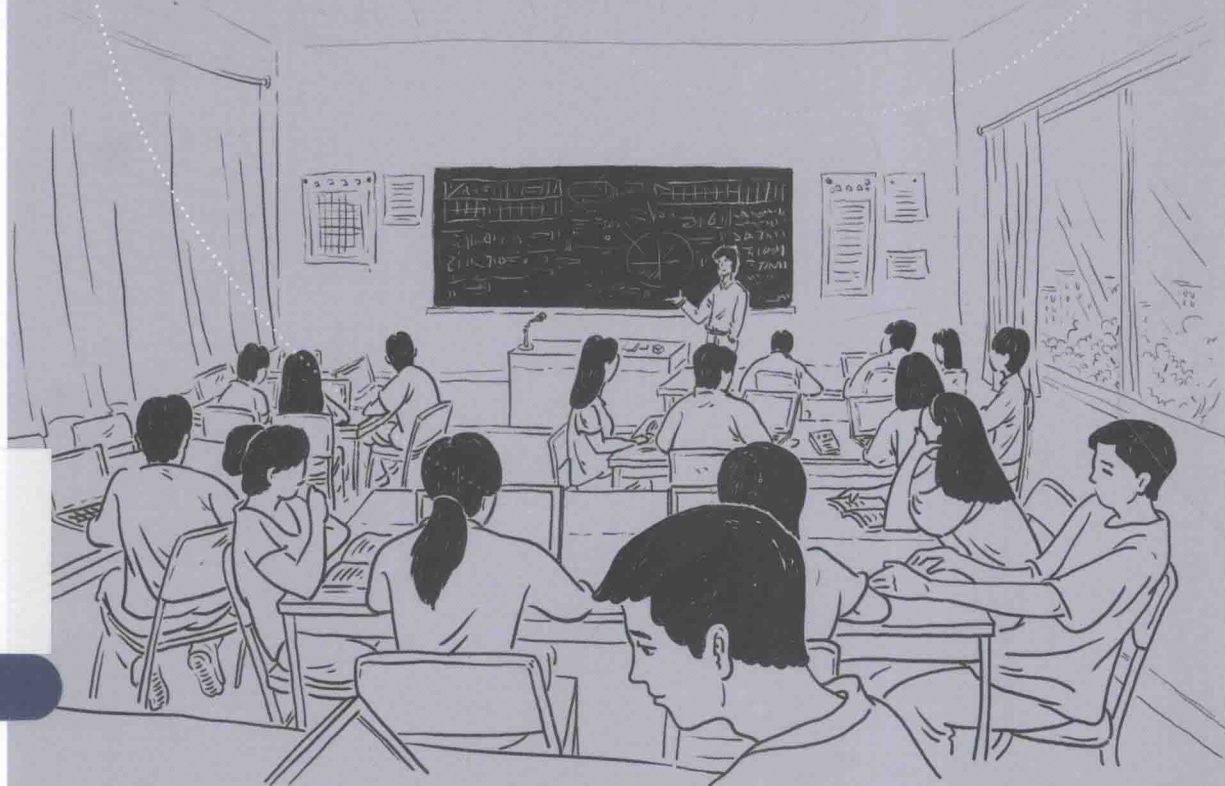


大学生入学教育 与军事训练

◎ 主编 袁长明 王维兴 郑家刚



高等教育出版社

高等学校人文素养教材

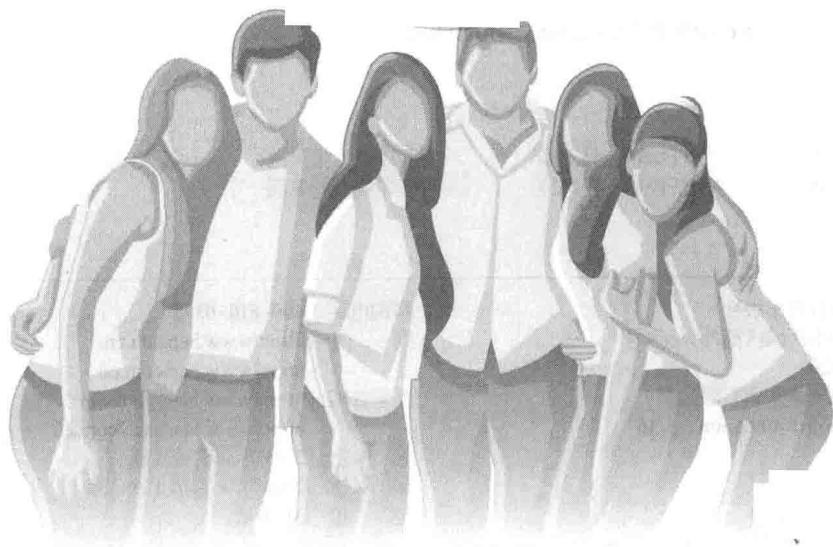
大学生入学教育与军事训练

Daxuesheng Ruxue Jiaoyu Yu Junshi Xunlian

主 编 袁长明 王维兴 郑家刚

副主编 朱 琳 孙 婧

参 编 李 婷 陈付连



高等教育出版社·北京

内容提要

本书以提升大学生就业竞争力及发展潜力为主题,从认识大学、融入大学生活、法纪观念教育、安全教育、专业教育、校园礼仪教育、校园文化教育、国防教育、军事训练等方面系统阐述了大学新生入学教育与军事训练的内容和要求,旨在提升大学生人文素养,并为他们提供一些有参考价值的信息和建议,为将来立足社会扎下深厚的根基。本书内容丰富,形式新颖,切合学生实际,可操作性强,是大学新生必读的一本好书。

本书可作为普通高等院校新生入学教育教材,也可供普通高等院校组织新生入学教育工作者参考。

图书在版编目(CIP)数据

大学生入学教育与军事训练 / 袁长明, 王维兴, 郑刚主编. -- 北京: 高等教育出版社, 2015.4
ISBN 978-7-04-042295-5

I. ①大… II. ①袁… ②王… ③郑… III. ①大学生 - 入学教育 - 高等学校 - 教材 ②军事训练 - 高等学校 - 教材 IV. ①G645.5②G641.8

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第040000号

策划编辑 曹京华
插图绘制 郝林

责任编辑 马玉珍
责任校对 杨凤玲

封面设计 张雨微
责任印制 刘思涵

版式设计 余杨

出版发行 高等教育出版社
