

编者按



生活中，你和孩子斗智斗勇过吗？家长绞尽脑汁想让孩子听话、懂事，希望他成为自己心目中“完美”的孩子，但有的时候并不如愿。父母之爱子，则为之计深远。为什么我们很爱孩子，孩子却离我们越来越远？

今日女报/凤网全媒体专栏《辣妈研习院》全新升级。每周一期，聚焦网络热点亲子教育话题，特邀亲子专家细致剖析孩子的成长问题，缓解育儿焦虑，助你用智慧和爱陪伴孩子成长。

家庭教育·咨询互动类栏目

辣妈研习院

王建平博士家庭教育
比陪伴



亲子专家 王建平博士

作业熔断

前段时间，常州一小学关于“作业熔断”的话题，引发了社会的争议。校方宣布本学期启用作业“九点熔断机制”，即超过晚上9点无条件停止作业，未完成的作业隔天也不用补做，目的在于让学生拥有充足的睡眠，保障身体健康。

而随后的调查显示，68%的家长表示支持作业“熔断”机制，但有38%的家长认为，作业“熔断”机制可能会造成孩子故意拖延写作业时间。

那么家庭作业到底该如何布置才能发挥最大教育功效？家长究竟该如何陪孩子完成作业？

孩子对待作业的态度，就是对待人生的态度

对于作业量的问题，“双减”文件讲得很清楚，有刚性的规定：如小学一、二年级不布置书面家庭作业；三至六年级书面家庭作业完成时间不得超过60分钟；初中家庭作业完成时间不得超过90分钟。适当的家庭作业有助于孩子巩固在学校所学的知识，培养孩子的自我管理能力和自我管理能力。

但作业之所以异化，关键在于一些人只是把作业作为巩固知识、提高考试成绩的工具。所以很多家长，包括老师会不断地给孩子增加作业量，试图简单地通过量的增加，达到提高成绩和分数的目的。但机械化的低水平重复刷题只会消减孩子对学习的兴趣，占用孩子发展社交、运动和其他生活技能的时间和空间，这才是要反对的。

那么，家长到底要不要陪孩子做作业呢？对于这个话题，现在也有争议，有人认为该陪，有人认为不该陪。把三个儿子全部送进了斯坦福大学的教育博主陈美龄给出的建议是，陪孩子做作业，直到初中。我是很认可她这个建议的。家长不仅要陪，还要负责任地陪。当然，这种陪不是盯着孩子一笔一划，写错一个

字就要“河东狮吼”，而是随时为孩子提供学习帮助，建立起好的学习习惯。

一位真正负责任的家长，应该做到：知道孩子当天的作业内容是什么；知道孩子最近学习哪方面的知识；知道孩子在作业上遇到什么困难；知道孩子哪门课的知识存在短板……这些内容看似很多很细碎，但只有家长狠抓作业，孩子的学习质量才有保证。你不要指望一个小学生会有多自觉，家长不闻不问，孩子就要多敷衍有多敷衍。从作业中，不仅能看出孩子的学习态度，也能看出家长的重视程度。那么，家长平时应该如何陪孩子做作业呢？当孩子写作业时，关掉电视，放下手机，为他营造一个良好的学习环境。孩子遇到问题时，先让孩子独立思考，自己解决不了再帮忙，当孩子作业字迹潦草时，要提出要求，督促改正。平时多加鼓励，树立孩子认真书写的信心。

态度决定一切。孩子对待作业的态度，就是对待学习、对待人生的态度。家长也要重视起来，孩子的好成绩，就从做好一份作业开始。

家庭教育·成长改变类栏目

慧妈手记

父母的“不在意”，让不爱音乐的他成了世界顶级音乐大师

近日，日本著名音乐家坂本龙一去世。中文互联网上悼念之声不绝，曲终人未散。他最为中国人熟悉的作品是为电影《末代皇帝》创作的配乐，这部作品也拿下1988年的奥斯卡最佳原创配乐奖。他还被王菲唱进了歌里。

作为日本顶级作曲家、国际上享有盛名的电影配乐大师，他几乎揽遍了所有殿堂级音乐奖项：英国电影学院奖、奥斯卡最佳配乐奖、金球奖、格莱美奖……

但不为人知的是，这样一位世界级的音乐大师，却在他的自传《音乐即自由》中透露，最初，他并不是一位对音乐热爱的孩子，甚至中途还放弃过……

1952年，坂本龙一出生于东京。父亲是知名出版社的图书编辑，母亲则是自由设计师，热爱现代音乐。在这样的氛围下，坂本龙一从出生起就深受文化与艺术的熏陶，3岁开始学习钢琴，5岁就创作了人生第一首曲子《小兔之歌》。

尽管从小就展露出了音乐天赋，但坂本龙一却在自传《音乐即自由》中透露，他最初对钢琴并不喜爱，只是因为“母亲选择的幼儿园，碰巧有机会弹钢琴。如果当时读的是别家幼儿园，或许之后的人生会有相当大的不同，说不定就不会走上音乐这条路了”。

