

论教师共情的意义及其培养

● 赵 珂 周成海

摘 要 教师共情即教师能够站在学生角度考虑问题的能力。教师共情有利于教师更好地理解学生、建立良好的师生关系、实现有效教学、培养学生的共情能力。教师共情是一项能够教授和培养的能力，培养方法包括模拟、角色扮演和反思性写作等。

关键词 共情；教师共情；教师发展；教师教育

作 者 赵 珂，辽宁师范大学教育学院 （大连 116029）

周成海，辽宁师范大学教育学院副教授、博士 （大连 116029）

“共情”（empathy）是心理学的重要概念，又可译做“同感”“移情”“同理心”“设身处地”等。对这个概念的解释，学者们的观点并不完全一致，但大家普遍认为共情由三个要素构成：一是对他人情绪情感的反应；二是站在他人角度看待问题并理解他人的认知能力；三是情绪调节。^[1]

共情被视为优秀教师的重要品质之一。概言之，教师共情就是教师能够设身处地从学生的立场考虑问题，对学生的想法和感受能够感同身受，并在此基础上采取行动，促进学生发展。

一、教师共情的意义

具有共情能力被一些教育家视为优秀教师最重要的人格特征之一。如，罗杰斯（Carl Ranson Rogers）提出，教师要成为学生发展的“促进者”，就必须具备“真实性”“珍视、接纳与信任”以及“同理心的理解”等品质，“同理心的理解”是一种“设身处地、站在别人角度看问题的态度，以学生的视角看世界的态度”。^[2]德国著名教育家凯兴斯泰纳（Kerschensteiner, G.）非常重视教师的共情

能力，亦即“能够从人的每一个细小的表现与动作中，预感地、直觉地把握人们心灵的能力”，他把这种共情能力视为“是否适宜从事教师职业的基本条件”，并指出：“任何东西都无法代替上面所描绘的那种教育上善解人情的能力；任何一种学识，任何一种即使从事很久的教师职业，都代替不了这种能力”。^[3]教师具有共情能力，即更善于“设身处地”“换位思考”，具有多方面的重要意义。

（一）有助于教师更好地理解学生

凯兴斯泰纳认为，教师要理解学生，不能单单依赖所学的心理学理论，共情更有助于教师理解学生。作为教育对象的未成年人，与作为成年人的教师之间不可避免地存在代沟；作为有个性特征的学生，其认知水平、思维方式、行为习惯等方面均与教师存在差异。师生之间因为年龄的距离和心理的差别所造成的隔阂可以通过共情得以弥合。具有共情能力的教师，能摆脱“成人中心主义”“教师中心主义”的桎梏，从儿童的视角、学生的视角理解学生的言谈举止、喜怒哀乐；具有共情能力的教

师，能深入学生内心世界，准确把握学生思想意图，深刻体验学生的内在情感，并根据学生的认知状况和思维特点开展工作。如，教师带小学生到基地劳动，有人向他报告，班里一个学生拔了地里种的萝卜。教师问这个学生：“你为什么拔还没到收获期的萝卜啊？”学生回答：“我想知道是不是萝卜叶子越茂盛，地下长的萝卜也越大。”此时教师通过共情作用，理解儿童的好奇心，他这样回应学生：“原来你很有探究精神啊！等将来拔萝卜的时候你再好好观察一下，别忘了把研究成果告诉我啊。”

（二）有利于营造良好的师生关系

教育界已经达成共识，师生关系深刻地影响着教育成效，而教师共情有助于良好师生关系的建立，促进师生的积极互动。当下，缺乏尊重和丧失公正正是营造良好师生关系的最大障碍，而共情却可能成为“尊重”“公正”等教师品格的源头。具有共情能力的教师，能够将心比心，像自己希望受到尊重那样去尊重学生，像自己希望受到公正对待那样去公正对待学生，他们能够设身处地体会学生被体罚和羞辱、被不公正对待时的感受，这种感同身受更可能引发教师尊重和公正的行为，进而建立更积极的师生关系。

