

哪些行为破坏孩子学习的主动性

□光明

工作压力大、生活忙碌,家长难免会在教养方式上犯错,导致孩子失去学习动力。与其深感内疚和不安,不如找出自己的错误,及时采取补救措施,制订补救计划。为了让计划可行、有针对性,家长可以重点思考以下几个问题:如何着手激励孩子产生学习、成长的内驱力?如何以身作则成为孩子的榜样?实施补救计划,将改善亲子关系,家长也能看到孩子的真正转变。

什么让孩子间差异如此之大

家长:别磨磨蹭蹭,赶紧写作业!
孩子我行我素,对催促置之不理。

家长:你是不是想要一套乐高?快点完成作业就买给你!

孩子:说话算话!

孩子匆匆糊弄完了作业,错误百出。

家长:认真写了吗?还想不想买乐高了?重写!

孩子:不买就不买,不稀罕!

这样的场景是不是让你感觉很熟悉?在你愤慨小恶魔太难管教的同时,别人家的“小天使”让人分外眼红。那么,是什么让孩子之间差异如此之大?其实就是那个转换器——内驱力。

如果没有唤醒孩子的内驱力,让他们自发地努力,家长做得再多都是越俎代庖。怒其不争的喟叹之余,家长首先应该明确:内驱力如何影响孩子的成长和人生发展?进而反思,自己是否给予了孩子发展内驱力的沃土?

动机是推动个体活动的直接力量,是个体实现生活目标和职业生涯目标的源动力。

在动机支配行动达成目标的过程中,个体建立起自信心和自尊心。

丹尼尔·平克在《内在动机:关于人类激励因素的惊人真相》一书中指出,试图利用外部奖赏或惩罚威胁来激励儿童是一种错误的行为。孩子表现优异的秘密在于激发、保持和发展其内在动机。从学术上来讲,内在动机是指个体为了获得某种内在奖励(如好奇心、乐趣、自信心、成就感等)而从事某项活动,既不是为了获得外在奖励,也不是为了避免受到惩罚,只是单纯地享受从事某项活动所带来的乐趣,或者把某项活动视为一种探索世界、学习知识和发挥个人潜能的机会。通俗理解,就是人们常说的“内驱力”。

综合大多数学者的观点,内驱力通常由以下三要素构成:自主感,希望由自己来主导个人的生活;归属感,促成和谐、信任和协作的人际关系,包括亲子关系、师生关系和同伴关系等;胜任感,相信个人有足够的把事情做好,能够对自身及外部世界产生一定的积极影响。

这些常见行为破坏孩子内驱力

家长希望孩子主动学习,却往往在日常教导中,存在着打击孩子积极性、主动性的行为,且不自知。以下在养育过程中常见的错误,家长们要留意。

错误1:以强权和高压让孩子服从

家长不正确影响孩子行为的方式有3种最为常见。其一,强权要求。动用惩罚、收回特权等威胁手段让孩子屈服。其二,撤回关爱。根据孩子的行为来决定自己对孩子的关爱。其三,强加价值观。以自己的价值观培养、要求孩子,却不解释缘由。孩子不理解家长看重某些行为的原因,无法将这些价值观内化并付诸行动。

错误2:通过物质奖励驱动行为

奖励和惩罚在短期内可能有效,但从长远来看弊大于利。家长一旦撤销奖赏,孩子的动力便荡然无存。另外,外部奖赏还可能催生“过度合理化效应”,孩子做事的内驱力会因为外部奖励的影响而被削弱,让出于个人兴趣去做的事情,变成了“工作”。

错误3:片面强调成绩的重要性

强调成绩的重要性可以激励孩子学习,但无法使其成为终身学习者。学习不只是为了取得好成绩,也是一种享受的过程,只有体验到这一点,孩子才能拥有持久的学习动力。家长应向孩子传递一种观念:人生的成功并非由成绩的高低来定义。成绩不是孩子成长的全部,通过体育活动提高运动能力、通过游戏和聚会提升社交能力等对他们同样重要。家长不可认为爱好和业余活动是浪费时间并加以阻拦,否则会破坏亲子关系。

