

高等学校马克思主义理论课和思想品德课教学研究丛书

# 思想道德修养

河南大学“两课”教学研究丛书编写委员会 编



河南大学出版社

高等学校马克思主义理论课和思想品德课教学研究丛书

# 思想道德修养

河南大学“两课”教学研究丛书编写委员会 编

河南大学出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

思想道德修养/河南大学“两课”教学研究丛书编写委员会编写. —开封:河南大学出版社, 2001. 8

(“两课”教学研究丛书)

ISBN 7-81041-876-9

I. 思… II. 河… III. 思想修养-高等学校-教学参考资料 IV. G641

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 059620 号

责任编辑:薛建立

责任校对:利 剑

装帧设计:刘广祥

出版:河南大学出版社

河南省开封市明伦街 85 号 (475001)

0378-2865100

发行:河南省新华书店

排版:河南大学出版社电脑照排室

印刷:河南大学印刷厂

开本:850×1168 1/32

版次:2001 年 8 月第 1 版

印次:2001 年 8 月第 1 次印刷

字数:133 千字

印张:5.125

印数:1—7000 册

定价:8.00 元

## 河南大学“两课”教学研究丛书编写委员会

主任委员 葛运法

副主任委员 王发曾 周铁项 黄亚彬

委员 (以姓氏笔画为序)

|     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|
| 马树功 | 王发曾 | 王桂兰 | 朱荣英 |
| 齐同春 | 张德昌 | 张顺利 | 张耀兰 |
| 周铁项 | 邵先崇 | 孟彩云 | 赵连文 |
| 秦耀辰 | 高凤山 | 程耀明 | 黄亚彬 |
| 黄建水 | 崔元臣 | 葛运法 |     |

丛书主编 赵连文 张德昌 马树功

本册主编 孟彩云

## 前 言

高校“两课”是对青年大学生进行思想政治教育的主要渠道和主要阵地,是社会主义大学的本质特征之一,它在培养青年大学生成为社会主义事业的建设者和合格接班人方面具有重要作用。鉴于此,1998年4月,中央政治局常委会研究确定了高校马克思主义理论课和思想品德课(简称“两课”)课程设置新方案。教育部社政司组织编写并修订了“‘两课’教学基本要求”和“‘两课’统编教材”。我省教育厅社政处也组织编写并修订出版了省统编教材,使高校“两课”教学有了重要的教学载体。但是,由于该课程方案出台时间晚,教材编写时间短、任务急,某些课程的理论体系还不是十分成熟等方面的原因,加强“两课”教材研究和教材建设就成为一件十分急迫和重要的事情。鉴于此,河南大学“两课”建设领导小组组成了“两课”教学研究丛书编写委员会,组织本校长期从事“两课”教学的专家、学者和骨干教师,按照教学大纲和国家统编教材,并依据我省统编教材,在认真总结“两课”教学实践经验的基础上,精心编写了这套教学研究丛书。

本丛书共7个分册,分别是《思想道德修养》、《毛泽东思想概论》、《法律基础》、《马克思主义哲学原理》、《马克思主义政治经济学原理》、《邓小平理论概论》、《当代世界经济与政治》。丛书设编委会和丛书主编。丛书主编负责全书的创意设计、体例安排、相互协调、通稿审稿等项工作。各分册设分册主编,负责本册的具体事宜,以确保该丛书的质量和鲜明的政治性、政策性、责任性。

