

支持孩子 找到生命的蝴蝶

開學已經有一段時日，最近陸續接到幾個孩子剛進入大學就讀的朋友打電話來訴苦。他們提到，孩子不是參加社團活動玩瘋了，就是群居終日無所事事。對於這個狀況，孩子堅持自己已經長大不要父母干涉；或者因為在外地讀書，以致鞭長莫及，父母除了叨念幾句，似乎也束手無策。令人費解的是，這些孩子國高中成績都相當不錯，上了大學以後，卻像泄了氣的皮球，對於學習失去了興趣與動力；如果又迷上網路，簡直就是雪上加霜，毫無挽回的餘地了。學習熱情是激發孩子積極向上，不斷往前進的動力。然而，什麼樣的經驗，才能讓孩子感受「從不知道到知道，從不會到會」的愉悅，終其一生對學習抱持高度的熱情呢？這個問題，或許可以從情緒的相關研究去尋找答案。

情緒經驗 影響學習動力

心理學家 Schachter 和 Singer 針對人類的情緒經驗提出「認知評估論」，他們認為，當人們情緒受到外在事件刺激時，自律神經系統會受到激發而產生亢奮的狀態，但這只是一個未分化、不明確的情緒狀態，唯有經過個人的「認知評估」，才會形成明確、特定的情緒經驗。所謂「認知評估」，是指當一個人經歷某個事件或行動時，根據個人的習性、過去的經驗、現在的狀況……對此事件或行動加以解釋；簡單的說，就是一個人對某事件的看法。譬如當乘坐的車子在坡道上快速下滑時，自律神經系統會被激發，出現心跳加速、肌肉緊繃等生理現象。這個狀況如果發生在山區的道路，我們可能推論是車子煞車失靈，而產生驚恐的情緒；如果是在遊樂園乘坐雲霄飛車，雖然身體仍會緊張，恐懼感卻大為減低。這就是認知評估不同，造成情緒經驗差異的最好例子。

蝴蝶和老虎效應

教育界流行一個說法：「求知的動力有兩種：一種是因為前面有蝴蝶翩翩起舞，引發孩子渴望追尋的熱情；另一種是因為後面有老虎緊迫追擊，使孩子不得不奮力向前。」對照「認知評估論」的觀點，可以想見，即使同樣積極努力，追尋蝴蝶的孩子的學習情緒是愉悅的；而被老虎追著跑的孩子的學習情緒，恐怕多是害怕、厭煩。追蝴蝶的孩子因為有目標，對學習能保持長久的好奇與興趣；被老虎追的孩子，只要有一天老虎不在，就沒有動力再往前邁進了。臺灣的孩子，國、高中階段升學壓力非常大，加上這幾年全球經濟不景氣，大陸又對外開放，競爭更激烈。老師、家長雖然擔心孩子的未來，卻不知如何陪伴孩子找尋他生命中的蝴蝶，多半會以威脅、恐嚇來激發孩子的動力，最終讓孩子成為被老虎追的受害者，犧牲了學習的熱情。上了大學以後，對學習倒盡胃口的孩子，多半來自這個原因。另一個衍生的問題是，追尋蝴蝶而學習的孩子，因為心中的蝴蝶永遠都在，所以累了可以歇息；如果是被老虎追，只能不斷努力向前，即使疲累不堪，也不敢休息；就算學業成就表現優秀，卻必須付出焦慮、憂鬱等代價，因而產生「所為何來」的疑惑。

學習樂趣在哪裡

一名國中生被推薦加入學校的英語資優班，他告訴父母，他不想參加要在學校多留兩個晚上的加速學習課程。理由是：「我的英文程度在這個階段已經足夠，而且語言學習只要有興趣、方法，未來有練習的環境，能力很快就可以大幅提升。我希望多出來的時間，可以用來練習自己比較不擅長的數學，或者去運動、下棋、聽音樂、看小說……。」在這個連教育也講求績效的功利社會裡，這個孩子很幸運的獲得父母的了解和接納。他的父母不在意外界的看法和光環，而能肯定、支持孩子的決定。雖然這名國中生沒有進入英語資優班，但可以預期他擁有一片寬廣的學習天空，對學習保持高度的熱情與動力。一次和孩子分享學習課題的講座裡，請孩子們以一到十標出自己感受學習樂趣的程度，現場四五十名從小四到高中的孩子，竟然只有兩人的分數超過四，看了真是令人難過。多麼期待每個孩子都能在老師和家長的支持下，免除被老虎追逐的恐懼，找到屬於他們生命的蝴蝶。

（作者：楊俐容 出處：國語日報 2009/12/01 家庭版）

輔導室 祝福您！