

# 如何用“奖励”激励孩子学习？

## 关键是藏在背后的那份“看到你、肯定你”的心意

“期末如果能考到90分,我就给你买想要的礼物!”这是不少“80后”“90后”在学生时期常听到的话。如今,这一代人已然为人父母,面对孩子的期末考试,他们是否延续了父辈的激励模式?

近日,记者走访多所学校,倾听孩子的心声,并与新一代家长深入对话,发现“期末奖励”这一传统教育方式,正经历着从形式到内涵的深刻转变。

□现代金报 | 甬派记者 林桦 万建刚



韩丽洁。受访者供图

### A 重在过程而非具体“分数”

“爸妈答应我,如果期末考试考得好,我就有机会去看《喜人奇妙夜》的全国巡演。”海曙区储能学校丽园校区八年级学生冯虞涵的心愿,并非个例,折射出如今孩子们丰富的期末愿望。

记者随机采访了多名学生,他们的期末愿望丰富而多元:一次充满异域风情的边境之旅、一套动漫主题的黑笔、与家人共享美食大餐……

与过去单纯渴望玩具、零花钱相比,如今孩子们的期末愿望更侧重于精神体验、兴趣满足和家庭情感联结。

与之相应,家长们的“奖励策略”也悄然升级。

与父辈常由家长单方面设定“考到多少分就给你买什么礼物”的模式不同,如今“80后”“90后”家长更青睐与孩子达成“双向约定”。

宁波市惠贞书院四年级学生李岷键的家长表示,孩子主动提出,如果“语数外”都考98分以上,希望奖励他一盒盲盒套装,95分以上则去游乐场,90分以上就去吃一顿大餐。而家长则加码承诺,若三门考95分以上便满足他三个愿望。目前孩子已列出了乐高、迪士尼旅游、吃火锅等多个心愿。

家长们发放奖励的形式,也愈发注重体验与过程。

海曙中心小学雅戈尔校区学生韩丽洁与妈妈约定,如果考得好,就去上海迪士尼和上海天文馆游玩。

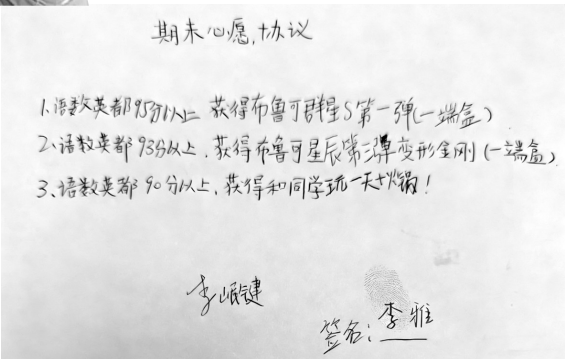
“其实,即使未达标,只要孩子努力了,最后也会满足她的心愿。无非就是想考前激励孩子多努力一点,读书是一辈子的事。成绩不是最重要的,重在努力的过程。”这位家长坦言。

宁波大学附属学校小学部三年级学生孙逸彤的家长,则用孩子心仪已久的滑板作为激励。与韩丽洁妈妈的做法相似,滑板其实已经在派送途中了,不管孩子期末成绩如何,都会获得奖励。

除了约定之外,还有的孩子和家长签了“对赌协议”。

宁波市海曙外国语学校一名不愿透露姓名的妈妈告诉记者,女儿每年春节都会收到一笔压岁钱,如果考试成绩达到理想目标,孩子则可支配压岁钱总额的20%;如果考差了,则只能拿500元,剩下的“充公”,作为下学期的家庭支出费用。

从“家长单方施压”到“亲子协商共定”,从“物质刺激”到“体验奖励”,从“唯分数论”到“重过程、看努力”,新一代父母正试图在激励与压力、奖励与内在动力之间,寻找更平衡的支点。



