

---

## 父母該如何表揚孩子？

---

教育觀察 2014 年 09 月 19 日

<http://cn.tmagazine.com/education/20140919/tc19nanqiao/>

美國著名網路學堂可汗學院(Khan Academy)的創辦人薩爾曼·可汗(Salman Khan)近日撰文稱：“我永遠不會讚揚我兒子聰明。”他說“我不會讚揚我兒子他已經擅長的東西，而是讚揚他面對難題的時候能夠不屈不撓。我向他強調，當你在掙扎的時候，你的大腦在成長。”他認為不恰當的表揚，表揚兒童的“聰明”，會扼殺兒童的“成長心態”(growth mentality)。

這個說法，和美國表揚氾濫的文化有些相悖。英語中有句俗話：“蜂蜜粘蒼蠅比醋多”(You can catch more flies with honey than with vinegar)。網上還有很多海報可下載，比如“表揚孩子的 101 種方式”，說明人學習如何讚揚。家長表揚自己的孩子，多發自本心，出乎本能。照常理，兒童會在鼓勵之中，增強自信心，提高學習效果，或是其他方面的特長，此為“賞識教育”，也是國人欣賞美國教育的一個原因。但是這樣的做法，近年遭到了不少挑戰。“虎媽”蔡美兒(Amy Chua)在《華爾街日報》的一篇文章中描述了這種中西賞識行為的不同。她說在孩子們在學校拿了 A-，美國家長會大為誇獎；中國家長會反過來罵孩子，為什麼是 A-，而不是 A 或者 A+？

虎媽為激勵女兒上進不惜惡語相向的做法，在美國受到很多人批評。但是最近幾年，有一些美國的心理學家發現，賞識運用不當，會適得其反，亦即產生中國人所說的“捧殺”。但問題不是簡單的中西二元對立——中國人“打是親，罵是愛”，責罵管用；美國人注重賞識。這些研究，把賞識拿到顯微鏡下，讓我們看到到底什麼樣子的賞識管用，什麼不管用。

### ● 認清孩子的現實

首先，需要知道，賞識與否，與我們能否認清兒童的現實有關。我們知道，美國學校一般不在班級裡面公佈成績，給同學們排名次。可是這不等於你好我好大家好，和稀泥了事。美國的“排名”其實更能刺激神經：比如一些關鍵年級（如四年級）的統考、SAT 等重大考試，是將學生和全州同學比，和全國同學比。看兒童的智商或是學習成績，按百分比分別處在什麼統計範圍之內。這種智商測試結果和成績表，會郵寄給學生的父母，說明父母親準確地認識兒童的長處短處，或做補救的努力，或是針對性開展未來的規劃。學校也會根據學生現實，適當調整教育舉措。在一些私立學校或者好一些的公立學校，智商測驗結果領先的學生，會進入“強化班”(enrichment programs)，老師會針對性地提供高端技能的培訓。著名媒體人彭曉芸在四川的《教育家》雜誌撰文《因材施教不要回避智力差異》，說有必要認可兒童天分的差異。那種沒有客觀依據而認為自己孩子是天才而賞識的做法，則無益於兒童的成長。

- 賞識應與負荷相稱

賞識即便有效，也不是和學習效果成正比。專家發現，兒童的發展階段和認知能力是有限制的。很多家長，無視這種局限，覺得“人有多大膽，地有多高產”，不顧思維及其發展規律。這會影響兒童的自我認識，形成錯覺，導致貪多學不精，最終以失敗告終。這種不顧認知能力的賞識，是挖坑讓孩子往裡跳。

認知的負荷在不同人之間，甚至同一個人的不同時間內，都有差別，沒有必要諱言這種差別。學生的個人意願，並不能改變大腦的接受程度。即便到了大學階段，負荷的重要性也一點沒有降低。我所在的艾伯林基督教大學(Abilene Christian University)的心理學教授鮑勃·麥考爾文(Bob McKelvain)最近在一次針對學習策略的講座中分享過他所做的一項統計：一章書大約 15000 單詞左右。以英語為母語者的 250/分鐘速度統計，讀完一章需要一個小時。上五門課，每週每門課閱讀量是兩章的話，則僅僅把書讀完就需要 10 小時。如果是一個以英語為非母語的人，把書看完，甚至看兩遍三遍還要查單詞，那麼可能二三十個小時才能勉強把書看完（全職工作的時間是 40 小時），就不要說寫作業了。這就是為什麼美國大學需要看託福成績或 GRE 成績的一個原因——是看一個人的閱讀能力、學習能力到底怎樣。不然的話，進來容易，過程中會被拖死。一個人的成長，是先天差異和後天努力的結合。沒有必要諱言先天差異，或者說一開始的差異。這種差異總是在某些方面讓兒童收益，也總是在某些方面讓他們受挫。