社址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
印刷 肥城新华印刷有限公司
开本 787 mm×1092 mm 1/16
印张 18.25
字数 380千字
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landracom.com>
<http://www.landracom.com.cn>
版次 2015年4月第1版
印次 2015年4月第1次印刷
定价 31.80元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换
版权所有 侵权必究
物料号 42295-00

前言

大学生入学教育与军事训练是高等学校开设的一门必修的人文素养课程，是大学生迈入大学的第一堂课，是大学生接受高等教育的开端，是高等学校思想政治教育工作的重要内容之一。为了适应大学新生的需求和高校新生入学教育工作的需要，帮助大学生尽快适应大学学习和生活，提高大学生的人文素养和综合素质，提升大学生的就业竞争力和发展潜力，促进大学生健康成长，我们编写了本书。

本书编写的指导思想是：以国家政策和当前形势要求为指导，以人才培养目标和大学生的需求为核心，以本课程的课程标准为主线，以时代性、先进性、针对性、应用性、实践性和通俗性为特色，最大限度地满足大学生提升人文素养的需求和高校人才培养工作的需要。本书紧密结合高校教学、思想政治工作、学生管理工作实际，重点突出了适应大学生活、大学生安全教育、大学生军事理论和实践教育等内容，为大学生综合素质的提升提供了指导。

本书在编写过程中，为了博采众长，我们参阅了国内外专家学者的有关研究成果和文献资料，引用了其中不少精辟的观点和见解，在此，我们向这些研究成果和文献资料的作者们表示衷心感谢！淄博职业学院院领导、系（院）处室的同仁们，以及高等教育出版社对本书的编写出版给予了大力支持和帮助，在此，一并表示衷心感谢！

