分类号： G641　　**密级：** 公开

学校代码： 11065　　**学号：** 2019020009

青島大学

学术硕士学位论文

（统招全日制）

过度竞争背景下青少年品德教育问题研究

作者姓名　赵凤源

指导教师　赵永刚教授

学　　科　思想政治教育

培养单位　马克思主义学院

答辩日期　2022 年 6 月 5 日

中国知网　https://www.cnki.net

摘要

在人类社会中，适度竞争可以激励个体充分发展自身的天赋与才能，进而使社会充满生机与活力，推动社会进步。随着全球化的快速推进和深化，竞争扩展至群体之间并日益激烈，进而加剧了个体竞争，使得个体所处的生存领域和教育活动中均出现了过度竞争的现象。过度竞争中，个体变得更加冷酷，更加以自我为中心。在过度竞争的影响下，学校、家长和青少年将关注点主要放在了如何获得竞争优势之上，青少年的品德教育客观上被边缘化了。

当前，青少年品德教育在一定程度上得到了社会、学校和家长的重视，但在过度竞争的影响下，青少年品德教育表现出了诸多问题。首先是面临着虚假繁荣、被挤压以及形式化的现实处境；其次是青少年品德教育的手段化、内卷化等异化现象严重；最后是青少年品德教育效果的不平衡性，主要表现在青少年竞争性品质的强化和精致的利己主义，而爱国主义、集体主义、利他主义等方面的品质并未得到很好的发展。

青少年品德教育问题的一个重要原因是教育领域的过度竞争，它造成学校、家长以及青少年的普遍焦虑，产生物化的幸福观、优越感主导的人生观以及片面追求学历的人才观等扭曲的价值观念，这使得教育主体和客体未能充分重视品德教育。而教育领域的过度竞争的根源来自更广泛的社会竞争环境，青少年品德教育面临着竞争主导的全球化进程、宣扬竞争的网络环境以及由社会竞争引发的社会生活变迁等不利的外部环境。过度竞争由群体（国家）间的竞争传导至群体内部，产生的压力最终落到教育者和教育对象身上。

基于上述分析，过度竞争背景下青少年品德教育的应对应从观念、制度和外部支持入手，弱化过度竞争。第一，在观念方面，需要树立正确的幸福观、正确的人才观，变革家庭教育观念；第二，在制度支持方面，改进和完善青少年品德教育评价制度、学校评价制度、学生评价制度；第三，在外部环境支持方面，营造全社会重视青少年品德教育的社会环境，完善社会保障以缓解人们的竞争焦虑，转变人类发展观以弱化群体间的竞争态势。

关键词：过度竞争；青少年品德教育；焦虑；价值观；评价制度

中国知网 https://www.cnki.net

Abstract

In human society, moderate competition can motivate individuals to fully develop their talents and talents, thereby making society full of vigor and vitality and promoting social progress. With the rapid advancement and deepening of globalization, competition has expanded among groups and has become increasingly fierce, which has intensified individual competition, resulting in excessive competition in the field of survival and educational activities of individuals. In excessive competition, the individual becomes more ruthless and more self-centered. Under the influence of excessive competition, schools, parents and teenagers mainly focus on how to obtain a competitive advantage, and the moral education of teenagers is objectively marginalized.

At present, moral education for teenagers has been paid attention to by society, schools and parents to a certain extent, but under the influence of excessive competition, moral education of teenagers has shown many problems. The first is the reality of being faced with false prosperity, being squeezed and formalized; the second is the serious alienation phenomena such as the means and involution of youth moral education; the last is the imbalance of the effect of youth moral education, which is mainly manifested in youth competition Intensification of sexual qualities and refined egoism, while qualities such as patriotism, collectivism, altruism, etc., are not well developed.

An important reason for the problem of moral education for teenagers is the excessive competition in the field of education, which causes general anxiety in schools, parents and teenagers, resulting in distorted values such as a materialized view of happiness, a view of life dominated by a sense of superiority, and a one-sided view of talents pursuing academic qualifications. , which makes the subject and object of education fail to pay enough attention to moral education. The root of excessive competition in education comes from the wider social competition environment. Youth morality education faces unfavorable external environments such as the globalization process dominated by competition, the network environment that promotes competition, and the changes in social life caused by social competition. Excessive competition is transmitted from the competition between groups (states) to the inside of the group, and the resulting pressure finally falls on the educators and the objects of education.

Based on the above analysis, under the background of excessive competition, the moral education of teenagers should start with concepts, institutions and external support, and weaken excessive competition. First, in terms of concepts, it is necessary to establish

中国知网 https://www.cnki.net

a correct concept of happiness and talent, and to change the concept of family education; second, in terms of institutional support, improve and perfect the evaluation system of youth morality education, school evaluation system, and student evaluation system; Third, in terms of external environmental support, create a social environment in which the whole society attaches great importance to moral education of young people, improve social security to ease people's competition anxiety, and change the concept of human development to weaken the competition among groups.

Key words: excessive competition; moral education for teenagers; anxiety; value; evaluation system

中国知网 https://www.cnki.net

目录

绪论 1
一、选题的目的和意义 1
（一）选题目的 1
（二）选题意义 3
二、国内外研究动态 3
（一）国内研究动态 3
（二）国外研究动态 6
三、 研究方法、重难点与创新点 9
（一）研究方法 9
（二）研究重难点与创新点 9
第一章 过度竞争 11
第一节 概念界定 11
一、竞争 11
二、过度竞争 12
三、竞争与过度竞争的关系 13
第二节 过度竞争的表现 14
一、全球化进程中的过度竞争 14
二、个体的生存竞争 14
三、教育竞争 15
第三节 过度竞争的特征 15
一、过度 15
二、冷酷 16
三、自我中心 16
第二章 过度竞争对青少年品德教育的影响 18
第一节 青少年品德教育的现实处境 18
一、青少年品德教育的虚假繁荣 18
二、被挤压的青少年品德教育 19
三、青少年品德教育的形式化 20
第二节 青少年品德教育的异化 21
一、青少年品德教育的手段化 21
二、青少年品德教育的内卷化 22
第三节 青少年品德教育效果的不平衡性 23
一、青少年竞争性品德的强化 24
二、精致的利己主义 24
第三章 过度竞争影响青少年品德教育的心理机制 26
第一节 过度竞争造成的普遍焦虑 26
一、学校的焦虑 26
二、家长的焦虑 27
三、青少年的焦虑 28

中国知网 https://www.cnki.net

第二节 过度竞争中的价值观扭曲 29
一、物化的幸福观 29
二、优越感主导的人生观 30
三、唯学历的人才观 31
第三节 过度竞争下的青少年品德教育环境 32
一、竞争主导的全球化进程 32
二、宣扬竞争的网络环境 33
三、竞争压力下的社会变迁 34
第四章 过度竞争下青少年品德教育的应对 36
第一节 青少年品德教育的观念应对 36
一、树立正确的幸福观 36
二、培养正确的人才观 38
三、变革家庭教育观念 39
第二节 青少年品德教育的评价制度应对 40
一、改进与完善青少年品德教育评价制度 40
二、改进与完善学校评价制度 41
三、改进与完善学生评价制度 42
第三节 青少年品德教育的环境支持 43
一、营造全社会重视青少年品德教育的社会环境 43
二、完善社会保障 44
三、转变人类发展观 45
结语 47
参考文献 48
攻读硕士期间发表学术论文情况 54
致谢 55
学位论文独创性声明 56
学位论文知识产权权属声明 56

中国知网 https://www.cnki.net

绪论

一、选题的目的和意义

（一）选题目的

品德对于我们作为人如何处理社会关系，如何立身、行事至关重要，人的发展离不开品德教育，人需要通过教育、学习、实践以及体悟才能真正懂得做人的道理。从这个角度看，“品德教育属个人成长的永恒资源”[1]。品德教育作为实践活动在不同的时代具有不同的形式。古代品德教育以伦理、风俗以及传统道德等形式约束和调节人们的交往行为；近代品德教育往往与政治、法律还有宗教相互渗透，发展成较为独立的意识形态。新中国成立后，品德教育工作成为党和国家高度重视的工作。早在上世纪九十年代，教育部出台的《中小学德育工作规程》明确指出“德育即对学生进行政治、思想、道德和心理品质教育”[2]。本世纪初，教育部颁布的《教育部关于整体规划大中小学德育体系的意见》指出“德育主要是对学生进行政治、思想、道德、法制、心理健康教育”[3]。2017 年教育部颁布的《中小学德育工作指南》提出德育包括理想信念教育、社会主义核心价值观教育、中华优秀传统文化教育、生态文明教育以及心理健康教育。[4]此外，品德教育可以从狭义和广义两个层面来理解。狭义上的品德教育可以理解为道德教育，当然对青少年来说，品德教育就是学校利用道德与法治课程对其进行道德教育。广义上的品德教育在内涵上有了更广阔的外延，包含所有可以提高受教育者思想道德水平的实践活动。当前我国的青少年品德教育建设在内容上不仅包括弘扬传统美德、培育社会主义核心价值观、树立理想信念，还强调了家庭、学校、社会在品德教育建设过程中的重要作用。“青少年品德教育是青少年思想政治教育的一部分，不单会进行有组织、有目的、有计划的施教，还具有一定的政治方向要求。”[5]

综合以上观点和本文的研究内容，青少年品德教育是指根据青少年个性特征，遵循青少年成长规律，依照思想道德规范，综合运用多种品德教育方式，激励青少年自觉践行品德规范，重视提高青少年的品德素养，最终实现青少年品德发展以及社会和谐进步的过程。

---

[1] 卜玉华.试析学校公民教育与品德教育的共享区域与差异边界[J].教育理论与实践,2010,30(25):30-33.
[2]中小学德育工作规程[J].人民教育,1998(06):9-10.
[3] 教育部关于整体规划大中小学德育体系的意见[J].中华人民共和国教育部公报,2005(06):25-29.
[4]教育部关于印发《中小学德育工作指南》的通知[J].中小学德育,2017(09):4-9.
[5]王甜.红色文化与青少年品德教育[J].中学政治教学参考,2019(15):14-16.

中国知网 https://www.cnki.net

从词源上看，竞争是“对共同目标的共同追求”[1]，在原初意义上，竞争是接纳他人，并将他人作为共同目标的合作者。我们承认竞争的存在有其合理性，但是，随着社会历史的发展，在良性竞争之外出现了过度竞争的现象。教育领域产生过度竞争的原因主要包括：一是优质的教育资源有限导致在选拔评价体系中的各个方面产生过度竞争；二是教育主体尤其是家长们产生了不必要的焦虑，想方设法帮助孩子提高学习成绩以及找到更多兴趣爱好而产生过度竞争。过度竞争用在教育中包含以下两种含义：首先，教育目的深受竞争目标的影响，考试变得不再纯粹，从教育的一种手段渐渐变成目的。于是，教育主体为了考试这个最终目的在校内校外展开了激烈的竞争。具体表现在学校和老师不断地增加学习内容以及家长们默认延长作业时间，学生们每一天都在比较谁做了更多的练习题和谁睡的更晚中度过，于是出现了一批又一批的“黑眼圈”学生。其次，在竞争的过程中，教育主体付出了大量的时间和精力，早已超出了合理的限度。家长们在素质教育中更多的是把素质教育当做除了考试成绩以外的另一条赛道，他们给孩子们报各种各样的兴趣班，试图帮助孩子在未来的人生中获得更多的发展机会。许多沉浸在教育竞争中的家长，要么忽视了健康、快乐、创造力、审美情趣和道德品质等至关重要的教育目标，要么把这些目标视为增强青少年未来社会竞争力的手段。

过度竞争会对青少年品德教育产生影响和挤压，导致很多问题。首先，在过度竞争的影响下，青少年品德教育被轻视而且逐渐走向功利化。过度竞争的教育环境下，无论是家长、学校还是教师，在教育活动中首要关注的都是如何让孩子在竞争中取胜。这使得青少年品德教育在两个方面被功利化：第一，把品德教育视为在社会竞争中获胜的手段，更多地关注勤奋、坚毅、亲社会性等品格，从而把许多具有重要价值的品格边缘化了；第二，把品德教育作为一种获得积极评价和社会支持的手段。把品德教育作为一项竞争指标，学校可以获得更多的发展支持，教师可以晋升职称或其他奖励，品德教育表面上得到了重视，而实际上沦为了教育竞争的手段。其次，在过度竞争的影响下，青少年品德教育逐渐形式化。当前，青少年品德教育理论的探讨十分活跃，但品德教育实践并未呈现相应的活跃度。在现实生活中，家长和教师通常是以作业和任务的形式完成品德教育，而不是真正认同品德教育的重要性。最后，在过度竞争的影响下，青少年品德教育逐渐内卷化。青少年品德教育内卷化表现为国家高度重视青少年品德教育，政府制定很多促进青少年品德教育的政策制度并且宣传力度很大，但由于升学和就业等各方面的竞争压力，青少年品德教育的效果并不理想。

本文选取这一论题的目的就是通过描述过度竞争对青少年品德教育的影响，分析其原因，指出应对这一现象的思路和方法，为解决这一问题提供有价值的思考和

[1]高德胜.竞争的德性及其在教育中的扩张[J].华东师范大学学报(教育科学版),2016,34(01):14-23+110.

中国知网 https://www.cnki.net

观点。

（二）选题意义

1.理论意义

阐明过度竞争对青少年品德教育的影响及其原因，丰富关于社会环境与青少年品德教育之间关系的研究，从竞争意识的角度阐述现代社会环境对品德教育的影响，丰富品德教育的环境建设研究，为青少年品德教育理论和实践创新研究提供有一定价值的参考。

2.实践意义

有助于我们创新学校和家庭品德教育的方式方法，有助于解决学生在过度竞争中出现的新的道德问题，促进学生德智体美劳全面发展，为推进教育评价改革，发展素质教育提供参考，有利于完善立德树人机制，更好地落实立德树人根本任务。

二、国内外研究动态

（一）国内研究动态

国内学者与过度竞争背景下青少年品德教育问题有关的研究可以分为以下几个方面。

1.关于青少年品德教育的相关研究

从研究成果上看，学界对青少年品德教育的研究主要集中在以下几个方面。

首先，一些学者从宏观层面对青少年品德教育的现状、问题、解决路径进行研究。2005 年，丁锦宏在书中解释了品格教育的基本概念，分析了品格教育与价值教育、道德教育的关系，提出了品格教育能够在全球化和多元化的大背景下应对各种挑战和回归德性传统的方法。[1]2013 年，陶西平系统地论述了我国青少年道德教育面临着价值观教育效果不佳、学科德育重视程度不够和师德师风建设不足等困境，提出需要突出品德教育工作的重点和阶段性，狠抓师德建设等一系列相应的破解策略。[2]周建民阐述了学生品德教育的根本路径离不开课程实施的主体性，课程评价的局限性一定程度上制约了学生品德教育。[3]2015 年，杜永红、魏欢阐述了提高青少年有效参与德育活动的非智力因素水平的五个方面，包括激发正确动机、培养广泛兴趣、陶冶积极情感、磨炼良好意志以及塑造优良性格。[4]2019 年，孙其昂在文

[1]丁锦宏.品格教育论[M].人民教育出版社,2005:70.

[2]陶西平.我国青少年道德教育困境与出路选择[J].教育科学研究,2013(03):30-33.

[3]周建民.品德教育的路径选择与评价探索——以高中思想政治课为例[J].思想政治课教学,2013(09):20-23.

[4]杜永红,魏欢.增强青少年德育实效性的路径:非智力因素培养[J].教育探索,2015(10):101-104.

中国知网 https://www.cnki.net

章中指出，新时代构建青少年德育体系，要在习近平关于青少年工作重要论述的指导下，深入研究青少年思想道德教育，重视运用科学理论成果，促进青少年健康成长。[1]

其次，一些学者对青少年品德教育环境进行了研究，注重探索学校、家庭、社会对青少年品德教育的独特功能。2012 年，蒋桂莲在文章中讨论了如何加强青少年道德教育，基本原则包括社会、学校和家庭一体化原则以及环境建设首要原则。[2]2018 年，崔海友提出学校德育离不开实践，在实践基础上加快构建家庭、学校、社会三方合作机制，有效推动青少年品德教育发展。[3]佘春梅强调推进青少年德育建设需要找到新的切入点和突破口，重视建立新德育体系，以家庭德育为基础、学校德育为主体、社会德育为依托。[4]2020 年，岳圆星、郭洪水认为加强青少年思想政治教育要以立德树人为根本，从转变教育观念入手，努力建设守正创新、德才兼备的育人队伍，加快打造家庭、学校、社会“三位一体”的育人系统工程。[5]

再次，一些学者重点关注多元的青少年品德教育资源，进而更好地发挥其育人育德的力量。2013 年，樊泓池、吴文国、倪智超指出，新时期德育工作要将我国优秀传统文化作为重要资源，同时青少年德育要批判继承传统德育思想。[6]2015 年，张引、王峰提出，青少年思想品德教育应该在充分分析流行文化中的各种因素的基础上，克服其消极影响，帮助青少年建立科学的价值观。[7]2019 年，程建春、陈新蕾在文章中指出，全息媒体具有全方位和立体式传播信息的特性，青少年德育依托全息媒体能够拥有充足的媒介资源，创新德育方法。[8]

最后，还有一部分学者关注于如何借鉴西方品格教育尤其是美国新品格教育的研究成果，来促进我国青少年品德教育。1995 年，袁桂林在书中介绍了托马斯·里克纳（Thomas Lickona）的品格教育理论，进而指出，在借鉴不同社会制度的国家的经验时，我国学校品德教育需要在继承我国传统美德的基础上，吸收古今中外道德教育精华，适应我国社会发展需要。[9]2006 年，郑富兴从现代性视角出发，探讨

---

[1]孙其昂.现代性视阈中青少年思想道德教育的特征及认识思路[J].学校党建与思想教育,2019(19):15-19.

[2]蒋桂莲.生产视域下加强青少年道德教育问题研究——以道德需要的培养为中心[J].河南社会科学,2012,20(05):67-69+108.

[3]崔海友.构建以生活实践为主导的学校德育[J].教育理论与实践,2018,38(23):23-24.

[4]佘春梅.多方合力推进青少年德育建设[J].人民论坛,2018(28):120-121.

[5]岳圆星,郭洪水.德育一体化视域下的青少年思想政治教育[J].中学政治教学参考,2020(06):61-63.

[6]樊泓池,吴文国,倪智超.论中国传统文化中的德育思想及其对当前青少年德育的启示[J].管子学刊,2013(02):104-108.

[7]张引,王峰.流行文化对青少年思想品德教育的影响分析[J].当代教育论坛,2015(01):82-87.DOI:10.13694/j.cnki.ddjylt.2015.01.012.

