

问题：女子辅导作业时崩溃，怒扇孩子数十个耳光，不停尖叫踹翻风扇，
如何看待此事？给孩子辅导作业是种怎样的体验？

很多家长对“什么样的作业是一个好作业”的标准是这样的：

1) 它应该从理想的时间开始做，到理想的时间完成，而且还应该有剩余的时间——因为作业量并不高，而且据说其他同学有很多都可以提前完成。

2) 它的结果应该是接近完全正确的——因为要求非常基本、难度非常简单。

3) 发现错误后订正为正确的答案应该是有一定的效率的——因为明明大部分题都做对了，说明小朋友其实是懂的。

4) 小朋友情绪应该是稳定的，注意力应该是放在题上的——因为也就这么点题，如果你集中精神，认真配合，只需要十分钟就好了，到时候你也轻松我也轻松，恰恰是你注意力不集中，所以才搞成两个小时，才导致你无法坚持集中2个小时，才导致你情绪崩溃，进而导致我情绪崩溃。问题是，我确信集中十五分钟对你真不应该是一个过于苛刻的要求。

问题是，按照这样一个非常起码的、完全合情合理的、我也没要求全部达到、哪怕达到一条、哪怕只是及格而已我就能满意的作业标准，你都达不到。

你一条都达不到，连及格一条都做不到。

我不是忧虑你落后，时不时落后是正常的，问题是，我看不到你有任何赶得上的希望。

我甚至觉得，哪怕就是想办法给你多争取一年甚至是一倍的时间，你也不可能赶得上。而我的能力、财力、精力，也不可能赶得上强大到即使你就是这样无能也能平安快乐的过一生。

你们说我过度焦虑？那是因为这不是你儿子、你闺女。我知道这没用，但我拿什么欺骗自己，安慰自己？

是不是全中？

那要怎么办？

要破这个局，有两条要害——

第一，要清醒的认识到这不是“起码的要求”，而是一个需要大量的过程才能追求得到的高要求。

人要客观一点——你们在生活中遇到过多少“该做时就做，该完成时就完成”的人？

这样的人不是没有，当然有，但是很少，这是个运气问题。没轮到，不要觉得“完蛋了”、“没希望了”，因为事情并没有你所焦虑的那么严重。

更不必说你这些焦虑发散出来并不会起到什么好效果。

你不摆正这个态度，把“值得焦虑狂躁”的基准线降下来，你很难有足够的心力去做什么努力。因为这些努力都不太可能如你所愿的那样立竿见影，你试了几下子女看上去没有明显进步就又发作焦虑，只会让本来就不容易见效的方法半途就被破坏。

