

楼朝辉 施民贵 主编



差异教育 成果丛书

Achievements on Differentiation Education

心灵之约：

班主任主题谈话课读本



屠 兰
编著



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS

浙江大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

心灵之约：班主任主题谈话课读本 / 屠兰编著. —
杭州：浙江大学出版社，2014.6
ISBN 978-7-308-13395-1

I. ①心… II. ①屠… III. ①小学—班主任工作—
文集 IV. ①G625.1-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 132709 号

心灵之约：班主任主题谈话课读本

屠 兰 编著

策 划 者 徐 婵

责任编辑 徐 婵

出版发行 浙江大学出版社

(杭州市天目山路 148 号 邮政编码 310007)

(网址：<http://www.zjupress.com>)

排 版 杭州林智广告有限公司

印 刷 浙江印刷集团有限公司

开 本 880mm×1230mm 1/32

印 张 7.875

字 数 200 千

版 印 次 2014 年 6 月第 1 版 2014 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-308-13395-1

定 价 32.00 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江大学出版社发行部联系方式：(0571) 88925591; <http://zjdxbs.tmall.com>

出版说明

俗话说：“三岁看老”，当下市面上的一些育儿理论也给年轻的父母传递“三岁定终身”的信息。在网络社会，父母还会经常听到各种令人耸动的育儿观点。作为父母最最要紧的，不是了解资讯的多少，而是对琳琅满目的资讯能作出自己的判断，能根据自己的知识和经验，过滤掉一些夸大其词、似是而非的讯息，不盲目跟风、不过分焦虑。要达到这种地步，父母们要更多地了解儿童发展，从科学角度来辨别各种资讯，方能游刃有余。

作为父母，常常担心自己的疏忽或大意耽误了孩子的一生。事实真的如此吗？本书的作者美国国家科学委员会专家约翰·布鲁尔博士帮助父母厘清重重迷雾，还事实以真相。他搜集了近半个世纪来神经科学研究成果，挑战“3岁定终身”这个迷思^①的基础：

1. 0-3岁是脑神经细胞突触增加最快速的时期；
2. 某一突触增加最快速的时期便是孩子的学习关键期；
3. 在关键期内，如果能提供孩子丰富的环境，便能有效提高孩子的智商。

约翰·布鲁尔博士详细地探索了上述论点的来源依据，

^① 迷思起源于希腊语单词，指一个真实或不真实的故事。迷思通常十分古老，由老人向年轻人讲述而流传下来。一些迷思也许起源于真实事件，但经过人们的讲述，一些部分可能已发生改变，所以他们不够“真实”。

剖析其真实成分，认为这个迷思先是以一个吸引人的假设开始，接着创造出神经科学的数据来支持这个假设，并且通过一再重复来创造出听众，直到媒体终于注意并且加以报导。于是迷思终于成为一个指导父母、政策、立法的事实。他认为迷思的危险在于其强烈的决定论色彩。父母不应该背负婴儿时期决定论这个重担，而应该积极地、持久地与孩子保持良好的亲子互动，让孩子从各种经验中学习与获益，维持大脑终身的高度可塑性。

本书简体中文字版由台湾信谊基金会授权，洪兰教授、冯晓霞教授鼎力推荐，希望能帮助父母们厘清教养观念上的种种困惑。本书曾荣获2000年美国心理协会发展心理学最杰出著作，是一本告诉父母“以科学角度看真相，持平常心过生活”的书，行文严谨、科学。长久困惑于迷思的父母及对儿童发展、儿童脑科学发展、学前教育有兴趣的研究者值得一读。

繁体字版推荐序

台湾中央大学认知与神经科学研究所所长 洪兰

这本书是我大力向信谊基金会推荐的一本好书，现在看到它翻译完成了，要出版了，心中非常高兴，因此替这本书写推荐序是个义不容辞的事。

在台湾，各种似是而非的迷思非常的严重。最显著的就是“三岁定终身”这种说法：如果你没有送你的小孩去上全美语的幼儿园，上最贵的各式各样才艺班，你就完了，你的孩子已经输在起跑点上了，以后前途无“亮”了。这是非常错误的观念。从常识上来说，人生是看终点，不是看起跑点，赛过跑的人都知道，一开始时冲很快，如果后继无力，只好垫后，前面跑多快都没用，因此，“不要输在起跑点上”这句话是恫吓父母的广告词，是不正确的。从科学上来讲，现在神经科学的研究已经让我们看到大脑是终其一生不断地在改变，并非像以前认为的那种过了青春期就定型，不能变了。这个大脑的可塑性固然有年龄上的难易程度，大脑受伤时年龄越小，皮质功能越能重组，但是最重要的是它并非长大了就不能改变，本书举了非常多的实验例子来说明这一点。同时，作者指出市场上的营销者“选择性”的解释实验结果来误导父母，同时过度解释对他们有利的数据。

