



“易”起 走过的路

——“80后”辅导员和“90后学生”的网络书信

严晨 著

东华大学出版社

· 上海 ·

“易”起走过的路

——“80后”辅导员和“90后”大学生的网络书信

严晨 著

东华大学出版社

·上海·

图书在版编目 (CIP) 数据

“易”起走过的路：“80后”辅导员和“90后”大学生的网络书信 / 严晨著. —上海：东华大学出版社，2014.12

ISBN 978-7-5669-0673-1

I. ①易… II. ①严… III. ①书信集—中国—当代
IV. ①I267.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 276995 号

责任编辑 王克斌

封面设计 姚泉岩

“易”起走过的路

——“80后”辅导员和“90后”大学生的网络书信

严晨 著

出版发行 东华大学出版社 (上海市延安西路 1882 号, 200051)

本社网址 <http://www.dhupress.net>

淘宝店 <http://dhupress.taobao.com>

天猫旗舰店 <http://qhdhdx.tmall.com>

营销中心 021-62193056 62373056 62379558

印刷 常熟大宏印刷有限公司

开本 850 mm × 1168 mm 1/32

印张 8.75

字数 245 千字

版次 2014 年 12 月第 1 版 2014 年 12 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5669-0673-1/I · 008

定价 26.00 元

本书为东华大学辅导员严晨老师博客中的博文精选集，书中穿插她与学生的网络互动，旨在新媒体时代下为高校师生提供网络思政教育的蓝本。《“易”起走过的路》通过一名平凡的“80后”辅导员和“90后”大学生们之间用网络书信的形式所记录下的大学四年美好故事，透过字里行间传递的爱和温暖，每个人都似乎可以在这里找到你我曾经青春的影子。每章开头都有一幅颇具特色的四格漫画，漫画的故事就来自于作者和她的学生之间的校园故事。而创作绘制的人正是作者最亲爱的“孩子们”，一群对艺术设充满执著追求、对真善美充满向往的艺术类学生们。每篇博文后还附上专家的点评，以“声音”的形式聆听专家的意见，折射出辅导员工作的一些新方法、新思路，对辅导员群体的工作也有一定的启示。这些正是本书最大的特点：源于学生，服务学生，启发同行，余香阵阵。《“易”起走过的路》是高校师生之间心灵的互动和对话，它的诞生为新形势下特别是新媒体时代如何构建更加平等、民主、和谐的师生新关系提供了有益的实践依据。

本书共分为上下两篇。

上篇：严师心语·始终如“易”。分为班组工作（“易”路相伴）、思想理论（“易”起仰望）、生涯导航（“易”师“易”友）、心灵家园（“易”心守候）和多彩生活（“易”彩纷呈）五个章节，均是严晨老师担任辅导员工作以来在人人、易班等辅导员博客上发布的网络思政专栏博文精选（截止至2012年9月）。

博文依章节分类，各章节又按时间先后顺序排列，从不同角度诠释了高校辅导员思政工作的方方面面。

下篇：严师桃李·温馨“易”家。共邀请了严老师的6位学生，从2005级到2011级，这些学生中有受易班博文启发成功创业的，也有接触严老师网络思政博客不到一年的新生，虽然他们的年级不同，但他们都是“严师心语”专栏线上的读者、线下的咨询者，都在润物无声的爱中茁壮成长。

这是一个辅导员不断耕耘的教育园地，将会有更多爱的故事发生。

2012年,是中国共产党第十八次全国代表大会胜利召开的重要一年,同时也是《中共中央国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见(中发[2014]16号)》颁布8周年。16号文件指出,要努力拓展新形势下大学生思想政治教育的有效途径,主动占领网络思想政治教育新阵地。高校辅导员是奋斗在思政教育一线的辛勤工作者,他们从事着太阳下最光辉的职业。他们永葆一颗年轻的心与学生同在,将教育化为无形,不再拘泥于说教式的灌输,而是通过网络、谈心工作室、主题教育活动等多途径来走入学生心灵,为社会培养栋梁之材。学生在变,时代在变,辅导员工作的模式和内涵也要顺应时代不断改变和提升。

