

高校思想政治理论课

精彩教案

中共辽宁省委高校工委
辽宁省教育厅 组编

大学生思想政治教育系列丛书

上

辽宁大学出版社

大学生思想政治教育系列丛书

高校思想政治理论课精彩教案

(上)

中共辽宁省委高校工委
辽宁省教育厅 组编

辽宁大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

高校思想政治理论课精彩教案. 上/中共辽宁省委
高校工委, 辽宁省教育厅组编. --沈阳: 辽宁大学出版社,
2010.8

(大学生思想政治教育系列丛书)

ISBN 978-7-5610-6111-4

I. ①高… II. ①中… ②辽… III. ①政治理论—教
案(教育)—高等学校 IV. ①D0

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 164536 号

出 版 者: 辽宁大学出版社有限责任公司

(地址: 沈阳市皇姑区崇山中路 66 号 邮政编码: 110036)

印 刷 者: 抚顺光辉彩色广告印刷有限公司

发 行 者: 辽宁大学出版社有限责任公司

幅面尺寸: 185mm×260mm

印 张: 45

字 数: 1120 千字

出版时间: 2010 年 8 月第 1 版

印刷时间: 2010 年 8 月第 1 次印刷

责任编辑: 贾海英

封面设计: 邹本忠

徐澄玥

责任校对: 众 悦

书 号: ISBN 978-7-5610-6111-4

定价(套): 90.00 元

联系电话: 024—86864613

邮购热线: 024—86830665

网 址: <http://www.lnupshop.com>

电子邮件: lnupress@vip.163.com

前 言

为推进高校思想政治理论课教学方法和手段的改革和创新，引导各高校严格教学管理，规范教学过程，督促和指导教师精心编写符合本校学生特点的教案，鼓励教师运用多媒体技术手段辅助教学，推出一批“精彩教案”、“精彩多媒体课件”、“精彩一课”课程教学，不断提高教学质量，增强思想政治理论课教育教学的针对性、实效性和吸引力、感染力，辽宁省委高校工委、省教育厅开展了高校思想政治理论课教师“精彩教案”征集、评选活动。全省高校高度重视、精心组织，广大思想政治理论课教师积极响应、踊跃参与。

省委高校工委、省教育厅组织省内有关专家对教案进行了评选，共评选出优秀教案 74 个，又从中选出 29 个优秀教案结集出版。

希望通过本书的学习交流，给全省广大思想政治理论课教师以启迪，锐意创新，努力形成改进思想政治理论课教育教学方法、不断提高教育教学质量、切实增强教育教学针对性和实效性的良好局面，将我省高校思想政治理论课教育教学推向新的发展阶段。