本书由袁长明、王维兴、郑家刚任主编，朱琳、孙婧任副主编，李婷、陈付连参编，袁长明统筹定稿。由于编者水平所限，书中难免有不足和疏漏之处，恳请各位专家、学者和各位读者批评指正。

编者

2015年2月

目 录

第一章 认识大学1	第七节 饮食和交通安全教育.....114
第一节 大学的释义和特点.....2	第八节 学习安全和网络安全教育.....123
第二节 大学的灵魂.....4	第九节 急救常识.....141
第三节 大学的使命.....6	第五章 专业教育153
第二章 融入大学生活9	第一节 专业教育概述.....154
第一节 适应大学环境.....10	第二节 大学生如何做好职业生涯规划.....159
第二节 学会学习.....13	第六章 校园礼仪教育171
第三节 学会生活.....29	第一节 礼仪概述.....172
第四节 学会交往.....48	第二节 校园礼仪.....173
第五节 学会心理调适.....52	第七章 校园文化教育187
第六节 大学生走向成功的“十要素”.....56	第一节 校园文化建设的内容.....188
第三章 法纪观念教育61	第二节 校园文化的特点.....189
第一节 法纪观念教育的主要内容.....62	第三节 校园文化建设的途径及校园文化教育的方法.....192
第二节 对大学生进行法纪观念教育.....69	第四节 校园文化建设实例——淄博职业学院校园文化建设简介.....195
第四章 安全教育73	第八章 国防教育203
第一节 防火.....74	第一节 国防概述.....204
第二节 防盗窃、防抢夺、防诈骗、防勒索.....83	第二节 我国国防法规.....209
第三节 防人身侵害.....92	第三节 我国武装力量.....215
第四节 防传销.....99	第四节 国防动员.....219
第五节 自觉抵制邪教和恐怖主义.....104	第五节 我国的安全环境.....224
第六节 远离“黄、赌、毒”.....109	第六节 我国的海洋形势.....231

第七节 大学生要自觉履行国防 义务.....	235
---------------------------	-----

第九章 军事训练	241
-----------------------	------------

第一节 大学生军训的目的和要求	242
-----------------------	-----

第二节 大学生军训的组织管理.....	244
---------------------	-----

第三节 大学生军训的内容	252
--------------------	-----

附录.....	281
----------------	------------

参考文献.....	284
------------------	------------

第一章 认识大学

学习目标

- 一、了解大学的概念及特点。
- 二、理解并掌握大学的灵魂。
- 三、理解并掌握大学的使命。

章前导言

大学是人们追求知识、完善自我、实现理想的殿堂，是人们的精神家园。大学可以帮助学生读书明理、提升修养和智慧，帮助学生形成世界观、人生观和价值观。大学是探求未知世界的场所，是年轻人交往的地方，是学生身份到工作身份转化的必要预备，是帮助年轻人获得专业能力和取得事业成功的重要基石。能够进入大学深造，是每一个有志青年的向往，而对于刚刚踏入大学校门的学生来说，热爱大学，了解大学，掌握关于大学的一些基本知识和大学学习生活规律，更好、更快地适应大学生活，则是摆在自己面前的具有重要意义的事情。本章主要介绍大学的释义和特点、大学的灵魂、大学的使命等内容。



第一节 大学的释义和特点

一、大学的释义

一般认为,大学的释义有三:一是泛指实施高等教育的学校,指提供教学与研究条件并授权颁发学位的高等教育机关,包括高等专科学校、学院等。二是特指多科系的高等学校,一般设有哲学社会科学(文科)和自然科学(理科、工科)方面的各种专业。如北京大学、复旦大学。三是指太学,即中国古代的大学。太学之名始于西周,汉代始设于京师长安,是中国当时的最高学府。

