

# 贏在起跑線的迷思

保良局社會服務部 教育心理學家 陳靜琮博士

23.11.2018

- 教育局《幼稚園教育課程指引》
  - 幼稚園不應安排幼兒班（K1）幼兒執筆寫字
  - 低班及高班（K2至K3）幼兒也不應進行機械式的抄寫和計算
  - 幼稚園亦不應安排過量、頻密或過於艱深的家課，以免造成不必要的壓力和操練。

「練功」越早開始越好  
孩子要一月出生  
上面試班、學特別的樂器.....

入讀「名校」是成功的  
關鍵.....

知識十分重要!  
因為知識深廣才能考上有名  
的小、中、大學，之後生活  
才有保證.....

學位有限，學校也有特別的  
「擇生條件」，孩子所學的量  
和表現，必須與同輩比較，否  
則會落後被淘汰.....

# 事實是……你無法知道學校收生的條件

## 英華小學簡介會二千家長取經

🕒 2018-07-14

頭條日報  
14.7.2018



1/1 ■英華小學簡介會，座無虛席。

傳統直資男校英華小學昨起一連兩日舉辦小一簡介會，昨日三場簡介會已吸引約二千名家長出席。校長林浣心表示，學校重視禮貌多於學科能力，直指面試班不能幫助孩子準備面試，強調真誠、不說謊是面試關鍵。

林浣心表示，小一入學共三輪面試，首輪以廣東話和英語跟老師對答。次輪要求小朋友帶兩本圖書，跟校長對答。最後校長會約見小朋友和家長，從而觀察小朋友在父母面前的應對，錄取一百六十五人。

她指學校重視禮貌，面試班只會教小朋友鞠躬，舉例指曾有一個懷孕媽媽帶着兒子來面試，在離開前被兒子催促：「咁慢㗎！快啲啦！你再唔快啲我滅妹妹！但他妹妹仍未出世。」認為突發情況更能反映小朋友的真性情。

對於坊間的面試提示和猜測，她笑稱：「我是女版周星馳，估你唔到！」她指面試重視與孩子的會面，類似「三位乘兩位」的難題，英華從來不會考，勸說父母發掘孩子的興趣最重要。她預計今年報名人數約五千多人，與往年相若，即約三十多人爭一學位。

來自內地的鄭太昨出席簡介會後隨即交表，透露曾為兒子報過面試班，「希望認識名校的面試詳情，但不會完全跟隨面試班做法，讓孩子自由發揮。」

星島日報 14.7.2018

去年英華共開五班小一，每班三十二人，而今學年將加至每班三十三人，即增加五個學額至一百六十五個。面試部分一如以往分三輪，首輪由學生與老師會面，之後篩選約八百人與校長會面，學生可帶同喜歡的中、英圖書各一本，與校長展開話題；最後一輪面試則將篩選約三百名學生，與家長一同跟校長面談。

為求面試一擊即中，家長往往在事前作多番準備，不過校長林浣心則表示，家長毋須過分緊張，以免「捉錯用神」。林浣心舉例指，有一年面試叫小朋友數校長室中的史諾比數量，事後家長們以為這是面試題目，紛紛在網上論壇分享「答案」。「但實際上數量根本不是重點，當時我指示學生要跟隨三大指引，讓他們不可在校長室內跑動、不可大聲數出來以及數完後立刻坐下，主要是看學生數數過程有沒有跟隨指引。」

林浣心表示，網上經常有談論英華的面試題目和收生準則，「家長不要盡信，因為有機會是錯的，如想獲得有用資訊，最好還是瀏覽英華官網！」她又指，有家長自以為幫兒子報讀面試班，試圖「背答案」博取加分，但英華一貫崇尚自然，所以不報面試班已是「贏了第一步」。

