

# 到底能不能用物質獎勵孩子?

到底能不能用物質獎勵孩子,這成了討論得越來越多的話題。

一方面,設立物質獎勵顯得簡單而高效,幾乎不需要過多的親子互動,就能讓孩子與父母統一目標,看起來解脫了父母;

另一方面,物質獎勵好像個無底洞,當孩子的心願越來越大,甚至超出了父母的能力,這讓父母們意識到其中問題。

## 單純的物質刺激會消磨興趣

尹建莉老師曾在《自由的孩子最自覺》中明確提及,不要用物質獎勵刺激孩子的學習興趣。

“買個玩具,如果覺得可以給孩子買,就痛痛快快地給孩子買,不要把賣東西和背古詩掛鉤。

學習動機決定學習態度,學習態度決定成績高低。如果把背古詩當做買玩具的條件,那麼這兩件事就站到了對立面,背古詩不再是件快樂的事,而成為任務和條件,那樣做只能使孩子對學習產生厭煩情緒,孩子的學習興趣就是這樣被大人消解的。”

當孩子自發形成的對某件事(比如:背古詩)的興趣,逐漸被獲得物質報酬(比如:得到娃娃)的興趣取代後,那麼前者不可避免地受到侵蝕。

也就是說,單一的物質獎勵可能造成內在興趣的喪失,在這個過程力,古詩本身失去了美感,一旦獎勵停止,孩子就失去了學習的動機。

物質獎勵只在短時間內有效

各種事實證明,單純用物質獎勵孩子,只能在短期內讓家長滿意。

如果家長確實只想達成短期的目標,比如讓孩子安靜地看完一場電影,則可以考慮使用。

但若是想培養孩子終身的好習慣,或者希望培育或維持孩子對一門學科的興趣和熱情,就千萬要謹慎。

可以說,長期而單一的使用物質獎勵孩子,其支持力不但非常脆弱,以犧牲內在動力為代價去換取短期的自律,非常不划算。

## 杜絕物質獎勵?不!

那是不是說,就絕對不能使用物質去激勵孩子?

答案是否定的。

早在上世紀70年代,就有心理學家做了實驗。

研究者讓兒童用特定顏色的筆畫畫,並用



獎章作為獎勵。

起初,獎勵機制的效果很好,但當持續一周後,獎勵被停止後,願意繼續用特定顏色畫畫的兒童比之前少了一半,他們不願意白幹活。

這個研究說明,當孩子完全沒有內在動機時,外部獎勵的效果則十分顯著。

這就把問題引向了另一個層面——除了物質獎勵,孩子是否有其他動機支持其達成目標?

這正是我採訪的心理諮詢師肖春秀老師的意見:

她認為,物質慾望是人的本能,通過努力,獲得相應的物質回報,這是值得尊重和認可的。同樣,孩子通過努力獲得心儀的物質獎勵,獲得自我滿足,沒有問題。對孩子的物質慾望,更應該疏導,而不是圍追堵截。

但需要強調的是,物質不能成為獲取自我

滿足的唯一途徑。

人獲得自我滿足可以有三種途徑:物質、精神和情感,這三方面並非對立,一個對物質有追求的人,對情感

和精神都可有追求。

但是,只有孩子發自內心地想要完成一件事時,他們才有成功和追求卓越的願望。也就是說,家長想要做得更好,就要注意在孩子的成长中,同時建構孩子對精神滿足和情感滿足的追求。

在孩子努力達成目標的過程中,祝賀他通過努力達成了自己的夢想,引領他去感受成功時的愉悅感;在孩子失敗的時候,讓孩子感受父母溫情的陪伴和鼓勵。

真正能夠激勵孩子進步和成長的是父母的愛、關注、認可和溝通,這其中,物質是一種自然的獎勵形式,沒必要與愛二元對立,關注孩子真正的需求。

當孩子的確需要某個物質,就滿足他,並將孩子的注意力從物質獎勵向內引,更加關注精神和情感的享受,主動引導孩子進行內部歸因,塑造寬鬆、合理的氣氛,避免傷害孩子對任務的勝任感,孩子就能獲益良多。

而當孩子沒有特別需要某個物質,則完全可以用父母的認可和欣賞代替。

因此,也就有了知乎網友曬出的,點贊過百的媽媽致信,不管她的成績優異還是一落千丈,媽媽的理解和鼓勵都作為她的內在動力,伴隨其一生。

# 三十年前的一件小事

[美]簡·佩克 ◎喬凱凱 編譯

我一直忘不了三十年前的一件小事。原本我覺得它微不足道,但後來事情的發展完全超出了我的預料,並且不為我所控。

我讀七年級那年,每天走路去上學。由於經常晚起,再加上路上貪玩,所以我經常遲到。那天,瓊斯老師嚴肅地對我說:“佩克,你已經連續遲到一周瞭,如果你明天再遲到的話,班里所有的雜活全部由你一個人干。”

