进建设教育强区的重点工作,坚持育人为本、德育为先,坚持学校德育和思想政治教育是学校的育人之本,突出理想信念和思想道德教育,引导各族学生养成诚信、宽容、感恩、守纪、文明礼仪等良好品格和行为习惯,促进大学生全面发展,为建设教育强区,推进新疆科学跨越、后发赶超提供强大的智力支撑和人才保证。

《大学生生活导航——走进新疆财经大学》一书,就是根据这

样的要求,围绕大学生活的几个关键环节设计内容,试图破解大学生普遍关注的种种困惑,帮助你从跨入大学校门开始,就自觉地规划和设计自己成长发展的轨迹,把握好成长成才的关键。应该说,这是贯彻党中央关于加强和改进大学生思想政治教育工作的需要,也是贯彻落实自治区教育工作会议精神,深入研究大学生成长的新特点和思想政治教育工作的新情况,进一步丰富内容,创新方法,探索途径的具体体现。希望我们这些长期从事学生工作的教师们凭借多年的工作经验和感悟能在你困惑、无助时给予一些指点和启迪,使你能够更好的规划大学生活,找到真正属于自己的成才之路。

《大学生活导航——走进新疆财经大学》编写组

2011年7月

目 录

前 言

第一章 走进大学殿堂 熟悉我的校园	(1)
一、现代大学的产生和发展	(2)
二、大学的内涵	(4)
三、大学精神	(6)
四、大学的职能	(10)
五、我的大学——新疆财经大学解读	(14)
第二章 适应大学生活 开拓崭新境界	(19)
一、大学生活的特点	(20)
二、如何尽快适应大学生活	(22)
三、除了专业,还应学会什么	(29)
四、大学生应具备的素质	(35)
五、健康的体魄是综合素质的基石	(38)
第三章 志存高远 为发展导航	(43)
一、大学生怎样践行社会公德	(44)
二、理想与追求,撑起大学生的人生风帆	(50)
三、坚定信念,向党致敬	(61)
第四章 遵循学业规律 确保学业成功	(71)
一、大学学习与中学学习的不同	(72)

	二、大学学习的特点	(74)
	三、掌握正确的学习方法	(77)
	四、理性选课是大学学习的重要一步	(86)
	五、顺利毕业,并积极争取其他人才培养途径	(91)
	六、积极的学习情绪是有效学习的保证	(93)
	七、大学考试、考证和考研	(95)
	八、图书馆与网络资源的利用	(101)
第五章	跃动的青春 在实践中成长	(105)
	一、共青团组织	(106)
	二、学生会组织	(108)
	三、社团管理中心	(109)
	四、学生干部	(115)
	五、青年志愿者协会	(118)
	六、社会实践	(120)
	七、校园文化活动	(122)
第六章	适时调整心态 保持心理健康	(129)
	一、什么是心理健康	(130)
	二、新生的心理特点	(134)
	三、大学生常见心理健康问题	(136)
	四、神经症问题	(150)
	五、达到心理健康的几种调试方法	(151)
	六、与你相伴	(154)
第七章	公寓生活	(155)
	一、新疆财经大学公寓住宿情况简介	(156)
	二、公寓生活温馨提示	(157)
	三、宿舍生活——人生的五彩花园	(161)

四、交流——使宿舍变得美好	(162)
五、民族团结——宿舍和谐之花	(165)
六、党团组织进公寓——发挥“三自”教育职能	(167)
七、公寓文化——青年学生的时代特征	(169)
八、公寓生活常识	(171)
第八章 安全意识与自我保护	(179)
一、治安篇	(180)
二、防火篇	(185)
三、交通篇	(189)
四、网络安全篇	(190)
五、医疗保险篇	(191)
第九章 直面困难 自强不息	(195)
一、学会理财	(196)
二、艰苦求学有人助	(201)
三、勤工助学,自强不息	(209)
四、感恩,立志,成才	(214)
五、助学贷款勿忘诚信	(223)
第十章 运筹帷幄 决战明天	(227)
一、大学生为什么要做好职业生涯规划	(228)
二、学好规划理论,重在自我实践	(231)
三、科学规划,全面提高职业能力	(236)
四、科学职业规划,决战明天	(242)
第十一章 名师导学	(249)
编者的话	(277)

【第一章】

走进大学殿堂

熟悉我的校园

一、现代大学的产生和发展

大学，英文名称为 University 或 College，有广义和狭义之分。广义的大学泛指中学后的教育机构，也就是我们讲的高等教育。狭义的大学指在高等教育中，拥有 3 个一级学科，能够提供学士，主要是硕士和博士教育的高等教育机构。今天，我们习惯上讲的“读大学”，主要包括传统意义上的大学、专科院校、独立本科学院、职业技术学院这些类型的高校。这些高校，完全或部分具备现代大学的共同核心体系，所以，我们往往用“大学”简单地称呼它们。

现代大学是社会发展的产物，起源于中世纪欧洲的意大利和法国，阶段性和跨越性地发展于德国和英国。早期的大学是以“学者行会”的形式存在的，按领导体制可分为两类：一类是学生型大学，以博洛尼亚大学为代表，由学生主持校务，教授的选聘、学费的数额、学期的时限和授课时数，均由学生决定。欧洲南部的大学，如意大利、法国（巴黎除外）、西班牙、葡萄牙等地的大学多属此种类型。后来，这种形式逐渐被削弱，到 18 世纪末彻底消亡。另一类是教师型大学，以巴黎大学为代表，由教师掌管校务。欧洲北部的大学，如英国、德国、瑞典和丹麦等地的大学，多属此种类型。我们今天的大学，继承的是后者，即教师型大学。

