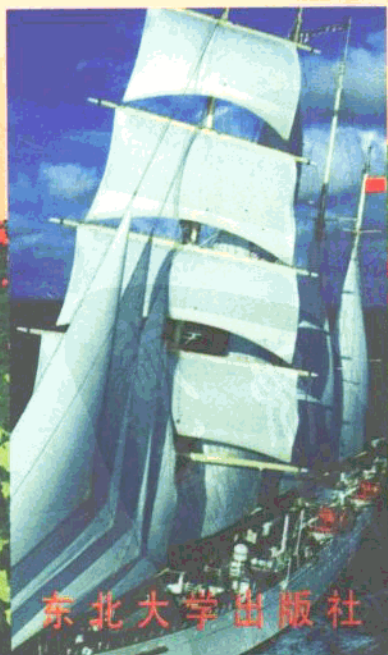


大学生

思想道德教育读本

主编 李建一



东北大学出版社

本书编委会名单

主 审 王克光 孙冠梅

主 编 李建一

副主编 张慧欣 张雁波 张俊华

编写委员会 李建一 张慧欣 任蕊
赫丽萍 张雁波 张俊华

编写人员 李建一 张慧欣 任蕊
张俊华 赫丽萍 张雁波
刘长新 殷鸣镛 王庆梅
李孟歆 张欣 王强
宋庆勇

前 言

为了贯彻落实党的十四届六中全会通过的《中共中央关于加强社会主义精神文明建设若干重要问题的决议》，为更进一步提高《大学生思想道德修养课》的教学效果，结合我们所承担的辽宁省教委的高等学校思想品德课建设研究的科研立项课题，沈阳建筑工程学院社会科学部思想品德教研室编写了《大学生思想道德教育读本》，供学生学习《思想道德修养课》使用。

编写一部高质量的“思想道德修养课”教材，是提高这门课教学效果的最重要条件之一。多年来，从国家教委到省教委，以及各个高校，都力图在这门课的教材建设上有所突破。沈阳建筑工程学院于1981年就开设了共产主义思想品德课。通过总结10多年的教学经验，并根据中共中央关于加强和改进思想品德课的精神，我们坚持大胆创新，打破常规，以高格调内容与完美的艺术形式的统一作为编写这部教材的指导原则，编写了《大学生思想道德教育读本》。

本书把教育者和受教育者有机地结合起来，既要坚持一定的教育内容，又要考虑学生的思维角度，使学生在阅读教材时感到亲切，并引起思考。针对大学生思想道德修养课的教育性特点，本书摒弃了以往教材从概念到概念的编写方式，大胆创新，采取了运用人物传记、名人文章、通讯报道等真实事例加以评论，来组织教材编写框架，并采取新颖生动的小标题，使其具有可读性。本书还吸收了最新的教育内容，编写了“大学生要讲政治”和“坚持以为人民服务为核心的社

会主义道德”两章，使学生能够讲政治，树立为人民服务的道德观。

本书由沈阳建筑工程学院党委副书记王克光、沈阳建筑工程学院社会科学部主任孙冠梅主审。社会科学部思想品德课教研室主任李建一任主编，张慧欣、张雁波、张俊华任副主编。李建一编写第一、四、六、九章；张慧欣编写第二章；张俊华编写第五章；任蕊编写第三章；张雁波编写第七、八章；赫丽萍编写第十章。王强、王庆梅、刘长新、殷鸣镝、张欣、李孟歆、宋庆勇参加了资料搜集和其他编写工作。

本书得到了沈阳先达房产总公司赵昱总经理、沈阳空军后勤部工程处孙宝安主任的大力支持。本书还引用了一些文章，在此向文章作者深表谢意，并将按有关规定付给稿酬。

编者

1996.12

目 录

第一章 提高自身思想道德素质是新世纪的要求····· (1)

一、现实社会要求大学生提高思想道德素质····· (1)

问题的提出····· (1)

他得到大学毕业证书时又被戴上手铐····· (4)

“培养他们如何学会做人”····· (7)

