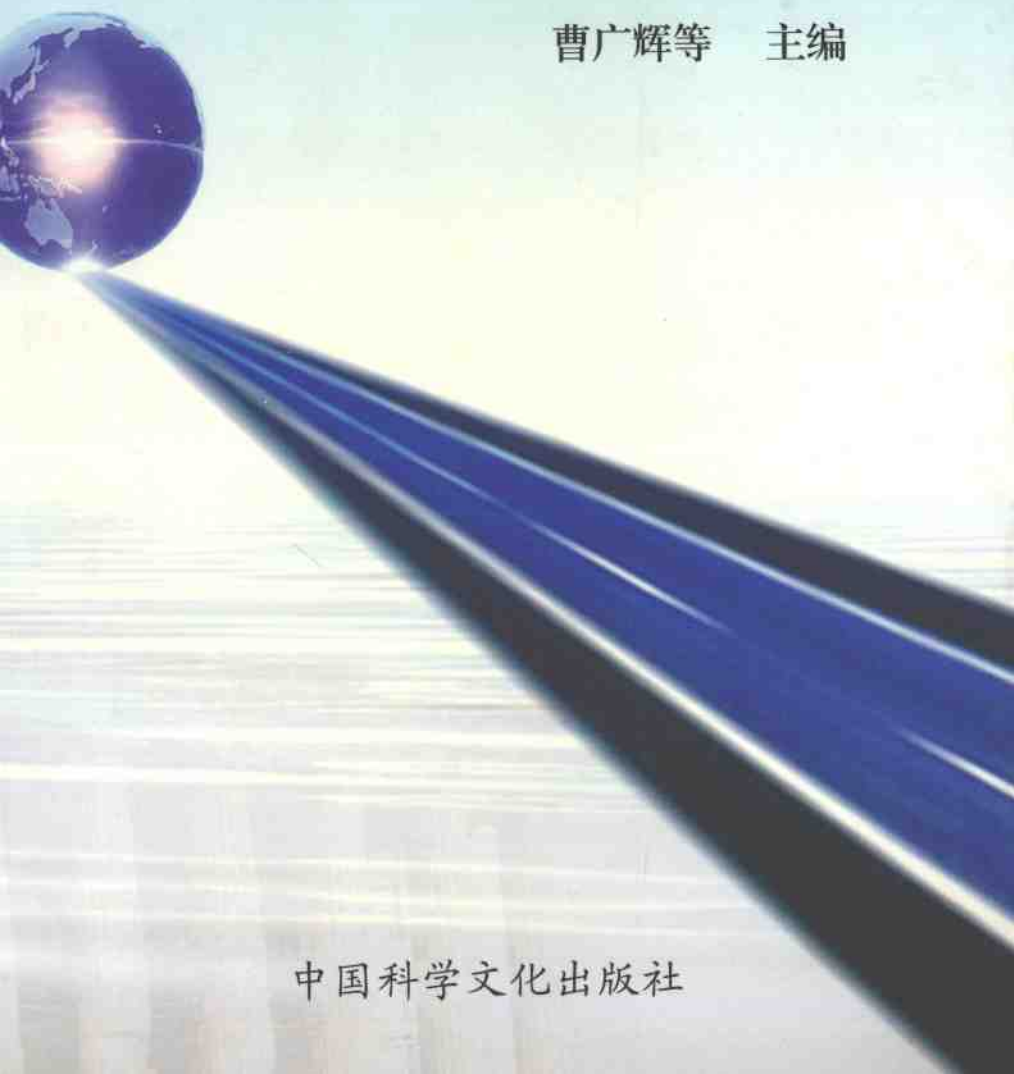




全国高协组织教材研究与编写委员会审定

大学生生活导引

曹广辉等 主编



中国科学文化出版社

本书由全国高协组织教育发展中心、香港教科文出版有限公司资助出版
全国高协组织教材研究与编写委员会审定

大学生生活导引

主 编:曹广辉 白树新 王少峰
副主编:孙庆群 王尔新 张连生 王国瑞 王 军
李振铎
撰稿人:王志宏 王少峰 王尔新 白树新 孙庆群
陈颖峰 石固欧 董连阔 于连坤 鲍远通
董双波 李焕旭 王占宇 赵晓峰