不幸的是,第二天,我又遲到了。我可不願意一個人幹那么多活,擺椅子、擦黑板、收拾桌子……於是,當瓊斯老師問我為什麼遲到時,我突然想起幾個星期前學校里開過一次大會,提醒學生們注意安全之類的。我靈機一動,脫口而出:“我走到學校操場的時候,有個陌生男人開著車停到我身邊,問我想不想跟他一起去看小狗。因為說了幾句話,就耽誤了時間。”

說實話,我覺得這個理由完美極了!學生撒個小謊以逃避懲罰,本來就是一件小事情嘛!可是,

當我看到瓊斯老師驚慌失措的表情時,我突然覺得事情可能不會那麼簡單了。果然,接下來瓊斯老師立刻把這件事告訴了校長。然後,整個學校立即就停課了。接著,警察被叫了過來,同時,我的爸媽也被叫了過來。我一整天都在被詢問那個陌生男人長什麼樣子、車是什麼樣子等細節。

好幾次,看到他們一個個認真認真的樣子,我都差點兒想要說出真相。可後來,因為缺乏面對現實的勇氣,我還是忍住了。第二天,學校就在操場安排了一個保安,裝了幾個監控攝像頭,而且每個月學校都要開大會,對我們反復重申安全問題。直到我畢業那年,學校還在追查我口中的那個“陌生男人”。

三十年來,我的內心一直很不安,很愧疚,我沒想到自己隨口編的一個謊言竟然受到這樣的重視。我總是告誡自己,一定不要隨便撒謊,如果不幸撒了謊,要有勇氣承擔它所帶來的後果,而不是一味逃避,任其發展。不過,唯一值得慶幸的是,我當時所在的韋納科學學校此後從未發生過學生安全問題。

當她是三個孩子的母親時,一大堆生活瑣事等著她,她從早到晚,忙個不停。可她愛好寫作,從十幾歲就開始寫了。所以,即便有再多的家務,她也沒有忘記寫作,總是忙里偷閒地寫一些,即便是一句,甚至是半句,她都要寫下來。

孩子哭鬧著要睡覺,她給孩子講故事、唱歌,好不容易把孩子哄睡著,就開始伴著孩子的呼吸聲寫作;將食物放入烤爐,在等待食物烤熟的時間里,她也要在烤爐旁寫作;飯菜做好了,可一家人還沒坐在一起,她趕緊寫上一句兩句。

她說:“我對自己的寫作頁數每天有個定量,

我強迫自己完成,沒有一天停止寫作。就像

# 瑣碎的拼湊



堅持每天散步,每天走五公里。如果我知道有哪一天我沒有辦法走那么多,我必須在其他時間把它補回來。”

她寫的故事並不複雜,以女性為中心,從自己和母親身上找靈感,聚焦於加拿大普通小鎮,故事和人物均源于生活。她叫艾麗絲·門羅,2013年,82歲高齡的她榮膺諾貝爾文學獎,是首位獲諾貝爾文學獎的加拿大作家。

面對生活,不要總說沒有時間、沒有精力,不要埋怨壓力太大、負擔太重,有時,瑣碎的拼湊也會為你帶來巨大的成功。

# 3歲、7歲、10歲,孩子人生的3次轉折期

有研究稱,孩子的大腦在10幾歲的時候,就接近發育成熟了。這就意味着,10幾歲的孩子在行為習慣、思維方式和性格特徵上,已經慢慢穩固下來,不太會輕易改變。

但是在此之前,孩子會經歷3個行為習慣、性格特徵的轉折期,這是大腦和身體的快速發育所致。這3個轉折期,一般就發生在3歲、7歲、10歲左右。

這3個年齡段左右的孩子,很容易讓家長感覺“不乖”“調皮”,但實際上,這僅僅是孩子成長的“副作用”而已。

如果家長能瞭解孩子“不乖”“調皮”背後隱藏的心理需求和渴望,尊重孩子的成長,就能免去很多煩惱。

## 3歲固執、焦慮的“小魔頭”

剛出生到一兩歲的時候,可能是孩子一生中最高興、最可愛的时候了,懵懂無知,只要有好吃的、好玩的,一般很少鬧脾氣。

但是,隨著孩子大腦、身體的發育,他對外界事物的認識也會越來越多,自我意識也會越來越強,想什麼事都按自己的意思來。

於是在大約2歲~4歲的這段時期內,孩子的情緒會進入第一個不穩定期,也可以說是第一個叛逆期。

這個階段的孩子,有時特別“貪”,只要看到自己喜歡的玩具,不管是不是自己的,都哭著鬧著要拿回家;有時候,孩子也特別“獨”,不喜歡別人碰,張口就是“別管我”“你滾”“不睡覺”,特犟巴……

