

讚美的智慧



近代幾乎所有親子教育都會推廣讚美的好處，時常的讚美會培養孩子的自尊，是父母給孩子的最佳禮物。如孩子畫了一幅畫，便稱讚他有藝術天份；孩子於運動比賽中獲得不錯的成績，便稱讚他有良好的運動細胞。這種正向的說法，的確是會給孩子帶來自信。不過，若過於以這種先天優勢來讚美孩子，可能也會帶來一點小問題。

九十年代末，哥倫比亞大學的克勞蒂亞·穆勒與卡羅·德威克針對不同種族及經濟背景的四百多位小孩做了追蹤研究。第一階段時，研究員將小孩分成三組，對其進行邏輯判斷圖案的智力測試，並稱讚所有小孩都拿到八十多分。經測試後，研究員稱讚第一組小孩因為聰明而答對題目，對第二組小孩則沒有作出讚美；對第三組小孩則稱讚他們是因努力而得出此分數。

隨後，研究員於第二階段訂出兩項任務給予小孩選擇，分別是他們可能不會成功的任務，但即使失敗，還是可從中學到東西；另一項是他們應會做得很好的任務，但卻學不到東西。結果，之前被稱讚聰明的小孩之中，65%選擇簡單任務，沒被稱讚的則有45%選擇簡單任務，而被稱讚努力而得分的只有10%選簡單任務。最後，研究員再做一次難度更高的智力測試，結果，被稱讚有天份的組別基本不願再進行嘗試，而被稱讚努力的則對難題很有興趣。



為何會得出以上結果？原因可能是當我們稱讚孩子很聰明時，孩子自我感覺的確是很不錯，但此舉也很容易令他們因害怕失敗而迴避逃戰，因當我們以天份來稱讚，即暗示了現時的成績不是用努力而得回來的，從而會令孩子缺少了動力，而當成績未如理想時，動力便很易潰散，進而產生無力感。然而，若我們稱讚孩子的努力時，他們反而能有自我控制的認知，更願意面對困難。所以，稱讚能力和努力的效果是截然不同的，稱讚努力可鼓勵他們多挑戰自我，更願意接受挑戰。