

高校辅导员班会 工作指南

主 编 刀 波
副主编 乌小花
张俊豪

GAOXIAO
FUDAOYUAN
BANHUI
GONGZUO
ZHINAN



中央民族大学出版社
China Minzu University Press

高校辅导员班会 工作指南

主 编 刀 波
副主编 乌小花
张俊豪

GAOXIAO
FUDAOYUAN
BANHUI
GONGZUO
ZHINAN



中央民族大学出版社
China Minzu University Press

图书在版编目 (CIP) 数据

高校辅导员班会工作指南/刀波主编. —北京: 中央民族大学出版社, 2011. 10

ISBN 978-7-5660-0059-0

I. ①高… II. ①刀… III. ①高等学校—辅导员—工作—研究—中国 IV. ①G645.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 197153 号

高校辅导员班会工作指南

主 编 刀 波
责任编辑 吴 云
封面设计 汤建军
出 版 者 中央民族大学出版社
北京市海淀区中关村南大街 27 号 邮编:100081
电话:68472815(发行部) 传真:68932751(发行部)
68932218(总编室) 68932447(办公室)
发 行 者 全国各地新华书店
印 刷 者 北京宏伟双华印刷有限公司
开 本 787×1092(毫米) 1/16 印张:18.75
字 数 350 千字
版 次 2012 年 1 月第 1 版 2012 年 1 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5660-0059-0
定 价 56.00 元

版权所有 翻印必究

前 言

大学生思想政治教育工作是提高大学生思想政治素质，促进大学生全面发展的重要内容，是高校培育社会主义事业合格建设者和可靠接班人的核心工作，是中国特色大学教育的关键环节。随着时代的发展，大学生思想政治教育工作不断面临新形势、新任务和新挑战，如何在改进中进一步加强大学生思想政治教育工作，拓展工作思路，创新工作方法，切实提高工作成效，是需要与时俱进、深入研究的重大课题。

立足当前高校工作实际，通过总结工作经验、研究工作思路，我们认为以创新辅导员工作为切入点，以加强班会工作为突破口，以构建全过程育人的思想政治工作格局为目的，探索改进大学生思想政治教育工作的途径和方法，无疑是一个崭新的视角。

辅导员是大学生思想政治教育和管理骨干力量，平时他们与大学生接触最多、交流最深，不仅是大学生健康成长的人生导师，而且是他们无话不谈的知心朋友。而召开班会是辅导员日常学生管理工作的一个重要形式。

班级是大学生学习、活动的相对稳定的基层单位。虽然在高校人才培养过程中，由于实行学分制、弹性管理、后勤社会化等因素使班级活动相对松散起来，但班级作为一个集体在大学教育中仍然是一个重要的组织单位。

在绝大多数高校，辅导员召开班会是给予大学生发展指导的重要途径，也是学生管理工作的重要手段。积极向上、和谐良好的班风对大学生的健康成长有着直接的影响。但目前，很多高校除了在开学初、放假前、学生干部选举等时段固定召开几次班会外，只有遇到重要活动或宣布重要通知的时候偶尔不定期召开几次班会，没有形成系统、规范，贯穿大学生生活始终的主题班会工作制度。

当今的大学生群体，都是“80后”和“90后”的新生代，他们在思想观念、价值取向、人生态度上具有明显的新时代特征。我们可以充分利用班集体这个载体，把个性独立、思想活跃的当代大学生凝聚在一起，通过建立系列主题班会工作制度，教育和引导广大青年学生，使班会不仅成为沟通信息、师生互动、同学交流的场所，更成为进行集体主义、爱国主义和民族团结进步教育的课堂，成为培养大学生健全人格、促进大学生全面成长成才的重要

阵地。

通过主题班会形式开展内容丰富的思想政治教育活动，有别于主渠道课堂教育，班会可以通过开展讨论、辩论、竞赛、测验、表演、做游戏甚至远足等更加自由的活动形式，充分发挥大学生的积极性、主动性和参与性。改变思想政治教育单向传播为主的局面，使之成为以学生为主体的自我教育过程。这种互动交流可以了解学生最为真实的感受，可以及时发现问题，有针对性地加以引导，切实解决问题，做深、做细、做实思想政治教育工作。真正做到润物细无声，潜移默化，从而达到我们的教育目的。