為什麼會這樣呢

一方面是因為,3歲左右的孩子開始有了強烈的自主意識,變得很有競爭性,發自內心地覺得自己很了不起,總想讓周圍的事情都按自己的意思來;

另一方面,3歲左右的孩子還不知道如何去表達自己的情緒,比如,他很想用勺子吃豆子,但媽媽非給他換了把勺子,他很不開心,但是又不知道如何表達自己的不開心,於是就乾脆用最本能的方式來表達——哭鬧、打滾。

如何對待3歲左右的孩子呢?

(1)利用孩子的競爭意識

如果你對孩子說:“看你扔這一地玩具,趕緊給我收拾好!”估計孩子可能會無動於衷,即

便收拾也是慢慢吞吞很不情願。

但是,如果你換個說法:“這些玩具都不玩了吧?來,咱倆比賽,看誰往箱子里丟得快!”這時候,孩子一般都會很有興趣。因為這階段孩子很愛比賽。

(2)太民主了,效果不會太好

媽媽們都知道,教育孩子不能太“獨裁”,要考慮孩子的感受、徵求孩子的意見,要民主。但是,太民主的教育方式,可能不太適合3歲左右的孩子,教育效果不太理想。

一位媽媽在女兒哭鬧的時候,按照書上說的那樣“蹲下來跟孩子溝通”,但是孩子反手一巴掌就拍媽媽臉上了;

另一位媽媽在晚上10點時,跟著電視的女兒商量說:“寶貝,太晚了,咱不看電視了好不好?”得到的答案是:“不好!”

比較好的方式,就是給孩子兩個選擇,讓他無法拒絕。比如孩子因為看電視不想睡覺,媽媽們可以說:“寶貝,現在已經10點了,很晚了。一會你想先洗澡,還是先喝牛奶呢?”這時候孩子一般都會選一個,比直接強制關電視效果要好。

(3)提前給孩子打招呼

為什麼馬上就要吃飯了,孩子還是哭鬧著不願意從電視前離開?因為把孩子突然從正沉浸的事情中拽出來,感覺是很糟糕的。

比較好的方式,就是提前給孩子打招呼,讓孩子有個心理準備,這樣他內心的抵抗性會小一點:“寶貝,當鐘錶的那個長針指到5的時候,咱就得出門了,你注意點哈!”

7歲愛頂嘴、愛唱反調的“小大人”

渡過了3歲左右的第一叛逆期後,孩子會迎來兩三年左右的安穩期,比較乖巧、活潑,很懂事。

但是,大約從7歲開始,很多孩子開始步入小學,新的環境、新的生活圈子、新的知識,讓孩子的大腦、身體開始了新一輪的成長。於是在這個階段,孩子開始步入第二個叛逆期,而且有的孩子會持續到9歲左右。

這一時期的孩子,總覺得自己長大了,很多事情想自己做主,於是經常跟媽媽發生衝突。

比如,無論寫作業還是做別的事情,孩子總是有磨蹭、拖拉的壞習慣,說多少次都改不了;這時期的孩子,特愛參加“小團體”,總是跟小夥伴到處跑著玩耍、鬧騰,有時候甚至忘了寫作業、忘了吃飯……

更頭疼的是,你說他幾句吧,他還嗷嗷跟你頂嘴。

如何對待7歲左右的孩子?

(1)接納孩子愛玩的天性  
孩子為什麼會頂嘴、唱反調呢?一個很大的原因,就是他感覺自己不自由,感覺父母總是以大人的身份去強迫自己。

7.8歲的孩子,天性上正是愛動、愛鬧的時候,精力特別充沛,肯定需要跟小夥伴的玩耍去發洩過剩精力,學著處理人際關係、建立屬於自己的小圈子。如果父母經常以“不乖”“淘氣”為由去打壓壓抑孩子,孩子就會有極大的壓抑感,肯定會出現親子矛盾。

其實,只要孩子把該完成的作業完成了,又不發生什麼危險,我們就不要過多干涉孩子的玩耍、鬧騰。

(2)樹立“玩得好”又“學得好”的榜樣

當孩子步入小學後,讓家長最費心的事情,應該就是孩子的學習了。而且為了激勵一下孩子,最常說的話就是:“你看看人家XXX,放學後老老實實在家學習,哪像你,跟個不著家的小瘋子似得……”

