

Motivated Minds

Raising Children to Love Learning

家庭教育新理念丛书

开启孩子的智慧之门

培养孩子学习的热情和兴趣



四川出版集團
四川教育出版社

A Practical Guide to Ensuring Your Child's Success in School

Motivated Minds

Raising Children to Love Learning

我们怎样向孩子展示学习的乐趣？怎样激励他们学得更多？在过去，家长们往往奖罚并重，而现在人们把更多的努力放在提高孩子的自我预期上。不过最新的研究却表明，提高孩子自我预期的办法在课堂教育中的作用难以量化，而且它有时反而还会打击孩子的自信。通过连续几年在学校中调查、实验所取得的最新研究成果，狄波拉·斯蒂佩克博士和凯茜·西尔总结出一套有效又易于实践的新方法，这套方法向我们展示了与成人的亲密关系以及自我完善和自主的感觉如何有效地激发孩子学习的热情和兴趣。

ISBN 978-7-5408-4478-3



9 787540 844783 >

定价：29.80元

21世纪

家庭教育新理念丛书

狄波拉·斯蒂佩克博士

凯茜·西尔

著

李旭大

译

A Practical Guide to Ensuring Your Child's Success in School

Motivated Minds

Raising Children to Love Learning

开启孩子 的智慧之门

培养孩子学习的热情和兴趣

四川出版集团
四川教育出版社

（成都）

图书在版编目 (CIP) 数据

开启孩子的智慧之门：培养孩子学习的热情和兴趣/
(美) 斯蒂佩克 (Stipek, D), (美) 西尔 (Seal, K.)
著, 李旭大译. —成都: 四川教育出版社, 2007. 4
(21 世纪家庭教育新理念丛书)
ISBN 978-7-5408-4478-3

I. 开… II. ①斯…②西…③李… III. ①家庭教育
②少年儿童—学习方法 IV. G78 G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 042337 号

策 划 陶明远

责任编辑 胡申知 白 雅

版式设计 张 涛

封面设计 何一兵

责任校对 史敏燕

责任印制 黄 萍

出版发行 四川出版集团 四川教育出版社
(成都市槐树街 2 号 邮政编码 610031)

印 刷 四川新华印刷!

版 次 2007 年 4 月第 1 版

印 次 2007 年 4 月第 1 次印刷

成品规格 155mm×235mm1

印 张 15.25 插页 3

字 数 190 万

印 数 1-8000 册

定 价 29.80 元

如发现印装质量问题, 请与本社调换 电话: (028) 86259359

编辑部电话: (028) 86259381 邮购电话: (028) 86259694

说 明

为了使我们的故事更易于理解以及更好地表达我们两个人的经历，我们把两个人合并成了一个人，以第一人称“我”来叙述。我们也将我们的孩子——戴波拉的女儿梅勒狄斯，凯茜的儿子——扎克和杰夫，并入了一个虚拟的家庭。

这本书里有很多内容涉及一所设在大学内的小学——科琳西斯小学。这所小学是加州大学洛杉矶分校的实验学校，是改革创新教育方法、评估和传播教改成果的基地。人们公认这所学校所提供的教学方法能够激发儿童学习的兴趣。戴波拉在1991到2000年间担任这所学校的校长，她的孩子以及凯茜的孩子都是这所学校的学生。

简 介

你曾经这样对你的孩子说话吗？

“我知道你正在搭积木城堡，但是你现在必须停下来；我们从商店回来以后，你必须把这里收拾干净。”

或者是：

“屋里有人要用电话，你能不能把网络断开？我对你在网上捣鼓的那些东西不感兴趣。”

如果这些腔调听起来很熟悉，那么说明你的孩子正全身心沉浸在一些需要动脑筋的事中，同时也说明孩子自我激励精神的增长，以及他们对学习的热爱。

但是，有可能你的家里会出现这样的声音：

妈妈：贾森，快去做功课吧。

（半个小时过去了）

爸爸：贾森，你开始做功课了吗？看上去你好像一直在发呆。

（15 分钟以后）

妈妈（提高了嗓门）：贾森，别再浪费时间了。马上该睡觉了，你怎么还盯着作业本发呆！如果你这个周六想去看篮球赛的话，你最好现在开始学习。现在！（贾森“砰”的一声关上房门，打开了 CD 机，用最大音量播放 Rage 乐队的重金属摇滚

简介

乐。妈妈沮丧地倒在沙发上。爸爸则打开电视看起了智力竞猜节目。)

