

21世纪高职高专精品规划教材



主 编 胡明星 邬劲青

思想道德

SIXIANG DAODE
XIUYANG

修养

北京工业大学出版社

思想道德修养

SIXIANG DAODE XIUYANG

主 编 胡明星 邬劲青
副主编 文玉菊 范秀仁 欧 杰
参 编 饶江红 蒋光明

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

思想道德修养/胡明星, 邬劲青主编. —北京: 北京工业大学出版社, 2005. 9

ISBN 7-5639-1579-6

I. 思... II. ①胡... ②邬... III. 思想修养-高等学校: 技术学校-教材 IV. G641.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 101949 号

思想道德修养

主编 胡明星 邬劲青

*

北京工业大学出版社出版发行

邮编: 100022 电话: (010) 67392308

各地新华书店经销

徐水宏远印刷厂印刷

*

2005 年 9 月第 1 版 2005 年 9 月第 1 次印刷

787mm × 960mm 16 开本 16 印张 254 千字

ISBN 7-5639-1579-6/G·803

定价: 27.00 元

前 言



积极发展高等职业教育，是实施科教兴国战略、推动经济和社会可持续发展、提高我国国际竞争力的重要途径，是进行人力资源开发、全面提高劳动者素质、发展先进生产力的必然要求，也是拓宽就业渠道、促进劳动就业的重要举措。高职教育的办学质量是直接关系到能否实现党的十六大提出的“造就数以亿计的高素质劳动者、数以千万计的专门人才和一大批拔尖创新人才”的大事。牢固树立以就业为导向、以职业岗位能力培训为目标、全面培养面向市场的合格人才为方向的人才培养观，培养既具有较高文化素养，又具有较高思想道德素养和身心素质的高职大学生，是高职院校人才培养的重要内容。

根据教育部《普通高等学校“两课”教学基本要求》《普通高等学校德育大纲》和《中共中央国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》的要求，我们组织了长期从事高职“两课”教学和科研的教师集体编写了这本《思想道德修养》教材。

本教材着重从高职学生的具体实际出发，以理想信念教育为核心，深入进行科学的世界观、人生观、价值观和道德观教育；以爱国主义教育为重点，深入进行弘扬和培育民族精神教育；以基本道德规范为基础，深入进行公民道德教育。特别是进一步加强了高职学生的职业道德教育、心理健康教育和人际交往教育，以高职生全面发展为目标，深入进行素质教育，促进高职生思想道德素质、科学文化素质和身心素质健康协调发展，引导高职生勤于学习、善于创造、乐于奉献，成为有理想、有道德、有文化、有纪律的中国特色社会主义事业合格的建设者和可靠的接班人。

本教材的作者是长期在高校、科研第一线从事高校“两课”

教学的教师，具有丰富的实践经验和较高的理论素养。他们既了解思想道德教育和健康教育理论与实践发展的动态，又熟知当代高职生思想观、价值观和道德观的变化及其心理特征，因而能够较好地将理论与实际有机结合起来，加强了实际教学的针对性和实效性。

本教材共分九章。绪论、第九章由江西旅游商贸职业学院的文玉菊编写；第一章、第二章由江西旅游商贸职业学院的邬劲青编写；第三章由江西医学院的饶江红编写；第四章由江西旅游商贸职业学院的范秀仁编写；第五章由江西经济管理干部学院的欧杰编写；第六章、第七章由江西旅游商贸职业学院的胡明星编写；第八章由江西师范大学的蒋光明编写。全书由胡明星负责统稿审定。

本教材在编写过程中，参阅和借鉴了较多的同类教材和相关文献，努力博采众长。在此，谨向这些成果的作者表示我们最衷心的感谢！

思想道德修养的内容是与时代紧密结合的。因此，教材的编写也是一个不断与时俱进、发展完善的实践过程。由于编写时间仓促，本教材一定还有许多不足之处，诚恳地希望广大读者批评指正，使之在今后的教学实践中得到进一步充实和完善，不断提高思想道德修养课教学的实效。

