



21世纪高等学校立体化精品教材

# 大学生综合素养—— 蜕变，成长的教育

主 编 彭 兰 柯 龙

副主编 吕澜希

参 编 肖 倩 冷水红 梁明琼 植浩杰

周昌彬 唐 敏 王静思 刘 旭

何佳为

## 内 容 简 介

本系列教材共五册,本册主题为“蜕变,成长的教育”,其内容从广阔的文化背景出发,打破狭窄的专业知识的界限,围绕着基础知识、形象管理、心理健康、能力提升和职场启蒙五个方面展开,融汇了社会学、哲学、心理学、教育学等各类学科知识,系统地阐述了综合素养的基本内容。本书内容有撑起自我保护伞;人际关系的潜在影响力;走向独立,拥抱成长;自我反思;沟通;看入人里,看出人外;合作——人生的必修课;走进记忆力之门;和时间做朋友;微笑社交礼为先;将心比心,换位思考;积极的心态像太阳;洞察消费的根源;亚当与他的肋骨;你需要掌握的快速阅读;用规范的普通话;一手好字的重要性。

## 图书在版编目(CIP)数据

大学生综合素养:蜕变,成长的教育/彭兰,柯龙主编.  
—哈尔滨:哈尔滨工程大学出版社,2019.8(2020.8重印)  
ISBN 978-7-5661-2435-7

I. 大… II. ①彭… ②柯… III. 大学生—素质教育—  
高等学校—教材 IV. G640

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2019)第 181677 号

责任编辑 于险波

封面设计 易 帅

---

出版发行 哈尔滨工程大学出版社  
地 址 哈尔滨市南岗区南通大街 145 号  
邮政编码 150001  
发行电话 0451-82519328  
传 真 0451-82519699  
印 刷 河北祥浩印刷有限公司  
开 本 787mm×1 092mm 1/16  
印 张 15  
字 数 345 千字  
版 次 2019 年 8 月第 1 版  
印 次 2020 年 8 月第 2 次印刷  
定 价 42.00 元

<http://www.hrbeupress.com>

E-mail:heupress@hrbeu.edu.cn

---

“素质冰山”理论认为，个体的素质就像水中漂浮的一座冰山，水上部分的知识、技能仅代表表层的特征，不能区分实质优劣；水下部分的动机、特质、态度、责任心才是决定人的行为的关键因素，由此鉴别优秀者和一般者。大学生的综合素养也可以看成是一座冰山：冰山浮在水面以上的体积只有整体的1/8，它代表你的形象、资质、职业行为和职业技能等方面，是人们看得见、显性的素养，这些可以通过各种学历证书、职业证书来证明，或者通过专业考试来验证；而冰山隐藏在水面以下的部分占整个体积的7/8，它代表你的认知、道德、职业作风和职业态度等方面，是人们看不见、隐性的素养。显性素养和隐性素养共同构成了所应具备的综合素养。由此可见，大部分的素养是人们看不见的，但正是这7/8的隐性素养决定、支撑着外在的显性素养，显性素养是隐性素养的外在表现，因此综合素养的培养应该着眼于整座“冰山”，并以培养显性素养为基础，重点培养隐性素养。

亲爱的同学们，在大学生活中，你们将遇到来自五湖四海的同学，会学到更多、更深层次的知识，会开启更加精彩的人生。“青春虚度无所成，白首衔悲亦何及。”当今时代，知识更新不断加快，社会分工日益细化，新技术、新模式、新业态层出不穷。不论是成就自己的人生理想，还是担当时代的神圣使命，青年都要珍惜韶华、不负青春，努力学习，掌握科学知识，提高内外素养，使自己的思维方式、眼界视野、思想观念、认识水平跟上时代的发展。

为此，我们编写了本系列教材，希望各位同学在学习的过程中能够真正有所领悟，将综合素养融入为人处世思想和行为中，为以后的生活奠定坚实的基础，为将来的事业提供有力的支持。

本系列教材共分五册，主题分别为“蜕变，成长的教育”“启航，打造自己的亮点”“奋斗，我们在路上”“理想，在这里放飞”“职场，你准备好了吗”。内容从广阔的文化背景出发，打破狭窄的专业知识界限，围绕着基础知识、形象管理、心理健康、能力提升和职场启蒙五个方面展开，融汇了社会学、哲学、心理学、教育学等各类学科知识，系统地阐述了综合素养的基本内容。只要同学们用心去学习、去体会感悟，必然能够有所收获。最后，祝愿各位同学能够学有所获，在将来的职业生涯中有所作为。

**编 者**

2019年5月

**第一章 撑起自我保护伞**

案例背景 .....	1
案例思考 .....	1
本章导读 .....	2
第一节 大学生面临的安全形势 .....	2
第二节 大学生常见安全问题及 如何进行自我保护 .....	3

**第二章 人际关系的潜在影响力**

案例背景 .....	17
案例思考 .....	17
本章导读 .....	18
第一节 人际交往和自我 .....	18
第二节 人际交往的原则 .....	20
第三节 人际交往心理效应 .....	23
第四节 常见问题及解决办法 .....	25

**第三章 走向独立，拥抱成长**

案例背景 .....	29
案例思考 .....	29

本章导读 .....	30
第一节 生活技能：从“给自己 最好的照料”学起 .....	30
第二节 独立思考：思想独立比 自己铺床更重要 .....	34
第三节 自主学习：做好自己的 学习安排 .....	37
第四节 找到价值感：自信好过 任何背景 .....	40
第五节 学会求助：给自己建一个 “加油站” .....	41

**第四章 自我反思**

案例背景 .....	43
案例思考 .....	44
本章导读 .....	44
第一节 反思的基本认识 .....	44
第二节 为什么要自我反思 .....	45
第三节 反思过程 .....	47
第四节 反思的原则 .....	49
第五节 反思的作用 .....	50
第六节 如何提升自我反思能力 .....	53
第七节 自我反思是人生的最高	

