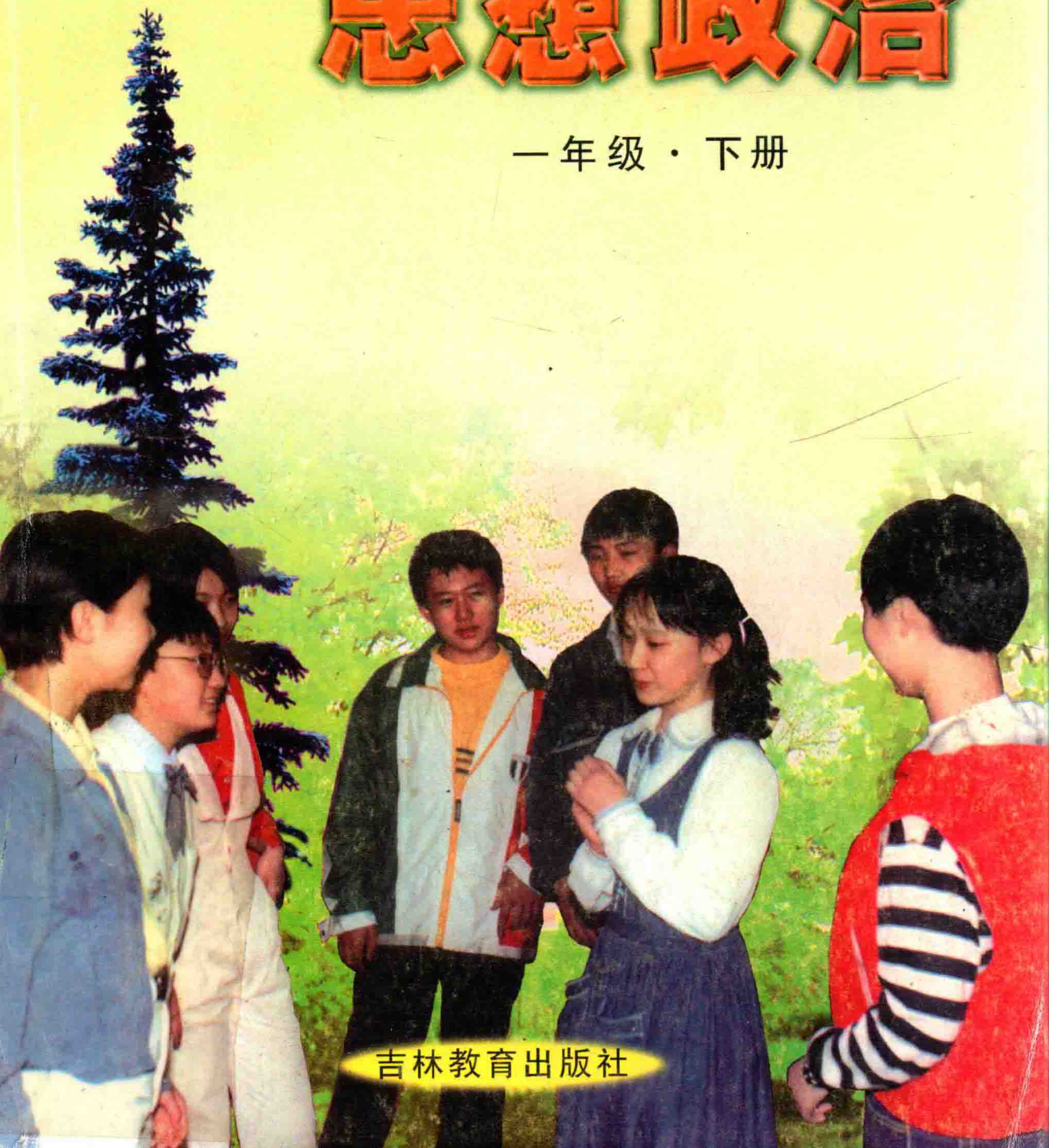


九年义务教育全日制初级中学试用课本

SIXIANGZHENGZHI

# 思想政治

一年级·下册



吉林教育出版社

九年义务教育全日制初级中学试验课本

思 想 政 治

(心理品质与道德情操教育)