# 事實是……製造一月出生的的孩子?成功也沒好處

- 表觀遺傳學 epigenetics
- 1001夜 (由懷孕至兩歲) 對嬰兒腦部發展十分重要

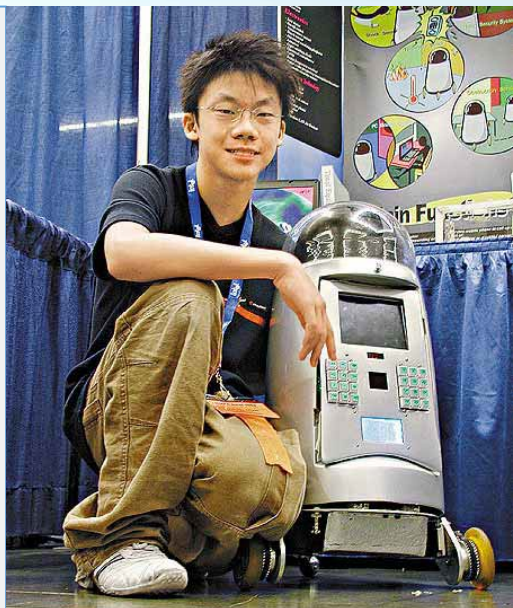
Conkbayir, M. (2017). Early Childhood and Neuroscience: Theory, Research and Implications for Practice. Bloomsbury Academic.

# 事實是……沒有「贏在起跑線上」的都 能有成就

## 會考12分獲科大破格取錄

於2004年，15歲的陳易希在美國憑着他發明的「智能保安機械人」而獲得第55屆美國英特爾國際科學與工程大獎賽物理學二等獎。一年後，美國麻省理工學院林肯實驗室把一顆編號為20780的小行星以他的名字命名。

2006年，陳易希在考會考前，已獲香港科技大學破格收錄，入讀電子及計算機工程學士課程。這是該校創校15年來，首次錄取的中五畢業生。在會考放榜後，陳易希會考只有12分，而中國語文科及英國語文科等均為U。



## 拳王曹星如原是「廢青」？

小時候沒有人生目標，考試亦常常不合格，中四時因成績太差而未能升班，最終在未完成中五、未考會考的情況下輟學，在家玩遊戲機。

輟學後，曾當過派傳單、倉務、油漆等體力勞動工作，其後遇上打拳教練Jay，便到Jay的拳館任助教。16歲時被教練Jay推薦參加業餘拳賽，首踏擂台便獲冠軍。直至2011年，曹星如轉為職業拳手。要成為拳王及快速出拳，曹星如每日訓練均會跑7.5公里，以鍛鍊心肺功能，每月「埋單計數」便跑了約210公里。

# 事實是……要苦練的若非孩子的興趣或潛能

- 就像訓練一隻鷹參加跑步比賽一樣……
- 所投放的時間和心力沒有等值回報



【經緯線】走進東·西教室之上學為甚麼？(2016)



	上海	香港	芬蘭
學習時間	每天8堂	62小時/星期	35小時/星期
對上學的看法	成績要好長大才有出色	校規、做好學生、愛家人約章	學習很有趣、愛上學
課後活動	功課一小時、練琴、媽媽回家檢查更正	補習社 430-730 p.m. 每天7-10多樣功課	2小時打機、學結他、半小時功課、飯後家庭時間(桌上遊戲)建立其他技能

# 事實是……要苦練的若非孩子的興趣或潛能（續）

- 或許帶來不良後果，例如情緒困擾、自我價值低、焦慮等
  - 很怕輸(未能等獎或滿分)
  - 輸 = 自己比別人差 = 令父母失望



《沒有起跑線？》第5集 - 愛輸才會贏？ (2016)

【新聞透視】不快樂童年 (2014)

精神科專科醫生：  
考試季節每周3宗新症  
成績稍跌 11歲高材生  
抑鬱 (蘋果日報  
7.11.2018)

- 或許帶來不良後果，例如學習動機低



【經緯線】走進東·西教室之上學為甚麼？(2016)

