

大学生思想品德修养

主编 梁凤鸣 何玉洁
哈尔滨工程大学出版社



序 言

大学的各门课程都已经规范化、系统化了,而思想品德课程尚远离学生的思想实际、远离市场经济的新形势。这不能不说是高校思想政治工作在某种程度上的缺憾。

最近《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》中又明确要求:“要发挥思想品德课教学在学校德育工作中的主渠道作用。”基于中央的精神和思想教育的实际需要,为了切实加强、改进学校的德育工作,我们在总结以往思想品德课教学及多年思想政治工作经验的基础上,编辑了这本《大学生品德修养》教材。试图对以往品德课单纯作为教学任务来完成,作为一门纯粹的共同课来管的状况进行小小的改革和探索。在篇目的设置上,努力贴近大学生的思想实际,突出实用性,尽量减少理论阐述的篇幅,加大思想引导、行为规范的份量;在内容的规划上,根据不同年级乃至不同时期学生思想变化的不同特点,强化教育的针对性。第一年级,以引导适应、规范行为为主线,重点讲大学生活的特点、学习的一般规律、大学生应遵守的纪律及应具有的文明礼貌素养,帮助同学们尽快实现由中学生向大学生的转变,把握自我,做大学生活的主人;第二年级,以人生观、价值观教育为重点,主要讲爱国主义、集体主义、理想、信念等,帮助同学们在市场经济环境下,自觉地为祖国的繁荣、人民的富裕而积极进取、勤奋学习、艰苦

奋斗;第三年级,突出道德和职业教育,主要讲职业道德、职业理想、职业选择等,让大学生能尽早地按照未来职业的要求及市场竞争的需要,自觉地培养、锻炼、规化自身行为,使自己真正成为国家各条战线上的高级专门人才。在教学形式的选择上,为了使教师的课堂教学和学生的自我教育相结合,每讲后,都提供了相应的讨论、作业等具体活动建议。在教学时间的安排上,为了保证教学效果,望使用这本教材的学校及教师能改变以往只集中一个学期开课的办法,在不增加课时的基础上,尽量让品德课教学覆盖整个大学生活。

改革高校思想品德课教学,是高校面临的共同课题。我们编写的这本书,就是在市场经济条件下,加强、改进学校德育工作的探索和尝试。基于编者的理论水平和实践经验之限,书中不妥之处在所难免,欢迎广大同学和同行们提出批评意见,以便在今后的教学中做进一步的修订。

本书由梁凤鸣总体设计,拟定编写大纲。由何玉洁统稿、定稿。其各讲的执笔人是:刘化民:第一、二、三讲;祝春梅:第四、五讲;李淑慧:第六、七、八讲;李维民:第九、十、十一讲;王淑云:第十二、十三讲;郑广芬:第十四、十五讲。

在本书的编写出版过程中,得到了哈尔滨工程大学出版社的大力支持,借鉴了有关的教材、论著等资料,在此一并表示谢意!

编 者 1995.6

目 录

第一讲 适应,大学生活的起跑线.....	(1)
一、适应的含义.....	(1)
二、适应在人才发展中的作用.....	(5)
三、大学与中学的差别.....	(7)
四、适应的特点.....	(12)
五、如何尽快适应大学生活.....	(17)
第二讲 目标,奋力拼搏的原动力.....	(29)
一、目标的含义.....	(29)
二、目标的作用.....	(34)
三、如何树立正确的大学生活目标.....	(39)
四、实现目标的途径.....	(44)
第三讲 文明礼貌,做人的美德.....	(50)
一、文明礼貌的含义.....	(50)
二、文明礼貌在现实生活中的地位和作用.....	(54)
三、大学生生活中怎样做到文明礼貌.....	(57)
第四讲 纪律、学业成功的保证.....	(72)
一、纪律对大学生成才的必要性.....	(72)
二、大学生应该遵守的纪律要求.....	(81)
三、要争做遵守纪律的模范.....	(85)

