

认识大学



学习目标

1. 了解什么是大学，明确大学的功能和职能。
2. 了解高中与大学的区别，知晓大学新生刚入校时出现的心理不适。
3. 适应大学生活，力争做一名合格的大学生。



本章导读

告别中学时代，迈入大学校门，人生的历程又翻开了新的一页，人生的道路也从此进入新的阶段。大学是莘莘学子魂牵梦绕的地方，是实现人生理想的地方。面对崭新的学习生活环境，学生既会充满好奇和兴奋，也会遇到一些新的困难。尽快适应大学新的生活，为今后的健康成长打下良好的基础，是刚进入大学的学生面临的首要问题。



情境导入

1999年，海南省东方市的考生陈崇济以835分的高分考入清华大学电子工程学院，成为东方市有史以来考入清华的第一人。该消息传回家乡后，东方市为其举办了盛大的庆祝活动，市长亲自为他颁发了1000港币作为奖励。但是陈崇济正式开始大学生活后，发现校园里强手如林，感觉自己像个丑小鸭一样，体现不出任何优势。这样的生活让他不能很快适应，并产生自卑心理，成绩一落千丈。

进入大学后，一些学生原有的优势已不复存在，这种状态变化和心理落差使学生出现自我评价紊乱，容易产生自卑心理。因此，面对这样的现实，充分了解大学的性质，适应大学的学习生活和重新定位自己是每个大学新生面临的最重要的问题。

第一节 关于大学

大学之“大”，因有“大家”而谓大；大学之“大”，因有“大师”而谓大；大学因有馆藏丰富的图书馆、设备先进的教学大楼和浓郁的校园文化氛围而谓大；大学因对知识探究的高深与博大而谓大；大学有“大学生”而谓大。

一、大学的定义

不同的书籍对大学有不同的定义。总的来说，大学是指提供教学、研究条件和被授权颁发学位的高等教育机关，分为综合大学、专科大学或学院。它选拔具有高中以上学历者进行教育和培训，并以考试考核的方式检验其所学知识和技能。

人们习惯把大学、学院、高等专科学校、职业技术学院统称为大学。针对具体命名，国家也有相关规定。

称为“大学”的，必须符合以下规定：①实施本科及本科以上学历教育，主要培养本科及本科以上学历的人才。②在社会科学、人文科学、理科、工科、农科、医药、商科（工商管理）七大学科门类中，至少拥有3个以上门类的主要学科，每个主要学科门类至少设有3个以上相关本科专业，这些主要学科的专业数不低于所设专业总数的2/3，本科专业总数应在20个以上。③具有较强的教学、科学研究力量和较高的教学、科学研究水平。专职教师队伍中，具有研究生学历者一般应达到50%，具有高级专业技术职务（不包括兼职者）的教职员工一般应当在400人左右，其中具有正高级专业技术职务的教职员工一般应当在100人左右。一般应设有若干国家级或省部级重点实验室或重点学科。④全日制本科以上学历在校生规模应在8000人以上。

称为“学院”的，必须符合以下规定：①主要培养本科及本科以上专门人才；②在社会科学、人文科学、理科、工科、农科、医药、商科（工商管理）七大学科门类中，以一个学科为主要学科；③全日制在校学生规模在4500人以上，但艺术、体育及其他特殊科类或有特殊需要的学院，经国务院教育行政部门批准，可以不受此限。

称为“高等专科学校”的，必须符合以下规定：①培养师范、医学、工业、农业、商业等专科层次的专门人才；②全日制在校学生规模在2000人以上。

称为“职业技术学院”的，必须符合以下规定：①主要培养高等专科层次的应用型专门人才；②以职业技术教育为主；③全日制在校生规模在2000人以上，但位于边远地区、民办或特殊类别的职业技术学院，经省、自治区、直辖市人民政府批准，可以不受此限。

知识链接

什么是大学？蔡元培如是说：“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职，不应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。”

大学“大”在哪里？北京师范大学教育学院国际与比较教育研究所副教授刘宝存先生说：“大学何以称之为‘大’学？大学应该怎样为自己定位？中国高校正在进行改革，要摒除旧的理念，树立新的理念。新世纪的大学既要坚守大学的象牙塔精神，以探求真理为宗旨；又要关注社会现实，为社会发展服务。新世纪的大学，应是一个具有共同的理念和目标的统一的有机体，而不应是具有若干个灵魂、若干个目标、若干个权力中心、若干种顾客、若干种职能的集合体和大杂烩。”



课堂讨论

大学是什么？进入大学后，我们应该做些什么？

二、大学的功能

从大学的本质来看，大学的功能主要包括文化功能、批判功能、经济功能。

对社会和思想文化进行理性的批判是知识分子的基本品质，批判功能显然也是大学的基本功能。大学总是以一种自由的精神，追求真理，批判社会，承担社会使命。大学的批判功能具有双向指向，它可以向内释放，作用于大学自身；也可以向外释放，作用于社会。向内释放时，表现为高等学校在人才培养、学术管理等方面对既有模式的继承与超越；向外释放，则表现为大学对反省与引导社会的责任的承担。

chapter 01

chapter 02

chapter 03

chapter 04

chapter 05

chapter 06

chapter 07

chapter 08

随着社会的进步的经济的飞速发展，科技在生产和经济发展中的巨大推动作用越来越突显。大学最终还是接受了应用性科学研究，不再只进行纯粹的学理研究，而且最终发展为由大学亲自投身社会进行多样化的服务实践，具有了经济功能的特征。主要表现为两方面：一是大学通过为社会培养高素质的人才和在各方面发挥作用的劳动者，间接参与社会发展，为社会服务。作为知识的生产者和传播者，大学必须为建立新的社会秩序、极大地满足社会和人们对知识的需要提供服务。二是大学将自己的科研成果（基础性的科研成果与应用性的科研成果）主动运用于社会，利用科研的优势，直接、间接参与社会的经济活动，为社会创造财富价值。

