# 用心理学方法让孩子写作业专心

来源：网络 作者：紫陌红颜 更新时间：2025-02-28

*不了解心理咨询的总会觉得他十分的神秘。但其实心理咨询没那么高深和复杂，由于国内心理咨询起步晚、发展慢，而且走的是偏锋，能融汇贯通的很少，所以一般人不理解是很正常的。大家还把心理咨询的用途曲解不少，好像只是解决严重心理问题的，一般人不需要...*

　　不了解心理咨询的总会觉得他十分的神秘。但其实心理咨询没那么高深和复杂，由于国内心理咨询起步晚、发展慢，而且走的是偏锋，能融汇贯通的很少，所以一般人不理解是很正常的。大家还把心理咨询的用途曲解不少，好像只是解决严重心理问题的，一般人不需要。

　　其实不是这样，心理咨询是为了改变“不适应”的心理和行为的学科。在教育孩子方面，他的原理和方法是用于家长自我调节的改变：家长要明白如果自己没有一个健康和谐的心理是很难教育好孩子；当然心理咨询也可以用于孩子的“不适应。\"

　　有了心理咨询理论作为依据，我们要认真的发现孩子心理变化的规律，其实家长也可以是孩子的心理咨询师！

　　家长要了解一点，心理咨询第一到点就是理解。不要把孩子的行为堪称是搞怪的、莫名其妙的、不可理喻的，而是想从常理出发，去试图理解他为什么会这样，搞清楚问题的形成机制。理解了，解决问题就容易多了。对待自己和孩子的问题首先也要理解。

　　心理咨询三大牛人之一的罗杰斯是人本主义心理咨询学派的掌门人，他提出：咨询关系中，理解对方，进入到对方的框架中很重要。

　　家长经常说：不知道孩子在干吗，一天天的不懂事，不听话，这就是家长没有换位思考的缘故了，总是站在自己的角度去看孩子当然是不能理解孩子的。

　　只有真正的理解孩子了，改变不适应的行为才显得容易。

　　我们先从写作业开始讨论吧。

　　父母烦恼的事情太多，首先很多孩子写作业都不专心，而家长越是着急孩子却更是不专心，有时候甚至怀疑孩子是不是有什么病呢。

　　可以这么说孩子天生是可以专心的，看喜欢的动画片、在玩游戏的时候专心的让你无法理解。但在写作业的时候就不专心呢？难倒孩子也会72变化！在这里家长就要理解孩子，只有理解了才有办法。

　　“我的孩子刚上一年级时写作业也是不专心，坐一会儿就想玩一会儿，还拖拖拉拉，找借口干点别的事；要是批评她，她不高兴了，烦躁起来，更是写得别别扭扭得了，好长时间也写不完。”以为母亲说。

　　怎么办：我们父母批评孩子不够自觉！其实就是废话等于没说！还是强调读懂孩子，理解孩子。

　　只有先理解。父母就不那么着急了，孩子不死不想写完作业，写不完会让老师批评，写作业是他自己的事情，不要去催促他，稍微的督促下就可以的。

　　大人过多的干涉，其实是在打扰孩子，不去打扰他，按照孩子的节奏去走，心境就会平静很多。

　　适当的做一些辅助工作。有的孩子基础一般，家长还是可以上当的做一些辅导的，为了孩子学习的更顺畅一些，孩子自己顺手心情也会很好；不会的题目，要引导孩子自己分析找出答案，有成就感，就会逐渐爱学习的。

　　善于真诚表扬。只要孩子有一点的进步，就要去发现去表扬，哪怕孩子只是一点点时间的专心我们都要鼓励孩子。

　　不指望一下子成功。好习惯不是一天两天就养成的，有时候会反复，但父母不要气馁。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找