境界 .....	54
----------	----

## 第五章 沟通：看入人里，看出人外

案例背景 .....	57
案例思考 .....	57
本章导读 .....	58
第一节 认识沟通 .....	58
第二节 有效沟通 .....	63

## 第六章 合作——人生的必修课

案例背景 .....	71
案例思考 .....	72
本章导读 .....	72
第一节 合作的基本认识 .....	72
第二节 为什么要合作 .....	73
第三节 团队合作角色 .....	74
第四节 如何提高团队合作能力 .....	78

## 第七章 走进记忆力之门

案例背景 .....	83
案例思考 .....	83
本章导读 .....	84
第一节 学好记忆法的几个步骤 .....	84
第二节 常用的几种记忆法 .....	87
第三节 记忆魔法初体验 .....	90
第四节 提升智力的脑力倍速术 .....	93

## 第八章 和时间做朋友

案例背景 .....	97
------------	----

案例思考 .....	97
本章导读 .....	98
第一节 时间管理的概念 .....	98
第二节 时间管理的误区 .....	101
第三节 时间管理的六项基本原则 .....	104
第四节 提高时间效率的工具 .....	111

## 第九章 微笑社交礼为先

案例背景 .....	115
案例思考 .....	115
本章导读 .....	116
第一节 仪表礼仪——用形象赢得对方好感 .....	116
第二节 初见礼仪，陌生人的交往 .....	119
第三节 谈话礼仪——微笑社交 .....	123
第四节 肢体礼仪——巧用肢体动作俘获人心 .....	125
第五节 常用网络通信礼仪 .....	127

## 第十章 将心比心，换位思考

案例背景 .....	131
案例思考 .....	131
本章导读 .....	132
第一节 换位思考的本质——同理心 .....	132
第二节 缺乏同理心的思维习惯 .....	135
第三节 一种心态，三项法则 .....	138

第四节 如何训练同理心 .....	142
-------------------	-----

### 第十一章 积极的心态像太阳

案例背景 .....	145
案例思考 .....	146
本章导读 .....	146
第一节 积极心理学 .....	146
第二节 认识自己的心态 .....	151

### 第十二章 洞察消费的根源

案例背景 .....	161
案例思考 .....	161
本章导读 .....	162
第一节 消费者到底要买什么 .....	162
第二节 消费者如何被诱导 .....	165
第三节 消费者决策的不合理 .....	168

### 第十三章 亚当与他的肋骨

案例背景 .....	175
案例思考 .....	176
本章导读 .....	176
第一节 男女是不同的“物种” .....	176
第二节 如何正确看待两性关系 .....	181

### 第十四章 你需要掌握的快速阅读

案例背景 .....	187
案例思考 .....	188
本章导读 .....	188
第一节 掌握快速阅读能力的 必要性 .....	188
第二节 如何提高阅读能力 .....	191
第三节 快速阅读的小方法 .....	195

### 第十五章 用规范的普通话

案例背景 .....	199
案例思考 .....	199
本章导读 .....	200
第一节 怎样说好普通话 .....	200
第二节 怎样说普通话好 .....	213

### 第十六章 一手好字的重要性

案例背景 .....	219
案例思考 .....	219
本章导读 .....	219
第一节 汉字的历史 .....	220
第二节 汉字的个性 .....	226





## 第一章

## Chapter 1

# 撑起自我保护伞



### 案例背景

某日,某高校学生李某收到一条短信,“你有未取包裹,请速与电话号码××联系”。李某打通电话后听到一段电话录音,“你的包裹内藏有毒品,请与公安局办案刑警××联系,电话号码是××”。李某听到这里非常慌张,赶紧拨打“刑警”电话,对方说:“由于你的包裹内藏有毒品,警方已将你的银行账户列为犯罪嫌疑人账户并封锁,如需解除封锁,你必须提供详细个人资料,以便警方进行核实。”李某按照要求提供了银行账户信息,并通过电话按键按下了账户密码,对方让他等待通知。随后,李某去银行查询自己的账户,发现账户并未被封锁,但里边的1.2万元已经被提走了,他又拨打了所谓的“刑警”电话,却再也打不通了。



### 案例思考

高校是社会知识和智慧的中心,被人们称为“求知圣殿”。然而,同人类社会一样,学习和生活在“象牙之塔”中的大学生也难免会面对各种危险。安全是人生的最大智慧,安全地度过一生才是幸福的。但这个最大的人生智慧并非与生俱来,需要一生的学习和历练。



## 本章导读

世界上最宝贵的东西是什么呢？有人说是时间，有人说是健康，也有人说是金钱，而我认为生命最宝贵，因为生命只有一次。

俗话说，“儿行千里母担忧”，孩子每次出行都牵挂着父母的心，当然也有的学生会说，父母真的是“瞎操心”，一点小问题经常小事化大。也有一句话，“父母在，不远游，游必有方”。或许我们认为这两句是很矛盾的，但并非如此，现在我们学习是为了将来更好的生活，为此很多学生“被迫”远游，在他乡求学，甚至远赴国外求学。

高等院校既是培养高级人才的摇篮，也是社会组成的一部分。大学生生活是大学生进入社会开始独立人生的第一站。除了大学生的安全问题，还有一些不法分子利用大学生的单纯、不谙世事，钻法律的空子，实施各种诈骗，包括短信诈骗、电话诈骗等。有人说，这种低级的诈骗术怎么可能会骗到大学生呢？其实不然，很多大学生就是在这种低级的诈骗术中受骗，甚至面临人身安全。

本章就高校大学生可能遇到的几种常见的安全问题做一简要介绍，目的在于帮助大家进一步提高安全防范意识，掌握安全防范知识，加强自我安全保护，积极参与学校安全管理，共同维护和营造学校安全稳定的学习生活环境。

# 第一节 大学生面临的安全形势

### 案例一：海南三名在校大学生聚众斗殴被判刑

2012年8月29日，三名在校大学生与同学在KTV包厢唱歌、喝酒，因小事与KTV工作人员发生争执，引发双方多人互殴并丢掷石块，且冲突中出现打砸财物情况。经法医鉴定，其中一人头部受重伤，被鉴定为九级伤残。这三名在校大学生走上被告席，因犯聚众斗殴罪，被法院分别判处3~5年不等的缓刑。从这个案例中，希望同学们要认识到打架斗殴所带来的恶劣后果，同时明白保护自身人身安全的重要性。

