

信仰 · 信念 · 信心

清华学子学习思想政治理论课成果丛书

总主编 陈旭

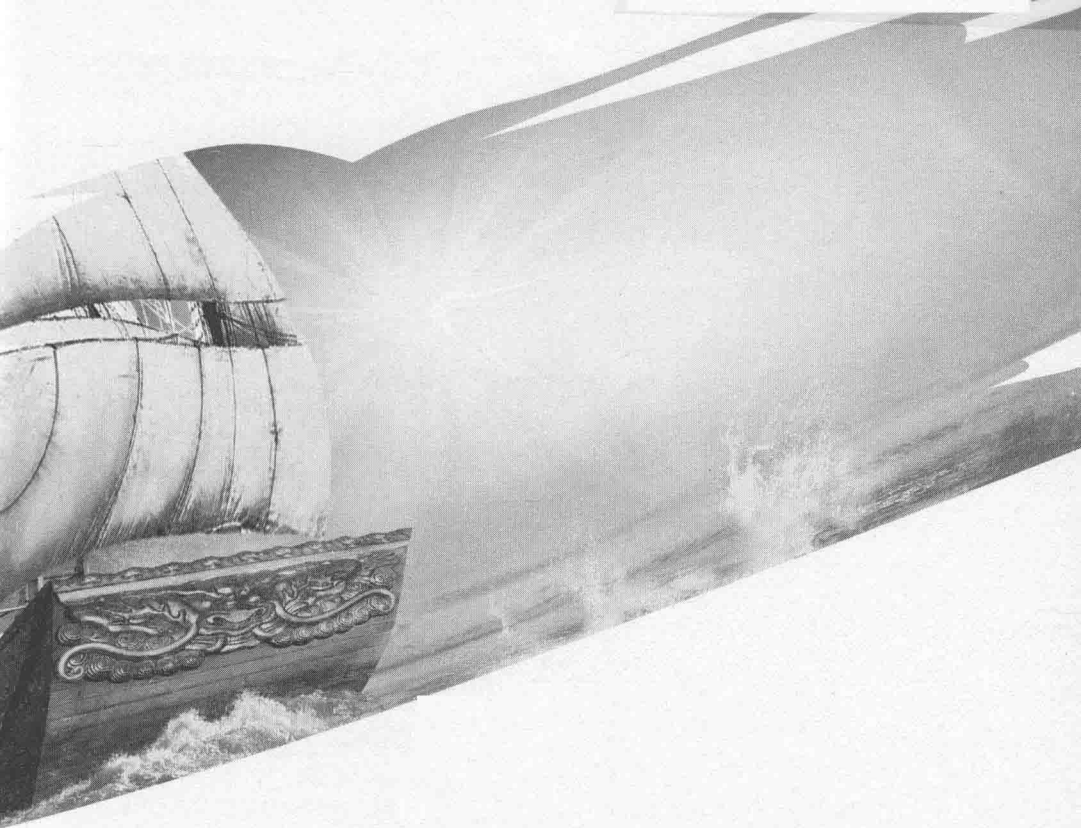


清华学子的人生启航

张瑜 主编



人民教育出版社



清华学子的人生启航

张瑜 主编



人民出版社

责任编辑:姜 玮

图书在版编目(CIP)数据

清华学子的人生启航/张瑜 主编. —北京:人民出版社,2014.11
(信仰·信念·信心——清华学子学习思想政治理论课成果丛书)
ISBN 978-7-01-014166-4

I. ①清… II. ①张… III. ①大学生-人生观-教育工作-研究-中国
IV. ①G641.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 265655 号

清华学子的人生启航

QINGHUA XUEZI DE RENSHENG QIHANG

张 瑜 主编

人民出版社 出版发行

(100706 北京市东城区隆福寺街 99 号)

北京瑞古冠中印刷厂印刷 新华书店经销

2014 年 11 月第 1 版 2014 年 11 月北京第 1 次印刷

开本:710 毫米×1000 毫米 1/16 印张:16.5

字数:258 千字

ISBN 978-7-01-014166-4 定价:36.00 元

邮购地址 100706 北京市东城区隆福寺街 99 号

人民东方图书销售中心 电话 (010)65250042 65289539

版权所有·侵权必究

凡购买本社图书,如有印制质量问题,我社负责调换。

服务电话:(010)65250042

编辑委员会

总主编：陈旭

副总主编：邓卫

执行总主编：艾四林

编委（按姓氏笔画排名）：

孔祥云 邓卫 韦正翔 王传利 王宪明

王峰明 王雯姝 艾四林 刘书林 刘敬东

陈旭 肖贵清 吴倬 吴潜涛 张再兴

欧阳军喜 赵甲明 蔡乐苏 曹德本 韩冬雪

解安

编务：张静

总 序

陈 旭

(清华大学党委书记)

