

★ 中国教育学会“十五”科研规划重点课题研究成果

学校

德育工作

全书

School Moral Education Book

主编：赵海均

北京艺术与科学电子出版社

学校德育工作全书

主编 赵海均

北京艺术与科学电子出版社

学校德育工作全书

主 编 赵海均

责任编辑 吕 美

封面设计 车 艳

版式设计 李 钊

出版发行 北京艺术与科学电子出版社

地 址 北京市大兴区黄村镇兴华北路 25 号

电 话 010—61265727 邮编 102600

印 刷 北京市朝教印刷厂

开本：787mm×1092mm 1/16 印张：40

字数：750 千字 印数：1—1000 册

版次：2005 年 7 月第 1 版 印次：2005 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 7—900627—51—0

定价：268.00 元(此书随光盘发行)

《学校德育工作全书》编委会

顾问：孟吉平(国家语委副主任、国家督学)
卢千奇(全国人大教科文卫委员会教育研究室主任)
章 辉(中国未来研究会教育分会理事)
张铁道(北京市教科院副院长)
赵斌海(全国中小学图书馆工作指导委员会理事)
乔际平(中国物理教育学会会长)
赵 聪(海淀教师进修学校校长)
吴颖惠(海淀教科所副所长)

编委会主任：张 兴(全国教育发展战略研究会常务理事)

主 编：赵海均

编 委：(按姓氏笔划为序)

卞小强	刘宏伟	吕文龙	孙 帝	吴国华
张 鸿	张天晓	孟 婷	欧雅兰	凌 缘
蒋楚材	鲁 瑞			

主 编 赵海均

1967年3月出生，浙江诸暨人，1989年毕业于浙江师范大学数学系。参加工作以来，连续多年担任高三毕业班的数学教学并取得优异成绩；积极开展教育科研，多篇论著在国家、省级刊物发表；主编校本课程《走进艾青》，并担任省教育教学重点规划课题《艾青中学校园文化建设》负责人。曾被评为金华市优秀教师、金华市教育学会会员新秀、金东区首届“十大优秀青年”、金华市名校长、浙江省优秀教育工作者、浙江省青年科研标兵；现为中学数学高级教师、中国数学学会会员、中国西部地区教育顾问、艾青中学校长、金东区教文体局副局长、中澳班在读研究生。1998年担任艾青中学校长至今，狠抓教育质量，教学成绩优异，竞赛成绩喜人，学校一年一个台阶，得到了社会的充分肯定。

前言

我国的改革开放和社会主义现代化建设正在极大地改变着我们的生活，科学、文明、健康的生活方式已成为全社会的追求。遵循《公民道德建设实施纲要》的精神，引导儿童“学会生活”，形成良好的公民道德素质和勇于探究、创新的科学精神，成为我国基础教育必须担负的重大责任。

知识经济时代的脚步声已经清晰可闻了，未来的国际竞争就是民族素质的竞争。广大青少年要成为下一世纪社会主义事业的合格建设者和接班人，不但要有强壮的体魄和较高的科学文化素质，而且要有良好的心理素质，尤其是具有较强的应对挫折的能力。

目前我国的青少年大多是独生子女，从小受到家庭的过多保护，又在“应试教育”的重书本知识、重分数的氛围中成长，他们的自我锻炼，自我发展的需求被忽视，因此不少人形成了独立生存能力差，依赖性强，情感脆弱的不良状况，稍有挫折便悲观沮丧，离家出走甚至轻生。这是多么令人忧虑的社会问题！

好钢需要千锤百炼，应对挫折的能力需要在学校、家长乃至全社会的共同努力下进行长期的教育和训练，当然最关键的是青少年能全面了解自己心理发展的状况，掌握一定的方法，提高自己的心理素质和抗挫能力。

本书力图贯彻知行统一、知行转化的教育思想，设计了理论和方法、案例、操作三结合的体例，分七个专题与家长教师探讨教育指导的方法，与青少年磋商自我调节和训练的方法，具有一定的科学性、实用性和可操作性。如果青少年朋友能从中汲取直面人生挑战的胆略和策略，能决心成为一个快乐、自信、健康的人，那将是国家的希望和人类的幸福，也是我们由衷的祝福！

为此，我们组织专家编写了这本书，希望通过学习，确立现代德育观念：突出教育的民主性、发展性、开放性，充分尊重学生的主体地位；充分尊重学生的人格，关心学生的健康发展；充分尊重学生成长的差异，发展学生的个性特长。

学生综合素质的不断提高，直接促进了学校各项工作的开展。新的一年更好地做好学生的素质教育工作任重而道远，只有不断的提高我们的工作方法，讲求实效，探索新的路，才能更好地做好素质教育工作。我们将一如既往的努力工作，争取为国家培养更多的优秀人才。

