

理解性评价语及其在小学教育中的运用

张增霞

(云南师范大学)

摘要: 童年大脑发育的困境表现在负责情绪激活和启动功能的边缘系统发育快于负责调节控制功能的前额叶系统发育。这导致童年时期的孩子情绪体验增强,却难以控制自己的情绪。小学教育必须遵循学生心理发展和大脑发育规律,使用理解性评价语。理解性评价语尊重、接纳学生的一切感受,与学生共情,安慰情绪为主,学生情绪平复之后再来解决。这不仅能促进学生的自我反思,改变教育低效问题,而且增加了师生之间的连接,有利于教育的良性循环。

关键词: 大脑发育;理解;连接

Understanding assessment language and its application in primary education

Zhang Zengxia

(Yunnan Normal University)

Abstract: The dilemma of childhood brain development is that the limbic system, which is responsible for emotional activation and priming, develops faster than the prefrontal system, which is responsible for regulating and controlling functions. This leads to increased emotional experiences in childhood, but difficulty controlling their emotions. Primary education must follow the law of students' psychological development and brain development, and use comprehension evaluation language. Understanding evaluation respects and accepts all the feelings of students, empathizes with students, consoles their emotions, and solves the problem after the students' emotions have calmed down. This can not only promote students' self-reflection, change the problem of inefficient education, but also increase the connection between teachers and students, which is conducive to the virtuous cycle of education.

Key words: brain development; Understand; connection

著名教育家苏霍姆林斯基说:“教育的艺术首先包括谈话的艺术。”这说明,教育效果在很大程度上取决于教师的评价语言。基于对学生心理发展和大脑发育规律的最新研究,为了使我们的教育达到事半功倍的效果,我们在教学中要使用理解性评价语。

一、理解性评价语含义及特点

谈到评价,便绕不开自恋。精神分析认为人都是自恋的,小婴儿从一出生便认为自己是神,饿了必须马上吃到奶,尿了马上有人换尿片,总之,一动念头,世界必须按照自己的意志来运转。随着慢慢长大,在与现实的碰撞中,我们会趋于理性,挫折让我们意识到原来世界的运转不以个人意志为转移,但是自恋依然根深蒂固地存在于我们的思想中,在美国心理学家科胡特看来,自恋是我们生命的活力和创造力的源泉,我们依然认为自己比别人强大,优于别人,虽然我们并不会把这种想法明目张胆地表现出来,但是它深藏于我们内心,这就导致了对他人的评价。“未经他人事,莫论他人非”、“不知古人之世,不可妄论古人文辞也”、“子非鱼,焉知鱼之乐”等等,都在教导我们共情,站在他人的角度思考问题,但是因为自恋根植于我们内心,无论古人多么地谆谆教导,我们忍不住去评价别人。何况教师自认为经验和知识远远多于学生,具有权威性,更是理所当然地评价学生。这种评价先是否定学生的感受和和行为,紧接着逼问学生,最后再语重心长地说教,真是让人嗅出浓浓的自恋味道,即你是错的,我是对的,你是不好的,我是好的。

试看这个场景:

学生A像一头发怒的狮子,眼睛瞪得大大的,脸涨得红红的,追着学生B满教室跑,碰得课桌东倒西歪,靠近走廊的书桌上的书和文具不时散落下来,教室里一片狼藉。同学们也被学生A的愤怒气焰吓到了,不知所措,竟然都忘记了拦住这位发怒的同学,呆呆的看着他在教室里追打学生B。

老师们了解了事情的原委后,会本能这样评价:

第一,否定性评价:这没什么,不值得你这么生气。他说你喜欢那位女生,你就真的喜欢吗?如果你这么生气,反而正说明你心里有鬼呢!

第二,说教式评价:他传播谣言,是他的不对,但你动手打人就是你不对了。生气了,我们要学会控制自己的情绪,否则会酿成大祸的。你看,报纸上刚刚刊登了一个新闻,就因为一碗热干面的价钱,这个人把热干面老板捅了这么多刀,他也锒铛入狱,受到法律的制裁。

第三,逼问式评价:请你从头到尾把事情经过讲给我听。你能告诉我你为什么这么愤怒吗?

理解性评价语以共情为主,评价只是辅助。学生的每一份感受都是真实的,处理事情方式有对错之分,感受无对错。教师要设身处地理解学生正在经历的事情,无条件接纳他们愤怒、低落、无助、恐惧、悲伤等各种情绪,再来评价。这种评价不涉及当下事件,只处理情绪,教师充分表达出对学生此刻感受的理解,话语不多,却能迅速拉近与学生的心理距离,学生感受到了陪伴、支持,充分悦纳了自己及,也悦纳了老师,把老师认定为自己可以信赖的人。