《中共中央国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见(中发[2014]16号)》颁布以来,东华大学认真贯彻落实中央决策部署,紧紧围绕立德树人这一根本任务,抓住关键环节,创新思路方法,扎实推进大学生思想政治教育工作。东华大学重视辅导员队伍建设,努力加强辅导员队伍职业化、专业化、专家化建设,鼓舞和激励辅导员潜心育人,不断践行上海市教卫党委、市教委所提出的《上海高校辅导员誓词》和《上海高校辅导员核心价值取向》,并已取得了良好的成效。我校服装·艺术设计学院辅导员严晨老师正是这光辉事业中踏实前行的一员。作为年轻的“80”后辅导员,她用当代大学生最常接触、最喜闻乐见的方式,依托网络平台将思政教

育做到润物无声、大爱无痕。“严师心语”专栏是严老师定期和学生们在网络交流的“心灵约会”。同时，线下的“严师心语”谈心工作室也同期进行，给予每个学生一对一的深度辅导，使辅导员真正成为学生成长道路中不可或缺的“导航者”“引路人”。

严晨老师的网络思政工作经历丰富，自从WEB2.0时代到来，个人博客刚刚兴起的时候，她就选择了这片崭新的空间作为倾听学生心声，服务学生的教育园地，默默耕耘，不断坚持。从2007年的新浪博客到2008年的人人网，再到2010年驻扎易班，处处都有她温馨的辅导、适时的指导、用心的引导、及时的疏导。扎根易班后，严老师的辅导员博客命名为“冬日暖阳·严师心语”，博客以清新自然的风格、润物无声的语言渗透到学生的心中，被学生誉为“阳光博客”。每一篇博文几乎都是她与学生之间的心灵对话，对学生的学业、思想、生活给予全面的指导。本书从班组工作（“易”路相伴）、思想理论（“易”起仰望）、生涯导航（“易”师“易”友）、心灵家园（“易”心守候）和多彩生活（“易”彩纷呈）五个方面，折射出一名一线辅导员对学生成长倾注的心血与汗水。她的“桃李们”在“无痕”的网络思政教育影响下，破土发芽、茁壮成长。打破时空界限的网络博文书信交流，无数个“你”和“我”之间的心灵碰撞，为高校的思政教育工作打开了一扇新的窗口。

2011年，严晨老师的博客被收录在上海教育出版社出版的《“博”出精彩——上海高校辅导员优秀博客文集》。2012年元月，从教育部思政司传来喜讯，在全国首届高校优秀辅导员博客网络评选活动中，我校服装学院严晨老师、就业服务中心景亮老师、信息学院刘余勤老师的博客从众多参评作品中脱颖而出，获“优秀博客奖”。2013年元月，第二届全国高校优秀辅导员博客评选中，严老师的博文《理性，让爱国更有深

度》被评为全国高校优秀辅导员博文（百篇）。

为了更好地积累高校辅导员运用网络开展思政教育、推动高校网络思想文化建设的宝贵成果，充分展现当代辅导员“网络思政育人”的良好效果，激发辅导员队伍在网络思政教育领域做出更多积极的实践和探索，特将严晨老师的网络博文精心、整理成册，奉献给辅导员同仁、思政教育工作者以及亲爱的大学生朋友们。

东华大学党委副书记：刘淑慧

2014年11月

辅导员选留面试最后一轮的时候，书记问我为什么选择辅导员，我清晰地记得自己说了这九个字：“因为我热爱这份事业。”

热爱源自内心最初的原动力，因为原始，所以持久；因为持久，所以幸福。这就是我的选择，我要用自己无悔的青春让学生的青春无悔！

如果有人问我辅导员工作辛苦吗？24小时开机，对学生负责的工作当然辛苦。

如果有人问我既然辛苦繁忙，你的幸福源泉在哪里？我会笑着回答：“因为学生们的笑脸，学生们的成长！”

