

侯亚方：大学生道德教育之同理心的培养

“同理心”源自希腊文“empathia”(神入)，美学理论家用“同理心”形容理解他人主观经验的能力。1920年“同理心”首度使用在心理学领域。同理心就是站在对方立场思考问题，并对他人的处境或者困境进行识别，达到感同身受，从而理解他人并与他人分享这种体验。换句话说，同理心就是人格成熟和社会化过程的标志，可满足人们的社会性生活方式的需要[1]。同理心包含这样一个过程：首先能站在他人的角度去感知和体验他人所感知和体验的自然环境、社会环境及其自身；其次熟知和理解他人有这种感知和体验的原因；最后能把自己对他人的感知和体验传达给对方[2]。学者普遍认为，作为一种心理特质的同理心，在实际生活与工作中表现的是一种过程，存在着情绪识别、理解、反应和表达等多个环节。道德伴随着人的一生，因而社会上的主流道德是积极向上的。大学生作为未来社会发展的主力军，有激情、有道德、有理想，关注社会和国家大事。但部分大学生的不良行为则需警惕，包括无故旷课、作弊，甚至辱师、驾车撞人等，这在一定程度上反映了部分大学生的人生道德行为取向不断偏离正轨，亟需学校和社会及时引导和纠正。那么，同理心对大学生的道德水平建设有什么样的作用？同理心和道德教育有什么关系呢？

一、同理心和道德教育

在人类的教育史中，道德教育始终占有很重要的地位，德才兼备一直以来是国人追求的境界。道德教育是指为培养和提高受教育者的思想政治品德素质所进行的教育，以社会道德原则和规范为内容，有目的、有指向地对个体的思想观念和行为习惯施加影响，并借此来引导人们自觉履行道德义务的活动。其中，提高认识、陶冶情感、锻炼意志、确立信念和培养行为习惯等是道德教育的主要环节。教育必须遵循人的发展规律和大脑的反应机制，才能取得预期的效果，当然道德教育作为教育的一种也不例外。不论是个人品德、家庭美德还是职业道德，都要遵循个人生理和心理的发展规律，依靠个体的积极努力，而同理心则在其中扮演着重要的角色。其一，具备同理心是实行道德教育的一个良好的前提和重要保障。亚当·斯密认为，感同身受这种情绪体验是人际交往中建立信任关系的基础，有利于道德体系的建设。有关认知神经科学的研究发现，同理心在促进亲社会行为方面和抑制反社会行为方面有着十分重要的作用[3]。同理心是社会认知的重要组成部分，在社会交往和道德发展中是重要角色，是道德之源[4]。其二，同理心教育是道德教育的一个组成部分，并可以促进道德教育的发展。同理心多被用在医学领域，人们利用同理心来处理医患关系，缓解医生、护士和患者的矛盾。近些年，同理心也逐渐应用到管理学和营销学领域，以协调团队人际关系和团队沟通。大学生在学习生活中，许多

方面同样需要同理心。总而言之，同理心在道德教育中有着不容忽视的作用，是道德教育的前提和保障，如果在道德教育中忽视了同理心的培养，会对个人的综合发展和社会和谐发展造成不利影响。经济新常态下，我国经济形势和社会形势都发生了很大变化，大学生面临学习和就业的双重压力，容易在道德上出现问题。所以，想要提高大学生的道德水平，同理心的培养必不可少。

二、大学生同理心培养的重要性

相同情况下，拥有同理心的人能更好地与他人进行沟通和交流，更好地处理人际关系。对大学生而言，同理心有什么样的意义呢？

(一)大学生心理成熟的需要

人才是一个国家繁荣富强的不竭动力，教育则是培养人才的一种重要方法。大学生作为高校人才培养的主要对象、国家发展的人才储备力量，他们生理心理的发展状况关乎个人的成长，他们的综合素质决定着整个高校人才教育的综合水平。个人心理成熟的主要因素包括：自我意识的扩大、和他人联系密切、自我包容、自视客观、统一的人生哲学等。自我意识是心理成熟的重要标志。正确认识自我和他人，处理好个人与他人的关系是一个人心理成熟的基础。

