# 加强素质修养 提高道德水平

来源：网络 作者：夜幕降临 更新时间：2025-04-21

*第一篇：加强素质修养 提高道德水平加强素质修养 提高道德水平教育是培养人、造就人的社会活动。教育的产生和发展依赖于一定的社会需要，它与一定社会的生产力发展水平、生产关系等都有着密切的关系。教育的社会性质决定着教育的基本方针和学校的培养目标...*

**第一篇：加强素质修养 提高道德水平**

加强素质修养 提高道德水平

教育是培养人、造就人的社会活动。教育的产生和发展依赖于一定的社会需要，它与一定社会的生产力发展水平、生产关系等都有着密切的关系。教育的社会性质决定着教育的基本方针和学校的培养目标，要全面贯彻落实教育方针，担负起为社会主义现代化建设培养人才的重大任务，使学生成长为

社会主义事业的建设者和接班人。道德修养既要有鲜明的政治性和思想性，又要有较强的理论性和知识性，其内容包含许多方面。

第一，适应转变，认清使命。21世纪中国的政治、经济、文化、科技的发展趋势与21世纪学生的成长成才有着密切的关系。一个时代有着一个时代的使命，21世纪的学生承担着迎接“两个挑战”，实现中华民族伟大复兴的历史使命，引导当代大学生认识21世纪的世界和中国，明确历史使命，提高自身素质，不辜负党和国家、人民的重托。引导学生正确处理同室、同班、同乡之间的交往，建立和谐的人际关系。此外，引导学生正确处理爱情与友谊、学业的关系，树立正确的爱情观。

第二，树立崇高的理想，形成正确的人生价值观。人的本质，人生理想，人生价值，个人与社会、国家的关系等是学生经常思考的问题。当代学生因其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。怎样使学生正确认识人生，树立崇高的理想，形成正确的人生价值观就成为思想道德修养课的重要内容。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。爱国主义是中华民族的优良传统，正确认识个人与社会、国家的关系。因此，引导学生认识新时期爱国主义的基本特征，做坚定的爱国者。人生态度是人生主体的精神状态，它反映着人生主体的生活基调，决定着人生主体的生活旋律，责任意识是当代人的基本素质，如何正确认识劳动，正确认识艰苦奋斗在中国社会主义现代化建设及个人成才、成功中的意义，培养学生崇尚劳动、艰苦创业的优良品质。

第三，加强素质修养，提高道德水平。针对当代学生面对竞争日趋激烈的现代社会，心理压力过大，易产生各种各样的心理问题。对学生常见的心理障碍进行了分析，给他们提出了增进心理健康的原则与途径。引导学生正确认识美与丑，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，使其

树立正确的审美观，形成高尚的审美情趣，塑造美的人生。敬业精神是成功者的必备素质，也是当代学生思想道德修养的主要内容。敬业精神是成功者共有的品质，是现代社会竞争取胜的重要条件，它在促进人类社会发展中具有重要的意义，作为当代学生，应当具有良好的敬业精神。

第四，追求高尚人格，不断完善自身.思想道德修养的目的是不断完善人格，不断提高思想道德境界。修身律已，重视自我修养，在中国传统文化中具有重要的地位和作用，是极为重要的传统美德。在现代社会中，自我修养在培养学生自强不息精神，增强心理承受力，提高思想道德境界方面依然具有重要的意义。为当代学生追求高尚人格、不断攀登人生高境界提供了阶梯。

**第二篇：如何提高道德水平**

道德是社会意识形态之一，是一定社会或借机通过各种形式的教育和社会舆论的力量使人们逐渐形成一定的信念习惯传统而调整人们之间的相互关系的行为规范的总和它没有年龄的界限。作为规范人们行为的准则，道德本身代表着社会的主流价值取向，对于营造良好社会风尚、促进社会安定团结大有裨益。

而如今的社会道德几乎只有年长的人才比较感兴趣，因为他们曾经经历过了路不拾遗、户不闭门的时代，更因为他们自觉与不自觉地被“为人民服务”的精神所感动。如今的年轻人似乎对道德这个名字比较陌生，外加社会风气的感染，使得年轻人很少再有“为人民服务”的思想了。