二、大学的特点

(一) 大学是增强适应能力的重要阶段

大学是要求大学生完全独立的地方。进入大学,同学们终于放下高考的重担,第一次追逐自己的理想,第一次有机会在学习理论的同时亲身实践;第一次不再由父母安排生活和学习中的一切,而是有足够的自由处理生活和学习中遇到的各类问题,支配所有属于自己的时间。换言之,独立是大学最好的代名词。

(二) 大学是系统性地接受教育的机会

所谓学习是指自由探索、自我思索的过程,考试和分数都只是对学习肤浅的解释。大学这段宁静的时光,正是大学生自由学习、充实自我的宝贵时机。潜心钻研专业,附带着博览群书,顺便再培养一下自己一直梦寐以求的业余爱好。也许这是你最后一次有机会系统地接受教育,最后一次全身心地建立知识基础,最后一次可以将大段时间用于学习的人生阶段,最后一次可以拥有较高的可塑性、集中精力充实自我的成长历程,最后一次在相对宽容的理想环境学习为人处世之道。这个机会,是大学给予我们最宝贵的馈赠,所以要主动地充实自己,珍惜这个机会。

(三) 大学是梦想的陈列室,在这里可以找到自我

大学的宽容博大、五彩斑斓是它最迷人的地方。这里有浩瀚的知识海洋,一本书,一场讲座,一席肺腑之言,或许一个人因此改变。进入大学后,大胆接触,勇敢尝试,梦想就能实现。

(四) 大学是宽容的地方,但它会教大学生对自己的错误负责

“大学是步入社会前的彩排”。大学生应当学会为自己的行为负责。大学是人生的一个实验室。在大学里,可以尝试一些新的东西;可以犯错误而不用承担无法挽回的后果;可以做人生的实验,最终清楚想要什么、需要什么、适合什么、擅长什么。的确,年轻的岁月里怎么可能是满分,没有犯过错的人就无法避免错误,大学正是一个让大学生从错误中

学习，而且不用支付高额学费的地方。

（五）大学的理想要靠每一位学生和教师来实践

大学的理想要靠每一位学生和教师来实践，至于大学里的各种组织形式则是次要的。如果这种为实现大学理想的活动被消解，那么，凭组织形式是不能挽救大学生活的，大学的生活全在于教师传授给学生新颖、符合自身境遇的思想来唤起他们的自我意识。学生们总是潜心地寻觅这种思想并时刻准备接受它，但当他们从教师那里得不到任何有益的启示时，他们便会因感到理想的缥缈和希望的破灭而无所适从。如果事实果真如此，那他们就必须经历人生追求真理的痛苦和磨难，以此寻得理想的亮光。

（六）大学是一种学校，而且是一种特殊的学校

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，培养影响其一生的科学思维方式。所以，大学生要具有自我负责的观念，并带着批判精神从事学习，因而拥有学习自由；而大学教师则是以传播科学真理为己任，因此他们有教学的自由。

（七）大学培养德、智、体等方面全面发展的人

大学是每一个大学生自主成长的地方。将来想要成为什么样的人，过怎样的生活，就在于自己大学里的选择与追求。



相关链接

大学的宗旨

《大学》一书对大学的宗旨作出了精辟地描述，即“大学之道，在明德，在亲民，在止于至善”。其释义是：大学的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。

知名人士论大学

都柏林天主教大学校长约翰·亨利·纽曼（John Henry Newman）：一所大学就是一个群英会集的殿堂，天下各处的学子到这里来，以寻求天下各种各样的知识。

爱因斯坦：学校的目标始终应当是，青年人在离开学校时是作为一个和谐的人，而不是作为一个专家。

北京大学原校长蔡元培：大学者，研究高深学问者也。大学者，囊括大典，网罗众家之学府也。大学是研究高深学问的地方，学生进入大学不应仍抱科举时代思想，以大学为取得官吏资格之机关。应当以研究学术为天责，不当以大学为升官发财之阶梯。必须抱定为求学而来之正大宗旨，才能步入正轨。诸君为大学生，地位甚高，肩负重任，责无旁贷，故诸君不惟思索以感己，更必有以励人。苟德之不修，学之不讲，同乎流俗，合乎污世，己且为人轻辱，更何足以感人。

