

家庭教育中，家长的认知偏差并非小事

◎ 田 锐（泰山学院教师教育学院，泰安 271000）

摘要：家长的认知偏差在家庭教育中是一个非常突出的问题，认知偏差的来龙去脉值得深思。家长应该对认知偏差有一个整体的理解：（1）要明确认知偏差的含义及特点。（2）要多角度地对认知偏差予以原因剖析，比如从错误观念、不当期望、不良比较、常识误用等方面分析。（3）总结如何减小认知偏差的措施，例如，预设发展性的期望、掌握孩子更多信息、不随便给孩子施压、借助偏差引发孩子的积极动力等，以尽量使认知偏差的消极作用最小化，提升家庭教育的效果。

关键词：家庭教育；期望；认知偏差

中图分类号：G44 **文献标识码：**B **文章编号：**1671-2684（2022）07-0077-04

家长对孩子的看法、评价常常带有一些认知偏差，这是家庭教育中一个非常突出的问题，应引起重视。认知偏差的来龙去脉值得深思和探究。

一、什么是认知偏差

认知偏差是人们在知觉自身、他人或外部环境时，由于自身或情境因素而使得知觉结果出现失真、不合逻辑或缺乏理性的现象。

生活中的人们都有各自的偏好及相应的行为方式，其认知过程并非总是理性的，很难对各方面信息完成客观、公正的有效处理。

认知偏差人人都有，只不过在程度上会有所差别。

偏差的有无或大小须经由某些标准才能衡量出来。就学生的百分制考试来说，成绩90分及以上，或者成绩排在前面

10%是优秀生的一般标准。这类数量化标准既清晰又明确，多数家长以此来衡量孩子的学习成绩或位次。

这种被多数人认可、遵循的标准也被用来衡量准确度，偏离这个标准就是不准确或不合理的，也就是有偏差。但在具体的教育情境中，家长们各有各的衡量标准。

比如，张军和李浩是同班同学，在一次考试中两人并列第一，都得了90分。张军受到家长的表扬：“考得很不错，继续努力！”李浩在家却被家长批评：“怎么没考满分？”同样的成绩得到不同的评价和对待。李浩的家长只把考满分看成优秀，这显得很另类或偏激，尽管他自认为是合理的，但实际上不合理。多数家长会感觉这样要求孩子有点过了，“过了”就是偏差。一般来说，越另类，偏差就会越大。

尽管有些认知偏差在有些时候可以

使“主体所付出的代价远远小于无偏差行为所付出的代价”^[1]，但是毫无疑问，认知偏差在更多情况下容易“在加工信息资料时制造有系统的错误”^[2]，给人们带来更多的负面影响。

二、认知偏差有哪些特点

偏差常常自动产生。我们对众多信息往往无法同时把握，只能有选择地留意那些自以为重要的、需要的、感兴趣的、特别熟悉的信息，同时又“会忽略那些他们不需要看到的东西，尽管有时那些他们不需要看到的东西是很明显的”^[3]，不重要的会视而不见，听而不闻。

大脑通常以这种方式自动选择和处理信息，而且非常之快，我们自己也无法觉察它是如何进行的。由此，重要信息被片面夸大，不重要的信息则被忽略，这都是在不知不觉之中完成的。

李浩的家长一看到孩子“没考满分”，马上就有了“不应该”的感受，他的气恼情绪和批评意识也自动萌生。虽然这种推理是缺乏理性的，但那个时候他不会自省其间的逻辑问题。

偏差有一定模糊性。很多时候，尽管我们发觉自己的想法跟大多数人不一样，隐隐约约感觉出了问题，有了偏差，但问题在哪儿，却不一定说得清楚。如果没有实际的参照标准，也就不会有清晰的差别感。

