

“马克思主义理论与思想政治教育”系列丛书

MA KE SI ZHU YI LI LUN YU SI XIANG ZHENG ZHI JIAO YU XI LIE CONG SHU

思想道德 修养

高雁 李娇萍 主编

SI
XIANG
DAO
DE
XIU
YANG



西北大学出版社
NORTHWEST UNIVERSITY PRESS

“马克思主义理论与思想政治教育”系列丛书

○ 丛书主编 刘吉发

思想道德修养

高 雁 李娇萍 主编

西北大学出版社

中国·西安

图书在版编目 (CIP) 数据

思想道德修养/高雁等主编. —西安: 西北大学出版社,
2004.8

ISBN 7 - 5604 - 1958 - 5

I. 思… II. 高… III. 思想修养 - 高等学校 - 教材
IV. G641.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 082892 号

思想道德修养

高 雁 李娇萍 主编

西北大学出版社出版发行

(西北大学校内 邮编 710069 电话 88302590)

新华书店经销 西安市商标印刷厂印刷

850 毫米 × 1168 毫米 1/32 开本 9 印张 226 千字

2004 年 8 月第 1 版

2006 年 8 月第 4 次印刷

ISBN 7 - 5604 - 1958 - 5/G · 276

定价: 15.00 元

目 录

绪 论	(1)
一、“思想道德修养”课的性质、任务和特点	(1)
二、“思想道德修养”课的基本内容	(3)
三、学习“思想道德修养”课的意义和方法	(5)
阅读材料	(9)
第一章 大学阶段的人生新课题	(13)
第一节 人生发展的新历程	(14)
一、大学阶段是人才成长的重要时期	(14)
二、大学生活的新特点	(16)
三、积极把握人生新历程	(18)
第二节 当代大学生的历史使命	(21)
一、中国发展面临的历史机遇	(21)
二、中国发展面临的严峻挑战	(23)
三、新世纪大学生的历史使命	(26)
第三节 大学生成才目标的确定	(30)
一、社会的热切期望	(30)
二、现代人才的素质定位	(34)
三、成才目标的确定	(36)
阅读材料	(38)
第二章 追求真知 勤奋学习	(44)
第一节 树立正确的学习目的	(45)

一、学习是大学学生的主要任务·····	(45)
二、树立正确的学习目的·····	(48)
第二节 培养优良的学风·····	(50)
一、优良学风是成才的重要保证·····	(50)
二、不良学风的表现及其危害·····	(52)
三、掌握科学的学习方法,培养优良学风·····	(54)
第三节 建立科学合理的知识智能结构·····	(59)
一、建立科学合理知识智能结构的要求与原则·····	(59)
二、知识智能结构的基本模式·····	(61)
三、优化大学生知识智能结构的基本途径·····	(63)
阅读材料·····	(68)
第三章 大学生健康的心理与成才·····	(72)
第一节 心理健康是人才素质的重要内容·····	(72)
一、心理健康的涵义和价值·····	(72)
二、心理健康教育与素质教育·····	(74)
第二节 大学生的心理发展·····	(75)
一、大学生心理发展的特点·····	(75)
二、大学生常见的心理矛盾·····	(76)
第三节 网络与大学生的心理健康·····	(77)
一、网络对大学生心理健康的影响·····	(77)
二、网络时代大学生保持心理健康的对策·····	(79)
第四节 增进大学生心理健康的主要方法·····	(80)
一、大学生心理健康的标准·····	(80)
二、大学生提高心理健康水平的途径·····	(82)
阅读材料·····	(83)
第四章 正确处理交往、友谊和爱情·····	(94)

第一节 人际交往的作用与发展	(94)
一、人际交往与人生	(94)
二、人际交往与发展	(97)
第二节 友谊的获得与培养	(101)
一、友谊的涵义	(101)
二、大学生友谊的特点和作用	(101)
三、努力播种友谊	(102)
第三节 爱情的位置与影响	(104)
一、爱情与人生	(104)
二、大学生与恋爱	(106)
阅读材料	(110)
第五章 弘扬社会主义道德	(114)
第一节 社会主义道德建设要与社会主义市场经济 相适应	(114)
一、为人民服务是社会主义道德建设的核心	(114)
二、集体主义是社会主义的道德原则	(116)
三、社会主义道德的基本要求和基本规范	(118)
第二节 社会主义道德建设要与社会主义法律规范 相协调	(122)
一、依法治国与以德治国相辅相成	(122)
二、以德治国与加强道德建设	(124)
第三节 社会主义道德建设要与中华民族传统美德 相承接	(126)
一、继承和弘扬中华民族优良道德传统	(126)
二、继承和发扬中国革命道德传统	(128)
三、吸收人类文明发展的一切优秀成果	(129)

