



通識頭條

696期



培養孩子自信心還是自負一生？ 讚與罰的中庸之道



中國傳統主張「中庸之道」。宋朝程伊川解釋：「不偏之謂中。」意思是，不偏執一邊的，為之「中」。

西方亞里士多德討論德行，說得更清楚明白：勇敢，就是不懼怕危險和失敗，敢於嘗試。過分勇敢，什麼事想也不想便嘗試去做，便不是勇敢，而是「衝動」。不夠勇敢，害怕失敗遭人恥笑，什麼事都不敢嘗試，便是「怯懦」。換句話說，德行本身是好的，但要恰如其分，否則，過猶不及，做不到「不偏之謂中」，好事都會變成壞事矣！



▲要學生將來成功，教師、家長應該從小培養孩子充滿自信，方法就是讚賞他的優點強項，而不要事事責罵他的缺點弱項
網上圖片

教育孩子，和訓練寵物一樣，不是讚賞，就是責罰。孩子做對了，便稱讚他，甚至給他一點物質獎賞，鼓勵他繼續做對的事。孩子犯了錯誤，便責罵他，甚至處罰他，這樣他日後才不會犯錯。傳統的教孩子方式，多罵少讚，怕讚壞孩子。一些不擅於表達感情的父母師長，更只罵不讚，不罵就等於稱讚。今時今日，這樣做不行了。然而，教育當局卻依舊，學生公開考試考得好，學校沒有得益。學生考得差，學校便有壓力。這不就是「只罵不讚」的傳統嗎？

現今的教育，主張「多讚少罵，多鼓勵少責罰」。在上世紀70年代，美國不少心理治療師發現：無論成年人或青少年，有沒有上進心，肯不肯努力，成績好或差，跟他／她的自信心有很大的關連。假如把自信心分為高、中、低三個程度，那成績好的學生，往往是高度自信的。他深信自己高人一等，因而成績較好，課外活動表現較出色。在香港，出類拔萃的學生很少是「書蟲」，「書蟲」只是讀書考試成績好，其他方面及不上別的同學。真正優秀的學生大多不但讀書成績好，體育、音樂、課外活動等都同樣出眾，且有領導才能。除了他們可能天分高外，就是因為他們有自信。

相反，自

信心低的學生，覺得自己一無是處，讀書、考試總是及不上其他同學，努力或懶散沒有分別，反正都是雞底橙。結果，這變成「自我實現的預言」，因為缺乏自信而不努力以赴，當然失敗收場。

讚賞是正面 責罵是消極

往昔，父嚴師嚴，孩子做錯了，成績欠佳，便責罵。慈母通常對孩子說：要爭氣，不要給父親和老師看低看扁。這便是鼓勵，旨在增加孩子的自信心。然而，研究發現，受責罵而自信心下降後，真的爭氣的孩子，十中無一，皆因責罵是負面的，消極的。讚賞才是正面的，積極的。

何況，人誰無錯，孩子犯過錯，總較做對、做好的機會為多。考試、測驗亦然，成績欠佳或一般的學生，總較成績好的學生為多。於是，考試、測驗打擊了學生自信，往往多過增加孩子的自信。難怪這樣的教育方式，產生失敗者和自信心不足的學生，總是多過高才生！

二戰後西方鼓吹「進步」教育，正是針對這個問題，改為以讚賞、鼓勵學生為主。要學生日後成功，教師、家長應該從小培養孩子充滿自信，方法就是讚賞他的優點強項，而不要事事責罵他的缺點弱項。

可惜，這樣的教育方式施行了半個世紀後，因未能「不偏之謂中」，產生了不少流弊。

撰文：博文

▲美國不少心理治療師發現，無論成年人或青少年，有沒有上進心，肯不肯努力，成績好或差，跟他／她的自信心有很大的關連
網上圖片

知識點

小孩子會讚「壞」

現時，許多中產父母教育子女，都「多讚少罵、多鼓勵少責備」，不單令親子關係更和諧、更親密，還增強了孩子的自尊心和自信心。可是，假若不能恰如其分，便可能讚「壞」了孩子，使他們自視過高，本來只值七十分的，卻自以為應得九十分。這樣的孩子，反而內心脆弱，只喜歡聽人家稱讚，而受不起批評。港人近年說的「公主病」，便是如此這般產生的。心理學家更發現，自小讚「壞」了的孩子，往往心胸狹窄，沒有氣度，妒忌別人好過自己，並喜歡聽別人的壞話，以及嗜好抨擊別人。

