

# YAHOO! 奇摩

## 洪蘭：別逼孩子一直讀書

**親子天下** 作者：洪蘭 | 親子天下 - 2013年4月12日 下午5:29



朋友的孩子寫了封信給我：「阿姨，拜託你跟我媽說，我知道我已經國三了，我知道馬上要基測了，也知道考不上的後果，但有時我就是讀不下書。只要發呆一下，我媽就碎碎唸。我告訴她，我不是機器，我沒有辦法一直不停的讀書，她說：不念書就去睡覺。她不了解，很煩時睡不著、很累又睡不著是很痛苦的事，阿姨我快瘋掉了！P.S. 不要用 e-mail 回信，我媽每天檢查我的信箱。」

人有好為人師又自以為是的通病，尤其做父母的認為：「虎毒不食子，我是為你好，為什麼你不領情還要生氣？」幾乎所有的親子衝突都源自溝通不良，父母的好意因為不是孩子要的，反而使孩子更叛逆。天下不知有多少悲劇是始於「為你好」。

我們的大腦和胃一樣，凡是不能消化的，就不能吸收。胃會飽和，大腦也會：我們看一個紅色的圖案兩分鐘，然後把眼睛轉到白牆壁，這時剛剛紅色的部分會變成綠色，因為紅色感光細胞疲勞了，不再向大腦發射信號，它原先所壓抑的互補色綠色，就出來了。

我們的注意力也有同樣現象，兩個同樣的刺激前後出現的間距太近時，大腦會看不見第二個刺激。聽覺更是，太太如果一直抱怨，先生對太太的聲音會有聽沒有見。人不是機器，不能每天做同樣的事，就是機器也有彈性疲乏。不想念書時，眼睛明明在書上，但是大腦就是沒有註冊，有讀沒有懂。

大腦的這個特性可以從七〇年代的一個實驗看出：實驗者給大學生看一組十個花卉的名字，如玫瑰、百合，看完後，請他默寫出來。對一個大學生來說，這不是難事，他幾乎可以全部寫出。休息兩分鐘後，再給他看十個花卉名稱，這時，他能寫出八、九個來。等到第三次看花卉名字時，他只記得六個了。但是第四次若是換成家具類，如桌子、椅子，這時他的正確率又上升到跟第一次一樣。而持續看花卉名稱的控制組則慘不忍睹，連五個都回憶不到了。這表示不是大腦的記憶力不行，而是大腦對同一類型的東西記憶飽和，記不住了。但一旦換新的類別，大腦對新奇的東西特別有興趣，記憶又好起來了。

每天吃同樣的便當會厭倦，即使肚子很餓也不想吃。大腦也是，所以學校的課表要穿插著國文、英文、數學。了解到大腦的功能，父母就不要讓孩子對學習產生飽和，常常讓他起來動一下。運動時，大腦會分泌對學習有益的多巴胺、血清素和正腎上腺素。很多父母以為運動是浪費時間，那是錯的，運動其實對學習有益。

要孩子愛讀書就不能使他害怕書，責罵或逼迫只會使他更遠離課本。對一個已經上了國中，有自己想法的孩子，父母要尊重他的自主性，不能再像小時候，什麼都要管；要「換檔」升級，給他隱私權和自由的空間，絕不能檢查他的電子信箱、搜他的書包。父母一定要記得，尊重他，他才會自重自愛。喜歡學習，他才學得進去。

## 延伸閱讀：

[這麼做，孩子也能成「大事」](#)

[彭明輝：精英教育應該教什麼？](#)

[黃璦寧：拍痰，可能是白費力氣](#)

※更多精彩報導，詳見《[親子天下雜誌網站](#)》

※本文由親子天下雜誌授權報導，未經同意禁止轉載。