

Every Student Can Succeed

By William Glasser M.D.

每个学生 都能成功

威廉·葛拉瑟 著
刘小菁 译

美国新一波的教育改革要求“不让每个孩子落后”
(No Child Left Behind), 可以说都是葛拉瑟之说的回响。
“成功的教育”真意在哪里? 心法在哪里? 读了葛拉瑟
晚年完成的这一本充满智慧的书, 一切便了然了。

四川大学出版社



邮发代号 600869855 或
0298831855 或 8855 或 8855
邮发 3959 邮发 9339 或 8855
四川大學出版社

Every Student Can Succeed

By William Glasser M.D.

每个学生 都能成功

威廉·葛拉瑟 著
刘小菁 译



四川大学出版社

责任编辑：张晓舟
责任校对：朱兰双
封面设计：米茄设计工作室
责任印制：杨丽贤

图书在版编目 (CIP) 数据

每个学生都能成功 / (美) 葛拉瑟著; 刘小菁译.
成都: 四川大学出版社, 2006.5

ISBN 7-5614-3351-4

I. 每... II. ①葛... ②刘... III. 青少年心理学
IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 053956 号

四川省版权局著作权合同登记图进字 21-2006-051 号

书名 每个学生都能成功

作 者	威廉·葛拉瑟 著
译 者	刘小菁
出 版	四川大学出版社
地 址	成都市一环路南一段 24 号 (610065)
发 行	四川大学出版社
印 刷	四川大学印刷厂
成品尺寸	170 mm × 220 mm
印 张	11
字 数	113 千字
版 次	2006 年 6 月第 1 版
印 次	2006 年 6 月第 1 次印刷
印 数	0 001 ~ 5 000 册
定 价	26.00 元

◆ 读者邮购本书, 请与本社发行科
联系。电 话: 85408408/85401670/
85408023 邮政编码: 610065

◆ 本社图书如有印装质量问题, 请
寄回出版社调换。

◆ 网址: www.scupress.com.cn

版权所有◆侵权必究
此书无本社防伪标识一律不准销售

作者简介

威廉·葛拉瑟 博士

William Glasser M.D.

国际知名的心理学家，也是“现实疗法” (Reality Therapy) 的创始人与主要倡导者，他献身于教育已超过五十年，目前担任“威廉·葛拉瑟协会” (William Glasser Institute) 的总裁。该机构在世界各地都有分支，主要目的在实现葛拉瑟博士的教育理念，目前已有超过五万人接受训练。

译者简介

刘小菁

美国密西根州立大学咨询研究硕士班毕业，曾任中国台湾台中县政府社会科的妇女福利服务中心社工员。译有《如何好好生气》、《家庭暴力者辅导手册》、《故事与心理治疗》及本书。

◎ 气质，是最好的名牌

◎ 态度决定了你的高度

◎ 生命教育

——与孩子一同迎向人生挑战

◎ 每个学生都能成功

◎ 做你家人的好家人

◎ 做你情侣的好情侣

◎ 做你儿女的好父母

——提升你儿女IQ、EQ、CQ的超级方法

www.AGECO.com.cn

E-mail:Info@AGECO.com.cn

TEL:0755-21000994

致读者

“教养孩童，使他走当行的道，就是到老他也不偏离。”

2005年7月，工作的缘由，我在美国呆了一个月的时间。期间，只要有时间我就徜徉在公共图书馆和书店中，几乎每天都读到好书，兴奋之情难以言表，借着我们在美国洛杉矶成立的教育和文化传播公司，我和 Mrs. Teresa 商量决定要将一些儿童教育、心理学、亲职教育及学前教育方面的畅销书带到中国。在幼儿教育领域工作将近15年，每每叹息市场上这方面书籍的缺乏。当我们在美国书市上读到这些书的时候，被它们深深吸引。书是无声的，但我们却仿佛听到了来自天堂最愉快和最美妙的声音，激动之余，我们马上着手安排代理、翻译等等细节的工作。经过一年的努力，今天终于和中国的读者见面了，这一次出版的书共6册：《每个学生都能成功》、《生命教育》、《做你儿女的好父母》、《贴心父母》、《孩子你在想什么》、《孩子的心我懂》。

我和 Mrs. Teresa 感到非常荣幸，我们有机会、有条件把一些好书带进中国，同时，我们也倡导中国的父母要拿出更多的时间去承认、去尊重、去关注我们的孩子。其实孩子是更令我们着迷

的，孩子才是我们生命中真正重要的一部分。《新约》有一句话说道：“人若赚得全世界，而失去自己的灵魂，这又有什么用呢？”“人类真正的感情，最不应该让成见给束缚了。”（卢梭）和孩子一起成长不需要我们故意地给自己加些什么，而是需要我们将阻碍我们的那些东西放置在一边，来享受和孩子一起游戏、一起学习、一起用餐、一起旅行等等乐趣。我们更会发现喜乐愈分享愈多，痛苦愈分担愈少，我们对自己的了解也会越来越多，离和谐平静也越来越近，我们因此能得到最好的财富。