该丛书的内容主要包括考核要求、考核内容、重点难点、综合训练、阅读书目等。

该丛书的编写力求突出四个特点：一、重点突出，二、层次分明，三、简明扼要，四、表述规范。

由于编者水平有限，该丛书定会存在疏漏错误之处，恳请广大读者提出宝贵意见，以便今后修改完善。

该丛书在成书和出版过程中，得到了河南大学出版社、河南大学教务处等单位的大力支持和热情帮助，在此谨致以诚挚的感谢。

丛书编写委员会

2001年7月

## 目 录

|                       |        |
|-----------------------|--------|
| 绪论                    | ( 1 )  |
| 教学要求                  | ( 1 )  |
| 考核内容                  | ( 1 )  |
| 一、邓小平思想道德教育理论与思想道德修养课 | ( 1 )  |
| 二、思想道德修养课的基本内容        | ( 2 )  |
| 三、学习思想道德修养课的意义和方法     | ( 3 )  |
| 重点难点                  | ( 4 )  |
| 典型材料                  | ( 4 )  |
| 综合练习题                 | ( 6 )  |
| 第一章 适应大学生活 确立新的目标     | ( 8 )  |
| 教学要求                  | ( 8 )  |
| 考核内容                  | ( 8 )  |
| 第一节 珍惜人生的黄金时期         | ( 8 )  |
| 一、大学为人才成长提供了良好条件      | ( 8 )  |
| 二、把握人生的关键时期           | ( 9 )  |
| 第二节 积极适应大学生活          | ( 10 ) |
| 一、大学生活的特点             | ( 10 ) |
| 二、大学新生的特点             | ( 10 ) |
| 三、适应大学生活              | ( 10 ) |
| 四、建立合理的知识智能结构         | ( 11 ) |
| 第三节 尽快确立新的目标          | ( 12 ) |

|                                |               |
|--------------------------------|---------------|
| 一、找准立足点 .....                  | ( 12 )        |
| 二、确立新目标 .....                  | ( 13 )        |
| 重点难点 .....                     | ( 14 )        |
| 典型材料 .....                     | ( 15 )        |
| 综合练习题 .....                    | ( 17 )        |
| <b>第二章 肩负历史使命 提高综合素质 .....</b> | <b>( 19 )</b> |
| 教学要求 .....                     | ( 19 )        |
| 考核内容 .....                     | ( 19 )        |
| 第一节 当代大学生的历史使命 .....           | ( 19 )        |
| 一、21 世纪的世界与中国 .....            | ( 19 )        |
| 二、当代大学生的历史使命 .....             | ( 21 )        |
| 第二节 提高综合素质 .....               | ( 21 )        |
| 一、马克思主义关于人的全面发展的学说 .....       | ( 21 )        |
| 二、综合素质的内涵与要求 .....             | ( 22 )        |
| 三、培养综合素质的途径和方法 .....           | ( 23 )        |
| 重点难点 .....                     | ( 23 )        |
| 典型材料 .....                     | ( 24 )        |
| 综合练习题 .....                    | ( 27 )        |
| <b>第三章 正确对待交往、友谊和爱情 .....</b>  | <b>( 28 )</b> |
| 教学要求 .....                     | ( 28 )        |
| 考核内容 .....                     | ( 28 )        |
| 第一节 建立和谐的人际关系 .....            | ( 28 )        |
| 一、人际交往与人际关系 .....              | ( 28 )        |
| 二、大学生人际交往的特点 .....             | ( 29 )        |
| 三、树立健康交往观,培养交往能力 .....         | ( 29 )        |
| 第二节 培养真挚的友谊 .....              | ( 30 )        |

|                                  |               |
|----------------------------------|---------------|
| 一、友谊的内涵与特征 .....                 | ( 30 )        |
| 二、友谊与大学生成才 .....                 | ( 30 )        |
| 三、友谊的建立与发展 .....                 | ( 31 )        |
| 第三节 摆正爱情的位置 .....                | ( 31 )        |
| 一、爱情的本质和特征 .....                 | ( 31 )        |
| 二、爱情与人生 .....                    | ( 32 )        |
| 三、树立正确的恋爱观 .....                 | ( 33 )        |
| 重点难点 .....                       | ( 33 )        |
| 典型材料 .....                       | ( 33 )        |
| 综合练习题 .....                      | ( 35 )        |
| <b>第四章 正确认识个人与社会、国家的关系 .....</b> | <b>( 37 )</b> |
| 教学要求 .....                       | ( 37 )        |
| 考核内容 .....                       | ( 37 )        |
| 第一节 个人与社会 .....                  | ( 37 )        |
| 一、关于人的学说 .....                   | ( 37 )        |
| 二、关于社会的学说 .....                  | ( 38 )        |
| 三、正确认识个人与社会的关系 .....             | ( 39 )        |
| 第二节 坚持集体主义原则 .....               | ( 40 )        |
| 一、集体主义是社会主义道德的基本原则和价值导向 .....    | ( 40 )        |
| 二、正确认识集体主义与个人自由发展的关系 .....       | ( 41 )        |
| 三、坚持集体主义原则的时代价值 .....            | ( 42 )        |
| 第三节 弘扬爱国主义精神 .....               | ( 43 )        |
| 一、对祖国的忠诚和热爱 .....                | ( 43 )        |
| 二、新时期的爱国主义 .....                 | ( 44 )        |
| 三、做坚定的爱国者 .....                  | ( 45 )        |
| 重点难点 .....                       | ( 45 )        |