中国科学文化出版社

大学生活导引

曹广辉 白树新 王少峰 主编

出版发行:中国科学文化出版社

排 版:新天地文印中心

印 刷:盛源印务有限公司

开 本:850mm×1168mm 1/32

印 张:8

字 数:209 千字

版 次:2002 年 3 月第 1 版

书 号:ISBN 962—8467—27—1

定 价:15.00 元

版权所有 翻印必究

目 录

第一章 梦起飞的地方.....	(1)
第一节 大学的源流.....	(1)
第二节 现代大学.....	(3)
第三节 未来大学.....	(5)
第二章 步入大学生活.....	(7)
第一节 了解学校及专业情况.....	(7)
第二节 熟悉新的生活学习环境.....	(9)
第三节 大学的教学特点与学生管理制度	(11)
第四节 学分制简介	(15)
第三章 适应人生旅途的驿站,大学.....	(21)
第一节 环境改变及其适应	(21)
第二节 角色转变及其适应	(28)
第三节 扬起理想的风帆	(35)
第四章 在集体中完善自我	(38)
第一节 大学生活中的集体	(38)
第二节 集体主义是大学生的道德价值导向	(44)
第三节 培养集体观念发展完善自我	(48)
第五章 校园人际经纬	(53)
第一节 人际关系与成才	(53)
第二节 校园人际关系透视	(58)
第三节 建立融洽人际关系的障碍	(63)
第四节 大学生人际交往的关键和原则	(68)
第六章 校园交往礼仪	(75)
第一节 礼仪与修养	(75)

第二节	不同对象的交往礼仪	(77)
第三节	不同场所的交往礼仪	(81)
第四节	书信礼仪	(85)
第七章	编织多彩的情感世界	(88)
第一节	真诚的同窗之谊	(88)
第二节	浓浓的老乡情结	(91)
第三节	神圣的师生情感	(93)
第四节	纯洁高尚的爱情	(95)
第八章	学府咏叹的主旋律	(107)
第一节	大学学习的特点	(107)
第二节	大学学习的内容	(113)
第三节	大学学习的指导思想	(118)
第四节	各类课的学习方法	(124)
第九章	学会学习,知识经济的召唤	(137)
第一节	知识经济的学习观	(137)
第二节	知识经济对大学生的素质要求	(141)
第三节	新时期大学生的学习目标	(145)
第四节	大学生知识能力结构	(150)
第五节	学会读书掌握自学本领	(159)
第十章	养德立身 律己存世	(163)
第一节	树立正确的人生观	(163)
第二节	加强道德修养,培养高尚情操	(166)
第三节	专业思想和职业道德	(170)
第四节	纪律是成才的基本保证	(172)
第五节	树立正确的法纪观	(178)
第十一章	校园文化润物细无声	(182)
第一节	校园文化的内涵与功能	(182)
第二节	校园文化的主要类型	(188)
第三节	校园文化的建设与组织	(191)

第十二章 校园生活七彩调色板	(197)
第一节 如何安排课余时间	(197)
第二节 参加第二课堂活动的原则	(199)
第三节 课余的科技活动	(200)
第四节 利用课余时间培养自己的特长	(202)
第五节 科学地安排寒暑假活动	(203)
第十三章 学生干部在实践中成长	(205)
第一节 学生干部的素质要求	(205)
第二节 正确处理学习与工作的关系	(207)
第三节 团组织、学生会及社团工作	(210)
第四节 宿舍长和宿舍建设	(213)
第十四章 生命之树长青	(216)
第一节 大学生体育锻炼的内容和方法	(216)
第二节 心理健康的标准	(218)
第三节 新生的心理矛盾及其调适	(221)
第四节 女大学生的心理保健	(224)
第十五章 时代呼唤全面成才	(227)
第一节 广博的文化素质的培养	(227)
第二节 扎实的专业素质的培养	(228)
第三节 科研创新能力的培养	(231)
第四节 音乐、文学和审美素质的培养	(234)
第十六章 信息化校园	(240)
第一节 大学的革命	(240)
第二节 信息化校园社区	(245)
第三节 信息化校园中的学习	(248)

