

東工家話

111年5月

主題：學習輔導

輔導室編制

文章來源：親子天下 網站

作者：親職教育專家 楊俐容

親子天下雜誌 30 期 2011-12-01 出刊

該如何啟動孩子的學習動力呢？

孩子明明天資不錯，卻天天嚷著「我不喜歡讀書」；問他想做什麼，他又什麼都興趣缺缺。如何打動青少年的心，讓他願意主動學習呢？

親愛的楊老師：

我兒子今年國二，讀書、學習都非常被動。

他可以在房間坐兩、三個小時，但大都在神遊，也很少打電腦或看電視。

我們得在旁邊看著他讀，他才會讀，成績也能維持在班上前十名；

但如果他不盯，他成績就又退一大截。他說沒興趣讀書，問他對什麼有興趣，他又聳聳肩說：「就這樣上學啊……」

重點是，這個孩子，使用正向的獎勵，他無動於衷；用兇的，他才動；反正就很難激勵。我們也依照專家講的，要好好溝通，這麼多年過去，都沒用。

如何才能讓他成為一個主動的人呢？



成功的學習來自四個重要基礎：一是**動機**，二是**潛力**，第三是**方法**，包括良好的習慣和有效的方法，**最後也最重要的則是毅力**。

客觀看來，這個孩子書念得來，也可維持在相當不錯的程度，可見他在學習上有一定的潛力；只要花點力氣讀，結果就不錯，表示學習方法也沒問題。但是有盯有效果，不盯成績就往下掉，孩子的主要問題的確在於被動學習。也許正因為這樣父母才會感到焦慮，總希望孩子能夠更主動些，再多花點力氣，創造更好的學業表現吧！

被動學習又可以分為兩種問題型態：一個是**完全沒動機**，另一個是**有動機但沒毅力**。

如果孩子常提到自己對什麼有興趣、未來想做什麼事、下一個階段的目標是什麼，但一碰到電腦、電玩或電視，就停不下來，或者書念不到半個鐘頭，會忍不住起身開開冰箱、看看漫畫，只要一離座就會無所事事晃很久，那就叫做有動機沒毅力。

而案例裡的這位青少年，既不玩樂也沒有沉迷網路；可以在書桌前坐上兩、三個鐘頭，卻都在神遊；擺明了對讀書沒興趣，卻會聳聳肩說：「就這樣上學啊……」，從這幾個訊息看來，這孩子問題不在表現如何，倒像是全盤放棄。明明青春年少，生活卻沒什麼樂趣；也許有過衝突矛盾，卻好像已經放棄掙扎；這個青少年的順服，到底是結果還是原因，我認為這應回溯到之前孩子是什麼狀況，才有辦法循線找到問題的癥結點。

當然，還是要先說明，在資料不足的情況下，任何人都無法也不該斷言問題的本質，但基於理論上對青少年的了解，以及實務上和青少年家庭的接觸經驗，我嘗試對問題做出推論，並提供可能的解決方向。最重要的，是希望透過這個思考歷程的分享，讓父母對青春期的生命樣貌有更深刻的體會，對孩子的愛能夠到位。

啟動學習動力六要點

我們先來檢視一下有關學習動機的問題。什麼是**動機**呢？簡單來說就是**對正向結果的期待**；這樣做可以得到自己期待的結果，所以就會努力去做。另一個則是**對負向結果的逃避**；若不這麼做，會得到包括懲罰等自己厭惡的結果，所以只好勉強去做。和學習有關的正向結果包括：

1. 好奇：

我學習是因為我很想知道某些事，對世界的探索欲一旦啟動，孩子就會想要從書本或實際行動中去找尋答案。

事實上，**好奇和探索的動機幾乎是與生俱來**，仔細觀察就會發現大部分幼兒經常在問「是什麼、為什麼」。只可惜，上學之後，如果父母過度重視課業表現，孩子的學習被限制在課本內，課外活動被視為浪費時間，學習就和好奇之間的連結就會被打斷。

