

思想道德修养

主编 王毅虹 阎爱武 李 云

强自身修养，提高认识能力是增进心理健康的有效途径。大学生应树立正确的世界观和人生观，学会用辩证唯物主义和历史唯物主义的思想方法分析问题和解决问题。客观地分析社会，正确认识自己的气质、性格、优点、缺点，正确对待顺境和逆境，正确处理个人与集体、个人与社会的关系，树立崇高理想，并为之拼搏去实现奋斗目标，充实自己，这样就有利于形成积极向上的心理状态，塑造健康的人格。

（二）加强意志品质修养

良好的意志品质，是大学生成才的重要条件，不仅是大学生素质的内在要求，也是大学生成才的有效手段。因此，大学生要加强意志品质修养，努力使自身具有高度的自觉性，在学习、工作和生活中，克服依赖感，把握主动权；具有果断性，善于审时度势，抓住时机，毫不犹豫，当机立断；

警官教育出版社

思想道德修养

主 编 王毅虹 闫爱武 李 云
副主编 王家申 侯庆军 王南林
王德长 彭希林

警官教育出版社

(京)新登字 167 号

书 名: 思想道德修养

主 编: 王毅虹 闫爱武 李 云

责任编辑: 王 哲

封面设计: 阿 苦

出版发行: 警官教育出版社

(北京西城木樨地北里 2 号 100038)

印 刷: 河北抚宁县印刷厂印刷

经 销: 新华书店总店北京发行所

版 次: 1995 年 8 月第 1 版

印 次: 1995 年 8 月第 1 次印刷

印 张: 10

开 本: 32

字 数: 222 千

印 数: 1—5000 册

ISBN 7-81027-674-3/G · 221

定 价: 12.00 元

目 录

绪 论	(1)
第一章 认清时代特点 明确历史使命	(10)
第一节 大学生是人生道路的新阶段	(10)
第二节 大学生要顺应时代潮流	(20)
第三节 当代大学生的历史使命	(29)
第二章 树立正确学习目的 努力成为合格人才	(33)
第一节 树立正确学习目的 掌握科学学习 方法	(33)
第二节 大学生的培养目标	(47)
第三节 大学生成才目标的设定及实现	(55)
第三章 正确处理个人、集体和社会的关系	(63)
第一节 人是社会关系的总和	(63)
第二节 社会是人类生活的共同体	(70)
第三节 个人、集体和社会的关系	(74)
第四节 市场经济条件下的集体主义	(84)
第四章 树立正确人生观 努力实现人生价值	(94)
第一节 人生观	(94)
第二节 人生目的和态度	(100)
第三节 人生价值及评价	(105)

第五章 树立远大理想 建筑科学堡垒	(115)
第一节 理想是人生的精神支柱	(115)
第二节 信念是巨大的精神力量	(125)
第三节 科学是腾飞的翅膀	(131)
第六章 陶冶爱国情操 增强劳动观念	(141)
第一节 做新时期坚定的爱国者	(141)
第二节 增强劳动观念 珍惜劳动成果	(158)
第三节 尊重人民群众 培养群众观点	(167)
第七章 弘扬民族优秀道德传统 培养良好	
道德品质	(176)
第一节 中华民族的传统道德	(176)
第二节 道德行为和道德品质	(182)
第三节 大学生道德品质及要求	(186)
第四节 道德品质的形成和培养	(193)
第八章 学会与人交往 正确对待爱情	(203)
第一节 大学生人际交往和人际关系	(203)
第二节 大学生真挚友谊	(215)
第三节 大学生恋爱与学习	(223)
第九章 加强审美修养 塑造完美人格	(235)
第一节 美及其特征	(235)
第二节 树立正确审美观	(250)
第三节 塑造美好人格	(256)
第十章 加强心理修养 增进心理健康	(269)
第一节 健康的一半是心理健康	(269)
第二节 大学生心理特征	(277)
第三节 克服心理障碍 增进心理健康	(286)
第十一章 注意实践锻炼 加强自我修养	(290)

