

对比新中两国中学同理心的培养

作者：陈奕中 学校：华侨中学

内容摘要

随着社会的进步，利己主义的突出越来越明显。尤其是在校园中，学生在竞争激烈的环境里成长，造就了现今中学生缺乏同理心的表现。本论文将探讨新中两国学生同理心的现况，学校对于同理心培养的教育方式，并通过对比两国校园培养同理心的有效性和学生的反应，挖掘出两国系统中的好处和短处。最后，提出两国中学培养同理心方式如何取长补短的建议。

一、引言

同理心是什么？同理心指的是在人际交往过程中，能够体会他人的他人的情绪和想法，理解他人的立场和感受并站在他人的角度思考和处理问题的问题的能力。同理心和同情心不同，它更多的是指人们在日常生活中经常提到的设身处地、将心比心的做法。¹在现今社会，似利己主义的思想越来越频繁，甚至贯彻到了校园中。学生们为了争取到自己理想的名次，可能会把学习当作一个零和博弈，若他人学得比自己多，自己就得到了损失。这样的学习环境很有可能会导致学生缺乏同理心，在目睹了他人有需要的时候，并不会设身处地地为他人着想，并伸出援手。根据密歇根州大学，现在的大学生的同理心相对于 20 年前的大学生减低了高达 40%。与 70 年代的大学生比较，现在大学生较难同意于一些展示同理心的做法如“我有时会通过换位思考思考其他同学的想法”和“我对于比我不幸的人经常有同理、及关心的情怀”。²这些基本的同理心表现若也较难同意，表现出了现代同学同理心的贫乏。在现今这种情况下，学校提供的教育将会有着重要的意义，需让学生明白同理心的重要性和如何在每天的处事中常怀同理心。

两国之间学习环境中的竞争，需要两国学校使用不同的方式培养学生的同理心，确保学校能够使学生变成有同理心的个人。所以，新加坡中学与中国中学对于同理心的培养会有本质上的差异，也因此有比较的价值与意义。

¹ <http://www.ruiwen.com/lunwen/1123290.html>

² <https://news.umich.edu/empathy-college-students-don-t-have-as-much-as-they-used-to/>

本论文将研究及探讨新中两国学生同理心的现况，学校对于同理心培养的教育方式，并通过对比两国校园培养同理心的有效性和学生的反应，挖掘出两国系统中的好处和短处。最后，提出两国中学培养同理心方式如何取长补短的建议。

二、研究问题

（一）研究目的

- 1、对比新中两国中学同理心的培养渠道与方式，以及它的有效性。
- 2、调查分析中学学生培养同理心的目的以及学生对其的反应。
- 3、比较分析两国同理心培养渠道与方式的有效性，并提出相应的建议。

