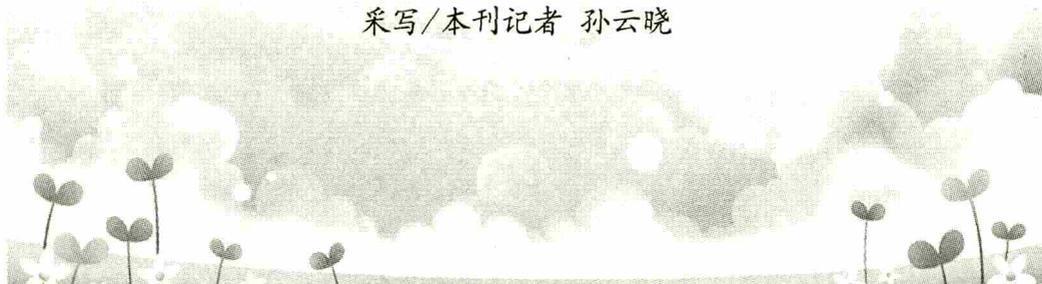


教育的核心在于培育两颗种子

——访陈会昌(上)

采写/本刊记者 孙云晓



本刊
专访

陈会昌,北京师范大学心理学院发展心理研究所教授,博士生导师,国务院关心下一代工作委员会儿童发展中心专家委员会委员,教育部《3~6岁儿童发展指南》编写组专家,澳大利亚墨尔本大学、荷兰莱顿大学、加拿大西安大略大学高级访问学者。

他主持的对儿童社会行为与家庭教养方式的长达19年的追踪研究,在我国心理学界影响广泛。他提出的尊重平等教育理论和幼儿社会化理论与多种干预措施,曾在全国12个省(市)的200多所中小学和幼儿园进行实验,产生了深远的社会影响。

陈会昌教授主持的一项对208个普通孩子从2岁起开始的跟踪研究,目前已经进行了19年。最近此项研究的

一系列成果陆续发表。关于孩子成长最需要主动性和自制力这两颗种子是这项研究的核心发现。为了让读者更好地理解陈教授的研究,我们采访了陈教授。



孩子成长最理想的状态就是两颗种子都发达,达到和谐、平衡发展



Children's Study
少年儿童研究:我注意

到在您的研究报告里,提到两颗种子时,把自控力称作第一颗种子,把主动性称作第二颗种子,这两颗种子在孩子身上的存在,是否具有明显的顺序性呢?

陈会昌:在我们的研究中通过反复测量发现,这两

颗种子在孩子身上的存在和发展是互相独立的,并没有明显的顺序性。所以,孩子身上会出现一颗种子强、另一颗种子弱的情况,也就是说如果一个孩子的自控力强,并不能代表他的主动性强,或者主动性弱。在这项研究中我们把孩子的自控力看作是一个维度,孩子的主动性是另外一个维度。此外,我们把情绪看作是孩子的第三个维度。这三个维度基本构成了孩子的个性,即人格的全部。最后还有第四个维度,那就是年龄,在不同的年龄,孩子个性会有不同的差异和变化。

Children's Study
少年儿童研究:多年从

事儿童教育和研究,我有一个发现:中国现在的教育特别是家庭教育很容易走极

端。比如改革开放以来,很多父母认为自由和民主极为重要,所以对孩子就很放纵;后来发现孩子出现了缺乏控制力和责任感等一系列的问题,比如像犯强奸罪的李某某等典型案例。我一直在想,教育是否还应该需要一种平衡?比如从教育角度来讲两颗种子的话,是否意味着在培养孩子的过程中要注重培养两颗种子都发达的孩子,从而达到一种平衡的教育?

陈会昌:孩子成长最理想的状态就是两颗种子都发展得比较好,达到和谐、平衡的发展。但在培养孩子两颗种子的过程中需要注意方法和基本原则。

例如,对于孩子自控力的培养,我们应该坚持以下原则:(1)不要轻易对孩子做出整体性评价,如“你真笨”或“你真聪明”。(2)父母和教师不要对孩子说“你看看你,再看看人家”这样横向比较的话。(3)对孩子的失控行为要有惩罚、批评、说理、引导、冷落、暂停、取消权利等多方面措施,放任自流是不正确的。(4)在孩子做错事后激发他的悲伤、内疚、自责、羞愧等负面情感。(5)保持家庭成员间教育的一致。