阅读材料	(130)
第六章 培养良好的道德品质	(134)
第一节 道德品质及其形成与发展	(134)
一、道德的内涵与作用	(134)
二、道德品质的涵义及其构成	(137)
三、道德品质的特征与作用	(139)
四、道德品质的形成与发展	(141)
第二节 实践公民道德规范 提高公民道德素质	(143)
一、公民及公民道德	(143)
二、我国公民道德的基本规范	(143)
三、从诚信入手,加强公民道德建设	(146)
四、加强对现代公民道德行为的养成教育	(147)
第三节 加强道德修养 追求崇高的道德境界	(149)
一、道德修养的涵义和意义	(149)
二、道德修养的途径和方法	(150)
三、培养理想人格,追求崇高的道德境界	(153)
阅读材料	(155)
第七章 树立正确的人生目的和态度	(160)
第一节 科学把握人的本质	(160)
一、人性与人的本质	(160)
二、中西方关于人的学说	(162)
三、马克思关于人的本质的理论	(164)
四、人的本质自私论的认识误区	(166)
五、个人与社会的互动关系	(168)
第二节 人生目的的确立	(170)
一、人生目的是人生观的核心	(170)

二、摒弃错误的人生目的	(172)
三、确立正确的人生目的	(174)
第三节 人生应有的态度	(179)
一、人生态度的涵义与类型	(179)
二、正确对待人生境遇	(180)
三、新时期对人生态度的要求	(183)
阅读材料	(186)
第八章 树立正确的人生价值观	(195)
第一节 人生价值的内涵和导向	(195)
一、人生价值的内涵	(196)
二、人生的价值导向	(199)
第二节 人生价值的评价与选择	(202)
一、人生价值的评价	(202)
二、人生价值的选择	(205)
第三节 人生价值的创造与实现	(208)
一、人生价值的创造	(208)
二、人生价值的实现	(210)
阅读材料	(212)
第九章 做坚定的爱国者	(226)
第一节 爱国主义是宝贵的精神财富	(226)
一、爱国主义的科学内涵	(226)
二、爱国主义是中华民族优良传统	(229)
三、爱国主义是推动社会历史前进的强大 精神力量	(231)
第二节 新时期的爱国主义	(233)
一、爱国主义的时代特征	(233)

二、社会主义爱国主义的基本特征	(233)
三、保持健康向上的民族心态	(236)
第三节 做坚定的爱国者	(238)
一、弘扬民族精神	(238)
二、维护民族团结,促进祖国统一	(241)
三、以振兴中华为己任	(242)
阅读材料	(245)
第十章 树立崇高的理想和信念	(249)
第一节 理想信念是人生的精神支柱	(249)
一、理想的涵义和类型	(249)
二、信念的涵义和特征	(254)
三、理想和信念是人生的精神支柱	(256)
第二节 坚定社会主义的理想信念	(259)
一、共同理想与共产主义远大理想	(259)
二、最高理想与共同理想的辩证关系	(262)
三、科学认识当代社会主义的历史命运	(263)
第三节 把理想化为现实	(265)
一、正确认识理想与现实的关系	(266)
二、理想的实现	(268)
阅读材料	(270)
后 记	(276)

绪 论

合抱之木，生于毫末；九层之台，起于
垒土；千里之行，始于足下。

——老子

带着几分成功的喜悦，带着父母乡亲的美好祝愿，带着对未来的无限憧憬，又一批年轻的大学生跨入了高等学校的大门，开始了自己崭新的大学生活。

说到大学生，有位著名作家说过这样一段话：什么人在今天最受社会关注？什么人对我们国家和民族的未来最重要？当然是大学生，大学生就是这样一个群体，有生命的朝气，有创新的锐气，更有对生活无比的激情和热爱。

新世纪的大学生，代表着我们国家和民族的未来和希望，作为接受高等教育的大学生，不仅应该在大学里学习和掌握好科学文化知识和专业技能，更应该树立起崇高的理想和信念，明确奋斗目标，具有强烈的社会责任感和创新精神，形成坚强的意志品质，遵纪守法、品德优良，这样，才能对国家和社会真正有所作为、有所贡献。