第一章 梦起飞的地方

第一节 大学的源流

19 世纪德国诗人海涅曾经说过,每一个时代都有它的重大课题,解决了它就把人类社会向前推进了一步。但是作为一种人类智慧传承和拓展的事业,教育一直推动着人类社会的进步,因而成为这个时代共同的重大课题。美国哈佛大学前校长洛韦尔曾在 20 世纪 30 年代初,对大学的存在有这么一段意味深长的评价:“大学的存在时间超过了任何形式的政府、任何传统、法律的变革和科学思想,……在人类的种种创造中,没有任何东西比大学更经受得起漫长的吞没一切的时间历程的考验。在人们的心目中,大学始终是人类文明和社会发展的综合标志。作为一座精神家园的象征,大学的发展史就是一部伴随着社会发展的不同形态,不断探索、征服自然之路和不断挑战、超越人类自我的发展史。”

在这部历史中,作为高等教育的尖端部分,大学自身的创造力和向社会的辐射力是不可估量的。“目前的基本现实是人们曾普遍承认新知识是经济与社会发展的最重要的因素。此刻,我们意识到大学的无形产品——知识,可能是我们文化中影响各个专业,甚至社会各阶级、各地区,以至于各个国家之兴衰的最强有力的因素”。

大学产生于 12 世纪,最初是受城市工商业和行会发展的影响而形成的从事某种专业知识和学问教学的教师、学生的行会组织。西欧最早的大学主要有意大利的萨莱诺大学、波隆那大学,法国的巴黎大学、蒙彼利埃大学,英国的牛津大学、剑桥大学等。

追溯大学的发展历史,可以基本把握这一条相互依存发展的线索。即大学因社会需求而产生,又因社会需求而被不断改造。它在不断调适并适应社会需求的同时,也以其独特的存在形式和影响手段作用于社会。特别值得注意的是,伴随着历史上的每次重大科学技术的新发现和广泛应用而带来的社会转型,大学作为知识、科学与技术传播、创造和服务的特殊机构,不仅成为新科技革命的直接创造者和推广者,而且自身也在不断变革之中。从时间跨度上看,它由传统大学、近代大学演变为现代大学,进而发展为当代大学,经历了不同时代和社会变迁,经受了各个集团、各种派别、各方利益错综复杂的思想交锋、观念碰撞,以及道路选择,甚至脱胎换骨的改造。从高等教育发展史看,当社会和历史对大学的存在形式发出一种挑战时,尽管向来以学术自由和自治自傲的大学不会为世俗化而轻易放弃什么,但它在做出某种郑重承诺时,却有可能要经历一种痛苦但又必需的理性抉择。因此,大学在不断世俗化的趋势中要找回它的赖以长存、永葆魅力的生命点,这就是大学的独立性和批判性。大学的神圣就在于它具有追求完美理想的使命,保护真、善、美的权利,共享不同学术观点的自由以及享有尊严的批判精神,这是大学之灵魂。因此,未来大学的学术自治和自由保持,将是它胜任社会赋予它多种角色和责任的“过滤器”。

大学,它的“根本使命是促进社会的可持续发展和进步”。在它的发展史上,既曾扮演过时代先锋的角色,以其创新的文化科学,促进人类社会的文明;在西方古代,雅典大学集人文思想之大成,达到希腊文化的高峰;拜占廷大学和阿拉伯大学,不但保存了希腊文化,而且在发展古代数学、天文学、医学以及其他自然科学上起过重要的作用;中世纪大学推动了文艺复兴,成为近代文明的开拓者。在近现代,大学更是培育先进的思想家、科学家和发展文化科学、民主政治的摇篮。在当代,大学肩负着培养高科技、高素质专门人才,引导社会走进知识经济时代的重任。