从思想意义与精神价值来看，任何一个国家和民族，都会要求它的大学最坚定地秉持文化功能与批判功能，这也几乎是所有一流大学的最重要的使命。但同时，我们也意识到，大学作为现代社会特有的一种文化现象，它的模式不应该是单一的，应该有不同类型的大学，因而，它所坚守的功能也就会有侧重。更多的大学是为了适应社会发展，尤其是社会经济、文化事业的发展而创办的，直接服务社会。为社会经济文化的发展做出贡献，就是这些大学创办的基本宗旨。显然，这类的大学就更多地重视大学的经济功能。也正是这种类型的大学的存在与发挥作用，大学的现实意义才能得到前所未有的彰显，社会创办大学的热情才会前所未有的高涨。

三、大学的职能

培养人才，发展科技，服务社会，是目前较为公认的大学的三项职能。当然，大学是一个集合概念，具体到不同高校，它们的职能内涵及职能关系是有差异的。大学承担着培养高素质人才、发展高科技、提供高水平服务的重任。

（一）培养高素质人才的职能

大学培养人才的职能无法替代，但其职能内涵却是常变常新，集中体现在培养什么样的人才和怎样培养人才。现代社会处于经济全球化、社会知识化、文化多元化、信息网络化的时代，它与农业时代和工业时代最大的区别在于捷变性和复杂性。科学技术更新的周期越来越短，科技成果转化为现实生产力的速度越来越快，产业结构和职业结构的调整越来越频繁。同时，科学技术呈现出分化与综合并行的整体化发展态势，科技、经济、政治、文化的相互制约、相互作用不断增强，社会系统的复杂性越来越高。面对捷变性和复杂性的时代特征，无论是株守一隅的专才还是博而不精的通才，都难有大的作为，唯有全才方能左右逢源、应付自如。这里所谓的全才，不是无所不知、无所不能的“巨人”，而是全面发展的高素质人才。联合国教科文组织国际21世纪教育委员会在《教育——财富蕴藏其中》的报告中对21世纪人才提出了四个要求——“学会认知、学会做事、学会共同生活、学会生存”，认为这四项基本要求是人生的支柱，教育应当围绕它们加以组织。“四学会”的高素质人才已经超越了知识多少的范畴，超越了专才与通才的对峙，凭借“四会”在一定时期内可以由专变通、由通变专，甚至改行转业。

大学既是培养高学历人才的场所，更是培养高素质人才的基地。近年来，哈佛大学明确提出要培养国家的领袖人物。麻省理工学院正在从培养具有科学背景的工作

程师转向培养具有全球经济背景的工程师，使之成为企业经理和跨国公司的总经理。清华大学的决策者认为，利用清华大学的资源不仅可以培养出一流的工程师，还可以培养一大批声播四海的学术大师。今日的高素质人才经过实践的磨砺，将成为明日各行各业的创造性人才。

传统的教学方式培养不出高素质人才，只有让学生成为主动的学习者和研究者，通过探究式学习和跨学科培养，通过教学、研究与社会实践相结合，并不断提高结合的程度，才能使學生实现从学习已知到探索未知、创造未来的跨越，逐步成长为高素质创造性人才。这就要求大学面向高素质人才培养的需要，冲破学科框框、院系本位的狭隘利益束缚，消除跨学科教学与研究传统组织结构障碍。信息科技的突飞猛进为此提供了技术支持。它一方面使远程教育和学习化社会逐步成为现实，极大地丰富了大学培养人才职能的实现形式；另一方面也为大学师生关系和教学方式的革命性变革提供了可能：技术给学生提供了更大的指导自己学习的可能，技术也使教师有了从信息的提供者真正转换成引导者的可能。

（二）发展高科技的职能

发展科技职能主要体现在大学的科学研究中。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。大学素以基础研究为强项，以增进知识为目的。传统上，科学和技术是分家的，科学属于学者，技术归属工匠。直到19世纪中叶，科学和技术基本上互不搭界。这也难怪洪堡时代的大学研究仅仅热衷于纯学术研究，不讲功利。然而，当代高科技的发展，一方面打破了科学和技术之间的严格界限，涌现出一批知识高度密集、学科高度综合、科学和技术融合的高科技领域，如信息科学技术、生命科学技术、新材料科学技术等；另一方面，由于高科技成果巨大的潜在经济价值，市场竞争十分激烈，时间效益特别突出，因而也大大缩短了科技成果转化的时间。科学、技术、经济的发展特点和内在联系，要求高层次大学的科学研究跨越学科之间的界限，跨越科学和技术之间的界限，甚至跨越大学和企业之间的界限。发展高科技，实现产业化，高层次大学责无旁贷，应当在新经济的发展中扮演知识创造的中心、知识企业的孵化器、高新技术的辐射源和高新技术开发区的智力支柱等多重角色。

20世纪50年代以后陆续出现的各国高科技园区，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）提供高水平服务的职能

培养人才，发展科技，其实都是为社会服务的，只不过是它们的服务方式相对间接而已。大学利用人才、设备、信息等资源，直接为经济、政治、科技、文化等

chapter
01chapter
02chapter
03chapter
04chapter
05chapter
06chapter
07chapter
08

发展服务，是大学人尽其才、物尽其用、融入社会的进一步体现。大学作为教学中心和科研中心，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。大学服务社会职能的实现主要是以教学和研究活动为基础，但其服务内容却日益丰富，不断拓展，现今主要有继续教育服务、决策咨询服务、社会批判与监督、科技推广服务、科技培训服务、资源共享服务、兴办知识企业等。在上述种种服务中，高层次大学特别在为地区与国家重大决策提供咨询，兴办知识企业，带动地区高科技园区发展等方面，起到了中坚作用。随着社会服务内容的复杂化和综合化，社会服务形式也出现了多样化、高级化的趋势。除了教师个人到校外兼任顾问、创办公司等形式外，越来越多的是以学校为单位与企业、地区开展全面合作，更为高级的形式是建立产学研较为固定的联合体，更好地实现大学服务社会职能。大学服务社会职能的发展，拉近了学校与社会的距离，加强了学校与社会的联系，学校在为社会服务的同时也为自身的发展赢得了更为广阔的空间。

