

青少年谦虚心道德德育模式的理论建构初探

谢威士¹, 柯丹露²

(1. 合肥师范学院教师教育学院当代社会心理应用研究中心, 合肥 230061;

2. 安徽农业大学心理健康教育中心, 合肥 230036)

摘要:“谦, 德之柄也。”谦虚心道德德育对青少年健全人格的塑造, 道德水平、人际关系、心理健康等的提升等都具有重要意义。青少年谦虚心道德德育模式的建构包含认知、情感、动机、行为四个基本层面, 按照主体性、发展性、引导性、整体性、可操作性原则, 运用“以生为本”“正身净心”“知行合一”“内外兼修”等教育方法, 将谦虚心道德德育理论运用于德育实践中。

关键词:谦虚心; 德育模式; 模式建构

中图分类号: G410; D432.62 **文献标志码:** A **文章编号:** 1673-1883(2019)04-0054-04

A Preliminary Study on the Theoretical Mode Building for Moral Education of Modesty in Teenagers

XIE Weishi¹, KE Danlu²

(1. Application Research Center of Current Social Psychology,

School of Teachers Education, Hefei Normal University, Hefei, Anhui 230061, China;

2. Center for Mental Health Education, Anhui Agricultural University, Hefei, Anhui 230036, China)

Abstract: "Modesty is the essential virtue." Moral education of modesty is significant in shaping healthy personalities, improving mental health and interpersonal relationship. The mode building for moral education of modesty in teenagers consists of four basic aspects: cognition, emotion, motivation and behavior. When applied to practice, it follows these principles: subjective, developmental, instructive, integrative and operational. We should adopt the educational methods of student-orientation, self-improvement, unification of knowledge and action, and improvement from within and without to apply the theory of modesty education to moral education practice.

Keywords: modesty; moral education mode; mode building

孔子《周易·系辞下》有载：“谦，德之柄也。”中西方均认为，谦虚是精神、宗教、哲学传统中的美德，并且与个体的精神成长和成熟相联系。虽然美德研究越来越多，但由于测量的复杂性，以及与过分强调自我和自尊的冲突，谦虚这一传统美德未得到应有的重视。Worthington(2007)在《谦虚：安静的美德》一书中强调谦虚的美德可以改变生活^[1]。随着多元复杂的道德观念的充斥，个人主义盛行带来的冲突影响，人际危机的不断爆发，中西方开始积极探索谦虚的作用，用行动呼吁着谦虚的回归。青少年期是同一性和角色混乱的冲突期，是自我意识的确定和自我角色的形成关键期，所以这个阶段的谦虚心道德德育就尤为关键。谦虚是一种美德，是一种积极的心理品质，是青少年德育的重要内容。

本文将初步建构青少年谦虚心道德德育模式，以期对青少年德育和谦虚的研究有所启示。

一、谦虚的内涵及社会功能

在中国文化中，百科之源的《易经》第十五卦是“谦卦”。孔子非常推崇《周易·谦》中的“谦谦君子，用涉大川。”“谦，尊而光，卑而不可逾。”道家老子曰：“吾有三宝：一曰慈，二曰俭，三曰不敢为天下先。”《老子六十六章》：“江海所以能为百谷王者，以其善下之，故能为百谷王。是以欲上民，必以言下之；欲先民，必以身后之。”其处下、无争、贵柔的思想其实是谦虚思想的表现。谦虚是中国传统文化中理想人格的道德诉求，符合天道和入道。燕国材认为谦虚既是一种道德品质，也是一种性格特征^[2]，

收稿日期: 2019-05-15

基金项目: 2015年教育部人文社会科学青年基金项目: 谦虚心的内隐效应及青少年谦虚心道德德育模式建构(15YJC190020);