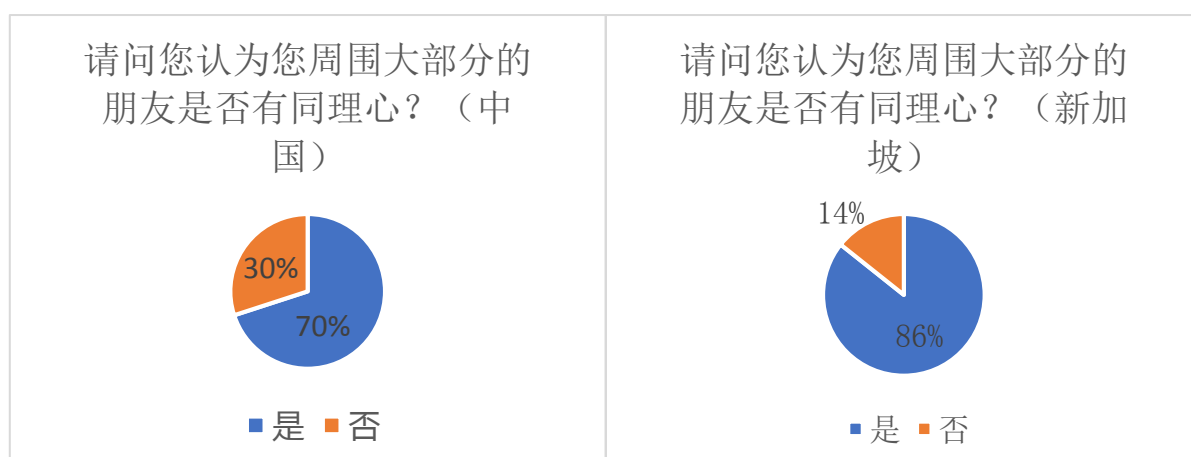
（二）研究方法和研究对象

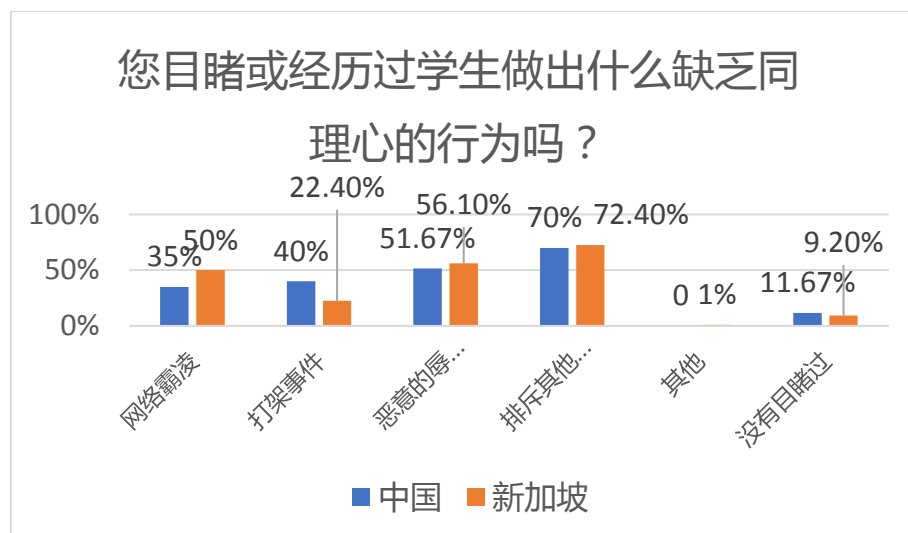
笔者通过向新加坡与中国的学生发出调查问卷，了解新加坡与中国学生同理心的现况、学校培养同理心的方式、以及学生大致对其的反应。通过采访新加坡老师和与中国老师在微信上对话更深地了解学校培养学生同理心的方式以及其目的。

本论文研究对象为新加坡与中国的中学生（其中包括初中与高中）。收回的有效调查问卷为 160 份，新加坡青少年为 100，中国青少年则为 60。

三、研究结果与分析

（一）比较新中两国中学生同理心的现况





根据图一所显示的数据，约 86%的新加坡中学生认为周边大部分的朋友有同理心，但只有约 70%的中国中学生认为周边大部分的朋友有同理心。这约 14%的落成是值得关注的。

新中两国学生最常经历或目睹其他学生缺乏同理心的行为为排斥某位同学。新加坡高达 72%，而中国则高达 70%。在采访中，一位学生指出：如果你不欺负她，就会一起被排挤。出于这种心理，排挤同学的现象只会越来越严重，而只有根治问题，才可有效减少这现象。由于被排斥者并不会露出明显的伤疤，排斥他人的学生不一定意识到自己行为的伤害。减少此现象的方法就为同理心的培养。通过同理心的培养，学生们会学会换位思考，站在被排斥者的角度思考自己的作为，从而明白自己的错误，而停止继续犯错。

