

思想道德修养与 法律基础

专题教学指导

SIXIANG DAODE XIUYANG YU FALÜ JICHU
ZHUANTI JIAOXUE ZHIDAO

姜友维 刘光明 〇 主编



西南交通大学出版社

四川省教育厅思想政治教育科研基金资助项目阶段成果(项目编号: CJS12-057)

思想道德修养与 法律基础

专题教学指导

姜友维 刘光明 ○ 主编

西南交通大学出版社

· 成 都 ·

图书在版编目 (C I P) 数据

思想道德修养与法律基础专题教学指导 / 姜友维,
刘光明主编. —成都: 西南交通大学出版社, 2015.9
ISBN 978-7-5643-4322-4

I. ①思… II. ①姜… ②刘… III. ①思想修养—高
等职业教育—教学参考资料②法律—中国—高等职业教育
—教学参考资料 IV. ①G641.6②D920.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 232683 号

思想道德修养与法律
基础专题教学指导

姜友维
刘光明

主编

责任编辑 吴明建
装帧设计 何东琳设计工作室

印张 12.5 字数 309千

成品尺寸 185 mm × 260 mm

版本 2015年9月第1版

印次 2015年9月第1次

印刷 四川煤田地质制图印刷厂

出版 发行 西南交通大学出版社

网址 <http://www.xnjdcbs.com>

地址 四川省成都市金牛区交大路146号

邮政编码 610031

发行部电话 028-87600564 028-87600533

书号: ISBN 978-7-5643-4322-4

定价: 29.80元

课件咨询电话: 028-87600533

图书如有印装质量问题 本社负责退换

版权所有 盗版必究 举报电话: 028-87600562

前言

《思想道德修养与法律基础专题教学指导》是高等学校统编教材《思想道德修养与法律基础》的配套用书，也是四川省教育厅思想政治教育科研基金资助项目“高职院校‘思想道德修养与法律基础’课从教材体系向教学体系转化过程中的专题教学研究”（项目编号：CJS12-057）的重要成果。本书忠实于教材，在对全书重要知识点进行全面把握的基础上，为了提高教学的针对性、实效性，根据高职教育的特点，力争采用专题教学的方式实现教材体系向教学体系的转化。

“思想道德修养与法律基础”作为高职院校学生必修的一门思想政治理论课，担任着全面提高高职学生思想道德修养和法律素质的重要职责，在培养学生正确的世界观、人生观、价值观、道德观和法治观方面起着重要的作用。为了提高教学的针对性、启发性和趣味性，建设具有活力的、受大学生欢迎的思想政治理论课堂，本指导书以社会主义核心价值观为主线，特别重视理论联系实际，在知识点的分析讲解上，我们以实用、够用为标准，既按照中宣部、教育部的要求把知识点讲清、讲透，在理论上又不至于过于烦琐，不超过高职院校学生需要掌握的范围。同时，为了提高课程的吸引力，也便于学生自我学习，我们为每一专题提供了现实性极强且与学生日常学习、生活有着紧密联系的大量资料，为学生观察社会、思考人生，积极践行社会主义核心价值观提供丰富的参考资料。

理论教学和实践教学是“思想道德修养与法律基础”课教学密不可分的两大环节。而“思想道德修养与法律基础”课的实践教学环节是其整个教学过程的重要组成部分，是深化课堂教学的有效途径，是大学生获取、掌握知识的必要手段。因此，加强对“思想道德修养与法律基础”课实践教学内容、教学模式、教学方法的研究，有利于提高“思想道德修养与法律基础”课的教学质量和效果，发挥“思想道德修养与法律基础”课的积极引导作用。本指导书充分吸收近年来各兄弟院校及本院实践教学的成功经验，在相关专题后特别安排了实践教学项目建议，为系统开展本课程实践教学提供参考。