值此这六本书的发行之际，我和 Mrs. Teresa 特别要向李顺长博士致谢，是他给予我们支持，让我们的心中充满了豁然开朗的喜悦。

祝福全中国的父母，能在这一系列图书中受惠无穷，获得全新的启示。

海丽达国际幼教中心 戴薇

二〇〇六年四月十三日

序一

教育的及时雨

柯华威

《每个学生都能成功》这一本书的主旨很清楚，教育要坚持，坚持的方法是，成人要放弃外在控制的手段，协助学生产生内在的学习动机。

外在控制是什么？作者提出教学上常被使用的七种要命的坏习惯——批评、责备、抱怨、唠叨、威胁、惩罚、利用奖赏控制别人。举例说明，当学生不想做功课或不做功课时，老师通常会责备或是处罚，而最可能的结果是学生还是没有交作业。老师继续责备，但结果一样。最终，老师觉得无力也无计可施，只好放弃学生。老师尽力了，却感百般无奈。学生则感到无限压力与疲惫，不知如何写作业，也不知为什么要写作业。如果老师换成以下的说法：“我认为你有能力做这些功课；也许你需要协助，我可以请班上正在做这些功课的同学帮你；我想你可能需要较多的时间，所以我会给你多一点时间；我们可能必须想办法让功课变得更有兴趣……”这样的说法表达老师要求作业一定要做，但老师会为学生提供协助，还会根据学生需要把作业变得有趣，把作业时间加长一点。你想，不做作业的学生对老师这样的说法会有怎样的回应？

这样的处理方式是书中所强调的七种建立关系的习惯（或称

七种选择理论的习惯)——关怀、倾听、支持、协助、鼓励、信任及亲近(待之如友)。老师以这七种方式与学生建立关系。再给一个例子:“某某,我所能做的就是与你谈一谈,看你是否愿意做得更多。你说你不关心像历史这类的事情,明天你是否愿意在考卷上写下为什么历史对你来说很无聊,以及如何让历史变得更有趣?无论你写什么我都会给你分数……”老师这一段话先消除学生对分数的害怕,并肯定他对历史这一学科的反感。但是老师没有放弃,他要求学生写“为什么历史对你来说很无聊”以及“我们可以做些什么让历史变得更有趣”,这是引导学生走入历史世界的第一步。很清楚,这一段话让学生知道学习是自己的责任,学生必须为自己的学习负责任。

读者或许会问,怎么可能不奖赏、不处罚学生,特别是一些顽固的学生。套句广告用语:这本书就是要改变你的看法。例如上面提到奖赏是要命的坏习惯,因奖赏是旨在控制别人的行为。我们多数人或许会问:怎么会?没错,研究指出,依赖奖赏而学习的学生面对较有挑战性的工作时会退却,因为他担心做不好而失去奖赏。若他自己可以挑选作业,他会挑比自己程度低的作业以确保成功。我想,这不会是我们希望看到的学习成果。又例如,书中谈到,不及格与成绩很差的学生却拿到学位,其中的意义是什么?教育是要让学生获得知识、运用知识,以及改进知识。因此,不论是名次或考试的分数,以成绩来表达的结果,即使学生看到了成绩,知道自己考得好或不好,但他知道自己学到什么了吗?他知道自己要怎么改进吗?这是一个很强烈的提醒,特别是当学生考不好甚至不及格,请老师给他加分时。这样中学生到底学到了什么?值得我们想一想。如果您是老师,时时想到教学目

标，反省时，会发现自己很多做法无法达到目标，这本书会是及时雨，帮助我们换个想法。

本书有些建议可能与我们过去的看法不一致。例如本书提到教室规范不是立即的需要，一旦问题来了再针对问题解决。但教室管理文献都强调，一开始必须清楚说明教室中的规矩，然后认真执行。因本书作者未进一步说明对象、年纪及上课的时间，请读者自行决定什么时候需要订立教室规矩。但是我很同意，教室管理规定的內容千万不能多，有基本的团体相处原则即可。

作者在本书中可以说是苦口婆心，一步一步的想要改变我们在教学中持续已久的想法和做法。他肯定每一位学生都有能力学习，这一点我们也都同意。但我们却采用作者认为“要命”的方法，结果是挫折与伤心，因为我们认为自己使了好多力气，学生还是不被感动与改变。作者只强调，老师不必放弃要求学生，只要把传统教育方式换成可以建立关系的七种习惯。这是本书的重点，值得参考。