“要培养踏踏实实的精神，不要凡事理想化”····· (9)

二、思想道德修养课有利于提高大学生

思想道德素质····· (12)

加强大学生的思想道德教育是党和国家

的意志····· (12)

经验主义、实用主义、虚无主义影响一些

人正确认识这门课程····· (14)

我谈“大学生思想道德修养课”····· (16)

一位大学生的心声：这门课并不像

我原先认为的那么没意思····· (17)

自强不息 厚德载物····· (18)

1994：北大修身宣言····· (19)

第二章 正确认识大学生活····· (23)

一、大学是人生新的坐标点····· (23)

庐山真面目——大学是什么····· (23)

请看一个大二学生的反思····· (27)

进入角色尽快把握主动权	(28)
同一起跑线上的竞争	(30)
二、大学是知识的殿堂	(33)
陈章良的路——我很苦，可是我很顽强	(33)
请看中国最年轻的女博士的成功秘诀	(38)
治学有方就要重视自学和创造	(40)
创造要有正确的思路——农业工程专家 汪遵元教授的研究方法	(45)
不畏苦难是大学生活的另一收获	(50)
第三章 大学生心理健康纵横谈	(58)
一、大学生的心理健康与成才	(58)
为什么“大学门口我发怵”	(58)
“心”病也是病	(60)
身心健康的“五快三良好”	(61)
跨世纪的课题	(63)
二、大学生心理特征面面观	(64)
大学生心理特征速写	(64)
大学生心理障碍漫议	(67)
困扰大学生心理健康的因素	(69)
应付困扰因素的积极方式	(71)
三、大学生健康心理的自我调适	(73)
战胜自卑	(73)
让自卑与自信换位	(76)
驾驭情绪	(78)
控制冲动	(80)
超越孤独	(81)

培养意志力	(84)
结束拖延	(92)
尝试幽默	(95)
塑造自己的创造性人格	(97)
向自我挑战——求助心理咨询.....	(101)
求助心理咨询也是向自我的一种挑战.....	(102)
作自己的心理医生.....	(104)
拥有积极的心态 积极的心态助你成功.....	(108)
四、大学生心理自我测量.....	(111)
气质类型评定量表.....	(112)
气度评定量表.....	(116)
性格类型评定量表.....	(118)
情绪评定量表.....	(121)
心理健康状况评定量表.....	(124)
自信心评定量表.....	(126)
责任心评定量表.....	(129)
交往焦虑评定量表.....	(131)
恋爱心理评定量表.....	(133)
人际信任评定量表.....	(137)
抑郁评定量表.....	(139)
羞怯评定量表.....	(142)
第四章 大学生要讲政治.....	(144)
一、做社会主义的建设者和接班人就是政治.....	(144)
“当年的歌”和“红领巾是烈士的 鲜血染成”	(144)
又红又专的王雪莉.....	(144)

红军的后代成长为革命事业接班人·····	(150)
清华学子与中国政坛·····	(155)
来自施工工地的报道·····	(165)
二、大学生要有政治追求·····	(170)
、科学家李四光入党始末·····	(170)
首都高校政治热情升温·····	(173)
做合格的社会主义事业的建设者和接班人·····	(175)

第五章 坚持以为人民服务为核心的社会主义道德

·····	(177)
一、为人民服务的提出与率先垂范为人民服务·····	(177)
《为人民服务》——毛泽东为追悼一名 战士的讲演·····	(177)
不平凡的家庭会议·····	(179)
二、培养为人民服务的精神·····	(183)
为人民服务 社区创文明·····	(183)
情系黄土地·····	(185)
赞北京师范大学同学的善举·····	(187)
真情献乘客 岗位做贡献·····	(189)
三、从理论上认识为人民服务道德·····	(190)
为人民服务与现实社会的关系·····	(190)
学者访谈：为人民服务·····	(192)

第六章 高举爱国主义旗帜····· (197)

一、祖国的分量·····	(197)
我和我的祖国·····	(197)

