

大学生生活启思录

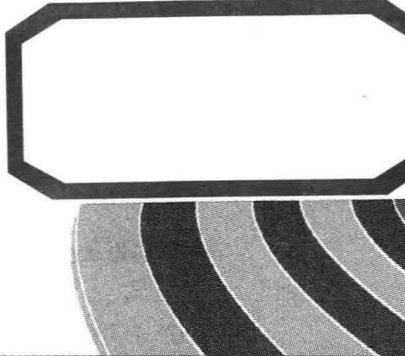


主编 孙涛 王丽



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>



大学生生活启思录

主 编	孙 涛	王 丽			
副主编	刘金科	王中梅	张文君	周 杰	
编 委	康 玮	周书航	程 坤	张 科	
	刘敬敏	郝 勇	竺正海	肖 慧	
	张 娟	杨德强			



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>

中国·武汉

图书在版编目(CIP)数据

大学生生活启思录/孙 涛 王 丽 主编. —武汉:华中科技大学出版社, 2013.9

ISBN 978-7-5609-9272-3

I. 大… II. ①孙… ②王… III. 大学生-学生生活 IV. G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 170191 号

大学生生活启思录

孙 涛 王 丽 主编

策划编辑:袁 冲

责任编辑:沈婷婷 洪云飞

封面设计:龙文装帧

责任校对:马燕红

责任监印:张正林

出版发行:华中科技大学出版社(中国·武汉)

武昌喻家山 邮编:430074 电话:(027)81321915

录 排:华中科技大学惠友文印中心

印 刷:荆州市今印印务有限责任公司

开 本:880mm×1230mm 1/32

印 张:4.125

字 数:114 千字

版 次:2013 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

定 价:8.00 元



本书若有印装质量问题,请向出版社营销中心调换
全国免费服务热线:400-6679-118 竭诚为您服务
版权所有 侵权必究

内 容 提 要

《大学生活启思录》是大学新生入学的教育读本。本读本收编上百个案例,涉及学习与发展、人际与情感、安全与生活、奖励与资助、就业与成才等五大部分的内容。各案例均根据发生在校园内的真实故事编写而成,内容贴近学生的实际生活,具有针对性、代表性和典型性。每个案例后都附有编者按,对各案例进行了人情入理的分析 and 精彩的点评,对大学生如何适应大学学习,如何建立良好的人际关系,如何平安、幸福地度过大学生活,如何获得学习和经济上的帮助,如何培养职业技能和寻求理想工作,都给出了中肯的意见和建议。



前

FORWORDS 言

长江大学学生思想政治教育工作,始终坚持党建与学生思想教育相结合、面上教育与个别教育相结合、解决学生思想问题与实际问题相结合,不断创新工作途径和工作方法,进一步加强和改进大学生思想政治教育,并取得了可喜的成绩。先后涌现出赵传宇、徐静、江福英等三名受到胡锦涛同志接见的在校大学生和一个“全国见义勇为舍己救人大学生英雄集体”。“求实、进取、创业、报国”的校园精神引领学生进步,强大的精神动力推进学校学生思想政治工作科学发展。

为进一步加强和改进大学生思想政治教育,创新与丰富大学生思想政治教育理论与实践成果,开辟新的教育视角,更好地服务于大学生的全面、健康发展,我们组织编写了《大学生生活启思录》这一新生入学教育读本。本书收编了上百个案例,涉及学习与发展、人际与情感、安全与生活、



奖励与资助、就业与成才等五大部分的内容。各案例均根据发生在校园内的真实故事(姓名均为化名)编写而成,内容贴近学生的实际生活,具有针对性、代表性和典型性。编者按对各案例进行了入情入理的分析 and 精彩的点评,对大学生如何适应大学学习,如何建立良好的人际关系,如何平安、幸福地度过大学生活,如何获得学习和经济上的帮助,如何培养职业技能和寻求理想工作,都给出了中肯的意见和建议,希望大家看后有所启迪和警示。

我们将秉承优良传统,发挥特色优势,不断创新发展学生思想政治教育工作,教育与引导同学们学会知识技能,学会动手动脑,学会生存生活,学会做事做人,为同学们成长与发展作出更大的努力和贡献。

