

大学生

职业指导教程 (上)

——全程化就业指导与职业发展

北京市教育委员会学生处
北京高校毕业生就业指导中心

组织编写



高等教育出版社
Higher Education Press

大学生

职业指导教程 (上)

——全程化就业指导与职业发展

北京市教育委员会学生处 组织编写
北京高校毕业生就业指导中心

2009年3月第1版
2009年3月第1次印刷
30.00元

310 000
12.22
820 x 1188
1/32
310 000
12.22
820 x 1188
1/32



高等教育出版社
Higher Education Press

内容提要

本套教程按照“全程化就业指导”的要求,根据不同年级学生的不同需要进行有针对性的引导和指导。为此,本套教程在体例和内容上分为上下两册。上册为“职业规划教育阶段”,主要面向大一和大二学生进行指导。下册为“就业实践阶段”,主要面向大三和大四学生进行指导。总的目的是引导大学生提升就业竞争力,在正确把握自己和外在环境的基础上,进行人职匹配,实现成功就业。

本套教程编写时采用包括本章要点、案例导入、思考与练习等内容的统一体例,方便各高校就业指导工作人员根据需要进行讲授和辅导。

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业指导教程:全程化就业指导与职业发展.
上 / 北京市教育委员会学生处,北京高校毕业生就业指导中心组织编写. —北京:高等教育出版社,2009.3

ISBN 978 - 7 - 04 - 023868 - 6

I. 大… II. ①北… ②北… III. 大学生 - 职业选择 - 高等学校 - 教材 IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 207543 号

出版发行	高等教育出版社	购书热线	010 - 58581118
社 址	北京市西城区德外大街 4 号	免费咨询	800 - 810 - 0598
邮政编码	100120	网 址	http://www.hep.edu.cn
总 机	010 - 58581000		http://www.hep.com.cn
		网上订购	http://www.landaco.com
经 销	蓝色畅想图书发行有限公司		http://www.landaco.com.cn
印 刷	高等教育出版社印刷厂	畅想教育	http://www.widedu.com
开 本	850 × 1168 1/32	版 次	2009 年 3 月第 1 版
印 张	12.25	印 次	2009 年 3 月第 1 次印刷
字 数	310 000	定 价	20.00 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 23868 - 00

编委会名单

主 任	郭广生			
副主任	杨文茹	任占忠	祁金利	方 伟
	崔 超	沈聪伟	王智丽	
编 委	(按姓氏笔画排列)			
	马国玉	王效斌	王智丽	文双元
	方 伟	叶必辉	任占忠	任世雄
	任怀敏	刘艳华	祁国梁	祁金利
	孙长林	苏秀丽	杨文茹	沈聪伟
	张俊燕	张宪国	张道明	邵 丽
	周 荣	赵 敏	赵永良	邵世奇
	姜纳新	郭广生	崔 超	蒋 争
	韩 威	韩春光	程文浩	蒋 静
	解廷民	霍占仙		

目 录

第一章 导论——步入大学	1
第一节 从中学到大学的变化	4
第二节 大学学习生活的常见问题	19
第三节 大学生涯需要职业生涯规划	24
第四节 大学生职业生涯规划的现实可行性	39
第二章 高校毕业生就业形势	50
第一节 全国高校毕业生就业形势	52
第二节 北京地区高校毕业生就业形势	63
第三章 职业生涯规划概论	87
第一节 职业生涯规划理论概述	88
第二节 国外职业规划理论	92
第三节 中国特色的职业发展理念	103
第四节 大学生职业生涯规划	111
第四章 大学学习生活与职业生涯发展	132
第一节 自我探索与职业生涯发展	133
第二节 专业学习与职业生涯发展	139
第三节 专业技能与职业生涯发展	145
第四节 课外活动与职业生涯发展	149
第五节 人际关系与职业生涯发展	160
第六节 承受挫折与职业生涯发展	163
第七节 从小事做起与职业生涯发展	168
第八节 责任意识与职业生涯发展	172
第九节 创新能力与职业生涯发展	177

