



## 比好成績更關鍵——同理心

作者：曾多聞 2016-09 親子天下

美國心理學家、時代雜誌專欄作家蜜雪兒·玻芭 (Michele Borba) 認為，當前的教育過分強調自我與成就，不利這一代兒少成長及人類社會發展。教養有同理心的孩子，比我們以為的更重要。

每個家長都希望孩子成功，所以請最好的家教，買最新的電子產品，安排課後輔導，以獲得好成績。

但最新調查顯示，非認知技能，例如情感、情緒教育、合作、快樂、同理心，才是決定孩子能否在學校裡甚至社會上成功的決定性因素，而非許多父母最重視的分數、成績、競爭。

美國中小學成績單有兩個面向。一個面向是孩子的智育學習分數，另一面是愛心、道德、美感等人格特質評量。玻芭 (Michele Borba) 說：「現在很多父母都只看成績那一面。」

最新的全球經濟報告指出，批判性思考、決策、解決問題的能力仍然重要，但人際技能、情緒智商、與人合作、同理他人的能力也同樣重要。同理心，是把自己放在他人立場看問題的能力，是健康發展、成功快樂的人格的基礎。有同理心的孩子更討人喜歡，好找工作，更有韌性，是更好的領導者，是非觀念更清楚，甚至更長壽。

但根據 2010 年的一份報告，當代青少年的同理心，在過去 30 年內顯著下降。有 75% 的大學生表示自己「不會去想像朋友的問題」、「不會站在朋友的立場看事情」、「不會主動關心不幸的人」。哈佛大學 2014 年對一萬名少年進行價值觀調查，近八成少年認為「成就與自己的幸福」最重要，不到兩成認為「關懷他人」重要。超過八成受訪青少年表示「父母重視我的成就勝過為人」。

這對爸爸媽媽們是一個警訊。如果我們教養出一批只重視成就、自私的人，只看得見自己的手機，只關心自己排滿的行程，卻看不到面前其他人的困難，這將是人類社會的災難。

隨著同理心的消褪，少年同儕之間的爭執、衝突、殘酷行為都會增加。現在校園裡的霸凌問題，比過去任何一個時代更嚴重，無法承受霸凌壓力而自殺的青少年人數，比過去任何一個時代都多。研究顯示，從事霸凌的孩子，普遍缺乏同理心。教養有同理心的孩子，可能是終結霸凌的最終解方。

可喜的是，我們可以教育孩子成為有同理心的人，如同我們教他們寫字與算數。同理心教育，要從小開始。平時在與孩子的談話中，不要總是問：「你今天考得怎麼樣？」試著說「你今天做了些什麼？」幫助孩子了解關懷的價值。拿到成績單的時候，不要只看考試分數，看看老師的評語，誇獎孩子關懷他人的行為。我們需要更多有同理心的人，共同擔負人類的未來。