《大学生活启思录》编委会
2013 年夏



第一部分	学习与发展	(1)
	笨鸟先飞 勤能补拙	(3)
	理性选专业 别跟感觉走	(4)
	发现兴趣 厚积薄发	(6)
	覆水难收 迷失在大学	(8)
	学业无优绩 深造难再续	(9)
	侥幸作弊 考“除”了名	(11)
	学业失利 迷途知返	(13)
	掌握规律 适应大学学习	(15)
	网络虚度 荒废学业	(16)
	过度兼职 得不偿失	(19)
	思路决定出路 未来形成于现在	(20)
	热衷创业 落下学业	(21)
	科学规划大学生活	(23)
第二部分	人际与情感	(27)
	闺中姐妹花	(29)
	嫉妒之祸	(31)
	两个第一名	(32)



被动的关系 不良的心境	(35)
一个求助者的自述	(37)
错爱	(38)
我是一个刺儿头吗?	(40)
我们真回不到以前了吗?	(43)
宿舍,想说爱你不容易	(44)
看不惯	(46)
夜半电话	(49)
受损的尊严	(50)
短信骚扰之苦	(52)
丢失了的爱	(53)
单恋一枝花	(55)
禁果带来的惨痛后果	(57)
第三部分 安全与生活	(59)
蛊惑人心的非法传销	(61)
防盗之心不可无	(64)
深不可测的“江湖”之水	(65)
野外钓虾 不慎染虫	(67)
外出游玩请牢记:安全才能回家	(68)



严防诈骗	(69)
火灾就在一念间	(72)
大学生打架 教训惨痛	(73)
过度饮酒 害人害己	(76)
学会自我保护	(76)
意外伤害攻防	(78)
不要跟法律开玩笑	(79)
第四部分 奖励与资助	(81)
助学贷款 助你圆梦	(83)
莫让奖学金蒙蔽了你的眼睛	(84)
助学金中谁伤了谁	(85)
为图评定简单化 励志奖学金平分	(86)
谁动了我的“奶酪”	(87)
聚餐奖学金埋单 大学生遭“被捐款”	(88)
奖学金抽成班费 班级不能“潜规则”	(89)
珍爱信用记录 避免信用污点	(91)
不抱侥幸心理 按期足额还款	(92)
学习金融知识 履行诚信诺言	(93)
请珍惜你的信用	(94)



助学贷款 助学成才 毕业还款 不容忽视

..... (96)

第五部分 就业与成才 (99)

只为对得起父母给的学费

理想之花绽放在坚持考研的道路上

做最好的自己

为梦想 行万里

寻找适合自己的坐标

一技之长也能成为求职成功的关键

昔日天之骄子的堕落之路

盲目违约 害人又害己

毕业生就业协议违约案例

毕业生要勇于说“不”