编 者

2010 年 8 月



目 录

前 言

思想道德修养与法律基础

第三章 领悟人生真谛 创造人生价值

——大连理工大学 韩秀艳 1

中国近现代史纲要

第一章 反对外国侵略的斗争

——大连理工大学 葛丽君 20

中国近现代史纲要

第五章 中国革命的新道路

——大连理工大学 荆蕙兰 39

思想道德修养与法律基础

第五章 遵守社会公德 维护公共秩序

——沈阳药科大学 于娜 52

思想道德修养与法律基础

第三章 领悟人生真谛 创造人生价值

——沈阳师范大学 刘丽 69

马克思主义基本原理概论

第四章 资本主义的形成及其本质

——沈阳师范大学 周笑梅 85

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论

第二章 马克思主义中国化理论成果的精髓

——沈阳师范大学 仇艳艳 124

马克思主义基本原理概论

第一章 世界的物质性及其发展规律（唯物论+辩证法）

——沈阳师范大学 徐晓丽 156

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论

第四章 社会主义改造理论

——沈阳师范大学 范颖 182



思想道德修养与法律基础

第三章 领悟人生真谛 创造人生价值

——沈阳师范大学 王英伟..... 200

马克思主义基本原理概论

绪论 马克思主义是关于无产阶级和人类解放的科学

——沈阳理工大学 王丽娜..... 226

马克思主义基本原理概论

第三章 人类社会及其发展规律

——辽宁中医药大学 陈界 包晓峰 衣永红 万舒全..... 262

思想道德修养与法律基础

第二章 继承爱国传统 弘扬民族精神

——沈阳化工学院 李延芳 宋振铃..... 304

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论

第七章 社会主义改革和对外开放

——沈阳化工学院 杨亮..... 329

思想道德修养与法律基础

第三章 领悟人生真谛 创造人生价值

——沈阳化工学院 季丹丹..... 353

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论

第九章 建设中国特色社会主义政治

——沈阳工程学院 罗东梅..... 373

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论

第三章 新民主主义革命理论

——沈阳工程学院 董海浪..... 405

思想道德修养与法律基础

第二章 继承爱国传统 弘扬民族精神

——沈阳工程学院 邱柳..... 437

思想道德修养与法律基础

第三章 领悟人生真谛 创造人生价值

——沈阳工程学院 王姝..... 455

思想道德修养与法律基础

绪论 珍惜大学生活 开拓新的境界

——大连医科大学 曹冬雷 马海然 肖肖..... 474

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论

第七章 社会主义改革和对外开放

——大连医科大学 梁英..... 504



思想道德修养与法律基础

第一章 追求远大理想 坚定崇高信念

——辽宁警官高等专科学校 陈菲..... 528

马克思主义基本原理概论

第三章 人类社会及其发展规律

——辽宁警官高等专科学校 李晓娟..... 554

中国近现代史纲要

第二章 对国家出路的早期探索

——大连艺术学院 刘国辉..... 595

思想道德修养与法律基础

第三章 领悟人生真谛 创造人生价值

——渤海大学 赵纯海..... 608

思想道德修养与法律基础

第四章 加强道德修养 锤炼道德品质

——辽宁职业学院 张淑贤..... 618

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论

第十二章 祖国完全统一的构想

——沈阳大学 何序哲..... 654

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论

第十三章 国际战略和外交政策

——沈阳大学 周萍..... 675

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论

第二章 马克思主义中国化理论成果的精髓

——沈阳大学 刘畅..... 698



思想道德修养与法律基础

第三章 领悟人生真谛 创造人生价值

大连理工大学 韩秀艳

第一部分 教学简况

章标题 第三章 领悟人生真谛 创造人生价值

授课对象 大学本科生

学时安排 6 学时

教学目的 引导大学生深刻认识人生观、价值观对人生的重要性，系统学习掌握马克思主义人生观理论，并以此指导自己人生实践，实现自我价值与社会价值的统一。

重点难点

重点：1. 人生观对人生的重要性（主宰人生）。

2. 追求高尚的人生目的（人生观的根本问题）。

3. 个人与社会的关系（人生最基本的关系）。

4. 社会价值与自我价值的关系（人生真谛）。

5. 保持身心健康的途径和方法（人生的基础）。

难点：1. 人的本质（马克思主义人生观理论基础）。

2. 个人与社会的关系（泛泛议论易，深刻阐释并引起学生强烈共鸣难）。

课后作业（可选择）

（一）查阅成功人物的传记，分析他们人生成功的主客观条件；查找自我差距，确立人生目标。

（二）以班为单位组织讨论：

“自我设计”和“自我实现”等同于“个人主义”吗？

（三）班级之间（辩论赛）

辩题：

1. 正方：逆境有利于成才 反方：顺境更利于成才。

2. 正方：“时势造英雄” 反方：“英雄造时势”。

（四）测试“我的价值观”

操作目的：

通过这项活动，使学生测试自己的价值观和生活目标，对个人价值观进行审视和反思，引导学生对人生价值做出理性选择。

操作步骤：

这项活动要求严格按照既定步骤操作。



1. 在一张纸上写出个人生命中最珍贵的五项事物。
2. 选出最能体现你人生价值的一项。
3. 你做出上述选择的出发点是：是否符合国家和社会的利益，是否符合所属团体的利益，是否符合家庭的利益，是否符合自己的利益？

4. 谈谈为什么做出这样的选择。

（五）课外体验式教学（室外活动）：《年轻的朋友来相会》

1. 活动目标：克服交往障碍，扩大同学交往，互相了解激励。

2. 参加者：全班同学。

3. 时间：60 分钟左右。

4. 活动设计

单元	活动名称	目标	活动内容
1	有缘相聚	人际接触	每人一张椅子坐下 与周围同学微笑并握手致意
2	微笑握手	扩大交往	站起来，在一分钟内，看谁握的手最多，给些小奖励
3	信任之旅	体会互助	抽签组合两人一组，一个扮盲人、一个扮搀扶“盲人”前行者，前行一段“崎岖”道路之后，大家交流感受
4	翻滚雪球	体味技巧	两人一组，彼此介绍来源地、自我介绍（特点、爱好等），共同交谈 2 分钟 四人一组，把刚才的伙伴介绍给大家，共同交谈 2 分钟 每 15 人一圈，分里外圈，面对后，互送一句话，再逐步串位，送话……
5	头脑风暴	总结经验 交流体会	全班同学坐成一圈，每人五句话阐述个人最好的做法与作用
6	众口一歌	享受和谐 传递激情	在合唱歌曲《年轻的朋友来相会》中结束活动