深入思考

大学的功能和职能有何区别？

第二节 适应大学生活

“天才不是生下来就是天才。”换个角度看，学生并不是一进入大学校门就是一个合格的学生，需要有一个适应的过程。当汽车转弯时，一些不能把握平衡的人会从车上摔下来，为了避免摔下车，就必须提前做好准备。从中学到大学的过渡，必将面临这些新的变化，很多人可能没有那么快适应。只有在思想和行为上适应环境的变化，才能更快地融入大学生生活。

一、高中和大学的区别

1. 高中解决的问题是单一的，大学解决的问题是多样的

高中阶段要解决的主要问题就是考上大学。在高中阶段只要学习成绩好，就算好学生，考上大学就算完成任务。而大学教育要解决的问题具有多样性。上大学首先面临的问题是适应大学生活，学会与同学和老师相处；接下来要面对的问题就是对本专业是否有兴趣，如果对本专业没有兴趣，就要寻找新的专业，重新设计自己的道路。在大学期间遇到的问题还包括认识自己、规划自己的职业生涯等，所以大学需要解决的问题与高中时比起来更为多样。

2. 高中的学习内容是有限的，大学的学习内容是无限的

高中的学习内容有限，一个高中生用3~5年时间就能把高中的课程学完。而大学的学习内容是无限的，不仅要求学生具备扎实的理论基础，还要有广阔的知识面和较强的动手能力。除学好本专业的知识外，还要大量地掌握相关专业的知识。例如，要想学好经济学，仅仅对经济学有所了解是远远不够的，还要了解文史知识，并掌握各种研究方法。

3. 高中时在竞争中处于绝对优势，大学时在竞争中处于相对优势

大学生在高中时学习成绩是优秀的，是其他学生学习的榜样。但是进入大学后，特别是进入人才济济的重点大学，所有的学生都站在同一起跑线上竞争，高中的学习优势已不复存在。另外，有的学生在工作方面表现得特别优秀，有的在文体方面特别优秀，有的动手能力强……在激烈的竞争中，学生原有的优势都被弱化，具有的只是相对优势。面临这种现状，及时调整心态就显得更为重要了。

4. 高中学习是被动的，大学学习安排应该是主动的

高中学习总体上来说是被动的，学生基本上是根据教师的安排一步步地学习。而大学则要求学生主动学习，“读万卷书，行万里路”，把理论与现实相结合，不断提高自己分析问题和解决问题的能力。没有主动学习的精神，想要在学业上取得成就是不可能的。

5. 高中生活是以家庭生活为主，大学生活是以集体生活为主

上高中时，大部分学生住在家里，即使是住校学生，每个月也至少能回家一次，可以从父母那里得到更多的关爱，生活上的事不用太操心，与人的沟通能力显得并不重要。上大学后，学生就要远离父母，过起集体生活，一切问题都要自己处理。与同学关系处理得好坏，直接影响到日常生活中的情绪。所以，与人沟通能力的培养就显得尤为重要。

6. 高中生一般是未成年人，大学生一般是成年人

读高中时，学生还是未成年人，是限制行为能力人，涉及法律的事情，有的可以不负责任。但大学生一般都是成年人，要对自己的行为负全责。

总的来说，大学的学习是自主的。这样的学习环境很容易造就一个人，也很可能让一个人颓废，要看个人的自制力。大学是社会的缩影，因此在大学期间最主要的任务不仅仅是学习文化知识，还要学习社会知识。如今，学历只是求职路上的一块敲门砖，真正要在社会上生存并且做出自己的事业，社会能力是必不可少的。

二、大学新生的心理不适

大学新生在适应环境的过程中可能出现的主要问题如下。

（一）自我评价失调

虽然近些年来高校持续扩招，但是大学生在全国同龄人中依然是少数。一般情况下，能够进入大学的学生在高中阶段的学习成绩较好，受到教师和同学的特别关

chapter
01chapter
02chapter
03chapter
04chapter
05chapter
06chapter
07chapter
08

注。但是，进入大学后，由于大家都曾有过辉煌的过往，水平都差不多，很难体现出特别的优势。地位的变化和心理的落差可能会导致新生对自我的评价失调，甚至产生自卑情绪。

（二）孤独感产生

由于新生来自不同的地域及环境，相互之间还不了解，性格、习惯、想法各不相同，加之独生子女的沟通能力相对较弱，普遍具有不善于包容别人的特点，容易产生一些矛盾。这样一来，就会产生孤独感，甚至觉得大学还不如高中，自己原来有那么多的好朋友，如今却没有可以推心置腹的同学。产生这种心理的主要原因还是大学新生还没有度过“磨合期”，还未能真正融入到大学生活中。一旦度过这个时期，大学生就不会再有孤独感。