### 案例二：哈尔滨理工大学公寓发生命案，男子杀死女生后跳楼身亡

2015年6月2日晚，哈尔滨理工大学西区学生四公寓发生一起命案，造成两名学生死亡。据了解，该公寓为女生宿舍，事发当晚，一男子闯进该公寓宿舍对一名女生行凶，随后行凶男子从该宿舍窗户跳楼自杀。

### 案例三：上海商学院宿舍起火，四名女生从六楼跳下身亡

2008年11月14日，上海商学院某女生宿舍楼突然发生火灾，有四名女生慌乱中从六楼跳下不幸全部身亡。经调查，起火原因为使用违规电器引发火灾。通过这起火灾事

故,警示同学们禁止在宿舍使用违规电器,并要学会身处火场时如何正确自救和逃生。

#### 案例四:药家鑫事件

2010年10月20日深夜,西安音乐学院大三学生药家鑫驾车撞人后又将伤者刺了八刀致其死亡,随后驾车逃逸至郭杜十字路口时再次撞伤行人,逃逸时被附近群众抓获。2011年6月7日上午,药家鑫被执行死刑。通过这起由交通事故转型的故意杀人案件,警示同学们交通安全不容忽视以及发生交通事故后应该如何处置。

#### 案例五:男子冒充香港大学生诈骗女子钱财

2007年,杭州连续发生40多起冒充香港大学生诈骗女子钱财的案子。受骗女子大都在18~25岁,多为杭州大专院校在校学生,另一部分受骗女子也都有较好的工作。通过这一系列典型的诈骗案件,提醒大学生要提高警惕,防止被骗,保证自己的人身安全和财产安全。

总的来说,由于大学后勤的社会化和校园面积的不断扩大,大学校园的安全问题日趋严峻,主要存在消防安全、交通安全、重大治安刑事案件、爆炸事故、盗窃和诈骗、社会交往以及大学生自杀等安全隐患。严峻的治安形势告诉我们,每一位师生都必须提高自己的安全意识和防范能力。

在今天,我们之所以更进一步强调大学生自我保护的重要性,大张旗鼓地进行安全教育宣传,并将其作为大学生的必修课程,是为了进一步适应社会形势发展的变化。因为随着社会发展进步,大学生的生活空间也随之扩展,交流领域也在不断地拓宽。大学生不仅要在校内学习、生活,而且还需走出校园参加众多的社会活动,危及安全的危险因素也随之增多,诸如交通的无序、社会治安的恶化、市场上变质的食品、水电隐患、网络的复杂等情况,都时刻危及大学生的安全,稍有不慎就可能造成不幸,给家庭造成痛苦,给社会造成负担。因此,通过对大学生进行安全教育,帮助其了解安全基本常识,掌握处理各种紧急情况技能,提高自我保护和防御的能力,就显得非常必要。

## 第二节 大学生常见安全问题及如何进行自我保护

### 一、人身安全

不管是在校内还是在校外,大学生都很可能遭遇人身伤害。常见的人身伤害包括打架斗殴、故意伤害人、故意杀人等。如何防止自己受到人身伤害,以及发生人身伤害时应该如何应对,是每个大学生应该学习和掌握的技能。

## 典型案例

马加爵(1981年5月4日—2004年6月17日),男,汉族,广西宾阳人,云南大学生化学院生物技术专业2000级学生。1997—2000年读高中,成绩优异,曾获得全国奥林匹克物理竞赛二等奖,被评为“省三好学生”;2000—2004年就读于云南大学生化学院生物技术专业。2004年2月在云南大学学生公寓内,因打牌纠纷争执,用事先购买好的铁锤先后将其同班同学四人杀害,后将尸体藏在衣柜中,然后从昆明火车站出逃。2004年3月1日被公安部列为A级通缉犯,3月15日在海南省三亚市河西区落网;2004年4月24日被昆明市中级人民法院依法判处死刑,剥夺政治权利终身;2004年6月17日被依法执行死刑。据警方调查,马加爵因家庭贫困经常受到同学的鄙视、嘲讽,导致心灵扭曲。为报复同学,于是策划了这起谋杀案,并在杀人后畏罪潜逃。

### (一)高校人身伤害案件现状

高校学生正处于青春期,年轻气盛,情绪不稳,很容易因为各种原因导致摩擦、纠纷,如处置不当则可能发展为人身伤害事件。同时,高校学生其实已经属于半个社会人,但远远还未了解校外环境的复杂性,如果我们没有建立应有的安全防范意识,没有树立正确的世界观、人生观、价值观,则很容易在与社会人员接触时,引发人身伤害,甚至误入歧途。在校内外发生人身伤害事件有以下几个常见原因。

#### 1. 琐事纠纷处置不当

发生纠纷是大学生生活中常有的现象,日常生活中不拘小节、开玩笑过火、狂妄自大、看不起别人、极端自私自利、故意找茬、发生误会等都可能成为纠纷产生的原因。琐事纠纷处置不当不仅会损害大学生的良好形象,妨碍内部团结,破坏大学生成才的优良环境,而且严重的还可能酿成刑事、治安案件,葬送自己的前程。

## 典型案例

2004年2月23日,发生在云南大学震惊全国的马加爵案件,就是平时小矛盾累加,没有得到正确疏导而酿成的。

佳木斯某高校大学生范某在食堂买饭菜时加塞儿,被学生蒋某批评,发生争吵并大打出手,造成蒋某颅骨开放性骨折。

大学生之间长期共同学习、生活在一起,发生纠纷在所难免,除了要避免纠纷产生外,在发生纠纷的情况下,更应注意如何解决好纠纷。

- (1) 冷静克制,切莫莽撞。
- (2) 诚实谦虚,善于容忍。
- (3) 注意语言美。

## 2. 恋爱情感问题

高校学生因恋爱问题、情感问题导致过激行为的也占有相当大的比例。有的同学不能正确处理感情纠葛,由爱生恨;有的同学视恋爱为儿戏,玩弄感情,“脚踏几只船”,引发几个恋人之间争风吃醋,大打出手;有的同学一厢情愿,恋爱不成,导致心理失调,甚至心理变态,继而引发报复行为。这些行为都极易造成人身伤害,有些还会引发性侵害、故意杀人等恶性案件。

