

小学生厌学，

孙嘉仪
程文红
专家支持
采访：朱砂

知音心理咨询中心咨询师
上海市心理咨询中心儿童青少年心理科副主任

情愿生病也不愿意去学校

专家调查档案

孩子用淋雨的方式，试图让自己生病，可以有理由不去上学，让家长心焦，而站在孩子的角度，我们读到的则是孩子的不快乐。你的孩子也流露出不想去学校的情绪吗？除了斥责和焦虑，你是否试过用心倾听孩子的内心，听听他想要的是什么？

事件回放

前几天下雨，五年级的乐乐放学后逗留在自家楼下不愿进屋，时而穿着凉鞋在水坑中奔跑，时而仰面朝天让雨尽情拍打自己的脸，看到没打伞的邻居乐乐还回家取伞，主动送过去。王女士看儿子在雨中尽情玩耍，并未上前阻拦，一直让他玩到尽兴。第二天早晨，王女士发现儿子懒在床上不动弹，琢磨儿子会不会淋雨生病了，但摸着乐乐的额头却不热。儿子却顷刻间泪流满面，边哭边说：“我那么淋雨，怎么还不发烧？”

记者采访了解到，借病不上学的情况并不罕见。还有家长反映，孩子打电话慰问生病的同学时竟称“你真幸福”。可见在孩子心中只要不必到校上课，哪怕遭点儿小病小灾也被视为是一种幸福。（来源 半岛晨报）

A 孩子稚嫩的肩膀承受着家长的焦虑

“不能输在起跑线上”是如今很多教育机构打出的广告语，从各类培训班门庭若市的繁忙景象，我们就能深切地感受到，这句广告语对于家长们的影响力。要进最好的学校，最好的班级，是很多家长给孩子提出的努力目标，在程文红看来，家长们制定的这些目标，反映出他们内心的焦虑，而其中相当部分的压力和焦虑是来自当下的社会。“成年人在职场中可能遭遇着不如意，或者竞争的压力，他们将这些压力以各种方式传递给了孩子——比如说，要求孩子得到很好的成绩，考出各种证书，进入很好的学校等等。”

B 厌学往往因为在学校里会暴露自己的弱点

标，有的孩子在这方面会比同龄人迟一些，这类孩子往往表现为好动，上课时也不那么安静。但是，家长和老师可能都没有意识到，自控力发育比较慢造成的好动，并不是孩子自己乐意的。如果一个孩子总是因为这个缘故，在课堂上被批评，他很可能会不喜欢上学的。因为上课意味着暴露自己的弱点。”

偏科的孩子也容易产生厌学的情绪。比如，有的孩子阅读能力比较差，语文就学得不好，数学的应用题也会遇到困难。对于这类孩

子，家长们第一反应就是要给孩子开小灶，增加课外辅导。有些家长会自己亲自辅导孩子功课。

程文红提醒说：“对于孩子而言，在学校里面对老师是一个比较紧张的状态，回到家里，如果家长也变成了老师，那孩子的神经就会一直绷得很紧。最后，家长的苦心得不到理想的结果，反而失去了享受良好的亲子关系的机会。而孩子也没有机会和空间表现自己在其他方面的能力。”

孩子不想去学校，家长还可以拖着走，但是，如果不搞清楚他们到底为什么不想去学校，不解决他们内心的需求，等到上了中学，仍然厌学，麻烦就大了。”

还有些孩子由于中途转学，随父母搬迁异地，一时难以适应新环境，不能很快和新同学建立联结也会出现厌学情绪。孙嘉仪提醒说，这些孩子往往太过留恋过去的同学，他们需要更多时间来适应新环境，建立新的关系。

学情的情绪，程文红提醒说，家长要充分考虑环境对孩子的影响，不要把孩子放到过于有压力的环境——比如，托关系、想办法，千方百计将孩子送进一个好学校、好班级，结果孩子一进去就是垫底的，这会让孩子失去信心，更加厌学。