|                             |               |
|-----------------------------|---------------|
| 典型材料·····                   | ( 46 )        |
| 综合练习题·····                  | ( 51 )        |
| <b>第五章 树立为人民服务的人生观·····</b> | <b>( 53 )</b> |
| 教学要求·····                   | ( 53 )        |
| 考核内容·····                   | ( 53 )        |
| 第一节 树立科学的人生目的·····          | ( 53 )        |
| 一、人生目的概述·····               | ( 53 )        |
| 二、科学的人生目的及其要旨·····          | ( 55 )        |
| 三、大学生应自觉树立为人民服务的人生目的·····   | ( 57 )        |
| 第二节 确立进取的人生态度·····          | ( 58 )        |
| 一、人生态度概述·····               | ( 58 )        |
| 二、大学生应确立的人生态度·····          | ( 58 )        |
| 第三节 培养强烈的人生责任感·····         | ( 59 )        |
| 一、人生责任概述·····               | ( 59 )        |
| 二、当代大学生应具有的人生责任·····        | ( 60 )        |
| 重点难点·····                   | ( 61 )        |
| 典型材料·····                   | ( 61 )        |
| 综合练习题·····                  | ( 64 )        |
| <b>第六章 创造有价值的人生·····</b>    | <b>( 65 )</b> |
| 教学要求·····                   | ( 65 )        |
| 考核内容·····                   | ( 65 )        |
| 第一节 人生价值观概述·····            | ( 65 )        |
| 一、价值与人生价值·····              | ( 65 )        |
| 二、人生价值目标与人生价值取向·····        | ( 66 )        |
| 三、人生价值的评价标准·····            | ( 67 )        |
| 第二节 树立正确的人生价值观·····         | ( 68 )        |

|                                |               |
|--------------------------------|---------------|
| 一、正确人生价值观的内容与要求 .....          | ( 68 )        |
| 二、在贡献社会中实现人生价值 .....           | ( 69 )        |
| 第三节 正确价值观在人生实践中的运作 .....       | ( 71 )        |
| 一、顺境与逆境 .....                  | ( 71 )        |
| 二、成功与失败 .....                  | ( 72 )        |
| 三、荣与辱 .....                    | ( 72 )        |
| 四、苦与乐 .....                    | ( 73 )        |
| 重点难点 .....                     | ( 74 )        |
| 典型材料 .....                     | ( 74 )        |
| 综合练习题 .....                    | ( 77 )        |
| <b>第七章 树立崇高的理想和科学的信念 .....</b> | <b>( 79 )</b> |
| 教学要求 .....                     | ( 79 )        |
| 考核内容 .....                     | ( 79 )        |
| 第一节 追求崇高理想 .....               | ( 79 )        |
| 一、理想概述 .....                   | ( 79 )        |
| 二、共同理想与最高理想 .....              | ( 81 )        |
| 三、正确认识理想与现实的关系 .....           | ( 82 )        |
| 第二节 坚定科学信念 .....               | ( 83 )        |
| 一、信念概述 .....                   | ( 83 )        |
| 二、科学认识当代社会主义的历史命运 .....        | ( 84 )        |
| 三、坚定有中国特色社会主义必胜的信念 .....       | ( 85 )        |
| 第三节 崇尚艰苦奋斗 .....               | ( 86 )        |
| 一、艰苦奋斗的本质内涵 .....              | ( 86 )        |
| 二、艰苦奋斗的重要作用及现实意义 .....         | ( 86 )        |
| 三、艰苦奋斗的时代特色 .....              | ( 87 )        |
| 四、在劳动中树立艰苦奋斗精神 .....           | ( 87 )        |
| 重点难点 .....                     | ( 88 )        |

