



网络视频截图

孩子厌学 送去“搬砖”“捡瓶子”有用吗？

最近，一段“爸爸让13岁儿子到工地搬砖治厌学”的短视频成为热搜。网友@晨晨和爸爸在抖音上发布的一段视频爆红网络，视频中儿子晨晨瘫坐在地上，全身上下包括白皙的脸蛋都沾满泥沙，被父亲问道：“累不累？”儿子回答：“累！”父亲又问：“读书好还是干活好？”儿子赶紧点头说：“读书好，读书好。”

无独有偶，上个月沈阳一位妈妈带女儿捡破烂的视频也曾引发网络热议。事情起因是上小学的女儿不爱学习，作为妈妈实在是没招了，就带着女儿在小区捡垃圾，从视频中看出小女孩非常不好意思做这样的事，可妈妈不仅不依她，还提议去校门口捡，女儿极不情愿，妈妈一边教育女儿一边让孩子去捡垃圾，说，“你不学习不捡破烂，要饭去啊”“你现在有我陪着你捡，以后你自己捡。”

这两件事中的主人公都因为家长的举动开始重视学习。不可否认，让孩子去体验

生活的艰苦，是非常有效的教育方法。但是也有一些网友留言表示，自己家的孩子用了这样的方法根本不管用。比如，有网友曾让儿子去搬砖，回来后，儿子也表示会好好学习，但是没坚持3天，儿子就说：“你还是让我去搬砖吧，我宁愿搬砖也不想上学了。”类似让孩子搬砖的方法，意在比较读书与劳动哪个更好、哪个更累。实际上，对于不愿读书的孩子来说，读书更累，因为那是心累。

“厌学”是困扰很多家长的一个热门话题，尤其是青春期、叛逆期的孩子，家长很担心会造成逆反心理。可毕竟孩子和孩子不一样，“搬砖法”不可盲目复制。

家长朋友圈：

网友任星程妈妈：我儿子上小学三年级了，就是那种只要不学习，不管干什么体力活

都不会喊累，我也试过带他捡垃圾，他全天都很开心，不嫌累也不怕脏。还是想说要因材施教，有的孩子同理心强，我儿子这种感觉就是说什么都不走心，作为妈妈虽然很无助，但是也只能自己多学习教育知识和方法了。

网友冯思雨爸爸：现在有些孩子真就是身在福中不知福，得让他们体验一下大人生活的不易，他们才会更懂事。今年暑假我准备让女儿去做点勤工俭学的工作。

网友小何妈妈：孩子厌学我觉得不光是孩子和家长的问题，老师也是很重要的原因。我儿子的语文老师，总是讽刺孩子，所以他们班里有不少孩子都不喜欢上语文课。

网友白霏霏妈妈：我女儿现在处于青春期，因为厌学的事情，我们总是吵架。虽然我知道这样做不是好方法，但是真不知道该怎么办。还不敢说她太严重，又怕离家出走，做出什么傻事。 辽沈晚报记者 王冠楠



心理帮

孩子厌学可能是心理障碍

读者求助：

我儿子竟然逃学了

我儿子小宇今年读初一，以前我一直觉得他是挺听话的孩子，从小都是我陪他一起参加各种培训班，家里人都对他抱着很大的希望。可是上了初中之后，他就对学习不上心，成绩开始下滑，而且最近我还发现他逃学一次，虽然只有一次，但是我对儿子的变化很难理解，也很困扰，他怎么会厌学了昵？

求助者：小宇妈妈

解读专家：赵楠
沈阳市心理咨询师协会理事、沈阳市EAP协会副理事长
研究专长：青少年心理健康、危机干预、家庭教育咨询与指导

孩子厌学，是包括小宇妈妈在内很多家长的困扰。厌学是学生对学习的负面情绪表现，从心理学角度讲，厌学症是指学生消极对待学习活动的行为反应模式。为什么孩子会出现厌学行为，父母该怎样做？本期“心理帮”栏目，我们请到了沈阳市心理咨询师协会理事赵楠进行解答。