到了青春期，孩子對學習完全沒興趣，也就可想而知了。

建議父母回憶一下，這個孩子小時候喜歡做什麼事情？哪個領域特別能夠引起他的好奇？

重新啟動這份好奇、給予孩子探索的自由，或許可以找到施力點。



2. 樂趣：

知名心理學家布魯納（Jerome S. Bruner）認為「**學習的最佳動機就是對教材本身發生興趣**」，**當孩子對某件事或某工作著迷時，即使廢寢忘食也不覺其苦**。

有些孩子內在召喚強烈，從小興趣明顯；但有更多孩子的興趣來自後天的接觸和培育。

幼兒和學齡階段是最有利的興趣發展期，但孩子的生活若過於貧乏，對知識的認識都來自課本，也不知道學會某些技能做什麼，那麼要他們對學習感到興趣就很困難了。

問孩子對什麼有興趣，如果答案是「沒有、不知道」，多半就是這種問題。

尤其現代社會外在誘惑、玩樂花樣都很多，到了青春期還沒有建立和能力發展相關的興趣，除非是有要好的朋友、愛戀的異性，或者崇拜的師長，激發、帶領他投入某件事情或某個領域，否則真的很難培養。

許多父母對青春期的發展需求了解不足，總希望孩子不要有太多朋友、不要有心儀的對象，殊不知這些也是激發孩子學習動機的有力因素。

和同學一起的樂趣，會讓孩子更願意投入在群體學習上。

我知道有些青少年會在週末相約打球，考前則可能用電腦連線或視訊會議的方式互相切磋，這樣的孩子在學習上自然有事半功倍的成效。

如果父母能鼓勵孩子找到一起活動、一起念書，互相砥礪、互相支持的同儕團體，對孩子會相當有幫助。





3. 成就感：

成就指的是「完成自認為重要、有價值的事情，並且在能力範圍內達到完美的境地」。

成就動機在孩子幼年時就已逐漸形成，我常戲稱兩歲多的孩子是處在「我自己……」的階段，無論是吃飯穿衣，什麼事都想自己來，這也是**成就感**和**自主性發展**相當關鍵的時期。

如果父母親鼓勵孩子獨立、稱許孩子的努力，要求孩子成熟的表現，孩子就會從中產生成就感。但如果父母以課業為重，只要孩子好好讀書，生活的其他層面都由父母一手包辦，看似疼愛，其實卻限制了孩子的自主性，成就動機也就隨之消失了。

許多父母不解，孩子這麼好命，只要乖乖念書就好，為什麼偏偏像一灘死水，怎麼樣也激不起一點漣漪，其實原因就在這裡。

4. 認同：

爭取別人的情感或認可，也是孩子願意努力學習的重要動力之一。

多數青少年，無論順服或叛逆，其實內心都還是渴望自己的表現能讓父母開心。這也是為什麼談到青少年學習，父母能夠提供的最佳助力，就是經營好親子關係，讓孩子在獨立自主的同時，還能感受到父母情感上的溫暖回應和強力支持。

提問中的青少年，父母有陪伴，他就讀；用兇的，他才動，其實是以不適應的方式來獲取父母關注的典型行為。有可能父母非常忙碌，孩子唯有學業表現不理想，父母才會花時間陪伴，即使被指責也勝過什麼都沒有。

也可能是父母對孩子的期望過高，經常顯露出對孩子的表現不滿意，或始終覺得孩子不夠努力，孩子最後選擇了自我放棄。

另外，多數孩子只要自己能做得到，也會希望自己因為某些科目表現良好，而受到老師的重視和同學的尊敬。父母多關心孩子的交友狀況、和師長的關係，或許可以找到一些助力，來提振孩子的學習動機。



5. 獎賞：

可以得到獎金、獎品等物質面的酬賞。

對有動力但還沒建立良好行為習慣的孩子，**獎賞**可發揮一定的效果；一旦**孩子學習動機穩定、學習習慣建立後**，就要將外在的酬賞轉移成**內在的鼓勵和肯定**。