（三）是实现有效教学的重要因素

教师共情与有效教学之间也存在正向相关的关系。瑞安（Allison M. Ryan）等人研究发现，在具有共情能力的教师的课堂上，学生表现出更强的学习动机，更低的焦虑感，并取得更好的学习成绩。^[4]在课堂教学中，具有共情品质的教师能更好地感知学生的需要，感受到学生对不能够理解的知识焦虑，能更有耐心地教学，更多地为学生着想；在教学内容方面，能照顾到学生原有的知识水平，关注学生的“最近发展区”；在教学方法上，会寻找对学生最适切的教学方法；与学生沟通时，能够采取更加平和的态度以及具有亲和力的语言。所有这些，都确保了教学的有效性。如，教师让两个学生帮助自己分发已经批阅的考卷，她叮嘱两个学生：“记得要没有表情哦”。两个孩子点头，真的

面无表情地将考卷发给了每位同学。教师对这一行为的解释是：发考卷的学生在看到好成绩和差成绩时，面部表情会有变化，这会让成绩不好的同学心里难受。这位教师无疑具有很强的共情能力，这种共情使她能够照顾到每个学生的感受，理解学生的不同境况，创设出一个更加多元的教学环境。

（四）能创设出全纳而多元的学校环境

教师共情对于特殊学生群体至关重要。来自单亲家庭或贫困家庭的、残疾的、学习能力低下的、少数民族学生，由于特殊的处境或状况，往往与主流学生群体产生隔阂或疏离。如果教师只从自身状况（如中产阶级、身心健全）思考问题，必然忽略特殊学生群体的需求和感受，进而加剧班级中的“社会排挤”状况。具有共情能力的教师，能够从特殊学生群体的立场和视角出发思考和行动。^[5]

（五）有助于培养学生的共情能力

亚当·斯密（Adam Smith）在其名著《道德情操论》中，将“同情”视为道德的重要基础，认为人只有通过立场的置换，设身处地感受他人的境况，才能产生仁慈、宽容、博爱等美德。^[6]培养具有共情能力的学生，应是学校道德教育的重要内容。而要培养学生的共情能力，则需要教师不断做出共情示范，使学生有机会通过观察和体验提升共情能力。缺乏共情能力的教师（具体表现为不尊重学生、不公正地对待学生等）实际上在不断地向学生传达这样的信息：我可以为所欲为，我不需要考虑别人的感受和想法。这对学生道德品质的培养无疑是起到负面的作用。教书育人是教师的基本职责，进行共情示范又是育人工作的重要方式，从这个角度看，教师自身具备共情能力十分必要。

共情能力的重要性也得到很多优秀教师的认可。如，在国内有广泛影响的美国名师雷夫（Rafe Esquith）就谈到，共情能力帮助他改进自己的教学，使其更贴近学生的生活世界。他说：“当我自己做学生的时候，我也曾经感觉一些功课无聊，不明白为什么要学它们，因为它们看起来和生活毫不相关。所以，现在每教一门学科的时候，我都要告诉学生，这个知识在他的生活中有什么用。”^[7]知名

历史教师魏勇提出,好的教师“始终能够站在学生的立场来看待教学教育。做老师其实不难,只要你不忘记自己当学生时对老师的希望和要求,当时你希望老师怎样做,今天你就怎样做。”^[8]知名语文教师吴非在批评“把成绩名次排列公布在教室里”的做法时问道:“那些名次在后的学生,他们的精神压力和内心苦痛,教师揣摩过吗?”^[9]

二、教师共情的培养

具备共情能力的教师,能对学生每天遇到的事情以一种共情的态度看待和理解。这也是对优秀教师的一项要求。但在现实中,缺乏共情能力的教师并不少见,因此培养教师的共情能力应提上日程。麦克伦南(Deanna M. P. McLennan)的研究表明,共情能力是可以通过支持性的教育来教授和培养的。^[10]综合相关文献,可通过以下几种方法培养。