第五讲 自我修养、成才的内在要素·····	(95)
一、自我修养的必要性·····	(95)
二、加强自我修养的原则·····	(98)
三、大学生应在哪些方面加强自我修养·····	(101)
四、自我修养的方法·····	(116)
第六讲 人生观、人生远航的罗盘·····	(120)
一、正确认识人的本质·····	(121)
二、正确理解人生观的内涵·····	(126)
三、如何树立科学的人生观·····	(132)
第七讲 价值、人生追求的永恒主题·····	(144)
一、正确认识人生价值·····	(144)
二、人生价值评价·····	(157)
三、努力创造和实现人生价值·····	(162)
第八讲 理想、人生奋斗的目标·····	(170)
一、理想及其特征、作用·····	(170)
二、社会主义共同理想与共产主义最高理想·····	(178)
三、理想与现实·····	(183)
四、当代大学生如何实现自己的人生理想·····	(186)
第九讲 爱国主义、团结奋发的旗帜·····	(193)
一、爱国主义是对祖国的深厚感情·····	(193)
二、热爱祖国是中华民族优良传统·····	(198)
三、热爱我们的社会主义祖国·····	(202)
四、爱国主义是走向共产主义的阶梯·····	(203)
五、当代大学生爱国之行的具体体现·····	(205)
第十讲 集体主义、成长与发展的基石·····	(211)
一、集体主义是发展社会主义市场经济的后盾·····	(211)

二、集体主义的基本要求·····	(214)
三、如何在集体主义的道路上成长与发展·····	(219)
第十一讲 爱情、生命长青的雨露·····	(225)
一、爱情的真谛·····	(225)
二、树立正确的恋爱观·····	(230)
三、摆正爱情在大学生活中的位置·····	(234)
第十二讲 道德、人生的准则·····	(241)
一、道德的含义、本质和特征·····	(241)
二、道德的形成与发展·····	(247)
三、道德评价·····	(254)
四、社会主义道德的基本要求·····	(258)
五、当代大学生如何强化道德修养·····	(268)
第十三讲 职业道德、事业成功的基准·····	(274)
一、职业道德概述·····	(274)
二、社会主义的职业道德·····	(281)
三、教师应具备的职业道德·····	(287)
四、大学生如何加强职业道德修养·····	(295)
第十四讲 职业理想、事业起飞的航标·····	(302)
一、树立崇高的职业理想·····	(302)
二、正确处理道德理想、职业理想、 生活理想和社会理想的关系·····	(313)
三、如何根据社会需要来实现自己的职业理想·····	(320)
第十五讲 职业选择、步入社会的起点·····	(325)
一、就业市场与分配制度的改革·····	(325)
二、选择职业、必须承担历史重任·····	(335)
三、如何正确地选择职业·····	(342)

第一讲 适 应

——大学生活的起跑线

大学、这个千百万有志青年为之奋斗的理想殿堂，当他们通过高考拼搏叩开高等学府的大门之后，几乎每个人都为自己即将成为跨世纪专门人才而踌躇满志，雄心勃勃。然而，面对全新的环境、全新的生活、能否迅速适应大学生活，尽快实现由中学到大学的转变，这是每个新入学的大学生面临的第一个课题。所以，适应是大学生活的起跑线。

一、适应的涵义

1. 什么是适应

适应具有广义和狭义之分。

从广义上说，适应是指自然界中的万事万物在生存竞争中适合环境条件而形成一定性状的现象。19世纪英国生物学家达尔文在他所著的《物种起源》一书中，把生物进化真正建立在科学基础之上。他根据考察获得的大量材料，总结生物学已取得的成就，论证了生物是从非生物发展而来，生物物种通过生存竞争、自然适应选择、变异和遗传的作用，实现由低级到高级、由种类较少到种类繁多的进化和发展。“人猿同祖”结论的提出，不仅把进化发展的观点引入了生物学，而且冲破了

形而上学的自然观,有力地打击了上帝创世造人的宗教唯心主义妄说。他提出的“物竞天择,适者生存”的进化论观点,虽然过分强调了“生存竞争”,否认物种发展中质的飞跃,有其弱点和消极作用,但它是19世纪自然科学的重大发现之一,对马克思主义哲学的形成具有划时代的意义。

