

山西高校省级教学研究项目立项资助课题

大学新生适应教育概论

王兆瑞 主审 段志光 主编



中国科学技术出版社

山西高校省级教学研究项目立项资助课题

大学新生适应教育概论

王兆瑞 主审

段志光 主编

中国科学技术出版社

·北 京·

图书在版编目 (CIP) 数据

大学新生适应教育概论/段志光主编. —北京: 中国科学技术出版社, 2003.6

ISBN 7-5046-3586-3

I. 大… II. 段… III. 大学生-入学教育
IV. G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 061627 号

中国科学技术出版社出版

北京市海淀区中关村南大街 16 号 邮政编码: 100081

电话: 62179148 62173865

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

北京市卫顺印刷厂印刷

*

开本: 787 毫米×960 毫米 1/16 印张: 18.25 字数: 328 千字

2003 年 6 月第 1 版 2003 年 6 月第 1 次印刷

印数: 1—6000 册 定价: 24.00 元

(凡购买本社的图书, 如有缺页、倒页、
脱页者, 本社发行部负责调换)

内 容 简 介

本书是山西高校省级教学研究项目立项资助课题，系统论述大学新生适应教育的著作。全书围绕大学新生心理行为与其所处教育环境的关系问题，把大学新生置于其内部环境和自我以外的教育、社会和世界等逐次递进的大系统中，系统地加以探讨，着重个体与大学和同龄人群体之间的相互关系，联系社会、家庭和个案，考虑环境在大学新生反作用中的适应性改变。作者吸收了近年来国内外教育学、心理学、社会学、人才学、青年学、管理学、德育学、行为科学等学科领域研究的新成果，系统地论述了大学新生适应教育的基本理论、基础知识和基本方法，努力为提高大学生的素质和大学教育改革服务。全书内容丰富，联系实际，力求科学性、理论性、实践性和独创性。

本书既可作为高等院校的教材，也可供高校教育教学管理人员、教师 and 大学生参考。

《大学新生适应教育概论》

编 委 会

主 审 王兆瑞

主 编 段志光

副主编 王爱珍 申天夫 史学英 武显微

编 者 (以姓氏笔画为序)

王 军 王卫平 王爱珍 王秉泽

申天夫 史学英 李晓瑜 武显微

武小莉 张益民 张惠选 段志光

高玉萍 梁丽萍

责任编辑 许 英

封面设计 王 环

责任校对 林 华

责任编辑 王 沛

前言

大学生对大学适应的认识，正如他们对于青春和幸福的理解，有一种残酷的延期支付的特征——只有等它成为过去时之后，才能进一步得到深化，并与日俱增。为了这种认识 and 理解的提前，为了少一些走出大学校门之后频发“要是能再上一回大学……”、“当时要是知道这么做就……”的感慨者，大学教育工作者不厌其烦地对一届又一届的大学生进行着苦口婆心的说教。又为了说教的效果，便在其内容和形式的改革上努力探索。

作为这种探索的积极倡导和实践单位，山西医科大学自1991年改革大学生思想品德修养课，在其中辟出部分学时开设大学生生活导论。当时基本内容选择的原则为“要精、要管用”。“精”，指突出引导大学新生探讨适应大学环境中的几个关键性问题；“管用”，指尽可能地教给大学新生一些适应的思路和具体方法。基本内容选择的依据是“三个实际、一个中心”，即社会实际、大学教育实际、大学新生心理和思想实际及大学生成才素质培养为中心。内容选择的重点是“人才素质，学习观念，专业意识，思维能力”，即在“人才素质”上，注意改变大学新生认为德育空洞而有消极的心理定势、重视智育而不会用脑、想有高素质而不重视非智力因素、知道身体重要而忽视经常性体育锻炼的现象；在“学习观念”上，树立全面、创造、自主、终身等4种学习观，了解需要建立的知识体系，懂得大学不仅仅是学习知识和技能，更重要地是学会学习、学会合作；在“专业意识”上，根据专业选择的现实，强调肩负的责任，强化专业兴趣，为确定专业发展方向打好基础；在“思维能力”上，突

出创造思维的核心地位和创造能力的重要性，引导自我培养创造性思维和基本能力的方法养成。1996年，在科学总结的基础上，王兆瑞、段志光、史学英、张惠选、王爱珍5人以《大学生生活导论和实践》申报山西高等学校省级教学成果奖，并荣获二等奖。

值得一提的是，该成果以《开展新生适应教育的实践》为题在《中国高等医学教育》1998年第1期公开发表后，收到了一些兄弟院校索要详细材料、购买教材的函件，也被一些同行作为学术论文写作的主要参考文献引用。由此激发和促成了我们将实践中不断修改的讲义编写成教材的想法。1998年，由段志光、王兆瑞、王爱珍、史学英、张惠选以《大学新生适应教育概论（教材）》申报山西高校省级教学研究项目，并获批准立项。随后，由我起草了三级编写大纲，我们5人集体进行了讨论。正当编写工作准备全面铺开时，我们其中4人的工作岗位有所变动。编写计划也因大家对新岗位的适应而搁置。