厌学情绪和逃学行为是一对孪生兄弟

“厌学问题已经成为阻碍学生身心健康发展的重要问题。学生厌学主要表现为对学习的认识存在偏差，情感上消极地对待学习，行为上主动远离学习。”赵楠介绍，一类孩子是虽然每天都会上学，但会减少学习投入，比如有的孩子变得不爱上学、不愿见老师，甚至每到上学前就喊“肚子疼”“头痛”等；有的孩子不愿做作业，一看书就犯困；即使在没有外界干扰的情况下，注意力也常常不能集中；上课时常打不起精神，课后却十分活跃。

还有一种是孩子的逃学行为，逃学作为厌学的极端行为则主要表现为不去上学。厌学情绪和逃学行为是一对孪生兄弟。厌学情绪是逃学行为的主要原因之一，而逃学行为则是厌学情绪的极端表现。

“家长们需要注意厌学和逃学是一种负性的情绪和行为，它们不是一种诊断名词，但其可能会共患某种有诊断标准的障碍，比如抑郁症，有时厌学和逃学反而是抑郁症等精神疾患的一种结果。”赵楠说道。

别对孩子设置过高期望值

为什么孩子会厌学，除了孩子本身方面，家长也要注意环境对于孩子的影响。无论社会、学校还是家庭，都对于孩子的“三观”有很大的影响。

“在家庭中，许多家长对孩子期望值过高，不顾孩子的实际情况，用‘神童’的标准去要求孩子，强迫孩子学外语、背诗词、弹钢琴等等，一旦孩子达不到他们要求的标准，动辄严厉惩罚，使孩子心灵受到伤害。”陈楠说，在这样的家庭中长大，一些比较敏感、内向的孩子们自卑心理严重，造成不良的身心状态，要么是因学习体验不到快乐，从而失去对学习的兴

趣，或者是无法面对“失败”。

陈楠认为，家长过度的关注和要求对孩子会造成不好的影响，与此同时，也有一些学生因父母离异或外出打工等原因，缺少父母的关爱、教育，没有正确方向的引导，造成性格孤僻，学习的积极性受到压抑，从而产生厌学心理。所以家长在孩子产生厌学时，先不要急着让孩子返回学校，以免加重他的逆反心理。同时也要好好反思一下自己的行为，理性设置对孩子的期望值，尊重每个孩子的个体差异性和天性，激发孩子学习的兴趣，鼓励其施展才能。

要经常给孩子成功的正向反馈

家长越是想要孩子学习，越不要“强迫”孩子学习。赵楠介绍说：“如果家长对孩子学习逼得太紧的话，孩子会变得比较焦虑、不耐烦。在潜意识里，社会对学习产生反抗情绪。孩子会变得容易遗忘，容易把刚刚学过的东西也忘掉。我们需要帮孩子找到自己的动力，这无疑需要梳理孩子的价值观，找到他们认同的信仰。”

“要想提高孩子的学习兴趣，首先要使孩子尝到成功的滋味。”赵楠介绍说，成功不一定只是学习赋予，孩子尝试的勇气、坚持的努力、失败后的自我鼓励，都是成功的经验，需经由家长、教师肯定

而给予孩子，所以对成功的定义，需要正确的价值观。

要注意赞美和鼓励。赵楠说，家长、教师必须懂得，语言赞美会对孩子的学习起到很大的鼓励作用。相反，批评过多，会使孩子情绪低落，学习时更易犯错误。赞美和鼓励无疑是长辈们为孩子示范正确的“三观”。孩子厌学，有各方面的因素，有自身的原因，也有家长的原因。不管怎样，当遇到孩子厌学时，家长都应保持足够的耐心和爱心，始终对自己、对孩子充满信心。

（为尊重读者隐私，文中孩子名字为化名） 辽沈晚报记者 王冠楠

征集

作为家长的你，是否被孩子的某个问题深深困扰？辽沈晚报成长专刊“心理帮”栏目，将针对家长关注的问题，展开讨论与解读，如果您有需要，可以把问题和具体情况以电子邮件的形式发送至“心理帮”栏目，我们将会从中选取家长普遍关注的问题，邀请心理学专业人士进行解读。邮箱地址（lswhbhyx@163.com）