2013年安徽省高校省级优秀青年人才基金重点项目: 青少年谦虚心: 特点、类型和心理结构研究(2013SQRW050ZD)。

作者简介: 谢威士(1980—), 男, 安徽太和人, 副教授, 硕士生导师, 研究方向: 青少年心理健康与教育、中国文化心理学、谦虚心等。

胡金生认为谦虚是通过低调的自我呈现、以柔克刚、以弱制胜的和谐控制过程,以及以阳居阴的行事风格^[3]。在西方文化中,思想明灯《圣经》也将谦虚视作一种美德,“上帝反对骄傲的人,赐恩给谦虚的人。”尼采说:“谦逊基于力量,高傲基于无能。”赫尔岑说:“只有坚强的人才谦虚。”Jankowski等(2013)心理学研究者将谦虚定义为一种多维结构,包括(a)愿意准确评估自我并承认自己的局限性;(b)对待别人的倾向;(c)调节关注自我情绪的能力^[4]。

中西方对谦虚的认知是相似的,中西方学者均认为谦虚是一种积极的人格品质,包括温和的自我观点,低自我关注度,开放心态和亲社会动机,这可以赋予个人成长和社会支持方面的适应性优势。作为心理学、教育等众多领域的研究重点之一,大量研究表明谦虚在自我发展、心理健康、人际关系、团队合作等方面具有重要作用。Tongeren等人(2016)通过四项实验研究验证了谦虚可以增强自我控制能力,谦虚的人对自己的看法是平衡的,能够承认自己的失败和瑕疵,没有自我贬低,正确看待自己的成就和优势,而不是将自己视为优于他人^[5]。谦虚的人也被认为是开放的,包括接受批评的能力,积极寻求自我完善,并考虑他人的观点。因此,他们的自我观点更强大,不太可能受到社会接受/拒绝和个人成功/失败的影响。Jankowski等人(2013)以及Krause(2016)通过研究证实了谦虚可以缓解抑郁、焦虑等负面情绪并增强心理幸福感^[4,6]。“劳谦虚己,则附之者众;骄慢倨傲,则去之者多。”谦虚同样也拥有很多的亲关系品质,谦虚的人在社会团体中更能接受别人,他们也愿意承认从别人那里获得的益处,包括感受到的爱,这就更容易强化关系。谦虚也与较高的信任有关,谦虚的人将自己的信誉投射到别人身上,促进了人际关系的进一步深化。Van Tongeren等人(2014)通过三项对比研究发现,谦虚有助于亲密关系的开始和维护^[5]。Rowden等人(2014)研究了谦虚在关系治疗中的作用,发现在治疗中运用谦虚技巧,可以让来访者更懂得同理、怜悯和宽恕^[7];谦虚也会带来许多相关的好处,如对别人谦虚,能体验到“软化行为”意愿的增加,能稳固危难中的人际关系等。

此外,Chirumbolo(2014)发现HEXACO人格模型中的诚实-谦虚的人格特质对工作不安全感具有调节作用,在控制了性别、年龄、合同类型和其他HEXACO人格特征之后,对于诚实-谦虚的人来说,工作不安全感与适得其反的工作行为产生了积极

的影响^[8]。Bradley等人(2013)研究了161个团队的数据得出:领导者的谦虚对团队绩效起着促进作用,谦虚与工作满意度、职业承诺、工作绩效是紧密相连的,在职业生活上,谦虚占有不可或缺的地位^[9]。

谦虚是一种美德,是一种积极的心理品质,在自我发展、心理健康、人际关系、团队合作等方面具有重要作用,是青少年德育的重要内容,那建构谦虚心道德德育模式就显得尤为重要。德育模式是一种教育模式,是运用模式研究法,对在德育现象中逐步形成的、相对稳定的、较为系统而具有典型意义的德育经验,加以抽象化、结构化,使之形成基本德育范型^[10]。学校德育模式是在学校中引导学生通过掌握道德规范,形成是非、善恶、美丑道德观念,以此为指导来发展健全人格的教育。青少年谦虚心道德德育模式的建构应符合时代发展的特点,符合传统优秀文化的发展需要,符合青少年的思想特点和心理发展需求,符合德育的理论化和科学化水平^[11]。

