

# 礼仪教育在中职学生积极心理品质培养中的渗透研究

杜梅

(成都市现代制造职业技术学校, 四川 成都 610000)

**摘要:**积极心理学是研究人美好的品德以及向上活力的科学。美德的培养和礼仪教育中的品德培养方向是一致的。同时,积极心理学主张研究人类积极的品质,其中,爱、宽容、毅力、关注未来等和礼仪教育的培养品质方向是一致的。我们尝试着将积极心理的一些观念渗透到中职生课堂中,通过中职生礼仪课堂教学中来培养学生的积极心理品质。通过两个半月的时间,使用实验法,在21级旅游4班测量学生积极心理品质,通过观察法,了解礼仪教育对学生积极心理品质所产生的影响,研究结果如下:中职生积极心理品质的培养通过礼仪教育有非常显著的作用,主要表现在审美能力、自律能力、求知力、思维与观察力、爱、友善和宽容方面效果明显。研究结论:礼仪教育教学对中职学生的行为改变以及积极心理的状态提升产生了明显的促进作用,但是,这次只是一次粗浅的研究,还有很多问题需要继续探索。在课程内容的选择上以及教学设计上还需要深入的探索和研究。

**关键词:**礼仪;品质;积极心理品质;心理发展;中职生

## 一、研究意义

(1)中职生需要培养积极心理品质,礼仪教育中渗透积极心理品质的培养,可以改变各种不良现象

(2)随着中国经济的发展,一些陋习在影响着国家的和谐发展,以及中国的国民形象。在我校的礼仪课程安排中,有一些问题,比如:课时不够导致学生实践化时间不够,根据职业学校的学生特点,没有足够的实践时间,完全不能达到质变的效果,也是希望通过该研究,看看礼仪教育的影响还有哪些方面,看看能不能调整课时以及教育内容。

(3)根据职校生源特点,研究通过礼仪教育渗透积极心理品质培养有积极的作用。职校生他们不够自信,人际交往能力弱、心理承受能力差等这些都是需要他们改变的。如:同学之间交往不知道说什么话来准确表达自己的意思,在集体环境中没有团体的观念,有的学生见到老师会因为不好意思,低头走过。因此在礼仪教育中,渗透学生积极心理品质培养,提升学生的整体素养是非常必要的。

## 二、文献综述

### (一)礼仪概述

著名史学大师钱穆先生认为礼是中国传统文化的核心。认为中国的核心思想就是“礼”。中国的“礼”实际上是儒家文化体系的总称。

### (二)礼仪教育概述

礼仪教育是把礼仪丰富的知识内容,具体的表现,以及如何综合地运用等通过一定的教育方法进行传递,让学习者感知礼仪文化的博大精深,将礼仪文化内化于心、外化于行的教育活动。

### (三)积极心理品质概述

教育部关于中小学生积极心理品质调研的六大美德二十四种积极心理品质。包括:

- 1.智慧和知识维度—认知的力量(创造力、求知力、思维和观察力)
- 2.勇敢维度—情感力量(真诚、执着)
- 3.人性(情)维度—人际的力量(爱、友善)
- 4.公正维度—公民性力量(领导力、合作力)
- 5.节制维度—避免极端的力量(宽容、谦虚、持重)
- 6.超越维度—精神信念的力量(心灵触动、幽默风趣、信念与希望)

## 三、研究设计

希望通过实验方式,探索礼仪教育对于中职生积极心理品质的培养是否有促进作用,并且归纳总结出有效的教学内容和方法。

### (一)备课

认真分析礼仪教材,选择和积极心理品质相关的案例。在教研时讨论教学计划。并且完成教学计划。

例如:在仪容课程需要学习如何整理自己的发型,在这个课程里可以提高审美力。学习发型和脸型的搭配,学习学生适合的发型,学习如何清洁爱护自己的面部以及手的清洁卫生。

在仪态课程中培养学生持重、自律、执着能力。比如:练习站姿可以培养学生的自控能力,能够让学生通过音乐,教师的引导沉静下来,并且让身体记住正确的体态。这段过程可以培养学生执着、自律的能力在仪表课程中主要学习根据自己在不同时间、场地与角色,学习服饰搭配,可以培养学生的审美能力、智慧能力。学习色彩搭配,学习服饰TPO原则,学习不同的角色应该如何穿着打扮。