在中国古代,稷下学宫不但繁荣了战国时期的学术,而且开辟

了百家争鸣的先河;在漫长的封建社会中,在科学制度的桎梏下,提倡学术自由、推动文化发展的书院也曾几度兴盛,东林书院更以其议论朝政而为后人昭示政治民主。在近现代,大量引进西方思想与科学的是高等学校,“五四运动”的策源地就在北京大学;“五四”之后,大学不断地吸收新思想、新学说,推进中国的科学与民主;马克思主义在大学中广泛传播。

第二节 现代大学

世界正进入以信息技术为标志的高科技时代,并将逐步进步到以高科技和高科技产业为核心的知识经济时代。大学,作为知识的“创造源”、“人才库”、文化的传播者和知识型产业的孵化器,是我国知识经济形成与发展的基础和动力。在知识经济时代,大学的地位和作用将发生重大变化,它将被推向经济的中心。随着当代科学技术的迅猛发展,尤其是面对 21 世纪的信息化社会,愈来愈多的国家认可以下的“发展因果链”:社会、经济发展将越来越依靠科技进步和劳动者素质的提高;而科技进步和劳动者素质的提高又有赖于教育的发展。所以教育处于一个基础地位,这恰如美国著名学者刘易斯在《21 世纪教育》一文中指出的:“教育在工业化时代只是一种陪衬,而今则是信息时代的基础,而面向 21 世纪的教育战略则不仅要求教育去适应未来,更强调创造未来。”大学作为知识经济社会的中心,进入经济运行过程,直接参与经济活动,从而实现大学自身的变革。这是农业经济和工业经济向知识经济转变的必然要求。

知识经济社会要来求大学主动适应知识经济时代的需要,积极进行自身的调适与改革;一是要改变传统落后的教育观念,树立适应知识经济时代的现代大学教育观,特别是大学教育价值观、大学教育质量观和大学教育发展观;二是要改革大学教育体制和人才培养模式,构建基础宽厚、形式多样,能适应并促进知识经济时

代国家、社会及个人发展需要的现代化的教学内容和课程体系；三是要改变自我封闭的办学方式，走“产学研一体化”办学之路。

同时我们要注意教育信息化与网络化社会的互动影响。现代信息技术“正在以几十年前还不能想像的速度重塑着我们的世界”。“重塑”是一种新质意义上的因素整合。从近年来世界高等教育发展的趋向看，高等教育正在发生着一些重大改变，而这些重大改变是基于一种外生力量的影响，即高等教育的外部环境产生了足以使其变化的因素。经济全球化的出现，知识产业的兴起，网络化社会的形成就是这些因素的综合体现。这些因素都显现了这样一些特性：在全球范围内不断扩展与增长的趋势，在时空界限中无限制渗透的趋势，在主体选择上的高度制约性趋势（在多样性选择中的条件制约）。正因为全球化、知识产业和网络化教育这些特征，它们才在 20 世纪末对人类社会生活产生了一连串的重大影响，其中包括教育的影响。而这一影响的本质技术特征即网络化，使全球化知识产业成为可能；同时，也使当今高等教育的三大发展趋势——高等教育的国际化趋势，打破传统年龄和学制界限的终身教育发展趋势，作为一种生活方式的学习化社会的发展趋势——成为可能。这三大趋势的发展速度和水平将取决于教育信息化的发展速度和水平。教育信息化与社会网络化的关系是：前者受制于后者，对后者产生影响，后者决定前者，两者具有连动作用。它们之间的互动无疑对现代大学教育体系和模式提出了挑战。而生产知识的机构，也是知识产业的创办者和经营者，将其科研成果及时转化为知识产品，创造出直接的经济价值。大学具有三项基本的职能，即培养人才、发展科学和直接为社会服务。在知识经济时代，三项职能都要纳入一体化框架之中，特别是应与创办知识型产业联系起来通盘考虑和统筹规划，才能真正体现出大学的作用。