二、谦虚心道德德育模式建构的基本面

谦虚心道德德育模式包含认知、情感、动机、行为四个基本面,其中认知层面是出发点,情感层面是联结点,动机层面是驱动力,行为层面是落脚点,只有相互之间的协调统一,才能发展出真正的谦虚心。

(一)认知基本面

谦虚认知是指个体通过心理活动(如对谦虚心的含义、特征、性质、意义等形成概念、知觉、判断或想象)来获取知识,比如青少年认为在人际交往的过程中是否应该有谦虚心,谦虚心是否是美德,在什么情境下会更易表现出谦虚心等等。谦虚心的认知基本面是其心理机制最基本也是最重要的部分,是通过习得形成符合社会规范的意识。皮亚杰认为青少年期是形式运算阶段,思维可以利用语言文字,在头脑中想象和思维,重建事物和过程来处理现实中的问题,那么该阶段让青少年形成对谦虚心的正确认知就显得尤为重要。

(二)情感基本面

谦虚心的情感体验维度是指个体在表现谦虚时的内心体验,包括正性的或负性的情感体验,如愉悦、欢喜、厌恶、忧伤等。人的情感体验主要来自“触景生情”和“以情生情”,那么德育模式中的情感系统即是由微观的感触阶段、感受阶段、感悟阶段,到感化阶段的发展,让青少年对谦虚心的情感体验上升为道德情操,对谦虚心这一传统美德产生共

鸣,从而达到谦虚心道德德育的目的。

(三)动机基本面的

谦虚动机实际上是在对谦虚心的认知和情感的基础上产生的,通过对未来的预见和期待来激发和指导自己的谦虚行为。也就是说,个体是否愿意、积极、主动地在人际交往中表现出谦虚的行为倾向。Sugiura等人(2000)根据动机的不同,将谦虚心分为亲和性谦虚和防御性谦虚,前者是指向他人的,以维持人际和谐为目的;后者是指向自我的,以自我保护为目的^[12]。胡金生(2009)将谦虚心分为真诚性谦虚心、规范性谦虚心和防御性谦虚心^[13],真诚性谦虚心的实质是积极向上、有所作为的精神,真诚、自觉的“卑己”,不会导致消极的自我评价,规范性谦虚心和防御性谦虚心更倾向于是一种印象管理策略,是为了达到某种目的而采取的自我控制行为,是有所为而为之。

(四)行为基本面的

谦虚行为是个体在人际交往过程中是否表现出谦虚心的言行。谦虚的行为阶段是谦虚得以实现的关键,是个体谦虚心的外化,是判断个体是否谦虚以及谦虚水平高低的标准。在谦虚心道德教育中,不管是认知层面、情感层面还是动机层面,最终都落实在谦虚心的行为层面,都落实在谦虚心的实践层面。亚里士多德说过:“做公正的事情才能成为公正的人,进行节制才能成为节制的人,有勇敢的表现才能成为勇敢的人。”

三、建构谦虚心道德德育模式的原则

在谦虚心道德德育理论研究和具体实践中,需遵循青少年谦虚心道德的发展规律、德育主客体关系规律、德育发展规律等,按照主体性、发展性、引导性、整体性、可操作性等原则来建构青少年谦虚心道德德育模式,以便更好地将德育理论运用于德育实践中。

第一,青少年谦虚心道德德育模式的建构需遵循主体性原则。王策三说:“主体性,这是全面发展的人的根本特征。”“教育对人的发展从而对社会的发展所起作用的大小,基本上取决于它在多大程度上培养出主体性的人来。”谦虚心的德育模式需尊重青少年的人格尊严、生命价值和意义,充分调动青少年的自主性、自律性和能动性,这是现代道德教育发展的必然方向。