我们常常拿“多数人都这样”来迷惑自己，但是多少人算大多数？无法确指。实际上，每个人都有自己所感知的、模糊的“大多数”。就拿李浩的家长来说，他只希望自己的孩子考第一，当得知还有一位学生也是第一，也考了90分的时候，他就想当然地认为考90分的人还有很多。“还有很多”就是他自感的“大多数”，实际上考90分的只有两个人而已，但这“两个”在他眼里也是“很多”。

偏差不容易受重视。从严格意义上说，偏差本身就是错误。但在我们通常的意识里，“偏差”只是偏了那么一点点而已，离“错误”还有些距离，起码看上去没有“错误”那么严重，因而偏差常常引不起足够的注意。相比之下，错误更明显，也易发觉，好防备。很多学生做题碰到“会做却做不到”的情况，对此，他们大都不以为然，觉得下一

次认真点就不会再出错了，一些家长也认为孩子纠正这类问题是件简单的事情。其实，与做题出错相比，轻视错误才是应该引起重视的问题。忽视问题的严重性，这也是一种偏差。

偏差常引发恶性循环。家长的认知偏差会引起一系列的连锁反应。就如同说了一个谎，就得用另一个谎来圆前面的谎一样，一个偏差发生之后，其他的偏差便接踵而至，而且越往后偏差也越大。

比如，一位家长对孩子的成绩很不满意，他基于“这次不该不考满分”的想法（第一个偏差），便认定孩子“学习不努力”（第二个偏差），但孩子辩解说已经很努力了，家长接着就又扔出一个奇怪的判断：“只要努力了，就该考满分的”（第三个偏差）。对前两个偏差，孩子听了之后或许会产生一点触动或内疚，但第三个偏差就只能让孩子又气又急，使孩子陷入一种既无奈又无助的境地。因为他确实没考满分，他也知道不努力也的确是没考满分的一个原因，所以他无力争辩。

这类把孩子逼入死胡同的做法，会让孩子走上跟家长对抗的道路，他们会认为家长是故意找茬儿：“对我没有满意的时候”。家长本来是想跟孩子探讨学习问题，但此时演变为互相攻击了。

三、为什么会有认知偏差

（一）偏差是错误观念的自然流露

什么样的好学生？每个家长都有自己的说辞。有些家长只关注考试成绩的名次，认为孩子必须拿第一，不管考多少分数，是第一就行；有些家长更注重孩子是否一直优秀，孩子原来就很优秀，以后必须保持住，或者变得更优秀；有些家长特别在乎孩子的考试分数，认为孩子学习好坏的关键在于分数，分数高就可以，是不是第一无所谓。

偏差的背后都有相应的观念支撑着，对“好学生”的认知不准确，不合理的观念就自然而然反映在言行之中。怎样理解孩子的成长和发展是个非常关键的问题，错误的认知和观念不改变，偏差不在这儿涌，就在那儿冒。

（二）偏差是不当期望的背后怂恿

当孩子还是幼儿的时候，他可能会把幼儿园里的玩具说成是爸爸给他买的，对此，我们说这个孩

子把想象当成了现实。同样道理，当一个家长对孩子说“你必须考第一”时，我们是不是也可以说这个家长把期望当成真实？考第一是可能的，但并不是必然的，更不是必须的。

“望子成龙，望女成凤”是家长们的普遍心态，对孩子寄予厚望并没有错，但必须允许孩子循序渐进，不能急于求成。

有很多家长并不考虑孩子的现实因素，只是奔着理想状态对孩子提要求，甚至预设一些没有根基的期望，恨不得让自家孩子始终鹤立鸡群才好。这样教育孩子，期望越高，偏差可能会越大，奢望产生的偏差最大。

（三）偏差是不良比较的必然结果

带着情绪进行比较，容易产生偏差。我们可以仔细体会一下，李浩的家长对孩子的批评里暗含着褒奖的意味，意思就是“跟你并列的那个同学，他平时学习不如你，你应该考得比他高才对”，只不过，批评意味更浓，褒义被批评掩盖了。但孩子不能领会这种“高看你一眼”的明贬暗褒，他感受到的只是家长的不满、失望。

