

大学生

○主编 廉永杰

思想道德修养

道德修养

陕西人民出版社

内 容 摘 要

《大学生思想道德修养》一书,根据教育部有关要求,紧扣十六大精神,运用了较新的研究成果编写而成。本书共分十章,每章前都有题记,章后有思考题、课外教学活动指南、案例及分析等。内容涉及大学生人生观、价值观、道德观、爱情与友谊、生理心理、自我修养、创新成才等。文章都努力做到贴近时代,贴近学生实际,具有可读性。本教材可作为大学生《思想道德修养》课的教材,也可作为德育工作者与青年学生的参考书和读物。

目 录

第一章 新的人生历程与新的历史使命	1
第一节 创造大学新生活	1
一、人生发展的重要阶段	1
二、新环境、新生活、新起点	4
三、做新生活的主人	7
第二节 当代大学生的历史使命	9
一、社会主义现代化的新的发展阶段	9
二、国际形势的深刻变化	12
三、肩负重任,不辱使命	14
第三节 当代大学生成才的总体目标	16
一、高校的培养目标及综合素质要求	16
二、人才特征及其成长规律	21
三、锲而不舍、立志成才	26
第二章 创新精神与知识、智能结构	32
第一节 知识、知识结构与创新	32
一、知识和知识结构的涵义	32
二、知识学习的基本要求与途径方法	34
三、创新与知识学习	41
第二节 智力、能力与创新	43
一、智力和能力的涵义	43

二、智力结构和能力结构·····	45
三、创新与智力开发和能力培养·····	48
第三节 智能、智能结构与创新·····	53
一、智能和智能结构的涵义·····	53
二、优化智能结构·····	54
三、创新与智能结构优化·····	56
第三章 心理健康与成才 ·····	64
第一节 心理及心理素质·····	64
一、心理健康的涵义及标准·····	64
二、心理素质的涵义和特征·····	69
三、健康的心理是成才的必备条件·····	75
第二节 大学生生理心理特点·····	77
一、大学生的生理特点·····	77
二、大学生的心理特点·····	77
三、大学生常见的心理矛盾和心理障碍·····	80
第三节 大学生健康心理的培养与提高·····	83
一、培养健康的情绪·····	83
二、塑造良好的人格品质·····	87
三、科学地对待心理矛盾和心理障碍·····	90
第四章 弘扬社会主义道德 ·····	97
第一节 道德和道德品质·····	97
一、道德的内涵、本质与功能·····	97
二、道德品质的内涵、形成和发展·····	101
三、道德的评价·····	105
第二节 社会主义道德建设的主要内容·····	106
一、社会主义道德建设的核心、原则和重点·····	106
二、社会主义道德建设的基本要求·····	108

三、社会主义道德建设的着力点	109
第三节 大学生道德品质要求及其形成途径	111
一、大学生应具备的道德品质	111
二、大学生道德品质要求的原则	116
三、大学生良好道德品质的形成途径和方法	117
第五章 正确处理交往、友谊与爱情	126
第一节 人际交往的作用与发展	126
一、人际交往的意义	126
二、培养人际交往的能力	129
三、正确对待竞争与合作	134
第二节 友谊的获得与培养	140
一、友谊的涵义和价值	140
二、友谊的基础	142
三、努力播种友谊	144
第三节 爱情的位置与影响	146
一、爱情的人生意义	146
二、大学生与恋爱	149
三、树立高尚的恋爱观	152
第六章 做坚定的爱国主义者	160
第一节 爱国主义是宝贵的精神财富	161
一、爱国主义的科学内涵和基本内容	161
二、爱国主义是中华民族优良传统	166
三、爱国主义的伟大作用	171
第二节 新时期的爱国主义	173
一、爱国主义的时代特征与教育要求	173
二、社会主义爱国主义的基本特征	175
三、保持健康向上的民族心态	179