在本书的编写过程中，我们选取并吸收了国内外许多研究成果，在此一并表示感谢。由于我们的研究水平有限，书中难免存在许多不足之处，敬请广大读者批评指正。

编者

2015年8月

目 录

模块一 入学教育与课程教育篇	1
专题一 珍惜大学生活，创造诗意青春	1
专题二 “思想道德修养与法律基础”快乐课堂伴你成长成才	11
模块二 理想信念篇	17
专题三 学习和践行社会主义核心价值观，做勇于创新创业的“四有”新人	17
专题四 坚定理想信念，追求卓越人生	28
模块三 爱国主义教育篇	35
专题五 继承爱国传统，弘扬中国精神	35
模块四 人生价值篇	46
专题六 领悟人生真谛，创造有价值的人生（一）	46
专题七 领悟人生真谛，创造有价值的人生（二）	56
专题八 树立和谐理念，提高身心素质	66
专题九 提升社会适应能力，促进个人与社会的和谐	72
模块五 道德品质篇	78
专题十 继承传统美德，弘扬社会主义道德	78
专题十一 加强道德修养 遵守社会公德（一）	91
专题十二 加强道德修养 遵守社会公德（二）	101
专题十三 恪守职业道德，坚定职业理想	112
专题十四 遵守恋爱婚姻家庭道德规范，弘扬家庭美德	118
模块六 法治教育篇	126
专题十五 加强法律修养，做守法公民	126
专题十六 学习劳动法律，保护职业权益	144
专题十七 遵守相关法律，维护合法权益	151
专题十八 领会宪法精神 学习民事法律	162
专题十九 学习法律制度，懂得合法维权	175
参考文献	192

模块一 入学教育与课程教育篇

专题一 珍惜大学生活，创造诗意青春

教学目标：

1. 把握大学生生活特点，充分认识大学阶段在人生发展过程中的重要性，珍惜大学美好时光。
2. 了解高职院校人才培养目标，走好大学之旅的第一步，帮助学生尽快实现角色转换并有一个较为清晰的目标，提高思想道德素质和法律素质，积极践行社会主义核心价值观。

教学重点和难点：

引导新生尽快从各方面适应大学生活，实现从中学生到大学生的角色转换，依据时代大背景和社会大舞台确立自己新的成长与发展目标，把个人立业成才的追求与实现中华民族伟大复兴的“中国梦”结合起来，尽快进入创造性学习阶段。

【案例】

新生告别迷茫

“大一时不知道自己不知道，大二知道自己不知道，大三不知道自己知道，大四知道自己知道。”这是 20 世纪末在大学生中流传的顺口溜，还有人用鲁迅先生的著作“呐喊、彷徨、伤逝、朝花夕拾”来描绘大学几年的生活状态。

今天的大学生，尤其是新生，还是这样吗？

学生回答……

【教师总结】

大学生活，流光溢彩，大学生活，千金难买。

上大学，相信是我们在座每位学子心中多年的梦想，现在梦想终于成为现实，相信大家又会有不少感慨。面对这个全新的环境，希望大家有所思考：上大学是为了什么？大学与中学有什么不同？我们如何度过这三年的大学生生涯才有意义呢？

【视频资料】

《开讲啦》

郑强：你为什么读大学？（<http://www.tudou.com/programs/view/FEf9t-evsuw/>）

大学是人生发展的新阶段，“新”的重要表现就是我们面临着一个全新的生活、学习环境。对于一个大学新生来说，离开过去熟悉的环境，离开深有感情的老师和同学，离开疼爱自己的父母，踏入一个全新的环境，同学们既会充满好奇和兴奋，也容易遇到不适和困难。能否尽快适应大学新生活，将关系到我们在大学三年的顺利成长。同学们，今天我们的学习内容，首先从“大学和我的大学”开始：

一、大学和我的大学

(一) 大学的内涵

大学之“大”：谈谈你对大学的理解和认识。

1. 什么是大学

清华大学老校长梅贻琦先生说：“大学者，非谓有大楼之谓也，有大师之谓也。”蔡元培先生提出：“大学者，研究高深学问也。”北京大学原校长许智宏认为：“大学之‘大’，不仅在于‘大师’‘大楼’，更在于有一批‘大’学生。我们不能设想一所大学没有宽敞明亮的大楼，也不能设想一所大学没有学富五车的大师，但更不能设想一所大学没有一批朝气蓬勃、奋发向上的‘大’学生。只有这些年轻的面孔，才是一所大学的精魂之所在……大学，因大楼而大，因大师而大，更因‘大’学生而大，理固宜然。”

在高等教育大众化的今天，尽管不同的高等学校有不同的培养目标，但是，大凡大学都应该崇尚科学、民主、文明、创造、进步，有积极引导学生成人成才的传道授业解惑者，有丰富的图书资料和设备仪器，有净化人们心灵、激励人们发展的文化氛围。

2. “大学”的特点

(1) 大学是知识的海洋。

大学有“大文化”底蕴。大学一般都有丰富的藏书、报刊资料、先进的仪器设备，能够为大学学子提供足够的知识、充足的资源，培养他们开拓创新的能力。但是，仅仅是知识的“大”还不够，思想、道德的“大”亦是必需的，大学应该培养一个人的综合素质，能够提供给学子们一种信念，一种伴随一生的信念，并锤炼其意志品质。因而，对于我们大学生来说，大学不仅是获取知识技能的场所，还是传播理想的殿堂。因此，大学生在这里学到的不仅仅是将来赖以谋生的专业知识与技能，更重要的是受到深厚文化的熏陶与思维的训练，从而为将来继续学习和开创事业培养综合素质，挖掘潜能。