一年级 下册

吉林教育出版社

九年义务教育全日制初级中学试验课本  
**思想政治 一年级 下册**

吉林省初中思想  
政治教材编写组

责任编辑:任毅馥 崔剑仑

封面设计:王劲涛

---

吉林教育出版社出版 787×1092毫米 16开本 6.25印张 1插页 86 000字  
吉林省新闻出版局出版印制处重印 1999年11月第2版 1999年11月第1次印刷  
吉林省新华书店发行 印数:1—326 400册 定价:4.00元  
延边新华印刷有限公司印装 ISBN 7-5383-3731-8/G·3369

---

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与书店联系调换。

# 说 明

---

根据《九年义务教育小学思想品德课和初中思想政治课课程标准》，我们编写了这套教材，供我省初中各年级试用。在编写过程中，注重把握新的课程标准的特点与要求，在结构体系、语言风格、版式设计等方面，借鉴与创新相结合，力求具有一定的特色，增强通俗性、趣味性、可读性，以便于教与学。

本套教材各年级内容如下：初一主要对学生进行良好心理品质、高尚道德情操和正确思想方法教育，初二集中对学生进行法律常识教育，初三主要对学生进行社会发展常识和国情教育。

课文中引用的有关事例和资料等，穿插于正文之间，只要求学生一般性了解，教师在教学中可灵活处理。

本册主编：郑永奎

本册编著者：郑永奎 薛中国 刘嫄锴 洪波  
姜志

本套教材已经教育部中小学教材审定委员会审读通过。恳请关心教材建设的广大教师、学生在试用过程中提出修改、完善的意见。

吉林省初中思想政治教材编写组

1998年12月

# 目 录

|     |                          |
|-----|--------------------------|
| 第七课 | 增强自尊自信                   |
|     | ● 正确认识自尊·····(2)         |
|     | ● 青少年应有的自信·····(6)       |
|     | ● 自尊自信是获得成功的前提·····(9)   |
|     | ● 自尊心和自信心的培养·····(12)    |
| 第八课 | 塑造良好性格                   |
|     | ● 性格及其特征·····(19)        |
|     | ● 影响性格形成的因素·····(23)     |
|     | ● 塑造良好性格·····(26)        |
| 第九课 | 寻求真挚友情                   |
|     | ● 生活离不开真挚的友情·····(35)    |
|     | ● 友情建立的基础·····(38)       |
|     | ● 正确对待男女同学之间的友谊·····(40) |
|     | ● 青少年要学会交友·····(43)      |
| 第十课 | 陶冶高雅情趣                   |
|     | ● 生活情趣丰富多彩·····(49)      |
|     | ● 自觉抵制庸俗情趣·····(52)      |
|     | ● 培养正当的兴趣爱好·····(55)     |

## 第十一课

### 培养爱国情操

- 爱国情操的表现····· (62)
- 个人理想与祖国命运的关系·····(66)
- 做坚贞不渝的爱国者····· (70)

## 第十二课

### 增强自律能力

- 自律及其必要性····· (80)
- 正确认识自由与自律的关系·····(84)
- 注重自身修养····· (86)

# 第七课

## 增强自尊自信

自尊心和自信心是每一个勇于开拓进取者必备的良好心理品质。自尊自信可以激励人们树立远大的人生理想，并为理想的实现奋发向上、自强不息，不断地走向成功。青少年处于自尊自信心理形成和发展的最佳期，因此，认识自尊自信的表现和作用，了解培养自尊自信的方法和途径，对青少年自觉地增强自尊自信是十分必要的。

## 第七课



同学们升入初中以后，会发现自己比从前更注意衣着打扮，更关注别人对自己的评价，也很愿意在班级、学校的活动中把自己的特长表现出来。这实际上是随着自我意识的增强，而产生的自尊心理的反应。说到自尊，同学们一定会感到既熟悉又陌生，那么什么是自尊呢？

