

# 个人成长心理分析报告(优质5篇)

在现在社会，报告的用途越来越大，要注意报告在写作时具有一定的格式。那么什么样的报告才是有效的呢？下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 个人成长心理分析报告篇一

姓名：

学号：

班级：

上篇 回忆过去

上篇 回忆过去

我的出生就是一个奇迹，奇迹，不是因为有先天的疾病，也不是因为我妈妈生我的时候难产，而是因为现在已经写入历史的一项基本国策——计划生育。有两个姐姐的我，一出生就加入了超生游击队的行列。也许别人都无法理解为什么就想生个男孩，这归根于中国的传统观念……自古以来，就有重男轻女的思想，虽然改革开放以来，这种观念修炼淡出了人们的思想，但是在农村，却依然没有……我出生在农村，生长在农村，农村的人对一家没有男孩的家庭是看不起的，所以说，农村人就是要生男的。当然，我的出生也给家庭造成了非常大的经济负担。但父母一直认为，读书是我们的出路，是我们走出农村的重要途径，所以不管怎样，都在供我们三个孩子上学，每个人都从小学，初中，高中，一直到大学。

由于地域落后，我六周岁才开始上幼儿班，应该算是一开始就输在了起跑线上。幼儿班，学前班一天天过着同样的生活，

每次期末都能捧一个奖状回家，算是对我学习的认可和鼓励，这是当时幼小的心灵中最期待的一件事，心理并没有成长，直到一年级，到了期末，没有得到期待中的奖状，幼小的心灵顿时崩溃，回到家，看到爷爷奶奶，爸爸妈妈，瞬间哭成了泪人，后来在他们的安慰下，让当时的我明白，奖状并不能代表的优秀与否，只要自己努力，有家人的赞许，就继续向前走！直到四年级，一路风平浪静，没有一丝的波澜。

## 个人成长心理分析报告篇二

随着社会的飞速发展，人们的生活节奏正在日益加快，竞争越来越强烈，人际关系也变得越来越复杂；由于科学技术的飞速进步，知识爆炸性地增加，迫使人们不断地进行知识更新；“人类进入了情绪负重年代”，人们的观念意识、情感态度复杂嬗变。作为现代社会组成部分，在大学院校生活和学习的大学生，对社会心理这块时代的“晴雨表”，十分敏感。况且，大学生作为一个特殊的社会群体，还有他们自己许多特殊的问题，如对新的学习环境与任务的适应问题。对专业的选择与学习的适应问题，理想与现实的冲突问题，人际关系的处理与学习、恋爱中的矛盾问题以及对未来职业的选择问题等等。

### 大学生、心理健康教育

如何使大学生们避免或消除由上述种种心理压力而造成的心理应激、心理危机或心理障碍，增进心身健康，以积极的、正常的心理状态去适应当前和发展的社会环境，预防精神疾患和心身疾病的发生，加强对大学生的心理健康教育，就成为各高校迫切的需要和共同关注的问题：

心理健康是指这样一种状态，即人对内部环境具有安定感，对外部环境能以社会上的任何形式去适应，也就是说，遇到任何障碍和困难，心理都不会失调，能以适当的行为予以克服，这种安定、适应的状态就是心理健康的状态。衡量心理

是否绝对健康是非常困难的。健康是相对的，没有绝对的分界线。一般判断心理是否正常，具有一下三项原则：其一，心理与环境的统一性。正常的心理活动，在内容和形式上与客观环境具有一致性。其二，心理与行为的统一性。这是指个体的心理与其行为是一个完整、统一和协调一致的过程。其三、人格的稳定性。人格是个体在长期生活经历过程中形成的独特个性心理特征的具体体现。而心理障碍是指心理疾病或轻微的心理失调。它出现在当代大学生身上大多数是因心身疲乏、紧张不安、心理矛盾冲突、遇到突如其来的问题或面临难以协调的矛盾等出现，时间短、程度较轻微，随情境的改变而消失或减缓；个别则时间长、程度较重，最后不得不休学甚至退学。心理障碍的表现形式多种多样，主要表现在心理活动和行为方面。表现在心理活动方面如感觉过敏或减退、体感异常、错觉、幻觉、遗忘、疑病妄想、语词新作、意识模糊、紊乱的心理特点和难以相处等等。行为方面和焦虑、冷漠、固执、攻击、心情沉重。心灰意冷，甚至痛不欲生等。