第三节 大学生应成为坚定的爱国主义者·····	182
一、树立主人翁的爱国义务感、责任感·····	182
二、弘扬培育以爱国主义为核心的民族精神·····	184
三、以中华民族的伟大复兴为己任·····	187
第七章 树立正确的人生目的和人生态度·····	195
第一节 人生与人生观·····	195
一、人的本质·····	195
二、人生观的内涵及其意义·····	202
三、人生观的形成及其作用·····	204
第二节 确立正确、崇高的人生目的·····	206
一、人生目的是人生观的核心·····	206
二、摒弃错误的人生目的·····	208
三、大学生正确、崇高人生目的的确立·····	211
第三节 确立乐观进取的人生态度·····	213
一、人生态度的内涵与类型·····	213
二、人生境遇的思考·····	215
三、大学生乐观进取人生态度的确立·····	217
第八章 树立正确的人生价值观·····	225
第一节 人生价值与人生价值取向·····	225
一、人生价值的基本内容与特点·····	225
二、人生价值的选择与评价·····	230
三、遵循“三个代表”重要思想为指导的人生 价值取向·····	233
第二节 人生价值的创造与实现·····	237
一、坚持实现自身价值与服务祖国人民的统一·····	237
二、实现人生价值的主观条件·····	240
三、在实践中创造和实现人生价值·····	245

第三节 追求真、善、美的人生价值·····	246
一、追求真理·····	247
二、追求至善·····	249
三、追求美好·····	250
第九章 树立崇高的理想与信念·····	260
第一节 理想、信念是人生的精神支柱·····	260
一、理想的涵义与特征·····	260
二、信念的涵义与特征·····	263
三、理想和信念的精神作用·····	265
第二节 坚定社会主义的理想和信念·····	267
一、坚持先进文化的前进方向,树立共同理想·····	267
二、科学把握共同理想与最高理想·····	271
三、坚定走中国特色社会主义道路的信念·····	274
第三节 架起通往理想彼岸的桥梁·····	279
一、大学生贵在志存高远·····	279
二、坚持树立远大理想与艰苦奋斗的统一·····	281
三、坚定信念,将理想化为现实·····	283
第十章 加强修养、立志成才·····	290
第一节 自身修养的价值和意义·····	290
一、中华民族自我修养的传统美德·····	290
二、自我修养的时代价值及其意义·····	292
三、提高自我修养的自觉意识·····	295
第二节 自我修养的原则、内容、途径和方法·····	297
一、自我修养的原则·····	297
二、自我修养的内容·····	299
三、自我修养的途径和方法·····	304
第三节 坚持修养、开拓创新、立志成才·····	312

第一章 新的人生历程与新的历史使命

智慧的本质就是适应。

——〔瑞士〕皮亚杰

进入大学是人生道路上的一个重要转折,也是大学生成长成才过程的新起点。当代大学生是我国全面建设小康社会的中坚力量,肩负着时代赋予的光荣而艰巨的历史使命。跨进大学校门,面对新的环境、新的生活、新的目标,面临着许多机遇和挑战,21世纪的大学生能否审时度势,认识并把握好自己,直接关系到今后成才目标的实现和进一步的发展。因此,要尽快熟悉环境,适应新的要求,及早完成角色转换,明确成才的奋斗目标,努力学习科学文化知识,主动创造美好的大学生活,从而将自己锻炼成合格的社会主义事业建设者和接班人。

第一节 创造大学新生活

一、人生发展的重要阶段

1. 大学阶段是大学生身心发展成熟的重要阶段

大学时期是青年学生生理、心理发生剧烈变化的关键时期,是一生中生理状态的黄金时期。这个时期,身体上的成熟使大学生

具备了承担繁重脑力劳动的物质基础;心理上的成熟使大学生智力、思维等方面得到较快发展,并处于学习的最佳时期。身心发展的新特点使大学生“成人感”和“独立感”明显增强。他们朝气蓬勃,精力充沛,有生气,肯学习,不示弱,愿意处处显示自己的力量和能力。情感、意识、性意识趋于成熟,为大学生步入社会、完成社会化提供了前提条件。