在所有的文献中大部分的“剥夺”实验是用老鼠来做，小部分用猴子或猫，从来没有一个用人来做受试者。啮齿类

动物和我们哺乳类是很不相似的，虽然我们是从他们演化而来，某些基本的机制是相同的，但是要把老鼠的实验结果完全类化到人类身上是不应该的，毕竟我们的脑比他们大了许多，机制也复杂了许多。实验者在操弄“贫瘠”、“丰富”的生长环境时，他们指的“贫瘠”是单独在实验室的笼子中长大的老鼠，除了定时的喂食，没有任何的外在刺激可言，而“丰富”指的是笼子中有其他的老鼠一起生活，里面有一些玩具，但是这些其实都不是在你家地板底下打洞或在稻田里作窝的老鼠的自然生长环境。这种操弄纯粹是为实验者的方便，因此，我们必须要小心地去解释这些实验结果。一般的孩子只要生长在正常的家庭，都不会刺激不足到“信息贫瘠”的地步。事实上，很多其他的民族，如印地安人，是把小孩背在背上直到下一个弟妹出生，取代他的位置为止，他虽然没有什么玩具可玩，也没有故事录音带可听，更没有乐高玩具可训练他的空间能力，这个孩子在各方面的发展上是正常的，上山会打猎，下海会捉鱼，肩能挑，手能提，他在他的环境中生活得很好，完全符合我们对智慧的定义（在新环境中适应新情境的能力），反而是刺激太丰富的孩子，常常过度焦虑，缺乏动机，对人生不感兴趣。最离谱的是现在有新的开发脑力产品：婴儿床上有个感应器，当婴儿醒来，腿开始踢时，床上的感应器便启动摇篮上的走马灯，使它开始旋转，旋转的走马灯便开启录音机，莫扎特的音乐便源源不断地流出来。当一个孩子每天醒来的时光都不断地接受声光疲

劳轰炸时，这个孩子会很烦躁、爱哭、发脾气、对什么事都不感兴趣。可怜的无知父母还以为这是在帮助孩子赢在起跑点上，殊不知是把孩子推上学习的绝路。

这是为什么这一本书这么的重要，它可以帮助父母过滤促销的夸大信息，做出正确的判断。我们都听过“错误的决策比贪污更可怕”这句话，同样的，错误的观念也比无知更可怕，无知可能不会逼着孩子去做什么，但是错误的观念却会断送孩子一生。现在这种错误的观念几乎每天都看得到，例如最近报纸报导自闭症是因为孩子小时候没有爬就直接走，造成左脑不发达，语言迟缓，形成自闭症。这是非常错误的观念。自闭症是胚胎初期脑部病变造成的结果。同卵双胞胎一个有自闭症，另一个自闭症的机率也高达 65%，而异卵双胞胎的机率为零。这么明显的先天关系，竟然在 21 世纪还是把它归因到父母的失职及不正确的感觉统合上，越发让人感到介绍一本正确观念的书是刻不容缓。提供正确资料的好书，使父母有疑问时，随时有书可以打开来查看。

这本书最重要的是介绍了一个观念：没有输在起跑点上这回事，每个孩子都不相同，不必拿他跟隔壁的约翰、玛丽相比。照书养不如照猪养，教养孩子要顺其自然地让孩子发挥他的长处。大脑有很大的可塑，终其一生不停地在改变，所以只要孩子保有上进之心，他永远可以使自己百尺竿头更进一步，出人头地，现在不必用各种威胁利诱的方法去强迫他，送他上补习班、才艺班、兴趣班、加强班……，让他失

去了求知的动机，这会使他变成没有父母在后面推他时，他就像一滩死水一样，动也不动，等着一天天太阳出来把它蒸发到消失为止。这种是最悲惨的人生，父母过度的爱常是“爱之足以害之”。父母只有在拥有正确知识所产生的自信心下才可能退后一步，海阔天空地让孩子自由成长，这本书我认为是当下台湾探讨教养观念相当重要的一本书，为人父母者，不可不看！