### 自尊及其表现

自尊，也称自尊心，是自我尊重并期望得到他人、集体和社会尊重的一种心理需要，是人们在与别人的比较中所获得的关于自我的肯定评价及其内心的感受。自尊是一个人具有积极意义的心理品质。

自尊表现为理想中的自我和现实中的自我的统一。当两者一致时，就能够获得自尊，当两者不一致时，就难以获得自尊。因此，人们在确立人生理想和行动目标时，要从自身实际出发。

有这样两个学生，一个叫刘言，一个叫周红。刘言很看重学业上的进步，他的理想是长大后当一名科学家。他平时努力学习，上课用心听讲，很愿意听取周围同学的意见，同学关系也十分融洽，不护短，不嫉妒比自己强的同学。周红也很看重同学间的友谊，希望自己的人缘好，能够成为班里同学的好朋友。可是，周红的虚荣心很强，对别人的评价十分敏感，由于性格内向，周红不善于与同学们交往，同学们也很少主动与他来往，他为此很苦恼。

#### 议一议

这两位同学哪个容易获得自尊？为什么？

自尊的人对自己有正确的认识，勇于坚持自己的正确看法和主张，同时又能虚心地听取别人的意见。承认别人会在一些方面强于自己，不嫉妒别人在某一方面超过自己，把别人的进步当作激励自己前进的动力。



自尊的人注重自身修养。珍惜自己的名誉，注意树立良好的个人形象。待人诚实、热情，善于理解和尊重他人，不强求于人，不做有损自己和他人名誉的事。

维护自尊并不是护短，不是用掩盖自己的缺点和不足来换取别人的认可和尊重，否则，只能使自己丧失自尊。

尊严就是最能使人高尚起来，他的活动和他的一切努力具有崇高品质的东西，就是使他无可非议，受到众人钦佩并高出于众人之上的东西。

——马克思



自尊≠护短

### 青少年自尊的特点

初中阶段，同学们心理的发展日趋成熟，伴着“成人感”和独立意识的增强，会表现出强烈的自尊需要，以此来证明自己已经长大了、成熟了。青少年的自尊一般表现出以下几个特点：

**渴望表现自己。**在学校、班级的活动中，在学习和与同学的交往中，有强烈的自我表现的欲望，总想找机会在老师、同学面前展现自己。如大多数同学都希望能担任班干部，以发挥和表现自己的领导才能；上课时争着抢着回答老师提出的问题，课后主动帮助学习有困难的同学解答问题，

## 第七课

以此来证明自己聪明、知识渊博；喜欢在同学面前发表自己对某些问题的看法，以表明自己的独到之处；自己若有某一方面的特长，总想找机会表现出来。

**关注自己的形象。**中学生对自己的长相、发型、衣着等十分关注，也更加注意自己在别人心目中的形象，以及别人对自己的评价，希望自己给别人留下良好的形象，得到别人的认可，成为受欢迎的人。

初中二年级的周驰同学在作文中写道：“上初中后，渐渐地发现，我特别重视自己的一言一行。有时会因一次考试成绩不如意而自责好几天；有时会因在一次运动会上能大显身手而自我陶醉。在脑海里常常出现诸如‘别人喜欢我，还是不喜欢我’等一些关于‘我’的问题。”

**要求他人尊重自己。**中学生希望别人尊重自己的意见、作法和人格。如当自己的某一个建议被老师或同学采纳，自己的某一行为得到别人的肯定和表扬时，就会产生一种获得自尊的满足感；当别人给自己起“外号”，或是自己的日记、信件被别人私看时，就会感到自尊心受损。

### 青少年自尊心理发展中容易出现的问题

**虚荣心。**虚荣心是一种追求虚假的荣誉和满足感的愿望。每个人都希望得到别人认可、尊重和赞赏，有着获得声誉、名望、威信的需求，当一个人真实地展现自我，并在某些方面取得了令人称赞的成绩时，他自然会得到别人的尊重。可是，一个人若是为了某种个人的私欲，以不适当的方式和手段，背离客观事实，骗取荣誉和威望，以满足自己的自尊需要，这就是虚荣的表现。虚荣心是一种被扭曲了的自尊心，俗语所说的“打肿脸充胖子”，就是对追求虚荣者的生动描述。