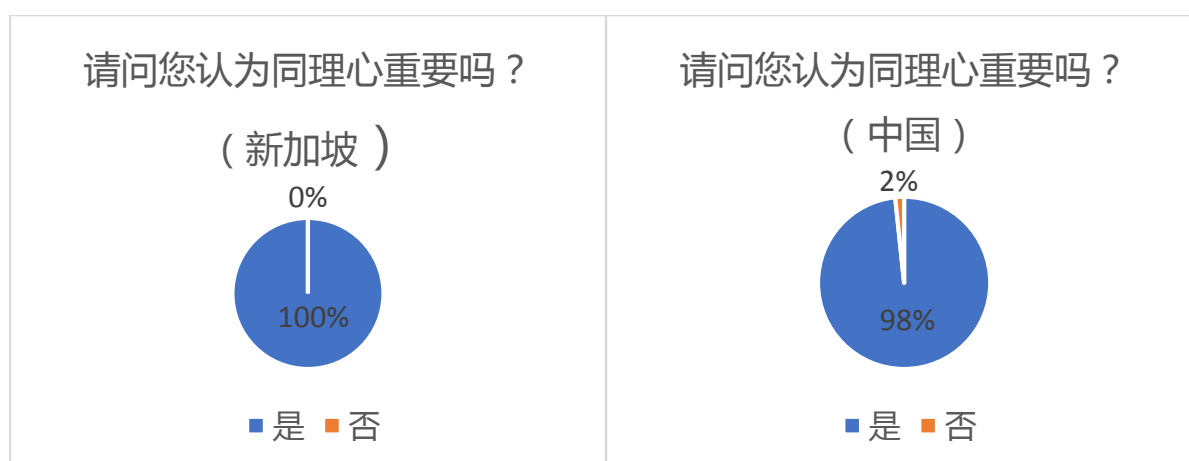
近一半的新中两国学生都经历或目睹过学生之间而恶意的辱骂。这类语言暴力的伤害并不明显，就像排斥他人一样。只有当学生能够设身处地为他人想时，才会明白自己所会造成的后果，从而停止自己的错误。

可是，打架事件的数量在中国中学却比新加坡中学多了约 20%。中国教育新闻网中提到，中小校园暴力事件通常具有几个特征：一是当事人法律意识淡薄，多数情况下都不顾忌法律后果；二是一般没有根本性利益冲突，大多因一些小事产生纠纷；三是突发性强，一般没有较长时间地预谋；四是经常为群体性行为，同学之间的错误言行相互强化；五是由于同学关系要持续数年，施暴行为也可能持续较长时间；六是由于被欺凌同学的懦弱与无知，暴力行为具有一定隐蔽性；七是当事人年龄偏小，一

般不能承担刑事责任。³其中第二和三点可看出，这种打架行为并不是为了报深仇大怨，更是为了发泄自己当时的情绪。这代表其学生的同理心可被当时的情绪所掌控，也因此代表学生的同理心并没有很好的掌握且不能够在适当的时候运用到自己的同理心。第六点也再次证明了为什么培养同理心是防止这种行为的唯一根治的办法，显示了同理心培养的重要性。

从图二也能看出新加坡学生经历或目睹网络霸凌的发生比中国学生多了竟 15%，表现出了新加坡中学同理心培养并不全面，而有疏忽的方面，如网络上所表现出的同理心。这现象的原因也为新加坡学生使用手机或社交媒体的频率高于中国学生，导致在网上做出缺乏同理心的表现的机会更多，从而造就了此现象。根据一侧报道，网络上霸凌他人的学生并不认为自己的所作所为是错误的，且由于在屏幕后，霸凌他人的同学并不会感受到后悔，因为并看不到自己造成的伤害。报道中也指出，有多项调查发现，这些网络上霸凌他人的同学其实并不会对受害者产生什么感受，且觉得这样做使得自己显得好笑、受欢迎、及强大。⁴这是明显的缺乏同理心的表现，而也证实了同理心培养课程的必要性。

几乎所有新加坡与中国学生都目睹或经历过学生做出缺乏同理心的行为。这表示，虽身边的朋友大部分有同理心，可缺乏同理心的学生还是普遍存在的。这缺乏同理心的表现可导致学校内产生不良校风，同学相处之间缺乏同理心，导致越来越多同学被不良地影响，从而发展成一种不良的校风，而同时学校的学习氛围也会变差。

