

思想道德修养 思想道德修养总结(模板9篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

思想道德修养篇一

大学生思想道德修养总结

道德是社会意识形态的一种形式，它是人们共同生活及其行为的准则和规范。道德活动主体是现实社会中具有社会意识的个体。社会意识是道德最直接的精神基础。不同的道德意识活动，对社会存在具有反作用。

从古至今，中国的道德建设一般也由经济基础决定，具有阶级性，道德建设的任务是培养一代新人，使他们成为道德高尚的人。

道德素质是素质教育的核心。道德品质是决定人生价值的关键。它是对美好品德的追求，是美好人生的开始。

家庭是构成社会的基本单位，是人们接受道德教育最早的地方。

家庭美德的内容是多方面的，包括尊老爱幼、男女平等、夫妻和睦、勤俭持家、邻里团结。

在大学中，我们不仅要学习专业知识，更要学习如何成为一个道德高尚的人。大学生是国家和社会的栋梁，是中国未来发展的生力军。大学生的道德素质是素质教育的核心，是中华民族传统美德与时代精神的结合，是社会主义道德建设的

核心，是培养一代新人的要求。

学习大学生思想道德修养课程后，我有了许多感悟，对道德一词有了更深的理解。道德是社会意识形态的一种形式，它是人们共同生活及其行为的准则和规范。道德活动主体是现实社会中具有社会意识的个体。社会意识是道德最直接的精神基础。不同的道德意识活动，对社会存在具有反作用。

从古至今，中国的道德建设一般也由经济基础决定，具有阶级性，道德建设的任务是培养一代新人，使他们成为道德高尚的人。

道德素质是素质教育的核心。道德品质是决定人生价值的关键。它是对美好品德的追求，是美好人生的开始。

家庭是构成社会的基本单位，是人们接受道德教育最早的地方。

家庭美德的内容是多方面的，包括尊老爱幼、男女平等、夫妻和睦、勤俭持家、邻里团结。

在大学中，我们不仅要学习专业知识，更要学习如何成为一个道德高尚的人。大学生是国家和社会的栋梁，是中国未来发展的生力军。大学生的道德素质是素质教育的核心，是中华民族传统美德与时代精神的结合，是社会主义道德建设的核心，是培养一代新人的要求。

思想道德修养篇二

1. 例子与所要论证的知识点之间脱节，分析例子时只是就例子讲例子，没有能够做到与所要论证的知识点密切结合起来。

比如在让学生探究“先做一个成绩好的学生还是先做一个有道德的学生”时，当学生说“我成绩不好，那就去做有道德

的学生”时，虽然点出了这两者不矛盾，但没有更进一步得点出“思想道德修养提高了，增强了学习的自觉性，是能够进一步提高自身的科学文化修养的（成绩）”，同时有同学说“成绩好重要，因为高考重要”，我也没有进一步引导学生：“成绩好（科学文化修养高是能够促进思想道德修养的，所以他们不矛盾，是能够相互促进的）”。

比如，在用“老人跌倒了，扶不扶的”事例导入之后，在讲存在道德冲突的原因时，没有借助这个事例进而去分析，生活方式的变化（与以往不同）导致人们的价值多元化，即有人认为要扶，有人认为不要扶，出现了多种声音（多元价值）。

存在这个问题的原因：一是备课之前没有做好充分的预设，比如：学生会有怎样的回答？我要如何引导他的回答？例子是如何体现所要论证的知识点的，例子不能只是纯粹的引出知识点等问题；二是在设计教学环节时，没有认真筛选素材，使素材的针对性不强，导致例子泛滥却与知识点相关不大，容易导致上课缺乏深度，只是浮于表面。

2. 面对学生纯粹捣蛋的’学生的一些扯淡回答，教师可以不加理会，因为教师会被他带飞，这样既浪费了时间，也对课堂教学没有意义（只是让大家乐一下），容易使课堂缺乏正式感，走向随意性的弊端。

3. 小结太过简单，同时也缺乏系统的方法。

比如这节课小结时应该这样：这节课主要围绕”思想道德修养和学科文化修养“讲了三个大的问题”是什么（含义、关系）为什么（原因）怎么做（具体要求）“，难点是二者之间的关系，重点是具体措施。或者也可以这样小结，让学生来回答这节课学习了什么。

4. 没有时间讲练习！！！！无法就本课的重难点检测出学生

的掌握情况。所以，时间把握上一一直是硬伤。

5. 上次跟pz探讨“以问题的形式让学生回答，进而避免学生睡觉或者游离课堂”这个问题时，他说“问题是你问他们问题，特别是课本的知识点，他们并不想回答啊。”这句话让我对自己的教学风格有了一点思考，喜欢问问题固然是好，但是如果问题引不起学生的兴趣，他们也回答不上来，那就变成了自问自答，反而更尴尬！所以还不如不问！这节课我就发现了，每次问课本的知识点时，学生就不说话了，或者真的回答不上来。也许是我问得太深了，反而就成了无效提问。以后的教学中还是要主要这个问题。

6. 语言表达上的不顺畅。

思想道德修养篇三

思想道德修养是每个人在成长过程中不可或缺的一部分，它涉及我们的思维方式、行为规范和价值观念等方面。加强思想道德修养对于提升个人素质、推动社会进步具有重要意义。通过我的亲身经历和学习，我深深体会到了加强思想道德修养的重要性，并从中获得了一些心得体会。

第二段：重视修养的觉悟

加强思想道德修养首先需要有一种积极的觉悟，意识到自身的不足和需要改进的地方。在我的成长过程中，我遇到过许多情况和挑战，让我认识到自己思想道德修养的不足。过去，我有时会因为一时的冲动说出伤人的话，或者忽视他人的感受而做出不负责任的行为。但是，当我开始反思自己的过错时，我才真正意识到加强思想道德修养的重要性。只有在认识到自身问题和不足的基础上，我才能付诸实践。

第三段：积极学习的努力

加强思想道德修养需要我们积极主动地学习和思考。我开始主动寻找相关的书籍和文章，从中学习并吸取有益的经验教训。比如，我读过一本关于道德伦理的书籍，它讲述了伦理学的原理和道德的重要性。在读完这本书之后，我对于自己的道德观念有了更清晰的认识，明确了要秉持良好的道德标准和行为准则。同时，我还通过与他人交流和辩论，拓宽了自己的思维和观念，增加了对不同价值观的理解和尊重。这些努力和积极的学习让我更加深入地理解了加强思想道德修养的重要性。

第四段：自我反省的实践

加强思想道德修养需要我们不断地反省和改进自己的思想和行为。在日常生活中，我会定期进行自我反省，回顾自己的行为是否符合道德规范，并思考自己是否做到了积极向善。在我和他人的交往中，尤其要求自己坦诚、真诚和宽容，避免抱怨、指责和冲动。同时，我也积极参与各种公益活动，通过实际行动来践行道德和价值观。这样的实践让我渐渐看到了自己的进步和改变，更加坚定了我加强思想道德修养的信心。

第五段：践行与传播的责任

加强思想道德修养不仅仅是个人的责任，也是作为一个社会成员的责任。我深知作为有着更好思想道德修养的人，我有责任去影响和帮助别人。在工作、学习和社交场合中，我努力通过身体力行来影响他人，通过自己的言行来传递正能量。我尽量帮助他人解决困难，给予他人鼓励和支持，以期在推动社会道德进步的同时，也能影响他人的价值观和行为方式。这样的责任让我深感加强思想道德修养的意义和价值。

总结：

通过加强思想道德修养这一过程，我不仅在个人层面上获得

了提升，加深了自己的思维方式和价值观念，也开始影响和帮助周围的人。我深爱着这个社会，也为自己在其中所能发挥的作用而骄傲。我相信加强思想道德修养不仅仅是为了个人的成长，更是推动社会进步的强有力举措，只有每个人都意识到并付诸实践，我们的社会才能更加和谐、进步。

思想道德修养篇四

如果要判断一个人的外貌是否美丽，想来时极为容易的。但要知道一个人的心灵是不是美丽的，却不是那么容易的。因为心灵是无形的，你并没有办法看到他，触摸到他。有很多人会用外貌来确定自己对别人的第一感觉，当然我不否认外貌给人的第一印象是深刻的，可是你怎么就知道他的心灵会和外在一样呢？有些外表美丽的人可能心灵并不美，甚至是丑恶的。而有些人外表平凡，不美甚至有缺陷的人，心灵却很美，具有善良、智慧、勇敢的品格。