## 1、进行心理健康教育是提高学生综合素质的有效方式

心理素质是主体在心理方面比较稳定的内在特点，包括个人的精神面貌、气质、性格和情绪等心理要素，是其它素质形成和发展的基础。学生求知和成长，实质上是一种持续不断的心理活动和心理发展过程。教育提供给学生的文化知识，只有通过个体的选择、内化，才能渗透于个体的人格特质中，使其从幼稚走向成熟。这个过程，也是个体的心理素质水平不断提高的过程。学生综合素质的提高，在很大程度上要受到心理素质的影响。学生各种素质的形成，要以心理素质为中介，创造意识、自主人格、竞争能力、适应能力的形成和发展要以心理素质为先导。在复杂多变的社會环境中，保持良好的心理适应状况，是抗拒诱惑、承受挫折、实现自我调节的关键。正是从这个意义上可以说，大学生综合素质的强弱，主要取决于他们心理素质的高低，取决于学校心理健康教育的成功与否。

## 2、进行心理健康教育是驱动学生人格发展的基本动力

心理健康教育与受教育者的人格发展密切相关，并直接影响个体人格的发展水平。一方面，学生以在心理健康教育过程中接受的道德规范、行为方式、环境信息、社会期望等来逐渐完善自身的人格结构；另一方面，客观存在的价值观念作为心理生活中对自身一种衡量、评价和调控，也影响着主体人格的发展，并且在一定条件下还可转化为人格特质，从而使人格发展上升到一个新的高度。同时，心理健康教育不是消极地附属于这种转化，而是在转化过程中能动地引导受教育者调整方向，使个体把握自我，对自身的行为进行认识评价，从而达到心理优化、健全人格的目的。

## 3、进行心理健康教育是开发学生潜能的可靠途径

教育的目的之一就是要开发受教育者的潜能。良好的心理素质和潜能开发是相互促进、互为前提的，心理健康教育为二者的协调发展创造必要条件。心理健康教育通过激发受教育者的自信心，帮助主体在更高的层次上认识自我，从而实现角色转换，发展对环境的适应能力，最终使潜能得到充分发展。

当代大学生的心理素质不仅影响到他们自身的发展，而且也关系到全民族素质的提高，更关系到跨世纪人才的培养，一项关于当代人主要素质的调查表明，当代人的素质不能适应社会进步和发展的需要，最欠缺的是心理素质，具体表现为意志薄弱，缺乏承受挫折的能力、适应能力和自立能力，缺乏竞争意识和危机意识，缺乏自信心，依赖性强等。究其原因，与教育不重视人的心理素质的培养与塑造有关。在大学生中，有人因自我否定、自我拒绝而几乎失去从事一切行动的愿望和信心；有人因考试失败或恋爱受挫而产生轻生念头或自毁行为；有人因现实不理想而玩世不恭或万念俱灰；有人因人际关系不和而逃避群体自我封闭。大量调查表明，目前我国大学生发病率高的主要原因是心理障碍，精神疾病已成为

大学生的主要疾病。具体表现为恐怖、焦虑、强迫、抑郁和情感危机、神经衰弱等。我校每年对新生进行心理健康状况调查，结果表明每年有大量大学生心理素质不良，存在不同程度的障碍。