### 典型案例

某日,在一商场内,一男子手持双刀将一女子残忍杀害。当事人均为某高校学生。犯罪嫌疑人对受害人一见钟情,然而几番追求始终未果,被多次拒绝之后,由爱生恨,蓄意策划了这起谋杀。

## 3. 缺乏安全意识

根据统计,校外发生人身伤害事故的重要原因是当事学生缺乏基本的安全防范意识,自我保护意识薄弱,导致做出不安全行为,如深夜外出、夜不归宿、单独约见陌生人、前去治安复杂地区等。这些都具有一定的危险性,有很多案例就是受害人在这些情况下遭到诈骗、抢劫、人身伤害,甚至发生被害惨案。校园内外的偏僻地点,特别是到了晚上,往往是犯罪分子伺机作案的场所,很容易发生人身伤害事件。

### 典型案例

某高校学生夏某过生日,晚饭庆祝生日后,夏某与同学们来到某酒吧喝酒,到次日凌晨2时许散场,当时还有10余名同学。夏某等人走出酒吧,期间夏某高声喊一名同学的名字,因为声音较大,引起路过4名男子的不满,双方发生口角并发展为斗殴。最终,夏某的好友陈某被对方用匕首刺中颈部倒在水沟里,夏某去拉陈某时也被刺中胸部,对方随后与同伙逃离了现场。急救人员赶到现场发现,陈某被刺到颈部动脉当场死亡,夏某胸部有两处刀伤,被及时送往医院抢救。犯罪嫌疑人何某、王某已于案发当天被公安机关抓获归案,两人因涉嫌故意伤害罪被刑事拘留。

## 4. 交友不慎

个别学生网上交友、现实交友都没有采取慎重的态度,在没有深入了解对方的情况下便密切接触,还带进校内,发生矛盾后才知道自己交友不慎,引狼入室,结果导致人身伤害,甚至引来杀身之祸。还有个别学生在交友时,没有基本判断力,以意气相投的酒肉朋友为交友对象,讲究“哥们儿义气”,结果与社会不良青年为伍,拉帮结派,横行霸道,最后卷入聚众斗殴等事件而造成人身伤害,甚至参与其他侵害行为,最后走上违法犯罪的道路。

典型案例

某高校毕业生王某，在家待业期间，结识张某等4名同乡。由于5人没有经济来源，于是萌生了抢劫的邪念。他们多次作案并得手，先后抢得两万多元。王某等人尝到甜头后，更是肆无忌惮，每人又购买了水果刀作为作案工具，实行持刀抢劫。接到受害人报警后，民警对他们实施跟踪并将他们抓获归案。在审讯过程中，王某后悔莫及，他说自己也和很多刚毕业的大学生一样，曾怀揣着创一番大事业的激情，但没想到却因为交友不慎毁了自己的大好前程。

## (二)高校人身伤害案件的预防与自我保护

了解了高校人身伤害案例的现状，知道了易引发人身伤害的原因，我们就要知道，当与他人发生矛盾、产生纠纷时，要采用正确的应对方法，避免引发更大的问题或矛盾而造成严重后果。

### 1. 提高安全防范意识

高校拥有最前沿的科技设备和最多的信息获取途径，除了用于专业学习和日常娱乐外，我们也应多学习国家法律法规，了解所发生的人身伤害案例，从而学会如何保护人身安全和财产安全。学校也会不定期地对大家进行多种形式的人身安全知识教育和相关宣传，我们应抓住难得的机会，学习预防措施，提高安全意识。

### 2. 做到防患于未然

平时要对学校及周边环境多了解，记下学校保卫部门的联系方式，做到心中有数；同时留心身边的人和事，发现有人身伤害的苗头和隐患，就要有效规避，及时报告老师及相关保卫部门。关注已经发生的人身伤害案件，对照自身，排查隐患，如尽量不夜间出行、和陌生人交往要小心、不乘坐非法运营车辆等，做到防患于未然。

### 3. 正确处理人际关系

高校中很多人身伤害案件都是由于人际关系处理不善而引发的。与人相处要相互尊重、理解包容，发生矛盾、误会时，要学会换位思考，理智处理人际关系。在自己有所失误的时候，要勇于承认错误，这是有效改善人际关系的润滑剂。当进入良性的人际关系循环后，会对今后的大学生活，甚至一生都有益。

### 4. 学会与人沟通的技巧

在日常生活中，学会如何与人沟通是每个人都应该掌握的技能，使用一定的谈话技巧，不仅可以让你远离口舌之争，也会让你的生活更加顺利。首先，我们要积极赞扬别人，真心实意、适时适度的赞扬不仅能让对方身心愉悦，调动其积极性，还能够有效增进彼此的吸引力；其次，要学会委婉地提意见，不恰当的直接批评很容易伤害他人，其实只要改变表达方法，把直接的批评变为间接的暗示或提醒，往往会有出其不意的效果；最后，在与人意不一致的时候，要尽量避免争论，可以就事论事地进行讨论，但不要用争

强好胜之心来压制对方,否则在损害对方自尊心的同时,也会让自己的人际关系恶化,结果是两败俱伤。

### 5. 正确应对不良情绪

高校的学习和生活中,难免会有挫折和失败,当产生愤怒、伤心、受挫等不良情绪时,要采用正确的应对方法,控制情绪、排解情绪,避免因一时冲动而发生人身伤害事件。情绪不好的时候,可以寻求亲友的支持,也可以去学校的心理咨询处寻求专业人士的帮助。自己平时也可以多阅读一些心理学方面的专业书籍,学习如何了解和管理自己的情绪。