|                                    |                |
|------------------------------------|----------------|
| 典型材料·····                          | ( 88 )         |
| 综合练习题·····                         | ( 92 )         |
| <b>第八章 优化心理素质 增进心理健康·····</b>      | <b>( 94 )</b>  |
| 教学要求·····                          | ( 94 )         |
| 考核内容·····                          | ( 94 )         |
| 第一节 心理素质与心理健康·····                 | ( 94 )         |
| 一、心理素质概述·····                      | ( 94 )         |
| 二、健康和心理健康·····                     | ( 95 )         |
| 第二节 大学生常见心理障碍及原因分析·····            | ( 97 )         |
| 一、心理障碍的概念及其表现·····                 | ( 97 )         |
| 二、大学生常见的心理障碍分析·····                | ( 97 )         |
| 三、大学生心理障碍形成的原因·····                | ( 99 )         |
| 第三节 培养健康心理的原则与途径·····              | ( 100 )        |
| 一、培养健康心理的基本原则·····                 | ( 100 )        |
| 二、培养健康心理的途径·····                   | ( 101 )        |
| 重点难点·····                          | ( 102 )        |
| 典型材料·····                          | ( 103 )        |
| 综合练习题·····                         | ( 106 )        |
| <b>第九章 培养健康的审美情趣 树立正确的审美观·····</b> | <b>( 107 )</b> |
| 教学要求·····                          | ( 107 )        |
| 考核内容·····                          | ( 107 )        |
| 第一节 审美概述·····                      | ( 107 )        |
| 一、美的含义·····                        | ( 107 )        |
| 二、审美的含义·····                       | ( 108 )        |
| 三、审美与人生·····                       | ( 109 )        |
| 第二节 树立正确的审美观·····                  | ( 110 )        |

|                             |              |
|-----------------------------|--------------|
| 一、审美观的含义 .....              | (110)        |
| 二、树立正确的审美观 .....            | (110)        |
| 第三节 塑造美的人生 .....            | (111)        |
| 一、审美情趣概述 .....              | (111)        |
| 二、提高审美能力 .....              | (111)        |
| 三、塑造美的人生 .....              | (112)        |
| 重点难点 .....                  | (113)        |
| 典型材料 .....                  | (113)        |
| 综合练习题 .....                 | (115)        |
| <b>第十章 培养良好的敬业精神 .....</b>  | <b>(117)</b> |
| 教学要求 .....                  | (117)        |
| 考核内容 .....                  | (117)        |
| 第一节 敬业精神概述 .....            | (117)        |
| 一、敬业精神的含义、构成及核心 .....       | (117)        |
| 二、敬业精神的基本要求 .....           | (118)        |
| 三、敬业精神在人类社会中的作用 .....       | (119)        |
| 第二节 当代大学生应具有强烈的敬业精神 .....   | (119)        |
| 一、敬业精神是成功者共有的品质 .....       | (119)        |
| 二、敬业精神是现代社会竞争取胜的重要条件 .....  | (119)        |
| 三、敬业精神是当代大学生成才的基础和保证 .....  | (120)        |
| 第三节 大学生敬业精神的培养 .....        | (120)        |
| 一、确立宏大的人生志向,树立高尚的立业动机 ..... | (120)        |
| 二、适应社会需要,培养全新的就业观念 .....    | (120)        |
| 三、培养强烈的职业情感 .....           | (121)        |
| 四、让敬业精神在职业实践中闪光 .....       | (122)        |
| 重点难点 .....                  | (122)        |
| 典型材料 .....                  | (123)        |

|                             |              |
|-----------------------------|--------------|
| 综合练习题                       | (125)        |
| <b>第十一章 发扬传统美德 培养良好道德品质</b> | <b>(127)</b> |
| 教学要求                        | (127)        |
| 考核内容                        | (127)        |
| 第一节 中华民族传统美德的基本内容           | (127)        |
| 一、坚贞的民族气节和强烈的爱国主义思想         | (127)        |
| 二、以天下利益为重的整体主义思想            | (128)        |
| 三、推崇“仁爱”原则,强调“人和”精神         | (128)        |
| 四、提倡人伦价值,强调相互的道德责任与义务       | (128)        |
| 五、追求精神境界和道德高尚的理想人格          | (129)        |
| 六、重视道德教育和道德修养,强调道德实践        | (129)        |
| 第二节 继承和发扬中华民族传统美德的现代价值      | (129)        |
| 一、传统美德是建设社会主义现代化的重要精神力量     | (129)        |
| 二、继承和发扬传统美德有益于大学生的健康成长      | (130)        |
| 第三节 当代大学生应当具备的道德品质          | (130)        |
| 一、诚实守信,为人正直                 | (131)        |
| 二、勇敢无私,积极进取                 | (131)        |
| 三、仁爱互助,孝亲敬老                 | (131)        |
| 四、自尊自爱,敬业好学                 | (131)        |
| 五、谦虚谨慎,文明礼貌                 | (132)        |
| 六、艰苦奋斗,朴素节俭                 | (132)        |
| 重点难点                        | (132)        |
| 典型材料                        | (133)        |
| 综合练习题                       | (135)        |