所以开门见山第一条，就是要改变这个要害，

第二，要改变对作业的质量标准的优先级，使它顺应少年儿童的认知规律。

这是什么意思呢？

就是以作业工整、漂亮为优先，兼顾正确，而不是以正确为优先，无视工整漂亮。

引导小朋友写得端正、有序，让作业看上去赏心悦目。端正、有序，页面漂亮，错了也没事。规规矩矩把错处标明、不要擦掉，而是另起一块订正。订正也订得整整齐齐，就好，

你是怎么想的，就怎么如实去写。

知道了，不会了，就写到写不下去处为止，然后去做下一项。

可以错、可以留白，但要漂亮、坦诚、敢于暴露错误。

作业作业，作业真正的作用是“帮助老师发现自己的学业不足，以便进一步指导”，而不是“让老师有个可以交差的凭证，好觉得你不需要ta费事”。

很多家长用尽手段、连哄带骂，手抓着手帮子女凑出一份子女自己迷迷糊糊一知半解、但老师看上去会觉得“全对”的作业来，这是根本上把作业的功能毁坏了。

为什么要漂漂亮亮、工工整整？

这是对老师的礼节，对老师一眼就看到问题的最大的铺垫，是对老师完成本职工作所尽力付出的爱。

所以你要写得漂亮、整齐。

不会的，不懂的，公式推不下去的，句子凑不出来的，你就留下努力的痕迹，让老师看到你是怎么卡住的，怎么跑偏的。让老师最不费力的可以看到这一点。

这也是为什么叫你不要擦掉错的，而是有错就另外订正的原因——要让老师看到你由错而对的，让ta对你掌握的扎实程度有进一步的认识。

落笔无悔，错则另改，工丽整洁，就是好作业。

因为不能改，所以你要好好的总结自己开始犯的错，务求下次见到这个问题、一次就写对。这样就不会留下难看的“改错补丁”。

按照这个原则来做作业，

第一保留了作业向老师忠实反映教学效果的基本功能的有效性，

第二传达了学生对老师辛苦的感激与珍惜，

第三单凭卷面的恭敬、整洁，就可以免除老师脑补“你的错误是因为你对学业漫不经心、敷衍了事”的隐患。

而最重要的是——教会了子女品质所传达的诚意才是你的一切劳动成果的第一价值。

如果有错，那一定是我认真之后的错，而不是我漫不经心、敷衍了事造成的错。

带你去看博物馆，你看看那些古人做的青铜合页、木头齿轮、琉璃茶杯，是不是又笨重、又脆弱，杂质又多？是不是比现在哪怕最差的廉价货都不如？

从客观质量上讲，那就是“错的”，是“不正确”的。

但是，那是古待能工巧匠极尽全力的结果。

极尽全力，仍然残留的不足，可以称其为错，但其中没有罪、没有过失。旁人即使要为此付出某种代价、承受某种痛苦，那也不是ta们和这作者之间的问题，而是ta们和自己命运之间的问题了。

错，是人类所不能免的。

但是罪和过，则是人类需要的尽力的责任。

你体会一下这些技术原始的东西，为什么不但能得到人的原谅，甚至能得人的欣赏和赞叹，你就明白一份好作业到底该是什么样了。

所以你得到了做作业的机会，就是得到了当初这些匠人们同样的制造作品的机会——你看到的这些东西，也正是这些前辈的作业。

你只管尽情的去做，但你的首要目标不是真，而是美。

当你的手指尖出来的东西是美的，不真的东西自然会自我显现出来的，这个你将来越来越有经验，越会明白。

美的不是只有书法和格式，还有那些美不胜收的对称结构，那些“繁花散尽，约尽归零”的多项式。还有那若合符节、错落险峻的音韵，那雄浑不可当，充斥天地，令人战栗的天意。

你会庆幸你没有潦草敷衍，鬼画蛇形，亵渎了这些优美。

当你一气呵成，一笔游尽这长安花，落墨回观这千古月的时候，你何止不会逃避作业，而是会对做作业上瘾。

你会嫌作业太浅、太无聊，嫌量太小，不够过瘾。

李白斗酒诗百篇，长安市上酒家眠，

天子呼来不上船，自道臣是酒中仙。

见到了这个境界，但仍无心学业，那是子女的责任。

但让子女见到这个境界，尝到这个滋味，这是父母的作业。

子女们不需要学明白三角函数和因式分解，就可以在早得多的时候仅凭天生的直觉知道什么是漂亮工整的作业。

你要用衷心的喜悦去奖励、引导ta们感受又畅快、又工整的快感，而绝不要用什么“正确率不高”的焦虑去打乱这个信号。

不纠结正确率而流畅的书写工整的字迹，实际上是一种书法创作，意到笔到，心手合一，是极其容易进入心流的。错就错了，将错就错，写完再改。

心流才会带来享受。

如果你对“写错”过度执着，你这焦虑就会诅咒 ta 的心，心流就会被你严重的抑制。没有心流提供这份快感，作业只会被视为难以下咽的苦药，被无限回避到最后。

这回避的结果必然是又慢、又丑、又错，甚至干脆残缺不全，必然要对你造成多重刺激，进一步刺激你惊恐发作，你的惊恐焦虑又会加大子女对作业的恐惧……循环往复，直通地狱。

放下对正确的执念，以美为先，美自然会对“不够真”心生至憾。

爱美知美的人，没有不求真，也没有不得真的。

退一万步讲——知道如何随时随地沉浸到美的世界中的人，不必纠结学术水平，这世界必有 ta 容身之地。

祝各位成功。

这一篇本来该发爱发电的，但对你们实在重要，我自作主张替会员们先捐了。
记得感谢 ta 们。

编辑于 2024-03-08

<https://www.zhihu.com/answer/3422645582>

评论区：

Q: 很幸运从小自发养成了写作业一气呵成进入心流的习惯。我还奇怪为啥我从小不在写的时候纠结对错，也很不喜欢就地改错题，看了答主此文，才豁然开朗，原来确是打扰了我对完整性的美感[大笑]

感谢我成功隔绝了家人辅导我写作业，一直自生自灭。总觉得他们一辅导我就是无穷无尽的打扰。

而我也确实从小养成有一定的审美洁癖，对不美的东西非常敏感排斥，以至于学尽了理科工科商科艺科现在终于选择了创造美的艺术设计工作。

就凭自己按部就班上学，从不上课业补习班，我也考上了 top2。

但这种学习状态真的是可以手把手去教授给下一代的吗？我很怀疑。我自己就是排斥别人辅导的呀。

我的感受是，在校学习这事，主要看天赋和运气。如果一个人是适合在校学习的天性（比如我），外加遇到一些上课方式内容与教学理念极具美感的老师（我遇到不少，深感感激），那在学校的学习舒爽顺利是水到渠成的。

