

河南省高等学校马克思主义理论课和思想品德课统编教材

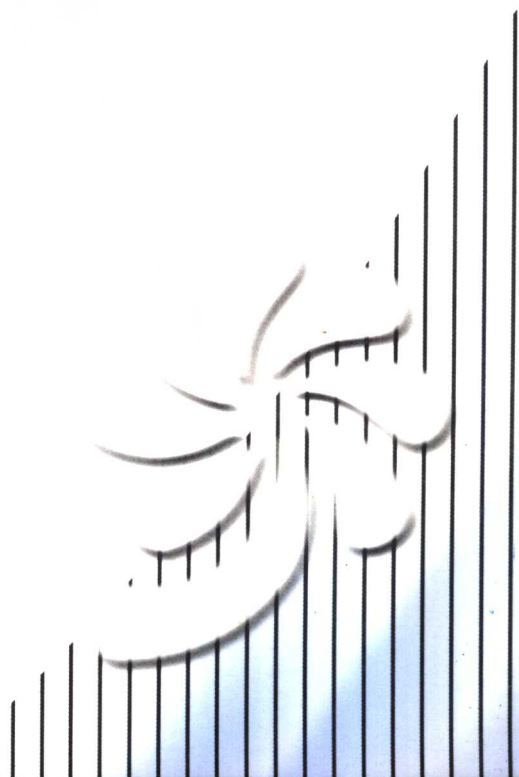
主编 葛坤英

思想道德修养

(专 科 版)



郑州大学出版社



河南省高等学校马克思主义理论课和思想品德课统编教材

思想道德修养

(专科版)

主编 葛坤英

郑州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

思想道德修养/葛坤英主编. —郑州:郑州大学出版社,2002.7

ISBN 7-81048-596-2

I. 思… II. 葛… III. 思想修养—高等学校—教材 IV. G641

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 015258 号

郑州大学出版社出版发行

(郑州市大学路 40 号

邮政编码:450052)

出版人:谷振清

全国新华书店经销

郑州文华印刷厂印制

开本:850 mm × 1 168 mm

1/32

印张:10.25

字数:263 千字

版次:2002 年 7 月第 1 版

印次:2003 年 7 月第 3 次印刷

书号:ISBN 7-81048-596-2/D·18 定价:12.50 元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换。

河南省高校“两课”教材

审查委员会

主任委员：訾新建

委 员：(以姓氏笔画为序)

马广先 马树功 王东琥

王桂兰 朱少钧 李义凡

余 丽 张 琼 张国富

张宝明 陈垠亭 罗建平

周文顺 周玉清 赵传海

贾修国 徐新林 黄建水

葛坤英 程东阳 訾新建

路 琳 穆伟山

本书主编：葛坤英

副主编：刘合行

目 录

绪 论	1
一、思想道德修养课的性质和任务	2
二、思想道德修养课的基本内容	5
三、学习思想道德修养课的意义和方法	9
第一章 人生发展的新阶段	14
第一节 走进大学	14
一、知识的海洋	14
二、起飞的平台	15
三、通往社会的桥梁	18
第二节 认识大学	20
一、自主学习	20
二、自我管理	22
三、大学新生与众不同	23
第三节 适应大学	27
一、铁的规律	27
二、新的角色	31
三、把握人生的关键时期	33
第二章 大学生活的主旋律	36
第一节 学习的革命	36
一、转变学习观念	36
二、做学习的主人	39

三、形成良好的学风·····	40
第二节 思维的创新·····	43
一、思维和思维方法·····	43
二、创新和几种创新思维方法·····	46
三、培养创新思维的途径·····	49
第三节 知识结构的优化·····	52
一、知识与知识结构·····	52
二、知识结构的类型·····	54
三、优化知识结构的途径和方法·····	55
 第三章 当代大学生的历史使命·····	59
第一节 21 世纪的世界与中国·····	59
一、和平与发展·····	59
二、改革与开放·····	62
三、科教兴国战略·····	65
第二节 大学生的历史使命·····	67
一、全面建设小康社会·····	68
二、民族复兴·····	68
三、迎接挑战·····	70
四、艰苦创业·····	72
第三节 时代呼唤与自我设计·····	74
一、励志奋进·····	74
二、全面发展与发展特长·····	76
三、培养综合素质·····	78
 第四章 心理健康与调适·····	82
第一节 心理健康·····	82
一、健康和心理健康·····	82

