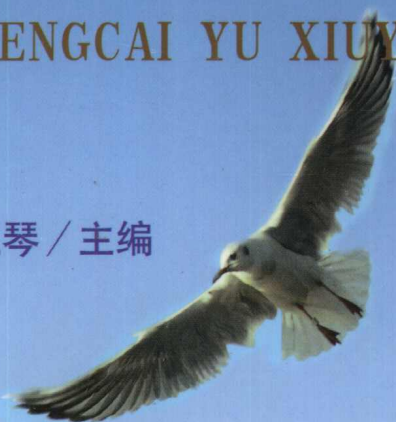


大学生成才与修养

DAXUESHENG CHENGCAI YU XIUYANG

包玉琴 / 主编



中央民族大学出版社

大学生成才与修养

主编 包玉琴

中央民族大学出版社

责任编辑：郑玉琴

封面设计：赵秀琴

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生成才与修养/包玉琴等编著. -北京：中央民族大学出版社，2001.10

ISBN 7-81056-566-4

I. 大… II. 包… III. 大学生-思想政治教育-教材 IV. G641

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 073933 号

大学生成才与修养

出版者：中央民族大学出版社

北京市海淀区白石桥路 27 号 邮编：100081

电话：68472815 68932751 传真：68932447

印刷者：北京市朝阳区科普印刷厂印刷

发行者：新华书店

开 本：850×1168(毫米) 1/32 印张：9

字 数：210 千字

版 次：2001 年 11 月第 1 版 2001 年 11 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 7-81056-566-4/G·131

印 数：0001—6000 册

定 价：12.80 元

版权所有 翻印必究

前 言

为了更好地贯彻和落实中央和教育部关于加强对学生进行思想政治和品德教育的一系列文件精神，坚持爱国主义、集体主义、社会主义教育，引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观，针对思想品德课教学改革的需要，我们编写了这本《大学生成才与修养》。

思想品德课教学必须改变上课“满堂灌”、教师“一言堂”的传统教学方法，调动学生学习的积极性。教学用书应该便于学生阅读和理解，以利于课堂上有一定的时间进行探讨和交流。因此，根据教学重点、难点，我们努力结合大学新生学习、生活、思想、心理等方面的问题，在书中有的放矢地进行了分析、论述、阐释。本书注重理论性、知识性，突出现实性、针对性，特别是尽可能地关照到民族院校学生的特殊性。

本书由包玉琴主编。以章为序参加编写的有：孙英（第一、九章）、赵一君（第二章）、包玉琴（导论、第三、四章）、王文东（第五、八章）、贺金瑞（第六、七章）。各章书稿写出后，由主编提出修改意见。最后由主编修改、统定。

本书在出版过程中，得到学校党委领导及中央民族大学出版社的大力支持，在此表示衷心感谢。

由于我们水平有限，书中难免有不足之处，恳请有关专家和读者批评指正。

编者

2001年7月

目 录

导论

一、学校必须进行思想道德教育·····	1
二、大学生有必要接受思想道德教育·····	3
三、加强思想道德教育已成为各国教育 改革发展的共同趋势·····	6
四、本书的结构和基本内容·····	7

第一章 认清历史使命 奔向成才之路

一、时代呼唤人才·····	10
(一) 时代主题及经济与科技发展·····	10
(二) 我国社会为人才成长提供良好机遇·····	13
二、人才本质及培养规格·····	20
(一) 人才本质·····	20
(二) 我国对人才的总体需求及大学培养人才的规格·····	22
(三) 社会主义市场经济对人才素质的新要求·····	26
三、人才成长之路·····	28
(一) 成才要素·····	28
(二) 成才规律·····	33
(三) 人才成长规则·····	34