[8]程建春,陈新蕾.全媒体时代青少年德育工作的挑战与对策[J].青年记者,2019(26):31-32.

[9]袁桂林.当代西方道德教育理论[M].福建教育出版社,1995:264.

中国知网 https://www.cnki.net

了美国新品格教育的理论、实践与现代价值，提出学习美国新品格教育有利于我国构建现代道德教育模式。[1]2010 年，唐汉卫认为美国的品格教育思想既有一定的时代性和超越性，又具有保守性和传统性，中国的道德教育需要合理借鉴。[2]2015 年，鄢进波指出加强中小学德育可以借鉴美国新品格教育运动的成功经验，在这一过程中需要政府、学校、社区和家庭的共同参与。[3]

上述研究表明，我国关于青少年品德教育的研究越来越细化，为我国青少年品德教育的发展提供了诸多有价值的观点和思路。

2.关于过度竞争的相关研究

国内学者主要从心理学和教育学的角度研究与品德教育相关的过度竞争。首先，从心理学的角度来看，学者们都认为竞争态度与个体的竞争行为密切相关。个体需要避免不良的竞争心理，形成合理的竞争态度。2011 年，肖锋，黄凌军表明，社会一味强调竞争会使大学生的心理出现一定的问题，而想要解决就需要学校、老师以及学生本人的共同努力。[4]2012 年，王莹莹、蔡太生、姚毅、左劲松建议培养大学生拥有坚韧人格，帮助大学生建立良性竞争态度，避免过度竞争态度。[5]

其次，从教育学的角度来看，一些国内学者认同当前教育存在过度竞争现象的观点，并提出化解教育领域过度竞争的重要性。2012 年，黄祖军提出，破解教育内卷化不仅需要重视提高教育质量，更需要处理好教育与社会、经济、政治、文化之间的关系。[6]2016 年，章乐认为化解教育竞争的有效途径是研究教育的过去和现在，进一步反思教育与生存的关系。[7]高德胜指出，在当前的教育框架内，教育要想摆脱竞争的控制就只能展开新的教育革命。2018 年，汪敏、朱永新认为，竞争“灵恶”下，要想使教育回归理性，关键是正视教育竞争，发挥教育领导力的作用。[8]

3.过度竞争对品德教育的影响的相关研究

近年来，不少学者开始关注过度竞争下的学校品德教育和家庭品德教育，并对过度竞争造成的影响进行了研究。首先是过度竞争对学校品德教育的影响。2014 年，

[1]郑富兴.现代性视角下的美国新品格教育[M].人民出版社,2006:13.

[2]唐汉卫.现代美国道德教育研究[M].山东人民出版社,2010:110.

[3]鄢进波.美国新品格教育的复兴及其对我国中小学德育的启示[J].教育理论与实践,2015,35(16):43-46.

[4]肖锋,黄凌军.竞争型社会大学生心理健康教育问题、原因和对策研究[J].江西理工大学学报,2011,32(06):38-40.

[5]王莹莹,蔡太生,姚毅,左劲松.大学生坚韧人格、自尊与竞争态度的相关研究[J].中国临床心理学杂志,2012,20(03):395-397.

[6]黄祖军.论转型期教育内卷化及其破解路径[J].华东师范大学学报(教育科学版),2012,30(02):37-41+47.

[7]章乐.论教育与生存的关系——兼论如何缓解现代社会中的教育竞争[J].高等教育研究,2016,37(12):21-27+65.

[8]汪敏,朱永新.竞争“灵恶”下教育主体关系的表征、瓶颈与应对[J].中国教育学刊,2018(11):44-50.

中国知网 https://www.cnki.net

章乐指出，面对身份焦虑，要想化解学校教育中的病态化竞争趋势，从追寻分数转变为追寻美德至关重要。[1]2017 年，闫兵认为有必要系统分析学校竞争的“灵恶”，揭露不良后果，以期找到超越学校竞争“灵恶”的可能路径。[2]2019 年，陆一、朱敏洁通过揭示美国英才教育的发展逻辑，对比目前中国教育的过度竞争现象，指出美国教育利用刚性的统考选拔维持适度竞争等理念启发了中国的学校教育。[3]2020 年，刘信阳、苌光锤提到，要学会规避过度竞争中的不良影响，在竞争的同时带动高等教育系统的整体提升。[4]

其次是过度竞争对家庭品德教育的影响。2018 年，王锐鹏指出我们的教育太过于强调竞争，真正的教育理应最大化地强调合作，尽可能压缩竞争，教育的重心应该是让受教育者学会与人合作，并在这个过程中树立正确的世界观和人生观。[5]2020 年，朱永新、汪敏提到，家长是能够引导孩子避免过度竞争带来的影响的，也就是说孩子在父母的教育下是可以克制自己不合理的欲望的。[6]

（二）国外研究动态

国外学者关于过度竞争背景下青少年品德教育问题研究主要包括以下几个方面。

1.关于青少年品德教育理论的研究

教育家诺丁斯认为品德教育是一种特殊的教育方法，它有自己的哲学和教育学假设，通过广泛的学校努力以影响青年的道德、价值观和品格。[7]教育学家约翰·威尔逊提出德育属于生活领域中的教育，青少年进行道德实践需要借助科学的方法，认为授人以鱼不如授人以渔。[8]杜威认为学校品德教育应该和社会教育、生活实践相结合。约翰·洛克和夸美纽斯均强调父母的言传身教对青少年品德教育的重要性。

2.关于青少年品德教育实践的研究

国外学者通过研究国家、学校、社区组织等对品德教育产生的影响加强了青少年品德教育的实效性。被誉为美国品格教育之父的托马斯·里克纳（Thomas Lickona）

[1]章乐.病态竞争的产生与化解——兼论学校教育如何面对现代人的身份焦虑[J].湖南师范大学教育科学学报,2014,13(06):10-14+64.

[2]闫兵.学校教育竞争之“灵恶”及其超越[J].教育发展研究,2017,37(10):70-75.

[3]陆一,朱敏洁.美国的“少年班”何以成立:一种高选拔适度竞争的英才教育路径[J].国家教育行政学院学报,2019(09):61-68.

[4]刘信阳,苌光锤.一流大学建设背景下高等教育竞争的新样态及其反思[J].大学教育科学,2020(01):22-28.

[5]王锐鹏.教育要传达一种什么样的竞争意识?[J].人民教育,2018(12):6-7.

[6]朱永新,汪敏.教育如何不再培养精致的利己主义者——公共品格教育的逻辑向度与实践进路[J].教育研究,2020,41(02):61-71.

[7]Nel Noddings. Foreword[M]. Tomorrow’s Children: A Blueprint for Partnership Education in the 21st Century,2001.

[8][英]约翰·威尔逊.道德教育新论[M].蒋一之,译.浙江教育出版社,2003.

中国知网 https://www.cnki.net

在书中旗帜鲜明地提出，培养具有健全品格的合格公民才是教育的最终目的。[1]玻考维兹、莎菲尔和梅琳达（Marvin W. Berkowitz， Esther F. Schaeffer and Melinda C.Bier）在2001年出版的书中不再罗列品德教育资料，而是深入探讨有效的品格教育模式。[2]玛朵娜·墨菲（Madonna M. Murphy）通过真实而丰富的实践案例有力地证明了学校进行美德和价值观教育的必要性。[3]拉里·努奇（Larry Nucci）、托比亚斯·克雷特纳（Tobias Krettenauer）、达尔西亚·纳瓦兹（Darcia Narvaez）在书中提到社区对道德和品格发展的贡献。青年人参与社区组织的活动一方面能够培养社会责任感，在潜移默化中接受品格教育；另一方面也能够满足他们的社会归属感，也就是说，当年轻人感到被需要，觉得他们在社区事务中很重要，他们就不太可能违反社区规范。[4]

3.关于青少年品德教育的伦理学研究

品德教育也是伦理学的重要内容，比如古希腊哲学家亚里士多德的《尼各马可伦理学》就有着丰富的品德教育思想。当代伦理学家尤其是美德伦理学家同样也非常关注品德以及品德教育。麦金太尔强调传统美德的重要性并且指出解决道德危机的方式就是重视传统道德教育。[5]伯纳德·威廉斯（Bernard Williams）认为德性是一种内在的理智的脾性，它与个体的行为感知与意向选择具有内在联系。[6]迈克尔·斯洛特（Michael Slote）在书中将行为主体的内生性力量看作德性的源泉。[7]

美德或品德是美德伦理学的核心概念，而且美德伦理学家通常把美德与幸福关联起来，因而也把美德教育与人的幸福关联起来。比如，罗莎琳德·赫斯特豪斯（Rosalind Hursthouse）发展了一种新亚里士多德主义伦理学，把美德视为幸福的内涵之一和实现幸福的途径。[8]在美德的培育方面，一些美德伦理学的支持者开始意识到外部情境对于美德养成的积极价值，比如，乔纳森·韦伯（Jonathan Weber）主张，美德伦理学应当积极利用情境主义的观点，探究美德的培养的路径。[9]可见，美德伦理学领域的相关研究为品德教育研究提供了概念、价值和方法上的思想资源。

---

[1]Thomas Lickona. Educating for Character:How our schools can teach respect and responsibility[M]. New York:New Times Company,1991:48,69.

[2]Marvin W. Berkowitz, Esther F. Schaeffer and Melinda C.Bier. Character Education In the United States[J]. Education In the North, new series,2001.

[3][美]玛多娜·墨菲.美国“蓝带学校”的品性教育：应对挑战的最佳实践[M].周玲,张学文,译.中国轻工业出版社,2002:8.

[4]Larry Nucci,Tobias Krettenauer,Darcia Narvaez. Handbook of Moral and Character Education[M]. Taylor and Francis:2015-03-24.

[5][美]麦金太尔.追寻美德——伦理学理论研究[M].宋继杰,译.译林出版社,2003:249.

[6][英]伯纳德·威廉斯.伦理学与哲学的限度[M].陈嘉映,译.商务印书馆,2018.

[7][美]迈克尔·斯洛特.源自动机的道德[M].韩辰锴,译.译林出版社,2020.

[8]Rosalind Hursthouse. On Virtue Ethics[M]. Oxford:Oxford University Press,1999.

[9]Jonathan Weber. “Character, Attitude and Disposition”[J].European Journal of Philosophy,2015,vol.23.

中国知网 https://www.cnki.net

4.关于青少年品德教育的心理学基础的相关研究

注重青少年品德教育的心理学研究，了解青少年心理发展情况，可以有效开展青少年品德教育。一部分国外学者以积极心理学、大众心理学以及情境主义心理学为理论依据探讨青少年品德教育。2004 年，克里斯托弗·彼德森（Christopher Peterson）和马丁·塞林格曼（Martin Seligman）作为积极心理学的杰出代表，强调注重人类的道德潜能和美好德性，培养乐观和幸福的孩子。[1]群体心理学创始人，古斯塔夫·勒庞在书中强调群体总是受无意识因素的支配，理性在群体中不起作用。崇高的思想必须经过改造才能被群众所接受，教育是群体思想观念产生和形成的重要因素之一，同时也是改善或恶化群众精神的一大因素。[2]情境会对个体道德决策产生不同的影响，人们在实际生活中面对道德问题往往会倾向于屈从情境的压力。陈义林（Yi-lin Chen）在文章中指出一个教育者对情境的道德意义越敏感，越愿意抓住适当的时机去培养美德，受教育者的道德习惯就会越丰富。[3]

5.竞争对教育的影响

温迪·萨瑟兰·史密斯（Wendy Sutherland-Smith）指出国际法认为教育是一种贸易产品，这就使得国家和社会越来越强调竞争而不是合作。从教育促进援助转向教育促进贸易，这与国际合作转向竞争有关。国际环境推动竞争进一步操纵人民、机构和国家进入存在的经济意识形态，而牺牲了其他价值观，如协作学习、公益教育、为个人发展共享免费信息和教育等。[4]

综合国内外研究来看，首先我国关于青少年品德教育的研究促进了品德教育在我国的深入发展，但是缺少从过度竞争的角度出发研究其对青少年品德教育的影响，需要针对当前过度竞争的现状分析原因进一步提出具有针对性的举措。其次，国外的学者对青少年品德教育的研究更多的聚焦于具体品德教育理论、品德教育实践以及心理学理论对教育的影响，很少结合过度竞争的现状进一步分析青少年品德教育。一些国外学者认识到国际竞争环境对教育内容和对象产生了影响，但是没有具体到青少年品德教育。本文拟在借鉴这些研究成果的基础上，研究过度竞争背景下青少年品德教育问题。

---

[1]Christopher Peterson& Martin E.P.Seligman. Character Strength Virtues:A Handbook and Classification[M]. Published by American Psychological Association And Oxford University Press, Inc.2004.

[2][法]古斯塔夫·勒庞.乌合之众:大众心理研究[M].马晓佳,译.民主与建设出版社,2018:66-74.

[3]Yi－Lin Chen. A Situationist Lesson for Character Education: Re－conceptualising the Inculcation of Virtues by Converting Local Virtues to More Global Ones[J]. Journal of Philosophy of Education,2015,49(3).

[4]Wendy Sutherland-Smith. Competition or collaboration: policies and practices in international higher education[J]. The Australian Educational Researcher,2013,40(3).

中国知网 https://www.cnki.net

三、研究方法、重难点与创新点

（一）研究方法

结合本文选题内容及拟解决的主要问题，本文运用文献研究法、交叉学科研究法等方法，研究过度竞争背景下青少年品德教育问题。

1.文献研究法

研究过度竞争背景下青少年品德教育问题需要查阅大量的文献资料并进行研究分析。本文通过青岛大学图书馆和学院资料室、相关教育网站以及知网等渠道收集了大量的资料和文献，并且查阅和购买了很多国内外著名学者的文献和著作。文献研究法是本文最重要的研究方式，从过度竞争的角度来反思我国青少年品德教育，能够在研究的过程中得到启示，然后促进我国青少年品德教育更好的发展。

2.跨学科研究法

研究过度竞争背景下青少年品德教育问题不仅仅涉及思想政治教育学、思想政治教育心理学，还涉及伦理学、教育学、心理学、哲学、社会学等学科，需要借鉴和吸收相关学科的知识和方法。本文主要是在思想政治教育心理学的框架内，借助伦理学和心理学的相关思想和观点，来分析过度竞争背景下的青少年品德教育问题，提出应对策略。这种不局限于思想政治教育学的跨学科研究法能够更加全面和深入地考察这一问题。

（二）研究重难点与创新点

1.研究重点

分析过度竞争影响青少年品德教育的原因以及在此基础上提出应对这一问题的对策是本文的研究重点。

2.研究难点

过度竞争背景下青少年品德教育问题的应对策略不仅仅涉及思想政治教育学中的理论和观点，还涉及对人类社会现实处境的反思、涉及对幸福等伦理价值的考虑，需要从微观的品德教育问题研究扩展、深入和上升到价值论和存在论问题研究，因而该部分是本文的研究难点。

3.创新点

国内学者关于青少年品德教育的研究大多都以探讨青少年品德教育现状、环境以及借鉴西方青少年品德教育特别是美国品格教育实践为主，国外学者除了进行品德教育理论研究以外还从伦理学和心理学的角度探讨青少年品德教育，但关于过度竞争背景下青少年品德教育问题的研究尚不充分。本文从过度竞争背景下的青少年品德教育的现状出发探讨过度竞争阻碍青少年品德教育的原因，提到了青少年品德教育内卷化也是异化。依据产生过度竞争的深层逻辑，提出了社会和人类层面的价

中国知网 https://www.cnki.net

值和观念应对，持有正确的幸福观、人才观以及家庭教育观念能够让我们在面对过度竞争时淡化竞争，缓解焦虑，从而能够更多地关注、更加从容笃定地进行青少年品德教育。此外，本文运用思想政治教育心理学中“环境因素规定个体心理发展的现实性”的观点以及心理情境创设的相关观点，结合伦理学的分析方法，着重提出了外部环境方面的应对策略，通过进一步完善社会保障制度，倡导更加合理的人类发展观念来改善人们的生存处境，从而缓解青少年品德教育的外部环境中的过度竞争。

中国知网 https://www.cnki.net

第一章 过度竞争

第一节 概念界定

一、竞争

首先，竞争可以从不同的角度进行解释。竞争的内涵包括以下几个方面：第一，从词源的角度解释竞争。竞争指的是为了自己的利益而跟别人争胜。[1]从词源上看，竞争可以从两个方面去理解。一方面，“争”可以表示为了获得某种精神上的荣耀或者物质上的好处，而这也是其最重要的含义和目标。另一方面，“竞”和“赛”可以用来表达有规则和秩序的竞争或者竞赛，也就是符合礼仪规范和道德准则的“争”。第二，从生物学的角度解释竞争。竞争通常指同种或异种个体间为了争夺共同资源而相互施加不利影响的现象。[2]第三，从社会学的角度解释竞争。竞争是指人与人、群体与群体之间对于一个共同目标的争夺。[3]第四，从伦理学的角度解释竞争。竞争既可以指一种行为，也可指一种机制。[4]伦理学不但研究竞争行为本身，也研究竞争机制存在的道德意义，包括竞争行为和机制的依据以及相关的限制条件。第五，从经济学的角度解释竞争。竞争是指个人（集团或国家）间的角逐，凡两方或多方力图取得并非各方均能获得的某些东西时，就会竞争。[5]

根据以上不同角度的解释，我们可以发现竞争不仅存在于生物界，也广泛存在于人类社会。在人类社会中，竞争是指个体与个体之间或者群体与群体之间，不局限于两方的，在一定范围内为争夺不能同时获得但是却共同需要的特定目标，进而展开符合社会规范的较量过程。

其次，竞争的构成要素至少包括以下四个方面。第一，竞争主体。竞争需要在社会化的个体之间和群体之间展开。构成竞争的主体必须是两方或者两方以上的平等独立主体。第二，竞争目标。竞争目标是指争夺不能同时获得但是却共同需要的特定目标。第三，竞争场。顾名思义，竞争场是竞争主体开展竞争活动和从事竞争行为的空间范或场所。适度有效的竞争离不开特定的竞争场。第四，竞争手段。竞争手段作为主体和目标之间的中介，是服务于目标的并且在一定程度上受其支配。在人类社会中，竞争是一种理性化的社会资源配置方式，竞争主体的竞争行为受到社会规范的制约。各要素和谐统一最终构成人类社会的竞争。

人类社会的竞争是一种广义上的竞争，不只局限于经济领域，在政治、文化、

---

[1]中国社会科学院语言研究所词典编辑室.现代汉语词典（第7版）[M].商务印书馆,2016:694.
[2]中国大百科全书总编辑委员会.中国大百科全书[M].中国大百科全书出版社,1991:768.
[3]中国大百科全书总编辑委员会.中国大百科全书[M].中国大百科全书出版社,2002:125.
[4]朱贻庭.伦理学大辞典[M].上海辞书出版社,2002:134.
[5]新帕尔格雷夫经济学大辞典(第一卷)[M].经济科学出版社,1996:577.