大学阶段是青年世界观、人生观、价值观形成的重要时期。习近平总书记在“青年要自觉践行社会主义核心价值观——在北京大学师生座谈会上的讲话”中指出：“青年的价值取向决定了未来整个社会的价值取向，而青年又处在价值观形成和确立的时期，抓好这一时期的价值观养成十分重要。这就像穿衣服扣扣子一样，如果第一粒扣子扣错了，剩余的扣子都会扣错。人生的扣子从一开始就要扣好。”高校思想政治理论课是大学生思想政治教育的主渠道，是对大学生进行系统的马克思主义理论教育的主课堂，在塑造青年大学生正确的价值观方面，有着重要而不可替代的作用。

清华大学具有学习、研究、宣传马克思主义的光荣传统。解放初期，清华大学党组织领导学校的重要措施之一，就是对广大师生进行马克思主义教育，专门请了艾思奇同志来学校给师生上大课，讲述历史唯物主义基本原理。学校在设计新的教学体系时，非常重视政治理论课的建设，学校的主要领导包括蒋南翔、艾知生、何东昌等同志都兼任过哲学教研組主任，并在大礼堂为学生讲课。学校在上世纪五十年代着手培养了一支马克思主义理论与教育师资队伍，课内课外相结合，对学生加强马克思主义理论与思想政治教育，引导学生坚定正确的政治方向，树立科学的世界观、人生观、价值观，培养出了大批为学、治国、兴业的又红又专的优秀人才。改革开放后，清华大学在学习宣传马克思主义、开展马克思主义理论研究、推进思想政治理论课改革等方面一直努力争先，积极探索，辛勤建设，取得了丰富的经验和突出的成绩。

近些年，清华大学思想政治理论课教师着力在“真信”“真用”、“入脑”、“入心”上下工夫，采取一系列教学改革措施，提高了教学的针对性、吸引力、感染力、亲和力和实效性，思想政治理论课成为学生真心喜爱、终生受益、毕生难忘的优秀课程。近些年来，清华大学先后有五门思想政治理论课被评为国家精品课程，一项教改成果获第五届国家级教学成果一等奖，一项教改成果获第六届国家级教学成果二等奖；清华大学思想政治理论课教学团队先后被评为北京高校马克思主义理论与思想品德课重点建设示范单位，“北京高校德育工作先进集体”、“北京市优秀教学团队”和首届“国家级教学团队”，成为全国首个思想政治理论课国家级教学团队。

为了总结和集中展示近些年来思想政治理论课改革和建设的经验和成果，有效发挥清华大学在全国高校思想政治理论课改革和建设中的引领和示范作用，清华大学编辑出版这套丛书。丛书包括九册：《清华学子的中国梦》、《清华学子的人生启航》、《清华学子学理论读经典》、《清华学子走近社会》、《清华学子谈理想信念》、《清华学子看改革开放》、《清华学子议国情》、《清华学子诗说中国近现代史》、《清华学子画说中国近现代史》。丛书各分册，分别由清华大学马克思主义学院教师担任主编，精选清华大学本科生学习思想政治理论课作品，按类汇编成册，真实地、集中地反映了近些年清华大学本科生学习思想政治理论课的情况，也从一个侧面反映了全国高校大学生学习思想政治理论课的情况。同时，透过学生的作品，我们可以一定程度地感受到当代大学生的精神风貌和价值追求。

这套丛书主要是尝试从“学”的角度，集中反映清华大学思想政治理论课教学的成果。应该说，从“教”的角度来看，近些年，全国高校思想政治理论课改革和建设取得了突出的成绩，教学状况得到明显的改善，例如，随着马克思主义理论一级学科的设置，马克思主义理论学科得到加强，高校思想政治理论课有了强有力的学科支撑；随着全面反映马克思主义中国化最新理论成果的思想政治理论课全国统编教材的编写和使用，思想政治理论课教学有了科学的、权威的基本遵循；随着对思想政治理论课教师队伍的培训培养力度的加强，教师的整体素质得到明显提升和精神面貌有了明显改善；随着教学内容的不断完善和教学方法的改进，思想政治理论课课堂教学效果不断提高。但是，高校思想政治理论课教学改革的实效性归根到底要落到“学”上，也就是，要把学科优势、科研优势、教材