	上海	香港	芬蘭
學習時間	每天8堂	62小時/星期	35小時/星期
對上學的看法	成績要好長大才有出色	校規、做好學生、愛家人約章	學習很有趣、愛上學
課後活動	功課一小時、練琴、媽媽回家檢查更正	補習社 430-730 p.m. 每天7-10多樣功課	2小時打機、學結他、半小時功課、飯後家庭時間(桌上遊戲)建立其他技能
理想的一天	學習時間稍減、增加休息和玩耍時間	不用上學、休息和玩耍	與現在差不多
將來願景	做護士幫助有需要的人	能入小學及中學第一志願、入大學	喜歡看書所以想寫自己的書

# 事實是……別的能力比深廣的知識更重要

- 德國 - 孩子在小學前的「唯一的任務」就是快樂成長
- 發展基礎能力 (體能、社交、解難、閱讀能力和執行能力等)
  - 基本的社會常識，比如不允許暴力、不大聲說話等。
  - 孩子的動手能力，讓他們從小就主動做具體的事情。
  - 培養孩子的情商，特別是領導力。
  - 嚴格禁止教授幼兒園期間的孩子學習寫作、閱讀、計算等。



【視點31】德國幼教 毋須贏在起跑線 (2014)

- 不應該違背孩子的成長規律  
- 在相應的階段要做相應的事情

# 事實是……別的能力比深廣的知識更重要(續)

- 芬蘭的教育

- 學習應該是有趣有意義的、孩子能享受學習
- 學習是以孩子為本的、不鼓勵競爭、讓孩子發現自己的專長和興趣
- 社會著重教師的教育熱忱



【經緯線】走進東·西教室之芬蘭學習快樂(2016)

# 家長可如何裝備孩子「贏在起跑線上」 - 研究結果

1. 腦科學(neuroscience) 顯示人在幼兒以及青少年階段會出現突觸修剪現象(synaptic pruning)，是腦部發展及學習重要階段

1. 腦科學(neuroscience) 顯示人在幼兒以及青少年階段會出現突觸修剪現象(synaptic pruning)，是腦部發展及學習重要階段

◆ 概念認知

◆ 語言發展

◆ 身體協調

◆ 情緒、社交、安全感、自我概念 → 建立依附關係



## 2. 優質的親子互動和照顧十分重要，對孩子日後在語言發展、學習及情緒等有正向關係

- ◆ 穩定作息時間
- ◆ 聆聽孩子心聲及溫柔地回應
- ◆ 每天親子閱讀
- ◆ 教孩子認讀字母及簡單數字
- ◆ 帶他們外出

(Centre for Longitudinal Studies [www.cls.ioe.ac.uk](http://www.cls.ioe.ac.uk); NICHD, 2007; NICHD, 2010)

### 3. 幼兒照顧者的穩定性亦與幼兒的行為問題相關 (Morrissey, 2009)

- ◆照顧者的轉變愈頻繁→ 期間幼兒的行為問題會增加
- ◆家長應盡量減少轉換照顧者及照護環境，並確保有穩定照顧孩子或與孩子接觸的時段

4. 幼兒期是**執行功能**急速發展的階段，需要相應的環境刺激來助長發展。

# 執行功能 (Executive Function)

- 自我抑制 (self control/ self-regulation skills)
- 工作記憶 (working memory)
- 靈活認知 (mental flexibility)

Center on the Developing Child at Harvard University (2011). INBRIEF: Executive Function: Skills for life and learning. Retrieved from [www.developingchild.harvard.edu](http://www.developingchild.harvard.edu)