中国知网 https://www.cnki.net

社会地位等领域都能看到竞争。作为一种推动社会进化的广义竞争可以可以充分激发、释放人的多方面才能，提高人的综合素质以及帮助人们创优争先，真正使个人与社会保持生机活力。一味抑制竞争行为不但会阻碍个体健康人格的发育，还会进一步限制社会的发展，个体进步与社会发展息息相关，个体不再拼搏奋进，社会也会停滞不前。当然，为了避免产生严重的社会人群分化问题，切实保护竞争失败者和社会弱势群体的生存发展权，建立相应的社会保障机制是必不可少的，这也是人类社会竞争不同于生物界的单纯的生存竞争的地方。本文正是从广义竞争的角度来考察社会的过度竞争现象的。

二、过度竞争

美国学者贝恩最早将过度竞争概括为低集中度、持续性过度供给或过剩生产能力和经济绩效较差的产业的一种市场结构。[1]教育领域中的过度竞争是指，在社会环境的影响下，学校和父母为了帮助青少年在当前以及未来人生中获得竞争优势，将过多的时间、精力和资源投入到青少年的学科与特长类的学习、培训中，而青少年则被动参与其中。过度竞争主要包含两个层面的内容。一方面，教育目的深受竞争目标的影响逐渐偏离本来目的。古往今来，虽然不同的思想家和哲学家提出了自己对教育目的的看法，但是但大多数人都一致认为教育应最大限度地开发人的潜能，帮助人实现全面发展，最终收获幸福。可是在过度竞争的教育中，不仅仅是学生和老师，所有与教育相关的主体所追求的目标都已经偏离了教育的初衷，所有人都为了在考试中获得高分而展开激烈的竞争，考试不再是检验学习的手段，已经变成目标本身。另一方面，教育主体和青少年在竞争过程中，付出了大量的时间和精力，早已超出必要的限度。在不断地追求高分的道路上，不同程度地忽视了对健康、快乐、创造力、审美、道德等这些人生中真正重要的追求。在工具理性支配下，过度竞争助推了极端利己主义和自我本位主义的盛行，从而不利于青少年品德教育的有效开展以及青少年的品德发展。

随着生态资源不断减少，社会机会变得稀缺，社会竞争日益加剧，社会历史发展过程最终无法回避逐渐分化的社会阶层以及逐渐扩大的贫富差距。[2]教育也深受过度竞争的影响，过度竞争带来的是教育目的的功利化，加重了青少年的厌学情绪和教师的职业倦怠，学校发展出现困境。教育中的过度竞争割裂了人与人之间的关系，依据竞争结果，单方面的将人分成了两类，也就是所谓的成功者和失败者。青少年学习的目的纯粹是为了超越同龄人，获得较高的名次，上一所名校，找到一份心仪的工作，实现财富的积累；教师不再关心孩子能否健康成长而是把精力都放在具有竞争性的课堂教学上，企图通过学生的成绩实现自身的晋升；学校领导追求的

[1]Joe S.Bain, Industrial Organization[J]. NewYork:John Wiley&Sons, 1959.
[2]金惠.过度竞争与合作型学校的领导[J].教育导刊,2013(01):28-30.

中国知网 https://www.cnki.net

是如何在同类学校中脱颖而出，如何能最大限度地争取到优质生源和教育资源；家长们培养孩子拥有所谓的兴趣爱好也是为了竞争力的延续，并不是真正的想要发现孩子的特长。

三、竞争与过度竞争的关系

竞争与过度竞争之间既有联系，也有区别。首先是二者的联系。竞争是人际关系的基本模式之一，它本身具有一定的合理性。就个体来说，人本身就存在着竞争需要和倾向。在任何情况下，只要有比较，我们就会想要成为那个更优秀的人，希望得到更多人的称赞，这是正常的心理取向。积极的竞争可以帮助个人发挥最大的潜能，通过不懈努力克服困难，进而实现自我价值，最终推动社会进步和人类文明的发展。只有在激烈的生活竞争中，个人才能发展。[1]当然，竞争也有其消极影响，由于社会资源有限，为了自身生存和发展，个体之间就会进行激烈的竞争，长期的激烈竞争得不到控制很容易超出限度，最终演变成过度竞争。过度竞争除了不利于社会的和谐发展，也不利于个人尤其是青少年正常的学习和生活。竞争发展到一定阶段产生的过度竞争不再具有德性的特点，不可避免地威胁着个体和社会。

其次是二者的区别，表现为程度和对象的不同。一方面，从程度来看，竞争是自发的，是个体为了实现自我价值主动采取的行为。此时的个体遵循自身真实的需要，想要成为竞争中胜利的一方也只是因为可以展示自己的能力和特长，培养自己的兴趣爱好，在他人的认可中继续实现自身价值最大化。而过度竞争更多体现的是个体被迫参与竞争，个体不断追求理想化的自我，妄图成为外界眼中完美的存在。为了完成理想化自我的目标，每个人的内心都存在不同程度的焦虑，担心失败、担心被社会群体抛弃，每个人都表现出过分依赖他人的心理和行为倾向。同时，个体逐渐把外在的要求内化成发自内心的指令，不断地告诉自己应该成为和必须成为的模样。于是，个体的内心变得越来越脆弱，禁不起一点挫折，不能承认自己在竞争中失败，在接下来的竞争中又会反复和不计后果的参与竞争、推动竞争，求得胜利。自我理想化总是包含着一种普遍的自我美化，从而给个体一种对重要性和凌驾于他人之上的优越感的过分需求感。[2]此时的个体被迫将最真实的自己埋藏了起来，只剩下一个不停地追求所谓理想化自我的躯壳，像一个机器一样被推着前行。

另一方面，从对象来看，竞争是把自身作为超越的目标，而过度竞争则是把别人当作超越的目标。把自身作为超越对象的竞争能够促使个体正确看待和他人的比较，培养自己的兴趣爱好，发现自己的性格特点，明确自身长处，在比较中把注意力放在不断提升自我上，为成为更加优秀的自我而努力，最终实现自我，突破以往的自我。当然，竞争中的个体之间会更关注彼此的合作关系，以求共赢。反之，过

[1]转引自张培峰.竞争论[M].天津社会科学出版社,2001:206.
[2][美]卡伦·霍妮.实现自我[M].中国人民大学出版社:西方心理学大师经典译丛,2018:146.

中国知网 https://www.cnki.net

度竞争是把他人当作自己的参照标准和超越对象。个体始终把注意力放在如何战胜他人上，也会尝试一切有利于战胜他人的方式。在过度竞争中，个体极易产生愤怒和不满，尤其是当他人有而自己没有，当他人做到而自己没做到的时候，然后就会选择过激手段伤害自己或他人。过度竞争中，人与人之间的关系只剩下敌对关系，拒绝合作是常态，大家普遍认为独赢才是正常的，竞争只能产生一个胜利者。

第二节 过度竞争的表现

一、全球化进程中的过度竞争

竞争一方面会促进人和人类社会的发展，另一方面也会伴随人类社会的存在而永远存在。目前，随着全球化进程的推进，个体与个体之间，群体与群体之间，乃至国家与国家之间，都充斥着竞争，逐渐出现了过度竞争的现象。人类社会的竞争是个体之间或群体之间为满足自身需要展开竞争并力图取得有利地位的倾向。放眼世界，国与国之间的竞争日趋激烈，任何一个谋求发展的国家都无法逆潮流前进，参与竞争是大势所趋，盲目回避竞争是不可取的。在全球化的大背景下，中国也面临着诸多挑战，只有积极勇敢参与到竞争中，中国才能实现新发展。伴随着改革开放的进一步发展，我国竞争机制逐渐成熟，不仅在经济领域，竞争早已进入社会生活的各行各业，出现了过度竞争的现象。例如教育领域中为了培养人才提升国力，青少年之间的分数竞争愈加激烈。当前过度竞争的社会发展状况要求教育特别是品德教育承担培养青少年具有正确竞争观的任务，帮助青少年更好的适应未来的社会生活。

二、个体的生存竞争

对比动物的生存竞争，人类的生存竞争有着明显优势。人类社会的生存竞争更多倾向于对个人名誉和身份的争夺，更加看重利益，获取食物和简单获得生存反而不是关注的重点。为了充分夺取有限的社会资源，生存竞争会一直存在并且会愈发激烈，人与人之间也会表现得自私自利、贪得无厌。不同的社会历史发展时期，生存竞争的侧重点也是不同的。经济社会是一个崇尚物质的社会，所有人遵循商品等价交换的原则。在经济社会里，身份、权力和物质都能进行交换，人类的价值取向深受金钱和权力的影响。于是，现代人为了获得足够的安全感和满足感，不断参与竞争，争夺为数不多的权力和物质。教育和知识也沦为了人类获取身份地位的必需品，更多的人企图通过接受教育实现自我价值的提升，然后通过竞争获得财富积累和身份转变，实现阶层流动，最终实现个体生存竞争的胜利。

中国知网 https://www.cnki.net

三、教育竞争

现代教育是基本是在国家主导下开展的，不论是发达国家还是发展中国家都已经意识到教育在国际竞争中发挥着不可替代的作用。提高国家自身竞争力的有效手段无疑是重视教育，而投入教育能够使效益最大化。简单来讲，教育竞争是指为了自身利益与人争胜，在教育领域内进行的和教育相关的竞争。首先，从竞争主体的角度分类，教育竞争可以分为地区之间的竞争、学校之间的竞争、学生之间的竞争、教育培训机构之间的竞争等等。地区之间可以为了提升教育质量而引进优秀师资力量和建设学校而进行竞争，学校之间可以为了招收优秀学生、提高升学率和获得优秀学校称号而进行竞争，学生之间可以为了获得优异学习成绩和升入高校而进行竞争，教育培训机构之间可以为了招收更多学生和提高社会知名度而进行竞争。其次，从竞争内容的角度分类，教育竞争包括争夺师资力量的竞争、提高分数和升学率的竞争、争夺优秀学校资格的竞争、提高教学水平的竞争等等。最后，从竞争目的的角度分类，教育竞争包括为了升入更好的学校而进行的竞争、为了高升学率而进行的竞争、为了培养特长而进行的竞争等等。总之，教育竞争具有复杂多样的特点，竞争主体多，竞争内容多，竞争目的多。相同的竞争内容可以对应多种竞争主体，不同的竞争主体也可以具有相同的竞争目的。

本文主要以教育竞争方面的过度竞争为背景阐述青少年品德教育的相关问题，同时结合顺应全球化进程和个体生存发展全面看待过度竞争。

第三节 过度竞争的特征

一、过度

亚里士多德认为过度和不及这两种恶中间存在第三种品质，也就是一种“作为中间的适度的德性。”[1]适度是德性的特点之一，过度本身是“恶”并且会附带不好的作用。过度竞争表现在竞争主体不分场合和时间，认为任何方面都能成为竞争的内容，为竞争而竞争的现象时有发生。过度竞争渗透在学校生活的各个领域和环节，小的方面的竞争包括青少年举手回答问题的次数、课后作业被评为优秀作业的人数、甚至每天按时交作业的情况等等；大的方面的竞争则存在于学校之间，例如师资力量、生源水平、升学率的比较等等。长期生活在这样的环境中，老师和孩子们在一次次的比较中丧失了对工作、对学习的热情。青少年处于“好孩子定向”的道德发展阶段，但由于家长和老师设定的“好孩子标准”，青少年从被迫参与竞争到主动竞争，逐渐变为过度竞争。不论是学校、老师还是家长为了实现自己的竞争目的，将一切希望化为无止尽的要求，逼迫孩子在竞争中必须获得胜利，眼睁睁地

[1][古希腊]亚里士多德.尼各马可伦理学[M].苗力田,译.中国社会科学出版社,1999:36.

中国知网 https://www.cnki.net

看着孩子们脸上的笑容越来越少，抱怨越来越多。青少年为了完成所谓的竞争目标，就只能比别人更加刻苦努力学习，只求在考试这场没有硝烟的战争中拔得头筹。于是，老师和学生不约而同地过度投入到竞争中，过度投入在青少年群体中最主要表现就是过度学习，包括教学内容过多、教学时间过长、作业和考试不计其数。

二、冷酷

竞争本身以及害怕失败是造成个体冷酷的原因，处于过度竞争关系中的人往往会漠视他人、排挤他人、甚至于伤害他人。在过度竞争中，每个人的内心都极度紧张不安，仿佛每天都笼罩在失败的阴影下，看到的每个人都是自己的“敌人”，于是每时每刻提防他人，对他人冷酷成了家常便饭。人与人之间的情谊不复存在，取而代之的是单纯的竞争关系。“人们之间喜欢较量，这似乎能给他们带来欢乐和财富，然而却无法避免灾难的发生，人们为争夺私利而亲手铸成的利刃反而刺进了自己的心。”[1]与此同时，个体变得自私冷酷，缺乏同理心和责任感，在长时间的孤立无援中失去了真实的自我。青少年心理的归属感在学校老师拔苗助长的教学中、在班级里歧视和孤立差生的现象中、在家长一次次的逼迫努力学习中、在冷酷麻木的竞争中被剥夺，最终被消耗掉。学校、老师和家长用唯一的标准也就是分数来对待青少年，想尽一切方法只为提高分数，导致很多青少年出现不同程度的心理健康问题。当青少年选择用极端手段对待自己和他人时，当造成自杀和杀害他人的悲剧时，当生命不复存在，一切都无法挽回时，作为学校、老师、家长又该如何面对。可类似的事件在网络和新闻报道中屡见不鲜，让人触目惊心，痛心不已。人们从来都不曾想过还未塑形的青少年身上会发生一起又一起的恶性事件。竞争环境是冷酷的，人也是冷酷的，而由冷酷的环境和人构成的社会和群体也是冷酷的。

三、自我中心

“自我”是个人的内在核心，或者认为“自我”是个人的自觉因素，或者认为“自我”是个人自我意识的凝聚即人对自身的观念系统。[2]自我中心的表现包括个人自我意识的过分膨胀，只关注自己的利益需求，从不顾及他人的感受，从而形成的自私自利的心态。在早期的人类社会中，只有拥有最高权力的帝王才可以拥有自我，剩下的个体都是为帝王服务的，并没有任何独立存在的意义。随着社会的发展，个体慢慢醒悟，开始具有自我意识，开始重视满足自身需求，注重实现个体自身价值，人类社会逐渐走向个性化时期。在个性化社会里，最重要的是自我，由此，无论什么都可以被采纳，都可以获得社会认可，没有什么是应当的、必须的和一成

[1][印度]阿肖克·高勒克里.人性的思考[M].中国发展出版社,2005:198.
[2][苏]伊·谢·科恩.自我论：个人与个人自我意识[M].佟景韩,范国恩,许宏治,译.三联书店,1986:13.

中国知网 https://www.cnki.net

不变的，不同水平上的各种选择都是可以共存的，相互之间既无抵触也无消长。[1]个性化社会中，个人完全为自身服务，个人的奋斗目标不包含他人和社会，全部都是以自我为先。为了在过度竞争中获得胜利，可以付出所有。自我中心的人秉承着他人必须为实现我的目标而努力的价值观，并且认为如果他人不能为自己服务，那么他人就不具有任何存在的意义。人性中的恶常常离不开自我中心主义，自我中心的人会把自我的利益作为最高的标准，把自己的目标定为最高的目标，建立起只符合自身的道德体系。

[1][法]利波维茨基.空虚时代：论当代个人主义[M].方仁杰,倪复生,译.中国人民大学出版社,2007:8.

中国知网 https://www.cnki.net

第二章 过度竞争对青少年品德教育的影响

第一节 青少年品德教育的现实处境

当前的青少年品德教育看似得到学校和家长的重视，社会也在不断地倡导品德教育，但是，由于中小学阶段学校、家庭和青少年学生都处在过度竞争之中，在竞争压力下，青少年品德教育并未得到真正的重视和有效的开展，面临着虚假繁荣、被挤压以及形式化的处境，这三个方面的问题相互关联，相互缠绕。

一、青少年品德教育的虚假繁荣

虽然我们强调青少年应当德智体美劳全面发展，但从学校和家庭的重视程度来看，青少年品德教育并没有得到应有的重视。因而，尽管我们现在越来越强调立德树人以及相应的品德教育的重要性，各种研究项目和德育改革活动如火如荼地推行着，但品德教育的实际情况却不容乐观。

首先，虽然在学校的课程设置中，品德教育的内容有所增加，并逐步完善，品德教育方式也不断丰富，但在实际执行的过程中，德育课在学校课程体系中的地位并不高。在小学阶段思想品德教学活动中，思想品德课时常被教师占用，进行主要科目的教学，这种现象即使是在基础教育较为发达的地区也司空见惯。在课程的考试设置方面，在许多地方，“中考思想品德学科只按 60%计算总分，考试题型全部是客观题，使得思品教师在学生和家长心目中的地位越来越低”[1]。

其次，虽然从中央到地方各级宣传部门和教育部门都在强调青少年思想品德教育的重要性，强调品德教育教师队伍的建设，但品德教育课程的教师队伍建设亟待加强。为了在升学率的竞争中获得优势，学校将师资力量优先配置在主要科目上，品德教育师资队伍问题相当突出。绝大多数义务教育阶段的学校没有配备专任的思想品德课教师，通常由班主任兼任。[2]虽然初中学校大多配备了专任的思想品德教师，但情况也不容乐观。根据山东省潍坊市教育部门对该市某区的调查，该区的城区有思想品德教师 40 人，其中，临时聘任和兼职教师 20 人，达到了思想品德教师队伍人数的 50%，是所有学科中兼职教师比例最高的。临时聘任的思想品德教师无编制、薪酬低，多为准备考研、考公的青年教师，流动性极强。兼职教师多为学校领导和各部门领导，甚至还有教务员、保管员。[3]

---

[1]张洪平.浅谈初中思想品德教师职业倦怠的成因及解决对策[J].南方论刊,2015(03):110-112.

[2]参见邢立新.关于初中思想品德教育学科教师及教学现状的调研报告[R]. http://www.jinchutou.com/p-892 52907.html.

[3]山东省潍坊市教育局.初中思想品德学科教师及教学现状调查,http://www.360doc.com/content/16/0129 /07 /7723905_531381450.shtml,2016 年 1 月 29 日.

