

<<大学生行为指导与训练>>

图书基本信息

书名：<<大学生行为指导与训练>>

13位ISBN编号：9787811182552

10位ISBN编号：7811182556

出版时间：2008-6

出版单位：北京科文图书业信息技术有限公司

作者：滕建勇 主编

页数：322

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<大学生行为指导与训练>>

内容概要

很多同学从中学甚至小学时候起，就开始憧憬自己的大学生活，甚至探讨自己未来的大学生活如何度过。

而等自己大学四年转眼过去的时候，很多同学会发出这样的感叹：“如果可以重来，我的大学一定不会这样度过！”

“我们有理由相信，如果让每一位同学再上一次大学，也许他们可以做得更好。

那些刚刚踏进大学校门的学生，希望能跟他们讲一些学习、做人的经验之谈，了解读大学到底学什么，大学四年应该如何度过；那些低年级的学生，在大学里生活一两年之后，面对一些思想和道德困惑，思考怎样确定一个正确的方向，促进人格更完美；那些高年级的学生则更多考虑考研、择业以及职业生涯发展方面的问题，希望得到一些解答，以使自己在未来的工作或创业过程中生活更顺利，事业更成功。

本书的编写，就是为了解答“如何才能让大学生从一开始就走好大学生生活中的每一步”这个问题。

本书不仅是专门为课程教学编写的教材，还是大学生在四年学习生涯中温故知新的案头读物，也可以作为青年朋友进行个人修身的辅助材料。

<<大学生行为指导与训练>>

书籍目录

绪论第一章 大学生活零距离 第一节 社区生活全接触 一、社区生活：大学生活第一课 二、社区学院：助推成才的生活园区 第二节 寝室生活万花筒 一、生活篇：互谅互让多体谅 二、卫生篇：独立自主你我他 三、文化篇：特色寝室耀社区 四、安全篇：安全防范不能忘 第三节 社区生活我成长 一、养成合理的消费习惯 二、培养良好的生活习惯 三、社区生活贴心提示第二章 大学生涯巧规划 第一节 转变角色，做个High大学生 一、转变角色，适应大学生活 二、认识自我，不断完善 三、了解大学，充分利用大学资源 第二节 明确目标，扬起理想的风帆 一、树立远大的志向 二、设定明确的目标 三、大学生活四步曲 第三节 合理规划，我的大学我做主 一、大学生涯规划的策略 二、大学生涯规划的内容 三、大学生涯的有效管理第三章 学习与快乐同行 第一节 了解大学学习特点，把握学习规律 一、大学学习的特点 二、一般学习过程与学习规律介绍 三、合理运用规律进行学习 第二节 掌握大学学习方法，提高学习效率 一、好的学习方法让你事半功倍 二、寻找适合的学习方法 第三节 提升学习能力，体验大学学习乐趣 一、学习能力概述 二、如何提升学习能力，体验大学学习乐趣第四章 健康心态你做主第五章 与团队共同成长第六章 让爱永驻心田第七章 塑造你的人格魅力第八章 在社会实践中成长第九章 科学利用网络信息第十章 打造你的职业品质第十一章 树立法制观念后记

章节摘录

(二) 加强修养——完善自我的重要途径 每个人都有自己的优势和弱点,勇敢地面对自己的弱点,冷静地分析自己所面对的新的环境及其可能对自己产生的角色,积极主动地对自己的弱点加以弥补改造,努力培养自己独立生活、驾驭生活的能力,学会适应他人、适应环境。

知识的充实不是大学的全部,中国大学生与发达国家大学生的差距也是超越知识层面的。对此,一位在国外留学多年的教授颇有感触:“在专业学习上,我们远远超过他们。但是,在课题研究进入更高领域时,我们深切地感受到,传统教学给予我们的人文素养与他们相比较有不少差距,并因而妨碍了我们研究的深入。

” 大学学习的过程,固然是知识长进的过程,但更重要的是个人素质全面发展的过程。我们可以想一下:在十几年的中小学阶段,对于音乐和绘画有多少关注,又理解多少?读过几部有影响的文学作品,了解文学的内涵吗?真正思考过人生的意义和哲理吗?对整个世界从哲学上进行过思考吗?等等。

这些都是人文素养的重要组成部分,但在过去的教育中却被忽视了。

如果把提高人文素养仅仅停留在唱唱流行歌曲,看看韩剧、日剧的层面上,对于全面发展、完善自我是远远不够的。

必须加强自身修养、提高精神境界,从而构建一个完善的自我。

“修养”的意思是修身养性、反省自新、陶冶品行和涵养道德,这就要求进行自我教育、自我改造。在大学里,大学生既要努力建立合理的知识结构,又要努力确立坚定的政治信念、积极的人生态度、高尚的道德情操、健康的心理和科学的思维方式,全面提高自己的素质,才是成才的需要。

要在大学阶段做好自己,必须经常问自己:“如何做好一个大学生?”

”这样,人生的主观意念就会增强,就会激发自己的主观能动性和学习的自觉性。在这种情况下,就可以进一步整合社会需求和个人的价值目标,使自己的大学更有目标、自己的人生更有方向。

<<大学生行为指导与训练>>

编辑推荐

《大学生行为指导与训练（第2版）》不仅是专门为课程教学编写的教材，还是大学生在四年学习生涯中温故知新的案头读物，也可以作为青年朋友进行个人修身的辅助材料。

<<大学生行为指导与训练>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>