(一) 跨文化模拟

教师面对的学生是多元的、异质文化的承载者,共情的教师必须能够走出自身文化,并充分了解学生的文化,从而以一种积极的方式回应学生。为了培养教师在跨文化沟通中的洞察力和共情能力,舍茨(R. Garry Shirts)设计了跨文化模拟的方法。在跨文化模拟中,经常用的模式是Bafa Bafa(巴法巴法)模式。Bafa Bafa模式需要两个引导者协作,分别将参与者——职前教师——带到两个房间,两个房间相当接近且彼此隔离。整个过程需要2—3小时,参与者首先被给予一定时间适应、融入一种新文化,并成为“Alphans”(阿尔法人)或“Betans”(贝丹人)的成员。这两种文化相互对立,阿尔法文化的特点是集体主义,注重共同利益,且采取继承制;贝丹文化则强调个人主义,尊重个人利益,没有等级制,实行任人唯贤的制度。在文化适应后的观察阶段,每组都要选代表去“访问”另一组文化,然后回来向自己的“家庭”做报告,这种交换练习会发生多次,直到所有成员都参观完另一组文化。^[11]

在访问过程中,教师不可避免地会对另一组的行为和语言产生误解,作为一种对立文化的访问者,在“参观”过程中可能会受到排斥,内心感到

不适和低落。这些感受会促使他们思考自己承担的角色,并尝试理解和接受另一种对立的文化。这种跨文化模拟会让教师清晰地意识到在多元文化背景下不同处境学生的感受,从而设身处地体验对方的情境。理解言语和沟通上的差异有助于教师避免对不同文化的学生做出错误的判断,以形成更好的多元文化理解力和敏感性。^[12]当教师回归课堂,便能更好地理解这些处于多元文化环境的学生,体会他们在班级里作为另一种文化存在的无助和挣扎,这也是文化敏感型教师要具备的一项重要技能。

(二) 角色扮演

要发展教师的共情能力,必须创造机会,使教师能够进入他人的角色和情境之中,增进对他人感受的理解。要实现这一点,角色扮演是一种很好的方法。角色扮演如同练习“穿别人的鞋子”,体验一种新的角色,并说出自己的感受,再辅之以集体讨论,帮助教师打破一些先入为主的观念,纠正自己原先对特定角色的误解和偏见,对自己所扮演角色的处境有切身体会,因而更能“感同身受”。

如,在一所全纳性质的学校里,教师可能难以体会视力障碍学生在日常生活中的种种不便,通过扮演盲人与周围人和环境进行互动,教师便能获得盲生的生存体验。教师可以戴上眼罩,在同伴协助下完成超市购物等体验任务。一天的体验结束后,参与的教师要进行集体讨论和反思。通过角色扮演,教师体会到盲生在日常生活中的困难处境,意识到盲生常常受到正常学生的孤立,并且非常需要他人的帮助。这种体验也让教师在今后教学过程中能给予特殊学生更多的耐心和帮助,对他们的错误也能够给予更大的宽容。

角色扮演打破了课堂的局限,允许表演者把现实生活中各种情境带进教室,表演者之间可以相互交流、即兴创作,以别人的身份,感知他人如何思考和行动。这种经历对于教师是非常重要的,当教师把自己融入学生之中,便能感受到不同背景的学生对课堂不同的认识和理解。