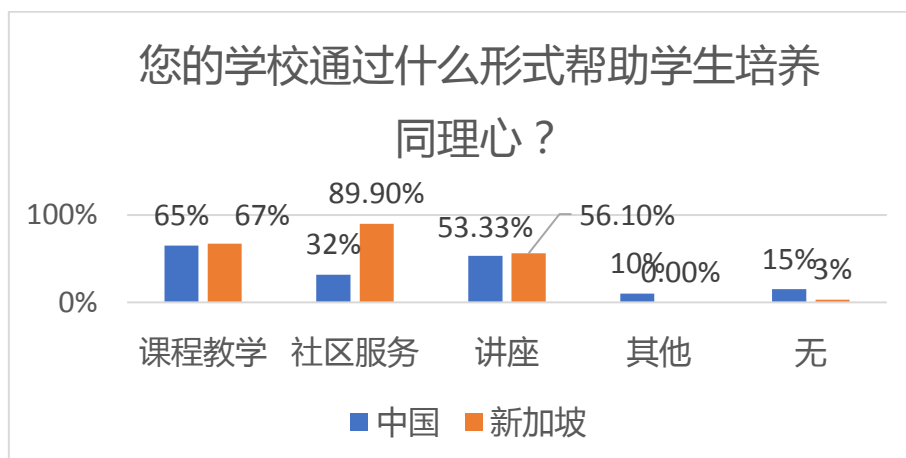


根据图三，几乎所有的中国学生和所有的新加坡学生都同意同理心是重要的。

³ http://www.jyb.cn/opinion/pgypl/201704/t20170410_699626.html

⁴ <https://www.verywellfamily.com/reasons-why-kids-cyberbully-others-460553>

（二）比较新中两国中学培养同理心的渠道



两国中学所培养同理心的渠道也有所不同。根据图四，新加坡中学主要培养渠道为社区服务（89.7%），第二为课程教学（68%），第三则为讲座（55.7%）。而中国中学的主要培养渠道为课程教学（68.75%），第二为安排讲座（50%），第三则为社区服务（29.83%）。

据笔者所知，自 1998 年，新加坡教育部规定初中学生每年至少达成六小时的社区服务⁵，这解释了为什么社区服务会是新加坡中学主要的同理心培养渠道。所有新加坡学校都会让学生参与社区服务。根据一位老师，初中一到四年级所参与的社区服务性质不同。中一生可能会参与一些售旗活动，而并不是自己主导的，更多是老师组织，学生参与。可是，随着年级上升，越来越多组织责任将转移到学生身上，从选择合作对象到服务方式。所需要做的会增加，但同时，所学到的也会有所增加。到了高中部，老师将不再帮助学生组织此类活动，而全全由学生负责。老师也透露，几乎所有学生还是愿意腾出时间参与社区服务活动，而一年多于一百小时的社区服务学生也不少见。

根据新加坡中学生的采访，新加坡较高等学府所采纳的同理心培养方式较为独立，允许学生通过服务性学习 (Service Learning) 专题作业，自行进行同理心培养的活动。其专题作业为全年性，学生可选择与不同的非盈利组织合作，帮助解决他们所面对的问题，从通过组织慈善演唱会筹得善款，到组织嘉年华会提高公众对于一些群体的意识。专题作业中一大部分也属于反省与反思，确保学生并非仅为了完成专题作业而组

⁵ <https://www.moe.gov.sg/docs/default-source/document/education/programmes/co-curricular-activities/leaps-2.pdf>

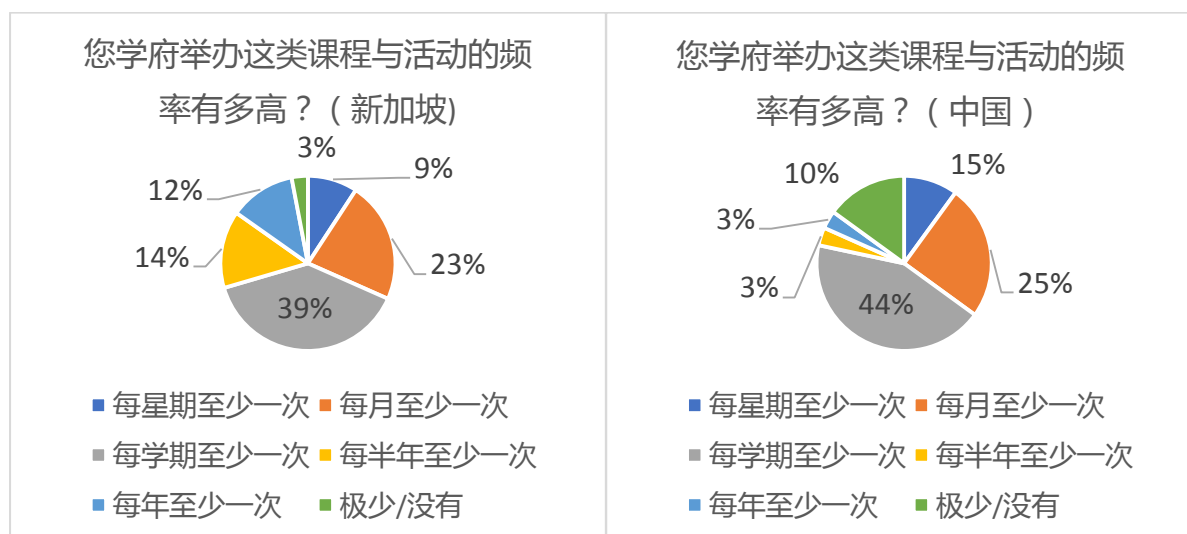
织其活动，更从中学习到了无法通过其他渠道获取的知识。这类专题作业虽并非全校所参与，但涵盖的学生数目却不少，而这学习的机会提供给了学生，由学生自行选择是否参与。中国少数的中学学生也会自行组织同理心培养的社区服务活动，但其表现更多为短期或一次性的服务，并非为长期服务。这种短期服务所提供于学生的学习机会将少于新加坡的，涉及的层面也较浅，可能没有新加坡中学所提供的这类专题作业有效于培养同理心。采访中，中国学生也透露，做这类活动的其中一大目的为提升自己的简历，从而使自己对于外国大学招生更有吸引力。