大学生心理素质方面存在的种种问题一方面是与他们自身所处的心理发展阶段有关，同时也与他们所处的社会环境分不开。大学生一般年龄在十七、八岁至二十二、三岁，正处在青年中期，青年期是人的一生中心理变化最激烈的时期。由于心理发展不成熟，情绪不稳定，面临一系列生理、心理、社会适应的课题时，心理冲突矛盾时有发生，如理想与现实的冲突、理智与情感的冲突、独立与依赖的冲突、自尊与自卑的冲突、求知与辨别能力差的冲突、竞争与求稳的冲突等等。这些冲突和矛盾若得不到有效疏导、合理解决，久而久之会形成心理障碍，特别是当代大学生，为了在激烈的高考竞争中取胜，几乎是全身心投入学习，家长的过度保护、学校的应试教育、生活经历的缺乏使这些学生心理脆弱、意志薄弱、缺乏挫折承受力，在学习、生活、交友、恋爱、择业等方面小小的挫折足以使他们中的一些人难以承受，以致出现心理疾病，甚至离校出走、自杀等。从环境因素看，竞争的加剧、生活节奏的加速，使人产生了时间的紧迫感和压力感；个人对生活目标的选择机会增多，难以兼顾的矛盾加剧了内心的冲突，产生了无所适从的焦虑感。凡此种种，对变化的环境适应不良而出现的各种困惑、迷惘、不安、紧张在明显增加，社会的变革给正在成长着的大学生带来的心理冲击比以往任何一个时代更强烈、更复杂。各种生理因素、心理因素、社会因素交织在一起，极易造成大学生心理发展中的失衡状态。心理素质低劣的人自然不能适应高速度、高科技、高竞争的环境，心理负荷沉重便容易导致各种心理疾病。

## 1、客观方面

与中学比，大学时期的学习、生活、人际关系都发生了很大变化。

### 1)学习的任务、内容、方法发生了变化。

中学学的是基础知识，目的是为今后继续深造或就业做准备；大学学的是专业知识，目的是把学生塑造成建设祖国的高级专门人才。中学课程几年一贯学习仅有的几门高考课程，中学有老师天天辅导，日日相随；大学要有较强的自学能力，独立地思考和解决问题。新大学生往往不适应这种变化了的学习生活，不知道如何适应和支配时间。

### 2)生活环境发生了变化。

部分新生在中学有寄读经历，但多数新生仍然是上学到学校，放学同家人居住在一起。进入大学后，班集体成为主要生活环境，宿舍成了主要的生活区，日常生活全要自理，这对那些平时习惯于依靠父母、家庭的人来说，确实是个难题。这种变化给他们带来了一定的精神压力。

### 3)人际关系较中学时代要复杂。

大部分新生在中学时期居住的比较集中，从小学到中学，都有一些从小在一块儿的伙伴；班主任一任数年，天天相见。熟悉的面孔、相似的语言、习俗，构成自己熟悉的生活环境。跨进大学，周围的人来自不同地区，素昧平生，语言、习俗各不相同；同学间由原来的热热闹闹、亲密无间变得陌生，有想法也难以启齿。这对年龄仅有十七八岁的新生来说，是极不习惯的，因此，每逢节假日就会想家、想同学，会产生孤独感。

### 4)对待社会工作的态度发生了变化。

中学的工作和活动多是在老师指导下开展，由少数同学承担的。大学强调学生的自我管理，班里事情多，社团活动多，学生除了要搞好自身的学习外，还要担负一定的社会工作，关心班集体建设。新生往往不大适应这种较大工作量的生活，

缺乏工作主动性，在其位又不知如何谋其政，感到压力大。

## 2、主观方面

新生物质生活的依赖性与精神生活的独立意识发生着矛盾；日益增强的自主自立意识以及主观愿望上的自主自立与客观条件上的可能性及能力之间发生着矛盾。这两方面的原因使那些适应新环境能力不强的新大学生很容易产生如下心理问题：

一是盲目自满与自我陶醉。因为考取了大学，老师表扬，同学羡慕，亲友夸奖，父母庆贺，部分学生在这种自我陶醉中渐渐松懈了斗志，终日悠哉游哉，认为自己是中学的尖子，大学里成绩也不会差，从而放松了对自己的要求，盲目自满。