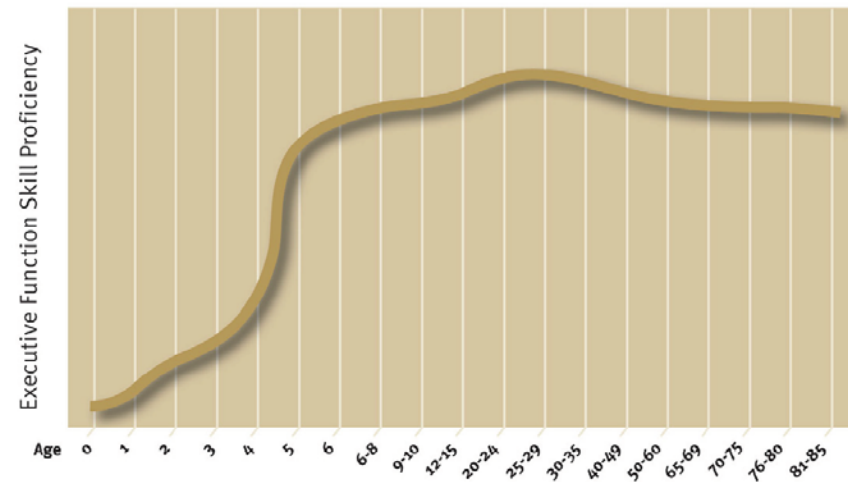
# IN BRIEF | EXECUTIVE FUNCTION: SKILLS FOR LIFE AND LEARNING

A series of brief summaries of essential findings from recent scientific publications and presentations by the Center on the Developing Child at Harvard University.

**Research on the developing brain shows us that early childhood experiences build the foundation for a skilled workforce, a responsible community, and a thriving economy.** A new evidence base has identified a set of skills that are essential for school achievement, for the preparation and adaptability of our future workforce, and for avoiding a wide range of population health problems.

In the brain, the ability to hold onto and work with information, focus thinking, filter distractions, and switch gears is like an airport having a highly effective air traffic control system to manage the arrivals and departures of dozens of planes on multiple runways. Scientists refer to these capacities as executive function and self-regulation—a set of skills that relies on three types of brain function: working memory, mental flexibility, and self-control. Children aren't born with these skills—they are born with the potential to develop them. The

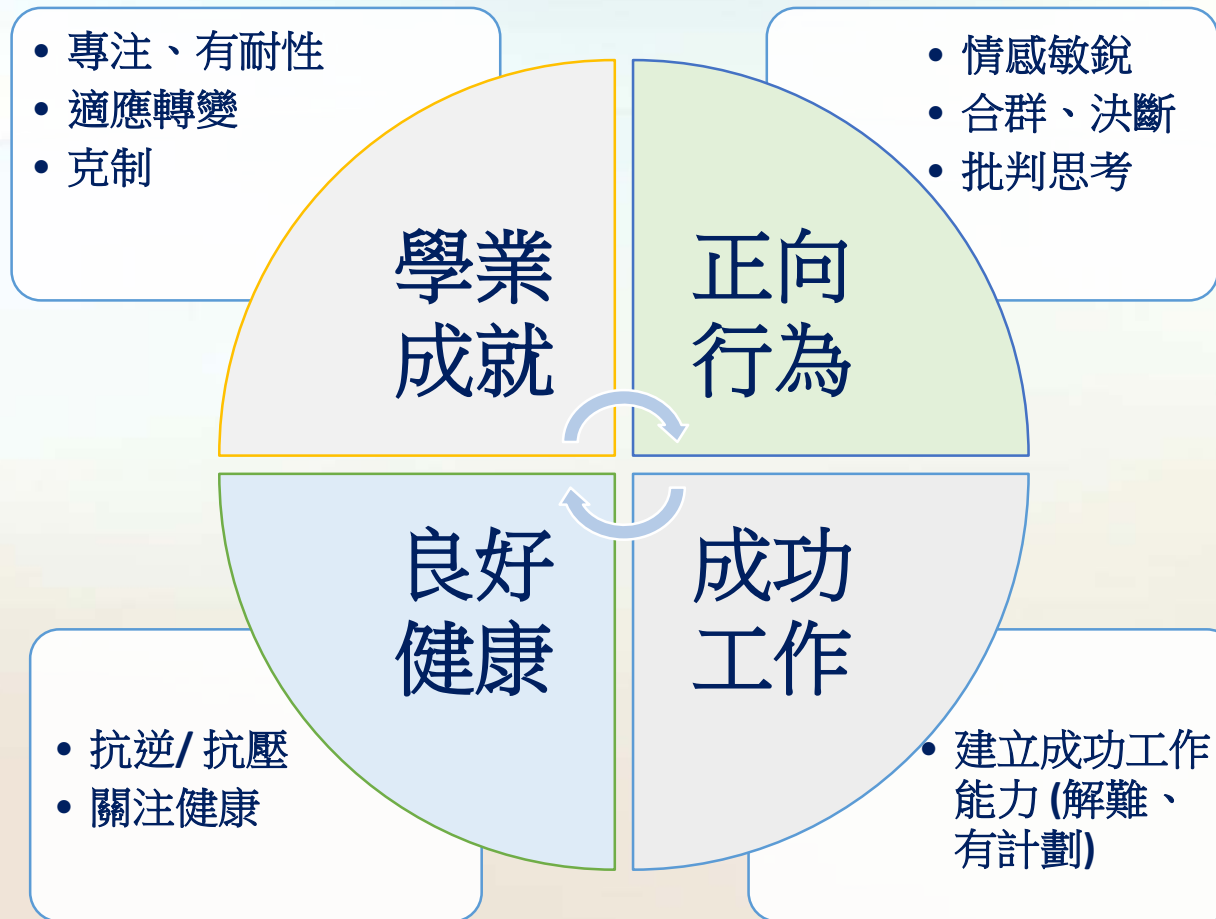
**Executive Function Skills Build Into the Early Adult Years**



