

华府首创的华裔老人日间健康护理中心

# Sevita RAINBOW Adult Day Health Care Center 彩虹老人日间健康护理中心

地址: 8400 Helgerman Ct, Gaithersburg, MD 20877

## 彩虹宗旨

真心对待 细心照顾  
耐心辅导 热心员工



- 💡 隶属全美最大的医疗护理机构,正规化、现代化、人性化的管理模式。
- 💡 拥有华人优良传统,积累了十四年专业管理经验和细心的工作人员。
- 💡 完善的医护服务:预约医生,问诊,跟踪健康状况及安排交通接送。
- 💡 在营养师的指导下提供营养美味的早餐、午餐及点心。
- 💡 协助申请各项老人福利(包括Medicaid 和 Medicare)。
- 💡 提供有趣的室内外娱乐及购物活动和中美两国传统节日庆祝活动。
- 💡 全新装修,安全舒适卫生的活动环境。



加入我们吧  
彩虹这头是您  
期待已久的幸福

衷心感谢华府地区的华裔老人的支持!  
在新的一年里我们推出全新打造的彩虹老人日间健康护理中心!

欢迎您来电咨询: 301-987-8889

## 幼儿园被逼学习的孩子,长大后输给了天天玩的“学渣”?

遛娃的时候,碰见其他家长,大家都喜欢聚在一起闲聊几句,在闲聊中就发现自己家的娃,与别人家的娃相差甚远;同样是读幼儿园,别人家的娃“琴棋书画”样样精通,想一想自家的娃还在家里玩各种游戏。

经过对比后,有些家长就会对自己的娃,充满了担心,以后自己的娃会不会比别人的娃落后很多?

答案是,不会!!!

在家无忧无虑自由玩耍了的学龄前孩子不仅不会落后,很可能还会拥有巨大的人生优势!

幼儿园,该多玩点还是多学点?

上世纪六七十年代,来自美国和德国的研究团队分别做过几个相似的长期教育实验,最终得出了类似的惊人结论。

他们跟踪对比了很多来自纯玩型幼儿园(play-based kindergartens)和学术型幼儿园(academic direct-instruction-based kindergartens)的毕业生,比较了这些孩子从幼儿园毕业之后的学术、社交和情绪等方面的表现。

1.刚进小学的时候,发生了什么?

学术型幼儿园的毕业生在小学一年级拥有明显的学术优势,他们的阅读和数学成绩显著优于纯玩型幼儿园的毕业生。

2.到了小学二年级,发生了什么?

学术型幼儿园的毕业生曾经强劲的优势在二年级时变得不明显了,大家的学术水平看起来半斤八两。

3.到了小学四年级,发生了什么?

学术型幼儿园的毕业生曾经拥有的优势一去不复返,到了四年级的时候反而遭遇了学业成绩的下滑,尤其是他们的阅读和数学成绩下滑显著,和纯玩型幼儿园的毕业生逐渐拉开了差距。

4.中学青春期的时候,发生了什么?

学术型幼儿园的毕业生,到了15岁青春期,他们的社交与情绪方面出现了较多的问题,出现不当行为的概率比纯玩型幼儿园的毕业生高出两倍。

5.成人之后,谁会过得更好?

谁更幸福不好判断,但谁更容易进监狱却是明显的。

到了23岁时,学术型幼儿园的毕业生更容易跟人出现摩擦,更容易有情绪障碍,更难拥有正常的婚姻,且更容易有犯罪行为。事实上,有39%的学术型幼儿园毕业生在23岁之前犯过刑事重罪(felony),19%曾经持危险武器攻击别人,而纯玩型幼儿园相应的数据是13.5%和0%。

当然,这些实验的研究对象主要以穷人家的孩子为主,犯罪率被贫困的生活条件所放大了。但这些实验的结果仍然令人震惊不安。到了七八十年代,美国和德国等一系列发达国家都开始逐步叫停各类学术型幼儿园,力图全面恢复纯玩型幼儿园的建设



推广。

为什么会出现这样惊人的结果呢?

著名的心理学家和神经科学家布鲁斯·佩里(Bruce Perry)提出过一个神经顺序模型。这个模型将人的大脑功能,从低级到高级,大致划分成四个层级:保证呼吸和心跳的生存功能、协调肢体的运动功能、调节情绪的情感功能、和进行学习的思考功能。

我们不妨将这四个功能想象成一座四层小楼。

当孩子从一个胚胎开始慢慢长大时,首先发育的是大脑的第一层功能,生存功能。

出生之后的第一年,孩子主要集中精力来练习控制自己的肢体,发育的是大脑的第二层功能,运动功能。

而对于学龄前的儿童来说,认知发展水平相对有限,他们并没有做好“坐下来学习”的生理准备。实际上,他们这时候最需要发展的,是大脑的第三层功能——情感功能。他们需要从生活中学习,从自己有限的已知世界出发来学习。用身体去感受,用情绪去感知。他们需要锻炼的是耐受挫折的能力、调节情绪的能力、社会交往的能力,而不是背负着期望去学习加减法的含义、认识更多的汉字、背诵单词和古诗。

