

## 最新研究：影响孩子大脑发育的，是父母与孩子的交流方式

乔小麦（多平台育儿领域原创作者 少年商学院国际教育专栏作者）

**民小编说：**作为父母，我们每天都要和孩子说上许许多多话。除了具体的事务，我们也会聊学校生活，分享许多有趣的经历。最近，来自麻省理工学院的一项研究表明，在这些日复一日的谈话中，还隐藏着孩子词汇量增长，大脑生物发育的秘密……聊天为什么这么重要？我们该如何与孩子交流？一起来看。

许多人都关心因贫富差距引起家庭教育上的差距，他们常常引用 1995 年美国人类学家贝蒂·哈特和托德·雷斯利的研究作为例证，这就是著名的“3000 万字差距”的调查。这项研究费时 2 年半，跟踪调查 42 个家庭，记录父母和孩子间的对话。最后得出的结论是：出生在贫困家庭的孩子，到四岁时，与出生在较富裕家庭的孩子相比，会少听到 3000 万个英语单词。研究结束时，测试他们的智商是 79，而富裕家庭的孩子是 117。在孩子们 10 岁时，贝蒂和托德进行了回访：那些词汇量大的孩子学习成绩更好。由此，“3000 万字的差距”成为贫富儿童之间差距的缩影。于是，为了填补这个差距，我们开始给孩子更多启蒙教育，读更多书，送孩子上更多早教班等。

但是，麻省理工最近的研究发现了这个差距背后的秘密：**影响孩子大脑发育的，不是词汇量，而是父母与孩子的交流方式。**

### 一、多与父母交谈的孩子社交能力比较好

来自麻省理工学院、哈佛大学和宾夕法尼亚大学的研究小组共同组织了这个新项目。他们以波士顿地区 30 多名 4~6 岁的儿童为研究对象，在孩子们听故事的同时扫描他们的大脑活动，并且回顾孩子与父母在家中互动的录音。他们发现，孩子与父母交谈的频率越高，他们大脑中语言相关区域的活动就越强。无论家庭收入多少，父母教育程度如何，都证明了这一点。也就是说，谈话较少的富裕儿童，语言能力和大脑反应较差，而且比贫困儿童的结果差；而贫困儿童在谈话更多的情况下，大脑反应同样好。并且，大脑活跃程度与儿童听到多少词汇无关，但与会话轮流次数强烈相关。和父母交谈更多的儿童，在之后的标准化测试中取

得了更好的分数。《麻省理工科技评论》的文章中说：**父母和孩子谈话可以影响孩子大脑的生物成长，这非常神奇！**

得出这一结论的依据是，孩子是社交型学习者。他们从与他们有关系并让他们感到安全的人身上学习。从婴儿的学习方式就可以观察到这一点。婴儿除了从环境中学习，其认知、语言发展都是从父母那儿学来的。父母和孩子交谈，尽管用词简单，但会话中除了语言内容，还有非语言方面的信息。如肢体语言，成人反应能力，以及社交方面的信息。这有助于发展孩子的语言技能、社交技能和口头推理能力。研究人员指出，交谈不仅促进亲子关系，也促进了孩子的社交能力。交谈具有一种强大驱动力，让人类多方面能力同时发展。

## 二、父母应该多和孩子互动

所以，当我们想通过给孩子读更多书，或灌输更多想法来弥补“3000 万字的差距”时，不如更多地与孩子交流，因为后者对孩子大脑发育影响更大。对大脑来说，最重要的是互动。那么，跟孩子交谈，如何做到有效互动呢？

