

上大学前， 整理好你的行囊

文/金妍

走过了充实的8月，忙碌的9月紧接着来到，学校陆续开学了，大学也开始在这个时候迎接又一批新生。火车站上满是背着行囊，朝父母招手作别的大一新生，有些学生就读的学校并不远，可以在周末回来，准备的东西可以简单些。但是还有许多同学要到其他城市或者外省就读，这就需要准备充足物品。上大学对于每一个新生来说是极其兴奋的，不仅是新学期的开始，也是独立生活的开始。

对照他们的行囊，要上大学的你，准备充分了吗？



建议人：小A(大学过来人,GG)

我是独自整理自己的行囊的，我觉得大一新生要带的物品有重要和次要之分，重要的物品就一定要准备好，放在随身的包里，次要的物品可以慢慢拾掇。我认为重要的物品有：

- 信用卡、银行卡、录取通知书、高考准考证
- 免冠照片N张
- 手机或其他与家里或学校联系的方式
- 团员关系书
- 另外是一些可选物品，基本上去了学校可以买，但也需依照学校所在地区经济环境而定，如果家里能带的最好带上，这样既温馨又节省了购买的时间：
 - 被褥等床上用品(一般学校会发，但是也可以根据自己需要带上部分)
 - 文具(2B铅笔、圆珠笔、本子、纸等)、工具书(字典、公式书、喜欢的读物等)
 - 洗漱用品(毛巾、牙刷、牙膏、护肤品)、防晒霜(军训必备)、雨具
 - 必备药品(解暑药、腹泻药、感冒药、消炎药等常规药物，但是不要带太多，以免过期)
 - 一般学校大一新生未被允许带电脑，可以带上U盘、MP3、复读机等工具
 - 衣物(由于开学即将入秋，夏天的衣服可以少带，秋、冬的衣物多带几件，具体还要根据当地气候条件而定)
 - 锁(一般学校附近的小店会有卖，大学里锁抽屉必备)
 - 小刀、指甲刀、剪刀、手表、闹钟(别相信手机，它很容易丢失或没电……)
 - 绳子(带着它，绑蚊帐收拾行李都能用)
 - 大塑料袋(宿舍棚里可能很脏，套上袋子万事OK)
 - 抹布废报纸(万金油装备)



建议人：小B(大一新生,MM)

人家都说女孩子的东西就是多，一个人在外求学，生活用品当然要准备妥当。中学时期我从来没有住校过，刚进大学就需要有个适应过程。学费现在都打在银行卡里，所以身边不需要放太多现金，贴身包一定要放好。行程安全还是很重要的，最好不要在晚上赶到学校。

- 我的装备：
- 文曲星、身份证、录取通知书、箱子、背包
 - 香皂盒、洗手液、牙刷、毛巾、脸盆(最好带3个)、杯子
 - 洗澡用品、镜子(1大1小)、洗洁精、刷鞋的刷子、洗衣粉
 - 花露水、防晒霜、痱子粉、护肤品(营养水、隔离霜、护手霜、美白霜)
 - 被套、枕套、小被子、衣架、樟脑球、衣服(内衣裤、袜子)、睡衣(夏秋)
 - 多头插座、台灯、MP3、收音机
 - 拖鞋(夏冬各1双) 帽子、雨伞、针线包、围巾
 - 药品(感冒药、消炎药、板蓝根、创可贴、眼药水、酒精)
 - 本子、笔、喜欢的读物若干、手机、充电器、我和家人的影集、一个娃娃



建议人：小C(正在读大学的MM)

我的大学和家在一个省，说远不远，说近不近，我觉得没有必要带太多东西，但是要根据自己需要准备齐全。

- 生活必需品：
- 书包(一定要买一个结实的，出去玩的时候好背哦)
 - 暖水袋、手炉(冬天自修的时候很冷的，这些装备的力量不容小觑)
 - 药品(随身携带一些常用的药物还是有必要的)
 - 水杯(建议大号、不锈钢或是塑料材质、有标识的杯子)
 - 衣物(包括春、秋、冬三个季节的外套、内衣、袜子、鞋子、拖鞋等。如果学校离家比较近或者学生能在一个月左右回家一次，冬天的衣物可以先不带)
 - 个人用品(洗漱用品，如牙膏、牙刷、洗面奶、面霜、防晒霜等，还有雨伞、蚊帐和薄被等，这些东西一般是个人用惯了的，并且每天都要使用，一般新生到校需要做的事情很多，再去买这些东西实在太匆忙)

