



# 目 录

## 第一篇 认识篇

第一章 我的大学 .....	(3)
第一节 大学的概念 .....	(4)
第二节 大学的现状 .....	(6)
第三节 我的大学 .....	(16)
第二章 高中与大学阶段的不同 .....	(27)
第一节 大学与高中生活方面的不同 .....	(28)
第二节 高中与大学的学习不同 .....	(35)
第三节 高中与大学不同产生的原因 .....	(40)
第四节 高职与本科教育的不同 .....	(42)

## 第二篇 学习篇

第三章 大学生的学习 .....	(51)
第一节 大学生的学习任务 .....	(51)
第二节 大学生的学习内容 .....	(52)
第三节 大学生的学习态度 .....	(68)
第四章 大学的学习方法 .....	(73)
第一节 大学学习的特点 .....	(73)
第二节 大学学习规律 .....	(78)
第三节 大学学习方法 .....	(81)



### 第三篇 规划篇

第五章 我的规划 .....	(101)
第一节 规划的理念 .....	(102)
第二节 我的人生规划 .....	(104)
第六章 大学生专业规划 .....	(110)
第一节 大学专业规划的概念 .....	(112)
第二节 大学专业规划的编制 .....	(115)
第三节 我的专业规划 .....	(119)
第七章 职业生涯规划 .....	(135)
第一节 职业的概念 .....	(135)
第二节 人生与职业 .....	(141)
第三节 个性与职业 .....	(148)
第四节 职业生涯规划 .....	(154)
第五节 职业规划的步骤和方法 .....	(161)
第六节 我的职业生涯规划 .....	(172)
参考文献 .....	(202)

# 认识篇

## 第一篇







## 第一章 我的大学

### 引言：

2012年,全国普通高校毕业生规模达到680万人。毕业人数再创新高,就业工作任务艰巨。以下是我国近十年的毕业生人数统计。

1. 2003年:全国普通高校毕业生人数达212万人;
2. 2004年:全国普通高校毕业生人数达280万人;
3. 2005年:全国普通高校毕业生人数达338万人;
4. 2006年:全国普通高校毕业生人数达413万人;
5. 2007年:全国普通高校毕业生人数达495万人;
6. 2008年:全国普通高校毕业生人数达559万人;
7. 2009年:全国普通高校毕业生人数达611万人;
8. 2010年:全国普通高校毕业生人数达631万人;
9. 2011年:全国普通高校毕业生人数达680万人;
10. 2012年:全国普通高校毕业生人数达680万人。

2011年11月,北京师范大学劳动力市场研究中心发布《2011中国劳动力市场报告》,这是国内首部以就业质量为主要关注点的劳动力市场报告。报告认为,就业质量指数涉及就业环境、就业能力、就业状况、劳动报酬、社会保护和劳动关系六个方面的内容。目前,我国劳动者就业质量不高,如就业机会不均等,就业歧视问题严重,工资增幅较慢,社会保障覆盖范围仍不全面。“就业质量不高是我国经济发展质量不高的主要原因,就业质量已成为经济发展中的核心问题。”

根据人力资源和社会保障部的预测,“十二五”期间,应届高校毕业生年均规模将达到



近 700 万人,约七成毕业生将在非国有企业就业。人力资源和社会保障部就业促进司某副司长表示,就业质量已成为制约劳动力就业的一个很重要的因素。“大学生不愿去民营企业或私企,一个重要原因是因为这些企业的社会保障、福利待遇、发展前景等没有大企业好。”

如今,低质量就业是社会转型的最大障碍。越来越多的大学生已经开始认识到就业质量的问题,就业稳定性问题。就业质量涉及就业者与就业岗位的适配性,而是否匹配,在过去往往是高度关注就业率,背后的“影子问题”没有受到足够的重视。就业质量不高,正是当前我国就业领域最为突出的问题和矛盾所在。正因为如此,一些地方就业率虽高,光鲜的数字表面“好看”,但就业问题压力仍大。就业质量已成制约劳动力就业一个很重要的因素。

上海市团委的一份调研报告指出,近年来高校毕业生就业稳定性呈现了持续下降的态势。用人单位有更大的选择范围,他们倾向于向高校毕业生提供短期、灵活的劳动合同。而“先就业后择业”的就业导向,如果没有很好地把握,会导致大学生在首份工作选择上表现出轻率和盲目。专家指出,大学毕业生就业难,很大一部分原因是高等教育结构性失衡。有关部门应指导高校更科学合理地设置专业、确定培养目标,以培养更多符合社会需求的合格人才。一些单位片面追求高就业率,使大学生在劳动力市场“误配”和处于不稳定就业状态。如今,只注重追求就业率单一目标已远远不够,使劳动者获得稳定、体面的工作,提升劳动者的就业质量已变得越来越重要。为此,应由社会中介机构统计、发布高校毕业生就业满意度等数据指标,科学衡量高校就业工作。

高尔基先生把人生分成三个阶段,即童年、我的大学、在人间,可见他对大学的重视与认可。就像许多过来人总结的一样,每个人都有接受大学教育的权利与过程,这种教育一般分两种,一种是大学学院教育,另一种是社会大学教育。我们主要学习第一种——大学学院教育。

## 第一节 大学的概念

中国大学教育始于何时,一直有许多争议。潘懋元先生曾指出:“中国高等教育的历



史,可以追溯到两千多年以前。西汉有‘太学’,晋代有‘园子学’,唐代有‘六学二馆’,这些都可以看作是古代具有某些高等教育特点的学校。”公元前典籍《礼记·王制》记载:“有虞氏养国老于上庠,养庶老于下庠。夏后氏养国老于东序,养庶老于西序。殷人养国老于右学,养庶老于左学。”东汉的郑玄认为:上庠、东序、右学三种是大学,下庠、西序、左学三种是小学。依此来看,我国夏商时代就产生了学校,并有了小学与大学之分。之后西周的“五学之制”是中国古代教育史上最早有文献记载的高等教育机构。当时大学教育的一个显著特点是“学在官府”或“学术官守”,实行“政教合一”的大学教育制度。之后在唐代中央所属的“六学二馆”中,国子学、太学、四门学,相当于大学性质;律学、书学、算学,相当于专科性质;弘文馆、崇文馆为大学性质的贵族学校。可见,中国古代大学教育源远流长,走在了世界前列。

《大学》原为《礼记》第四十二篇。《大学》为“初学入德之门也”,提出了明明德、亲民、止于至善三条纲领,又提出了格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下八个条目,八个条目是实现三条纲领的途径。在八个条目中,修身是根本的一条,“自天子以至于庶人,壹是皆以修身为本”。因此,古人常把《大学》中的要领称为“三纲八目”。对于“八目”,《大学》细解曰:“古之欲明明德于天下者,先治其国;欲治其国者,先齐其家;欲齐其家者,先修其身;欲修其身者,先正其心;欲正其心者,先诚其意;欲诚其意者,先致其知;致知在格物。物格而后知至,知至而后意诚,意诚而后心正,心正而后身修,身修而后家齐,家齐而后国治,国治而后天下平。”上述“八目”,既是儒家所倡行的修己治人的全部过程,也是大学学习的基本顺序,体现了一种由心理涵养(格物、致知、诚意、正心)到伦理境界(修身、齐家)再到政治理想(治国、平天下)的道德教育过程和人生发展轨迹,因此这种理念对后世中国大学影响深远。

美国哈佛大学前校长洛韦尔教授认为:“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,因为它们满足了人们的永恒需要。在人类的种种创造中,没有任何东西比大学更经受得住漫长的吞没一切的时间历程的考验。”大学已成为人类的文明标志和精神家园。大学自古以来就是人类智慧和知识产生、汇集和向外界辐射和散播的场所。随着知识和人才成为社会经济发展的主要动力,被广泛地誉为高素质人才的摇篮和知识创新的发动机的大学,无疑将在新世纪的社会中发挥空前的作用,成为人们瞩目的焦点之一。



大学是由多门学科、多种专业组合而成的实施高等教育的一类学校。大学一般分为综合大学、专科大学、专门学院和短期职业大学。有的还设有研究生院(部),少数大学设有博士后研究机构。大学招生对象为高中毕业生或同等学力者,培养各类高级专门人才。大学是学术殿堂,它研究高深学问,发展和传授知识;大学是专业教育机构,它实施高等专业教育计划,培养专家和专门人才;大学是社会服务机构,它介入地区和国家的社会生活和经济生活,并为之服务;大学是岗位培训站,它通过各种形式的教育和教学,培训各类职业岗位的人员,使他们能够胜任本职工作或适应工种的变换。