一、“思想道德修养”课的性质、任务和特点

“思想道德修养”课是一门帮助大学生提高思想政治素质，懂得做人的基本道理，学会怎样做人的课程。它是以马克思主义为

指导,以人生观、价值观、道德观教育为主线,综合运用相关学科知识,依据大学生成长的基本规律,教育、引导大学生加强自身思想道德修养的一门课程。

“思想道德修养”课的根本目的和主要任务是:以“三个代表”重要思想为指导,贯彻落实“以德治国”的重要思想,落实《公民道德建设实施纲要》,对大学生进行以为人民服务为核心、以集体主义为原则的社会主义道德教育,培养大学生高尚的理想情操和良好的道德品质,引导和帮助大学生树立正确的人生观和价值观,做“有理想、有道德、有文化、有纪律”的社会主义事业建设者和接班人。

“思想道德修养”课的性质与任务,决定了它具有鲜明的思想性和政治性;较强的理论性和知识性;突出的实践性和修养性。

鲜明的思想性和政治性,即“思想道德修养”始终把引导学生确立献身于有中国特色社会主义事业的政治方向放在首位,坚持用马克思主义理论武装学生的思想,抵制和反对各种错误的思想观念,帮助学生用科学的世界观和方法论观察问题、分析问题和解决问题。这是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的本质要求。

较强的理论性和知识性,即“思想道德修养”课除了用马克思主义理论观点教育学生之外,还要吸收人文社会科学的许多相关知识,综合运用伦理学、社会学、心理学、人才学、青年学等多学科知识,吸收思想政治教育理论与实践的最新研究成果,来帮助大学生提高思想道德素质。

突出的实践性和修养性,即“思想道德修养”课将密切结合大学生在思想、情感、学习、生活、交往、心理等方面的实际情况,对学生有针对性、有实效性的教育,并且会创造一些如“大学生修身实践活动”等实践环节,引导学生知行统一,学以致用。

二、“思想道德修养”课的基本内容

“思想道德修养”课是一门综合性较强的思想品德课程,内容十分丰富,主要包括学生政治、思想、道德、心理素质和学习成才等方面的修养,其中政治修养是思想道德修养的核心,思想修养是思想道德修养的主要内容,道德修养是思想道德修养的重要内容,心理素质修养是思想道德修养的基础内容,学习成才修养是思想道德修养的出发点和落脚点。“思想道德修养”课就是按照这些内容的内在联系和大学生思想认识水平的发展过程进行有机组合构成的体系。我们在内容的安排上,力求把理论与学生的思想实际结合起来,争取能够给同学们带来深刻的人生哲理和有益的思想启迪。具体来说,“思想道德修养”课由以下各章内容组成:

第一章,大学阶段的人生新课题。本章主要目的是帮助新入学的大学生充分认识大学生活对自身成长的重要意义,尽快适应大学新生活的要求,顺利完成角色转变;在此基础上,进一步明确党和国家对大学生的期望,肩负起全面建设小康社会、实现中华民族伟大复兴的历史使命,坚持“四个统一”,即“坚持学习科学文化与加强思想修养的统一,坚持学习书本知识与投身社会实践的统一,坚持实现自身价值与服务祖国人民的统一,坚持远大理想与进行艰苦奋斗的统一”。成为“理想远大,热爱祖国的人;追求真理,勇于创新的人;德才兼备,全面发展的人;视野开阔,胸怀宽广的人;知行统一,脚踏实地的人”。

第二章,追求真知,勤奋学习。本章主要目的是帮助新生尽快从放松等心态中走出来,明确学习是大学生活的中心内容和主要任务,确定新的学习目标,调动起学习的积极性、主动性和自觉性,培养良好的学习作风,掌握科学的学习方法,建立合理的知识结构,重视智力因素和非智力因素对学业的影响。

第三章,大学生健康的心理与成才。心理健康是大学生思想

道德健康成长的重要心理基础,是大学生综合素质的重要体现。随着社会的迅速发展,生活节奏的加快和竞争的日趋激烈,大学生的心理问题日益突出,心理健康教育也就显得尤为重要。本章主要目的是帮助学生了解心理健康的重要性,正确理解和把握心理健康的标准,掌握保持心理健康的方法,增强自我调节和承受挫折的能力,培养良好的人格特征。

