

X I G U A N J I A O Y U L U N

习惯教育论

——一种教育哲学的思考向度

◆ 赵振杰 著



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS
浙江大学出版社

习惯教育论

——一种教育哲学的思考向度

赵振杰 著

浙江大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

习惯教育论 / 赵振杰著. —杭州: 浙江大学出版社, 2008. 11

ISBN 978-7-308-06380-7

I. 习… II. 赵… III. 习惯—培养—青少年教育—研究 IV. B842.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 173163 号

习惯教育论

——一种教育哲学的思考向度

赵振杰 著

责任编辑 严少洁

封面设计 刘依群

出版发行 浙江大学出版社

(杭州市天目山路 148 号 邮政编码 310028)

(E-mail: zupress@mail.hz.zj.cn)

(网址: <http://www.zjupress.com>

<http://www.press.zju.edu.cn>)

电话: 0571—88925592 88273066(传真)

排版 杭州中大图文设计有限公司

印刷 临安市曙光印务有限公司

开本 787mm×960mm 1/16

印张 14.5

字数 260 千

版次 2008 年 11 月第 1 版 2008 年 11 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-308-06380-7

定价 30.00 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江大学出版社发行部邮购电话(0571)88925591

目 录

第一章 习惯:一个日益凸显的教育问题	1
一、问题的提出与本研究的意义	1
二、当前研究的现状和不足	10
三、本研究的范围、思路、方法和难点	14
第二章 习惯研究的教育文献回顾	18
一、中国教育学者对于习惯的研究	18
二、外国教育学者对于习惯的研究	40
第三章 习惯内涵:概念、特征与功能	49
一、习惯概念的多维考察	49
二、几个相关概念的分析	59
三、习惯的基本特征	66
四、习惯的功能	74
第四章 习惯形成的多因素分析	83
一、自由与奴役:人类行为习惯形成中的一种悖论	84
二、遗传因素与习惯的形成	87
三、环境因素与习惯的形成	89
四、教育因素与习惯的形成	102
第五章 习惯:教育的再理解	141
一、当前教育的弊端与中小学生的习惯状况分析	141
二、学生不同受教育阶段需要培养的十种良好习惯	155
三、人自身可持续发展需要养成的良好习惯	164

第六章 良好习惯形成的教育观念·····	169
一、让习惯融入教育目的·····	170
二、让习惯成就自我管理·····	174
三、让习惯渗透教育创新·····	178
四、让习惯走进教育过程·····	182
第七章 良好习惯形成的教育手段·····	188
一、习惯形成的基本原则·····	188
二、良好生活习惯形成的几种教育方法·····	190
三、良好学习习惯形成的几种教育方法·····	191
四、良好道德习惯形成的几种教育方法·····	194
第八章 习惯与“新教育实验”的六大行动·····	196
一、“新教育实验”的理论基础·····	196
二、“新教育实验”六大行动中的习惯形成·····	201
结 语 教给孩子一生有用的东西·····	215
参考文献·····	218
后 记·····	226

第一章

习惯：一个日益凸显的教育问题

事实上，一切教育都归结为养成儿童的良好习惯，往往自己的幸福都归于自己的习惯。

——洛克

一、问题的提出与研究的意义

人类今天在征服外部世界方面已经取得的成绩，可以说远远超出了过去人们对未来的想象。但对自身的了解（即关于人的一切知识）却显得相对落后，包括对人自身的生理方面和精神方面的探索还远远不够。人的习惯问题无疑就是一个目前研究还不充分、还不彻底、还不成熟而有待继续开垦的崭新领域。

最近几年，“习惯”作为一个概念和问题而成为很多学科研究的对象已经远远超出了一般人的预测和想象，似乎还有掀起一股热潮的趋向。人们在经验和感觉的驱使下，不知不觉地以一定的知识支撑和逻辑推理来论证习惯的来源、本质、功能和结构。其实，习惯是我们每个人日常生活中司空见惯、耳熟能详的一个现象和经常要面对的一个话题。虽然我们每天几乎都要启动理智、情感、反应、决断等躯体和心理机制来应对所面临的不同问题，但是，很多时候，由于“感觉正确”而不假思索地、“习惯性”地去做某件事情的情况却也相当普遍。在我们的日常生活中，如果仔细观察和用心体会的话，没有人可以否认不受习惯的约束和影响。也许，正因为它的普通和细微，所以就时常处于人们深层理论关注的边缘。然而，我们在生活中时常可以感觉到，某种习惯一旦形成之后，就会成为自身的一部分，不自觉地会通过人们的行为方式显示出来，甚至在我们还没有来得及仔细关注的时候，它的作用就已经改变了我们的生活。由此看来，某种习惯形成之后，对一个人的影响就是巨大而深远的。一方面，它使我们具有相应的能力，使我们用自己的智慧很容易地完成想做的事情。另一方面，如果缺乏某种稳固的习惯，可能就要花费多倍的努力才能完成同样一件事情。更可怕的是，一旦形成