李岷键与家长  
的“协议”。  
受访者供图



张峻格和他妈妈。受访者供图

### B 一份“戒烟”承诺,胜过千金

当奖励超越了单纯的物质交换,它便能触及心灵,成为家庭记忆中温暖的灯塔。

象山县塔山中学初一学生张峻格的妈妈,依然对其读书时期父亲许诺的“奖励”记忆犹新。

“我父亲是个老烟民,有一次因为我期末考了不错的成绩,他竟主动对我说:‘爸爸为你骄傲,也给你一个承诺——从今天开始,我戒烟。’他真的咬牙坚持了下来。那是我收到过最重的礼物。”她说。

这份以“自我改变”作为送给孩子奖赏的承诺,其分量远超任何有形之物。它无声地诉说着:“你的进步,值得我为你变得更好。”

这位妈妈表示,这份被珍视、被全力回应的感觉,让她深刻领悟到,最珍贵的奖励从来不是物品本身,而是那份“我愿意为你变得更好”的心意。这份感觉,会成为孩子内心长久的力量。

因此,这位妈妈现在奖励自己的孩子,更倾向于侧重精神层面的肯定,并结合有纪念意义的体验。她告诉记者,在期末考结束后,家里主要会做两件事:一是进行一次认真的家庭对话,给予孩子即时、具体的表扬,强化其价值感;二是规划一次家庭活动,比如看一场职业球赛,买一双球鞋,并把这定义为“庆祝你顺利完成一个阶段的学习,也庆祝我们全家能共享激情时刻”,“这种‘奖励’把‘家长的给予’变成了‘家庭的共享’,加强了情感联结”。她说。

同班的王辰硕妈妈也回想起自己童年时,父母一顿用心饭菜,几样简单零食便是最好的奖励,其核心是“真诚的认可与爱”。

现在,她也希望孩子明白:“奖励的真正意义,从来不在形式,而是藏在背后的那份‘看到你、肯定你’的心意。”

### C 科学运用,让“奖励”回归激励本义

奖励机制在具体实践中,效果与挑战并存。

象山县塔山中学初二学生林煌翰的家长王女士坦言,对于自律性尚在发展中的孩子,像乐高套装、迪士尼之旅等这些具象化的奖励,短期内确能提供有效动力,促使孩子更主动地复习、订正错题,并因“被尊重协商”而减少抵触。

然而,奖励的弊端亦不容忽视。王女士敏锐地发现,过度依赖外部奖励容易导致孩子学习动机“功利化”,出现“考好了有什么好处”的疑问,且可能陷入“奖励升级”的循环,一旦奖励吸引力下降或未提前约定,孩子的学习积极性便可能骤减。这也提醒家长,奖励需谨慎使用,避免其侵蚀孩子对知识本身的好奇与热情。

那么,如何让“奖励”发挥积极效用,规避其副作用,真正服务于孩子的成长呢?

宁波市名师陈烈燕从专业角度进行了剖析:

大脑的“奖励中枢”会在获得奖励时释放多巴胺,形成正向反馈,这是驱动孩子学习与完成任务的内在动力之一。但如果奖励的金额过大或过于频繁,则容易破坏“奖励中

枢”的平衡,孩子无法集中于长远目标,满足于即时的刺激中。

所以,运用奖励的核心前提与关键,在于观察孩子是否付出了真实努力,并聚焦于其中的情感价值。奖励的关键是“被认可”的情感价值和“被期待”的过程感。这是对自尊的维护,也是亲子关系的润滑剂。

因此,当你真正看到孩子的努力,无论结果成功与否,都应予以奖励。一个走心的小礼物或一场家庭旅行,都是很好的选择。

建议各位家长,奖励形式应多样化,不必拘泥于物质。像“特权卡”,比如多看10分钟电视、晚饭吃甜点等,往往比金钱更能体现教育意义,因为它们可以帮助孩子学会延迟满足和自我控制。

“若能通过奖励让孩子学会自我管控、为自己的选择负责,那它就是有教育意义的奖励;若只是单纯满足物质诉求,就违背了奖励的初衷。”最后,陈烈燕强调了沟通的重要性,“无论是否答应,都要和孩子坦诚沟通,把拒绝或答应的原因讲清楚,让孩子明白,奖励的多少、形式,和自己的努力程度挂钩,而不是家长的随手施舍”。