二是失望与失宠感。有的学生入学前把大学生活过于理想化、神秘化，入学后感到理想与现实差距太大，因而产生失望感，有的学生曾是中学的尖子，是家庭与学校的重点保护对象，进入大学一下子不受重视了，就会产生失宠感。

三是松气情绪与歇脚心理。有的同学认为考上大学就是端上了铁饭碗，长期拼搏的目标已经达到，心理上得到了满足，生理上希望得到休整。加上进入大学后奋斗目标不明，适应能力不强，竞争的气势也有所减弱，便产生了“松口气，歇歇脚”的心理，再也鼓不起前进的勇气了。

四是畏首畏尾。因为环境变化而瞻前顾后畏缩不前，社会活动不参加，运动场不光顾。整日除了学习之外，无所事事，生活单一，有碍个性发展。

人的心理素质不是天赋的，而是取决于后天的教育与训练，教育对心理素质的提高起着决定性的作用。我校在大学生心理素质教育方面进行了许多探索和尝试，开展了一系列工作，并取得良好效果，但同时也有许多不足的地方有待改进。以下是行之有效的教育措施：

## 1、充分发挥学校心理咨询作用。

学校心理咨询是增进学生心理健康、优化心理素质的重要途径，也是心理素质教育的重要组成部分。随着时间的推移，心理咨询被越来越多的人承认和接受，越来越多的大专院校，甚至中学开始设置心理咨询机构。心理咨询可以指导学生减轻内心矛盾和冲突，排解心中忧难，开发身心潜能。还能帮助学生正确认识自己、把握自己，有效地适应外界环境。近年来，心理咨询机构不断完善，增设了多种形式的服务，已成为大学生心理素质教育最有效的途径。

## 2、开展大一新生心理健康调查，做到心理问题早期发现与预防。

10%的新生被约请面谈，根据面谈分析，区别不同的`问题类型与程度，采取不同的应对措施，防患于未然，做到了心理问题早期发现、及时干预，使学生在入学之初就能得到具体的心理健康指导。

## 3、把心理素质教育渗透在各科教学之中。

通过各科教学进行心素质教育既是学校心理教育实施的途径，也是各科教学自身发展的必然要求。各科教学过程都包括着极其丰富的心理教育因素，因为教学过程是经社会历史积淀的文化知识、道德规范、思想价值观念为内容和主导的。教师在传授知识过程中，只要注重考虑学生的心理需求，激发学生学习的兴趣，并深入挖掘知识内在的教育意义，就能够把人类历史形成的知识、经验、技能转化为自己的精神财富，即内化成学生的思想观点、人生价值和良好的心理素质，并在他们身上持久扎根。

## 4、开设心理教育必修课，增强自我教育能力。

心理素质的提高离不开相应知识的掌握，系统学习心理、卫

生、健康等方面的知识，有助于学生了解心理发展规律，掌握心理调节方法，增强自我教育的能力。心理素质教育的效果在很大程度上取决于学生自我教育的主动性和积极性，取决于学生自我教育能力的高低。因此，心理素质教育就是要注重培养学生自我教育的能力。

## 5、加强校园文化建设，为大学生健康成长创造良好的心理社会环境。

大学生的健康成长离不开健康的心理社会环境，大学生心理素质的培养离不开良好的校园文化氛围。校风是校园文化建设的重要内容，也是影响学生心理发展的重要条件。良好的校风会潜移默化地优化学生的心理品质，如团结友爱的校风是学生形成群体凝聚力、集体荣誉感的土壤，有利于使人与人之间保持和谐的人际关系，促进同学之间相互沟通、相互帮助。丰富多彩的校园文化活动有助于培养学生乐观向上的生活态度和健康愉悦的情绪特征。因此，学校应该花力量抓校园文化建设，开展形式多样的文体活动和学术活动，形成健康向上的氛围、宽松理解的环境，有助于学生深化自我认识，充分发展个性，改善适应能力。