第四章,正确处理交往、友谊与爱情。交往是人生的需要,学会处理好人际关系,对于刚刚涉世的大学生来说具有非常重要的意义。本章主要目的是帮助学生了解和掌握人际交往的原则和方法,珍惜同学友谊,处理好爱情与学业、事业、道德、集体之间的关系。

第五章,弘扬社会主义道德。本章主要目的是帮助学生了解社会主义道德的核心和原则,努力实践社会主义道德的基本要求与规范,继承和弘扬中华民族的优良道德传统,并吸收人类文明的优秀成果。

第六章,培养良好的道德品质。本章主要目的是帮助学生了解道德的本质、功能和社会作用,了解道德品质的形成与发展过程,学习和落实《公民道德建设实施纲要》,明确大学生应具备的良好道德品质,了解修养的途径和方法,在道德实践中严格要求和锻炼自己,提高大学生的道德文明水平。

第七章,树立正确的人生目的和态度。本章主要目的是帮助学生正确理解马克思关于人的本质的论述,理解个人与社会的关系,树立正确的人生目的;正确对待人生境遇中的顺境与逆境、成功与失败、奉献与索取、幸福与不幸,以及生与死、得与失、荣与辱等人生课题,确立开拓进取、求实创新、乐观向上、艰苦奋斗、爱国奉献的人生态度。

第八章,树立正确的人生价值观。本章主要目的是通过对人生价值的内涵、评价标准等问题的阐述,帮助大学生坚持贡献与索

取统一的人生价值观,树立强烈的社会责任感和义务感,在劳动和创造的实践中创造辉煌的人生价值。

第九章,做坚定的爱国者。爱国主义品质是大学生首先应当具备的思想道德素质,在知识经济初见端倪、国家的经济社会发展更多地依靠知识和人才的形势下,大学生对中华民族伟大复兴肩负的担子越来越重。本章主要目的是帮助大学生深刻认识爱国主义的本质和基本特征,坚持和弘扬中华民族爱国主义的光荣传统,以振兴中华为己任,努力学习和工作,在艰苦创业中报效祖国。

第十章,树立崇高的理想和科学的信念。理想和信念是人生的奋斗目标、前进的动力和精神支柱。本章主要目的是帮助大学生认识理想和信念的涵义、特征和类型,坚定社会主义和共产主义的理想信念,把个人理想融入到全国各族人民建设有中国特色社会主义的共同理想之中,为实现我国的现代化而努力奋斗。

三、学习“思想道德修养”课的意义和方法

大学时代是人生的黄金时期,这就要求大学生倍加珍惜大学时光,通过积极地学习,广泛地交流,努力地实践,争取使自己的思想道德素质能够有所提高,所以,学习“思想道德修养”课对大学生来说具有重要的意义。

第一,了解修养要求,明确奋斗目标。“思想道德修养”课是大学生入校后的第一门思想品德课,是大学德育教育的开端,它阐明了党和国家的教育方针和大学生的培养目标,全面系统地介绍了党和国家对大学生在政治、思想、道德品质和心理素质等方面的要求,帮助大学生认识自己肩负的历史使命,明确自己的奋斗目标,沿着正确的方向和道路修身成才。大学生正处在世界观、人生观、价值观形成和发展的关键时期,这个时期的大学生在政治、思想、道德和心理等方面有了一定程度的发展,但从另一方面来讲,由于社会经验缺乏、独立处理人生事务的机会有限,思想还未完全成

熟,思考问题还存在着偏激性和片面性,还存在着知行不统一等问题。因此,需要在学校教育的影响和引导下,使自己逐步走向成熟和完善。

第二,汲取丰富知识,获得真、善、美的心灵启迪。“思想道德修养”课综合运用人文社会科学领域诸多学科的相关知识和最新研究成果,运用历史和现实中大量生动的素材和真实的事例,帮助大学生学会分辨是非曲直,学会在纷繁复杂的社会现实面前选择正确的思想和行为,学会抵制不正确思想观念和行为对自己的侵蚀和影响,不断提高自己的人文素质,用人类真善美的精神营养哺育自己健康成长。

第三,提高思想道德素质,指导自身实践。大学生进校以后,面临着新的任务和要求,都会产生如何提高思想品德素质、如何学习、如何交往、如何维护心理健康等诸多现实问题。所以,学习“思想道德修养”课对大学生的意义非常重大,从大的方面讲,它能帮助大学生解决基本的政治立场和政治方向问题,进一步坚定马克思主义和社会主义、共产主义的理想和信念,更深入地了解党和国家的大政方针;从小的方面来看,它能帮助大学生提升自身的素质,解决基本的为人处世、待人接物的原则和方法问题,更客观、主动地认识自己和他人,更恰当地处理个人与社会、个人与他人的相互关系。