编 者

2005年8月

目 录



前言

绪论	1
一、思想道德修养课的性质、任务和特征	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	4
四、思想道德修养课的学习方法	5
第一章 高职——人生发展的新阶段	7
第一节 高职——培养人才的摇篮	7
一、高等职业教育的兴起与发展	7
二、高等职业教育的内涵、特征和培养目标	10
三、发展高等职业教育是新时期我国的教育潮流	13
第二节 高职生——人生新的角色	14
一、高职生活的新特点	14
二、高职生对新环境的适应	16
三、当代高职生应具备的基本素质	18
第三节 转变学习理念，培养创新能力	20
一、学习理念与科学精神	20
二、建立合理的知识结构	22
三、掌握科学的学习方法，着重培养创新能力	24
案例与思考	27
第二章 增进身心健康 塑造美的人生	32
第一节 心理健康的含义与标准	32
一、现代身心健康的内涵及标准	32
二、高职学生心理健康的内容和标准	37
三、心理健康与高职生成才	39
第二节 高职生常见的心理问题及调适	42
一、高职生的心理特点	42
二、高职生常见的心理问题	46

三、高职生心理问题产生的原因与调适方法	49
第三节 创造美好人生	52
一、美的起源	52
二、美的本质和特点	53
三、塑造美的人生	57
案例与思考	62
第三章 学会人际交往与合作	67
第一节 人际交往与高职生的人生发展	67
一、人际交往及其现实意义	68
二、高职生人际交往的重要特征	72
三、影响人际交往的因素	73
第二节 掌握和运用人际交往的原则和艺术	74
一、掌握成功交往的基本原则和要求	75
二、掌握成功交往的艺术	77
三、提高交往能力,建立良好的人际关系	81
第三节 正确对待竞争与合作	84
一、勇敢地参与竞争	84
二、真诚地团结合作	85
三、正确处理竞争与合作的关系	86
四、正确处理虚拟社会与现实社会的关系	88
案例与思考	90
第四章 恋爱情感与道德	94
第一节 爱情与人生	94
一、爱情的本质	94
二、爱情的基础及特征	95
三、爱情在人生中的位置	96
第二节 高职生与恋爱	100
一、走出恋爱的误区	100
二、恋爱对高职生成才的影响	102
三、高职生恋爱中的问题与应对	102
第三节 恋爱与道德	105
一、爱情需要道德的指导	105
二、爱情道德的基本内容	106
三、高职生爱情的基本道德要求	109

案例与思考	111
第五章 确立科学的人生观	116
第一节 确立科学的人生目的	116
一、直面人生的思考	116
二、摒弃错误的人生目的	119
三、确立为人民服务的人生目的	121
第二节 培养积极进取的人生态度	123
一、人生态度的内涵与类型	123
二、正确对待不同的人生境遇	126
三、培养积极进取的人生态度	128
第三节 实现科学的人生价值	131
一、人生价值及其内容	131
二、人生价值取向对人生发展的意义	133
三、在奉献中创造和实现人生价值	135
案例与思考	137
第六章 培养良好的道德品质	142
第一节 弘扬社会主义道德	142
一、走出道德的困惑和误区	142
二、社会主义道德建设	145
三、现代社会发展提出的新道德要求	149
第二节 继承和弘扬优良道德传统	155
一、中华民族优良道德传统的基本内容	155
二、中国革命和建设的优秀传统	158
三、在实践中继承和弘扬优良道德传统	159
第三节 培养良好的道德品质	161
一、道德品质及其特征	162
二、高职生应具备的道德品质	165
三、在道德实践中培养良好道德品质	169
案例与思考	171
第七章 培养良好的职业道德	176
第一节 职业道德的内涵、核心和基本原则	176
一、职业道德的科学内涵	176
二、为人民服务是职业道德的核心	177
三、集体主义是职业道德的基本原则	178