本书编撰人员有：吕文龙、孟婷（第一篇），吴国华（第二篇），邝小强、张鸿（第三篇），张天晓、凌缘（第四篇），蒋楚材（第五篇），孙帝（第六篇），刘宏伟、欧雅兰（第七篇），鲁瑞（附录）。

由于我们水平有限，不当或疏漏之处难免，诚望广大专家、青少年和读者不吝赐教。

张 兴

二〇〇五年六月



目 录

第一篇 人生观篇

第一章 绘制理想蓝图——人生理想的追求	3
金羊毛的故事	3
人生理想的分类	4
青少年学生的理想类型及理想发展水平	6
理想与现实的关系	7
走向理想的彼岸	9
第二章 努力请从今日始——人生目标的制定	13
神奇的目标力量	13
志不立，天下无可成之事	13
人生目标的设计方法	15
人生目标的科学化	16
第三章 内心世界的折射——人的需要之谜	23
马斯洛需要层次理论	23
青少年需要的种类及结构	25
青少年需要发展的特点与合理调节	28
成就需要培训	31
第四章 揭示人生真面目——人生目的的探究	35
人生目的及其层次选择	35
关于“大公无私”	36
关于“主观为自己客观为他人”	37
人生目的的义与利	38
强化为人民服务的人生目的	40
第五章 人的一生应该怎样度过——人生态度的取舍	48
人生态度概说	48



中国传统人生态度	49
享乐、纵欲的人生态度	50
虚无、悲观的人生态度	51
乐观、进取的人生态度	53
第六章 书写大我的人生——人生价值的创造	59
价值与人生价值	59
奉献与占有	60
小我与大我	62
第七章 天下兴亡，匹夫有责——人生责任的担负	68
真正的人	68
义务感的道德意义	69
生生不息的忧患意识	70
强化做人的责任心	72
第八章 路，就在脚下——人生道路的选择	78
小路弯弯	78
人生是一条选择的链	79
机遇偏爱有准备的头脑	82
面向未来，迎接挑战	83

第二篇 学习指导篇

第一章 树立正确的学习动机	91
学习动机的含义	91
影响因素	92
层次划分	95
提高动机方法	97
第二章 掌握科学的学习机会	103
抓住学习过程的几个环节	103
高效记忆法	108
时间运筹法	110
创造性学习法	111
第三章 培养广泛的兴趣和爱好	118
意义：优化智能结构需要，人才成长需要	118
兴趣特点	121
培养方法	122



第四章 消除扰人的学习烦恼.....	130
学习压力.....	130
考试焦虑.....	133
厌学逃学.....	136
缺乏自信心、自控力.....	138
第五章 保持健康的竞争心理.....	145
竞争的必要性.....	145
正确对待失败.....	146
保持健康心态.....	148
第六章 确立适当的向师心理.....	158
去除苛求心理.....	158
摒弃依赖心理.....	160
巧择良师益友.....	162

第三篇 心理修养篇

第一章 完善自我——青少年心理修养.....	173
青少年身心特点及对个体成长的影响.....	173
青少年心理修养的内容.....	177
青少年心理修养的途径.....	179
第二章 九层之台，始于垒土——个体智能素质修养.....	187
智力与智商.....	187
智 能.....	188
智能结构优化的途径.....	194
智能素质的培养.....	195
第三章 从智商到情商——个体情绪修养.....	201
情商及其功能作用.....	201
情商和青少年情绪特点.....	203
驾驭意志的理性之舟.....	205
第四章 认识你自己——个体自我意识修养.....	211
自我意识及结构.....	211
个体的自我形成与发展.....	213
青少年自我意识中的偏差与应付.....	217
第五章 铁杵磨成针——个体意志品质修养.....	225
意 志.....	225



意志的品质·····	226
意志品质的培养·····	230
第六章 友谊地久天长——个体社交心理修养·····	236
人际关系与人际交往·····	236
人际吸引的心理基础·····	236
现代青年人际关系价值的评价·····	238
培训与辅导·····	241
第七章 开掘生命潜能——个体创造心理修养·····	248
创造与创造力·····	248
青少年创造心理及其影响因素·····	250
创造力培养的品格要求·····	255
第八章 爱美之心,人皆有之——个体审美心理修养·····	260
美、审美意识和审美修养·····	260
审美的心理要素及其修养·····	263
培养高尚的审美情趣·····	267

第四篇 挫折应对篇

第一章 成长的烦恼——挫折应对及教育指导·····	275
挫折与青少年的成长·····	275
挫折应对的三个阶段·····	278
国内外挫折教育方法种种·····	281
第二章 镜中之我——自我意识发展中的挫折及应对·····	286
认识自我·····	286
青少年自我中的挫折·····	288
青少年挫折中的自我调节·····	290
第三章 采一束忘忧草——情感发展中的挫折及应对·····	297
情绪、情感与智力发展、身心健康·····	297
消极情绪的调节和控制方法·····	300
走出异性交往的情感困惑·····	303
第四章 有志者事竟成——意志品质发展中的挫折及应对·····	308
青少年意志品质的特点及锻炼·····	308
不良意志品质及其调节方法·····	311
吃苦夏令营的启示·····	314