#### 说一说

结合自己的体验，说一说你对自尊的理解。

长篇小说《少男少女》向人们展示了这样一位少女：聪明又美丽的雁北中学初二(五)班班长伊莲莲，作为班主任老师的左膀右臂，她得到了其他同学想要得到又无法得到的东西。但这种优越的处境却使她经常陷入苦恼之中。有的同学学习成绩超过了她，她感到无法忍受；有的同学对她没有言听计从，她心里窝着满腔的怒火；想出人头地的欲望折磨着她。为了提高自己的威信，赢得老师的赞许和同学们的尊重，她在一次期中数学考试时，强迫同桌的女同学与自己交换考卷，以此使自己得了全班第一。对伊莲莲的上述行为，她的同学们是这样认为的：伊莲莲并不是什么坏人，她是我们集体中的一员，只是她虚荣心太强了。

### 议一议

对伊莲莲的上述表现，你是怎么看的？

**自尊心过强。**自尊心过强的人，往往对外界的刺激过分地敏感，经常会因为一些生活上的小事而不顺心，感到自尊心受到挫伤，常常有过激的言行。

某校一群同学课余围聚在一起嬉笑取闹。其中一位女同学出言尖刻地嘲笑一位男同学。这位男同学觉得失了面子，竟举手打了她一记耳光。女同学当众受辱打，捂着脸哭泣着跑出校门。时间不长传来消息：她离家出走了！

对中学生来说，自尊心过强经常表现为：在班集体中以个人为中心，总是强求别人接受自己的意见；对学习成绩看得过重，一旦学习成绩不理想就会忧心忡忡；受到老师或同学批评时，内心总是感到委屈、不服气，甚至产生对立情绪。

**缺乏自尊心。**缺乏自尊的人，表现出对生活持消极的态度，没有上进心。对理想、志向、荣誉、声望、成功、作为等抱无所谓的态度。对中学生来说，缺乏自尊主要表现为：学习不努力、不认真，对学习成绩的好坏

## 第七课

无动于衷；自由散漫，经常违反学校纪律，在同学中制造恶作剧；对自己的言行不负责任，不珍惜自己的荣誉等。

维护自尊是同学们正常的心理需要，自尊心理的形成和发展，将会对大家的学习和生活产生多方面的影响。因此，要正确认识自尊，防止自尊心理发展中容易出现的问题，这样才能拥有真正的自尊。



“自信人生二百年，会当击水三千里。”毛泽东这铿锵有力的诗句，表达了他对未来充满着自信；唐朝大诗人李白也曾留下了充满自信的诗句：“天生我材必有用。”可见人们是多么地崇尚自信。

### 自信的含义

自信就是相信自己的能力。自信是对自己积极的、肯定的评价。一个具有自信心的人，具有积极的人生态度，乐观向上，对前途充满信心，对挫折和失败具有较强的承受能力。遇到困难不是抱怨或退缩，而是坚信困难可以战胜，并积极地想办法排除困难的干扰。

王志强同学原来在一个小县城的一所普通中学上学，由于父亲的工作调动，他转学到了省会长春的一所重点中学。面对新的学习环境和生长在大城市又是重点中学的同学，他心里想：现在的学校条件比自己以前的学校好很多，又有这么多比自己强的同学，只要自己积极努力，虚心向同学们学习并求得他们的帮助，自己就一定能很快地适应新的学习环境，在学习上取得更大的进步。一个学期过去了，他在班级的各项活动中都表现得非常好，学习成绩也有很大的提高。王志强同学能很快地适应新环境，并在学习上有很大的进步，这与他具有自信是分不开的。