中国知网 https://www.cnki.net

最后，虽然近些年青少年思想品德教育的教学研究和改革发展势头非常好，但实际的教育过程质量还有很大的提升空间。南京市教学研究室对全市初中思想品德教师的学科教学基本能力进行了调研，结合常规的教学视导、教学常规检查，得出的结论是，该市初中思想品德学科在深入推进课程改革、提升教学质量方面，都还停留在应付行政管理层面对常规的布置与检查，思想品德教师的基本能力在规范、内容、技术与方法等诸多方面都亟待提升。[1]可见，即便是在基础教育较为发达的东部地区，思想品德教育的质量与内涵式发展也存在较大问题。

二、被挤压的青少年品德教育

在 2018 年召开的全国教育大会上，习近平总书记强调，我国教育的根本任务是立德树人，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。[2]然而，在现实生活中，学校和家庭由于受到竞争思维的主导，将主要的关注点放在了利益上，主要考虑的是学校及教师利益、青少年的学习成绩和各种特长学习等方面，对立德树人教育理念的贯彻和落实出现了偏差。这使得青少年品德教育，无论是在学校教育还是在家庭教育活动中，都受到了较大的挤压。

一方面，在学校教育中，青少年品德教育受到学校及教师利益的挤压。这主要有两种表现。首先，当前的学校教育仍然以应试教育为主导，造成了普遍的重智育、轻德育的现象，学校和教师主要考虑的仍然是升学率、优秀率等对学校和教师有利的因素。在校内，青少年的品德教育主要通过道德与法治课、传统文化课、实践课等课程教育来实现的。由学校考核教师的核心指标仍然是学生的学习成绩，教师往往会为了教学进度和教学质量而占用品德教育课程的课时。其次，学校和教师考虑到学校声誉和利益，对青少年的教育手段受到较大限制。除了相关课程之外，学校对青少年的品德教育还通过升国旗等仪式教育、相关竞赛活动、校外社会实践活动以及对违纪学生的训诫等途径来实现。在这些教育活动中，学校和教师往往优先考虑的是安全问题和家校关系问题，因而通常会过于谨慎，而不能充分地从德育效果出发来设计和执行品德教育活动。当然，由于当前缺少相关的政策支持和明确的法律规范，学校和教师的考虑具有相当的合理性。但学校和教师在现有的政策和法律条件下，仍然可以在这些活动中采取更为灵活和合理的教育方式。比如，在惩戒教育中，教师可以采取宽严相济的方式，对不同性格的学生，对不同程度的违纪行为，采取不同的惩戒教育方式，当然，在这个过程中要把握好宽与严之间的“度”。

另一方面，在家庭教育中，青少年品德教育也受到了较大程度的挤压。首先，

[1]参见杨昭.学科建设亟须夯实基础——从“初中思想品德教师的学科教学基本能力调研”说起[J].江苏教育,2011(17):36-38.

[2]习近平在全国教育大会上强调,坚持中国特色社会主义教育发展道路,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人[N].人民日报,2018-09-11(1).

中国知网 https://www.cnki.net

家长深知青少年面临着中考和高考的激烈竞争环境，在家庭教育中更加重视提高青少年的学习成绩，一定程度上忽略了品德教育，对青少年思想品德发展状况关注不足。人出生后的第一位老师是家长，第一所学校是家庭，对青少年来说，家庭教育的影响是贯穿整个人生的，也是最为深刻的。换言之，假如青少年长期生活在忽视品德教育的家庭中，自然而然地会认为品德教育并不重要，起码和学习成绩相比显得微不足道，久而久之便不再重视培养自身品德。其次，许多家长还出于竞争意识，为青少年安排了各种各样的特长教育。家长的出发点可能是好的，希望孩子在未来的社会竞争中能够有更多的选择，或者希望孩子能够更加优秀。但实际上，这使得家长和孩子本就不充足的相处时间变得更加少。因而，家长就更加难以把握孩子的性格发展状态，更加难以深入了解孩子的真实内心，从在很大程度上挤压了家庭对青少年的品德教育。

三、青少年品德教育的形式化

青少年品德教育的形式化问题表现为学校仪式活动的形式化、品德教育的知识化以及青少年品德教育合作机制的形式化等问题。

首先，学校仪式活动存在形式化问题，学校仪式活动原有的象征意义不复存在，品德教育的功能随之弱化。学校仪式活动的形式化主要包括三方面的内容。第一，忽视青少年的主体地位。学校在举办仪式活动时，大部分都会按照学校领导和相关教师提前设定好的流程进行，采用大致相同的模式，有的还会经过事先排练，参与者也就是青少年只需要被动地参加即可。学校仪式上发言的主要是学校领导老师，忽视了青少年的主体性。仪式活动的内容长期没有变动，青少年很容易产生抵触情绪，仪式活动往往达不到相应的效果。第二，仪式过程中缺少双向互动。不重视青少年的主体性，导致仪式活动的设计者脱离群众，不够了解青少年同时也与青少年之间缺少互动沟通，彼此之间的情感交流不畅，最终师生群体在参与仪式活动时缺乏热情和期待感。第三，学校仪式活动形式具有明显的程序性。仪式活动的程序性又赋予其一定的权威性，“仪式是一种‘行为层面’的社会操演、权利实践及行为模式”[1]。外在形式有一定的程序性的确会帮助内在意义的表达，但是目前学校的仪式活动已然本末倒置，只重视程序，反而忽略了活动本身所要传达的精神。学校在仪式活动中无法带领青少年深入探究精神内涵，无法有效传达给青少年真正的价值观念，失去了举办仪式活动的意义。

其次，品德教育是一个长期的系统工程，一张简单的成绩单无法评价品德教育的成效。但是教育主体在竞争环境的影响下，青少年品德教育也出现了知识化的现象，遵循分数至上的原则，用分数来衡量品德教育。学校增加品德教育课，老师们

[1]程天君.“接班人的诞生”——学校中的政治仪式考察[M].北京大学出版社,2004:232.

中国知网 https://www.cnki.net

增加考试和作业，课堂上的青少年想的更多的是如何掌握知识点，学会答题思路，对于将所学内容内化为自身的品德修养却甚少关注。于是，青少年只是把品德教育课当作是和语文课、数学课一样的课程，下课之后的生活和课程毫无关系，认为只要把学习的知识点掌握，能够在考试中做对题目就等于达成了品德教育课的学习目的。学校和老师把精力全部放在考试成绩上，无形之中削弱了品德教育的功能。真正的品德教育是可以指导人的行为，帮助人们将所学知识应用于生活的。

最后，青少年品德教育合作机制存在形式化问题。具体表现在家庭和学校之间尚未建立紧密的合作机制。青少年的成长成才离不开家庭和学校共同的教育，青少年品德教育的长足发展也离不开家校稳定配合。但是目前的青少年品德教育无法真正实现家校融合贯通，合作机制流于形式。第一，存在部分家长认为学校是进行品德教育的唯一也是全部场所。但是，仅仅依靠学校进行品德教育是远远不够的，家庭教育对青少年的影响才是持久和深远的，家长在潜移默化中进行品德教育的方式值得推广。如果家长关心青少年学习成绩的程度总是远远大于关心品德发展的程度，如果家长无法对青少年进行正向的引导，如果青少年追求的是拜金主义、享乐主义、个人主义等错误思想，那么这样的家庭教育毫无疑问是失败的，是严重的和国家倡导的教育相违背的。有研究表明，学习成绩优异、道德上富有责任心、不会参与冒险行为的青少年往往同家长保持着紧密而良好的关系。[1]第二，学校与家长对青少年思想品德发展状况的沟通不充分、不深入。家长更多地关注的是青少的学习成绩，家长在主动联系教师时，更多的是询问孩子在学校的学习表现，嘱托教师关注自己孩子的学习习惯和学习问题。而教师在主动联系家长时，通常是学生在学校与同学发生了冲突或者出现了特别严重的违纪行为，提醒家长予以关注，但较少与家长共同商议如何采取具体措施。

第二节 青少年品德教育的异化

一、青少年品德教育的手段化

这里所说的手段化是指把青少年品德教育作为竞争的手段，在学校和家庭中，品德教育不再是目的而变为手段。对青少年品德教育的重视本身是好事，但不排除某些学校以及相关管理者利用青少年品德教育获取名利，凭借青少年品德教育方面的特色和优势在教育竞争中获得集体和个人的好处。而家长对青少年的品德教育也可能只是为了培育青少年在未来社会竞争中的性格优势。这两种情况下的青少年品德教育都掺杂着复杂的动机和目的，从而让品德教育变味，同时会产生一些不良的后果。

[1]托马斯·里克纳.培养品格——让孩子呈现最好的一面[M].施李华,译.中国社会科学出版社,2005:9.

中国知网 https://www.cnki.net

首先，学校把品德教育作为在竞争中体现优势和特色的手段。习近平总书记曾在学校思想政治理论课教师座谈会上指出:“在大中小学循序渐进、螺旋上升地开设思想政治理论课非常必要，是培养一代又一代社会主义建设者和接班人的重要保障。”[1]学校教育的最终目的应该是学生个体的全面发展，学生在学校里接受教育不仅仅是为了积累知识、创新思维来获得未来生存的本领，更需要提升学生的道德品质。然而，现实的学校教育却存在功利至上的现象，教育部门提倡品德教育，于是学校自身就会将品德教育的成效作为竞争的一种手段。正如利用老师和学生的高强度工作和学习换来的“高升学率”能够使学校从默默无闻变成“名校”一样，学校重视品德教育，进行各式各样的课程和活动，其目的就是为了获得教育管理部门、社会和家长的认可，从而获得更好的生源，名利双收，而学校及其管理部门的领导可以获取政治资本。

其次，家庭把品德教育作为培养青少年社会竞争力的手段。家长在进行品德教育时往往从社会需要和功利化的角度培养青少年的某些方面的品德，很少关注和解决青少年生活中实际遇到的困惑。家长在言语和实际行动中潜移默化地影响着青少年，特别是影响着他们对品德的态度和观念。家长意识到工作中需要团结协作能力强的人才，于是就会在人际交往方面着重培养青少年的待人接物能力，教育孩子学会“圆滑”，不得罪任何人。为了能够给老师留下好印象，赢得老师的关注，很多家长也会教育青少年在老师面前表现出诚实守信、乐于奉献。而这些都背离了教育的目的，品德教育真正沦为了获取利益的手段。总的来说，青少年的思想品德现状是包括学校、家庭以及多种影响因素在青少年个体的理想信念、价值观念和现实行为上的综合反映，是整个社会教育环境下的结果。

二、青少年品德教育的内卷化

“内卷化”指的是当一种组织或形式发展到一定阶段后出现固步自封、不再循序渐进也不再突破式增长，反而长期停留在自我重复的循环状态。此时的系统内部既不能稳定下来也不能发生质的转变，只能反复纠缠，最终陷入纠结和退缩的困境。近些年来，在党和国家的重视下，中小学品德教育课程无论是在课时安排还是重视程度等方面都有所改善，并且取得了一定的成效。但同时，直接的品德教育课程效果又不明显。过度竞争下学校和家长进行青少年品德教育仅仅是为了应付增加的品德教育课程和实践活动以及应付评价机制。

首先，教师、家长和学生疲于应付增加的品德教育课程和实践活动。教师和家长追求的是有效的品德教育，但是现实情况往往并非如此。当前的品德教育课程在数量上增加了，但是实效性依旧有待提高。一方面，课程增多意味着知识性的内容

[1]习近平主持召开学校思想政治理论课教师座谈会强调,用新时代中国特色社会主义思想铸魂育人,贯彻党的教育方针,落实立德树人根本任务[N].人民日报,2019-03-19(1).

中国知网 https://www.cnki.net

增多，教师更加看重知识讲授，每天忙于备课上课，忽视与学生心灵沟通。长此以往，在学生眼里，品德教育课程和语文课、数学课没什么区别，学习的目标同样都是在考试中取得高分。家长会在成绩单上确认品德教育的效果，课程的增多并不会使家长更加重视品德教育，反而会认为既然学生已经进行学习和考试，家庭教育理所当然可以不必投入过多精力。另一方面，品德教育课程的增加也伴随着实践活动的增多，增加了教师和家长的工作量。学校会要求教师和家长在课堂以外的场所进行品德教育，例如学校增加各种各样的研学活动、传统节日要求家长带学生做活动等等，任何实践活动都需要填写大量的记录表和拍大量的照片，可是，大量的表格和照片背后增加的不是品德教育的认同感，而是教师、家长和学生对实践活动越来越敷衍的态度，随便填写、随便摆拍的现象成了最正常不过的事情。

另一方面，应付评价机制。目前评价学校发展情况的依旧是典型的竞争性评价，采用的机制也是竞争性评价机制。依据竞争性评价机制会导致学校发展评价内卷，还会指引学校发展的方向和结果。简单来讲，竞争性评价是指通过调查与研究对象密切相关的内部优缺点和外部条件获得依据，按照一定形式排列，利用系统分析法分析匹配各种因素并从中得出相应的结论。学校在竞争性评价的制约下，总是将外在的参照对象作为发展目标和竞争对手，试图通过不断地分析自身优劣，努力超越竞争对手。竞争性评价表面上造成学校之间相互追赶的局面，但是学校发展的真实情况和国家想要倡导的教育存在偏差。学校为了应付竞争性评价机制，将更多的精力放在如何提升学校的竞争力方面，学校内在的发展逻辑是优胜劣汰，注重外在的排名高低。竞争性评价导致学校为了获得发展，被迫参与抢夺优质生源、占领教育资源、打造所谓优质学校的恶性循环中。[1]同样，为了应付竞争性评价机制，青少年品德教育一旦成为评价学校发展优劣的指标，便会顺理成章得到重视，这样的重视不会带给青少年品德教育良性的发展，反而会束缚学校教育的发展。

德育的内卷使得教育者和被教育者在德育活动中，把德育视为一种外在的任务，疲于应付，失去了能动性和主体性，德育被“标准化”，似乎成为了流水线作业，“不再是自由的、创造性的，而是强制的、自我折磨的”。正是在这个意义上，青少年品德教育的内卷化是一种异化。

第三节 青少年品德教育效果的不平衡性

在各种品德中，有些品德更有利于个体获得专业能力和良好的社会关系，是有利于个体在社会竞争中趋利避害并取得成功的品德，比如勤奋、自律、坚强、谦虚、温和、友善等，因而我们也可以称之为竞争性品德。有些品德则主要是指向社会、他人和集体的，它们很多时候并不有利于个体在社会竞争中获得个人的成功，甚至

[1]杨晓奇.学校发展的“内卷化”表征与破解[J].教育研究与实验,2017(05):60-66.

中国知网 https://www.cnki.net

会为个体带来麻烦和失败，比如奉献、自我牺牲、正义、勇敢、直率和见义勇为等品德。由于竞争意识的主导，在青少年品德教育中，家长往往更多地重视青少年的竞争性品德的培养，而青少年则逐步适应这一趋向，在竞争性品质的发展中具有更强的能动性。这就使得青少年品德教育的效果出现了不平衡性，而这种不平衡性造就的很可能是精致的利己主义者，他们将变成世故的、圆滑的投机者，而不是能够担负中华民族伟大复兴重任的爱国主义者和集体主义者。

一、青少年竞争性品德的强化

在竞争意识的主导下，学校成为过度竞争社会下的帮凶，沦为功利化社会的缩影，学校和老师更加注重培养青少年的竞争性品德。为了帮助青少年在今后的社会竞争中立于不败之地，学校、老师、家长都在有利于青少年建立良好社会关系的品德上下功夫，比如重点培养青少年的勤奋、自律、坚强、谦虚、温和、友善等品德。这样的教育培养出来的人看似受到社会的追捧，实则是不利于青少年的健全人格的发展。一个道德品格完整的人才是社会需要的真正的人才，他们既能够为自己负责，还能在公共领域贡献自己的一份力量，帮助更多人成为更好的自己。当许多不利于个体在竞争中获得胜利的品德长期得不到家长的赞扬，青少年就会逐渐懂得竞争性品德的价值，慢慢放弃对奉献、自我牺牲、正义、勇敢、见义勇为等品德的追求，最终学校造就的是一批又一批乐于竞争并深谙竞争之道的青少年。青少年在过度竞争的环境中从家长那里学会的只是怎么利用拥有的品德来帮助自己取得胜利，品德的其它价值都被忽视。同时，竞争性品德得到强化一定程度上会弱化爱国主义、利他主义以及集体主义等品德的发展，忽视这部分品德的培养必然会不利于青少年未来的发展，也不利于国家和民族的长足进步。

二、精致的利己主义

随着过度竞争的深入发展，青少年主动强化竞争性品德，于是青少年品德教育的效果出现不平衡性，导致精致的利己主义的出现，青少年将变成世故圆滑的投机者。表面上青少年温和、友善，愿意帮助同学解决学习上遇到的困难，实际上他们只是为了获得老师和同学们的赞美，当上班干部，同时在评奖评优时为自己争取更多的荣誉。青少年更加看重自己的学习成绩，一旦发现帮助他人对自身并无好处，还会使自身的成绩变差，名次退后，便会想方设法、不着痕迹地躲避奉献时间和精力帮助他人。此时，青少年内心真正的想法不是单纯的拒绝他人，而是怎么样既不伤害同学关系又能保住自己的位次。精致的利己主义认为任何会牺牲自己利益的行为和品德都是不可取的，青少年把自己的利益和需求摆在第一位才是正确的，哪怕是见义勇为也要确保自己只会得到利益不会失去任何东西。目前的青少年缺少倾听

中国知网 https://www.cnki.net

他人和理解他人的品德教育，不能够从心理上主动认同他人，产生和他人沟通、协作的意愿，也无法形成真正的人与人之间关心、关怀、互帮互助的健康交往关系。

中国知网 https://www.cnki.net

第三章 过度竞争影响青少年品德教育的心理机制

过度竞争之所以能够造成青少年品德教育的上述种种问题，主要是因为过度竞争对教育者和被教育者都产生了相当程度的心理压力，导致一种普遍焦虑，在焦虑感的促使下，青少年品德教育让位于竞争活动。教育者和被教育者之所以在过度竞争中产生焦虑，在很大程度上导源于人们的价值观念问题，正是由于持有不恰当的幸福观、人生观和人才观，人们才会屈服和沉溺于过度竞争之中，才会害怕在竞争中失败。而竞争主导的社会环境则起到了推波助澜的作用。

第一节 过度竞争造成的普遍焦虑

学校、家长和青少年之所以未能把关注点放在品德教育上，主要是因为他们都处于过度竞争之中，产生了各自的焦虑，这些焦虑迫使他们将注意力和主要精力都投入到参与竞争之中。学校出于自身的焦虑和担忧，减少了品德教育活动，加大了青少年的学业强度；家长一方面面临着自身职业生涯中的生存竞争，在竞争焦虑的驱动下，延长了工作时间，减少了和青少年的共处时间，因而也减少了青少年的品德教育时间，另一方面也面临着对青少年未来生存状态的担忧和焦虑，为了缓解这种焦虑而加重青少年的学习负担。青少年承受着来自家长和老师的压力，也逐步产生了焦虑，从被动参与竞争变成主动参与竞争。于是，青少年品德教育中的主体和对象都陷入竞争的焦虑之中。

一、学校的焦虑

学校的焦虑主要源于教育管理体制，这主要是因为当前的学校干部任用制度和评价体系尚不完善，学校领导的任免权来自教育主管部门，而不在学校教职工，这就使得学校工作必定会受到上级主管部门的主导。学校领导为了得到上级部门的认可，“迫切希望在短时间内建立起较高的社会地位，他们……精神高度紧张，急于通过媒体等各种途径……宣传学校在其领导下的变化与发展，以证明自己的能力……并将相当的时间与精力用于努力与教育行政部门等相关单位或个人建立起比较密切的关系网，为学校和个人争取更好的发展资源和机会，相对的，他们用于校内的时间和精力就比较有限……往往失于急功近利和浮躁。”[1]因此，学校领导很难真正把主要关注点放在教育教学管理上，而是把主要精力投入到迎接各种检查、评比，参加各种活动和会议，接待各种来访活动之中。

此外，学校领导还需参与学校日常运转的所有大小事务。学校内部事务，如学生的吃喝拉撒、教学设备、教职工的管理、工会活动、党团工作、青年工作和妇女

[1]曾君.论焦虑与中小学校长的成长[J].教育科学,2001(01):41-44.