俗话说的好“人不可貌相，海水不可斗量”有的人容貌出众却心怀叵测；有的人身体强健却意志薄弱。譬如：古希腊哲人苏格拉底，具有很高的智慧，但他的面孔，据他自己描绘，却是突眼，大嘴，朝天鼻子，显得很蠢笨。我贵三国时诸葛亮的妻子“阿丑”是一位相貌丑陋却聪明过人的女子，连足智多谋的诸葛亮对她也刮目相看。

车尔尼雪夫斯基认为：要使人成为真正有教养的人，必须具备三个品质，渊博的知识，思维的习惯和高尚的情操。知识不多就是愚昧，不习惯的思维，就是粗鲁或蠢笨，没有高尚的情操，就是碑俗。

让我们记住车尔尼雪夫斯基的这个忠告，做一个心灵美的有道德修养的人吧。

思想道德修养篇五

提高教学的实效性高校思想道德修养与法律基础课程的教学方法一般多是采用传统的讲授法。详细内容请看下文。

这种教学方式把学生当作接受知识的容器，只重视知识的传授，忽视学生能力的培养。这样的教学结果是课程缺乏吸引力、感染力，学生被动地接受知识，少了思考，也没有兴趣思考，更别说创造性思维的激发了。而启发式教学尊重学生的主体地位，以学生为本，引导学生积极思考、主动探究，凸显学生在教学中的作用，有利于调动学生学习的积极性、主动性和创造性，也有利于增强课程的说服力。该课程在大学生素质培养方面有着非常重要的地位，只有不断增强课程的吸引力，引导学生正确的看待自己、社会，才能最终达到教育目标。

提高他们的思维能力联合国科教文组织国际教育发展委员会曾指出，培养创造性思维，最大限度地挖掘每一个人的潜力，是教育的最终目的。人民教育家陶行知先生有一句寓意深刻的话：“理想的教育其责任不在教，而在教学，在于教学生学。”启发式教学的特点是调动学生积极、主动地思维，启发式教学始终把学生作为教育过程的主动参与者。教师适时地采用多种引导方式，有计划有目的地展开教育，引导学生主动学习，同时学生通过思考、反省、评价掌握了知识，并提高学习能力和认识问题及解决问题的能力，有利于学生的终身学习及发展。可以说启发式教学强调师生的互动与双向交流，既强调教师的“启发”、“点拨”、“诱导”，又注重学生的“愤悱”理性自觉，“反求诸己”“内省”“反思”。

思想道德修养篇六

《思想道德修养》课是一门以马克思主义、毛泽东思想和邓小平理论为指导，进行以为人民服务为核心、以集体主义为原则的社会主义思想道德修养教育，使我们大学生树立科学的世界观、人生观和价值观，形成良好的思想道德品质、将自己培养成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。其中，政治修养是核心，思想修养和道德修养是重点，心理修养是基础，学习成才修养是出发点和落脚点。具体可以分为适应转变、健康成长；树立理想、把握人生；提高修养、完善人格三个部分。思想道德修养的学习重点，在适应转变、健康成长部分，是充分认识自己所处的时代特征、历史使命与成才目标；树立为社会主义现代化建设而努力学习的决心；树立科学的世界观和坚定正确的政治方向和政治态度。在树立理想、把握人生部分，是树立崇高的理想、科学的信念。树立正确的人生观、价值观；做坚定的爱国主义者和共产主义接班人。在提高修养、完善人格部分，是培养良好的道德品质；继承和弘扬中华民族优良道德传统；培养完善的人格和良好的心理素质。

人生的意义在于不断地提升——适应转变、健康成长。我认为，思想道德修养的学习重点，是在充分认识自己所处的时代特征、历史使命与成才目标和适应转变、健康成长方面。生活对每一个人而言都是不容易的，把人生划分成若干个阶段，大学似乎是最美好、最重要的一段经历。在《思想道德修养》课程中的第一章，就为我们详细而系统地介绍了大学生活，使我们对自己的大学环境有了全面的理性认识，在一些突入其来的问题，有了应对思想准备和认识方法，起到了引路标灯的作用，对大学生活中的为人处事有了指南和参考。对新生的我们，面临的问题和思想情绪不计其数，环境的陌生、生活的适应、学习的压力、情绪的波动，总能在人最脆弱的时候蜂拥而上，加之我们的心态并不成熟，很容易被困难折倒，进入误区。大学较以往的高中生活相比，完全是一种全新的阶段，少了拘束，自由多了一些；少了督促，自觉多

了一些;少了古板,灵活多了一些。这些新的变化要求我们学会接受并且适应转变,健健康康地成长。《思想道德修养》课中从不同角度引导大学生正确认识大学及其大学生活,迅速调整方位,积极适应大学生活。

人生的品质在于不断地净化——树立理想、把握人生。在《思想道德修养》课里,对树立理想、把握人生方面,我认为,要树立好崇高的理想、科学的信念;树立好正确的人生观、价值观,做坚定的爱国主义者和共产主义接班人;树立好为社会主义现代化建设而努力学习的决心;树立好科学的世界观和坚定正确的政治方向和政治态度。

- 1、坚定理想信念,永葆思想上的纯洁和先进。理想信念是大学的精神支柱、政治灵魂,是思想行为的“总开关”。作为一名大学生,必须把理想信念放在首位,把它作为自己的立身之本、奋斗动力和行为坐标。要认真学习《思想道德修养》课程,着眼于实际学业的运用、着眼于对实际问题的理论思考、着眼于新的实践与发展,做到理论与实际、主观与客观的统一,在改造主观世界的同时改造客观世界,不断提高政治敏锐性和鉴别能力。
- 2、勤奋刻苦学习,永葆理论上的清醒和成熟。政治上的坚定来自于理论上的清醒,只有勤奋学习,才能有坚定的政治信念和判别是非的标准。为此,要切实把学习作为自己的第一需要,坚持用科学理论武装头脑,不断增强学习的主动性、自觉性,强化系统性、条理性,以勤奋学习为先导,提高专业水平和工作能力,为创造性开展学习奠定扎实的专业理论功底。结合个人的实际和专业的需要,端正学习态度,完善学习计划,充实学习内容,持之以恒地学习政治理论和业务知识。不仅向书本学,更要向实践学,向老师学、向同学学;不仅要学得进,还要拿得出,注重学以致用,做到学有所思、学有所悟、学有所用,努力把学习成效转化为学业成果。
- 3、勇于开拓创新,永葆学习中的生机和活力。大学学习生活中,担负着专业学习的重任,面临的任务是艰巨而复杂的,这就需要在我们的学习中,勇于开拓创新,勇于大胆实践,不断总结以往学习的经验,谋划新思路,采取新举措,开创新局面。今后的学习中,自己要进一步发挥积极性、主动性和

创造性，在中西医结合专业上如何更好地、较深层次地、更广领域地摄取知识，把学习这“第一要务”体现在业绩中，使大学的生活更有意义和活力。大学生在于不断地修养人格——提高修养、完善人格。人的本质，人生理想，人生价值，个人与社会、国家的关系等是大学生经常思考的问题，当代大学生生长在改革开放年代，置身于多元的文化背景中，多重价值观念的碰撞，复杂的社会现实和新旧体制转换过程中出现的矛盾和问题，使其人生选择尤为艰难。

在学习《思想道德修养》课程中，我认为，政治修养是核心，思想修养和道德修养是重点，心理修养是基础，学习成才修养是出发点和落脚点。在提高这些修养和完善人格方面，要求我们做到培养良好的道德品质和继承中华民族优良道德传统；培养完善的人格和良好的心理素质。

学了《思想道德修养》后觉悟，作为一名大学生，必须把理想信念放在首位，把它作为自己的立身之本、奋斗动力和行为坐标。要认真学习《思想道德修养》课程，着眼于实际学业的运用、着眼于对实际问题的理论思考、着眼于新的实践与发展，做到理论与实际、主观与客观的统一，在改造主观世界的同时改造客观世界，不断提高政治敏锐性和鉴别能力。“正确认识个人与社会、国家的关系”，是人生观教育的逻辑起点，只有正确认识个人与社会、国家的关系，摆正自我的位置，才能正确回答人生目的、人生理想、人生价值、人生责任、人生态度、人生尊严等问题。勤奋刻苦学习，永葆理论上的清醒和成熟。政治上的坚定来自于理论上的清醒，只有勤奋学习，才能有坚定的政治信念和判别是非的标准。为此，要切实把学习作为自己的第一需要，坚持用科学理论武装头脑，不断增强学习的主动性、自觉性，强化系统性、条理性，以勤奋学习为先导，提高专业水平和工作能力，为创造性开展学习奠定扎实的专业理论功底。从审美的含义、标准讲起，大学生应该正确认识美与丑，正确处理真善美的关系，创造美与享受美的关系，内在美和外在美的关系，树立正确的审美观，培养健康的审美情趣，形成高尚的审美情