第五章 职业概述	180
第一节 职业	181
第二节 职业分类与职位分类	191
第三节 职业制度	197
第四节 职业评价	229
第六章 职业信息探索策略与方法	238
第一节 职业信息	240
第二节 职业信息的获取	244
第三节 职业信息的处理	257
第四节 评估职业信息的方法与标准	261
第七章 职业素质拓展	268
第一节 适应能力拓展	269
第二节 沟通能力拓展	278
第三节 语言表达能力拓展	289
第四节 团队合作能力拓展	293
第五节 决策能力拓展	297
第六节 自我管理能力拓展	306
第七节 创新能力拓展	317
第八章 开始你的职业生涯规划	322
第一节 大学生如何进行职业生涯规划	323
第二节 自我认知与探索	327
第三节 寻找适合自己的职业信息	339
第四节 体验式职业见习	346
第五节 选择适合自己的职业生涯规划目标	355
第六节 制订与执行行动计划	363
第七节 职业生涯规划评估与修正	372
参考文献	379

第一章

导论——步入大学

本章要点

帮助大学新生认识大学培养目标以及大学学习生活不同于中学的主要特点,了解大学学习生活中的常见问题;激发同学们把大学生涯规划与职业生涯规划有机联系起来,把学业、就业、职业、事业有机联系起来的自觉性;同时系统阐明本课程的教学目标。

案例导入



混沌的大一

一年前,我如愿以偿进入了这所著名学府,所有的期待都写在满面春风里。虽然不知道迎接我的是什麼,但我总觉得,肯定要做些什么,而且都是自己愿意做的,从小到大在规定的轨道上旋转了太久,拥有自由的机会终于来了。

然而,期待中全新的生活方式、一个崭新的自己迟迟没有出现。在最初对没有早自习、晚自习,没有那么多课,没什么作业而产生的兴奋过去之后,我觉得自己的日子一下子空闲了。从来都是时间不够用,而现在却是一抓一大把。可有了这种支配权好像不是享受,而成了一种沉重的责任——连睡觉都有愧疚感。姐姐笑话我“穷人乍富”,不知道该怎么挥霍像金钱一样的时间。

早晨,一睁眼总是近十点,晃一晃就该吃午饭了;下午睡一觉,再和大家打打球、聊聊天、看看碟;刚吃完晚饭没多久,一抬手看

表,稀里糊涂就九点了;周末在网吧,好像四五个小时都在QQ上和陌生人打招呼,等到眼睛发痛回到寝室,一推门,一群人叫:“来来,玩几把八十分……”

“这好像不是我啊!”内心深处总有一个声音对自己软弱地叫喊,“明天一定要早起”,“这个星期要看三本经济类书”,“今晚就去自习”……闹钟定了一次又一次,从六点定到七点,又从七点定到七点半;扑克牌扔了一副又一副;电脑上的游戏一次次被删除……然而闹钟总是被狠狠按掉,宿舍里总是出现崭新的扑克,不知道什么时候借的厚厚一摞书总是蒙着一层灰尘被送回图书馆。

说实在的,我们的课程并不难,想混混是容易的,但如果能深入钻研,也会收获颇丰,可没有动力似乎根本无法勤奋……

我总是在想“必须要做些什么了”。我给电脑贴上各种纸条:“愿望不会向你游过来,你只能自己向它游过去。”我甚至有时候会怀念高中时候的有规律的“旋转”,尽管那段日子不堪回首,但毕竟是有目标的生活,真受不了眼下的空虚……

我终于明白,原来这么长时间以来,我们早就被高考、学校、家长和老师这些决定命运的手拽得紧紧的,虽然我们会痛恨它们,但已经完全受制于它们。当它们突然消失后,我们自己这张弓根本没学会用力,不知往何方射出手中的箭……

后来,我加入了本校最有规模的社团,毕竟,这也是锻炼能力的机会。从此我开始了每周两次的例会、不定期的活动、策划书,被淹没在杂务的海洋里。

我去拉活动赞助,这是社团中难度最大的事。从超市的货架上、从电话本上淘出了数十个企业、公司的号码和地址,一家家地打电话,真是什么人我都遇上过。在整整一个多月打了数百个电话之后,终于做成了一笔。那几天,很多人都称赞我,我也稍稍有了些成就感。

但与此相关联的是我很久不去教室和图书馆了,将近一个学期,都忙于贴海报、借场地、搬运用具、招收新团员……一回宿舍总

是问同学：“今天点名了吗？”

夏天到了，期末考试结束后，老师特意找我谈了一次话：“你进学校的时候拿的可是一等奖学金啊，现在你看看你的学分……”班主任的表情多少掺和了一点儿生气的焦灼。“你自己看看！”那张薄薄的成绩单在我面前被抖动得稀里哗啦地响。