苛刻的要求令单位无法接受

职业规划是顺利求职的关键

口头协议无效

一份紧急的档案

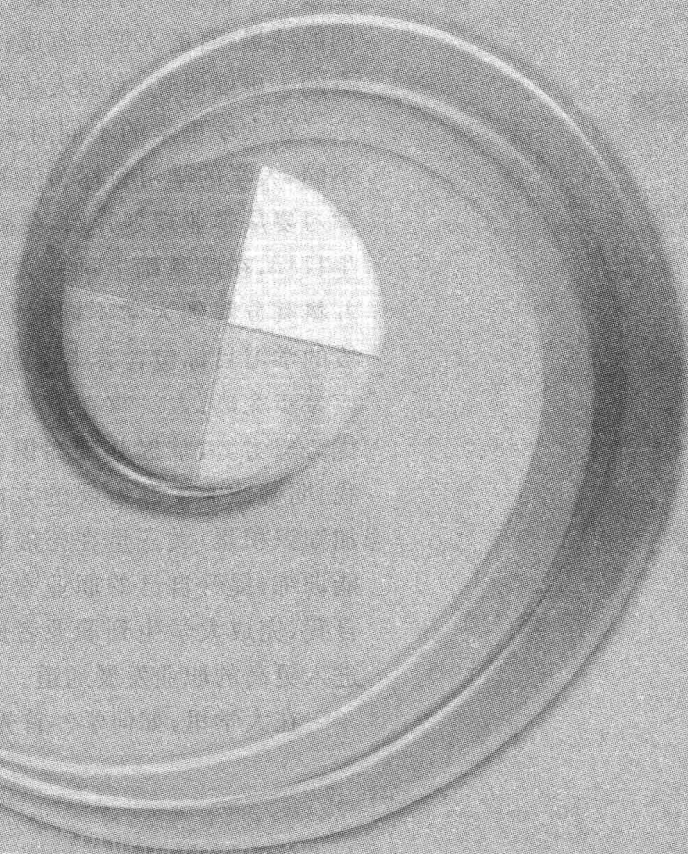
脚踏两只船 咎由自取

梦想起航 创业改变命运

后记 (122)

第一部分

学习与发展



“在大学里，学什么？如何学？”一百个学生会有一百个不同的答案。不同的答案有不同的结果：有的人博学有成；有的人碌碌无为；有的人虚度时光；有的人迷失所向……

在大学里学的不同对未来的职业规划也不同，大学的学习目标和任务也就不同。大学学习要从学业规划开始，要确立职业理想和人生目标，在此基础上确立大学的学业总目标，并将其分解到大学不同的学习阶段中。各阶段的学习目标包含着丰富的学习任务和内容，应分步完成：大一重在发现自我，发现自己的优势与劣势，掌握基础知识；大二重在发展自我，明确职业生涯发展的方向与目标，不断增加知识积累；大三重在拓展自我，加强专业技能训练，提升自己的职业素养；大四重在超越自我，完成大学生到职业者的角色转换，成功进入更高的职业发展通道。

在大学里，如何学？首先是培养对自己负

责的自主学习意识。其次是把握大学学习的特点,探索适合自己的学习规律。再次是创新学习方式方法,学会开放式、研究性、创新性的学习。要充分利用学习资源,适当拓宽学习领域,结合学习实践开展课题研究,提高解决新问题的能力。最后是坚持以能力为重。要在学习中正确处理为学与为人、知识与能力、理论与实践的关系。培养良好的专业技能、职业技能和职业精神。

在大学里的学习是一条充满智慧的征途,需要规划人生、探求规律、探索方法、凝聚智慧、勤学苦练,方能取得学业成功。学习改变人生,目标引领发展,奋斗成就未来。希望同学们着眼长远,立大志,把做大学问、成大学者、干大事业作为自己的学习目标,在学习中传承精神、承担责任、圆满完成在大学里的学习使命。

笨鸟先飞 勤能补拙

案例 小程同学来自偏远的山区,父母都是农民,家里三兄弟都在读书,经济条件非常艰苦。来到大学前,父母想方设法找亲戚朋友借了几千块钱,交完学费后就只剩1000多元。以后的学费从哪里来,会不会因为交不起学费而辍学,这都是一个未知数。他在学校总是最节俭的,吃穿都非常艰苦朴素,但他从来没有因此感到自卑,他的梦想便是好好学习,考上重点大学的研究生。但是,大一时英语便把他难住了。小程同学的英语成了他的“跛脚”,他最害怕每次英语课堂上的提问,他的发音不标准,招致同学的嘲笑。小程同学并没有因此而自暴自弃,他采用了最有效也是最简单的方法——重复练习。每天早晨六点半就到楼顶朗读《新概念英语》,不管是刮风下雨,还是严寒酷暑,他总是坚持利用好晨读的时间,读不准就听,读不准就练。就这样靠着四年的执著和坚持,他的英语突飞猛进,特别是发音很标准,一次性通过了四、六级,还参加了英语比赛。由于他的刻苦

学习,年年拿奖学金,靠奖学金和助学贷款,从大二起就没向家里要一分钱,最后顺利地完成了学业,并以优异的成绩考取了华南理工大学的研究生。在研究生期间又凭借自己的刻苦学习,申请获得美国某知名大学全额奖学金攻读博士学位。