当代高新科技在要求大学转变教育观念、更新教育内容的同时，也要求与之匹配的教学手段的改进。大学教学手段是指大学教学的工具或媒体，是大学教学过程中不可或缺的重要组成部分。

改进大学教学手段要注意如下两个问题:

促进大学教学手段的现代化。教学手段现代化包括对传统教学手段的改进、更新,以及对现代化教育手段的开发和利用。从目前大学教育现状来看,大学现代化教学手段的运用水平还很低。因此,它决定中国大学现状,改进传统的教学手段,积极开发、利用现代化教学手段,逐步推进大学教学手段现代化,将是大学教育深化改革的重要举措。

此外还应建立面广量大、传播迅速的以广播电视远程教育(国外又称虚拟大学、空中大学、网上大学)为载体的开放型大学教育系统,通过信息网络实践大学之间的资源共享与合作办学,以进一步扩大和提高为社会各行各业培养各类高级专门人才的数量和质量。

第三节 未来大学

那么,我们一直关心的“信息化校园”或“未来大学”究竟应该是个什么样子呢?

它的理念:以追求科学精神和人文关系为最高理想,实现人类多样化发展和个性的全面解放。它的角色:学习化社会的服务站与主导全球高新科技、多元文化交流和发展的巨型开放机构。它的目的:以普及和提供高等教育服务为宗旨,以提高社会成员的生存质量和参与社会的能力为目标,培养全球化发展所需要的各类专门和综合性人才。它的职能:满足个体和社会多层次、全方位的需求,为每一个人开放。它的组织结构:多样但高度紧密结合的(跨学科、跨部门、跨学院、跨地区、跨国界)单位之松散集合体。它的管理模式:由信息开发者(由教授或研究者群体组成的)、传播者、学习者或研究者共同联系的一种平等互动但又相对紧密的开放管理形式。它的办学形式:与社区联为一体的高度分析与高度整合的国际化。它的教学模式:多向选择的、无时空限制的、以个

性化为主的协作型教学模式。它的课程内容:以学习者的需求和能力为原则,并与现代科学发展的综合体结合的多样化自选学习模式。

与此同时,大学的地域性消失,代之为“核心地带”与“外围地带”。

以往大学多以所在城市命名,大学的发展与当地经济、政治、文化发展相映生辉,构成独特的大学城文化现象。特别是知名大学,更成为众人仰慕的科学殿堂。但能超越时空限制的网络将改变这种状况,它可能形成这样两种趋势:一是由某种学科组成的虚拟课程成为全球在学人员的课程,这一课程的制作将由来自数个大学的全球最好的教授、专家、设计人员来完成。他们的制作基地和教学论坛交流密集处就成为其“核心地带”。这一“核心地带”可能是一种松散联盟的形式,可以在某个大学校园内,也可以不在大学校园内。二是如果把这种类型称为一个教学单元的话,谁拥有这样的单元数量多,谁就将成为主导全球学科和教研交流与服务的中枢站。可以认为,谁先拥有这样的中枢站,谁将是未来大学的雏形。同样如此,以科研项目组成的网间学术论坛作为一个科研单元,它的实验基地有可能并不在大学区域里,而可能设在技术园区或跨国集团所在的某个地区,这样的集合体也就构成了“核心地带”。这种情形意味着未来大学不再具有当代大学地域上的“中心”意义,它将在教育、科研网络的支配下进行全球的战略重组。我们没有理由不相信,当今最知名的大学在未来有可能成为“外围地带”,如果它依然按照传统模式和理念办学的话。

第二章 步入大学生活

第一节 了解学校及专业情况

新生报到,经注册后,便成为一名正式的大学生了。为了尽快适应新奇的大学生活,首先应该了解自己的学校及专业情况,熟悉与自己学习及生活密切相关的部门。

熟悉学校,即了解校史、学校教师情况,学校的教学科研情况、图书资料情况,学校在国际国内地位等。了解专业情况,包括全校的专业设置,自己所学专业的体系结构、课程安排,实行学分制的院校对学分要求等等。尽早了解专业情况,对我们确定自己的学习目标、发展方向都很有帮助。