### 思考题

结合你的大学经历,思考大学与高中的不同有哪些,原因何在。

任务一:完成论文《大学的一天》

要求:1. 以寝室为单位

2. 自行组织完成

3. 限两周时间

4. 内容积极正面

5. 用 PPT 进行汇报

## 第二节 大学的现状

引言:现代大学校园里的九大堕落文化

### 1. 素质流氓化

男生开口我cao,女生张嘴×的,事无大小都他×的。在校园里,俨然是置身流氓、混混聚居的地方,不知道是大学生们流氓化了,还是流氓们大学生化了。张扬个性、标榜豪爽原来也是可以用流氓形象实现的,太多的不理解。



## 2. Kiss 公开化

也许认为是自由的一部分,也许是受了西方激情的影响,现在的大学生们拥抱、接吻甚至是相互抚摩都不考虑场合,只要有情绪就来一把。做的人不觉得难为情,倒是看的人感觉偷窥了别人隐私,什么世道啊。我看谁也不用不好意思,反正人家也乐意当众表演。

## 3. 消费白领化

说起白领阶层的消费,曾经有无数人羡慕,不过那是因为人家有高收入支撑着。现在的大学生们却更加厉害,手机一个比一个高档、吃饭请客一个比一个讲排场、旅游娱乐一个比一个在行,衣着时尚、处处品牌,越来越难想象学生的消费可以如此之高,不知道这些孩子们的父母是不是都开着银行。

## 4. 上课梦游化

学生新的“知识无用论”,课堂纪律的散漫,这一切已经足够作为学生上课睡觉的理由了。睡吧,睡吧,反正是交了学费的,想怎么睡怎么睡。

## 5. 逃课普遍化

由于高校年年扩招,学校的规模越来越大,教室里装的学生越来越多。课堂上一二百人听一个老师讲课已经是正常现象,如果老师挨个点名的话,等点完名也该下课了。更何况学生要谈恋爱、要购物、要旅游、要忙着同居或者赚钱,于是逃课成普遍现象一点不奇怪。同学们都忙啊,哪有时间上课。

## 6. 女生恐龙化

这倒不是说学生集体退化,而是说在校园里已经找不到清纯的学生妹。女生打扮一个赛一个,社会化、成人化、妖艳化,走在大街上恐怕会有人被误以为是歌舞厅的服务人员,实在让人想不到美,那也就只能当恐龙看。

## 7. 男生痴呆化

男生一夜连一夜的网络游戏、麻将、扑克牌、陪女朋友。长期如此,只见一个个精神恍惚,痴痴呆呆,全然没有一点年轻人的活力。夜夜奋战,伤身体也伤脑子,也难怪男生要被定性为痴呆,大家累啊。

## 8. 恋爱闪电化

恋爱已经是大学生活的必须,就如同一种时尚。有人说恋爱是相互打发无聊、空乏的的大学生活;有人说就是相互玩;还有人说这是为了做进入社会生活的准备。无论怎么说,大



学生们的恋爱已经是翻手为云、覆手为雨,大家都不需要天长地久,不需要太多的磨合与了解,直奔主题,然后迅速厌倦,闪电分手。这就是闪电化的爱情,或者应该说是情欲与肉欲的简单化、快餐化。

### 9. 补考专业化

“不把学习当目的,生活才会有意义”,这是当代大学生的新宣言。扩大招生必然招来一大批确实不具备学习能力的人进入大学,这些学生的作风又带动更多的人鄙视学习,他们根本就不当补考是件羞人的事情。对于补考,也许不少人确实具备专业水平了!

大学校园的九个“现代化”未必在每个学生身上都有,也不是每所学校都有这样的风景。写这些有点调侃味道的文字只是为了博大家一笑,如果实在有要对号入座的,欢迎,欢迎,再欢迎!

## 一、大学的现状

据国家教育部统计公报,2010年全国各类高等教育总规模达到3105万人。全国共有普通高等学校和成人高等学校2723所,比上年增加34所。其中,普通高等学校2358所(含独立学院323所),比上年增加53所。普通高校中本科院校1112所,比上年增加22所;高职(专科)院校1246所,比上年增加31所。普通高等教育本、专科共招生661.76万人,比上年增加22.27万人,增长3.48%;在校生2231.79万人,比上年增加87.13万人,增长4.06%;毕业生575.42万人,比上年增加44.32万人,增长8.34%。

大学教育是大学在一定程度与范围上的扩展与伸延,泛指整个普通高等教育中大专以上层次所实施的教育。如果说大学是一个“点”,那么大学教育则是一个“面”;如果说大学属于一个“机构”,那么大学教育则属于一种“活动”;如果说大学为一独立的实体,那么大学教育则为一集合的群体。总之,大学教育代表了一种类型、层次和范围的高等教育。

我们所处的层次是第一层次(基础层次)为高等专科学校,现在也称为高职高专。其特征是限定在培养专科层次的具有一技之长的学生,以适应社会发展、经济建设、生产活动对相应层次职业技术岗位的多样化需求。

## 二、大学育才的路径

这里所说的育才的路径,是指在大学教育过程中的通识教育、素质教育和做人教育三



个方面。

### (一)大学的通识教育

通识教育的思想是美国鲍登学院的帕卡德教授于1829年发表的一篇学术论文中提出的,他指出:“通识教育包括古典学、文学和科学方面的有关课程内容,是一种尽可能综合的教育。”帕卡德认为,这种教育对将来从事任何专业工作的人都是必需的,从而最早提出了通识教育与专业教育的相互关系问题。1945年7月,由哈佛大学校长科南特组织撰写的《自由社会中的通识教育的报告》(亦称《红皮书》),宣告了现代大学通识教育的诞生,其中指出,这种通识教育是带有普遍性意义的人生教育,其目的在于培养具备如下四种能力的“完整的人”,即“有效思想的能力,能清晰地沟通思考的能力,能做事且明确判断的能力,能辨识普遍性价值的认知能力”。此后,通识教育这一术语便流行开来并不断发展,各种定义也接踵而至。但一般说来,大家对莱文所下的定义较为赞同。他指出:“通识教育是指大学本科课程中全校共同性的、内容有一定广度的部分。它通常包含对若干学科领域有关课程的学习,试图为一所学校中的全体学生提供一种应当共有的专科训练。”在我国近现代教育史上,早在20世纪三四十年代,梅贻琦、蔡元培、潘光旦、朱光潜等教育家就借鉴欧美名校的改革经验,大力提倡通识教育。近年来我国大学中针对专业主义盛行、人文精神低迷、人文学科衰微而开展的人文素质教育亦属通识教育的内容。

通识教育中的“通”,也是一个相对的概念,并非无所不通,而主要是指文理渗透、学科交叉,各专业之间彼此交融,相得益彰。总体而言,通识教育的基本内容主要包括如下四个方面:一是有关世界、国家与民族历史和社会改革与发展问题的知识;二是哲学、文学、艺术等方面的修养;三是介绍自然科学理论、成果、发展、方法等方面的课程;四是外语、计算机等方面的工具性课程。

有的学者认为,今日之教育,“授业”容或有之,“传道”、“解惑”则渺不可得。大学教育在讲求实利有用的压力下变成了技能训练、求职谋生的工具,在人才培养上突出了专业性、行业性、就业性。而现在,行业结构、就业结构、产品结构变化频繁,学生只学习某一方面的专业知识已经远远不够了。在“知识经济”形态中,作为经济要素的科技知识固然非常重要,但以文化知识为主的社会科学也不再是传统意义上的那种远离技术、远离生产、远离产业发展的不能转化为经济动因的完全的非经济因素了。因为人的需求是多方面的,人的发展是全方位的,人的个性是理性和非理性的和谐统一。在知识经济时代,科学技术不仅要



尽可能地满足人们的物质生活需求,而且要越来越多地满足人们的精神文化需求,而人文社会科学知识的创新和转化在其中起着重要作用,在社会经济发展中的地位愈渐凸显。此外,随着人们社会活动范围的扩大,人与人之间交往的增加,具有丰富的知识、发展多方面的能力、建立和谐的人际关系和良好的公共事务关系,已成为当代社会发展的必然要求。总之,现代社会对大学生的培养期望应是基础厚、口径宽、专业精、素质高、能力强、体魄健。