编者按 勤能补拙是良训,一分耕耘一分收获。每个人在学习上都会有自己的薄弱点,关键是看如何面对。有些同学为自己找借口,逃避它,于是四、六级成了难过的坎,不喜欢的科目成了难言的伤。小程同学,没有抱怨环境,而是凭借自己的努力奋斗,将自己的弱项变成强项。人非生而知之,知识、技术都是通过后天的学习和努力不断累积得来的。同学们在刚开始接触一门课程时,都会有一段艰难的入门期。在这段时间,你看不懂课本,答不出问题,不清楚学了有什么用,也理不出学习的脉络,于是开始怀疑自己是否有学习的天赋,是否适合学习本专业,甚至质疑学习的意义与作用。在这个艰难时期,如何面对自己不擅长、学不太明白的课程,就显得尤为重要。小程同学了解自己在英语上的弱势,不为失败找借口,只为成功找方法。用最简单也是最有效的办法,每天坚持晨读,持之以恒地学习,靠着自身的勤奋,弥补自己的不足。小程同学能取得很好的成绩,跟他的坚持密不可分。晨读的同学很多,可又有多少能像小程同学一样,坚持四年,每天风雨无阻,成为一种学习习惯呢?当我们抱怨自己的努力没有结果、学习困难的时候,我们可否静下心来想想自己是否已经尽了全力?

理性选专业 别跟感觉走

案例 1 小郝是一位很幸运的女孩,因为她是目前学校少有的得到两次转换专业机会的人。在高考填报志愿时,她对化学比较有兴趣,而且她向往教师职业,于是就填报了化学师范类专业,并被如愿录取。2011年6月在一工部专业分流时,她的成绩排专业第一,她不想浪费转专业的机会,于是申请转专业,

成功转入了化学工程与工艺专业。但经过两个月专业课程的学习,她感觉不适应该专业的学习,没有了学习的兴趣,加之对该专业的就业情况进行了了解,发现该专业未来的工作环境不适合自己的。2011年11月,她又申请了办理转专业的手续,重新转入了原来所在的化学师范类专业。在后期的学习中,小郝不仅学习成绩优秀,而且还当上班里的文娱委员。

案例2 小田同学在填报高考志愿时,对专业不了解,只在网上查了相关信息,凭感觉填了志愿。虽然如愿上了大学,但农学专业不是自己理想的专业,从农村出来不想学农,感觉学农没有前途。为了转专业,他努力学习,争取转专业的机会。在大一结束转专业时,他的学习成绩进入专业前10名。在选择专业时,他感觉电信类专业不错,有发展前景,于是就选择了电子信息工程专业。在后期的学习中,他发现攻读电子信息工程专业,要善于钻研思考、开动脑筋、发现问题,对数学和物理学方面的知识要求很高。电路知识、电工基础、电子技术、信号与系统、计算机控制原理、通信原理等基本课程很难学,他的学习很难跟上,成绩大幅下降,失去了拿奖学金的机会,学习兴趣和信心也逐渐失去。虽然这个专业就业前景比较好,但由于成绩的问题,毕业离校时他没有找到合适的工作。看到原来和他一起学农专业的同学在实习中就能拿到2000多元的工资,而且毕业后工作都不错,他开始怀疑是不是当初自己选择转专业失误了。

编者按 有的在填报高考志愿时对自己所选的专业不了解;有的同学甚至是在父母的“包办”之下选择了认为就业前景好的专业;有的同学由于考试成绩等原因在录取的时候专业被调剂。他们在进校学习了一段时间之后发现自己并不喜欢现在的专业或认为所学专业就业前景不好,于是就想通过转专业来找到符合自己兴趣的或就业好的专业,以利于自己今后的发展。近年来,为给学生一定的专业选择权,很多高校开始实行转专业制度,同学们经过申请和考核等程序可以转入自己喜欢的院系的相关专业。上述两个案例启示我们在转专业时需要注意