然而，目前高校对辅导员通过召开大学生主题班会这个途径加强思想政治教育工作的相关研究还很薄弱。本书是一批长期从事大学生思想政治教育工作的一线人员，结合工作实际，经过深入调查和广泛研讨合力完成的，可以说，它是一本实践经验的总结，更是一项研究成果的展示。

本书根据大学生成长成才的规律和现实需求，设定了理想信念教育、民族团结教育、学习综合指导、诚实守信教育、心理健康教育、文明安全教育、课外实践指导、职业就业指导八大专题。同时，根据大学生不同发展阶段的思想、学习、心理等特点，由浅入深地设计了不同的班会主题。每个主题都阐明了召开班会的目的、召开班会的形式、需要注意的问题等，同时，给辅导员精心提供了相关理论、知识链接、经典案例和解析等，推荐了名言警句、视频、书籍等资料。本书力求为辅导员召开系列主题班会提供理论支持和实践方法指导，使辅导员能够充分利用班会这个平台，持续性、系统性地开展教育活动，使思想政治教育工作更具生命力。

本书内容涵盖了大学生成长成才过程中面临的思想困惑和急需解决的重要问题，集理论性、实践性、知识性、应用性为一体，力求在尊重辅导员个性化工作的同时，启发思路，给辅导员提供一个实用的工作指南，指导辅导员充分发挥主题班会的育人功能。

希望本书的出版能为各类高校辅导员召开相关主题班会提供借鉴和帮助，能够丰富和拓展大学生思想政治教育工作的途径和方法。

目 录

第一专题 理想信念教育	(1)
主题一 用科学信仰,照亮人生之路	(4)
主题二 扬理想之帆,开启新的航程	(8)
主题三 认自我之能,确立奋斗目标	(12)
主题四 借信念之力,成就美好梦想	(16)
主题五 凭责任之心,争做社会栋梁	(20)
主题六 解现实之困,实现远大理想	(24)
主题七 倡奉献精神,体验人生价值	(27)
主题八 怀感恩之心,回报一切关爱	(31)
第二专题 民族团结教育	(37)
主题一 我和我的民族	(40)
主题二 我过民族节日	(44)
主题三 我与我的祖国	(48)
主题四 我与我的同学	(53)
主题五 我看民族问题	(57)
主题六 坚持民族平等	(62)
主题七 践行民族政策	(68)
第三专题 学习综合指导	(73)
主题一 认识所学专业,增强专业学习动力	(76)
主题二 转变角色定位,尽快适应大学生活	(81)
主题三 制订学习规划,顺利实现学习目标	(86)
主题四 掌握学习方法,努力提高学习效果	(92)
主题五 建设优良学风,营造良好学习氛围	(97)
主题六 提升综合素质,促进个人全面发展	(102)
主题七 遵守学习制度,实现健康成长成才	(108)
第四专题 诚实守信教育	(115)
主题一 诚信与考试	(118)
主题二 诚信与交往	(123)
主题三 诚信与学术	(128)

主题四 诚信与信用	(133)
主题五 诚信与求职	(138)
第五专题 心理健康教育	(145)
主题一 改善人际, 促进交往	(148)
主题二 认知自我, 培养个性	(153)
主题三 面对贫困, 自强不息	(158)
主题四 解决困惑, 有效学习	(163)
主题五 面对挫折, 自信应对	(169)
主题六 面对爱情, 理智把握	(174)
主题七 调整情绪, 端正心态	(179)
第六专题 文明安全教育	(185)
主题一 树立文明意识, 落实礼仪规范	(188)
主题二 培养安全意识, 珍惜美好生活	(192)
主题三 坚持与人为善, 理性对待矛盾	(197)
主题四 坚决拒绝酗酒, 促进健康成长	(201)
主题五 谨慎面对网络, 规范个人言行	(205)
主题六 抵制宗教渗透, 远离邪教危害	(210)
主题七 履行公民职责, 维护国家安全	(214)
主题八 遵守法律法规, 正确表达诉求	(219)
第七专题 课外实践指导	(223)
主题一 专业学习与课外活动	(226)
主题二 兴趣培养与社团选择	(231)
主题三 社会实践与素质拓展	(237)
主题四 志愿服务与社会责任	(241)
主题五 能力培养与全面成长	(246)
主题六 学术活动与创新精神	(253)
第八专题 职业就业指导	(259)
主题一 了解自我, 规划大学生活	(262)
主题二 面对选择, 进行理性定位	(266)
主题三 扎根基层, 青春绽放光彩	(271)
主题四 求职之路, 掌握应试技巧	(276)
主题五 别样年华, 开启创业人生	(282)
主题六 掌握政策, 保障就业权益	(286)
后记	(291)

