

<<思想道德修养>>

图书基本信息

书名：<<思想道德修养>>

13位ISBN编号：9787502543068

10位ISBN编号：7502543066

出版时间：2005-9

出版时间：化学工业

作者：胡杰林 张兰玲 主编

页数：245

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 前言

为更好地贯彻落实党的十六大精神和《公民道德建设实施纲要》的有关要求以及中共中央关于加强“两课”教学改革与建设的指示精神，结合目前高职高专院校学生的实际，我们特别组织了一批在教育第一线从事思想工作多年，既具备丰富实践经验，又具备一定理论水平的教师完成了本教材的编写，供高职高专院校学生使用。

本教材内容突出了以下特点：一是具备较强的时代性和与时俱进性。贴紧时代脉搏，紧密联系国际、国内政治、经济发展及我国改革开放和社会主义现代化建设的实际，紧密联系我国社会主义精神文明建设特别是公民道德建设的实际。做到不仅追踪理论前沿的最新成果，而且积极探索社会发展中道德建设领域出现的新问题、新矛盾；二是具有较强的针对性和可操作性。切实做到理论与实践的有机结合，以典型的事例帮助学生分析现实生活中遇到的问题，并提供科学的解决方法，便于学生具体实践。

该教材由胡杰林、张兰玲担任主编。

各章的撰写人员分别为：绪论、第五章由张兰玲编写；第一章由胡杰林编写；第二章由徐伟琴编写；第三章、第八章由王立君编写；第四章由马桂芬编写；第六章、第七章由温艳红编写。

按照主编负责制的原则，张兰玲参加了部分章节的修改和统稿工作，由胡杰林负责全面修改并定稿。

本教材的编写工作还得到了天津渤海职业技术学院、郑州铁路职业技术学院、开封大学、北京工业职业技术学院、西安铁路职业技术学院、湖南化工职业技术学院、郑州工程学院化工职业技术学院、重庆交通学院职业技术学院、江苏淮安信息职业技术学院、沧州职业技术学院的大力支持，在此表示真诚的谢意。

## <<思想道德修养>>

### 内容概要

《思想道德修养》以马克思主义、毛泽东思想和邓小平理论为指导，认真贯彻《公民道德建设实施纲要》的有关内容，全面结合十六大精神和“三个代表”思想的内容，认真贯彻教育部社会科学研究与思想政治工作司《关于普通高等学校两课教学基本要求》和教育部《关于“两课”贯彻十六大精神教学指导》的精神，同时结合大学生生活的特点及培养目标，有针对性地阐述了学生在丰富多彩而又陌生新奇的大学生活中，如何保持心理健康，建立和谐的人际关系，提高适应能力，解决好大学生成长过程中所面临的交往、友谊和爱情等问题。

同时，本教材还系统地阐述了道德及社会主义道德体系的基本内容，特别强调大学生应如何认真遵守社会道德、职业道德，以及网络时代又该怎样培养适应时代要求的道德品质与道德行为能力。

另外，还突出了“五爱”这一公民道德基本要求，概括了新时期大学生爱国的内容和要求，引导学生培养高尚的爱国主义情操，做一名坚定的爱国者。

要求学生牢固树立崇高的人生理想、信念、创造有价值的人生。

## 书籍目录

绪论1一、开设大学生思想道德修养课的意义和必要性1二、《公民道德建设实施纲要》与思想道德修养课7三、《大学生思想道德修养》的基本内容8四、学习大学生思想道德修养课的方法与要求11

第一章 人生的新起点13第一节 面对现实,正确评价自我13一、超越自我,迎接新起点13二、迎接挑战,全面筹划大学生生活15第二节 积极适应大学生生活新环境18一、大学生生活的特点18二、在大学生生活中可能遇到的问题20三、珍惜美好的大学生生活21第三节 弘扬大学生生活主旋律23一、立志为振兴中华而学习24二、大学时期学习的特点25三、树立科学的学习观念,提高学习效率26

第二章 肩负历史赋予的使命29第一节 当代大学生的历史使命29一、21世纪的世界与中国29二、当代大学生的历史使命34第二节 努力培养自身素质37一、素质的形成与发展37二、完成历史使命应具备的素质41三、努力培养良好素质43

第三章 身心健康与心理调适51第一节 心理健康概述51一、心理与心理素质51二、树立健康新概念54三、心理健康及标准57第二节 大学生心理健康现状及影响因素61一、大学生心理健康现状61二、影响大学生心理健康的因素69第三节 大学生提高身心健康的方法和途径72一、培养良好的人格品质72二、提高承受挫折能力75三、学会调节和控制情绪78四、形成心理自我保健意识81五、参加心理咨询活动82