在表情课程中培养学生感恩与审美,积极关注和欣赏来自生活各方面的美好与卓越,从自然到艺术;感激所有发生的美好事情;能够从容地表达感谢。

比如:微笑练习,眼神练习,通过行为练习,首先调整自己的心态,同时调整自己的情绪,在情景模拟的反复练习中可以培养学生的感恩、审美能力。

在语言课程中培养学生的谦虚能力,通过情景模拟反复练习文明“十字”用语,学习中国传统文化经典,比如《论语》《弟子规》。可以锻炼学生的勇敢、自信心。在人际交往课程中通过情景模拟,角色扮演培养学生感恩、观察力、爱、友善能力,待人真诚。培养学生的创造力。

培养学生的合作能力,以及信念与力量能力通过情景模拟,角色扮演在沟通课程中完成。带学生进行社会实践,栽培自己的精神信念,为以后为社会做出贡献。

### (二)学习评价

1.学生自评。在学生自评上,规定学生在课后写感想和感悟内容是礼仪教育和积极心理品质相关的内容,找出自己的不足,同时说明好的表现情况,通过这种方式让学生认识自己的能力与潜力,让自己在反省和努力中不断提高与进步

2.教师总结。客观评价学生的学习情况。主要以表扬为主,鼓励学生保持积极的探索态度,侧重点在学生上交的学习心得或积极心理品质维度的认识上。

3.学习结束。以正面教育为主,方式多为分级表扬,集体鼓励,个人鼓励,分级奖品奖励,激励学生不断进步。为养成积极心理品质打下基础。

## 四、研究结果

在实验前,为了了解实验班与对照班学生的积极心理品质和

礼仪规范行为现状,首先对两个班级进行问卷调查。结果是两个班级情况都差不多,心理品质和礼仪规范行为的水平基本一直。

#### (一) 实验结果比较

#### (二) 和对照班级比较指标

##### 1. 成绩。

对照班半期考试礼仪成绩平均分(75分)

实验班半期考试礼仪成绩平均分(80分)

2. 文明行为。通过调查,谈话,科任老师了解情况对照班学生有不文明行为:常常在走廊上和同学聊天说脏话、教室卫生不清洁、食堂就餐插队、见到老师目中无人,不问候,也不行礼。

实验班文明行为:说脏话的频率明显减少,教室清洁卫生在班级评比中,两个月得了两次流动红旗。见到老师主动停下,问候并且恭敬行鞠躬礼。进出教师办公室大声喊报告,礼貌进入。

3. 人际关系。对照班学生勾心斗角情况有,小团体抱团有。

实验班学生彼此之间表现出了宽容,谅解,女生之间的勾心斗角情况要对照班好很多。男生在参加活动时会邀请班上的其他同学一起参加。

4. 学生感想。通过礼仪手抄报,看到同学们对于上礼仪课的感想,实验班学生的感想要深刻、仔细,更有体会。

##### 5. 学生操行分情况。

对照班学生操行分评优 20%,

实验班学生操行分评优 30%

通过上述的几个因素分析出来,21 旅游 4 班实验班和对照 21 计算机 6 班学生在积极心理品质的几个方面都有不同程度的提高。

#### 五、结果与建议

从上述的各种因素分析看来,礼仪教学实验对学生积极心理品质的培养有显著的促进作用。通过这次教学实验,有部分指标达到了预期效果,但实验的时间太短了,很多干预没有达到预期的效果。教师对积极心理品质教学渗透礼仪课堂有不少的欠缺,存在很多具体的问题,基于以上原因,提出以下建议:

第一、为了找出好的教学方法以及教学方向,延长礼仪课堂教学实验的干预时间。

第二、对中职学生各项心理品质进行针对性培养,例如,在培养的过程中,要求家庭配合礼仪课程完成学习内容,促进学生各项心理指标的提升;比如:感恩教育课程需要家长配合,通过该训练课堂培养学生爱心,培养感恩的善良品质。又如,通过课堂学礼仪知识,观察身边的礼仪现象,通过对比自己的日常行为,思考自己的不足,这样有针对性的提升学生的心理品质;再如,让学生课后写礼仪感谢,看学生的课后进步情况。总之,在教学中教师应主动进行引导,促进学生积极心理品质的养成。