第二部分 教学过程

A. 教学内容设计

【引言】原江西省副省长胡长清是改革开放以来被处以极刑的第一个省部级官员。他五毒俱全，受贿 500 多万。在他人生最后一次见妻子、儿女时，他搂着儿女，流着泪说：“人生是长河，有险滩，有暗礁，你们一定要以父亲为教训，走好人生的每一步。”可谓：胡长清悔之晚矣！然而，认识人生问题，对于依然生活在世间的我们，还为时未晚！

胡长清事件的启迪：为什么每个人画出不同的人生轨迹？这源于人生观不同。因而，深入思考“人是什么”、“人生为了什么”、“怎样的人生更有意义”等人生问题，并进而树立正确的人生观，对于每个人来说，都具有重要的现实意义和积极的长远意义。大学是人生发展的新阶段，是大学生形成系统的世界观、人生观、价值观的关键期。树立正确的人生观，对于同学们领悟人生真谛、创造人生价值至关重要。



[引出标题]

第一节 树立正确的人生观

(一) 世界观和人生观的关系

阐述世界观的形成与概念。

探讨人生观,首先须对“人是什么?人性是什么?人的本质是什么?”三个问题有科学的认识。柏拉图、亚里士多德、卡西尔等思想家分别谈到人的自然属性和社会属性(在课堂需要具体展开),但他们对人的认识还不够全面。宗教从上帝、天、神出发论人。资产阶级冲破宗教观念上的禁锢,从“人人生来平等”等人性出发论人。费尔巴哈认为“人是单个人所固有的抽象物”,抽掉了人的历史性、现实性、社会性。上述对人的论述都不够科学。马克思主义理论第一次科学看待“人”,认为,人来到世间,就同周围的人发生着各种各样的社会关系。其中基本的社会关系分为两类:物质的社会关系和思想的社会关系。人们正是在现实的、变化的、纵横交错的社会关系中,成为真正意义上的人,正如马克思所说:“人的本质不是单个人所固有的抽象物,在其现实性上,它是一切社会关系的总和。”

[人生的特点] 灵与肉的统一;物质生活与精神生活的统一;能动与受动的统一。

什么是人生观?

[人生观定义] 在人生实践中,人们往往对于诸如人为什么活、人怎样活着、活着有什么意义等一系列人生问题,不断地思考和探索,并形成了一些基本的看法。人生观就是在实践中形成的关于人生目的和意义等人生问题的根本看法。

人生观与世界观有什么联系呢?

[案例1摘要] 1999年,放暑假回乡的第四军医大学学员殷小平冒着生命危险,跳进河水里使三名不慎落水的儿童得救,自己却倒下了。大学四年,他挤时间先后阅读了《马列著作青年读本》、《毛泽东选集》、《邓小平文选》及青年修养方面的书籍50余本,写下了近十万字的读书笔记。他认为,一个忽视政治的人就不可能树立科学的世界观,更不可能有远大的抱负。人要为着一个伟大的理想而活着、奋斗着,这样的人生才有价值!

[案例2摘要] 原河北省国税局局长李真,作为共产党员本应坚持无神论,但是,在他的人生观扭曲后,最终却身陷迷信泥潭。

提问:殷小平、李真两个案例说明了什么问题?

引出世界观与人生观的关系——

[结论] 正确的人生观,来自于科学的世界观,世界观决定人生观;但人生观对世界观的巩固、发展和变化,也起着重要作用。

我们既要树立科学的世界观,还必须注重树立正确的人生观。

(二) 用科学高尚的人生观指引人生

[说明:在教材中为(四),本人认为调整为(二)更符合逻辑]

[以雷锋为例] 阐述“为人民服务”是科学高尚的人生观,阐述为什么“为人民服务”是科学高尚的人生观,以及树立科学高尚的人生观对人生的作用;才能深刻理解人生意义,力求为人民做好事,努力实现人生价值。

[视频《李真案件警示录》摘要] 李真因贪污、受贿1000多万,被依法判处死刑、剥夺



政治权利终身。他在《心灵的忏悔》中写道:“我深感负罪沉重,在党和人民赋予我的权力面前,没能保持清醒的头脑,成了功名金钱的牺牲品……”

【提问】李真为什么从“政治新星”走向“自我毁灭”?

