

感恩教育：道德情感培养的有效路径

王艳

(浙江师范大学教育学院, 浙江金华, 321004)

摘要: 感恩教育对培养学生的道德情感起着潜移默化的重要影响。文章就道德情感及其必要性、感恩教育及其特征、感恩教育对学生道德情感培养的作用进行了阐述, 并探讨了感恩教育对学生道德情感培养的相关策略。

关键词: 感恩教育; 道德情感; 相关策略

一个对周围的人和世界心存感恩的人, 会格外珍惜生活和善待他人, 学生学会感恩的过程是其道德情感提升的过程, 也是个体自我觉醒的过程。中国自古就有“感恩”的传统,《诗经》中有“投桃报李”之说,《游子吟》中“谁言寸草心, 报得三春晖”的感人诗句, 民间更有“滴水之恩, 当涌泉相报”的谚语。在社会经济快速发展的今天, 新旧价值观的冲击日渐加剧, 对学生的世界观、人生观等影响很大。感恩教育的重要性已受到教育界的很大重视, 上海市教委 2005 年 8 月推出了第 3 版《中小学生守则》, 增加了“学会感恩”等条款^[1]。因此, 学校通过感恩教育这一德育的有效途径来培养和提高学生的道德情感是有必要的。

一、道德情感及其必要性

道德情感(sense of morality), 是人们根据社会的道德规范评价自己和别人的举止、行为、思想、意图时所产生的—种情感^[2], 是直接与人所具有的对于—定道德规范的需要相联系的一种体验, 是情感的一种高级形式, 是激发人们思想行为的重要的内部驱动力量。道德情感是主体把握世界的一种特殊方式, 是在—定的利益关系基础上, 通过自身对外界的体验和自身情绪的认识、控制而形成的一种心理活动。道德情感活动以好恶、喜怒、爱憎等情绪形式表现出来, 但又不等于这些情绪, 它是人类道德心理中最深沉而又最活跃的内容, 是一切道德活动得以进行和符合目的发展的主体保证, 同时, 又是人们完善自己的—个重要方面。

道德情感教育是一种有目的、有意识、有计划、有组织的教育活动, 教育者在学校教育中自觉地渗透提高道德情感的感恩教育, 是有其必要性的。

1. 道德情感是道德认知发展的促进剂

现代心理学的研究表明, 情感因素是人们认知信息渠道的“阀门”, 是重要的动机变量^[3]。道德情感对道德认知的动力作用体现在道德认知的全过程。道德情感是学生学习道德知识的直接动机, 也是道德判断的必要条件, 还是道德意识、道德信念和道德意志形成的促进因素。这一动力来自道德情感本身和道德情感因素与认知的相互作用。

在德育过程中, 学生个体的道德情感对其道德认知行为具有肯定或否定的强化作用。道德知识的灌输, 对于学生来说只能是被动地接受, 道德认知停留在知其然而不知其所以然的感性层面上, 对道德行为规范的遵守并非出自于内在需求和自身的道德责任感, 甚至可能在不道德的动机驱使下做出符合道德规范或貌似道德的行为。而道德情感可以有力地促进学生道德认知的发展由感性到理性, 展示学生道德认知发展的全貌, 在学生道德内化过程中起着不可缺少的促进作用。

2. 道德情感是道德行为养成的培养基

道德情感之所以成为学生道德行为的培养基, 在于学生从能使他人得到快乐与满足的道德行为中体验到自我满足与幸福, 获得—种自我提升的满足感。道德情感—旦在人的内心巩

固下来，就会在各种不同的情境中显示一种定势力量，对道德行为的发生具有巨大的推动作用，有助于道德教育从道德规范的硬性要求转化为意志自由的培养^[4]。

道德情感对学生道德行为的强化和形成具有促进作用。一方面，道德情感通过对学生道德认知的激发和引导，促进其道德认知转化为道德行为。道德认知的激发以道德情感为基础，但道德认知并不一定导致道德行为，从道德认知到道德行为发生，中介是道德情感。道德情感在其中作为作为中介工具使学生个体选择某种行为，并使它现实化。另一方面，道德情感通过对学生道德行为的调控，强化其道德行为的发展并形成道德习惯。道德认知转化为道德行为后，以道德情感为核心的动机系统成为道德行为发展的内在保证。