趣，塑造美的人生。市场经济既是法制经济，也是信用经济。做诚实守信的大学生是对自己绝对的要求，敬业精神是成功者的必备素质，也是当代大学生思想道德修养的主要内容。

大学的生活是丰富人生的一种历程，为我们大学生提供了一个广阔的成长平台，我们要抓住眼前的任何机会去锻炼自己，历练自己，充实自己。一个学期下来，我经受了大学生活上的磨练、专业学习上的考验，在老师们的教导下、同学们的帮助下，特别是学习《思想道德修养》课程后，我对大学生活和学习环境充满了热爱，以一种平和的心态处事，通过一些有益的活动，锻炼了自己能力，增强了自己的人格素质，完善了自己人格魅力的修养和陶冶。

思想道德修养篇七

一、说教材(初一思想政治(下册)第十一课第二框)：

1、教材的地位和作用：本框谈了爱国情操的表现。这实际上是在一个重要方面阐述了中华民族宝贵的民族性格和民族情感，为学生提供了一个努力的方向、追赶的目标。这一框为最后一框讲述为什么“爱国情操一向备受推崇”以及为什么要“立志培养爱国情操”奠定了思想认识基础。

2、教学目标：(1)知识目标：让学生知道爱国情操的表现是多方面的，爱国情操筑成了中华民族宝贵的民族性格和民族情感。(2)能力目标：让学生学会用爱国情操的多种表现来认识自己在爱国情操方面的状况和存在的差距。

3、教学重点和难点：(1)“爱国情操的表现是多方面的”是本框的重点，这是因为讲好这个问题，会使学生心理受到震撼，产生向爱国志士学习的强烈愿望，从而会使学生向培养爱国情操的目标不断去追求。同时对中华民族的文化源远流长的原因有个较深刻的了解。再次为讲述中华民族的性格和民族情感奠定了基础。(2)难点是“爱国情操是一种世界性的

情感”。因为这个问题，不但要从我国角度来理解，而且要从世界角度来理解，而初一学生对世界上其他国家了解较少，所以教学上有一定难度。

4、教材的处理：由于学生对全国的事例有一定的感性认识，因而对待教学重点我采取理论和事实结合，做到讲理论用事实、事例来说明，讲事实、事例要从中引伸出所要说的理论。理论通俗，事实生动，而且详略结合，对教学难点在理论上不一定多讲，而是多举些外国事例来说明。为了更好地达到教学目的，我把教材分为三个部分：第一部分，爱国情操是一种世界性的情感；第二部分，爱国情操的表现是多方面的；第三部分，爱国情操的种种表现筑成了中华民族宝贵的民族性格和民族情感。

二、说教学方法

教学是门艺术，既需要规范性，更需要创造和有所实践，针对本课内容，我设计了以下几种教法：启发式教学法、创造性思维培养法、当堂训练法、演讲法。通过以上的教学方法，可以让学生通过对事例、材料的分析，归纳出有关的观点和原理，培养学生独立思考、分析综合能力，同时调动学生的情绪和积极性，发挥教师的主导作用和学生的主体作用。

三、说学法

针对本课特点，我指导学生用以下学法：分析归纳法、讨论法、知识迁移法。这样有利培养学生的独立思考能力，分析问题、解决问题的能力。

四、说教学程序

根据以上分析，我将本框的教学程序安排如下：

1、导入新课：歌曲《祖国，慈祥的母亲》，并提出问题：这

首歌曲表达了什么情感？

2、讲授新课：(1)学生回答完，教师对学生的回答进行总结，指出这种爱国情操不仅中国人有，而且外国人也有，这是一种世界性的情感。引入第一部分知识。

(2)举例说明：波兰作曲家肖邦的例子，同时让学生看投影一：“朝鲜半岛曾被日本殖民奴役了30多年，朝鲜人甚至被剥夺了使用自己民族语言的权利，每年3月是日本侵朝的月份，8月是日本投降的月份，这两月正是日本的假期，拒绝日本客人给韩国的客运旅游宾馆业带来很大的损失，但韩国人全然不顾。没人号召，更没人命令，无论国营私营，全国一致行动，这一点令人钦佩。”

根据以上材料回答：

材料体现了韩国人怎样的世界性情感？

(3)过渡后转入第二部分内容：“爱国情操的表现”。对本部分内容，我是这样处理的：对表现一即“对祖国、家乡的热爱和深切的眷恋”我是让学生回答、举例和听歌曲《我的中国心》来完成的。表现二即“对祖国统一、民族团结的强烈企望”是通过分析，再让学生举些历史事例和朗诵《我只有一颗心》。表现三“对祖国的繁荣昌盛抱有坚定信念”，是让学生联系自己结合当前实际谈该怎么办。表现四“对祖国的尊严要时刻捍卫”，是结合时事美军用侦察机入侵我领空的事件来分析。表现五简单分析。这一部分重点既有老师的分析、讲，又有学生的思考、说，做到事实与理论的结合，发挥了教师的主导和学生的主体作用。

(4)通过前面的分析，自然地过渡到第三部分，用归纳法。

3、目标检测：出示投影二

国庆前夕，应邀赵京参加新中国成立50周年庆典观礼的旅荷福建同乡会会长陈仕锦抽空回到福州，记者访问他，他激动地说：“能与12亿中国人民共同迎接新中国50华诞的神圣时刻，这份喜悦难以表达。我多盼望台湾能早日回到祖国怀抱。记得小时候学唱的第一首歌就是《我爱北京-》。几十年过去了，虽旅居海外，但对-的感情与日俱增。”据了解，陈先生曾先后捐资200多万在家乡兴办学校，他还在荷兰兴办当地惟一的中文学校，经常到学校向学生介绍改革开放建设的辉煌成就以及家乡繁荣昌盛的景象，使华人儿童更加热爱祖国。

根据材料回答：陈仕锦的言行说明了什么？表现在哪些方面？

4、本课小结(略)

思想道德修养篇八

思想道德修养是一种保持心灵的纯洁和自我提升的重要方式，它关乎个人的品质形象，也涉及到社会的和谐发展。针对这一主题，我深入思考和反思，结合自身的体验和感悟，总结出了以下的心得体会。

首先，加强思想道德修养要注重内在的自律能力。一个人的内心是其思想道德修养的核心，其决定了一个人的行为准则和价值观。只有具备了坚定而正确的价值观，才能在面对各种诱惑和考验时，始终保持良好的行为习惯。因此，我努力培养自己的自律能力，去控制自己的欲望和情绪，保持内心的清明和纯净。在日常生活中，我经常通过反思来认识到自己的不足和错误，及时进行纠正，并以此为动力不断提升自己的思想道德水平。

其次，加强思想道德修养要注重与他人的互动交流。一个人的思想道德修养不仅体现在自身的行为和理念中，也会通过与他人的交往和互动中展现出来。我们要善于倾听和尊重他人的声音，在与他人沟通时要真诚待人，展现自己的良好品

质。只有通过与他人相处和交流，才能不断修正自己的举止和言辞，避免自己的思想道德修养受到外界一些消极的影响。在这方面，我经常参与社交活动，与各种类型的人交往，通过倾听他人的声音，不断学习和提高自己。

再次，加强思想道德修养要注重与社会的联系。一个人的思想道德修养不仅仅关乎个人的心性和品质，也与社会和谐与发展密切相关。我们不能仅仅以自我为中心，要积极参与社会公益活动，为社会作出自己的贡献。要关心他人，关心社会大众的需求，鼓励他人从思想道德上提升自己。在这方面，我经常参与各种公益活动，帮助那些需要帮助的人，为社会做出自己的一份力量。

