

## 背景

有关调查发现,我国有46%的学生对学习缺乏兴趣,33%的学生对学习表现出明显的厌倦,真正对学习持积极态度的仅有21%。不管我们承认与否,孩子厌学已经成为非常值得关注的问题,许多父母因为孩子厌学而费尽心思,但诸多努力却收效甚微,学校的老师们也对孩子的厌学情绪爱莫能助。可以说,如何帮助孩子走出厌学的泥潭,成为许多家庭和学校面临的棘手问题。

## 探究孩子厌学的心理轨迹—— 孩子为什么不愿上学?

文/刘冬燕(山东行知青少年发展研究中心副主任、国家二级心理咨询师)

### 孩子中途为何不愿上学了?

近期,笔者不断接到家长的求助电话——孩子不愿上学了怎么办?在很多老师和家长看来,孩子不上学是因为考试成绩下降了,或者是因为与同学或老师之间闹矛盾了,甚至是因为上网无度等,其实这些都是孩子不上学的外在因素,而非根本原因。

**案例一:**小A,初二男生,因为父母事业繁忙,从小就被寄养在奶奶家,上小学才被接回父母身边,请了一个保姆照顾孩子的生活起居。然而,春节过后小A就再也不去学校了,整天在外边和一些社会上的小混混待在一起,家长软硬兼施,可孩子死活就是不去学校。

**原因分析:**小A家境优越,父母在物质上几乎能够满足孩子所有的需要,但是却很少有时间陪伴孩子,和孩子谈心。用小A的话来说:“家就像是一个冰冷的旅馆,我和父母之间就像偶然相遇的旅客,我感受不到一点点的温暖。”

听了小A的话,难免让人心疼和伤感。很多父母总是以忙为借口,忽视了孩子的情感需求。当孩子出现问题的时候,才后悔莫及。孩子的早年被父母不恰当地对待,导致孩子人格出现很多问题。比如父母因为忙于自己的事业,把孩子交给老人或者保姆带,严重忽视了孩子对父母无条件关爱的需要,导致孩子进入青春期后对自己缺乏接纳,自我价值感低,在学习上更容易受挫,找不到学习的成就感。家庭亲情的缺失,父母简单粗暴的教育方式,也让小A开始从外界寻求同伴的慰藉。

很多父母因为受自身成长的影响,对孩子过于控制,或者过于严厉,对孩子动辄打骂;或者过于保护,孩子自己能做的事情也不让孩子做,从而导致孩子出现较多的心理冲突。孩子进入青春期后,这些冲突就会像小宇宙一样爆发,不上学只是孩子解决心理压力的一种方式。很多父母都认为对孩子管得越严,孩子就会越“规矩”。其实不然,父母强烈的控制欲望会严重压制孩子自我实现的心理需要。

**案例二:**小C,初三女生,自幼学习成绩优异,是家长老师眼中的好孩子。小C的父母都是高材生,也希望孩子能够在学业上有所建树。父母非常重视孩子的学习,从小到大除了学习,什么事情都不用孩子管。小C也没有辜负家长的期望,学习成绩一直遥遥领先,但是除了学习之外什么都不会做,连自己的袜子都不会洗,出门一个人连公交车也不会坐。期中考试因为成绩不理想,小C就再也不去上学了,每天晚上都收拾好书包,说第二天去上学,可是第二天总是赖在床上,怎么叫也不起床,说急了就哭。父母怎么也不明白,好好的孩子,怎么这么经不起一点打击呢?

**原因分析:**很多家长都像小C父母一样,把孩子的学习看得十分重要,却无视孩子其他方面的成长和发展,在孩子的成长过程中给予孩子事无巨细的关照,代替孩子安排一切,剥夺了孩子独自解决问题、体验生活的权利和机会。最终导致像小C一样,把学习看成了生活的全部,除了学习什么都不会。这样的孩子一旦在学习上达不到理想状态后,就会对生活失去信心。同时父母过高期望,也让孩子倍感压力,就像小C,觉得自己即使很努力也达不到父母的要求,最终导致厌学。

另外,小C的厌学也和她自身完美、强迫的个性有关。家长的过高要求,也会导致孩子个性上过度追求完美,有些孩子在日常学习生活中很早就表现出一些强迫行为,比如反复把自己认为写得不好的字擦掉重写,比如孩子无论在什么情况下,不写完作业就坚决不玩等。这种过分追求完美的个性特点,容易导致孩子消耗巨大的心理能力,早早地感到身心疲惫,

