



美国宾夕法尼亚大学心理学副教授 Angela Duckworth: 拥有坚毅品格的孩子更易成功

什么是教育中最重要的部分?怎么培养,才能帮孩子取得成功?过去,人们将注意力主要放在智力开发上,认为掌握知识的多寡,直接决定了孩子的学业、事业表现及未来竞争力。近日,美国宾夕法尼亚大学心理学副教授 Angela Duckworth 在 TED 演讲时表示,坚毅(Grit)是近几年美国教育学界的一种全新教育理念,它决定孩子成功的最重要因素,不在于我们给孩子灌输了多少知识,而在于我们是否帮助孩子获得了以坚毅为首的七项重要的性格特质。

什么商都不如性格重要

与中国家长一样,美国的家长们如今也处于一个分外焦虑的状态中。在美国各大城市,生活富足的家长之间争抢心仪幼儿园的入学机会,几乎到了疯狂的地步。每一年,这种竞争似乎开始得更早,程度也更激烈。跟中国家长望子成龙一样,美国家长也为孩子未来面临的竞争感到焦虑。

为什么很多家长害怕孩子“输在起跑线上”?究其原因,家长的焦虑都来源于一个假设:未来的竞争是以智商为代表的认知技能的竞争。它所描述的世界是“线型”的,并因此帮孩子学习知识、增添技能、获得学历、考取证书……所有这些,都是在给孩子在这条线性的跑道上增加成功的筹码,即有投入就必定会有产出,比如:3岁孩子做过的数学题越多,读小学时的数学成绩就越好。

近几年,经济学家、教育家、心理学家和神经科学家等各个不同领域的专家都对这种认知假设提出了质疑。他们普遍认为,决定孩子成功的最重要因素,并不是我们给幼年的孩子灌输了多少知识,而在于能否帮助孩子培养一系列的重要性格特质,如毅力、自我控制、好奇心、责任心、勇气以及自信心,这些都将成为影响其一生。

美国心理学家 Daniel Goldman 指出,儿童未来的学业表现、事业成就、生活的幸福程度,只有不足 20% 取决于智商,其余绝大部分是由情商决定的。正向心理学提出了七项指标,认为它们是预示孩子未来成功的“七大秘密武器”。这七项指标分别是:Grit 坚毅、Zest 激情、Self-control 自制力、Optimism 乐观态度、Gratitude 感恩精神、Social intelligence 社交智力、Curiosity 好奇心。

情商,只是社交智力的一部分,而智商,压根被排除在了这“七大秘密武器”之外。以正向心理学为基础的性格教育不相信“智商决定论”及“人的命,天注定”的遗传出身论,认为儿童是后天教育可塑的。家长、教师等如能给儿童做出表率 and 示范,儿童完全可以被培养成在未来成功的人。

性格教育的追随者、美国 KIPP 学校的创办人 David Levin 将 Grit 作为教育的核心理念。KIPP 在全美 20 个州拥有 162 家连锁学校,会对学生一一进行包括 Grit 在内的七项教育指标的评估。

Grit 可译为“坚毅”,但其涵义远比毅力、勤勉、坚强都丰富得多。Grit 是对长期目标的持续激情及持久耐力,是不忘初衷、专注投入、坚持不懈,是一种包涵了自我激励、自我约束和自我调整的性格特征。

如果你见一个孩子“能很投入地做一件事很久”,这就是 Grit。

Grit 教育警示我们:决定孩子成功的最重要因素,不在于我们给孩子灌输了多少知识,而在于我们是否帮助孩子获得了以 Grit 为首的七项重要的性格特质。具体说来,一个 6 岁的孩子是否知道 $3+2=5$ 根本不重要,重要的是在学习的过程中,他是否愿意在第一遍回答成 $3+2=4$ 之后重新尝试,直到得出正确答案为止。我们应教会孩子的不是跑得有多快,而是在摔倒之后站起来继续跑,哪怕他是最后一名。

如何塑造孩子坚毅的性格?

许多标榜美国教育的人并没有意识到,美国儿童其实面临着与中国儿童同样的问题,就是在生活水平更高、获得教育更容易的今天,孩子比过去更少面对失败,而在步入社会以后,面对网络时代的全球竞争,孩子们却比过去更不懂得如何面对失败。目前,受 Grit 教育观的影响,美国很多学校都在修改课程。比如,加利福尼亚州长滩中学鼓励孩子在学习过程中尝试更多冒险,而不只是获取正确答案。

父母如何塑造孩子坚毅的性格?可以尝试以下几个方面:

1. 把挑战摆在孩子的前面

真正的成功往往发生在人们突破边界和障碍的时候。如果你的孩子一直没有机会战胜一些困难,他可能永远不会具备面对挑战的自信。体验冒险和障碍是孩子学习的一个重要途径。

让孩子去追求至少一个很难的事情。最好是一件有严格纪律和规则,需要长期练习的事。比如钢琴、芭蕾。做得怎样并不重要,尽可能去努力才是重点。在这个过程中,孩子也许会很焦虑,但是当她们克服障碍时,她就会真正爱上这件事,并且找到发自内心的坚持下去的动力和自信。

2. 不要在感觉糟糕的时刻结束

许多人认为,才能是与生俱来的,我们擅长什么或不擅长什么,皆是因天赋所致。这可能会导致孩子养成轻易放弃的习惯。其实,即便是天才也需要通过不懈的努力来磨练自己的天赋。

不要在感觉糟糕的时刻结束。在遭遇挫折的那一刻就立即放弃,可能意味着你将错过最棒的时刻。我坚持要求两个女儿(9岁和11岁)每做一件事都要坚持到底,让她们认识到,学习过程中需要克服一些不适感和障碍,这是很自然的事。

3. 适时推动孩子

我还没有听说过哪一个孩子是全自动“上链”的。当孩子学习新技能时,家长要适时地推动孩子:制定时间表,然后鼓励孩子坚持,反复练习。虽然你的孩子可能会抱怨,但如果你很坚定,他的抱怨会日渐减少,练习的乐趣反而会与日俱增。

4. 拥抱无聊和沮丧

成功很少发生于第一次尝试。事实上,这通常是一段相当漫长的旅程,并且布满艰难险阻、困惑、沮丧,甚至觉得无聊透顶。如果孩子明白,学习遇到困难并不意味着他们很笨,他们就会更有毅力地坚持下去。

与其在孩子遇到困难时,直接给他一个解决方案,不如看看他自己能否想出办法解决。如果他明显处于迷茫状态,可以和他谈谈:“看起来你真的遇到困难了,你觉得有什么办法能解决吗?”启发他自己思考解决方案,而不是直接告诉他怎么办。这样的锻炼,能让孩子养成一种自信——“嘿,我自己能解决。”