即使如此，根据我的感受，这些师长的有效影响，更类似于言传身教。即 ta 自己做好本职工作，学生观看揣摩，潜移默化被影响，而不是深度介入一对一辅导。

所幸人生不止有学校学习这一块内容。在校学习成绩只要不是“由于过度被干扰”而太差，人总可以保持基本的心态平和，而在社会上有机会施展其他方面的天赋。这在我从小遇到的人里也是屡见不鲜的。

很多很多人，都有在某些方面做出让我觉得惊叹不已的成绩，获得了自己安身立命的小世界，虽然他们在学校的时候成绩很可能一般。

在任何一个地方有机会施展自己天赋，都是那个触碰到天地至美的机会，也是人生的至高享受与意义感来源。

美即真。

确实如此。

所以家长们，在教育方面，第一需要补的课，是培养自己的美感。比如整理意识，看自己日常喜欢的、能感受到的美感是什么，清晰化这种感受，然后带领孩子去寻找能体会到这种感受的机会。

各种美育科目，首先都是这个作用——让孩子感受一下在哪里能怎么体会美。

只要 ta 体会到了美感，越巩固，越喜欢，ta 会把这个感受以自己的选择路径深化下去，那就可以成为 ta 今后的事业，安身立命乃至大放异彩的方向。

比如有些男孩子在玩汽车、拆机械中体会到了这个美感，那就让他去深入体会，深深迷恋吧。这种美感会成为他今后人生的明灯，以及隔绝绝路的安全栏。

诸如此类。

以这样的心态做教育，那么在校学习这件事，即九年义务教育，底线就成了跟着学校学到底就行。因为这个是国家规定的义务，必须尽到。

如果有那个机缘，孩子会在这其中有深造的兴趣与机会。如果兴趣一般，至少可以获得基本的知识教育，适应当今社会。

在9年之后，就可以根据情况向着体会到美感的那个方向发展专业训练与事业追求。那完全可以是一门非九年义务教育中的技术，咱们已经在之前十几年的教育中，支持ta探索体会过了，对吧。

教育的本质不是教别人知识，而是激发并支持、维护他人对美的感知共振和深刻探索。

所有的知识技能，只是这个过程中的工具而已。

如果家长自己缺这课，那很遗憾。你也可以现在补课，或者放任也罢。但别以为“那太难了”，孩子没机会做到，也不应该走这条路。

你有多相信ta还有这个机会去走这条路，ta就得到多少祝福。

如果ta摸到了这条路，你即使不能帮忙，也千万别打扰。最好能耐心倾听ta对你分享那种喜悦，当ta忍不住想与人分享的时候。

这是你能做到的最纯粹的帮助之一。

B:我觉得可以多回忆一下自己刚开始独立学习的时候，发生过什么事、听过什么话、见过什么人。找到让自己做出改变的那个契机并分析原因。之后就可以找机会给下一代创造类似的环境[思考]

Q:没啥特别的。我就是天生脑子转速快，而且从小自己玩得很投入的时候恰巧很少受到打扰。不管是玩玩具、看课外书、还是自己和小伙伴玩泥巴创造手工游戏等的时候。

我并不喜欢文化课学习的那些内容，从小我更喜欢画画手工之类的，只是脑子转速快以及玩耍时候养成的审美习惯，一定程度上让我在文化课学习中会产生不断的正反馈。也就是总能以相对更快的速度，在答题这个游戏中，完成更多的正确答案。

高考过后，文化课这个游戏就差不多相当于玩通关了，然后这个游戏就比较无趣了，所以我直接转行了。然后又尝试了几个领域，最终工作还是选择落在工艺美术方面，其实这里也只是相对更感兴趣一些。

玩好某个游戏（比如文化课，或者经商等等），相对于别的游戏，并没啥特别高级的意义啊。玩什么游戏都可以的，别人完全可能擅长玩别的游戏，并且可能很专一，不用像我这样跳来跳去。

我只是小时候太贪玩了[飙泪笑]对每个个人来说，真没必要这样。

只要有基本的运气，能遇到喜欢擅长的领域，体会到心流的感受，坚持下去，就能养活自己，发展自己，无限探索下去。

要说我能做的，至少是告诉别人，这个可能是存在的。多一个人做出榜样，就可能让某个人坚持久一点，不要放弃。

Q:谢谢爱发电的会员。让我看到这篇。

最近状况前公司业务黄了，选择摇奶茶先活着。需要背配方数据，服务业要求“眼里有活”。本人毫无经验，面对这些的几天经常觉得想离职结束，但没走，谢谢作者的文章，每次想走的时候总会浮现读过得一些内容。