本文作者现任中国台湾地区中正大学心理学系教授

序二

让挫折消失无踪

亚伯·曼尔尼

三十多年来，威廉·葛拉瑟写了很多在我们的生活及学校里使用外在控制行为的愚蠢事。不过就在你认为他已经无法写出超越先前著作的时候，他却做到了。在这本新书里，他以简单明了的书写方式告诉我们，如何让挫折在学校里消失，如何缩小学生的学习差距，使所有的学生都能学习良好。

大部分从事教育的人都知道，学生之间一向有不念书的同伴压力，而“低空飞过”则是他们的目标。我们也知道大部分学生的程度都达不到 A 或 B 的标准，我们自己的评分制度将会证实这一点，只要看看拿 A 和 B 的学生及拿 C、D、F 学生的比例就可以知道，不到一半的学生达到胜任水平。

威廉·葛拉瑟指出这些令人困惑的问题，并且提出更多建议，帮助学生和老师改变他们的生活。他以一贯非强迫性的聪慧方式挑战我们，改变我们的实务教学，停止采用我们早已知道的不管用的方式。如果我们真的希望拥有杰出的成就，学生们都具备负责的态度和学习的动力，就必须试试葛拉瑟的理念和建议。事实上，我已尝试这么做了。在担任强森市立学校的教学督导时，我看见学生的表现比他们所在年级高出两到三年的程度，并且大部分学生都达到 A 和 B 的标准。同时，旷课和纪律的问题也逐渐

减少。

每个带领学生、希望学校有长足进步，或是训练新老师的人都应该仔细阅读本书，将葛拉瑟的理念付诸行动。单有知识力量不够，要能运用知识才行。本书所呈现的实务和技巧真的能将你的学校转型为展现卓越成就和充满关怀的地方。不仅如此，学生们也会感激你的改变，帮助他们更有责任心且成绩更优异。

本文作者是“更新，让学校变得更好协会”（Renewal for Better School）会长，前纽约州强森市立学校的教学督导。

导读

真正的生命教育· 选择为生命而教育

吴庶深

近几年来，台湾的教育环境有了巨大的改变，从民间教改团体的积极参与，到许多专家学者挺身而出针对性地批评岛内教育流弊的问题，显示出全民已意识到“全人教育”的迫切性。然而探究数十年来台湾教育的实施，课程教材除了沦为传递意识形态的媒介以外，在社会经济发展的过程中，亦被转化为培养经济市场人才的工具。在社会发展的目标引导下，学校教育被扭曲成为高度认知化，缺乏情意及人文内涵的升学主义教育，而非促成全人发展的一环。这样的教育成就了社会各方面的进步，但也让社会付出沉痛的代价。随之而来的，是为人所诟病的政经乱象、人际关系疏离、青少年问题、家庭及社会功能或校园事件频传等问题。

在一九九九年十二月二十九日公布的二十一世纪教育展望中，即强调中小学以实现学生全面发展为最终目标，主张受教对象具有各种发展潜能，教育目标是使个体充分并完整发展潜能，同时

必须修改学生的学习内容，使学生能够全面地学习，兼顾认知与情意的学习与发展，达到学生全面发展的目标。有关如何推动学生全面发展，欧美先进国家的发展经验，值得参考。

谈到学生全面发展教育，不可不提到最近甚受重视的生命教育。如同本书的作者，美国资深教育学家威廉·葛拉瑟（William Glasser）所强调之教育最重要的目标，其实回归到最基本面，首先是要使学生获取知识，再进一步的更新知识，并且在老师努力教导学生某种技巧（如阅读）之后，能进一步的让学生体会这项技巧的价值和乐趣。但是现今的学校教育，常常让学生抱怨连篇的主要理由是：什么时候我会用到这些东西？而生命教育所教导的核心就在于如何使学生利用这些知识，而不再强调背诵一堆事实而已，而且实用性不在事实如何，而在于学生如何把你所教的东西与生活结合起来。

而威廉·葛拉瑟指出目前教育制度中最为人诟病的是考试与评分的部分。老师、家长都同意学生的看法，认为阅读、写作、计算、数学、自然科学以及电脑技能是最有用的。不过除了这五种，老师、家长还加上背诵的技能，这也许是学校教育中最具破坏力同时也是无用的生活技能。从学生的角度来说，学生认为有用的五种技能，在职场中只有三种普遍受到重视：阅读、写作以及电脑技能。在职场中所普遍要求的技能是解决问题、应用知识、领导、合作、说话以及倾听，而在课堂上既不要求也不强调这些技能的重要性。若要使学生在真实世界中获得成功，采用一种基于应用或使用知识的教学取向势必是未来的重要方向，而这也是生命教育核心目标所强调的重点。