了某种坏的习惯,则可能成为阻碍一个人的发展,甚至会成为奴役一个人生活的强大而顽固的势力。在此,本文之所以在教育理论学科的视野内把习惯作为一个问题来研究,主要是基于现实的一些启发和对教育理论的一些思考。

(一)“SARS”引发的思考

2003年春天,一个名为“SARS”(“非典型性肺炎”的英文缩写,简称“非典”)的恶魔肆虐了我国和大半个世界。有限的现代医疗技术和控制手段在危机面前暴露出了无奈和恐慌。人们在重新激发自己的智慧和反思自己“行为的历史”时,此前曾经不起眼而一直被人们所忽视的一个字眼——“习惯”,一下子就凸显出来了,并逐渐成为关注和谈论的一个话题。令人惊异的是,人们自身的一些不良行为习惯(如贪婪饮食、随地吐痰、乱扔垃圾、破坏生态等),竟然被一些专家判定为“SARS”爆发并迅速流行的重要根源和一大帮凶。后来的公共卫生医学研究也发现,不洁的环境和吐痰的飞沫是“SARS”病毒传播的主要途径,而且“SARS”病毒可以在痰迹中存活30小时之久。于是,人们惊呼:原来是自己给自己造成了灾难!

“SARS”过后,人们开始对以前的生活态度和行为习惯进行深度的反思,在感觉到了生命脆弱的同时,也引发了对未来生存模式和生存安全的重新安排。于是,以前一些已经“习惯成自然”的生活观念和行为方式就成为日常反思和学术研究的对象。据粗略统计,“SARS”期间和之后的一段时间内,各种刊物上涉及人们卫生习惯、锻炼习惯、交往习惯等主题的文章就占到了相当的数量。这正如英国著名哲学家大卫·休谟(David Hume)在《人性论》中所说:“凡时常呈现出来的、而为我们所长期习惯的一切事物,在我们看来就失掉了价值,很快就被鄙弃和忽视。”^①而一旦它们成为被思考和关注的对象时,就意味着麻烦来了。

研究表明,人类历史上任何一次传染病的大流行,都是人类文明进程所带来的附着物。反过来,每一次大规模的传染病爆发又对人类文明本身产生极其巨大而深远的影响。“SARS”的肆虐就再次为人类上了重要的一课:再也不能为了满足私欲而肆意地纵容自己的行为习惯了,不良的行为习惯在与病毒的对抗中注定是一个失败者。弗雷·卡农(Jeffrey Cannon)在他的著作《超级病毒》中,也指出了我们人类在面对病毒时的脆弱:半个多世纪以来越来越多的人投入了对细菌的战争,但是,现在种种迹象表明战斗已经

^① [英]休谟:《人性论》,关文运等译,商务印书馆1980年版,第326页。

陷入了僵局中……如今各种新的病毒不断出现。今天的事实验证了该书作者的准确预言和深刻警告。因此,对于经历过“SARS”危机的人来说,形成良好的生活习惯和文明的生存习惯,无疑成为维持自己和保护他人的重要责任。“革除生活陋习,重建民族尊严”,这就是“SARS”带给我们的警示和要求。目前虽然初步证实,果子狸是携带和传播“SARS”病毒的真正元凶,但人类缺乏教育引导的贪婪的饮食习惯和不良卫生习惯毕竟还是难辞其咎的。