第二节 树立正确的职业道德观念	179
一、职业道德的构成	179
二、社会主义职业道德的基本规范	181
三、培养良好职业道德的途径和方法	187
第三节 树立正确的职业竞争观念	189
一、当前大学生的就业形势	189
二、双向选择与竞争就业	191
三、树立正确的职业竞争观念	193
案例与思考	195
第八章 弘扬民族精神 做坚定的爱国者	200
第一节 爱国主义是宝贵的精神财富	200
一、爱国主义的科学内涵	200
二、爱国主义是中华民族的优秀传统	203
三、新时期爱国主义的基本特征	204
第二节 弘扬以爱国主义为核心的民族精神	206
一、中华民族精神的基本内涵	207
二、中华民族精神的丰富与发展	209
三、弘扬和培育民族精神的现实意义	210
第三节 做新时期坚定的爱国者	211
一、树立国家主人翁的责任感	211
二、育爱国之情，立报国之志	212
三、成建国之才，作效国之行	213
案例与思考	217
第九章 树立崇高的理想和科学的信念	223
第一节 理想是人生的精神支柱	223
一、理想的涵义、特点与类型	223
二、理想对人生具有重要的作用	225
三、正确认识理想与现实的关系	226
第二节 信念是人生的巨大动力	228
一、信念的涵义与特征	228
二、信念的作用	230
三、坚信中国特色社会主义的光明前途	231
第三节 立志成才 化理想为现实	232
一、高职生应该要有远大的志向	233

二、加强修养，立志成才	234
三、艰苦奋斗，在实践中化理想为现实	237
案例与思考	239

绪 论

教育是培养人、造就人的社会活动。教育的产生和发展依赖于一定的社会需要，它与一定社会的生产力发展水平、生产关系等都有着密切的关系。教育的社会性质决定着教育的基本方针和学校的培养目标。我国高等教育法明确规定：“高等教育必须贯彻国家的教育方针，为社会主义现代化建设服务，与生产劳动相结合，使受教育者成为德、智、体等方面全面发展的社会主义事业的建设者和接班人。”要全面贯彻落实教育方针，担负起为社会主义现代化建设培养高级专门人才的重任，使高职生成长为社会主义事业的建设者和接班人。高职院校不仅要有完备的科学技术文化知识教育体系，而且还要重视和加强德育教育，具有完备的思想政治教育体系。思想道德修养课就是高职院校思想政治教育体系的一个重要组成部分。

一、思想道德修养课的性质、任务和特征

高职思想道德修养课程是在马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论特别是“三个代表”重要思想的指导下，以人生观、价值观、道德观教育为主线，针对高等职业教育的特点，综合运用相关学科知识，依据高职生成长的基本规律，帮助高职生加强自身思想道德修养的一门思想品德课。高职生思想道德修养课，有其特定的研究对象和研究领域。它研究的是高职生思想道德修养的现象与规律，并对其思想道德修养予以指导。

本课程教学的主要任务是：以“三个代表”重要思想为指导，贯彻“以德治国”的思想，落实《公民道德建设实施纲要》，对高职生进行现代健康教育，进行以为人民服务为核心、以集体主义为原则的道德教育，以培养高职生高尚的理想情操和良好的道德品质，引导和帮助他们树立正确的健康观、人生观、价值观、道德观，做“有理想、有道德、有文化、有纪律”的社会主义事业的建设者和接班人。正是这门课的性质和任务使其具



有如下特征:

1. 鲜明的政治性和思想性

思想道德修养课程坚持在“三个代表”重要思想指引下,始终把引导高职生确立献身于中国特色社会主义事业的政治方向放在首位,牢固树立建设中国特色社会主义的共同理想和坚持党的基本路线不动摇的信念。这是由我国高等教育的性质和任务所决定的,也是我国改革开放和社会主义精神文明建设对学校德育教育的本质要求。

2. 较强的理论性和知识性

思想道德修养课程的主旨是以科学的理论为指导,以丰富的知识为依托,通过有针对性地解决高职生思想道德修养和健康成长过程中的一些实际问题,引导高职生树立正确的世界观、人生观和价值观,帮助高职生提高思想道德修养水平,形成良好的道德品质。整个课程都围绕这一主旨来设计、安排,因此具有很强的理论性和知识性。