（三）独立与依赖相随

大学新生与高中生相比，独立意识更强一些，强烈要求社会承认他们的成人资格。同时，大学生生活中很多事情需要他们独立处理，无形之中又进一步强化了他们的独立意识。他们经常用批判的眼光看待周围事物，不轻易被动地接受他人的“灌输”；要求独立自主地处理各种问题，不愿受到来自社会和他人的束缚和制约等。大学新生普遍十分强烈地要求社会把他们当作成人来看待。然而大学新生追求独立的成人意识，在学习和生活中往往表现出矛盾的两方面。一方面，独立意识增强使大学新生从上大学那天起就表现出心理“断乳”的强烈愿望，不愿随波逐流，在思想言行的各方面都表现出极大的独立性，这对大学新生的学习、生活和成长无疑是有好处的。另一方面，个人独立意识的无限度地增强，就成为扭曲的独立意识，可能导致过分相信自己的能力，妄自尊大，以“成人”自居，不乐意接受来自家庭、学校、社会的批评教育，甚至表现出情绪上的对抗。一旦这种缺乏基础的、盲目的自信受到打击或其“独立性”受到挑战时，当事人就易于感到沮丧、自卑，或对人、对事采取不负责任的态度，或退缩到依赖他人的状态。与此同时，大学生身上表现出的依赖性也是十分明显的。因为他们没有独立的经济地位，仍需要依赖家庭供养。少年时期形成的依赖习惯不可能随着升学而完全消除，不少大学新生面对陌生或复杂的环境时，往往缺乏信心，难以作出决断，如报考大学、选择专业都听从父母的意见。有的大学生缺乏应有的自理能力，不能合理地安排自己的生活，经济开支没有计划，月初大手大脚，月末捉襟见肘。

（四）求知与厌学共存

大学学习具有研究和探索的性质，这不仅表现在大学生要完成学年论文、毕业论文和毕业设计方面，而且也表现在所学的课程内容上。大学生的学习不单是掌握知识，而且要掌握科学知识的形成过程、科学的研究方法，了解各学科存在的问题及其解决的可能性。一方面，大学生由于抽象思维能力的发展，在大学这种充满学术研究气氛的特殊环境的影响下，逐渐萌生一种重新组合已学知识，以新的角度解释已学知识的创新冲动，从而具有强烈的求知欲望和成才动机，不论是自然知识还是社会知识，凡是感觉新奇的都想知道，凡是觉得有兴趣的就渴望尝试。

另一方面，由于高考前的学习压力巨大，不少大学新生对学习产生了一种厌倦情

绪，迷失了求学的方向，难以重新找到学习的动力支点，因而产生了对学习的乏力和无能，经常询问自己：“为什么要读大学？我在大学能学些什么？我最应该学的是什么？”同时，大学环境与中学环境有巨大反差，入学不久的大学生必定要花时间和精力去适应新环境，表现在学习方面就是注意力分散，不再像中学时那样专注。这本身无所谓好坏，但是如果不能正确地分配自己的时间和精力，那么，这部分大学新生必然会贻误学习的大好时光。一位资深的博士生导师认为，大学生应该学的是一种“思维”，一种研究知识的内容、框架以及相互之间联系的“思维”，一种运用自己的知识去解决现实生活问题的“思维”，而不只是记住一些概念、名词。

三、适应大学的生活学习及人际关系

大学时代，是年轻人发现自我、重塑自我的重要阶段。新生步入大学，突然面对陌生的一切，出现不适应心理是可以理解的，也是在所难免的。可以说，这是整个大学最困难的时期。如果不采取措施及时进行心理调节，尽快建立新的生活模式，心理不适应就会积累而由量变到质变，产生心理危机，影响以后的大学生活。因此，大学生应积极面对问题，调整自己，适应大学生活。

（一）适应大学的日常生活

1. 学会打理日常生活

学会准时起床、运动，学会自己整理床铺、收拾房间，学会自己洗衣服，学会照料自己。在实践的过程中，最好能够和同学进行交流，相互影响，相互促进，共同提高。

2. 学会理财

新生入学后，很多家长会把一个学期的生活费一次性打到银行卡里。学生一下子拿到这么多的钱，缺乏统筹性的安排，又没有父母的督促，导致盲目、冲动消费，甚至出现“经济危机”。因此，大学生应树立理财观念，要考虑在生活中，哪些开支是必需的，哪些开支是完全不必要的，哪些是可有可无的。钱要花在刀刃上，要避免不必要的消费。此外，还要根据父母的经济能力来安排自己的日常消费。

3. 培养良好的生活习惯

大学生精力旺盛，又处于长身体、长知识的阶段，良好的生活习惯是顺利、成功度过大学阶段的重要基础。为了达到保持身心健康的目的，从一进大学起，就应培养良好的生活习惯，并防止不良生活习惯的形成。例如，要合理地安排作息时间，养成早睡早起的习惯；要进行适当的体育锻炼和文娱活动；要保证合理的营养供应，养成良好、科学的饮食习惯；还要改正或防止吸烟、酗酒、沉迷电子游戏等不良的生活习惯。

（二）适应大学的学习

1. 自觉主动地学习

变被动式学习为主动式学习是适应大学学习方式的关键环节。大学学习的特点在于专业性强，学生自由支配的时间较多，因而需要较强的计划能力、自学能力、

chapter
01chapter
02chapter
03chapter
04chapter
05chapter
06chapter
07chapter
08

自制能力和自主性。大学里有开放的图书馆、教师资源和学术讲座，为学生提供了开放的学习环境。部分新生认为，大学上课真舒服，老师不检查作业，不用上自习，真轻松。许多学生从高中紧张的学习中一下子松懈下来，把更多的时间放在享受安逸的生活上，而不是学习上。其实，大学学习的内涵是多方面的、高水平的。学生不仅可以学到各种专业知识，也可以学到专业以外的知识，还可以拓宽知识面，培养自己的语言表达、文学、科研等诸方面的能力。但是，这些都需要学生自己主动、自觉地学习。

2. 学会探索性学习

中学时死记硬背的学习方法在大学已经不适用了，因为大学培养的是对知识的运用能力及对技能的掌握，所以要学会运用大学的学习方式学习。例如，可以请专家教授辅导，请高年级学习优秀的同学传授学习经验和方法。另外，要找到适合自己的学习方法。人们的认知方式是不一样的，学习同样的学习内容所采取的学习方法也应有所区别。只有找到适合自己思维方式的学习方法，学习才能事半功倍。