二、心理健康与健康成长·····	84
三、心理健康的标准·····	86
第二节 心理问题 ·····	89
一、心理冲突·····	89
二、心理问题·····	91
三、心理异常的原因·····	94
第三节 培养健康心理的途径 ·····	96
一、优化个性品质·····	96
二、心理卫生·····	97
三、自我调适·····	98
四、心理咨询 ·····	100
 第五章 人际交往 ·····	102
第一节 积极交往·····	102
一、人际交往的意义 ·····	102
二、人际交往的特点 ·····	106
三、交往的原则与方法 ·····	106
第二节 友谊·····	112
一、友谊的内涵与特征 ·····	112
二、友谊与人生 ·····	113
三、友谊的建立及发展 ·····	115
第三节 爱情·····	117
一、爱情的本质与特征 ·····	117
二、爱情与人生 ·····	119
三、恋爱观辨析 ·····	121
 第六章 爱国主义 ·····	125
第一节 爱国主义的历史地位·····	125

一、爱国主义的内涵	125
二、爱国主义的作用	127
三、爱国主义是中华民族优良传统	130
第二节 新时期的爱国主义	133
一、爱故土、爱人民、爱国家	133
二、爱国主义的时代特征	137
三、新时期爱国主义的根本任务	139
第三节 做坚定的爱国者	142
一、弘扬民族精神	143
二、主人翁的责任感	143
三、祖国统一的力行者	144
四、社会主义的建设者	145
 第七章 理想与信念	149
第一节 理想	149
一、理想的特征与类型	149
二、共同理想与最高理想	154
三、理想与实践	158
第二节 信念	159
一、信念的内涵与特征	160
二、社会主义信念	163
三、有中国特色社会主义的光明前途	166
第三节 艰苦奋斗	168
一、艰苦奋斗的历史地位	169
二、艰苦奋斗的时代特色	172
三、艰苦奋斗的实践精神	174
 第八章 人生观	176

第一节 人与社会	176
一、人的属性与本质	176
二、社会的本质与功能	182
三、个人与社会的关系	186
第二节 人生目的	189
一、人生目的是人生观的核心	190
二、科学的人生目的及其要旨	193
三、为人民服务的方法和途径	195
第三节 人生态度	197
一、人生态度是人生观的表现	197
二、新世纪新阶段对人生态度的要求	199
三、科学人生态度的培养	202
 第九章 价值观	 207
第一节 价值与价值观	207
一、价值的基本内涵	207
二、人生价值的特征	208
三、人生价值的科学评价标准	211
第二节 人生价值的取向与把握	216
一、人生价值取向的选择	216
二、两种对立的人生价值取向	219
三、集体主义的价值导向	227
第三节 正确的人生价值观	230
一、强烈的社会责任感	230
二、人生意义在于创造	232
三、在贡献社会中实现人生价值	233
 第十章 职业观	 236

第一节 职业理想与职业选择	236
一、职业理想的人生意义	236
二、职业选择的基本原则	240
第二节 时代要求与敬业精神	242
一、敬业精神的涵义及核心	242
二、敬业精神的基本要求	245
三、敬业精神与成功	246
第三节 职业观与职业实践	252
一、高尚的立业动机	252
二、全新的就业观念	254
三、强烈的职业情感	256
四、在职业实践中锻炼成长	257
 第十一章 道德观	 262
第一节 继承和弘扬优良传统道德	262
一、中华民族的优良道德传统	262
二、中国革命优秀道德传统	265
三、人类文明发展中的优秀道德成果	268
第二节 社会主义道德建设的基本原则与核心	269
一、社会主义道德建设的基本原则	269
二、社会主义道德建设的核心	271
第三节 做有道德的好公民	275
一、培养“五爱”精神	275
二、加强“三德”修养	278
三、自觉实践基本道德规范	279
四、做诚实守信的大学生	283
 第十二章 开拓人生新境界	 286