第二章 立志振兴中华 努力学习本领

一、学习是大学的天职·····	42
-----------------	----

(一) 立志为祖国现代化而努力学习·····	42
(二) 发掘学习动力·····	44
(三) 了解大学学习特点, 掌握科学学习方法·····	47
二、建立合理的知识智能结构·····	52
(一) 知识智能结构的基本模式及建立原则·····	52
(二) 如何建立合理的知识智能结构·····	58
三、培养良好的学风·····	63
(一) 学风及其作用·····	63
(二) 优良学风的基本内容·····	65
(三) 如何培养优良学风·····	69
第三章 求索人生真谛 实现人生价值	
一、人生真谛古今说·····	73
(一) 为什么要思考人生真谛·····	74
(二) 关于人生真谛的不同解说·····	76
(三) 把握人生真谛——活出意义来·····	81
二、树立科学的人生价值观·····	85
(一) 价值、人生价值、人生价值观·····	85
(二) 辩证地理解和认识人生价值·····	88
(三) 人生价值在于奉献·····	92
三、人生价值的实现·····	95
(一) 实现人生价值的前提和条件·····	95
(二) 在承担责任中实现人生价值·····	98
(三) 自我设计与自我实现·····	101
第四章 坚持集体主义 反对个人主义	
一、个人与社会·····	109
(一) 人的本质·····	110
(二) 个人与社会的关系·····	113

(三) 为社会服务就是为人民服务	117
二、科学地认识与把握集体主义	120
(一) 对集体主义认识问题上的拨乱反正	120
(二) 社会主义集体主义的基本原则	124
三、反对个人主义	127
(一) 个人主义的发展、演变及其现代处境	127
(二) 个人主义、个人利益及合理利己主义	130
(三) 市场经济条件下更要反对个人主义， 坚持集体主义	134
第五章 满怀赤子之心 践履爱国主义	
一、爱祖国与爱国主义	141
(一) 爱祖国是爱故土、爱人民、爱国家的统一	141
(二) 从爱祖国到爱国主义的理性升华	146
(三) 中华民族爱国主义优良传统的基本内容	148
二、当代社会主义的爱国主义	149
(一) 爱国主义是社会主义道德的基本要求	149
(二) 爱国主义与社会主义、国际主义的统一	151
(三) 社会主义时期爱国主义的基本内容	157
三、少数民族大学生应该做坚定的爱国者	159
(一) 树立国家主人翁的责任感和 民族自尊心、自信心	159
(二) 自觉维护国家的安定、民族的团结和统一	162
(三) 为祖国富强而努力学习	163
第六章 学会与人交往 摆正爱情位置	
一、学会与人交往	165
(一) 社会交往的人生意义	166
(二) 成功交往的原则与方法	168

(三) 大学生的社会交往	174
二、建立协调的人际关系	176
(一) 正确对待竞争与合作	176
(二) 用真情培养友谊	180
三、树立正确的爱情观	184
(一) 爱情与人生	184
(二) 大学生与恋爱	187
(三) 恋爱与道德	188
第七章 重视心理健康 提高心理素质	
一、心理健康及其作用	194
(一) 心理健康的含义	195
(二) 大学生心理健康的状况及其评价标准	197
(三) 心理健康对大学生成才的重要意义	201
二、正确认识心理障碍	202
(一) 心理障碍与精神疾病	203
(二) 心理问题与思想问题	210
(三) 大学生心理问题增多的原因	212
三、心理咨询与心理调节	214
(一) 大学生中常见心理问题分析	214
(二) 心理咨询	217
(三) 自我心理调节	220
第八章 弘扬中华美德 继承革命传统	
一、继承和弘扬中华民族的优良道德传统	224
(一) 中华民族优良道德传统的形成和发展	225
(二) 中华民族优良道德传统的基本内容	228
(三) 对待传统道德的正确态度	236
二、继承和弘扬中国革命道德传统	238

(一) 中国革命道德传统的形成与发展	239
(二) 中国革命道德传统的基本内容	240
(三) 继承和弘扬中国革命道德传统的意义	244
三、少数民族大学生应该认真汲取优良道德传统	246
(一) 以优良道德传统完善自我	247
(二) 弘扬优良道德传统, 为社会主义 文化建设贡献力量	248
第九章 加强道德修养 培养良好品质	
一、为什么要做一个品德良好的人	251
(一) 道德与品德概念	251
(二) 品德境界	255
(三) 品德修养目的	257
二、品德是如何构成的	260
(一) 道德认识	260
(二) 道德感情	261
(三) 道德意志	264
三、大学生怎样做一个品德良好的人	266
(一) 接受道德教育	267
(二) 道德修养方法	269