第二,青少年谦虚心道德德育模式的建构需遵循发展性原则。克莱恩说:“孩子们所拥有的潜能比目前的教育体制所能启发他们的多得多,你必须

要从旁协助他们。”个体谦虚心的发展受到社会文化、情境等外部变化因素以及性别、信念等个体变化因素的影响,青少年谦虚心道德德育模式的建构必须着眼于人的道德发展,以人的全面发展为终极目标,不能用静止的眼光来将其禁锢。

第三,青少年谦虚心道德德育模式的建构需遵循引导性原则。在青少年道德发展的过程中,教育者在引导和促进学生主体性发展上起着重要的作用,教育使人成为真正的人,教育者的引导作用是任何时候都不能被抹杀的,教育者的谦虚心对整个学生群体起着促进作用。

第四,青少年谦虚心道德德育模式的建构需遵循整体性原则。青少年谦虚心道德德育需协调认知、情感、动机、行为四个层面,形成以知成人、以情动人、以动感人、以行树人的和谐德育系统;青少年谦虚心道德德育需紧密结合学校德育、家庭德育和社会德育,通过第一课堂的专业学习,第二课堂的丰富多彩,第三课堂的媒体融合以及文化环境的熏染浸润来建构立体化的德育空间。

第五,青少年谦虚心道德德育模式的建构需遵循可操作性原则。德育模式是连接德育理论和德育实践的重要桥梁,是将德育理论运用于实践的操作方式。谦虚心道德德育模式的可操作也是德育科学化的必然结果,需坚持“贴近实际、贴近生活、贴近学习”的原则,用科学的测量工具来研究青少年的谦虚心发展水平、发展现状和发展特点,从而更好地建构谦虚心道德德育模式。

四、践行谦虚心道德德育模式的方法

谦虚心道德德育从认知、情绪、动机、行为四个层面来促进青少年的德性发展和道德人格的提升。教育者在谦虚心道德德育模式的践行过程中应遵循青少年的身心发展规律,贴近他们的生活实际,强化他们的参与体验,探索多样化的践行方式,从而实现谦虚心道德教育的科学化、规范化和立体化。

第一,以生为本,坚持教育与自我教育。当代的青少年崇尚尊重、自由、民主和平等,不喜欢“填鸭式”的教育,谦虚心道德的理论和实践教学应充分尊重受教育者的主体性,坚持“以生为本”的原则,开拓思想,创新路径,将教育者的引导教育和教育对象的自我教育结合起来,共同参与德育活动,激发德育对象的自主性、能动性和创造性。比如可以组织他们对古今圣贤谦虚的言论、故事、名言警句等进行讨论,使学生理解其谦虚心道德的精髓,

产生情感共鸣,激发动机,最终渗透到日常行为中。另外,教育者本身的谦虚心修养对青少年的团队管理和教育的影响也非常深远,那提升自身的道德修养,健全自身的人格也是非常必要的。

第二,正身净心,坚持传统文化教育和心理健康教育。博大精深的中华传统文化的道德精髓,“仁义礼智信”的时代价值,是青少年社会主义核心价值观的重要源泉;心理健康教育是激发个体潜能,和谐身心,健全人格的重要方式;传统文化强调内省,主张修身养性,重视道德修养,完善健全人格,在进行传统文化教育的同时,结合青少年的思想形成和心理发展特点,进行相匹配的心理健康教育,对青少年的思想共识形成、精神力量汇聚、社会风尚引领都具有重大意义。例如可以在心理健康教育课程中融入谦虚心培养培养的内容,因为谦虚心是个体的人际交往的润滑剂,有助于青少年和谐人际关系的建立。青少年往往面临着人际交往的困惑,融入谦虚心培养的有关内容,既能提高青少年的道德情操,又能促进其心理的和谐发展。

第三,知行合一,坚持说理教育与美德践行。说理教育以增强理解力和理性认识为重点,引导青少年理解谦虚心精神内涵,增强传承和弘扬谦虚美德的责任感和使命感。美德践行以增强感受力和感性认识为重点,教育者要注重文化体验,开展立体化的校园和社会活动,可通过知识竞赛、志愿服务、传统礼仪教育等体验式教育,强化青少年对谦