父亲和母亲都很重视对坂本龙一的教育投入。尽管收入不算太丰，还是为儿子买了一架钢琴，并送他去跟德山寿子老师学音乐。但有些“奇怪”的是，尽管父母发现坂本龙一有音乐天赋，也积极地朝这方面培养，但他们对结果并不在意，未曾强迫坂本龙一去做任何选择。坂本龙一说，就拿学习钢琴来说，“不管是我还是母亲，对此都不是很积极，只是抱着姑且一试的态度”。

而他自己，虽然学钢琴很早，但一直不是很用功，甚至到初中阶段因为加入篮球队还有过近半年的放弃。

他在书中写道：“打篮球有时候会弄伤手，

因此不适合弹钢琴的人。父母和钢琴老师当然反对我加入篮球队，但是我还是想打球。那时候，我满脑子只想着要受人欢迎，根本没有其他理由。‘是要继续学音乐，还是要打篮球？好好选一个！’被问到这个问题时，我很干脆地回答要打篮球，于是就不再去上钢琴课和作曲课。好不容易才开始学作曲，结果没学多久就这样放弃了。开始学作曲时，历经许多波折；要放弃时，又是闹得鸡飞狗跳。有三个月到半年的时间，我真的放弃了音乐，全心投入打篮球，但是那段日子里，我逐渐觉得自己的体内好像少了些什么。一开始，我不知道究竟是少了什么，但是过了一段时间后，我发觉到，少掉的东西就是音乐。到头来，我又回去找钢琴老师和作曲老师，这次是我自己低下头来拜托他们：‘请让我回来上课。’那是我第一次积极主动地下定决心学音乐。我察觉到‘自己原来是如此喜爱音乐啊’，一旦放弃之后，我才了解到这个事实。有些人离了婚之后，又与同一个对象复婚，或许我的情况就像是这样。自己主动去思考真正想做的事情，我想这应该是人生的头一遭经验。”

或许对我们能有所启发。现在，越来越多的家庭好像都能做到第一步，即给孩子尽可能大的教育投入；第二步让孩子认识世界后，还能够放手，让孩子自己去做选择，却很少做到。坂本龙一似乎证明了：自己选择的道路，会走得更坚定一些。

曾经看过一本书——《50个教育法》，作者是香港歌星陈美龄，她把三个儿子全部送进了斯坦福大学。她在书中提到的一个很重要的教育理念就是要让孩子去选择，学会如何做判断。她的大儿子，在中考结束后，想自己选择高中。并且放弃了已经考取的排名前三的学校，选择了有骑马和野营的、排行第七的学校。换做其他父母可能早就跳起来坚决反对，但陈美龄尊重

孩子的选择。

陈美龄认为必须从小让孩子学会判断，她说：用自己的头脑思考，判断状况，独立做出抉择，最后对结果负责的整个过程，在培养出能做出正确判断的孩子方面，是一项不可缺少的训练。事实上，这个选择非常正确，她的大儿子在高中获得了优异的学习成绩，同时在体育、艺术等方面有全面的发展，顺利考上斯坦福。

也许有人会说，这是不是极有天赋的人的个案，如果随意允许孩子放弃，不仅孩子学到的技能会前功尽弃，也会让孩子的意志变得薄弱，所以，有时候适当地“逼”孩子坚持一下有好处。

但我觉得，一个人对某样东西特别感兴趣，他是不会轻易放弃的，即便一时放下，只要那个种子还在，当春风吹过时，它依然会生根发芽。而父母的一味强迫，反而会让孩子的滋生厌倦心理，如同手掌中的沙子，抓得越紧，漏得越快。比如最新的一个热搜新闻，四川一个女孩，大学毕业后没有找工作，被父母强制五年考公后没有成功，还被骂“没出息”，最后患上了精神分裂。这无疑是一个悲剧。

那么在放和不放之间如何找到一种平衡？我觉得让孩子选择当然并不是放任不管，而是循序渐进地引导和放手。父母要知道孩子在各个年龄阶段的生理特点和心理特点，他的认知是一个什么样的水平，然后哪些事情他可以自己做主，一定把这个机会给他，慢慢培养他为自己的事情做主。当孩子小时候，可以让他自己选择穿什么衣服，周末去哪个公园玩，暑假去哪里旅行；当孩子到了小学高年级，可以和孩子商量要不要上补习班，上什么补习班；当孩子到了小升初，就可以问问孩子想上什么学校，对未来有什么计划。

一个人只有了解了取舍给自己带来的后果，才可能真正认识自己内心的渴望，也会懂得坚持的意义，学会自主选择，并对自己的选择负责。

慧妈简介 >>>



小清

首席记者、亲子教育专栏编辑。“我是在育儿路上一路孜孜以求的职场妈妈。”



扫一扫看更多精彩内容