如果我们第三层功能还没有打好基础,就去强行搭建第四层功能,会怎么样呢?对于大脑这栋四层小楼来说,如果低层出现危机,通往高层的楼梯会瞬间崩塌,高层不管多么精致和完美都是白搭。

比如说,一个情绪失控的人,在那一刻是没有理智的思考能力的。更极端的例子比如,当人的生命受到威胁的时候,他只能调动起自己全部的精力去战斗或者逃走,那一刻他无法控制自己的行动、情感以及思维,完全被下意识反应所支配。

在我们所看到的实验例子中,并不是幼儿园期间的学术训练本身造成了不好的效

果——这个阶段的学术训练本身实际上没有任何长期效果。而是学术训练挤占了其他成长的时间和机会。当成年人为孩子们定下详细却不符发展规律的计划时,孩子们就失去了在自由玩耍中成为一个完整的“人”的机会。

原本正是全面修建第三层的黄金时间,但孩子们“被迫营业”,早早被逼上了第四层去赶工,留下第三层摇摇欲坠的“豆腐渣工程”。等到其他孩子修建好了第三层的根基,也随之爬上四层之后,赶工的孩子很快没有了四层的优势,还留下了一言难尽的三层,像一颗定时炸弹一般,随时把他们拽回破败的第三层去不断返工。

学龄前的孩子们喜欢去玩耍,想去和别人进行互动,这恰恰就是他们最需要发育的地方。孩子自己最清楚自己该如何成长。简而言之,不要告诉学龄前的孩子该学什么,请让孩子去自由选择。

自由探索,是最好的学习方式

加州大学伯克利分校的徐维(Fei Xu)教授近几年完成了一系列的对比实验,证实即使是很小的孩子,也可以在自由玩耍的过程中自主进行证据(数据)的收集、整理和归纳。

第一组实验,对象是2-3岁的孩子。

每个孩子被给予一个简单的因果推断任务(哪个形状/颜色能够激活这个实验盒子)。其中指导学习组的孩子直接看成年实验者给他们展示正确的方法。而自由玩耍组的孩子没有任何指导,只是自己独立玩十分钟这些道具。

你猜哪一组的孩子最后测试时的成功率最高?

答案是,基本一样高,均超过70%。

这意味着孩子们从成人的直接指导和自由玩耍中,都学习到了解决该问题的方法。

第二组实验,对象是3-4岁的孩子。

每个孩子被给予一个比较复杂的因果推断任务(两个形状/颜色组合在一起,如何激活这个实验盒子)。与之前相同,指导学习组的孩子直接看成年实验者给他们展示正确的方法。而自由玩耍组的孩子没有任何指导,只是自己独立玩十分钟这些道具。

你猜哪一组的孩子最后测试时的成功率最高?

自由玩耍组43%,指导学习组10%。

这意味着面对这个比较复杂的任务,孩子们通过自由玩耍来解决问题,远远超出了接受成年人直接灌输指导得到的效果。

现在研究界终于开始逐渐意识到,当孩子们自由玩耍和探索的时候,学习能力是多么强大,学习效率是多么高效。相比之下,被动地接受成年人给他们传授课程,大多数时候得到的是双方的挫败与压力。

实际上,不止是孩子,即使是成年人,自由探索和反复尝试也总是优于书本知识和授课式的指导。

纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。

这个道理实际上我们生活中很常见。比方说,成年人多少都掌握了一些两性知识,虽然一开始可能是从学术专业的书籍中学习,从直接观摩教学视频中学习,但如果要学到更多更深入的两性知识,还是得在安全私密的前提下,选择一个相亲相爱的人一起自由探索。

再举个例子,我们带几个新朋友一起玩一个桌面游戏,但是他们从来没玩过这个游戏。很可能我们费尽口舌,讲解规则,说得自己口干舌燥,还是有人没听懂,就是学不会这个游戏。最后我们说:“唉算了不讲了,反正你们玩一把就明白了。”果然,在一起玩了一局桌游后,大家就都明白规则了。

简单来说,当自由玩耍和主动探索的时候,孩子们会——

1. 更好地记住他们获得的新信息;
2. 将问题加工得更加深入,从而理解得更加透彻;
3. 更有积极性,更加专注,更加持之以恒;
4. 高度集中注意力,去获取那些能够弥补他们知识漏洞的信息,即他们真正所需要的知识。

不要告诉学龄前的孩子该怎么做,请让孩子自己去研究和发现。真正的学习,应该由孩子主导,在自由玩耍中自然发生,因为玩耍是学龄前孩子唯一有效的学习方式。

如果希望幼小的孩子有朝一日成为学霸,成为真正会学习、爱学习的完整的人,就把玩耍还给学龄前孩子吧!在孩子们看似瞎玩的过程中,他们学到了他们一生最需要的东西。