(2) 大学有教书育人的良师。

大学应该有“大师”。大学当然不仅仅是大教室、大操场、大食堂、大实验室，更重要的是有大师或良师。大师也好，良师也好，他们是一种文化的支撑者、缔造者、拓展者。他们以其思想、学识而著称于世，以其对社会政治、经济、文化的深入研究，来指导和影响社会的发展与进步，同时也是大学生长知识、长智慧，乃至长道义的依靠。竺可桢先生曾说：教授是大学的灵魂，一个大学学风的优劣，全视教授的人选为转移。陈岱孙先生认为，一个大学的教育家，一要保证学生跟随你长知识，否则不成其为先生；二要使学生跟随你长智慧，否则就是个教书匠；三要令学生从你的身上长道义，否则不配做教师。所以，大师不仅要传播知识，而且肩负着知识创新，推动文化永不停止、永远向前、不断创新的历史职责。大学生在这些大师的指导下，不仅学习知识，而且陶冶情操。

(3) 大学有浓厚的学习、研究和成才氛围。

这里是知识创新、传播和运用的基地，是培育创新精神的摇篮，是让人接受人文精神和科学精神熏陶的园地。引领学术风气，促进思想交流，陶冶品德操守，建设精神文明，是大

学的灵魂之所在。这种氛围特别有利于大学生成才。

“大学生”一词最早来自拉丁语，意思是“如饥似渴地刻苦学习的人”。大学生是大学培养的对象，是大学的核心，而大学生要培养和学习的是为人品质、学术功底以及实践能力、创新能力。

江泽民同志在庆祝北大建校一百周年大会上指出的“大学应该是培养和造就高素质创造性人才的摇篮”“应该是民族优秀文化与世界先进文明成果交流借鉴的桥梁”，真正道出了面向 21 世纪大学的历史使命和责任。

（二）高职教育的发展现状与趋势

1. 高等职业教育的内涵

高等职业教育是高等教育的一个重要组成部分，是为了促进经济建设和社会发展，在高中文化程度基础之上实施的，为生产、建设、管理、服务等诸领域各具体岗位培养实践型、技术型、职业专门化的技术人才和管理人才的教育。

2. 国内外高等职业教育的发展现状

大力发展职业教育特别是发展高等职业教育，以培养高级实用、技术型人才，是发达国家和地区近几十年来经济发展、起飞的重要条件，是任何国家步入现代化初期的必要条件，这一点在美、日、德、英、法等国家教育和经济社会发展中已得到充分证明。另外，亚洲“四小龙”的经济腾飞，并非他们在科学技术上有多少重大发明，而是与其大力发展职业技术教育特别是发展高等职业技术教育密切相关；东盟各国经济在 20 世纪 50 年代到 60 年代的经济徘徊，最后也通过积极推进教育转型、大力发展职业教育才真正启动现代化。因此，从世界发达国家调整教育结构、促进经济发展的经验可以看出：凡是教育改革成功的国家，都是以积极发展职教为先决条件的；每个经济发达的国家，高等职业教育都有较大的发展。发展高等职业教育是发达国家调整高等教育结构、促进产业现代化和经济发展的共同趋势。

随着我国社会经济的高速发展，我国高等教育出现了两个高等教育类型——本科教育与高等职业教育，由此产生出现了本科大学和高等职业院校两种不同类型的大学。高等职业技术教育的根本任务是培养适合生产、建设、管理、服务第一线需要的高素质技术应用性人才。他们既不是白领，也不是蓝领，属于应用型白领或称银领。银领是既要能动脑，又要能动手，具有较高知识层次、较强创新能力、熟练掌握高技能的高级技术人才，是知识与技能都要具备的复合型、实践性人才。

从 20 世纪 90 年代起，我国高等职业教育进入快速发展时期。统计数据显示，到 2009 年，全国独立设置高职院校 1 215 所；招生数达 313.4 万人，与本科招生规模大体相当；在校生 964.8 万人，高等职业教育占了高等教育的半壁江山。目前，全国 90% 以上的地市至少有一所高职院校。我国高等职业教育 10 年培养近 1 300 万高素质技能人才。高职毕业生除大量从事生产服务第一线工作以外，也有考上公务员、教师、“村官”，以及自我创业当老板的成功者。

麦可思研究院发布的就业蓝皮书《2012 年中国大学生就业报告》显示，2011 届大学毕业生毕业半年后就业率（90.2%）比 2010 届（89.6%）略有上升。其中，本科院校 2011 届毕业生半年后就业率为 90.8%，与 2010 届（91.2%）基本持平；高职高专院校 2011 届毕业生半年后就