C 家长们不妨回忆一下自己小时候，放学时和小伙伴一起玩耍的情景。如今巨大的学习压力让孩子们少了玩耍的时间。但孩子除了会做习题，还要会交朋友。孙嘉仪说：“这个能力的培养甚至比学习成绩更重要。如果放学后孩子们可以自己结伴玩耍，他们内心就不会那样贫瘠，不会那样自我中心，遇到困难挫折也不会只知道躲在家里。”

插画 孔雀



爱你就不用装酷

◎ 罗西

如果爱情里没有天真，那就太沉重了。女人卖萌，男人孩子气，这是正常爱情里的心理常态。

小S比大S快活，因为前者表现得更自然、更纯真、更放松，孩子气或者卖萌是一种可爱，一种因为敞开的明亮，因为天真而赢得的可爱，而不是扎很多刺装狠，也不是皱很多眉头，爱情里的可爱，是卸掉盔甲，而不是全副武装。其实男人在爱情里的“可爱”，也比“可敬”更可贵。

爱情是很奇妙的，曾经的陌生人，突然之间成为了自己的整个世界。一下子变得“很傻很天真”，不设防，只有最简单的摇摆与呈现。如果觉得“不够得心应手”，要花心思表演或者掩饰什么，那就不属于自己真正对路的情感，磨合和折磨是不一样的。

男人的本质都是孩子，如果他让你感到的只是他的成熟，说明他还不够爱你。

如果你对你的男人只有敬畏，那说明你对他还没有信心。女人大多数只对有安全感的人发脾气、率真，因为在那个安全度之内，潜意识知道对方不会离开你。故胡闹是一种习惯。

一个男人不太爱一个女人的时候，往往进退自如、潇洒，能把这个女人弄得神魂颠倒，特MAN，特酷，特够味儿，特能掌控大局……女人喜欢甚至崇拜这样的男人，因为她们觉得有一种小鸟依人的被统治被征服的快感；但事实上，当男人真正投入爱情的时候就会变成小男孩，HOLD不住，当你认为那个男人特别耀眼需要仰望的时候，抱歉，抚摸他还没热爱你。

爱情，是一件很孩子气的事情，不管男女老少。小时候幸福很简单，长大后简单才幸福，幸福是心里永远住个孩子。

阅人无数的苍井空老师说：“见过很多类型的男人后，最终觉得男人最大的特点就是单纯，即便年纪大了也还是像小孩子的感觉。

如果一个男的总是让女友感到他的成熟，那么，我想，这个女人可能没有走进他的内心。”除了高呼“苍老师你最懂男人”，我们还能说什么？

当我们真爱后，才发现很多情绪在平常里都要修饰、掩埋的，却在爱情里肆意地折腾、叫嚣，甚至让你觉得不可思议“我怎么会爱上这样一个小屁孩”，这个时候我们总会忘了一件最重要的事——你能看到这些，是因为她（他）也爱着你。

爱你，是脱离呆板、枷锁、束缚……回到本真。



专家支招

A 对于那些由于某些能力发展的不够好，而处于弱势的孩子，老师要有意识地进行一些干预。程文红说：“不要让那些弱势的孩子成为永远被人欺负的对象。老师要引导那些强势的孩子，让他们成为那些弱势孩子的保护者。”

B 对于那些因为成绩不够好，而产生厌学情绪的孩子，程文红提醒说，家长要充分考虑环境对孩子的影响，不要把孩子放到过于有压力的环境——比如，托关系、想办法，千方百计将孩子送进一个好学校、好班级，结果孩子一进去就是垫底的，这会让孩子失去信心，更加厌学。

C 家长们不妨回忆一下自己小时候，放学时和小伙伴一起玩耍的情景。如今巨大的学习压力让孩子们少了玩耍的时间。但孩子除了会做习题，还要会交朋友。孙嘉仪说：“这个能力的培养甚至比学习成绩更重要。如果放学后孩子们可以自己结伴玩耍，他们内心就不会那样贫瘠，不会那样自我中心，遇到困难挫折也不会只知道躲在家里。”