妈妈(不停地叹气):还要这样过多久啊?我讨厌每晚都争吵。

爸爸:我也是。我现在都开始害怕回家了。

儿童天生就有学习的欲望。事实上,大多数儿童都非常乐意去幼儿园学习读和写,渴望了解他们周围的世界。

可是当很多儿童上中学的时候(有时候更早),他们都和贾森一样。他们把学习当成一项苦差事,再也找不回小时候学习时那种快乐的感觉了。学习可以是一件乐事的想法彻底不见了——有一次,我把《汤姆索亚历险记》作为礼物送给一个孩子,他在感谢我的同时说道:“我以后再读这本书吧。这个学期的读书报告我已经写完了。”

因此,当发现你的孩子缺乏学习动力时,你并不是唯一面临这种问题的家长。研究表明美国儿童对学习的兴趣从3年级到9年级逐年递减。

但是这种状况并不是无可救药的。

在过去的30年间,心理学家为了找出究竟是什么促使儿童愿意学习而做了成百上千次的实验。他们的研究告诉我们怎样对待一个对学术研究感兴趣甚至能在学习中发现乐趣的儿童。这些研究还指导我们如何培养那些不断寻求智力挑战、在学习遇到困难时能够坚持下去的儿童。

我会告诉你怎样培养孩子的这种热情,使他成为一位终生爱学习的孩子,但我们首先应该摒弃一些已经被研究证明是错误的观点。

过去的几十年里,家长们被告知,鼓励孩子学习的最好方法是,通过不断的奖励和表扬来满足孩子们不断膨胀的自尊心。好的分数和奖励是对儿童学习最有效的激励。

但心理学家指出，培养孩子们的学习兴趣，并不是一件让他们“感觉良好”的简单事情。实际上，我将与你们分享的研究结果会告诉我们这种策略会带来怎样的危害。

据我们所知，我们需要把孩子培养成这样的人：在与他人交往时能够有成就感、自主感和安全感。如果孩子在解决问题时感到游刃有余，信心十足；如果他们对自己的学习有选择和掌控的自由；如果他们能感受到来自父母的关爱、支持和尊重，那么孩子将会激励自己努力学习。那些喜欢学习的孩子也会坚信智力不是天生的，不是一成不变的，他们认为通过努力学习可以使自己变得更聪明。

我将告诉你培养孩子喜爱学习的四大关键。我们也将验证为什么儿童通过玩耍而能学得很好，以及怎样发掘孩子应对竞争的自然动力。

虽然这本书主要针对从婴儿期到小学阶段的儿童，但是其中一些一般原理和建议适合所有年龄段的儿童，甚至成人。每个人都可以仿效将在接下来的章节中阅读到的自我激励的模式：不断地努力学习，坚持不懈地克服障碍，以及因每天新获得的信心而带来的快乐感，让一个人精力充沛地做更多的工作。

也许你觉得让你的孩子喜欢学习就像天方夜谭。也许你会像贾森的父母那样，只要你的孩子能完成作业就谢天谢地了。因此，当我们一起努力寻找一种理想——对学习的真爱时，我也会告诉你怎样培养一个不需要督促、唠叨或是以惩罚来威胁，自己就知道努力学习的孩子。

在阅读本书的过程中，你将会学到怎样解决孩子在学习过程中碰到的许多普遍问题。我将会告诉你怎样为你的孩子在学校里取得成功做准备，怎样建立孩子的自信心，怎样强化他们遇到富有挑战性的“工作”时的毅力，以及怎样减轻焦虑的情绪从而使他能专心致志地学习。我们将一起为你的孩子在学校取得成功和热爱学习而扫清障碍。

学得更好而且乐学

你为什么要为你的孩子是不是喜欢学习而操心呢？如果你的孩子喜欢学习那又怎么样？她还不一样做她的功课？

事实上，喜欢学习十分重要。研究人员发现，当儿童因为喜欢学习而学习时，他们学到的知识更深刻，更丰富，更不容易忘记，同时他们也更执著，更富有创造力，更渴望做具有挑战性的事情。这还有一个情绪上的收效：那些愿意学习的儿童比在奖赏或威胁下学习的儿童少了许多焦虑与怨恨，同时前者的收获远比后者多。

我希望我的孩子在考试中 取得好成绩

你可能还关心如何保证你的孩子在现实世界中获得成功，比如：成绩单、标准化考试和竞争激烈的升学考试。对此也有这样一条看上去不可思议的好消息：研究表明，那些间接地帮助你的孩子热爱学习的策略，事实上是提高他们考试成绩的最有效途径。

这种间接策略也将帮助你保护你的孩子免受不断增长的压力的困扰，因为当今许多公立学校将考试当成了教育的中心，从而导致了学生压力的与日俱增。我会帮助你解决好孩子的考试需要，而且让你的孩子摆脱焦虑和紧张。要知道，倘若应对考试的重要性远大于专心学习的重要性，那么孩子难免会产生焦虑和紧张。