第四章 建立和谐的人际关系86第一节 树立正确的交往观86一、人际交往的含义及功能86二、人际交往的吸引因素及原则89三、人际交往的主要障碍及提高人际交往能力的途径92四、优化大学生的人际关系97第二节 树立正确的友谊观98一、友谊的含义及特征98二、友谊对人生的意义100三、友谊的建立与发展101第三节 树立正确的恋爱观106一、爱情的本质与特征106二、大学生与恋爱109三、树立崇高的恋爱观112

第五章 培养良好的道德品质116第一节 道德品质概述116一、道德品质的基本内容116二、道德品质的作用118三、道德品质的形成119第二节 弘扬社会主义道德120一、社会主义道德的基本含义120二、社会主义道德体系与道德评价123三、中华民族优秀的道德传统133四、弘扬社会主义道德137第三节 认真遵守社会公德139一、社会公德的含义139二、市场经济条件下传统公德的发展142三、大学生要努力做遵守社会公德的表率144第四节 网络时代与大学生思想道德修养147一、网络时代与网络道德147二、大学生应具备的网络道德品质与道德行为能力155

第六章 培养良好的职业道德161第一节 职业道德的基本内容161一、职业道德的特点及其社会意义161二、职业道德的基本规范164第二节 职业理想与职业选择167一、职业理想的含义及其在人生中的作用167二、职业选择的原则、方法170第三节 职业道德行为养成的途径和方法174一、社会主义初级阶段职业道德建设中的问题174二、职业道德行为养成的途径和方法175

第七章 树立正确的人生观、价值观和崇高的人生理想、信念180第一节 树立为人民服务的人生目的182一、人的本质182二、个人与社会的辩证关系183三、树立为人民服务的人生目的,做有益于人民的人185四、自觉摒弃错误的人生目的188第二节 树立积极进取的人生态度190一、人生态度概述190二、树立积极的人生态度192第三节 坚持正确的价值取向194一、人生价值概述194二、集体主义是正确的价值取向198第四节 树立崇高的人生理想、信念204一、理想、信念概述204二、理想、信念的作用207三、理想的升华与现实的实践209

第八章 弘扬爱国主义精神215第一节 爱国主义的形成及其内涵215一、爱国土、爱人民和爱国家的统一216二、爱国主义是中华民族的优良传统219三、爱国主义精神的内在结构221第二节 社会主义时期的爱国主义227一、社会主义时期爱国主义的基本特征227二、新时期爱国主义的时代内容234第三节 弘扬爱国主义精神239一、爱国主义情感的培养239二、自觉维护祖国安定、团结和统一241三、为祖国的富强而努力学习,成为建设祖国的栋梁之才242四、投身社会实践,从爱国主义走向共产主义243

主要参考书目245

## 章节摘录

(二) 心理素质及作用 1. 什么是心理素质 心理素质是指以先天遗传为基础, 在后天环境和教育影响下形成并发展起来的稳定的心理品质。它包含了智力因素和非智力因素, 以及人的社会适应能力。智力因素是指人在先天遗传基础上, 通过后天学习和实践所形成和发展起来的稳定的心理因素。包括感知力、观察力、思维力、记忆力、想像力等基本因素。非智力因素是指智力因素以外的心理因素, 主要包括情感、意志、动机、兴趣、个性心理等。如果说智力因素是使人接受更多的教育, 掌握更多知识的基础, 那么非智力因素则是人们所从事事业成功所必须的条件。如意志力是否坚强, 能否对所追求的目标作不懈的努力是成功的重要因素。人对自己所从事的事业有没有炽烈的情, 能否适当地表达、调节和控制自己的情绪, 也会对今后的工作生活和人际交往产生重大的影响。动机和兴趣常常是完成学习和工作任务的重要推动力, 有明确的动机和浓厚的兴趣往往能更好地完成学习任务。

2. 良好的心理素质在成才中的作用 在过去很长一段时间里, 我们对大学生的心理素质全面的培养重视不够, 只看重智力和分数, 其实非智力因素对于一个人的成长也是重要的, 不能忽视。非智力因素是心理素质中的重要部分, 在竞争日趋激烈的今天, 尤其如此。美国哈佛大学心理学教授丹尼尔·柯尔曼认为, 在人才成长过程中情商占了80% / 6, 智商只占20%。道理很简单, 一个人如果只是天赋很高, 而没有全面的、良好的心理素质, 在今天的社会就很难成长。这是因为, 现代社会的发展对人的素质提出了更高更全面的要求, 而良好的心理素质是培养高素质人才的基础。

主要表现在如下方面。

良好的心理素质是现代社会发展的需要。

现代社会是高科技技术迅速发展的社会, 需要大学生有与高科技技术迅速发展相适应的知识体系和能力结构。

因此要求大学生在学习知识和社会生产实践过程中具有独立获取、应用新知识的能力。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>