目前,国外大学都十分强调通识教育。美国强调培养学生“适应社会环境”的能力,要求为全体学生提供广泛的普通教育,不管这一学生学业领域或职业前途如何。美国卡内基基金会主席博耶将“通识教育”的内容与课程分为七个主题,即最基本的联系工具——语言、美学素养——艺术、生活的历史——渊源、社会结构——制度、行星状态——自然、职业价值和认同——工作、自身价值及其意义——发展。哈佛大学校长尼尔·陆登庭也强调:“更重要的是,大学要提供无法用金钱衡量的最佳的教育。这种教育不仅赋予我们较强的专业技能,而且使我们善于观察、勤于思考、勇于探索,塑造健全完善的人格。特别是通过不同学科领域知识的渗透,使从事科学研究的人开始懂得鉴赏艺术,从事艺术创造的人逐渐了解科学,使我们每个人的生活更加丰富多彩。正是这样,尽管在复杂的条件下,无论是哈佛还是美国其他大学都在竭尽全力为更好地传承文理融合的通识教育而努力。”法国学者指出,大学应当培养“既有广阔得多的视野,又有某些新的问题或新的设想,有高深的造诣,不受学科界限束缚的人”。

从20世纪50年代起,我国大学教育借鉴或者说“照搬”了苏联的“专才”教育模式,并相继进行了几次大规模的“拆散综合性大学,组建单科性、行业性大学”的院系调整,而致文理分家,理工分校,条块分割,专业分途,学科、专业之间畛域分明,口径极其狭窄,教学内容、课程体系之间疆界清晰,各自封闭,大批量地生产和“统包统分”着“隧道型”的“专才”或“窄才”。“文革”前十七年,155万名大学生、1.63万名研究生,都是在这种“模式”和“制度”下走上工作岗位的。1977年恢复高考制度以来,受片面追求升学率之影响,学生自高中便开始文、理分科学习,上大学之后更是一头钻进本专业的胡同,“孤军深入”,对本专业领域之外的知识知之甚少甚至一无所知,致使文理科之间的沟壑愈益加大。近年来虽伴随着加强大学生素质教育的呼声而逐步有所改善,但综合化程度依然偏低,有的大学在如何实施通识教育问题上依然显得有些茫然。但作为一种方向和理念,逐步地向“通识教育”过渡是势在必行的。因为知识经济的发展,将使人文与科学两种文化由古代低层次的融合到近代



的分离,再进化为现代更高层次的融合,成为一种集古今中外人文与科学之大成的“大文化”。

## (二)大学的“素质教育”

大学教育不是单纯的专业和行业教育,而是一种综合性、全面性的素质教育。加强大学生素质教育,是适应知识经济发展需要的重要举措,是一场教育观念、理念和教育体制、机制的重大变革。它是面向未来的一种大学理念,而不仅是一种形式和模式,更不是某项或几项教育措施。确切地说,大学生素质教育应称为大学生的“全面素质教育”或“综合素质教育”。

素质,就其本质而言,是使知识和能力内化的一种素养和品质,一般包括思想道德素质、科学文化素质、专业技能素质和身心健康素质四个方面。全面素质教育的指导思想是四个“面向”:面向每一种教育,面向每一类学校,面向每一名学生,面向学生的每一个方面。而大学实施全面素质教育的核心是三个“注重”:注重文化素质教育,注重智力能力的培养,注重个性全面发展。

### 1. 把文化素质教育作为大学生素质教育的重心和枢纽

大学的文化素质教育已不是我们通常所说的基础教育中的那些读、写、算、画的一般文化教育,而是文化素质、文化修养、文化品位的教育,其完整意蕴应该是“三个提高”:提高大学生的文化素质,提高大学教师的文化素养,提高学校的文化品位。对大学生而言,文化素质应是一切素质的基础,因为它是使大学生的世界观、人生观、价值观得以确立与发展,使大学生形成高尚的情操、宽阔的胸襟和远大的志向的基本条件,同时,大学生只有真正具备良好的文化素养和广博的文化知识,才可能在本专业领域具备更广阔的理论视界和更强的创新能力。“文化素质从基本知识上来说,包括文学、历史、哲学以及政治、经济、法律和自然科学的一般基础(对非本专业的学生而言);从实践来说,则是运用这些知识对现实生活能以历史的、哲学的、美学的、科学的眼光来认识并以此来规范自己的行为。”

### 2. 注重大学生个性发展,科学实施因材施教

个性发展的核心是人的素质结构的独特性,主要体现在两个方面:一是人的素质在各要素因子发展的多方面性上应有范围和程度上的个人独创性;二是人的素质各要素及各要素因子在其结构上的组合应有个人独特性。此外,人的素质的各基本要素,在其各自的发展水平上也应允许有适当的不平衡,以此表征个人素质的独特性。我们应注意激发潜伏在



学生青春躯干里的昏睡的个性和活力。由于种种历史的原因,在论及全面发展时,我们总在有意无意中将它与“平均发展”相联系。实际上,这是对全面发展的极大误解,因为人的全面发展实质上是指人的个性的全面发展,或称个性的自由、全面、和谐的发展。

对大学生来说,因材施教显得更有价值,这是因为大学生已经具备了基础性的文化知识,其知识结构已初步形成,思维能力已达到一定水平。需知道在那些看似埋头读书、别无他虑的学生身上,每个人心底都蓄积着火山运动般开拓科学疆界、创造丰功伟业的冲动和潜力。我国的大学教育曾有过倡导实施“个性教学”、推崇学生“个性发展”的优良风气,造就过一代代素质全面、学术优良的人才。实践证明,有教师的“个性教学”才能有学生的个性发展,这不仅因为尊奉教学个性的教师能给学生以具有学术个性的知识,而且还因为具有鲜明个性的教师本身就能给学生以潜移默化、耳濡目染的巨大影响。惟其如此,大学教育中的因材施教才能异于基础教育中的因材施教。我们认为,就现实而言,对大学生实施因材施教,首先不是一个教学原则问题,而是一个教学观念问题。

在此还应指出,当前部分大学在实施素质教育中不同程度地出现了一些“偏差”或“误区”,如把素质教育视为专业教育,把素质教育等同于文体活动,把素质教育当做非考试教育,把素质教育作为课外教育活动,把素质教育看作均衡发展教育,等等。这些“误区”和“偏差”应该尽快消除,否则将会把大学生素质教育导入歧途。

### (三)大学的“做人教育”

国学大师钱穆认为:“学者,所以学做人也”。中华民族历来重人伦道德、重和谐中庸、重世俗政务、重整体思维。面向 21 世纪的大学教育,不仅要使学生学会做事,更重要的是使学生学会做人,学会做一个有道德修养的人,一个与他人和谐共处的人,一个有事业心和责任感的人,一个有益于社会的人。这应当成为大学教育的崇高使命,也理应成为教育的真义与理念。一切学问,主要用意在学习如何做人,如何做一个有理想、有价值的中国人。中科院院士杨叔子教授指出,教育的根本任务主要体现在三个方面:“一是教会学生如何做人,二是教会学生如何思维,三是教会学生掌握必要的、高层次的知识以及运用这些知识的有关能力。这三者不可分割,彼此相互渗透、相互支持、相互影响,但学会如何做人是基础。”

#### 1. 大学生“做人”素质的缺失

大学教育不仅担负着向社会输送具有高层次、高水准的专业技术人才的重任,而且更



担负着培养高素质、高品位的社会公民的职责。然而,大学生“做人”素质缺失的种种表现,却令人忧心忡忡。

(1)人生意义的缺失。人是一种动态的存在。人生意义是人对人生终极价值的追求,是人生价值观中最深层的部分。对人的生命的根本意义的理解是人的一切活动的基本出发点,是人类存在的本质。人生,是驾着生命之舟进行的一次没有回程且不可避免的航行。在这一航程中,是精神的灯塔在指引着生命的航向,是心灵的力量在平衡着人生的双桨。大学生作为具有广博知识的未来社会发展的重要承载者,理应具有崇高的人生价值并在追寻完善的人生意义方面不懈努力。然而,在如今的大学生身上,传统的人生价值模式和人生意义的依托已开始失落,导致大学生群体中出现了诸如“道德滑坡”、“精神危机”、“信仰迷茫”、“价值真空”等令人费解且颇有市场的行为。“不求天长地久,只求瞬间拥有”,成为大学生短期行为的生动写照。我们说,倘若人被“物化”了,陷入商品拜物教的泥潭中,那么必然会导致人的精神境界的滑坡和以自我为中心的个人主义价值观在大学生群体中的膨胀。如任其发展,必然导致学生人格的扭曲、心灵的残缺、道德的堕落和理想的泯灭。