清华大学原校长梅贻琦：大学者，非谓有大楼之谓也，有大师之谓也。

前浙江大学校长竺可桢：大学是社会之光，不应随波逐流。大学犹如海上之灯塔，吾人不能与此时降落道德标准也。

香港中文大学校长金耀基：学生在大学里，实际上是学四种东西，一是怎样读书，二是怎样做事，三是学怎样与人相处，最后是学怎样做人。

香港科技大学社会科学部教授丁学良：大学（University）的词根是“universus”，即“普遍”“整个”“世界”“宇宙”的意思，所以大学从它诞生的那一日开始，它的精神气质就是“普遍主义（普适主义）”。

美国著名高等教育学者弗莱克斯纳：大学不是一个风向标，对社会每一流行风尚都做出反应。大学必须经常给予社会一些东西，这些东西并不是社会所想要的，而是社会所需要的。

第二节 大学的灵魂

大学的灵魂即大学的精神。大学的精神包括：自由精神、独立精神、人文精神、科学精神、创新精神和批判精神。

一、自由精神

自由精神是大学精神灵魂之所在，也是大学精神产生和发展之根基。具体地说，自由精神表现在以下几个方面：一是思想自由，使大学成为各种观念自由发展的场所。二是学术自由，使大学成为自由探索高深学问的场所。学术自由主要包括教学自由、研究自由和学习自由，意指大学的探究活动要服从真理的标准。三是言论自由，使大学成为自由表达思想、观念的场所。

二、独立精神

独立精神是与自由精神联系密切而又有着不同内涵的一个范畴。独立精神，正如闻朔先生在总结北京大学的大学精神时所指出的那样，包括独立人格、独立思考、独立判断，等等，其中最基本的是独立人格。独立精神之所以在大学精神中有重要地位，是因为大学是探讨高深学问的学术机构，而“学术在本质上必然就是独立自由的，不能独立自由的学术，根本上不能算是学术。学术是一个自由的王国，它有它的大经大法，它有它神圣的使命，它有它特殊、广大的范围和领域，别人不能侵犯。假如一种学术，只是政治的工具，文明的粉饰，或者为经济所左右，完全为被动的产物，那么这一种学术，就不是真正的学术，因为真正的学术是人类智慧和自由精神最高的表现。它是主动的，不是被动的；它是

独立的，不是依赖的”。

三、人文精神

大学的人文精神就是指大学所倡导的在处理人与自然、人与社会、人与他人、人与自己关系时的价值观以及建立在这种价值观基础上的行为规范。具体地讲，大学的人文精神至少包括以下几个方面的内容：（1）高扬人的价值，追求人自身的完善和理想的现实；（2）重视终极追求，执著探索超越现实的理想世界和理想人格；（3）具有强烈的社会责任感和历史使命感以及永恒的道德精神；（4）坚持理性原则和主体意识；（5）建立自由、平等、和谐的人际关系；（6）倡导人与自然的和谐发展。

四、科学精神

科学精神是科学工作者在科学研究和科学技术发展过程中所形成的价值准则和行为规范。它既包括从事科学研究的一系列行为规范，也包括从事科学研究的价值追求，把真、善、美的高度统一作为科学研究的最高价值准则。科学研究是大学的重要职能，大学是开展科学研究、培养科学人才的重要基地，科学人员在科学研究中形成的价值准则和行为规范通过教育、感染而内化为一代科学人的精神气质，形成了他们的科学良心和科学道德。

五、创新精神

大学的创新精神，一是指向科学研究，它通过鼓励开拓科学这个无止境的疆界，取得大量开拓性的成果，培养大批的科学家、发明家；二是指向社会发展，大学以新思想、新制度改造社会，推动社会的进步；三是指向人才培养，它把培养具有开拓创新精神的人才作为自己最根本的任务；四是指向大学自身，一代代学人不断根据社会经济发展和大学的理念来改造大学、发展大学，使大学成为时代精神的体现者。