简体字版推荐序

北京师范大学教育学院学前教育系教授 冯晓霞

当宁谊幼教的朋友要我为这本《三岁，真的定终身吗？》的简体字版写几句话的时候，我几次推辞，原因很简单：洪兰教授的“推荐序”已经非常精准地介绍了这本书的意义和价值。有这个序言在前，再写什么都有点多余的感觉。不过，再三推辞不掉，也只好遵命了。

承蒙信谊基金会的慷慨惠赠，我几年前已经拜读过这本书的繁体版。读后，也曾向信谊基金会张执行长表达过在大陆出版简体版的希望。原因也很简单，在大陆，早期教育中“各种似是而非的迷思”同样严重，甚至是更加严重。洪兰教授在她的推荐序中所描述的台湾一度流行的“三岁定终身”的说法，在大陆同样流行，而且还增加了更加本土化的内容——如果你的孩子到三岁还不能“扫盲”，到六岁时还不能学会至少一门外语，那这一辈子也就没什么希望了。

更具有特色的是，我们流行的“似是而非的迷思”背后常常有一只只更加巨大的、冠以各种“官方”之名（如某某国家课题、某某权威机构的牌子、某某大学的特聘教授、国家或地方电视台的宣传等等）的“市场”之手在推动。尽管有些“官方之名”后来被证实是假冒的，如教育部就曾经发表过一个辟谣声明，指出某个在电视台大肆宣传的“早教方案”及其出版物并非如其所说是教育部委托的潜能开发项目

的研究成果，“教育部从来没有委托过潜能开发项目”，但是仍有不少“官方”机构（如一些大学，特别是一些并没有设立脑科学、儿童发展科学和学前教育学科的综合性大学，以及没有这些学科研究背景的其他机构和组织）或者因不懂而被迷惑，或者为各种利益所困，依然不顾自身声誉地滥发“教授帽”、“专家帽”，让这些假教授假专家肆意误导家长。当然，这些帽子也有自封自戴的可能，只是令人不解的是，如果是自封自戴，这些大学为什么不出来声明一下呢？！这些打着官方大旗、利用科学包装、加上熟练的市场运营手段推销的各种早教方案，在家长、尤其是广大独生子女家长“怕输”和“只有一个孩子，输不起”的心理背景下无疑是很具有杀伤力的。特别是“脑科学研究成果”几个字，更使得家长们对其方案确信无疑。否则，那么多的早教班、才艺班、英语班、甚至幼儿奥数班、幼儿 MBA 班如何生存下去呢？

这些年来，脑科学，特别是胎儿和小婴儿大脑和神经系统发展的研究的确取得了空前的进步，也的确揭示出早期经验与大脑发展之间的密切联系，然而，这些研究所揭示的更多是“哪些因素会给发展中的脑带来威胁，应该避免哪些因素以保护儿童”。^①“除了这些关于对脑发展有害的影响的证据，神经科学几乎没有提供关于早期环境如何能够促进发展的有价值的知识，使之超过一般条件下所期望的水平”。^②

① ② [美] 杰克·肖可夫等著，方俊明等译，美国儿童早期发展综合科学委员会研究报告《从神经细胞到社会成员：儿童早期发展的科学》，南京师范大学出版社，2007年版，第155、183页。

因此，如果认为目前所取得的脑科学研究成果能够直接用于解决“教什么”和“怎样教”的问题，那就是天方夜谭了！大脑是心理的器官，是儿童学习与发展的极为重要的物质基础，这是毋庸置疑的，但人的发展却无论如何也不能简单还原为物质的变化。“超于真理一步就是荒谬”，这是我们永远要牢记的。

写到这里，突然想起月初在《环球时报》上看到的一篇报道，称“育儿烦恼”已成日本自杀主因。文中说，日本警察厅数据显示，2010年因育儿问题导致的女性自杀事件激增44%，在不同原因自杀群体中，此类增幅最大。《东京新闻》统计数据显示，每4名日本妈妈中就有1人因育儿过程中精神压力过大，从而逃避、放弃抚养，甚至自杀。我想，社会上各种不负责任、夸大其词的“三岁定终身”、“三岁就太晚了”的宣传无疑是剥夺妈妈们享受育儿欢乐的罪魁之一。