2001年，当我们重续计划时，发现自己对大学新生的适应和人的适应的认识又有了变化。如果一定要根据不同的具体环境，将大学新生适应归入一些重要生活层面如家庭、婚姻、学校、职业、社区的适应中的某一类的话，最合适的当然是学校的适应。但就现代社会这个特定环境和当代大学生这个特殊群体而言，大学新生的适应显然很难囿于学校。事实上，不论我们承认与否，当代大学新生的适应都早已跨越学校，而与家庭、未来职业和社区的适应密切相联。一个人对环境适应与否，既取决于主体，又不完全取决于主体。从客观上讲，人的适应机制正如地球是圆的一样，只有有人揭示出来，大家才能认识。目前，尽管对人的适应有不同角度的理解，对适应机制的研究有待进一步统一和完善，但从结果来看，人们主动要求自己适应生活的方式与由别人主动帮助去适应生活的方式，是明显不同的。因而，本书的目的就不能仅仅在于以过来人或旁观者的身份去帮助大学新生，而应更加侧重于如何从教育学、心理学、管理学、人才学、行为科学等多学科角度，探讨大学新生心理行为与教育环境之间的相互关系，引导大学新生尽快扔掉过来人或旁观

者递过来的“拐棍”，积极学会自主、自助式的适应方式。

大学新生适应教育的首要课题，是进行适应方式的转换，即从单纯适应方式转换为适应—超越方式。故本书主要节的基本写作格式为：①该因素是什么？即某一基本问题的理论探讨；②该因素对大学新生心理行为适应环境的影响或作用，即某一基本问题对大学新生适应的客观要求分析；③大学新生在适应环境的过程中如何反作用于该因素，即大学新生心理行为在适应环境的具体过程中对某一基本问题可能进行改变、创造、超越的指导。

全书力求使大学新生适应教育内容形成一个自成一脉的科学体系，确认和把握一年级大学生活的适应与大学生活的适应及大学后生活的适应之间的内在同质性和连续性，不仅把适应方式同大学新生的大学生活联系起来，而且同大学后的生活联系起来；不仅把适应方式同大学新生的大学生生活方式和大学后生活方式联系起来，而且同他们大学和大学后的生存方式联系起来。全书共分3篇11章，第一篇为适应与大学新生的内环境，主要论述大学新生对自身的适应与超越，包括第一章到第三章；第二篇为适应与大学新生的外环境，主要论述大学新生对他人和社会的适应与超越，包括第四章到第八章；第三篇为适应与大学新生的内、外环境，主要论述大学新生对内、外环境的综合协调，适应与超越的互适与互促的动态过程，包括第九章到第十一章。

本书在立题、编写、定稿、出版过程中，得到了山西省教育厅、山西医科大学、山西大学、山西医科大学汾阳学院、中国科学技术出版社等单位的大力支持和具体指导，山西医科大学申天夫教授曾通读初稿并提出重要修改意见，在我对一、二、三稿统稿修改之后，山西医科大学原党委副书记王兆瑞教授亲自审阅全书并对如何定稿提出了重要修改意见，华北工学院副院长张惠选副教授曾参与基础性工作和编写大纲讨论，山西大学教授梁丽萍博士曾参与基础性工作，在此一并表示衷心的感谢。

本书的编写集中了一批有丰富教学 and 实际辅导大学新生经验的教师，也有教学研究造诣较深的专家参加，使得全书得以完成。它

既可作为高等院校的教材，也可供高校教育教学管理人员、教师和大学生参考。

由于编者水平有限，加之是国内第一部以此题目出版的新书，书中错误和疏漏在所难免，恳请各位专家教授不吝赐教、批评指正，也请广大读者多提宝贵意见。

段志光

于山西医科大学

2003年5月1日

目 录

导论 当代大学新生的适应教育	(1)
一、大学新生适应教育的形成和发展	(1)
二、大学新生适应教育的新阶段	(4)
三、大学新生需要积极接受适应教育	(7)

第一篇 适应与大学新生的内环境

第一章 适应与自我意识	(13)
第一节 大学新生的适应	(13)
一、适应概述	(13)
二、大学生的适应	(17)
三、大学新生的适应	(19)
第二节 大学新生的自我意识	(20)
一、自我意识概述	(20)
二、大学生自我意识的发展	(21)
三、大学新生的自我意识	(23)
第三节 适应与自我意识	(24)
一、自我意识对大学生适应的影响	(24)
二、自我意识对大学新生适应的影响	(26)
三、适应对大学新生自我意识形成的影响	(27)
第二章 适应与生理因素	(29)
第一节 大学新生生理发展概述	(29)
一、大学生生理发展概况	(29)
二、大学新生身体发育状况	(31)
第二节 适应与大学新生的生理发展	(33)
一、大学新生生理发展对适应的影响	(33)
二、积极适应需要大学新生具有良好的身体素质	(36)