处在青年时期的大学生,其生理发育必然带来心理特征的一系列变化。一是智能发展达到高峰。在这个年龄阶段,观察力、注意力、想像力、理解力不断增强,思维的独立性、批判性和创造性也日益增强,但易于片面固执,脱离实际。二是情感日益复杂丰富。道德感、理智感和审美意识与年龄俱增,但遇事不够冷静,易于激动,情绪不够稳定。三是自我意识明显增强。自我认识和评价能力提高,形成较强的自尊心和自信心;好胜心比较强,追求独立自主,渴望他人和社会的关心和尊重,但意志品格尚处于形成之中,情绪波动较大。四是性意识进一步得到发展。他们渴望结交异性,追求美好爱情,与此相适应的感情欲望逐渐增强,但往往过早陷入感情纠葛,有的因此严重影响了学业,甚至误入歧路。

大学生从青春期向成人期转变的这一发展特点决定了大学生生活将是他们逐渐走向成熟、走向独立的一个重要历程,是身心的发展成熟阶段。

2. 大学阶段是为大学生成才奠定重要基础的阶段

大学阶段是青年学生社会化的关键时期,是大学生成为社会主义事业建设者和接班人的准备时期。从人生发展的历程来看,如果说小学是人生的启蒙阶段,中学是人生的奠基阶段,那么大学则是成才的关键阶段。大学阶段学习基础建立得如何,直接关系到今后成才和事业发展的方向、深度和持续性。

大学阶段接受良好的教育,可以使大学生形成宽厚而扎实的知识基础。而宽厚扎实的知识基础,又是成才最重要的基础。荀子曾说:“不积跬步,无以至千里;不积细流,无以成江海。”滔滔长江,源于涓涓细流;广博学识,始于日积月累。有了丰厚的知识,才能迅速适应现代科学技术的整体化趋势和加快发展的特点,在创造时旁征博引,举一反三。

大学阶段还可以培养出大学生较强的能力。而是否具有较强的能力,又是大学生能否真正成才的关键。一般说来,人的知识有助于能力的增强,但是知识不等于能力。知识多不一定能力强,相反,一个人的能力越强,就越能有效地吸取知识和发挥知识的作用。能力包括获得知识的能力和运用知识的能力两个方面,自学能力是获得知识最基本和最重要的能力。大学阶段,学校教学部门组织的教学和实习、实验以及各种社会实践活动,都为大学生培养和提高这些方面的能力创造了条件,提供了保障。

3. 大学阶段是大学生人生观、价值观形成的关键阶段

进入大学学习的青年人,思维有了更为明显的发展,自我意识也进入到了一个新阶段,对自己、他人和各种社会现象及其相互关系的认识有强烈的敏感性,迫切要求探索社会生活的意义和自己应承担的历史使命、社会责任,从而形成一定的世界观、人生观、价值观、道德观。但是,处于青年期的大学生,由于生理和心理的因素,情绪容易激动和反复,自我控制能力较差,加之缺乏社会实践经验,思想上、政治上还不成熟,因而还不能全面、正确地观察、分析和处理问题。可以说,青年大学生的人生观、价值观还没有完全定型,处在趋于成熟过程之中。这个时期受到什么样的教育,对人生观、价值观的形成至关重要;而在这个时期树立什么样的人生观、价值观,对一生走什么路,做什么人,有着举足轻重的作用。科

学的人生观和价值观不可能自发地产生,要靠教育养成。立志成才的青年大学生要树立科学的人生观和价值观,就必须紧紧抓住大学这个人生的重要阶段,注重人生基本理论的学习,确立全面发展的目标,积极参加社会实践,激发成才向上的内在动力,真正解决好人生道路、人生价值等观念问题。