二十一世纪的晨钟已经敲响，在这新旧世纪交替之际，培养跨世纪人才是时代赋予高等学校的历史重任。如何培养跨世纪人才，其核心是加强对青年学生基本素质的教育和培养，全面提高他们的整体素质。二十一世纪人才应具有良好的思想道德素质、全面的科学文化素质和健康的生理心理素质，且相互和谐统一，这也是健全人格的科学内涵。我们应该反思以往的教育工作，人们往往偏重的是科技文化、学识才能素质，而较为忽视的是思想道德素质，特别是心理素质，即使在比较注重思想政治教育工作的今天，仍未对心理健康教育这一“心理卫生死角”引起足够的重视，其结果是导致学生中出现了大量的心理问题，严重扰乱了学校正常的教学、生活秩序，影响了人才的整体素质，阻碍了高教目标的全面实现，给国家带来无可挽回的损失。因此，保持健康的心态，

不仅关系到广大学生健康生理、心理的发展，良好思想道德的养成和完美人格的塑造，而且关系到人才素质的整体提高、高教目标的全面实现、直至现代化建设的顺利进行。

优良的心理素质在青年学生全面素质的提高中起着举足轻重的作用，它必将对二十一世纪人才的质量产生积极而又深远的影响。健康的心理是一个人全面发展必须具备的条件和基础。加强对大学生心理素质的教育与培养，全面提高跨世纪人才质量已成为高等学校所面临的迫切任务。二十一世纪是一个思想文化激荡、价值观念多元、新闻舆论冲击、社会瞬息万变、的世纪，面对如此纷繁复杂的世界，未来人才都可能在某一时刻出现心理危机。二十一世纪人才的心理承受能力将经受更为严峻的考验。为此，就要不断加强对青年大学生的适应性、承受力、调控力、意志力、思维力、创造力以及自信心等心理素质的教育与培养，使他们真正懂得：要想占有未来，不仅要作思想品德、智能、体魄的储备，更要作战胜各种困难挫折的心理准备，从而引导他们科学地走出自我认识的误区，更新观念，突破时空，超越自我，唯有如此，方能在搏击中，翱翔自如，走向成熟，参与国际人才竞争，迎接新世纪的挑战！

## 个人成长心理分析报告篇三

我已经踏入人生第19个年头了，借心理健康课的这次作业，我回顾了自己的成长历程。通过这学期大学生心理健康教育和指导课程的学习，我们学习到了很多有用的知识，从心理学的定义到如何进行自我完善，如何进行情绪的调控，如何应对挫折和压力，如何塑造和培养人格和意志品质，学习心理到社会心理，非常的全面。我认为此次自我分析非常的有必要。我从何而来，又将往哪里而去？家庭、学校、教会生活的体验，形成了今天的我。在每一段成长历程和人生经验中，每一步成长都是我学习积极面对人生，下面介绍一下我是怎样走过这十几二十年的。

在一个寒冷的冬天，外面下着雪，我就在这样一个瑞雪丰年的季节出生，那个时候我是家里面还有亲戚家最小的女孩，可以说集万千宠爱于一身的宝贝。父母宠着我，姥姥姥爷惯着我，叔叔阿姨喜欢我。从小我虽然说要什么有什么，可是当时家庭条件不是特别的好，父母能给我的只有他们对我无限的爱，这就够了，至少我的童年里没有像有的孩子有过吃不饱穿不暖的经历。可能因为家庭条件不是特别好，所以六七岁的我不会和同龄人去比较，哭着喊着要这要那，不会缠着爸爸妈妈买新衣服新鞋子，虽然只要我想要，他们都会给我，但是在那个时候的我有比同龄人的懂事，比同龄的人乖巧，比同龄的人的成熟。