最后，加强思想道德修养还需要注重学习和自我提升。思想道德修养不是一蹴而就的，需要通过不断的学习和自我提升来达到。我们要善于学习和思考，不断扩大自己的知识面和见识，提高自己的思考和判断能力。同时，我们还要关注自己的身体健康，保持良好的生活习惯和饮食结构，科学锻炼身体，使自己能够从身体上保持一种良好的状态。通过学习和自我提升，可以使我们更好地净化自己的心灵，提高思想道德修养的层次。

综上所述，加强思想道德修养是一项持久而重要的任务。我们既要注重内在的自律和修正，也要注重与他人和社会的互动和联系。同时，要关注自己的学习和自我提升，不断提升自己的思想道德水平。只有通过这样的努力，才能在现代社会中取得良好的心灵和品质，为社会的和谐与发展作出自己的贡献。

思想道德修养篇九

积极投身到解放思想大讨论中来，努力在解放思想中统一思想，在解放思想中创新思维，在解放思想中拓宽视野，在解

放思想中难题那么，今天小编为大家带来的是关于思想宣传的范文，希望对大家有所帮助！

敬爱的党组织：

一个让党放心、让群众满意的领导干部，必然是一个明辨是非、严于律己的干部，是一个品德高尚、情趣健康的干部。领导干部必须做社会主义荣辱观的自觉实践者，切实加强思想道德修养，模范遵守社会公德、职业道德、家庭美德，注意防微杜渐，拒绝灯红酒绿，坚持择善而交，坚决抵御腐朽没落思想观念和生活方式的侵蚀，积极培养健康的生活情趣和生活作风，以高尚追求树立良好形象。

有人给为官者作这样分类：清官无私，庸官无才，昏官无德，贪官无耻。这话说得很是精辟。清官不是做了官后才清廉，而是首先具有无私的品格，然后为官才清正廉洁。同样，贪官也是抛弃了做人的廉耻之心，才在官位上贪得无厌，以权谋私。不同的官品，是由不同的人品决定的。石家庄建委干部郭光允向中央纪委举报河北省原省委书记程维高、市建委主任李山林破坏建筑工程市场的违纪行为，这意味着他要冒着假如举报无果，必将遭到报复的风险。这种浩然正气，有私心的人是不可能做到的。

一是要常想立身之本。要守本分，这是做人应该具备的基本道德水准。好人不一定能做好官，但要做好官必须先做好人。一个让党放心、让组织满意的领导干部，必然是一个品德高尚的干部，是一个明辨是非、克己慎行的干部。领导干部的能力可以有大有小、职务可以有高有低，但是千万不能降低自己做人的标准。领导干部要自觉加强思想道德修养，坚决抵御腐朽没落思想观念和生活方式的侵蚀，培养健康的生活情趣，保持高尚的精神追求。

二是要常修为官之德。为官之德，集中体现在为谁掌权和如何用权上。作为领导干部，什么时候心里都要装着一

个“公”字，把职位看成报效祖国、奉献人民、服务社会的平台，要多考虑工作，少考虑一些个人得失。有了这样的精神境界，我们会襟怀坦荡、光明磊落、无私无畏，就会有团结共事的气度和雅量，就会有干事创业的胆识和毅力。

三是要常思贪欲之害。领导干部掌握的权力比别人大，面临的诱惑比别人多。对此，一定要有个清醒的认识，耐得住寂寞和清苦，守得住原则和底线，这非常关键。要不该说的话不说，不该办的事不办，不该拿的东西不拿，不该去的地方不去，不该交的朋友不交，时刻警惕权力、金钱、美色的诱惑。要切实加强对手下人、身边人和下属的教育、提醒、约束，做到防微杜渐。

四是要常怀律己之心。既要重大节，还要慎小节，心中始终绷紧廉洁自律弦。对领导干部来说，小事、小节并不小。同样的事别人能去，我们就不能去；同样的牢骚别人能发，我们就不能发。小事、小节中有政治、有方向、有形象、有人格。不少人犯错误，都是从小节上被打开缺口的。领导干部要注重生活细节，自觉做到“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，尤其在独处时能够谨慎不苟，做到台上台下一个样，八小时之内与八小时之外一个样，有监督和没有监督一个样。越是在个人成长、进步顺利之时，越要头脑清醒、谦虚谨慎，严于律己、克己奉公。

敬爱的党组织：

高校面对的是经历过“煎熬”，“过五关，斩六将”，“那高三不是人过的日子”的莘莘学子，我们中的许多人载着童年的梦想，进入大学这既令人憧憬又令人感到陌生的象牙塔，盘算着成为“天之骄子”，唯我独尊。而在大部分学生中，学文科的看重文学历史，学理科的注重数理化，学艺术的在乎美学。对于道德的重要性，我们中的许多人不以为然，其实这种观念恰恰是问题的关键所在，其后果是十分严重的。身为当代大学生，我想我是有权利、义务来谈谈自己的观点

的。

一 当前大学生道德修养中存在的不足

1. 道德修养滑坡

道德属于社会意识形态的范畴，是人们共同生活及其行动的准则和规范。道德通过社会或一定阶级的舆论对社会生活起约束作用，是自律的，不具有强制力。不讲道德的行为仅受舆论的谴责。社会不良风气的暂时得势，更容易在可塑性很强的大学生身上得到演绎。传统的道德观是在我国封建社会中存在的两千年的儒家思想的道德观，儒家思想的核心是“内圣外王”，注重个人的修养。在对于大学生的要求上，是力求人人皆为尧舜般的圣人。当然，“损己利人”的道德不符合现代人性的基本要求，因而，无论何时都是不可能加以推而广之的。我们不否认这种“圣人”般的人物是存在的，但毕竟是极少数的，我们对那些极少数的英雄人物的讴歌与大力赞美也恰恰说明了这种道德资源的稀缺。只有人人都能做到的道德才有推广的可行性，而损己利人的道德只可提倡决不能当作标准和规范来普及。尤其是当代大学生绝大多数是独生子女，由于家庭教育方面的缺陷，又受到不良社会风气的影响，出现了“生理早熟，心理晚熟”，在道德层面上已经很脆弱，更不可能如此这般。否则，效果适得其反，他们要么口是心非，要么束之高阁，你提倡你的，我依旧这般我行我素。事实是，过高的道德标准，由于难以实现，只会让大学生置之不理，从而逐步恶化，甚至导致道德的缺失。就道德而言，它是多元的多层次的，也有高低之分和先进落后之别。现实生活中，既有道德高尚的“忘我”之人，即损己利人之人；也有道德一般但遵纪守法的“利己”之人，即不损人而利己之人。若不顾道德的多元化和多层次性，一味用统一的，高标准，高层次的道德规范去苛求不同行为的主体，则只会使道德虚化。因此，我们必须寻求结合点，找准切入口，正确定位，才能做好工作。

就大学生而言，当然应该具备良好的道德。然而事实即经验告诉我们，对于在校大学生，与其将其当作道德完备的“天之骄子”，不如将其当作道德尚不完备的普通人。《大学生行为规范》等有关《规范》的相继出台，对哪些事可为，哪些事不可为，都作了明确的规定。这些都为大学生的健康成长铺设了一条康庄大道和行动指南。当前，虽然我们把大学生管理纳入了法制化轨道，有些还是面面俱到，但不等于从此就没有了大学生的违法犯罪。但是有法制作作为有力的“他律”对于大学生违法的遏制作用也是不争的事实。对此，我们也应当树立起足够的信心。

2. 教育内容的缺失，情感教育未能得到应有的重视

当前学校和家庭教育问题中存在着一个不容忽视的倾向，就是过度竞争和过度物质化，

从而导致部分学生情感的荒漠化。所谓荒漠化，是指一个人的注意力只集中在知识或技术等某一个狭窄的领域，而忽视了丰富的情感世界，主要表现为情感冷漠，对人缺乏同情关爱之心，为实现个人目标很少考虑后果。这是相当危险的。

3 教育方法的不当

教育既是科学也是艺术。教育方式方法的讲究也体现了教育水平的高低和教育效率。良好的教育方法可以受到事半功倍的效果。反之，既不利于教育者传授知识，又不利于大学生自觉地接受教育内容，并将其转化为良好的品德，修养。邓小平同志曾经说过，“十年改革的最大失误是教育，这里我主要讲思想政治教育。”大学生思想品德教育是使大学生思想品德的结构知，情，意，行诸要素辩证协调发展，从不平衡到比较平衡，还会出现新的不平衡，如此循环反复，以致由简单到复杂，由低级到高级不断发展的过程，具有实践性，社会性，整体性，长期性，集体性，反复性，延续性等等特点。反思我们的教育方法就不难发现：大多缺乏科学性和系