“思想道德修养”是一门理论性与实践性较强的课程,学好“思想道德修养”课,必须重视和加强理论学习,坚持和贯彻理论联系实际的原则,努力提升自己修养的自觉性。学习时应掌握的一些基本方法包括:

第一,要坚持以科学的理论为指导。学习“思想道德修养”课一定要有严肃认真的态度,坚持以马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”的重要思想为指导,坚持辩证唯物主义和历史唯物主义的基本观点;同时大学生还应该多读一些人文社会科

学方面的书籍和报刊,多读一些中外经典名著,以开阔自己的知识视野,提高自己的理论素养,从中受到有益的思想、道德启示。

第二,要将书本知识的学习和社会实践活动结合起来。学习“思想道德修养”课,不但要重视理论知识的学习,而且还要重视理论联系实际,重视社会实践活动。科学的理论来自于社会实践,马克思主义、毛泽东思想就是在社会实践中形成和发展起来的,邓小平理论和“三个代表”重要思想是当代中国的马克思主义,是马克思主义基本原理同中国具体实践相结合的产物。现实的社会实践活动,可以帮助大学生加深对书本理论知识的认识和理解。

第三,要坚持知行统一。学习“思想道德修养”课不能只停留在口头上、认识上,还要体现在行动上。大学生对自己的未来充满希望,总设想在未来的学业、工作中成就一番事业,这种抱负和理想是远大的,是值得肯定的,但这绝不应该仅仅停留在一种意向和心愿的水平上,而应该为此付出百倍的艰辛和千倍的努力,并要善于从日常学习生活中的点滴小事情做起,荀况说过:“故不积跬步,无以至千里;不积细流,无以成江海。”高尚的道德人格和道德品质,同其他事物的发展一样,都有一个由量变到质变的过程。因此,知行统一不但是学习“思想道德修养”课的出发点,而且是落脚点。做到知行统一就是要求从自我做起,从现在做起,从一点一滴做起,边学习思想道德修养理论边实践,在实践中提高自己的思想道德修养水平。

第四,学会效法和鉴戒。效法就是以现实的榜样作为自己修养的明镜。孔子说过:“见贤思齐焉,见不贤而自省也。”意思是说,看见贤人就要向他看齐,看见不贤的人就应反省一下自己有没有和他一样的毛病。这里说的“贤人”,是指品德高尚的人,是人们应当学习的道德榜样。道德榜样就像一面镜子,在他面前,人们可以照见自己的差距,受到激励而奋起,因而对于人们有着深刻的教育作用和潜移默化的影响作用。大学生要注意收集社会上模范英雄

人物的先进事迹,作为自己学习的榜样,就能不断汲取他人道德品质上的“闪光点”,加速自己的成长进步。

鉴戒是一种自我提醒的修养方法,可以使人从反面引起警示。这种方法是从应该肯定的品德的反面,告诫我们少走弯路,引以为戒。在思想品德修养中,不能轻视反面教材的作用,反面教材可以告诉我们“此路不通”、“玩火自焚”,不要重犯类似的错误。

第五,要坚持社会教育与自我修养相结合的原则。人们思想道德修养的过程,是一个接受教育和自我教育相结合的过程,科学世界观、人生观和价值观的形成,一方面需要接受社会教育,如家庭教育、学校教育、报刊影视作品的宣传教育等;另一方面,科学世界观、人生观和价值观的形成,更要注重自我修养和自我教育。社会教育只有通过自我修养、自我教育,相互促进,融为一体,内化为自己的东西,才能真正成为自己思想的组成部分和行动的指南。

加强思想道德修养是改造自我、完善自我、提升道德情操的特殊活动,是青年成长发展的一项重要任务。在新世纪,胡锦涛总书记向全国广大青年提出三点希望:一是要勤于学习;二是要善于创造;三是要甘于奉献。广大青年学生要以此为勉,自觉把个人的命运同祖国和民族的命运紧紧联系在一起,把个人的理想追求同全面建设小康社会的伟大事业紧紧联系在一起,自觉服务祖国,无私奉献社会,艰苦奋斗,不懈进取,在火热的社会实践中创造出自己无悔的青春、永恒的青春。