思考點

經常讚美將「貶值」

孩子自小習慣備受讚賞，有輕微的進步便得到讚賞，會將讚賞視作尋常。稱讚貶值，便失去鼓勵和增加自信的作用。反之，孩子一旦得不到稱讚，便會怨憤。讚賞不是恰如其分，孩子會誤以為是批評甚至責罵。一般來說，孩子到了十二歲，已學會看穿別人的心意，分辨到稱讚是誠心誠意抑或循例。孩子聽到循例的稱讚，不會高興，反而會不滿。此外，經常成績欠佳的孩子，師長稱讚，他會反面的理解為：自己做得差，老師為了鼓勵自己，才會稱讚。若然，他又怎會高興呢？

換個角度讚美人



書架

我曾在香港理工大學進修輔導碩士課程，得到多位良師之指導，獲益良多。其中我最愛上何匯成博士的課，他教授的「焦點解決諮商」，是我今天最常運用的輔導技巧。他指出，輔導成功與否的關鍵因素，是引發當事人的改變動機，而直接激發動機的方法是讚美。當然要學懂有效的讚美方法，除了上課之外，便是閱讀和實踐。金柏格及朵蘭（黃漢耀譯）的《焦點解決諮商案例精選》（台北：張老師文化，2002年），是學習讚美技巧的上佳書籍。

措辭良好的提問，決定了治療人員與當事人的互動。讚美方法是問當事人，「你是如何做到的？」此問題背後的意思是「你已經做了，我只是想知

道，你是如何完成的？」此一提問可以誘發當事人發現個人的能力和成就，然後把輔導焦點放在這上面。同時，這類的對話可提供大量當事人的資訊，又顯示出治療人員對當事人很感興趣。焦點解決諮商強調，所有讚美都來自對話，相信「自我讚美」具有強大影響力，可以確認當事人的成功與努力。當事人自己說出來的事情，比聽別人說出，能在內心產生更強的震撼力。因此，最有效的讚美，就是透過問問題，讓當事人逐漸吐露他的能力、成就，從而提升自信心，引發改變的動機。此外，治療人員在讚美當事人時，眉毛上揚、改變語氣、睜大眼睛，或為了知道更多事情而向前傾，這些動作都傳達出欣賞當事人的意思。

當年得到何博士的教導，我已運用以上讚美的技巧十多年，輔導的效果異常良好。一方面有助與當事人建立良好



關係，另一方面又可提升當事人的自信，勇於作出改變。行文至此，想起何博士已病逝多年，我是他最後一屆任教的學生。他臨終前留院期間，我前往探望，他亦不忘教學，與我重溫了一些輔導技巧，當天的情境，至今仍歷歷在目。

香港通識教育會 李偉雄



香港一國兩制之路

政治博弈從未止息

「一國兩制」在香港不是一帆風順地實施的。在中英談判期間，雙方友好協議了香港政制「直通車」；《基本法》第69條訂明：「香港特別行政區立法會除第一屆任期為兩年外，每屆任期四年。」其精粹是讓出任兩年的末屆立法局議員可自動成為特區首屆立法會議員。然而最後一任香港總督彭定康於1992年到任後，即單方面在《施政報告》推出連中英兩國外長共識的政改方案；中方被迫宣布放棄「直通車」，並要另起爐灶成立臨時立法會。當年的中英政制爭拗亦孕育了一批反中亂港的「泛民」議員，使回歸後的香港政治博弈從未止息。

兩派政治博弈在這世紀的一個高潮是2003年《基本法》第23條的立法諮詢，在反對派煽動下引發了回歸日的遊行抗議，迫使特區政府押後《國家安全條例草案》的立法。

其二，於2005年，幾個「泛民」代表與美國國務卿會面後，發起爭取普選大遊行，使當年政改法案雖獲得半數議員支持，但卻未能符合《基本法》規定的三分之二要求；此乃回歸後香港政改的首次停步。其後，為對抗中央和特區政府，部分「泛民」於2009年發起「五區公投」，抵制特區政府當時的政改法案。2010年立法會補選只有58萬人投票，總投票率為17.1%，遠低於歷屆立法會選舉的投票率；五名辭職議員輕易贏得議席重返議會，但卻耗費一億五千萬。

延續反中亂港的立場，「泛民」及其利益相關者於2012年全力推動反國教，狠批教育局將德育及國民教育科《課程指引》，硬指該指引內容偏頗，剝奪學校自主及為「洗腦」教育；終令特區政府於當年10月宣布擱置課程指引，並孕育了一批喜歡街頭抗爭的青少年。

2014年香港經歷回歸後的最長抗爭，歷時79天的違法佔領對社會造成破壞；一批反中亂港者為求打擊中央和特區政府，既不守法又不顧香港經濟和民生，肆意霸佔多區主要道路。警方為應對違法佔領行動總開支高達3.5億元，共有130名警務人員受傷、20名警員身體不適；同時，警方於期間拘捕955人，當中有32人涉刑事毀壞。而因佔領而滋生的「鳩鳴」和「光復行動」，持續影響香港的旅遊及零售業。