(2)市场经济冲击下的“道德观”的功利化。中国正处于以市场经济为核心内容的社会变革的时代。在这一变革过程中,人们的生活世界尤其是道德观念受到了剧烈的震荡。在竞争原则、交换原则、等价原则、利润原则等市场机制驱使下的市场经济既给中国的经济发展、民族振兴带来了机遇和希望,也使人们的道德世界出现了一定程度的功利化。对于思想先进、善于接受新事物的大学生而言,市场经济对其道德观念带来了双重影响。一方面,市场经济的发展使大学生的个性得到了更大程度的张扬,主体性得到了普遍弘扬,平等观念、效率观念、竞争观念、法制观念等得到了进一步强化,这是主流;另一方面,市场经济的发展又使大学生的集体观念、荣誉观念乃至国家观念逐渐淡化,取而代之的是对个人利益的追逐、功利意识的膨胀、人际关系的商品化和工具化等消极现象。

## 2. 人文与科学教育的失衡

部分大学生做人素质缺失、人品修养低下已成为一个不争的事实。其实,科学教育与人文教育都只是完整教育的一半。缺乏人文教育的科学教育与缺乏科学教育的人文教育一样,都是残缺不全的教育。21世纪的大学生教育除了继续加强科学教育以外,还应当把长期受到冷落的人文教育提高到应有的位置上来。有学者把当今大学生人文素质缺失的状况描述为“精于科技,荒于人文;精于电脑,荒于人脑;精于谋利,荒于仁义;精于商品,荒



于人品”的不正常、不协调的现象。大学教育的主要内容和目标是教人学会“如何而生”的本领,即人如何生活、如何生活得更好,教育学生学会做人。

大学教育不仅要使人“学会做事”,更重要的是使人“学会做人”。这就要求大学教育必须体现出其应有的人文关怀和人文精神。人文教育的目标是提高学生的人文精神、文化素养、道德风貌,归根到底就是教育学生如何做人。做人教育是人文教育中最基本的教育形式和组成部分,甚至是人文教育的根本。古希腊哲学家拉伯雷有句名言:“没有良知的科学只会是灵魂的废墟。”使科学技术服务于人类的进步事业越来越需要扎实有效的伦理教育尤其是完善的做人教育。

### 3. 教育应引导人去成为“人”

大学教育是人的教育。这一命题背后深刻地昭示了一种人文关怀,即教育应以人为本,全面关注人;教育应引导人去成为人,人通过教育而成为人。人是教育的产物。教育引导人的生成,引导人从不完善的人到逐渐完善的人。人是一种有意义的存在,教育启发人并赋予人以人生意义。教育要引导人不断地去追问自我、发现自我、实践自我,体验并获得人生的意义,从而逐步走向人之为人的存在。教育既要不断开发人的潜能,赋予人以完善的智能和体能,同时也必须塑造其做人的素质和人格修养,不断地提升其作为人的价值,从而使人不断地超越自我,走向未来。教育和人的聪明才智、道德、修养及人格完善是息息相关的。因此,教育的本质是培养人,是如何“成人”、“立人”。教育必须充分发挥人的主体性和主动性,重视对学生的做人教育,不断提高学生的做人素质。

### 4. 做人教育之基本内涵

旨在以学生“成人”、“立人”为目标的做人教育不仅要赋予学生追求真理、探知求道的精神,而且更重要的是塑造他们真善美的心灵,确立正确的人生价值的取向,构建其自尊、自爱、自立、自强、自信的人格,培养其优良的个人品质和强烈的责任意识。具体而论,大学做人教育中“人”的规定性主要体现在如下几个方面。

(1)具有正确的人生价值取向。人生价值的取向及其对人生终极价值的确信,是做人素质中最深层的占主导地位的因素。教育的首要任务和根本追求就是把人教育成人,这就应把“为何而生”的教育与“如何而生”的教育放在首位,教育学生懂得“人是什么”、“我是谁”,惟其如此,才能把学生培养成有事业心、有开拓创新与进取精神和有社会责任感的德才兼备的人,成为有理智、有理念、有理想的人。21世纪的人要有所作为,不仅需要具备高



新科学技术知识及创新意识和研究能力,而且还必须具有崇高的人文精神、完善的做人素质及正确的人生价值取向。

大学生正确的人生价值取向体现在许多方面。在个人价值取向上,要诚实、宽容,具备高尚的情感、坚强的意志、强烈的上进心、开拓精神和法制意识等价值观念;在社会价值取向上,要具备社会正义、社会责任感、公民意识、正直、合作、尊重他人等价值观念;在国家价值取向上,要具备爱国主义、民族意识、公民责任、人类友爱、民族依存和国际理解的价值观念等。

(2)具有强烈的责任意识。责任感是一个重要的人格特征,也是做人素质中的核心内容。一个富有责任感和良好个人修养的人更适合于学习和更新自己的专业和文化知识。责任感强的学生会自觉地遵守各种规章制度,其专业技能、社会劳动能力也会因责任感的驱使,在社会实践活动中得以不断提高。

大学生具备强烈的责任意识,不仅包括应有的学习和学术责任心,更应注意养成关心集体、国家、民族发展的社会责任感。这就要求学生要学会负责,在做出满足个人需要和愿望的决定时,要通盘考虑自己的决定对自我、他人、社会所应承担的责任和应履行的义务。因此,正如有学者所指出的那样,应培养大学生“具有一种生存的同一感,学会‘走向他人’,学会与不同价值取向的人共融于一体,在追求人类发展与进步的目标下,做到对他人的尊重、宽容、关怀、理解,学会通过对话、沟通,克服狭隘的文化、价值偏见,从而能‘各美其美,美人之美’”。

(3)具有优良的个人品质。教育不应仅限于教给学生坚实的知识 and 熟练的技能,也不能囿于培养其对学习和学术的兴趣,它还应该把培养人的优良品质、完善的人格修养和高尚的道德境界贯通于其精神生活和社会实践活动中。同样,作为未来核心人力资源的大学生,不应把专业知识、业务技能以及所谓的智商、计谋等看作个人发展的全部,应该把形成优良的个人品质作为自身完善、融入并服务社会的必备素质。这是保证个人的创造才能和潜力得以发挥从而有效服务于社会的基本保证。当然,养成良好的个人品质是一项综合性持久性的工作,需要做出艰苦的努力。但学生要学会做人,就应在这方面下一番苦功,在学习和社会实践活动中不断磨砺,以使自身的素质不断提高。

(4)具有健全的人格。人格是一个人一贯稳定且与他人相区别的个性心理特征的综合。理想人格是社会文化核心价值的体现,是现实人格的价值和精神范式。塑造学生健全



完善的人格是现代教育的基本目标之一,也是对学生进行做人教育的基本手段和内容。因为“教育首先是一个内心的旅程,它的各个阶段与人格的不断成熟的各个阶段是一致的。因此,教育作为实现成功的职业生活的一种手段,是一个非常个人化的过程,同时又是一个建设相互影响的社会关系的过程”。大学生要具有健全的素质,不仅要有完善的知识,更重要的是要有完善的人格,这也是学会做人的基本要求。做人教育的核心是教学生学会如何正确处理自己与他人、主体和客体、个人和社会的关系,发展其“独立人格”,并使其努力超越“独立人格”向“自由人格”方向迈进,从而具备适应现代社会的健全人格。

可见,大学教育不仅要使学生学会如何做事,更重要的是使学生学会如何做人。大学应当是一个让青年人成为更完善的人的生活领地。大学生不仅仅是一个能探知求道、具备广博精深的科学知识、智能发达、体魄强健的人,更应该是一个品格健全、品德高尚、具有良好的精神气质和做人修养的人。

以上提到的大学的“通识教育”、“素质教育”和“做人教育”,是一个层层递进、步步深入的教育内容,是一种相互促进、彼此推动的动态的教育发展过程,三者之间相互包容、相辅相成、相得益彰。

