

# 家长辅导孩子作业的10点建议

一、经常保持与你的孩子相互沟通,不要光是说教。对孩子所说的话要认真听取,并要作出解答。回答孩子的问题时,不要总是反驳和争辩(反驳使你的孩子情绪更对抗、争论可能使你产生被动的局面);相反,应当用坚定和积极的态度回答孩子的问题。

二、一般说来,不要让孩子自由选择做作业的时间。当你向孩子征求什么时候做作业的意见时,要注意说话的方式。例如:“你愿意现在做理科作业吗?”也可以这样说:“该做你的理科作业了,和我一起到书桌旁来吧。”如果你确实想让他自己做出选择,说话也应尽量带有倾向性。例如:“你是现在做理科作业还是晚饭后做,但如果等到晚饭后,你就不能看电视节目了。”

三、与你的孩子一起制定目标(不要包办代替),在一段时间内固定在一个目标上。开始时的目标不能定得太高,使孩子能有把握实现,随后的目标对孩子就有吸引力了,因而能促使孩子一个接一个地达到目标。

四、期待孩子进步。每个人都会对其他人的期待作出反应

(这是自我实现预言的症状)。如果你对孩子的期待较低,孩子很可能超过你的要求;如果你的期待较高,也不是坏事,孩子同样也会做出积极的反应。

五、使孩子意识到自己的进步,对孩子取得的成绩应给予奖励。在平时,不要对孩子每次做好了家庭作业都给予物质奖励,或许许诺什么。但要进行一些口头鼓励:“你的作业做得很好,我真为你高兴。”“这张图画得真好。”孩子对特别难的作业题能认真思考,并完成得很好,那是值得庆贺的,并给予适当的奖励。

六、实事求是地表扬孩子的成绩。对孩子不加选择地表扬达不到好的效果,况且孩子在一般情况下能够识别:你是在说真话还是在说假话。

七、表扬要具体化。例如说:“10个单词中你有8个是正确的,成绩还不错”,这比“你真不错”要具体一些。具体的表扬可以引导孩子将来的行为。

八、当孩子的作业没有达到你的要求时,不要表现出失望的神情。应激发孩子的力量,尽量避免批评。对于成绩不好的孩子不要总是唠唠叨叨,应当鼓励孩子,使他们树

立信心。家长应看重孩子的价值,而不要过于看重孩子的成绩。

九、态度要热情,语言要幽默。孩子每天做作业就像进行“星球大战”一样紧张是会走向极端的。你和颜悦色地对孩子说:“我很乐意帮助你完成作业。”这会让孩子感到你对他的关心,用不着老是死板着脸对待孩子的作业。偶尔的笑声、笑话,甚至一两次搔痒都可以放松一下孩子的情绪,减少作业负担的压力。

十、有选择地使用计时器和有益的竞赛活动。对于有些孩子来说,使用计时器做作业能集中孩子的注意力,激发他们学习的自觉性。而对于另外一些孩子来说,使用计时器可能产生忧虑不安的感觉。如果你的孩子是属于后者,就把计时器拿开。一些孩子乐意与其他孩子进行学习竞赛,并希望自己的成绩不断提高,如果你的孩子是属于这种情况,就鼓励他经常参与这种活动,但要注意,与朋友、同学的学习竞赛可能造成威胁感和负疚感,特别是当你的孩子常常处于落后状态的时候。

(欣欣)



## 盘点男孩女孩不同教养方式



### 适当“穷养”少攀比

“从来纨绔少伟男”,从发展心理学角度讲,过多的物质享受可能导致男孩出现攀比心理,物质需求的无限度满足会让男孩缺乏坚强的意志和男子汉的担当。因此,男孩最好“穷养”,不要事事以孩子为中心,搞特殊待遇,这样才能避免把孩子养成追求物质享受、奢侈浪费、不懂爱,也不懂感恩的纨绔子弟。

“穷养”不代表不给孩子买好吃的、好玩的或漂亮衣服,更不能克扣孩子的正常需要,否则可能会把男孩养得缺乏自信和智慧。“穷养”的内涵是,不要不顾自身经济状况,一味满足孩子的要求。首先,应理性引导男孩认识到坐享其成是一种耻辱,并主动抵制这种行为。其次,要尊重性地“穷养”。比如男孩闹着要买玩具,家长不要随口呵斥或拖走,而要耐心引导。可以学学美国人,即便是富豪子女,也要外出打工赚钱,来买



### “富养”女孩气质佳

俗话说,从来富贵多淑女。中国自古就讲究富养女孩,从行为心理学角度讲,女孩什么“好东西”都见过了,就相当于“脱敏治疗”,使孩子长大后不容易被浮世的繁华和虚荣迷惑。家长可从小带女儿出入各种场合,外出旅行,能开阔视野、增加阅历和见识。同时,要让她们感受到家庭的温暖和浓浓的亲情,具备值得被爱的资本。

但富养女孩不是穿金戴银,不是百依百顺地娇惯和溺爱,而是给予精神上的富足,最终培养出气质高贵的女孩。否则,再富有的女孩也可能因“心穷”而困苦。



自己所需的东西。

### 学会放手促独立

男孩比女孩更需要自己的独立空间。放手教育不是让孩子放任自流、不闻不问,而需要父母在放手的同时抓好孩子的生活教育,约束一言一行,让孩子学会与人相处必需的宽容、理解和忍让,形成健康完善的人格。需要注意的是,不要压制男孩的反抗行为,而要反思和理解反抗背后的心理原因,找到解决办法,否则可能会阻碍男孩的心理发展。

