

傅显捷 王久渊 著



创 造 美 好 的

大学生生活

中国物资出版社

创造美好的大学生活

傅显捷 王久渊 著

中国物资出版社

图书在版编目(CIP)数据

创造美好的大学生活/傅显捷、王久渊著. —北京:中国物资出版社,2002.10

ISBN 7-5047-1904-8

I.创... II.①傅...②王... III.大学生—思想政治教育—学习参考资料 IV.G641

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 077725 号

责任编辑:沈兴龙

封面设计:彩奇凤

责任印制:沈兴龙

责任校对:马思奇

中国物资出版社出版发行

网址:<http://www.clph.com.cn>

社址:北京西城区月坛北街 25 号

电话:(010) 68392746 邮政编码:100834

全国新华书店经销

保定市印刷厂印刷

开本:850×1168 1/32 印张:9.375 字数:240千字

2002年10月第1版 2002年10月第1次印刷

书号:ISBN 7-5047-1904-8/G·0436

印数:0001-6000册

定价:14.50元

(图书出现印装质量问题,本社负责调换)

前 言

《创造美好的大学生生活》一书是涪陵师范学院多年新生教育理论与实践的科学概括。从1988年开始，学校在英语系进行新生入学教育试点，有针对性地解决大学新生的一些思想问题和行为问题。尔后作为科研课题，经过多年的探索和改进，结合严格的新生管理和丰富的第二课堂活动，构建了学院新生教育独特而有效的德育体系。这本书的内容集中地反映了我们解决新生思想、心理、行为三个方面问题的基本思路和方法，展示了我们新生教育顺应新生成长进步的必然过程。

全书共八个方面的内容，重点帮助新生解决进校后必须深化认识的八个主要问题；在讨论完每一个专题之后有附录，搜集了我院多年来针对新生教育开展的配套活动；实践证明，它对强化新生教育产生了积极的效果。这本书还讨论了新生管理问题，偏重于新生进校后的组织纪律和规章制度教育、班集体建设（班风建设）、个人行为调控三个重点，这是任何高校新生进校后，在管理方面都必须抓好的三个方面。本书还关注了一个重点——校园文化和大学生亚文化引导，旨在帮助大学生全面发展自身素质。《创造美好的大学生生活》一书目标十分明确，集中地体现了如何使新生成为合格大学生的主旋律，力求解决新生进校后普遍存在的主要问题，构建了符合科学规律的大学新生教育体系。

《创造美好的大学生生活》一书体现了作者严格遵循新生教育的科学规律和原则，把该书作为一项关系大学生健康生活、茁壮成长的奠基工程来考虑，从而在这本书的写作中突出了四个特点。

第一，正确的导向性。从成书的目的上突出了导向性特征，在

内容上，政治导向鲜明——坚定共产主义理想信念，做社会主义建设者和接班人；专业导向鲜明——爱校、爱系、爱专业，承担起大学生应有的历史使命；集体主义导向鲜明——摆正国家、集体、个人三者的关系，在爱国主义思想中实现历史选择与个人选择的统一，在集体主义教育中构建良好组织氛围；个人行为导向鲜明——把握自己行为，培养良好的文明习惯；校园生活导向鲜明——帮助新生保持心理健康，实现角色转换，尽快适应大学生活；文化导向鲜明——传承优秀传统文化，光大民族文明精神，发展有中国特色的社会主义文化。总之，全书立足《高校德育大纲》的要求，坚定不移地贯彻党的教育方针，引导新生德、智、体、美、劳全面发展，做合格的社会主义大学生。

第二，严密的科学性。遵循新生进校后成长进步的规律，本书设计了：(1) 做合格的大学生；(2) 遵章守纪讲法度；(3) 在校园环境中实现新角色转换；(4) 在班集体建设中茁壮成长；(5) 在行为调控中把握自身；(6) 在校园文化建设中砥砺；(7) 加强自我心理保健；(8) 做社会主义建设者和接班人等八个方面的内容，构成了一个有机的系列，逐一按一定的先后顺序解决新生必须解决的主要问题。

全书的科学性还体现在专题的内容相对独立，逻辑严谨，说理深刻，吸收了近年最新的德育理论，并有所创见。例如社会组织的有序性及其“两极化规律”，角色理论的应用，班风建设的理论与实践，个人行为的激励、规范、调控，大学生文化的引导，大学生心理健康等等，都是近年来高校德育前沿理论和实践的新趋向。