导 论

邓小平指出：“中国的事情能不能办好，社会主义和改革开放能不能坚持，经济能不能快一点发展起来，国家能不能长治久安，从一定意义上说，关键在人”。^① 教育的目的就在于培养人。特别是“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，关系到我国社会主义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”。^② 而放眼国际舞台，各国之间的竞争其实质是综合国力的竞争，其核心还是人才的竞争。人才的竞争，归根到底还在于教育（特别是高等教育）。我们的学校作为培养人、教育人的地方，理所当然应该肩负起振兴中华的历史使命，多出人才，出好人才。

① 《邓小平文选》第 3 卷，第 380 页，人民出版社 1993 年版。

② 《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》，1994 年 8 月 31 日。

一、学校必须进行思想道德教育

我们的教育方针是：“教育必须为社会主义现代化建设服务，必须与生产劳动相结合，培养德、智、体全面发展的建设者和接班人。”因此，学校对人才的培养就绝不能仅仅是单纯地传授科学文化知识，而是要提高其包括科学文化素质在内的综合素质，特别是思想道德素质。在人的素质（身体素质、心理素质、思想道德素质和科学文化素质）中，思想道德素质起着主导作用。因为思想是统帅、是灵魂，思想道德素质直接影响或制约着人们的行为活动。所以，人才素质首先是思想道德素质。相对于科学文化素质的提高而言，思想道德教育所要解决的是更为根本的“怎么做人”的问题。我们的教育，特别是高等教育，不仅要使学生掌握高深的科学文化知识，而且要引导他们做一个有道德的人，一个有益于社会的人，一个献身于人民事业的人。因此，那种片面强调分数、单纯地传授知识，只重专业技术而忽略心理素质、道德品行、人格养成等综合素质的提高的教育，绝不是成功的教育。正如有学者指出的：如果我们教育出来的“人才”，不爱国，不顾公共利益，缺乏职业道德，只要能利己，凭自己手中的科技本领，什么事都可以干出来，这岂不是后患无穷，岂不可怕？所以，“用马列主义、毛泽东思想和建设有中国特色的社会主义理论教育学生，把坚定正确的政治方向摆在首位，培养有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义新人，是学校德育即思想政治

和品德教育的根本任务”。^①能否按着这一要求去教育和塑造青年学生，事关人才培养方向和教育的成败，事关中华民族的前途和命运，我们必须站在历史的高度，以战略眼光来认识新时期学校德育工作的重要性。

党和国家历来重视学校德育工作，尤其是进入 20 世纪 90 年代以来，相继颁布了一系列文件，如：《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》、《爱国主义教育实施纲要》、中共中央宣传部和教育部《关于普通高等学校“两课”课程设置的規定及其实施工作的意见》以及《中国普通高等学校德育大纲（试行）》等等。有关加强青少年学生思想政治和品德教育的指示精神，还可见之于《中国教育改革和发展纲要》、《中共中央关于加强思想政治工作的决定》、《中共中央、国务院关于深化教育改革、全面推进素质教育的决定》等等，充分表明了思想政治和品德教育在学校工作中的重要位置。

对于党和国家加强学校德育工作的重要决策，大学生能否在思想上、心理上予以认同，会直接影响其能否积极主动地接受和配合学校的思想政治和品德教育。这是德育工作，尤其是思想品德课教学首先遇到且应该认真加以引导的问题。

二、大学生有必要接受思想道德教育

思想政治和品德教育共同构成了学校德育。在二者之间，后者是基础，前者是提高。因为世界上没有一种不以道德人格为基

^① 《中国教育改革和发展纲要》，《人民日报》1993 年 2 月 27 日。

础的政治追求。一个有道德的人，一个讲正气、追求正义的人，他的思想表现和政治方向不可能背离国家、民族和人民大众的利益。而一个品质恶劣、没有操守的人，也不可能有真正优秀的政治表现。所以，在学校德育中，品德教育属于奠基工程。万丈高楼平地起，离不开坚实的根基。治国平天下，先从修身起。这是同样的道理。

