

# “蹲下来”：初中生言谈礼仪教育的实践探索

## ——以体验式德育教学模式为例

林秀红

广州大学附属中学英德实验学校

**摘要：**言谈礼仪作为初中生社会化发展的核心素养，其教育实效直接影响青少年人格健全与社会适应能力，然而当前初中言谈礼仪教育普遍存在“说教灌输”“规则至上”的困境，难以契合初中生青春期心理特点与认知规律。本文基于“蹲下来”的教育理念，即摒弃权威视角、回归平等对话、立足体验建构，结合体验式德育模式的理论框架，从价值重构、实践路径、深化策略三个维度，探索初中生言谈礼仪教育的创新路径。实践表明：通过理念革新、方法优化与机制完善，可实现礼仪教育从“外在规训”到“内在认同”的转变，为提升初中德育实效性提供参考。

**关键词：**初中生；言谈礼仪；体验式德育；“蹲下来”教育；实践探索

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2025.11.137

### 引言

言谈礼仪是个体在语言交流中体现的尊重、友善与规范，是社会交往的“隐形桥梁”，更是初中生从“自然人”向“社会人”过渡的重要标志。初中阶段作为青春期发展的关键期，学生的自我意识觉醒，对平等、尊重的需求强烈，但其言谈行为仍处于塑形阶段，易受同伴影响、缺乏理性判断，亟需科学的礼仪教育引导。然而当前初中言谈礼仪教育却陷入多重困境：教育内容上，将礼仪简化为“礼貌用语清单”，忽视其背后的人文内涵；教育方式上，依赖“教师讲、学生记”的单向灌输，缺乏互动与体验；教育评价上，以“是否遵守规则”为唯一标准，忽视学生的情感认同与行为自觉。这种“站着”的教育姿态，将教师置于权威地位，将学生视为被动接受者，导致礼仪教育沦为“形式化表演”——学生在课堂上“礼貌应答”，在生活中却“言行失范”，难以形成稳定的礼仪素养。“蹲下来”的教育理念，正是对这一困境的回应。它并非物理意义上的姿态调整，而是教育视角的根本转变：教师以平等姿态贴近学生的认知世界与情感需求，以体验式活动为载体，让学生在“做中学、悟中省”，主动建构对言谈礼仪的理解与认同。体验式德育模式强调“认知—体验—反思—践行”的闭环，通过情境创设、角色互动、实践检验等环节，将抽象的礼仪规范转化为具体的生活体验，与初中生“具象思维为主、抽象思维发展中”的认知特点高度契合。

### 一、“蹲下来”的价值重构：言谈礼仪教育的本质回归

（一）礼仪教育的内涵深化：实现从“工具理性”到“价值理性”

传统言谈礼仪教育常陷入“工具理性”误区，将礼

仪视为“社交工具”，强调其在人际交往中的实用功能，如“讲礼貌能获得他人好感”“懂礼仪能避免冲突”等，却忽视了礼仪作为“人性修养”的本质价值。这种工具化解读，使礼仪沦为功利性的“行为技巧”，学生即便掌握了“请”“谢谢”等用语，也可能因缺乏真诚而显得虚伪。“蹲下来”的教育理念，首先要求回归礼仪的价值理性，揭示其背后的人文内核——言谈礼仪的本质是“对他人的尊重”与“对自我的修养”，是“己所不欲，勿施于人”的共情体现，是“言为心声”的人格外显。

（二）教育关系的范式转型：实现从“教师主导”到“学生主体”

传统礼仪教育中，教师是“规则制定者”与“评价者”，学生是“规则遵守者”与“被评价者”，这种不平等的关系模式，与初中生渴望被尊重的心理需求形成冲突。青春期学生对“权威说教”具有天然的抵触心理，当教师以“你必须这样做”的命令式语气要求礼仪规范时，学生可能产生“逆反心理”，甚至故意做出失仪行为以彰显“自我”。“蹲下来”的教育理念，核心在于重构师生关系——教师从“权威者”转变为“引导者”，学生从“被动者”转变为“参与者”，通过平等对话建立信任，让礼仪教育在“安全、包容”的氛围中发生。

（三）学习路径的科学转向：实现从“认知灌输”到“体验建构”

认知心理学研究表明：个体对道德规范的内化，需经历“认知—情感—行为”的转化过程，其中“情感体验”是关键中介。传统礼仪教育过度强调“认知灌输”，通过讲解、背诵让学生记住礼仪条款，却缺乏情感体验环节，导致“知而不行”的脱节现象，如学生能说出“要尊重

老师”，却在课堂上随意接话；能背诵“要友善待人”，却在背后议论同学。“蹲下来”的教育理念，主张以体验式学习重构路径，让学生在具体情境中感受言谈行为对他人与自我的影响，形成“情感共鸣”，进而驱动行为改变。