中国知网 https://www.cnki.net

工作等等，都需要学校领导的参与和决策。学校外联事务，如与治安、物价、卫生医疗、审计、工商管理、街道办事处和社区居委会等部门的接洽，也需要学校领导出面。更重要的是，学校领导还需时刻警惕安全问题。在这些琐碎而又不得不注意的问题面前，学校领导的焦虑可想而知。正是由于这些焦虑产生的压力，使得学校很难有精力认真地思考品德教育问题。因而许多涉及学生人身安全的品德教育活动得不到广泛开展，即便开展这些活动，学校领导以及班主任教师也不得不畏首畏尾，顾虑甚多。近年来许多学校甚至取消了跑步、运动会等锻炼学生意志品质和集体荣誉感的集体活动，其中的原因就在于此。

在教育教学工作中，学校领导和教师也充满焦虑。从行业功能和评估指标上看，一所好的学校无疑应当把办学质量作为工作的重点。但如何理解办学质量是一件很难的事情。从当前的社会环境来看，无论在地方政府、教育管理部门还是普通民众眼中，升学率毫无疑问是衡量办学质量的首要标准。因此，升学率就成为了决定学校口碑、声誉和未来发展前景，影响学校领导政治前途的首要因素。在升学率竞争的驱动下，学校管理者和教师殚精竭虑。初中学校比高中上线率、重点高中和名校上线率，高中学校比大学上线率、本科上线率、“一本”上线率、“211”“985”上线率乃至“清北”录取人数。总体上看，学校内环境仍然是分数主导下的控制型生态。[1]社会对学校的评价主要依靠升学率，是应试教育存在的主要原因也是学校焦虑的根源之一。

更为吊诡的是，以改革当前应试教育，加强素质教育为导向的诸多教学改革、课程改革，进一步加强了学校的焦虑。各种教育教学改革必定需要相应的办学定位、学校制度配套、课程建设、方案设计、落实执行等措施。此时，学校上下不仅要实质上按照应试教育的逻辑来进行教学活动，还要按照教育改革的精神展现另外一种教育生态。因此，教师除了常规的业务学习、备课、教学、批改作业、管理学生、与家长沟通，还要学习和使用各种新知识、新技能，执行新方案、新举措，参加各种竞赛、评比，以应付各种层出不穷的教育教学改革。

二、家长的焦虑

“不要让孩子输在起跑线上”，这条广告语虽然贩卖了无穷的教育焦虑，但它也体现了残酷的教育现实以及无数家长的真实心态与无奈。家长们之所以过于在意孩子们的学习成绩，是因为他们深知成绩对于孩子未来职业选择和个人发展的重要性，而这份在意让家长们越来越焦虑。教育领域的过度竞争现象在一定程度上是家长们推波助澜的结果。而家长的焦虑在很大程度上与校外培训机构尤其是由资本操纵的大型课外教育机构的营销策略有关，在这些机构的发展壮大的过程中，其营造

[1]郑航,王清平.中小学生思想品德现状及教育对策[J].教育科学研究,2011(03):38-43.

中国知网 https://www.cnki.net

的焦虑氛围逐步弥漫到社会的各个角落。

家长们的焦虑还有一个很重要的外部原因，即当前的社会保障体系的不完善，或者说，当前的社会保障总体水平还有待提高。最近的实证研究表明，“在中国语境下，获得社会保障意味着获得国家赋予的权利，能够有效改善居民对未来生活的预期。……降低居民对社会风险的担忧程度，提升防范与应对风险的能力”[1]。但从目前的情况来看，不论是城乡居民之间，还是城市居民内部之间，社会保障水平存在较大区别，人们在医疗和养老保障方面的待遇差异较大。处于相对较低的社会保障水平的人们，对未来风险的焦虑处于比较高的水平。在这种焦虑的驱动下，他们自身在社会竞争中付出非常大的艰辛和努力，试图改善现状，希望获得更高的收入和储蓄，能够更充分地应对未来的收入风险和健康风险。不仅如此，他们也希望子女能够通过努力学习，获得更好的教育资源，有机会实现社会阶层的跃迁，从而过上具有更高社会保障的生活。而本身享有较高水平的社会保障的人们也会担心子女在教育竞争中失败并因此跌落到较低的社会阶层，不能获得较好的社会保障。于是，这种由社会保障产生的焦虑就转化为一种教育焦虑，并进一步推动了教育竞争。

虽然目前出台的“双减”政策的确在一定程度上减轻了孩子们的学业负担以及家长们的辅导任务。但家长在这个过程中的焦虑其实并没有得到缓解，有些家长反而想方设法寻找别的途径来提高孩子们的学习成绩。[2]

三、青少年的焦虑

最近的心理学研究表明，我国“近 40％的青少年学生存在情绪问题，34.6％的青少年存在焦虑情绪”，其中的原因是多方面的，但一个主要原因是，“儿童青少年因为学习等方面的困扰，他们想保持老师或父母心中的好孩子的形象而产生焦虑”[3]。也就是说，青少年在学习方面的焦虑主要来自两个方面：老师和家长。

如前所述，学校受到过度竞争的影响，追求学校升学率和知名度，学校领导把竞争中的焦虑进一步传导到教师和学生身上。为了让学生在考试中取得好成绩，学校在思想工作中和校外机构一样宣扬社会竞争和焦虑情绪，在教学中甚至不考虑青少年的身心发展规律，造成青少年整日在机械刷题训练中度过，身心俱疲，导致学生作业负担加重、学习时间延长、睡眠时间压缩、身体缺乏锻炼。目前仍然与许多学校表面上响应“双减”政策，减轻学生学业负担，但实际上仍然按照应试教育的

[1]马红鸽,席恒.收入差距、社会保障与提升居民幸福感和获得感[J].社会保障研究,2020(01):86-98.

[2]周洪宇,齐彦磊.“双减”政策落地：焦点、难点与建议[J].新疆师范大学学报(哲学社会科学版),2022,43(01):69-78.DOI:10.14100/j.cnki.65-1039/g4.20211022.001.

[3]沈彦,郑娇,史战明,孙蒙,罗华中,崔宇,黄彩虹,陈登国,吉航西.重庆市儿童青少年焦虑抑郁发生情况调查[J].国际精神病学杂志,2021,48(06):991-993.DOI:10.13479/j.cnki.jip.2021.06.009.

中国知网 https://www.cnki.net

逻辑开展教学工作。家长在青少年的学业方面的指导思想和学校是高度一致的，虽然和学校的动机可能不尽相同，但对青少年的学习要求和期望是基本相同的。因此，青少年被迫参与家长安排的辅导班、培训班，习惯了接受超前教育和大量的课外学习。更加值得我们注意的是，家长在家庭教育中更早地向青少年灌输竞争意识和焦虑，因此，很多孩子从小就被反复告知，“吃得苦中苦，方为人上人”，“一分干掉几千人”，不努力学习就会落后于别人，就上不了大学或者上不了好大学，将来的日子就不好过。而且，家长能够比学校更加便利地使用规训和惩罚手段，来塑造和强化孩子对待学习的态度。

在来自家长和学校两个方面的压力和规训之下，青少年在某种程度上被同化或者出现抗拒，但这两种情况都会导致青少年的焦虑。后一种焦虑导致青少年的激烈的逆反情绪，前一种则导致青少年深度参与过度竞争。而这都不利于青少年的品德教育。

第二节 过度竞争中的价值观扭曲

青少及其家长之所以陷入过度竞争之中，之所以产生焦虑，最根本的原因在于一个更加普遍的社会问题——价值观问题。具言之，什么是好的生活或幸福，什么是有价值的人生，什么是有价值的或优秀的人，对这样一些根本的价值问题，人们的理解出现了偏差。决定人们行为的是其现实的目的和动机，一个人总是追求自己认为好的事物，当人们对什么东西对自己是好的这一问题持有不恰当的认知和理解时，其目的和动机也就跟着出现了偏差。从过度竞争的视角看，人们之所深陷过度竞争之中，根本的价值原因就在于当前流行的物化的幸福观、优越感主导的人生观、唯学历的人生才观等。

一、物化的幸福观

对每一个人来说，追求幸福是天经地义的，恩格斯也曾经说，“在每一个人的意识或感觉中都存在着这样的原理，它们……是无须加以论证的……例如，每个人都追求幸福。”[1]我们接受教育，包括接受品德教育，最终目的都是为了实现自身的幸福——自我实现。毫无疑问，我们必须持有正确的幸福观，否则我们所有的教育和努力都将变成徒劳。从主观意识的角度看，家长的焦虑在很大程度上来自不恰当的幸福观，这种幸福观过于强调物质生活条件，是一种物化的幸福观。人们以这种幸福观为指导，形成了一条观念逻辑链：努力学习—好成绩—重点高中—好大学—好工作—高收入—好的物质生活条件。

物化的幸福观更加倾向于把教育本身视为获取物质财富和社会地位的手段，把

[1]马克思恩格斯全集:第 42 卷[M].人民出版社,1986:373-374.

中国知网 https://www.cnki.net

幸福本身看做是教育竞争的结果，而不重视青少年在学习过程中的体验。在现实的家庭教育中，更多的家长并不会重视孩子的学习过程，只关注孩子在竞争中的结果，导致孩子对幸福的理解违背教育的目的。假如孩子能够取得令家长满意的成绩，那么家长就会感到幸福，这种幸福感也会感染孩子，但如果成绩不令家长满意，那么即使孩子自己满意也不能使家长幸福，最终孩子会因为家长的不幸福而变得不幸福了。[1]家长一遍又一遍的和孩子唠叨着学习优异的好处，而这些好处都是从物质和金钱的角度出发，但实际上这样的幸福并不是真正的幸福。家庭一旦建立起物化的幸福观，就会使得家长和青少年处于过度竞争和高度的焦虑之中。这种幸福观实质上反映了，“西方发达国家主导的经济全球化所导致的资本强势扩张的逻辑使人沦为物质和金钱的奴隶，幸福被庸俗化为财富占有的多寡”[2]。这与马克思主义所倡导的人本主义幸福观是相背离的，颠倒了人与物的关系，颠倒了目的与手段的关系。

社会主义教育的根本目标是培养社会主义建设者和接班人。社会主义教育培养的是社会主义者，培养的是“人”。如果我们的幸福观把物质生活放在最重要的位置，那么我们便落入了资本主义主导的现代性，这不是人的进步，而是人的退化。正如赵汀阳所说，“现代社会和现代理论互相配合着去毁灭人性和人的生活，现代所谓的社会进步其实正是人的退化……所有人想要的无非是同样的物质利益，所有人的思维方式都是利益最大化的理性计算方式，这样的生存方式与动物有什么区别？”[3]因此，要摆脱过度竞争和焦虑，我们必须从自身的观念上摆脱物化的幸福观。

二、优越感主导的人生观

古语有云：“人活一张脸，树活一张皮。”在传统观念中，人的一生应该要过得过体面，通俗地说，就是要有面子。面子文化在中国由来已久，人们默认面子需要靠“比别人过得好”来实现，也就是在比较中获得优势，许多人的心里都有一种横向比较时的优越感在作祟。父母总是期待着自己的孩子能够让自己有面子，孩子也以让家长有面子而感到有优越感，而这种人生观在孩子还处于学生阶段时就依然建立起来了，学习成为彰显优越感的手段，家长的面子和期待由孩子来守护。但是大多数父母对孩子的期待远远高于孩子的实际能力，逼迫孩子卷入过度竞争之中，此时青少年品德教育成为教育里的小配角，这都是由于家长的价值排序出现了问题，优越感主导的人生观在作祟。

人们在与他人比较时有优势就是有面子，就有优越感。优越感的表现主要包括

[1]朱勇.教育竞争过度现象的伦理审视[D].上海师范大学,2020.
[2]张国顺.生存方式的变革与马克思思想的“幸福”向度[J].武汉理工大学学报(社会科学版),2016,29(04):704-708.
[3]赵汀阳.论可能生活[M].中国人民大学出版社,2004:85.

中国知网 https://www.cnki.net

个人的身份地位、社会关系等。如果人一旦有了家庭和孩子，孩子的学习成绩和学历也是有面子的重要标志。大家普遍认为个人的身份地位、家庭社会关系等方面的面子是无法仅凭努力就能得到的。但是孩子取得优异成绩而赚来的面子是普通人民也能够拥有的，这种优越感可以完全不受出身的影响。无论是社会哪个阶层都希望孩子学习成绩好，孩子学业上的争气能够给家长和孩子自己带来优越感，这种优越感主导的人生观也是过度竞争愈演愈烈的原因之一。当家庭里出现了学习好的孩子就能得到周围人的称赞，家长也会产生巨大的自我满足感和价值感，认为自己一生中最大的成就就是生养了一个如此优秀的孩子。于是，孩子的学业成就关乎整个家庭的面子和尊严问题，现实社会巨大的就业压力又迫使孩子不得不投入到对高分数和高学历的激烈竞争中。

三、唯学历的人才观

社会在评价人才时往往将高学历排在首位以及在评价学校时认为最有价值的是高升学率，而这些也是教育出现过度竞争现象以至于青少年品德教育发展缓慢的成因之一。价值排序是个重要的理论问题，也是一个紧迫的现实问题。[1]片面追求学历的人才观，阻碍了人才多元化、多层次的发展，一定程度上影响了人们的教育观和价值观，推动了应试教育。[2]当然，评价人才离不开学历这一重要标准，但是由于社会分工不同，不同的工作岗位用人需求不尽相同，并不是所有的岗位都需要高学历的人才。

当前追求学历的人才观是片面的人才观，主要表现在以学历评价人才和以名校评价人才两个方面。实际上以德为先才应该是评价人才最主要的方面，因为只有在道德的指导下，才得以淋漓尽致地发挥。但社会中存在的追求学历的人才观片面地把学历当作评价人才的唯一标准。例如，一些用人单位将招收高学历的大学毕业生当作人才录用的重要条件，既无视职位的实际状况，也不管录用上来的毕业生合不合适。甚至某些用人单位还对毕业学校进行了规定，在招聘简章上公然要求毕业于全国知名高校。由于这种评价人才的方式会对青少年未来的工作发展造成影响，家长们在教育中就会指引青少年追求高学历和名校，从而出现对青少年进行过度教育的情况，进一步导致过度竞争，弱化了品德教育。

人类社会发展需要社会分工不同，社会进行人才评价时不能采取一刀切的方式，不能仅仅关注学历、学校等客观条件，还应该从能否推动社会发展进步、社会分工是否需要等各个角度来评价人才。实际上，从个人的发展来看，学历只是人生的一

[1]张彦.论当代中国的价值排序及核心价值观建设[J].武汉科技大学学报(社会科学版),2013,15(01):1-6.

[2]陈娇云,汪荣有.教育伦理与教育公正——社会主义和谐社会视野下的教育热点探析[M].安徽大学出版社,2015:227.

中国知网 https://www.cnki.net

段经历，占据了人生的一部分内容而已。在学校教育中我们学到的不只是具体的知识，也要树立终身学习的理念。因为只有学会持续性学习的人才才是真正符合社会需要的人才，而拥有高学历并不能保证永远都能符合人才的标准。因此，仅以学历为标准来评价人才是片面的，仅仅追求学历的人生观也是不可取的。

第三节 过度竞争下的青少年品德教育环境

根据思想政治教育心理学的观点，社会环境对于个体心理发展的现实性具有决定作用。社会环境主要包括社会生产方式以及由此决定的国家政治、经济、思想、教育，此外，还有家庭、邻里和亲友等因素。社会环境对人心理发展的影响往往以社会风气、文化背景、生活环境以及网络媒体为中介。[1]从过度竞争的角度看，由过度竞争造成的社会环境主要包括全球化中的社会生产方式环境、网络环境和社会生活变迁等，它们对青少年的品德教育产生了非常显著的影响。

一、竞争主导的全球化进程

全球化是现今世界发展的大趋势，它正在或已经改变我国的社会发展，改变着人们的日常生活方式、价值判断与价值选择。竞争主导的全球化进程也对青少年品德教育环境的影响表现在以下两个紧紧相扣的环节。

首先，以竞争为主导的全球化，导源于现代以来西方社会居于主导地位的发展观念，在这观念的驱动下，发达资本主义国家的竞争性发展方式在全世界范围内蔓延。发达资本主义国家为了获得更多的财富，为了保持自己在经济、政治乃至军事上的绝对优势，不断发展科学技术，利用自身在资本和科技上的优势打压别国发展，一些西方国家甚至违背国际规则，退出国际合作组织，导致全球范围内的竞争越发严重。竞争无疑推动了人类社会的科技、经济等方面的发展，但客观上也加剧了人类社会内部的矛盾和冲突，导致了一系列问题。[2]国家之间、企业之间、个体之间因为经济利益陷入了无止境的竞争中，不断地追求所谓的“发展”，追求发达的科学技术、经济上的优势以及物质上的富足。而发展中国家为了反抗发达资本主义国家的剥削和压制，争取国家的自主，提高生产力，改善人民生活水平，不得不参与国际竞争。因此，全球化进程中，竞争成为了最为主要的国际环境。近年来，美国等发达资本主义国家对我国高科技企业的打压是这一环境的突出表现。

其次，发展中国家出于自身国家利益的考虑，也不受控制地卷入到国际竞争中，大力发展科学技术，增强自身的竞争优势，来摆脱发达资本主义国家的压制和讹诈。国家在发展科学技术、经济和综合国力的过程中，为了促进发展和增长，必定采取

[1]参见杨芷英,等.思想政治教育心理学[M].中国人民大学出版社,2019:40-41.
[2]赵永刚.关于人类命运共同体理念的思考[J].山东干部函授大学学报(理论学习),2021(11):20-23.