在跟随老员工学习的几天，体会到了什么是不以人的意志为转移的客观规律。

最初下意识要求自己要做完美，但初学者是不能直接达到这个结果的，so 导致自己心理压力大，进度也不怎么样。

一瞬间感觉自己与过去的自己又重叠了，吾已经无数次经历这样的心境了，要求完美，只关注与如何交差，自己的形象是否完美，不关注事情本身，最后心态爆炸。

这样不停地循环导致吾的生活愈发逼仄了，做什么都会变成明知山有虎，不去明知山，自我折磨。

本人选择了只要自我 push 的时候就告诫自己停下。将心回归到当下，背配方的时候，脑子里只有配方，而不是一直因为背不出来就心慌焦虑。一边做一遍反馈，不追求没有错误，认真做事，有错就修正。

世间的事情自有其规律，人只是认识并适应利用，心流也许就是不加入的妄心意志。好的心态坏的心态皆是一种幻觉

个人发现不断地重复增加熟练度以后，产生了“摇奶茶容易”的看法，也不想立刻走人。

可学习摇奶茶这件事对于我个人来说就是这个进度。没有简单和容易，摇奶茶这是一件事，变得只是本人的熟练度。无论我心态好坏，都是会向前发展的。

吾的大脑总是会误判，做出一些决定。比如就是正常的涨熟练度的过程，但本人的心态从“想死”变成“哦，也不是很难”，从离职回家变成继续待着，可见吾有多么的自以为是，吾所谓的计划也不过是情绪的发作。

得出结论:不能因心态轻被易左右自己对事物的态度。

无经验者总是会感到紧张，面对有经验者的点出错误，指导，还有对方的情绪袭击，吾感受到吾心是惊恐的，实践的方法就是回归手里做的事，不被他者影响，就像两块磁铁的其中一块直接消磁，否则无论是相斥还是相吸，都偏离了当下事了。

谢谢作者，回顾过去，本人已经变了很多了，想想如果是以前的我一定第一天就走了，陷入新一轮的自我折磨，选择备考当免罪券待在家里。

A: 善哉

Q: 上学的时候遇见过四五个作业漂亮工整，但成绩不佳的同学。

她们的字写的十分漂亮，写完的一张试卷就是一张艺术品，一本笔记就是一本艺术品。翻开的时候不看内容就会觉得满是知识，沁人心脾。

仔细看会发现试卷有大量断句，一句一句的但不成段。笔记也大多原样抄下来了。可能学习成绩确实不是她们的专长。

但她们对周围的人，哪怕是那些成绩优异的同学，也有特别的吸引力——你会觉得她十分靠谱。只要是团队活动，活动组织者第一个想到的不是其他有专长有头脑的同学，而是她们这样“使命必达”的伙伴。有她们，这事做着就安心，没有这样的人的团队，哪怕全是大学霸也心慌，她们事实上就是计划中作为人的 SOP，是珍稀而宝贵的伙伴。她们不会缺少伙伴，会有优秀的朋友，受到老师喜爱。

当然，那些“大学霸”大多也是作业很美的。

所以不要担心，按答主说的这样做，无论怎样都是好结果。

Q: 朋友分享了作者的文章，感觉很有洞见，就跑来知乎连续刷了七八十篇。

我的情况是，我在我们当地做教培，其实就是全职在家里教学生一对一，一对二的初高中数学，很忙，暑假一个月要上 400 小时课，即使这样，每年还会有百分之七十左右的学生没时间给人上课，说这个是为了提一个问题。

我的问题是，我教的学生家长群体在我们这里已经属于认知比较高的了，他们还相对信任我，我很的很多想法落不了地，实操不下去，还得跟着大流亦步亦趋。我看了您的文章，很多事情我心里有，当表达不了这么清晰，结构性强，说明您一些事情洞见了我的洞见，并且更深刻，但脱离群众就更远了，我的困惑是，比如，如何让类似文章里面提到的让家长（很少也行）能先追求美观，再追求质量呢，如果家长本身没这个认识，告诉他们了，这个实操，或者能落实到孩子，百不存一，有什么思路吗

A: 七八十篇远远不够。继续看吧。

提问要看空间置顶贴

(<https://www.zhihu.com/people/kvxjr369f>)

Q: 我儿子小时候做作业，我只要求他做完。做得对不对，我不管。我觉得应该让老师看到我儿子的真实情况。

A: 要以高的卷面质量做完。

对不对不重要，但是如果写得马虎到见不得人，“做完”的意义极为有限。

更新于 2025/2/5