

思想道德

SIXIANGDAODEXIU YANG

陈建华◎主编

修养



江西高校出版社

思想道德

修养





思想道德修养

陈建华 主 编



江西高校出版社

图书在版编目(CIP)数据

思想道德修养/陈建华主编. —南昌:江西高校出版社,
2000.7(2010.1重印)

ISBN 978 - 7 - 81033 - 328 - 3

I. 思… II. 陈… III. 思想政治教育 - 高等学校 - 教材
IV. G641

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 52391 号

出版发行	江西高校出版社
社 址	江西省南昌市洪都北大道 96 号
邮政编码	330046
电 话	(0791)8529392 8504319
网 址	www. juacp. com
印 刷	三河市祥达印装厂
经 销	各地新华书店
开 本	650mm × 960mm 1/16
印 张	16
字 数	241 千字
版 次	2010 年 1 月第 7 版第 7 次印刷
印 数	171001—176000
书 号	ISBN 978 - 7 - 81033 - 328 - 3
定 价	28.00 元

版权所有 侵权必究

绪 论

中国共产党第十六次代表大会明确提出,在全面建设小康社会过程中,要“依法治国和以德治国相辅相成。要建立与社会主义市场经济相适应、与社会主义法律体系相协调、与中华民族传统美德相承接的社会主义思想道德体系。引导人们树立中国特色社会主义共同理想,树立正确的世界观、人生观和价值观。”社会主义高等教育承担着为我国现代化建设培养具有创新精神和实践能力的高级专门人才的重任,其人才素质直接关系到我国全面建设小康社会的目标能否实现。关系到社会主义中国的前途和命运。而在一个人的总体素质中,思想政治与道德素质是最重要的素质,它直接决定了一个人的世界观、人生观、价值观,决定了一个人为什么活着、如何活着、为谁服务,而且大学生不仅是思想道德教育的对象,也是思想道德建设的重要力量。正是出于这种战略性的思考,国家教育部将“思想道德修养”课列为高校所有专业的本专科学生都必须开设的马克思主义理论课和思想品德课(简称“两课”)中的一门必修课,将它作为对学生进行爱国主义、集体主义、社会主义教育的主渠道和主阵地。这门课程的开设,是我国高校社会主义性质的体现,是新时期培养建设中国特色社会主义现代化高素质人才的需要。

一、“思想道德修养”课的性质、任务和特点

教育部2003年颁发的《普通高等学校“两课”教学基本要求》中,明确提出,“思想道德修养”课是以马克思主义为指导,以人生观、价值观、道德观为主线,综合运用相关学科知识,依据大学生成长的基本规律,教育引导大学生加强自身思想道德修养的一门课程。这门课程的根本目的和主要任务是:以“三个代表”重要思想为指导,贯彻“以德治国”的思想,落实《公民道德建设

纲要》，对大学生进行以为人民服务为核心、以集体主义为原则的社会主义道德教育，培养大学生高尚的理想情操和良好的道德品质，引导和帮助大学生树立正确的人生观和价值观，做“有理想、有道德、有文化、有纪律”的社会主义建设者和接班人。正是这门课程的性质和任务决定了这门课程具有以下几个突出的特点：

（一）鲜明的政治性与思想性

自有阶级社会以来，教育都是为一定的社会政治、经济服务的，具有鲜明的阶级性。我国1998年8月29日颁布的《中华人民共和国高等教育法》第四条明确规定：“高等教育必须贯彻国家的教育方针，为社会主义现代化建设服务，使受教育者成为德、智、体等方面全面发展的社会主义的建设者和接班人。”我国高等教育的性质决定了这门课程必须坚持唯物辩证主义，用马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想教育武装学生，使他们成为具有正确的政治方向，热爱社会主义祖国，拥护和接受中国共产党的领导，坚定不移地走社会主义道路的专业人才。“思想道德修养”课的教学内容和教学全过程都必须牢牢把握这一点。但“思想道德修养”课不是政治理论的阐述课，而是将这些政治思想理论溶化到做人的道理中，使学生在人生修养的过程中理解和接受这些正确的政治理论，遵循正确的成才方向，树立崇高的理想和科学的信念，培养与我国根本制度相适应并能体现中国民族特色和时代特点的人生观、价值观，将自己的人生道路与祖国的社会主义现代化建设、与为人民服务紧密结合起来。