第五章 跨越分数线——学习考试中的挫折及应对	319
学习焦虑及“度”的把握	319
考试怯场及化解技巧	322
学习效率及改进方法	325
第六章 渴望友谊——人际交往中的挫折及应对	330
友谊对青少年成长的意义	330
交往挫折及其调适方法	332
提高交往技巧的秘诀	337
第七章 优化性格——个性发展中的挫折及应对	341
性格及其可塑性	341
猜疑、嫉妒及其调节方法	342
怯懦、依赖及其调节方法	346
第八章 折不断的翅膀——自杀的防范	353
青少年自杀行为种种	353
自杀行为的心理分析	355
自杀行为的矫正方法	357

第五篇 社交礼仪篇

第一章 礼仪之邦——泱泱大国的文明风范	367
中国古代的礼仪教育	367
礼仪的作用	370
青少年礼仪教育的重要性	372
第二章 彬彬有礼——青少年社交礼仪的基本内容	382
真诚友爱, 礼貌待人	382
勤劳俭朴, 孝敬父母	385
严于律己, 遵守公德	387
第三章 绅士风度——校园生活中的礼仪规范	397
教室中	397
课外活动中	399
师生交往中	401
同学交往中	403
第四章 谦谦君子——校外生活中的礼仪规范	412
家庭中	412
公共场合中	417



第五章 言语之间多学问——掌握得体的应对技术	426
尊重对方	426
谦虚谨慎	427
创造和谐的谈话气氛	428
运用幽默法宝	430
遭到拒绝时的应对技术	431
第六章 举手投足合方圆——培养优雅的行为举止	438
仪态自然，站坐大方	438
举止优雅，手势得当	440
举止文明，适度得体	442
举止潇洒，运用自如	444

第六篇 品德篇

第一章 内得于己——品德的心理构成	455
品德及其结构	455
道德认识、道德情感、道德意志	455
道德需要、道德兴趣、道德理想、道德信念	458
第二章 从他律到自律——品德的发生与发展	466
他律——无规矩不成方圆	466
自律——人类真正的进步	467
他律与自律的统一——从心所欲，不逾矩	470
变他律为自律——施教于青少年	472
第三章 为自我立法——确立义务感	477
义务与义务感的形成	477
义务的社会基础	478
道德义务的特点	478
健全的义务观念	479
张华救农民事件的再思考	481
忧患意识与社会责任	482
第四章 义务的现实——凭良心办事	486
良心的涵义	486
良心的社会心理特征	486
良心赖以存在的社会基础	487
良心对青少年成长的作用	488



培养青少年的良心·····	489
第五章 我究竟需要什么——澄清价值观·····	496
价值观的内涵及意义·····	496
价值观结构的层次性·····	497
价值观澄清的必要性·····	498
价值观澄清过程·····	499
对价值观澄清学派的评价·····	501
第六章 十字路口上的冲突——个体道德行为的选择·····	506
选择的自由与不自由·····	506
道德冲突模式·····	508
理性的价值选择·····	509

第七篇 法律素养篇

第一章 民事法律篇·····	517
没有规矩，何成方圆——谈民事活动原则·····	517
青少年，你也有民事权利——谈公民的民事权利能力·····	518
小甘爸爸为何“赖帐”有理——谈公民的民事行为能力·····	518
外婆再疼爱，也无法替代——谈监护人的法定资格·····	520
没商量，这房子归你——谈被监护人财产保护·····	520
乘人之危，法理不容——乘人之危实施的民事行为无效·····	521
看错价售出了微波炉咋办——重大误解的民事行为可撤销·····	522
“两权相争，谁先谁胜”——谈优先购买权·····	523
不是主人，无权作主——该房屋转让协议无效·····	524
“越俎代庖”，引火烧身——谈法人及法人代表·····	525
该购销合同为何有效——谈合同及其有效性判定·····	526
慎为他人作“嫁衣”——谈代理·····	527
借名征婚，违法缺德——什么是侵害公民姓名权·····	528
照像馆私放顾客照片对吗——什么是侵害公民肖像权·····	529
少女，何有身孕——什么是侵害公民名誉权·····	530
风吹花盆，坠落伤人——应承担民事责任·····	531
马惊狂奔，伤人咋办——谈动物致人损伤的赔偿责任·····	532
大人要“赔”小人过——谈未成年人造成侵害的赔偿问题·····	532
这桩“糊涂”案如何判决——不明误伤共同赔偿·····	533
由谁来承担小英的伤残责任——谈高危责任的损害赔偿问题·····	534