钱学森：“外国人能干的，中国人为什么不能干。”	(198)
深情怀念老同学、好朋友 杨振宁	
挥笔《邓稼先》	(208)
二、从理性上认识爱国主义	(214)
爱国主义：个人与祖国关系的理性思考	(214)
爱国主义：个人对祖国依存关系的	
正确反映	(217)
祖国利益高于个人利益	(219)
民族自信心、自尊心是爱国主义重要表现	(222)
好样的，孙天帅	(224)
正确认识“出国潮”	(228)
第七章 发扬社会主义集体主义精神	(234)
一、集体主义是社会主义的重要原则	(234)
当洪水威胁重工业城市沈阳时	(234)
以国家、民族为重的整体主义精神是	
民族文化瑰宝	(235)
二、集体主义提高了个人的人生价值	(236)
邱少云牺牲前后，再现集体主义伟大精神	(236)
“30 多名选手当陪练，其他任何国家都没有中国队	
这样的优越条件”——蔡振华的感慨	(243)
孙福明坦言：英雄在我的背后	(245)
三、正确认识集体主义原则	(248)
“三兼顾”、“三服从”：集体主义的两条	
原则	(248)
个性自由与集体主义对立吗	(250)

四、大学生与班集体·····	(253)
为什么要积极参加班集体活动·····	(253)
大学班集体是个什么样组织·····	(254)
正确处理个人与班集体的关系·····	(255)
积极参与良好班集体的建设·····	(256)
第八章 遵守社会公德 树立文明形象·····	(258)
一、遵守社会公德 保持社会文明·····	(258)
不要小看这种小事·····	(258)
勿以恶小而为之——大学生要树立	
文明风范·····	(259)
海外游思——排队·····	(261)
鞠躬效应·····	(264)
要形成良好的习惯·····	(266)
秩序：为他人也为自己·····	(267)
二、提高遵守社会公德意识·····	(269)
面对 1400 元的诱惑·····	(269)
美化我们的形象·····	(271)
大学生文明行为 ABC·····	(273)
学会基本礼仪常识·····	(274)
三、讲文明贵在实践·····	(277)
北京市大学生讲精神文明从我做起·····	(277)
哈工大校园树立新风 大学生自揭短处	
告别不文明行为·····	(278)
第九章 正确认识人生与人生价值·····	(280)
一、人生与人的生命活动·····	(280)

你了解你自己的生理特点吗?	(280)
人的自然寿命有多长?	(281)
梁实秋舍命学游泳	(283)
人的生命活动是人生的物质载体	(285)
二、正确认识人生与人生价值	(287)
从放牛娃到数学大师——苏步青人生述描	(287)
青年时代的毛泽东	(305)
赵颖华——女教授戴上博士帽	(309)
苏小强：山旮旯走出的留学生	(313)
数学奇才夏志宏	(315)
沈国放：从知青到外交部发言人	(318)
进取心与献身精神	(321)
吃苦，是一种资本	(324)
裴利静：从女大学生到养猪倌	(326)
感悟生活——在成长中走向成熟	(329)
传统人生价值观的现代意义	(334)
第十章 树立正确的爱情观	(337)
一、爱情是人生中美好感情的渴盼	(337)
我的大学生涯不恋爱	(337)
日月璧合，风雨同舟——钱学森与蒋英	
的人生与爱情	(342)
二、爱情的真谛	(360)
爱，首先意味着献给	(360)
爱，总归要冲进婚姻这座城的	(362)
三、树立正确的恋爱观	(364)
虚荣、谎言断送了两条性命	(364)

走出爱的沼泽·····	(366)
你的恋爱不文明·····	(368)
爱情的道德要求·····	(370)
莫把友谊的彩带当作爱的情丝·····	(373)
鼓起你生命的风帆·····	(375)
引用文献及书目·····	(379)