以下几点。一是要了解学校关于转专业的条件和程序,做好充分的准备,这样才能赢得转专业的机会。二是转专业要看重兴趣。同学们要根据自己的专业兴趣选择专业。专业无好坏,只是个人兴趣认同上存在差异。专业兴趣要在对专业的理性认识上确立,不要跟着感觉走,更不要盲从他人。目前,有很多大学生总感觉别人学的专业比自己学的专业好,这种感觉常让他们对自己所学的专业缺少兴趣,对专业课程缺乏认同感,学习积极性不高,消极应付现象严重。出现这种情况的主要原因是专业的了解不够全面,仅凭感觉来分辨好坏。三是考虑职业发展。对很多学生来说,接受高等教育最直接的目的就是能谋求到好的职业。每个人都有自己的职业理想,而市场对各种专业人才的需求有很大的差别。

总之,转专业时,要综合考虑兴趣爱好、专业前景、学习能力、职业规划等因素,在选择专业前可以在学校心理健康网站或就业指导中心网站先进行一下职业测评,明确了自己的方向,规划好自己的未来后,再确定选择的专业。另外,专业本身无好坏之分,只要努力学习,每个专业都有发展的空间,同学们要树立终身学习的信念,逐步实现自己的职业理想。

发现兴趣 厚积薄发

案例1 小易同学能歌善舞,更难得的是她热爱学习,善于发展自己的兴趣爱好,结交朋友,拓展机会和平台。一次同学过生日,她想送同学一件特别的生日礼物,于是开始学习画卡通漫画。从零开始,她开始学习素描、绘画,从仿照别人的漫画入手,她慢慢会自己画漫画了。在同学生日当天,她送给了同学一份漂亮的素描漫画,同学非常喜欢。从此,她便利用课余时间画卡通画,一年下来画了几十幅画作。在大三时,她在学校办了自己的个人画展,展出各类漫画作品,并且出版了漫画集。媒体也纷纷对她的画展进行了报道。看到自己的作品被编辑成册,小易

同学笑了：“刚开始只是喜欢而以，没想到坚持自己的爱好，点滴积累下来，也能有这样的成绩。”

案例2 小汪同学学完单片机后，对计算机硬件很感兴趣。他和同学组成团队，想用所学到的知识，做点有实用价值的东西。一次，大家讨论到游泳危险的问题，小汪同学便想，能不能做一种穿在身上游泳的救生衣，在危险的情况下能自动救援呢？想法很简单，但在设计的时候，却碰到很多问题，小汪同学和他的团队知识能力有限，但他们不放弃设计，一直坚持下来，不会就问，不会就查。他们多次请教老师，查阅了图书馆里的所有相关书籍，上网看了数千篇相关的论文和资料。功夫不负有心人，他们终于设计出了一种简单实用，新颖独特的救生衣。在全国挑战杯竞赛中，他们设计的救生衣获得了湖北省金奖，全国铜奖，并申请获得了国家专利。

案例3 小李同学学的是软件，他觉得软件枯燥无味，自己根本就没有学习软件的天赋。编译原理、操作系统、数据结构、数据库、计算机网络、软件工程这些课程听着就难受，更别说好好去学了。有一天他的电脑中毒了，他查看了很多资料，终于解决了这个问题，慢慢他发现自己对电脑黑客、病毒防控，网络安全非常感兴趣，于是便开始自学。在学习过程中，他发现原来那些枯燥的课程是那么重要，发现自己对原来不以为然的知识是那么痴迷。几年之后大学毕业，他在深圳找到了一份软件开发设计师的工作，一直从事软件开发与设计，他现在的理想是做一个中国一流的软件开发设计师。

编者按 莎士比亚、爱因斯坦正是由于兴趣和爱好才让他们在各自的领域取得了不朽的成绩，成为这个领域的权威。每个人都有他喜欢的和擅长的方面，只是因为没有发现或没有平台、缺乏自信、不能坚持而将其荒废掉了。在大学里有很多平台和足够精力去发现自己的兴趣爱好。同学们可以参加社团和协会，相互切磋；充分利用图书馆、阅览室等信息与资源，发现感兴趣的内容与专业知识。有了兴趣，就有了想学的方向，也有了学