第一节	社会实践是大学生成长的必由之路·····	(290)
第二节	大学生社会实践的途径和方法·····	(302)
后 记	·····	(316)

绪 论

《中共中央关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》中指出：“现在和今后一、二十年学校培养出来的学生，他们的思想道德和科学文化素质如何，直接关系到 21 世纪中国的面貌，关系到我国现代化建设战略目标能否实现，关系到能否坚持党的基本路线一百年不动摇，必须站在历史的高度，以战略的眼光来认识新时期学校德育工作的重要性。”

德育工作不仅是学校工作的组成部分，而且也是最有影响作用的育人活动。所以，学校德育工作从学校产生的那天起，就始终得到社会的高度重视。“道之以德，齐之以理，有耻且格”说的就是这个意思。

建国后的 17 年，学校德育工作作为社会主义革命和建设事业起到了重要作用，这是人们不会忘记的。可是，政治可以代替一切的“左”的倾向也在潜滋暗长，终于发展到了“文化大革命”的极端，使之成为阶级斗争的工具。粉碎“四人帮”以来，全国的中心工作转移到经济建设上来，由于十年浩劫给人们心灵造成的创伤，在一段时间内，对学校德育工作有所忽视，对广大学生的思想道德修养有所放松。现在，面对新的形势和要求，包括大学生在内的越来越多的人认识到，加强思想道德修养，完善《思想道德修养》课意义是重大的。

一、《思想道德修养》课的性质和任务

(一)《思想道德修养》课的性质

毛泽东同志说过，科学研究的区分，就是根据科学对象所具有的特殊的矛盾性。因此，某一现象领域所特有的矛盾，就构成了某一门科学的研究对象。思想道德修养课作为一种特定的德育活动和现象，它所研究的对象是青年大学生思想道德修养的现象及其规律，是一门综合性、针对性和时效性很强的崭新学科。它是以马克思列宁主义、毛泽东思想为理论基础，以建设有中国特色社会主义理论为指导，以党的教育方针为要求，针对大学生现有的思想特点，进行有理想、有道德、有文化、有纪律的高素质人才培养教育。这门课程有独特的研究对象和研究领域，在高等学校德育工作中，担负着特定的任务。

《思想道德修养》课与政治理论课不同。尽管他们同属于思想政治教育课程，而教育的内容、形式和效果却有所区别。政治理论课以学科本身理论体系为主，主要对学生进行系统的马克思主义基本原理的教育，着重解决他们在政治思想认识上的重大理论问题，引导他们奠定马克思主义世界观的基础，体现了很大程度上的间接性和超前性。思想道德修养课则从学生思想道德修养的现状出发，紧贴社会，紧贴生活，形成自己的独特体系和理论内容，着重回答和解决他们在现今阶段遇到的政治、社会、人生、理想、修养、生活和社交等方方面面的具体问题。它既要帮助学生学习马克思主义关于政治观、人生观、法制观、道德修养观等方面的基本理论，更要重视这些方面的付诸行动以及质量，在很大程度上体现了直接性和时效性。《思想道德修养》课又与时事政策教育、日

常思想政治工作有所不同。它是以课程形式进行系统的思想道德修养教育，并正式纳入教学计划。它有教材、教师和稳定的教学时地，有理论和实践相结合的考核方法以及讲究技巧性、时效性的完整教育环节……。它同政治理论课、形势政策教育、平素的各项活动相结合，便构成了学校德育的有机整体，起着独特的教育作用。《思想道德修养》课在注重理论教育的同时，特别强调教育的针对性、技巧性和时效性，侧重于从学生的思想实际出发，解决目前他们中普遍存在的带有倾向性的问题。因此，它的特点是：

第一，思想性。《思想道德修养》课，首先就要回答大学生在思想意识和道德修养形成中有关社会、理想、道德、人生、法制、纪律等方面的问题，帮助他们做一个“够得上被称为人的人”。

第二，综合性。思想道德修养课的内容涉及到政治、思想、道德、法制、纪律、人生观和世界观诸方面的问题，这种综合性的结构，需要运用包括政治学、哲学、伦理学、社会学、教育学以及心理学、经济学、美学、管理学等多种学科的知识，来陶冶学生的高尚情操。

