

陪孩子写作业是母亲一个人的任务吗？如果换成父亲来陪写作业，需要注意哪些地方？父亲如何在陪伴的过程中帮助孩子成长？听听专家和家长的建议吧。

父亲如何有效地陪伴孩子写作业？



邹怡明 绘图

宋先生 公务员 儿子10岁

从监督转向支持，鼓励孩子主动思考

我妻子是一名儿科医生，工作特别忙，孩子主要由我来带。在陪孩子写作业这方面，我曾经走弯路，和孩子闹得脸红脖子粗，结果自己生了气，孩子作业还是完成得不好。经过反思，我逐渐调整陪伴方法，如今已和儿子磨合得非常顺畅。

我认为陪孩子写作业的核心不是监督他完成，而是要保护孩子的学习

兴趣，培养其学习能力。所以当儿子不会做数学题抓耳挠腮时，我的第一反应不再是“赶紧给你教会了”或者“时间太晚了，我替孩子写吧”，而是先问自己，“他现在需要答案，还是解决问题的信心？”所以我先安抚孩子让他心情放松，等他情绪稳定后再启发他正确思考。

我用“提问”代替“讲解”，耐心地听孩子说出解题思路，发现其中的

错误时不直接否定，而是通过提问题引导他关注解题步骤，慢慢想到正确的逻辑。当孩子卡在计算环节时，我没有直接给出正确答案，而是拿出他爱玩的积木分堆演示，用他熟悉的实物工具重新表述问题，降低抽象难度。因为低年级孩子的思维依赖具象，把数学题目“翻译”成生活场景，才能帮助孩子克服理解障碍。

等这道题解决后，我会鼓励孩子，“你刚才虽然算错了，但敢说自己的想法，还能知错就改，说明你愿意主动思考，是爱学习的表现。”我用这种具体反馈替代空洞表扬，让他树立信心，学会正确的学习方法。

如今，儿子不再一遇到难题就沮丧放弃，而是先自己想办法，实在不会才请教我，我们的关系变得更亲密了。

钟先生 保险从业人员 儿子12岁

父亲陪写作业不止要“盯进度”，更要成为其成长引路人

以前，因孩子作业错得多，我总是忍不住批评他，导致孩子抵触写作业。现在，我意识到，陪写作业不是简单的监督，更是参与孩子成长的重要契机。

“爸爸，这道数学题我总也算不对。”前几天，孩子在写作业时向我求助，我赶紧放下手中的工作，坐在他

身旁，没有直接给出答案，而是拿出草稿纸，和他一起梳理解题思路。

在孩子上小学三年级时，曾因怕写错字而不敢下笔写作文，我爱人陪伴时多次提醒“别写错”，反而让他更加紧张。后来我接手陪写，没有纠结于字词对错，而是先和孩子聊起学校

里的趣事，引导他把想表达的内容口头说出来，再鼓励他逐句写下来。“爸爸说，先把故事讲清楚，比字写得漂亮更重要。”孩子渐渐克服了对写作的恐惧，作文成绩也稳步提升。

这样的做法都是我调整后的结果。此前，我总是忍不住批评他，导致孩子

抵触写作业。后来我调整了方式，做对题目时，我会追问“你是怎么想到这个方法的”；做错时，会和孩子一起分析“哪里需要改进”。如今，孩子遇到难题时，第一反应是“找爸爸一起想想”。我认为，这种陪伴能帮助孩子建立自信心，也能让孩子感受到完整的家庭关爱。

李先生 工程师 女儿8岁

把“写作业”变成孩子可以自己通关的小游戏

说起陪孩子写作业，相信很多家长都很犯愁，其实很多时候是我们家长把问题想当然化了，认为作业难度就是这样、很简单，但对孩子来说这就是新知，很多时候孩子不明白其中的内容，更理解不了，这就会产生矛盾。这时候，家长往往解决不了孩子的认知问题，也解释不好题目的细节，常常就会生气、发脾气。所以，我觉得不管是爸爸还是妈妈，陪孩子