中国大陆虽然还没有出现像日本那样的报道，但这不等于说中国妈妈们的育儿压力比日本妈妈小。只是我们的妈妈们更倾向于把这种压力转移到孩子身上。在“让神童走进千家万户”的蛊惑下，我们的妈妈们不辞劳苦地用按照“专家们”的方案塑造着“神童”，不辞劳苦地驱赶着孩子们跨越童年，不辞劳苦地“为了将来的幸福”而剥夺着孩子们今天的快乐……

还科学一个本来的面目，还妈妈们一个恬静的育儿心态，还孩子们一个快乐的童年，我认为应该是这本书作者的心愿。

目录

1 第一章 透过0~3岁的棱镜观看

大脑和幼儿发展文献都求助于神经科学，希望藉此证明0~3岁在人类一生当中是独一无二的。但是，如果大脑科学并不支持这样的关键主张，那又该如何？希望我们可以找到最有效的施力点，来促使教养实务以及幼儿教育政策往正确的方向发展。

39 第二章 “迷思”的有趣历史

这样的一个迷思，将取自发展的神经生物学的三股势力——早期突触形成、关键期以及丰富环境——结合在一起，企图为我们在幼儿、亲子教养、幼儿早期政策上的信念，提供科学、生物学上的依据。这样的结合颇为迷人、复杂，但是却过度简化并且错误诠释了科学。

91 第三章 突触的快速发展

一个计算神经数目的方式，为一个我们原本认为抽象、神秘的东西，提供了一个具体、量化的计量方式。一旦我们接受这种量化的神经计算意象，很自然地就会认为越多越好。不幸的是，不管任何年龄的大脑，都比我们所想象的复杂许多。

139 第四章 复杂的关键期

我们不应该将关键期看做是会突然关上的窗户；我们应该将它们想象是蓄水池，这个池子的水在正常的发展情况下会渐渐蒸发，如果我们知道该开启哪一个活塞以及何时开启的话，我们就可以为这水池再注入一些水。

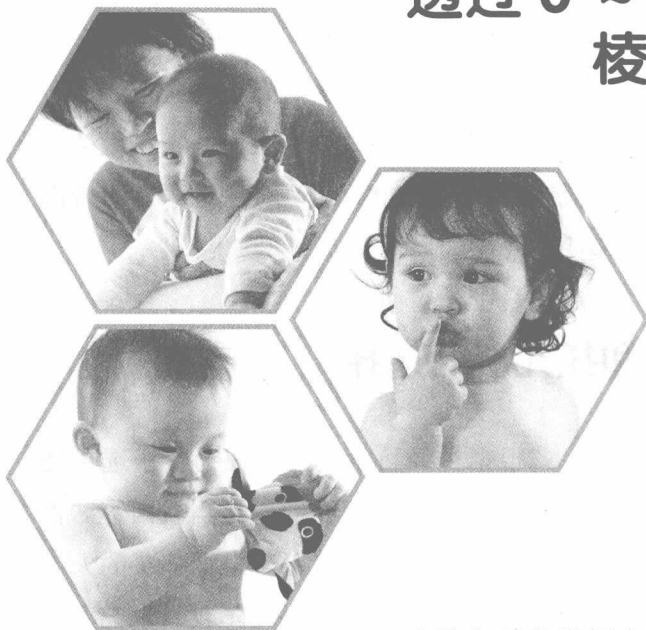
195 第五章 何谓“丰富”的环境

在幼儿研究文献当中，“丰富”一词是“情人眼里出西施”——见仁见智。何谓丰富，相对于何谓复杂，往往反映出作者的文化 and 阶级价值观。丰富、复杂的环境往往包含了作者所重视的元素，并且排除了作者所憎恶的元素……

245 第六章 父母和其他的人该怎么做

父母应该了解，在许多不同的外在和文化环境中，孩子都可以顺利成长，并且终身都可以从经验中学习、获益。对任何的宣称都抱持高度批判、怀疑的态度，事实上是父母能为孩子做的最好的事之一。

透过 0 ~ 3 岁的 棱镜观看



大脑和幼儿发展文献都求助于神经科学，希望藉此证明0~3岁在人类一生当中是独一无二的。但是，如果大脑科学并不支持这样的关键主张，那又该如何？希望我们可以找到最有效的施力点，来促使教养实务以及幼儿教育政策往正确的方向发展。