第三，较强的针对性。全书的每一个专题都是有针对性地解决新生普遍容易出现的一个方面的问题；针对性在于要求学生懂得“是什么？为什么？怎么做”；针对性还在于每个专题后设计了相应的配套活动，解决学生的思想和实际问题。总之，全书的内容直接来源于12届新生的教育经验，其针对性不言而喻。

第四，切实的可操作性。本书也是我校新生教育实践的概括，它经过了多年探索和完善，只要教师认真讲授，学生积极配合，结合相应的管理措施和丰富生动的第二课堂活动，新生教育的目标是能够实现的。

在《创造美好的大学生生活》的编写过程中，得到了各级教委领导的支持，重庆市高校德育研究会的理事们激励我们将我校新生教育的有关内容整理出书；这无疑对我们的写作起到了巨大的鼓励和推动作用，我们表示真诚的谢意。《新征程，新起点》的成书，也离不开涪陵师范学院社科部教师和各教学系的政工干部，他们为这一课题的实践、总结、推广提供了条件，不少同志参与讲授，对本书编写提出宝贵的意见。学校教务处、学生处、团委的同志给了我们大力支持，这里一并致谢。同时也深深感谢关心、支持、帮助我们出好这本书的各位学院领导和同志。

限于时间和水平，撰写中难免有疏漏和失误之处，恳请读者批评指正。

编 者

2002年5月20日于涪州

目 录

第一章 踏上新征程,确定新目标

——做合格的大学生

一、高等教育、校园生活与大学生	(1)
(一) 高等教育的重要地位	(1)
(二) 大学校园是培育人才的摇篮	(6)
(三) 大学生校园角色定位	(13)
(四) 自尊自爱,共塑形象	(17)
二、专业、事业与祖国	(25)
(一) 热爱专业是学好专业的前提	(25)
(二) 学好专业是事业成功的保障	(27)
(三) 科教兴国是专业、事业的落脚点	(30)
(四) 学好专业,报效祖国	(32)
三、做合格的大学生	(34)
(一) 传承知识分子的优良传统	(34)
(二) 关注现实,放眼未来	(38)
(三) 做合格的大学生	(40)

第二章 维护校园秩序,遵守校园纪律

——遵章守纪讲法度

一、社会组织需要秩序	(46)
(一) 现代社会组织有序化程度越来越高	(47)

(二) 社会组织存在发展的“两极化”规律	(51)
(三) 组织秩序的四对基本关系	(52)
二、组织纪律的本质、特征及其内容	(56)
(一) 组织纪律的本质	(56)
(二) 组织纪律的内容和分类	(57)
(三) 组织纪律的特征	(61)
(四) 三大社会行为规范的区别和联系	(62)
三、大学生必须了解和遵守高校纪律	(66)
(一) 校规校纪的重要意义	(66)
(二) 国家教育职能部门对在校大学生的纪律要求	(69)
(三) 学校对在校大学生的纪律要求	(73)

第三章 消除角色模糊,克服角色冲突

——在校园环境中实现新角色转换

一、角色扮演及社会化	(78)
(一) 角色	(78)
(二) 角色扮演	(82)
(三) 社会化	(83)
(四) 角色差距和调适	(85)
二、角色模糊及其防治	(86)
(一) 新角色模糊及其原因	(86)
(二) 角色模糊对新生的严重影响	(91)
(三) 角色模糊的克服	(92)
三、角色冲突及其防治	(96)
(一) 新生角色冲突	(97)
(二) 克服角色冲突	(101)

第四章 树文明班风,创优秀集体

——在班集体建设中茁壮成长

- 一、高校班风的本质、内容和特征 (104)
 - (一) 组织风气与班风 (104)
 - (二) 班风的内容 (105)
 - (三) 高校班风的特征 (108)
- 二、高校班风建设的基本方法 (114)
 - (一) 良好班风的建设需要理论概括 (114)
 - (二) 班风建设需要权威提倡和示范 (116)
 - (三) 班风建设要落实在“治”上 (116)
 - (四) 班风建设要“长善救失” (116)
 - (五) 群体动力是班风形成的重要因素 (117)
- 三、建设优秀班集体 (123)
 - (一) 优秀班级形成的过程 (124)
 - (二) 优秀班集体的标准 (127)
 - (三) 大学一年级班集体建设 (133)