【结论】走好人生之路,非常重要的一方面须努力树立科学高尚的人生观;另一方面,还须自觉抵制拜金主义、享乐主义、个人主义等错误人生观。

还要指出,拜金主义也好,享乐主义也罢,其实质都是个人主义。个人主义是万恶之源。正是因为李真贪婪地追逐私利,才将人生推向歧路,直至走向断头台。当代大学生,大多是独生子女,是在家人的呵护和溺爱下长大,一些同学养成了“自我”习惯,很少考虑别人感受,不懂关爱他人,不善与人合作,缺乏责任感。这些都是个人主义倾向性的表现,需要大学生予以警惕和必须加以克服。

既然正确的人生观对人生如此重要,那么我们该从哪些方面入手,予以培养呢?

我们来看人生观包括哪些方面?

人生观主要包括三个方面:人生目的,回答了人为什么活着;人生态度,表明了人应当怎样对待生活;人生价值,判别什么样的人生有意义。

上述问题,是不容回避和需要我们用实践予以回答的重要问题。为了提高行动的自觉性和积极性,有必要深入探讨。

(三) 追求高尚的人生目的

【配乐诗朗诵】臧克家《有的人》。这首诗是臧克家为纪念鲁迅、歌颂鲁迅精神而做,事实上,该诗已超出此范围,而将读者引入对人生目的与人生价值更深层的思考,表现了具有哲理意义的主题:人应该为了多数人更好地活着而活着。

【2002年感动中国视频《太行赤子》摘要】张荣锁在成为百万富翁后,回到家乡回龙村任党支部书记。几年来,他带领村民在200米高的绝壁峭崖上送电、修路、治坡,没要国家一分钱,近乎捐出自己的全部家当,使“昔日穷山窝”变成“今日小康村”。他得到了百姓衷心爱戴,还被公众评为“2002年感动中国人物”。

【讨论】案例如何体现“人生目的、人生态度、人生价值”三者之间的关系?再结合胡长清案例,讨论人生目的的作用是什么?什么是高尚的人生目的?

【结论】在人生实践中,人生目的、人生态度、人生价值三个方面相辅相成,有什么样的人生目的就有什么样的人生态度、就会追求什么样的人生价值。张荣锁以实现人民利益为自己的人生目的,不畏艰难、不顾安危,“心为民所系、权为民所用、利为民所谋”,充分实现了人生价值。而胡长清在错误人生目的的驱使下,给社会带来极大的危害,使自己的人生负价值。

说明人生目的是人生观的根本问题。人生目的是人生的航标,它指引着人生的航向。不同的人生目的会有不同的人生选择,不同的人生选择决定着不同的人生追求,不同的人生追求决定着不同的人生价值。

【视频“解放军抗洪抢险”】继续诠释高尚的人生目的对社会的巨大作用。

(四) 确立积极进取的人生态度

【案例1摘要】美国物理学家密西根,用油滴实验来验证电子电荷的最小单位。但在试验中,出现了一个只有电子电荷的1/3带电量的物质,这是当时的结论所不能解释的。密西根如实地记录了这个不受欢迎的数字。半个世纪过去了,粒子物理的研究证明了层子这种只



有电子电荷 $1/3$ 带电量的物质的存在, 恰与密西根的实验中的例外数据相吻合。

[案例 2 摘要] 2004 年, 著名物理学家丁肇中为南航师生作学术报告。同学提问: “您觉得人类在太空中能找到暗物质和反物质吗?” “不知道。” “您觉得您从事的科学实验有什么经济价值吗?” “不知道。” “您能不能谈谈物理学未来 20 年的发展方向?” “不知道。” 三问三不知! 这让在场的学生们深感意外, 但不久就赢得全场热烈的掌声。

[案例 3 摘要] 台湾人黄美廉, 出生时患上脑性麻痹症, 肢体失衡, 模样怪异, 还失去了语言表达能力。20 年后, 她的父母亲伤心地带她离开台湾。长大后她告诉自己, 必须亲自去完成每一件事, 也因为如此, 她学习美术、写作。当她再回台湾时, 带回美国南加州大学的艺术与心理学双博士学位和她美丽的画作。她将美丽的画作义卖所得五千多万, 全部捐给了基督教青年残障基金会。

她被推选为世界十大杰出青年。

在一次讲演会上, 一个不懂世故的中学生竟然这样提问: “黄博士, 你从小就长成这个样子, 请问你怎么看你自己?” 在场的人都在责怪这个学生不敬, 但黄美廉却十分坦然地在黑板上写下了这么几行字:

- 一、我好可爱;
- 二、我的腿很长很美;
- 三、爸爸妈妈那么爱我;
- 四、我会画画, 我会写稿;
- 五、我有一只可爱的猫;
- 六、……

我只看我所有的, 不看我所没有的!