业率(89.6%)显著上升,比2010届(88.1%)上升了1.5个百分点。本科与高职高专毕业生的就业率差距持续缩小。

3. 高等职业教育的发展趋势

高等职业教育的大众化功能日趋明显。高等教育的大众化趋势促进了高等职业教育的发展,而高等职业教育与职业选择密切相关的这一特性,也使得它在推进高等教育大众化进程中较普通高等教育有更多的优势。

学习、教育、就业向终身化发展。高等职业教育就其教育属性来说,应该是终身教育的重要组成部分,而且随着高科技的不断发展,这种教育作用会不断增强。认为高职教育只是一种就业前的准备教育,属于以学历教育为主要特征的终结性教育的观点是错误的。

生源、师资、人才培养标准全球化。随着未来社会全球化进程的进一步加深、经济一体化尤其是区域间经济一体化的加强、国际间劳动力流动的不断增加,高等职业教育生源的全球化、师资的全球化、人才培养标准的全球化、培养方式的信息化的全球的国际交流与合作趋势越来越明显,高职教育的开放程度也越来越高。

高等职业教育人才培养层次不断提高。21世纪现代科学技术的发展,为高等职业教育与普通高等教育平等地位的确立提供了物质基础;职业结构的变化也促使高等职业教育与普通高等教育向等值化方向发展,两类教育的相互渗透成为当今世界高等职业教育发展的一般趋势。

(三) 我的大学——四川职业技术学院

四川职业技术学院是由四川省人民政府主办,四川省人民政府、遂宁市人民政府共建,四川省教育厅主管的全日制普通高等学校。学校坐落于国家级优秀旅游城市、四川省第二大交通枢纽遂宁市。学院的前身——四川省机电工程学校(原四川省农业机械化学学校)始建于1917年、川北教育学院始建于1956年。2012年经四川省教育厅和四川省财政厅批准,学院成为第二批省级示范性高等职业院校。我校力争未来十年内建成西部一流、国内知名的高职院校。

学院现有新老两个校区,占地近1100亩。新校区建筑总面积近40余万平方米,学院具有近百年的办学历程,积淀了深厚的人文底蕴,积累了丰富的办学经验。学院现有在职在编教职工750余人,专任教师600人,其中具有正、副高级职称200余人,博士、硕士研究生310余人,有享受政府津贴专家3人,教育部部聘专家3人,省学术和技术带头人1人,省突出贡献专家3人,省专家评审委专家2人,省部级教学名师2人,省学术和技术带头人后备人选1人,先后聘请了美、日、澳等国家专家、教授30多位来院任教或讲学。

近年来,学院在办学规模、办学质量、基础设施建设等方面实现了超常规发展,先后投入1000万元建成了高档次的数字化校园宽带网。图书馆建筑面积2.3万余平方米,藏书90余万册,建有读秀、CNKI、维普、超星等数字图情资源。建有160个校内实验实训室和130余个稳定的校外实训基地,形成了功能齐全的汽车、机械、电子电气、建筑与环境、计算机、物流、人文与科技等七大实验实训中心,教学仪器设备总价值过亿元,拥有完善的教学设施和生活服务保障体系。

学院建有12个系部和中国西部物流学院、南骏汽车学院、文化旅游学院等三个新型学院,现代服务业、先进制造业两大职教集团和应用电子技术教育理事会。现开设有文、理、工、

管、经、师、农、艺、体等方面的全日制普通大专专业 40 余个；设有成人教育本专科专业近 40 个，中专与五年制专业近 20 个。

学院坚持以市场为导向开放办学，积极服务于社会和地方经济建设，深受社会好评。学院现有全日制普通大专学生 14 000 余人，成人在职学生近 4 000 人，每年可短期培训相关人员 10 000 人次以上，建院以来已向社会输送各类人才近 10 万人，形成了能适应社会经济发展需求的多层次、多形式、多规格、立体全方位人才培养格局。

学院按照国家有关高校毕业生就业工作的方针政策和原则，采取“学院推荐、双向选择、自主择业”方式实施就业。学院成立了院系两级就业指导机构，十分重视学生的就业创业服务和指导工作，在珠江与长江三角洲分别建有就业联系点，就业渠道畅通。2013 年来我院的毕业生就业率高达 92% 以上，多次被评为“四川省普通高等学校毕业生就业工作先进单位”。学院已与富士康科技集团有限公司、希望集团、沱牌集团、长虹电子股份有限公司、远成集团有限公司、广东（韩国）LG 集团、上海二纺机、资阳南骏汽车有限公司、上海中国集装箱有限公司、新加坡宝利根精密机械有限公司、深圳海龙建筑制品有限公司、中海监理有限公司等 200 多家企事业单位建立了长期就业联系。毕业生也可通过各市州人事局、教育局、人才市场等渠道就业。