中国近代资产阶级改良派、翻译家严复在《严译天演论》中对达尔文所阐发的“物竞天择,适者生存”的原则解释社会发展和伦理道德问题。对当时中国社会影响很大,为变法图强作了思想准备。

按照严复对达尔文“物竞天择,适者生存”的译语,就是在生物界,每一物种和其他物种之间都存在着互相竞争,其中与生活环境相适应者存在下来,不适应者被淘汰。“物竞”就是物种之间的“生存竞争”,“天择”就是经过自然选择竞争,“适者生存”。当然,在生物界既有生存竞争,同时也存在着共存共荣。

从狭义上说,适应是指自然界某生物群体或个体在生存竞争中适合某特定环境条件而形成一定性状的现象。如:鱼必须在适合鱼生存的环境——水里生存繁殖;老虎必须在山川密林里奔腾咆哮;鸟儿只能在天空中自由飞翔;人类也只能在适合人类生存的自然社会环境下生存发展。所以世界上的万事万物都离不开适应自己生存的特定环境。但我们决不能过分夸大环境的作用,尤其作为高级动物的人类。因为人不仅适应环境,人也同样创造环境或改造环境。其影响的性质、深度和规模是随着环境条件的不同而不同,随着人类社会的发展而发展。

我们这里所讲的适应,是狭义的 特定 环境下的大学生活适应。即青年学生从中学升入大学后,对新生活逐渐了解,并

形成各种接受能力的过程。作为新入学的大学生,确切地说,昨天还是个中学生,而眼下的大学的环境、大学的学习、大学的人际交往和大学各种教育活动都与中学时代有很大的差异。怎样尽快完成由中学到大学的转变,迅速适应新的学习生活,这对新生来说是他们入学后的首要课题。

2. 适应的内容

心理适应。所谓心理适应就是新生在情绪上对大学生活的感知、反映和认同能力。这是重要的主观适应。大学生刚刚入校后,因环境、学习、人际交往的变化,在心理上会产生各种反映。对家庭父母的留恋感,对中学时代的怀旧感,对新生活的陌生感、“天之骄子”、“时代宠儿”的优越感和“船到码头车到站”的间歇感,还有少部分同学对新学校、新专业不理想的失落感等等。这些逆向性的心理情绪反映,若不及时排解、及时清除,就会影响个人的成长发展,甚至还会影响整个大学阶段的学习生活。

环境适应。所谓环境适应,就是对大学生活周围一切陌生领域的了解、熟悉接受的能力。人们的一切活动都是在一定的环境之中进行的,其情绪、思想、才能的形成和作用的发挥必然要受到一定环境因素的制约和影响。所以,开始大学生生活就必须首先适应大学的环境。不过,作为新同学一段时间里的陌生、孤独、寂寞是正常的、暂时的。但是我们必须认识到人们同样可以创造影响环境。起码学会有效地利用身边的条件。我们高等学校的一切教学手段和教学设施都为同学们成才提供了优越的环境。实践证明,同样的客观环境,有的大学生就能够把握自己,尽量保持愉快、稳定、向上的乐观情绪,很

快就适应了。而有的同学,因想家而消沉,因怀旧而偏激,因不能向高中时代那样“得宠”而恢退。其实,这里也有世界观、人生观、理想、信念等主观因素的影响。

学习适应。这是最核心的适应,因为学生的主要任务是学习。所谓学习适应,就是指新同学逐步掌握大学的学习方法与学习技巧的能力。这里也包括学习态度、专业兴趣、学习方法、技能培养等。例如:在学习态度上,有的同学把考取大学当做终极目标,认为船到码头,车到站了。所以,喊出了“60分万岁,多1分浪费”的口号;在学习兴趣上,部分同学不热爱所学专业,甚至课堂看小说,课后逛大街,致使学期考试不及格;在学习方法上,还有相当一部分同学仍然沿续中学的那一套,只会啃书本,死记硬背,导致重专轻博,知识不全面……这些不适应的问题都为知识的掌握,能力的培养造成了严重的影响,甚至使一些同学在学业上中途“夭折”。