二、新环境、新生活、新起点

1. 由以家庭为依托变为独立参与学校集体生活

这是生活环境的变化。

在中学阶段,不仅衣食住行由父母安排,而且事关个人发展的学习、处事、决策、志愿,都有家庭和父母扶助。在社会生活中出现的矛盾和冲突,也要靠父母帮助解决;在大学阶段,家庭和父母对个人生活的直接影响减少,变成间接地、有距离地、缓慢地起作用的因素。大学生面对的是大学集体生活,面对新的生活环境和人际关系,涉及个人生活和发展的重大事情必须自己安排和决策,遇到矛盾和冲突必须由自己去解决。

这种变化给大学生带来了更多的自由、自主、自立的生活实践机会。他们可以积极主动地与学校集体建立新型的关系,可以与同龄人形成更加广泛深入的沟通 and 理解,可以在新环境中展示自己的才华,可以向更广阔的生活领域进军。

这种变化也给大学生带来了新的挑战。他们必须适应新环境和新生活,从依托家庭和父母的轨道上转移过来。然而,自由、自主、自立的生活实践机会对于那些没有充分思想准备的人往往带来痛苦。有人把这一挑战称做青年走向社会的“心理断乳期”。这一挑战会引起许多独立性较弱或对新生活准备不足的学生不适,个别人甚至感到孤独、苦闷、压抑、消极,严重地影响了健康成长的

进程。只有自觉地认识这一变化,摆脱依赖思想,锻炼自立能力,才能克服这些消极影响,超越大学生活初期的不适,使新的生活有一个良好的开端。

2. 由一般的简单记忆和反复训练转变为专业性的系统学习和独立研究

这是学习特点的变化。

大学前的学习内容是最一般的文化基础知识,主要的学习方式是简单记忆和反复训练,笔记和重点都由教师一一指明,课余时间主要是做作业;大学的学习则不然。大学阶段的课程完全是按照高级专业人才的要求安排学习内容,无论是专业基础、科技前沿知识,还是社会科学、人文知识,都是系统的理论知识,主要的学习方式是系统理解与掌握,课堂上要对教师的讲授内容做出自主判断,抓住重点,做好笔记,课余时间要整理笔记,大量阅读参考书和资料,独立地进行比较研究,加深对正确结论的理解。教学实习和社会实践,作为新的学习环节出现。

大学阶段的学习,对个人学习主动性的要求增加了,必须克服一切依赖老师安排的习惯。如果不了解这些情况,望着教师滔滔不绝地讲授,享有宽裕的课外时间,面对图书馆丰富的图书资料,将会不知所措,一无所获。

3. 由遥遥领先的先进地位转变为平淡无奇的一般状况

这是个人在集体中排列位次的变化。

考入大学的学生,一般都是中学的尖子学生或优秀学生。他们在中学的学生中有突出的优势。这种优势的感觉可以这样描述:鹤立鸡群,非同一般,轻松自如,遥遥领先,老师欣赏,家长夸赞,同学羡慕,自以为是。进入大学,情况发生了很大的变化。大学校园人才济济,新的情况可以做这样的描述:人才荟萃,群星灿

烂,山外有山,天外有天,强手如林,自觉平淡。看起来,绝大多数人在新的环境中必然成为平淡无奇的一般化的状态。有的还会遇到学习上种种困难,产生危机感。

面对新的学习特点,大学生不必感到失落,应从容应对。因为,每个人的智力发展高峰不是同步到来的;在众多的课程中,每个人的适应性也是千差万别的,只有在长期的艰苦学习中,才能再造优势。