(二)“新教育实验”^① 的呼唤

当前很多的父母和老师都在抱怨孩子难教难管,明明把大道理说了上千遍,可在孩子身上就是没有成效。最后,这些父母和老师就不得不采取一些强制性的手段或者干脆利用自己的权威进行训斥或体罚。这显然不是一种正确的教育方法。那么,问题的症结到底在哪里呢?教育专家进行了多角度、多层面的分析,其中与“新基础教育”和“新课程改革”、“三新鼎立”的被称之为“新希望工程”的“新教育实验”一语道出了症结所在——习惯。也就是说,作为教育者的父母和老师只是重视了抽象的宏大理论的信息刺激而忽视了具体教育情境中的行为训练,只强调教育结果而疏忽了教育过程,只重视教育作为工具的目的而忽视了教育作为生活的目的,只表现作为教育者的“培养”权力(power)而压制了受教育者应该享有的“养成”权利(right)。受此启发,为了真切地了解当前学生的习惯现状,作者最早在2004年2月对我国中部某省的3所中学进行了问卷调查。共发放问卷680份,回收后经确认的有效问卷为653份(男生345人,女生308人),其中初中一年级208人,初中二年级223人,初中三年级222人。本次调查,我们共设计了50道选择题目,内容共分三大类:第一类,涉及被调查者的基本生活背景,诸如年龄、城乡、父母文化程度、家庭经济状况、家庭社会类型以及学前的交往对象等。第二类,涉及学生的学习习惯(主要是课外)、生活习惯、品德习惯、行为习惯等。第三类,涉及对自身习惯的基本认识,如来源、影响以及改变的情况等。调查的结果表明:有56%的学生在学习时习惯于

^① 注:“新教育实验”是由全国政协常委、苏州市副市长、苏州大学教授朱永新先生于2002年倡导发起的一场被称为教育领域中的新希望工程的教育改革实验。这项工程以全力打造植根于中国本土的新教育学派、努力成为当代中国素质教育的一面旗帜和一个品牌为追求目标,明确提出了“三大理论基础”、“四大行为改变”和“六大行动途径”。“新教育实验”希望通过对教育的重新阐释和实践,在理论和操作的层面上弥补当下教育中的“营养不均”状况,最终帮助新教育共同体成员过一种幸福完整的教育生活。

“一心二用”,如听音乐、吃零食、看电视等;有 63.3% 的学生承认自己没有课前预习的习惯;在阅读内容的选择上,当拿到一本书时,有 56.3% 的学生回答习惯看图画性的内容;在品德习惯的稳固性上面,有 48.7% 的学生承认自己在校内和校外有时言行是不一致的,甚至有 14.9% 的学生认为自己在校内和校外的言行完全不一致;有 71.8% 的学生表现出缺乏创新思维的习惯;有 50.6% 的学生选择看电视和 12.7% 的学生选择上网玩游戏作为自己的课外休闲习惯;有高达 85.4% 的人认为自己骂人的坏习惯是从周围同学那里学到的。我国著名心理学家王极盛先生也曾经对 1560 名学生进行过问卷调查,主要考察不良学习习惯对学习成绩的影响。结果表明,仅有 27.2% 的学生认为不良学习习惯对他们的学习成绩没有影响;其余 72.8% 的学生认为不良学习习惯对学习成绩有不同程度的影响。据《中国教育报》2002 年 8 月 16 日报道,山东济南甸柳一小在学生中搞了一次有关劳动的调查。“调查表”的第一项是让学生列出“最不爱参加的劳动”,不少学生竟然一口气写下了“不爱参加大扫除”、“不爱干家务”、“不爱洗澡”等 10 个“不爱”。这些也明显反映了当今小学生身上暴露出的劳动习惯缺乏的突出问题。另外,最近由合肥市和信市场调查公司完成的对全市 3000 多名中小学生学习早餐习惯的调查表明,许多中小学学生不吃早餐(有将近 30% 的中小学生学习不吃早餐,其中不能保证每天吃早餐的小学生比例为 20%,中学生则高达 48%),这种微不足道的“小事”其实都是中小学生学习身心成长的重要障碍之一。以上这些单调的数字虽然无法反映当前中小学生学习状况的全貌,但是其中反映出的信息还是说明了我们教育中存在的一些缺陷。而且,在我们周围,也不难发现学生之间由于习惯(主要是学习习惯)的差异而导致的教育结果的悬殊。本人在对众多的教师和父母的访谈中也了解到,一般比较优秀的孩子都具有公认的良好习惯,包括行为习惯和道德习惯。

实际上,“好孩子”与“坏孩子”之间的根本区别明显并不是品德的好与坏,而是归根于长期形成的习惯不同而表现出的“好”的方式和程度的差别。教师和父母如果能够意识到这一点的话,就会从根本上改变对学生、对孩子的评价。这样,也就会增强学生自由自主发展的个性化趋向,提高其自信心。当然这也就成为检验教育成效的一个尺度。