根据对于个别中国中学生的采访，许多学生反映，中国课堂中所提供的德育课程并没有详细的涵盖“同理心”这一项目，而是通过了其他的项目的拓展而达到所谓同理心的培养。例如“己所不欲勿施于人”，虽并没有明显的提到“同理心”的字眼，所教育的其意义却相同，设身处地地为他人着想，从他人的角度思考，并作出富有同理心的行为。在教导如何尊重他人的课程中，同理心也是必提的课题。所以中国德育课程通过许多不同的课题与课程谈及到同理心以及同理心的运用。

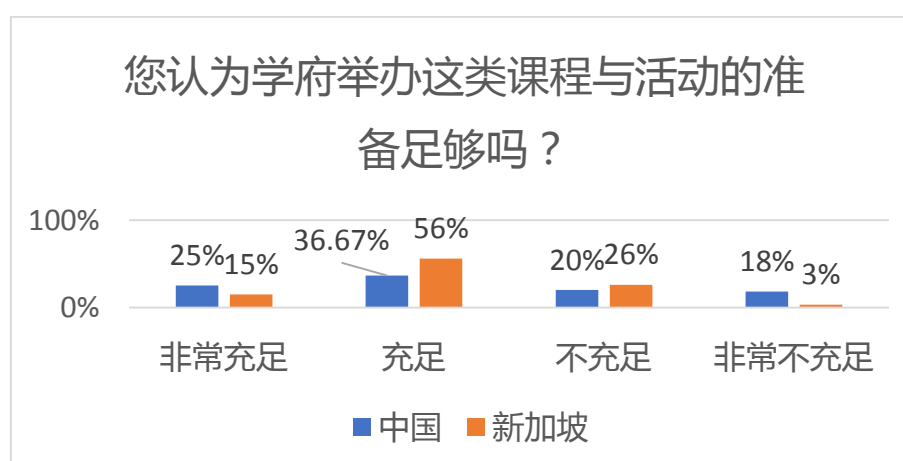
根据笔者在中国浸儒时的观察，中国中学班主任对于学生的陪伴与新加坡中学班主任相比之下更多，一般从早上七点的早自习至晚上九点的晚自习。这样一来，班主任与学生的接触更多，而学生从班主任学习到的，就不会只是课程中的，而其中也包括了人与人之间的交流，而交流中的态度与方式也可以是同学在潜移默化中被自己的班主任所影响。通过于中国学生的采访，笔者也了解到其大部分的班主任对于学生极为负责，不只关心到了学生学业方面的发展，也非常在乎学生的心理上的成长。根据其中一位受访中国学生，她的班主任经常在班会多出的时间与同学谈一些道理，虽然不根据任何特制的材料，但那种发自内心的教导与讲解往往使得她更理解与明白做人处事的道路。所有人都知道家长对于孩子身心发展的重要性，但在现今社会，孩子，尤其是中学生，几乎所有的时间都花在学校里，班主任几乎需要担当起三四十位学生父母的责任，可见班主任在影响学生同理心的培养时的重要性。

