

孩子輸不起？

常聽到：「現今的孩子輸不起，經不起挫折與考驗。」不少孩子在學習上遇到困難或別人批評時，出現垂頭喪氣、拖延作業、發脾氣等情況，無論父母如何提醒和勸導，孩子總是無動於衷。

不少人以為讚賞孩子的能力能增強他們的自信心，但原來有些讚賞可能會導致他們在遇到困難時失去信心。當孩子取得好成績時，老師和家長通常以「真棒」、「真聰明」讚賞他們，可這些讚賞卻容易令孩子相信，好成績只源自能力高；當表現未如理想時，他們便認為自己能力低，久而久之，為保存自己的面子，孩子可能只會選擇做有十足勝算的工作而迴避那些沒有把握的挑戰。

反之，若我們多讚賞孩子的努力和嘗試，讓他們明白成敗得失是基於一些「可以改變」的因素如努力、答題技巧的話，孩子即使遇到挫折，也會認為自己只是一時未盡全力或技巧不足而已。

相信能力是天注定的想法容易使孩子在挫折中萌生無助感：既然無法改變自己的能力，如何努力亦是徒勞無功，倒不如放棄！事實上，孩子身邊的人所作的評語亦有時反映這種想法，如「教了他不只一次，總是重覆犯錯！」、「他恐怕不是讀書材料！」。要孩子積極克服困難，我們要使他們明白，能力是可以從學習和努力鍛鍊出來的；讓他們相信，失敗只是暫時，最重要是如何作出補救及不再重犯。除鼓勵外，教導孩子實際的學習技巧和策略，都能使他們改善學習成績。



強調競爭容易令孩子產生挫敗感，若在任何時候只有一人取得第一名，若學習目的是要贏別人，孩子為保存面子便會寧願用消極的方法面對學業，例如考試前故意不溫習、玩網上遊戲來隱藏自己的「能力問題」。因此，我們應鼓勵孩子作自我比較，以進步來界定成就（如稱讚孩子「今次成績比上次進步了，值得讚賞」）和他們檢討表現、尋求改善方法，孩子便會關注如何汲取經驗，自我完善了。

充滿失敗經驗的學習過程容易使孩子沮喪、抗拒和失去動機。要孩子增添動力，在學習過程中締造成功經驗是非常重要的。要訣是因應孩子現時的水平，設計合適的學習活動和目標，例如將默書生字分為高中低難度，由較顯淺的生字開始溫習，逐步加入艱深的生字，並給予提示和鼓勵，讓孩子看到自己能力的增長，培養在學習上的成功感。

增強孩子面對困難的韌力，必先要讓他們面對挫折時仍抱有希望，以積極樂觀的態度思考如何進步，做一個真真正正「輸得起」的孩子；在學習的路途如是，在人生的路途亦如是。

東華三院教育科 教育心理學家 林鳳茹姑娘

歡迎讀者就文章內容向東華三院提供意見
或查詢 (enquiry@tungwah.org.hk)
《交心集》逢周三於教育版刊登