### 第三节 我的大学

#### 引言:当今中国不缺少大学生,缺少的是民工

“高等教育‘平民化’,大学生已不再是社会的精英阶层,而成为中国最基本的劳动力。当今中国不缺少大学生,缺少的是民工。”北京大学经济学教授苏剑在接受长沙晚报记者独家专访时,向记者阐述了他的这一独特论断。苏剑是一位毕业于美国布兰迪斯大学国际经济学与金融学的博士,主要研究方向是宏观经济学、公司金融和中国经济。他认为,当今中国经济正处于转型期。以前以劳动密集型产业为主导,经过改革开放30年的高速发展,中国农村的富余劳动力已消化得差不多了。而在现阶段产业转型尚未完成时,已显现出民工的不足。劳动密集型也开始向资本密集型转化。当前,初级劳动力密集型技术、初级劳动力均已吸收殆尽。因此,素质高、文化水平高的劳动力需求变得更多起来。苏剑认为,当今,



并不是“大学生就业难”，而是大学生普遍不愿把自己的能力定位在动手操作上，大学生不再是“精英阶层”，高等教育也日趋“平民化”。市场需求变了：从分数第一到实用第一。一些大学毕业生之所以找不到工作，主要原因是个人素质达不到用人单位要求，又好高骛远不愿选择基础性岗位。学校培养的人才与市场需求像两股道上跑的车，产生了结构性错位。

### 一、大学生的成长要求

德国存在主义哲学家卡尔·西奥多·雅斯贝尔斯认为，大学生应具有自我负责的观念，并带着批判精神从事学习，同时亦应拥有学习的自由。他指出：“真正的学生会为精神发展不可少的困难和错误之中，从大学广阔的学术天地里，靠着他的选择和严格的学习找到自己发展的路。”同时，大学生也应严于律己，学会学习，善于思考。也就是说，“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”。他还指出：“真正的大学生能主动地替自己定下学习目标，善于开动脑筋，并且知道工作意味着什么。大学生在交往中成长，但仍保持个性，他们不是普通人，而是敢拿自己来冒险的个人。这种冒险既是现实的又必须带有想象力。”

### 二、大学的成长历程

在谷歌公司担任全球副总裁兼大中华区总裁、微软公司全球副总裁，后在中国北京创立创新工场任董事长兼首席执行官的李开复一直关注大学生的成长，李开复为中国学生创办了开复学生网，现已改为我学网。李开复给中国大学生写了七封信，在大学生中引起广泛影响。他给大学生的第四封信重点写大学成长历程，相信对大多数大学生能有帮助。

大学是人一生中最为关键的阶段。从入学的第一天起，每个大学生就应当对大学四年有一个正确的认识和规划。为了在学习中享受到最大的快乐，为了在毕业时找到自己最喜爱的工作，每一个刚进入大学校园的人都应当掌握七项学习：**学习自修之道、学习基础知识、学习实践贯通、学习兴趣培养、学习积极主动、学习掌控时间、学习为人处事**。只要做好了这七点，大学生临到毕业时的最大收获就应当是对什么都可以有的自信和渴望。只要做好了这七点，你就能成为一个有潜力、有思想、有价值、有前途的忙碌与快乐的大学毕业生。



### (一)人生的关键——大学阶段的认识

大学是人生的关键阶段。这是因为,进入大学是你第一次开始追逐自己的理想、兴趣。这是你离开家庭生活,第一次独立参与团体和社会生活。这是你不再单纯地学习或背诵书本上的理论知识,第一次有机会在学习理论的同时亲身实践。这是你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置生活和学习中遇到的各类问题,支配所有属于自己的时间。大学是人生的关键阶段。这是因为,这是你一生中最后一次有机会系统性地接受教育。这是你最后一次能够全心建立你的知识基础。这可能是你最后一次可以将大段时间用于学习的人生阶段,也可能是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。这也许是你最后一次能在相对宽松的,可以置身其中学习为人处世之道的理想环境。

### (二)我的大学

#### 1. 学习自修之道

许多人都想知道大学里到底在教些什么?大学不能保证所教的任何一项技术在五年以后仍然管用,也不能保证学生可以学会每一种技术和工具。但大学希望经过教育使大学生们学会思考,并掌握学习的方法,这样,无论以后出现什么样的新技术或新工具,大学生们都能游刃有余。

那大学教育的本质究竟是什么呢?教育家 B. F. Skinner 的名言“如果我们将学过的东西忘得一干二净时,最后剩下的东西就是教育的本质了”。很好解释了这个问题。所谓“剩下的东西”,其实就是自学的能力,也就是举一反三或无师自通的能力。大学不是“职业培训班”,而是一个让学生适应社会,适应不同工作岗位的平台。在大学期间,学习专业知识固然重要,但更重要的还是要学习独立思考的方法,培养举一反三的能力,只有这样,大学毕业生才能适应瞬息万变的未来世界。中国与西方国家教育相比,不论是学习、工作还是生活,大学生们最缺乏的是独立思考的能力,因为他们很少独立思考和独立决策。

上中学时,老师会一次又一次重复每一课里的关键内容。但进了大学以后,老师只会充当引路人的角色,学生必须自主地学习、探索和实践。走上工作岗位后,自学能力就显得更为重要了。自学能力必须在大学期间开始培养。许多同学总是抱怨老师教得不好,懂得不多,学校的课程安排也不合理。但其实大学生不应该只会跟在老师的身后亦步亦趋,而



应当主动走在老师的前面。例如,大学老师在一个课时里通常要涵盖课本中几十页的信息内容,仅仅通过课堂听讲是无法把所有知识学通、学透的。最好的学习方法是在老师讲课之前就把课本中的相关问题琢磨清楚,然后在课堂上对照老师的讲解弥补自己在理解和认识上的不足之处。

中学生在学习知识时更多的是追求“记住”知识,而大学生就应当要求自己“理解”知识并善于提出问题。对每一个知识点,都应当多问几个“为什么”。一旦真正理解了理论或方法的来龙去脉,大家就能举一反三地学习其他知识,解决其他问题,甚至达到无师自通的境界。事实上,很多问题都有不同的思路或观察角度。在学习知识或解决问题时,不要总是死守一种思维模式,不要让自己成为课本或经验的奴隶。只有在学习中敢于创新,善于从全新的角度出发思考问题,学生潜在的思考能力、创造能力和学习能力才能被真正激发出来。

大学生应当充分利用学校里的人才资源,从各种渠道吸收知识和方法。如果遇到好的老师,你可以主动向他们请教,或者请他们推荐一些课外的参考读物。除了资深的教授以外,大学中的青年教师乃至自己的同班同学都是很好的知识来源和学习伙伴。每个人对问题的理解和认识都不尽相同,只有互帮互学,大家才能共同进步。其实大学的老师在大学期间并不一定教给你多少专业知识,而是给你指明大方向,让你分享他的经验,并教你做人的方法。他没有时间也没有必要指导你学习具体的专业知识。你在大学期间积累的专业知识应该都是通过自学获得的。刚入学时,你可以请教最基本的知识内容,课余时间你应主动与同学探讨、切磋。“三人行必有我师”,大学生的周围到处是良师益友。只要珍惜这些难得的机会,大胆发问,经常切磋,我们就能学到最有用的知识和方法。

大学生应该充分利用图书馆和互联网,培养独立学习和研究的本领,为适应今后的工作或进一步的深造做准备。首先,除了学习老师规定的课程以外,大学生一定要学会查找书籍和文献,以便接触更广泛的知识 and 研究成果。例如,当我们在一门课上发现了自己感兴趣的课题,就应当积极去图书馆查阅相关文献,了解这个课题的来龙去脉和目前的研究动态。熟练和充分地使用图书馆资源,这是大学生特别是那些有志于科学研究的大学生的必备技能之一。在书本之外,互联网也是一个巨大的资源库,大学生们可以借助搜索引擎在网上查找各类信息。但很多同学其实并没有很好地掌握互联网的搜索技巧,有时他们提出的问题只要在搜索引擎中简单检索一下,就能轻易找到答案。还有些同学很容易相信网



上的谣言,而不会利用搜索引擎自己查考、求证。除了搜索引擎以外,网上还有许多网站和社区也是很好的学习园地。

## 2. 学习基础知识

中国学生的一大优势是扎实的基础知识,如数学、物理等。但是,最近几年,同学们在目睹了很多速成的例子(如丁磊、陈天桥等)之后,也迫切希望能驶上成功的快车道。这渐渐形成了一种追求速成的浮躁风气。有许多大学生梦想在毕业后就立即能做“经理”、“老板”,还有许多大学生入学时直接选择了“管理”专业,因为他们认为从这样的专业毕业后马上就可以成为企业的管理者。可不少学生进入了管理专业后,才发现自己对本专业的学习毫无兴趣。其实,管理专业和其他专业一样,都是传授基础知识和基本方法的地方,没有哪个专业可以保证学生在毕业时就能走上领导岗位。无论同学们所学的是哪个专业,大学毕业才是个人事业的真正开始。想做企业领导或想做管理工作的同学也必须从基层做起,必须首先在人品方面学会做人,在学业方面打好基础。