(三) 反思性写作

杜威曾说,并不是有经验就会有学习,而是在

经验的反思中学习。共情的产生往往与我们曾经发生过的事件有关,对过去经验的梳理和反思,将成为我们未来行动的基础。

反思性写作是个体检视自我经历,籍由自我对话的过程,深入探索先前经验,以了解自我及进行评价。^[13]反思性写作一般分为四个步骤,即报导、反应、解释和总结。^[14]第一个步骤是报导,首先要对过去的事情进行回忆,将外在的事情转化为记忆并自由书写下来。如,一位小学数学教师在他的反思性写作中写道:“今天第一节课是体积计算的新授课,这个知识对于之前只学习过平面几何的新五年级学生来说有点困难,在课堂练习时,我叫了班里数学成绩一直不错的小明来爬黑板,几分钟过去,他看上去一点思路都没有,我便让他回位了。”第二个步骤是反应,教师需要将自己当时的感受和想法进行表述。教师写道:“当时我感到有些心急和失望,从他的表情我也看到了失落,我在想我讲得很清楚啊,怎么还做不出来?这个问题有这么难吗?”第三个步骤是解释,教师需要分析出现这些感受和想法的原因,并不断向自己提问:“为什么他表现出失落?”“是不是我低估了他的能力?”“这部分我该怎么讲才更易于理解?”第四个步骤是总结,教师要从这些经验中整合出结论,并针对未来的行动提出规划和建议。教师写道:“今天我可能低估了小明,自己当年学习的时候也曾经被老师低估过,当时自己感受到的是不服气和失落。在下次课上我将对重难点重新讲解,并给学生更多练习的机会。”

反思性写作能够唤起过去的经验,教师日后查阅自己反思性写作的内容时便能出于本能地和学生们的在教学中的经历联系在一起,站在学生的角度考虑问题。

共情是教师个人品质的重要成分,是优秀教师个性的重要特征,对教师个人的发展以及学生成长都起到关键作用。目前,我国教育界对教师共情的重要性认识还不够,对于怎样培养具有共情能力的教师也缺乏经验。探讨教师共情问题,有助于改进教师培养工作,提升教师专业水平,是一个很有价值的研究领域。

参考文献:

- [1]Decety J, Jackson P L. A Social—Neuroscience Perspective on Empathy[J]. Current Directions in Psychological Science, 2006(2):54.
- [2][美]卡尔·罗杰斯,杰罗姆·弗赖伯格. 自由学习[M]. 王烨晖,译. 北京:人民邮电出版社,2015:159—164.
- [3][德]凯兴斯泰纳. 凯兴斯泰纳教育论著选[M]. 郑惠卿,译. 北京:人民教育出版社,2003:144—145.
- [4]Ryan, Allison M, Patrick, Helen. The classroom social environment and changes in adolescents' motivation and engagement during middle school[J]. American Educational Research Journal, 2001(2):452—456.
- [5]曾妮. 学会关怀[M]. 福州:福建教育出版社,2013:53—54.
- [6][英]亚当·斯密. 道德情操论[M]. 蒋自强,钦北愚,译. 北京:商务印书馆,1995:17.
- [7]陈勇. 第56号教室的故事:雷夫老师中国讲演录[M]. 北京:教育科学出版社,2012:10.
- [8]魏勇. 怎么上课,学生才喜欢[M]. 北京:中国人民大学出版社,2017:3.
- [9]吴非. 前方是什么[M]. 上海:华东师范大学出版社,2006:44.
- [10]McLennan D M P. The Benefits of Using Sociodrama in the Elementary Classroom:Promoting Caring Relationships Among Educators and Students[J]. Early Childhood Education Journal, 2008(5):451.
- [11]McAllister G, Irvine J J. The Role of Empathy in Teaching Culturally Diverse Students[J]. Journal of Teacher Education, 2002(5):437—438.
- [12][美]加兹达. 教师人际关系培养[M]. 吴艳艳,杜蕾,陈伟嘉,译. 北京:中国轻工业出版社,2006:41—42.
- [13]Paterson B L. Developing and maintaining reflection in clinical journals[J]. Nurse Educ Today, 1995(3):212—214.
- [14]林文琪. 反思性写作演讲. [EB/OL]. http://speech.ntu.edu.tw/sng/ci/?c=User&m=vod_film&film__series=35&pager_PageID=1&film_sn=2152, 2013—11—19.