第三章 适应与心理因素	(39)
第一节 适应与大学新生心理	(39)
一、心理概述	(39)
二、大学生心理发展概述	(40)
三、大学新生心理发展特点	(41)
第二节 适应与智力因素	(43)
一、智力和智商概述	(43)
二、智力差异与发展	(44)
三、大学新生的智力、智商与学习	(45)
第三节 适应与非智力因素	(48)
一、非智力因素和情感智力概述	(48)
二、非智力因素与学习	(50)
三、情感智力与学习	(50)
四、大学新生非智力因素和情感智力的培养	(51)
第四节 适应与能力	(53)
一、能力概述	(53)
二、能力与知识、分数的关系	(54)
三、大学新生能力的培养	(55)
第五节 适应与创造性思维	(57)
一、创造性思维概述	(57)
二、创造性思维与学习	(59)
三、大学新生创造性思维的培养	(61)

第二篇 适应与大学新生的外环境

第四章 适应与学校	(67)
第一节 大学新生与大学	(67)
一、大学概述	(67)
二、大学生概述	(70)
三、大学对大学生的影响	(71)
四、大学生对大学的作用	(72)
第二节 大学新生与大学学习	(73)
一、认识学习	(73)

二、建立正确的学习观	(74)
三、掌握大学学习特点和规律	(76)
四、培养科学的学习方法	(77)
第三节 大学新生与专业	(78)
一、大学专业设置概述	(78)
二、专业对大学生的影响	(79)
三、大学新生专业意识的培养	(79)
四、大学新生成才需要对专业改革和发展的作用	(80)
第四节 大学新生与校风	(82)
一、校风概述	(82)
二、良好的校风对大学新生的影响	(83)
三、大学生在校风形成中的作用	(84)
第五节 大学新生与教师	(86)
一、大学教师概述	(86)
二、大学教师在大学新生成才中的作用	(87)
三、大学新生对教师素质提高的影响	(88)
第六节 大学新生与教学内容	(89)
一、大学教学内容概述	(89)
二、教学内容对大学生的影响	(90)
三、大学新生成才需要对教学内容改革的作用	(91)
第七节 大学新生与教学方式	(92)
一、大学教学方式概述	(92)
二、教学方式对大学生的影响	(94)
三、大学新生成才需要对教学方式改革的作用	(95)
第八节 大学新生与教学考评	(97)
一、大学教学考评概述	(97)
二、教学考评对大学生的影响	(98)
三、大学新生成才需要对教学考评改革的作用	(99)
第九节 大学新生与教学管理	(101)
一、大学教学管理概述	(101)
二、教学管理对大学生的影响	(102)
三、大学新生成才需要对教学管理改革的作用	(103)

第五章 适应与社会	(106)
第一节 大学新生与时代	(106)
一、时代概述.....	(106)
二、时代对大学生的要求与影响.....	(107)
三、大学生在社会变革中的作用.....	(109)
第二节 大学新生与政治	(111)
一、政治概述.....	(111)
二、政治对大学生的影响.....	(112)
三、大学新生在政治教育中的作用.....	(114)
第三节 大学新生与经济	(115)
一、经济概述.....	(115)
二、经济对大学生的影响.....	(116)
三、大学生在经济发展中的作用.....	(117)
第四节 大学新生与文化	(119)
一、文化概述.....	(119)
二、文化对大学生的影响.....	(120)
三、大学新生在文化形成与传播中的作用.....	(121)
第五节 大学新生与社会风气	(122)
一、社会风气概述.....	(122)
二、社会风气对大学生的影响.....	(123)
三、大学生在社会风气形成与延续中的作用.....	(125)
第六节 大学新生与社会思潮	(126)
一、社会思潮概述.....	(126)
二、社会思潮对大学生的影响.....	(128)
三、大学新生在社会思潮冲击中的作用.....	(130)
第七节 大学新生与社会关系	(131)
一、社会关系概述.....	(131)
二、社会关系对大学生的影响.....	(132)
三、大学新生在社会关系中的作用.....	(133)
第八节 大学新生与科学技术	(134)
一、科学技术概述.....	(134)
二、科学技术对大学生的影响.....	(136)
三、大学生在科学技术发展中的作用.....	(137)