#### 想一想

自信表现在哪些方面？

首先应该有自信心,没有自信心,什么事也干不成。

——陈景润

第二十四届奥运会女子体操全能冠军被 20 岁的前苏联“老将”舒舒诺娃夺得。据说,前苏联体操队在考虑参加奥运会的人选时曾有争议,不少人认为,舒氏虽然技艺高强,在全国体操界享有盛誉,但是她毕竟年龄大,体力难免下降,因而主张派比她年轻的后起之秀出征。但舒舒诺娃不甘示弱,她认为自己在奥运会上夺魁有足够的把握,于是向领导据理力争。领导被她的精神所感动,毅然同意她的请求。由于舒舒诺娃对夺取金牌充满信心,平时又能注意严格训练,最终她如愿以偿地赢得女子体操全能的桂冠。

试想,假如舒舒诺娃在参赛问题上缺乏自信,她能成为奥运会女子体操全能金牌的得主吗?显然是不可能的。

著名文学家高尔基说得好,必须坚信自己是世界的创造者和主人,要相信自己能够创造美好的未来,相信自己能够揭示大自然的奥秘,相信自己的工作能为人类造福,这是千千万万为人类作出了巨大贡献的伟大人物的前进动力。这番语重心长的话,对大家是很有启发和帮助的。

自信不同于自傲。过高地估计自己,唯我独尊、自高自大,就会演变成自傲。自傲的人不能正视自己的缺点和不足,不能虚心地接受别人正确的批评和建议,无视或轻视别人的存在和作用,不善于与人合作。自傲的人看不到自己和别人的差距,当生活中遭受挫折或失败的时候,不能够从主观上去找原因,虚心地吸取教训,而是无端地指责别人、归罪于别人。自傲会使人产生不切实际的想法,会使人因取得一点小小的成绩而忘乎所以,不能够正视困难,最终会导致自信心的丧失。

自信是对自卑的否定。一个缺乏自信的人常常表现出自卑心理。自卑,就是过低地估计自己的优点和能力,自己看不起自己,总感觉自己不

## 第七课

如别人。自卑的人没有信心去面对困难，羞于在众人面前表现自己，做事唯唯诺诺、畏畏缩缩，缺乏成就感和对成功的追求。自卑与自谦不同，自谦的人能客观地认识自己，承认自己的不足，并以积极的态度对待自己的缺欠，在别人面前表现出谦虚但不自我否定。

在挫折和失败面前，自卑的人会说：“我垮了，连一点机会都没有了”，然后就开始诅咒这个世界太不公平，在怨天尤人中消沉下去。自信的人会说：“从这个不幸的事件中，我可以学到什么呢？怎样才能改善我的处境呢？怎样才能获得成功呢？”这两种对事物不同的态度必然带来不同的结果。

中学生缺乏自信常常表现在：

1. 上课的时候，对老师提出的许多问题，自己明明可以回答，但由于怕答错了让同学们笑话，因此总是不敢举手向老师示意。

2. 对于班级的一些工作，自己有好的想法和建议，但怕老师或同学不采纳，于是不敢大胆地提出来；对于学校或班级组织的一些活动，自己很想参加，但又怕自己不能够做好，在同学面前丢了面子。

3. 每次考试或测验都感到紧张，心里总是没有底，担心试题出了自己不会的，因而考试的时候总不能发挥平时的水平。

4. 家里来了客人，自己怕同客人见面，见了面也感到紧张，不知说什么好。自己遇到了困难想求助于别人，可又羞于开口。

### 想一想

你在日常的学习生活中，是否有上述的经历或体验？

其实，任何人都没有理由自卑，虽然你在某一方面，或在许多方面不如别人，但同样有超过别人的地方，而且还有许多人不如你。只要能正确认识自己，确立自信心，就能不断走向成功。

## 议一议

结合具体事例，说明自信和自傲的区别。



王兰和王花是双胞胎姐妹，一起上小学、中学。高中毕业时，妹妹王花考上了大学，姐姐王兰却落榜了，王兰和父母及亲朋一样为妹妹考上大学而高兴。王花临行的时候，亲朋好友们聚在一起为她送行。王花像众星捧月一样，成了中心人物。此时的王兰心里很不平静，她想：我虽然没有考上大学，但我可以走自学成才的路，只要自己勤奋努力，一定能证明自己也是好样的，那时人们一定会刮目相看。四年以后，王兰不仅完成了大学的学业，而且和妹妹王花一起考上了同一所大学的研究生。正是这种自尊和自信，激励着王兰在自学成才的道路上取得了成功。