第五章 加强自我管理,养成文明习惯

——在行为调控中把握自身

- 一、大学生行为调控的意义和作用 (141)
 - (一) 行为与习惯 (141)
 - (二) 大学生的行为特征 (144)
 - (三) 大学生行为调控的意义和作用 (146)
- 二、大学生行为调控的主要形式和内容 (148)
 - (一) 大学生行为调控的形式 (148)

(二) 大学生行为调控的内容及带倾向性的不良行为 …	(149)
三、大学生行为自我调控的原则……………	(154)
(一) 全面认识社会,正确评价自己的原则……………	(154)
(二) 实行目标管理,加强自我导向的原则……………	(155)
(三) 行为调控的时效性原则 ……………	(155)
(四) 充分运用理性调控的原则 ……………	(156)
(五) 反馈调节的原则 ……………	(157)
四、大学生行为自我调控的方法……………	(158)
(一) 自我激励的方法 ……………	(158)
(二) 自我规范的方法 ……………	(163)
(三) 自我控制的方法 ……………	(168)

第六章 积极参与课外活动,提高自身综合素质

——在校园文化建设中砥砺

一、大学校园文化的建设的意义……………	(174)
(一) 文化与校园文化 ……………	(174)
(二) 大学校园文化的建设的意义 ……………	(177)
二、大学校园文化的特征……………	(180)
(一) 思想性和科学性 ……………	(180)
(二) 适应性和独立性 ……………	(180)
(三) 纯洁性和多样性 ……………	(181)
(四) 超前性和传统性 ……………	(182)
(五) 辐射性和吸纳性 ……………	(183)
三、校园文化与大学生文化……………	(184)
(一) 校园文化的主动作用 ……………	(185)
(二) 大学生文化作用于校园文化 ……………	(186)
(三) 校园文化与大学生文化的冲突、融合……………	(187)

四、建设丰富多彩的大学校园文化·····	(191)
(一) 转变校园文化建设的理念·····	(191)
(二) 加强校园文化基础设施建设和现代化手段的运用·····	(193)
(三) 不断丰富大学生校园文化活动的内容和形式·····	(194)

第七章 提高心理素质,增进心理健康

——加强自我心理保健

一、心理健康的意义·····	(196)
(一) 心理健康的定义·····	(197)
(二) 心理健康的标准·····	(198)
(三) 心理健康对大学生成长的意义·····	(201)
二、大学新生的心理特点和心理障碍·····	(204)
(一) 大学新生的心理特点·····	(205)
(二) 大学新生常见的心理障碍及其成因分析·····	(209)
(三) 如何判定心理是否健康·····	(217)
三、如何保持和维护心理健康·····	(219)
(一) 心理自我保健·····	(219)
(二) 心理咨询与心理治疗·····	(224)
附录 心理健康测试表·····	(236)

第八章 坚定理想信念,不断追求进步

——做社会主义建设者和接班人

一、立场坚定,头脑清醒·····	(240)
(一) 政治立场问题是根本性的问题·····	(241)
(二) 坚持正确的政治方向·····	(245)

(三) 大学生应该确立的政治追求	(249)
二、与时俱进,健康成长	(253)
(一) 新时代的选择	(253)
(二) 适应社会,进取创新	(256)
(三) 顺应历史潮流才能有所作为	(261)
三、积极创造条件,争取入党	(264)
(一) 中国共产党的性质	(264)
(二) 中国共产党党员的义务和权利	(271)
(三) 积极创造条件,争取早日入党	(280)

第一章 踏上新征程，确定新目标

——做合格的大学生

大学，是许多青年男女梦寐以求的殿堂，大学阶段是人的一生中最可宝贵的时期，在这里，有红的欢悦，绿的希冀，灰的忧郁，也有调色板上杂乱无章的迷离……。作为刚刚踏入高等学府的大学新生来说，面临的情况和思考的问题很多，但有一个共同的愿望，要使自己的大学生活丰富、充实、多彩，要实现这一个愿望，首先就必须正确对待自己所选择的学校和专业，尽快实现角色转换，定心、定位、定目标——做合格的大学生。