第一章 提高自身思想道德素质 是新世纪的要求

一、现实社会要求大学生提高 思想道德素质

问题的提出

1996年第6期《大学生》杂志刊登了一位大学生的来信。这封信反映了他对人生的困惑，也折射出一些大学生思想中存在的问题。

尊敬的《大学生》杂志编辑：

今天我在彷徨与希望中给你们写下这封信，我期待你们给我帮助。

我是一个来自南方偏僻山区的学生，也许是故乡的落后对我影响太深的缘故，在刚来北京读书时我显得与繁华的都市文化是那样的不协调。曾经自卑，曾经苦闷，在发愤提高自己各方面能力的行动中飞快地度过了一个年头。无论如何，较之才来的时候，应该说我再也不自卑，我没有愧对已逝去的一年时光。然而我依然痛苦，为室友与一些同学对我的不公正的对待而烦恼。

自小受到父辈们的悉心教导，使我从小养成了一种明确的是非观念，直来直去，有什么说什么，然而有时当我诚心地说出心中的真话时，室友们有时不信，有时报以可怕的嘲

笑，竟然笑我“太傻”，笑我头脑怎么这么简单；在家乡时，我很勤快，所以，平时在宿舍总主动扫地、拖地，可是有些室友非但不赞同，反而攻击我有“洁癖”，我的天，讲卫生对大家都有好处，爱护公共卫生竟然成了“洁癖”携带者，我实在无话可说；我喜欢唱一些民族歌曲，而对摇滚不是太感兴趣，然而每当我买回一些民族歌曲的磁带或用录音机放一些民歌时，他们总是显得极其厌恶地走开，要么就是说我“档次低”，我并不希望他们和我有同样的爱好，但至少我有我自己的权利，这跟他们没关系；我不是球迷，但我同样希望中国的球队获胜，可我并不欣赏有些大学生带着浮躁、冲动去看球。在市场经济迅速发展的今天，人才市场竞争愈益激烈，我们的大学生是否应该比过去多一份沉稳和执著呢。

严格而客观地说：从我的身上体现了现时文化内涵与保守的文化之间的矛盾。我的身上，既有鲜亮的现代生活的斑点，又有浓重的乡村生活的缩影，我当然不是完人。但是，我至少可以这样说，我是正直的，有抱负的。我的观点是：一个有涵养的大学生应该是活泼而不失体面，沉稳、举止得体、有抱负、有气质。可是在我的周围，我看到的大学生朋友们却很多都不是这样，他们对待任何事情显得不扎实，太感情用事，疲沓，得过且过，没有明确的人生观与世界观，同学之间呼朋唤友，拉帮结派。这绝不是凭空捏造，而是真真切切发生在我身边的事情，甚至选班干团干都是起哄选举，往往谁最能混在痞子中间，谁就能当选。我跟这样的人在一起绝对地矛盾和不自然，不过我很奇怪我这样的人竟然还被孤立。是我跟不上时代，还是别的什么，现代大学生的形象到底应该是游戏人生的痞子还是对自己应严格要求？我期待编辑同志帮助我找到一个正确答案。有可能的话，我甚至呼吁

《大学生》杂志社在全国范围内，在所有的大学生朋友中展开以“真正当代大学生”为主题的大讨论。对当代大学生的形象开展调查。我确实感到困惑。困惑极了。

期待您的帮助。

北京商学院一位困惑的大学生

这位大学生是在经历了一年多的大学生活，对他周围的一些现象，感到迷惑不解，才写信给《大学生》杂志，以求得到帮助和指导。这封信反映了这样两个问题，一是如何保持从小学、中学以及高中时期受到过的正确的思想政治教育的成果，并坚持继续做下去；二是过去受过的教育以及形成的思想道德观念与现实我们周围一些错误的思想和不文明行为在相互碰撞时，我们如何坚持正确的思想和行为。而且面对比较强大的错误思想和行为，我们究竟怎样去做。