第一专题 理想信念教育

用科学信仰，照亮人生之路
扬理想之帆，开启新的航程
认自我之能，确立奋斗目标
借信念之力，成就美好梦想
凭责任之心，争做社会栋梁
解现实之困，实现远大理想
倡奉献精神，体验人生价值
怀感恩之心，回报一切关爱

意 义

理想是人们在实践中形成的、有可能实现的、对未来社会和自身发展的向往与追求,是人们的世界观、人生观和价值观在奋斗目标上的集中体现;信念是认知、情感和意志的有机统一体,是对理想的支持,是人们追求理想目标的强大动力。在当前复杂的国际形势下,我国在改革开放和社会主义市场经济不断深入发展的过程中,高校受到大量西方文化思潮和价值观念的冲击,某些错误的生活方式对各民族大学生的影响不同程度地存在着。个别大学生存在政治信仰迷茫、理想信念模糊、价值取向扭曲、社会责任感缺乏、无私奉献精神淡化等问题。理想信念教育是思想政治教育的核心内容,因此,在大学生主题班会中作为一个专题内容贯穿大学生生活全过程是非常必要的,对学生成长成才具有重要的指导意义。这一方面将是对思想政治理论课堂教学的有效补充和必要延伸;另一方面也是提高学校思想政治教育实效性的有力保障。

目 标

通过理想信念教育主题班会我们要达到多层次目标:帮助各民族大学生确定人生的奋斗目标,找到人生的前进动力;引导他们树立远大的个人理想,并将个人理想和社会理想相结合;引导他们实现自身价值的同时,追求人生意义与实现社会价值、服务国家人民相结合;引导他们重责任、讲奉献、知感恩,提升各民族大学生的精神境界和思想政治素质;最终树立在中国共产党领导下走中国特色社会主义道路,为实现中华民族伟大复兴而奋斗的共同理想和坚定信念。

设 计

通过主题班会开展理想信念教育,是一个逐步深入的过程,是一个潜移默化、循序渐进、由量变到质变的过程。组织班会要充分尊重学生的主体性地位,考虑不同年级学生的社会阅历、身心特点,选取与之相适应的内容,解决学生在理想信念方面的模糊认识和思想误区。力争将传统文化、校园文化和民族文化有机结合起来,运用网络传媒、艺术作品、电影电视等多种途径,使理想信念教育主题班会形式新颖、内容丰富。

主题一 用科学信仰，照亮人生之路

一、班会目的

引导各民族新生树立马克思主义科学信仰，尤其是充分认识中国共产党领导中国人民取得的辉煌成就，增强对党的信任，把自己的命运与党和国家的命运紧密联系在一起，积极向党组织靠拢，从高起点开始大学生活。

二、班会形式

可配合入学教育，给全班上一次党课。

可让学生们设计关于科学信仰与入党问题调查问卷，以班级为单位组织填写，针对问卷反映的问题组织学生开展讨论。

利用多媒体播放主题教育影片，如反映老一代及当代优秀共产党员事迹的电影或《感动中国》中年度人物事迹等，并组织学生开展讨论。

组织学生参观有关中国共产党取得的辉煌成就展览或播放有关视频资料等。

三、班会内容

（一）引导学生全面客观地认识新中国成立以来我党取得的历史成就，坚定对中国共产党领导的信心

中国共产党自1921年7月成立以来，领导各族人民经过长期武装斗争和革命建设，取得了举世瞩目的伟大成就。

1952年至2008年，中国GDP实际增长77倍，中国占世界经济总量的份额从不到1%上升到6.4%。从新中国成立初期到2008年，中国外贸总额增长2000多倍，占世界贸易总额的比重由不足1%提高到近8%，成为世界头号出口大国、第3大外资吸收国。