“情绪相比于思维是更即时的东西”^[4]，情绪产生的作用更直接，它比理解真实含义来得更快。一看到家长的不满，孩子马上就有了委屈和反感：同样情况，人家被表扬，我却被批评。孩子在比较中更感觉“太倒霉了”。于是，家长和孩子都在不满、埋怨、委屈、气恼的情绪里各自“加工”各自的偏差。

带有自我服务意图的比较，也容易产生偏差。如果人们彼此之间的想法、做法有能让人真切地感受到或看得到的明显的不同，就不会产生偏差，例如，谁也不会把第一名和倒数第一名混为一谈。但是，在差别不那么明显或者有合理借口的时候，人们往往为了自我保护，会故意淡化那些现实存在的、能感受到的差别。

例如，假设第1名100分，第21名91分。第21名的家长对孩子说“你这次不是优秀生了。”的确，班里有20多人在90分以上，这种情况下的91分并不是个骄人的成绩。但孩子争辩说：“90分就是优秀，我咋不是优秀生呢？我是21个优秀生之

一。”家长与孩子之所以看法不同，就是因为他们都有自我服务的打算。孩子为了说明自己的优秀而突出名次，“我是第一啊”；家长为了表明孩子的退步而强调成绩，“才90分嘛”。

（四）偏差是狭隘常识的简单延伸

人的大脑通常采用简单程序来应对复杂环境，很多人想问题、做事情图省事，倾向于在掌握很少信息的情况下，仅凭直觉或一时的情绪就下判断，做结论。可以想象，李浩的家长一听到孩子“只考了90分，没考满分”就气不打一处来，他会有心情去分析孩子为什么没考满分吗？这时候，他满眼里全是“没考满分”这个结果。在所谓的“事实”已经摆在眼前的时候，他要做的只是教训。

这类只负责评判的家长往往依据一些所谓的常识进行推导，比如，“90分不是满分”，“没考满分就是有不会做的”，“有不会做的就是没学好”，“没学好就是没努力”，家长最后的结论就是“没考满分就是没努力”。如果孩子争辩说“我努力了！”家长就来个反向论证，“努力了，就该考满分的”。

家长的这些话似乎都是显而易见的常识，听起来没什么不对。但正是这类狭隘常识非常霸道地坐实了孩子“就是没努力”，很多时候，孩子因此而被冤枉。

这里有个不被留意的问题：“常识并不是总能站得住脚”^[5]，努力了就一定考满分？细致推敲，便知其端倪。但这类偏颇的常识能烘托出无可辩驳的氛围，不但固定了家长的思维，而且也不打算让孩子反驳，这就使那些偏颇的理解在不讲道理的情势下得以延续下去。孩子在这种气氛中很抓狂，却又无言以对，最后也就选择不予应对。

四、如何使认知偏差的消极作用最小化

尽力防范和避免家庭教育中的认知偏差是家长应该有的意识，为了促进孩子的成长，家长的理性是非常重要的。

（一）预设对孩子具有发展性的期望

用发展的眼光看待孩子及其问题。孩子都有其内在的生命潜力，其成长是一个连续的、曲折的、不断前进的过程。谁都不可能永远优秀，谁也不可能一直落后。逼迫孩子不应该成为家长的特权，也

不会有好的教育效果。

对孩子设置恰当的期望。遵循维果茨基的最近发展区理论,在孩子已经达到和可能达到的两种能力水平之间设置“跳一跳够得着”的期望。这个道理很容易明白,但期望是否恰当,并不好把握。这需要家长在了解孩子真实能力的基础上,来预判经过努力他可以达到哪类目标。