第三，时效性。这是面对新的形势和任务的需要，是本课程设置的价值所在。雪莱在《逆境中的选择》中有这样一句话，“过去属于死神，未来属于你自己”。这就是思想道德修养课的开拓精神和时效性特点。

第四，针对性。思想道德修养课的内容体系从大学生的实际出发，具有针对性。实事求是，有的放矢，把时代对大学生在思想道德修养上的具体要求与他们的现今实际结合起来。

（二）《思想道德修养》课的任务

随着改革开放的不断深化和社会主义市场经济体制的建立，国际上各国与中国的交往与日俱增，中国也愈益频繁地走向世界。在这双向接轨，机遇和挑战同存的时代里，青年大学生如何去迎接这种挑战，具备哪些素质条件，便是思想道德修养课所要回答的问题。

第一，帮助大学生明确自己的历史使命，牢记祖国和人民的重托与希望，按照党的教育方针要求，树立坚定正确的政治方向，坚持德智体劳美全面发展，走又红又专的道路。

第二，帮助大学生运用无产阶级的立场、观点、方法来认识和对待国家、社会中带有根本性质的问题，自觉坚持四项基本原则，提高思想意识，减少负面影响。

第三，帮助大学生树立社会主义人生观和科学的世界观，自觉遵守社会公德，维护社会法纪，正确处理“三者”利益关系，有向往共产主义和甘当人民公仆的信念，时刻准备为实现具有中国特色的社会主义现代化事业而献身。

第四，帮助大学生认识“学高为师，身正示范”的特定作用。“学高为师，身正示范”是一种统御能力，这种能力不是大学生本身所特有的，但由于其所处的社会地位必须使其个人的思想道德修养、才能具有一种特殊的统率作用。所以，它已经成为该门课程的另一重要任务，是提高《思想道德修养》课质量的重要方面。

二、《思想道德修养》课的基本内容

大学生《思想道德修养》课经过几年的探索与实践，逐渐形成了系统稳定的内容体系。《中共中央关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》第6点指出：“学校政治理论

课和思想品德课是系统地对学生进行马克思主义理论教育和品德教育的主渠道和基本环节，要重点进行教学内容和方法的改革。要向青年学生简明扼要地讲授马克思列宁主义的基本观点，学习毛泽东同志的重要哲学著作，特别是学习邓小平同志建设有中国特色社会主义理论，要从学生思想实际出发，紧密结合改革开放和社会主义现代化建设的丰富实践，回答学生普遍关心的问题；指导学生逐步学会运用辩证唯物主义和历史唯物主义的立场、观点、方法，分析现实社会生活中政治、经济、文化、道德现象，评价各种社会思潮，确立为建设有中国特色社会主义而奋斗的政治方向。根据当代中国社会政治经济的基本特点和发展变化以及学生特点，不断改进和完善教学内容体系，编写出相对稳定、具有规范性的教材。”这就是确定《思想道德修养》课内容体系的基本依据。针对上述要求来决定设课内容，这是一个方面，另一方面还要根据高校的计学时来考虑设课的深度与广度。据此，重新编写的这门教材，共设十一章和一个绪论，主要突出了四大内容。

第一，突出政治形势教育。大学时期是大学生人生的关键时期，如何实现党和人民的培养目标，首先必须阐述清楚时代特点和政治形势任务，这样才能帮助引导大学生树立正确的学习目的，努力成为全面发展的合格人才，完成历史赋予的光荣使命。

第二，突出共产主义人生观教育。其主要内容是引导大学生逐步树立起全心全意为人民服务的人生观和无产阶级的人生价值观，批判形形色色的资产阶级人生观和个人主义人生价值观。引导他们树立无产阶级的崇高理想，坚定共产主义信念，努力掌握高水平的科学技术，实现人生价值。

第三，突出共产主义道德观教育。主要进行集体主义原则教育，特别是注重当今市场经济条件下，大学生如何正确认识和处理好国家、集体和个人三者关系的问题。其目的在于引导他们努力陶冶爱国情操，增强劳动观念，丰富和发展中华民族优秀的道德传统，养成高尚的道德品质。