六、批判精神

大学的批判精神是指大学以真理为唯一标准的价值观以及在此基础上形成的追求真理、批判错误、纠正错误的行为规范和精神气质。这种批判精神主要体现在三个方面：其一，从文化传递的视角看，大学是整理、保存、传递和发展文化的场所，无论是哪一项活动，都要以批判的眼光看待文化；其二，大学是各种思想观念兼容并蓄、自由发展的场所，各种思想观念是在批判与反批判的交锋中发展的；其三，大学作为探索高深学问的机构，应当在社会批判和监督中发挥自己独特的作用。

以上所说的大学精神是具有普遍意义的大学精神，具体到每一所大学，则根据自身的实际而对自己的大学精神做出别具特色的界定和解释。大学精神是大学文化的核心，是大学的灵魂所在，在大学发展中起着至关重要的作用。一方面，大学精神作为一种文化被

大学人内化,成为大学的良心和气质,在大学的发展中发挥着凝聚、激励、导向和保障作用。另一方面,大学精神作为一种高层次的优秀文化,可以辐射到社会中去,对人们的思维方式、价值观念和行为规范产生积极的影响,从而为大学的发展构造适宜的环境。

第三节 大学的使命

归根到底,所有大学都肩负着培养人才、发展科技、服务社会的三项基本职能,这就是大学的基本使命和责任。

一、培养人才

大学是培养高素质人才的基地,是培养高学历人才的场所。许多著名大学常常被誉为培养科学家、工程师、政治家、企业家的摇篮。大学能够培养独立思考的能力、清晰的头脑、想象力等个人成功所必备的品质,而具有这些品质的人,是社会发展进步的保证。

培养社会需要的人才才是大学基本的职能,但其职能内涵是常变常新的。当今和未来综合国力的竞争,归根到底是人才的竞争,培养具有创新精神和实践能力的高级专门人才,是21世纪大学的根本任务。因而,要求大学要转变人才观念,鼓励学生的探究精神,努力培养全面发展的学生,使他们不仅掌握科学文化知识,同时兼备科学精神与人文精神,拥有健康的体魄和完美的人格。即将在这“摇篮”中成长的青年学生,应当紧紧把握住时代脉搏,明确历史使命,把自己的命运和前途同祖国的命运和前途紧密结合起来,不断提高自己的综合素质,更加积极地投入到大学生的生活中去,努力学习,立志成才,肩负起党的重托,肩负起人民的重托,做合格的社会主义建设者和接班人。

二、发展科技

大学是直接推动社会发展的智力和科技基础。21世纪是知识爆炸的时代,伴随着科学技术日新月异,人类面临着第三次科技革命浪潮,大学的功能和面貌发生了前所未有的变化。大学不容置疑地成为社会的知识工厂和思想库,成为科技进步的“孵化器”和社会进步的“加速器”。不管是过去还是现在,大学已经或正在成为各国知识创新的中心和推动科技成果向现实生产力转化的重要力量。如各国高科技园区,将大学发展高科技的职能发挥得淋漓尽致,以美国斯坦福大学为主导发展起来的“硅谷”科学工业园区,以麻省理工学院、哈佛大学为核心的波士顿科研中心,以及英国剑桥科学园、我国北京中关村高新技术开发区等,都是以著名大学为中心,以高新技术产业群为基础形成的产学研结合的科技发展基地,出人才、出成果和出产品并举,从而缩短了高科技由创造加工到传播应用的周期,加速了新经济的发展步伐。高科技园区的发展反过来推动大学科研模式的转变,突破