优势、队伍优势等等转化为学生“学”的实际效果。本套丛书就是以清华大学为例，从学生学习思想政治理论课的作品来看近些年全国思想政治理论课教学改革的成效。

2013年11月，习近平总书记对思想政治理论课作出重要批示，明确提出必须办好思想政治理论课，并指出关键是把教材编好，把队伍建设好，把课讲好。这充分体现了习近平总书记对高校思政课的高度重视，体现了习近平总书记对青年学生健康成长的殷切期望。我们要切实贯彻习近平总书记的重要批示精神，大力推进思想政治理论课教育教学改革，不断完善教学内容，改进教学方法，充分发挥好大学生思想政治教育主渠道作用。高校思想政治理论课教师要充分认清自己肩负的使命和责任，努力成为“有理想信念”、“有道德情操”、“有扎实学识”、“有仁爱之心”的好老师，在把青年大学生培养成“有信念、有梦想、有奋斗、有奉献”的中国特色社会主义建设者和接班人方面再立新功。

前 言

大学生正处在人生发展的关键时期，思想心理状况由不成熟逐渐发展到成熟，世界观、人生观和价值观由不稳定逐渐发展到稳定。在大学学习生活时期，大学生所接受的教育和环境影响，对于自身的人生选择和发展道路起到至关重要的作用。作为大学阶段所学习的第一门思想政治理论类课程，《思想道德修养与法律基础》必须承担起帮助大学生树立正确的人生目标，走好人生道路的重要任务。

一、课程教学创新应当注重的原则

1. 主体性原则

主体性原则是信息社会环境下教育者与受教育者所形成的新型主客体关系在思想政治理论教育工作中的要求和体现。时代的发展改变了整个社会的信息传播方式，作为在新媒体环境下成长的一代，大学生们的自我意识、民主意识不断增强，在接受心理特征方面具有较为明显的独立思考和独立判断的取向，在行为方式上具有理性、自信、自主、自觉的状态，在处理人与人之间的关系时，更表现出一种与单向度的主客体关系不同的、更加重视主体际关系的崭新态度和行为方式。高校教师和学生的关系，应当是教育者和受教育者所共同建构的交互性或复合性主体关系。具体到思想政治理论课程教学，教师在发挥主导性的同时，要善于帮助受教育者主动建构起自我教育的情境，结合大学生的学习生活实际引导他们充分发挥自身的自主性。思想政治理论课的主体性原则，就是要确立主体性的教育理念和教育原则，顺应大学生主体性发展的趋势和特点，尊重并提升受教育者的主体意识和自主活动，在满足大学生的成才需要、引导大学生成长



发展的过程中实现教育目标。

2. 实践性原则

实践性是思想政治教育活动的根本属性之一。思想政治理论课程教学的主要方式是课堂讲授，以知识和理论的传授为主。而实践活动具有帮助大学生把所学理论知识转化为素质的重要功能，能够发挥出促进学生成长成才的积极作用。实践是获得真理的途径，也是检验真理的唯一标准。只学习理论而不了解实际，这样的知识结构是不完整的，知识的掌握也是肤浅的，很难自动内化为素质和能力的提升。实践活动提供了促使理论知识向内在素质转化的有效途径，大学生通过课堂教学活动的学习，掌握了一定的知识和理论，当他们进行社会实践活动时，这些知识和观念就会在现实生活中得以检验，促使他们的独立思考。在不一致的情况下，大学生的思想就会发生矛盾和斗争，引发他们进一步钻研和探索，增强了思考问题的深刻性。因此，实践性原则要求教师在思想政治理论课程的教学安排中，精心设计和组织学生的课外实践活动，与课堂讲授形成相辅相成的作用，促进大学生全面素质的真正提升。

3. 渗透性原则

渗透性原则是与当代大学生的主体意识、思维方式以及群体文化的发展变化相联系的。首先，在思想政治理论课程教学过程中，教学内容要真正进入学生头脑，最重要的环节是如何在多样化的信息环境中引导学生对于知识的选择和正确观点的接受。教师不是把既定的理论观点生硬直白地告诉学生，而是通过丰富多样的知识发布、客观真实的事实讲述告诉学生观察和认识社会的方法，使其不断学习和掌握科学的世界观和方法论。其次，注重把思想价值观念渗透在大学校园生活的引导之中。大学生群体是一个同质性很强的特殊社会群体，他们在年龄、心理特点、兴趣爱好、行为方式等方面都比较接近，有着较为一致的文化生活需求，丰富多彩的校园文化是大学生发展需求的反映和主动创造的成果。教师要了解、熟悉和主动参与和引导校园文化的建设和发展，并通过课堂教学把主流价值观渗透在对于大学生校园生活的引导工作中。