人际关系适应。人作为一名社会成员,在现实生活中不可避免地要通过各种各样的活动同他人打交道,在相互交往中,自然而然地与他人结成各种各样的关系,这就是人际关系。我们这里所说的人际关系适应,就是大学生在其群体成员中相识、交往、结成良好关系的能力。古人云:“天时不如地利,地利不如人和”。人际关系的好坏,直接影响着人的思想、情绪和创造才能的发挥。能否努力创造一个和谐、健康、良好、向上的人际环境。这不仅有益于学习,而且有益于身心。否则,一旦出了问题不仅带给你抑郁、烦恼、孤独,甚至会在你与他人之间形成一道看不见的心理屏障,使自己陷入孤立无援的境地。

以上我们谈的四方面适应内容,它们之间的关系是相辅

相成、辩证统一的。并相互影响、相互制约、相互作用。其中心理适应是基础、学习适应是核心、环境适应和人际关系适应是重要条件。在大学生活中,缺少哪方面的适应都是不能成功的。

二、适应在人才成长发展中的作用

首先,适应是大学生活的转折点、飞跃期。恩格斯指出,事物“从一种运动形式转变到另一种运动形式,总是一种飞跃,一种决定性的转折”。在人才成长的过程中,大学时期是向更高目标发展攀登的关键阶段。大批的优秀青年将通过大学这个分流枢纽,输送到社会上不同行业,成为各行各业所需要的专门人才。在这个阶段中,要获取渊博的知识,培养高级职业技能;在这个阶段中,要逐步走向成熟,学会做人,懂得正确履行社会义务;在这个阶段中,要按照特定的职业要求,主动自觉地培养自己的各方面素质,以适应未来社会的需要。这一系列任务,都要在大学生活过程中一环扣一环地去实现。而我们有些同学入学后,常常在以往的幻想中徘徊,转不过弯来。处处被动适应,事事随波逐流。把本该解决的问题遗留到高年级,等铁冷了才去锤打,当觉悟时已经为时过晚。所以,作为刚入校的新同学,必须把握住这个重要的转折点和关键的飞跃期。

其次,适应大学生活是学业成功的保证。作为一名新生,由于环境及各种因素的变化,不适应是正常的,就象一个迟到的观众,开始进场时,无法马上找到自己的座位,但渐渐地不仅能看清椅背上的座号,还能辨认周围的观众了,这只是视力的

适应。而大学生生活的适应则是多方面的,不仅是环境上的适应、心理上的适应,还有生活上的适应和学习方法上的适应等等。如果哪个方面适应的步伐放慢了,都会影响学业的提高、影响个人成长和进步。甚至有的同学一学期下来两科考试不及格。所以,作为新同学,在奠定人生坦途的起点上,一定要把自己的精力调整到最佳的状态,以保证学业的顺利完成。

第三、适应是塑造专门人才的必经之路。大学是培养高级专门人才的场所,大学生是我国高级专门人才的重要来源。许多杰出人物都是在这里孕育蓓蕾。走向社会后,很快在创造的天地中开出鲜艳之花,结出丰硕之果。物理学大辞典所载的146名物理学家,80%以上受过高等教育,只有5%是自学成才者。国外的许多学者认为,大学在传统上就是促进个人在社会上前进的主要渠道。因此,适应大学生活是塑造专门人才的必经之路。尤其在迎接世界新技术革命的挑战,进行社会主义现代化建设的新历史时期,要求人才革命化、年轻化、知识化、专业化。而这一目标的实现,必须靠高等学校培养。今天的大学生将是我国社会主义物质文明和精神文明的生力军,是未来高级专门人才和干部队伍的后备军,是科学家的预备队,是四化建设各条战线的骨干、尖兵。兴国之要,唯在人才。有幸跻身于高等学府的学子们,应急国家之所急,努力建树,立志把自己的功勋镌刻在中华腾飞的丰碑上,用今天的胜利,在光辉的昨天和灿烂的明天之间架设一座雄伟的桥梁。