二、感恩教育及其特征

“感恩”是舶来词，最初源自基督教教义，是一个带有浓烈宗教色彩的概念。所谓“感恩”，在《现代汉语词典》的解释为“对别人所给的帮助表示感激”^[5]。感恩有感恩戴德之意，亦有感谢感激的意思，指对他人、社会和自然在个人成长过程中给予自己带来的恩惠和方便在心里产生认可并意欲产生回馈的一种认识、一种情怀和一种行为。它是一种感激的心情，是一种关爱的表达，是做人的一种美德，也是一种生活的态度。感恩教育，指教育者运用一定的方法和手段，通过相应的教育内容对受教育者实施的知恩、感恩、报恩和施恩的人文关怀教育，是一种以情动情的情感教育，以灵魂唤醒灵魂的人性教育，以德报德的道德教育^[6]。学校开展感恩教育的目的是引导学生逐渐养成感恩的心态和习惯，使感恩成为受教育者不自觉的思维意识和行为习惯，使其作为个人个性品质的组成部分而存在，对他人、对周围、对社会常怀感激之心。重要的是，感恩教育使学生在认知层次能洞察自身所获得的恩惠和方便，并得以内心的肯定；在情感层次能发出愉悦和温暖的情感，进而转化为一种自觉的感恩意识和回报恩情的体验；在实践层次，将感恩意识转化为报恩乃至施恩的行为，并形成习惯。具体说来，感恩教育主要有以下三方面^[7]的特征。

1. 情感性

感恩主要是在道德认识的基础上产生的一种道德情感体验。感恩教育通过创设丰富感人的情境活动，运用故事教育法、实践锻炼法等方式激发学生心理和情感上的共鸣，进而达到净化心灵，陶冶情操，提高道德情感的目的。可以说，对学生进行感恩教育，能否激发他们“心灵的涟漪”是德育的一个重要因素。感恩教育最容易拨动学生那敏感的心弦，触动其内心深处的灵魂，从而不自觉地生发出对恩人的感激，对他人的爱心，学会重视、尊重别人对自己的付出，营造出和谐温馨的人文关怀氛围。

2. 生活性

如今，强调德育回归学生的生活世界，强调德育应根据学生身心发展的特点来实施，已成为人们对提高德育成效、摆脱目前德育尴尬困境的共识。诚如著名教育家鲁洁先生指出：“道德存在于人的整体、整个生活之中，不会脱离生活的道德。品德的培养应当遵循一种生活的逻辑，而不是一种纯学科的逻辑。”那么，回归学生生活世界的德育在实践中该怎样操作呢？感恩教育便是一条有效的捷径。感恩教育以学生“自我”为阿基米德点，依凭个体以往的生活体验，通过反思自己成长的历程以激发学生对有恩于“我”的人的拳拳相报之情，因此，感恩教育最重视由学生生命践履、体验所构成的“生活世界”，具有生活性。

3. 实效性

感恩教育因其能联系学生的生活实际，触动其内心灵魂，克服了以往学校道德教育知性论德育范式的统摄，学生不再被当成抽象、静止的实体，被动地接收德育教条的灌输，所以，它也必然能取得良好的道德教育效果，使德育实践焕发出无穷的育人魅力和动感的生命活力。比如，一学校通过布置家庭作业的形式让学生放学后帮助父母洗衣服等，以此来体悟父母对自己的养育、培育之恩。事实证明，这样的道德教育迎来了学生心灵的震撼、生命的感动和情感的回报，感恩的种子由此在他们的心中生根发芽、开花结果。

三、感恩教育对道德情感培养的作用

感恩教育是学生道德情感教育的一个重要视角，它有助于培养和发展学生丰富的道德情感，并使他们内在的道德情感转化为道德行动。道德的本质是自律而非他律，是发自个人自觉、自愿的行动，刚性的强制性道德教育难以培养青少年学生真正的道德情感。感恩教育以其“润物细无声”的潜移默化的渗透，对学生的道德情感培养起如下作用。

1. 以情育情，提高道德情感的感受能力

学生的道德情感感受能力即感动程度如何，决定了道德教育感化的效果和发展。学生在遇到某种道德或非道德的情境或事件时，常常会在情感上产生某种即时的感受，是一种直接的道德情感体验，使他们对情境或事件的道德性做出判断，因而具有迅速的道德定向作用。

苏联心理学家雅科布松说：“道德原则和要求应当变为受教育者的行为动机，但这只有在这种情况下，即道德原则和要求触及学生情绪范围的时候才是可能的。”这说明教育者在德育过程中，必须以满腔热情和真挚情感去感染学生，激发和培养学生的道德情感。感恩教育中倾注了道德情感，拨动了学生心灵深处的琴弦，以情育情，易加强和提高学生道德情感的感受能力，比其他道德说教都要有效。