### 6. 珍爱生命,规避危险

在日常生活、学习中,要注意规避危险,学会自我保护。例如,避免夜间单独外出或前往较为偏僻的场所;尽量不去治安环境复杂、秩序混乱的场所;不要随身携带小刀,也不要宿舍内放置菜刀等危险物品,避免因一时冲动而做出后悔终生的事;聚餐时尽量不饮酒或少饮酒,不劝别人更不强迫别人饮酒;与人发生矛盾冲突后,应自我克制,本着息事宁人的态度,理智处理。我们要保护自己的人身安全,更要珍惜自己来之不易的美好生活。

### 7. 加强修养,提高素质

高校学生除积极防范和制止人身伤害事件的发生外,还要加强自身修养,提高综合素质,严格要求自己,决不能沾染流氓恶习而使自己成为滋事者,也不能因自身心态没有调整好而做出令自己后悔的举动。

## 二、校园防骗攻略

诈骗是高校中常发生的另一种侵财案件的主要方式,有些骗局不仅骗财还骗色,令受骗者损失惨重。被骗者有专科学生、本科学生、硕士研究生、博士研究生,甚至还有高校教师,这真的是因为骗子的智商“更高”吗?又或是被骗的人“太傻”?

其实骗子的智商并不高超,但是他们利用了人们心理上的一些疏忽和弱点。如果能识破骗子常用的手段和方法,我们就能保护好自己。

#### 知识链接

诈骗是危害公民财产安全的一种违法犯罪行为。它是指以非法占有为目的,用虚构事实或者隐瞒真相的方法,骗取公私财物的行为。根据《中华人民共和国刑法》的相关规定,诈骗金额在2000元以上的,以诈骗罪论处,将酌情予以刑事处罚并处罚金;骗取数额在2000元以下的,属于违反《中华人民共和国治安管理处罚法》的行为,将予以行政拘留并处罚款。

## （一）受骗学生的类型

### 1. 疏于防范，警惕性低

大多数高校学生受骗者都属于这种类型。很多高校学生在经历了多年的学习后，第一次独自走出家门，社会阅历很少，对他人缺少应有的防范心理，警惕性低，不善于辨别真假、分析骗局，这些特征都易被骗子利用，骗子制造各种紧张气氛、使用各种胁迫手段，或编造出各种谎言、悲惨故事，利用学生同情心，来达到获取不义之财的目的。

#### 典型案例

某高校女生小丽遭遇了一起跨境电信诈骗。骗子先是在电话里假冒“公检法”要求其配合案件调查，威胁她必须支付巨额保证金，才能不被拘捕。骗子还强调，这个过程必须保密，连家人也不能告诉。涉世未深的小丽非常慌张，按照骗子要求，将自己的银行卡信息透露给骗子，卡上的几万元很快被转走。然后，骗子仍不知足，继续向小丽要70万元。为了筹钱，小丽以“留学保证金”为借口向父母索要70万元。骗子还威胁小丽到外地躲避，而后又让她以“帮男友担保欠款被绑架”为由，向其家人索要赎金400万元。警方接到其家人报警后，紧急展开搜救，最终发现这起“绑架案”是一出精心导演的骗局，而小丽直到见到民警，还仍对骗局深信不疑。经过民警多番解释、证明身份、联系家属，小丽这才相信自己遇到了骗子，而银行卡上的70多万元早已转给骗子。

### 2. 单纯感性，被人利用

高校学生普遍喜欢广交朋友，再加上思乡之情，或对“名人”“能人”盲目崇拜，很容易上当受骗。有些骗子打着交友、恋爱的旗号，口蜜腹剑，编造骗局；有些骗子利用同乡关系，甚至是“制造”同乡关系，与被骗同学，甚至同班、同系的多名同学联络感情，获取同学们的信任，继而实施诈骗；有些骗子利用高校学生存在的“背靠大树好乘凉”的心理，介绍其认识了所谓的“名人”“能人”，而学生往往对他们唯命是从，最后一步一步地落入骗子的陷阱。

除了借助各种虚假的“情谊”和“关系”诈骗外，骗子还会利用高校学生们的思想单纯、富有同情心的特点，编造谎言，进行诈骗。

#### 典型案例

一名自称某名校研究生的男子，通过网络与另一高校女生交往，用花言巧语骗取了该女生的好感，并约该女生在一处偏僻的山脚下见面。两人刚见面不久，该男子就被埋伏在附近的民警抓获，而那名女生还苦苦向民警哀求，说对方是名校的研究生，不是坏人。可是，当她看到从男子身上搜出的匕首、迷药等作案工具时，才知道自己上当受骗了。原来，该男子是一名以女大学生为目标的骗子，已对多名女生实施诈骗、抢劫甚至暴力伤害。



### 3. 贪图小利,急于求成

贪心是高校受骗学生的另一个心理弱点。骗子往往使用多种“好处”“利益”来吸引学生上当,让其自以为有利可图,“实现经济效益最大化”,这其实都是利用了贪心的不良心理。有些学生希望通过寻找兼职来锻炼能力,减轻家里负担,初衷是好的,但却过于心急,对兼职不加筛选,从而落入了骗局;有些即将毕业的同学由于面临着实习,在寻找工作时急于求成,结果在求职过程中没有仔细考察实习单位,被骗子所利用,也以“好工作高薪酬”为诱饵,通过各种形式骗取财物,甚至诈骗女同学进入不良场所,误入歧途。

除了求职心切外,当前高校学生容易被利用的心态还有很多,如想经商助学但却缺乏经商的实践经验;爱慕虚荣、急于成名但却无人相助;坚信要寻找“完美情侣”但却不自我提升等。正是这些不良心态给骗子制造了可乘之机,他们使用各种身份、编造各种谎言实施诈骗。