一、高等教育、校园生活与大学生

(一) 高等教育的重要地位

《中共中央关于制定国民经济和社会发展“九五”计划和2010年远景目标的建议》中指出：“科学是第一生产力，教育是基础，实施科教兴国战略是历史的必然选择。”实施科教兴国战略，是全面落实科技是第一生产力和教育为本思想的战备决策，是促使经济建设转移到依靠科技进步和提高劳动者素质轨道上来的重大举措，是确保经济、社会发展步入良性循环和国家走向繁荣富强的必由之路。科教兴国，关键是要有一大批高素质的人才，高等学校是人才的摇篮，在科教兴国中负有重大的历史使命。

1. 高等教育是经济发展的动力

在现代经济增长中，人才资源作为一种能动的特殊的资源，是一切经济资源中最重要资源，代表着现代社会生产力发展的水平和未来世界经济的方向，而从事人才的生产 and 再生产的教育，

则将是决定未来经济增长的最重要的产业。工业发达国家经济之所以能不断进步，一个主要原因，是它的教育发达，教育不断地进行高素质人才的生产和再生产，为经济和科技的发展培养了源源不断的后备力量。以美国为例，自1879年以来，美国大学人数每20年翻一番；自1960年到1970年，10年间翻了三番，获硕士学位或具有同等水平者增加了2.4倍。适龄青年入大学比例，1955年为27%，1965年为40%，此后总趋势一直上升。30后的高等教育入学人数大体上比30年前的1940年多10倍。不仅如此，美国还在世界各国吸收优秀的大学生、硕士生、博士生到美国读书，深造和从事科学研究。在这方面，应该说美国人是充满未来意识的。他们把进一步推动美国经济的发展，保持其经济霸权地位的基础，放在发展教育产业、培养人才上面，着眼于增强未来竞争的后劲和实力。

社会的发展，当前国际间以经济为基础的综合国力的较量，实质上是科学技术的发展与较量。这是一场无硝烟的“科技战”、“智力战”。另一方面，军事力量也走向高技术化。我们不难看出科学技术已成为改变整个世界的主导力量，新的科技革命正在变革我们的思维方式，塑造我们的时代精神，促进当今世界发展的主流和趋势。发展着的世界形势向我们提出一个严重的课题：加速培养出一大批高素质高水平的能在“科技战”、“智力战”中取胜的人才。这个任务历史地落到了高等教育上。21世纪“人为的优势将取代传统的经济发展优势，电脑和电讯手段使拥有资本能积累财富不再是优势，今后只有掌握技术和拥有人才才是真正的优势。两者相比，人才更为可贵，因为新技术出现，会被模仿和抄袭。凡愿参与21世纪经济竞争的企业和国家，重视教育，重视提高人的素质，提高职工的技能，才是成功之道。”

我们应当清醒地认识到，从现在起及至未来，谁拥有发达教育，拥有大量高素质的人才，尤其是拥有高素质的企业家、管理专

家、技术专家，经济技术教育家、行政领导干部等，谁就拥有发达的经济，谁就拥有最有效的财富和创造财富的财富，谁就拥有灿烂的明天，谁就能在未来世界发展中居于主导地位，为人类作出更大贡献。

2. 高等教育是现代化生产和现代科学结合的必要手段

高等学校是培养社会主义建设的各种高层次专门人才的基地，高层次专业人才在社会化大生产的过程中有不可取代的地位；正是这些由高等教育培养的高层次专业人才，才使现代科学与现代化生产有机地结合起来，保证了生产效率不断提高，生产效益高速增长。首先，现代化大生产赖以生存的基础是物质文明的进步和科学技术的发展，而世界各国的高等学校都是科研机构云集，研究人才荟萃，科研成果斐然的地方，是各国科学研究的基地；当今世界，离开了高校的科研队伍和机构，现代化的大生产要发展和进步是难以成功的。其次，高校为社会化大生产直接提供了科学储备，高校教学和科研机构的科学基础研究和各学科发展超前研究，都是为社会化生产提供后续发展的巨大动力。其三，高校教学和科研机构面对现实，面对经济发展，面对工厂、企业和商品生产单位，他们有直接将科学成果进行运用转换研究的责任和义务，从而使基础科学的理论、规律、原理转变为生产力，促进应用科学、实用技术、工艺流程，机械设备等构成大工业生产的物质技术基础，发挥了现代科学与现代化生产联姻接轨的作用。其四，高校直接培养出的高级专门人才输入大工业生产系统，成为工厂、企业、各商品生产单位的技术骨干，改造自然劳动力（自然人）提高生产人员的技术含量和熟练程度的任务必然落在他们肩上，成为高质量劳动大军培养、形成、发展的保证。其五，任何大工业系统的管理人才，都主要来自高等教育，这些高级管理人才是大工业生产、经营、销售、产品更新、企业发展、人才培养等方面的骨干中枢，离开了高级管理人才，复杂的大工业系统难以正常运转。所以高等教育在大工业生产