那天晚上，我来到自习室，心里乱哄哄的。似乎在想很多事，但目光却不知道该凝聚到哪一点上。我知道我的心很难沉静下来，浮躁得令自己难堪。

我确实在社团做了一些工作，锻炼了能力。可是花在学习上的时间太少了，做社会工作确实会耽误学习，但首先肯定是自己安排时间有问题。

有一种遗憾，是一种隐约又很具体的疼痛，想要倾诉却又无法倾诉。大学的第一年就带着这样的遗憾匆匆过去，蓦然回首的一刹那间，眼睛里空落落的，就是这种遗憾，仿佛在许愿池边，听到池底那些自己曾经投进去的一枚枚硬币在轻轻叹息。^①

梦中的大学，混沌的生活，相信很多莘莘学子都会有上述经历。我们同时也有理由相信，如果能让每位同学再上一次大学，他一定会比现在做得更好；如果能早一点规划自己的大学生活，他就会少一些成长中的烦恼，就不会像上面这位同学一样随着大好光阴的流逝，只留下不该有的叹息和后悔。当然，只要留意一下身边的同学，我们也会发现很多同学不仅很好地把握住了学习和社会工作的关系，而且在大学里过得很充实，充满了年轻人的朝气和活力，得到的是全面的丰收。为什么有这样的差别呢？其实，人与人之间的差异是很小的，但这种很小的差异却往往造成了巨大的差距。这种很小的差异主要在于个体的心态是积极的还是消极的。

^① 胡礼祥主编，成功从大学开始——大学生发展与规划，杭州：浙江人民出版社，2005：5。

积极的心态是永远向前看并勇于正视自己的缺陷和不足,而不是一味沉湎于过去的辉煌与成功或者怨天尤人;积极的心态总是会有强烈的未来意识、责任意识,总是在思考探索未来阶段的发展任务并认真规划自己的大学生涯。

第一节 从中学到大学的变化

每年九月,当脚踩着大学校园里充满灵性的秋叶,呼吸着那种特别的清新空气,无数刚刚踏进大学校门的莘莘学子都会感受着大学的心跳,都会在内心里充满着成功的喜悦和对未来的憧憬。是的,熬过了黑色六月,终于如愿以偿,他们有理由感到生活充满阳光与绚丽。然而,大学入学也意味着环境的变化,预示着新生活的开始。大学新生从高考成功的喜悦中走出来,面对的是从中学到大学的一系列变化;从学习、生活到人际关系、环境,他们原来已经形成的思想观念、思维方式将要受到剧烈的冲击。因此,大学新生能否尽快适应大学学习生活对其个人未来发展至关重要。

一、大学培养目标的变化

对于一名刚刚迈入大学校门的新生来说,知道大学培养目标与中学培养目标的区别具有特别重要的意义。因为它是新生适应从中学到大学的角色变化的基本前提。

蔡元培先生在其演讲中曾讲道,“诸君到此求学,必有一定宗旨,欲求宗旨之正大与否,必先知大学这性质……大学者,研究高深学问者也”。我国著名科学家、曾经担任过浙江大学校长的竺可桢先生这样告诫过大学新生,“诸位在校,有两个问题应该自己问问,第一,你来浙大做什么?第二,将来毕业后做什么样的人”。

由此可见,在蔡元培先生看来,大学是研究高深学问的地方,大学生当以研究学问为天职,大学培养目标自然就是培养有高深学问的人,用现代的话来说,就是大学是以培养某一领域的高级专门人才为目标的;正是这个培养目标把大学与非大学,也把大学与

中学区别开来。竺可桢先生则从个人主观需要的角度把大学培养目标的重要性给彰显出来了,那也即是说,对于一个合格的大学生来说,必须要有明确的求学目的,而明确的求学目的如果能与大学的培养目标相一致,那就有可能顺利实现,否则就会有冲突。

在《中华人民共和国义务教育法》里,国家为中小学规定了相应的培养目标,即:“使适龄儿童、少年在品德、智力、体质等方面全面发展,为培养有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义建设者和接班人奠定基础。”(第三条)在《中华人民共和国高等教育法》里,国家也规定了大学的培养目标与任务,即:“培养具有创新精神和实践能力的高级专门人才,发展科学技术文化,促进社会主义现代化建设。”(第五条)教育部颁发的《普通高等学校学生管理规定》要求的大学培养目标是“努力培养社会主义合格建设者和可靠接班人”(第三条)。