(6)教育艺术的秘诀体现在教育者与被教育者的情感关系中。(7)在具备基本的自控能力之后,就要注意培养孩子的独立性。(8)父母具有较好的情绪和行为控制力是正确实施教育的前提。

在坚持这8条原则的情况下,我们就可以采用10种方法来培养孩子的自制力:

(1)父母做到关爱、敏感、尊重、平等,这是让孩子顺从和合作的前提。(2)令行禁止,让孩子做到规则内化。(3)强化。强化可采用三种方式:物质奖励、活动奖励、精神奖励。(4)认知训练。认知训练中,孩子的亲身体验比父母的说教更能让孩子明白遵守规则的重要性。(5)暂时冷落。这比打骂孩子更有教育效果。(6)引导。让孩子学会共情和站在别人的角度反思。(7)暂停。让孩子独自在一个房间里待一会儿,进行反思。(8)取消权利。孩子犯错后以取消游戏等权利作为惩罚。(9)忽视。这对于孩子故意引起大人注意的错误行为最为有效。(10)回报的惩罚,让孩子明白所受惩罚是自己做错事的回报。

当然,需要强调的是:在培养儿童自控力时,必须根据儿童的天性和具体情

境,适时、适当地采用上述一种或几种方法,效果才可能比较好。

儒家思想对于孩子的独立性、创新性发展是有束缚的

Children's Study
少年儿童研究:中国的儒家学说强调中庸、不偏不倚,强调这两颗种子的发展是否也有这样的内涵?

陈会昌:中国的儒家文化对孩子身上的两颗种子有一定的正面影响,特别是有利于自控力这颗种子的发展。但是儒家思想经过两千年的演化,许多内容变得不利于主动性的培养。中国传统文化强调崇尚权威、吃苦耐劳、自制和规矩,比如:“头悬梁,锥刺骨”“十年寒窗苦”“枪打出头鸟”“出头的椽子先烂”等,而对于孩子的独立性、创新性的发展,儒家思想是有束缚的,这对中国的科学发展有负面影响。心理学家在美国的一些中小学对犹太人、白种人、东亚人、非洲后裔等学生进行了智力测量,结果发现东亚人和犹太人在智商得分上没有差别,但到目前

为止，犹太人获得诺贝尔科学奖的人数相当于华裔的40倍，他们的人口却只是我们的1%。所以有人曾经做出总结：相信犹太教的人更具有创造性。这可能就反映了文化和宗教对教育的影响。

Children's Study
少年儿童研究：是因为犹太教更鼓励孩子的创造性和主动性吗？

陈会昌：曾经有人做过实验，问儿童是否相信他们看到的魔术师变的魔术是真的。结果发现，生活在基督教家庭的儿童，较多相信魔术是真的；而生活在犹太教家庭的儿童相信的人较少。其中的原理是什么，研究比较少。有人认为，犹太教既鼓励人们的热情，又鼓励人们的理性。

Children's Study
少年儿童研究：你们的研究总结了诺贝尔奖获得者和其他高成就者的六个心理条件，其中有五个条件都与主动性有关，只有一个条件与自控力有关。现在社会上在讨论家规、家训、家风，中国这些家规、家训、家风固然有很多优良的传统，但似乎也存在缺陷，那就是在培养人的主动性和创造性方面偏弱，而对自控性要求过严。这

样的家教是否会影响一代人的创造力？

陈会昌：可以说这是限制中国儿童主动性发展的一个重要因素。孩子主动性的种子是天生就有的，但因为中国的教育环境和文化环境对主动性给予的鼓励和支持不够，所以主动性的种子难以茁壮成长。比如中国现行的高考制度是在教育环境上限制了学生的创新性，而中国的家规、家训、家风又从家庭和文化环境上限制了孩子的主动性，因为中国的父母强调不管孩子长到多大，都得听父母的话。所以，我们需要一种新时代的家规、家训、家风，让孩子的这两颗种子都得到发展。



遗传基因对人的行为存在某些不可改变的作用，在训练和教育孩子的过程中要考虑孩子的遗传基础



Children's Study
少年儿童研究：世界经济组织有一个PISA项目（国际学生评估项目），它是针对接近完成基础教育的15岁学生进行的，可以考察学生的基础知识、综合分析能力、创新能