爸爸妈妈对我的家教很严厉，从小我就有很多事不能做，现在也是，小时候不能到处跑，现在已经成年的我还是不能到处跑；小时候的我不能和男孩子到处玩到处疯，现在已经成年的我还是不能到处跑；小时候的我不可以超过六点不回家，现在已经成年的我还是不能超过六点不回家；还有很多很多。

我身边的朋友很多，我有几个闺蜜，我有几个特别爱我我也爱的闺蜜，每个人身边总会有几个会对你不离不弃的人，哪怕你怎么不好，怎么又缺点，就是会有人在你身边。我和她们的友情会长长久久下去，而我要说的是现在和我在一个学校一个专业不同的班的闺蜜，她叫江药，当初高考的我所有志愿全部滑档，我不知道去哪，我感觉我的生活没有光彩没有意义，她在这个学校，我想和她在一起，于是我就来了这个学校，报了和她一样的专业，她虽然表面不说但是我知道她还是很爱我的，我们一起做过很多事，高中的我们每天都在一起，到了大学，生活圈子开始不一样了，我们有了新同学新圈子，可至少我们还是会一直在一起，我们还是会一起吃饭一起逛街一起去别的学校。至少她还在，天真岁月不可欺，青春荒唐不负你。

友情过后是什么，是爱情，懵懵懂懂的我有过很长一段时间暗恋，从初一到高二，五年的时间，我喜欢一个人，并且

一直喜欢着，无论发生什么事，只要他一回头就可以看到，因为我一直站在他看到的地方等着他，只要他需要我，我就会出现在他的面前。我印象很深刻的一件事就是我决定要放弃的那天，那天，下着雨，似乎也在为我哭泣。暗恋几年有过开心，失落，绝望，哭泣，一直没有放弃只是觉得等一等我在放弃，或许就有结果了，但是那天我真的是绝望了，他一次又一次的让我失望，他抹掉了我所有的努力，所有的付出，慢慢消磨了我的喜欢。但最后哭的最凶的是他，他或许喜欢我，我想这就是失去后才组织者知道开始珍惜。而现在的我已经没有精力那样毫无保留的去喜欢一个人了。那只是曾经的年少轻狂。现在的我不会随随便便的就会喜欢一个人，就算会喜欢，也不会像以前那样不顾一切的喜欢了。现在的我已经过了那个年纪了，过了那个喜欢一个人就感觉是一辈子的年纪了。

我从小到大都是一个大大咧咧的孩子，喜欢哈哈大笑，喜欢蹦蹦跳跳，活泼开朗，爱玩，爱闹，热情似火，似乎没什么烦恼的事，在别人心里，用现在的话说我就是女神经。但我只做我自己，我知道其实那只是别人眼里的我，现实的我是一个很脆弱很差劲的人。我不想让别人看到我的脆弱，所有假装坚强，没有人看到的时候，我就会自己一个人偷偷的抹眼泪，然后擦干眼泪告诉自己我可以，在我的生命中没有做不到，只有我不想做的，我很好强很爱面子，我不喜欢我喜欢的朋友和别人关系特别好，我会吃醋，我不喜欢被别人欺骗的感觉，我不喜欢被别人拒绝，可是有些时候你不喜欢的的东西你也会去做，因为你成长了。

到了大学的我，身边有了新的朋友，新的环境，还有最爱的室友，我看到了很多别人看不到的，看到了身边很多人一直在，我学会了成长，学会了微笑，学会了坚强，因为我在成长中长大。因为天真岁月不可期。

## 个人成长心理分析报告篇四

首先我想说的是：选这个课并不是我想选的，是因为实在是没有供我选择的课程了，选这个课的时候我仰天长啸了三分钟，因为我一开始对这门课程的感觉是：只有心理有缺陷的人才会去选这个课吧，但是从后面的学习开始，我改变了我之前对积极心理学误解。