中国知网 https://www.cnki.net

鼓励竞争的发展模式。这种发展模式一方面通过体现差异的分配方式来激发优秀人才的积极性，另一方面，通过体现差异的教育资源分配来选拔和培养优秀人才。于是，全社会都被卷入到竞争之中，竞争压力从国家一步步落到每一个人身上。教育体系承担着为国家培养人才的任务，当然充分地使用了竞争机制，正因为如此，学校、家庭和青少年才卷入到竞争之中，并出于自身利益的考虑，将主要的关注和精力投入到教育竞争之中。

二、宣扬竞争的网络环境

随着信息网络化技术的发展，网络已经成为青少年生活中不可或缺的一部分。[1]互联网是一把双刃剑，具有虚拟性、开放性、互动性、共享性等特点，不仅会促进社会发展，也会给社会带来不利影响。互联网的推广和使用会加剧过度竞争，影响我国青少年的思想价值观念和行为模式，青少年品德教育面临着严峻的挑战，主要表现在以下两方面：

第一，网络自媒体传播焦虑。互联网上的信息丰富多彩极大的方便了人们的学习、研究，开拓了人们的眼界，丰富了人们的生活。但是，随着抖音、微博、微信等平台里直接或间接宣扬当前竞争十分激烈的自媒体越来越多，他们以不同的形式贩卖着焦虑，凭借着对中高考政策的一知半解在网络平台上讲课、卖课、卖书，青少年和家长不断地接触这些信息，变得更加焦虑，进而不由自主地卷入到竞争中。同时，校外培训在网络平台宣传的过程中也推出线上课程的方式。可以说，网络平台不仅可以辅助学校老师进行授课，还给培训机构提供了新的应对“双减”政策的思路。不可否认的是此前颁布的包括“双减”政策在内的一系列针对校外培训机构治理的相关政策都在不同程度上缓解了因网络引发的教育焦虑。然而，真实情况是校外培训机构本着盈利的出发点，无法真正落实“双减”政策背后传达的意图，以至于政策出台之后的一个多月，培训机构更多关注如何钻政策的空子而不是坚决落实政策要求。除了在政策上明令禁止校外培训机构的资本化运作，我们更需要探讨有效的监管措施来进一步落实相关政策。其实，想要从根源上杜绝网络自媒体贩卖教育焦虑，我们就要减少学校教育中的过度竞争，注重提升学校教学质量，满足青少年成长发展需求。当前乃至今后很长一段时间内，学校都要不断研究如何优化管理和布局来应对来自网络自媒体的挑战，教师也要学会更新教育理念、教育方式，提高个人素养，让政策实现落实。[2]

第二，网络平台缺乏监督。互联网可以构建网络虚拟世界，但是由于网络上的内容良莠不齐，加上缺乏完善的监督机制，许多青少年对网络产生依赖，出现网瘾、

[1]陈垠亭.教育现代化进程中学校德育体系问题研究[D].郑州大学,2014.
[2]谢欣荷.“双减”政策后校外培训机构如何再进行教育焦虑贩卖?——一项以A校外培训机构为个案的教师课堂话语分析[J].教师教育论坛,2021,34(10):13-16.

中国知网 https://www.cnki.net

网恋、人际交往网络化等现象。青少年处于人际交往能力和人际关系形成的重要时期，长期沉迷网络得不到控制会影响青少年正常交往和生活方式。网络平台缺乏监管导致青少年在现实生活中感到处处受限，很容易变得冷漠，产生孤独、郁闷、暴躁等不良情绪，不在意现实的人际交往。于是，现实生活中的青少年只重视在考试竞争中取得胜利，在网络世界里寻求所谓的精神慰藉，长此以往对成长不利。

三、竞争压力下的社会变迁

随着经济的快速增长，现代生活出现了显著的变迁。这些社会变迁导致竞争现象也普遍存在，对青少年品德教育产生了非常重要的影响。

首先，竞争压力影响着现代城市居民生活方式。城市里，生活节奏普遍很快，工作时间变长，并且随着通信技术的发展，人与人的交流方式越来越多，工作方式也不再受场所的限制，这一系列的变迁使得家长与青少年的相处时间减少。父母在于青少年有限的共处时间内，更多关注的仍然是青少年的学业和考试成绩，挤压了品德教育时间。如何增加同青少年子女的效沟时间和沟通方式是一个普遍存在的问题，这对青少年家庭品德教育提出了挑战。

其次，随着经济的发展，人们收入水平不断提高，居民消费消费支出总量也不断增长，消费结构更加多元化，其中，城市尤其是大城市青少年的校外教育培训支出也逐渐增长。这些支出主要用于课后托管班、课后补习班、兴趣班以及各种社会实践活动等。也就是说，在竞争比较激烈的大城市，父母通常没有时间和精力进行课后教育，因而把这一任务交给校外机构。根据北京大学中国教育财政科学研究所2021年发布的一项调查报告，虽然近几年教育管理部门对校外教育培训机构进行了整顿和限制，但“一、二线城市参与率仍在上升，……从校外培训的支出也可以看出，尽管校外培训的参与率下降了，但选择参与的家庭平均支出大幅增加，尤其是初中学生家庭的支出是2017年的两倍左右，那些家庭经济和社会文化资源较多的学生不仅更多地参与校外培训，而且家庭的投入也在不断增加。”[1]这表明，经济条件的改善和消费能力的提升，客观上也推动了青少年的过度竞争。

最后，社会竞争导致越来越多的农村人口进城务工，缺席了农村青少年的品德教育。许多农村居民为了获得更多的经济收入，改善物质生活条件，选择进城务工，长时间不和孩子共同生活，缺少面对面的沟通交流，导致父母几乎荒废了对青少年进行品德教育。这些青少年离开了父母亲的直接监管和引导，他们的思想、行为及学习会受到不同程度的影响。[2]再加上整体社会氛围对青少年品德教育缺乏重视，

[1]魏易.2017-2019年我国义务教育阶段学生家庭教育支出情况变化[C]//.中国教育财政政策咨询报告（2019—2021）.[北京大学中国教育财政科学研究所],2022:455-465.DOI:10.26914/c.cnkihy.2022.000998.

[2]段振榜,李小球.农村中小学道德教育现状调查[J].思想政治课教学,2013(11):89-92.

中国知网 https://www.cnki.net

或重视流于表面，认为青少年品德教育是学校与家长的责任，没有形成全局性观念与整体责任意识，没有将青少年品德教育落实在各部门实际行动中。

中国知网 https://www.cnki.net

第四章 过度竞争下青少年品德教育的应对

过度竞争对青少年品德教育的影响有两个方面的原因：一是青少年品德教育主客体的心理方面的原因，即学校、家长的竞争焦虑以及导致这种焦虑的价值观念扭曲；二是竞争主导的社会环境。针对这两个方面的原因，我们可以从以下三个方面着手来应对过度竞争对青少年品德教育产生的影响：一是矫正人们的价值观念，缓解过度竞争和人们的焦虑；二是完善相关的评价制度，以缓解学校和家长的过度竞争意识与焦虑；三是通过进一步完善社会社会保障制度，倡导更加合理的人类发展观念来改善人们的生存处境，从而缓解青少年品德教育的外部环境中的过度竞争。

第一节 青少年品德教育的观念应对

新时代追求美好生活不仅指追求物质层面，更意味着我们要在精神层面特别是价值追求上努力成为马克思主义所倡导的“自由全面发展的人”。持有正确的幸福观、人才观以及家庭教育观念能够让我们在面对过度竞争时淡化竞争，缓解焦虑，从而能够更多地关注、更加从容笃定地进行青少年品德教育。

一、树立正确的幸福观

当人们以一种竞争的心态来理解幸福时，就会产生一种横向比较的心理来感受生活。具有这样心态的人，在物质上，往往认为幸福就是比他人占有更多的财富，享有更多和更高质量的物质生活；在精神上，则以胜过他人、优越于他人为幸福。如前文所述，当以获得这样的幸福为目的时，人们就会害怕没有身边的熟人过得好，从而陷入过度竞争和焦虑，并将这种糟糕的心态和焦虑情绪传染给青少年，使青少年也陷入到过度竞争中去，给青少年品德教育带来极为不利的影响。因此，我们应该矫正这样的幸福观念，树立正确的幸福观。

首先，人们应具有共同的核心价值信念，来指导我们对幸福的理解。十八大报告首次提出了社会主义核心价值观。习近平指出，“确立反映全国各族人民共同认同的价值观‘最大公约数’，使全体人民同心同德、团结奋进，关乎国家前途命运，关乎人民幸福安康”[1]，“要把社会主义核心价值观的要求融入到各种精神文明创建活动中，吸引群众广泛参与，推动人们在为家庭谋幸福，为他人送温暖，为社会做贡献的过程中提高精神境界，培育文明风尚”[2]。我们要把个人的幸福融入到国家和民族的命运中去，融入到他人的幸福中去。无论是在中国还是在西方的伦理传

[1]习近平.青年要自觉践行社会主义核心价值观——在北京大学师生座谈会上的讲话[J].中国高等教育,2014(10):4-7.

[2]习近平在中共中央政治局第十三次集体学习时强调,把培育和弘扬社会主义核心价值观作为凝魂聚气强基固本的基础工程[J].党建,2014(03):4+6.

中国知网 https://www.cnki.net

统中，幸福都不是利己主义的，而是被置于共同体之中的。我们要超越个体主义的局限来思考和理解幸福，因而就需要以核心价值观来指导我们的生活，需要树立共同的核心价值观信念。这一价值信念对个体发展、品德养成、精神塑造有着重要作用，是青少年成长发展的精神源泉。树立正确而牢固的价值信念可以帮助青少年找准未来的道路，保持清醒的头脑，不被种种不良社会风向所干扰，真正找寻到自己的幸福生活，避免卷入过度竞争的洪水中。

其次，幸福的内涵是丰富的，不仅仅包括富足的物质生活，还包括和谐的集体生活和交往活动。这意味着幸福不是胜过他人，而是与他人共享，与他人和谐交往。我们需要帮助青少年认识并建立和谐的人际交往关系，从而收获真正的幸福。共同体的本质就是个体的关注与集体的需要的一种整合。[1]处于学校和班级中的个人不能离开集体单独存在，个体和集体一定是相互依存和共同进步的。青少年不能片面认为获得幸福的方式只能依靠自我价值的实现，其实幸福更多是在关心他人的生活和照顾他人的需求中获得的。共同体内的成员的身份既是个体人也是集体人，树立正确的幸福观表现在人际交往中就应当以和谐为中心而不是竞争。在正确的幸福观的指引下，老师们不再过度竞争、心存隔阂，彼此之间互相理解、互相信任、和睦共处、共同成长，在不断实现自我价值的同时推动教学的创新和进步。分数不再是评价孩子是否优秀的唯一指标，孩子们也不会将成绩和幸福挂钩，学校欣赏每个孩子的优点，承认每个孩子都有自己的才能。青少年在学校里作为鲜明的个体而存在，彼此之间是平等独立的，孩子们相互吸引，相互帮助，共同学习和玩耍，在合作探究中找寻快乐和幸福，建立起深厚的同学情谊。老师和学生之间的关系也像家人一样相亲相爱，老师对学生的爱虽然不同于家长的爱，但是同样无私真诚，这样的爱更加理性，这样的爱会加速青少年的健康成长，这样的爱会使青少年更加幸福。

最后，幸福要依靠奋斗，同时也只有奋斗的人生才称得上幸福的人生，奋斗既是我们获取幸福的方式，也是幸福的内涵之一。但奋斗不是对立和竞争，奋斗是为了国家民族的繁荣兴旺、为了家庭的幸福、为了个人的自我实现，而不是超过他人。习近平指出，“奋斗是艰辛的，艰难困苦、玉汝于成，没有艰辛就不是真正的奋斗，我们要勇于在艰苦奋斗中净化灵魂、磨砺意志、坚定信念。……奋斗者是精神最为富足的人，也是最懂得幸福、最享受幸福的人。”[2]无论是老师还是家长，都需要明白这一点，幸福不在于同他人比较中的优越感，而在于通过自身的奋斗为国家、为家庭作出自己的贡献，实现自身的价值，并将这一幸福观传递给青少年。如此，我们便不会陷入对失败的恐惧和焦虑。

教育归根到底是为了实现人的幸福，引导人们学会追求幸福、创造幸福和享受

[1]高德胜.“解放”的剥夺——论教育如何面对个体人的膨胀与公共人的衰落[J].教育研究与实验,2011(01):14-19.

[2]习近平.在2018年春节团拜会上的讲话[J].思想政治工作研究,2018(03):4-5.

中国知网 https://www.cnki.net

幸福，关注幸福才是教育的根本要义。[1]

二、培养正确的人才观

教育的根本任务是立德树人，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。落实立德树人的根本任务是“为党育才、为国育才”。一方面，我们培养的人才应当是为党、为国家、为人民服务的人才；另一方面，我们培养的应当是党和国家的发展所需要的各种人才。

从第一个方面看，评价人才最重要的是不能忽视思想品德，真正的人才一定具备良好的思想品德，只有这样才能为党、国家、民族、人民所用，才能为人类的正义事业所用。习近平指出，“广大青年要肩负历史使命，坚定前进信心，立大志、明大德、成大才、担大任，努力成为堪当民族复兴重任的时代新人，让青春在为祖国、为民族、为人民、为人类的不懈奋斗中绽放绚丽之花”[2]。当前的社会评价人才的标准更多从学历出发，以学历为主，因此取得优异的考试成绩逐渐成为青少年努力学习的主要目的。很多学校在育人过程中以高升学率为目标，过度重视学生的考试成绩，出现教师为考试成绩而教育的情况。因此，我们要树立以德为先的正确的人才观，学校教育应该要更加注重品德教育，而不是仅仅关注试卷上的鲜红数字的高低。

为此，学校应该做好以下四个方面的工作。第一，坚持把立德树人作为中心环节。教育要重新回归到本质，育人首要的是品德教育，坚持品德教育第一位，在实践中加强对青少年的品德教育，在多姿多彩的实践活动中使青少年知行合一，培养真正的人才。第二，品德教育的使命应该是所有学科、所有教师的共同使命，而不只是德育教师或者德育主任的使命。[3]学校在课程设置和课程安排上不能忽略品德教育课程，课程要指向青少年的全面发展，不能违背青少年的身心发展规律。第三，合理安排青少年的作业量。青少年需要一定的课业压力来提升自身学习能力和解决问题的能力，但不能过度，还应该为品德教育活动留出足够的空间。第四，重视教师的品德教育素养。“立德树人”首先要求在学校教育的社会空间里以教师素质整体性发展为中心，重构“立德”“树人”关系。[4]对于教师来说，教师需要设置符合品德教育要求的教学活动，在教学活动中遵循教育规律和青少年成长规律，加强与青少年的互动交流，注重启发引导青少年主动学习和主动思考。

从第二个方面看，我们要公正地对待不同层次、不同专业技能人才的。首先，我们不能追求无所不能的全才。习近平指出，“芸芸众生，无所不知、无所不能的

[1]谢永春.幸福教育:思想品德课不能避开的言说[J].教育探索,2015(07):99-101.
[2]习近平在清华大学考察[J].党建,2021(05):2.
[3]叶飞.学科教师的困惑:在知识教学与品德教育之间[J].教育理论与实践,2011,31(16):39-41.
[4]戴锐,曹红玲.“立德树人”的理论内涵与实践方略[J].思想教育研究,2017(06):9-13.

中国知网 https://www.cnki.net

全才是没有的。生而为人，只有具备了这种自知之明，能清醒地看到自己的强项和弱项、优势和劣势、长处和短处，才有可能找准人生坐标，从而赢得成功”[1]。因此，在青少年的教育中，我们要因材施教，可以适当地培养青少年多方面的才能，但不能超出青少年的正常承受能力。其次，我们应当培养新时代社会主义事业所需要的各个方面、各个层次的人才。我们既需要具有高层次知识背景的高学历人才，也需要学历层次不高但具有熟练的专业技能的技术人才。习近平指出，“技术工人也是中等收入群体的重要组成部分，要加大技能人才培养力度，提高技术工人工资待遇，吸引更多高素质人才加入技术工人队伍”[2]。因此，用人单位在招聘时要根据岗位的具体需求设定对学历的要求，不能一味追求高学历和名校毕业，选取真正适合岗位的人才。最后，我们应当对不同层次、不同专业的人才予以同等尊重和公正的待遇。只有当不同层次、不同专业的人才都得到社会的尊重，都能得到公正的薪酬待遇和社会福利时，人们才会真正抛弃唯学历论，才会放下焦虑，退出过度竞争，把主要关注点和精力放在青少年的品德教育上。

综上所述，只有形成正确的人才观，我们才能够改变当前以学历竞争为中心的教育现状，才能真正缓解当前社会出现的过度竞争的问题，突出青少年品德教育的重要地位。

三、变革家庭教育观念

家庭是青少年学习的第一课堂，帮助青少年发展理智和良心是毋庸置疑的。习近平指出，“广大家庭都要重言传、重身教，教知识、育品德，身体力行、耳濡目染，帮助孩子扣好人生的第一粒扣子，迈好人生的第一个台阶”[3]。家庭教育应当在智育和德育之间达成某种平衡。然而，当前的家庭教育往往更加重视智育，而不是德育，但这恰恰颠倒了家庭教育的功能结构。古希腊哲学家亚里士多德认为，家庭是最适合进行品德教育的场所，这主要有两个原因，一是父亲与子女之间的亲缘关系和关爱所产生的约束作用比法律的更大，因为家庭成员自然地对他有感情并愿意服从他；二是家庭教育是个别的教育，能够根据个别情况个别对待，更有针对性。[4]

因此，我们首先要转变的一个家庭教育观念就是品德教育优先于智力教育。家庭教育应该坚持品德教育第一位的原则，这是家庭教育的现实特征决定的。教育最主要的目的是使人“成人”，即让我们具备人之为人的品质。平民学校之父霍理斯

[1]习近平在中央人才工作会议上强调,深入实施新时代人才强国战略,加快建设世界重要人才中心和创新高地[J].思想政治工作研究,2021(10):6-8.
[2]习近平主持召开中央财经委员会第十次会议强调,在高质量发展中促进共同富裕,统筹做好重大金融风险防范化解工作[J].思想政治工作研究,2021(09):15-16.
[3]习近平谈治国理政第二卷[M].外文出版社,2017:355.
[4][古希腊]亚里士多德.尼各马可伦理学[M].廖申白,译.商务印书馆,2003:315.

