

## 思修论述题整理

### 个人理想 VS 社会理想

理想是人们在实践中形成的具有实现可能性的对未来的向往和追求,是人们的世界观在奋斗目标上的集中体现。

理想的特征:理想具有超前性。理想具有实现的可能性。理想具有实践性。

#### 个人理想

个人理想主要是指个体对自己未来生活、事业的追求和向往,是个人行动的方向和目标。包括:

(1) 生活理想:即一个人按照自己对生活意义的理解以及自己的生活情趣,对未来生活方式、生活结构、生活目标的追求和向往。

(2) 职业理想:即人们对未来的工作部门、工作种类以及工作业绩的追求。职业对个人的生存和发展具有重大意义。

(3) 道德理想:即人们所向往的理想人格和做人的标准,是人们在道德生活中所期望达到的目标。简单地说,就是要使自己成为什么样的人,具有怎样的道德品质。

社会理想:社会理想是人们对未来社会制度和社会状况的向往追求。社会理想是全社会成员的共同理想,它最敏锐地反映着社会发展的特性及其变化趋势。

我们现在的社会理想,即把中国建设成富强、民主、文明的现代化国家,(中国特色社会主义、小康社会)须通过社会中的每一个公民的努力才能实现。

#### 个人理想与社会理想的关系:

社会理想和个人理想的关系是辩证统一的。

一方面,社会理想决定、制约着个人理想。个人理想的建立,要有社会理想作指导,个人理想的实现有待于社会理想的实现,个人理想只有同国家的前途、民族的命运相结合才有可能变为现实。另一方面,个人理想服从和体现社会理想。社会理想不排斥而是包括和反映着千百万人的个人理想,并只有依靠千百万人的实践才能实现。社会理想不是每个人理想的简单集中,而是大多数人的利益和意志的根本体现,在阶级社会里主要表现为阶级的理想。

个人理想和社会理想是互为条件、互相依存的,在我们国家,由于全体人民的根本利益相同,决定了人们必须有一个共同的社会理想。为了共同的社会理想的实现,社会需要每一个社会成员充分发挥自己的聪明才智,为社会多作贡献。社会也应最大限度地提供一切可能的社会条件和保证,以满足人们对个人理想的追求。

人生价值(见课本)

### 学风与校风

#### (1) 概念

校风是学校中占主导地位的教育原则、风气和习惯。校风是学校的“社会气氛”,影响学校全局的巨大的精神力量,普遍存在于全校各个部门,体现于师生员工的思想 and 行为之中。

学风是学习的态度和风格。

学风是人的政治素质、道德素质、心理特征的具体体现。学风是校风的组成部分,又有相对的独立性。

#### (2) 优良学风的基本内容

认真求实的学习态度;勤奋刻苦的学习毅力;虚心踏实的学习风格;科学严谨的学习方法。

#### (3) 良好的校风和学风具有重要的意义和作用

a. 校风学风是一种无形的精神力量，是一种群体心态、群体意识、价值取向。它可以促进、阻滞学校的工作。

b. 校风学风是一种文化环境，对于学生起着耳濡目染的作用。校风具有重要的感染熏陶作用、推动促进作用和调节约束作用。优良的校风能够激人向上、陶冶品行；不良的校风则会消蚀精神、助长歪风。一个学校有了好的校风，就能形成一个好的学习环境，使学生在潜移默化的熏陶中感到一种鞭策和激励。

c. 校风学风也是学校形象的重要标志，

校园精神：自觉的学术精神、永恒的道德精神、敏锐的时代精神、校园精神、自觉的学术精神在北大优良的校风中有五种精神值得发扬光大：

第一、爱国为民的奉献精神。

第二、科学民主的精神。

第三、改革创新的精神。

第四、严谨求实的精神。

第五、海纳百川的团结兼容精神。

爱国为民的奉献精神、科学民主的精神、浓厚的学术空气、民主作风、改革创新的精神、严谨求实的精神

在北大学风中，一丝不苟、严谨求实的精神非常突出。在学习和科学研究中，需要严肃的态度、严格的要求和严密的作风。海纳百川的团结兼容精神

北大校风中的不良现象：

第一、自命不凡，眼高手低

第二、夸夸其谈、述而不作。

第三、自由散漫、我行我素。

第四、急功近利、浮躁不安。

北大的光荣传统

北大的优良学风：爱国、进步、民主、科学。勤奋、严谨、求实、创新。

交往原则（交友&爱情）

1、爱情的定义：爱情是人类特有的情感形式，是男女双方在交往中形成的彼此倾慕、相互爱悦、渴望对方成为自己终身伴侣的一种强烈、深沉、持久专一的真挚感情。

2、爱情的本质：自然属性和社会属性的辩证统一。

3. 爱情的特征：

（1）互异性

（2）互爱对等性

（3）纯洁专一和排他性

（4）强烈持久性

4. 构成爱情的基础：

（1）思想基础——志同道合。

“择偶须偕千秋业，爱有源头情不竭”