上面提到的会话轮流次数是关键。这里面的原则包括花时间倾听，等待，不总是直接给答案。比如，孩子都喜欢问问题，如何回答也有技巧。这里举个例子：

孩子：树是怎么长出来的？

妈妈：还记得我们上次种绿豆芽吗？（不直接给答案说“是种子发芽长出来的”。）孩子想起种豆芽的事：记得。

妈妈：你看，绿豆能发芽，发出芽来还会长出叶子。大树是不是也有叶子？

孩子：是的。大树也是绿豆发芽长出来的吗？

妈妈：不是。绿豆是种子，种子能发芽。昨天你吃苹果是不是看到了苹果籽呀？

孩子：是的。苹果籽也能发芽吗？

妈妈：对啦，苹果籽也是种子，发芽长出来的就是苹果树。不同植物，种子也不同哦。

孩子：那大树是什么种子发芽的呢？

妈妈：那就看是什么树了。

通过给孩子提供思考的线索，慢慢启发下来，孩子的一个问题，妈妈就跟他就进行了多次对话，还可以发散开去谈论更多。这样的对话就好比打网球，我们要跟孩子发球、回球，多打几个轮回。

## 三、交谈可以培养孩子的共情力

但有一种情况，“网球”就难以打下去了，就是孩子有情绪的时候。我们都知道，孩子处理情绪的能力是有限的，因为他们大脑中负责理性那部分还没有发育成熟。当孩子有情绪了，即使是蛮不讲理，我们大人也要负起更多处理双方情绪的责任。这种处理在心理学上叫共情。就是识别出他人的情绪，再换回思考理解对方情绪，同时也明白对方和我们之间的界限，做出温暖而理性的反应。这一步就像打网球时，等待球落到地面弹一下再打回去。也就是当孩子发来带有生气、委屈等情绪的红球时，我们让红球在地上弹一下，变成绿色了再接。

举个例子，孩子玩到很晚不肯做作业，对我们的催促很反感。这时我们先描述看到的情绪：“我知道催你写作业，你很烦。”或者“嗯，我知道你还想玩。”

这样孩子就能感到自己的情绪被大人理解和接纳，会平息一点。如果不接纳他的情绪，指责他命令他，他会更对抗，或者敢怒不敢言把情绪压抑下去。处理完孩子的情绪之后，我们可以给孩子回球了。同样要给孩子绿色的球，别把我们的情绪直接发过去。可以不带评判地表达我们的感受。

比如：“可是我担心再晚没时间做作业，作业写不完啊。”或者“你到了作业时间还不写，我很生气。”或者“作业写得太晚，就会晚睡，你明天很难早起。也耽误我的时间。”

总之，只描述孩子的行为，不加指责地告诉孩子他的行为对别人的影响。这也是提醒他注意别人的感受。双方情绪都处理好了，就可以开始解决问题了。孩子说他的想法，我们说我们的想法，商量是马上写作业还是再玩5分钟再写。如果商量过程中有情绪，仍然是表达：我为什么有这样的情绪，需要如何做才能消除这样的情绪。这种共情式对话，不仅仅是追求和孩子的沟通更顺畅，也是在教孩子高情商地解决问题，是很重要的社交技能。重要的不是谁输谁赢，而是借这个机会培养孩子的共情力。孩子平时在学校，将来在职场，处理人际关系都是需要这个能力的。当我们羡慕那些口才好得不得了的孩子，那些上各种早教班、记忆训练的孩子，那些有音乐启蒙而多才多艺的孩子，不要忘了聊天这个塑造孩子大脑的最好方式。聆听、尊重与孩子的对话，远远超过那些昂贵教育机构和补习班的效果。孩子一生中最珍贵的礼物就是父母用心的陪伴。最好的教育，在生活的点滴里。

未来人工智能时代，什么最宝贵？是人与人之间建立起来的情感联结，是我们人类特有的人性。而这种联结很大部分都来自我们日常有来有往的对话。这情感联结不但让我们成为孩子生命中重要的人，更使他们成为了很有人性的人。

参考文献：1. The early catastrophe: The 30 million word gap by age 3.2. “Back-and-forth exchanges boost children’ s brain response to language” (<http://news.mit.edu/2018/conversation-boost-childrens-brain-response-language-0214>)

来源：人民教育 2020 年 10 月 3 日