力。2009年上海市10万名15岁的中学生代表中国参加了这个测量项目，结果成绩名列世界第一。成绩公布之后轰动世界，美国总统科学顾问发表文章说：“这是我们第一次看到中国学生智力测验的资料，它完全否定了我们以前认为中国孩子只会读死书、死读书的看法，他们在数学和科学领域完全有能力成为创造性人才。”（2013年12月，经合组织公布了全球65个国家和地区的2012年PISA测试结果，上海学生在数学、阅读、科学三个科目中继续排名第一。）中国孩子取得这样的成绩，是跟他们的自控力种子强有关，还是与两颗种子都相关？

陈会昌：主要是跟自控力的种子有关，因为现在中国的教育是让学生学习规定的、整齐划一的知识，并严格要求掌握，这对于基础知识的学习非常有帮助。PISA项目的测试比较侧重于基础知识，所以中国学生在PISA项目中取得的成绩很好。但中国目前面临的问题是，良好的基础知识并没有发展出良好的科学成果。中国人目前在本土还没有获得过诺贝尔科学奖，获得诺贝尔科学奖的几位华人大多是在中国读完中学之后到国外去读大



学和研究生的，有些甚至是在中国念完大学才出国的，比如杨振宁等。

少年儿童研究：这种现象是否可以这样解释：这些获得诺贝尔奖的华人，在中国时自控力的种子获得了很好的发展，然后到了西方国家，主动性的种子又得到了充分发展，所以才取得了这样的成就。

陈会昌：可以这样说，因为国外允许孩子主动性种子迅速发展，像中国的科学巨匠钱学森、钱三强都是这样的情况，他们都是上完大学后到国外留学，归国后又从国外带回来了一些良好的习惯，然后在中国继续坚持研究，才取得一系列的成就。所以，只要给予中国孩子主动性种子的成长环境，中国人也一样能做伟大的发明创造。但是现在中国的教育环境难以给孩子这样的土壤和机会。

少年儿童研究：斯坦福大学的沃尔特·米歇尔教授，在1972年做了著名的关于延迟满足的棉花糖实验。您如何评价这个实验？

陈会昌：这个实验首先有重要的理论意义。研究证明了人的自控力的存在，而且

通过对孩子很小的时候的自控力测量可以预测他们的将来。起初，这项研究只是观察孩子的行为，后来研究者开始思考这些行为背后的生理机制和遗传机制。我们过去都认为，儿童的自控能力是可以随意训练的，习惯是可以任意培养的，而越来越多关于延迟满足的研究发现，遗传基因对人的行为的确存在某些不可改变的作用，在训练和教育孩子的过程中也要考虑孩子的遗传基础。

少年儿童研究：虽然延迟满足的实验证明了自控力种子培养对孩子发展的重要性，但目前国内对延迟满足的训练也存在一些争议，比如有些人就强调，应该给孩子充分的爱，对孩子延迟满足的训练是在为难和压制孩子的天性。

陈会昌：这是无稽之谈。现在网络上的确有很多父母把爱和自由作为对孩子教育的核心，我们把这些父母称作“爱与自由派”。目前这个派别在网络上的势力相当强大，但我很怀疑，这些父母在他们的孩子上小学之后，发现孩子缺乏良好的学习习惯、控制力差、不能遵守纪律时，他们是否还会

无动于衷。有些父母在孩子上学前给予了太多的放纵，忽视孩子自控力的培养，当孩子上小学后，父母就陡然“变脸”，因为上了小学之后就开始存在孩子间学习成绩方面的比较了，比如别人家的孩子考了100分，自己家的孩子考了50分，父母就会放下原来对孩子宽容的态度：每天孩子回到家，他们就开始劈头盖脸地问：“你什么时间做作业？”在这种情况下，我担心这些父母会从一个极端走向另一个极端。

少年儿童研究：对孩子延迟满足的训练从什么时间开始合适呢？

陈会昌：根据现有的研究结果，从孩子1岁半左右，就可以开始进行延迟满足的训练。而在孩子1岁半之前对他进行训练，可能会使孩子负面情绪过多，快乐体验减少，这对孩子的心理健康也不太有利。此外，对儿童延迟满足的训练也要循序渐进，刚开始时不要过于严格，也不要每件事情上都要求孩子延迟满足。

少年儿童研究：谢谢您！

责任编辑 / 刘秀英