### 二、“蹲下来”的实践路径：体验式德育模式的操作框架

#### （一）情境生活化：让礼仪教育扎根真实土壤

“蹲下来”的教育拒绝脱离学生生活的“真空式”说教，主张将礼仪教育融入初中生的日常社交场景，让学生在熟悉的情境中感知礼仪的存在与价值。初中生的生活场域相对固定，主要包括校园如课堂、课间、食堂、操场、家庭如与父母、长辈的互动、同伴交往如朋友聚会、线上聊天等，这些场景中蕴含着丰富的言谈礼仪教育素材。情境生活化的关键，是从学生的真实困惑出发，选取具有普遍性的言谈冲突或困境，设计体验活动，避免虚构“完美场景”或“极端案例”。如在校园场景中，可聚焦“课堂互动礼仪”包括举手发言、回应老师提问、与同学讨论等主题；在家庭场景中，可关注“与长辈沟通的礼仪”如倾听父母的建议、表达不同观点的方式、“家庭分工中的言谈”（如请求家人帮忙时的语气）等内容展开。通过这些生活化情境，学生能直观感受到：礼仪不是课本上的文字，而是解决实际问题的“生活智慧”，从而增强学习的主动性。

#### （二）互动深度化：让礼仪认知在碰撞中明晰

“蹲下来”的教育强调师生、生生之间的平等互动，通过对话、辩论、角色互换等形式，让学生在思想碰撞中深化对礼仪的理解。初中生具有强烈的表达欲，但其对礼仪的认知常存在片面性，如认为“讲礼仪就是‘讨好他人’”“直接表达才是‘真诚’”等，这些误区需要在互动中澄清，而非通过教师的“权威定论”强行纠正。互动深度化的核心，是创造“安全表达”的氛围，让学生敢于说出真实想法，再通过多角度探讨，形成更全面的认知。同时角色互换是互动深度化的重要方式，通过让学生扮演不同“言谈角色”如“说话者”与“倾听者”“冒犯者”与“被冒犯者”，体验不同立场的感受，从而理解礼仪的必要性。

#### （三）反思常态化：让礼仪行为在省思中固化

体验式德育的关键在于“体验后的反思”，没有反思的体验只是“活动经历”，难以转化为稳定的认知与行为。“蹲下来”的教育主张建立常态化的反思机制，

引导学生在体验后梳理感受、总结得失，将碎片化的体验升华为系统性的认知，再通过持续反思促进行为固化。初中生的反思能力处于发展阶段，需要教师提供结构化的引导，避免反思流于形式。个人反思可采用“日志记录”形式，设计结构化的反思模板，如“今日言谈中，我做得好的地方是……”“哪些言谈行为可能让他人不适……”“如果重新来过，我会如何表达……”等，引导学生每日回顾自己的言谈表现，将礼仪规范与实际行为对照，明确改进方向。这种反思不仅能增强自我觉察，还能让学生在记录中发现“礼仪带来的积极反馈”如“今天耐心听同学说完，他很开心”，从而强化正向行为。集体反思可通过“主题分享会”实现。定期组织学生围绕特定礼仪主题如“倾听的艺术”“道歉的真诚”，分享自己的体验与反思，教师引导学生发现共性问题、总结有效方法。

### 三、“蹲下来”的深化策略：体验式德育模式的长效保障

#### （一）构建阶梯式课程体系：实现礼仪教育的连贯性

碎片化的体验活动难以形成持续影响，“蹲下来”的教育需要将言谈礼仪教育纳入系统化的课程体系，根据初中生的年龄特点与认知规律，设计阶梯式的教育内容与目标，确保教育的连贯性与递进性。初中三年是学生身心发展变化较大的时期，七年级侧重“礼仪认知与基础规范”，八年级侧重“礼仪技巧与情境应用”，九年级侧重“礼仪自觉与社会拓展”，形成“认知—应用—自觉”的递进路径。七年级课程可聚焦“礼仪是什么”，通过生活化情境体验，让学生认识言谈礼仪的基本规范如问候、感谢等，理解礼仪与尊重的关系。内容设计上，以“校园日常交往”为主，帮助学生适应初中生活中的言谈场景；方法上，多采用情境模拟、角色体验，降低认知难度。八年级课程可深入“礼仪怎么做”，聚焦复杂情境中的礼仪应用，如“如何委婉表达不同意见”“如何应对他人的冒犯”“线上线下言谈礼仪的差异”等，培养学生的灵活应变能力。方法上增加案例分析、辩论讨论，提升学生的思辨能力。九年级课程可升华至“礼仪为何要自觉”，引导学生将礼仪与人格修养、社会适应联系起来，探讨“职场言谈礼仪”“公共场合的言谈规范”等，培养礼仪自觉意识。方法上，可引入社会实践（如社区服务中的言谈互动），让学生在更广阔的场域中践行礼仪。