二、理解性评价语优势

与传统教师评价语言相比,理解性评价语具有很多优势。

1、理解性评价语建立在对人类大脑生理结构认识基础之上,更加科学。

人的情绪感知和认知控制分别受情绪脑(边缘系统)和理智脑(前额叶皮层)的调节。情绪脑在12岁左右发育成熟,而理智脑在24岁左右才最终发育完善,因此小学生对自我情绪的感知能力和认知控制能力不足,较难调节自身情绪波动并完成目标导向的行为[1]。所以当学生处在强烈的情绪期,他们听不进任何的批评、逼问或建议,这是由人脑的生理结构决定的,这时候教师只能先用理解性评价语帮助学生恢复情绪,大脑才能正常工作,冷静思考问题。

2、理解性评价语有利于促进学生自我反思,从根本上解决问题,改变常规评价语的低效现状。

常规性评价语效果立竿见影,冲突双方各自认错,写下永不再犯的保证书等等,看似问题解决了,实际上可能是无意识地欺骗了老师。美国当代著名催眠大师斯蒂芬·吉利根说:“如果没有身体作证,一个道理,对你而言就可以说是一个谎言。”由此看来,学生自己可能都没有意识到,他们的认错可能只是一个谎言。因为他们内心感受没有被接纳和理解,大脑还是处于强烈的情绪状态,不能正常思考问题,更谈不上从内心、从身体上真正认同老师的话,只能迫于老师的权威口是心非地回答:“下次再也不这样了。”更为甚者,常规评价语解决了当前的问题,却可能产生了次生问题,比如学生不合作、讨厌上学等。我们中小学教师就像灭火队员,不停地灭火,火苗不断地窜出来,认真负责着,筋疲力尽着,也在不停抱怨着:这些学生怎么屡教不改呢?

这都是常规否定、说教式评价惹的祸,从根本上来说,学生的情绪没有得到接纳与理解,暂时被压制下去的情绪总会在某个时刻冒出来,这就产生了令老师头疼的新问题。于是,教师,尤其是班主任,就像一个管家,不是在解决问题,就是走在解决问题的路上,这些看似新问题的旧问题把老师抽得像陀螺一样转来转去。

当教师接纳、理解学生感受,情形则大不相同了。美国心理学

家海姆吉诺特博士认为：孩子的感受和他们的行为有直接的联系。孩子有好的感受，就会有好的行为，只有接受孩子的感受，他们才会感受好，进而有好的行为。当学生感受到理解、包容、接纳，情绪平静，大脑恢复正常运转，便开始了真正地自我反思，自己找到解决问题的方法，再犯类似错误的可能性就小得多，我们也可以认为问题得到了根本的解决，教师也不用再担心同样问题的复发了。美国著名心理医生在《少有人走的路》中写道：“要把爱和自律结合起来，越自爱，越能自我完善。”学生感受到老师的理解的爱，不待外部力量鞭策，他便能趋于自我完善了。

3、理解性评价语有利于增强师生间的信任，关系更加和谐。

我们都有过这样的经历：因为喜欢某位老师，喜欢上一门课程，哪怕课程很难；因为讨厌某位老师，讨厌一门课程，哪怕自己以前是多么擅长这门功课。

社会认知神经科学领域奠基人、美国加州大学社会心理学家马修·利伯曼研究发现，人脑中有大量的神经结构都是为了与他人交往而设置的。在《社交天性》这本书中，利伯曼用“连结”来形容人脑对他人的本能需求：“我们对连接的需求就像一块基石，其他东西都建立在这个基石上。”连结是与他人的亲密关系，是人脑深处先天设置的本能需求，人对连结的需求程度丝毫不低于对食物和水的需求。当我们接纳、理解了学生的感受，就会增强师生之间的连结，学生会更加信任教师，这种亲密的师生关系会发出持续性的磁场效应，学生更愿意接受教师的教育。

三、理解性评价语实施过程

童年的大脑是一个半成熟的状态，他可以成熟到产生愤怒，产生恐惧这些本能反应，但是他自己没办法去有效地主动调节生气、害怕这些情绪。这种童年大脑发育的困境要求我们成人帮助孩子调节情绪，尤其是在孩子愤怒的时候帮助他们冷静下来。教师需要运用接纳、理解学生感受的评价语言来帮助学生冷静下来。

（一）安静专心地倾听学生的叙述

小学阶段，学生的自我意识飞速发展，他们渴望被家长理解、被同学尊重、被教师信任。他们十分在乎外界对他们的评价和接纳。在教育教学中尊重学生自我意识发展的最佳途径之一就是倾听他们的声音、赞赏他们的成长、体会他们的喜怒哀乐。人人都有自尊，人人都需要尊重，学生也不例外。当学生在向你表达自己的观点和愿望时，作为优秀教师的责任就是倾听，而不是三心二意不当回事，更不能随意或粗暴地打断学生的发言。让学生在倾听的过程中，体会一种无言的尊重和信赖，这样学生也更容易的表达他们面的困境。