如果说大学是一个学习和进步的平台,那么,这个平台的地基就是大学里的基础课程。在大学期间,同学们一定要学好基础知识,其中包括高等数学、英语、计算机的使用,以及本专业要求的基础课程(如结构力学、识图与构造、测量学等课程)。在科技发展日新月异的今天,应用领域里很多看似高深的技术在几年后就会被新的技术或工具取代。只有对基础知识的学习才可以受用终身。另一方面,如果没有打下好的基础,大学生们也很难真正理解应用技术。

数学是理工科学生必备的基础。很多学生在高中时认为数学是最难学的,到了大学里,一旦发现本专业对数学的要求不高,就会彻底放松对数学知识的学习,而且他们看不出数学知识有什么现实的应用或就业前景。但大家不要忘记,绝大多数理工科专业的知识体系都建立在数学的基石之上。同时,数学也是人类经过几千年积累的智慧结晶,学习数学知识可以培养和训练人的思维能力。学习数学要知道自己为什么学习数学,要从学习数学的过程中掌握认知和思考的方法。

二十一世纪里最重要的沟通工具就是英语。有些同学在大学里只为了考过四级、六级而学习英语,有的同学仅仅把英语当做一种求职必备的技能来学习,甚至还有人认为学习和使用英语等于崇洋媚外。其实,学习英语的根本目的是为了掌握一种重要的学习和沟通工具。在未来的几十年里,世界上最全面的新闻内容,最先进的思想和最高深的



技术,以及大多数知识分子间的交流都将用英语进行。因此,除非你甘心做一个与国际脱节的人,否则英语学习是至关重要的。中国正在走向世界,中国需要学习西方的先进思想和先进科学技术,学好英语才是真正的爱国。

信息时代已经到来,大学生在信息科学与信息技术方面的素养也已成为他们进入社会的必备基础之一。虽然不是每个大学生都需要懂得计算机原理和编程知识,但所有大学生都应能熟练地使用计算机、互联网、办公软件和搜索引擎,都应能熟练地在网上浏览信息和查找专业知识。在二十一世纪里,使用计算机和网络就像使用纸和笔一样是人人必备的基本功。不学好计算机,你就无法快捷全面地获得自己需要的知识或信息。

最后,每个特定的专业也有它自己的基础课程。以计算机专业为例,许多大学生只热衷于学习最新的语言、技术、平台、标准和工具,因为很多公司在招聘时都会要求这些方面的基础或经验。这些新技术虽然应该学习,但计算机基础课程的学习更为重要,因为语言 and 平台的发展日新月异,但只要学好基础课程(如数据结构、算法、编译原理、计算机原理、数据库原理等)就可以万变不离其宗。有位同学生动地把这些基础课程比拟为计算机专业的内功,而把新的语言、技术、平台、标准和工具比拟为外功。那些只懂得追求时髦的学生最终只知道些招式的皮毛,而没有内功的积累,他们是不可能成为真正的高手的。

虽然我一向鼓励大家追寻自己的兴趣,但在这里仍需强调,生活中有些事情即便不感兴趣也是必须要做的。例如,打好基础,学好数学、英语和计算机的使用就是这一类必须做的事情。如果你对数学、英语和计算机有兴趣,那你是幸运儿,可以享受学习的乐趣;但就算你没有兴趣,你也必须把这些基础打好。打基础是苦功夫,不愿吃苦是不能修得正果的。

### 3. 学习实践贯通

上高中时,许多学生会向老师提出“这些知识为什么学?有什么用?”的问题,通常,老师给出的答案都是“不准问”。进入大学后,这些问题的答案应该是“不准不问”。在大学里,同学们应该懂得每一个学科的知识、理论、方法与具体的实践、应用如何结合起来,尤其是工科的学生更是如此。

有一句关于实践的谚语是这样说的:“我听到的会忘掉,我看到的能记住,我做过的才真正明白。”无论学习何种专业、何种课程,如果能在学习中努力实践,做到融会贯通,我们就可以更深入地理解知识体系,可以牢牢地记住学过的知识。因此,我建议同学们多选些与实践相关的专业课。实践时,最好是几个同学合作,这样,既可经过实践理解专业知识,



也可以学会如何与人合作,培养团队精神。如果有机会在老师手下做些实际的项目,或者走出校门打工,只要不影响课业,这些做法都是值得鼓励的,可以带来许多培训和实践的机会。

#### 4. 学习培养兴趣

快乐和兴趣是一个人成功的关键。如果你对某个领域充满激情,你就有可能在该领域中发挥自己所有的潜力,甚至为它而废寝忘食。这时候,你已经不是为了成功而学习,而是为了“享受”而学习。

那如何找到自己的兴趣呢?首先要客观地评估和寻找自己的兴趣所在:不要把社会、家人或朋友认可和看重的事当做自己的爱好;不要以为有趣的事就是自己的兴趣所在,而是要亲身体验它并用自己的头脑做出判断;不要以为有兴趣的事情就可以成为自己的职业,例如,喜欢玩网络游戏并不代表你会喜欢或有能力开发网络游戏;不要以为有兴趣就意味着自己有这方面的天赋,不过,你可以尽量寻找天赋和兴趣的最佳结合点,例如,如果你对数学有天赋但又喜欢计算机专业,那么你完全可以做计算机理论方面的研究工作。最好的寻找兴趣点的方法是开拓自己的视野,接触众多的领域。唯有接触你才能尝试,唯有尝试你才能找到自己的最爱。而大学正是这样一个可以让你接触并尝试众多领域的独一无二的场所。因此,大学生应当更好地把握在校时间,充分利用学校的资源,通过使用图书馆资源、旁听课程、搜索网络、听讲座、打工、参加社团活动、与朋友交流、使用电子邮件和电子论坛等不同方式接触更多的领域、更多的工作类型和更多的专家学者。通过开阔视野和接触尝试,如果你发现了自己真正的兴趣爱好,这时就可以去尝试转系的可能性,尝试课外学习、选修或旁听相关课程;你也可以去找一些打工或假期实习的机会,进一步理解相关行业的工作性质。其实,专科本科读什么专业并不能完全决定毕业后的工作方向,大学期间的学习过程培养的是你的学习能力,只要具备了这种能力,即使从事的是全新的工作,你也能在边做边学的过程中获取足够的知识和经验。

除了“选你所爱”,大家也不妨试试“爱你所选”。有些同学后悔自己在入学时选错了专业,以至于对所学的专业缺乏兴趣,没有学习动力;有些同学则因为追寻兴趣而“走火入魔”,毕业后才发现荒废了本专业的课程;另一些同学因为在学习上遇到了困难或对本专业抱有偏见,就以兴趣为借口,不愿意面对自己的专业。这些做法都是不正确的。在大学中,转系可能并不容易,所以,大家首先应尽力试着把本专业读好,并在学习过程中



逐渐培养自己对本专业的兴趣。此外,一个专业里可能有很多不同的领域,也许你对专业里的某一个领域会有兴趣。现在,有很多专业发展了交叉学科,两个专业的结合往往是新的增长点。因此,只要多接触、多尝试,你也许就会碰到自己真正感兴趣的方向。“数字笔”的发明人王坚博士在微软亚洲研究院负责用户界面的研究,可是谁又能想到他从本科到博士所学的都是心理学专业,而用户界面又正是计算机和心理学专业的最佳结合点。另一方面,就算你毕业后要从事其他的行业,你依然可以把自己的专业读好,这同样能成为你在新行业中的优势。例如,有一位同学不喜欢读工科,想毕业后进入服务业发展,我就建议他先把工科读好,将来可以在服务业中以精通技术作为自己的特长。

人生的路很长,每个人都可以有很多不同的兴趣爱好。在追寻兴趣之外,更重要的是要找寻自己终身不变的志向。有一本书的作者曾访问了几百个成功者,问他们有哪件事是他们今天已经懂得,但在年轻时却留下了遗憾的事情。在受访者的回答中,最多的一种是:“希望在年轻时就有前辈告诉我、鼓励我去追寻自己的理想和志向”。相比之下,兴趣固然关键,但志向更为重要。因此,大家不必把某种兴趣当做自己最后的目标,也不必把任何一种兴趣的发展道路完全切断,在志向的指引下,不同的兴趣完全可以平行发展,实在必要时再做出最佳的抉择。志向就像罗盘,兴趣就像风帆,两者相辅相成、缺一不可,它们可以让你驶向理想的港湾。