在這個案例中，為什麼正向獎勵會無效？主要是因為不符合主觀的強化物是沒有效果的。

獎賞要發揮效果，有個很重要的前提：這個獎賞是孩子很想要的。

小小孩也許會為了幾顆糖果乖乖練琴，對青少年可能要最新最炫的 3C 產品才能奏效，**年紀愈大，主觀看法才是決定獎賞是否奏效的最重要因素，而不是客觀的價值**。

如果孩子本來就衣食無虞，甚至物質過於充裕，或者對外界的事物了無生趣，那麼再大的酬賞也不具有吸引力。

另外還有一個因素，就是**目標行為超過孩子的行為能力**。

例如孩子已經使盡全力，卻永遠達不到父母的標準和期望，那麼就算承諾要什麼給什麼，孩子也辦不到。



除對**正向結果的期待**，為了**逃避像懲罰等負向結果**，也是**行為的重要動力之一**；

但在學習這個課題上，懲罰卻不是一個好做法。

因害怕受罰只好乖乖念書的孩子，一旦懲罰系統不存在，也就會失去學習動力。

台灣不少青少年，國高中被逼著念書，也逼出一定的水準，但進了大學之後沒人管，就一路混到畢業，白白浪費最美好的學習階段。

但適度合理的「剝奪」或自然合理的行為後果，則是被認可的。

譬如：對於喜歡打電動的孩子，你可以用適度剝奪或限制孩子打電動的時間來改善他的學習狀況。

不過，**要對青少年祭出懲罰，必須親子關係好、對學習和未來有共識，且透過溝通達成協議才行得通**。如果親子間溝通不良、互動不佳，通常懲罰只會造成更大的破裂，也可能導致孩子放棄自我來反抗父母的威權，最後多半落得兩敗俱傷。

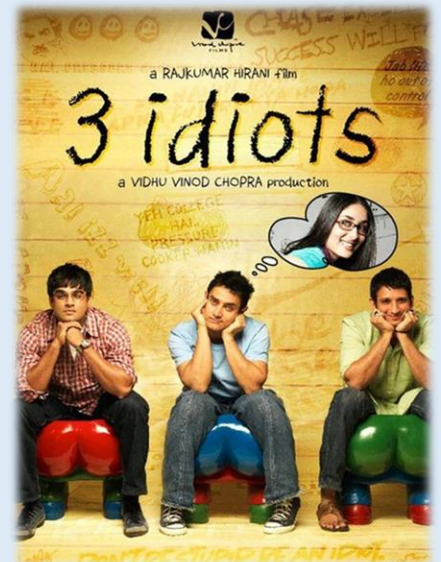
電影推薦

《三個傻瓜》

*劇情簡介：

法罕、拉加與藍丘(阿米爾·汗飾)進入了印度首屈一指的帝國理工大學(ICE，以印度理工學院為藍本)，三人共居一室，結為好友。這三個印度帝國理工學院的學生，是學校老師眼中的頭痛人物，藍丘勇於挑戰權威，和院長針鋒相對，即便每天看似只會打混，卻總是能考第一，而他也總是用他獨特的價值觀與人生態度，不斷地挑戰體制。。

好友法罕熱愛攝影，卻為了滿足父親的期許去讀電機系；拉加是家中唯一支柱，因家境清寒缺乏自信；而院長的小女兒珮雅愛上心地善良的藍丘，夾在老爸和情人中經常不知該如何是好。當反抗體制的藍丘幫助每個人找到生命的價值與意義時，自己卻在畢業典禮當天消失無蹤！法罕、拉加和珮雅只好踏上旅程去尋找藍丘，最後也才揭開藍丘如此特立獨行的背後故事。



*觀後思考：

這部電影是由有著『印度良心』稱號的知名演員 Aamir Khan 所主演的。他的許多作品除了極具娛樂性之外，也往往試圖透過電影來點出社會上極需大家關注，卻被忽略了的重要議題。在電影中，三人的特立獨行雖然讓他們被冠上了『三個傻瓜』的稱號，但他們的人生不只精彩，更教會了我們許多寶貴的事。

什麼樣的人才是傻瓜？成績不理想的學生？還是只會死讀書的資優生？或是賣弄知識卻對實際運用一竅不通的教授？這部電影帶著觀眾去重新思考教育與學習的意義，並運用有趣的劇情與寶萊塢特有的歌舞來呈現，描述了三人在大學中的生活總總。

透過人物故事的描述，讓觀眾跟著各個人物一起沈思學習的真正意義，並探討該用什麼樣的態度去學習，更進一步的省思該如何面對自己的人生。