2. 以情育心，提高道德情感的调节能力

在学生个体道德情感正向发展的过程中，不良的情感因素会起影响、干扰、阻碍、甚至破坏学生主体道德发展的负面作用，因此，培养道德情感的控制、调节能力也是感恩教育的主要目标之一。具体说来，道德情感的控制能力一方面是指学生个体对自我不良情感的自制，另一方面是指对健康、进取、向上情感的鼓励和发扬。

学生的道德情感是随着个体的认识、信念、世界观的形成和发展而产生、丰富和发展起来的。感恩教育中的某些具有深刻道德意义的人或事物会激发学生内心深处的某种较自觉的情感，激励其心，以情育心，实现了对“体验”的超越，使他们接受正确的价值观念的引导，其道德情感就会自觉地向积极的、健康的方向发展，并有助于形成良好的道德品质。

3. 以情育德，提高道德情感的适用能力

学生道德情感的适用能力^[8]是指个体通过道德情感的培养，实现自我诱导、自我促进和自我发展，同时实现对人际关系的调节，对不良社会现象的激愤、谴责和制止，解决现实生活中的具体问题。道德情感是促使道德意识转化为道德行为的必要条件，它不仅是客观现实的反映，也是人对客观现实的一种态度与行为方式。

感恩教育促使学生的道德认识由肤浅表面化向深层次发展；促使学生的道德情感体验转化为道德意识，再由道德意识逐步转化为道德行为，这种自觉的、坚定的道德行为的产生需要高尚的道德情感的支持，而这高尚的道德情感支持的背后需要感恩教育，以情育德的感恩教育培育了学生良好的道德意识、道德情感和道德行为，这正是学生提高道德情感适用能力的关键所在。

四、感恩教育对道德情感培养的策略

苏霍姆林斯基认为：“教育，首先是一项树立道德信念的特殊过程，起决定作用的是学生本身的内在精神力量以及他为实现种种道德原则而进行的积极奋斗。”^[9]任何形式的思想教育，要收到实效，必须要“入脑”、“入心”，使同学自愿接受，不带有任何强制性的因素，否则，这种“创新的道德教育”很易陷入形式主义的泥潭。那么，教师应该怎样运用“感恩教育”来培养学生的道德情感？其基本原则是教师要引导学生而不是强制学生，要适时适度。同时，教师要认识到学生道德情感的形成是一个从他律到自律过程，德育的效果要内化在人格之中需要长期的培养。教师通过感恩教育培养学生的道德情感的参考途径如下。

1. 创设能够激起学生道德情感的感恩情境

道德情感的培养必须根据受教育者的道德修养水平，选择适合其道德情感发展的内容，能够调动学生的情绪体验，引起情感共鸣。人的情感总是在一定的情境中产生的，特别是学

生道德情感的产生与特定的情境和氛围有着很密切的关系。创设感恩情境时应注意两点：一是要符合学生发展的道德情感培养目标，二是要具有强烈的情感因素。

教师可以通过这些情境方式创设感恩情境：一是召开系列感恩教育的主题班会提升学生的道德情感。教师可以围绕，如“我的成长”总主题召开“尊重生命”、“感谢父母”等系列主题班会，让学生感受到生命的价值和意义，懂得个人的成长是家庭、学校和社会共同支持的结果。因此，必须要用一颗感恩的心来对待周围的一切。这样，学生的道德情感才能进一步深化和提升。二是借助讲述感恩故事来提高学生的道德情感。很多故事中蕴含的教育哲理和寓意很深刻，具有较强的渲染效果。教师可以让学生搜集一些富有生活哲理和感恩情节的寓言故事、童话和伟人故事；组织专门的讨论、辩论等活动，由学生自扮自演，在这种情境中，这类的故事容易触动学生的心灵，使学生懂得对生活、对他人心存感激，学会理解、关爱他人，能增强学生的道德情感。

2. 选择能够激起学生道德情感的交流特体

教师应将交流特体与学生本身的生活联系起来，使学生对感恩教育所蕴含的道德内涵和道德观念有更深刻的理解，达到既明理、又激情，情理交融的目的，以更好地培养其道德情感。能够激起学生道德情感的交流特体如下。

一是组织学生对感恩教育典型事件的分析讨论中提高道德情感。学生每天要接触周围不同的人和事，在教育过程中，选择贴近学生生活的教育案例易引起学生的共鸣、思考和体验。2005年2月17日，中央电视台播出了《感动中国》颁奖晚会，其中有孝子田世国捐肾救母的相关报道。这个教育事例能够起到渲染道德教育的效果，组织学生对类似感恩事件进行分析和讨论，触动学生的心弦，升华学生内在的道德情感。