一开始上课我认为这门课程应该和我上学期选的中国饮食文化一样，饮食文化课是以放各种幻灯片为上课的主要内容，同样的，我感觉积极心理课应该也是一样的，我认为选修课的内容基本都一样，但是上到后面的课我才知道，并不是我之前想的那样，老师通过说好多人的例子，有好的、不好的，各个方面的例子来为我们的积极心理课增添色彩，对我们自己的对心理健康的理解有了更深的看法和见解。

学习这门课程大概也能让我们知道有些事情并不是不能够解决的，就像原本可以早点完成的作业，自己一拖再拖，最后交作业的时候自己在赶作业，我们应该去合理的安排自己的时间，去有一个好的作息规律，从而有一个良好、健康的身体，去适应更好的学习。

感谢老师，给我们讲了好多的心理疏导方式，让我们能够通过多种方式去减压，让我们能够缓解自身的压力。

## 个人成长心理分析报告篇五

本文通过介绍我的成长、我大二的心理感受、我该拥有怎样的心理素质，来浅谈我从开始的迷茫、无知、堕落现状，到逐渐认识现状，逐渐为自己找到目标，找到自己的路，并沿着自己找到的路坚定的走下去。

我来到人间已经渡过了20个春秋，我的出生给家里增添了许多欢乐。在温暖的家庭里慢慢地成长，从一个不懂事的幼儿

变成了一个有礼貌守纪律的少年。听妈妈说过，婴儿时的我胖乎乎的，好聪明，刚到了九个月就会说话了，把妈妈叫得很开心；10个月就会学走路了，摇摇晃晃，东倒西歪但不让我扶，有一次从床上掉下来至今脸上还留有伤巴一眨眼的功夫，时间老人已把婴儿时期带走了，小学时期缓缓走来，我对小学很不喜欢，妈妈送我去小学很不甘愿，有一次下课后，想回家了就去爬铁栅门，被老师和妈妈批评后才慢慢地安下心来。小学毕业后，我进入了我们那的中学读书，这座优美的校园里，我对学习有比较大的变化，表现比较积极，在学习上能多看课外书籍，同时注意积累好词好句，坚持每个星期写一扁日记，因此语文成绩比较理想，对作文比有兴趣，作文经常被老师表扬；数学成绩还算可以，进入中学以后，已使我渐渐懂事起来，我也不再贪玩了，；我也再不会抱怨作业的多少了，学会了化压力为动力，学会挤海绵似地挤时间了，遇到困难总会坚持下来。一直到高中，我一直就是这样的性格。

我一直认为大学是一个人真正步入社会的“入口”。大学教育是以为社会培养中高级人力资源为根本目的，而这些中高级人力资源可以说是国家未来发展的核心动力。在大学生即将踏上社会之前，大学生的知识、能力和道德体系都还在生产“过程”之中：知识可以积累，能力可以培养，道德可以修正——这种一切还“有待完成”的特征，使得大学教育担负国家现代化工程之重大责任。大学是吸收新知识和培养人才的重要场所，因此，大学的竞争力可说是国家竞争力的重要指标。可是当我步入大学以后我大失所望，我发现我国的大学教育无论是在知识体系、能力体系，还是在道德体系的教育上，都存在诸多的漏洞。

尽管大学是进入社会的入口，但没有想到，大学在我国居然成了理想主义和浪漫主义滋生的温床，并造成“象牙塔”一定程度的与世隔的状态。目前的大学教育在很大程度上仍是以往传统的延续，死记硬背、考试为主、读死书、死读书、理论脱离实际、教学内容和方法陈旧落后等现象十分普遍。

中国的大学教育，把学生关在自设的象牙塔里，脱离实际疏离民众，还有意无意地培养学生高人一等的意识，“我们是天之骄子”，“我们是注定要干大事”这些意识非常地害人。现在，一说大学生就业难，矛头就直指大学教育脱离实际，实际情况本来也是如此！因为大学教育脱离实际，当然所培养的人才就很难找到工作啊！其实，尤其是大学，更应该顺应市场规律，紧密联系实际，只有这样才能够培养出符合实际需要的人才！