“君子爱财，取之有道”——谈合法经营·····	535
好伙计需风雨同舟——话说个人合伙·····	536
电暖器漏电，伤人赔偿——谈产品质量责任·····	537
汽车紧急刹车，老太肋骨骨折——谈紧急避险责任·····	538
“养不教，父之过”——谈父母对子女的义务·····	539
好儿女，孝父母——谈子女对父母的义务·····	539
“谁来抚养她”——谈未成年人的收养问题·····	540
“死不带走”——谈遗产·····	541
人未死，何来继承——谈继承开始时间·····	542
“生不带来”于法无据——胎儿也有继承权·····	542
继承遗产有先后吗——谈法定继承人的继承顺序·····	543
合情、合理、合法——谈遗嘱的有效性·····	544
“常青”与“长青”之争——谈谈商标·····	545
被告拒不到庭怎么办——谈民事诉讼的强制措施·····	546
被告拒不执行判决怎么办——谈民事诉讼的执行措施·····	547
第二章 刑事法律篇·····	549
两行为同一人，违法犯罪要分清——什么是犯罪·····	549
同是抢劫犯，处罚何不同——谈刑事责任年龄·····	550
醉酒出事，国法无情——谈刑事责任能力·····	551
坦然面对：飞来横祸——谈意外事件·····	552
“该出手时就出手”——谈正当防卫·····	553
危难之际伤了人咋办——谈紧急避险·····	554
最严厉的刑罚——谈死刑·····	555
愁啊愁，愁白了头——谈无期徒刑·····	556
高墙内，几度春秋——谈有期徒刑·····	557
剥夺自由最短的刑罚——谈拘役·····	558
我国独创的刑罚——谈管制·····	559
昧心赚钱终无钱——谈没收财产·····	559
对罪犯的政治否定——谈剥夺政治权利·····	560
莫要贪，贪利必被罚——谈罚金·····	561
坦白从宽，抗拒从严——谈自首与立功·····	562
悬崖勒马，回头是岸——谈犯罪中止·····	563
“榔头帮”的覆灭——谈犯罪集团·····	563
一种罪名，人人有份——谈共同犯罪·····	564
酒后开车，后悔莫及——谈交通肇事罪·····	565



切莫做“梁上君子”——谈盗窃罪·····	566
伤人者受罚——谈故意伤害罪·····	567
“绑票”者必被绑——谈绑架勒索罪·····	568
女大学生被拐卖——谈拐卖妇女、儿童罪·····	569
他本不应是少年犯——谈抢劫罪·····	570
莫用青春“赌”明天——谈赌博罪·····	571
国旗国徽，不容侵犯——谈侮辱国旗国徽罪·····	572
“东郭先生”的下场——谈窝藏包庇罪·····	572
刑事诉讼中的两种强制措施——谈拘留和逮捕·····	573
天网恢恢，疏而不漏——通缉令是咋回事·····	574
第三章 法律综合篇·····	576
“王子犯法与庶民同罪”——谈法律面前人人平等·····	576
“人活一张脸，树活一张皮”——谈公民的人格尊严不受侵犯·····	577
对“想干嘛时就干嘛”说不——谈公民权利义务的一致性·····	578
“长大了去当兵”——谈依法服兵役·····	579
天天“3·15”——谈消费者权益的保护·····	580
有志不在年高——谈青少年著作权保护·····	581
只因“身”太软——谈未成年人就业保护·····	581
“不看不知道，一看吓一跳”——不得胁迫未成年人表演恐怖、残忍节目·····	582
看似无情实有情——谈对未成年人犯罪的司法保护·····	583
不想告诉你的“秘密”受保护——谈未成年人的隐私权·····	584
“浪子回头金不换”——谈善待失足少年·····	584
“马路天使”何处家——谈救助流浪的未成年人·····	585
“小呀小儿郎，背着书包上学堂”——谈九年制义务教育·····	586
“让世界充满着真爱”——谈帮助残疾人·····	587
“衙门”八字开，有理便进来——谈怎么打民事官司·····	588

附 录

教育部关于深入贯彻《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》精神 做好 2005 年中小学德育工作的通知·····	602
教育部出台意见整体规划大中小学德育体系·····	606
把廉洁教育和德育结合起来 教育部廉政文化进校园和青少年廉洁教育研讨会举行·····	607



均衡发展成为基础教育新重点德育课改，农村教育仍是重要工作·····	609
扭扭德育的“不和谐音”·····	610
教育部将进一步修订中小学德育课程标准，重点推进高中德育课与大学 思想政治理论课的衔接·····	613
中等职业学校德育大纲·····	615
青岛发出职业教育德育动员令 20 万职教师生文明修身·····	622
安徽年投百万开展中小学德育活动·····	623
参考文献·····	624
后 记·····	625