依据戈尔曼的观点，情感智力的培养应成为学校教育的组成部分，是面向全体学生，而不是专为问题学生设计的补救措施[5]。同理心作为情商的重要组成部分之一，决定着情商，而情商有可能会决定一个人的命运。缺乏同理心的大学生很少能够站在他人的立场思考问题。他们不能很好处理人与人、人与社会的关系，高智商，低情商的现象普遍存在。根据马斯洛的需求层次理论，其中社会需求包括情感和归属的需要；尊重需求则包括自我尊重、信心、成就、对他人的尊重和被他人尊重[6]。马斯洛认为，尊重需要得到满足能使人对自己充满信心，对社会满腔热情，体验到自身的价值。同理心的运用可以满足大学生的社会需求和情感需求，促进大学生的心理成熟和人格成熟。

(二)大学生道德提升的需要

大学生作为社会群体中的一部分，是未来社会发展的主力军，对社会有着不可忽视的作用。大学生的道德水平，体现了社会公德水平，展现了高学历群体的整体风貌，呈现了高校人才培养的质量，也展示了学校道德教育的成果。“才者，德之资也；德者，才之帅也”。在高校人才培养过程中应注重大学生

整体素质的提高，德才兼备的人才是新常态经济社会的所需。

当前，大学生社会道德状况整体上是积极向上的，但也不能忽视部分大学生的不良社会行为的存在。如部分大学生在处理个人与他人关系中，缺乏同理心，习惯以自我为中心，尊重意识淡薄；在处理个人与社会的关系中，缺乏同理心，公共意识淡薄；在处理个人与自然的关系中，缺乏同理心，环境意识淡薄。有关调查显示，大学生在公共场所中“情侣之间动作过于亲密”和“乱扔垃圾”行为被视为典型的非道德现象[7]。良好的同理意识与同理能力能促进青少年儿童良好人格特质、道德品质的形成，提高其人际交往能力。大学生也一样，良好的同理意识与同理能力能引导大学生更好地处理与他人、社会和自然的关系，从而提高大学生的道德水平。

(三)大学生社会化过程的需要

社会化是由自然人向社会人的转变过程，每个人必须经过社会化才能使外在的社会行为规范内化为自己的行为准则，这是社会交往的基础。社会化涉及两个方面：一是社会对个体进行教化的过程；二是与其他社会成员互动，成为合格的社会成员的过程。人的一生与他人、与社会接触程度不断加深，社会化程度亦不断加深。大学生作为社会成员，最终会进入社会，服务社会，实现自己的人生价值。时下，学术界对大学生社会化的看法存有社会化不足和过度社会化两种观点。笔者认为，大学生总体来说是社会化不足，即政治社会化不足，生活社会化不足、技能社会化不强[8]。拥有同理心能让大学生站在他人的立场考虑问题，理解他人的处境和想法，并及时反馈给他人。这样能够提升大学生与他人沟通交流的能力，以更好地适应社会生活和工作，更好地关注自身、他人和社会，完善自我，提升自己的综合素养，促进大学生在政治、生活以及技能上的社会化。

三、培养同理心，提升大学生整体素质

同理心对大学生的人格完善、道德提升以及社会化进程都有一定的作用。那么，又该如何培养大学生的同理心呢？笔者认为，可以从以下几点着手：

(一)从外部客观因素出发，培养大学生同情心

社会化的载体包括家庭、学校、社会其他群体。就外部环境而言，大学生这一群体，受学校的影响极大，教师对大学生的影响也不容小觑。所以要从学校和教师着手，营造充满同理心的氛围，培养大学

生的同理心。

1.从学校出发，营造和谐的同理心氛围。环境对人的影响是不容忽视的，它起着“润物细无声”的效果。学校是大学生学习和生活的主要场所，学校环境对大学生的影响至关重要。学校应该建设一个和谐友好、充满同理心的校园氛围。传统的道德教育很少关注同理心的教育，学校应该吸收和借鉴脑科学的一些相关研究成果，调整德育的课程内容，将同理心教育作为德育的一部分[9]。目前，高校的一些德育课程说教性较强，人文关怀较弱。重视同理心的教育，把同理心教育纳入课程建设体系中，是一个创新。有关同理心的研究多是针对儿童或者中小學生，如苏霍姆林斯基多注重对儿童同情心的培养。大学生和儿童相比生理心理相对成熟，但由于个体同理心的发展并不是递增的，随着年龄的增长，同理心的不同成分也会发生某些变化。一般来说，个体的情感同理心会相对保持稳定，但是其认知同理心到了一定阶段，可能会出现下降的趋势[10]。有鉴于此，为保持大学生道德水平的稳定性，高校需要重视对大学生同理心的培养和熏陶，促进他们的心理成熟和人格成熟。

