

# 辅导作业，父母为啥忍不住火大

□ 李峥嵘

## 学有道

用心理学提高学习力



1月24日是国际教育日，今天我们聊聊家庭教育中的作业辅导。近日多地报道了家长因为辅导孩子作业气到生病：宁波徐女士呼吸性碱中毒，手脚发麻、不能呼吸；江苏一位妈妈心脏大血管撕裂；杭州一位妈妈同时监督两个孩子功课，情绪激动到颅内出血。这三位母亲经过抢救已经转危为安。但也让读者惊呼，家庭教育如此严峻了吗，居然要豁出性命来辅导功课？

### 有些家长掉进了心理陷阱

所谓不写作业母慈子孝，辅导作业鸡飞狗跳。新闻里的几个孩子到底有什么严重的问题让母亲们如此生气？其实，不过是写作业过程中总出现错误。事后理性反思，根本不至于如此着急上火，但是身在其中的父母为什么屡屡气出病？

其实，新闻背后是有三种心理陷阱——重复性愤怒、严重挫败感和恐慌性焦虑。很多家长生气之处在于孩子的错误是重复性出现的，而家长使用的教育方式也是反复说教，家长会越说越生气，已经教过很多遍了，怎么还是记不住？由此质疑孩子的学习态度；加上考试成绩不佳、学校要求打卡、跟其他孩子对比，家长愈发生严重的挫败感；潜意识里更会担心孩子的学习能力和智力发育水平影响未来的升学、就业，对未知的恐慌又加重了莫名的焦虑。

要想解决作业问题就要认识到，无论是生气也好，打骂也罢，对提高孩子的学习能力是无济于事的。父母逼得

越紧，越可能适得其反。

### 留出心理距离，孩子才有成长空间

从脑科学来说，进化让人类在面对恐惧的时候会有三种基本表现：战斗、逃跑或者呆住。

有的孩子被责骂时会发脾气、哭闹甚至扔纸笔等攻击行为；有的是逃避，表现为磨磨蹭蹭、拖拖拉拉；还有的看起来呆呆傻傻，左耳朵进右耳朵出，好像大脑进入了一个死机状态。其实都是大脑进入了一个应激反应，也是一种心理防御机制，屏蔽掉来自外界的恐惧刺激。研究还发现，经常被打骂的孩子会增加压力性激素的分泌，影响长期的记忆力和理性思考能力。

如果家长不理解大脑的运行机制，就可能指责孩子态度不好，加重打骂。即使不发脾气，家长过于在意孩子的学习、过度干涉，反而会阻碍孩子的自主学习节奏，增加了不必要的紧张，打断了心流状态。俗话说得好，有心栽花花不开，无心插柳柳成荫。孩子的大脑发育、学习能力的培养，需要包容、理解、轻松、支持性的教育环境，留出心理距离，才有成长空间。

### 家长应在心理上和孩子适度分离

在我的教育书《孩子的问题是问题吗——智慧父母必知的心理生长秘密》里专门讲过，所有为孩子学习过度焦虑的父母，在心理上都是没有和孩子适度分离，把自己和孩子捆绑得太紧密，把孩子的学习进步看成自己的荣耀，把孩子的学习挫折看成自己的挫折，把孩子的学习自主要求看成对



视觉中国供图

父母权威的反抗。

同时，很多情绪失控的家长、气到爆血管的家长，也不妨反思一下自己的教育理念。《木匠与园丁》这本书把教育理念进行了形象的比喻，一种是将孩子视为可以随意雕刻的木匠，一种是将自己当成用爱浇灌花园的园丁。书中认为，家长妄图依照一个理想模型来塑造孩子，因此对孩子事事上心、处处付度，这种木匠式养育根本就是徒劳的。它除了带给为人父母无穷的焦虑、自责和挫败感，带给孩子生活在父母期望之下的压抑感之外，别无益处。

最近有一个流行段子：为什么一些年轻人想放弃大城市的工作回农村？答曰：因为水稻不会在半夜十二点打电话，说它明天想结出来几个芒果。我们看完都会会心一笑，明白槽点在哪里。

就像我们不会向一棵苹果树要栗子，也不会期待荷花在冬天绽放，为什么我们会强求孩子一定要在某年龄学会某种知识、掌握某种技能？孩子遇到学习障碍，是给大人机会理解他、帮助他、一如既往地爱他。