二、《思想道德修养与法律基础》课程教学创新的具体做法

1. 用心做好第一堂课，激发学生的学习兴趣

我的体会是，上好第一堂课，对于整个学期的教学工作能够起到良好的基础作用。我开门见山的告诉学生：《思想道德修养与法律基础》是一门大学新生人生发展的辅导课。这门课程结合大学生的学习生活和成长成才实际，帮助大家认识大学学习生活的特点和规律，培养思想道德和法律修养方面的基本素质，走好大学成长之路，为今后的良好发展奠定坚实基础。在新学期的第一堂课上，这样一个崭新的切入点，能够引发学生的新鲜感和期待心理，消除他们在中学时期形成的刻板印象，确立大学课程教学的新形象，建立起思想政治理论类课程的吸引力。之后，以教师自身的大学学习生活和成长道路作为线索，向这些刚刚迈入校园的学生展现丰富多彩的大学生活和积极向上的追求。例如以自身的发展讲清华两个课堂的教育理念，向学生讲述大学丰富多采的校园文化、形式多样的社会活动，阐述自己“读万卷书，行万里路”的具体实践，教师形象在贴近学生的话语中变得亲切了，成长成才的概念在鲜活的故事中更加具体了，思想政治理论类课堂在互动的方式下变得活跃了。第一堂课的成功，给整个学期的课程教学定下了基调，树立了思想政治理论类课程的良好形象，增强了学生学习的主动性。

2. 精心设计教学方式，引导学生在参与中学习

在《思想道德修养和法律基础》的课堂教学中，我始终坚持通过丰富多样的活动形式让学生参与到课堂教学中，使整个课堂不仅仅只有教师一个主体，而是形成教师—学生两个主体互动作用下的教学过程。在教学设计中，我在分析各类教学方式优缺点的基础上，不断研究和开发课堂教学的新方法，逐渐形成了课堂讲授、师生讨论、主题演讲、课堂辩论、校友访谈、社会调查、心理游戏、影片观摩、班级小品、校园DV和公益广告创作、网络学堂讨论、课前微评论、学生自主教学、自主选题研究等十



余种课堂教学活动的方式方法，广泛调动了学生参与课堂的积极性和主动性。例如，人生价值观内容的教学，教师的讲授以优秀校友的人生历程和成才之路作为主要案例，把教材的理论内容和优秀校友的人生实践紧密结合，把人生价值观的理论渗透在学习生活实际、人生选择和奋斗历程中。在此基础上，教师把学生以班集体为单位组织起来，开展优秀校友访谈活动，引导各班学生通过座谈会、报告会等形式访谈所在院系的优秀校友，并把访谈活动的成果在课堂上进行交流和共享。实践证明，这种教学方式发挥了非常有效的教育效果，优秀校友的榜样楷模作用就是理论的人格化力量，在理想目标的树立、价值观念的选择和学习动力的激发等方面对学生起到很好的引导作用。

3. 贴近学生的学习生活实际，在教学中体现人文关怀

作为大一新生学习的一门思想政治理论类课程，《思想道德修养与法律基础》课程的一个重要任务就是帮助学生尽快适应大学学习生活，为本科四年的健康成长以至于一生的良好发展奠定基础。这是课程内容的切入点，也是体现教师对学生的人文关怀的重要内容。我自己经历了从本科到博士研究阶段的整个大学学习历程，又有长期从事学生工作的经验。因此，在课程内容设计上，我在第一章的教学内容上注重联系清华大学的学习生活实际，从生活环境的适应、学习方式的转变、人际交往关系的变化、心理状态的转变等各个方面细心讲解，帮助学生了解大学新生活。伴随学生学习生活的深入，注意把握住关键时间点，做好教育辅导工作。如学生入学前两个月，正是他们对院系、对专业容易产生思想问题的时期，我以课程实践的方式组织学生分别访谈各自院系的名师和优秀校友，引导帮助他们树立学习目标，增强学习自主性。期中考试前后，是学生的心理问题凸显的时期，我在教学内容上设计出一定的心理辅导活动，通过心理游戏的形式在课堂上开展，帮助学生调节自身心理状态，并树立起主动进行心理咨询的健康意识。