#### 典型案例

一名女研究生,在为撰写毕业论文进行调研的途中,在某火车站附近的旅社里认识了一个自称开饭店的年轻姑娘。两人一见如故,谈得十分投机。年轻姑娘邀请女研究生去贩银元,说是来回大半天就可赚400元钱。女研究生经不起诱惑,见对方年轻而未存戒心,便同她一起前往。女研究生万万没有想到,自己堂堂一名大学高才生,竟被这个年轻姑娘以2480元的身价卖给了一个弓腰驼背的中年人为妻,失去自由长达71天。一个研究生的智商不会比这个年轻姑娘差,但为什么会被骗,值得我们深思。

## (二)防骗攻略

通过上面的分析和学习我们可以发现,骗子主要是抓住了人们或贪婪、或恐惧、或善良的情绪特点,用各种方式获得人们的信任,最终目标则是获得人们的钱财。想要防骗,首先我们自己就要做到“不贪财,不怕事”,另外也需要多了解社会上的信息,不要让骗子钻了信息不对称的空子,用一些谎言蒙蔽我们。

### 1. 学习观察,正确认识社会

同学们平时除了忙于学业外,还应该多通过报纸、电视、广播、网络等媒体正确认识社会,知晓社会的多重特点;学习法律法规,积极参加学校组织的安全防范教育活动,了解相关的防骗案例,学习防范知识,提高安全意识,掌握防骗技能。

### 2. 遇事保持镇静,凡事三思而后行

无论遇到什么紧急情况都要保持清醒的头脑,不急不躁,理智分析,积极核实,必要时听取他人建议,三思而后行,才不会落入骗子的陷阱。遇到不能确定的人和事时,要通过巧妙周旋,弄清对方真实意图,只要对方提到金钱、权力等字眼,就要提高警惕,寻找破绽。如果能够确定对方有诈骗意图,还要择机报案,协助警方抓获骗子。

### 3. 提高警惕，保护个人信息

随时注意保护个人资料和信息，对含有重要身份信息的证件、文件、物品，如身份证、手机卡、银行卡、公交卡、饭卡、借书证等，要妥善保管，不轻易外借，不随意丢弃，也不要直接将证件的复印件交给别人，应在复印件上签署授权信息，如“仅授权××使用本复印件作××使用”字样，再行提交。一旦证件丢失要及时挂失或销户，发现个人信息被人非法利用要立刻报警。

提示：身份证号码、银行卡号码和银行卡密码，绝不可同时泄露！

### 4. 警惕陌生信息，不信不贪不回不汇款

在短信、微信、QQ等各种通信端收到有关银行卡、金钱、汇款账号等信息时，一定要提高警惕。当不能辨别短信或信息的真假时，要在第一时间拨打银行的官方查询电话，而不要拨打短信、信息中所留的电话，或点击短信、信息里的链接；对于一些无法鉴别的陌生短信和信息，最好的做法是不理；如果已经上当，要立即报案。

### 5. 提防陷阱，慎对虚拟世界

对只有QQ、E-mail、手机号码而没有固定座机电话和地址的商户，切勿与其进行交易；不要在公共场合使用公用电脑进行网上购物，更不能使用公共Wi-Fi进行网银支付等操作；在安全网络环境中登录网上银行时，要注意核对网址，确定自己登录的不是“钓鱼”网站，不要轻易点击对方发来的任何链接；收到任何抽奖、中奖、获得礼品等信息时，要通过多种方式核实其真实性；如发现可疑网站，要及时向有关部门举报；网络交友一定要慎重，不要在网上泄露自己太多的个人信息。

### 6. 慎重交友，绝不感情用事

与人交往要区别对待，保持应有的理智。对突然出现的“良师益友”“名人能人”等，要听其言、观其行、辨真伪，不要被对方的表象所蒙蔽。在与他人交往的过程中，一旦发现对方有疑点，就要认真观察、仔细辨别。在查证过程发现疑点但无法确定真假且又不愿意轻易拒绝时，要有礼有节，采取一定的谈话、交往策略，注意在此过程中寻找破绽，尝试通过与其周旋来印证自己的猜测，必要时，还可以采取一些虚张声势的言辞，使对方心存顾忌，不敢贸然行事。另外，虽然人人都有需要别人的帮助的时候，同学、老乡、朋友间因一时之需，相互借钱是可以的，但在此之前要考虑对方的信誉和偿还能力，三思而后行。千万不要因为钱财破坏双方关系，更不要因此而落入骗子的陷阱。

### 7. 师生沟通，依靠保卫部门

在日常生活中，同学间、师生间应该加强沟通和互助，特别是在遇到紧急事件时，最好能及时与身边的人沟通，大家共同分析，保持镇静，避免上当受骗。当遇到非常可疑或紧急的情况时，要及时向老师或保卫部门反映，请学校的专业保卫人员帮助分析处理，确保人身财产安全。

### 8. 遵守法规，维护秩序

每所高校都有一系列的管理制度和规定，这都是为了维护大家的正当权益和校园秩序而设置的，比如不允许学生私自留宿外来人员是为了控制闲杂人员和骗子混入校园作

案。因此,同学们要自觉遵守法规,积极支持学校规定,保护自己和他人的权益。

### 9. 提高修养,树立健全人格

高校学生要不断提高个人修养,树立正确的世界观、人生观和价值观。只有克服心存侥幸、贪图便宜、爱慕虚荣、急功近利等不良心态,拥有健康而理性的的心态才是同学们预防诈骗的重要方式。大家对“飞来横财”“天降馅饼”,特别是不熟悉的人所许诺的利益,一定要调查分析,谨记天下没有免费的午餐,只有勤劳、踏实才是致富正途,才能获得成功。

## (三) 被骗怎么办

### 1. 及时报案

无论受骗者是因为自己的过错(如贪财、无知、轻信、粗心大意等),还是因为其他原因而受骗,都要及时向公安机关报警,向保卫部门报告,不要在自己人身财产安全受损的情况下,还让骗子逍遥法外。

### 2. 配合调查

报案的同时,大家还要注意对作案人员遗留下来的文字资料、身份证件、电话号码等证据信息以保留,积极向学校保卫部门和公安机关提供骗子的体貌特征、与其交往的经过等线索,配合调查,追缴被骗财物,捕获诈骗人员。

