

开学了,他们却不想迈进校门

开学了,大部分学生已开始有序的校园生活,可还有个别同学因种种原因产生厌学情绪,不愿意迈进校门,令家长苦恼不堪。本期,我们选了两个案例,以期从中探究学生厌学背后的心理。

琳由妈妈陪着来见记者,自从秋季开学,她就哭着不肯上学,让家人颇为头疼。

● 倾诉人:
琳(化名)女 14岁
● 采访人:
记者 闫卫利
● 采访时间:
9月4日
● 采访地点:
报业大厦2楼

我的作业完不成

以前我一直自我感觉良好,各科成绩都不错,尤其是数学成绩,一直是班里的前三名。

初二下半学期,我的各科成绩都开始下滑。先是数学,因为我最喜欢的数学老师走了,来了一个新老师,他的教学方法我很不适应。课堂上,我常听着听着就跑神,等我把思绪拉回来,老师讲的重点、难点都错过了。

上课没听懂,课后做作业就吃力,之前我半个小时能完成的作业,现在需要一个多小时。学习效率低,我只能挤时间补作业。数学带给我的自信一点点崩塌,并引起连锁反应,我内心焦虑,其他课也听不进去,尽管我努力提醒自己“一定要专注”,但情况还是很糟糕。我不再午休,开始熬夜,有时甚至饭都顾不上吃,但我还是完不成作业,经常挨老师批评。

学习好是我唯一的自信

学习成绩下降,对我来说几乎是灭顶之灾。

那天,我约同学一起去食堂吃饭,他居然拒绝了我。之前他经常跟我一起吃饭,这次为什么拒绝我?我思来想去找到了答案:还不是嫌我学习不好。

同宿舍的同学也不关心我,我每次从家里来都带最好的酸奶,给他们每人分一瓶,可同学吃苹果,却不主动分给我,明摆着看不起我。

学校让我感到窒息,我只好请假躲在家里。爸妈又来逼我,他们很虚伪,前一句话还安慰我说:“别把学习当回事。”后一句就问:“你光埋头学习,成绩却往下掉,你到底在学校干点儿啥?”

我觉得,他们根本不关心我,只关心我的成绩,我小时候他们就总是耳提面命,说:“只有学习好才有出路,否则将来只能收破烂、扫大街!”我不能玩游戏,不能看电视,出去玩的时间也很少。我只能拼命学习,让他们高兴。现在,唯一让我自信、让爸妈高兴的学习优势也荡然无存,我很害怕。

爸妈想尽办法逼我回学校,可到了校门口我就很抗拒,感觉那里我再也待不下去了,我不顾爸妈的阻拦又跑回了家,把自己锁在屋里,默默地流泪。



绘图 雅琦

最近,唐在课堂上晕厥已经好几次了,医生也查不出病因。唐只好向心理咨询师求助。

● 倾诉人:
唐(化名)男 17岁
● 采访人:
记者 闫卫利
● 采访时间:
9月6日
● 采访地点:
报业大厦19楼

上课晕厥,医生说身体没病

两周前的一节课上,班主任正在讲课,我突然心跳加速、浑身出汗、手发抖、腿抽搐,慢慢地眼睛也闭上了,身体倒下了,有一种濒临死亡的感觉。

同学们惊慌失措地围过来,班主任也跑过来掐我的人中,喊着我的名字说:“你睁开眼!睁开眼!”我的眼睛一点儿也睁不开,但听到老师关切的声音,我觉得很温暖、很享受。我宁愿在这种感觉里沉睡。

我被送进医院,各种检查做了个遍,最后,医生很无奈地说:“身体各项指标正常。”我在家歇了两天,又上学了,可是过了三四天,同样的症状又出现了。换了一家医院看,得出的结论一样——我的身体没病!