這些政治博弈除讓一批抗爭者獲取傳媒曝光外，亦成為香港發展的無形殺手；以「拉布」為例，不單令創科局要三年多才成立，亦令不少基建開支因遲延而造價上升。

教聯會副主席 胡少偉



E世代學習

2016開啟自適應學習時代

2015年過去了，香港教育城亦成立了15周年，見證電子學習的發展。過去香港不斷向前推動資訊科技融入學與教，成果甚豐，特別是今年落實的第四個資訊科技教育策略，完善了學校的網絡基建和流動裝置，不少教師陸續投入科技輔助教學，學界的電子學習氣氛亦濃厚起來。有了堅實的基礎，展望未來，下一步就是善用電子學習平台及評估工具，為學生提供度身訂造的個人化學習策略，即為「自適應學習」（Adaptive Learning）。

國際研究暨顧問機構顧能（Gartner）將「自適應學習」列為未來教育科技範疇的首位。自適應學習可透過評估系統按學生能力調整教材，自動編排不同練習，達至最有效的學習。自適應學習並非全新事物，只不過傳統的教學模式需要花上長時間和龐大的人力物力才可完成。透過電子學習，利用電子書及電子評估系統提供即時的反饋和大量學習數據，老師可準確分析並掌握學生的能力，在系統的協助下，根據每位學生能力而協助他們訂立適切的學習方式。不論課堂練習，日常習作，教師都可獲即時回饋，以此調整教案，縮短學、教、評周期。科技的多元性亦為學生提供發揮不同潛能的空間，STEM（科學、科技、工程和數學）教育正是一例。而電子工具可模擬多種難以實現的場景，例如太空環境、納米科技（Nanotechnology）實驗等，讓學生隨時進行最有效的體驗式學習（Experiential Learning）。按照傳統教學法，所有學生要掌握同一套基本科學知識，課堂時間已不敷應用，遑論探索高階課題。自適應學習讓學生可按專長及興趣，深入探索個別科學領域。學生只要先掌握某些必備的基礎知識，便能學習更高階的課題，釋放學習潛能。

其實，本港的大專院校如香港科技大學及香港中文大學，早已着手進行自適應學習平台的研究，隨著電子學習的工具百花齊放，將來自適應學習的應用將更廣泛及多元化，令師生受益。

撰文：香港教育城行政總監鄧弼亮



編採速記

2016年通識試題預測

再過三個月，2016年度（也是第五屆）中學文憑試就要舉行了。必修必考的通識教育科，當然備受關注，近年補習界有所謂「得通識，得天下」的說法，不少傳媒也着意以通識試題做文章，深了、淺了、政治化議題多了或少了都會大事報道一番，然後找來社會名人充當考生答題，並找來教師批改，最後再由名人「考生」議論或調侃一番。看起來，畫面很豐富、步驟似乎也做足了，但對試題了解、明瞭評要求真的有了充分準備，或者純粹是好玩一番的湊熱鬧而已？如果任何人臨時拉伕都可應考，那何必課業、考試這類現代教育制度，乾脆人人回去私塾家教算了。

言歸正傳，剛過去的十二月，香港通識教育會舉辦新一屆的通識模擬試，吸引四百餘中六生應試。筆者獲得模擬試卷二，試題一，問蘋果公司及社交網站Facebook資助員工冷藏卵子，問考生對冷藏卵子科技日漸普及可能帶來哪些社會和道德問題？另一分題講香港人口老化，問考生是否同意經濟因素是香港人決定是否生兒育女的關鍵？

試題二列出政府擬填海的沙田馬料水、屯門龍鼓灘和大嶼山欣澳等處的面積和用途，另附一則相關評論。問考生根據資料，填海議題會引發哪些不同持份者之間的衝突？就香港目前的情況而言，填海是否解決土地供應不足問題的最有效方法？與第一題一樣，第二題的給分也是8和12分。

平心而論，兩道試題難度不高，取分不難，拿高分則不易。這就考驗學生平日時事觀察，和對於相關議題的關注和認知。猶記得，通識教育會前年以「佔中」作模擬試題，轟動一時，也令激進人士令「佔中」入通識公開試試題的意圖落空，否則勢必成為那場七十九天的黃傘之亂的彈藥。

談及今年通識試題走勢，資深通識教師陳志華提出值得關注的幾個議題：「一帶一路」與亞投行、中國新推行的兩孩政策、人口老化引發的醫療需求，還有器官捐贈這類恆常議題，再如房屋、社會和教育等題目。「『一帶一路』的討論，屠呦呦獲得諾貝爾醫學獎，頗有反響。」他估計，政治題目不會是熱點。筆者也期待著，今年通識試卷開考的一天。

呂少群