目前几乎所有学校都会为学生准备好行李，而且大部分学校也会给学生准备好脸盆、暖壶、牙缸、香皂盒等物品(一般要另外收费)，所以可以减轻行囊。

- 学习用品：
- 书本(自己喜欢的常用书、少量笔记本，但不应过多，因为书在很大程度上加重行李重量，而且上学后学校都会发一些笔记本)
 - 文具(英语词典或文曲星)
- 额外用品：
- 收音机(可以听英语、广播、新闻、并且大学英语考试听力都是用收音机播放)
- 不要买的物品：
- 电脑除非是学校规定要买(还没有听说过)，大一的时候不要买，大一的课程主要是基础课，一般不需要使用电脑。另外，刚到学校，熟悉环境、结交新朋友、适应新的生活方式都需要很多时间，此时，如果沉迷其中就会觉得有些得不偿失。

大一新生 你做好心理准备了吗？

物品准备好了，心理准备好了吗？大一新生刚入学对一切都很好奇，同时也潜在着部分心理问题，在今后的学习生活中会渐渐凸显。首先调整好自己的心理定位，其次才是以一个新生的身份，正式开始一段难忘的四年时光。

当学习完全靠自己时

中学时，教师总是跟在后面不厌其烦地“传道、授业、解惑”，大学则实行学分制，学习完全靠自己，所谓“师傅领进门，修行靠个人”。自学能力强的学生往往脱颖而出，如果进了大学而不懂得自学，那么自控能力差的学生很容易感到没有学习动力，开始变得懒散。有很多在高中成绩很好的男生，到了大学后就开始沉迷电脑网络游戏，荒废了学业，严重的还被迫退学，这样的状况是很让人担忧的。

所以，新生们要正确认识、评价自我，给自己重新进行角色定位，扬长避短。新生首先要逐步接受自己已成为普通一员的事实，能够接纳自我，入学后应立即确立一个新的学习、奋斗目标。从心理学角度来说，有一个明确的目标，会使心理指向集中于一处，这样无形中会转移注意力，削弱心理问题的不利影响，摆脱因不适应而带来的心理问题。

当生活要完全自理时

大学是个小社会，而且高校采取的是住宿制，步入大学即意味着进入一个陌生的环境，过集体生活。在中学，除了学习，一切事情家长代劳，上大学后，一切亲力亲为，适应能力不强的同学就会经常被孤独不安、焦虑所困扰。某重点大学就有这样一名学生，由于不习惯学校的饮食，竟然每天买饼干吃，到最后干脆不读书了逃回家，父母哭笑不得。

进入大学就应该培养独立学习、生活的能力，在生活上要逐步学会自主理财。除自己调节外，还可积极参加各种文体活动，尽快适应大学生活。

面对各方新同学

中学里的人际关系要简单些，一心只读“圣贤书”，而大学的交往是广泛的，有同学、同乡、师生、异性、社会活动团体等。同居一室的同学来自五湖四海，有不同的城乡背景，不同的方言、不同的性格，他们之间的磨合是个新问题。加之原本远离父母就有一种孤独感，人际关系如果不和谐，这种孤独感就会一点点加剧，从而产生压抑和焦虑。有些则会经常埋怨自己没用，甚至想逃避。

要了解自己和他人的优缺点和性格特性，找到相同点，交往起来就容易。与同学发生不快和矛盾时，应通过换位思考冷静处理。只有那些以自我为中心、不会设身处地为别人着想的学生才难以被周围的同学接受。

可以恋爱了吗

中学时，家长、老师不止一次告诫大家绝不许谈恋爱。但到了大学经常可以看到校园情侣，不小心就会踩到一对。受到很多偶像剧的影响，有些大学新生为摆脱空虚和寂寞，也有的为满足虚荣心，开始注意和寻找异性。但是他们往往并不成熟，容易给对方或者自己造成伤害。过度沉溺恋爱，会严重影响正常的生活和学习。对于大学恋爱，很多高校的态度是不主张也不反对。校园恋是单纯的、原始的，但成功者并不多，大学的主要任务还是学习和提高能力。

康明多国语言发声词典

康明发声翻译器是全球小语种最大品牌，三国互译机包括中、英、日、韩、意、法、葡、德、俄、泰、西班牙语、波兰、捷克、匈牙利、罗马尼亚、越南、印尼、马来、希腊、波斯、土耳其、阿拉伯等40国，是语言学习、出国定居和商务办公的最佳伴侣。

浙江办事处：杭州碟碟数码科技有限公司(浙江省总代理)
地址：杭州教工路23号1108-1109室
咨询电话：0571-56834366 89922587 13456852268(赵先生)