最终使孩子无力前行。

**案例三:**小D,高一男生,初三的时候几乎没有上学,三天两头和家闹矛盾,但中考还考上了市重点,本以为事情都平安过去了,没有想到,孩子高一入学不到一个月又不去上学了,到现在在家里大门不出二门不迈,不是上网就是睡觉,非常颓废。

**原因分析:**小D从小生活在一个“硝烟弥漫”的家庭中,从记事起父母就经常不断地争吵。这样家庭中的孩子,情绪、性格、行为很容易出现问题,变得感情冷漠,对他人缺乏信任,为人刻薄,脾气急躁,或者性格内向,压抑、对外界事物丧失爱好。父母关系不和,经常吵架,或者经常冷战,孩子从父母那里没有习得良好的交往方式和技巧,不会处理同学关系和师生关系,在学校里体验到太多的孤独和落寞,找不到集体归属感。

小D父母从小对孩子要求非常严格,在这个争吵不断的家庭中,似乎唯一的希望就是将来儿子能够出人头地,也只有孩子考了好成绩的时候,父母才能露出难得一见的笑容。童年的小D,几乎没有玩的时间,也没有什么玩伴。像小D这样的孩子,现实生活中不在少数。在同龄孩子都疯玩的时候,这种孩子在父母的逼迫或者在自己的逼迫下奔波在不同的辅导班或者兴趣班,或者远离网络、电视、同伴,失去了很多童年的玩乐。到了青春期,孩子能够自我做主的时候,就会开始厌倦学习,甚至停止学习,恶补自己童年的缺失。

### 孩子不上学,家长如何应对?

当孩子不愿意学习甚至对上学产生恐惧时,家长往往会格外焦虑,但有的家长又欠缺行之有效的方法与技巧,因此常常适得其反。那么孩子不去上学,家长到底该如何正确应对?

#### 第一步,接纳孩子不上学的现状。

不管家长多么焦虑、恐惧或愤怒,孩子一旦出现不上学的现象,就不是简单的问题了。少则半年,多则一年两年,家长对此必须要有充足的心理准备,把自己的心放到最低,可以做这样的假设和打算——孩子这一辈子再也走不进校园了。连最坏的打算都打算到了,就

没有什么不能接受的了。有位厌学孩子的父亲说:不能因为我们上了大学,就逼着孩子也非得上大学。我现在想开了,就算孩子将来去学汽车维修,去学电焊,只要能快快乐乐地生活,去照顾自己和自己的家,这就是他的成功。等他一身臭汗下班回家,我依然会拥抱他。现在越来越觉得我们要尊重孩子的速度、节奏和选择,只给引导和帮助,不给约束和管教。说实话这个过程比较痛苦,但我相信这痛苦是来自自己对自己以往习惯做法的否定,我们的成长才能带来孩子的成长。

**第二步,让孩子接受专业的心理治疗。**只要家长能够说服孩子接受心理治疗,就要在思想上高度重视,行动上高度配合,不要期待几次心理治疗就可以解决问题,俗话说,冰冻三尺非一日之寒,孩子一旦出现了不上学的严重退缩行为,就绝对不是短期咨询可以解决的,10次、20次甚至50次的治疗都是正常的。

**第三步,如果孩子不接受心理治疗,家长需要先放下孩子,做自我的成长,或者夫妻一起做心理治疗,参加团体心理辅导。**因为问题孩子的背后一定是问题家长,家长只有改变过去不当的认知模式、关系模式、行为模式等,恰当地回应孩子,孩子的问题才有改变的可能。

龙应台在给儿子安德烈的信中说:假定说,横在你眼前的选择是到华尔街做银行经理或者到动物园做照顾狮子、河马的管理员,而你是一个喜欢动物研究的人,我就完全不认为银行经理比较有成就,或者狮子河马的管理员“平庸”。每天为钱的数字起伏而紧张而奋斗,很可能不如每天给大象洗澡,给河马刷牙。我也要求你读书用功,不是因为我要你跟别人比成就,而是因为,我希望你将来会拥有选择的权利,选择有意义、有时间的工作,而不是被迫谋生。假使天下的父母在对待孩子读书的问题上都能有此心态,想必厌学的孩子也会少一些。

山东行知潜能开发和英语表达夏令营、全脑开发素质训练营、学习力家长课程火热报名中。

咨询热线: 0531-82946407



### “以梦之名” 系列(05)

## 池中硬币

——终极思考之梦

□蒋 硕(婚姻心理咨询师、“青未了·心理咨询工作室”专家顾问团成员)