第一节 大学生的道德品质·····	286
一、道德品质的涵义·····	286
二、道德品质的形成·····	287
三、大学生的道德品质·····	289
第二节 道德品质修养的途径和方法·····	298
一、德教为先·····	298
二、见贤思齐·····	299
三、持正自律·····	301
四、重在践履·····	305
第三节 开拓人生新境界·····	306
一、时势造英雄·····	306
二、雄才多磨砺·····	308
三、创造美好人生·····	310
后 记·····	314

绪 论

江泽民同志在党的十六大报告中指出:要“切实加强思想道德建设。”“特别要加强青少年的思想道德建设,引导人们在遵守基本行为准则的基础上,追求更高的思想道德目标。”我国高等学校担负着为社会主义现代化事业培养德、智、体等方面全面发展的建设者和接班人的重任,而人才的素质包括思想道德素质和科学文化素质两个基本方面。高等学校能否培养出大批合格的人才,将直接关系到我国现代化事业的进程,关系到中华民族的伟大复兴。正如《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》中指出的:“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。”思想道德素质和科学文化素质一样,不是先天具备,与生俱来,而是必须通过后天的教育和长期的修炼,才能获得提高。因此,高校不仅要有完备的科学技术文化知识教育体系,而且还要重视和加强德育,具有完备的思想政治教育体系。这个体系包括马克思主义理论课和思想品德课(简称“两课”)、日常思想工作、“三育人”活动、党团工作、社会实践和校园文化建设等等。思想道德修养课是高等学校思想政治教育体系中的一个重要组成部分,1998 年中共中央和教育部联合颁布的普通高等学校“两课”课程设置意见中明确规定:思想道德修养课是大学生的必修课程,它体现着社会主义大学的本质特征,在培养大学生成为社会主义事业的建设者和接班人方面具有不可替代的作用。

一、思想道德修养课的性质和任务

1. 思想道德修养课的性质

思想道德修养课是以马列主义、毛泽东思想、邓小平理论及“三个代表”重要思想为指导,以人生观、价值观、道德观教育为主线,综合运用多种学科知识,遵循大学生思想道德变化、形成和发展的规律,针对大学生成长过程中经常遇到的思想、政治、道德和心理等问题,教育、引导大学生加强自身道德修养的一门课程。它坚持用马克思列宁主义、毛泽东思想特别是邓小平理论武装大学生,始终把引导大学生确立献身于建设有中国特色社会主义事业的政治方向放在首位,使大学生牢固树立建设有中国特色社会主义的共同理想,牢固树立坚持党的基本路线不动摇的坚定信念。这是由我国高等教育的性质和任务所决定的,也是我国改革开放和社会主义精神文明建设对学校德育的本质要求。

教育是培养人、造就人的社会活动。教育的产生和发展依赖于一定的社会需要,它与一定社会的生产力发展水平、生产关系等都有着密切的关系,都要为一定的社会政治、经济制度服务。我国是中国共产党领导下的社会主义国家,党和国家的性质决定了我国高等教育必须坚持社会主义办学方向,必须培养有理想、有道德、有文化、有纪律的献身于有中国特色社会主义事业的建设者和接班人。邓小平思想道德教育理论也深刻地阐明了这一点,提出了在新的历史条件下“学校应该永远把坚定正确的政治方向放在第一位”,坚持社会主义办学方向,坚持教育为社会主义现代化建设服务,培养社会主义现代化建设所需要的合格人才的观点,从而明确规定了高校思想道德修养课的社会主义性质。