二、认识高职高专大学生生活特点

【视频资料】

张非与北大和清华

按照常理，地方的理科状元与清华大学握手的结果应该是创新，但是，事实却与张非开了个玩笑，张非分别于 2003 年考上北京大学、2005 年考上清华大学，但是很快分别被退学。为什么？张非能够很好地完成中学学习任务，却不能完成大学的基本学习任务，是因为他能适应中学的生活，却不能适应大学的生活。

要正确认识和应对在新环境中遇到的问题，需要了解大学生活的特点。

与中学生活相比，大学生活发生了显著的变化：

（一）学习要求的变化

1. 学习内容的变化

中学的学习侧重各科基本概念、公式等基础知识的掌握、理解和灵活运用，具有基础性的特点；大学的学习具有鲜明的专业性（我院开设的专业介绍）。我院的每一个专业都有特定的专业环境，都有不同的专业特点和具体要求，如语言表达方式、思维方式、生活方式等，这对学生的发展具有定向、规范和指导作用。大学学习不但专，而且要达到一定的广度，要处理好基础课与专业课、专业知识与专业技能、理论学习与实践学习，以及课程学习与组织管理能力学习的关系。

2. 学习方式的变化

中学的学习侧重掌握并运用基础知识进行审题和解题能力的培养，要求在分析和回答问

题时思路敏捷、步骤合理规范、结论科学；大学学习更加侧重大学生在学习理论知识和运用知识进行社会实践的过程中，发现新问题并探索解决问题的办法，在学习的时间和空间上更具有延伸性，要求大学生的学习具有自主性、互动性、实践性和创新性（结合专业人才培养方案）。英国著名的哲学家怀特海先生说：“在中学阶段，学生伏案学习；在大学里，他需要站起来，四面观望。”只要站起来，向社会、向历史、向未来、向生活的各个方面放眼展望，才能把握住恰当的目标，促进自己全面发展。

3. 学习目标的变化

中学学习的主要任务是为进一步到高等学校深造打基础，并且具有鲜明的升学指向；大学学习的目标指向是服务社会，高职高专的培养目标是高素质的技术应用性人才。所谓高素质，就是既有一定的专业基础知识，又有熟练的专业技能；既有科学精神，又有人文精神。所谓技术应用性人才，是指高职高专院校的培养目标不是学术研究人才，而是直接面向基层的技术应用人才。

（二）生活环境的变化

中学生大多与父母生活在一起，衣食起居等生活琐事基本由父母处理。他们在生活上自理能力差，必然在心理上产生依赖性。大学生活则要求大学生必须自主独立。

1. 生活自理要求的变化

进入大学以后，大学生的第一堂课就是要学会安排衣食住行。饮食的营养结构需要自己设计，寝室和个人卫生需要自己打理，生活用品的添置或维修需要自己安排，一个月生活费的使用需要自己计划，出行计划需要自己制订。

2. 生活方式的变化

高中阶段，学校生活方式比较统一，不能充分反映家庭经济条件的差异。大学生活具有开放性的特点，家庭经济条件的巨大差异会在同学之间的生活中明显表现出来。

3. 人际交往的变化

上大学以前，人际交往往往以家庭为主体，交往对象主要是老师、同学、父母和亲戚，更多的是被动式的交往，在同龄人之间的交往主动性比较强，但是这种主动性建立在选择性的基础上。在大学里，大学生是交往的独立主体，交往的对象是老师、同学和社会其他行业的公民，交往的主要方式根据个人需要而定。

4. 管理方式的变化

首先表现为现实的管理方式与预期的管理方式发生了变化；其次表现为学校管理方式与家庭管理方式的变化；最后此学校与彼学校管理方式的变化。管理体制的变化，要求大学生能做到自我管理、自我教育、自我约束。

5. 评价体系的变化

中学和大学都要进行德智体综合素质考评，但是，在中学阶段，课程学习成绩的权重更大一些；在大学，能力方面的权重明显加大，更看重一个人的综合素质。

（三）社会活动的变化

第一，党团组织、学生会、班委活动正常开展。大学新生应积极参加党团组织、学生会、班委活动。在政治上积极要求上进，关心国家大事，关注世界风云。既要懂中华文化，又要具有世界眼光，在学生会、班委活动中发挥自己应有的作用。

第二，社团活动、兴趣小组活动生动活泼。大学新生应积极参加社团活动、兴趣小组活动。在社团活动、兴趣小组活动中，根据自己的特长，发挥自己的主观能动性，锻炼和提升自己的社会活动能力和综合能力。