第四，突出大学生自我修养教育。讲究“修养”是炼达做人的主要方面。大学生在文化造诣上很高，无愧于党和人民的培育，这是令人可喜的文化“修养”上的结晶，若在思想道德上亦能如此，那么，就构成这“修养”的大厦。因此，《思想道德修养》课就是从理论上，道德上，审美上，心理和思维方式上，与人交往上，对待爱情上帮助他们实践、提高，达到真正成为崭新的、生机勃勃的、富有时代精神的大学生的目的。

三、学习《思想道德修养》课的意义和方法

（一）学习《思想道德修养》课的意义

第一，开设《思想道德修养》课是贯彻党的教育方针，造就高素质人才的战略需要。《中共中央关于制定国民经济和社会发展十年规划和“八五”计划的建议》中指出：“发展教育事业，提高全民族素质，是建设社会主义的根本大计。国家强盛和民族振兴靠人才；人才培养靠教育。继续贯彻教育必须为社会主义现代化服务，必须同生产劳动相结合，培养德智体全面发展的建设者和接班人的方针，进一步端正办学思想，把坚定正确的政治方向放在首位，全面提高教育者和被教育者思想政治水平。”大学生的素质状况不仅直接影响到经济建设，而且关系到社会主义事业的兴衰成败。所以，通过学习《思想道德修养》课，可以更有效地提高他们的社会主

义觉悟，端正学习动机，增强自我修养能力，加速成为高素质人才。

第二，开设《思想道德修养》课是加强和改进高校德育工作的一项重要举措。余秋里同志曾指示：“不论什么院校、不管哪个专业，都有一门重要的共同必修课，就是共产主义思想教育课。这门课教不好学不好，就培养不出合格的人才”。党中央、国务院以及国家教委等领导机关就这门课下发了一系列文件。《中共中央关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》第5点指出：“整体规划学校德育体系。要遵循青少年学生思想品德形成的规律和社会发展的要求，根据德育工作的总体目标，科学地规划各阶段教育的具体内容、实施途径和方法”。大学生思想道德修养课的开设，有利于克服教学、教育“一手硬”、“一手软”的倾向，有利于推动学校德育工作健康发展。

第三，开设《思想道德修养》课是建设社会主义物质文明和精神文明的需要。邓小平同志在一九八三年四月二十九日会见印度共产党（马克思主义）中央代表团时说：“现在我们要特别注意建设物质文明。与此同时，还要建设社会主义的精神文明，最根本的是要使广大人民有共产主义理想、有道德、有文化、守纪律。国际主义、爱国主义都属于精神文明的范畴”。大学生作为人民的重要成员，当然要起先锋模范作用。

第四，开设《思想道德修养》课是大学生自身健康成长，抵制各种“公害”影响的迫切需要和重要方法。大学时期是大学生世界观、人生观即将形成的关键时期，大学生虽然有一定的道德修养和文化专业知识，但在思想政治上还未完全成熟，对社会上各种消极现象表现出一定的困惑和担忧，甚

至在受到错误的思想影响时，会向着狭隘自私的方向变化。《思想道德修养》课将站在时代和造就社会主义事业接班人的高度，帮助他们明确自己的历史使命，告诉他们任重道远。所以，《思想道德修养》课不是权宜之计，而是实现党的培养目标的需要，是大学生自身健康成长，抵制各种“公害”影响的迫切需要和重要方法。

（二）学习《思想道德修养》课的方法

大学生思想道德修养的程度，表明大学生成熟的程度。我们不仅要认识这种程度的意义，而且还要研究提高这种程度的方法。提高修养程度的方法既有教学的方法，也有学习上的方法。在此，我们介绍是大学生学习这门课程的几种常见的方法。

第一，理论联系实际的方法。理论联系实际是学习中最有效的方法，在学习《思想道德修养》课时也是这样，因为它是培养自己高尚道德的必由之路。在掌握教材内容的基础之上，要联系社会和个人实际，获得比较、鉴别、评价的能力，最后达到明是非，识善恶，晓好坏，辨美丑的目的。