3. 培养自学能力

大学学业的成功，除了靠勤奋刻苦，更要靠良好的学习方法和自学能力。“学会学习”是21世纪人才的首要能力，大学生自主学习能力将经历从“不会”到“学会”，再到“会学”三个不同质量层次。21世纪的教育特征就是学习终身化，学习将伴随人的一生。自学能力是能力结构的高级阶段，获得自学能力，将终身受益。

4. 尽快树立新的学习目标

新生入学后，应尽快树立新的学习目标，做好学习生涯规划。例如，每个人在大学的学习目标，有的学生可能想继续深造，有的学生可能是找一份好工作，有的学生可能就是混张文凭等。无论是哪一个目标，大学生都要根据自己的实际情况，认真地给自己定好位置，并制定一份详细的学习生涯规划，要善于将大而不具体的目标划分成小而精确、详细的目标。只有这样，才能体会大学生活和学习中的成就感和充实感。



案例精选

陈雨欣是某财经大学的大一新生，为了避免大学毕业后就业时走弯路，她根据自己所掌握的职业规划知识对自己的大学生活进行了规划。

首先，进行自我评估。根据他人的评价和各种测验，陈雨欣发现自己是一个较为外向开朗的人，她对社会经济问题感兴趣，擅长分析，对数字很敏感，语言表达能力强。弱点是气势压人，不够合作；考虑问题深度不够，文字表达能力欠佳。

其次，确定短期和长期目标。陈雨欣的长远目标是毕业后进入国际知名管理顾问公司；短期目标是加强对文字表达能力和沟通能力的培养，保持英语表达流畅；专业学习上有所成果。

最后，制订行动计划，大体如下。

一年级目标：初步了解与专业有关的职业，提高人际沟通能力。主要内容有：①与师哥师姐进行交流，询问就业情况；②参加学校活动，提高交流技巧；③学习计算机知识，辅助自己的学习。

二年级目标：提高基本素质。主要的内容有：①通过参加学生会或社团等组织，锻炼自己的各种能力，同时检验自己的知识技能；②主动尝试兼职、社会实践活动，并具有坚持性；③提高自己的责任感、主动性和受挫能力；④提高英语口语能力及计算机应用能力。

三年级目标：提高求职技能，搜集公司信息。主要的内容有：①撰写专业学术文章，提出自己的见解；②参加和专业有关的暑期工作，和同学交流求职工作心得体会；③学习写简历、求职信；④了解搜集工作信息的渠道，并积极尝试。

四年级目标：申请工作，成功就业。主要的内容是对前三年的准备做出总结。然后，开始毕业后工作的申请，积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备。积极利用学校提供的条件，了解就业指导中心提供的用人单位资料信息，强化求职技巧，进行模拟面试等训练，尽可能地在做出较为充分准备的情况下进行施展演练。

分析：学生可以根据自己的情况设计自己的大学生涯规划，在拟好规划后，还要提醒自己，在具体实施中可能会遇到困难，如社会经济衰退、生病、环境突然发生变化等。此时，需要等待，或者寻求其他方法，或改变自己的设想来适应社会需求。

（三）适应大学的人际关系

1. 尊重差异，求同存异

大学新生彼此之间是陌生的，有新鲜感和好奇心。因此，刚开始时大家通常都有礼貌、谦虚、宽容、相互关心、相互体谅。随着相处时间的增多，彼此的了解日益全面，不仅能发现他人的许多长处，同时也会发现对方的缺点和不足。当他人的言行举止不符合自己的要求时，要学会求同存异，承认各人有各人的生活习惯和价值观念，不要以个人好恶作为标准，更不要把自己的标准强加于人，也不要将新朋友与中学时代的好朋友相比较。不妨换个角度想问题：“别人是如何看待我的‘异样’的？”这样就能更好地理解、尊重别人。针锋相对、寸步不让，只会把事情弄得更僵。当然，如果他人的行为确实妨碍了自己，也不必委曲求全，况且有时候人们并不知道自己的行为伤害了其他人，一味忍让只会使自己内心更痛苦而别人却浑然不知，这时，应委婉地提出意见。此外，还可以适当调节自己的生活方式。

2. 保持开阔的心胸，积极与同学交往

交往的心理和行为是受根本态度支配的，与他人交往的正确态度应是以诚待人，这能使他人产生安全感；讲信用，这能使人感受到一种受尊重感；对人宽容豁达，这会使人产生一种报答感。在平时的生活中，做到三主动：主动与同学打招呼、主动与同学讲话、主动帮助别人。在帮助别人的时候，不要过于计较别人能不能、会不会报答自己。

chapter
01chapter
02chapter
03chapter
04chapter
05chapter
06chapter
07chapter
08

3. 掌握人际交往的基本技能

人际间良好关系的建立离不开良好的人际沟通，良好的人际沟通是开启人与人之间心灵沟通的钥匙，是化解人们之间误解和冲突的宝剑，是增进人与人之间感情的润滑剂。新生孤独苦闷感的产生常常与不会同他人交往、不能及时建立新的友谊有关。

可以从以下几个方面学习人际交往的技能：主动与人交往，这既能加强相互之间的了解，增进感情交流，也可避免猜疑和误会；真诚地赞赏他人，使他人感受到自己的价值并对赞扬者心生感激和好感；乐于助人，从物质或精神上给人以帮助，这可迅速缩短与他人之间的距离，使亲密关系较快地建立起来。与他人交往，要注意把握好交往的尺度，学习与人交谈的方式，注意倾听对方的讲话，注意交往细节。在向他人提意见的时候，必须动脑筋，讲究方法和技巧，如不当着众人的面向他人提意见，以免使对方难堪、丢面子。

4. 适应新的师生关系

在中学，教师与学生几乎是朝夕相处的，教师与学生之间的沟通、交流的频率和质量都非常高。教师和学生之间不仅有学习上的交流，而且有生活上的沟通。大学教师通常是上完课就走，学生想找教师请教专业知识问题有时都很难找到。有的教师，除上课外，还担任领导职务或承担科研任务，因此他们的时间非常的宝贵。所以，如果学生不能主动与教师沟通和交流，教师可能会认为学生没有这方面的要求。为此，要学会通过多渠道主动与教师交流与合作，不仅可以通过面对面的方式，还可以通过网络、电话、书信等。