Source: Weintraub et al. (Submitted for Publication)

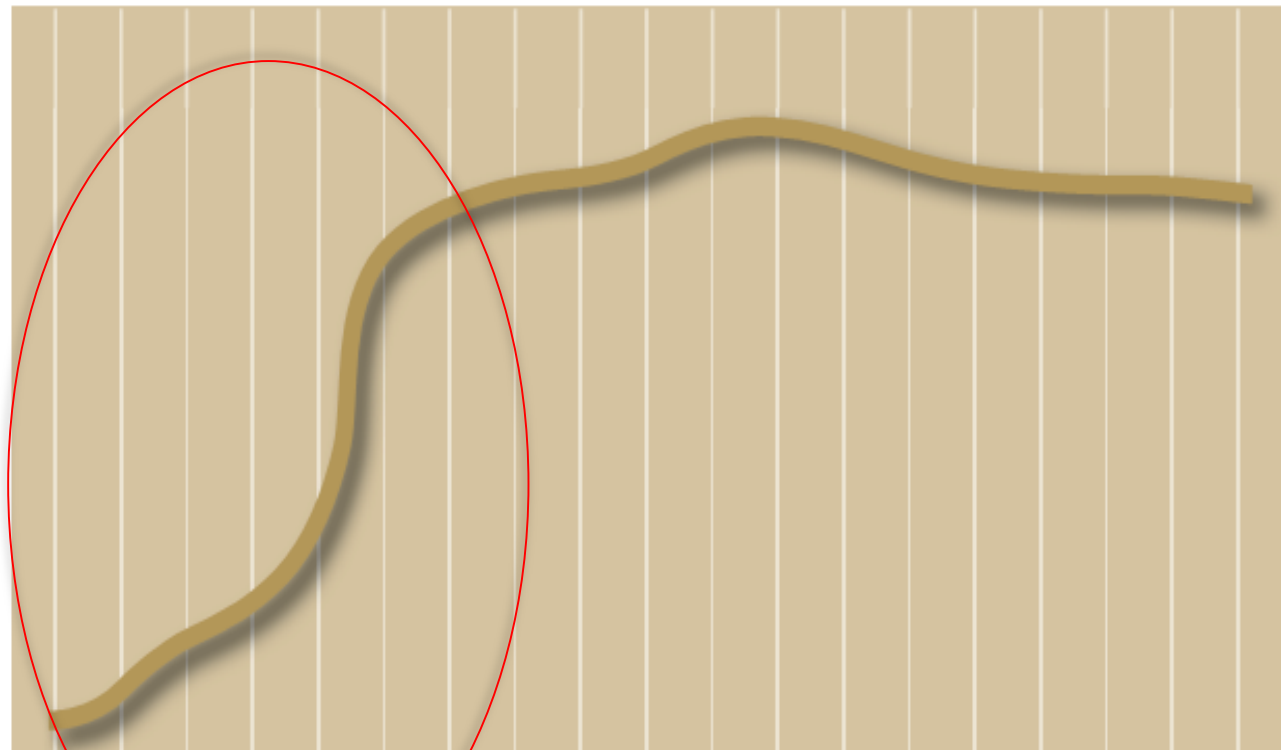
Center on the Developing Child at Harvard University (2011). Building the Brain's "Air Traffic Control" System: How Early Experiences Shape the Development of Executive Function: Working Paper No. 11. Retrieved from [www.developingchild.harvard.edu](http://www.developingchild.harvard.edu)