在人民生活方面，扣除价格因素，新中国成立60多年来中国城镇居民人均可支配收入增长了18.5倍。绝对贫困人口由30年前全国人口1/4的2.5亿人，减少到不足2%的1000多万人。

新中国成立以来取得的辉煌成就同时吸引了众多国际目光。英国《卫报》写道：“在传统中国文化中，60是一个轮回。不论以何种标准来看，中华人民共和国的这一轮回都是完满的。”美国总统奥巴马于2009年11月访华时，评

价中国使亿万人民脱贫是人类历史上史无前例的，一个强大而繁荣的中国的崛起，将成为国际社会的力量源泉。

新中国成立 60 多年来，党的建设也取得了伟大成就。开辟了中国特色社会主义道路；不断加强和改进党的基层组织建设，截至 2008 年年底，党的基层组织已经从新中国成立初期的 25 万个增加到 371.8 万个，党员总数也由新中国成立初期的约 580 万名增加到 7593.1 万名。而且，我党还坚持不懈地开展党的作风建设，得到了人民群众的拥护和支持。

（二）组织学生调查并分析当前在理想信念、入党方面存在的误区及原因

当前我国正处在社会转型时期，由于现实生活中存在的一些问题和困难，青年大学生在科学信仰方面会存在一定的误区，可在班会前组织一次对马克思主义思想认识的问卷调查。在班会中针对问卷中存在的问题组织学生进行深入讨论，辅导员要针对个别同学存在的信仰危机进行正确引导。

目前在大学生中流行着一股“入党热”。把加入中国共产党作为实现自己人生的一个理想，无疑是人生旅途上迈出的最重要的一步。但是，每个人的入党动机各不相同，有高尚、纯洁、正确的入党动机，也有盲目、不纯甚至是错误的入党动机。可在班会前组织一次有关入党动机的问卷调查，不想入党的同学可以写出原因，想入党的同学写出入党的动机。在班会上组织学生针对问卷反映出的问题进行广泛讨论，辅导员要进行正确引导。

（三）引导学生坚定马克思主义科学信仰，积极申请加入中国共产党

我们应重视当前出现的新问题，并在实际学习生活中去思考与解决问题。在伦敦海格特公墓的马克思墓碑上，镌刻着马克思的一句名言：“哲学家们只是用不同的方式解释世界，而问题在于改变世界。”马克思主义没有过时，仍然有广阔的发展前景。世纪之交，最引人注目的事件之一无疑就是“千年伟人”的评选。英国广播公司（BBC）于 1999 年秋天，用几周时间在国际互联网（Internet）上经过反复评选，最后结果是：马克思排在第一位，排在第二位的是世界上最有影响力的科学家爱因斯坦。谁是现今英国人心目中最伟大的哲学家？这是英国广播公司（BBC）广播四频道“在我们这个时代”栏目所做的一个调查。2005 年 7 月 14 日公布的调查结果显示，共产主义理论奠基人马克思以 27.93% 的得票率荣登榜首。休谟、柏拉图、康德、苏格拉底、亚里士多德、黑格尔等远远落在其后。

当代大学生在确定个人的政治理想与信仰过程中，把入党作为参与现实生活的一种身份或资格，作为一种实现个人发展的现实条件，并把入党、参与政治生活与个人成长和发展相联系起来，但同时存在过于注重现实成分的现象，对共产主义的理想、信念和信仰相对欠缺，对党的认识只停留在表面，较注重结果，不注重过程，入党动机中存在着强烈的现实主义倾向。正如中

