



密西根州立大学 视讯答疑 不见不散

2020年5月27日

5月27日 (周三)

美东时间 8点半 - 9点半

北京时间 20点半 - 21点半

如何选择最适合学生的专业
如何在美国校园内找到自我

主持：中国事务办公室（北京）市场与招生主任 罗靖

嘉宾：学生生活社区--学生成功协作中心学术顾问 李康博士

心理咨询与精神科服务中心国际学生心理咨询师 钟振汕 (Zen)

前往中国事务办公室网页观看往期回放：

<https://china.isp.msu.edu/get-engaged/virtual-office-hours/>

下一期视讯答疑：

6月17日 (周三) | 美东时间 8点半 - 9点半 | 北京时间 20点半 - 21点半

扫以下二维码或输入以下会议号
参与视讯答疑直播



会议号：884-596-103

首次通过手机参与前
请下载Zoom應用程式



Changing/Selecting Majors and Finding Yourself on an American Campus

By Dr. Kang Li & Zen Zhong

Zoom conference for Cross-campus Chinese International Student
Support and Success Initiative by OCP and OISS, MSU

05/27/2020

Change Major is Common at MSU

换专业在密州大是普遍现象

- 70% MSU undergraduates change their major at least once in college.
- Why is so? (liberation education vs. Professional education, self-major-career, graduate and professional schools, etc.)
- MSU limited enrollment majors, open enrollment majors and exploratory majors
(<https://reg.msu.edu/AcademicPrograms/Programs.aspx?PType=UN>)

Major Selection and Chinese Intl Students

中国留学生专业选择倾向和问题

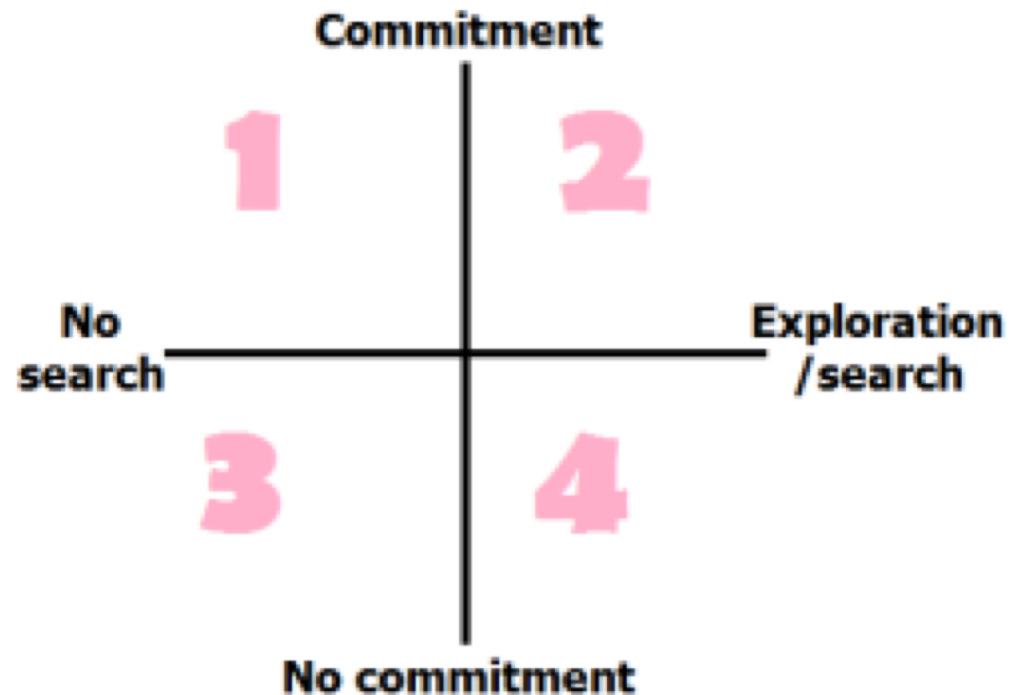
- Business, Engineering, Communication Arts and Sciences, Natural Science, Social Science, Education, Humanities and Arts. (Very limited enrollment in Lyman Briggs, James Madison and RCAH)
- Major/self exploration experiences are different for international students, compared to that to domestic students (academic challenges, cultural adaptation, where to live and work, group/individual orientation, lack of cultural institutional and curricular knowledge, etc.)
- Student cases (business to philosophy, dietetics to psychology, business to ABM or EC, EGR to MI) 被动。主动选择的区别。