从两国学校不同的同理心培养渠道可看出，新中两国教育体制的差别。新加坡中学更提倡探索式学习方法，让学生在自身“做”的过程中学习，如通过社区服务，来渲染自己的同理心。然而，中国中学更注重老师对于学生知识或讯息的传授，让学生在“听”的过程中学习，通过学校提供的课程教学、讲座等，了解同理心的重要性，和如何在生活中运用到它。新加坡中学的同理心培养制度更贴近与生活，而中国的同

同理心培养渠道较偏向于“纸上谈兵”，似乎与生活脱节，并无法让学生深刻地体会到同理心在现实生活中的运用。



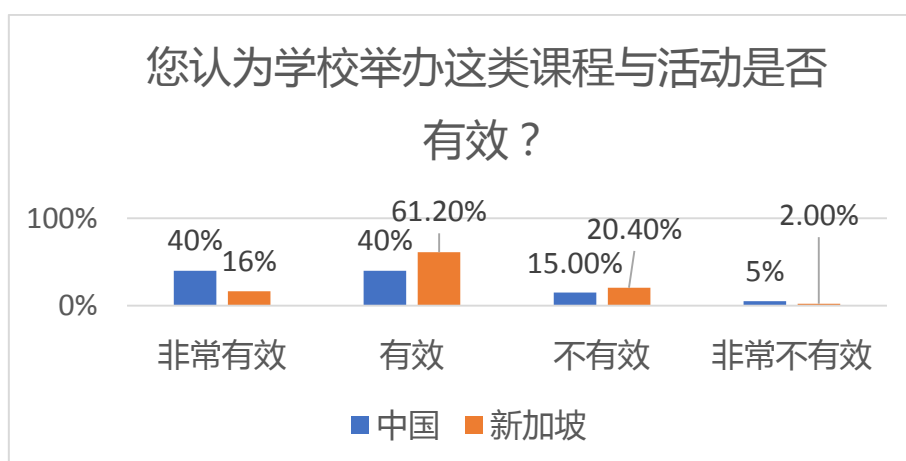
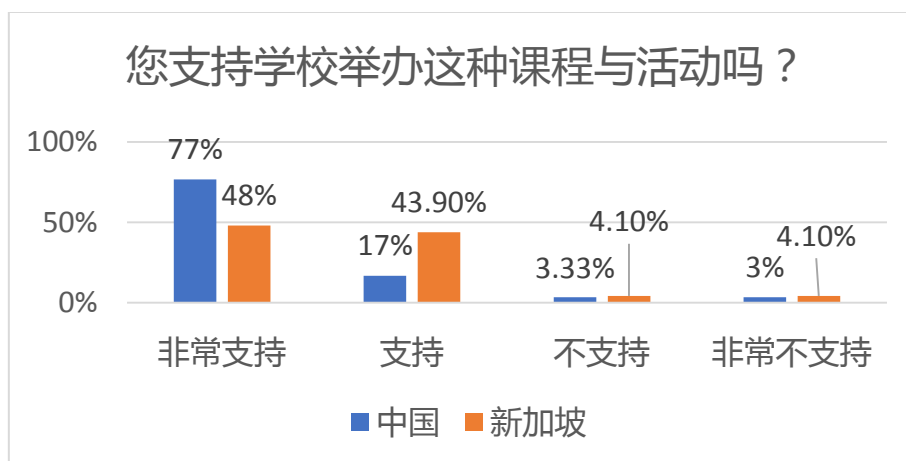
根据图五，3%的新加坡中学生表示学校组织培养同理心的课程与活动的频率极低或没有，而高达 10%的中国中学生表示学校组织培养同理心的课程与活动的频率极低或没有。这落差显示了中国中学对于培养同理心的重视并不全面，且不是每所中学都参与其中。虽然新加坡教育部规定每年必须达成六小时的社区服务，但有些学生反馈并不是所有的社区服务都能够帮助培养同理心。有些社区服务活动，如帮助组织校内庆祝活动或田径比赛等，并无法帮助学生培养同理心，或这类社区服务活动出发点并非为帮助学生培养同理心。