2.从教师出发，重视和运用同理心。同理心是情商的重要组成部分，是良好的人际交往中不可或缺的一种能力。教师作为教育的主体，从受教育者的生理、心理出发，在教育过程中运用同理心，可以尽可能地理解大学生的真实想法，正如苏霍姆林斯基所说的“不要忘了自己曾经也是儿童”一样，不要忘了自己也曾是学生。美国心理卫生学会的学者研究发现，教育方式可能会造成同理心的差异，忽略对别人造成影响的教育方式，会形成冷漠的同理心[11]。因此，教师应注意同理心在教学中的运用。它有助于学生同理心的培养，提升学生的思想政治水平。说话的艺术会影响谈话的效果，教学的艺术同样会影响教学的效果，教与学不是一个机械的过程，它是一个互动的环节。教师应重视培养受教育者的同理心，提升自己的同理心能力和意识。多运用同理心教育，善于倾听，建立平等关系，对学生积极引导和正确表达，增加师生互动。教师只有提升自己的职业素质，重视、学习和运用同理心，才能与学生相互理解、沟通顺畅，引导学生选择正确的道德行为，在言传身教中让学生学习同理心、运用同理心。

(二)从内部主观因素出发，培养大学生同理心

1.从提高道德水平出发，学习同理心。拥有同理心有利于个人素质的提升。大学生作为高校人才培养的主要对象，为了提高综合素质，实现全面发展，必须认真学习高校开设的道德培养课程，自觉地提高自己的道德修养。首先要从主观上真正重视同理心、学习同理心、运用同理心。增强自己站在他人角度看问题的能力，增进与他人的相互沟通和理解，为稳固并进一步提高自己的道德水平而努力。同

理心要求大学生从他人的立场出发，在与他人相处时，理解、尊重、关心他人，做到文明礼貌;在公共场所内，注意自身形象，做到爱护公物、遵纪守法;在自然环境中，自觉保护环境、尊重自然。如果大学生能在日常的学习生活中，学习同理心的知识，时刻注意自己的形象，那么，其道德水平和个人素质一定会在这种潜移默化中得到提升。

2.从人际交往出发，运用同理心。同理心是人际社会交往的关键，它有助于建立合作互助的人际关系，培养利他和服务社会的思想品质[12]。拥有同理心，有利于大学生在学习和工作的集体中建立良好人际关系。人脱离不了集体和社会，那么人际交往就不可避免。大学生在学校作为班级的一份子，在社会作为工作团体的一份子，都离不开集体，都避免不了与他人的交往。在人际交往中重视和运用同理心，能增进双方理解，建立互利合作的关系，促进大学生从他人立场思考问题，更好地处理社会关系，提升大学生的综合能力，以更好地服务社会。

[参考文献]

[1]黄正接,罗琪.“同理心”在外科医患沟通中的应用[J].中国医学伦理学,2010,(2).

[2]周红五.同理心:师生交往的基本能力和修养[J].人民教育,2010,(22).

[3]Jolliffe.D,Farrington DP.Examining

the relationship between low empathy and self-reported offending[J].Legal and Criminological Psychology,2007,(2).

[4]刘春雷.改进学校道德教育：以培养同理心和自我控制为参照[J].中国德育,2015,(24).

[5]吉布斯.情感智商因素[J].力文,译.现代国外社会科学文摘.1996,(9).

[6]马斯洛需求层次理论.360百科

[DB/OL].<http://baike.so.com/doc/2>

09.

[7]刘德平.当代大学生公众形象调查报告[J].中国青年政治学院学报,2006,(1).

[8]杜英.浅析当前大学生社会化问题[J].价值工程,2010,(09).

[9]王亚鹏,董奇.脑科学研究对我国教育政策的启示[J].中国教育学刊,2012,(9).

[10]王亚鹏,宋欣泽,瞿佳佳.同理心的认知神经科学研究对道德教育的启示[J].中国德育,2015,(24).

[11]刘春梅.浅析高校人才培养中同理心教育的渗透[J].时代教育,2009,(2).

[12]郑玮.同理心在辅导员工作中的价值与运用[J].高校辅导员,2013,(4).

[责任编辑：肖偲偲]