4. 积极运用多媒体网络技术，引导学生在乐趣中学习

“阅读电子化、沟通网络化、娱乐数字化”形象地表达出大学生在信息社会条件下的认知心理特征。在课堂教学活动中，充分考虑到学生认知

方式的转变和接受心理的新特点，努力掌握和运用多媒体技术和信息网络技术，注重网络教育资源的采集、加工和使用，注重信息技术在教学活动中的运用，把文本形式的理论知识转变为丰富多彩的多媒体形象，把健康向上的网络文化内容变为教育学生的生动教材，从而活跃了学生的思维，吸引了学生的参与，营造出生动活泼的课堂气氛，使得学生在笑声中获得思想的启示和提升。

5. 改进课程评价方法，引导学生在集体建设中实现个人成长

教学理念的转变和教学方式方法的创新，最终必须落实和体现在课程考试方式的变革与创新，否则难以真正树立起学生对课程性质的正确认知。单纯地以考试定成绩会使得学生仅仅把它作为一门知识性课程而忽视在实践中的内化和外化。因此，研究与改进课程考试和评价方法，可以促进学生知行一致，全面发展。我不断进行学生考试评价方式改革的探索，主要有两个方面：一是考核方式的变化。由原来的期末笔试改为面试和笔试的可选方案，面试由学生自主申请参加，以学生的自我总结和自主选题的论文研究工作为基础。二是评价主体的变化。在期末的课程考核过程中，我邀请学生的院系辅导员参与对学生的评价，辅导员基于对学生日常实际表现的了解提出参考意见；同时我安排各班课代表组织同学推选身边的品行突出者，作为评价的重要参考。通过这样综合性的评价，把学生课内的学习和课外的实践都吸收到课程评价的过程之中。

本书所选学生作品，是教学改革的产物。其理念正是引导学生自主学习，结合入学后的学习生活实践与体会，用自己的话写出自己的成长经历与思考所得。在总结与写作过程中，同学们把课堂上的思考与课下的实践相结合，在字里行间展现出了他们积极的思想、情感和价值追求。

目 录

前 言.....	1
----------	---

第一编 初来乍到须转换

而今迈步.....	王艳梅 /3
全新的高度 全新的目光.....	韩思斯 /8
脱胎换骨的苦与乐.....	胡博文 /13
蛹化蝶.....	何佳锦 /16
在路上.....	李一昕 /23
青春之后,我依旧用力地活着.....	顾永鹏 /27
通往成才之路.....	赵海洋 /32
在摸索与总结中前行.....	倪骁然 /36

第二编 节奏难弹在历练

蜕 变.....	管骊然 /45
风平浪静,一帆风顺.....	王佳祥 /54
忙碌着,快乐着.....	王周宇 /58
梦转角.....	徐克龙 /63
“蜕变”还是“褪变”.....	杜 毅 /68
站在人生的十字路口.....	董 靖 /72
破 茧.....	温 哲 /76



第三编 平平淡淡才是真

“奔”与“悟”	林 瀚 /81
梦的终结与开始	蒋竞颀 /86
人生的蜕变	钟可卉 /90
一路走来	伊 凡 /94
原来是另一番的奋斗天地	张永旭 /100
在保留中蜕变	赵法涛 /105
追求卓越	胡青林 /108
自我的更新	彭 鑫 /111

第四编 风雨无阻扬帆行

风雨大一路	唐婧婧 /117
那个被风吹过的夏天	来思源 /122
清华，圆梦与寻梦	陈翔雨 /128
相信改变	范昕宇 /133
行走间的思考	汪 悦 /137
指间砂	郭惠梅 /143

第五编 心路历程初吐露

成 长	冯海霞 /149
初入清华	尤俊彬 /153
而今迈步从头越	王 钰 /156
过去的路，将来的路	王叶丹 /163
起飞前的准备	果世恒 /169
写给自己	刘甜溪 /174
一步一步，走向卓越	黄清泉 /181
一路走来	莫与明 /185

第六编 回首往事感叹多

思 考	吴灏哲 /193
站在终起点之间反思	舒 畅 /196
三月一觉清华梦	吴 昊 /200
脚踏大地，仰望星空	罗 赛 /204
回首向来萧瑟处	张凤逸 /207
从这里启航	汪 扬 /211

第七编 别样精彩留学生

北京阴转晴	金元圭 /219
成长在中国	康贤珠 /222
大学是我的新起点	林美茹 /227
我对大学的想法	咸宝贝 /230
男孩子的梦想	韩信皓 /234
从中学到大学	金永帝 /237
为自己的梦想大胆前进的“正南”	金正南 /240
后 记	247

第一编

初来乍到须转换