图六显示，约 70%的新加坡中学生认为学校举办这类课程与活动的准备足够，可只有约 60%的中国中学生认为学校举办这类课程与活动的准备足够。笔者认为这落差

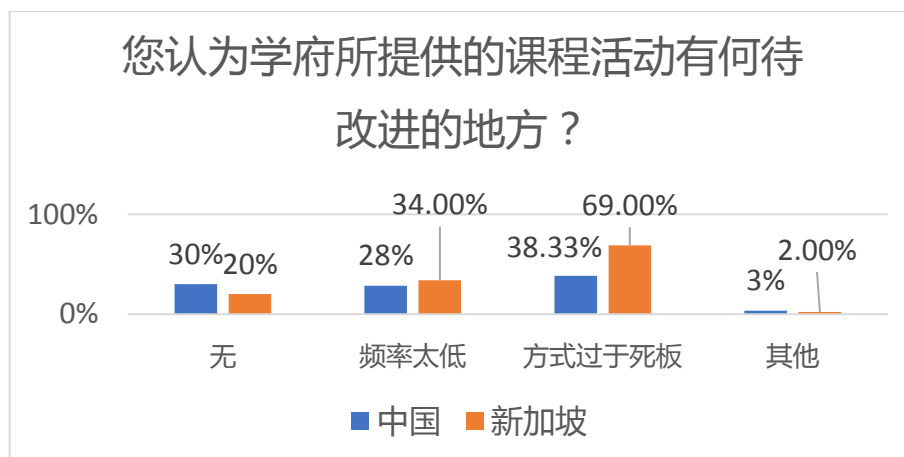
很有可能会导致学生对于课程与活动的兴趣减低，也因此会减低中国中学所举办这些活动与课程的有效性。

（三）比较新中两国中学培养同理心渠道的有效性



可是，进一步的调查发现，虽认为学校举办这类课程与活动的准备足够的中国学生少于新加坡学生，可是中国学生对于活动的支持率却远高于新加坡中学生。约 74% 的中国学生非常赞同学校举办这些活动与课程，可相比之下新加坡学生却只有约 47% 非常赞同学校举办这些活动与课程。

据图九显示，新加坡中学生约 16% 认为这类活动非常有效，约 61% 认为这类活动有效。中国中学生则有高达 39% 认为这类活动非常有效，约 41% 认为这类活动有效。



进一步的调查显示，高达 70%的新加坡学生认为新加坡中学的同理心培养方式过于死板，无法引起学生的兴趣。笔者认为，新加坡学生在此所认为死板的指的是课程教学而并非社区服务。中国学生虽只有 38%反映了中国教学方式过于死板，但那已是超过三分之一的学生了。中国主要的同理心培养渠道为课程教导。由于同理心培养纳入于德育课程中，德育课程也往往与其他科目没有多大区别，以至学生认为其培养方式过于死板。

所以，两国学校目前所面临主要问题为同理心培养方式过于死板。通过采访，笔者发现两国的课程教学中，都较倾向于“老师讲，学生听”的教学模式。同理心并不是一个明白就能运用的东西，需要自己上手和尝试，以内化其内容和精髓。所以这种单向的教育方式，缺乏学生自己的输入，导致其过于死板，且并不是特别的有效。

两国学校在同理心培养中所面临的另一问题为课程活动频率太低。若学生无法频繁的使用所教导的同理心的知识与理论，将无法在有需要时使用其知识。新加坡中学所提供的同理心培养的课程与活动并没有固定的时间执行，许多也是学生自发组织的，导致课程与活动频率上的不稳定。中国中学则主要同理心培养渠道为通过德育课程。虽然德育课程每星期有固定的课堂时间，可并非所有时间都用于讨论或讲解关于同理心的课题，以至同理心培养课程活动的频率不够高。

四、建议

根据以上所分析的数据，笔者将就两国中学目前对于同理心培养的现状提供以下几个建议。

(一) 新中两国中学可改进之处

新中两国学生的回应都反映了学校对于同理心培养活动的频率的不稳定性，有些学生甚至反映自己学校组织这类活动的频率极低甚至没有。同理心在现今社会中是非常可贵而重要的，而缺乏这类活动或频率极低的话将导致学生无法掌握这技能或学习到待人处事的方法。这将导致这一代的年轻人缺乏同理心，而社会也会变得缺乏温情。

提高同理心培养活动的频率的方法之一就是 will 将同理心更明显的纳入德育课程中。由于德育课程在新中两国都是固定的，这将确保同理心培养课程的频率也相对固定，让学生有更多机会得到自己同理心的培养。