当今社会的竞争日趋激烈,望子成龙、望女成凤心切的父母都把目光盯在了考试和升学上,而在孩子如何做人、如何做事、如何成长的大问题上却很少投入时间和精力。从学校教育的角度来看,培养学生一系列良好习惯的形成无疑是我们所追求的重要理想目标和应该担负的社会责任。可是目

前,在以升学率为主要评价指标的教育评价体制之下,教师和学校为了自身的利益而重结果不重过程的培养人的思想,显然是非常不利于学生的良好习惯形成的。尤其是在道德教育方面,之所以缺乏实效性,也与重视结果而轻视过程的教育方法有直接的关系,即很大程度上过分重视了道德知识的灌输(他律)而轻视了道德习惯的形成(自律),导致学生说一套、做一套,当面一套、背后一套的现象时有发生,这样不仅浪费了很多的教育资源,而且也培养了一些不合格的“人才”。因为,习惯不是说出来的,恰恰是需要长期的行动中慢慢做出来的。父母教育孩子要形成对人有礼貌的习惯,天天讲道理是很难奏效的。只有孩子看见别人的做法后,他才会知道并照着去做,久而久之,自然就会形成礼貌的习惯,素质也就相应地提高了。另外,由于种种原因的制约,目前不少学校在德育工作方面,在行为习惯的养成教育方面,还有不少缺陷,如目标不明确,措施不得力,训练不严格,加之社会大环境的影响,学生的品德就出现了不同范围和不同程度的滑坡现象,这也是一个发人深省的大问题。因此,对具有教育良知的人而言,对影响学生人格和素质的习惯问题进行关注和思考也是情理之中的事情。

总之,从总体上来看,学生良好习惯的训练和形成还游离于我们当前的主流教育行动之外,尽管有些地方的学校和教师注意到了学生一系列日常行为习惯的培养问题,但其主要还是作为素质教育内容的“副产品”而略加捎带的。其结果就是造成教育效果的短期效应明显而长期效应不足。因此,从长远考虑,是否把习惯纳入学生的素质教育目标,就成为我们不得不重视的教育现实问题。同时,“新教育实验”从提升一切人的素质和提供幸福完整的教育生活出发,也把良好的习惯纳入了孩子可以一生享用的无形资产和宝贵财富,从而热烈地呼唤教育对人的可持续发展应该呈现出的本体功能,坚决摒弃应试教育、功利教育等一切不负责任的短视行为。

(三)人生质量和国家形象的要求

“行为养成习惯,习惯形成性格,性格决定命运。”“人是习惯的奴隶。”“习惯是伟大的行动指南。”“习惯是一种顽强而巨大的力量,它可以主宰人生。”“人都程度不同地是习惯和传统的动物。”“播下一个行动,你将收获一个习惯;播下一种习惯,你将收获一种性格;播下一种性格,你将收获一种命运。”“少年居性,习惯之为常。”“首先我们养出了习惯,随后习惯养出了我们。”这些箴言警句都意在说明,习惯一经形成,就会成为支配人们行动的一股力量,甚至会影响一个人一生的成败和人生质量的优劣。它就好像一只看不见的手,助推或阻碍着我们人生成功的速度和效益。不少名人的事业

成功经验和人生回顾感悟就显示：自己有意或无意形成的习惯以一种顽强的力量影响着学习、生活、做人、处世，好的习惯可以给一个具有成功潜力的人暗中以鼎力相助，不好的习惯却可以使一个具有成功潜力的人不知不觉中走向失败的边缘。这些事例在我们的生活中屡见不鲜，给了我们的研究以深刻的启示。如：

- 2002年7月18日，世界上最能卖汽车的人——平均每天销售6辆，并被载入世界吉尼斯纪录大全——乔·古拉德到“NAC成功者大会”北京站演讲，告诉大家他为什么能够成功。“很多年前我就养成了一个习惯，只要碰到人，左手马上就会到口袋里去拿名片。”当他说出自己所谓成功的秘诀时，所有的与会者都吃了一惊。

- 北京某外资企业招工，报酬丰厚，要求严格。一些高学历的年轻人过五关斩六将，几乎就要如愿以偿了。最后一关是总经理面试。总经理说：“我有点急事，你们等我10分钟。”总经理走后，踌躇满志的年轻人围住了老板的大办公桌，你翻看文件，我看来信，没有一个人闲着。10分钟后，总经理回来了，宣布说：“面试已经结束，很遗憾，你们都没有被录取。”年轻人大惑不解：“面试还没有开始呢！”总经理说：“我不在的时候，你们的表现就是面试。本公司不能录取随便翻阅领导文件的人。”年轻人全傻了。因为从小到大，没有人告诉他们这一行为常识，更谈不上这一良好习惯的养成。