了象牙塔的单一模式，逐步形成了基础研究定向化，应用研究基地化，开发研究社会化、产业化、商品化、上中下游一条龙的整合模式。

三、服务社会

大学以服务社会为己任，在服务社会中展示其特有的价值和功能。长期以来，大学曾经直面社会问题，被赋予了特殊的历史使命和社会责任感。今天，大学不但体现了所在国的综合国力和经济社会发展程度，而且对这个国家的经济、政治、科学、技术、文化、教育乃至军事的发展起着巨大的推动作用，同时也不断为人类的文明和进步作出重要贡献。第一，大学是一个国家科技文化发展水平的重要标志，也是一个民族自立于世界民族之林的重要象征。第二，大学是科教兴国的强大生力军，大学拥有较多的院士和博士生导师，优秀的生源和高水平的学科，其人才培养和科学研究的成果也是优秀的，可以在实施科教兴国战略中更加充分地发挥其先锋作用，使之为国家和民族的繁荣兴旺提供更多更好的人才支持和知识贡献。第三，大学是创新的基地，是国家兴旺发达的不竭动力。在以信息科学技术、生命科学技术、纳米科学技术为代表的高新科技迅猛发展，经济全球化、政治多极化、文化多元碰撞和融汇的当今世界，民族创新精神和能力已成为国家和社会发展的关键。要努力发扬大学“常为新”的精神，激发全民族的创新活力，并在推动国家的理论创新、科技创新、体制创新中发挥其“思想库”作用。

优质高效的社会服务更是21世纪大学的一项重要任务。大学要以创新为中心，理应充分利用优质资源为社会提供全方位的高水平服务，进一步成为社会服务中心，不断强化知识和技术创新，主动培植高新技术，形成产学研一体化的成果转化机制。当然，大学的社会服务功能是多方面的，不是仅仅满足当前的社会需求，还要有前瞻性，要立足现实、面向未来，科学预见并满足社会发展的长远要求，在促进科技发展的同时，为社会提供精神支持和道德指引。

总之，大学的培养人才、发展科技、服务社会三项基本职能是统一的，它们共同构成了一个有机整体。首先，它们的目的是是一致的，都是为社会发展服务；其次，它们的手段互补，培养人才固然以教学为主，但需要教学与研究和社会实践相结合，同样三结合也有助于发展科技和服务社会；再次，大学兼备三项职能，可以实现各种资源共享和效用最大化。需要指出的是，大学三项职能的统一在具体运作上并非没有矛盾和冲突，在落实到不同院校上也有主次和轻重之分。前者主要是校内政策与管理问题，如果处理不当、导向有误，重眼前利益、轻长远发展，重数量指标、轻质量内涵，易受冲击的往往首先是教学，其次是基础研究。东西方大学的发展，经历了一个漫长而艰辛的历程，在发展的不同历史阶段和社会背景中，有着各不相同的目的，即使在同一时期，具体到不同大学，它们的职能也是有差异的，但是所有大学肩负培养人才、发展科技、服务社会的三项使命是永恒的。

复习与思考

1. 简述大学的灵魂。
2. 简述大学的使命。
3. 联系实际，谈谈自己怎样读大学。

第二章 融入大学生活

学习目标

- 一、了解并适应大学的环境。
- 二、了解大学的学习和生活规律，掌握大学的学习和生活方法。
- 三、掌握大学生交往和自我心理调适的技巧。
- 四、理解并掌握大学生成功的基本要素。

章前导言

大学生入学教育是大学生进入大学后的第一课，对大学生整个大学生活及其一生都会起到重要的作用，其中融入大学生活是大学生入学教育的关键内容。要想尽快地融入大学生活，就必须及时调整好心态，积极实现从中学到大学的角色转变，尽快适应大学环境，掌握大学学习生活规律和有关交往、社会实践等方面的技巧，为走向成功打好基础。本章主要介绍适应大学环境，大学学习、生活、交往、心理调适和大学生走向成功的基本要素等内容。



第一节 适应大学环境

一、明确大学与中学的区别

大学与中学相比,存在五个方面的区别。

(一) 学习方式不同

许多新生在中学时是在老师、家长的督促下学习,学习进度慢,进入大学后需要自觉学习和主动学习,学生自由支配的时间较多,而且学习内容多,进度快,学业压力增大。

(二) 教学方式不同

中学的教学是“灌输式”和“强制式”教学。学生所学的知识均由老师传授,学生的接受是被动的、填鸭式的。大学的老师授课是跟着课表走,授课内容趋于多样化、专业化,老师只做重点的讲解,速度快,要求学生认真听讲并记好笔记。领会和应用的步骤全部由学生课后完成。另外,大学有时采用公共课授课,老师无法顾及所有的学生。教学方式的变化给新生带来了一定的困难。