二是引导学生在完成感恩日记的过程中提高道德情感。鼓励学生把每日所见所闻的感恩事件以日记的形式记录下来，并写出自己的此事件的感受；教师对学生的这些感恩日记要经常批阅，多采用激励性评语加深学生对感恩的体验。对具有引起学生强烈共鸣的感恩日记鼓励在班级或学校内展出，邀请学生家长评读学生的感恩日记。给学生布置感恩日记的目的，是让学生学会思考，孝敬父母，尊敬师长，善于发现别人的优点，对帮助过自己的人心存感激，培养其健康心态，塑造其健全人格，提高其道德情感。

三是促使学生在节日教育中提高道德情感。在学生的学习和生活中，我们常会遇到有教育意义的节日，大多数节日都有不同的内涵寓意，教育意义深刻，教师要利用好这些节日对学生进行道德教育。如母亲节、父亲节、教师节、重阳节、中秋节、感恩节、春节等传统节日来临之际，举行不同寓意的特殊感恩活动：教唱感恩歌曲，组织感恩教育主题班会，板书感恩教育专题黑板报和墙报等，这些活动都能很大程度上培养学生的道德情感。

3. 模拟能够激起学生道德情感的感恩行为

模拟感恩行为是培养学生道德情感的一种更具体、更真实方式，不仅有利于学生道德情感的加强和深化，也有利于促进其道德情感转化为道德行为。模拟感恩行为有如下方式。

一是教育学生从身边小事做起。公交车上主动给老、弱、病、残、孕者让座；班级内主动帮助教师擦黑板；尊敬师长；理解和帮助父母；在特定的时间献给特定的人，在特定日子为特定的人做一些令其感动的小事情等等。事不在多，事不在大，这些小小的善举、简单的行为和诚意的行动带给他快乐和方便，也使自己在潜移默化中提高了道德情感。

二是提供学生合适的感恩表现机会。心理学家霍曼斯早在1974年就提出人与人之间的交往在本质上是一种社会交换^[10]，这种交换同市场上的商品交换遵循相似的原则，即人们都希望在交往中的所得不少于自己的付出。但另外一个值得关注的问题是，当个体所得远远大于付出的时候，人们也会产生一种不平衡的心理。因此，在教育过程中，教师要善于为学生提供必要的感恩图报的机会，以使学生对教师、家长、同学或他人的帮助能够积极地回报。这样，他们的心理就会产生一种平衡感，有利于学生自觉、主动地参与感恩实践，提高自身

的道德情感。

三是强化学生的感恩意识和感恩行为。在教育过程中，教师可以根据学生的实际情况，指导学生参加一定数量的集体劳动、社区服务和社会调查活动等，引导学生以实际行动来报答学校和教师的关怀。譬如，鼓励学生主动为学校做好事，爱护学校的公共财物和花草树木，保持校园的环境卫生等等，这使学生在承担责任的活动中将感恩意识逐渐转化为感恩行动，进而加深了他们道德情感的强化发展。

参考文献:

- [1]李欣.感恩教育——青少年道德教育的新视角[J].现代教育科学,2007(2):10-11.
- [2]心理学百科全书编辑委员会.心理学百科全书[M].杭州:浙江教育出版社,1995:1882.
- [3]武目桥.情感因素对道德认知的影响及其德育价值[J].文化建设,2007(9):78.
- [4]姜艳华.审美教育与道德情感的培养[J].道德教育研究,2007(3):51-52.
- [5]中国社会科学院语言研究所词典编辑室.现代汉语词典[M].北京:商务印书馆,1998:356.
- [6]张建平.感恩教育:一种回归生活的德育实践[J].吉林教育.2007(1):61-62.
- [7]范志英.感恩教育的实践探索——以上海市德州中学为例[D].硕士论文:3-4.
- [8]肖祥.论道德情感与感动教育[J].黑龙江高教研究,2006(11):103-104.
- [9]蔡汀,王义高,祖晶.苏霍姆林斯基选集(五卷本):第2卷[M].北京:教育科学出版社,2001:774.
- [10]张锐,高琪.感恩教育途径初探[J].天津教育,2006(12):37-38.

Gratitude Education: A effective Way of Cultivating Moral Sense

Wang Yan

(School of Education, Zhejiang Normal University, Zhejiang Jinhua, 321004)

Abstract: Gratitude education exerts a subtle influence on promoting moral sense of students. This paper firstly sets forth moral sense and its necessity, gratitude education and its trait and the action of cultivating students' moral sense. Moreover, it discusses some related cultivating strategies.

Key Words: gratitude education; moral sense; related strategies

作者简介: 王 艳，女，1979 年出生于河北邯郸，浙江师范大学教育学院，硕士研究生。主要研究教师教育、课程与教学原理。

收稿日期: 2008-09-07