### 勇气培养不胆小

生活中,我们常会看到这样的景象:女孩在路上看到狗,吓得躲在妈妈身后,甚至放声大哭;打碎碗筷,便缩在墙角,生怕受到责骂。不少家长往往火冒三丈,觉得孩子扭扭捏捏,很没出息。其实,这是由女孩的天性决定的。

女孩天生内心柔弱,她们的成长需要一种叫“勇气”的养料,父母一定要及时给予。出现上述情况时,父母要学会用正确的态度引导女孩的行为,切不可带着情绪呵斥、指责,否则孩子会越来越胆小。爸妈们还要了解女儿的那些小女生心理需要,比如获得关爱的小手段、随年龄增长而来的小虚荣心。

### 挫折教育变坚强

一项调查显示,70%的未婚女性觉得男友“性格软弱”,“没有担当”,称他们为“奶嘴男”。这主要因为父母喜欢用爱把孩子包裹起来,帮他安排好一切,使男孩变得柔弱,拒绝成长,受一点委屈和打击就回避、退让或放弃,即“蛋壳心理”。

家长可以适度给男孩一些挫折教育,让“生鸡蛋”经过蒸煮,内心变得坚强。其一,可要求男孩做些力所能及的事,如照料一盆花,每天浇水,定期施肥,让

### 家庭和睦不孤僻

有教育心理学家曾对30个家庭的孩子进行了为期10年的跟踪观察,其中男女各半。专家发现,一些经历过父母离异、家庭变故的孩子会因为家庭环境不和谐而逐渐堕落,其中大多数是女孩。这是因为女孩对家庭幸福感的感受较男孩更高,当她感觉不到家庭温馨时,很可能下意识地向外界,别人去索取,容易走入极端、暴戾、孤僻的状态,陷入早恋、学坏等歧途。因此,养闺女要拿出更多的耐心与爱心,为孩子营造一个温馨的成长环境,让我们的女孩在和谐幸福的家庭氛围中,成长为幸福的公主。父爱母爱都要有

俗话说,女儿是妈妈的贴心

孩子体会到做任何事都要付出艰辛的努力。其二,孩子往往行动的目的性和计划性不是很强,做事有头无尾。家长可适时鼓励孩子,让他们学会自我激励,有始有终地做好每一件事。其三,学习或生活中遇到挫折,帮孩子客观分析原因,引导其以正确心态面对挫折。如“这次虽然没得到名次,但比以前有进步”;“唱歌不行,可你数学不错,争取参加奥数竞赛”等。

### 言传身教靠父亲

研究发现,每天与父亲接触不少于2小时的男孩,和那些一周与父亲接触不到6小时的男孩比,人际关系更融洽,更具有进取精神和男子汉气概。

男孩的性别认同与父亲的榜样效应分不开。幼儿期的男孩需要从对妈妈的依恋中走出来,逐步接纳爸爸和其他人。随着成长,父亲越来越成为男孩的典范。假如父亲很少帮妻子做家务,那男孩也会理所应当不做家务,因为在他们的头脑中已经

形成这样的印象——做家务是女人的事情,男人有权不去帮忙。父亲要适时言传身教,告诉孩子如何与人相处、人际交往要保持什么样的距离;明确规则,培养他们的自控能力,让男孩自己去把握行为的“度”。

### 探索好动别干涉

科学家发现,男性荷尔蒙让男孩动个不停,喜欢探索。在爸妈眼里,他们是整天烦躁不安、调皮捣蛋的臭小子。男孩调皮捣蛋的背后却意味着动手能力、创新能力强。家长要合理利用这一特点,不干涉男孩的创造性活动,不要给他们过多的限制和保护。无论对孩子来说多难的事情,比如做船模、爬树等,都该先让男孩去试一试,就算是最终放弃,也该是孩子自己的主意,而不是爸妈的阻止。特别闹腾的男孩不妨先随他去,让他跑够了、疯够了,能量释放完了,再陪他玩些安静的游戏,或画画、看书等。

小棉袄,意思是女孩温柔体贴,能与妈妈心灵相通。与父子关系相比,母女关系往往更亲密,能带给女孩与人沟通、交流的经验,帮女孩构建亲密关系,使她感受到更多的情感支持。

父亲对女孩的身心影响也非常大。美国和新西兰的一项联合研究表明,父女关系好,不仅对女孩的心理影响大,还通过神经和内分泌左右女孩的发育。心理学大师弗洛伊德认为,父亲是女儿形成女性气质的引导者、支持者和认可者,对儿童性别角色的分化具有很大作用。

### 经常谈心多倾听

中国父母喜欢站在一个权威者的角度,向孩子发号施令,告诉孩子不要怎样、要怎样,或

是再三叮咛,安排好孩子的一切细节。英国著名教育学家赫·斯宾塞曾说过,家长一般很少习惯于做道貌岸然的训导者。然而,在训斥中长大的女孩可能自主性较差,不会主动做事,而需要人提醒,习惯听从命令,依赖性较强;也可能反抗心理强,听不进去任何意见。

家长和女儿之间要多谈心,才能心连心。首先,父母的语调要柔和,是朋友式的交流。女孩是非常敏感的,稍微严厉的语调都会让她们彷徨无措。其次,少使用“要”、“不许”等词汇,最好换成“你觉得”、“试着去做”等。再次,和孩子多“谈心”。“谈心”是只问问题,不讲道理,不分析的教育放松,只有倾听,给女孩全身心的包容。