思想品德课是学校对学生进行品德教育的主渠道和基本环节。大学的思想品德课对渴望成才的大学生具有重要的导向作用。与中、小学阶段相比，大学阶段的思想品德教育侧重于解决大学生成才观、人生观、价值观、道德观等思想理论层面的问题，从而为青年学生的健康成长奠定坚实的思想理论基础。一般来说，能够跨进大学门槛的人，大都有成才的愿望，想将来有所作为。然而，一些学生却片面地认为只要学好专业技术知识，似乎一切问题都迎刃而解。于是在大学生中比较普遍地存在着重智育轻德育、重专业轻基础、重技能轻素质的现象。他们并不懂得要实现自己的理想和奋斗目标，除了必须具有一定的专门知识、专业技术之外，道德人格、意志品质、心理素质、人际关系等等这些非智力因素对一个人自身价值的实现，也起着重要的制约作用。近些年来，国外一些学者研究认为：在一个人事业成功的因素中，其学识和专业技术所起的作用占的比重并不大，更主要的在于其心理素质、人格品质、情感智力。美国当代心理学家丹尼尔·高尔曼博士认为：“智商和技能能决定你可以从事什么工作，而情感智力则成为判断一个人能否成功的主要因素”。^①所谓情感智力即情绪智力，也叫“情商”，是指一个人对自我感情的理解以及情绪控制的能力。高情商者必定拥有坚强的意志和毅力，擅长与他人融洽相处，有协调的人际关系，面对各种考验时能保

^① 《中国青年报》，2000年10月18日第10版。

持理智、平静及乐观的心态。情感智力作为一种能力和修养，绝不是靠专业知识的学习和训练所能获得的。所以，大学生只学好专业知识是不够的，还要成为一个全面、和谐发展的人。学会正确做人，就是培养自己良好的品格，提高自己的综合素质，特别是思想道德素质。思想道德素质关系到一个人的人生奋斗目标、价值取向、敬业精神，以及与他人、集体、社会的关系等等。因此，“道德是做人的根本”。人才，首先要解决好“做人”的问题，然后方能人尽其才。这个问题没解决好，就不能成为符合国家和社会需要的合格人才，纵有远大理想、宏伟抱负也难以实现。正如著名的正直的伟大科学家爱因斯坦所指出的：“通过专业教育，他可以成为一个有用的机器，但是不能成为一个和谐发展的人。要使学生对价值有所理解并产生强烈的感情，那是最基本的。他必须获得对美和道德上的善有鲜明的辨别力。否则，他——连同他的专业知识——就更像一只受过很好训练的狗，而不像一个和谐发展的人”。^①

同时，还应该看到，近些年来由于社会风气及长期以来应试教育等多种因素的作用，大学生思想道德素质方面也有不容乐观的一面，具体表现在一些学生没有文明礼貌教养，自我约束能力较差，集体主义观念淡薄，缺乏起码的公德意识等等。作为一个大学生如果连基础文明修养都还欠缺，就无法在思想境界和精神追求上向高层次发展。所以，大学的思想品德教育在一定程度上也肩负着为中、小学阶段缺失的行为规范养成教育补课的任务。

^① 引自《中国青年报》，2001年3月28日第9版。《爱因斯坦文集》第三卷第310页，商务印书馆1979年版。

三、加强思想道德教育已成为各国教育 改革发展的共同趋势

大学生接受思想道德教育，既是国家和社会的需要，也是大学生个人成长和成才的内在需要。良好的道德品质的培养，不仅是学校教育的一项目标，也是学生个人修养的重要内容。古今中外的教育概莫能外。然而，一些大学生总觉得思想道德教育只是我们中国的特色。在他们看来，外国，特别是发达资本主义国家的教育似乎只传授科学文化知识而不管思想品德教育。其实，他们并不了解，加强青少年的思想道德教育已成为近些年来各国教育改革发展的共同趋势。尽管世界各国在社会制度、价值观念和文化背景等方面各有不同，道德教育的内容和方法也有区别，但是“因为人类面临越来越多的共同的社会道德问题，为了解决这些问题，就使得世界各国日益重视德育工作，而德育的基本目标也渐趋接近。”^① 这种趋势主要表现在两个方面：第一，一些世界上比较有影响的国家在教育改革中都把德育改革提高到国家命运的高度，由国家最高领导机构或政府首脑亲自提出要求或意见，组织专门机构对学校德育问题展开调查研究，然后再由最高领导机构或政府首脑做出重大决策，在全国范围内推行。第二，在经济和教育发达的国家，要求学校加强德育具有广泛的群众性，并致力于学校教育、社会教育、家庭教育的有机结合。例如：《美国 2000 年教育目标法》（克林顿总统 1994.3.31 签署）