小贴士

对于大学新生来说，要做到“四要”和“四不要”。“四要”：一要学，二要玩，三要观察，四要勤思考。“四不要”：一不要妄自尊大，二不要锋芒毕露，三不要勾心斗角，四不要为情所困。



案例精选

小平是某大学大一的学生，她在上大学之前没有集体生活的经验，生活中的一切均由父母料理，初高中时的学习成绩很好，老师很喜欢她，父母也很高兴。可上大学后这些优势都不复存在，她周围的同学都是以高分考入大学的，自己在其中并不拔尖。在学习和生活的压力之下，小平感觉自己处处不如人。与她同寝室的还有三位能说会道的东北同学。她没有和其他三位同学相似的生活背景，聊天的时候总也插不进话。她感到很孤独，很寂寞，觉得自己万分的痛苦，快要发疯了。她甚至都有了退学的想法。

分析：大学新生进入大学，面临着一个全新的环境，出现不适应的情况是

很正常的。关键在于，用什么样的心态和行为来适应这种变化。首先，要从培养自己独立生活的能力开始；其次，要了解大学的学习方式，主动去适应它；再次，用乐观向上的心态和积极主动的行动来与周围的同学交际。做到这几点，就可以度过快乐的大学生活。

四、做一名合格的大学生

想要成为一名合格的大学生，要实现五个转变。

（一）转变社会角色

大学生与中学生担任的社会角色不同。在中学时，学生的主要任务是学习，面临的压力是升学。在学校有教师严格管理，在家有家长督促，自由的空间较少，很少担心生活上的事情。但到了大学后，自由空间较多，学习自由，生活自由，言论自由。但往往这种自由让很多学生无所适从，因为习惯了中学的生活方式，饮食起居都养成了比较固定的习惯，一下子没人管理没人约束让自己感觉很迷茫，不知道如何应对。因此，大一新生应该明确一种观念：大学只是为自己的学习、生活提供了一个平台，没有人要求和强迫自己做什么，一切都靠自觉。另外，大学生都是成年人，必须对自己说的话、做的事负责，不像中学那样有家长和老师的保护。要做好这些，最好的方式就是多与辅导员老师和学长进行交流，从他们那里获得经验。

（二）转变奋斗目标

大学生应从高中的成败得失中走出来。大学主要培养学生的综合素质，不像高中那样看重学习成绩，它强调多方面素质的综合发展。专业知识扎实、思想成熟、心理素质良好、人际关系良好、知识丰富的大学生才是社会需要的大学生。我们应该做的是利用一切资源不断充实自己，如课后多向教师请教，提高专业知识水平；多参加学校活动，拓展自己的兴趣提高工作能力和人际交往能力；多去图书馆查阅资料，丰富自己的课外知识等。另外，大学校园中强手云集，大学生很容易产生嫉妒、攀比、自卑等心理，陷入误区。各人的教育背景不同，家庭背景不同，自然存在方方面面的差异。我们应该清楚自己的优势和劣势，看到自己的进步和待改善之处。我们应该按照自己的计划去奋斗，而不是为了和别人攀比而去奋斗。

（三）转变思维方式

与中学相比，大学的生活节奏快，活动空间大，结交的人多，面对这些环境条件的变化，大学新生在思维方式要做到由“非成人化”向“成人化”转变，力求对自己负责。因为大学从某种意义上说是人生的转折点，这几年时间把握住了，对今后的事业、婚姻、人生的发展都会有很大的帮助。我们在思考与处理所遇到的问题时，力求做到辩证全面而不要唯心片面；要远见务实而不要目光短浅，对人生重大问题的决策要深思熟虑，三思而后行，不要盲目冲动或感情用事；要加强道德和法

chapter
01chapter
02chapter
03chapter
04chapter
05chapter
06chapter
07chapter
08

制观念，做事要考虑后果。

（四）转变生活方式

在中学时，生活琐事可以依靠父母亲友的帮助解决，进入大学后，衣食住行等个人生活都由自己处理安排，自主、自立、自律是大学生活的主旋律。大学生应适应生活方式的变化，自主而合理地处理好个人的学习和生活问题，培养独立生活的能力；自觉遵守学校的规章制度和作息时间，养成良好的生活习惯；积极参加学校、班级组织的文体和第二课堂活动。

（五）转变交往方式

大学生与中学生的来源不同。中学生大多在家乡就读，同学间充满乡音乡情，而大学生来自全国各地，语言、个性、生活习惯有较大差异。这就要求交往方式要有所转变。要改善自己的人际交往能力，首先，要做到相互了解，相互适应，主动交往；其次，同学间要相互尊重，相互关心，为人要诚恳热情，待人宽律己严，大事讲原则，小事讲风格；再次，与同学交往要坚持与人为善，进行全方位交往，而不要有老乡观念，搞宗派、拉帮结伙等，注意人际关系的和谐性。



案例精选

小刚是刚入学的大学生。进入大学以来，他一直觉得周围的人都不喜欢他，都对他不满。虽然自己也刚进入大学不久，但是小刚总抱怨说现在的大学生思想特别不成熟，行为举止幼稚，特别是自己身边的同学，俨然就是中学生的生活状态，这让他非常看不惯。有次上完某老师的课，室友回来纷纷抱怨该老师照本宣科，课堂枯燥无味，以后有机会就旷课。小刚打断大家，说：“学习靠自己，你们这样是给自己懒惰找借口。”寝室的气氛顿时僵住了。去食堂打饭，小刚看见炒的蔬菜色泽不好，大声嚷嚷：“这菜喂猪还差不多！”刚巧同班两位女同学正在打这种菜，她俩回过头狠狠地丢下两个白眼。全班去郊游，班委提前商量方案，大家想去风景区，可小刚认为此时风景区确实没有风景，力争要把活动地点安排在附近儿童福利院，结果讨论会不欢而散，郊游还是去了风景区，大家却没有通知小刚。小刚一再表明，他说的都是真话、大实话，为什么现在的人不能理解呢？