组部部长李源潮所言：“我们承认，现在大学生要求入党时想得比较多的是个人动机，但他毕竟想的是个人的进步，这种个人的进步追求会在他将来的道路上逐渐融合到民族的进步追求、国家的进步事业当中去，这是一个终生奋斗的过程。大学生要求入党我认为是件好事，虽然他还比较幼稚，不太成熟，甚至带有个人的一些想法，但都应该鼓励。当代各民族大学生应当确立在中国共产党领导下走中国特色社会主义道路，为实现中华民族伟大复兴而奋斗的共同理想和坚定信念。同时，对大学生中的共产党员和先进分子，还应追求更高的目标，确立马克思主义的科学信仰。”

【案例推荐】

朱德找党

出身贫苦的朱德，在青年时代，目睹民不聊生、列强凌辱的现实，立志寻求救国救民的真理。他寄希望于辛亥革命、护国战争，但这以后的中国又陷入了军阀无休止的混战，他失望了。1922年初夏，朱德毅然放弃了云南省警察厅厅长的职位，开始寻找党组织。他先从云南来到重庆，拒绝了杨森给他的师长官衔，毫不犹豫地登上了一叶扁舟，顺长江东下，去上海找党组织。到了上海，“朱门酒肉臭，路有冻死骨”的十里洋场，使他更坚定了寻找党组织的决心。几经波折，他终于找到了当时中国共产党的总书记陈独秀。但是十分遗憾，陈独秀对他十分冷淡，拒绝接收一位旧军队的将军。但朱德并没有因此心灰意冷，更没有因此而惆怅与失望，他毅然决定到德国去，到马克思的故乡去。在柏林，他找到了中国共产党旅欧支部的负责人，比他年轻10多岁的周恩来。36岁的朱德，恭恭敬敬地站在这个年轻人面前，迫不及待地阐述了自己的夙愿。周恩来感动于朱德的执著，于1922年10月介绍朱德入党，帮朱德实现了美好的愿望。从此朱德开始了崭新的政治生命，尽心竭力地为中国人民的解放事业浴血奋斗，成为新中国的开国元勋。

案例评析：从朱德找党的经历中，我们可以得到几方面的启示：苦难深重的旧中国，只有中国共产党才能救中国；党组织的大门永远向每一位有志青年敞开着；朱德作为一名有志青年，一旦找准目标就百折不挠地追求，终成大业。

四、班会小结

作为当代大学生，由高中阶段步入大学生活，无疑是人生旅途上迈出的重要一步。臧克家说过：“青年是宝藏，青年是黄金；宝藏要挖掘，黄金要熔炼。”在大学这个人才锤炼的熔炉里，要及时找到马克思主义科学信仰，尤其

是及时认识中国共产党领导国家和人民取得的辉煌成就，早日明确作为大学生应承担的历史使命，积极向党组织靠拢，把个人成长融入民族和国家的建设事业中去。

五、经典推荐

【名言警句】

1. 马克思 [德]: 如果我们选择了最能为人类福利而劳动的职业, 我们就不会为它的重负所压倒, 因为这是为全人类所做的牺牲; 那时我们所感到的将不是一点点自私而可怜的欢乐, 我们的幸福将属于千万人, 我们的事业并不显赫一时, 但将永远存在; 而面对我们的骨灰, 高尚的人们将洒下热泪。

2. 刘少奇: 人的言论行动, 都是有人的思想意识来做指导的, 而人的思想意识又常常和他的世界观分不开的。我们共产党员的世界观, 只能是共产主义的世界观。

3. 车尔尼雪夫斯基 [苏联]: 一个没有受到献身的热情所鼓舞的人, 永远不会做出什么伟大的事情。

【推荐影片】

1. 《郑培民》, 他身居高位而心系百姓, 他以“做官先做人, 万事民为先”为自己的行为标准, 直到生命的最后时刻仍然不忘自己曾经许下的诺言。他树立了一个共产党人的品德、风范, 他在人民心里树立起一座公正廉洁、为民服务的丰碑。

2. 《牛玉儒》, 背负着草原人的幸福之路, 这幸福是他的给养, 也是他的方向, 风雨人生, 利弊得失, 他兢兢业业地遵循着“位卑未敢忘忧国”的古训。为官一任, 他给我们留下激情燃烧的背影, 他让精神穿越时代而常青, 他让活着的人肃然起敬, 他让天空成为雄鹰的故乡!