她的人生转变来自一份希望与肯定,

“我只看我所有的……”

她道出了走好人生路的真谛——要接受和肯定自己, 人的外表无法自我选择, 但内心状态、精神意志却完全是靠自身力量来抉择。

[案例 4 “名校博士上街乞讨”摘要] 他曾是南京一所名牌大学的热能博士和教师, 曾参加过国家“863 计划”科研项目, 在出国未成后, 找工作又嫌工资低, 高不成低不就, 后来干脆呆在家里研究《易经》。家人、导师、同事劝他出去工作, 甚至妻子说他只要有工作做, 不挣钱都行, 他也不去找工作。妻子无奈与他离婚, 坐吃山空, 只好上街摆摊乞讨。他说, “只要有粥喝, 能填饱肚子就行。” “不想为生活所累, 我只想过一种最简单的生活。”

四个案例用不同的角度, 诠释了人生态度的重要性和应具备的人生态度。

人生态度, 是指人们通过生活实践所形成的对人生问题的一种稳定的心理倾向和基本意图。

人生态度的形成, 包括认知、情感、意志三种心理要素。认知是基础, 情感是中介, 意志是保证。

人生态度是人生观的重要内容, 人生态度是人生观的表现和反映。

把握人生需要采取的态度是:

人生须认真。认真就是严肃对待, 不马虎。认真意味着细致, 认真意味着严谨, 认真意味着付出, 认真意味着执著。



人生当务实。①言语要诚实。不说大话假话空话,言而有信,语而有据。②待人要忠实。不虚伪,不献媚,处事坦诚,为人厚道。③行事要踏实。要把远大的理想寓于具体的行动之中,从点滴做起,一步一个脚印实现人生目标。

人生应乐观。人生路上困难和挫折在所难免。乐观就是不管顺境逆境,无论千难万险,总能对人生抱有极大热情,对事业前途充满信心,热爱生活,热爱人生,乐观豪放。

人生要进取。不满足现状,开拓新境界。进取是信念:信奉“一分耕耘,一分收获”;进取是挑战:既会挑战成功,也可能挑战失败,成功时不沾沾自喜,失败时不怨天尤人;进取是忍耐:耐得住清贫,不为名利累,全身心投入到学业和事业中去;进取是干劲:不论身在何处、职在何位,都能励精图治,奋发图强。

对人生持什么态度决定一个人的成功率。成功学者易发久说:“成功态度最重要,成功因为态度,失败也因为态度。”

万人调查显示,决定一个人成为成功者最关键要素中——7%属于运气、机遇等因素;13%属于“技巧”类因素,如各种能力;80%属于个人自我价值取向的“态度”类要素,如积极、努力、信心、意志力等。

[小结]对本节要点进行概括小结。

第二节 创造有价值的人生

[引言]人活一世,草长一秋。一个人的生命有限,怎样活得有意义?这个问题一直被人们所重视、所探寻。著名画家高更为了探索人生意义,曾精心绘制了一幅画,取名为“我是谁?我从哪里来?我到哪里去?”结果他百思不得其解,没寻到答案,后来他绝望地自杀了。

人生意义涉及到人生价值问题。而人生价值的选择,也将决定着一个人对人生道路的选择。

(一) 价值观与人生价值

1. 价值

价值就是某一事物对人们所具有的作用和意义。简言之就是事物的有用属性。如粉笔的价值供人们写字,画的价值供人们欣赏。

2. 人的价值

[案例摘要] “第一次也是最后一次党费”——大学生李莹事迹

2007年8月26日上午9时,内蒙古医院肿瘤病房里,一场特殊的入党宣誓仪式庄重举行,与病魔顽强抗争的内蒙古农业大学女大学生李莹,面对鲜红的中国共产党党旗,诵读入党誓词。14天后她永远地闭上了美丽的眼睛。遵照她的遗愿,她的眼角膜捐献给了失去光明的人。在深圳打工的21岁安徽女青年王俊和26岁的广东男青年张锦威成为受益者。李莹的父母也递交申请,加入眼角膜志愿捐献者行列,实现爱与光明的接力。

李莹的案例告诉我们:

