

如何帮助孩子改掉粗心的毛病

学习粗心是很多学生常见的问题，家长不妨试试下面的方法。

一、把做功课的时间化成功课量。爱玩是孩子的天性，很多孩子在做作业的时候总是想着玩电脑、看电视。有的家长为了让孩子完成作业，便规定做1小时作业，才能去看电视。孩子在做作业的过程中总是心不在焉。如果家长把督促孩子学习的条件改为“再做对5道题才能玩”，结果可能他5道题做得有质有量。因此，家长帮助孩子改掉“粗心”的方法是：化时为量，即把“再做30分钟”，改为“再做5对道题”。这样，孩子的劲儿就来了，从“必须忍耐30分钟”的消极状态，转变为“把练习在规定时间内做好”的积极状态。这种积极状态能帮助孩子集中注意力，不知不觉中克服了粗心的毛病。

二、为孩子准备一本错题集。当孩子因粗心而做错题目时，不妨让孩子在错题集中把错误记录下来，同他一起分析做错的原因，并找出规律。这种方法对于提高孩子认识粗心大意的危害，提高改正粗心缺点的自觉性很有好处。

三、要避免工作疲劳。许多孩子作业前半部分质量好，后半部分字迹潦草，错误很多，大多数家长会说孩子粗心，其实这是疲劳所致。心理学家认为，疲劳是由于长时间持续工作，导致学习能力减弱、效率降低、错误率增加的心理状态。疲劳不能恢复，粗心问题就难以纠正。若适当休息，疲劳得以解除，学习“引擎”再度启动恢复效率，粗心问题便能解决。

四、用目标激励孩子上进。家长可以和孩子一起制定减少粗心错误的近期目标，并辅之以奖励措施。明天要求减少一个粗心错误，一个月内消灭粗心错误。每到一个目标就给予精神或物质奖励。这种用目标来激励孩子上进的方法，也能帮助孩子逐步减少乃至最终消灭因粗心造成的错误，从而养成仔细认真的好习惯。