- 一个孩子去报考外企，主考官认为他知识上有些欠缺，告诉他另谋出路。这个孩子临走时，一按椅子，被漏出的钉子扎破了手。他并没有说什么不好听的话，而是顺手用桌子上的镇尺把钉子敲回去，然后礼貌地走了。后来他被主考官录取了，因为他有个好习惯。

- 最近，上海市职业工作者健康俱乐部对本市2万名25~45岁的在职者进行了电话调查，结果发现失眠者占75.24%，需要靠药物进行治疗的严重失眠者占24.26%。其中大多数是由于个人长期不良的生活习惯（如喜欢熬夜等）所致。医学专家指出，长期的睡眠不足很容易引起头晕、食欲不振、免疫力下降、高血压、溃疡病等。

由此可以看出，习惯对一个人的成长和发展在不知不觉中悄悄地起着

很重要的、基础性的、长远的作用。从这个意义上说,一个人成功的概率,除了有利的外在条件,很大程度上取决于自己身上好习惯和坏习惯的分配比例。

一个人习惯的状况直接影响着自己的形象和自己发展的轨迹。但是,如果众多个人在特定活动情境中表现出共同性的行为习惯时,其影响的结果就是群体性的甚至是国家性的。近年来,一部分公民在国内或国外旅游的时候,经常因表现出一些不文明的“习惯性”行为(也就是“陋习”)而遭到谴责和抨击,从而严重影响了中国五千年“礼仪之邦”的形象。于是,文明出行,文明旅游,就成为节假日和黄金周期间社会各界集中关注和热烈讨论的话题,甚至还把它上升到了关乎国家形象和国人地位的高度。下面我们来看一些媒体近几年报道的有关国人行为习惯和国家形象的负面事例:

- 据 2004 年 12 月 24 日《法制晚报》报道:中国人在国外旅游有五大陋习就严重地影响了国民的形象,即住房墙根儿撒尿(阿富汗工地)、吃饭“吧唧”嘴(挪威餐馆)、旁若无人乱扔“东西”,众目睽睽解开小孩裤子(美国唐人街)、大声讲述“家族史”,撞了别人不道歉(法国地铁)、“不许拍照”乱拍照,不许乱摸偏乱摸(德国博物馆)。这些在国内看似“自然”“无所谓”的举动,到了国外竟然成了素质低下的“陋习”。

- 据 2007 年 4 月 18 日《国际先驱导报》报道:在经济高速发展的过程中,越来越多的国人走出国门,也有越来越多的外国人来到中国。世界瞩目着中国的崛起,也关注着中国的国家形象。不排队、闯红灯、公共场所大声喧哗,这些看似很“小”的细节,却构成了不少外国人对中国人的整体印象。中国传媒大学当代国际问题研究中心常务副主任刘明在《国际先驱导报》中指出,“公民个人素质与国家形象有着很直接的关系,虽然我们公民个人在做事的时候未必有这样的意识,但外国人眼里,个体的表现往往代表一个国家的形象。”例如,泰国人会在中国游客居多的航班上用中文提醒大家不要拿走机上用品,这些或许被国人忽略的“小事情”,有时恰恰构成了外界判定国家形象的一个侧面。4 月 11 日,中国国务院总理温家宝出访韩国时,曾语重心长地寄语中国驻韩使馆和华人华侨及留学生代表:一个国家需要强大,除靠经济和民生的改善之外,还要靠国民素质的提高……中国人要无论走到哪里,都令人感到中国人是有很高素质和文明的人,才会得到别人的尊重、佩服和

景仰,这就是国家的形象。

●据2003年3月17日《北京晚报》报道:北京大学教授葛晓音在日本工作多年,谈起同胞在国外的很多“习惯性”时,表现甚为不悦。她说,在日本的地铁里,中国游客总是没有排队等车、先下后上的习惯;在饭店里吃饭喜欢成群地大声谈笑,吃自助餐总是剩下一大堆;旅游途中走累了,会不由自主地席地而坐;对文化古迹不屑一顾,最大的兴趣就是大包小包地买名牌。