有学者将教师的职业境界分为四个层次：一是把教育看成是社会对教师角色的规范、要求；二是把教育看做是出于职业责任的活动；三是把教育看做是出于职业良心的活动；四是把教育活动当做幸福的体验。所以，我一直都用这样一句话来勉励自己：

辅导员职业精神的最高境界是把教育当做幸福的体验。

当你找到了幸福的源泉，那么你的工作就会迎来新的曙光！既然选择了辅导员工作，就要对教育事业充满真挚的热爱和强烈的职业责任感，这会让我们的工作不再只是工作，而会带给我们更多内心的充盈和快乐。

五年前，我选择了辅导员这个职业，完成了从学生到教师的角色转换。

五年间，我希望能尽自己的力量为学生做点什么，不断诠释辅导员职业的新内涵、探索辅导员工作的新方法。

五年后，曾经的学生在社会许多领域，特别是艺术设计领域开始崭露头角，她们的一个电话、一个短信或者在人人、微博上的一个留言，希望能抽空回母校和我继续像以前在校时那样，坐一坐，聊一聊，和我说说创业、在外打拼，抑或是国外深造的艰辛与快乐，每每接到这样的电话，看到这样的留言，我总是深感欣慰。

送走一届届学生，又迎来一批批新生。高校辅导员这个群体正发挥着越来越重要的作用，为大学生导航指引，保驾护航。这也许就是辅导员平凡工作中的不平凡吧。

2007年3月，我在博客上敲下了第一篇辅导员手记《美丽天使——记东华时尚周幕后的“穿衣工”志愿者们》，成为了开辟“严师心语”网络思政专栏最早的雏形。第一篇日志就得到了很多“孩子们”的网络回应，激励着我继续在网络上和学生开展深层次的交流，随着党校工作、班组建设、支部建设、生涯指导、心理辅导、安全教育等工作的不断深入，博文话题内容不断拓宽。一个有血有肉更加立体的辅导员呈现在学生们面前，我愿意在网络上和学生们分享我的大学时代，分享我的支教经历，分享我大学诸多志愿者服务的故事，分享我旅行时沿途的所见、所思、所悟。

就这样，辅导员博客很自然地成为了我和学生们交流的网络家园，也很自然地成为了我生活的一部分。除了在白天办公室、教室、宿舍、食堂、操场的身影，学生们还能在8小时之外找到我，那便是我在网络上的家“冬日暖阳·严师心语”，停一停，看一看，想一想，聊一聊。“面对面”和“键对键”两种方式的结合拓宽了辅导员工作的载体，有些很难了解的困惑在键盘的敲击中也就不自然地流露出来，让学生们感受到

了更多辅导员的温暖，这大概就是我的初衷吧：挖掘学生的潜能，倾听学生的声音，化解学生的疑惑，点亮学生的心灵。

辅导员作为一线思政工作者，除了要关注大学生日常生活中的表现，也要依托微博、易班社区、辅导员博客等网络载体与大学生互动交流，“80后”“独一代”成长起来的年轻辅导员更要学会如何与“90后”大学生进行思想交流，增加亲和力，使学生愿意向辅导员敞开心扉，辅导员也才能听到来自学生们内心更多的声音。这些都是在开展网络思想政治教育工作中需要掌握的方式方法。学会网络倾听，学会用爱关注，这样的思想政治教育工作才会呈现勃勃生机，才能深入人心。

只有在日常工作中把辅导员工作当成事业来看待，当做幸福的体验，我们才能在网络思政教育这一领域深入实践。博文的文字不是虚空的，它来自于多彩的校园生活、集体活动、个体交流和工作体悟。我们可以借助网络平台，在8小时之外的时间里，与学生在网络空间心灵相约，对近期学生工作不断总结和思考，想学生所想，做好大学生的人生导师。