中的地位是不言而喻，是现代化生产和现代科学结合的必要手段。

3. 高等教育是知识权力的中心

大学是以中等教育为基础的培养高级专门人才的社会教育组织。历经时间的进化，大学已经演变成了今日集教学、科研、社会服务为一体的重要机构。但这并不意味着大学已经完美无缺。大学是个发展的概念，社会的不断进步，时代不断向前，又给大学的角色和职能赋予了新的内容。

自 20 世纪 80 年代以来，人类进入了一个以信息、知识为主要生产手段的崭新时代——文化时代。这一时代有如下特点：知识已渗透到政治、经济等社会生活中的一切领域并处在中心的位置；知识制约并决定了经济、产业发展的方向、结构和水平，并且成为一种产业；知识已成为权力的象征并且成为能够影响财富、政治权力的最重要权力来源。事实清楚地告诉我们：第二次世界大战以来社会所有最大的变革都是知识革命带来的结果。知识在指导整个社会发展从未像今天这样处在如此重要且不可替代的地位。

根据政治学的观点，影响社会和组织运行的基本要素是权力。正是权力的存在，才保证了社会按某种规范运行并保持应有的秩序。一个完整的权力系统由政治权力、财富权力和知识权力构成，在不同的时代这些权力各自发挥着不同的作用。进入文化时代以来，现代社会的一个最大特点是，无论是经济系统还是政府系统，涉及的问题都越来越复杂，在物质财富的生产过程中及在政治决策管理的行为中，如若没有知识介入，财富力和政治力不仅难以产生高质量的支配效果，而且长此以往还可能导致这些系统发展的停滞甚至危及它们的存在。譬如就财富而言，由于世界经济的国际化趋势，许多大公司开始致力于将生产、流通和分配实现跨国界的一体化；它不仅兼并外国企业，从世界各地吸收知识和科技人才，同时也努力开辟新的资本来源、跨国界投资活动的愈加频繁，很可能导致托夫勒所指出的使中央银行和个别国家失去很大权力，削弱国家

主权并且可能发生全球性金融震颤的新危险。金融业的全球化，也使得各国都面临着有可能导致它们权力失控的危险。解决诸如由世界经济一体化带来的财富转移等问题，只有依赖知识系统，别无他择。发达国家与发展中国家的差距是“知识的差距”，“没有科学知识的传播就不会有经济的持续发展尤其是在 21 世纪，通往经济繁荣和高质量权力的道路将不再是原材料和人类体力的简单开发，而是人类脑力的充分利用。现实情况是：在文化时代知识作为一种权力不仅支配着财富力、政治力的行使方向，而且也支配了财富力、政治力的质量。

康乃尔大学校长帕金斯博士关于大学特点的论述是很有道理的：“大学的本质就是有关知识的制度；知识的获得、传播和应用三者的关系也是通过大学而加以制度化。这就是说，如果知识是种权力形式的话，那么大学这个由专家、教授集结起来的、以知识的传播、获得、应用为职能的组织就是产生高质量权力的中心。或者说如果知识已经形成为一种产业的话，那么大学就是知识产业的中心，它是以知识的形式来产生自己集团影响力的。而这种关系使得知识的权力性质自然粘附在大学身上，并且在很大程度上规定了大学的作用；使大学具有了理直气壮地直接干预社会生活的权力。文化时代，知识的价值使大学已经成为拥有“权力”的机构，而这种“权力”的获得要求大学直入社会、改革社会，为社会进步担负起更多更大更直接的责任。

4. 高等学校是精神文明建设的重要阵地

高等学校是知识密集地，这里的师生员工的文化素质较高，一般容易吸收先进的理论和思想，容易接纳和实践先进的行为规范；它的培养目标又决定了高校的教育者及其培养出来的学生应该是文明素养较高的一代新人。高等学校始终坚持社会主义办学方向，用先进的理论去武装人，用先进的思想去教育人，用先进的科学知识去培养人、造就人，使一代又一代，一批又一批的教育工作者和学