#### 5. 学习积极主动

许多的学生希望我直接帮他们做出决定,甚至仅在简短的几句自我介绍后就直接对我说:“只是你能告诉我,我该怎么做”。难道一个陌生人会比你更知道自己该怎么做吗?这种被动的思维方式是从小在中国的教育环境中培养出来的。被动的人总是习惯性地认为他们现在的境况是他人和环境造成的,如果别人不指点,环境不改变,自己就只有消极地生活下去。持有这种态度的人,事业还没有开始,自己就已经被击败,我从来没见过这样消极的人可以取得持续的成功。

因此,从大学的第一天开始,你就必须从被动转向主动,你必须成为自己未来的主人,你必须积极地管理自己的学业和将来的事业,理由很简单:因为没有人比你更在乎你自己的工作与生活。许多同学到了大四才开始做人生和职业规划,而一个主动的学生应该从进入大学时就开始规划自己的未来。积极主动的第一步是要有积极的态度。积极规划自己的人生目标,追寻兴趣并尝试新的知识和领域。纳粹德国某集中营的一位幸存者维克托·



弗兰克尔曾说过：“在任何特定的环境中，人们还有一种最后的自由，就是选择自己的态度。”

积极主动的第二步是对自己的一切负责，勇敢面对人生。不要把不确定的或困难的事情一味搁置起来。比如说，有些同学认为英语重要，但学校不考试就不学英语；或者，有些同学觉得自己需要参加社团磨炼人际关系，但是因为害羞就不积极报名。但是，我们必须认识到，不去解决也是一种解决，不做决定也是一个决定，这样的解决和决定将使你面前的机会丧失殆尽。对于这种消极、胆怯的作风，你终有一天会付出代价的。

积极主动的第三步是要做好充分的准备：事事用心，事事尽力，不要等机遇上门；要把握住机遇，创造机遇。中国科技大学校长朱清时院士在大三时被分配到青海省做铸造工人。但他不像其他同学那样放弃学习，整天打扑克、喝酒。他依然终日钻研数理化和英语。六年后，中国科学院要在青海做一个重要的项目，这时朱校长就脱颖而出，开始了他辉煌的事业。很多人可能说他运气好，被分配到缺乏人才的青海省，才有这机会。但是，如果没有努力学习，也无法抓住这个机遇。所以，做好充分的准备，当机遇来临时，你才能抓住它。

积极主动的第四步是“以终为始”，积极地规划大学四年。任何规划都将成为你某个阶段的终点，也将成为你下一个阶段的起点，而你的志向和兴趣将为你提供方向和动力。如果不知道自己的志向和兴趣，你应该马上做一个发掘志向和兴趣的计划；如果毕业后想进入某个公司工作，你应该收集该公司的招聘广告，以便和你自己的履历对比，看自己还欠缺哪些经验。只要认真制定、管理、评估和调整自己的人生规划，你就会离你自己的目标越来越近。

## 6. 学习掌控时间

除了积极主动的态度，大学生还要学会安排自己的时间，管理自己的事务。有位同学是这么描述大学生活的：“大学和高中相比似乎没有什么太大的区别，每天依旧是学习，每次考试后依旧是担心考试成绩，不同的只是大学里上网的时间和睡觉的时间多了很多，压力也小了很多。”这位同学并不明白，“时间多了很多”正是大学与高中之间巨大的差别。时间多了，就需要自己安排时间、计划时间、管理时间。安排时间除了做一个时间表外，更重要的是“事分轻重缓急”。在《高效能人士的七个习惯》一书中，作者史蒂芬·柯维提出，“重要事”和“紧急事”的差别是人们浪费时间的最大理由之一。因为人的惯性是先做最紧急的事，但这么做会导致一些重要的事被荒废掉。例如，我认为这篇文章



里谈到的各种学习都是“重要的”，但它们不见得都是老师布置的必修课业，采纳我的建议的同学们依然会因为考试、交作业等紧急的事情而荒废了打好基础、学习做人等重要的事情。因此，每天管理时间的一种好方法是，早上确定今天要做的紧急事和重要事，睡前回顾一下，这一天有没有做到两者的平衡。每个人都有许多“紧急事”和“重要事”，想把每件事都做到最好是不切实际的。建议大家把“必须做的事”和“尽量做的事”分开。必须做的事要做到最好，但尽量做的事尽力而为即可。建议大家用良好的态度和宽广的胸怀接受那些你暂时不能改变的事情，多关注那些你能够改变的事情。此外，还要注意生物钟的运行规律，按时作息，劳逸结合，这样才能在学习时有最好的状态。

### 7. 学习为人处事

很多大学生入校时都是第一次离开父母，离开自己生长的环境。进入校园开始集体生活后，如何与同学、朋友以及社团的同事相处就成为了大学生学习内容的一部分。大学是大家最后一次可以在相对宽松的环境中学习、培养、训练如何与人相处的机会。在未来，人们在社会里、在工作中与人相处的能力会变得越来越重要，甚至超过了工作本身。所以，大学生要好好把握机会，培养自己的交流意识和团队精神。“人际交往能力不够强，人际圈子不够广，但又没有什么特长可以引起大家的注意，在社团里也不知道怎么和其他人有效地建立联系。”这是一些大学生在人际交往方面经常遇到的困惑。对于如何在大学期间提高人际交往能力的建议是：

第一，以诚待人，以责人之心责己、以恕己之心恕人。对别人要抱着诚挚、宽容的胸襟，对自己要怀着自我批评、有过必改的态度。与人交往时，你怎样对待别人，别人也会怎样对待你。这就好比照镜子一样，你自己的表情和态度，可以从他人对你流露出的表情和态度中一览无遗。你若以诚待人，别人也会以诚待你。你若敌视别人，别人也会敌视你。最真挚的友情和最难解的仇恨都是由这种“反射”原理逐步造成的。因此，当你想修正别人时，你应该先修正自己。你想别人怎么对你，你就应该怎么对人。你想他人理解你，你就要首先理解他人。

第二，培养真正的友情。如果能做到第一点，很多大学时的朋友就会成为你一辈子的知己。在一起求学和寻求自身发展的道路上，这样的友谊弥足珍贵。交朋友时，不要只去找与你性情相近或只会附和你的人做朋友。好朋友有很多种：乐观的朋友、智慧的朋友、脚踏实地的朋友、幽默风趣的朋友、激励你上进的朋友、提升你能力的朋友、帮你了解自己的



朋友、对你说实话的朋友等等。此外,大学时谈恋爱也可以教你如何照顾别人,增进同情心和自控力,但恋爱这件事要随缘,不必为了谈恋爱而谈恋爱。

第三,学习团队精神和沟通能力。社团是微观的社会,参与社团是步入社会前最好的磨炼。在社团中,可以培养团队合作的能力和领导才能,也可以发挥你的专业特长。但更重要的是,你要做一个诚心诚意的服务者和志愿者,或在担任学生工作主动扮演同学和老师之间沟通桥梁的角色,并以此锻炼自己的沟通能力,为同学们和老师服务。这样的学习过程也不会很轻松,挫折是肯定有的,但是不要灰心,大学社团里的人际交往是一种不用“付学费”的学习,犯了错误也可以重新来过。

第四,从周围的人身上学习。在班级里、社团中,多观察周围的同学,特别是那些你觉得交往能力和沟通能力特别强的同学,看他们是如何与人相处的。比如,看他们如何处理交往中的冲突、如何说服他人和影响他人、如何发挥自己的合作和协调能力、如何表达对他人尊重和真诚、如何表示赞许或反对、如何在不冒犯他人的情况下充分展示个性等等。通过观察和模仿,你渐渐地会发现,自己的人际交往能力会有意想不到的改进。在学校里,每一个朋友都可以成为你的良师,他们的热心、幽默、机智、博学、正直、沟通、礼貌等品德都可以成为你的学习对象。同时那些你不喜欢的人和事也可以为你敲响警钟,警告你千万不要做那样的人和事。当然,你也应当慷慨地帮助每一个朋友,试着做他们的良师和模范。