现代大学对中世纪欧洲大学传统的继承，主要是制度方面

的。首先是作为一种教师和过着共同求学生活的学生的联合组织；其次是一种学习课程的观念，学习结果通过某种考试进行检查，通过考试可以获得学位；第三个方面是机构设置，比如系、学院。正是这种包括全体教员、学院（系）、课程、考试、毕业典礼和学位组成的共同核心体系，才使得大学即使在不同的文化背景里，也能够健康地发展，并因为民族、国家文化的不同，演化出多种形式。

中国现代大学是舶来品，是向西方发达国家学习的结果，经过长时间的文化交融，已经发展成比较完善的系统。目前，我国高等教育机构主要有：教育部直属大学，如北京大学、四川大学；省属高校，如成都理工大学、成都医学院。两类都属于国家举办的大学。此外还有民办大学，主要包括职业技术学院和独立学院两种类型，后者一般挂靠国家举办的高校，如四川师范大学成都学院。

大学产生后，便因其人才培养的重要功能，迅速在社会中站稳了脚跟，并随着时代的前进不断扩展自身的功能，成为延续不断的社会重要机构。从纵向看，大学经历了教学——教学和科研并重——教学、科研和服务社会并重的功能扩展。大学诞生初期，主要是通过教学活动培养人才，虽然教师也有研习活动，但不是主体，而且大都局限在文科领域。1810年，以德国柏林大学诞生为标志，在教学的基础上，现代大学又增添了科研功能，产生了文科学习的“习明纳”，自然科学学习的实验室。柏林大学模式很快得到推广，教学和科研并重催生了新的大学模式。第三次扩展发生在1894年，以美国威斯康星大学为标志，大学又引入了服务职能。服务职能的引进，契合了国家对大学的需求，所以，这种教学、科研、服务社会的模式，很快便成为各国大学效仿的

对象。在这个过程中,大学和国家、社会的关系,由过去的“象牙塔”逐渐成为今天促进国家发展的“动力站”。大学类型,也由初始单一的学院,发展成为类别多样、体系庞杂的大家族。但是,不管哪种类型的大学,它们都不同程度、不同形式地发挥着教学、科研、服务社会的功能。

作为思想活跃、精英荟萃、传承文明的地方,大学也产生了很多动人的故事,这些故事一代代流传下来,激励着无数青年学子求索上进。如普林斯顿大学关爱约翰纳什的大家精神,利兰斯坦福先生创建斯坦福大学的博爱精神,蔡元培主政北京大学时期的学术包容精神,香港科技大学铸造的科大奇迹等等。就是这样的环境,使徐志摩抒发了《再别康桥》的学子情,金耀基呈现了《剑桥雨丝》的灵动美,孔庆东珍藏了《47楼207》的友谊。同学们既是老故事的传承者,又是新故事的创造者。

二、大学的内涵

“大学”究竟是什么?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,而优秀教师和优秀学生的最佳结合才是大学的“真谛”。大学的本质是一种“大家一起学”,一种知识的矩阵和母体。大学绝不是由若干大师决定的,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,使人才到大学中将其聪明才智发挥得淋漓尽致,莘莘学子的潜力获得最大激发,两者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”学生之间的人格和

社会地位的平等,而且体现为知识面前人人平等,以及“弟子不必不如师”“三人行必有吾师”。

(一)名人的解释

关于大学的内涵,名人的解释为:

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

大学是一所特殊的学校,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,并带有批判精神从事学习,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

大学之所以称之为大学,不仅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中心使命,其意义在于:

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,培育人格完整、健康和心灵自由的人。既培养救国济世的经世人才,缔造优秀的领袖、政治家,更造就具有独立思想的人。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,能担当承前启后的使命,能肩负教化大众的责任,培养出具有大识的气度来。

2.有大德。大学从它诞生之日起就确定要引领社会道德为己任。《大学》说“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,培养自己的厚德品格,树立良好的形象,立下大志愿,才会从内心产生大能量,显示自己生命的价值和意义。

3.有大量。大学是一种浩瀚、海纳百川之美,各种思想在这里汇集,“兼容并包,百家争鸣”,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,都能容纳在我心中;历史有多长、有多远,都能收纳在我心中;世界上所有的人,一切众生,都存在我们心中。

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前行。在大学里,学生不仅要开辟自己的大道并走上大道,而且也要成就别人,让别人行走在大道上。大道是真理,大道是光明。所谓大学,就是让莘莘学子走上大道。

三、大学精神

人需要一种精神,大学同样需要一种精神。这种精神虽是一种无形的,却是巨大的;它滋养着人的人格、理想,孕育着超越的精神文化,以此为社会建立一个精神价值尺度,成为一代学子的精神家园,并从根本上引导社会进步。

(一)古代论大学精神

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；欲成其意者，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，壹是皆以修身为本。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)西方论大学精神

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臻于全面的。

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，倡导人文主义精神。15世纪中后期，英国牛津、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，使大学精神充满理性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)和哥廷根大学(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。

20世纪,美国的大学以民主、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提高,美国大学在与其社会的互动中进一步强化和培育其大学精神,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、更进步的方向发展。

(三)现代论大学精神

大学精神和大学文化是大学引领社会的主要内容。

1.爱国精神和民族精神。大学校园应该充满爱国精神,要时时刻刻教育我们的学生,牢固树立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。这里的自由主要包括三个方面: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,而且还要创造出学术成果;大学生不仅要传承人类的精神文明成果,而且还要创新,包