好家长

你能在这本书里找到很多切实可行的建议。但是出于以下几种

原因，我并不指望你能尽善尽美地遵循它们。

第一个原因在我读过的一本初衷很好的书中得到了解释。我不记得那本书到底是针对什么问题的了，但我记得，当我读到书中建议我这样对自己的孩子说，“你把家庭作业扔了是不是在向我们表达你对我们限制你看电视的时间而深感不满？”时，我便对那本书厌恶透顶，随手把它扔了。

你现在看的这本书可不是那样的。也许和你一样，我也是一个有工作的家长。很多个晚上我都感到做一个可亲的、耐心的完美母亲是多么累。我也没有整天的时间给儿子读《宝岛》，或是以那本小说为蓝本写一部三幕剧，然后缝制几件演出服装和儿子一起演戏。我不是完美的母亲，你也不可能是，这倒没什么。你没有必要一定是一位持证的临床医学家，或是一位有 20 个仆人的百万富翁，或为培养孩子的学习欲而去攻读硕士、MBA 或博士学位。就像伟大的英国精神病学家 D. W. 温涅科特曾说过的，孩子并不需要完美的父母。你能成为足够好的家长就可以了。“好家长”意味着在孩子需要你的时候你能在他身边，而且能尽力地帮助他，关心爱护他。这方面没有人能比家长做得更好。

此外，可能由于孩子的不同性情，也可能由于我的策略让你缺乏好感，因而使你明确认识到我的某一条建议对教育你的孩子并不适用。这并不能说是你错了或者是这项研究出错了。其实这只是意味着你要针对自己家里的实际情况来采用我的建议。这也是为什么说做父母更多的是一门艺术而不是一门科学的原因所在。我的建议提供理论指导，而你所要做的就是亲自去尝试，最后找到那些最适合你和你的孩子的方法。

同时，不要被我建议的这么多策略方法弄得头昏脑胀。如果你能够掌握这本书的精髓，并能把其中的一些要旨化为己有；如果你能依照其中的一些暗示去做；最重要的是，如果你能让孩子知道你

简 介

非常推崇学习，那就非常好了。你将会给你的家庭营造一个健康的学习环境，这样你的孩子很可能就会热爱学习。

培养乐意学习的儿童并不是乌托邦式的梦想，也不是一件没有财力去做的奢华之事，这个目标是每个家长都可以达到的。它也是提升美国教育的一把钥匙，要知道，美国教育由于家长逼迫孩子取得高分而迷失了正确的方向。想象一下，如果大多数的美国儿童喜欢学习，那该是怎样一种情形？想象一下，如果孩子们能够像儿时热爱学习新字母，喜欢从 1 数到 10，喜欢骑自行车和游泳那样，热衷于增长知识和技能，那么他们将所向披靡，无往不胜，美国教育水平的提高也将愈加容易。

所以为了你的孩子乃至整个民族的希望，请继续读下去吧。

目 录

第一章	激励孩子热爱学习.....	1
第二章	通过玩耍培养对学习的热爱.....	23
第三章	成就感是最强大的学习动力.....	43
第四章	感觉到有能力和能力本身一样重要.....	65
第五章	自治：赋予你的孩子机会和责任.....	91
第六章	亲情能产生巨大的力量.....	113
第七章	勤奋和努力通向智慧.....	145
第八章	孩子的目标：真聪明还是假聪明？.....	163
第九章	分数和奖励：帮助还是伤害？.....	185
第十章	自尊心对学习有什么影响？.....	201
附 录：	选择一所能激发孩子学习动力的学校.....	213

第一章
激励孩子热爱学习



1947年，理查德·法尔曼整日感到精疲力竭。在这位29岁的物理学家眼里，工作如同做苦工一样艰辛乏味，他害怕一生都做不出什么重大的科学发现。所以法尔曼决定继续教书，他很喜欢当老师。但是就理论物理研究而言，他暗自告诉自己，他只是在拿它混日子。

“我要拿物理作为一种消遣，”他想到，“当我不担心有其他重要的事情需要考虑时，当我想做这方面的研究时，我就去做。”

在作出这一决定的几天以后，有一次当法尔曼正在康奈尔大学的食堂里用餐时，一个学生朝他扔来一个碟子。（那时候飞盘还没有发明）当那个碟子在空中飞行的时候，法尔曼注意到，位于白色碟子边缘的康奈尔大学红色徽记旋转得比碟子抖动得还快。从食堂回去以后，通过对那个旋转的碟子运动状态的计算，他发现当碟子与水平线的夹角很小时，那个徽记会以两倍于碟子抖动的速度旋转。但是他的同事汉斯·贝特说道：“嘿，法尔曼，这个现象的确很有趣，但是这又有什么重要的意义呢？”