4. 由“熟人”社会的交往转变为“生人”社会的交往

这是人际交往环境方面的变化。

中学生的人际交往,还没有摆脱以血缘、地缘和人缘关系构成的“熟人”社会。家庭、亲属、老乡是交往的主体;同学间的交往也是局部而肤浅的,而且又是本乡本土的人;老师和班主任天天见面,事事关心。走进大学,情况发生了较大的变化,远离了“熟人”社会,要学会在“生人”社会环境中生活。同学们来自五湖四海,风俗、习惯、语言、个性都有较大的差别,但要朝夕相处,按照寝室、班级、年级、院系形成新的生活集体。大学教师对学生也不再事无巨细、密切关注,而是比较超脱,有时几天也难见一面。大学生必须学会与这些陌生的交往对象和环境打交道,尽快熟悉这个新的环境,自主地建立新的人际交往关系。

同学之间、师生之间、男女生之间、集体之间、学校之间的交往,既是一种挑战,又是一种机遇。新的人际交往环境使大学生有强烈的集体归属感和对友谊的渴望,但也有一部分人由于缺乏对人际交往的认识和技巧,难于建立友好和谐的人际关系,有的甚至发生人际冲突。一般来说,只要有了自觉的认识,处理得当,这种新的人际交往关系,也会使学生开阔视野,交流信息,认识社会,得到锻炼,促进成才。

5. 由对大学生活的美好想象转变为单调紧张的现实生活 这是生活理想与生活现实的落差。

在中学生阶段,对大学生活的想象是理想化了的,大学似乎是事事如意的世外桃源,充满浪漫情调。那时,对于大学阶段可能遇到的现实问题,不会有足够的思想准备;进入大学后才真正体验到大学生活虽然有着丰富多彩的一面,但也存在着紧张单调的一面。课程和学业都有严格的规章制度的要求,要圆满完成学习任务,时间并不宽裕。平时的生活,基本上是宿舍、食堂、教室“三点一线”,比较单调。只有面对现实,重新调整,才能找到新的生活节奏中的乐趣。总之,进入新的生活状态之后,如果能够尽快地适应,就会在回顾过去时,有明显的成就感。这种感觉的出现,就说明自己在思想上和实践上已经实现了向大学新历程的转变。

三、做新生活的主人

1. 自觉缩短“理想间歇期”,确立新的发展目标

大学生入学的初期,程度不同地存在一个“理想间歇期”。因为过去中学生时期的具体理想只是考上大学,至于进了大学会怎样、应该怎样继续努力,缺少具体认识。因此,部分大学生进了大学之后,产生了目的达到、松劲安逸、失去进一步前进动力的现象。在认识全面素质成长的目标之后,应尽快克服这一间歇期。要认识完成大学学业并不是轻而易举的,并不是每一个进入大学的人都能拿到毕业证书和学位证书的,这是客观事实。大学生不仅要通过许多门课程的学习和考试,还要合格地通过实习、实验等实践环节,完成毕业论文的写作和答辩,其中任何一个环节出现不合格的情况,就会给自己的大学生活留下一个败局。如果不注意提高自己的全面素质,在纪律、人际关系、道德品质方面放松要求,很容

易出现不能合格毕业的结果。因此只有认识现实,根据个人实际,制定切实可行的新目标,才会有足够的动力,并经过踏踏实实努力,向最佳的境界推进。

2. 正视自我,正视现实,加强意志磨炼

首先要正视同学间的差别,坚定自信心,摒弃自卑感。同学之间,入学成绩有高有低,家庭经济情况有富有穷,性格和修养也各有千秋,在某些方面条件较差的同学往往会产生自卑感。要正确对待这些差别,克服自卑感,确立这样的自信:录取分数线的差别不可能在大学阶段继续延伸;物质财富的状况也不可能代替较高层次的精神境界;性格和修养也是人为的,经过接受高等教育和自我完善,走出大学校门时,肯定会有较高层次的新面貌。

正视现实生活中存在的竞争环境。大学生中存在着全面素质成长的任务。学校实行优胜劣汰的竞争机制以促进学生的成才,社会用人单位也采取竞争机制以挑选和任用人才。大学生应该正视和适应这种竞争的环境,积极对待竞争,在竞争提供的机遇面前奋力一搏。