中国知网 https://www.cnki.net

曼认为："教育的最高级和最理想的功能……与我们的道德本质相关联。"[1]当然，这并不意味着智育不重要，但智育主要是由学校来实施的，家庭主要是辅助和配合学校来完成智育。学习效果主要和青少年内在方面的原因有关，比如个人的努力、持续的学习、良好的学习态度和习惯等，家长需要做的是设法培养青少年这些方面的素养，并针对孩子的特点制定恰当的目标。而且，随着孩子年龄的增长，知识不断积累，学习阶段的提高，家庭教育的智育功能就越来越弱，初中以后，绝大多数家长就已经无力辅导孩子的学习了。因此，家长应当把主要精力放在孩子的品德教育方面。

其次，我们要善于维护并充分利用家庭的情感纽带来进行品德教育。父母与孩子在其幼年时期就形成了牢固的情感关系，在于孩子的沟通交流方面有着天然的沟通优势，也更容易影响孩子的情绪、态度和行为。因此，父母应该利用这一优势，更多地关注青少年的品德发展，这样青少年也会更多地关注自身的品德。相反，如果家长们过分看重青少年的学习成绩，在家庭生活中对青少年的学习成绩在语言、情绪和态度上表现出高度的敏感性，那么孩子就会在潜意识中过度关注自己的学习情况，而忽视自身的品德问题。此外，当家长为青少年安排过多的学习任务时，青少年会产生过度的焦虑甚至是抑郁情绪，这既不利于青少年身心成长也不利于家庭和谐，破坏家庭成员之间的情感纽带，而这将会为家庭的品德教育带来极大的阻力。因此，家长应该根据孩子的能力、个性特点以及实际情况制定合适的学习目标和努力方向，只有这样才能淡化过度的竞争意识，缓解焦虑，从而营造一个良好的品德教育环境，寓品德教育于青少年的日常生活中，促进青少年的品德发展。

第二节 青少年品德教育的评价制度应对

一、改进与完善青少年品德教育评价制度

要解决青少年品德教育在过度竞争的冲击下的形式化等问题，有关党政管理部门应当建立和不断完善青少年品德教育评价制度，用合理的制度来确保青少年品德教育的有效落实。

第一，建立青少年品德教育评价工作制度。青少年品德教育在运行过程中总是会出现只重视品德教育实施而忽略实际效果的情况。为了使青少年品德教育真正有成效，我们需要对每一项品德教育活动进行程度不一的评价，对于长期实施的品德教育工作应该进行周期性的评价，条件允许的情况下要建立品德教育评价基金。周期性评价的主要目的包括检查青少年品德教育工作是否具有良好的效果，是否能够适应不断变化的环境。青少年品德教育评价是一项复杂的系统性工程，需要专门的

[1][美]厄内斯特·伊波尔.基础学校——一个学习化的社区大家庭[M].王晓平等译.人民教育出版社,1998:143.

中国知网 https://www.cnki.net

人才和收集大量的相关信息来进行专业的分析研究，因此专门的财政支持必不可少，建立评价基金能更好地解决评价经费来源。当然也要重视品德教育评价结论，利用好评价结果为青少年品德教育服务，只有使青少年品德教育评价制度化才能逐渐消除品德教育过程中的主观随意性，最大限度地避免受到过度竞争的冲击。

第二，建立相对独立的评价组织和专家队伍。建立青少年品德教育评价组织可以最大化地集中大批专业人才，从事青少年品德教育评价理论研究，方便开展各项实践活动，提高青少年品德教育评价的科学水平。在现实生活中，只有保证评价组织的相对独立的地位才能真正保证其评价的客观公正科学，避免浪费大量资源。因此，我们不仅要重视青少年品德教育评价组织的建立，更要注重建立后保持评价组织的相对独立性。

第三，建立青少年品德教育评价信息系统，对品德教育信息进行收集、整理和加工使用，能够更好地为品德教育评价服务。只有在充足的信息支持下，青少年品德教育评价才能够顺利进行，我们也才能够得到科学的评价结果。品德教育活动和数据极为繁杂，想要收集全面的品德教育信息是一件复杂且困难的工作。因此，要在青少年品德教育过程的初始阶段就建立品德教育信息系统，不断测量、收集、加工、使用品德教育信息，在一次次地理论研究和修改设计中完善评价系统，科学有效地开展青少年品德教育评价活动。系统记录有关青少年品德教育实际问题和外部环境的变化等信息是当前信息系统最主要的任务，在此基础上利用先进科学技术进一步建立各级各类青少年品德教育评价信息网。

二、改进与完善学校评价制度

青少年处于奠定人生基础的关键期，学校理所应当为每个学生提供能够全面发展个性和施展能力的场所，学校教育应该是遵循学生成长规律的教育。因此，需要改进和完善学校评价制度，淡化竞争，引导学校淡出急功近利，立足长远。

首先，坚持把立德树人成效作为根本标准。改进和完善学校评价制度首要的是坚持将立德树人成效作为根本标准。具体做法包括加快完善各级各类学校评价标准，坚决克服重智育轻德育、重分数轻素质等片面办学行为，促进学生身心健康、全面发展。[1]当然也要加强对学校及其领导人员和管理人员的评价，在评价过程中落实党的全面领导、坚持正确的办学方向以及做好思想政治工作和意识形态工作等方面内容。

其次，改进中小学校评价。与时俱进的改进中小学评价是当前淡化竞争的有力手段之一。义务教育阶段的学校需要遵守国家义务教育学校办学质量评价标准，重点评价青少年的全面发展水平、教师的教育教学水平和专业发展水平、制度的规范

[1]中共中央国务院印发深化新时代教育评价改革总体方案[N].人民日报,2020-10-14(001).

中国知网 https://www.cnki.net

程度、青少年的学业负担以及社会满意程度等情况。普通高中评价应该包括青少年综合素质评价、青少年发展指导、规范招生办学等内容。教师需要时时审视自己的责任，监督自己的工作，并判断自己的工作结果。[1]中小学学校评价应该坚持把师德师风作为第一标准，注重师德表现，发挥榜样示范作用，健全通报警示制度，建立师德师风建设长效机制。

三、改进与完善学生评价制度

首先，树立科学成才观念是改进和完善学生评价制度的基础。科学成才观念包括以德为先、全面发展、面向人人、因材施教等内容，树立科学成才观念要求我们改变只用分数评价青少年的方式，采用包括德智体美劳等内容的全方位的评价方法，依托健全的综合素质评价体系，促使青少年自觉加强思想品德修养，主动弘扬爱国主义精神。

其次，改进学生评价制度还要进一步完善品德教育评价。根据青少年成长规律，科学规划青少年品德教育的评价方式和具体目标，关注青少年良好行为习惯和思想品德的形成，积极响应党的号召，坚定理想信念，弘扬红色精神，立志成为报效国家的有用之才。完善品德教育评价还可以利用智能化手段，科学运用大数据提高评价的参与度和效力，通过对青少年日常品行的记录，综合评价青少年品德教育的实效性，提升青少年品德素养。

再次，改革考试招生制度也是改进和完善学生评价制度的方式之一。改革考试招生制度具体要从中高考改革出发，围绕德智体美劳等内容全方面开展，试题采用灵活开放的形式，减少靠刷题取得高分的现象。同时要加快完善青少年综合素质档案建设，建立青少年日常学分制度，推动多种形式学习成果的认定。深化考试招生制度改革能够帮助青少年端正学习态度，学习过程中不再纠结于如何在竞争中取胜，帮助青少年学会终身学习，实现成长成才。

最后，改进和完善学生评价制度还需要重视改革用人评价。改革用人评价我们需要树立正确用人导向以及促进人岗相适。这样才能从根本上弱化竞争，每一个人都能在自己的岗位上发光发亮。党政机关、事业单位和国有企业应该带头设立以品德为引领和能够满足岗位实际需求的人才聘用体系，扭转唯名校和高学历的用人导向。包括公务员招录在内，事业单位以及国有企业在招聘时必须要按照岗位实际需要制定相关招聘公告，合理确定学历层次等报名条件，不允许在实际执行过程中增加不合理的限制性条件。保证职业院校毕业生和普通学校毕业生在参加招聘和职务晋升等方面时能够按照个人能力公平竞争，不存在任何方面的歧视。

[1]贾馥茗.教育伦理学[M].江苏教育出版社,2008:241.

中国知网 https://www.cnki.net

第三节 青少年品德教育的环境支持

一、营造全社会重视青少年品德教育的社会环境

首先，营造全社会重视青少年品德教育的社会环境离不开党的领导。中国共产党承担着开展青少年品德教育工作的主体责任，新时代青少年品德教育工作必须要在党的领导下进行。保证青少年在思想和行动上始终与党中央保持高度一致，鼓励青少年自觉学习党史和中华优秀传统文化，激发青少年的爱国热情，培育能够担当民族复兴重任的青少年。在具体实践中，明确党的主体责任，重视开展理想信念教育和爱国主义教育，加快建立部门协同育人工作机制，探索符合中国国情的青少年品德教育模式。习近平指出，“各级党委要从巩固和扩大党执政的青年群众基础的战略高度，加强对团的工作的领导，为团组织提供良好工作环境和条件”。[1]共青团在青少年品德教育中发挥着不可忽视的重要作用，促进青少年品德教育发展离不开加强党对共青团的领导作用，离不开共青团发挥自身桥梁和纽带作用，最终形成青少年品德教育的强大合力。

其次，营造全社会重视青少年品德教育的社会环境离不开教师的配合。新时代教师的目标和使命需要在开展青少年品德教育中完成，帮助青少年树立正确的世界观、人生观和价值观，实现立德树人的根本任务。第一，新时代的教师要在坚定政治信仰的基础上学习习近平新时代中国特色社会主义思想，在教学过程中渗透新思想、新理论，做到知行统一。第二，新时代的教师要具备深厚的专业基础，努力提高自身的教学水平。教师应该将价值观教育和知识传授相结合，德育和智育两手抓，在传授知识的过程中不忘进行品德教育。第三，新时代的教师要具备良好的师德师风。持之以恒贯彻落实教书和育人相统一。第四，给予教师充分的保障。教师在努力提升自身的同时，社会各界和学校也要给予教师充分的保障。各级党委和政府要采取有效措施解决品德教育课程建设的突出问题，切实提高教师尤其是品德教育课教师的待遇，促进教师主动参与青少年品德教育。

最后，营造全社会重视青少年品德教育的社会环境离不开网络媒体的支持。新时代的青少年深受互联网的影响，青少年热衷于在网络世界里接受信息，我们要利用互联网抓住青少年群体，加快推进青少年品德教育。习近平指出：“要运用新媒体新技术使工作活起来，推动思想政治工作传统优势同信息技术高度融合，增强时代感和吸引力。”[2]目前，青少年品德教育新的工作方向就是将传统品德教育和现代新媒体相融合。在此进程中，青少年品德教育工作者要清醒到认识到互联网的不

[1]习近平.在同团中央新一届领导班子成员集体谈话时强调,紧跟党走在时代前列走在青年前列,在实现中华民族伟大复兴的征途中续写新光荣[N].人民日报,2013-6-21.
[2]习近平.在全国高校思想政治工作会议上发表重要讲话[N].人民日报,2016-12-8.

中国知网 https://www.cnki.net

可逆性，在网络新媒体的支持下，牢牢把握住青少年品德教育的主动权，积极抢占网络青少年品德教育的高地。第一，开辟更多具有品德教育功能的网站，也可以和微信、微博、QQ 以及各种青少年常用的应用程序、公众号平台建立联系，通过网络媒体给更多品德教育工作者、家长、老师以及青少年群体更加了解青少年品德教育的机会。第二，定期举办青少年品德教育网络主题活动，开发各种可以进行青少年理想信念教育为主题的应用，搭建更为全面系统的青少年品德教育资源库。通过应用现代科学技术来实现青少年品德教育的发展可以在潜移默化中使青少年接受品德教育，提高品德教育工作实效性。

二、完善社会保障

社会保障的完善离不开优化经济环境和加强政治保障。一方面，良好的经济环境能够为人的全面发展提供外部支持。当前，我们要围绕优化经济环境，改革社会主义市场经济体制，健全分配制度。解决过度竞争引发的问题，优化经济环境，首先，我们要保证市场的决定性作用，为建成统一开放、竞争有序的现代市场体系而努力，进一步促进人的公平意识、竞争意识的深度觉醒，使参与竞争的每一个人都能在自由竞争中充分发挥个性、提高自身能力、丰富社会关系，提升人的道德意识，最终实现人的发展和社会经济的发展相适应。其次，合理改革分配制度，规范分配秩序，通过政府宏观调控在价格、税收等方面进一步调节初次分配和再分配，完善各项社会保障制度，更好地促进人们共同富裕和全面发展。

另一方面，加强政治保障能够为人的全面发展提供制度支持。社会和谐与人的进步离不开完善的政治上层建筑，离不开坚持人民民主、健全民主制度、全面从严治党、全面依法治国。缓解过度竞争带来的不利影响，加强政治保障，首先，要把健全民主制度放在重要地位，让全体人民都能够感受到自己的生存权和发展权得到了保障，不再卷入过度竞争的怪圈中。人大代表必须时刻将人民群众放在心上，落实人民群众的民主权利，调动人民群众参与民主的主动性。其次，要坚持全面依法治国。保障法律面前人人平等，弘扬法治精神，提高法治思维能力，打造服务型政府，提供优质公共服务，为人的全面发展提供良好的环境。最后，要坚持全面从严治党。坚持反腐倡廉，培养高素质、办实事的干部队伍，密切与人民群众的联系。总之，随着社会的进步，品德教育的目的应该是帮助每一个人成为想成为的人，给予人充分的社会保障，使人在实现自己的梦想过程中不受外在物欲的力量驱使从而实现精神的张扬。[1]

我国的社会保障体系有了相当的发展，但还有待进一步完善。党的十九届六中全会通过的《中共中央关于党的百年奋斗重大成就和历史经验的决议》指出，“必

[1]邱吉.思想品德教育目的再审视[J].教学与研究,2013(04):93-101.

中国知网 https://www.cnki.net

须以保障和改善民生为重点加强社会建设，……在幼有所育、学有所教、劳有所得、病有所医、老有所养、住有所居、弱有所扶上持续用力，加强和创新社会治理，使人民获得感、幸福感、安全感更加充实、更有保障、更可持续。”[1]只有进一步完善社会保障体系，人民群众才能远离生存焦虑，将更多的精力投入到青少年的品德教育之中，才能真正按照党和国家的要求来落实青少年品德教育，才能踏踏实实地遵循教育规律来实施品德教育。

三、转变人类发展观

面对过度竞争产生的不良影响，更好地实施青少年品德教育，我们要坚持正确的发展观，坚持促进人的全面发展。我们追求的中国特色社会主义社会一定是能够促进人的全面发展的社会，我们想要实现的中国梦一定是基于人的全面发展的各项有利条件，消除各种制约因素。要想从根本上弱化人类社会的过度竞争还是要转变人类发展观。

转变人类发展观第一步是以马克思主义人的全面发展理论为指导。人的发展的最高理想就是实现全面发展。[2]马克思主义关于人的全面发展理论既是马克思主义的核心内容，也是社会主义教育目的的理论基础，不仅代表了最广大人民群众的根本利益，也体现了人在社会中的关键地位。对于人的全面发展理论所倡导的素质教育来说，发展素质教育能够帮助青少年实现全面发展，修正过度竞争带来的不利影响，促进青少年品德教育。素质教育的本质要求与核心内涵就是追求所有青少年的全面发展，将青少年的全面发展作为教育的最终目的。面对过度竞争带给青少年品德教育的影响，要把马克思主义人的全面发展理论同中国的具体实际很好地结合起来，与时俱进推进素质教育，实现中国化的马克思主义人的全面发展理论，用中国化马克思主义人的全面发展理论熏陶人、培育人、发展人，促进青少年品德教育的发展。

第二，转变人类发展观要强化人的全面发展的精神支持。教育可以影响一个人的精神世界。人的受教育程度和精神状况又在很大程度影响了人的全面发展。[3]任何时候，我们要促进人的全面发展，必须在发展教育事业上狠下功夫。通过良好的教育进而强化人的全面发展的精神支持。首先要坚持立德树人的根本方针，加快培养德智体美劳全面发展的人，加强教师队伍建设，提升教师的业务能力和品德教育水平，帮助青少年坚定理想信念，着力提高青少年的综合素质。其次要引导社会力量进行办学，加快建设学习型社会，把人们的关注点从如何在过度竞争中取胜转化为如何成为全面发展的人，如何提高自身综合素质。最后要深化教育体制改革，重

[1]中共中央关于党的百年奋斗重大成就和历史经验的决议[M].人民出版社,2021.
[2]杨兆山,时益之.素质教育的政策演变与理论探索[J].教育研究,2018,39(12):18-29+80.
[3]刘颖.关于人的全面发展的思考[D].天津大学,2017.

中国知网 https://www.cnki.net

视促进教育公平。加大教育经费的投入，教育资源向不发达地区以及偏远农村地区倾斜，提高奖、助学金和助学贷款额度，让每一位青少年都能够不受地区和家庭条件的限制拥有大致平等的教育背景，充分发展个性，都能够成为全面发展的人。强化精神支持需要致力于推动精神革新，它能够使人们正视其私人生活和社会生活中普遍而根本的问题[1]。精神革新指的是一种能够理解全球问题，并意识到政治、社会、伦理需求的思想方法，这一革新可以由教育体制引导，但前提是我们需要建立一个新的教育体制。

[1]埃德加·莫兰.伦理[M].于硕,译.学林出版社,2017:248.