（2）感情基础——情投意合。

（3）道德基础——平等自愿、忠诚专一、履行义务等。

1. 迎接爱的能力

首先，要有良好的心理素质，这包括客观的认知能力，宽容、忍耐的气度，承受挫折的勇气和力量等。其次，在迎接爱的降临以前或恋爱过程中，要减少恋爱的盲目性和世俗性

最后，恋爱中要讲究方式方法，对于心中的爱要敢于表达，善于表达。

当然，加强品德修养，广泛汲取知识，增长见识，富于幽默感，全面增强自身魅力

## 2．拒绝爱的能力

首先要敢于理智地拒绝。对不合适爱一定要果断拒绝，态度明确

其次，拒绝爱要选择恰当的方式。你可以拒绝他人的爱，这是你的自由和选择，但是你没有权利伤害他人。

## 3．承受失恋的能力

失恋不失德，失恋不失志，失恋不失命，强制自己转移注意力，用新的生活内容去冲淡对挫折的记忆，培养积极情感，战胜消极情感

思考、分析失恋的具体原因，以便总结经验教训，更深刻地把握爱的本质，提炼爱的艺术，勇敢地走出失恋的泥潭，重新寻找和收获属于自己的美好爱情。失恋仅仅意味着一次恋爱的失败，并非永远失去爱情，正相反，它会为你再一次选择爱提供经验。

交往：人际交往是指人与人之间通过一定方式进行接触，在心理或行为上产生相互影响的过程  
培养交往素质，学会与人交往

1、树立正确的交往观念，改善认知模式

2、掌握交往的原则

3、增强人际吸引因素

4、讲究交往的规范和艺术

获得和发展友谊：

1、平等、真诚、友爱、互助

2、与人为善，以心换心

3、学会宽容，善于原谅

4、严于律己，慎重择友

## 掌握交往的原则

平等：人人都享有平等的权利和人格的尊严。不要问从那里来，只看走到那里去。

真诚：真诚是与人交往的又一基本原则之一。与人交往要真诚待人，不要虚情假意。虚假是不能持久的。俗话说：“路遥知马力，日久见人心。”

真诚交往：相互信任，尊重别人，谦虚谨慎，文明礼貌

友爱：心存爱心，宽容大度，关心和体谅他人。对人友好热情，文明礼貌，是良好交往中所需要的。友爱就是要爱人，要努力去爱身边的每一个人。

互助

## 道德品质

### （1）道德品质概念

道德品质是一定社会或一定阶级的道德原则、规范在个人身上的体现和凝结，是处理个人与他人、个人与社会关系的一系列行为中所表现出来的比较稳定的特征和倾向。道德品质对一个人的成长和成才，塑造完美人格又十分重要的作用。

### （2）作用

第一，道德品质不仅是人才的基本构成条件，而且是人才成长的内在动力，在人才成长中具有统帅和导向的作用。在各国都十分重视人才的道德品质。

第二，道德品质不仅是完善人格的构成要素，而且是塑造完美人格的必要条件。完美人格在道德

品质上表现为对己要自尊、自爱、自立、自强，对他人尊重、友爱、关心、帮助，具有高尚的情操、优秀的品质、坚强的意志和文明的行为。

（3）大学生应具备的基本道德素质。

正直无私；诚实守信；勇敢进取；仁爱互助；孝亲敬老；敬业好学；勤劳节俭；谦虚谨慎；文明礼貌。

另外：四条道德原则：人道主义、集体主义、诚信和公正

道德品质修养的基本方法：

- （1）知行合一，注重道德实践；
- （2）自省慎独，坚守道德信念；
- （3）积善成德，养成道德习惯。

## 心理健康

“健康”的含义及其变化：“健康不仅是没有疾病，而且包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康。”做一个健康的人并不是一件容易的事，因为一个真正健康的人也就意味着是一个全面发展的人。但一个全面发展的人也并不如我们想象得那么难做，“全面发展”与“做得最好”并不能完全等同，它主要是指人要具备最起码的做人素质