从上述法律法规条文不难看出,国家要求中小学的培养目标是德智体全面发展、为成为“四有”新人打基础,突出的是基础教育、素质教育。而高中阶段的学习,即便是在重视素质教育的今天,基本上也是围绕高考展开的,学习、升学、通过高考是中学生的主要学习目标。

但到了大学则不同了。大学培养的首要目标与任务就是为社会输送具有创新精神和实践能力的高级专门人才,是努力培养社会主义合格建设者和可靠接班人。这里的大学生无疑也包括研究生。应该说,在攻读研究生成风的今天,对于许多大学本科毕业生来说,还有一个继续深造攻读研究生的继续学习问题,但研究生教育不是一般意义上的普通教育,也不是本科毕业生必需的选择,研究生的升学机制与招生来源也与以前有很大不同。因此可以说,进入大学以后,以往的那种主要为了升学而学习的学习结束了。大学的学习不再主要是为了升学而学习,而是为了能够成为社会中的高级专门人才而学习,为了今后的职业生涯而学习,为了在实际工作中生存发展而学习。

总之,大学教育的特点是专业教育,而不是升学教育。它是按照一定的培养目标培养某一领域的高级专门人才,了解这一点非常重要。因为,在中学生的学习中,由于存在升学的压力,学习目的是很清楚的,学习的动力也很强烈。但在大学中,学习的目的往往会成为问题,不同的学生可以有完全不同的学习目的。这个问题解决不好,就会影响到学生的学习,当然也就会影响学生以后的职业选择与职业发展。

当然,大学所培养的人才不仅要有很好的专业素质,还要有很好的政治素质、综合素质,应该是德智体美全面发展的专业性人才。中学是基础性的教育,大学教育则是全面性的。大学教育不仅要使人能够理解和把握物质世界、精神世界,而且还能够使人理解、把握自身和超越自身。它要使受教育者获得智慧、精神、人格等全面涵养,使受教育者获得主动求知和自我发展的能力。这也正如英国数学家、哲学家怀特海说过的那样:“在中学阶段,学生伏案学习;在大学里,他需要站起来,四面观望。”如此看来,大学生尤其是大学新生应该从一开始就明白,从中学到大学,你已从一个相对单纯、熟悉的环境进入了一个更加复杂、学习任务更重、社会对你要求更高的环境系统。大学学习不仅是在于学到什么,更重要的是学会学习、学会做事、学会做人,进而在今后的职业生涯中真正成为有用的高级专门人才。

二、大学学习内容与方式的变化

1. 学习与方式的变化

第一,从学习内容来看,与中学学习的基础性相比,大学里的学习专业性很强。除了一些公共课程外,几乎所有的课程都是围绕着专业安排的。不同的专业,课程内容不同。

第二,大学中的课程非常多。与中学相比,由于中学的学习是为高考服务的,因此,中学的课程非常简单,就是高考要考的那几门课。中学学习内容有限,而且,课程相互间也没有多少交叉和衔接。即使你有一段时间学得不够好,你也有机会再回过头来重新

复习。你所要做的,就是按照老师的要求,把这几门课的内容搞熟,并且反复练习,以达到精熟的要求。这样的学习相对是比较简单的。到了大学,情况就完全不同了。每个学期你都要学十几门课。到了高年级,课程还会更多。有些课程是前后衔接的,你必须先学了专业基础课,才能进入专业课。因此,在大学里,每一个学期的学习都很重要。哪一门课没有学好,都有可能影响到你下一阶段的学习。

第三,大学中所要学习的内容非常广泛而且庞杂。在中学,我们只要按照教科书的要求去学就可以了。但在大学,你也许会发现老师讲授的很多内容超出了教科书的范围,有的甚至就没有教科书,只有讲义。老师在讲课时,除了指定教材外,还会开列一大堆参考书。大学学习的内容还很庞杂。除了要学习本专业的课程,还要学习很多相关专业的课程。比如文史哲相通,学管理、学经济的要学习高等数学,学机械的要学计算机课程等。这些课程有些是指定的,有些则是选修的。

与大学无限的学习内容相适应,大学学习的方式也与中学有本质区别:

第一,大学的学习非常注重自主性。在中学,你每天上什么课,学习什么内容都是学校给你安排好的,要参加高考,就必须学习那些考试科目,于是全国各地的中学生学的都是一样的知识,甚至许多地方用的都是一样的课本。你没有多少学习的自主权,只需要按照别人安排好的计划去学习、做题就可以了。而到了大学,不同专业的学习内容截然不同,即使是同一专业,不同学校的教学安排也不同,更重要的是,专业的学习只是大学学习的一个部分,专业之外的学习,完全由你自己来安排。你可以按照自己的兴趣和职业取向自由安排自己的学习内容,既可以花大量的时间学习英语,也可以利用课外时间辅修另一个专业,没有人干涉你。除了学习内容上的自主性,学习时间也可以自主安排。中学的时间被各门课程瓜分,课余时间也被要求用来完成课后作业。而大学

的课程相比之下要少得多,而且没有那么多硬性的要求和压力,你既可以选择“九三学社”(早上九点起床,凌晨三点睡觉)的生活,也可以早出晚归,穿梭于教室、自习室和图书馆之间。

第二,从学习方法上看,大学的学习以自学为主。所谓学无定法,每个人习惯、目标不同,可能方法也就不同。但是有一点是相同的,即不管你用什么方式学习,首先应该学会自学。大学里课堂教授的内容减少,自我支配的时间增加,而且大学老师授课一般以引导为主,只讲重点,点到为止,没有统一的教材,有也仅作为参考,有许多东西是教材上没有、老师也可能未讲到的,这就需要学生课后自己去看很多参考书,正所谓“师傅领进门,修行在个人”。有的同学以为大学和高中一样,只要听完课,完成老师的作业就万事大吉了,这在大学里是肯定不行的。大学的课堂上,老师只是对你这门课的一般情况和基础概念作一个简单的介绍,要想深入了解,还需要你在课下自学一些相关的参考书。

第三,目前大学的学习比较强调研究式的学习,再像高中那样死记硬背是很难胜任大学学习的。在美国,小学的地理课上就是让学生自己去查资料和上台演说。现在我国的很多高校也都在强调素质教育,希望学生能够采用一种研究式的学习方式,互相探讨,查找资料,发现问题,解决问题。而且大学的学习强调怀疑精神,不再像中学那样老师讲的就是真理,课堂上更是鼓励学生向教授提出反对意见,学会批判式思考,不去无条件地迷信任何一个有学问的教授,等等。这对于刚从中学那种强调知识的获取的学习方法中来的学生来说是比较难适应的。^①

第四,大学学习强调团队合作,不能再认为不依靠任何人和工具,自己独立完成一个任务就很光荣了。在大学里要学会与人合作,学会参与到集体活动中,学会向成功的学友学习。国外一些大学的教授在布置家庭作业时,把阅读材料分配给小组的每位成员,

^① 张继栋主编,《今天怎样上大学》,北京:高等教育出版社,2003:23-24.

让他们在课下进行讨论,互相学习和交流。这样的家庭作业不但提高了学生的学习效果,也增加了他们的参与机会。实践证明,那些在大学期间收获最多、学业成就最显著的学生,会经常安排时间与大学教师或其他学生在一起,共同进行实际的学术研究。他们不会把自己当成老鼠而把老师当成猫,而是把老师当成朋友。曾经有一位国外的学生在向他刚入校的师弟师妹们介绍经验时就说:“你在这个学期的任务是认识并熟悉一位大学教师,而且,还要让他也相当了解你。”

第五,大学学习没有绝对的课内课外之分,不会局限在教室内进行。有人对哈佛大学的学生做过一次调查:原来以为最重要、最令人难忘的学术活动是在教室内进行的,而课外活动只是一种有益且适度的补充。证据表明,真实情况恰恰相反。课堂外的学习活动特别是在宿舍以及课外活动中发生的学习行为,对学生来讲至关重要。更有调查证明,学生参加课外活动越多,对自己的大学生活的满意度越高。因此,不要担心课外活动浪费你的时间,将课内外活动有机地结合起来,学会从不同场合、不同活动中学习。

有学者曾经对大学与高中的学习特点作过一个表格式的简略比较,可以作为参考(见表1-1):

表1-1 大学学习与高中学习特点的比较^①

项目	高中	大学	对大学生提出的要求
学习目标	考上大学	成为社会需要的优秀人才	掌握专门知识,培养专门能力,提高综合素质
学习自主性	学习自主性少,依靠教师安排多	自主学习范围大,课外学习由自己安排	要求学习、生活的自我管理能力强
课程数量和质量	少而浅	多而深	广泛学习,努力钻研

^① 赵北平主编.大学生涯规划与职业发展.武汉:武汉大学出版社,2006:170.