- 賞識智商會挫敗情商

到底表揚什麼特徵，會直接影響到兒童的發展。目前心理學上公認的做法，是表揚努力，而不表揚聰明。斯坦福大學心理學教授卡羅爾·德懷克(Carol Dweck)在這方面做過不少研究。她發現表揚兒童“聰明”，這些兒童遇到更艱難的問題時，容易放棄。因為這樣的小孩認為過去的成就，都是來自於自己的聰明，而不是努力。他們不想丟掉“聰明”的帽子，不想在人前顯得自己失敗，接下來如果可以選擇，他們會選擇更輕鬆的、更符合自己長處的任務去完成，久而久之，形成一個舒適區不願意走出去。德懷克認為，誇兒童的聰明，會形成“自我毀滅”行為(self-defeating mentality)。這種兒童，越早捅破他們包裹在自己周圍的肥皂泡越好。

相反，如果表揚小孩的努力，讓小孩養成“成長思維”(growth mentality)，小孩則能在困難任務面前不懈努力。人的努力，更容易改變一些，而智商，也可在“成長思維”下獲得一定的進步。換言之，表揚孩子努力，他們會更努力，而智商或可隨之增加。而你僅僅表揚聰明，孩子會把所有問題、成就都歸結為自己智商，這反而會減少他們的能動性，增加他們心理的脆弱。這就是“智商打敗情商”的奇特現象。

- 浮誇不如不誇

荷蘭博士生艾迪·布魯默爾曼(Eddie Brummelman)和俄亥俄州立大學溝通和心理學教授布拉德·布希曼(Brad Bushman)在一系列研究中發現，對於自信心不足的孩子，言過其實的讚美(inflated praise)事實上使得兒童感覺更為糟糕。在其中一

項實驗中，研究者讓孩子們臨摹梵古的畫作《野玫瑰》，然後讓一位“知名畫家”（其實並不存在）鑒定。研究者後來委託知名畫家，分別給出“言過其實的表揚”（inflated praise）、不言過其實的表揚，或是不表揚，然後繼續讓這些兒童選擇新的畫作。這時候接受“言過其實的表揚”的孩子，普遍選擇更簡單、更沒有挑戰性的畫作。對於不自信的孩子而言，言過其實的表揚會讓他們回避挑戰，比過去更脆弱。沒有哪個父母，不願意自己的孩子自信、大方，可是當你給出不恰當的表揚時，兒童可能反而會覺察出這種不真誠，知道你在哄他們。他們開始回避艱難任務，而選擇簡單任務，迎合你的說辭。對於某方面不足的孩子，最實在的辦法，是設法提供資源或幫助，讓其長進，長進之後再表揚，而不是事前提供不切實際的表揚，試圖讓其感覺良好一些。

### ● 賞識要賞識到點子上

相反，心理學家們發現，如果兒童自信，父母的過度表揚會起到積極的作用，能雕琢他們，使其迎難而上，最終進步越來越大，優點越來越明顯。需要指出的是，人都會有自信和不自信之處。找到“自信點”去賞識，效果更明顯。另外，應著重找孩子的優點，多誇他們的優點。他們在這些方面本來就自信，誇讚會使其特點更突出。

我不久前在我們所在的教會參加一個育兒的培訓班，班上主持人當頭棒喝：“我先告訴大家一個壞消息，你們的孩子可能都很一般，只不過你自己覺得很好罷了。”一屋子習慣了表揚孩子，認為他們“特別”的家長，都沉默了。但是後來有個家長的發言我覺得很有意思，他說一般孩子出色他不管，關鍵是要發現孩子的獨特之處。這一點並不容易做到，不少家長並不能發現孩子的獨特之處，而只是隨大流，別人教孩子什麼他們跟什麼。只有找到獨特之處，真正識別到孩子的優勢所在，能清晰表述，甚至提供證據出來，這才能雕琢他們。

成人也一樣。前幾天，我在績效評估期間，給一個屬下的評價是：“我非常讚賞你的主動精神，你不等著他人安排你做事，你做事主動(self-starter)，比如上周，當頭兒給我們佈置‘翻轉教室’這項培訓任務時，你主動請纓。我覺得你有豐富的媒體制作經驗，也有在中小學積累的課堂教學實踐經驗，非常勝任此工作。”這位同事幹勁十足，非常圓滿地完成了任務。這種表揚，相當於寫一篇小議論文，得論點論據論證齊全。

說到底，兒童各自不同，認清其優缺點去教育才是正道。這也需要我們教育的評價體系調整，把個性化發展的重要性，擺在與均衡發展同等、甚至更為重要的位置。家長在各自的小環境裡，也應調整自己的回饋方法。不會賞識，或是胡亂賞識，不但起不到促進發展的效果，甚至還會造成長期負面影響。賞識到點子上，賞識是真誠的，賞識得具體明確，讓孩子得到合理的回饋，其發展才會如魚得水。表揚也是一門需要打磨的技術活！

■南橋■在美國德克薩斯高校從事課程設計工作，關注教育的理念和方法在跨文化語境下的轉換和借鑒，著有教育文集《知識不是力量》、《及格主義》等。曾做過多年文學翻譯。