2006年8月17日至31日,中央文明办、国家旅游局向社会公开征集“中国公民旅游不文明行为表现”和“提升中国公民旅游文明素质建议”,广大网民积极回应。许多网民结合亲身经历和所见所闻,列举了中国公民在国内外旅游中表现出来的种种不文明行为,并提出改正建议。

透过现象管窥本质是人类理性思考的特征所在。一些看似无所谓的“日常小事”,不能不说与我们的教育有很大的关系。其实,一个人的行为文明与否,表面上看是一个道德问题和素质问题,实质上则是一个行为习惯问题。行为科学的研究表明,一个人一天中的行为大约只有5%是属于非习惯性的,而95%的行为都是习惯性的。内隐的需要、意志、品德、爱好等素质状况,如果不通过外显的行为习惯表现出来,所谓的文明与不文明的价值评判都是毫无根据和意义的。因此,把公民素质问题置换为公民的行为习惯问题进行研究,应该是一个探索性的“入思”路径。

由于习惯渗透在一个人的思维、语言、行为等各种活动过程中,从某种意义上说,一个人的习惯是怎样的,就意味着其生活方式和生活状态是怎样的。习惯好,则事半功倍。习惯不好,则事倍功半。俄罗斯教育家乌申斯基(Ushinski)把习惯对人的影响论述得更为形象:“良好的习惯乃是人在其神经系统中存放的资本,这个资本不断地增值,而人在其整个一生中享受它的利息。坏习惯则是道德上无法偿清的债务,这种债务能够用不断增长的利息去折磨人,去麻痹他的最好创举,并使他达到道德破产的地步。”^①梁实秋先生也指出过,充满良好习惯的生活,才是合于“自然”的生活。通过对古今中外许多名人的成功之道进行分析,我们也可以发现,除了天赋和机遇的原因外,他们从小养成的一些良好的个人习惯也为后来的出人头地立下了不小的功劳。习惯不同,人的机遇就不同。习惯不同,人生的成败就不同。

^① [俄]康·德·乌申斯基:《人是教育的对象》,张佩珍等译,人民教育出版社1989年版,第256页。

而这种不同,其实就是教育的结果。另外,习惯在形成过程中,有很多的心理、社会和文化因素在起作用。不同人群习惯差异的背后所折射出的是不同的价值观和不同群体的传统。某种方式在我们看来可能是不合理的或不合适的,但在其他人的眼中却是“习以为常”的。因此,在当今全球化日益频繁和不可避免的交往环境下,由文化隔断和文化差异所带来的思维习惯和行为习惯方面的矛盾或冲突越来越成为“影子障碍”。如何了解、尊重并适应交往中“他者”的习惯,减少令人不愉快的惊奇,达到交往的心意相通,也几乎成为了每个人必须掌握的生活技能。

从某种意义上,在一个人成长的过程中,父母、学校教师、单位领导等实际上都成为国家和社会秩序的教育者和看护者。这种教育和看护的目的就是要塑造出合格的公民、优秀的公民,从而达到个体和整体利益的有效实现。这种公民除了要具有合格的品格(德)、合格的技能(智)、合格的体魄(体)外,合格的习惯也是很重要的。它不仅涉及个人的修养和个性特征,在有些情况下还反映了一个国家的教育和看护水平,以及一个民族的整体素质和精神风貌,甚至对国家的安定团结、对社会的稳步发展也会起到促进或阻碍作用。据说在德国,交通警察不多,尤其是在中小城市,根本就难得一见,更不用说每个路口红绿灯下都站个交通警察了。公共汽车上也没有专门的售票员负责售票、检票,停车场也大多无人看管,大家自动去一台机器前购买停车票并置于车前方玻璃上。这些所反映出来的就不仅仅是社会管理水平问题,根本上还是公民长期所形成的习惯问题。“假如美国人不是逐渐地习惯于自己治理自己,他们学到的书本知识今天也不会为他们的成功提供太大的帮助。”^① 在国内,大家对一些不太文明的行为习惯可能已经习以为常,可是在国外,一个随地吐痰、买东西不排队、乱扔垃圾的人,立刻会成为众矢之的。因此,从“大教育”的意义上来看,社会教育对公民良好习惯的形成也负有不可推卸的责任。今天,我们盼望随着物质生活水平的提高,人们能够改变一些不好的行为习惯和生活习惯,注重公共意识和公共道德,增加文明修养,维护个人和国家的良好形象。