2. 四个关键的学习环节

如上所述,大学的学习内容与方法上与中学有如此多的不同,以至于一个中学里的尖子生,完全可能在面对大学学习时感到无法适应。因此,掌握大学几个关键的学习环节尤其重要,它可以让你以较快的速度适应大学学习生活。

(1) 专业转换问题

大学学习是分专业的。现在一些大学开始尝试按大类的宽口径培养模式。继北京大学元培计划前两年不分专业的成功试点以后,复旦大学的“复旦学院”于2007年下半年(甚至计划在全校范围内取消一二年级的专业界限,全面实施通识教育,到三年级再分专业。这些实验与改革应该说都是有益的,其共同点都是在淡化专业,强化基础,因材施教,但也并不是要取消专业。离开了专业教育,也就没有了高等教育,这在全面开展素质教育、通识教育的高等教育的发达国家也是如此。

从实际情况看,在我国大学新生中,非常满意自己专业的人是少数(一些特殊的专业如医学、艺术、语言等除外),多数学生,不论是否被第一志愿录取了,都或多或少地存在一些专业情绪。一些传统的专业,如农业、林业、水利,或者比较基础的专业,如历史、哲学、考古等,对专业不满的情绪就更加普遍。即使是在一些新兴的热门专业,如电子、计算机、自动化等,对专业的不满也经常可见。在一些学校,转系成了一个热门的话题。甚至在填报志愿的时候,一些学生就是抱着先有学上,以后再转系的念头。

产生这样的问题并不奇怪。一方面,很多考生对大学中的专业不了解,在填报高考志愿时有很大的盲目性,一旦考进了大学,接触了专业,往往会发现,自己所学的专业与自己原来所想的不是一回事。另一方面,社会上对一些专业也存在偏见,往往用以后的社会需求与就业形势来评判专业的优与劣。比如,一说到电子信息技术、经济、法律,人们往往把它们与高就业和高收入联系起来,

而一说到历史、哲学、考古、小语种,人们往往把它们与低就业与低需求联系起来。还有一方面的原因也很重要,在计划经济时期,专业是与一个人一生的职业相联系的,直到现在,专业决定人的一生的观念依然存在,这使学生过分看重专业。这些原因使专业思想问题成了很多学生在进入大学以后绕不过去的一个问题。

那么应该怎样看待这个问题呢?

首先,我们说,专业只有是否适合自己的问题,而没有绝对的好坏之分。比如,有的人适合学社会科学,有的人适合学自然科学,有的人适合学艺术,有的人适合学工程,这种差别的确是存在的。一般来说,大学中所设立的专业都是为国民经济建设服务的,都是国家的发展所需要的。尽管从社会需求与就业行业的角度来看,各个专业有所不同,经济效益上也有一定的差异,但都不会出现没有出路的情况。另外,所谓热门冷门专业也是相对而言的,像上述所说电子信息技术、经济、法律等专业由于近年来好多学校都在大干快上,毕业生数量急剧膨胀,所以社会需求也在相对减少,而像文学、历史、哲学、考古、地球与空间物理等专业设置门槛高,一般高校短期内很难具备足够的师资与科研条件来开设,有点类似于“贵族”的培养,近年来社会需求反而相对稳定甚至有所上升,所以同学们在对待专业的问题上不要太急功近利。^①

其次,与研究生教育相比,大学本科阶段的学习还是属于打基础的学习,属于素质教育。因此,不论学什么专业,只要学得好,都对自己的成长有益。重要的是通过大学学会学习、学会做事,提高自己的综合素质。一位被调剂到自己不感兴趣的环境科学专业的北京大学学生说:

“来到北大后,我最初郁闷不已。后来在一个朋友的帮助下,认识到了非常重要的一点:大学学习的核心内容是‘如何学习’,而恰恰不是那些具体的专业课程,它们仅仅是掌握这一核心技巧

^① 冯刚主编,《大学,梦起飞的地方》,北京:清华大学出版社,2005:14-15.