（二）较强的理论性与知识体系的综合性

“思想道德修养”课较强的理论性一是体现在这门课程自身较强的理论性。马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想中关于思想道德教育的论述是这门课深厚的理论基础；中华民族传统道德修养理论和社会主义道德理论是这门课丰富的理论内容；多年来人们在大学生中开展思想道德教育的探索已基本把握了高校思想道德教育的本质和规律，形成了本学科的原理、原则和方法。正是这些使这门课程得以展现强大的生命力和强有力的说服力。

二是体现在这门课重视对学生思想道德理论的教育。高校“思想道德修养”课的教育对象是具有较高认知水平、对人生有较高期望值的大学生，不是简单的中小学养成教育的补课。面对已经长大成人的大学生，虽然也有行为规范的教育问题，但更需要的是高层次的思想道德教育，帮助学生掌握思想道德修养的基本理论，从而明白人为什么要进行思想道德修养，如何有效地修养，不断从中领会做人的真谛，才会在人生道路上有高层次的追求，对自己

的行为规范有高的标准和严的要求,并用正确的观点及科学的方法处理已经遇到或将可能遇到的人生问题。

这门课知识体系的综合性体现在这门课的教育对象——大学生的思想道德修养过程是呈现多层次、多侧面、多种运动形式的,不仅涉及到人的政治观点、人生态度、思想、品德,还涉及到人的心理及生理活动,而且大学生这个整体中的个体思想道德修养状况也呈现较大的差异性。为了研究教育对象思想道德修养发展过程的本质和规律性,提高教育的有效性,这门课的知识体系大量借助了马克思主义哲学、教育学、心理学、政治学、逻辑学、美学等许多学科的知识,并且还涉及到社会学、管理学、人才学、行为科学、法学以及系统论、控制论、信息科学等,并且不是对这些知识进行简单地叠加和介绍,而是将这些学科有关的知识整合为一种具有内在统一性和规律性的整体——塑造学生健全的人格。这门课程所涉及的知识面之广,远远超过其他课程,这也是这门课对教师的要求很高,对学生的成长帮助很大的一个基本原因。

(三)很强的实践性与针对性

“思想道德修养”课向学生传授非常丰富的思想、道德、修养等方面的理论知识,然而这种理论知识的传授并不是最终目的,课程的要求不仅在于要让学生明白这些道理,更在于强调学生在人生实践中对这些道理的应用。道德修养本身是人们进行自我完善的重要的道德实践活动,是主体对自身约束和改造的高度自觉的活动,这个活动本身是一个内化和外化的辩证统一的过程。一个人的思想道德修养必须把一定社会的外在道德要求转化为个体自身的自我要求,并在实践中践行,变成自己的道德信念,形成道德行为习惯和道德品质,并通过实践把自己良好的道德品质外化为道德能量释放出来,以良好的道德行为影响他人和社会,推动社会道德的发展。正是这种以实践为基础的个体与社会道德的双向作用,使社会道德不断发展,具有生气勃勃的时代特性。

这门课程还具有很强的针对性,所有问题的阐述都是针对大学生这一特殊的社会群体,是大学生人生道路上已经直面或将要直面的问题,这些问题正确处理与否直接关系到大学生大学期间学习、生活的质量及今后人生道路的走向与成功。这门课的开设对大学生健康成才所起的作用是其他课程难以替代的。

二、“思想道德修养”课的主要内容

思想道德修养范围很广,决定了这门课教学内容的广泛,主要包括政治、

思想、道德、心理素质和成才等方面的内容。

长期的教学实践,尤其是近年来对这门课进行教学改革,使编者深深认识到,要在有限的51个课时中切实提高这门课的教学效果,一定要贯彻邓小平倡导的“学马列要精,要管用”的原则,实实在在地引导学生探讨人生道路的几个关键问题。从这个思路出发,我们将这本教材按专题式编写,围绕人生的角色转变、人与社会的关系、理想与信念、人生目的与人生价值、思想道德修养与人生发展的关系、大学生所面临的人生重大课题等内容,共设置了12章,包括以下几个方面:

(一)人生角色的转换与健康成才

这部分的内容涵盖第一章“大学——人生发展的新阶段”、第二章“成才与创新能力的培养”。这一部分主要针对面临新的环境,需要转变角色的大学新生认识社会主义大学的本质特征及培养目标,明确当代大学生肩负的历史使命,正确认识自我、认识环境、认识时代特征,把握大学生生活特点和学习特点,尽快适应大学生活,完成从中学生向大学生角色的转变,确立新的奋斗目标,为四年大学生活及今后的成才在思想认识上打下一个良好的基础。

(二)认识社会,了解自己,树立理想,把握人生

这部分内容包括第三章“培养健康心理,塑造健全人格”、第四章“正确认识和处理好个人与社会的关系”、第五章“建立和谐的人际关系”、第六章“爱情与人生”、第七章“确立科学的人生目的”、第八章“树立正确的人生价值观”、第十二章“树立崇高理想”。正确认识人的社会性,把握人的本质,是世界观的范畴;树立崇高的理想,有明确的人生追求目标,是人生观的范畴;正确认识个人与社会、他人之间的利益关系,是人生价值观的范畴。本部分目的在于引导学生深刻认识人的本质,了解自我,正确处理个人与社会、他人的关系,在自觉投入社会化活动过程当中,树立崇高的人生理想及为人民服务的人生观,坚持正确的人生价值取向,勇于战胜人生挫折,始终以积极乐观向上的人生态度面对生活。

(三)把握道德理论,强化道德修养,提高道德素质

这部分内容包括第九章“弘扬社会主义道德”、第十章“培养良好的道德品质”、第十一章“做坚定的爱国者”。这几章论述了社会主义市场经济与道德建设的关系,以德治国与依法治国的关系,明确阐述为人民服务是社会主义道德建设的核心,集体主义是社会主义道德建设的基本原则,讨论了公民道德建设规范对大学生的要求,并概括地介绍了中华民族传统美德、中国革命道德传统,引导学生以社会主义道德要求规范自己的行为,坚持爱祖国、爱人民、爱劳动、爱科学、爱社会主义,形成自觉遵守社会公德、职业道德、家庭

美德的道德风尚,强化道德修养,努力提高自己的道德素质。

以上几部分的内容并不是各自独立的,而是始终围绕树立正确的世界观、人生观、价值观而展开,各有侧重,相互交融,立足于大学生思想道德总体素质的提高。

三、学习“思想道德修养”课的意义和方法

学习“思想道德修养”课,是大学生自身健康成长的需要。通过这门课的学习,有助于大学生认识自身肩负的历史使命,沿着正确的方向和道路修身成才;可以从课程的理论和知识中,从历史的和现实的大量素材和生动事例中,汲取有益的精神养料,获得真、善、美的心灵启迪,提高综合素质;正确掌握思想道德修养理论,加强自我修养。要学好这门课,必须要有认真的态度和科学的方法:

(一)理论与实践相结合,“知”“行”统一

“思想道德修养”课不仅仅提出人生当中应该做什么,更重要在于为什么要这样做,引导学生真正领会和掌握人生修养的基本原理,提高思想道德水平和对社会、自我的认识能力。因此,学习中要防止两种倾向,一种是片面强调理论的重要性,对理论死记硬背条文,不是用学到的理论自觉地指导自己的日常行为,而是仅仅应付考试,仅仅为了取得相应的学分;另一种是只强调实际,忽视必要的理论学习,认为这些理论都是以前接触过的,没有什么学头,甚至将理论的学习视为“教条主义”,只注重这门课程的趣味性和实用性。这两种倾向都将直接影响这门课的教学效果,使这门课难以发挥思想政治教育主渠道、主阵地的作用。思想道德修养既是理论认识问题,也是人生实践过程,为此,在这门课的学习过程中,要坚持以马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导,十分注重理论联系实际,既注重从理论上掌握正确的立场、观点、方法,又注重在实践中运用这些理论观察、分析人生问题和社会现实问题,提高自己分析和解决问题的能力,并在社会实践中践履,即努力在“修养”二字上下功夫,做到“知”“行”的统一。知利于行,行实践知;知而不行,等于白知。只有做到“知”、“行”的统一,“思想道德修养”课才能收到实效。