新生入校后,学校一般都要给每个学生发一本《学生手册》。这种小册子本身信息量大,有许多实质性内容。《学生手册》里一般包含了学校概况,学校对学生的管理文件,校规、校纪,奖、贷、助学金条例,图书馆制度等等。熟悉《学生手册》里的有关内容,有助于我们尽快适应大学生活。

同时,作为一个大学生,有必要弄明白大学里哪些部门(管理机构、服务机构)可能与自己有关系,以便在学习、生活中直接与它们打交道,为自己的成长成才服务。

一、在大学里与学生关系比较密切的管理机构

(一)学生工作部门

学校学生工作部门——学生工作部(处)是校一级管理机构,负责全校学生的思想政治教育、日常管理工作(包括奖、贷学金的

管理)、毕业生就业指导工作以及指导院系的学生工作。院系学生工作由学生工作小组负责,院(系)设一名专门负责学生工作的党总支副书记或副主任;另外,还有多名政治辅导员负责年级、班级的管理、教育工作。校团委负责共青团活动,指导学生会、各种社团,通过开展校园文化活动、多渠道的社会实践来提高学生的综合素质,培养学生的能力。

(二)教务部门

教务部门的职能是制订并实施教学计划,进行教学管理和研究以及学生的学籍管理,在学校里建立良好的教学秩序,形成良好的教风、学风。负责全校的教务管理、学籍管理、教材供应和教学质量监控。

(三)保卫部门

保卫部门是维护校园良好秩序的重要部门。能否很好地接受保卫部门的管理,反映出大学生的法治意识。保卫部门的职能是维护校园治安,如对进出校园的人员、车辆的管理,宿舍防火防盗工作,保护学生财物及人身安全,对校园文明秩序的监督,防止不文明举止甚至非法行为在校园发生,接受校园各种治安问题报案并立案侦查等等。

二、大学里的服务机构

(一)图书馆

图书馆是大学的标志之一,是学校重要的教学科研服务机构。上大学后,图书馆应是每个大学生必须去的地方。因为,求知是每个大学生上大学的重要任务,而只靠课堂教学是远远不够的。图书馆里浩如烟海的各种书籍,不但可以为你的专业学习提供参考,而且可以开阔你的视野,提高你的修养。

(二)后勤服务部门

学校的后勤部门是学生搞好学习的物质保障。大部分学生在校期间需要的生活服务,如“医”(看病、卫生保健)、“食”(食堂、餐

厅)、“住”(学生宿舍、公寓)、“行”(假期车船票订购)等主要由后勤服务部门提供。

(三)勤工助学办公室

主要职能是指导管理学生参加校内外各种勤工助学活动,通过自己的劳动来获取收入,培养学生的劳动观点和自立精神。

(四)大学生心理咨询中心

现在不少院校逐步成立了心理咨询中心,它主要是一个由受过专门训练的专业咨询人员为大学生提供心理帮助的机构。咨询员运用心理学的知识、技巧和技术,通过个别面谈咨询或团体咨询的形式,使求调的大学生在良好的咨询气氛中得到指导和帮助。它可以帮助大学生尽快尽好地适应大学学习与生活,帮助大学生排解在学习、人际交往中产生的困惑和遇到的阻碍,及时缓解遭遇挫折时产生的悲观沮丧、苦闷烦恼的情绪,并提供了解自我、发掘心理潜能、提高心理素质的机会,使各种心理问题得到及时的解决。咨询室还为大学生开设心理健康公共选修课和系列讲座,普及心理健康方面的知识。

(五)校园的各种社团

校园的各种社团是培养学生才能的第二课堂。大学时代是大学生长知识、长身体的时期,培养各方面才能十分重要。各种社团正是为了大学生能拥有多姿多彩的校园生活、培养全面素质而设立的。大学生在课余时间参与或者组织社团活动,很有必要。