虚心的感受和理解。将说理教育融入美德实践中,形成日常教育、全程参与、文化育人、实践育人的良好氛围,真正做到谦虚心这一传统美德的“入耳、入脑、入心”。如让青少年分享自己在人际交往过程中表现出的谦虚行为所产生的不同内心体验,被他人赞扬或欣赏,还是遭人零落或鄙视等,通过这样的活动不仅使青少年感知谦虚,还能践行谦虚这一传统美德。

第四,内外兼修,坚持外显教育和内隐教育。外显教育是通过教育对象有意识的心理活动,直接发生变化的教育方法;例如可以推荐青少年阅读古今中外有关谦虚心的书刊、名人名言等,以此激发青少年对谦虚心的外显认知,从而提高他们对谦虚心这一传统美德的了解和认同。内隐教育则是通过教育对象无意识的心理活动,间接发生变化的教育方法。例如教育者可以定期的以主题班会、课外活动、辩论赛、演讲比赛等形式,组织学生开展以谦虚心为主题的游戏或活动,并且鼓励青少年积极参与,通过这些形式多样的教育活动,能够使青少年对谦虚心这一传统美德有内在体验,达到潜移默化的效果。谦虚心道德德育应高度重视教育内容和方法的人性化和内隐化,紧贴青少年谦虚心思想的发展特点和接受习惯,打造出青少年喜闻乐见、主动参与的教育活动,并增强学习教育活动的互动性,实现谦虚心道德德育潜移默化、“润物细无声”的树人效果。

参考文献:

- [1] WORTHINGTON, EVERETT L. Humility: the quiet virtue[M]. Philadelphia: Templeton Press, 2007.
- [2] 燕国材. 论谦虚心与学习[J]. 上海教育科研, 2010(10):52-54.
- [3] 胡金生. 中国人自谦的动机及其与主观幸福感的关系[J]. 辽宁师范大学学报(社会科学版), 2009, 32(5):48-51.
- [4] JANKOWSKI P J, SANDAGE S J, HILL P C. Differentiation-based models of forgiveness, mental health and social justice commitment: Mediator effects for differentiation of self and humility[J]. Journal of Positive Psychology, 2013, 8(5):412-424.
- [5] TONGEREN D R V, DAVIS D E, HOOK J N. Social benefits of humility: Initiating and maintaining romantic relationships[J]. Journal of Positive Psychology, 2014, 9(4):313-321.
- [6] KRAUSE N. Humility, stressful life events, and psychological well-being: Findings from the landmark spirituality and health survey[J]. Journal of Positive Psychology, 2018, 11(5): 499-510.
- [7] ROWDEN T J, BULLET S M H, WICKEL K. Understanding humility and its role in relational therapy[J]. Contemporary Family Therapy, 2014, 36(3):380-391.
- [8] CHIRUMBOLO A. The impact of job insecurity on counterproductive work behaviors: the moderating role of honesty - humility personality trait[J]. The Journal of Psychology Interdisciplinary and Applied, 2014, 149(6):1-16.
- [9] OWENS B P, JOHNSON M D, MITCHELL T R. Expressed humility in organizations: Implications for performance, teams, and leadership[J]. Organization Science, 2013, 24(5):1517-1538.
- [10] 鲍敬敬. 中英德育模式比较研究[D]. 石家庄:河北科技大学, 2013.
- [11] 季爱民. 我国德育模式研究的现状与趋势[J]. 武汉大学学报(人文科学版), 2006, 59(1):119-123.
- [12] SUGIURA T. Developmental change in the relation between two affiliation motives and interpersonal alienation[M]. The Japanese Journal of Educational Psychology, 2000, 48(3), 361-371.
- [13] 胡金生, 黄希庭. 自谦:中国人一种重要的行事风格初探[J]. 心理学报, 2009, 41(9):842-852.