Major Exploration and Self Exploration

专业选择和自我探索



James Marcia (1980): Identity Status



Learning, Growth and Development

学习，成长和发展

- C.V.: Curriculum Vitae (Latin for “Course of Life”, 履历：天泽履，柔履刚也，悦而应乎乾，刚中正，履帝位而不疚，光明也；历，经历，历程，历法，历史)
- What is the logo of self-organizing of being (生命自组织的核心/中心) ?
- Curricular, co-curricular, and extracurricular learning and reflection
- Self-awareness, self-knowledge, self-exploration, self-authorship and self-mastery
- International education, transnational identity and global consciousness (beyond and deeper than being Chinese or American).

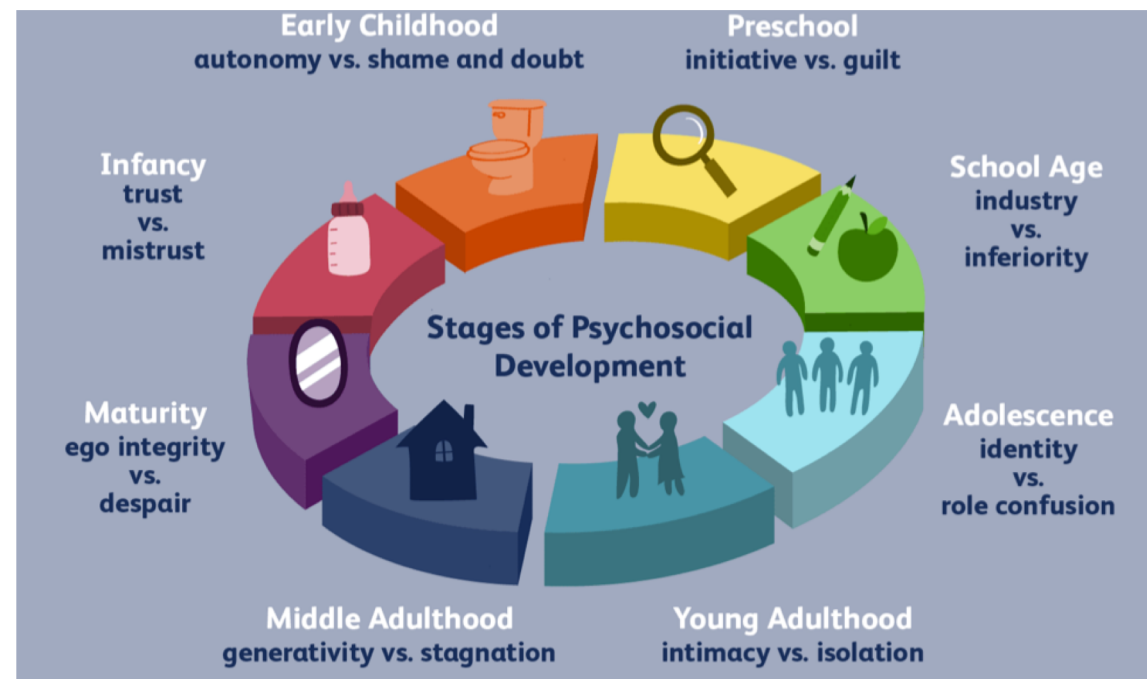
埃里克森社会心理发展阶段 Developmental Stages

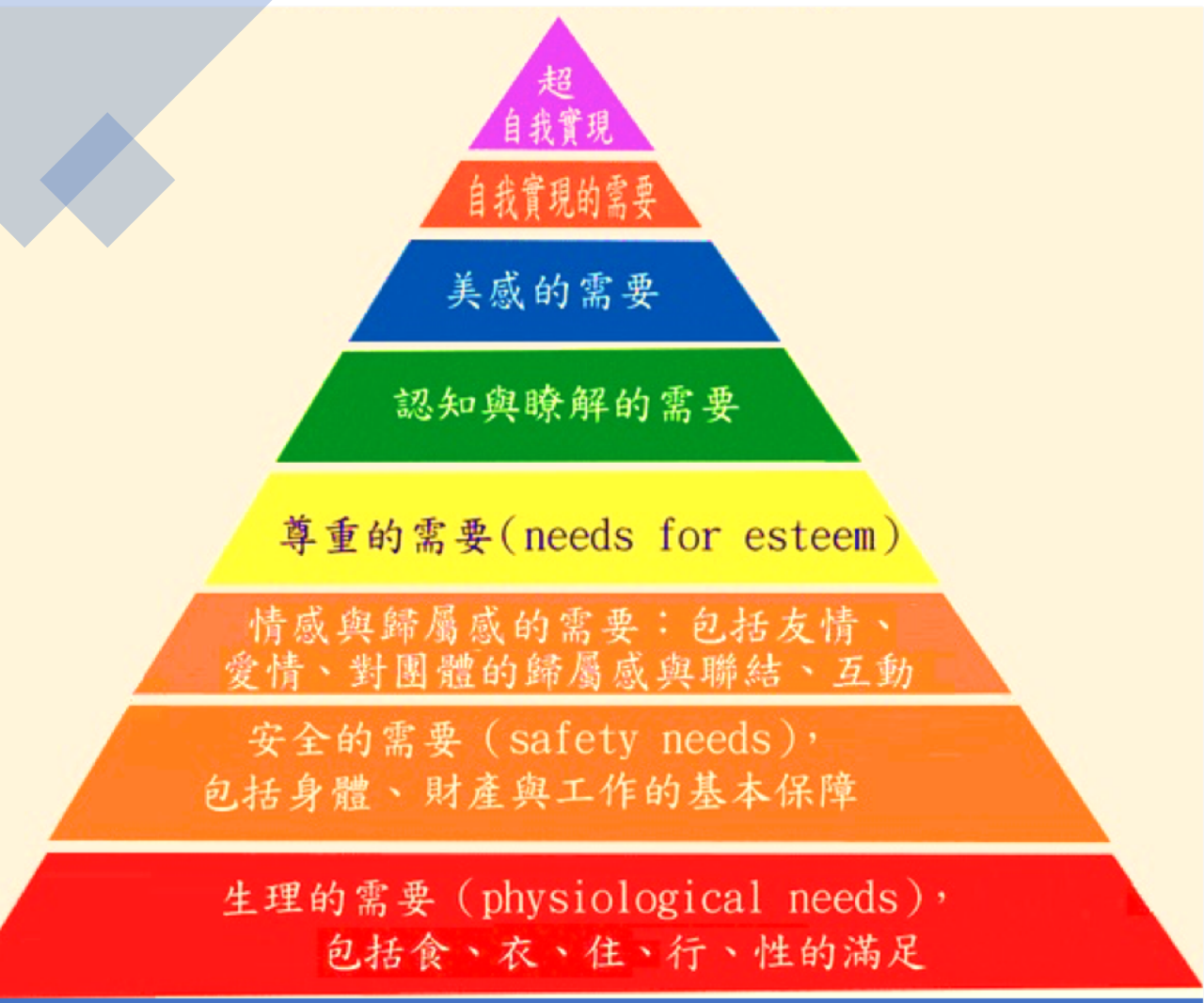
青春期（13-19歲）

- 社会心理危机：自我認同和角色混淆
- 中心任务：同辈群体
- 存在問題：我是誰？我能成為什麼？
- 正面后果：强烈的团体归属感，为将来准备计划
- 發展障礙：角色混亂、生活無目的
- 自我品质：忠诚
- 重要关系：同辈群体

