



# 你的孩子會主動學習嗎？

**根** 據香港大學心理學研究指出，有3個重要的元素能提昇學生的自主學習：自主、能力和關係。書中指出在歐美及亞洲各地進行了大量研究，都一致發現學生若在能力、自主和關係三方面得到滿足，他們會愈努力學習，而且遇到挫敗亦會有面對逆境的能力。

## 1. 能力

所有孩子都喜歡學習和有動機地學習，問題是所學的會否太難，或有沒有滿足感的學習？因為兒童心理學家相信小朋友有2個「心」來推動他們學習的動機，就是「好奇心」和「好勝心」。所以，父母若能善於利用這兩個學習動機，孩子都會主動地去學習一些新事物。



4T 鄺咏欣

因為，當他們學到一樣新東西，或解決一個問題，都會帶來滿足感和快樂，對自己也增添一份自信心，如：猜謎語、十萬個為什麼、科學探究、偵探小說、小組比賽等等。因此，家長絕對可以在日常生活製造成功的經驗給他們，如完成簡單的家務、小量默書、生活解難等等，但要記著「小小苦楚等於激勵，多多的苦楚就是挫敗」，他們所「學」的要與他們的「能力」接近，如果學習內容太難，孩子的學習動機就會減弱；太淺，則沒有挑戰性，學習就會變得沉悶，俄國心理學家Vygotsky將這個學習水平稱之為「近距發展區域」，指孩子在他人的輔助下，通過自己的努力便能達到的學習水平。

另外，學者們相信透過適當的稱讚，能提升兒童學習的能力和態度。但「稱讚」是要懂得「讚」。我們是讚賞孩子能掌控的元素，如他們的努力付出、認真態度、刻苦精神，有計劃處事等等；而不是與生俱來的元素，如：聰明、天賦、運氣、外貌等。讓孩子相信只要肯努力，他們一定能夠進步，一定能夠愈做愈好。重點在於針對事不針對人，讚賞努力多於成果，欣賞動機多於收穫。

## 2. 自主

人與生俱來都渴望有自主權。孩子若自願或有選擇下做某件事或活動，他們一定會更積極的參

與，遇到挫折也不會輕言放棄。學者指出父母適量地給予孩子自主權，孩子的學習動機和學業成績都會有所提升。如孩子做功課時，父母在旁鼓勵，待孩子提出要求時才提供支援。不要給予過多的指導或吩咐，都有助提升孩子的自主感。

大圈與小圈的自主理論，父母可在大圈內作出適當的規範，孩子則在小圈內作出選擇。如孩子外出遊玩，父母可規限他只可在遊樂場遊玩(大圈)，而他玩籃球、跳繩、捉迷藏等遊戲(小圈)，則容讓孩子自決。父母可規範孩子在什麼時間開始做功課，但孩子可自決先做哪一科，或用什麼文具去完成。



4L 黃世榮

## 3. 關係

人是非常主觀的動物，喜歡一個人，他做什麼也是對；不喜歡一個人，他做多少好事，也是錯。你與孩子的關係愈好，孩子就愈能信任你的教導，就會愈內化父母對他們的要求，變成自己的要求。但孩子明白你無條件的愛嗎？父母有時會有許多假設，認為：「我這麼愛他！他怎會不明白？」古語說得好：「養子方知父母恩。」不明白就是不明白。

父母同樣要一同成長，不要被「第二」情緒掩蓋「第一」情緒，如你每晚下班回家時已筋疲力竭，還得替子女溫習即將來臨的測驗，但當派發測驗卷時，發覺早前溫習過的內容，全都因孩子不小心而答錯了。你的「第一」情緒必然為孩子不值，眼見他努力過後，明明懂的內容，卻因他不小心做錯了，自己每晚的辛勞好像付諸流水.....多令人可惜！可是，孩子只見你收到測驗卷分數後的「第二」情緒，就是破口大罵！怪責他為何這樣不小心.....為何不看清題目.....有沒有用腦.....你想，他明白你的「第一」情緒嗎？父母同樣要讓孩子明白你的心聲，讓孩子明白父母最緊張的是什麼？不要小看他年少不明白，有時孩子的眼光比我們還雪亮，他們會知誰人真的愛他。

學者們強調若能善用這3個法寶，便能有效地提昇孩子積極的學習態度，家長們不妨試試看！

主僕 楊健德