第二，注重实践锻炼的方法。思想道德修养程度的高低靠什么来检验呢？只有通过实践。一个人高尚的道德修养，关键不是说而是做。所以，古人云：“不闻不若闻之，闻之不若见之，见之不若知之，知之不若行之”。可见，“行”是不断提高自己修养的过程。接受高等教育的人，同时也应该是思想高尚的人，思想高尚的人，必定是乐于实践的人，大学生应该这样。

第三，加强自我批评的方法。俗语说的好，“正人先正己”。孔子说，“吾日三省吾身”；毛泽东同志倡导，“批评与自我批评”。从我做起，从现在做起，这都是自我制约，自我

激励，自我控制即自我批评的好方法。

第四，学榜样当“后生”的方法。中国的国度，是一个英雄辈出的国度。从我们的祖先一直到今，不论在艰苦卓绝的革命斗争中，也不论在洗刷落后的建设斗争中，英雄模范肝脑涂地的精神，真是“惊风雨，泣鬼神”。英雄模范崇高的精神境界代表着历史前进的方向和时代精神，是大学生们学习的光辉榜样。英雄模范的事迹是思想道德修养建设上最宝贵的教材，青年大学生一定要无比珍爱这些教材，成为通往人生路上的前进“罗盘”，做到“后生更可畏”。

第一章 认清时代特点 明确历史使命

如何调整自己的生活方式，确定自己的努力方向，抓住时机，迎接改革开放和新技术革命的挑战，是摆在每一个大学生面前的重要课题。青年大学生要认清时代特点，在邓小平同志建设有中国特色社会主义理论指导下，适应社会主义市场经济对人才的客观需要，完成时代赋予我们的历史使命。

第一节 大学生是人生道路的新阶段

从中学升入大学是人生旅程中的一个重要转折，也是青年学生在成长道路中跨上的一个新台阶。与中学相比，大学的生活环境、生活方式以及学习方法都发生了显著的变化，由一个见识、交往范围较为狭窄的天地进入到一个知识更为广博、交往更为广泛、活动范围更为广阔的天地；由依赖父母的小家庭生活过渡到自立的大集体生活；由依靠老师详细讲解和反复辅导的学习方式转变为需要自己设计安排和自己学习的方式。这个时期是人生中积极进取，奋力向上，显露出蓬勃生机和青春活力的时期，是充满理想、充满希望、勇于

创造的时期。然而，新的环境、新的生活要求大学生尽快地适应和健康地成长，为今后的发展和成长奠定良好基础。因此，研究大学阶段大学生生理、心理、政治思想、道德品质的特点以及掌握专业知识和技能的规律，对大学生的成长具有十分重要的意义。

一、大学时期是人生的关键时期

（一）大学阶段大学生生理发育基本成熟

大学生一般处于青年阶段，是身体生长、发育基本成熟的时期，尤其是生理上变化极为明显，身体外型急剧变化，各种器官反应机能趋于健全，脑细胞的内部结构和机能的复杂化过程急剧发展，皮层细胞活动的数量迅速增加，特别是第二信号系统的调节能力迅速增强，神经系统达到基本成熟水平。大学生的心脏容积、重量和肺活量及血液循环、呼吸系统均已达到成人水平，生殖机能成熟，性意识开始觉醒。这一时期生理变化的显著性和深刻程度，是人一生中的其他时期所无法比拟的。青年的身体发育为整个人生健康发展，为青年知识的积累和能力的提高，以及人生观的形成奠定了生理、心理基础。

（二）大学时期大学生心理急剧发展

随着生理发育成熟，社会生活环境的影响，特别是大学生特有的学习活动方式，使大学生的智力及整个心理状况发展达到基本成熟的水平。主要表现为：感知觉的内容丰富而复杂，并且非常敏感；观察能力和记忆水平有了明显的提高；思维由经验性转变为理论型，而且独立性、批判性有了高度的发展；创造性想象能力显著增强；自我意识进入一个崭新的阶段；情绪丰富，情感倾向性开始定型，情绪反映十分强