### 3. 事后补救

诈骗案件发生后,同学们要立刻采取事后补救措施,避免损失进一步扩大。与发生被盗案件类似,如发现信用卡、存折、饭卡失窃,应立即通过电话向银行或直接发卡银行及有关机构办理挂失手续;若身份证同时遗失应马上到银行冻结银行卡,也可以采用通过电话向银行挂失的方式先行办理临时挂失,事后再到柜台补办手续,并及时补办身份证等。处置的同时,受骗同学也要保持积极的心态,吸取教训,总结经验,尽快从受骗的噩梦中走出来,提高防骗警惕性和安全意识,保护自己的人身和财产安全。

## 三、网络安全

互联网已经融入我们的生活,成为现代社会不可缺少的学习、社交的工具和载体。互联网是一个虚拟的世界,在这个世界中,我们也会遭到犯罪分子的侵害,也会遇到各种各样的安全问题。

### (一) 概念

网贷是指在网上实现借贷,借入者和借出者均可利用这个网络平台,实现借贷的“在线交易”。

校园网贷又称校园贷,是指一些网络贷款平台面向在校大学生开展的贷款业务。目前,网贷市场中,95%以上都是高利贷性质的不良网贷,针对大学生放款不良网贷比例更高。

## (二)分布

校园贷的市场主要分布在二、三线城市,当三、四线城市和农村的孩子考入大学,有些家庭无力负担孩子在城市消费、学习甚至是创业上的资金需求,急速膨胀的消费欲望会促使学生通过各种途径寻找贷款平台,甚至是民间高利贷。客观上,校园贷的出现挤压了“毛细血管”式的线下高利贷。

## (三)不良网贷的套路

### 套路一:借款要求少

证件方面:只需要提供身份证、学生证、银行卡等信息。

信息方面:只需要提供辅导员、家庭父母电话或手机实名注册,不需要收入证明等资料。

也就是说,你只需要提供你的身份证、学生证,辅导员、父母的联系方式还有手机进行注册,就可以给你放款,不需要任何的收入证明。

背后的陷阱:其一,身份信息,不法分子拿去倒卖、去别的平台进行贷款或者诈骗;其二,需要你的辅导员、父母的联系方式,如果你不能及时还款的话,你的辅导员、父母就会收到形形色色的催债短信,而且每天是上百条的频率,根本就没办法开机;其三,不需要收入证明,当你提供身份证、学生证的时候,贷款人就知道你是不具备还款能力的,那他们最终瞄准的目标是谁?是你的父母。所以他不需要任何的收入证明,只需要你父母的联系方式。当他们一遍遍给你父母发消息说你欠钱不还,要将你从学校拖出来,当父母得知你的人身安全受到威胁的时候,能不能坐视不管?答案可想而知。

### 拓展延伸

#### 暴力催收十步曲

- (1)给贷款学生发逾期通知;
- (2)单独发威胁、骚扰短信;
- (3)单独打威胁、骚扰电话;
- (4)威胁、骚扰贷款学生室友;
- (5)威胁、骚扰贷款学生的父母、老师;
- (6)再次联系警告学生本人;
- (7)发送律师函;
- (8)去学校找学生;
- (9)在学校公共场合张贴学生欠款的大字报;
- (10)群发骚扰短信给学生所有的亲朋好友。

### 套路二:以低利息的宣传手段误导大学生

这些不良网贷的利息低到什么程度呢,甚至比银行还低,而且合同上确实写明利息非常低。因此,有的同学就会觉得挺好的,只要提供这些信息,就可以贷到这么一大笔

钱,利息又很低。但是同学们,俗话说无利不起早,贷款人他们是在做慈善吗?

背后的陷阱:借款金额与合同不符,隐瞒介绍费、滞纳金等。

在借贷款合同时,并不存在任何问题,但是到手的钱要扣除一部分介绍费、利息、滞纳金、代理费,真正到手的钱可能不到贷款额一半。可是利息却以贷款的实际金额来计算。表面上看贷款利息很低,但前期扣除了各种各样的费用,这样算下来,很多贷款公司的年利率已经高达50%,高利贷的定义是年利率高于36%,不良网贷会把合同上的年利率控制在36%以下,到账的金额却不是按合同约定的金额,但是这个合同确实是合法有效的,所以这就造成了后面非常难取证。

**套路三:还不起钱?网贷平台来介绍**

背后的陷阱:利滚利,掉入越还越还不起的怪坑。

有的同学已经深陷网贷陷阱并且已经还不上钱了,但是又不敢让父母、朋友知道,怎么办呢?网贷平台先想出办法了,什么办法,我可以提供你另外的贷款渠道,你去其他平台贷款来补我这里。但是这就造成了什么后果呢?拆东墙补西墙,欠的钱像滚雪球一样越滚越大。所以很多同学后来都感慨,开始贷款只是想买一部手机,但是后面还的钱都已经够购买10部手机了,这就是掉入了利滚利、越还越还不起的怪圈。

**套路四:收徒弟、带人上岸**

这也是一种病毒式的传播,比如网贷公司提供兼职发传单的机会,让学生帮忙寻找目标,发展下线,或者限制贷款同学的人身自由,让同学、朋友前来解救,同学朋友帮其贷款才放人。因此,在遭遇这样的问题时,同学们一定要冷静处理,及时报告老师或报警处理,不要自行前往网贷公司,以免陷入危险。

#### 典型案例

(1)长沙一高校40余名学生陷入“贷款购手机”的骗局共欠下37万元。

长沙某大学40余名学生被骗,这些被诱骗的大学生分别贷款购买了1~3台不等的苹果手机,共购买了66台,每台手机的市场价都在六千元左右,办完贷款购机手续后,手机没拿到,却背负了一身的欠款。总欠款额度达到37万元。