第三，课余文娱、体育活动丰富多彩。大学新生应积极参加课余文娱、体育活动。在活动中，提升自己的审美能力，培养自己的文体才能，增强自己的体魄。

三、环境适应中的心理矛盾

对于刚刚跨入大学校门的新生来说，环境和角色的改变是一个客观存在的事实，但这并不意味着每个大学生都能在较短的时间内很快适应这种变化。也正是由于这一系列的变化，大学生常常在心理上引起一系列的矛盾和冲突。

【案例】

想要出家的大学生

萧×是上海一名大学生，可他仅在上海待了半年，就要离开学校去出家，而且希望到荒无人烟的原始森林里面去修炼。他的同学感到他的想法太古怪，以为他心理上出了毛病，于是将其情况汇报给了心理咨询老师。心理医生约了他，通过心理测验及谈话，判断他的心理是正常的。

在同学、辅导员、系领导苦口婆心劝说无效的情况下，学校不得不请来了他的父亲。他的父亲是位农民，为了供养儿子上大学，已经欠了几千元的债务。此次到上海，他没有体面的服装，连衣服鞋子都是借别人的。他听说儿子竟然想出家，差点被气死，他无论如何也想不通。他的父亲一把鼻涕一把泪向儿子强调读书的重要性，希望儿子回心转意。然而，萧×最终还是独自去了九华山。

在他出家的前几天，他与心理医生有过几次深入的谈话。心理医生原本想劝他珍惜大学的学习机会，后来竟然理解了他的想法。原来萧×从小学到高中，一直在一个山清水秀的小县城度过，清泉、幽谷和清新的空气一直陪伴着他。而大上海车水马龙，噪声、污染的空气令他头昏脑涨，难以忍受。在不适应上海环境的同时，他又看了一些佛教方面的书，于是萌发了到清凉世界过没有烦恼的生活的念头。

萧×在九华山生活了半年之后，发现出家人的生活与他想象中的生活根本不是一回事。于是，半年后，他下定决心结束了独伴青灯古佛的生活，重新求学。

故事中的主人公面对从中学到大学这种生活环境的转变不能适应，严重到走上极端。虽然这种情况只发生在个别人身上。但是不少新生面对新的环境感到程度不同的不适应，这是客观存在的。

高职高专新生不适应大学生生活的表现如下：

1) 失望感

进入高职院校前，许多同学对大学了解少，往往凭想象，把大学描绘得过于理想化，抱

着不切实际的幻想。一旦发现实际上不是这么回事，就有一种上当受骗的感觉。希望越大，失望也就越大。有一位名校数学系的学生汪某，他原来想象中的名校是：学术氛围非常浓厚，学生关系非常融洽，老师非常好（用了三个非常，够理想主义的），甚至认为两个人住一个房间，宿舍全天候供应热水。反正就像天堂一样。后来发现都不是这样，感到特别失望。

2) 自卑感

不少同学过去是学习尖子，老师称赞，家长夸奖，同学羡慕，自我感觉良好。进入大学后，由于人才荟萃、高手林立，不少人在学习上的优势会被削弱甚至消失，面临学习成绩重新排列组合的局面。过去可能是“鹤立鸡群”，现在成了平凡之辈，这种心理上的落差容易导致自卑。

3) 孤独感

同学们来自不同地区，从不相识到相识需要一个过程，彼此理解更需要较长的时间。中学时代人际关系的好坏好像不是太重要，而现在朝夕相处，许多同学没有这方面的经验，总是期望别人理解自己，但自己又不善于理解别人，甚至有个别同学思维方式总是以自我为中心，从而造成一些矛盾和冲突。

4) 空虚感

过去大家都目标明确，因而行动也有方向，精神比较充实。进入大学后，紧张过后难免会有松懈感，以致感到一下子没有了明确的发展目标，失去了方向。上课以外的时间感到无所事事，不知干什么，于是经常看电影、玩游戏等，明知不该如此，却又控制不住。

5) 被动感

由于对学校环境、规则、运作缺乏了解，有的同学还是用过去的思维方式来应对大学生生活，因而显得处处被动。例如，大学没有固定的教室，有的人直到上课铃响后还未找到教室；有的同学早上起不了床，因为过去都是父母提醒；有的同学不能安排好日常开支与消费，以至于常为生活费烦恼。过去凡事都有班主任安排好，现在什么都要靠自己，感到很习惯。

大学新生在适应大学生活的过程中，主要的矛盾和冲突有：因独立生活能力不足与追求个性自由而导致无助；因理想与现实的差异而导致失落；因教学方式和考试方式的变化而导致焦虑；因人际关系的变迁与重构而导致孤独；因目标缺乏及学习、就业预期压力而导致迷茫；因经济贫困或者自我评价不当而导致自卑。因此，同学们要尽快适应新的环境，既要学会过集体生活，又要学会独立处理学习、生活中遇到的各种实际问题。