(四)教育理论的缺陷

理论的研究往往离不开实践的启发。应该说,人类历史上任何一次的科技发明和理论创新都是因为在实践中遇到了问题并且萌发了解决问题的欲望和冲动而生发的。当前教育现实中出现的问题、困惑甚至阻碍都为教

^① [法]托克维尔:《论美国的民主》,董国良译,商务印书馆1988年版,第35页。

育理论的创新提供了契机和缘由,而这也成为教育哲学学科本身不断发展的内生推动力。尽管目前对这一学科本身还存在着不少“歧见”。如我国著名的教育哲学专家黄济教授在其《教育哲学通论》中就毫不隐讳地评价:教育哲学发展至今,不仅在性质、研究对象和范围、研究方法等方面仍存在分歧,甚至对教育哲学应否独立存在仍有不同看法。在这样的背景下,我们认为,要捍卫一门存在争议的学科的正当性,就必须不断解决自身领域中所遇到的一些矛盾,而“任何领域的发展不可能不否定自己从前的存在方式”(马克思语)。教育哲学“领域的发展”,当然也需要对一些旧问题进行重新探索和进一步佐证。但是,哲学本身所具有的批判本性又难免会使这样的“发展”触及一个表面上的问题,即教育理论的语言归罪。因为语言是人之为人重要维度,又是教育理论存在和实施的最重要手段。因此,教育理论中语言的不当所造成的现实问题就成为了“领域的发展”的问题渊藪。于是,理论和实践之间出现脱节就成为毫不奇怪的结局了。

既然习惯对一个人的作用是如此重要,那么,形成良好的习惯并使之成为对孩子一生有用的东西,就理应成为教育实践活动的显著目标,或如培根所言,习惯之形成就是教育。遗憾的是,在我们以前制定的指导教育实践活动的教育目标中,仅仅把知识的掌握、技能的形成、道德的进步、体能的发展等作为人才成长的标准,而很少明确提到良好习惯的获得是人才素质的基本构成要件。其结果是造成很多学生离开学校后,因没有进步的惯性就逐步失去了自身的可持续发展从而削减了教育的成果。因此,对本文而言,现实中很多教育问题的出现不能不说都与教育理论语言中“习惯”一词的缺失或不明有或多或少的关系。这种语言的归罪,对我们加深对教育理论的认识,扩展对人的全面发展的深入理解,也许会有启发意义。这样看来,针对现实中的具体问题,从教育哲学的角度看待“习惯”这个富有魅力的主题词,也许可以激发我们对以往教育理论中有些“习惯性”定论(如教育目的、教育管理、教育创新、教育过程等)的重新思考,或者说,从学理上深度研究这个问题本身也许具有一些激活功能,说不定会成为今后教育理论研究的一个崭新生长点。

二、当前研究的现状和不足

目前,习惯问题已经突破了专业、地域的限制而成为一个几乎“人人有话可说”的“公共问题”。对此,我们是可以理解的。因为,不同地域文明的人对同一概念和现象的关注,恰恰印证了一百多年前马克思、恩格斯在《共

产党宣言》中早已经指明的“精神生产世界性”的特点。

最近几年来,在香港和台湾地区,习惯的研究一直是学术界研究的崭新热门课题,而且台湾还成立了习惯领域(habitual domain)学会(简称HD)。截至目前,就本人所见,企业管理人员、心理咨询人员、行为科学家、精神医学人员等均不同程度地在研究中涉足了此概念。其中既有学术性的理论探讨,也有经验性的总结概括。如台湾大学心理研究所临床心理学教授柯永河(1997)写的《习惯心理学》(理论篇、历史篇、辨识篇)就主要是在心理辅导和心理治疗的层面上去探讨习惯形成的心理机制和不良习惯戒除的心理手段,他把刺激与反应之间的稳定关系系统统称作习惯,并广泛地分析了大自然存在的习惯现象和美国、日本和中国古代关于习惯研究的成果。曼陀罗国际训练机构创办人、博观管理顾问公司总经理郭腾尹是台湾首位习惯领域学说讲师,他在2002年写的《命好不如习惯好》一书中主要是从个人的生活体悟中说明了习惯势力的强大和顽固,而且还通过对成功人士的观察和判断,特别整理出了现代人必须具备的七个好习惯,即学习、创新、节约、感恩、负责、尊重及幽默。虽然这是一本非常切合年轻人渴望成功而又不知如何下手时可以参考的重要指南,但从学理上看,其显露出的缺陷是一目了然的。况且,他和柯永河一样,让习惯的内涵囊括了自然界中存在的所有惯性现象,甚至是天文学中的星际运转。这一点,本人是不敢苟同的。