（二）以“哦……”“嗯……”“噢……”等简单的关心语言回应学生的感受

学生处于强烈的情绪期时，教师要完全接纳理解学生的感受，学生感觉到老师跟自己是站在一边的，才会放下芥蒂，敞开心扉。

场景一：学生丢了铅笔，来找老师告状。

使用理解性评价语：

学生：有人偷了我的新铅笔。

教师：（关心的语气）哦？

学生：我去洗手间的时候，它还在课桌上呢。

教师：（充满理解）嗯。

学生：我已经是第三次丢铅笔了。

教师：（认真的表情）噢。

学生：从现在起，我离开座位的时候，把笔放到课桌里面就不会丢了。

教师：（赞赏以及肯定）是这样啊。

教师以“哦……”“嗯……”这样简单的话语来回应学生的感受，学生就能在叙述的过程中，整理自己的思路和感受，从而自我反省，自己找到解决方法。

可是，老师经常使用这样的评价语来解决问题：

学生：老师，有人偷了我的新铅笔。

教师：你确认不是自己弄丢的？

学生：没有。我去卫生间的时候，他还在课桌上。

教师：谁让你乱丢东西的？

学生沉默。

老师：你怎么总是这样，这不是第一次了，告诉过你多少遍了，东西放在课桌里面，你就是不听。

学生继续沉默。

当学生被提问、责怪和建议的时候，他们很难有清晰地思路和积极的态度去想问题。他们的沉默并不是认可了老师的批评，只是迫于教师的权威而选择了沉默。

因此，首先不要提问。学生处于强烈的情绪期时候，“为什么”这样的提问只会给他们增加难题。因为这需要他们基于原有的难过、愤怒等心情，分析原因，然后总结出一个合理的解释。很多时候，他们并不知道自己为什么会生这么大的气或者是这么的难过。也有的时候，学生是不敢在老师面前说出他们的理由，因为他们担心在老师的眼里，他们说出的理由不够充分或者被看轻——“就为这么点小事？”其次，不要提建议。“你应该……”当我们给孩子提供建议或者立刻见效的解决方法时，我们就剥夺了他们自己去面对问题、解决问题的过程。

（三）教师替代性地说出学生的感受，而不是否定学生的感受

教师和学生是两个独立的个体，有着不同的感知体系，都有各自真实的感受，我们应该站在学生的立场，理解他们，所有的感受都是被接纳的，只有这样，学生才会把我们当做自己人，我们的评价语言才会打动学生的内心。

场景二：学生A像一头发怒的狮子，眼睛瞪得大大的，脸涨得红红的，追着学生B满教室跑，碰得课桌东西西歪，靠近走廊的书桌上的书和文具不时散落下来，教室里一片狼藉。同学们也被学生A的愤怒气焰吓到了，不知所措，竟然都忘记了拦住这位发怒的同学，呆呆的看着他在教室里追打学生B。

使用理解性评价语：

教师：你一定很生气。

学生：我要狠狠揍他一顿。

教师：你这么生他的气啊？

学生：他胡说八道、不尊重个人隐私，犯贱。

教师：嗯。

学生：他怎么能这样对待我呢？

教师：是够过分的。

学生：早上我还把我的文具借给他用呢。

教师：在他需要帮忙的时候，你帮助了他。

学生：他以前也帮助过我，体育课的时候，他借给我跳绳。

教师：你记得这么清楚啊。

学生：算了，我不想跟他计较了。

教师没有提问、责怪、建议，只是倾听学生说说话，简单的评价语言回应他的感受，学生就能够积极的思考问题。

可是通常老师会把学生A叫到办公室，开始这样的谈话：

教师：你为什么追着打他？

学生：（非常愤怒）他太讨厌了，我就是想打他。

老师：为什么？怎么了？

学生：他说我喜欢那个女生。

老师：你是不是先招惹他了？要不然他怎么会说你呢？

学生：没有！

老师：真没有？

学生：没有！

教师：那好。这件事情不值得这么生气。你和他是同班同学，不要再计较这件事情了。再说了，你这么生气的去打他，万一失手把他打伤了，还得赔医疗费，你知道爸爸妈妈工作多么辛苦吗，挣点儿钱多不容易啊。再说，一个巴掌拍不响，你自己肯定也有责任。

学生沉默不语，走出办公室。

如果我们没有真正和孩子产生共情，无论我们说什么，在学生眼里都是想对他们行为进行操控，所有的对话只会以学生沉默或者口是心非的承认告终。多年的经验发现，对于脾气急躁的孩子，批评甚至惩罚，丝毫不能改善他们的行为，即使个别孩子在老师的严格管控之下打人攻击的行为有所减少，但是他们随之出现的又是另外一些让人头痛的行为，比如说不参加集体活动，拒绝上学等等。教师试着说出学生的感受，从心底真正接受学生的情绪，才有可能解决问题。

参考文献：

[1]ARAIN M, HAQUE M, JOHAL L, et al. Maturation of the adolescent brain [J]. Neuropsychiatr Dis Treat, 2013, 9: 449-61.