## 自尊自信的必要性

自尊自信能催人奋发向上，自强不息。自尊自信是人生重要的精神支柱，是人们行为的内在动力。只有自尊自信，才能使人自强不息，不达目的不罢休。

1986年世界中学生运动会上，面对着实力强大的对手，教练员对队员们说：“你们是代表中国的，全中国人民都在看着你们，怎么办？”中国的小队员们高声回答：“为国争光，拼搏到底！”正是靠着这种自尊自信，在3000米越野比赛中，4名中国小运动员一路领先，最终获得了团体冠军并包揽了全部奖牌。

自尊自信能激励人树立远大理想，战胜前进道路上的困难。自尊自信可以激励一个人树立远大的理想，并满怀信心地为理想的实现付出不懈的

## 第七课

努力。自尊自信可以使人正视成功道路上的困难，勇于克服一切困难，最终获得成功。

有关专家对一部分金牌获得者(世界冠军)进行了心理品质和个性气质的调查，其中很重要的一条就是有高度的自信心。选择不顺利的情况下“我也能保持信心十足”的占90%。在童年时害怕黑暗的次数，他们全部回答为“几乎没有”。

自尊自信可使人对生活 and 事业拥有积极的态度，以高昂的斗志、顽强的毅力，去开拓进取。

60年代初，我国大城市的公共汽车顶上都背着个大煤气包。因为当时我国石油产量低，大量石油靠进口，而有的国家想以石油卡我们，迫使我们屈服。石油工人王进喜听了很气愤，觉



“铁人”王进喜



得汽车上顶着的煤气包好像压在自己身上一样，民族的自尊和个人的自尊都受到了伤害，他决心要为祖国多采石油。1960年，我国在东北发现了大油田，王进喜带领1205钻井队来到大庆参加大会战。他头顶蓝天，脚踏荒原，日夜奋战在井场上，人一天天地瘦下去，眼眶也越陷越深。大家劝他注意休息，他却说：“宁可少活20年，拼命也要拿下大油田！”发生井喷时，他不顾一切地跳进泥浆池，用身体代替搅拌机。就这样，王进喜得了个“铁人”的称号。王进喜和大庆工人们靠着坚定的自信心顽强奋战，终于使我国在1965年做到了石油全部自给，现在已跨入了亿吨产油大国的行列。“铁人精神”表现出了中国工人阶级建设祖国的坚定信心和坚强决心。

**自尊自信有助于人们形成坚定的信念。**人的自尊自信的最高境界是形成坚定的信念。信念可使人具有积极乐观的人生态度，对生命和生活充满希望，在困难面前不放弃努力。

一位矿工不幸埋入塌方的井中，在氧气有限的条件下，若试图掘出一条生路，往往是徒劳无益的。而若保持体能的低消耗和被营救的强烈信念，即使在无能为力情况下，仍有最大的生存希望。再比如，同样是身患绝症的病人，有的可能得到康复或使生命得以延续，有的则可能加速走向死亡。这其中起作用的不仅是药物，还有对生的信念。

有许多人都知道安慰药的作用，它对治病不一定真有效果，多半是用来安慰病人，达到治疗效果。有人曾亲身体会过因信念而消除病因的力量，他说：“吃药打针不是绝对需要，但康复的信念必须要有的。”另外还有一宗著名的安慰药研究病例，对象是一些患有溃疡的人。他们被分为两组，研究人员告诉第一组病人，即将服用一种有绝对疗效的新药，对第二组的病人说，即将服用尚不知疗效的实验药，然后在不告知实情的情况下，给两组病人服用完全相同的没有疗效的药。实验结果，在第一组，70%的人觉得有效；在第二组，只有25%的人觉得有效。差别就在