第五,提高自身修养和人格魅力。如果觉得没有特长、没有爱好可能会成为自己人际交往能力提高的一个障碍,那么,你可以有意识地去选择和培养一些兴趣爱好。共同的兴趣和爱好也是你与朋友建立深厚感情的途径之一。很多在事业上有所建树的人都不是只会闭门苦读的书呆子,他们大多都有自己的兴趣和爱好。业余爱好不仅是人际交往的一种方式,还可以让大家发掘出自己在读书以外的潜能。例如,体育锻炼既可以发挥你的运动潜能,也可以培养你的团队合作精神。如果真的没有什么兴趣爱好,那么,多读些好书丰富自己的知识也可以改进自己的人际交往能力,因为没有什么比智慧和渊博更能体现一个人的人格魅力了。



## 第二章 高中与大学阶段的不同

### 引言:经典语录(娱乐版)

高中里喜欢你的人会冲你笑，  
大学里讨厌你的人会冲你笑；  
高中里几句话就是哥们，下次一起玩就会叫你，  
大学里几句话就算认识，下次要帮忙就会找你；  
高中里男生有了矛盾会打架，和了之后还是好朋友，  
大学里男生有了矛盾会沉默，崩了之后朋友没的做；  
高中里女生之间要好可以好到连上厕所都一起去，  
大学里表面和你好到一起上厕所的女生你不一定知道她心里想的是什么；  
高中里漂亮女生就是凭实力，  
大学里漂亮女生一半是画出来的；  
高中里每天课很多，但仍然有时间做自己喜欢的事情，  
大学里每天课不多，但总要做一些自己不喜欢的事情；  
高中里教室一下课很热闹，  
大学里教室一下课很沉闷；  
高中里大家不在乎当不当干部，  
大学里一堆人挺把当官当回事；  
高中里生活圈子小，朋友圈子大，  
大学里生活圈子大，朋友圈子小；  
高中里大家心胸很开阔，一点事过去就过去了，



大学里有人心胸不开阔,为一点小事生半天气;  
高中里朋友之间嘴上很不客气,其实好的要死,  
大学里朋友之间嘴上特别客气,其实未必多好;  
高中里觉得现在开放的孩子真多,  
大学里发现这代人传统的也不少;  
高中里有特长的人受欢迎,  
大学里没有人真正受欢迎;  
高中里对任何事大家会给出自己的第一反应,  
大学里对任何事大家会隐藏自己的第一反应;  
高中里别人会正面回答你的问题,  
大学里别人会迂回回答你的问题;  
高中里玩学生会的人大学都不玩学生会了,  
大学里玩学生会的人中学没机会玩学生会;  
高中里喝酒是因为开心,  
大学里喝酒是因为不开心;  
高中里谈恋爱希望让别人知道,  
大学里谈恋爱不希望让别人知道;  
高中里大家没什么钱,但并不寒酸,  
大学里大家宽裕一些,但整天哭穷。

## 第一节 大学与高中生活方面的不同

进入大学后,每位大一的同学都会把大学与高中进行比较,自然生出许多观点,每个人心目中的大学也千姿百态,我们只探讨如何通过通过对大学与高中不同的辨别来更好地适应大学生活,主要从生活与学习两方面进行了解,本节内容是大学与高中生活的不同。

### 一、生活方式的不同

高中生活是以家庭为主;大学生活是以集体为主。在高中时代,虽然很累,但是很快



乐。每个同学总是在父母的呵护下成长,不用考虑吃什么、穿什么,只要学习就行。天冷了妈妈会叫我们加衣服,下雨了妈妈会为我们送雨伞,那种感觉真好,很幸福。到了大学,我们必须自己照顾好自己,没有人会给我们送雨伞,也不会有人会叫我们加衣服,一切都得靠自己。上高中时多数同学住在家里,即使是住校的同学,大家都被紧张的学习安排所控制,每个月也能回家,生活上的事不用太操心,与人的沟通能力并不重要。上大学就不行了,同学们远离父母,过着集体生活,回家的次数每年不过几次,一切问题都要自己进行处理。与同学关系处理得好坏,直接影响到同学们的生活,有时还可能导致问题影响学习。所以,与人沟通能力的锻炼就显得尤为重要。在大学,宿舍就是我们的家,通常是4~8个人住一间,生活上常常需要处理好与室友的关系。有时候你会发现与室友在一起生活会很有意思,而毕业后最难忘的回忆就是和室友一起生活的时光了。由于远离家乡与亲人,因此生活上的事都得由你自己来解决,不过热情的室友会在你需要帮助的时候伸出援助之手的。大学生活一开始时觉得蛮新鲜的,每个人都很喜欢跟别人交流,不会像高中那样,到了毕业才发现原来自己跟某人形如“陌生人”。不过有时也会对这种活跃交流感到疲惫,比如入学不久就开始有人串门,而且人数越来越多,有时影响休息。但是由于同学之间并没有过多的利益冲突,大学同学还是很好相处的。

## 二、成长阶段的不同

在高中,同学们是未成年人,未成年人在民法上限制行为能力人,涉及到法律上的事情,有的可以不负责任,所以许多同学不计后果地犯错,最多由父母出面就可以解决。在大学,同学们是成年人。上大学以后同学们的年龄一般在18岁以上,从民法上讲已是完全民事行为能力人,自己独立对自己的行为负全责,所以一些同学得到了冲动的惩罚,有些错误甚至影响到学业。每个学校每年都会发生打架斗殴、伤害事件,当事人都会受到学校处理,特别是一些局外人,因为同学感情或讲究义气,不分青红皂白,拔刀相助,往往害了同学还搭上自己。同学们要认识到这一点,尽快提高自己的素质,为自己的行为负责。

## 三、感情阶段的不同

进入大学,学生一般在20岁左右,已过青春期,这和高中青春期对异性的朦胧感以及繁重学习任务对感情生活的扼杀相比,大学相对宽松、自由的环境,成为培植爱情之花最肥



沃的土地。大学生恋爱一直是大学校园的热门话题。恋爱关系处理得当、正确,可以成为学习和事业的催化剂,使人学习努力、成绩上升;恋爱关系处理得不当,可能分散精力、浪费时间、情绪波动、成绩下降。因此,了解大学生的恋爱观,并且树立正确的恋爱观是十分有必要的。

大学生谈恋爱,我们应该怎样看待?我认为爱情对于大学生来说是可以尝试的,但不是必须尝试的,只是奢侈品而非是必需品,所以我们大学生不应该强求爱情,但同时也不反对爱情,毕竟大学的恋爱是最纯真的,处理好的话也是人生最美的记忆。

目前大学生谈恋爱存在的问题有:

第一,缺乏责任感。当代大学生的恋爱是简单的、快速的。社会在快节奏地生活,大学生的恋爱也开始简单化,在思想上没有了以前固有的“审时度势”,女孩子们也没有了以前的“矜持”,当感觉还可以,不怎么讨厌的时候,便开始了恋情,根本不考虑未来。

第二,片面化。当代大学生谈恋爱时,往往考虑的问题都比较片面,只考虑两个人在一起时的事情,如何让彼此的感情得到升华,而没有考虑到家庭、社会、周围事物的影响。往往在乎爱情的过程而不考虑结果,把爱情与婚姻相脱离。在一时的冲动下,不顾及后果和影响。

第三,浪漫化。当代大学生恋爱更多注重的是感情上的愉悦,追求现实的快乐感,在两个人交往期间,往往把每个节日排成了时刻表,互相送礼物是稀疏平常的事情。在校园里,经常看到男生跪拜在女友的前边,红色的鲜花数量及求爱的方式让人触目惊心。在情人节及恋人生日的时候则是劳师动众地大摆宴席、精心准备让对方感觉到惊喜。以上问题如果不正视会产生很严重的后果。一味地爱情至上,一切以爱情为中心,整天忙于花前月下,卿卿我我,甚至连吃饭睡觉都没时间。于是,厌学、早退、旷课现象增多,甚至造成多门课不及格,不能顺利毕业,耽误了自己的美好前程,令人痛心。也有的大学生社会阅历浅,心理承受能力较弱,而且期望值高,容易冲动。一旦失恋,往往造成爱情悲剧。伤害对方的有之、自杀的有之、精神分裂的有之、厌恶俗世而破罐破摔的有之。那么我们该怎样树立正确的恋爱观呢?

### 1. 提倡理性的爱情

一般情况下,异性感情的发展是沿着朋友—好朋友—知己—恋人这一线索发展的,当一个男性成为一个女生心中任何人都不能代替的角色时,爱情就可能降临。在分享快乐和