学校也可规定学生一年内所需进行的社区服务。为了让学生一年内达到所设的规定，学校也可以组织每学期固定的社区服务活动，允许班级一起合作制定社区服务的项目，其中可包括拜访老人院、帮助弱势群体筹款等等，

学校可以改善校内成绩分流体制。目前两国成绩分流体制将能力较强的学生与能力较弱的学生分开，以便提供学生更为个性化的学习节奏。可是这可导致高能力的学生对于比自己能力低的学生缺乏同理心。以克制这现象，新中两国学校可选择采取丹麦的分流体制。安排不同领域强和弱的同学进入同班，可促进团队合作，尊重，最后有效达成同理心培养的目的。⁶

（二）新加坡中学可改进之处

新加坡中学目前对于同理心的培养相对较全面，并无许多可改进之处。新加坡中学的课程教学对于学生来说较为死板，并无法引起学生对其的兴趣。这样一来，通过课程教学来达成同理心培养的这目的并无法有效的达成。

笔者认为，新加坡中学应对同理心培养课程形式稍作调整。应更侧重于课堂上学生与老师之间的互动。这样一来，学生在课堂中会感到更加参与其中，也会觉得课堂更加有趣。通过学生在课堂中的互动，学习到的理论与知识也会更加深刻，更容易运用于生活中，有效地达成同理心培养。

（三）中国中学可改进之处

⁶ <https://www.theatlantic.com/education/archive/2016/08/the-us-empathy-gap/494975/>

中国采取的同理心培养方式较注重于同理心理论的学习，其表现为课程与讲座。中国学生也似乎对这类同理心培养的方式显得更加满意，且认为有效。可是，这种“空纸说白话”的教育方式可能对于学生来说更加容易理解，但缺乏了实际的实践，容易导致理论与实践能力有脱节，无法在现实生活中实际运用到所知道的理论。而且，同理心的培养与实践并非只是中学时期时应重视的，而中国中学这种培养渠道会导致中国中学生在自己同理心培养的道路上过于依赖外界，而缺乏自己发展自己同理心的动力。

解决这问题的办法为增加更多学生主动及自主性的同理心培养方式。中国中学可采用新加坡的同理心培养方式，让学生们做关于服务性学习的专题作业，让学生通过自己想办法和组织活动来帮助到希望帮助到的人，从而在过程中潜移默化地培养自己的同理心。这样一来，中国中学生会学到如何自主地培养同理心和其运用到生活中，而这样更有利于中国中生长期的同理心培养。

五、研究局限

由于两国收回的有效问卷只有 160 份，调查资料并不是十分充足。另外，参与访问的学生大多来自于新加坡华侨中学和北京师范大学附属中国学，他们的看法未必与别校的一样，导致了本文的代表性可能不够。若能够收集到更多的问卷，且从更多的学校，会让本文更具代表力和说服力。

六、结论

笔者认为，在这个时代，同理心是所有人无可或缺的一个思考方式，在每天的处事中需明白如何换位思考，设身处地地思考，所以同理心的培养是非常有必要存在的。中学中的同理心培养需要更多的理论与实践的相结合，通过课堂讲解和社区服务活动的结合，才可取的最佳的效果。

参考文献

1. 教育论文：同理心. (2017, October 30). Retrieved August 16, 2018, from <http://www.ruiwen.com/lunwen/1123290.html>
2. Swanbrow, D. (2010, May 27). Empathy: College students don't have as much as they used to. Retrieved August 16, 2018, from <https://news.umich.edu/empathy-college-students-don-t-have-as-much-as-they-used-to/>
3. 崔. (2017, April 10). 校园暴力不仅仅是治安事件. Retrieved August 16, 2018, from http://www.jyb.cn/opinion/pgyp1/201704/t20170410_699626.html
4. Gordon, S. (2017, July 29). 8 Reasons Why Cyberbullies Lash Out at Others. Retrieved August 16, 2018, from <https://www.verywellfamily.com/reasons-why-kids-cyberbully-others-460553>
5. A Holistic Education for Secondary School Students - LEAPS 2.0(pp. 1-8, Rep.). (2017). Ministry of Education.
6. Alexander, J. (2016, August 09). Why Danish Students Are Happier and More Empathetic. Retrieved August 16, 2018, from <https://www.theatlantic.com/education/archive/2016/08/the-us-empathy-gap/494975/>