法尔曼暂时没有更进一步的想法，但是他却从别人用来玩耍的填字游戏和魔方中找到了他继续研究所需的重要公式。18年以后，他凭借量子电气力学理论而赢得了诺贝尔奖，他描述了原子中一些特殊的“抖动的”电子绕质子运动的情况，而这项成就中关于抖动公式的计算，最早源于那次在康奈尔大学食堂中别人给他开的一次玩笑。

法尔曼是多么古怪的一个人啊！——不仅仅因为他后来在加州理工学院任教时，选择当地一家露天酒吧研究一般人不太注意的那些东西，而且因为他经常只是为了追求探索的乐趣，而在没有明确目标的情况下就投入到研究工作中。这位获得诺贝尔奖的物理学家有一种超常的内在动力，他所拥有的完全是一种“我想学”而不是“我不得不学”的学习精神。

你可能还不知道的是，每个小孩生来就具有学习的内在动力，

这种动力就像一棵树苗，将来在学校及生活中都能够长成热爱学习的参天大树。

儿童生而喜爱学习

你还记得你的孩子在不睡觉或不吃东西的时候，该有多么地忙吗？眼睛四处看着，两手不停抓着，把玩具丢在婴儿床上——婴儿是一部不停运转的机器，从降生那一刻起就被设计好了以一种无畏的力量去探寻属于他们自己的世界。

你两岁的孩子说的“我要做”，你三岁大的孩子没完没了地提出一大串诸如“为什么”和“那是什么”（我的女儿会说：“那是‘虾米’”——婴儿的发音很模糊）等问题，或者你四岁大的孩子多次尝试着画一条龙，这一切都展示出孩子与生俱来的求知欲。虽然你五岁的女儿坚持要试着自己系鞋带使你上班迟到了，她这样做在你看来可能有点以自我为中心或让人心烦，但这还是显示出了她在一股强大内在力量驱使下要求掌握一种新技能的愿望。再稍大一点的孩子在玩电脑游戏时发出的声音你很讨厌，他央求道：“再让我升一级吧，妈妈！”这显示了他有一种要征服电脑游戏的强大动力。

大多数孩子都是受着同样内在动力的驱使进了幼儿园的——他们渴望学习阅读与写作，非常想了解他们周围的世界。随着儿童一天天长大，这种内在的求知欲可能会变成一条波涛汹涌的大河，可能会变成一条缓缓流淌的小溪，也可能会变成了无声息的涓流，有时求知之水甚至会消失在泥沼之中。但是你不能坐视孩子学习的热情慢慢消逝，你能培养孩子的求知欲，让他像怀着迫不及待的心情去观看最新的迪斯尼电影或学校的篮球联赛一样，去钻研他的历史课题或做他的化学实验。

为什么自我激励更好

一旦儿童喜欢学习，那么他们学习的质量会更高。罗切斯特大学的心理学家理查德·莱恩和他的同事通过对92个大学生的研究，表明了自我激励的这一优点。他们要求学生读一段关于一项新的血液分析技术的文章，或者读一段鲁迪亚德·基普林根据自己的亲身经历写的文章。然后他们评估了一下学生们对这些文章的兴趣和喜欢的程度。几分钟以后，莱恩要求每个学生把他们能记住的文章中的内容都写在一张白纸上。（在这之前他没有透露要进行这项测试）莱恩发现，学生对所读的材料越感兴趣，他们也就能从文章中回忆起越多的东西，当然他们对文章的理解也就更深刻。他们进行的一项后续研究表明，学生对阅读内容的兴趣有助于他们在今后相当长一段时间内记住所读的内容。这些研究表明，能够自我激励的学生比其他学生学得更多，理解得更深，记得也更牢。

另一名心理学家也测试过几百个学生，这些学生的年龄从9岁到13岁不等，分别来自一所私立学校和两所公立学校。阿德勒·埃斯克勒斯·戈特弗里德是加利福尼亚州立大学的一位心理学家，他发现孩子们越喜欢上学，他们在关于读书、社会科学和自然科学的标准化考试中就越能取得更高的分数。她还发现喜欢做作业的儿童对作业存在较少的忧虑。

还有一些研究表明，那些成绩优异的学生通常比其他学生更喜欢学习，那些具有自我激励意识的学生将来也更有能力从事难度大的学术研究。他们在面对需要较强思考、推理和理解能力的复杂工作时，也比其他学生更能胜任。

加州大学伯克利分校的心理学家马蒂·科温顿研究了2500个正在学习哲学绪论部分的哲学专业学生的学习动力，他是这样形容那些具有自我激励精神的学生的：“（他们）感觉已经做好了百分之百的准备去学习现有知识以外的新思想……他们都是很积极主动地汲