统性，如忽视思想品德的实践而片面的注重课堂的理性教育，脱离现实社会进行思想品德说教，空谈大道理，企图通过一两次讲座就想提高大学生的整体素质，为实现个性教育而牺牲集体性教育等。将思想道德教育仅停留在喊口号，凑热闹，摆架子，没有真正唱响主旋律，没能做到真抓实干，落到实处，即真正进课堂，宿舍，入心入脑。

学校德育缺乏实效性。我国一直把德育放在学校教育的首位，但长期以来，德育在实践中往往过于简单化，缺乏实效性，如在观念上重智育轻德育，以学习成绩的好坏评价学生的优劣；在德育的内容上，一直局限在人才培养的政治素质方面，把德育简单等同于政治教育，使内容过于政治化、抽象化、空洞化，这样就更忽视了对学生进行诚信这一最基础、最简单的道德教育；在德育方式上，重灌输轻启发，忽视了学生自我教育能力的培养，将道德作为纯观念性的东西灌输给学生，脱离了大学生的道德基础和生活实际；在评价方式上，重结果评价轻过程评价。这些使学生无法找到道德理想和现象的结合点，无法产生道德情感的体验和思想的共鸣，也就无法认同、接受。

二 道德修养的途径

随着全球经济化不断发展我国社会主义市场经济体系的全面形成，各种思想文化的相互激荡，先进科学技术的崛起，面对知识经济的巨大冲击，青年学生如何准确把握前进的方向，搭准时代的脉搏，怎样才能把自己培养成社会主义事业的有用之才和可靠接班人，除了遵纪守法外，在自身来说就要以社会主义道德观规范自己，从自律的角度管好自己，做一个道德高尚的社会主义大学生。青年大学生要以正确的，积极的，健康的思想来指导自身，以规范的道德体系来约束自己，培养高尚的道德情操，良好的道德规范。

1. 进一步加强政治理论的学习，树立正确的人生观，世界观，价值观

把握人生成才的方向;才能坚持党的基本路线和基本纲领, 坚定共产主义信念;也才能正确对待成才道路上所面临的各种境遇, 不断排除成才道路上的障碍, 勇往直前。

2 落实《学生校园行为规范》, 优化校风, 班风建设

风气是一种无形的精神力量[3], 它对于处于这个风气中的群体行为方式, 思维方式等都有着重大的影响。然而, 风气也是依托于群体而存在的, 它的形成受制于群体之中个体的行为, 思想等, 风气是学生在实践中逐渐形成的具有心理制约作用的行为风尚, 是同学的思想作风, 行为修养, 治学态度, 守纪观念以及精神面貌的综合反映和外在表现, 营造良好的校风, 班风来管理人, 从而使身处其中的每一个人都能体会到来自这种良好风气的影响, 起到“润物细无声”的效果。所以良好的风气对于大学生的行为道德规范起着至关重要的作用。对于《学生校园行为规范》的学习, 也不能有所懈怠, 而要形成长效机制, 持之以恒, 真正做到思想上重视, 措施上落实, 制度上保证, 效果上体现。我们应该自觉抵制校园不文明, 不健康的行为, 真正把《学生校园行为规范》落到实处, 成为自己的行为准则。

3 建设体现社会主义特点, 时代特征和学校特色的校园文化, 构建和谐校园

辩证唯物主义告诉我们: 人的行为必有其内因和外因, 外因透过内因影响其行为, 虽然一个人的具体行为是由内因决定的, 但内因的形式有赖于外因的长期作用。加之大学生阅历浅, 社会经验不足, 相对来说外因对他们的作用显得更加突出。古人云“近朱者赤, 近墨者黑”, 这正说明了一个人的道德品质很大程度上是受所处的环境形成的。由此可见, 人的良好的道德心理也是人在所处的社会环境中积极因素作用以及舆论导向下逐步形成的。一个好的校园环境能使大学生积极向上, 形成良好的思想道德理念和道德品质, 反之, 也会让人精神颓废, 意志消沉, 道德沦丧。加强大学生的文化

素质教育，开展丰富多彩的，积极向上的，吸引力强，形式多样的学术，科技，教育，文艺和娱乐活动，把道德修养和智育，美育，体育有机的结合起来。使学生们在活动中规范自己的道德体系。可以依托共青团，学生会，班级，社团等组织充分调动大学生自我教育，自我规范的积极性，主动性。

4 学习优秀党员的优良作风，加强精神文明建设

高校应该加强党建建设，加强学生党员的培养工程，真正让学生党员起到先进性的作用，以点带面，带动其他同学共同进步。中国共产党的最终目标的实现，需要几代人甚至十几代人的共同努力，需要广大的人民群众加入这一伟大的事业中，尤其是青年大学生，党的事业需要青年，青年大学生更需要党，青年大学生需为社会发展贡献力量，要实现自身的理想和价值也需要一个正确的领路人和领导者，历史选择了共产党，这就是我们应该仰赖的领导者。我们可以通过党建咨询，党章学习小组，团组织生活和政治辅导员的个别谈心等形式的活动的开展，了解党的性质，历史和现状，激发对党的热爱，在政治上确立一个明确的目标，积极向党组织靠拢，深入贯彻党的xx届四中全会的精神，真正提高思想觉悟和政治素养，“未入党的门，先做党的人”。学习优秀共产党员的感人事迹，如学习任长霞在她的身上那种一个共产党员坚定贯彻“三个代表”、把“为人民服务”作为天职的人民公仆的典范。人民，人民在前，人民为人民。活着，她是一面旗帜；逝去，她留下一座丰碑。这座丰碑将永远激励我们前进，奋发。

5 充分发挥社会实践这一“第二课堂”的作用

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”这句话充分说明了实践的重要性，

社会实践也是规范道德体系的一个重要环节，大学生要走出校园，走出社区，走向社会这个大课堂，走向基层，到工厂，

农村去，到工人农民群众中去，参加社会调查，志愿服务，公益活动等一系列的实践活动，高校可以和就近企事业单位签署长期社会实践基地项目，提供给学生社会实践的平台，组织一系列的志愿者服务活动，让学生们在实践中脚踏实地、艰苦奋斗、锐意进取，眼光放远、心胸放宽，竭诚服务，甘于奉献，为个人的成长进步、为将来的建功立业奠定良好的基础，通过实践增强自身的社会责任感和历史使命感，奉献自己的爱心，增加自己的社会经验与阅历，进一步提高自身觉悟意识与能力，开拓自己的视野，自觉抵制社会上的不良风气，违规行为，在实践中自我教育，自我管理，自我服务，自我规范，自我完善。

大学生道德修养是一项系统工程，必须坚持理论与实践相结合的原则，深入加以研究，道德修养教育的生命力在于不断适应新的形势，不断吸收新的经验，不断充实新的研究成果，只要我们坚持这样做，大学生道德修养这一系统工程必将取得长足的成效。

人是自由的，但又要对自己的命运和道路做出选择。那么回到那个问题：人的一生应该怎么度过？《钢铁是怎样炼成的》的作者奥斯特洛夫斯基这样回答了这个问题：人最宝贵的是生命，生命属于一个人只有一次。人的一生应该这样度过：当他回首往事的时候，不因虚度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞愧。当我离开人世的时候，我会说，我把全部的生命与精力献给世界上最伟大的事业——为人类解放而斗争！这就是信仰，这就是动力。一个人若没有了信仰，就会失去精神支柱，就不再是一个心智健全的人。信仰就是旗帜，信仰就是方向。那么作为我，该拿什么作为自己的信仰呢？我成长在中华民族走向伟大复兴的年代。这是一个宏伟的时代舞台，也是我的舞台。作为一名大学生，在这样一个伟大的时代，我应该面对未来，坚定信念，把自己的理想与伟大的共产主义事业紧密联系。人的一生只有一次青春。当一个人把自己的人生与共产主义事业紧密相连，他所创造的就是永恒的青春。只要有了这个信仰，那么不论遇到什么样的困难和挫折，