总之，环境的改变容易使人产生各种心理，有这些心理是可以理解的。我们的态度是，应当主动地调适自己的心理，积极主动地去适应这种环境，而不是抱怨，也不是逃避。

【课堂讨论】

大学生生活初感受

你感觉大学和高中有什么区别？有哪些方面让你感到不适应？当你不适应时是怎样一种状况？

◆ 课堂作业：

1. 你对学院的初始印象是（ ）。

A. 很好

B. 还不错

C. 一般

D. 说不好

2. 你认为自己高考成绩（ ）。

A. 基本反映自己的真实水平

B. 考试不失误应更好点

3. 你对考入学院 ()。

- A. 很满意 B. 无奈的选择 C. 还过得去

4. 入学一周后你对学院的感觉 ()。

- A. 变好了 B. 变差了 C. 没感觉 D. 无法比较

5. 你对自己的下一步发展打算 ()。

- A. 努力学习, 争取专升本 B. 只要努力就行了, 如何发展再说
C. 看着办吧, 以后的事说不准 D. 其他

6. 你对本堂课的感受 ()。

- A. 很有收获, 增长了不少见识 B. 一般, 没特别感觉
C. 枯燥无味, 希望有所改进 D. 无所谓

小 结

通过本次课的学习, 我们了解了我们的学校、高职高专大学生活的特点, 认识到大学对人生发展的重要性, 同学们要努力实现从中学生到高职生的角色转化, 热爱自己的学校, 热爱自己的专业, 尽快适应新生活。

推荐书目

1. 《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》(1999年6月13日)。
2. 《关于加强大学生文化素质教育的若干意见》(1998年4月10日)。
3. 陈少华:《大学生活我做主》, 中国财政经济出版社2008年版。
4. 牛皮糖:《大学生活那点事》, 上海人民美术出版社2011年版。
5. 唐汉卫、吴秀霞:《大学生生活: 困惑与反思》, 山东人民出版社2010年版。
6. 李开复:《做最好的自己》, 人民出版社2005年版。

课后思考与练习

一、基本概念

1. 高等职业教育

2. 勤奋

3. 严谨

4. 求实

5. 创新

二、基本问题

1. 大学生活的特点是什么？与中学生活相比发生了哪些变化？

2. 大学学习，你准备好了吗？请详细说一说。

3. 如何确立并实现自己的大学发展目标？

4. 新的学习理念包括哪些内容？我们应当如何确立新的学习理念？

5. 写一篇 500 字左右的大学生活规划书。（题目为《我将这样度过大学》也可自拟题目）

◆ 实践教学项目建议

一、互动教学：相亲相爱一家人

教学目的：提高集体生活适应能力。

集体生活的优点一目了然：生活节律一致，易于协调；同龄人相处，易于沟通。存在的问题也较简单，主要问题是有生疏感。大家来自全省各地，习惯爱好各不相同，脾气性格存在差异。如何适应？关键是要主动交往。交往总要有的一方主动，有的人在两周内能认识全班的同学，有的人在两个月后还与同学相见不相识，这都取决于人的主动性。记住：主动地关心他人，给人一个微笑，得到的将是数十个微笑。爱人者人恒爱之。

二、合理安排一个月的个人支出。

教学目的：提高生活自理能力，学会感恩。

学会理财，学会合理安排自己的支出，对于大学生来说特别重要。大学生在经济上尚未独立，要体谅父母的难处，要把住生活关，善于自律。特别是那些来自农村的同学，家庭条件不是太好甚至可以说是困难的同学，一定不要自卑。我们现在是学生，学生时代艰苦一些肯定不是坏事。没有任何一个人会笑话学生的贫困！因为这不是我们的错，更说明不了我们的任何问题。

我们今天在学校生活艰苦，但是想一想，我们的父母为了供养我们上大学，他们在家过着比我们更加艰苦的生活。不管我们的同学来自多么困难的家庭，我们的父母肯定比我们过得苦。父母总是希望子女在学校能生活得尽可能好一些，正所谓“可怜天下父母心”。父母这样做是为了什么？还不是为了我们今后有出息。相比之下，我们有什么理由在学校里面叫苦呢？有什么理由不用功呢？拿出我们的行动来，困难只是暂时的！

专题二 “思想道德修养与法律基础”快乐课堂伴你成长成才

教学目标：

1. 了解党和国家对大学生思想、政治、道德和心理素质等方面的基本要求，明确自己的努力方向和奋斗目标，提高精神文明和法律素养。
2. 帮助学生了解提高思想道德修养与法律素养的重要性。
3. 了解和掌握修养的方法，做到知行统一，加强自我修养，提升综合素质。