六、提示与建议

刚刚进校的大学生, 对大学生活及未来人生道路仍比较模糊, 部分大学生比较注重现实及对个人利益的诉求, 在入党方面渗透着更多对现实利益的考虑, 这是值得注意的。部分学生看见父母、亲戚和朋友中很多是党员, 他们积极争取入党, 出于从众心理, 也“随大溜”递交了入党申请书; 有些学生入学时年龄比较小, 思想比较幼稚, 对于入党的问题考虑得并不多, 但在家长、老师、朋友、同学的经常督促下, 自己感到有一种无形的压力, 因而也提出了入党申请。当然, 这本身就是政治上进步的表现, 对个人的成长来说也是一个良好开端, 应当予以肯定和鼓励。但他们必须通过持续的理论学习和实际锻炼, 增强社会责任感和政治上上进心, 明确政治方向, 丰富社会知

识，使自己在入党问题上逐步提高自觉性。

但片面强调入党申请率，与评优挂钩，强制要求学生写入党申请书等，也是不可取的。

有个别学生认为入党与个人成才没有直接关系，对党没有正确的认识。辅导员要注意这些学生的思想状态，引导学生全面、客观地看待问题。要坚定对中国共产党的信任，正确认识我党历史上的错误及现实的消极腐败现象；正确认识国家的前途命运，坚定马克思主义的信念，积极申请加入中国共产党，把个人的追求融入民族进步、国家发展中去，有了这个信仰，无疑找到了价值判断的更高标准，无疑将使生活更富有意义。

主题二 扬理想之帆，开启新的航程

一、班会目的

主要解决学生中“理想可有可无”的思想误区，认清一个人为什么要有理想，并通过考察历史名人的成长经历，对学生进行励志教育，使他们认识到有理想的人生才是真正有意义的人生，深刻认识理想对于自己人生的重要性。尤其在当前一些社会不良风气影响下，有理想追求和没有理想追求，对于能否保持个人心灵的充实和安宁、提升精神境界、塑造高尚人格将起到关键作用。

二、班会形式

考察成果汇报。由班委会确定2人，选择自己熟悉的历史上10个有成就的人的成长经历进行考察，就他们的理想与成就之间的关联向全班同学汇报。学生们展开讨论，辅导员最后作总结。

可让学生们设计关于理想问题调查问卷，在班内组织填写，针对问卷反映的问题组织学生开展讨论。

组织与“理想”主题相关的诗歌、名言、散文等朗诵比赛。

三、班会内容

（一）当前学生对该主题的认知情况分析

曾有课题组从全国31个省、市、自治区共抽取78所高等院校2162名大学生进行调查，在树立人生理想问题上，选择“有理想，并为实现理想而努

力”的大学生占 65.8%，选择“有理想，但觉得要实现很困难”的占 30.6%，而选择“无所谓理想，每天能过得去就行”的占 3.7%。可见，大部分学生还是有明确的理想抱负。也有调查显示，大学一年级的学生思想活跃，追求上进，关心国家大事，有志于中华民族的伟大复兴，竞争参与意识强，表现出较高的爱国热情。但不可忽视的是，就人生是否一定要有理想这个问题，有部分学生还存在一些模糊认识，有待积极引导。

随着我国物质生活水平的逐年提高，新一代的大学生大多在衣食无忧的环境中长大，在父母的呵护下完成了高中学业而升入大学。进入大学后，他们却不同程度地产生了茫然情绪，认为经过千辛万苦后金榜题名，自己的理想已经实现了，应该轻松自在地享受生活了。某些大学生缺少了对未来的打算，不明确求学路的真正目的，也不知道学习是为了家人还是为了自己，读书也随波逐流。有人甚至认为：“人生何必一定要有理想？我没有理想，不是也生活得很好吗？”