首先,它坚持马克思主义的立场、观点和方法,分析、回答高职生思想道德修养方面的各种理论与实践问题,是辩证唯物主义和历史唯物主义这一科学的世界观和方法论在高职生思想道德修养领域的具体运用。

其次,它总结了高校对高职生进行思想道德教育的历史经验和教训,探索高职生健康成长的规律,是一门关于高职生思想道德修养的学问,有相对独立的研究领域和其他课程不可替代的独特作用和功能,有相对稳定的教学内容和相对规范的教学方法。

再次,它充分吸收和反映与思想道德修养相关的学科的知识及最新的理论成果和实践成就,吸收和借鉴人类创造的优秀文化成果中对我国当代高职生思想道德修养有裨益的精华,具有丰厚的文化底蕴和现代科学知识的基础。

3. 突出的针对性和实践性

突出的针对性和实践性主要体现在本课程针对高等职业教育的办学特点,紧密联系全面建设小康社会,构建社会主义和谐社会和开创中国特色社会主义新局面的社会现实和高职生的思想实际,强调理论联系实际和知行统一,帮助高职生将正确的思想道德修养理论内化为自身的品质,外化为自觉的行动,应用于实践,这是衡量思想道德修养课成败的最终标志。

二、思想道德修养课的基本内容

思想道德修养课程的内容是依据2003年2月教育部社会科学研究与思想政治工作室贯彻党的十六大精神特别是“三个代表”重要思想修订的



《普通高等学校“两课”教学基本要求》，根据我国高等职业教育的培养目标和未来社会对高职生从事职业岗位工作在思想道德素质方面的要求安排、设置的。它包括思想、政治、道德、健康素质和学习成才等方面的修养。本教材力求紧密联系高职生的思想实际，贯彻理论联系实际的原则，着重从以下几个方面来阐述：

1. 高职学段的特点和培养目标

高职学段的学习生活，对于高职生来讲，是人生道路上的新阶段。正确认识高等职业教育，客观了解自己，努力实现角色转变，构建合理的知识结构，培养创新意识和创造能力，确立好前进的新方向和高职学段的奋斗目标，是每一个高职生都不可回避的问题。

通过本书的第一章“高职——人生发展的新阶段”、第二章“增进身心健康，塑造美的人生”和第三章“学会人际交往与合作”的学习，帮助高职生了解高等职业教育的产生、发展的背景、历程，明确高等职业教育的内涵、特征和培养目标，正确认识我国发展高等职业教育的重要意义；把握高职学段的特点和高职生特定角色的要求；转变学习理念，培养创新能力，提高综合素质；掌握高职生心理健康的基本知识，自觉培养健康心理；建立和谐的人际关系，顺利完成学习阶段的转变，适应高职新生活。

2. 树立正确的人生观、价值观和道德观

树立正确的人生观、价值观和道德观是高职生进行思想道德修养的重要内容。本书第五章“确立科学的人生观”对如何树立为人民服务的科学人生观、培养积极进取的人生态度和树立科学的人生价值观做了必要的阐述。

第六章“培育良好的道德品质”，对高职生树立正确的道德观作了比较系统的论述。其目的是帮助高职生了解社会主义道德的基本理论，深刻理解社会主义道德建设的核心、原则、基本要求，了解中华民族优良传统美德和中国革命优良传统的基本内容，树立以“三个代表”重要思想为指导，与社会主义市场经济相适应，与社会主义法律规范相协调，与中华民族传统美德相承接的道德观念，并且不断加强思想道德修养，培育良好的道德品质。

第四章“恋爱情感与道德”，针对青年高职生的年龄特点和校园环境，着重探讨了高职生的恋爱情感与道德之间的关系，帮助高职生树立正确的爱情观，正确对待校园里的恋爱行为，成就完美的人生。