# 執行功能促進……



Executive Function Skill Proficiency

Age 0 1 2 3 4 5 6 6-8 9-10 12-15 20-24 25-29 30-35 40-49 50-60 65-69 70-75 76-80 81-85



A range of tests measuring different forms of executive function skills indicates that they begin to develop shortly after birth, with ages 3 to 5 providing a window of opportunity for dramatic growth in these skills. Growth continues throughout adolescence and early adulthood; proficiency begins to decline in later life.

Center on the Developing Child at Harvard University (2011). Building the Brain's "Air Traffic Control" System: How Early Experiences Shape the Development of Executive Function: Working Paper No. 11. Retrieved from [www.developingchild.harvard.edu](http://www.developingchild.harvard.edu)

# 建立執行功能的3大要素

## 關係

- 穩定可信任
- 確保安全
- 支持
- 示範技巧
- 引導自立

## 活動

- 引導解難
- 創意、群體遊戲
- 劇烈運動
- 逐步提升

## 環境

- 感到安全
- 探索機會
- 穩定 (經濟、人際)

毒性壓力 Toxic Stress



# 毒性壓力

- 包括虐待、忽視基本需要、家庭經濟困難、家人的精神問題等
- 幼兒反應 → 皮質醇即壓力荷爾蒙增加，負面影響大腦及身體發展 (包括記憶、專注、情緒、免疫功能等方面)



《幼兒情緒大腦建築師 醫生讓你知》(東華三院及香港大學2018)

# 家長可如何裝備孩子「贏在起跑線上」 - 具體行動

- 透過黃金時間(prime time)建立孩子良好的依附關係
- 與孩子多進行娛樂性質的互動
- 支持孩子探索環境，多提供機會及回應其好奇的提問
- 避免毒性壓力

## 精神科專科醫生：考試季節每周3宗新症 成績稍跌 11歲高材生抑鬱 (蘋果日報7.11.2018)

- 家長宜多與子女溝通，如每日用5分鐘問「近排點」，鼓勵他們說出自己感受，當遇到困難時能主動傾訴
- 避免灌輸「非黑即白」觀念，如「讀唔到大學，人生就失敗」
- 盡量一起面對問題，認清問題關鍵
- 多鼓勵、讚揚他們付出的努力
- 以身作則、做好榜樣，包括多分享自己面對困難及解決問題的經歷；讓他們知道挫敗是人生常事，以正面態度面對更重要

- 經常與孩子閱讀圖書和傾談，促進語言和情緒發展
- 讓孩子在生活細節上自主，培養獨立能力
- 確保孩子在有足休息及遊戲時間，作息定時

# ……我們的孩子需要甚麼？

## Top 10 skills in 2015

1. Complex problem solving 複雜解難
2. Coordinating with others 與他人協調
3. People management 人事管理
4. Critical thinking 批判性思考
5. Negotiation 協商
6. Quality control 品質控制
7. Service orientation 服務導向
8. Judgement and decision making 判斷力
9. Active listening 主動聆聽
10. Creativity 創意

## Top 10 skills in 2020

1. Complex problem solving
2. Critical thinking
3. **Creativity**
4. People management
5. Coordinating with others
6. **Emotional intelligence** 情緒智商
7. Judgement and decision making
8. Service orientation
9. Negotiation
10. **Cognitive flexibility** 靈活認知

# 問答時間