写作业首先要处理好自己的情绪，千万不要带着情绪去陪孩子写作业。与此同时，孩子写作业的时候，家长一定要给自己和孩子留够充足的时间。有些家长会催促孩子：“赶紧写作业，我还有很多事情要干呢。”这样无形中会给孩子制造一种焦虑，反而不利于孩子写作业。给孩子一个宽松包容的学习环境，这点也很重要。

接下来就是平静地面对作业。试

想为什么写作业那么困难呢？玩游戏，孩子就从不用家长陪，总能找到高兴的玩法。所以，我陪孩子写作业的时候，主打把“写作业”变成孩子可以自己通关的小游戏。一般，我跟孩子坐在书桌前后，我会问孩子今天在学校开心吗？有什么好玩的事情？……通过闲聊逐渐把孩子的注意力集中在学习上。接下来统筹一下今天的作业，我会跟孩子一起把这些作业分成一个

一个的任务。孩子每完成一个任务，我就会跟孩子来个击掌之类的小姿势，每半个小时，我们也会一起去喝口水，上个厕所啥的。通常孩子写作业的时候，我会在旁边工作——在孩子眼里，这是我的家庭作业。等完成作业后，我们还会用手机拍一张“写完的作业+孩子笑脸”，当场给孩子看，说：“这就是今天的高效模式，明晚我们继续。”

国家开放大学教育学院副教授、基础教育系主任 王海平

摆正位置，采取适当方法帮助孩子悦纳自己

陪孩子写作业，很多家长可能会有崩溃的经历，这是正常的过程，家长不要一味地埋怨孩子，应该进行反思。“你觉得这个题很简单，孩子为什么就不会？”其实反过来想想，孩子就应该不会，因为你已经学过很多知识，很难再回到孩子的状态。比如辅导孩子做数学作业，有时候大人觉得这道题不难，那是因为你学过方程，会不自觉地把这个方法直接带进去，因为学过更高级的办法，容易把原来的办法忘了但孩子在这个阶段还没有学过，这时候他就不会了。所以在辅导作业时，要理解自己，理解孩子，找到方法，彼此成长。

父亲在辅导孩子的时候，一是要摆正位置，知道作为家长应该处于什

么样的角色状态中。要知道自己不是孩子的老师，没有办法像中小学老师那样给孩子系统讲解相关知识点，毕竟在这方面你没有孩子老师专业。而且父亲也不是孩子，不能完全替孩子做事情，辅导作业不等于家长要替孩子完成作业。家长要做孩子的支持者，成为“潜水艇”式父母，就是说孩子不需要的时候潜在水底，需要的时候，马上浮上来去做该做的事情，这个定位很形象地说出家长在亲子关系中扮演的角色。

二是要给孩子留足自然成长的空间。例如，当孩子向父亲展示自己的作业或者作品时，其实是想让父亲欣赏、表扬自己，不是想得到批评。父亲应该在孩子需要赞赏的时候不吝惜表扬，而不是马上纠错、找问题。等

过一段时间，就会发现孩子有自己的想法，同时内化了一些家长和老师说过的内容，并随着日常实践慢慢融进去。我们应静待花开。

三是要采取一些适当的方法，比如通过共同做游戏的方式提高孩子的学习兴趣，调动他的积极性，也让他看到自己的隐藏实力。

四是要给孩子讲一些道理，让孩子理解后悦纳自己，然后按照这个原则去做。比如背英语单词，孩子刚开始觉得很困难，父亲要把问题归因在孩子还不够努力、方法还没有掌握等方面，绝对不能说“你太笨了”“能力不行”，长期这样会造孩子习得性无助。如果孩子反映自己已经很努力就是没背下来，父亲可以告诉他有一个规律记忆，即遗忘

是有规律的。按照规律不断复习，慢慢地才会忘得越来越少，这个时候才算记下了。总之，父亲在陪伴孩子成长的过程中，具有不可代替的作用，父亲要当好孩子成长路上的导游与伙伴。

本报记者 任洁 周美玉 杨琳琳



更多精彩欢迎关注
“北京市家庭教育研究会”微信公众号

家庭教育指导服务“养育新观察”系列
直播由北京出版集团父母必读杂志社、北京
市家庭教育研究会主办