教学重点和难点：

1. 学习“思想道德修养与法律基础”对于学生学会做人、提升综合素质的意义。
2. 掌握“知行统一”的学习方法和修养方法，把学习规范和遵守规范结合起来，使知识转化为学生个人的内在素质。

【导入】

为何要学习“思想道德修养与法律基础”？

部分学生认为，大学的“思想道德修养与法律基础”课，无非和中小学的思想政治课一样，讲些“大道理”，而这些“大道理”从小到大早就听腻了，于是对这门课先入为主地产生了排斥心理。其表现为：一些学生上课时看专业书、看小说、看杂志、写作业，用手机发短信的也大有人在。在课堂上，认为老师讲到精彩处时，会抬头听讲；认为没意思时，则埋头干自己的事。还有些学生认为，大学进入了专业学习阶段，专业学习的好坏和今后的求职就业及事业成败息息相关，因此一定要学深学好。而这门课讲的内容和我今后的发展没有什么关系，它不可能帮助我找到称心如意的工作。

【讨论】

什么样的人最受用人单位的欢迎？

【案例】

盲人提灯笼

一个漆黑的夜晚，一个盲人一手拿着根小竹竿小心翼翼地探路，一手提着一只灯笼。路人问：“你自己看不见，为什么还要提着灯笼走路？”“我提着灯笼并不是为自己照路，而是让别人容易看到我，不会误撞到我，这样我就可以保护自己的安全。而且，由于我的灯笼为别人带来光亮，为别人引路，人们也常常热情地搀扶我、引领我走过一个个沟坎，使我免受许多危险。你看，我这不是既帮助了别人，又帮助了自己吗？”

“思想道德修养与法律基础”课是高等学校思想政治理论课程体系中的一门重要课程，是在总结大学德育工作的丰富经验和长期科学研究的基础上形成的关于大学生思想、政治、道德、法律意识和心理素质教育的系统理论和知识，是大学生的必修课。其目的在于帮助大学生树立正确的世界观、人生观、价值观，提高社会主义法制观念、法律意识和综合素质，培养社会主义现代化建设的新世纪接班人。

一、“思想道德修养与法律基础”课的性质和任务

(一) 性质

“思想道德修养与法律基础”课是一门以马列主义、毛泽东思想和邓小平理论和科学发展观为指导,以道德教育和法制教育为主体,以人生观、价值观、道德观教育为主线,综合运用相关学科知识,依据大学生成长的基本规律,帮助引导大学生加强自身思想道德修养和法律素质的一门课程。

(二) 任务

“思想道德修养与法律基础”课以为人民服务为核心、以集体主义为原则,对学生进行社会主义思想道德修养教育和法制教育,帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观,形成良好的思想道德品质,增强法制观念和法律意识,从而使其成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。

二、学习“思想道德修养与法律基础”的重要意义

【案例】

一个经济欠发达地区的市长,6年间涉嫌狂敛钱财约3200万元。他在《忏悔书》中说:“我不是个庸官,却是一个贪官。”他出生于普通工人家庭,下过乡,36岁就当上一个县级市市长,39岁晋升为呼伦贝尔盟委组织部长,48岁任赤峰市市长,有30多年的党龄,也有过勤奋学习、努力工作、有所作为的昨天。然而,随着职务的升迁,他逐渐放松了对自己的要求和改造,放纵自己对权力和金钱的欲望,导致思想蜕变,人生观与价值观严重扭曲,私欲恶性膨胀。2009年8月21日,包头市中级人民法院宣判,被告人徐国元犯受贿罪和巨额财产来源不明罪,一审被判死刑,缓期两年执行。

江西省政府原副秘书长吴志明受贿4732万元一审被判死缓。案发后,吴志明在《悔过书》中写道:“我的世界观、人生观和价值观从一开始就是追求当官发财、大富大贵”“只有自我、只顾自我、只为自我的思想深入到我骨髓里”。

“思想道德修养与法律基础”课是一门融政治性、思想性、知识性、综合性和实践性为一体的课程,涉及的内容十分广泛,现实性、针对性很强。学习本课程的意义在于:了解党和国家对大学生思想、政治、道德和心理素质等方面的基本要求,明确自己的努力方向和奋斗目标,提高精神文明和法律素养。只有明确了学习这门课程的重要意义,掌握修养的方法,做到知行统一,才能提高自我修养。

具体可以从如下几个方面来认识。

第一,从学习知识和学会做人来看。大学期间不仅要学习科学文化知识,还有一个重要的任务是学会做人。本课程旨在帮助同学们正确认识学习知识与学会做人的辩证关系,避免走入“重智轻德”的误区。全面、深入地理解素质教育和“育人为本、德育为先”的思想,深刻领会提高思想道德素养和法律意识对自身、对家庭、对国家、对社会、对民族的重要意