^① 劳逊：“世界德育演进视野里的中国学校德育”，《当代青年研究》，1996 年第 5 期。

把对学生进行个人良好品德的教育，定为国家八大教育目标的重要内容；日本在《21 世纪的教育目标》中指出“只有重视思想素质的培养，才能保证人的健康成长”；英国全国课程设置委员会主席大卫·柏斯卡认为：“学校不能与道德相脱离，对学生进行道德教育是义不容辞的责任”。80 年代末美国、英国等西方国家都增加了社会、政治学科的教学量，引进了《文明公民概论》、《法制》等新学科，以“培养学生个性必要的各种道德品性”。日本文部省从 1990 年起实行一套法定的《学习指导纲要》，其中也加强了有关公民道德的科目和内容。可见，对于青少年思想道德教育的重视已超越国界，成为世界各国共同关注的问题。其所以如此，是因为在国际社会，各国大都认识到学校的思想道德教育对学生健康成长和对人才培养方面的重要性。它关系到一个国家的稳定、经济的发展，关系到国际竞争。在当今世界激烈角逐的国际舞台，“要恢复国际竞争力，必须从培养‘人’开始”，这是前任美国总统克林顿政府所大力倡导和实施的教育政策，也是世界各国致力于教育改革的共识。

总之，环顾国际社会教育改革发展的趋势，看我国加强和改进学校德育工作的一系列举措，无论从国家、社会的需要出发，还是着眼于个人的健康成长和发展，大学生都应该积极、自觉地接受思想道德教育，培养良好的品格，向着德才兼备、全面发展、高素质的成才目标努力。

四、本书的结构和基本内容

《大学生成才与修养》一书从结构到内容都明确地体现了思想品德课教学的目的性，即引导大学生按着正确的方向走成才之

路，注重全面提高自身素质，不仅掌握专业知识，更要加强思想道德修养，不断完善自己，作一个真正适应社会主义现代化事业需要的“四有”新人。

本书导论部分，主要针对一些大学生对学校德育的模糊认识及忽视自身综合素质特别是思想道德素质提高的问题，进行分析和论述，以引导学生澄清认识、端正态度，提高思想道德修养的自觉性和主动性。

本书主体内容包括以下三个部分：

第一，第一章至第二章，即：“认清历史使命，奔向成才之路”、“立志振兴中华，努力学习本领”，主要是从国家和社会需要的角度探讨了大学生为什么要奔成才和怎样奔成才的问题。同时引导大学新生注意从多方面入手，努力完成学习任务，为以后真正成为合格人才打好学业基础。

第二，第三章至第五章，即：“求索人生真谛，实现人生价值”、“坚持集体主义，反对个人主义”、“满怀赤子之心，践履爱国主义”，主要分析和论述大学生如何按着正确的方向走成才之路。特别是着重回答了在市场经济条件下围绕人生观、价值观等方面大学生中普遍存在的深层次的思想认识问题。引导大学生正确处理个人、集体、国家之间的利益关系，发扬为人民服务的精神，在奉献社会的过程中追求更大的人生价值。

第三，第六章至第九章，即：“学会与人交往，摆正爱情位置”、“重视心理健康，提高心理素质”、“弘扬中华美德，继承优良传统”、“加强道德修养，培养良好品质”。由于大学生的健康成长和成才不是简单、孤立的个人行为，而是个社会化的过程，因此，这部分主要是引导学生正确对待和处理成长过程中必然遇到的交往、友谊及爱情问题，增加学生有关心理健康方面的知识，以利于培养学生良好的心理素质。同时帮助学生了解中华民