根据实际考察，一年级学生对于理想的认知基本上表现为以下几种情形：具有远大的理想，把个人利益与国家的利益有机结合起来，正踌躇满志地奋斗着；将理想简单地理解为职业理想；没有明确的想法，如“我对未来没有什么想法，只想自由自在的过日子”，“我现在还不太清楚要成为什么样的人”等。

（二）观点综述

“理想”一词，最初来源于希腊语“idea”，意思是指人生的奋斗目标。在中国古代，理想叫做“志”，即志向。“理想”是现代人经常使用的概念。理想的一般含义是，人们对未来的憧憬和向往（这样对“理想”的解释太简单，和后边理想意义的阐述稍有不符）。

人是不可能没有理想的。人如果失去了理想，就会同动物相差无几。就个人而言，理想是方向、是动力，是思想和行动的开端，在个人素质中居于支配和主导地位。美好的理想将为人们指明人生的奋斗方向，对一个人选择人生道路具有决定性意义。人有了理想，就会在黑暗中看到光明，在平凡中看到伟大，在困难中看到成功，在失败中坚信胜利。

有理想的人生才是丰富的人生；有理想的人生才是充实的人生；一生为理想执著追求、奋斗不息，才是有意义、有价值的人生。在人生的历程中，理想的导向作用是双重的，既有正效应，也有负效应。在人生道路上，选对了人生理想，往往就能实现人生的价值，体现人生的意义；选错了人生理想，就会与社会背道而驰，甚至做出有损于国家和人民利益的事情。一些出生于同一时代，成长在同一个家庭，受着同等教育的人，由于确立了不同的人生理想，也就走上了不同的人生道路。

理想是人生的力量源泉。理想反映了人们不安于现状，变革现实，创造适合于自己更高需要的现实的强烈愿望。这种愿望一旦转化为人们自觉行动的动机，就会成为人们创造新的现实的强大推动力。一个人树立了理想，就会激发出无穷无尽的力量。在艰难的事业中他有顽强的斗志；在平凡的岗位上他会创造出不平凡的业绩；面对强大的敌人他会无所畏惧；在生死关头他会毫不犹豫地献出自己的生命；在社会变革的滚滚洪流中他会全身心地投入，成为时代的弄潮儿。

没有高尚的、远大的、美好的理想，即使科学文化素质再高，也不可能明确的生活目的，积极向上的生活态度，持之以恒的前进动力，高尚纯洁的道德情操，坚定正确的政治立场。这样的人，青春将枯萎、衰败；生命会黯淡无光；人生会失去前进的方向和动力，只能在生活的大海里随波逐流，庸庸碌碌地度过一生，甚至有可能因为把持不住方向而走向堕落和犯罪。

【案例推荐 1】

为中华之崛起而读书

1911年，周恩来进奉天（今辽宁省沈阳市）东关模范学校读书。有一次，东关模范学校的魏校长在课堂上严肃地问学生：你们为什么读书？学生中有的回答：“为光耀门楣而读书。”有的答：“为明礼而读书。”有的答：“为家父而读书。”12岁的周恩来庄重地回答：“为中华之崛起而读书。”从中我们可以看出，少年周恩来已有了崇高的爱国主义理想。最后，周恩来经过自己的努力，成为开创新中国的伟人，实现了儿时的抱负。

案例评析：每个人都要有一定的理想，这种理想决定着他的努力和判断的方向。一种理想就是一种动力！周恩来就是以这种伟大而坚定的理想，最终带领中国人民实现了中华之崛起，成就了伟大的事业。

【案例推荐 2】

奏响青春的乐曲

黄某是北京某大学的一名大三学生，来自西北。高中的黄某是学校里的尖子生，学习成绩令他的家长引以为傲。但高考的失利给了他沉重的打击，虽说他依然得到了北京某重点大学的录取通知书，但是他没能进入梦想的清华大门。他从此一蹶不振，不参加大学里的任何活动，经常逃课。他的家长也为此伤透了脑筋，直到有一天他看到地铁站里一位盲人在拉小提琴，琴声是那么悠扬动听，很多人都驻足聆听。他恍悟：人生没有什么叫做困难，没有什么叫做失败，只看你是否有理想与信念去坚守、去拼搏。从此，他彻底