孩子能力提高了,再随着提升下一步更高点的目标。小目标,易达成,孩子不断有进步,常常有惊喜,收获愉快的同时也增强自信。

(二) 尽量多地掌握孩子的关信息

为人父母都不容易,孩子的一切都时时刻刻揪着父母的心,这是家长都会有的感触。但不管再难再苦,既然为父为母,就得细心加小心,而且仅有愿望是不够的,脚踏实地是必须的。

了解孩子是教育孩子的前提,掌握孩子的信息越多,就越容易正确地理解孩子。家长必须克服懒惰思想,尽量减少省事意识。以研究的心态观察和分析孩子的言行举止,多跟孩子的老师、同学进行沟通交流,这也是家长的必修课。

对于孩子来说,成长过程中的信息比结果信息更重要。例如,等到孩子考了个不及格的分数,此时再教训他为什么没考及格,为时已晚。掌握学习过程中的信息,可以及时发现问题,并及时纠正。有了好的学习过程,获得好的学习结果就成为自然而然。

也许是因为家长们没有更多的时间和精力关注孩子的行为过程,所以大多数家长才只寄希望于把握孩子学习的结果。但是,我们应该清楚,只关注学习结果的最大问题是错过了引领孩子的机会。

生活是复杂的,谁都不轻松,生活本身就是要处理遇到的各种矛盾,这对哪个家长都是一样的。为人父母,总得尽力而为才行,用心和不用心所带来的情绪体验不同,达成的结果也是不一样的。从这方面来说,家长追求的目标应该是“累并快乐着”。

(三) 不要理直气壮地给孩子施压

家长们都明白,要求孩子每次都考第一并不现实。但是,如果问一些家长:“为什么要求孩子只能考第一”,他们可能会反问:“我不可以希望他考

第一吗?难道要求他考第一,不是促使他进步吗?”不错,家长可以表达“希望”、提出“要求”,但“只能考第一”是表达“希望”吗?这应该是奢望。如果不能抑制“让孩子好了还想更好”的奢望,就容易逼着孩子进步,孩子会因为达不到要求而失望,甚至绝望。

教育孩子是家长的责任和权利,但家长不能假借奢望而使自己作为家长的权力无限膨胀。家长们应该明白,孩子在放松之中比在压力之下更容易有好的成绩和表现,在愉快中进步更值得追求。

(四) 借助偏差引发孩子的积极动力

发觉有偏差是相对容易的,但真正承认并纠正自己的偏差,则更有难度。我们可以借助偏差引发孩子的积极性。例如,有位家长面对孩子的错误时,他并没有给予严厉地批评,反而表现出“窃喜”神态,他对孩子说:“好!你进步的机会来了”,然后跟孩子一起探讨问题的原因所在。家长的这句话看似简单,但传达了如何面对错误的信息。

经历错误是一种考验,认识到自己的错误就成功了一半,进步是在改正错误的过程中达成的。如果把问题置于错误队列里,一本正经地揪住错误不放,就只会使孩子的心情变得更加沉重。

这位家长的和缓语气、“窃喜”心态,不但降低了孩子面对错误的恐惧和厌恶,而且能引导孩子把存在的问题与可能的进步联系起来,让孩子触摸到希望,从而更容易使孩子产生进步的动力。

参考文献

[1]李宏,郑全全.错误管理理论:一种新的认知偏差理论[J].心理科学进展,2002(1):78.

[2]J·L·弗里德曼.社会心理学[M].高地,高佳译.哈尔滨:黑龙江人民出版社,1997.

[3]克里斯托弗·查布利斯,丹尼尔·西蒙斯.看不见的大猩猩:无处不在的6大错觉(经典版)[M].段然,译.北京:北京联合出版公司,2016.

[4]戴维·迈尔斯.社会心理学[M].第8版.侯玉波,乐国安,张智勇,译.北京:人民邮电出版社.2006.

[5]金伯莉·J·达夫.社会心理学 挑战你的成见[M].宋文,李颖珊,译.北京:中国人民大学出版社,2012.