(三) 管理方式不同

中学的管理是时时刻刻都在别人的看护、管束下生活。而大学的管理相对来讲比较松散,指导教师只负责一些学生管理和任务布置的工作。具体的日常工作要同学们自己做,不再有人指导和监督。学生的出勤由各门功课的老师负责。宿舍管理是由公寓管理员负责检查卫生和处理各种违纪行为,并不管理日常起居,由此来锻炼学生的自我约束能力。大学有严格的管理条例,对违纪学生的处分,对学习成绩不及格学生的处罚比较严厉。如果触犯,后果比较严重。大学生已是成年人,应该学会理性的处理和分析问题,要对自己的行为负责。

(四) 生活环境不同

90后的大学生大多数是独生子女,在家备受父母的呵护,衣来伸手,饭来张口。这部分学生一旦离开父母,必须独立承担自我管理任务,安排好自己的学习和生活。由于他们缺少个人生活经验,对全新的校园生活缺乏足够的心理准备,这对于大学生,尤其是来自城市的大学生,是一个巨大的挑战。

二、自觉转变角色

大学是一个以文化为背景的“大舞台”。在大学里找到自己的位置并把这一角色演好,将是自己一生的财富。

（一）社会角色的转变

中学生的思想和心理的发展不稳定，职业方向和社会角色不够确定；而大学生的职业方向基本确定，社会地位有了较大提高，社会期望值比中学生大得多。因此大学生要实现这种社会角色的变化，处处用大学生的标准严格要求自己，既学做人又学做事。

（二）奋斗目标的转变

大学是人生成才、成就事业的一个新起点，大学生必须从高考胜利的满足和陶醉中清醒过来。根据学校教学的客观现实和自己的实际，制定出个人在学业、思想道德、心理发育等素质培养方面的人生规划。

（三）思维方式的转变

大学的生活节奏快，活动空间大，交际多，面对这些环境条件的变化，所有的人在思想上都会有一个动荡的时期，思想上的动荡使同学们无法进入正常的学习和生活，造成成绩不稳，做事冲动，从而产生一系列的问题。每个人都应该用自己的方式，保持良好的竞技状态，不会因为这种动荡而错过了属于自己的机遇。大学生的思维方式也要由“非成人化”向“成人化”转变。在处理遇到的问题时，要努力做到辩证全面、远见务实，对人生的重大问题的选择要深思熟虑，要强化道德和法制观念，做事要考虑后果。

（四）生活方式的转变

在中学时，生活上的琐事依靠父母亲友解决，进入大学后，衣食住行等个人生活全由自己处理。大学生应适应这种生活方式的变化，全面处理好学习和生活的关系，培养独立生活的能力，遵守学校的各种规章制度，积极参加学校、系（院）组织的各项活动，养成良好的生活习惯。

（五）人际交往方式的转变

一是要相互了解，互相适应，提倡主动交往；二是同学间要相互尊重，为人诚恳热情，待人宽律己严；三是与同学交往要坚持与人为善，要广交朋友，不要过分注重老乡观念，搞小集体，注重人际关系的和谐性。

三、适应客观环境变化

（一）熟悉新的校园环境

1. 要尽快熟悉校园的环境

有的新生入校后一安排好行李，马上就到校园的各处熟悉情况，例如，了解教室、图书馆、超市在什么地方，食堂什么时候开饭，甚至学校有几个门，等等。这样，在办理各种手续、解决各种问题的时候就会比别人更顺利、更节省时间。与此相反的是，一些大学新生在陌生的环境中显得非常拘谨，生怕走远一点儿就会迷路，又不好意思开口向别人寻求帮助，最后不得不尽量少走动、少说话，实在迫不得已就跟在别人的后面。