道德健康包括四点内容：

- A. 不得以损害他人為自己谋利；
- B. 有辨别真伪、美丑、是非的能力；
- C. 能够按社会规范约束自己的行为；
- D. 能够为社会的进步做贡献。

心理健康是指一种积极而持续的心理状态。在这种状态下生活的人，心情舒畅，感受到生命的价值，与他人、环境和社会协调一致，能充分发挥自己的身心潜能。

心理健康标准：

1. 能够保持较浓厚的学习兴趣和求知欲。
2. 能够保持正确的自我意识：自我认知与自己的实际情况相符合，不骄傲自大，也不妄自菲薄，对自我评价公允客观。
3. 能够比较自觉地调节和控制情绪
4. 能够保持良好的社会适应能力
5. 能够保持完整统一的人格品质

方法：

- a. 学会运用积极的心理防御机制。认同。升华。补偿。
- b. 走出认识误区。绝对化倾向，过分概括化，糟糕之极的想法
- c. 认识挫折对人生的意义。

## 爱国主义精神

1、爱国主义，是千百年来生活于同一国家的人民，基于全民族国家的人民的最高利益而形成的对祖国的亲切、热爱、依恋之情，以及在这种感情的支配下的社会伦理道德和社会实践行为。它在不同的时代虽有不同的表现形式，但它在谋求和维护全民族国家人民的最高利益的本质是始终如一的。

2、作为祖国养育的儿女，我们个人与国家之间存在着情感、利益、道义和精神上的血肉联系和内在统一性。热爱祖国是大学生形成完整的人格和建构全面的自我认同的内在要素。做一个坚定的爱国者是当代大学生成人和成才的基本要求。

3、在五千多年的发展中，中华民族形成了以爱国主义为核心的伟大民族精神。作为中华民族的一分子，作为中华民族精神的继承人和弘扬者，当代大学生要成为合格的“四有”公民、社会主义建设者和接班人，有责任和义务做一个坚定的爱国者。

（怎样做）

1、大学生要做坚定的爱国者，就应当积极弘扬和培育“以爱国主义为核心的团结统一、爱好和平、勤劳勇敢、自强不息的伟大民族精神”。

2、大学生要做坚定的爱国者，就应当在民族精神的鼓舞和激励下，为全面建设小康社会、实现社会主义现代化和中华民族的伟大复兴而积极进取，努力奋斗。

3、大学生要做坚定的爱国者，就应当坚持“一国两制”方针，推动两岸关系发展，促进祖国和平统一。

4、大学生要做坚定的爱国者，就应当树立正确的人生观和价值观，树立崇高的理想和信念，加强修养，为中华之崛起而发奋成才。

（附）北大人的爱国主义

独立之人格、自由之思想、天下之情怀、力行之精神。志当存高远，以中华之崛起为己任！

竞争与合作

竞争即相互争胜，是人们为了达到某种目的，在社会某一领域里相互间展开的竞赛，是现代社会普遍的常见现象。

合作是指在社会生活中人与人之间，在共同的社会基础上形成的密切配合、同心同德、齐心协力的关系。合作是人类生存的基础、合作是人生力量的源泉

竞争的好处：

第一：竞争能激发人的积极性，培养人的进取心、坚韧力和大胆首创精神，使人精神焕发，情绪饱满，并能考验和锻炼人的意志，克服松弛疲沓，不求上进、萎靡不振的现象。

第二：竞争能增强人的智力效能，促进注意力集中，记忆状态良好、想象力丰富、思维敏捷灵活和操作能力提高。

第三：集体间的竞争能加强集体内部的团结，增强集体成员的责任感、荣誉感和集体的凝聚力。

第四：竞争还能起到鉴别人才、保护人才的作用。

合作的好处：

一个人，一个群体的力量总是有限的。众人拾柴火焰高，真正伟大的力量在于团结协作，团结有力量，团结能制胜。社会越发展，人们合作的范围越广大，合作的形式也越多样。在当今社会竞争日益加剧的形式下，如何进行合作也日益成为一个突出的问题，当代大学生应当高度重视合作精神的自觉养成问题，在学习的过程中要讲究合作，在日常生活中要讲究合作，在今后的工作中也要讲究合作。如果一个大学生只掌握了某些文化知识和技能，而不懂得如何与他人合作，那么他掌握的知识和技能再多，也无法在工作中充分施展才能。

如何处理二者之间的关系：

处理好个人与集体的关系。

处理好主角和配角的关系。

处理好自己与他人的关系。