错误4:事无巨细地监管

事无巨细地安排孩子的生活,会剥夺孩子的自主体验。当孩子失去自主选择的机会,他们会把注意力集中在完成家长制定的目标上,无暇思考个人目标。只有让

孩子自己规划个人活动,并对自己的行为负责,他们才能变得成熟。独立、有组织能力和能够对自己负责的孩子会更加自信。在培养独立性的时候,家长要让孩子知道,当他们需要支持的时候,家长一直都在。

错误5:缺乏“学习型”家庭文化氛围

孩子是观察型的学习者,家庭文化氛围会对他们产生潜移默化的影响。就学习来说,身教胜于言传。在学习型的家庭文化氛围中,看到家长热爱学习,孩子也会模仿家长的行为。当家长展现出终身学习的乐趣,孩子也会意识到学习的价值不局限于取得优异的成绩。

错误6:忽视或否认孩子的努力

许多家长在孩子取得不错的成绩后,没有及时给予肯定和鼓励,而是不断告诉孩子应该更专注、更努力。这会让孩子觉得无论怎样都无法得到赞许,进而丧失行为动机,甚至认为自己无能。孩子很在意家长的想法,因此,无论是否达到预定的目标,当家长看到孩子的点滴进步和积极态度,就要认可他们的努力。这样,孩子将会产生更持久和更强大的自主性。

错误7:忽略不良行为产生的根源

家长通常只关注孩子的坏习惯或不良行为本身,却没有深挖产生这些行为背后的原因。问题行为的产生通常有两种理由。一是孩子屡遭失败,产生习得性无助感,觉得自己一无是处,破罐破摔放弃努力。为此,家长要多关注孩子的闪光点,帮助他们树立信心。二是家长平时很少与孩子沟通,只有做错事时才给予关注,孩子为获得重视而故意做错事。

家长要以平和、平等的心态与孩子交流,让孩子愿意分享自己的成败。及时给予孩子肯定和鼓励,帮助他们总结经验、反思教训,找到解决问题的方法,不断增强克服困难的信心和毅力。

日本人如何处理孩子打架可以借鉴

□文乐乐

近日,一项研究调查了日本学校在孩子打架时的“不干涉”做法。结果显示,这种做法可以为孩子创造自主的机会,并鼓励他们自己解决问题。这为其他国家处理孩子争吵提出了一种新策略。

这种教学策略被称为 mimamoru,是日语单词“mi”和“mamoru”的合成词,前者的含义是观察,后者的含义是保卫或者保护。它通常被理解为“通过观察教学”——成年人,特别是幼儿教育者,有意让孩子自己处理分歧,通过自愿的探索和行动促进学习。

虽然 mimamoru 不是日本幼儿教育和管理课程的正式组成部分,但它被视为一个隐含的指导方针。它反映了日本家庭和学校的社会化实践,即成年人等待孩子对问题作出反应,并引导他们掌握学习自主权。这在日本是一种常态。

“这项研究的目的是了解为什么日本的幼儿教育工作者往往不进行干预,以及他们在何种情况下如何进行干预。”研究作者、广岛大学人文社会科学研究生院副教授 Fuminori Nakatsubo 说。

34名日本和12名美国幼儿教育工作者参与了该研究。相关研究结果日前发表于《幼儿教育杂志》。

在孩子打架时袖手旁观似乎有悖常理。但 mimamoru 策略将冲突视为宝贵的学习机会,如果大人立即介入,则可能剥夺孩子学习的机会。介入并评判孩子的行为也可能在无意中把他们分为好和坏,对人际关系产生消极影响。

该研究指出,让孩子体验“疼”(身体疼痛)或者“我不应该这么做”(内疚),是一个教育的时机,让他们明白肢体上的打斗不能解决任何问题。

然而,研究人员澄清说,“观察”并不意味着成年人忽视儿童的安全。当打架造成身体伤害的风险大于孩子学习的好处时,日本教育者就会进行干预。

日本和美国的教育工作者强调了 mimamoru 的3个主要特征:临时的、最小的干预以减少身体伤害的直接风险;不干预或置身事外,鼓励孩子自行解决问题;一旦确定孩子可以在没有成年人支持的情况下处理困境,他们就会离开。