和香港、台湾地区相比,大陆目前这方面比较成熟的理论研究成果还是比较鲜见的,关注此领域的学者主要有教育专家(如孙云晓、关鸿羽、朱永新)和职业经理人培训人员(如徐寒、李帝扶)、励志修养人士(如卢孟来、曾新、李力)、心理咨询人员(如叶婕妤)等。孙云晓(中国青少年儿童发展中心研究员)对少年儿童习惯的研究可以说是比较全面系统的,而且也做了很多的调查,提出了许多很有见地的培养好习惯和克服坏习惯的建议、对策,并把习惯的好坏看作是评价公民素质高低的重要指标和精神文明建设的重要内容。其个人网站^①中就有比较详细的讲话论述和研究报告。关鸿羽作为著名的儿童教育专家也从养成教育的角度阐述了“首先我们养出了习惯,随后习惯养出了我们”这一命题的现实依据,并根据自己多年的调查和实验提出了具有可操作性的非常细化的习惯养成方法。其成果主要是《教育就是培养习惯》(2003)。其他关于习惯教育具有可操作性的研究成果有《成就一生好习惯——培养孩子好习惯 108 法》(杨冰,2002)、《怎样纠正坏习惯——

^① <http://www.sunyunxiao.net.cn>

纠正孩子坏习惯 99 法》(王秋虎、时遂营,2003)、《父母要养成的 15 种教育习惯》(南京才能素质教育研究所,2003)等。这些学者大多是从培养学生某个具体习惯的教育个案出发去分析现象、寻找根源并提出对策,缺乏对其理论挖掘的深度。作为当今比较活跃的教育理论和教育实践活动家朱永新教授在阐述“新教育实验”的理论基础和实践指向时,就极力呼吁应该把习惯作为一项重要的素质而为学生、父母、教师、校长等所有的新教育共同体成员所具有,而且在理想的德育、智育、体育、美育、劳动技术教育等目标中都应该有明确的要求和体现。这种观点明显隐含了叶圣陶的习惯教育思想,但更突出强调了“让习惯成为孩子一生有用的东西”这一“新教育”理念。这不能不说是教育哲学思想资源库的有益补充。除了理论上的“说”之外,实践中的“做”更是朱先生青睐“习惯”的表现。在“新教育实验”的“六大行动”(营造书香校园、师生共写随笔、聆听窗外声音、双语口才训练、构筑理想课堂、建设数码社区)中,每一行动背后的最终目的其实就是要让孩子们形成并巩固相应的习惯,以便为他们今后过上幸福而完整的教育生活奠定良好的基础。这样的认识高度,在目前的教育研究中显然是绝无仅有的。本书稍后对此有较为详细的阐述。

在当代西方,对习惯问题的研究则是主要集中在教育领域、励志领域和行为管理领域。如英国著名教育家,“教育之家”的创始人,被誉为“家庭教育之母”的夏洛特·梅森(Charlotte Mason)在她的《家庭教育》系列丛书中就一再强调:人在受教育的时候实际上就是在做两件事——形成习惯和吸收思想。美国的管理咨询学家史蒂芬·柯维(Stephen R. Covey)被《时代》杂志称为“人类潜能的导师”,他写了不少指导人们生活和工作“习惯”参考书,如《高效能家庭的七个习惯》、《实践七个习惯》、《高效能人士的七个习惯》和《高效能人士的第八个习惯》。其中《高效能人士的七个习惯》被称为美国公司员工人手一册的书、美国政府机关公务员人手一册的书、美国军队官兵人手一册的书,它在强调品性修养的同时,详细地介绍了个人成功的三个习惯:积极主动、以终为始、要事第一;公众成功的三个习惯:双赢思维、知彼知己、统合综效;以及全面观照生命的习惯:不断更新。这些建议显然会有助于企业由内而外的建立坚实的互信文化。另外一位关注习惯的美国富兰克林柯维公司零售商店的副总裁肖恩·柯维(Sean Covey)在《杰出青少年的七个习惯》中也分别列出了个人成功的三个习惯、公众成功的三个习惯等。还有一位最近比较“红”的习惯专家是美国的畅销书作家杰克·霍吉(Jack D. Hodge),他的《习惯的力量》一书被公认为是一部优秀的作品,被亚马逊书