正如《木匠与园丁》一书中所说：爱的意义不是塑造我们所爱之人的命运，而是帮助他们塑造自己的命运；不是为了向他们展示道路，而是为了帮助他们找到自己的道路，哪怕他们所走的道路不是我们选的，也不是我们能为他们选择的。

家长以享受过程代替追求结果，以弹性学习方式代替统一规划，以强大的自信和耐心等待花开，尊重孩子的多样性，孩子才有无限的可能性。

（作者系教育科普作家）

## 这副春联的寓意你看懂了吗

——探寻春联（二）

□ 顾军

我国在历史上是以农牧业为主的社会，这在春联中能够体现出来，例如：五谷丰登户，六畜兴旺家。

五谷本来是指五种谷物，但到底是哪五种谷物，并没有非常确切的说法，有人说是指稻、黍、稷、麦、豆，也有人说是指稻、稷、麦、豆、麻。“五谷丰登”的“五谷”是粮食作物的总称，“五谷丰登”的意思是年成好，农作物有很多收成。在古代生产力比较落后的情况下，五谷丰登反映了人们希望风调雨顺、国泰民安的美好愿望。

六畜是指马、牛、羊、猪、鸡、狗六种禽畜。古代的马用于骑乘、拉车和载重，在战争和劳作中作用很大；牛主要用于耕田犁地，能够替代人力；羊是祭祖祭神之物，被视作吉祥的象征；猪具有食性杂、繁殖力强、生长速度快等优点，因此猪肉是主要的食用肉类；鸡能报晓，预报黎明、催人早起；狗既能守夜，又能帮主人狩猎。“六畜兴旺”指各种牲畜、家禽繁衍兴旺。

在这副春联中，从“户”和“家”两个字的字形演变过程中，也能体现我国传统的建筑与祭祀文化。

先来看看“户”。户的甲骨文和金文都像单扇的门形状，是一个象形字。户本来与门相对，因为门的甲骨文和金文都像两扇门，门和户本来各有分工：门设在院落和里巷；户设在教室和房，与堂相通。古代的宫室，前面是堂，后面是室，古人用“登堂入室”表示登上厅堂后进入内室，比喻学问或技能从浅到深并达到很高的水平。从字形来看，从小篆、隶书到楷书，“户”逐渐符号化。从意义来看，后来户和门不再区分，而是泛指门。



“家”的字形演变

再来看看“家”。甲骨文和金文的“家”都是由外面的房子和里面的公猪两个部分构成的。房子后来写作“宀”，有不少带“宀”的字与房屋有关，例如室、宫、安（用房子里面有个女性表示安全）等，所以“宀”表示“家”的意义。公猪后来写作“豕”的字形，“豕”读jiǎ，表示“家”的声音，同时表示“家”的意义。可见，“家”不但是会意字，还是形声字。

在甲骨文中有一些关于祭祀的记载

使用“家”，如“其侑报于上甲家”“子于母辛家”等，因此“家”本来是祭祀的场所，也就是宗庙。古代帝王祭祀社稷时，牛、羊、豕三牲全部具备，叫太牢。在古代祭祀中，太牢的礼仪是最为隆重的。除了太牢，还有少牢。少牢就只有羊、豕，而没有牛。古代的天子才能使用太牢之礼，诸侯、大夫及其以下人等只能使用少牢，否则就是越礼。而平民百姓的祭祀，献上少量的瓜果和肉，已经足够表示对神的诚意了。正是由于在祭祀之时常用猪作为祭品，而母猪有繁殖后代的作用，不适合作为祭品，所以“家”的字形中会有公猪。

“家”可以用来指“住房、住所”。《汉书·司马相如传》：家徒四壁立。用“家徒四壁立”表示住房极其简陋，形容家中十分贫穷。“家”还可以表示“家庭、家族”的意义。《孟子·梁惠王上》：百亩之田，勿夺其时，数口之家，可以无饥矣。意思是：每家人有百亩的耕地，如果官府不去妨碍他们的生产季节，几口人的家庭就可以不挨饿了。

（作者系广西语言学会理事、文学博士、桂林电子科技大学外国语学院汉语国际教育系教师）



“户”的字形演变