第九节 大学新生与公共危机·····	(138)
一、公共危机概述·····	(138)
二、公共危机对大学生的影响·····	(140)
三、大学生在公共危机中的作用·····	(142)
第六章 适应与人际关系·····	(145)
第一节 大学新生的人际关系·····	(145)
一、人际关系概述·····	(145)
二、大学生人际关系初探·····	(147)
三、大学新生的人际关系特点·····	(150)
四、大学新生良好人际关系的建立·····	(151)
第二节 适应与师生关系·····	(153)
一、师生关系概述·····	(153)
二、师生关系对适应的影响·····	(153)
三、积极适应需要良好的师生关系·····	(154)
第三节 适应与同学关系·····	(156)
一、同学关系概述·····	(156)
二、同学关系对适应的影响·····	(157)
三、积极适应需要良好的同学关系·····	(159)
第四节 适应与集体·····	(160)
一、大学生集体概述·····	(160)
二、大学生集体的特点·····	(163)
三、大学新生与大学生集体的形成·····	(164)
四、大学生集体的建设·····	(165)
第五节 适应与社团·····	(167)
一、大学生社团概述·····	(167)
二、大学生社团的形成和发展·····	(168)
三、大学生社团的特点·····	(169)
四、大学生社团的作用·····	(170)
五、大学生社团的建设·····	(172)
第七章 适应与家庭·····	(174)
第一节 大学新生与家庭结构·····	(174)
一、家庭结构概述·····	(174)

二、家庭结构对大学新生的影响·····	(175)
三、大学新生在家庭结构中的地位和作用·····	(176)
第二节 大学新生与家庭关系·····	(177)
一、家庭关系概述·····	(177)
二、家庭关系对大学新生的影响·····	(179)
三、大学新生在家庭关系中的作用·····	(180)
第三节 大学新生与家庭教育·····	(181)
一、家庭教育概述·····	(181)
二、家庭教育对大学新生的影响·····	(183)
三、大学新生成才需要家庭教育的作用·····	(184)
第四节 大学新生与家庭经济·····	(185)
一、家庭经济概述·····	(185)
二、家庭经济对大学新生的影响·····	(186)
三、大学新生对家庭经济的正确态度·····	(187)
第八章 适应与物化环境·····	(190)
第一节 大学新生与教学环境·····	(190)
一、大学教学环境概述·····	(190)
二、教学环境对大学新生的影响·····	(191)
三、大学新生成才需要对教学环境改变的作用·····	(192)
第二节 大学新生与生活环境·····	(194)
一、大学生生活环境概述·····	(194)
二、生活环境对大学新生的影响·····	(195)
三、大学新生成才需要对生活环境改变的作用·····	(196)
第三节 大学新生与消费环境·····	(198)
一、大学生生活方式与消费环境·····	(198)
二、大学新生消费方式与消费状况·····	(199)
三、大学新生消费观念·····	(200)
四、大学新生消费原则·····	(202)
 第三篇 适应与大学新生的内、外环境	
第九章 适应与心理健康·····	(207)

第一节 大学新生的心理健康·····	(207)
一、心理健康概述·····	(207)
二、大学生心理健康概况·····	(208)
三、大学新生心理健康状况·····	(211)
第二节 适应与心理健康·····	(213)
一、心理健康对适应的影响·····	(213)
二、积极的适应需要健康心理·····	(214)
第三节 适应与心理不适·····	(216)
一、心理不适概述·····	(216)
二、大学新生常见的心理不适与调适·····	(216)
三、积极适应需要克服心理不适·····	(220)
第四节 适应与心理疾病·····	(223)
一、心理疾病概述·····	(223)
二、大学生常见的心理疾病·····	(225)
三、积极适应需要防止心理疾病·····	(233)
第五节 适应与心理辅导·····	(233)
一、心理辅导概述·····	(233)
二、心理辅导对适应的作用·····	(235)
三、积极适应需要进行心理辅导·····	(236)
第六节 适应与心理调节·····	(237)
一、心理调节概述·····	(237)
二、心理调节对适应的影响·····	(239)
三、积极适应需要科学心理调节·····	(240)
第七节 适应与心理治疗·····	(242)
一、心理治疗概述·····	(242)
二、心理治疗与心理适应·····	(244)
三、积极适应需要接受心理治疗·····	(245)
 第十章 适应行为规范和失范·····	 (246)
第一节 适应与行为规范·····	(246)
一、行为规范概述·····	(246)
二、大学新生与社会法制·····	(247)
三、大学新生与家庭规矩·····	(248)

四、大学新生与学生行为准则·····	(250)
五、大学新生与自我约束·····	(251)
第二节 适应与行为失范·····	(253)
一、行为失范概述·····	(253)
二、大学新生思想政治上的幼稚行为·····	(254)
三、大学新生自主学习中的任性行为·····	(254)
四、大学新生异性交往中的越轨行为·····	(256)
五、大学新生失范行为的防治·····	(256)
第十一章 适应及失调案例选析·····	(259)
第一节 适应案例选析·····	(259)
第二节 失调案例选析·····	(262)
主要参考文献·····	(273)