道德很多时候跟“良心”一起谈及，良心是指自觉遵从主流道德规范的心理意识。

道德不是天生的，人类的道德观念是受到后天的宣传教育及社会舆论的长期影响而逐渐形成的。

道德是人们评价一个人的一个尺度。一个人若违背社会道德，比如不仁不义、不忠不孝，那么人们就会给他负面的评价，造成他没有好的名声，从而对他形成一种来自周边人群的社会压力，约束他的行为。另一方面，对很多人来说，道德是个人良心的自觉遵守，无需周边人群的社会压力制约。人们对一个人的道德评判，主要来自于这个人所表现出来的言行。就如何提高社会的道德风尚我有以下几个建议

（1）要坚持DANG的领导核心地位，坚持和完善党的领导水平和执政水平，引领社会道德建设，提升人民道德水平。

（2）政府要切实履行组织社会主义文化建设的职能，不断加大宣传马克思主义科学理论，引导众抵制各种错误和腐朽思想的影响，提高全民族的思想道德素质和科学文化素质，大力发展教育、科学和文化事业。

（3）公民要坚持权利和义务相统一的原则。要增强责任意识，积极履行公民对国家、社会和其他公民应尽的责任，继承和发扬中华民族传统美德，遵守公民基本道德规范，树立社会主义荣辱观，不断提升自己的思想道德修养。

社会主义社会，提倡全心全意为人民服务，大公无私，毫不利己，专门利人，要求人们在社会关系中克服资产阶级及一切剥削阶级的旧道德、旧风尚，树立和发展社会主义的新道德和新风尚，提高全社会的道德水平。因此，树立良好的道德风尚，是社会主义精神文明建设的一项重要任务，也是全国人民的一项责任。

**第三篇：如何提高社会道德水平**

如何让提高社会道德水平

改革开放三十余年来，我国在综合国力方面有了很大的提升，社会面貌也有了翻天覆地的变化，人民的生活水平提高，公共服务也越做越好，但是无可否认的是社会道德水平并未随着经济跟上来，反而在某些方面有着严重的下降，这样以来，如何让提高社会的道德水平就成了一个急待解决的问题。

在我看来，要提高社会道德的总体水平，国家政府，社会，还有个人，都应该做出自己力所能及的相应的努力。

首先，政府应该对于有损于道德的行为加大惩罚力度，从这一点来说，立法工作，执法工作必不可少，虽然说道德和法律作为约束人们行为的两个主要方式四，且道德并没有强制性，但是必须意识到，道德和法律之间并没有明确的界限，败坏了道德则极有可能触碰法律底线，如新闻中说，幼儿园揪住助像小男孩的头发往上提，是败坏道德，也是触碰法律，如果法律中本身就有这方面的内容，明确规定这些行为是违法的，是要收到刑事惩罚的，那么那位老师大概也不会那么猖狂。但是，只立法又是远远不够的，我们不能总等到事情发生了只依靠法律去惩罚，这样的话被害人造成的往往是不可恢复的，更好的方法是努力做好法制宣传和教育工作，让大家都知道，什么该做什么不该做，唯有这样，才能有效的防止严重道德沦落事件的发生，既减少了不必要的伤害，又能使社会整体道德水平得到提高，虽然说立法才是法制宣传和教育的基础，但是如果没有法制教育，法律充当的只是一种冷冰冰的武器，只能起到惩罚的功能，而事实上我以为，法律更多的应该起到的是警示作用，从而促进社会道德水平的整体提高。

其次，社会的监督和教育也是必不可少的，记得前一阵看到新闻，将的是扬州一名中学生骑车上学路上不慎刮到路旁的轿车，在原地等了半个小时之后没有等到车主，于是写下具体情况并留下联系方式，学生最后说：做了措施就应该承担责任，这是很自然的事情。个人是很佩服这位学生的所作所为，而且也为那个孩子所受到的良好的教育而感到欣慰，但是，这样的事情也能成为新闻本身就不是怎么值得开心的事情。这倒是题外话，那个学生所售的教育所起到的作用还是值得我们思考的，这样至少可以证明，只要学校和社会提供了发挥了很好的教育和引导作用，还是能起到非常好的作用的，这也是我们所愿意看到的，社会的监督也是必不可少，经常在新闻中看到，有歹徒抢走某人的财物，大声呼喊抓贼却没有人做出反应，我觉的这是一个社会大风气的问题，必须有人走出来起到带头作用才会有其他人紧随而上，我们姑且把这称为榜样的作用，而社会则应该多出些这样的榜样，这样的话，我们的社会的道德水平才会得到明显的提高。