都会不改初衷，矢志不渝。只有在为这个远大理想的奋斗过程中，我的生活才会有方向，事业才会有坚定的基础，人生才能无憾。这不仅是对党员的要求，也是最高层次的人生境界。恩格斯曾说过：我们在批判社会的时候，往往忘记了自己的责任。我们应当学会善于用一把尺子来衡量自己，然后再想想我们何不也拥有了一份飞蛾对油灯的那一份执着？十九年的人生岁月就这样度过，我渐渐从中悟到了人生有了信仰的那份幸福与无悔。这种信仰就是共产党！

然而我知道，我自身还有很多需要改进的地方，跟一个共产党员的标准还有很大差距。但我始终坚信，“在人类的事物里有股潮流，洪水般的潮流奔向财富。如果一个人被这种潮流所抛弃，他的一生注定黯淡无光，凄惨悲凉。我们就是要在这样的海洋中漂浮。我们必须跟随潮流，随流而动，否则我们将失去人生的际遇。”人生的机遇只会钟情于准备充分的人，而一丝一毫的倦怠都会令人生的际遇与自己擦肩而过，失之交臂。因错失阳光而流泪，更会因错失繁星而追悔莫及。只有在挫折面前重整旗鼓，用平和的心态对待生活，用积极的心态对待工作，不温不火，戒骄戒躁，才可能在人生的道路上迎来撕破迷雾封锁的曙光，看到希望。残缺不是一种过错，而是一种成熟的美，没有失败的惨痛经历也不可能珍惜成功的弥足珍贵。作为一个年轻人，我应该有破旧迎新不拘旧矩的魄力；作为一名想要入党的同学，我应该有与时俱进开创进取的精神；作为一个大学生，我更应该有“天生我材必有用”的自信。在新时期的事业前进道路上，年轻的我不但要学习雷锋的钉子精神，肯挤肯钻，更要学习齿轮的品质，虽小却至关重要，没有大张旗鼓的浮夸，却能默默无闻地一丝不苟，举重若轻；虽有棱有角，却能与周围紧密咬合，没有精于世故的圆滑，却有刚性，有韧性，正直不阿。

如何加强自身思想道德修养，让自己更加符合一个共产党员的要求，以更好地为构建社会主义和谐社会做一份贡献，是我一直思考的一个问题。在寒假这段时光，我查询了相关资料，并就根据这些资料总结出了自己对这一问题的一些感想

和看法，向党组织汇报如下：构建社会主义和谐社会，是我们党从全面建设小康社会，开创中国特色社会主义事业新局面的全局出发提出的一项重大任务，民主法治、公平正义、诚信友爱、充满活力、安定有序、人与自然和谐相处的深刻，体现了广大人民群众的根本利益和共同愿望，反映了我们党对中国特色社会主义事业发展规律的新认识。在构建社会主义和谐社会进程中，大学生作为国家的未来支柱，担负着艰巨的任务。

就目前而言，我觉得我们首先要做到的就是加强自身思想道德修养，让自己在各方面都不断提升。在如何提高自身思想道德修养方面，我结合自己自身的感受，觉得应该在以下几个方面进行：

- 1、树立科学的人生观，价值观，世界观。必须树立正确的意识观念，我们才能进一步在正确观念的指导下进行学习与实践。思想指挥行动，是行动的基石，是迈过一切非共产主义暗礁的原动力。只有树立科学的人生观、价值观、世界观，才能正确引导我们在提高思想道德修养中不断前进。

- 2、积极学习专业文化知识。知识是革命的本钱，而且学生的本职任务就是学习。只有认真学习相关知识，才能把知识较好地应用于实践，为建设社会主义和谐社会贡献出自己的一份力量。过去，我们在与封建主义、资本主义作斗争时，所欠缺的正是全面的知识体系，包括中西方各行各业的知识，才会在战斗中没有时刻保持优势。而现在，我们有强大的知识作后盾，中国自然会越来越繁荣昌盛。

- 3、积极投身于社会实践。大学是一个微型社会，生活在此间，需要我们有完善的思考模式和坚忍不拔的品格，才能顺利通过这次“仿真”的训练，在以后的真实世界中立于不败之地。因此，只有在实践中不断发现自身的缺陷，才能不断提升自己的能力，才能正真加强自身的思想道德修养。

当然，由于自身的不足和接触党先进思想时间较短，我还有很多方面不能深刻地理解和体会。但我不会因此打退堂鼓，相反，在今后的学习、工作和生活中，我会继续发奋学习消化党的先进性，从各个方面严格要求自己，真正提高自身思想道德修养，争取早日达到一名合格的共产党员的标准！

尊敬的党组织：

近期，我所在的党支部开展了以“加强道德修养，做一名德才兼备的人民教师”为主题的党课学习，旨在强化教师的师德建设工作，从而使教师更好的为学生及学生家长服务。这次党课令我受益匪浅，使我更加坚定了自己的选择，明确了自己的方向，有目的有计划的是自己成长为一名优秀的人民教师，一名合格的中国共产党党员。

我想在接下来的时间里我要从思想上不断武装自己，提高自己的觉悟，行动上努力实践课堂上所学到的理论知识，全心全意为人民服务，做自己力所能及的事情帮助他人。做一个道德情操高尚的人，一个有理想有目标肯进步肯奋斗的青年。

随着社会的飞速发展，当代人民教师在面临机遇的同时，也面临许多挑战。因此，作为新时代的人民教师党员，则更要清楚地知道自己身上所肩负的历史使命，树立崇高的理想和坚定的信念，努力学习，坚持马克思列宁主义的指导地位，用理论，三个代表的重要思想和科学发展观武装自己，努力营造健康向上的校园文化环境，以良好且浓烈的校园文化与学术气氛陶冶和塑造自己。

当代人民教师是祖国和民族未来的奠基石，人民教师应自觉的学习、研究和实践“三个代表”，深刻认识到自己肩负着社会的重任和责任，努力成为中国先进生产力的开拓者、先进文化的弘扬者和广大人民利益的维护者，以适应时代发展的要求和社会主义现代化建设的需要。实现中华民族的伟大复兴，是时代赋予当代大学生的崇高历史使命。

作为一名教师党员，

我认为如果要树立良好的党员形象，发挥先进模范作用，就必须做到以下几点：

首先，要明确自己的首要任务是在自己的教学岗位上兢兢业业，刻苦学习，不断更新专业知识，不断拓宽自己的知识面，从而能更好的提升自己的教学质量和业务素质，为我国的社会主义事业培养更多优秀的建设者和接班人。同时，我立志将自己培养为一名双师型人才，这就要求我不仅要认真学习与应用好本专业的知识，还要学习好相关专业的知识，以拓展知识的宽度和深度，完善知识结构，并利用这些知识勤于钻研，善于思考，勇于创新。

第二，教师党员在认真学习和积极宣传党的先进思想、政治理论的基础上，要从实际出发、发挥榜样作用，勇于实践科学发展观，积极参加社会实践，在实践中检验所学的理论知识，并不断提高自己的思想修养和理论水平，树立正确的世界观、人生观、价值观，使自己能够以一名合格的共产党员身份来带动周围的教师和学生积极听从党的领导，学习党的政策，践行党的号召。

第三，教师党员要密切联系学生，学生家长等群众，充分发挥桥梁纽带作用，要热爱和关心集体，顾全大局，树立榜样作用，带动学生和其他教师共同建设好集体，增强集体的凝聚力。第四，牢固树立全心全意为人民服务的思想。

在学校这个环境里，为人民服务指的就是为学生们服务。这就要求教师党员要从点滴做起，吃苦在先，享乐在后，遇到个人与学生利益发生冲突时，应先人后己，从而提高党和党员在学生们心中的影响力。

我国的改革开放正在向纵深发展，社会主义市场经济体制已经建立，高等教育事业得以长足发展，高等学校的办学规模

不断扩大，大学毕业生的数量逐年增加，大学生就业遇到了前所未有的挑战。面对市场，面对竞争，各高等院校纷纷采取不同形式，对现行教育方式、方法进行改革，对毕业生就业进行指导和教育，但从就业市场特别是用人单位反馈的信息看，用人单位最看重的是毕业生的综合素质。因为素质是底蕴、是基础，只有高素质，才能转化为高能力。大学生要能够参与社会竞争，适应社会要求，在激烈的人才市场中能够脱颖而出，就必须从以往的片面注重专业知识学习，转到同时注重对提高自身综合素质的轨道。一般认为，人的素质包括政治思想素质、科学文化素质、心理品格素质和身体素质四大方面。其中，身体素质是物质基础，科学文化素质是核心，心理品格素质是关键，政治思想素质是主导。一个人素质的高低，就是这几方面综合水平的衡量。大学生素质主要是指大学生需要具备的特定品质。大学生基本素质包括思想素质、文化素质、专业素质和身体素质几个方面。