生命教育的内涵，首先需着重师生间稳固关系的建立，而此

种关系则是建立在信任与尊敬的基础上。威廉·葛拉瑟认为人有七种致命的坏习惯 (the seven deadly habits)。这些致命的坏习惯为：批评、责备、抱怨、唠叨、威胁、惩罚以及利用奖赏控制别人。这些习惯会摧毁任何一种关系，即使师生关系亦不例外。但是大多数人如此频繁而不自觉的使用这些习惯，而对周围所建立的关系造成很大的伤害。“选择理论”认为：人是社会性动物，与别人和睦相处的需求甚至彼此相爱都存在于我们的基因里。选择理论也教导我们，我们可以选择一切所做的事，且我们必须为所做的选择负起全部的责任；除非我们能满足五种基本需求中的一种或更多，否则我们是无法感到快乐的。而这五种基本需求为：生存、爱与归属、力量、自由和乐趣，这些也一样存在于我们的基因中。

生命教育的落实取决于如何塑造一个优质的学校，因为学生是学校里的失败比起家庭问题来对其影响力更大。本书作者举了一个亲身的例子：一群十五至十九岁的女孩，在以往上课的学校里，只要不做功课或与老师过不去便立刻受到警告的威胁，甚至退学。如果她们仍然拒绝做功课，成绩就会很糟，而她们如果继续抽烟（她们全部都抽烟）就会被退学。就像其他在学校表现很差的学生一样，这些学生对于“威胁”非常敏感。一旦受到威胁，她们便会反抗。好像借由不良行为和拒绝做功课来惩罚学校，这是她们对那些威胁表现轻蔑态度的唯一方式。这些学生很少意识到自己如此做也是在惩罚自己，不过她们不在乎。在这样的恶性循环之下，学校的教育失败终于导致学生的学习受挫。

但在另一方面，例如“哈利波特”系列书籍意外地受欢迎，显示年轻学子会为了乐趣而读书。而在这个故事中，哈利波特活

在一个充满外控行为的世界里，那个世界不仅摆布他，还杀了他的父母。不过那个世界无法控制他，这使他成为一名英雄。他运用自己的头脑和魔法摆脱了周围环境的控制，让他的敌人束手无策，从而大快人心。因为在这些书中，外控行为被人物化，变成恶魔，哈利波特则运用魔法对抗这些外控行为化身的恶魔们，最后大获全胜。这个例子不禁让我们反思，百年来老师不断以各种奖赏方式试图督促学生念书，但所产生的结果似乎与愿望完全相反。“哈利波特”的例子告诉了我们引入一些优良读物的重要性，借助这些读物能直接增强孩子的阅读能力，这种方式比其他方法都更有效得多！

以上这些都可能是一所优质学校实际的教学情境，而这也是生命教育落实时所着重努力的方向。要建立“优质学校”，不得不了解优质学校背后“选择理论”的观点。以这种观点来看，一切事情都是你日常生活中行动和思想所导致的后果。因此以选择理论的观点来看，我们必须摒除外在控制的想法，不要试图用处罚或奖赏的心态去对待每一件事物，尤其是学校内的环境更是如此。因为没有有一个规范、规定或标准适用于所有学生，即便是成绩规则亦是如此。唯有撇开那些外加的控制，才能避免造成学校的失败，才不会使学生挫败，也因此才可逐步地向“优质学校”迈进。

本文作者现任中国台湾地区师范大学卫生教育学系助理教授

前言

优质学校

威廉·葛拉瑟

我想你一定很好奇为什么我写了四本书之后，还要再写一本关于教育的书。主要的原因是一九九八年出版的《是你选择了忧郁——善用选择理论改善婚姻、家庭、学校和职场关系》(Choice Theory)一书，终于让我为长久以来所做的事建立了一个理论架构。从那时候起我写了《现实治疗法的运用》(Reality Therapy in Action)，阐述选择理论在咨询方面的应用；《爱究竟是什么？单身女子的必备书》(What is This Thing Called Love? The Essential Book for the Single Woman)探讨未婚女子的问题；以及《执子之手、与子偕老——解开婚姻问题的迷思》(Getting Together and Staying Together: Solving the Mystery of Marriage)，探讨婚姻问题。

以上这些书均交给哈泼卡琳出版社出版，其中《爱究竟是什么？》一书可以在威廉·葛拉瑟协会买到。如果你觉得这本书对学校有帮助，你本身也遭遇了上述书籍所探讨的问题，你也许想知道如何将“选择理论”(注)运用在个人的生活里。

从一九九九年十二月以来，我先后拜访了八所葛拉瑟优质学校中的四所，对于它们运用选择理论帮助学生获得成功的过程印象非常深刻，于是我决定写这本书，并且命名为“每个学生都能成功”。我相信这可能是因为我已经从那八所学校看到成果。如果