(2)河南一大学生以同学名义贷款百万元,终以命相赎。

郑州市河南牧业经济学院一在校大学生为了满足自己畸形的消费需求,且参与非法赌球活动,利用同学的身份证件骗取校园贷款,最后因债务缠身无力偿还在山东青岛跳楼自杀。

(3)“裸条借贷”层出不穷。

女大学生用裸照获得网络贷款,不还钱就被威胁公布裸照,陷入了被高利贷逼迫的困境。大学生“裸条借贷”的新闻一直层出不穷,一个10G的“大学生裸条”照片、视频压缩包在网上流传开,成批量的女生裸照、视频被泄露出来,将这个事件推上风口浪尖。

(4)西安一大学毕业生,工资不够还不良贷款利息。

小张曾是西安一所科技学院的学生，毕业后在一家网络游戏公司从事销售业务。步入社会就业，对于一个年轻人来说都应该有一种新的感受，但小张却没有心情感受新鲜事物，因为他的身上背着上学期间欠下的一些债务，每天产生大量利息，而工资难以支付这笔利息，小张被这些债务深深困扰，压迫得难以抬头。

#### (四)如何自我保护

真实发生在我们身边的案例数不胜数，本是大好的青春年华，却因一时糊涂，将自己的大学生活与那些黑色的词语联系在一起。那么同学们，在网贷盛行的时代，我们应该如何自我保护呢？

第一，认清购买力和偿还能力，树立正确的消费观，理性消费；

第二，勿轻信借贷广告，学会辨别网贷陷阱；

第三，提高自我保护意识，学会用正当手段保护自己。

2017年9月6日，教育部财务司副司长赵建军在新闻发布会上表示，任何网络贷款机构都不允许向大学生发放贷款。这是从国家的角度对大学生的爱护与保护，但是不良网贷仍在校园里面拓展市场，不良网贷仍在大学生那里获得高额利润。我们作为大学生，看到这些套路，一定要坚决地向不良网贷说不！

#### (五)预防网络犯罪

近年来，网上犯罪不断增长，一位精通网络的社会学家说：“互联网是一个自由且身份隐蔽的地方，网络犯罪的隐秘性非一般犯罪可比，而人类一旦冲破了某种束缚，其行为可能近乎疯狂，潜伏于人心深处的邪念头便会无拘无束地发泄。”一些大学生在学习了一些计算机知识后，急于寻找施展自己才华的场所，会在互联网上显一显身手，寻找一些网站的安全漏洞进行攻击，肆意浏览网站内部资料、删改网页内容，在有意无意之间触犯了法律，追悔莫及。也有的同学倚仗自己技术水平高人一筹，利用高科技的互联网从事违法活动，最终走上一条不归路。

##### 1. 不要“传谣”“传黄”

我们经常在网上看到一些被大家频频转发的“谣言”，号称什么不能吃了、什么疫情来了，等等。或许有人会轻信，还“好心”转发，却不知这可能触犯了我国法律。

作为当代大学生，我们应当具有一定的独立思维能力和判断力，不要轻易跟风。凡是涉及可能破坏社会公共秩序、影响社会和谐稳定的言论，都不要随意转发。至于那些黄色信息，你不小心点开看到没关系，但是如果发给其他人，也是属于“传播”，有触犯法律的风险。

##### 2. 拒绝网络暴力和人肉搜索

网络暴力是网民在网络上的暴力行为，是社会暴力在网络上的延伸。网民们若想获得自由表达的权利，也要担当起维护网络文明与道德的使命。

网络暴力不同于现实生活中拳脚相加、血肉相搏的暴力行为,而是借助网络的虚拟空间用语言文字对人进行伤害与诬蔑。这些恶语相向的言论、图片、视频的发表者,往往是一定规模数量的网民们。这些言论、图片、视频都具有恶毒、尖酸刻薄、残忍凶暴等基本特点,已经超出了对于事件正常的评论范围,不但对事件当事人进行人身攻击,恶意诋毁,更将这种伤害行为从虚拟网络转移到现实社会中,对事件当事人进行“人肉搜索”,将其真实身份、姓名、照片、生活细节等个人隐私公布于众,这些评论与做法,不但严重地影响了事件当事人的精神状态,更破坏了事件当事人的工作、学习和生活秩序,甚至造成严重的后果。

人肉搜索的力量是强大的,特别是在当前互联网越来越发达的情况下更是如此,假如正好网上有人对你发起人肉搜索,很有可能是认识你的人将你的相关信息公布在网上的。

当然,人肉搜索经常和个人隐私相关联,也非常容易涉及法律和道德问题。所以,我们在互联网上不应该轻易地公布他人的隐私,一旦公布将是覆水难收,有可能对他人造成无法挽回的伤害,这是对他人隐私的不尊重,同时也会使自己陷入法律困境。

一般来说,人肉搜索的起因是一起事件。事件发生后,相关人或对事情真相好奇者,往往在网络论坛上发表帖子,列出已掌握的人物资料,号召网民帮助查出该人的身份和详细的个人资料。而响应者通过互联网、人际关系等手段,寻找到更多的资料,并以总结的形式再次发布到网上。根据《最高人民法院关于审理利用信息网络侵害人身权益民事纠纷案件适用法律若干问题的规定》第十二条的规定,网络用户或者网络服务提供者利用网络公开自然人基因信息、病历资料、健康检查资料、犯罪记录、家庭住址、私人活动等个人隐私和其他个人信息,造成他人损害,被侵权人请求其承担侵权责任的,人民法院应予以支持。



### 画重点

“安全”对于我们来说是一个永恒的话题。当和平与发展成为时代的主题时,安全则变得尤为重要。大学生进了大学校门并非进了保险箱,如果放松对自己的严格要求,随时都有滑入泥坑的危险。

需要注意的是,骗子主要是抓住了人们或贪婪、或恐惧、或善良的情绪特点,用各种方式获得人们的信任,最终目标则是骗取人们的钱财。想要防骗,首先我们自己就要做到“不贪财,不怕事”,另外也需要多了解社会上的信息,不要让骗子钻了信息不对称的空子,用一些谎言蒙蔽我们。

当代大学生要一如既往地将继续安全工作进行到底,真正做遵规守纪的模范,确实做到“时时处处想安全”,让安全的警钟时常激荡在我们的耳畔。