最后，个人的作用也不容忽视，因为无论是国家还是社会，都是有个人组成的，所以无论是哪种团体，最终还是得落到个人上来，经常在公园看到，家长领着自己的孩子去草坪上照相，家长式孩子的第一任老师，这样的话孩子就会以为，在草坪上玩是合理且正确的，又如，前一阵子放假去天津水上公园那边玩，每一处都在用音箱放着：请爱护我们的草坪，请不要乱扔垃圾，请不要践踏草坪，但是即使这样，跳进草坪的人还是络绎不绝，这便一定是个人的问题了，虽然说，扔垃圾才草坪这些都是很小很小的是，扔的圾或许不久就会有清洁工阿姨扫走，踩一下草也不会死，但是，若是人人都这样想的，要知道，在中国，无论是多么小的问题乘以十三亿都会成为很大的问题，且不说这样会给清洁工阿姨造成多大的工作，事实是这样实在是抬手即成的事情，何乐而不为呢，况且，个人的行为往往会影响到身边的许多人。

通过以上的论述，我们不难得出结论，要想提高社会道德的总体水平，首先 得国家和政府加强立法和法制宣传教育工作，其次，社会的监督和教育职能必不可少；最后，个人的觉悟和努力也是要提高的。

**第四篇：如何提高个人素质与修养**

怎样提高个人素质与修养

莎士比亚说：“人生就是一部作品，谁有生活和实现它的计划，谁就有好的情节和结尾，谁就能写得十分精彩和引人注目。”

爱迪生有句明言：“天才是99%的努力和1%的灵感。”虽然每个人都有获得成功的机会，但是，结果如何，完全要看个人努力的方向、方法和努力的程度了。

提高自己的个人修养和素质的方方面面；

一、要把培养品德、学会做人放在首位。

中国古人认为，千古留芳的最高境界首先是“立德”，即学会做人。在道德上成为完人；其次才是做事，建功立业；再次才是做学问。

两千多年前的大教育家孔子就提出重视品德教育，将否有好的品行作为评价一个学生的重要标准。要达到“齐家”、“治国”、“平天下”，都必须从“修身”做起。

1、学会做人，是每一个人不可忽视的重要方面；

20年前，联合国教科文组织在北京召开的“面向二十一世纪教育”国际研讨会上，澳大利亚的未来委员会主席艾莉亚得博士就语出惊人。他认为：未来世界的主人应该掌握“三张教育通行证”，一张是学术上的，一张是职业上的，而另一张是证明其个人事业心及开拓能力、综合素质的通行证。以前较重视前两张，忽视第三张。实际上，如果缺乏高素质，潜力难以完全发挥。非智力因素才是智力因素发挥的保障和基石。

联合国教科文组织提出的21世纪教育理念的四大支柱是：学会学习，学会做事，学会共处，学会做人。

学会做人是建立在前三种学习基础上的一种基本进程，是教育和学习的根本目标；而学会做人，就是要追求高尚的人格，这是每一个即将走向成年的青年人不可忽视的重要方面。

2、要有自己的人格！什么是人格？

主要是指一个人的道德品质及道德行为。它时时处处渗透在人的全部言行之中，覆盖于人的活动的多个层面；简单说：一个人爱什么、恨什么、追求什么、厌弃什么；怎样律己、怎样待人、怎样工作、怎样生活；胜利时有什么情感、挫折时有什么态度、成功时有什么心境、危难时应有什么原则等等，处处都彰显人格的影子，露出人格的端倪。