(二)强调启发式,注重自我教育

这门课的教学内容多是学生看似熟悉但又缺乏深入理解和难于把握的问题,因此,启发式、讨论式是这门课最好的教学方式。通过学生把自己摆进去,提高修养的自觉性与自主性,才能将正确的理论转化为良好的思想道德

行为。好的理论只有经过自我吸收、自我转化,才能真正发挥作用。大学生自我意识较强,有一定独立思考问题的能力,自我教育更具有其特殊的意义。

(三) 贵在持之以恒

“思想道德修养”课仅在大学一年级开设,而人生修养贯穿于人的一生。思想道德素质的提高、人格的完善是一个长期的过程,而且常常会出现曲折、反复。一个人要做到具有良好的修养,不仅仅在课程开设期间要重视自身的修养,更要在一生中自觉地加强自身的修养,持之以恒,在困难面前不退缩,挫折面前不半途而废,长期坚持,自觉修养,才能成为一个高尚的人、脱离了低级趣味的人,在学业和事业上获得成功。

目 录

绪 论	1
第一章 大学——人生发展的新阶段	1
第一节 大学——培养人才的摇篮	1
一、大学的内涵	2
二、大学的特征	4
三、社会主义大学的培养目标	5
第二节 大学生——人生新的角色	6
一、中学生——大学生,人生角色的转变	6
二、大学生活的特点	7
三、大学生角色的适应	9
第三节 培养优良的学风	11
一、大学学习的特点	11
二、培养优良的学风	12
三、树立终身学习观	18
第二章 成才与创新能力的培养	22
第一节 提高综合素质 科学规划人生生涯	22
一、人才的含义和素质要求	23
二、全面建设小康社会对人才素质的要求	24
三、影响大学生成才的因素	25
四、科学规划人生生涯	27
第二节 建立合理的知识智能结构	29
一、建立合理的知识结构	29

二、加强基本能力的培养	30
第三节 创新能力的培养	32
一、创新能力的含义及创新的价值	32
二、创造性人才的特征	33
三、创新能力的培养	34
第三章 培养健康心理塑造健全人格	39
第一节 心理健康的意义	39
一、现代健康观念	40
二、心理健康的意义	42
第二节 大学生心理特点及常见心理问题的调适	44
一、大学生的心理特点	44
二、大学生常见的心理问题	45
三、大学生心理问题产生的原因	47
四、大学生的心理保健	48
第三节 塑造健全人格	50
一、塑造健全人格的意义	51
二、大学生中常见的主要人格问题	53
三、健全人格的塑造	53
第四章 正确认识和处理个人与社会的关系	58
第一节 科学把握人的本质	58
一、人的本质的历史探索	59
二、马克思主义关于人的本质的基本观点	61
三、对“人的本质自私论”的剖析	65
第二节 社会与人的社会化	67
一、社会与人的社会化	67
二、在社会化中认识自我,发展自我	69
第三节 个人与社会的互动与和谐	71
一、个体与社会的矛盾性与统一性	71
二、个体对社会的依赖性与能动性	72

三、人与社会的互动与和谐	73
第五章 建立和谐的人际关系	76
第一节 人际交往与大学生的人生发展	76
一、人际交往与人生	77
二、人际关系的含义与大学生的人际关系特点	78
三、影响人际交往的因素	80
第二节 培养人际交往的能力	81
一、人际交往的基本原则	81
二、人际交往的能力培养	83
三、正确对待竞争与合作	86
第三节 建立和发展友谊	88
一、友谊的内涵与价值	88
二、大学生与友谊	90
三、真挚友谊的建立和发展	91
第六章 爱情与人生	96
第一节 爱情的本质与特征	96
一、爱情的本质	97
二、爱情的特征	98
三、爱情与人生	99
第二节 树立正确的恋爱观	99
一、大学生恋爱现象分析	99
二、正确对待爱情、学业和友谊的关系	102
三、大学生恋爱中的问题与应对	104
第三节 培养爱的能力	106
一、培养健康的恋爱心理	106
二、培养爱的能力	108
三、人生应有的性爱观	108
第七章 确立科学的人生目的	114