人的价值就是人的实践活动对他人和社会所具有的意义和作用。

3. 价值观

价值观就是人们关于什么是价值、怎样评判价值、如何创造价值等问题的根本观点。



价值观对人的行为有着深层的导向作用,是人的认识 and 实践活动达到自觉的重要标志。

4. 自我价值与社会价值相统一

【案例摘要】文章《一粒种子改变世界》、视频《焦点访谈——袁隆平》

一粒种子改变了中国,改变了世界,改变了人类。1973年,袁隆平在世界上首次育成了三系杂交水稻。如今,杂交水稻在中国增产稻谷6000多亿公斤。计划到2010年每年全国可增产120亿公斤粮食,可多养活3000万人。印度、斯里兰卡等40多个国家开始研究或引种中国杂交水稻。1999年经国际小天体命名委员会批准,将一颗小行星命名为“袁隆平星”;2004年,袁隆平被评为感动中国人物;2006年袁隆平高票当选美国科学院外籍院士。

袁隆平的事迹诠释了人的价值与物的价值是有区别的,物的价值具有单向性,而人的价值具有两重性,诠释了人的价值包括两个方面:个人对社会的责任和贡献即社会价值,社会对个人的尊重和满足即自我价值。人生价值以社会价值为本,没有社会价值,自我价值无从谈起。

联系贪官胡长清,结论:丧失社会价值必然丧失自我价值。

(二) 人生价值的标准与评价

1. 价值评价标准

从袁隆平案例中,我们可以看到,社会对于一个人的价值评判,主要是以他对社会所做的贡献为标准。人生价值评价的根本尺度,是看人生活活动是否符合客观规律,是否促进历史的进步;评价人生价值的基本尺度,是否有创造、劳动、贡献。

2. 价值评价方法

客观、公正、准确地评价人生价值的大小,除了要掌握科学的评价标准外,还需要掌握恰当的评价方法。这需要做到四个坚持:

坚持能力有大小与贡献须尽力相统一。诚然,在社会上,职务有高低之分、职业有轻重之别、能力有大小之异,对社会贡献的绝对量不尽相同。但我们不能简单地推论出能力大的人就实现了人生价值,能力小的人就没有实现人生价值。一个人只要有一分热发一分光,他就是“一个脱离了低级趣味的人,一个有益于人民的人”。

坚持物质贡献与精神贡献相统一。人类社会是物质生活和精神生活相统一,物质贡献是社会存在发展的基础,而精神贡献同样是社会发展的巨大推动力。社会的发展与进步是物质文明和精神文明共同推进的结果。1982年第四军医大学学员张华因跳入粪池营救一位老农而献出生命。值,还是不值?从物质财富看不值,但张华事件的意义在于他舍己救人的精神胜过千万物质财产。

坚持完善自身与贡献社会相统一。

【案例】获得“八十年代新雷锋”、“当代保尔”两个美誉的张海迪,身患残疾,但她却克服了常人难以想象的困难,不断的学习和完善自己。她自学医术,为老乡们治好了常见病、疑难病;她自学技术,当无线电修理工;她自学英语,翻译了《海边诊所》等数十万字的英语小说,编著了散文集;她自学油画,给人们带来了美的享受;她自学文学,创作《轮椅上的梦》、《绝顶》等众多深受好评、多次获奖的长篇小说。1991年,张海迪在做过癌症手术后,考入吉林大学哲学系攻读硕士并获得硕士学位。张海迪被日本NHK电视台评为世界五大杰出残疾人、被国务院授予“全国劳动模范”称号、被新华社《环球》杂志评选为“环球二十位最具影响世纪女性”。正是不断地完善自己,张海迪才以“残疾”之躯,实现了



饱满的社会价值。

【结论】只有完善自己,才能为社会做出较大的贡献;只有全面发展,才能最大化地实现社会价值。

坚持动机和效果相统一。动机引发行为,行为造成效果。一般说来,动机善,相应地效果也善;动机恶,效果也恶。但是,行为的动机与效果并不总是一致的,在某些情况下,善的动机也可能产生恶的效果。所以,在人生价值的评价中,既要看到动机又要看效果。

【结论】联系动机看效果,透过效果查动机。评价一个人的人生价值,必须坚持动机和效果辩证统一。

(三) 人生价值实现的条件

【案例】文章《世纪传奇 卓著功勋》、视频:《2007年感动中国年度人物——人生如炬 闵恩泽》。2007年度国家最高科学技术奖得主、著名催化化学家、两院院士闵恩泽,用他近一个世纪的传奇经历,创造了令人们敬佩的卓著功勋。