2. 思想道德修养课的任务

在当前改革开放的新时期,高校思想道德修养课程的根本任务是:贯彻“以德治国”的重要思想,落实《公民道德建设实施纲

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，培养大学生形成高尚的思想情操、良好的道德品质和严谨的纪律观念，引导和帮助大学生树立马克思主义的世界观、人生观和体现中华民族特色与时代精神的社会主义价值观，增强学生抵制错误思潮和拜金主义、享乐主义、个人主义等腐朽思想侵蚀的能力，逐步成长为“有理想、有道德、有文化、有纪律”的社会主义事业的建设者和接班人。

要贯彻和落实“以德治国”的重要思想。2001年1月10日，江泽民总书记在全国宣传部长会议上的重要讲话中第一次明确提出了“以德治国”并使之与“依法治国”紧密结合起来的治国思想，这在中国共产党的执政治国史上既是创新，也是对中华民族优秀治国方略传统的继承与弘扬。在我国现实条件下，要实施以德治国，就要在明确我国社会主义道德规范的前提下，重点增强各级各类国家公务员的道德自律意识，提高道德修养以赢得民心，同时要加强全社会、全民族的道德修养，使社会主义道德成为公民自觉遵守的道德规范和行为准则。中共中央颁布的《公民道德建设实施纲要》指出：“学校是进行系统道德教育的重要阵地。”因此，在高校的思想道德修养课中，要着力对大学生进行以为人民服务为核心，以集体主义为原则，以诚实守信为重点，以爱祖国、爱人民、爱劳动、爱科学、爱社会主义为基本要求，以社会公德、职业道德、家庭美德为着力点的社会主义道德教育，逐步提高大学生的道德素质。要使这种教育深入到大学生的中心，成为他们自觉的道德要求和行为规范，不断消除市场经济发展过程中出现的种种不道德现象在学生思想上造成的负面影响，使大学生能尽快适应进入新世纪后整个社会协调、文明、稳定、可持续发展的需要。

要坚持用马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想教育人、培养人，激励大学生树立社会主义、共产主义的理想和信念，倡导同我国根本制度相适应并具有能体现中

国民族特色和时代特点的人生观、价值观,反对和抵制错误思潮和各种不正确人生观的侵蚀。在教学中要密切联系改革开放和社会主义现代化建设实际,联系社会主义精神文明建设特别是思想道德建设实际,回答学生们普遍关心、经常思考和需要解决的问题,提高学生的思想认识水平,使之树立正确的思想观念,促进思想觉悟的提高。要注重以科学的理论和知识帮助大学生提高政治理论和思想道德修养水平,有针对性地帮助大学生解决自身成长和成才过程中出现的一系列实际问题。它主要表现为:一是把马克思主义基本原理特别是邓小平思想道德教育理论应用于大学生思想道德修养这个领域,以辩证唯物主义和历史唯物主义的观点分析和回答大学生思想道德修养方面的各种理论和实践问题,体现了科学的世界观和方法论;二是把高校多年来对大学生进行思想教育的基本经验和对大学生健康成长、顺利成才的规律的探索加以科学总结和提炼,形成科学、系统、成熟的理论观点和理论体系,使之对大学生思想道德修养具有普遍的指导意义;三是充分吸收和反映与思想道德修养相关学科的知识及其最新的理论成果和实践成就,吸收和借鉴人类创造的一切优秀文化成果中对加强我国大学生思想道德修养有益的精华,系统地回答大学生思想道德修养中的一些基本问题,使这门课具有雄厚的科学基础和明显的时代特征,显现出其他课程不可替代的独特作用和功能。

要引导大学生提高和加强思想道德修养的自觉性,通过“知”、“行”统一进行自我培养。江泽民同志在庆祝北京大学建校一百周年大会上的讲话中强调指出:“求知与修养相结合,是中华民族的一个优秀的传统。没有好的思想品德,也不可能把学到的知识真正奉献给祖国和人民,也就难以大有作为。青年时期注重思想修养,陶冶情操,努力树立正确的世界观、人生观、价值观,对自己一生的奋斗和成就将会产生长远而巨大的作用。”大学生思想道德素质的提高,需要外部的教育和他人的帮助,更需要个人的

