

# 宋爽老师

中共辽宁省委党校教授

四川大学历史学博士

中共辽宁省委党校研究生导师

中共辽宁省委党校教学名师

中共辽宁省委党校“党的二十大讲师宣讲团”成员

## 构建青年的政治、思想、文化和心理修养

### 一、 构建青年的政治修养

- 把握正确的政治方向
- 提高政治敏锐性和政治鉴别力
- 敬畏党的政治纪律和政治规矩
- 加强政治历练，增强政治自制力

### 二、 构建青年的思想修养

- 提高个人的思想境界
- 完善个人的思维方式与思维方法
- 优化思维品格
- 提升修身养德的道德标准

### 三、 构建青年的文化修养

- 马克思主义理论的学习
- 专业知识的架构与完善
- 建立持续的学习型人生

#### 四、心理修养

- 明是非、辨善恶、通情达理
- 理解自己与宽容别人的团队意识
- 架构属于自己的人生幸福