3、一定要坚持做人与做事相统一；

老实做人、踏实做事、扎实工作，是每一个青年人应该奉行的准则。

老实做人，就是为人处世要坚持原则，诚实守信。

踏实做事，是老实做人在行为上的要求。

扎实工作，是老实做人和踏实做事在社会职业活动中的体现。

老实做人，踏实做事，扎实工作，彼此联系，相互相承。要想征服世界，首先要学会控制自己。

一位著名作家说：“要想征服世界，首先要学会控制自己。”想要控制自己不是那么容易的事，我们每个人心中永远存在着理智和感情的斗争。

4、自我控制、自我约束就是一个人必须：按理智判断行事

克服追求一时感情满足的本能愿望。如果任凭感情支配自己的行动，那就是使自己成为了感情的奴隶，如果那样，再没有被自己感情奴役更不自由的了。

5、对待自己的错误应采取正确的态度；

人大多都有一个弱点，喜欢为自己辩护、为自己开脱。主要原因可能是虚荣心在作祟。怎样才能克服这种心理呢？

1）坦率地承认和检讨自己；

2）对自己宽容，犯了错误不过分自责；

3）从所犯的错误中吸取教训，获得成功的智慧；

二、自尊尊人，赢得彼此的相容与和谐；

一个人生活在社会上，总是要和许许多多的人发生关系。很难想象，一个不尊重别人的人，能够处处得到别人的尊重。马克斯说：“你希望别人怎样对待自己，你就应该怎样对待别人。”

1、通过自身的努力提高个人修养。

修养是一个人综合能力与素质的体现。良好的修养最能体现一个人的品位与价值，一个有很高个人修养的人才最具有个性和人格魅力。青年人的修养提高更显得重要。现在社会上众多缺乏修养的现象绝大多数都出现在成年人身上。

2、自己要了解个人修养的几个主要方面；

{1}文化修养：

文化修养就是掌握的文化知识和在实际中运用这些知识来处理和解决问题的能力。它是一种积累，要靠相当长时间不懈努力地学习和修炼。

{2}思想修养：

思想修养实际上就是思想方法和思维习惯问题。

{3}心理修养：

心理修养就是心态、自我调控能力。攀比和虚荣心就是一种常见现象。青年人一定要提高心理修养，应树立积极、健康、向上的心态。

{4}道德修养：

道德修养主要是指生活中的各种习惯表现。例：叼根烟、公共场所抽烟、随地吐痰、说脏话等。

3、怎样才能提高个人修养呢？

从“改”字入手，从“受”字做起。怎样“改”？怎样“受”呢？

{1}要改言、改性、该心。

就是要改恶、坏、贪、愚、邪、嫉、傲。要不断地改，才能不断进步。

{2}要受教、受气、受苦。

受教就是把学到的东西吸进心中，消化成为自己的思想。一个人不仅能接受别人的赞美，更要接受别人的批评、指导、乃至伤害，能受气、受苦，才会有进步。

{3}要感说、感当、感做。

要在大众面前发表自己的意见，不只在私下里议论纷纷，遇事不敢做，不敢承当。不敢当就不能负责，不能负责就无法获得别人的信任。

{4}要思想、思考、思虑。

无论什么事情都必须三思而后行。思想是智能，凡事经过深思熟虑后去做，必能事半功倍。

三、不断完善自己的信念、价值观和世界观；

素质修养的提升肯定来自日积月累的修炼，就是一个人的信念、价值观、世界观的不断完善。要提升自己的素质修养，就要不断学习，向书本学习，向别人学习，向自己学习。

向书本学习就是要看书；向别人学习，就是多观察自己周围会处理事情的人，看他们碰到问题时会怎么做。多和自己敬佩的人交流。向自己学习，就是要经常反省自己的思想行为。古人说：“吾日三省吾自身。”

四、在交往活动中展现自己良好的风度；

{1}饱满的精神状态：

神采奕奕，精力充沛，显得自信和富有活力。

{2}诚恳待人：

不管对谁，都应平等相待。“上交不馅，下交不渎”。

{3}受欢迎的性格：

文质彬彬、活泼而不轻浮；率直而不幼稚；大方而不轻佻、豪爽而不粗俗；谦虚而不虚伪，刚强而不固执。

**第五篇：加强自身修养,提高综合素质**

加强自身修养 提高综合素质

修养是指人们在思想道德、品质品格和精神境界等方面经过锻炼和培养而达到的一定水平，它是一个人的内心世界和气质的综合体现。自古以来，大凡有作为的士大夫就讲求“修身治国平天下。”诸葛亮在《诫子书》中说过：“夫君之行，静以修身，俭以修德。非淡泊无以明志，非宁静无以致远。”作为市委办公厅一名党员干部，加强自身修养，应从以下五个方面加强：