作为刚刚进入高等学校的一年级学生，你们是如何看待上述这些问题的？

我们认为，首先，这位同学应该坚定地保持自己认为的自身正确的方面，如正确的是非观念，热爱劳动等良好品质，不为一些讥讽和流言所动，要有“自己走自己的路，不管别人如何看待”的精神。其次，对周围一些不正确的思想和行为表现，我们应该正确认识。一方面说明，当前情况下，不文明、不道德的现象还广泛存在，克服扭转这种现状需要一定的条件，需要学校、社会共同努力。当前，全国上下贯彻党中央关于加强社会主义精神文明建设的决议，就是扭转这种不文明、不道德现状的实际举措。我们应当相信，作为高等学校，作为社会主义精神文明建设示范区的大学校园，也会对广大学生进行社会主义精神文明建设方面的教育。一些思想和行为上不文明、不道德的学生也会通过接受教育，会

逐步地提高思想道德素质。另一方面，我们同学遇到周围一些学生不文明不道德的现象，可以善意地提出自己的看法，最好是身教胜于言教，不要直接与一些有不文明、不道德行为的同学发生口角和冲突。

我们还认为，社会主义高等学校培养的目标，是使大学生成为德智体全面发展的社会主义事业合格的接班人和建设者。我们同学刚刚步入大学校园，无论我们现在思想道德状况如何，从高校培养目标的高度看，党和人民对我们的思想、道德都有了新的要求和标准。尽管我们现在的生活、学习以及周围环境都与过去的中学时代和社会环境有了某些变化。我们必须具有这样一种意识，大学生活，既要学习到先进的科学技术和专业知识，也要认真加强自身思想道德的修养，以适应社会主义市场经济的发展和需要，为今后人生奠定良好的基础。

他得到大学毕业证书时又被戴上手铐

1994年10月31日《法制日报》刊登了一篇报道，题目是《他同时收到：大学毕业证和手铐——记大连市一个大学毕业生的毁灭之路》。看看这篇报道，我们会从中受到一些启示。

今年七月十八日是一个很平常的日子，但这一天对徐云虎来说，却是一个令他悲喜交加、记忆终身的日子。

这天一大早他就去了大连某大学，将数年寒窗、梦寐以求的大学毕业证书拿到了手。全家人更是乐不可支，毕业证在亲人们的手中传递着……正在此时，叩门声惊动了仍然沉浸在欢乐中的家人，打开房门，只见两个陌生人站在门口说道：“我们找徐云虎有点事。”当徐云虎被带到住宅楼附近一

个僻静处的警车前时，一副冰凉的手铐锁住了他的双手。刹那间，徐云虎浑身颤抖，他一下子明白了自己已走到了穷途末路……

一个刚刚拿到毕业文凭的大学生，很快将走上工作岗位，本来可以为国家和民族效力，干一番轰轰烈烈的事业，为什么被公安机关抓起来了呢？

几年前，徐云虎考上了大学，他朝着自己的美好的前程跨出了一大步，在校学习他也很用功。然而，在社会上一些不良风气的影响腐蚀下，他的灵魂发生了变化。他想，自己为什么不能活得潇洒点？但要实现这一点，就需要钱，可钱从何来？虽然家里少不了给他生活费，但靠那点钱是“潇洒”不起来的。

那是去年寒假。当徐云虎回到大连湾镇盐岛村的家中后，为了弄到一笔钱，很快便和一个叫葛盛伟的人混到一起了。葛是金州区某物资公司的职员，二十四岁，结婚需要钱，而他挣的那点工资是“排场”不起来的。由于臭味相投，他们合谋去抢劫摩托车换钱。

今年一月二十七日，辽南地区天气异常寒冷。这天，徐云虎和葛盛伟从大连湾乘车来到金州区，他们在南山一僻静处选好了作案地点，并密谋了作案的步骤和手段。随后，徐在一隐蔽处藏匿起来，而葛则到金州汽车站选中了拉脚的张某驾驶的铃木王牌摩托车，他以租车到南山为名，将张某骗至事先约定的作案地点。徐云虎看到葛发出的信号后，立即手持铁棒窜出，一棒将张某击倒在地，张某的头盔被他击得粉碎。他们唯恐张某不死，又补打张某一棒。然后，徐、葛两人骑上抢劫来的摩托车朝大连湾方向疾驶而去。张某被打后，幸好不久被路人发现，将他及时送到医院抢救，才捡回