总之,适应对于进入大专院校的学生来说,具有重要作用。大学生要想顺利完成学业,健康成长,最终成才,就必须重视适应、学会适应,努力培养各方面适应能力,在大学这个知识

摇篮里成长、成熟、成才。

三、大学与中学的差别

几番努力、几番拼搏、当我们手持“录取通知书”走进校门时，便开始了大学生活。中学和大学虽然同属于学习生活不同阶段。但大学校园里的一切，不论是生活环境、生活方式、还是学习形式和方法，都与中学有很大差别。

1. 环境上的差别

差别之一，在中学时，学生多数同父母生活在一起，不论在学习上，还是在生活上都是“重点保护对象”。生活上由父母安排，可谓“饭来张口，衣来伸手”。在学习上，不论是学习内容，还是学习重点，甚至课余时间的分配，都被老师安排得满满当当。因此使得中学生自立意识弱、自理能力差、依赖性强。到了大学，在生活上失掉了父母这个“拐杖”，要与同学一起吃、住。这就要求新同学必须适应集体生活，在集体生活的各项活动中学会自理自立。

差别之二，在中学，由于资金等因素的制约，学习的外部条件比较差，图书资料比较少，实验设备比较简陋，电化教学不够普及，校园活动规模比较小，校文化活动也比较贫乏单一。而在大学里，不仅有优越的学习环境，还有藏有丰富图书资料的图书馆和阅览室，先进的电化教学设备，设施齐全的实验室和博学多识的教师。教学科研能力、基本建设投资、校园规模和校园文化建设等方面，与中学相比，都具有很大的优势。学校除了有教学这一中心职能外，也具有科研中心的职能。教师

将新的科研成果及时引入教学中,使学生及时接近科学前沿了解学科发展的现状和趋势,不断增添课本里没有的、新的、高层次的知识。

差别之三、在中学时,多数同学从生活到学习都由家长和老师负责;到了大学,许多新生遇事想不出办法,事事束手无策。所以,适应大学生活,首先,要培养成独立生活的习惯。培养自我管理能力,使自己的生活有规律、有秩序。其次,要安排好自己的课余生活,学会自立。在中学时,从早到晚都是干巴巴的学习、学习、学习,根本没有自由的活动余地。而大学除了课堂学习以外,还有丰富的业余生活。各种培养能力的社团组织、适合青年特点的文体活动等,大家可以尽情地在知识的海洋里遨游,可以尽量培养、锻炼、施展自己的各方面能力。第三、要学会合理支配自己的生活费用。在中学时,吃饭、穿衣、学习用品和其他费用,都由家长开支、不要自己操心。而到了大学,每个月的生活费和其他开支都要自己管理。因此,要合理支配学习用品费用及生活花销和其他费用。要珍惜父母的劳动成果、做到有计划、有节制、勤俭节约。

2. 学习上的差别

在我国的教育体系中,中学教育属于基础教育,大学教育则是建立在基础教育上的高等专业教育。高等教育与普通基础教育相比在教育任务、教育内容和教学方法上均有很大差别。

首先,教学内容不同。普通的中学教育是一种基础教育,它的主要任务是向学生传授科学文化的各种基础知识,为他们升学或就业做好一般性的准备。大学教育则要向学生传授

各种专业知识和专业技能,把他们培养成国民经济和上层建筑各部门又红又专的专门人才。中学教育同学生未来的具体职业并没有什么必然的联系,而一个人只要上了某种性质的大学,就意味着将来要长期甚至终身从事某种性质的职业。这种专业上的相对的稳定性,更具体地体现了社会的需要、反映了党和人民的希望和要求。

其次,教学内容不同。中学的教学内容是多科性的、全面性的、不定向的。大学教学则是一种定向的专业教学。专业教学的一个显著特点,是大大提高了对教学内容深度的要求。中学教学的侧重点在于解决“是什么”,大学教学的侧重点却要解决“为什么”。大学教师不仅要向学生讲授与专业有关的基础知识,还要向学生讲授高、精、尖的理论和最新的科学成果;不仅要向学生介绍学科发展上已有的意见,还要向学生介绍尚在探索和尚在争论的问题。大学教师的教学不可能拘泥于某一本教材,一节课往往讲十几页或几十页,而中学一节课只讲二、三页教材。这就决定了大学教师的课堂讲授很难象中学教师的课堂教学那样“细雨滋润”,常常是“大雨倾注”。对学生的综合、概括、思维能力提出了新要求。而在教学内容的广度上,尽管开设课程所涉及的面有一定程度的缩小,但在每门课的教学中则要体现出对多方面知识的综合运用。这一切说明,大学生的学习与科学文化各个领域发展的前沿阵地更加接近了。