第七章“培养良好的职业道德”，主要是针对高职教育的特点和高职生走向工作岗位的职业道德要求，帮助高职生明确以诚信为重点的职业道德



德规范, 树立与社会主义市场经济相适应的职业道德观念和职业竞争观念。

3. 树立崇高的理想信念, 弘扬和培育民族精神

崇高的理想信念是人生的精神支柱, 伟大的民族精神是一个民族赖以生存和发展的精神支撑。高职生自觉进行思想道德修养的一个重要内容就是要在党的十六大精神和科学发展观的指引下, 树立崇高的理想信念, 大力弘扬和培育以爱国主义为核心的伟大民族精神, 保持昂扬向上、奋发有为的精神状态。

本书第八章“弘扬民族精神, 做坚定的爱国者”阐述了爱国主义和伟大中华民族精神的科学内涵, 概括了新时期爱国主义的基本特征, 提出了高职生做坚定爱国者的基本要求。

第九章“树立崇高的理想和科学的信念”, 阐述了理想信念在人生中的作用, 帮助高职生坚定“三个代表”重要思想的信仰, 坚定社会主义信念, 坚信中国特色社会主义的光明前途, 不断加强自我修养, 树立远大志向, 艰苦奋斗, 在实践中化理想为现实。

三、学习思想道德修养课的意义

高职生进行思想道德修养, 是由社会主义大学的性质、党的教育方针和高等职业教育的培养目标决定的。充分认识学习这门课程的必要性, 对于高职生学好这门课程和高职生的健康成长、成才具有重要意义。

1. 有助于高职生积极适应高职生活

瑞士著名心理学家皮亚杰说“智慧的本质就是适应”。学习这门课程有助于高职生了解高等职业教育的昨天、今天和明天, 了解发展高等职业教育的意义和高职生活的新特点, 明确高职生这一特定角色的新要求, 积极适应高职新生活。

2. 有助于高职生深入思考人生的意义与价值

大学时代是人生的黄金时期, 灿烂如早上八九点钟的太阳。高职生生命力最旺盛, 体力精力最充沛。然而大学时代也是人生旅程中遇到问题最多的时候, 友谊与爱情、竞争与合作、理想与现实、个人与集体、自我奋斗与祖国民族的前途命运, 怎样做人, 做一个什么样的人, 怎样生活才是有意义的, 怎样的追求才是高尚的, 这一系列的问题都会陆续摆在高职生的面前, 需要其作出正确的选择与回答。思想道德修养课适应高职生的这种需要, 以人生观教育为重点之一, 通过理论联系实际, 对高职生面临和关心的实际问题进行解释与说明, 能够帮助高职生走出迷惘和误区, 追求



个人与他人、个人与社会的协调发展，陶冶高尚的情操，培养完善、健全的人格。

3. 有助于高职生成才立业

21 世纪的竞争，归根结底是人才的竞争，而人才的竞争，绝不仅仅是人才的科学文化素质的竞争，而是人才的综合素质的竞争。在人的综合素质中，思想道德素质起着主导作用。它好比人的灵魂，是一切活动的主宰，决定人们行动的目的和方向。学习这门课程，有助于高职生明确自身成才的目标，既注重提高科学文化素质，更高度重视提高思想道德素质，在处理智育与德育的关系时，更加重视德育，努力把自己培养成为德才兼备的合格人才。同时，学习这门课程，还有助于引导高职生积极地投身于火热的社会实践，艰苦奋斗，不懈努力，以“胸怀祖国，服务人民”为人生目的，在为祖国、为人民服务中建功立业，实现自身价值。

4. 是全面建设小康社会的需要

建设社会主义精神文明，提高全民族的科学文化素质、思想道德素质和健康素质，形成全民学习、终身学习和学习型社会，促进人的全面发展，是全面建设小康社会的重要目标。高职生是我国全面建设小康社会的重要骨干力量和生力军，加强思想道德修养不仅可以使之精神境界得以升华，而且还是其成长为合格人才的动力和保证。