(二) 建立多元化评价机制：从“结果评判”到“成长追踪”

传统礼仪教育评价常以“是否遵守规则”为标准，采用“扣分制”“评优制”等结果性评价，忽视学生的进步过程与情感体验，易导致学生为“应付评价”而表现出虚假礼仪。“蹲下来”的教育主张建立多元化评价机制，以“促进成长”为核心，关注学生的参与过程、反思深度与行为变化，实现从“结果评判”到“成长追踪”的转变。过程性评价是核心，可通过“礼仪成长档案”记录学生的点滴进步：包括课堂体验中的表现如是否积极参与角色互动、是否认真反思、日常言谈中的变化如从“随意打断”到“学会倾听”的过程、反思日志中的感悟如对礼仪价值的理解深化等。档案材料可由学生自主整理，教师辅以指导，让学生直观看到自己的成长轨迹。这种评价方式能让学生感受到“进步比完美更重要”，增强自我提升的动力。引入学生自评、同伴互评、家长评价，从不同视角全面反映学生的礼仪表现。学生自评侧重“反思与计划”，引导学生客观认识自己的优势与不足；同伴互评侧重“观察与建议”，通过小组讨论提出建设性意见；家长评价侧重“家庭场景中的表现”，反馈学生在家庭交往中的礼仪行为。多元评价能避免评价的片面性，同时让学生在主体不同的反馈中，更全面地认识自己的言谈行为。

(三) 推动家校社协同共育：拓展礼仪教育的场域边界

言谈礼仪的养成不仅需要校园教育，更需要家庭与社会的协同配合。“蹲下来”的教育理念应延伸至家校社各场域，形成“目标一致、方法互补、资源共享”的共育机制，避免“校园讲礼仪、家庭无约束、社会任其流”的脱节现象。

#### 1. 家校协同是基础

部分家长存在“重成绩、轻礼仪”的观念，或自身言谈失范如对孩子使用命令式语气、在公共场合大声喧哗，直接影响学生的礼仪认知。学校需通过“家长课堂”“亲子活动”等形式，引导家长转变观念：通过体验式活动如“家庭语言模拟”，让家长感受不同语气对孩子的影响，让家长理解“言传身教”的重要性；通过“家庭礼仪任务”如“每周一次家庭平等对话”“亲子互相致谢”，将礼仪教育延伸至家庭生活。同时建立家校沟通机制如定期反馈学生的礼仪表现、共同商议教育方法，确保家校教育方向一致。

#### 2. 社会协同是拓展

社区、公共场馆、企业等社会场域是学生践行礼仪的“实践课堂”，学校可与这些场所合作，设计“礼仪实践活动”：如在社区志愿服务中学习“与居民沟通的礼仪”，在图书馆体验“公共空间的言谈规范”，在企业参观中了解“职场交流的礼仪”等。社会资源的引入，能让学生看到礼仪在不同场景中的应用价值，理解“礼仪是社会共同的规范”，从而增强践行的自觉性。

#### 结语

“蹲下来”的教育理念，本质是回归德育的“育人初心”——尊重学生的成长规律，理解学生的情感需求，让教育从“外在塑造”走向“内在唤醒”。在初中生言谈礼仪教育中，通过情境生活化、互动深度化、反思常态化的实践路径，将抽象的礼仪规范转化为具体的生活体验，将教师的“单向说教”转变为学生的“主动建构”，有效破解了传统教育的低效困境。从价值重构到实践探索，再到长效机制的建立，“蹲下来”的教育不仅是方法的创新，更是教育观的革新：它要求教师放下“权威者”的执念，成为学生成长的“同行者”；要求教育内容跳出“规则清单”，回归“人文本质”；要求评价方式摆脱“结果导向”，关注“成长过程”。这种革新并非否定礼仪规范的重要性，而是强调通过更科学的方式，让规范内化为学生的自觉行为。未来教师还需进一步细化不同学段、不同个性学生的礼仪教育策略，完善体验式德育的评价工具，让“蹲下来”的教育理念在实践中不断丰富与发展。唯有如此，才能真正培养出“言谈有温度、举止有风度”的新时代青少年，为其终身发展奠定坚实的人格基础。

#### 参考文献

- [1] 李镇西. 教育的温度：从尊重开始 [J]. 中小学德育, 2022 (3): 12-15.
- [2] 王东华. 体验式德育的情境设计原则与实践路径 [J]. 教育科学研究, 2021 (7): 45-49.
- [3] 张梅. 初中生礼仪教育的困境与突破 [J]. 基础教育参考, 2023 (2): 56-58.
- [4] 刘艳. 角色互换在德育中的应用研究 [J]. 教学与管理, 2022 (11): 34-37.
- [5] 陈明. 家校协同视角下青少年礼仪养成教育探析 [J]. 中国教育学刊, 2021 (5): 67-70.