1948年3月闵恩泽在美国拿到了硕士、博士学位。1955年克服重重困难的闵恩泽终于携妻子回到了祖国的怀抱。在20世纪60年代,为解决新中国石油炼制的燃眉之急,闵恩泽先后成功开发铂重整等催化剂;在70、80年代,他另辟蹊径,自主创新,开发了达到国际先进水平的多种炼油催化剂;在90年代,他又开启了绿色化工时代;进入21世纪,他把目光转向生物质能源开发,使我国在这一领域后来居上……

闵院士为什么取得如此大的人生价值?一是当今处在新科技革命时代,为他的科研提供了技术和知识条件;二是国家和企业对炼油催化剂的大力支持;三是有讲团结协作精神的科研团队;四是他有科学的思维,有强烈的爱国情怀,有创新最大的驱动力——“职责”,有高超的技术和宝贵的经验。这些都为闵恩泽在催化领域取得成就打下了坚实的基础。

【结论】人生价值是在实践与创造中实现的,并且要依赖于一定的社会客观条件和个人主观条件。

人生价值实现的社会条件:要以一定的生产力为基础;要有一定的社会经济、政治、文化条件。人生价值目标还要与符合人类社会发​​展规律的社会核心价值体系相一致。

人生价值实现的个人条件:综合素质、埋头苦干、发挥才智,百折不挠、不怕失败。

(四) 在实践中创造有价值的人生

【案例摘要】风采人生——记大学生服务西部志愿者、共产党员杨磊

2005年7月,杨磊以大学生服务西部志愿者的身份来到重庆草街镇工作。西部广袤土地给了他无限的锻炼空间,他从中深刻地体会到了什么叫责任。他跟同事学到了怎样与群众沟通和做群众工作的方法,他变得成熟和稳重起来。他已深深地爱上了这片土地,同时他也被这片热土所接纳。杨磊的出色工作得到了群众的好评和领导的认可。

杨磊自愿服务于重庆市河川区草街镇建设和自身获得成长的经历,诠释了大学生若要实现自己的人生价值,必须走与社会实践相结合的道路。艰辛知人生,实践长才干。纸上得来终觉浅,投身实践觅真知。社会实践是人生价值真正的源头活水,是实现人生价值的必由之路。

大学生若要实现自己的人生价值,还必须走与人民群众相结合的道路。与人民群众相结合是大学生修养品性的好途径。因为与平凡而朴实的人民群众的接触中,大学生能够学到中华民族所具有的勤劳勇敢、朴实无华、艰苦奋斗、诚实守信、热爱祖国等优良品质。与人民



群众相结合是大学生深度了解国情、了解社会，增强社会责任感和使命感的好途径。因为大学生在实际工作中能深刻体会到什么是落后，什么是差距，什么是责任。与人民群众相结合是大学生完成人生价值建构的好途径。因为大学生在为人民服务的过程中，聪明才智得到充分的发挥，实现自身的社会价值、自我价值的建构。总之，大学生应该学习杨磊，走出象牙塔，到实践中，到人民群众中，在思想上、品格上升华自我，在实践中实现人生价值。

【小结】对本节要点进行概括小结。

第三节 科学对待人生环境

【引言】人生活活动，总是在一定的环境中进行的，人生价值能否实现以及实现的程度，与如何对待人生环境有重要关联。创造有价值的人生，还必须科学对待人生环境。

人生环境，就是人们的社会实践活动所赖以展开的各种关系的总和。

科学对待人生的环境，主要就是要协调好：自我身心的关系、个人与他人的关系、个人与社会的关系、人与自然的联系。

（一）促进个人与自我的和谐

【导语】健康是一个能够正常工作和生活的基矗，是一个人心情舒畅、精神饱满的保证。因此，创造有价值的人生，首先就是要协调好自我身心关系，促进身心健康，实现个人与自我的和谐。