第三、下一次的研究方法使用《中国中小学生积极心理品质量表》对中职学生的各心理品质维度进行研究,对中职学生的心理品质进行更加深入的研究,以确定哪些品质是相对稳定且发展较为完善。

总之,礼仪教育教学渗透积极心理品质教学还在不断地研究中。从实验的结果可以看出礼仪教育教学对中职学生的 6 大维度 15 项心理指标产生了非常明显的促进作用,充分证明了文明礼仪教育教学能够促进学生积极心理品质的养成,已验证了原有的研究假设,但是构建一个完整的渗透礼仪教育教学模式是一个复杂的系统工程,还要在理念、目标、内容、途径到评价方面做系统性思考,有很多问题需要在今后的研究中继续进行深入的探索。

#### 参考文献:

[1] 陈天才. 文明礼仪教育与小学高年级学生积极心理品质培养研究 [D]. 贵州师范大学, 2017.

[2] 任俊. 积极心理学思想的理论研究 [D]. 南京师范大学, 2006.

[3] 樊飞飞. 初中生积极心理品质的量表编制及培养研究 [D]. 苏州大学, 2014.

[4] 李恺. 高校思想政治教育培养大学生积极心理品质研究 [D]. 中北大学, 2015.

#### 附录 1: 中国中学生积极心理品质量表

亲爱的同学:

你好!这是一份心理调查,我们会对你所填写的内容绝对保密。除了研究人员以外,不会有其他人接触到你所填写的内容。本调查回答时有五个级别:⑤非常像我,④比较像我,③一般,②比较不像我,①非常不像我。请你仔细阅读每一条陈述,根据该项陈述在多大程度上像你来选择,然后在相应数字下做记号。

特别提醒:每题只能选择一个选项,不可多选和漏选。并注意不要看错行,也不要丢题。非常感谢你的合作!

1. 你的性别: (1) 男 (2) 女

2. 你所在的年级: (1) 高一年级 (2) 高二年级

3. 你的家庭背景: (1) 完整家庭 (2) 单亲, 跟随父亲 (3) 单亲, 跟随母亲 (4) 跟随祖父母 (5) 独自生活 (6) 父母双亡 (7) 其他

4. 你父亲的职业: (1) 管理人员 (机关干部、经理) (2) 军警 (军人、警察等) (3) 员工 (工人、职员、服务人员) (4) 农民 (农民、农民工) (5) 知识技术人员 (教师或科研人员、医生、工程师建筑师等) (6) 自雇主 (个体经营、自由职业等) (7) 其他

5. 你母亲的职业: (1) 管理人员 (机关干部、经理) (2) 军警 (军人、警察等) (3) 员工 (工人、职员、服务人员) (4) 农民 (农民、农民工) (5) 知识技术人员 (教师或科研人员、医生、工程师建筑师等) (6) 自雇主 (个体经营、自由职业等) (7) 其他

6. 是否独生: (1) 是 (2) 否, 排行, 老大 (3) 否, 排行中间 (4) 否, 排行最小

表 1 中国中学生积极心理品质量表

| 陈述级别                       | ⑤ | ④ | ③ | ② | ① |
|----------------------------|---|---|---|---|---|
| 大家说我是个充满活力的人               |   |   |   |   |   |
| 学会一个新东西会让我感到非常兴奋           |   |   |   |   |   |
| 无论做什么我都非常小心谨慎              |   |   |   |   |   |
| 如果朋友跟我吵了架,我很难再与他如初         |   |   |   |   |   |
| 见到优美的风景时,我会忍不住停下来欣赏一会儿     |   |   |   |   |   |
| 我对各类知识都感兴趣                 |   |   |   |   |   |
| 即使我们小组面临失败,我也会遵守规则,公平比赛    |   |   |   |   |   |
| 我认为犯了再大错误的人只要真要认真道歉也应该得到原谅 |   |   |   |   |   |
| 我认为做真实的自己比做广受欢迎的人更重要       |   |   |   |   |   |
| 不管何时何地,我都爱着我的家人            |   |   |   |   |   |
| 我认为自己拥有的特长和优势是可以向别人炫耀的     |   |   |   |   |   |
| 我提出的建议经常被采纳                |   |   |   |   |   |
| 我对什么知识都不感兴趣                |   |   |   |   |   |
| 只要我认为正确的事情,我就会去做           |   |   |   |   |   |