

孩子“拒绝上学” 家长不可“简单粗暴”

厌学多数是成绩不错或乖学生

“越来越多的孩子因为不愿上学而被父母火急火燎地带到心理门诊，以初中、高中生为主，也有低龄的幼儿园小朋友。”专家介绍，这些孩子的表现不同：有的是反复生病多次请假，到后来完全不愿上学；有的是一到上学身体就出现各种不适如腹痛、头痛、发热等，导致不能上学；有的是对学校存在明显的恐怖情绪，越接近学校越害怕，快到学校时甚至掉头跑掉；有的是提到上学就有情绪反应，抵触、烦躁、哭闹等；还有的是完全缺乏上学动力，认为在学校没意思，过完假期就不愿上学了。

“这些孩子中有的并非我们想象中的在学校表现一团糟的学生，相反更多的是平时成绩不错或是老师眼里的乖学生。”刘专家称，因此老师和家长都很困惑，孩子为什么如此回避学校？

“拒绝上学”按程度可分为七个阶段

“曾有学者提出‘学校恐怖症’的概念，特指那些对学校特定环境产生恐怖情绪并强烈拒绝上学的儿童，属于儿童情绪障碍的一种类型。但这一名称带有明显精神病理学的印象，并且这类孩子也并非全部是对学校有恐怖情绪。而亲子关系不良、人际适应困难，甚至是对现行教育体制的反抗，都会造成‘不愿上学’的行为，因此近些年更倾向于使用‘拒绝上学’这个概念描述这一行为现象。

专家介绍，“拒绝上学”的症状按程度等级可分为几个阶段：第一阶段是哀求或威胁父母不上学；第二阶段是早上反复出现回避上学的行为；第三阶段是早上反复“耍赖”，要求父母陪同；第四阶段是偶尔不上学或缺课；第五阶段是反复交替不上学、缺课；第六阶段是在某一学期，某一阶段完全不上学；第七阶段是完全长期休学在家。



这些孩子的内心世界或周围环境究竟发生了什么呢？

首先可能是分离焦虑。专家分析，年幼儿童的拒绝上学多数与分离焦虑有关，例如与父母、家庭主要带养人分离时，表现出强烈的应激反应，恐惧、焦躁、哭闹或社会退缩等，甚至出现明显的如头痛、头晕、恶心、呕吐等躯体症状。婴儿期依恋障碍和3岁前母子过早分离都是产生分离焦虑的高危因素。

其次可能与儿童自身心理因素相关。专家指出，“拒绝上学”的儿童多有胆小、脆弱、拘谨、行为退缩、爱面子、对别人的评价过于敏感、受不了批评的性格特征。他们往往存在明显的错误认知和错误应对模式。第一种错误是高成就动机：自己一定要表现好，不能出错，犯错了爸妈就不喜欢了；跌出前十就完蛋了，考不上重点大学就失败了，没有其他选择。第二种是他人取向模式：患儿没有建立清晰的自我意识和自我认知，过

度重视他人评价，达不到某个目标就会认为同学、老师看不起自己，还不如不去上学面对。第三种是回避逃避模式：遇到压力困难就回避，如上学迟到、上学前身体不适、旷课、沉迷网络，但这只能暂时缓冲负性情绪，使问题更复杂。

再次，有可能与家庭环境因素有关。专家指出，这类孩子的家庭往往有教养失当的情况，如家长对孩子期望值过高、过于强调学业或强化道德评价、约束较多，久了孩子一旦达不到父母的期望，就会自我贬低或患得患失，并有明显负性情绪，抵触上学。

最后，可能与学校和社会因素有关。遭受同学嘲笑欺负、校园暴力，与老师发生冲突、遭受体罚、管教严厉等学校经历也可能导致儿童拒绝上学。有的青少年认为现在的教育制度不符合自己的发展需要，于是自己摸索起适合自己的发展道路，如今有这种想法的青少年有增多趋势。

小贴士

应对孩子厌学，不可打骂、斥责

发现孩子厌学后，很多家长没有办法，就打骂逼迫孩子上学。这种做法是完全错误的！专家建议：

- 1.家长不宜过分催促上学，尤其不宜用打骂、斥责、嘲讽、体罚的方式强迫其上学。
- 2.向老师、同学了解孩子在校情况，先排除有无经历学校应激事件。
- 3.争取保证孩子在家仍有正常作息，按时起床、吃

饭、睡觉，避免昼夜颠倒、熬夜、赖床等。

4.关注孩子情绪，留意其有无易怒和极端语言出现，如会不会说“活着没意思”、“想死”、“想一睡不起”等话语。

5.及时寻求心理医生的专业帮助。拒绝上学是行为现象，是冰山一角，而冰山下涌动的纷繁内容还需专业人士帮助鉴别、梳理和解决。

(梁瑜)



可能与分离焦虑、心理及环境有关