四、思想道德修养课的学习方法

由于思想道德修养课涉及的内容十分广泛，而且有一定的理论深度，要想学好它，掌握它，并用于指导人生，就必须要有科学的态度和正确的方法。

1. 要注重基本理论和基本观点的学习

思想道德修养课坚持用马克思主义的立场观点和方法，回答和解决在青年学生中具有普遍性的“热点”、“难点”问题，形成了一整套思想道德修养理论。学习思想道德修养课，首先要认真学习它的基本理论和基本观点，掌握其精神实质，从思想深处真正认识到中国走社会主义道路的必然性，真正认识到我们社会所倡导的以为人民服务为核心的人生价值观与人类社会真、善、美相统一的终极价值目标的指向是相吻合的，并能真正理解这种人生价值观的价值。这是学好思想道德修养课的基础，它对于提高高职生自身的理论素质和认识问题、分析问题、解决问题的能力，对于确立科学的世界观、人生观、价值观都具有重要的意义。



2. 要注重理论联系实际，在比较与鉴别中学习

高职生要学好思想道德修养课，不仅要掌握其基本理论和观点，而且还要注重运用这些观点，分析和认识现实问题，理论联系实际，在比较与鉴别中学习。这对置身于社会转型期，面临着多重价值体系选择的高职生来说，尤为重要。理论联系实际包括两个方面的内容，一方面是联系改革开放的社会实际，一方面是联系自己的思想实际。在比较与鉴别中学习，主要是指高职生要学会运用课堂所讲授的理论去分析和认识现实社会生活中纷繁复杂的政治、经济、文化、道德等现象，去比较和评价各种社会思潮和价值观念，并在分析与比较中，在评价与鉴别中选择和确立为中国特色社会主义而奋斗的政治方向和科学的世界观、人生观、价值观。

3. 要注重知行统一，在实践中学习

知行统一，强调践履，这是由思想道德修养课的特性所决定的。思想道德修养课利用课堂教学等形式，与高职生共同讨论应当怎样做，为什么这样做，以及怎样做的道理。高职生通过学习讨论掌握了这些道理，就是获“知”。但获“知”并不是思想道德修养的最终目的，获“知”的目的是为了“行”，是为了“践履”。中国古代思想家早就指出，“不行不为真知”。因此，知行统一，注重践履，就成为这门课的重要特点。这就要求高职生在学习这门课程时要注意知行统一，坚持从自己做起，从现在做起，边获知边践履，在践履中进一步加深对“知”的理解和认识，真正做到知行统一，从而不断提高思想道德境界，养成良好的道德行为习惯，达到完善自身的目的。

第一章

高职——人生发展的新阶段

进入高职，是人生道路的新起点。世界观、人生观将在这里形成、确立，成功的事业将在这里奠基、起步，美好的人生将在这里扬帆、起程。进入高职学习深造的同学，面对新的环境，要尽快适应高职的学习生活，树立科学的成才目标，培养优秀的成才素质，开发自己的创造能力，使自己的脚步与时代前进的步伐合拍，使自己的成长与祖国的振兴同道。

第一节 高职——培养人才的摇篮

高等职业教育是经济发展、科技进步和高等教育大众化的产物。今天，在世界范围内，高等职业教育已经成为各国高等教育不可缺少的重要组成部分。在我国，随着经济的不断发展，高等职业教育也显得越来越重要。它以服务为宗旨，以就业为导向，以培养高技能应用型人才为目标。它对从整体上提高我国各行各业劳动者的文化和技术素质，促进我国经济和社会发展有着重要的作用。

一、高等职业教育的兴起与发展

（一）世界范围内高等职业教育的兴起

高等职业教育的产生和发展可以追溯到 18 世纪 60 年代。18 世纪 60 年代以蒸汽机的应用为标志的第二次工业革命首先在英国开始，到 19 世纪 30 年代末基本完成。美、法、德等西方资本主义国家也从 19 世纪开始，相继进入工业革命时期，到 19 世纪 70 年代，基本完成了工业革命。工业革命的完成，机器的广泛使用、工业的迅速发展，对劳动力的教育提出了新的更高的要求。以前的学徒制的员工教育已不能满足工业生产对技术工人的需要。因此，旨在传播工业知识和机械操作技能的职业学校应运而生