刘老太太是个体面的人,出身有根底,上过女子师范,干了一辈子教育工作,生育五个子女,家里家外人称道。今年她88岁,心脏和眼睛都不好,在医院病房里过了春节,过得长吁短叹。年初二一大早,做了个“不好”的梦,犹豫许久才来求解。

“就梦见一池子水,不深,映着太阳挺亮的。一帮人围着池子,伸胳膊伸腿地不知道在里头捞什么。我走过去一看,是个硬币啊,就浮在水面上。再一看,嘿,这些人多蠢!个个都拿棍儿去捞,那怎么捞得起来?我在口袋里一摸,摸出个勺,一下就捞上来了。看看,多简单。可我正给他们看呢,他们叫起来了,‘冥币,冥币’,我一看,啊,真是冥币,鬼钱!我手一哆嗦,扔回池子里去了……冥币都看见了,这是要死了吧?”

看着老太太梳得一丝不苟的白发和一脸认真的表情,不禁笑起来:“不是扔回去了嘛?说明冥币暂时还用不上,死不了。”

老太太“哦”了一声,似乎轻松了点,但又不怎么相信的样子。

那好,我们继续说。

说说水吧,池子里的水。人们总说水代表财,毋宁说代表欲望,而从欲望再深入一层,水真正象征的,其实是生命状态。这在很多梦的实例中得到过印证:当梦中出现惊涛骇浪,水雄浑而汹涌,身体正在强压、无力中深感恐惧;当梦中的水污浊黏滞,身体或情感陷入某种障碍;而当梦中的水快速流动,生命能量也处于变化之中;至于清澈深水中的畅游、潜行、自由呼吸,可以理解为深度性体验,也是身体与生命健康自由的美好感受……老太太梦见的水,容纳在相对封闭、静态的池中,不深,却亮(说明还算干净),这正符合她当前的生命状况:有限,但至少在下当下,是稳定的。

老太太听见这描述,不是一味粉饰太平的吉利话,倒很认同。到了这个年纪,不思虑生死是不可能的,再智慧通达,也不会全无畏惧。除了引导坦然面对,没有更好的方式。就把那个池中的硬币视为“生死”,也未尝不可。比起水,钱币是更为直接的欲望符号,一个人的生死周边,围绕着更多人的诉求,儿女孙辈、亲戚故旧,既有情感亲疏缠绕,也有遗产、关系、种种身后事务需要处置,谁能脱俗呢?

“他们的想法和您不太一致对吗?您那些儿女们,您好像觉得他们不太高明。”

“就是蠢。”老太太毫不客气,儿女们无奈地笑。

久病床前,孝子孝女还是有的,只是越亲密的相处,越生出尴尬嫌弃。老太太希望始终保持体面,儿女认为舒服就行还管什么形象;老太太觉得自己处事甚公,儿女们对房子存款估值不一;老太太期望年轻的孙辈记得她一生业绩,他们不爱听故事忙着刷手机。儿女亲身伺候,她怕累坏了他们身体;儿女雇来护工,她觉得他们糟蹋钱……反正没一样省心,她也懒得说了,连他们预备的送老衣裳,花色针脚看不上,也懒得挑剔。都蠢,自己一生能干竟没一个得着遗传。这辈子到底有啥意义?

对人生意义的终极思考,是个沉重命题。用“捞硬币”作为隐喻,其中蕴含的是对智慧传承的期待。对老太太而言,儿女是她留在这世上、存在过的证据,她希望他们在她身后平安快乐地活下去,也活得像她一样体面,才不辜负她曾经达到的层次与境界。

可是,毕竟“他们”是“他们”啊。

告诉老太太,就算现在才开始,也得学着接纳儿女们和自己不一样的人生。拜过去时代所赐,母子母女亲密相处的时光实在不多,纵有了不起的生活哲学和生活方式,没能在早期共处中传递,此后当然不易复制,怪不得儿女们。而他们活成今天的样子,也是努力探索的结果,至于好坏,等他们也到了八九十岁,自会评判。蠢不蠢都不要紧,大家都按自己喜欢的方式,各得其所不就是了?

老太太若有所思。

“当然,要是您愿意,还是可以给他们‘勺子’。”

所谓“勺子”,就是对生死的理解、对生死事务如何处置的要求。不要“懒得说”,“猜心”是一种太难实现的孝道,不如直截了当地表达。而每个“蠢”儿女,按老太太喜欢的方式对待她吧,每个人都应该在被尊重中完成自己的人生,才能消除畏惧,达成终极的和谐。

微信公众号:Serena的解梦馆



心理