再次,教学方法不同。中学教学中的一切活动,基本上都是由老师来安排的。而大学教师虽然仍旧发挥着主导的作用,但对学生学习的过程已经不可能管得那么具体、那么细致了。在学习时间的支配上、学习计划的安排上、学习潜能的发

挥上,大学生都有了更加广阔的天地。除此之外,大学生还有一定的参加专业实验和社会实践的机会,可以通过实验、学习、调研和搞设计、写论文等等方式,独自钻研问题,开展科学研究。因此,大学生的学习完全可以超出老师讲授的范围,他们甚至可以通过自己的努力创造出老师没有取得的成果。这一切说明,大学生的学习生活,与未来工作岗位更加接近了。

总之,中学生与大学生相比,学习内容由单一到繁多,学习方法由填鸭灌输到以自学为主,学习态度由被动服从到主动索取,学习目的由片面追求分数到真正获得知识和能力。

3. 生理与心理上的差别

中学的学生处在人生的未成年期,在人们的心目中,他们还是些“孩子”。而大学生则正在以飞快的步伐迈向人生的成年期,在他们身上迅速出现了“大人”的各种特点。

中学生的生理机能尚未达到成熟水平,大学生在生理上已越来越趋于成熟。我国高等学校学生的年龄一般处在18—23岁之间,正值青年中期。这一时期的大学生,身体发育已进入高峰,是人一生中生命力最旺盛的时期。新陈代谢的同化作用和异化作用基本平衡,有机体处于比较稳定阶段,各部器官已发育成熟。因为在青年初期阶段(14—18岁),人体全部器官接近成熟。由青年初期进入青年中期的大学生从生长发育期进入生长稳定期。这一时期身体内部各系统、各器官的机能也渐趋成熟和健全,肺活量增长,心脏机能增强,运动能力飞跃发展。尤其是大脑发育已达成人水平,脑细胞内部的结构和机能的复杂化过程剧烈地发展,大脑皮层细胞活动的数量迅速增加,联络神经纤维大量发挥作用,特别是第二信号系

统最高调节能力迅速增强。这一切都为大学生独立生活和学习提供了必要的生理前提,为成才奠定了物质基础。

大学生不但在生理上有明显的优势,在心理上同样具有许多不同于中学生的显著特点:

一是成人感、独立意识强。青年大学生随着身高体重的增长、第二性征的明显,不仅从体态上感到自己象个大人了,而且从内心体验上加强了这种成熟感。因而强烈要求独立自主,并且乐于展示自己的力量和才能。加之精力旺盛、血气方刚、求新好胜,常常表现出“无坚不摧、攻无不克”的强者气概。

二是富于理想,创新意识强。中学时代的理想虽然美好,但带有一定的抽象性和不确定性。而且中学生的心理素质还较差,今天想干这个,明天想干那个,并无明确坚定的方向。大学生随着知识的增长,视野的开阔,对人生和未来有了更高水平的憧憬和向往。他们好胜心强,总是力图把自己锻炼和塑造成为理想的人,成为适合时代发展需要的强者。

三是情感、情绪热烈丰富、兴趣强。进入青年中期,高级情感迅速发展,加之丰富多彩的大学生活,无时无刻不在给大学生以情境、气氛的感染。致使大学生的心理体验和感受纷至沓来,情感丰富、兴趣强烈。与中学时代相比,大学时代已发展到高峰,成为加强成才修养的情感基础。

四是勤于思考、记忆、思维能力强。青年中期正是人生记忆力发展的高峰期。较之中学时期,大脑机能进一步发展。大学生已不满足对表面现象的认识,他们对任何事物都勤于思考,勇于探索。求异、求新以及向多向思维发展。这为大学生成才奠定了极好的心理因素。

中学是大学的基础,是迈进大学的一个阶梯。而大学则