选择上述3种操作中的哪一种,在很大程度上取决于教育者平衡好处与风险的耐心、对行为的仔细观察,以及对孩子具有从经验中学习能力的信任。

“这种做法的一个潜在假设是,成年人相信孩子与生俱来的善良,更具体地说,相信他们具有通过日常社交互动学习的能力。”研究人员解释说,“换言之,儿童是在成人的保护下,通过自主探索来学习的。”

该研究的美国参与者提出,保护儿童免受任何身体伤害的政策,可能不允许教育者等待孩子自己解决问题。但他们意识到,一旦获得家长同意,并针对国家的教育政策进行一些修改,mimamoru 策略可能值得在课堂上一试。

吃猪脑、鱼、核桃真能“补脑”吗

□光明

说到“补脑”,不少家长听说“吃猪脑补脑”“吃核桃补脑”“吃鱼补脑”……而一些家长期盼孩子更聪明一些,也会选择吃这些食物“补脑”。这些方法究竟靠不靠谱呢?

由于民间有“吃啥补啥”的说法,吃猪脑就成了一些家长给孩子的“补脑”方法。

著名食品营养专家阮光锋认为,以100克猪脑为例,其中所含的维生素特别少,钙、铁、锌等微量元素也不充裕,而猪脑中的饱和脂肪和胆固醇含量不低,很可能“补脑”没补成,反而导致肥胖。

还有人认为,除了猪脑之外,牛脑、羊脑也可以“补脑”。阮光锋表示,其他动物脑基本一样,都含有高脂肪,且维生素、矿物质含量较少,多吃并不健康。

还有一种流传说法认为,鱼肉中有益于大脑的营养成分,“吃鱼肉、多喝鱼汤可以让人变聪明”。

阮光锋表示,鱼肉中含有丰富的必需脂肪酸——n-3脂肪酸,其中的EPA和DHA两种氨基酸的确对神经系统和大脑发育十分重要,但这只对母体中的胎儿或婴幼儿在生长发育期间管用,之后对人脑并没有什么影响。也就是说,即使每天吃很多鱼,也不会因此拥有高智商。

民间还有“以形补形”的观点,核桃因为长得像大脑,成为不少人的补脑食物。

阮光锋称,“说核桃‘补脑’,很大程度上是受‘以形补形’观念的影响。从现代营养学来看,核桃虽含有多不饱和脂肪酸有益于大脑,但并不意味着它可以‘补脑’。”阮光锋建议,平时只要多样化饮食、全面均衡营养,就能保证大脑的正常运转,不要盲目迷信所谓的“补脑”食物。

孩子“熊”的时候我怎么办

□一帆

改造熊孩子,我觉得只有一条:让他为自己的行为承担后果,从小事做起。讲两个事例吧。

1. 儿子两岁多的时候,有段时间每次去商场就兴奋地一边尖叫一边横冲直撞,不但影响他人,而且很不安全。

有一次,出门前我又和他约定在公共场合要保持安静,不过这次加了一条:如果不听话妈妈就带你离开,不能在里面玩了。进商场以后,儿子安静了几分钟,又故技重演,尖叫着乱窜,我警告了他两次以后,果断带他离开商场。在外面等他平静后,再次讲道理,答应我不乱跑以后重新带他进去,后来他没有再乱跑了。我当时想好了,如果他再不听话就立马回家。

2. 儿子有段时间每次吃饭都要三请四请,到桌子上也不好吃饭。有一次我忍无可忍,叫了一次不来,就不管他了,直到下一餐之前,不给任何零食。最后他饿得哇哇叫,晚饭的面条端过来,等不及晾冷就想吃。几次过后,再也没吃吃饭这个事情斗争过了。

规则和自由并不矛盾,规则之内才能获得更大的自由。