“怎么可能?这孩子就是有毛病,遇到一点儿困难就哭,缠着他妈,不像个男子汉!”我在半睡半醒中听到爸爸这样跟医生说,气愤地想:“即便我有毛病,也是被你说的。”

学习压力大,只想躲进妈妈怀里

出院后,我就在家休息。回想我第一次晕厥前的种种,我想到小时候的一件事。

当时,我把期末试卷递给爸爸,语文、数学都是99分,我等着爸爸表扬我,没想到竟挨了一顿揍。原来数学失分是因为我把小数点点错了。爸爸边打我边训斥:“我怎么跟你说的,不能粗心大意。”我越想越气愤,甚至想象着重回当时的场景,用拳头回击爸爸,但我猛然回到现实中,感觉周围人好像都看到了我要冒犯爸爸的那一幕,我开始浑身出汗、心跳加速,接着晕厥了。

爸爸很优秀,掌管着整个公司,在家最有权威。我跟爸爸在一起时刻都觉得压抑,他只会板着脸对我说教。

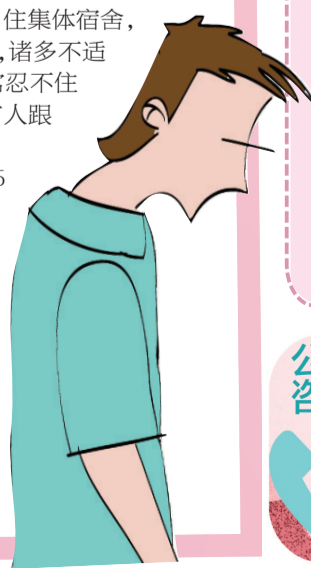
妈妈很爱我,但她只会给我物质,不知道我渴望什么。唯一让我感到安慰的是,爸爸经常忙工作不在家,我可以和妈妈在一张床上睡觉。闻着妈妈的气息入睡,我觉得是最幸福的时光。可是上了高中后,我得住校,这意味着我要和妈妈分离,我哭着死活不同意。我想让妈妈陪读,爸爸拒绝了,说我需要独立。

我硬着头皮住校了,去食堂吃饭,住集体宿舍,面对新老师,适应高中的学习方法等,诸多不适应让我担心自己会得病死掉。我常常忍不住哭,同学们觉得我不像个男人,很少有人跟我交朋友,我很孤单无助。

我上高二的时候,姐姐考上了985大学,我的心理压力更大了,甚至希望自己生病,可以请假不用上学。

这个暑假我过得很轻松,可是开学了,对妈妈的依恋和对学校的不适应,让我没勇气再次迈进校门。

其实我知道自己应该上学,应该好好学习,可我怎么才能摆脱这种厌学状态呢?



心理咨询师点评



蒋庆伟

洛阳市阳光心理健康咨询中心创始人,硕士研究生学历,国家认证高级心理咨询师,中国心理学会会员,从事专业心理咨询与心理治疗十多年,积累案例近1.5万个。

面对厌学的孩子 家长更应耐心冷静

根据多年的心理咨询经验,我发现,初中和高中阶段是学生厌学的高发期。琳和唐的厌学情况也说明了这一点。

常见的厌学原因,来自家庭的有:父母关系紧张经常吵架,让孩子无法安心学习;孩子长期缺爱,希望得到家长的关注。来自学校的原因有:学习压力太大,孩子难以应对;孩子在学校受到同学欺负;孩子感到老师不喜欢自己或者老师太凶等,导致个人自信系统崩溃,感到前途渺茫。

每个家庭和孩子都是独特的,解决方法也不同。孩子厌学,家长更应保持耐心与冷静。

建议:第一,心平气和地和孩子做一次深入沟通,了解其厌学的具体原因。第二,和孩子一起讨论解决问题的方法和策略,比如,调整家庭关系、改变认知等。第三,给孩子提供自己调整的时间和空间,让他有机会自我成长。第四,家长要给孩子充分的信任,相信孩子一定能克服困难重返校园。第五,寻求专业的心理咨询帮助。

经过一段时间的调整,有的孩子厌学问题得到解决,有的却难以克服,这时更考验家长的智慧。家长应该意识到,即便孩子不能去上学,也可以找到其他人生目标,通过其他途径学习和成长。

洛阳市阳光心理健康咨询中心是我市从事心理咨询时间较长、积累案例较多、专业力量较强、社会影响力较大的专业心理咨询机构,主要提供青少年厌学、网瘾、婚姻家庭问题、抑郁症、强迫症、社交恐惧症及性心理等的咨询。

地址:洛阳市龙门大道与古城路交叉口帝都国际城2号楼305室

联系电话:63911995

18937996995

公益
咨询

15137956968

13503882656

18638358800



你的心事
我来听