【概念】何谓“健康”。

健康就是一个人，不仅要有健康的生理，还要有良好的心理以及良好的适应力。（来自于联合国1948年教科文组织的资料）

【案例摘要】视频一中央电视台《周末讲述·生者对死者的拷问——大学生刘声之死》大学生刘声因考试违纪受到学校处分，后来患抑郁症而跳楼自杀。

【讨论】组织同学从案例分析产生心理问题的原因，列举大学生存在的心理问题与危害。

【结论】一个人身心健康，才能够为人生价值的实现创造良好的自我环境。否则，不但不能实现人生价值，生命都有可能丧失。

大学生产生心理问题的原因：

内因：抽象逻辑思维迅速发展但易带主观片面性；情绪情感丰富但波动性较大；自我意识增强但心理发展还不成熟；独立性、闭锁性与依赖感、归属感同时存在。

外因：学习压力、人际欠佳、就业竞争、生活困难、父母失和等。

【讨论】组织同学列举大学生现存的心理问题与危害。

【结论】大学生自觉地调适心理、保持心理健康是现实的迫切需要。

保持心理健康主要的途径和方法：

树立正确的世界观、人生观、价值观。

掌握应对心理问题的科学方法（掌握科学方法论；学习心理健康知识；正确对待心理咨询；合理地调控情绪）

积极参加集体活动，增进人际交往。

积极参加体育锻炼，保持身体健康。

结合实例（如对第一点，可谈及邵丽华如何看待残疾，萧伯纳从看待半瓶酒出发，谈如



何看待悲观与乐观),分别对以上各点讲清楚“为什么这样做”以及“应该怎样做”。

情绪如何调整?——激怒时要疏导;过喜时要收敛;忧愁时宜释放;思虑时应分散;悲伤时要转移;恐惧时寻支持;惊慌时要镇定。

“四个三”让人不心烦:(1)常说三句话:“算了吧!”;“不要紧!”;“会过去的!”(2)学会三不要:不要拿别人的错误惩罚自己;二不要拿自己的错误惩罚别人;三不要拿自己的错误惩罚自己。(3)学做三件事:学会“关门”(关紧昨天这扇门,过好每一个今天、明天);学会“计算”(不要总是计算我做错了多少事,而应该计算我作对的事,计算自己的幸福);学会放弃。(4)学会三乐法:知足常乐,自得其乐,助人为乐。

(二) 协调个人与他人的关系

[案例1摘要]视频一中央电视台新闻联播《六朵金花酿出四年甜蜜》。南京理工大学计算机04级软件工程专业218寝室的六位女生全部被确定为保送本校研究生。她们说:“一个寝室的氛围真的很重要,我们很庆幸自己可以拥有一个良好的寝室氛围,这是我们大学生活里最大的收获,也是我们能够拥有今天这样成绩的根源。”

[案例2摘要]2005年6月30日,一起人身伤害案开庭审理。成都某大学自动化专业毕业班学生邓小飞(化名)与同学好友张轶飞因酒后言语不和发生口角,在推搡过程中,邓小飞借着酒劲一拳打在张轶飞的头部,致其倒地昏迷,后被送到成都市六医院,经抢救无效死亡,邓小飞因此被刑事制裁,此事件可谓是前车之鉴。

[讨论]结合案例讨论处理好个人与他人的关系的必要性和重要性;也可谈谈班级、宿舍中人际交往中的好人好事或存在的问题。

[导出]协调个人与他人的关系首先应坚持四条原则:

平等原则(尊重他人,才能赢得他人的尊重)

诚信原则(人无信不立,国无信不强)

宽容原则(宽恕别人,就是解放自己)

互助原则(帮助别人就是帮助自己)

从“是什么”、“为什么”、“怎样做”三个层次分别对上述四个原则,予以探讨。

在讨论“平等原则”中,也可组织同学就《读者》2007年第2期,“李嘉诚送名片”,研讨平等与人生成功的关系,以及如何实现平等。

[导出]协调个人与他人的关系还要正确认识和处理竞争与合作。

[参考]视频一中央电视台《艺术人生·无间道》中朱军同梁朝伟、刘德华的对话谈竞争与合作。竞争胜利是合作的结果,没有竞争的合作缺乏活力。在竞争中谋求合作、在合作中有序竞争,实现优势互补、资源共享、双赢发展。

(三) 促进个人与社会的和谐

[案例摘要]《用爱心回报爱心——特困大学生聂红娟的四年福利院义工生活》。聂红娟来自河南省商丘市夏邑县一个贫困的农村家庭。2002年的8月,聂红娟成为了河南理工大学的一名学生,学院给她提供了助学金和勤工俭学岗位,学院的老师和同学多次伸出了援助之手,积极地为她捐款,申请助学金,解决了她生活上的后顾之忧。聂红娟在一个小本儿上密密麻麻地记载了她所得到的一点一滴的帮助,说:“我是在自己的泪水和别人的关爱中学会坚强的。”2002年9月的一个星期天,聂红娟同所在的班级去福利院志愿服务。从那一刻开始,聂红娟对自己说,我要用我微薄的力量帮助他们,哪怕只是一个笑脸,一个拥抱。别