当我从大学里走过，深入到自己的学习环境和学校其他地方后，我发现这个地方与我之前在书中读到的宁静的大学校园不同，这里各色人等纷纷扰扰，大小汽车进进出出，随处可见各式各样的商业海报或者广告，草坪上遛狗的大妈悠然自得。那种在中小学可以听到的琅琅书声在大学里却寥寥无几，大学怎么竟然不如小学？这些大学生们都不读书么？我很困惑。在正式开始上课之后，我更加见识了大学里很多人是怎么样上课的：早晨上课铃响了之后有很多人穿着拖鞋边吃早点慢悠悠地晃进教室，吃完早点后看看上面的老师，讲得没意思，于是爬着再补一觉。有的学生干脆一睡不起，大学里有句话是这样流传的：“一觉醒来一看表十点了，继续睡到十一点半，起来连早点、中饭一起吃了。”

大学相对于高中来说，学习只是生活的一部而不是全部了，想要使得自己的大学生生活过得有意义，最重要的是提升自己全方位的能力。首先，要明确自己的目标。知道自己想要什么，有了明确的目标之后做事情才不会盲目，读书交友还是参加活动都会下意思的往这方面靠拢。其次，不要拒绝经历。多参加些活动，多认识些人，多读些书，大学里面形形色色的活动，比赛，社团，志愿服务等非常多，如果认准了其中的一项或几项，踏踏实实投入进去做，用心去体验，到了积累到一定程度，会发现你之前所用的投入都是值得的。认识人会让我的眼界开阔，尤其是比我身份高的人，等我认识他们之后，才会体味到什么事听君一席话，胜读十年书。关于读书那就不必说了，读书多的人涵养深厚，谈吐举止都会跟

浅薄的人不一样。多出去走走，不要等到后来才后悔。我的大学同学肯定分布在神州大地各个地方吧，大学四年至少我是一年会去一个远地方，旅行会让人忘却烦恼，心情舒畅，大学课程不是很紧张，出去走走，看看各地的风土人情发现世界原来是这么大，努力在某一方面做到优秀，获得大家的尊敬。大学不必社会，要获得认可不一定非要多么有钱，可以学习很好，或者是学生会领导，或者某一方面很有才能，再或者是电脑高手，不管怎么样吧，在某一方面做到优秀绝对会让你拥有乐观自信的心态，这是战胜颓废的最好办法。

目标和我们的眼光和我们目前的能力极其相关，或许我不能主宰自己的眼光，但我可以通过自己的努力学习提高自己的能力，那我们的眼光自然地就会得到提升。

在确立了目标以后，我们仍然可能感到迷茫，因为目标就像一条辽阔的大海，而我们是一艘帆船，即使我们天天看着这条大海的尽头，但只要不使出所有的力气划桨，所有一切精彩的故事将不会发生，一路上所有的风景将跟我们无缘。当我们向尽头迈出一步的时候，我们就进入了生命的过程，我们将会遇到生命的种种机遇与挑战，我们生活的内容从此展开，而目标也已悄悄沉睡在了我心灵的某个角落，只有当我迷失方向时才清醒过来。因此，目标的确立就显得格外重要，它不仅让我们有了人生奋斗的方向，而且会在我们失败时教会我们很多东西。光有端正的态度、明确的目标是远远不够的，我还得有明确的行动。关于在大学四年到底应该怎样做问题，我想从以下这几方面来谈谈。

在做任何事之前，我首先应当正确地认识自我，这样才能防止走弯路，作出正确的决定，做到事半功倍。比如说我们应当分析一下自己是内向型还是外向型的，内向型的适合做自己喜欢的专心致志的工作，外向型的可能适合做跟人打交道的工作。对自己的判断下错了，可能造成一辈子的痛苦和折磨。大学的大在于它的博大，这里容纳了无数人才，我们在这种环境中定要快速地自我定位，尽快地认识新的自我，接

受新的挑战，走向成熟。