加强意志磨炼,增强抗挫折的能力。大学的生活道路,不可能一路平坦,总会有曲折和干扰、苦恼和失意,甚至出现挫折和失败。面对这样的现实,应尽量缩短消极反应的时间,理智地控制自己,防止出现害人害己的攻击行为和自暴自弃的消沉状态。在方向正确的前提下,就是要坚持“失败了再干”的不屈不挠的精神。增强抗挫折的能力,是顺利到达理想彼岸的保证。

3. 加强生活自理能力的培养

大学生的自理能力,即在生活上自我教育、自我管理、自我服务的能力。要学会管理自己的生活事务,包括洗衣、叠被、扫地、买饭、打水等;要学会安排自己的物质消费、精神生活、社会交往、闲

暇娱乐;要学会关心别人,取得同学和朋友的理解和友谊,调整自己的人际关系;还要积极参加勤工助学活动,在搞好学习的前提下,利用业余时间进行有报酬的劳动,增加社会责任感,改变自己的经济状况,增强自信心和自立感。

4. 建立和谐的人际关系

建立和谐的人际关系是适应新环境的核心问题之一。首先,作为新生,应主动地广泛接触同学和老师,扩大自己的交往视野;第二,要积极做好集体的事情和公共事务,正确理解和处理集体中发生的矛盾。自己的言行和习惯一定要服从大局,多考虑集体的利益;第三,在办任何事情之前,要想到还有别人,学会关心别人,应把有限的方便让给别人。待人处事要宽宏大量,建立起同学间的友谊和信任。

和谐的人际关系的建立,会缩短进入大学后的过渡期,使自己对新的集体具有归属感。这样,就可以轻松地投入人生新历程的生活。

第二节 当代大学生的历史使命

一、社会主义现代化的新的发展阶段

1. 我国正处于社会主义初级阶段

我国现在处于并将长期处于社会主义初级阶段。社会主义初级阶段,是整个建设中国特色社会主义的很长历史过程中的初始阶段。

我国是一个经济文化落后的东方大国。近代中国的历史证明,资本主义道路在中国走不通。中国走上社会主义是历史的必

然。同时,由于我国的社会主义是从半殖民地、半封建社会的基础上经过新民主主义革命和时间不长的社会主义改造建立起来的,所以,生产力水平远远落后于发达的资本主义国家。这种状况就决定了我们进入社会主义社会以后,还必须经历一个初级阶段,去实现别的国家在资本主义条件下实现的工业化和生产商品化、社会化、现代化,为建立发达的社会主义创造生产力基础。

建国以来,特别是党的十一届三中全会以来,我国的社会主义建设取得了巨大成就。但是从总体上说,我国人均国民生产总值仍居世界后列,生产力落后,发展不平衡,建设高度的社会主义民主政治和精神文明所必需的一系列经济文化条件还不充分等。这些都说明,我们今天仍然处于社会主义初级阶段。

2. 我国进入全面建设小康社会的新的发展阶段

江泽民同志在十六大报告中指出,当人类社会跨入 21 世纪的时候,在头 20 年,我国将推进改革开放和社会主义现代化事业,推动社会主义物质文明、社会主义政治文明和社会主义精神文明全面建设。

(1) 建设社会主义物质文明。现阶段党的中心任务是经济建设,奋斗的基本目标是国家富强、人民富裕。近代中国历史证明,落后就要挨打。实现国家的富强和人民的富裕,摆脱贫困落后,是近代中国人民的强烈追求。社会主义制度的建立,为中国人民实现这一追求奠定了坚实的政治基础。以毛泽东同志为核心的党的第一代中央领导集体提出了实现四个现代化的伟大目标。以邓小平同志为核心的党的第二代中央领导集体提出了分“三步走”,基本实现现代化的宏伟蓝图。改革开放 20 多年来,社会主义现代化建设取得了举世瞩目的伟大成就,人民生活发生了巨大的变化。当前,我国人民在党中央的领导下,按照生产力的发展要求,集中