第一节 确立科学的人生目的	114
一、人生目的是人生的根本问题	114
二、确立为人民服务的人生目的	116
三、剖析几种错误的人生目的	118
第二节 培养积极进取的人生态度	119
一、人生态度在人生发展中的作用及其类型	119
二、培养积极进取的人生态度	121
三、正确对待人生境遇	122
第三节 勇敢地承担人生责任	124
一、人生责任及其时代特征	124
二、当代大学生的人生责任	125
三、自觉增强人生责任感	127
 第八章 树立正确的人生价值观	131
第一节 人生价值的含义	131
一、价值与人生价值	131
二、人生价值的内容	132
三、人生价值的特征	135
第二节 人生价值的评价与导向	137
一、人生价值评价的标准和原则	137
二、市场经济条件下的人生价值导向	140
第三节 人生价值的创造与实现	143
一、实现人生价值的主客观条件	143
二、人生价值的创造与实现	145
 第九章 弘扬社会主义道德	151
第一节 道德的本质与作用	151
一、道德的含义与本质	152
二、道德的社会作用	153
三、社会主义市场经济与道德建设的关系	154
四、社会主义道德与社会主义法律的关系	155

第二节 社会主义道德建设的要求和内容	157
一、为人民服务——社会主义道德建设的核心	157
二、集体主义——社会主义道德建设的基本原则	158
三、“五爱”——社会主义道德的基本要求	160
四、社会公德、职业道德和家庭美德——社会主义道德建设的主要内容	161
第三节 继承和弘扬优良道德传统	162
一、继承中华民族的优良道德传统	162
二、弘扬中国革命道德传统	164
三、吸收人类文明发展的一切优秀成果	166
第十章 培养良好的道德品质	170
第一节 道德品质及其形成与发展	170
一、道德品质的含义与构成	171
二、道德品质的形成与发展	172
三、道德品质对大学生成才的影响	174
第二节 大学生应具备的道德品质	176
一、努力实践公民道德规范	176
二、树立现代社会道德观	180
第三节 加强道德修养	186
一、道德修养及其途径	186
二、大学生应在道德实践中培养良好品质	189
三、培养理想人格,提升道德境界	191
第十一章 做坚定的爱国者	195
第一节 爱国主义是宝贵的精神财富	195
一、爱国主义的科学内涵	195
二、爱国主义是中华民族的优秀传统	200
三、爱国主义是推动社会历史前进的强大精神力量	201
第二节 新时期的爱国主义	203
一、全球化背景下爱国主义的基本要求	203



二、社会主义时期爱国主义的基本特征	205
三、保持健康向上的民族心态	209
第三节 做坚定的爱国者	210
一、大力弘扬和培育民族精神	211
二、维护民族团结,促进祖国统一	212
三、报效祖国,振兴中华	213
第十二章 树立崇高理想	217
第一节 理想信念是人生的精神支柱	217
一、理想是人生的航标	217
二、信念是人生的动力	220
第二节 树立崇高理想和科学信念	223
一、正确认识不同层次理想的关系	223
二、寻求个人理想与社会理想的最佳结合点	225
三、实现共同理想,追求最高理想	226
第三节 为理想的实现而奋斗	228
一、大学生应有远大志向	228
二、正确处理理想与现实的关系	230
三、加强自我修养,为理想的实现创造条件	231
四、发扬艰苦奋斗精神,努力实现人生理想	232

第1章

大学——人生发展的新阶段

大学者，“囊括大典，网罗众家”之学府也。

——蔡元培

告别中学时代，迈进大学校门，人生历程掀开了新的一页。大学新生满怀希望和憧憬进入高等学府，面对的是一个与中学阶段完全不同的崭新的世界和陌生的环境。尽快认识大学的特征，明确高等教育的培养目标，认清自己所肩负的历史使命和成才目标，完成从中学生到大学生的角色转换，全面适应大学生活，培养优良的学风，从而为自己在大学期间的健康成长及今后事业的腾飞打下良好的基础，是每位跨入大学校门的大学生所面临的课题。

第一节 大学——培养人才的摇篮

考大学，成为大学校园中的一分子，是很多人从小所向往，并为之付出多年努力的追求，但对于究竟什么是大学，大学的培养目标与中