一、加强政治修养，始终保持政治上的清醒和坚定。政治修养是衡量一个干部政治上是否成熟的重要标志。“政治是统帅，是灵魂”，没有政治意识，就没有方向，也就没有大局，难当大任，难受重托。胡锦涛总书记要求我们，“在各项工作中贯穿讲政治的要求，增强原则性、系统性、预见性和创造性，立场坚定，旗帜鲜明，始终坚持正确的方向。”这既是做好工作的需要，也是讲政治的表现。一方面要树立坚定正确的理想信念和政治方向，始终与党中央保持高度一致；另一方面，要不断增强政治敏锐性和政治鉴别力，善于从政治上思考和处理问题，在大是大非面前不糊涂，提高驾驭复杂情况的能力。

二、加强理论修养，坚持以“科学发展观”统领、推动工作。

理论修养是党员干部修养的根本，政治上的清醒坚定源于理论上的成熟自觉。党员干部一定要克服心浮气躁，潜下心来学习读几本好书，钻研理论，提高悟性。首先，要认真学习中国特色社会主义理论体系，特别是科学发展观，深刻理解和全面把握其丰富内涵和精神实质，提高理论知识，做到与时俱进，适应发展。其次，要坚持理论与实践相结合，理论联系实际，理论指导实践，学以致用，学用相长，转化运用学习成果统领工作，推动各项工作协调发展。

三、加强知识修养，不断提高工作能力和业务水平。知识是能力的基础，也是体现一个人综合素质的重要元素。培根曾说过：“读史使人明智，读诗使人灵秀。数学使人周密，科学使人深刻，伦理使人庄重，逻辑修辞使人善辨，凡有所学，皆成性格。”这些富有哲理的论断，精辟地阐述了知识修养的重要性。加强知识修养，没有什么捷径，只有加强学习，勤奋学习，终身学习，把学习作为一种政治责任、一种精神追求、一种生活方式、一种工作动力，自觉养成勤奋学习的习惯，博览群书，才能增长知识，丰富生活，提高能力，胜任工作。

四、加强道德修养，始终保持共产党人的高尚情操。道德是人们共同生活及其行为的准则和规范。中华民族是一个有着优良道德传统的民族，孔子早就提出了“为政以德”的思想，强调“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从。”高尚的道德情操，是智慧之源、立身之本、立业之基，是一种非权力的影响力，一种不威而严、不令而行的人格魅力，一种宽容大度、虚怀若谷的胸襟，一种有情有义，表里如一的诚信。胡锦涛总书记强调：“共产党员都要坚持高尚的精神追求，培养高尚的道德情操，养成良好的生活作风，自觉抵制拜金主义、享乐主义、极端个人主义的侵蚀”。加强道德修养不是细节问题，而是关系到党的事业兴衰成败的大事，每个共产党人必须认真践行社会主义荣辱观，常修为政之德、常思贪欲之害、常怀律已之心，始终做到自重、自省、自警、自励，坚决抵御各种落后思想和腐朽文化的侵蚀，切实过好权力、金钱、美色关，永葆共产党人的高风亮节。

五、加强党性修养，履行全心全意为人民服务的职责。重视和加强党性修养，是我们党的政治优势和优良传统，是我们党区别于其它政党的显著标志。全心全意为人民服务是我党的宗旨，在任何情况下，都要把党和人民的利益放在首位，正确处理好个人与组织、与群众的关系；正确处理好民主与集中的关系，坚持党的团结统一，调动各方面工作积极性；正确处理好勤政与廉政的关系，居安思危，常怀忧党之心，恪尽兴党之责，切实做到勤勉干事、清白为“官”，坚持慎初、慎独、慎微、慎权，要有敢于担当的精神和勇气，坚持实事求是的原则，敢于较真碰硬，廉洁奉公，为党的事业，为人民的利益不懈努力。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！