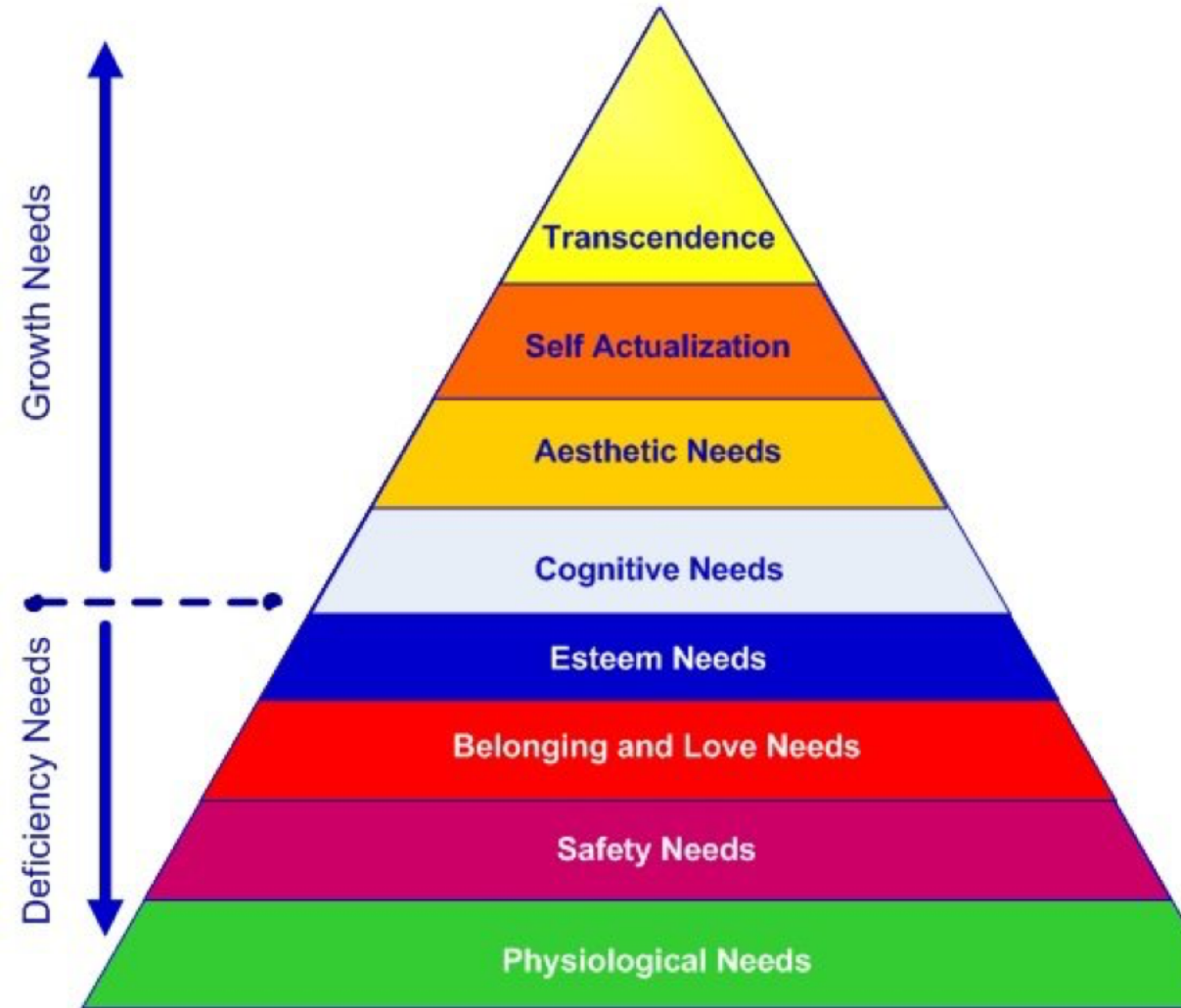
成人早期（20-39歲）

- 社会心理危机：亲密对孤独
- 中心任务：关心
- 存在問題：我能不能去愛？
- 正面后果：组成密切关系，和他人分享
- 發展障礙：疏離社會、寂寞孤獨
- 自我品质：相互关怀，同甘共苦
- 重要关系：配偶、朋友





MASLOW'S MOTIVATION MODEL



马斯洛需求层次理论 Maslow Hierarchy of Needs

自我不匹配 (self discrepancy)

- 当理想自我 (Ideal self-states)和现实自我 (actual/own self-states)差距过大时的一种状态
- 与重要之人的期待不符合
- 缺乏自我实现的沮丧
- 自我羞愧，不配，不值得
- 产生的负面情绪（恐惧，威胁，不安等）

(Edward Tory Higgins)

学会做选择的 重要性

- 霍布森选择效应
- 决定我们是谁的，不是我们的能力，而是我们的选择。”教育的一个重要目的，就是教会孩子以后怎样去选择

- 直播回放: <https://china.isp.msu.edu/get-engaged/virtual-office-hours/>
- 给予反馈: https://msu.co1.qualtrics.com/jfe/form/SV_5jN52aCWpTAu4lf



- 下一期6月17日（周三）中国时间晚上8:30，主题暂定为研究生专业选择和申请