整理这一路走来写下的辅导员手记，“严师心语”专栏其实也见证了我自身的成长，喜怒哀乐毫不掩饰，这才是学生们眼中最真实的小严老师。在这一片澄净的天空里，我感动着学生们的感动，经历着学生们的经历，幸福着学生们的幸福。看到自己用键盘敲击出的文字在孩子们心灵所起到的润物无声的效果，看到孩子们在实际生活中所表现出的变化，作为老师，此时是最幸福的。

2012年1月5日，上海市教卫党委、市教委发布了《上海高校辅导员誓词》和《上海高校辅导员核心价值取向》。这是全国首份高校辅导员誓词。“矢志忠诚、立德树人、敬业爱生、明理笃行”这16个字的辅导员核心价值取向将成为我和同事们不断前行的座右铭。

我们每天多做一点，学生每天笑容就会多一些。真心希望通过辅导员博客，通过“严师心语”专栏架起师生间的彩虹桥，这座桥不受时空限制，交流无阻，直达学生内心，帮助学生描绘彩虹人生。希望这本书有用。

辅导员博客，永远是分享精神的体现。我愿用我的经历和教育过程中的幸福体验带给更多大学生以启迪和帮助，让师生之间线上线下都始终融洽互动，让辅导员博客成为一种精神产物，激励学生充实度过大学四年。今天，你 BLOG 了吗？

东华大学 严晨

2012 年 9 月

1 上篇 严师心语·始终如“易”

2 第一章 “易”路相伴

4 青春思量，共话两会

7 做人与做艺术

14 感恩从心开始

18 俯拾遗忘的传统精华

23 拉开大学的帷幕，从成为班委开始

27 环艺 1002 班不哭

31 我和“时尚”有个约会

35 还在犹豫志愿无偿献血报名的孩子们，先来耐心看完这个

40 第二章 “易”起仰望

42 点燃青春的红色课堂

46 志当存高远，人生更精彩

49 国庆小感

55 我眼中的“海宝一代”

59 寻访消防“铁军”

66 在国旗下成长

71 一份特别的寒假“微作业”

96 微党课，大感动

101 理性，让爱国更有深度

105 第三章 “易”师“易”友

107 如果你想“西天取经”

112 最初的梦想，一定会到达

129 先做梦想家，再做实干家

135 一名大一新生对人生的深刻思考

144 又是一年迎新季

147 大二定向期，你的职业生涯规划做了吗？

152 第四章 “易”心守候

154 爱，因为在心中

159 这年夏天，我们永不言弃

164 连接平安的“风筝线”，你握紧了吗？

170 写在下学期即将分班前

173 希望孩子们都能成为“向日葵族”，对着太阳微笑

179 用音乐温暖孩子们的心灵

184 被好书滋养的孩子是幸福的

188 第五章 “易”彩纷呈

190 美丽天使

195 关爱老人，情暖人间

201 那些年，那些事

211 军训中的酸甜苦辣

216 易班，那些如风吹过的日子

221 噼里啪啦响，俺滴新春祝福来啦

223	下篇 严师桃李·温馨“易”家
225	2005 级学生——江林翰（服装艺术设计专业）
227	2006 级学生——王祎（服装艺术设计专业）
229	2007 级学生——于翔（服装艺术设计专业）
233	2008 级学生——苏冰洁（环境艺术设计专业）
236	2010 级学生——李琛（服装艺术设计专业）
239	2011 级学生——贾宇（工业艺术设计专业）
242	“易”问“易”答
246	同事眼中的“严师心语”
248	教授眼中的“严师心语”
251	代后记
258	致谢
260	作者简介

冬日暖阳·严师心语

<http://blog.yiban.cn/liabingschen/>

上篇



严师心语·始终如“易”

博观约取，字斟句酌细推敲，拈精撮要费咀嚼；
厚积薄发，爱校爱生爱教育，上下求索育桃李。

第一章 “易”路相伴

年轻的心渴望绽放

年轻的梦多彩多姿

播撒希望的种子

温暖生活的点滴

昨天的悲欢依稀浮现

青春的回忆里与你同在

成长的路上

我们手牵手，一起走