努力修养和不断实践,才能把外在的影响内化为自己的品质并外化为自觉的行动。因此,教师在教学过程中,不仅应把正确的理论和大量的学科知识传授给学生,教育学生坚持什么,反对什么,更重要的则在于强调学生的自我修养、自我教育,激发他们对加强自身思想道德修养的自觉性和需求性,引导学生结合自己成长的实际,结合自身思想道德修养变化、形成的实际,身体力行,坚持不懈地实践,逐步学会和掌握正确的立场、观点和方法,并运用它能动地去认识社会、人生,解决现实生活中的矛盾和问题。

二、思想道德修养课的基本内容

思想道德修养课是为大学一年级学生开设的必修课,既具有鲜明的政治性和思想性,又具有较强的理论性和知识性,其内容十分丰富,包括政治修养、思想修养、道德修养、心理素质修养、学习成才修养等等。政治修养是思想道德修养的核心内容,思想修养和道德修养是思想道德修养的主要内容,心理素质修养是思想道德修养的基础内容,学习成才是思想道德修养的出发点和落脚点。思想道德修养课就是按照以上这些内容的内在联系和大学生入学后的思想道德发展规律进行有机组合构成的体系,具体地说,包括以下三个方面。

第一,适应转变,认清使命。它包括第一章“人生发展的新阶段”、第二章“大学生生活的主旋律”、第三章“当代大学生的历史使命”、第四章“心理健康与调适”、第五章“人际交往”。大学,对大学生来讲,是人生发展的新阶段。在这一阶段,刚刚经历了紧张的高考的大学生,带着在应试教育下形成的思维模式和对大学生活的美好憧憬,步入了大学校园,然而现实中的大学及大学生活与大学生心目中向往的大学生活往往有着较大的差异,甚至是强烈的反差。同时,作为高等专科学校的大学生,由于外在的客观环境影响和自身发展的需求,也使他们出现了一些独具的思想问题和心

理问题。因此,思想道德修养课的内容是以教育和引导大学生认识自我、认识环境、认识时代特征,适应大学新生活为切入点展开的。第一章针对大学新生在新的生活环境和学习环境中出现的种种不适应的问题,积极引导他们去正视新环境,了解和把握大学新生活的特点和规律,迅速调整方位,积极适应大学生活,把握人生的关键时期,找准新的立足点,开始人生新征程。第二章围绕大学生在大学的学习中出现的种种问题进行了讨论,指出大学生要搞好学习,必须先进行两个转变,一是转变学习观念,做学习的主人;二是转变学习思维方式,培养创新思维方法。同时还应努力建立合理的知识结构,以适应社会主义市场经济发展对人才的需求。第三章围绕大学生肩负的历史使命和全面发展的问題,引导大学生认识新世纪中国所面临的机遇和挑战,明确历史使命,确立奋斗目标,努力使自己成长为适应新世纪需要的合格人才。第四章是针对当代大学生面对竞争日趋激烈的现实社会,置身于纷繁复杂的学习、生活环境所产生的各种各样的心理问题,引导大学生形成心理健康意识,以正常的心态去看待和解决自身遇到的种种心理问题。帮助大学生分析和了解常见心理问题产生的原因,采取有效措施,防患于未然。提出了增强心理健康的原则和途径,重点放在要求大学生认真学习心理卫生知识和加强心理的自我调节方面。第五章针对人际交往以及通过交往建立起来的友谊和爱情对大学生健康成长的重要作用 and 影响,引导大学生正确处理同学、老师、同乡之间的交往,建立和谐的人际关系,形成真挚的友谊。根据当前各高校普遍出现的“恋爱热”现象及其所具有的低龄化、短暂性的特点,引导大学新生正确处理爱情与友谊、学业的关系,树立正确的爱情观。

第二,树立理想,把握人生。它包括第六章“爱国主义”、第七章“理想与信念”、第八章“人生观”、第九章“价值观”。这几章的内容理论性较强,是思想道德修养课的重点。人的本质、人生理