第二节 熟悉新的生活学习环境

环境对人的心理具有重要影响。“独在异乡为异客”,读大学,很多人到外地求学,多数人对于大学、对于大学所在的城市都是陌生的。不少同学在中学时,衣、食、住、行都是父母家人照护,因此,在进入大学不久,发生一些不适应的事情是正常的,关键是要缩短适应期。这就要求我们应尽快了解熟悉新环境,适应大学生活的

新特点。

新到一个地方读大学,当地饮食口味、气候、方言、风俗或城市噪音等也许会令不少同学头痛、感到不习惯,但关键是不要因此而烦躁不安,而要调整好自己的心绪,尽早了解熟悉当地的风土民情,逐步地去适应,减轻恋家的情绪负担。

生活上,寝室是集体活动的重要场所,是自己的“家”。有的同学在中小学阶段没有住过宿舍,大学里七八个人住在一间屋子里很不习惯。过集体生活要共同遵守宿舍公约,必须要有宽阔的胸怀,乐于助人,团结友爱,否则会因扫地、打水、睡觉早晚等问题而引发不愉快,会造成人际关系的障碍,加剧对大学生活不适应的感觉。

大学学习、生活的特点,要求同学们要有更强的自理自立能力和自学能力。在生活方式上,个人须学会料理自己的一切(包括娱乐生活、个人生活、消费方式、交往方式等等);在教学管理上,大学的老师不像中学班主任那样管得具体、细致,他们的主要职责是通过指导、组织学生开展多种活动,培养与发展学生自学、自立、自理的精神;在学习方式上,大学的学习特点是自主性强,学习计划的安排、选修课程的选择、学习时间的分配,都要根据情况自己决定,因此,更要求大学生学会自学,善于抓好学习重点,进行自我督促和自我检查。

总之,适应环境需要我们在了解、熟悉其特点的基础上,要以积极主动的态度去对待现实的问题甚至矛盾,积极改变自身的某些不良观念、行为习惯以及心理状态,这样才能符合新环境对我们的要求。

第三节 大学的教学特点与学生管理制度

一、大学的教学特点

大学与中学,属于学校教学的不同阶段。但比较起来,不论从教学任务,教学内容和教学方法等各个方面,都发生了较大的变化。首先是教学任务不同。普通中学教育属于基础教育,其主要任务是对学生进行思想品德教育和传授科学文化等各种基础知识,为学生的升学和就业做准备;而大学教育则是向学生传授各种专业知识和专门技能,进行思想道德教育,使学生成为适应社会主义现代化建设事业需要的又红又专的专门人才。一般说来,中学教育与学生未来所从事的具体职业并没有什么必然的联系。而大学则不同,同学们考进了大学,就意味着,将来要长期地,甚至终生地从事选择职业或与此相关的职业。这种专业方面的相对稳定性,具体地体现了社会和经济发展的需要,也是个人谋生的手段;其次,教学内容不同。中学里教学内容是多学科的,全面性的,非定向的。大学教学则是一种具有确定专业方向的教学。专业教学的特点,不仅仅是专,而且大大提高了对教学内容深度的要求。大学教师不仅讲授与专业有关的基础知识,还要讲授这个专业的高新技术及其理论,介绍最新科技成果。不仅向学生介绍学科发展过程中已有的定论,还要向学生介绍尚在探索和尚未形成的预见……在教学内容的广度上,尽管开设课程所涉及的专业面有一定范围,但在每门课程的教学则中则要体现出多方面知识的综合运用和有相当深度要求的前瞻性探索。这对理工科大学的专业教学来说,主要是科学技术教育。这种科学技术教育,是中学时期普通教育的延伸,是科学技术发展的必然要求,也是科学技术发展的基础;第三,教学方法不同。中学里教学中的一切活动,基本上都是由教师来安排的,而大学教学则主要依靠学生自己来学。这里的