分析：小刚的主要问题是在人际交往中太过以自我为中心。他都是从自我的角度思考行为的合理性，明显缺乏换位思考。如果小刚在思考和解决他所面临的问题时能正确地归因，从他人的角度去反思其行为的不合理性，那么他就不会再有这种困惑了。

深入思考

如何成为一名合格的大学生？

本章小结

关于大学是什么，不同的书籍有不同的定义。总的来说，大学是指提供教学、研究条件和授权颁发学位的高等教育机关，分为综合大学、专科大学或学院。从大学的本质来看，大学的功能应该主要体现在文化功能、批判功能、经济功能这三个方面。在职能方面，培养人才、发展科技、服务社会，是目前较为公认的大学的三项职能。大学是有别于高中的，高中解决的问题是单一的，大学解决的问题是多样的；高中的学习内容是有限的；大学的学习内容是无限的；大学生在高中时，在竞争中处于绝对优势，而在大学，在竞争中则处于相对优势；高中学习是被动的；大学学习安排应该是主动的；高中生活是以家庭生活为主，大学生活是以集体生活为主。大学新生也会出现一些心理不适，如自我评价失调、孤独感产生、独立与依赖相随、求知与厌学共存。大学生应努力适应大学生活、大学学习和大学的人际交往，转变社会角色、奋斗目标、思维方式、生活方式以及交往方式。



课堂讨论

1. 你上大学的目的是什么？
2. 你努力学习的目的是什么？
3. 远离家人，你如何照顾好自己？
4. 做一份正确的自我检视和规划。



教学检测

1. 与周围的同学交流，了解大家对大学生活的计划。
2. 对周围同学进行调查，了解他们进入大学的心理不适，判断是否符合所学内容。如有其他情况，试做补充。



拓展阅读：大学精神

大学精神是大学自身存在和发展中形成的具有独特气质的精神形式的文明成果，它是科学精神的时代标志和具体凝聚，是整个人类社会文明的高级形式。面临知识经济的机遇和挑战，建设大学精神不仅是高等教育自身发展的需要，同时也是社会进步的需要。大学精神的本质特征概括为创造精神、批判精神和社会关怀精神。

1. 大学精神的内容
 - (1) 创造精神

创造精神是大学精神的价值所在，是大学在社会有机体中保证自身地位的根本生命力。文化只能通过传递方式继承并发展下去。教育从一开始就成为传递和保留

chapter
01chapter
02chapter
03chapter
04chapter
05chapter
06chapter
07chapter
08

人类文化的重要手段。爱因斯坦正是在这个意义上理解学校的：“学校向来是把传统的财富从一代传到下一代的最重要的手段。”与过去相比，这种情况更加适用于今天。

由于经济现代化的作用，传统的教育传递者——家庭的地位已经削弱。因此，比起以前，人类社会的延续和健康要在更高程度上依靠学校。大学教育通过确定教育内容，对人类文化进行选择；对人类文化进行整理。通过更新教育观念，更新人们的价值观念，更新人们的价值取向，改变思维方式，实现文化的再生。

从威廉·冯·洪堡提出的教学与科研相统一的原则看，科学研究成为大学的一个基本职能，现在大学的科研成果的多少也就是标志着大学对社会的贡献的大小。如果把大学为社会培养的创造性人才称为高素质的劳动者，那么，大学的科研成果则是对社会生产力的又一直接贡献，二者共同构成了大学的生产力与生命力的标志。“斯坦福精神”之所以被世人称道，关键在于斯坦福大学拥有众多的诺贝尔奖及全美科学奖的获得者，拥有把科学研究转化为生产力的硅谷效应。

大学是以人才培养为己任的，而创造性恰恰是人才的核心特质。曾任哈佛大学校长40年之久的查尔斯·艾略特认为，大学文化最有价值的成果是使学生具有开放的头脑、经过训练而谨慎的思考态度、谦恭的行为，掌握哲学研究方法，全面了解前人积累的思想。爱因斯坦更直接地认为，“学校的目标应该是培养有独立行动和独立思考的个人，不过他们要把社会服务看作自己人生的最高目的”，“一个由没有个人独创性和个人志愿的规格统一的个人所组成的社会，是一个没有发展可能的不幸的社会”。

另一方面，大学也创造社会理想，并把这些理想传递给社会成员，通过人们的实践，使理想变成现实的文化实体。社会理想是社会需要的具体反映，这种需要是反映社会发展规律并以社会发展规律为基础的。由于在文化积累方面的特殊优势，知识分子，特别是集中在大学校园里的知识分子比其他社会成员更能认识社会发展规律。有了对社会规律的认识，就能够提出符合社会发展规律的社会理想。

(2) 批判精神

与社会其他结构相比，大学具有自身的优势。具体表现在以下方面。

1) 知识聚集的场所。大学是继承传统科技文化遗产，不断创造新科技文化的场所，聚集了古今中外各种知识，具有很强的知识容量。

2) 思想观念和学术思潮的交汇处。大学生产生新思想，包容新观念。在这里，不同的学术观念可以并存，不同的思想可以通过学术交流相互影响，具有良好的争鸣传统。

3) 追求理想的永恒特性。从欧洲中世纪早期的大学开始，就有了自治的传统，并以传播知识和研究学问为最高理想，相对超越于社会现实。大学的批判精神首先表现为大学教师在教学和科研过程中能够以科学的态度对待传统与现实，否定非科学的内容，破除迷信与保守主义，建立科学的知识体系。可以这样说，大学的教学与科研发展史就是科学史重要过程的展开史，是一个肯定与否定相结合的扬弃过程。