在1996年初秋的下午，我接到一通电话，来电的是为某全国性亲子杂志撰文的记者。她正着手写篇报导，报导当时新近发表的卡内基报告 (Carnegie Corporation report)：

《充满希望的年纪》(Years of Promise) ^①。她说我被列在媒体的采访名单上——该名单列出对相关议题有兴趣或者有了了解、并且愿意与记者讨论的人。我的名字在上头，是因为过去十年来，我一直赞助，并且撰文探讨现代心理学在教育以及学校改革上的运用。

神经科学和托儿所的选择

这位记者问我：“根据神经科学，父母在为孩子选择托儿所时，我们可以提供他们些什么讯息呢？”当我回答“根据神经科学，没什么好提供的”时，我听到电话那头的人倒抽了一口气。这位记者礼貌地暗示我过去四年我一定都不问世事。她告诉我现在外头有一大堆新的神经科学，表达不同的看法。

我并不认为过去的几年我都不问世事，而且我的答案也不是随便给的。过去四年来，我跟其他人一样，一直都听到神经科学的新突破——我们对大脑运作以及发展的最新了解——会如何彻底改变我们对幼儿、儿童保育和父母教养的看法。在美国各大报上，过去偶尔可见相关的文章、专题报导和社论。这些文章标题的确耸人听闻：“三岁定终身”、“建

造一个更好的大脑：三岁之前是父母大幅提升孩子智能的良机”、“幼儿需要协助，联邦政府呼吁大众重视孩子的最初三年”。这些文章都说，新的大脑研究让我们知道可以在什么时机、用什么方法，让孩子的大脑发育更好。我们得到的讯息是，最初的三年——也就是从零到三岁的这段期间——是让孩子大脑发育得更好的关键时期。

1996 年初，我读到贝格利（Sharon Begley）刊登在 2 月 19 日那一期《新闻周刊》（Newsweek）上的文章，标题是《孩子的大脑》。虽然我很高兴大脑科学能够登上封面报导，但是文章当中的一些宣称和说法，尤其是那些由托育倡导者而非大脑科学家所提供的说法，在我看来都嫌牵强。不过，在媒体提供给一般大众阅读的科学及研究报导文章上，这种现象却是常见的。

1996 年春天，由于我在媒体名单上，所以有机会提前看到先前提到的卡内基报告——《充满希望的年纪》，这篇报告简短说明了新的大脑科学对于教育实务的意义。报告里有关大脑科学的讨论是如此的简短，让我觉得神经科学只不过是一种修辞上的点缀，以增加人们对于教育政策和改革的兴趣。大约同一时间，当我拜访麦克阿瑟基金会（MacArthur Foundation）的时候，我在《芝加哥论坛报》（Chicago Tribune）上看到了一篇文章，标题是《智商差距始于穷人一出生的时候》^②。在这篇文章当中，如同其他我正在收集的文章一样，作者宣称运用最新的大脑科学，可提供“最便捷、

仁慈、有希望的方法来打破”这个国家穷人间贫困和无知的恶性循环，并且可以“提升那些学业成绩低落的学生的智商（他们不成比例的都是黑人）”。

然而，我看的文章越多，就越感到困惑。在过去的十八年来，我曾为三个私人基金会审核有关教育、认知心理学和神经科学的研究及提供资助经费。在那段时间，我一直在想，何时我会看到可靠的研究，可以将大脑科学融入儿童发展和教育所碰到的问题以及议题中。我之所以困惑，是因为尽管媒体上的文章标题如何宣称，内容如何描述，我就是没有看过这样的研究。

在1996年春末夏初之际，我获邀参加七月份在科罗拉多州丹佛市举行的一个工作坊。这个工作坊的赞助者是美国各州教育委员会（Education Commission of the States）及戴纳基金会（Charles A. Dana Foundation）。工作坊的主题是“消弭神经科学和教育间的鸿沟”（Bridging the Gap Between Neuroscience and Education）。有鉴于赞助单位过去的声名，我认为这个工作坊会是一个很理想的机会，可以让我了解新的大脑研究以及这些研究的意义。不幸的是，这个工作坊举行的时间与我的行程无法配合，但是我的同事菲茨帕特里克博士（Dr. Susan Fitzpatrick）（也是位神经科学家）代替我参加了这个工作坊。

工作坊结束后，菲茨帕特里克博士向我简述工作坊的情况，我原本预期会听到结合大脑发展、儿童发展以及教育这