目前大学生综合素质培养中存在的问题主要表现于：1、动力不足，缺乏恒心。当代大学生价值取向呈多元化，部分学生政治观念模糊，没有远大的理想和抱负，趋向于实用主义，重功利讲实惠，缺乏长远打算、远大理想、抱负和社会责任感，因而没有强大的动力。2、缺乏奉献精神。在父母身边生活惯了的学生们，容易形成“小皇帝”脾气，因而养成了只讲索取、不懂奉献的习惯。必定导致成年后的敬业精神匮乏、社会诚信形象不佳的情形。背离了职业人才的最基本、最核心的要求，难以适应社会发展要求。3、缺乏正确开展社会交往的能力。有的学生霸气十足，举止不雅，破坏公共秩序、语言粗俗，容易被宿舍排斥；有的学生性格孤僻，自制能力差，不善于交往，缺乏宽容与合作精神。4、缺乏自理、自立和解决实际问题的能力。专业基本功不扎实，专业素质不高，实干能力欠缺，被动应付现象突出，主动参与能力较差，缺乏解决问题的能力。5、身体、心理上的问题。许多学生身体状况不佳，身体瘦弱，近视眼较多，有许多学生体育成绩一般或勉强过关，心理比较脆弱，一旦受到挫折就容易产生心理障碍。

全面培养学生自身综合素质应从以下几个方面的内容入手：

1. 思想道德素质

从近几年人才市场和就业形势反馈的信息看，很多用人单位选人重才更重德，把思想道德素质放在首位，政治思想素质较高，具有事业心、责任感和吃苦奉献精神的首选目标。思想道德素质包括政治素质、事业心和责任感、艰苦奋斗精神和务实作风等方面。(1) 较高的政治素质。政治素质不仅表现在政治立场、观念方面的远见和洞察力，还表现为对社会发展趋势的敏锐性，对国家宏观政策的预测把握能力及具有一定的政治理论修养。(2) 事业心和责任感。许多用人单位在人才的要求上强调要有事业心、责任感，要爱岗敬业、乐于奉献。希望并要求毕业生把选择的工作当作长期追求、投入的事业，要与单位同甘苦，共患难，荣辱与共，而不仅仅是赚钱谋生的职业和临时落脚点。惟有敬业的大学生才能积极进取、胸怀大志，才能开发蕴藏在自己身上潜在的创造性，为社会作出贡献，实现自己的人生价值。

(3) 艰苦奋斗精神和务实作风。这是创业者应有的精神风貌，在改革开放和现代化建设中，会遇到无数的艰难险阻，也难免有这样那样的曲折和坎坷，这就需要毕业生始终保持昂扬的斗志和坚韧不拔的作风，坚定不移地朝着既定的奋斗目标前进。用人单位需要的是干才，能踏踏实实工作，有吃苦精神，而不是好高骛远、眼高手低。

2. 科学文化素质

在现代科学技术突飞猛进、生产的发展越来越多地依靠人的智力和知识的今天，劳动者科学文化素质的高低，对生产的发展、社会的进步有着决定性的影响。(1) 要有广博精深的知识贮备。现代社会对从业人员的文化素质、知识结构的要求愈来愈多，对知识技能共性的要求愈来愈多，不仅要具备宽厚扎实的基础知识，还必须具有广博精深的专业知识和大

容量的新知识储备，要求从业者的知识程度高、内容新、实用性强。(2) 要建立合理的知识结构。就是要做到围绕自己选择的就业目标，对自己所掌握的知识进行合理组合、恰当调配、形成知识系统。(3) 要有更新知识的能力。即持续学习、终身学习的能力。(4) 要有创新能力。人类社会的不断进步的过程，就是一个不断创新的过程。在以高新技术产业为支柱的知识经济时代，创新意识、创新精神、创新能力更是衡量新型人才的重要标志。当前，在社会就业总需求不足的情况下，大学生一味地指望找到一个理想的就业位置已不太现实，社会迫切需要有一大批大学生利用自己的学识自主创业，也为他人创造出更多的就业位置。有不少大学已开始意识到培养大学生的创业精神和创新能力的重要性，鼓励毕业生自主创业、艰苦创业、科技创业。

3. 身体、心理素质

健康的体魄、良好的身体素质已成为人才竞争的物质资本。人们普遍认为德、才、学、识、体是人才的内在因素，而体是最基本的东西，是成长、成才的物质基础。同时，在社会急剧变革的今天，多种思想文化的激荡，新旧价值观念的冲突、激烈的竞争、物质生活的悬殊，社会生活和经济生活不协调等，无不冲击青年学生的心灵，引起了部分学生认知失调、心理失衡和行为失范。这都影响了毕业生的学习、生活和工作，也不利于就业求职。因而大学生必须加强心性修养，提高心理素质，要能正确评价自我，胸襟开阔、豁达大度、积极乐观；要正确对待挫折，克服期望值过高的心理，培养坚韧不拔的毅力；要克服自卑感，增强自信心，培养心理调试能力，以良好的心理素质去迎接挑战。

知识是形成素质的基础，高素质人才必然有扎实的专业基础，这里所说的专业基础是全面的，全面的专业基础应是指融自然学科和人文学科于一体的广博的学科基础知识，一个人只有具备了融会贯通的综合知识结构，才能透彻地研究高深学问，这本身就是一种素质。精神是素质的内在本质。大学生

的专业理想和生活理想必须遵循政治和道德的规范，没有政治和道德的专业理想和生活理想是社会和人所处的群体不能容许的。崇高的理想和信念是形成科学的世界观、人生观、价值观的基础，坚定的政治目标可以激发人无穷的奋斗精神，无私奉献是精神的最高形式。能力是综合素质的表现。素质高必能力强，在一定意义上讲，能力是衡量素质的一项重要指标。一个人的才能与从事的活动的关系表现在，如果人的才能与活动要求相符，并具有较高水平的，从事某种活动时就可以得心应手、游刃有余、事半功倍；反之，才疏学浅、能力较差的人，做事就会感到力不从心，事倍功半。能力的提高，离不开知识的吸收，但决不是知识的堆砌，而在于知识的运用。

大学生在培养自身综合素质过程中可以从提高以下几方面的能力入手：(1) 充分的表达能力。包括口头表达能力、文字表达能力、数字表达能力，图示表达能力等几种形式在内的准确性、鲜明性和生动性。(2) 完善社会交往能力。学生步入社会，能像一个社会活动家一样，正确、有效在处理协调好职业生活中人与人的各种关系。(3) 初具组织管理能力。要求大学生必须能从全局的角度加以协调处理好工作中涉及日常的行政、业务工作的各个环节，从千头万绪、具体繁杂的工作中有条不紊，同时还具备一定的领导能力。(4) 做出正确决断的能力。良好的决断能力可以实现对目标及其实现手段的最佳选择。(5) 沉着解决问题的能力。包括应变能力和适应能力、操作能力及策划能力。大学生要有耐心、有毅力、有很好的应变能力，做到急而能安、缓而不辍，既忍让又不失原则，沉着冷静、灵活应变地处理问题；适应能力是其素质、能力的综合反映，要求大学生对社会、对环境的适应，是主动的、积极的适应，不是消极的等待和对困难的屈服，更不是对落后、消极现象的认同，甚至同流合污。

适应要同发展结合起来，要同改造联系起来；实际操作能力是人的智力转化为物质力量的凭借，是专业工作者必须具备的一种实践能力。实际动手能力的强弱，将直接影响到作用的

发挥;策划能力要求大学生在日常工作中,抓住有利时机,把握有效空间,筹办和开展形式多样的介绍宣传和业务活动,使工作富有感召力和吸引力。(6) 锻炼自控能力。遇到不顺的事能否压下心头的怒气,冷静处理,是对大学生素质高低的一种考验,避免因小事而引起大错,导致工作的失误。素质发展的创新性要求,是当代人才素质发展的基本方向和核心要素。创新能力的培养,是社会发展的客观需要,也是人立足于现实的必备素质。包含多方面的内容,如强烈的好奇心,细致的观察力,深刻的洞察力,超前的预测力,大胆设想勇于探索的精神以及提出问题、研究问题、解决问题的能力等。素质发展的个性化要求,是在强调全面发展的同时,也要注重人的个性张扬,就业竞争日益激烈,迫切需要当代大学生强化自我竞争意识,并根据社会的需要和个性特点,努力挖掘个人潜力,不断完善自己的个性和发展个人素质。