4) 大学批判精神的另一方面是对社会现实的理性反思和价值构建。进入技术时代后，技术性淡化了人性，使人失去了对他人的热情和敏感，结果，人性变成了技

术的牺牲品。同时,人性又屈服于技术,把技术崇拜为神。科学与人文分离的结果就两个极端而言,出现了两种畸形人,一种是只懂技术而灵魂苍白的“空心人”,一种是不懂技术、奢谈人文的“边缘人”。现实社会改变这种“技术毒害”是无力的,而大学教育者,特别是人文社会科学教育却将其作为应有的内容。

早在20世纪初,西方一些著名的大学就注意克服这种片面性,探索科技与人文的汇通之路。哈佛大学的学生在一、二年级开设“通识课程”,广泛涉及人文、社会和自然科学的各个方面。麻省理工学院的工科学生要学占总课时22%左右的人文课程。我国现行被一再呼吁的人性教育、全人教育、通识教育、道德教育、心理教育等无不是针对技术对人的异化进行批判的结果。

5) 批判精神的最后一个方面是大学知识群体对政府决策的参谋和建议。科学决策是政府决策的关键,但是由于决策者自身素质的限制,做到科学决策并不容易,所以要倾听专家意见,请专家参与决策成为决策机制中的一环。专家之所以成为专家,就是因为他们职业所特有的对问题的科学态度和客观的批判精神。

(3) 社会关怀精神

高等教育是社会发展的必然产物,社会需要是第一推动力。在工业化、信息化的社会里,大学已经被越来越深入地卷进社会机器的运转之中。关注现实、服务社会成为高校的第三职能,高等教育通过科学研究直接转化为社会第一生产力——科学技术;通过人才培养,为社会提供生产力中最活跃的因素——高质量的人力资源。

社会关怀精神还表现在大学对社会精神文明的参与和建设。除了在生产力方面对社会的贡献外,大学通过直接的人文社会科学的研究和宣传为社会提供精神产品,包括哲学研究、文学创作与批判、思想道德建设等。知识分子在提炼和批判社会生活的同时,又把各种精神产品投资到社会,为社会主义建设提供直接的内容。

2. 大学精神的表现

(1) 自觉的学术精神

大学是研究高深学问的地方,大学应有的品位是“真正培养出一些智慧的才具,培养出一些有骨头、有广博知识,同时又有影响力的知识分子”(李敖语)。自1816年洪堡创建柏林大学开始,学术开始进入大学的殿堂,科研在大学生活中占据着越来越重要的地位,崇高的学术声望已成为知名大学的“通行证”。大学教师不仅仅教书育人,也必须是一个研究者,因为他们面对的是“成熟、独立和精神已有所追求的年轻人,大学生不应单纯地接受知识,更应以探索学问为己任”。叶恭绰在做交通大学校长时的一次演讲中曾告诫师生:“诸君皆学问中人,请先言学问之事……尝以为诸君修学当以三为难衡:第一,研究学术,当以学术本身为前提以达于学术独立境界……夫学术之事,自有其精神与范围,非以外力逼迫而得善果者……”曾任清华大学校长的梅贻琦说:“大学者非谓有大楼之谓也,有大师之谓也。”大师,素以孜孜不倦地探究学问为特质,故而,大学之高深、大学之涵阔、大学的发展均在于有探究学术的精神。

(2) 永恒的道德精神

大学是社会道德与理性的凝聚之所,具有高雅的文化品位和卓尔不群的气质,能够出淤泥而不染,并孜孜以追求自己的理想。大学不仅以自身纯洁的德性潜移默化地影响着社会,更以积极的姿态投入到改造社会、重塑德性的潮流中,成为社会

chapter
01chapter
02chapter
03chapter
04chapter
05chapter
06chapter
07chapter
08

德性的捍卫者与提升者，领导着社会德性的发展方向。尤其在时代的变迁中，大学的道德精神就更为彰显。浙江大学校长竺可桢在战时西迁途中对学生说：“乱世道德堕落，历史上均是，但大学犹如海上灯塔，吾人不能于此时降落道德标准。切记：异日逢有作弊机会是否能涅而不缁、磨而不磷，此乃现代教育试金石也。”大学的道德精神源于大学人总体的道德精神，毋庸讳言，大学人是社会中应该最有德性和理性的一族。正由于他们的存在，才铸成了大学精神，才使大学成为海上的灯塔，指引着社会向着更美好的地方前进。

（3）敏锐的时代精神

每个国家，当其变得具有影响力时，都趋向于在所处的世界上发展居领导地位的智力机构。希腊、意大利、法国、西班牙、英国、德国，以及现在的美国都是如此。伟大的大学是在历史上伟大政治实体的伟大时期发展起来的。今天，教育与一个国家的质量更加不可分割（Clark Ker. 大学的功用. 陈学飞，等译. 南昌：江西教育出版社，1993：63.）。无论中西，伟大的大学必定是领时代先锋的，否则将不会有克拉克笔下的强国。从中世纪大学的兴起到现代大学的发展这一历史演变轨迹可以看出，大学无疑是时代的产物，并代表着最进步的时代精神，驱动着社会向前发展。弗莱克斯纳的话一针见血：“大学不是某个时代一般社会组织之外的东西，而是在社会组织之内的东西……它不是与世隔绝的东西、历史的东西、尽可能不屈服于某种新的压力的东西。恰恰相反，它是……时代的表现，并对当时和将来都产生影响。（Abraham Flexne. 大学：美国、英国、法国. 伦敦：牛津大学出版社，1930：3.）。大学，作为时代的智者，能够预见并感应到社会潮流的前奏，而成为推动社会潮流的先行者，使社会潮流之声最终成为时代的最强者。大学正是紧紧扣住了时代的脉搏，才赢得了自身的持续发展和地位的逐渐提高。