中国知网 https://www.cnki.net

结语

2021 年 7 月 19 日，中共中央办公厅和国务院办公厅印发了《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》（简称为“双减”政策），此时，本文的初稿已经完成大半。笔者得知这一文件出台时，无比欣喜，深深地觉得这对于青少年德育事业是一场及时雨。该文件的指导思想是，“坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，着眼建设高质量教育体系，强化学校教育主阵地作用，深化校外培训机构治理，坚决防止侵害群众利益行为，构建教育良好生态，有效缓解家长焦虑情绪，促进学生全面发展、健康成长”[1]。可见，这一文件对于弱化青少年在学业上的过度竞争，夯实学校作为立德树人主阵地对青少年的品德教育，为学校和家长将更多时间和精力投入青少年德育活动中提供了政策支持。当然，如何落实这一政策，采取怎样的具体措施，还需要不断地探索。

本文的所作的分析以及提出的应对策略主要是心理学层面的，主要指出了过度竞争对德育主体和对象产生的心境、态度和价值观念等方面的心理影响，还指出了对这些影响具有推波助澜作用的社会环境。这实际上运用并强调了一个思想政治教育心理学观点——环境因素规定了个体心理发展的现实性。对外部环境的分析中，关于社会保障和人类发展观的论断似乎与青少年德育问题相去甚远，但实际上，从逻辑上看，这两个方面是解决过度竞争问题的根本所在。不解决引发和助推过度竞争的外部环境问题，仅仅从思想政治教育的具体方式层面着手，无法解决品德教育主客体面临的现实问题，我们终归不能总是一味地要求教育者和教育对象发挥自身的能动性。因此，对该问题的思考最终要走入个体、群体和类的生存处境，从而对群体的分配正义以及人类共同价值的思考就是不可避免的。

新时代是共生的时代，竞争应该是具有共生共存精神的竞争，竞争的目标应该从敌对转向共存，追求的结果也应该由独赢走向双赢或多赢。我们需要更新青少年品德教育理念，秉承科学的竞争观，帮助青少年在竞争中树立提升自我能力的竞争目标，培养青少年学会在竞争中实现自我，促使自我自由成长，更加注重青少年的道德培养与道德实践。我们最终需要一个人类命运共同体，确立人类的共同价值和实践方式，人类社会的过度竞争。同时，每一个人作为竞争中的个体都需要在人类共有的理性和价值的指导下，正确认识自我以及正视自我局限，最终在与他人的合作和竞争中实现双赢或多赢的美好局面，从而推动个人、社会和人类文明的进步。

[1]中共中央办公厅 国务院办公厅印发《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》[J].中华人民共和国国务院公报,2021(22):14-19.

中国知网 https://www.cnki.net

参考文献

中文文献

一、著作类

[1]马克思恩格斯全集：第 42 卷[M].人民出版社,1986.

[2]习近平谈治国理政第二卷[M].外文出版社,2017.

[3][印度]阿肖克·高勒克里.人性的思考[M].中国发展出版社,2005.

[4][法]埃德加·莫兰.伦理[M].于硕,译.学林出版社,2017.

[5][英]伯纳德·威廉斯.伦理学与哲学的限度[M].陈嘉映,译.商务印书馆,2018.

[6]陈娇云,汪荣有.教育伦理与教育公正——社会主义和谐社会视野下的教育热点探析[M].安徽大学出版社,2015.

[7]程天君.“接班人的诞生”——学校中的政治仪式考察[M].北京大学出版社,2004.

[8]丁锦宏.品格教育论[M].人民教育出版社,2005.

[9][美]厄内斯特·伊波尔.基础学校——一个学习化的社区大家庭[M].王晓平等译.人民教育出版社,1998.

[10][法]古斯塔夫·勒庞.乌合之众：大众心理研究[M].马晓佳,译.民主与建设出版社,2018.

[11]贾馥茗.教育伦理学[M].江苏教育出版社,2008.

[12][美]卡伦·霍妮.实现自我[M].中国人民大学出版社,2018.

[13][法]利波维茨基.空虚时代：论当代个人主义[M].方仁杰,倪复生,译.中国人民大学出版社,2007.

[14][美]玛多娜·墨菲.美国“蓝带学校”的品性教育：应对挑战的最佳实践[M].周玲,张学文,译.中国轻工业出版社,2002.

[15][美]麦金太尔.追寻美德——伦理学理论研究[M].宋继杰,译.译林出版社,2003.

[16][美]迈克尔·斯洛特.源自动机的道德[M].韩辰锴,译.译林出版社,2020.

[17]唐汉卫.现代美国道德教育研究[M].山东人民出版社,2010.

[18][美]托马斯·里克纳.培养品格——让孩子呈现最好的一面[M].施李华,译.中国社会科学出版社,2005.

[19]新帕尔格雷夫经济学大辞典(第一卷)[M].经济科学出版社,1996.

[20][古希腊]亚里士多德.尼各马可伦理学[M].苗力田,译.中国社会科学出版社,1999.

[21][古希腊]亚里士多德.尼各马可伦理学[M].廖申白,译.商务印书馆,2003.

[22]杨芷英,等.思想政治教育心理学[M].中国人民大学出版社,2019.

[23][苏]伊·谢·科恩.自我论：个人与个人自我意识[M].佟景韩,范国恩,许宏治,译.三联书店,1986.

[24]袁桂林.当代西方道德教育理论[M].福建教育出版社,1995.

中国知网 https://www.cnki.net

[25][英]约翰·威尔逊.道德教育新论[M].蒋一之,译.浙江教育出版社,2003.
[26]赵汀阳.论可能生活[M].中国人民大学出版社,2004.
[27]张培峰.竞争论[M].天津社会科学出版社,2001.
[28]郑富兴.现代性视角下的美国新品格教育[M].人民出版社,2006.
[29]中共中央关于党的百年奋斗重大成就和历史经验的决议[M].人民出版社,2021.
[30]中国大百科全书总编辑委员会.中国大百科全书[M].中国大百科全书出版社,1991.
[31]中国大百科全书总编辑委员会.中国大百科全书[M].中国大百科全书出版社,2002.
[32]中国社会科学院语言研究所词典编辑室.现代汉语词典（第7版）[M].商务印书馆,2016.
[33]朱贻庭.伦理学大辞典[M].上海辞书出版社,2002.
二、期刊类
[1]习近平.青年要自觉践行社会主义核心价值观——在北京大学师生座谈会上的讲话[J].中国高等教育,2014(10):4-7.
[2]习近平在中共中央政治局第十三次集体学习时强调,把培育和弘扬社会主义核心价值观作为凝魂聚气强基固本的基础工程[J].党建,2014(03):4+6.
[3]习近平.在2018年春节团拜会上的讲话[J].思想政治工作研究,2018(03):4-5.
[4]习近平在清华大学考察[J].党建,2021(05):2.
[5]习近平在中央人才工作会议上强调,深入实施新时代人才强国战略,加快建设世界重要人才中心和创新高地[J].思想政治工作研究,2021(10):6-8.
[6]习近平主持召开中央财经委员会第十次会议强调,在高质量发展中促进共同富裕,统筹做好重大金融风险防范化解工作[J].思想政治工作研究,2021(09):15-16.
[7]卜玉华.试析学校公民教育与品德教育的共享区域与差异边界[J].教育理论与实践,2010,30(25):30-33.
[8]程建春,陈新蕾.全媒体时代青少年德育工作的挑战与对策[J].青年记者,2019(26):31-32.
[9]崔海友.构建以生活实践为主导的学校德育[J].教育理论与实践,2018,38(23):23-24.
[10]戴锐,曹红玲.“立德树人”的理论内涵与实践方略[J].思想教育研究,2017(06):9-13.
[11]杜永红,魏欢.增强青少年德育实效性的路径:非智力因素培养[J].教育探索,2015(10):101-104.
[12]段振榜,李小球.农村中小学道德教育现状调查[J].思想政治课教学,2013(11):89-92.
[13]樊泓池,吴文国,倪智超.论中国传统文化中的德育思想及其对当前青少年德育的启示[J].管子学刊,2013(02):104-108.
[14]高德胜.“解放”的剥夺——论教育如何面对个体人的膨胀与公共人的衰落[J].教育研究与实验,2011(01):14-19.
[15]高德胜.竞争的德性及其在教育中的扩张[J].华东师范大学学报(教育科学版),2016,34(01):14-23+110.
[16]黄祖军.论转型期教育内卷化及其破解路径[J].华东师范大学学报(教育科学

中国知网 https://www.cnki.net

版),2012,30(02):37-41+47.

[17]蒋桂莲.生产视域下加强青少年道德教育问题研究——以道德需要的培养为中心[J].河南社会科学,2012,20(05):67-69+108.

[18]教育部关于整体规划大中小学德育体系的意见[J].中华人民共和国教育部公报,2005(06):25-29.

[19]教育部关于印发《中小学德育工作指南》的通知[J].中小学德育,2017(09):4-9.

[20]金惠.过度竞争与合作型学校的领导[J].教育导刊,2013(01):28-30.

[21]刘信阳,苌光锤.一流大学建设背景下高等教育竞争的新样态及其反思[J].大学教育科学,2020(01):22-28.

[22]陆一,朱敏洁.美国的“少年班”何以成立:一种高选拔适度竞争的英才教育路径[J].国家教育行政学院学报,2019(09):61-68.

[23]马红鸽,席恒.收入差距、社会保障与提升居民幸福感和获得感[J].社会保障研究,2020(01):86-98.

[24]邱吉.思想品德教育目的再审视[J].教学与研究,2013(04):93-101.

[25]佘春梅.多方合力推进青少年德育建设[J].人民论坛,2018(28):120-121.

[26]沈彦,郑娇,史战明,孙蒙,罗华中,崔宇,黄彩虹,陈登国,吉航西.重庆市儿童青少年焦虑抑郁发生情况调查[J].国际精神病学杂志,2021,48(06):991-993.DOI:10.13479/j.cnki.jip.2021.06.009.

[27]孙其昂.现代性视阈中青少年思想道德教育的特征及认识思路[J].学校党建与思想教育,2019(19):15-19.

[28]陶西平.我国青少年道德教育困境与出路选择[J].教育科学研究,2013(03):30-33.

[29]汪敏,朱永新.竞争“灵恶”下教育主体关系的表征、瓶颈与应对[J].中国教育学刊,2018(11):44-50.

[30]王锐鹏.教育要传达一种什么样的竞争意识?[J].人民教育,2018(12):6-7.

[31]王甜.红色文化与青少年品德教育[J].中学政治教学参考,2019(15):14-16.

[32]王莹莹,蔡太生,姚毅,左劲松.大学生坚韧人格、自尊与竞争态度的相关研究[J].中国临床心理学杂志,2012,20(03):395-397.

[33]肖锋,黄凌军.竞争型社会大学生心理健康教育问题、原因和对策研究[J].江西理工大学学报,2011,32(06):38-40.

[34]谢欣荷.“双减”政策后校外培训机构如何再进行教育焦虑贩卖?——一项以A校外培训机构为个案的教师课堂话语分析[J].教师教育论坛,2021,34(10):13-16.

[35]谢永春.幸福教育:思想品德课不能避开的言说[J].教育探索,2015(07):99-101.

[36]鄢进波.美国新品格教育的复兴及其对我国中小学德育的启示[J].教育理论与实践,2015,35(16):43-46.

[37]闫兵.学校教育竞争之“灵恶”及其超越[J].教育发展研究,2017,37(10):70-75.

中国知网 https://www.cnki.net

[38]杨晓奇.学校发展的“内卷化”表征与破解[J].教育研究与实验,2017(05):60-66.
[39]杨昭.学科建设亟须夯实基础——从“初中思想品德教师的学科教学基本能力调研”说起[J].江苏教育,2011(17):36-38.
[40]杨兆山,时益之.素质教育的政策演变与理论探索[J].教育研究,2018,39(12):18-29+80.
[41]叶飞.学科教师的困惑:在知识教学与品德教育之间[J].教育理论与实践,2011,31(16):39-41.
[42]岳圆星,郭洪水.德育一体化视域下的青少年思想政治教育[J].中学政治教学参考,2020(06):61-63.
[43]曾君.论焦虑与中小学校长的成长[J].教育科学,2001(01):41-44.
[44]张国顺.生存方式的变革与马克思思想的“幸福”向度[J].武汉理工大学学报(社会科学版),2016,29(04):704-708.
[45]张洪平.浅谈初中思想品德教师职业倦怠的成因及解决对策[J].南方论刊,2015(03):110-112.
[46]章乐.病态竞争的产生与化解——兼论学校教育如何面对现代人的身份焦虑[J].湖南师范大学教育科学学报,2014,13(06):10-14+64.
[47]章乐.论教育与生存的关系——兼论如何缓解现代社会中的教育竞争[J].高等教育研究,2016,37(12):21-27+65.
[48]张彦.论当代中国的价值排序及核心价值观建设[J].武汉科技大学学报(社会科学版),2013,15(01):1-6.
[49]张引,王峰.流行文化对青少年思想品德教育的影响分析[J].当代教育论坛,2015(01):82-87.DOI:10.13694/j.cnki.ddjylt.2015.01.012.
[50]赵永刚.关于人类命运共同体理念的思考[J].山东干部函授大学学报(理论学习),2021(11):20-23.
[51]郑航,王清平.中小学生思想品德现状及教育对策[J].教育科学研究,2011(03):38-43.
[52]中共中央办公厅 国务院办公厅印发《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》[J].中华人民共和国国务院公报,2021(22):14-19.
[53]中小学德育工作规程[J].人民教育,1998(06):9-10.
[54]周洪宇,齐彦磊.“双减”政策落地:焦点、难点与建议[J].新疆师范大学学报(哲学社会科学版),2022,43(01):69-78.DOI:10.14100/j.cnki.65-1039/g4.20211022.001.
[55]周建民.品德教育的路径选择与评价探索——以高中思想政治课为例[J].思想政治课教学,2013(09):20-23.
[56]朱永新,汪敏.教育如何不再培养精致的利己主义者——公共品格教育的逻辑向度与实践进路[J].教育研究,2020,41(02):61-71.
三、学位论文类
[1]陈垠亭.教育现代化进程中学校德育体系问题研究[D].郑州大学,2014.

中国知网 https://www.cnki.net

[2]刘颖.关于人的全面发展的思考[D].天津大学,2017.
[3]朱勇.教育竞争过度现象的伦理审视[D].上海师范大学,2020.
四、报纸类
[1]习近平.在同团中央新一届领导班子成员集体谈话时强调,紧跟党走在时代前列走在青年前列,在实现中华民族伟大复兴的征途中续写新光荣[N].人民日报,2013-6-21.
[2]习近平.在全国高校思想政治工作会议上发表重要讲话[N].人民日报,2016-12-8.
[3]习近平在全国教育大会上强调,坚持中国特色社会主义教育发展道路,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人[N].人民日报,2018-09-11(1).
[4]习近平主持召开学校思想政治理论课教师座谈会强调,用新时代中国特色社会主义思想铸魂育人,贯彻党的教育方针,落实立德树人根本任务[N].人民日报,2019-03-19(1).
[5]中共中央国务院印发深化新时代教育评价改革总体方案[N].人民日报,2020-10-14(001).
五、调查报告类
[1]山东省潍坊市教育局.初中思想品德学科教师及教学现状调查,http://www.360doc.com/content/16/0129 /07 /7723905_531381450.shtml,2016年1月29日.
[2]魏易.2017-2019年我国义务教育阶段学生家庭教育支出情况变化[C]//.中国教育财政政策咨询报告(2019—2021).[北京大学中国教育财政科学研究所],2022:455-465.DOI:10.26914/c.cnkihy.2022.000998.
[3]邢立新.关于初中思想品德教育学科教师及教学现状的调研报告[R].http://www.jinchutou.com/p-892 52907.html.
英文文献
一、著作类
[1]Christopher Peterson& Martin E.P.Seligman. Character Strength Virtues:A Handbook and Classification[M]. Published by American Psychological Association And Oxford University Press, Inc.2004.
[2]Larry Nucci,Tobias Krettenauer,Darcia Narvaez. Handbook of Moral and Character Education[M]. Taylor and Francis:2015-03-24.
[3]Nel Noddings. Foreword[M]. Tomorrow’s Children: A Blueprint for Partnership Education in the 21st Century,2001.
[4]Rosalind Hursthouse. On Virtue Ethics[M]. Oxford:Oxford University Press,1999.
[5]Thomas Lickona. Educating for Character:How our schools can teach respect and responsibility[M]. New York:New Times Company,1991.
二、期刊类
[1]Joe S.Bain, Industrial Organization[J]. NewYork:John Wiley&Sons, 1959.
[2]Jonathan Weber.“Character, Attitude and Disposition”[J].European Journal of

中国知网 https://www.cnki.net

Philosophy,2015,vol.23.

[3]Marvin W. Berkowitz, Esther F. Schaeffer and Melinda C.Bier. Character Education In the United States[J]. Education In the North, new series,2001.

[4]Wendy Sutherland-Smith. Competition or collaboration: policies and practices in international higher education[J]. The Australian Educational Researcher,2013,40(3).

[5]Yi－Lin Chen. A Situationist Lesson for Character Education: Re－conceptualising the Inculcation of Virtues by Converting Local Virtues to More Global Ones[J]. Journal of Philosophy of Education,2015,49(3).

中国知网 https://www.cnki.net

攻读硕士期间发表学术论文情况

[1]赵凤源.小学生家庭德育存在的问题与对策[J].吕梁教育学院学报,2021,38(01):4-7.
[2]赵凤源.儒学道德秩序融入家庭德育探析[J].山东青年政治学院学报,2021,37(S1):66-69.DOI:10.16320/j.cnki.sdqnzzxyxb.2021.s1.016.

中国知网 https://www.cnki.net

致谢

每个故事都会有尽头，就好像在车站总有分别的时候，毕业论文即将完成之际，扑面而来的浓烈的离别气息让我有些不知所措，如果说 2019 年的我只是完成了从本科生到硕士生的身份的转变，而 2022 年的我明白自己已经到了真正踏上毕业的终点站，和我最爱的生活了七年的青岛大学说一声再见的时候。回想起来研究生三年的时光，我真的成长了许多，真的想要感谢的也有许多。

首先，我最想感谢的是我的导师——赵永刚老师。赵老师在我整个读研期间给予我的不仅是学习上的指导和帮助，更重要的是精神上的支持和鼓励，尤其是当我感觉到压力和遇到困难时，赵老师总能耐心倾听并及时提出宝贵的建议。三年来，赵老师循序渐进的教会我如何查阅梳理中英文文献以及撰写论文，我在科研能力得到提高的同时也找到了研究的兴趣点，顺利完成了开题报告。也正是因为赵老师在我论文写作全程给予了具体而有针对性的指导，所以我从未感到迷茫无措和想要放弃，最终能顺利完成毕业论文。难忘的是一次次深夜的论文反馈，难忘的是一次次亦师亦友的交流谈话，我知道再多的溢美之词也无法表达我对赵老师的感谢之情，只能说，成为赵老师的学生，荣幸之至！

其次，我想对培养了我七年的青岛大学马克思主义学院说一声感谢，感谢学院领导和老师们无微不至的关心，七年来我接受了太多学院老师的帮助，在这个温暖的大家庭中我收获的是满满的师生情。当然三年充实的研究生生活，也离不开专业同学们的包容和鼓励，在此祝愿我们前程似锦，成为更好的自己。

最后的最后，我想感谢我的父母和我的两位挚友。感谢父母无条件的支持和理解，在我人生的每一个路口，他们都是我最坚实的后盾；感谢纪雨辰和薛玉娇两位挚友在我读研期间的陪伴，我们在分享喜怒哀乐中一起成长，相信未来的我们一定会更加美好。

最漫长的坚持，往往带来的就是最永久的幸福。希望我能不忘初心，常怀感恩，大胆迈向人生下一个七年。

中国知网 https://www.cnki.net

中国知网 https://www.cnki.net