机遇总是垂青于有准备的人,一个人综合素质的高低,将决定他求职择业的层次与自由度。而综合素质的提高,不是一朝一夕就能做到的,也不是靠毕业前的突击武装能解决的。它要求大学生要转变观念,增强竞争意识,在整个大学期间,按高要求有针对性、分阶段地不断充实自己、完善自己,逐步提高自身的综合素质,成为择业竞争中的强手。

如何提高自己的综合素质

成为符合现代化企业所要求的一流人才,必须认清形势,把握时机,提前着手,把提高自身综合素质视为一项刻不容缓的战略性任务去认真完成。

一流的人才需要具备一流的素质。只有德才兼备,方可称为一流。所谓德,即良好的职业道德和社会公德;所谓才,即精深的专业知识和业务技能。一流的人才必然二者皆备。德才兼备的人必须具有科学、创新、平等、法律、竞争、民主等意识;必须具有健康的道德价值倾向和社会公德意识,诚实守信、举止文明、遵纪守法、爱护公物;必须具有较强的环保意识

识和生态意识;必须是能力多元、素质全面的人。只有这样的人,才能在这个龙腾虎跃的时代脱颖而出,大放异彩。

做为新世纪、新时期的一名有志青年,应从以下几方面去努力。

大学生怎样加强自我修养

“修养”一词原意包括修身养性、反省自新、陶冶品行和涵养道德。马克思主义赋予“修养”新的含义,就是要进行自我教育、自我改造。这种教育和改造离不开群众的社会实践,离不开在实践中个人的主观努力。“修养”这个词,从广义看是指人们政治、道德、学术以至技艺等方面进行的勤奋学习和涵养锻炼的功夫,以及经过长期努力达到的一种能力或思想品质;从狭义看,“修养”通常是指思想品德修养。思想品德修养是以人的政治态度、思想意识和道德品质为基本内容的。

俗话说:“玉不琢,不成器”。人之所以要进行修养,就是为了把自己培养成社会发展所需要的新人,就是为了能担负起重任。作为社会主义师范大学生,肩负培养社会主义四化建设人才的重担,因而加强自身的修养更显得重要。孔子云:“古之欲明明德于天下者,先治其国;欲治其国者,先齐其家;欲齐其家者,先修其身;”(见《大学》“大学章要者”)孔子把自身的修养同齐家、治国、平天下紧密地联系在一起。孟轲也是这样,他说:“故天将降大任于斯人也,必先苦其心志,劳其筋骨,饿其体肤,空乏其身,行拂乱其所为,所以动心忍性,增益其所不能。”(见《孟子》卷六,“告天下”)当代大学生,是四化建设的栋梁之才,要把我国建设成为富强、民主、文明的社会主义强国,就必须自觉、认真加强思想品德修养,按照有理想、有道德、有文化、有纪律的方向严格要求自己,必须爱祖国、爱人民、爱劳动、爱科学、爱社会主义,遵守社会公德,还应以共产主义思想品德来激励自己。只有这样,才能赶上时代的步伐,适应形势发展的

需要。

当今大学生应该怎样加强自我修养呢？

(一)认真学习理论，不断提高自我修养的自觉性。

理论是行动的指南，思想是行动的先导，理论越彻底，认识越正确，进行修养的自觉性就越高，在修养实践中的盲目性就越少，就能及时地识别错误倾向，少走弯路，免遭挫折。修养要按照“有理想、有道德、有文化、有纪律”的方向努力，必须认真学习马列主义、毛泽东思想的基本原理，掌握辩证唯物主义、历史唯物主义的基本观点，深刻理解社会发展的客观规律，树立正确的人生观、世界观。必须认真学习党的文件，学习党的路线、方针、政策，特别是当前改革开放的总方针、总政策。必须认真学好必修和选修的思想教育课程(即德育课)。还必须认真学习与思想品德修养学方面有关的知识如伦理学、心理学、人才学、社会学以及现代管理科学等学科。只有理论上的坚定，才能有行动上的坚定，才不致于随波逐流，附和错误潮流。

(二)积极参加社会实践、第二课堂活动。

思想品德修养的重要途径。例如担负党、团、学生会、系班干部职务，工作实践、参加集体组织的各项有益活动：参观访问、社会调查、教育实习、专题报告会、讨论会、听录音、看录象、电影、开展书评、影评以及文娱、体育的比赛等。每个同学参加这些活动，既充分表现了自己的才能，又表现了自己的思想品德，可以从同学们的议论中得到大家对自己思想品德的评价，学习他人的优秀品质，从而促进自己思想品德的修养。马克思曾说：“人来到世间，既没有带着镜子，也不象费希特派的哲学家那样，说什么我就是我，所以人起初是以别人来反映自己的。”（《马克思恩格斯全集》第23卷第67页注）说明人象照镜子那样，要从认识别人的过程中发现自己，认识和评价自己的。特别是一个健康的集体，对于培

养一个人优良思想品德影响更大。只有在实践中，才能找到所学理论与社会需要之间的结合点，才能架起书本知识与现实之间的多层次的立交桥，也只有这样，才能了解社会，丰富思想，坚定信念，陶冶品德。

(三) 向先进人物学习

思想品德修养的目的在于学会如何做人，培养高尚的情操。大学生正处在人生观、世界观形成时期，以先进人物作为楷模，就会不断激励自己向更高的思想境界攀登。俗话说：“榜样的力量是无穷的”，是很有道理的。学习先进人物，可以从历史上学习，也可以从现实中涌现出来的大量英雄人物身上吸取高贵的品质，更要注意学习身边先进典型的精华。学人之长，补己之短，特别是同龄人的先进业迹更发人深省。因为其所处的时代、环境差异不大，主要是努力程度的不同。

(四) 掌握批评的武器，发扬“慎独”精神

思想品德修养，必须理论联系实际。思想品德修养的过程，主要是自我意识、自我监督、自我教育的过程，它要求人们对自己要进行正确的评价，即正确认识自己有那些长处，有那些短处，有那些优点，有那些缺点。优、缺、长、短对一个人来讲是客观存在的，只有正视这些问题，严于解剖自己，才能不断发扬优点，不断克服缺点。也就是说要有勇于自我批评的精神，象扫把一样，经常打扫灰尘才能清除；而对别人的缺点错误，则应抱着负责、实事求是的态度，诚恳指出。同时，别人对自己的批评，自己应该虚怀若谷，认真进行反省。在我们大学生中，一些同学沾沾自喜于自己的优点和长处，而对自己的缺点、短处不乐于别人指正，这是片面的，不利于思想品德的修养。修养贵在自觉，应提倡“慎独”精神。“慎独”语出《礼记·中庸》，原话是：“莫见乎隐，莫显乎微。故君子慎其独也。”意思是君子在人们看不见的时候，总是非常谨慎，在别人听不到的情况下，也很警惕。

最隐蔽的东西最能看出人的品质，最微小的东西最能显出人的灵魂。所以，君子独自一人，无人监督时，总是非常小心谨慎，不做任何不道德的事。“慎独”精神从防微杜渐，培养自觉自我改造精神来说是可贵的，是一种较高的思想品德修养境界的表现。

(五) 思想品德修养同学习遵守校纪、校规相结合

一个人的思想意识修养，主要是通过理论和实践的结合才能收到应有的效果。通过理论的学习，能动地指导修养，通过实践，检验修养的效果。而法律、法规，则是从理论、实践的结合上去指导人们进行思想、意识行为的修养，是对人们偏轨行为的制约。大学生在学校里，应该认真学习，模范地贯彻执行学校所制定的一切规章制度。因为这些规章制度是密切结合高校的实际情况而具体地贯彻执行法律、法规的行为准则，是保证高校贯彻执行德、智、体、美全面发展教育方针的需要，是促使大学生沿着有理想、有道德、有文化、有纪律方向健康成长的需要。

思想品德修养是一项艰巨的、长期的任务，要使自己具有高尚的思想情操，就必须善于总结提高，很下功夫。思想品德修养，贵在自觉，贵在实践，从点滴做起，从我做起，这样日积月累就会取得长足的进步。