|                                 |       |
|---------------------------------|-------|
| <b>第十二章 坚持自我修养 培养高尚人格</b> ..... | (136) |
| 教学要求.....                       | (136) |
| 考核内容.....                       | (136) |
| 第一节 自我修养概述.....                 | (136) |
| 一、自我修养的含义及历史考察.....             | (136) |
| 二、马克思主义的自我修养观.....              | (137) |
| 三、自我修养的时代要求.....                | (137) |
| 第二节 自我修养的途径和方法.....             | (138) |
| 一、认真学习马列主义、毛泽东思想和邓小平理论<br>..... | (138) |
| 二、走与实践相结合、与工农相结合的道路.....        | (138) |
| 三、正确开展批评与自我批评.....              | (138) |
| 四、学习先进人物的优良品质.....              | (138) |
| 五、努力做到“慎独”.....                 | (139) |
| 第三节 加强修养 完善人格.....              | (139) |
| 一、自我修养在完善人格中的价值.....            | (139) |
| 二、坚持修养,终生不辍.....                | (140) |
| 重点难点.....                       | (141) |
| 典型材料.....                       | (141) |
| 综合练习题.....                      | (143) |
| <b>阅读书目</b> .....               | (145) |
| <b>后记</b> .....                 | (146) |

## 绪 论

### 【教学要求】

思想道德修养课是大学生的必修课程。它以邓小平思想道德教育理论为指导,包含政治修养、思想修养、道德修养、心理品质修养、美学修养、敬业修养等内容。学好思想道德修养课要有科学的态度和正确的方法。

### 【考核内容】

#### 一、邓小平思想道德教育理论与思想道德修养课

##### (一) 邓小平思想道德教育理论的主要内容

1. 学校应该永远把坚定正确的政治方向放在第一位,坚持社会主义办学方向。
2. 学校教育要坚持德、智、体等方面全面发展的教育方针。
3. 学校教育要坚持与生产劳动相结合,培养学生的劳动观念。
4. 培养有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义新人。

##### (二) 邓小平思想道德教育理论对指导高校思想道德修养课的意义

1. 邓小平思想道德教育理论规定了思想道德修养课的性质。

高校思想道德修养课要始终把引导学生确立献身于建设有中国特色社会主义的政治方向放在首位,使学生牢固树立建设有中国特色社会主义的共同理想,牢固树立坚持党的基本路线不动摇的坚定信念。

2. 邓小平思想道德教育理论规定了思想道德修养课的根本任务。高校思想道德修养课的根本任务是,培养学生形成高尚的理想情操、良好的道德品质和严谨的纪律观念,引导学生树立体现中华民族特色和时代精神的社会主义价值观念和道德规范,增强学生抵制错误思潮的能力,使之成长为社会主义现代化建设所需要的专门人才。

3. 邓小平思想道德教育理论的主要内容,决定了高校思想道德修养课的基本内容。其中,既有理想、信念、道德和法纪教育,又有世界观、人生观、价值观教育;既有爱国主义、集体主义、社会主义教育,也有结合大学生特征的友谊、爱情、敬业精神、审美情趣、心理健康等方面的教育。

## 二、思想道德修养课的基本内容

1. 适应转变,认清使命。它包括第一章、第二章、第三章,其主要内容是对大学生进行适应大学生活的教育。

2. 树立崇高的理想,形成正确的人生价值观。它包括第四章、第五章、第六章、第七章。这一部分是本课的重要内容,主要讲述人生目的、人生价值、人生理想、人生责任、人生态度、人生尊严等内容。

3. 加强素质修养,提高道德水平。它包括第八章、第九章、第十章、第十一章。这部分的主要内容是培养大学生良好的心理素质、高尚的审美情趣、强烈的敬业精神、优秀的道德品质。

4. 加强自我修养,追求高尚人格。这是第十二章的内容。它是全书内容的落脚点。