

一个学习成绩优秀的孩子,突然说“不想上学”了。他把自己关在房间里,除了吃饭、上厕所,从不出屋门,拒绝和父母沟通,拒绝和小伙伴交流——

躲在房间里的孩子

本报记者 杨玉霞

对高中生张明来说,等待考试排名,就像等待一场判决。

高一上学期,张明的成绩是全班第3名。一直以来,他就是班里学习最好的孩子之一,也是最听话的孩子。老师喜欢他,爸爸妈妈也以他为骄傲。

张明说不清自己身上究竟发生了什么。他害怕考试,害怕考不进前三名,这种怕给他带来的紧张和压力让他喘不过气来。他试图向父母倾诉,都只换来劝慰和鼓励。只有他自己知道,他的压力早已超越了能够承受的极限,在学校里的每一天都是折磨。

不想上学

张明所在的中学,一周一小测,一个月一大测,逢测必排名。而且这次考试比上次考试前进几名或后退几名都标注得清清楚楚。

每逢考试,张明就紧张得心跳加速、头晕,脑袋里只有一个念头:千万别被别的同学超过去。考完试,他丝毫也没有放松的感觉,经常会半夜醒来,想着是不是有道题做错了?

说出那句“不想上学”,是张明最艰难的决定。他准备了好几天,才告诉父母,他很怕考试,这让他难受到无法上学了。他记得父母坐在自己的对面,他们哄着自己说:“你是学生,你的任务就是学习。”

自己的班主任也被父母请了过来,在老师的威严面前,除了点头,张明做不出其他动作。班主任一条一条地列出他上学的必要性,背后隐藏着一个不可更改的答案:张明必须上学。

“他们觉得一切似乎只是学习的问题,他们只在乎学习。”张明说。他们都觉得他是学习压力大,或者理解他的压力比其他人人都大,但他们不懂,其实他根本就是在深渊里。

第二天早上,张明走出房门,在沙发上静静地坐着。父母远远看着他,不敢吭声,似乎在等待他的决定。

一瞬间,这个16岁的男孩大哭着跑回房间,又从房间里走出来,告诉父母:“我上学去。”之后,他穿着拖鞋冲出家门,爬上六楼楼道的窗台上,就要往下跳。

妈妈死死抓住儿子,语无伦次地喊道:“妈妈同意你不上学了,你不同意不上吧。”张明的爸爸冷眼站在一边,大声地吼张明妈妈:“他就是吓唬人,你让他跳。”

一直到后来,爸爸都没能理解,人家学习不好的孩子都没出问题,自己儿子学习成绩一直非常好,咋就厌学了?

来自家人的压力

张明的妈妈刘艳记得,高一开学不久,儿子几次在家里大



李秀梅给患者做心理咨询

哭,说心里烦得很。可每次发泄完压力,他又会默默地拿起书本,成绩从未下滑过。这让刘艳觉得很心疼,想方设法带他下馆子,看电影,打游戏。

可张明说,很多压力就是来自妈妈。

他随口说出一段回忆:有一年期末考试结束后,妈妈带着他去姥姥家玩。妈妈刷朋友圈的时候,看到别的家长在晒孩子的考试成绩。妈妈以为他没考进前三名,在姥姥家突然发火,当着人踢他:为什么这次没进前三名?

其实,他考了一个很优异的成绩,两千人中,他也在前几名。

妈妈经常在朋友面前炫耀:“我儿子学习从不用大人操心,成绩好着呢。”张明说,妈妈经常和他说,他要学习不好,妈妈就没脸见人。他学习就是为了妈妈,从来没有感觉到学习带来的快乐。

不想活了

刘艳反复回忆的“那一天”,开始于一个从学校打到她手机上的电话。老师说,张明在学校身体不舒服,让她赶紧来接儿子。

听到这句话时,刘艳正在开车,她把车停在了路边。从脚尖到手指,她突然不能动了。一种非常不好的预感兜头笼罩过来。

这个电话打过来的前两周,张明几次在家里哭闹,说活着没有意思。

他们去了本市一家精神咨询诊所。走廊里,张明妈妈呆呆地坐着,听见一墙之隔的屋子里儿子的哭泣声,并且说,他不想活了。

咨询师建议他们到精神专科医院就诊。

那天晚上,张明被医院确诊



资料片

为“重度抑郁”,医生建议他住院治疗。当时,张明的父母已经震惊得没了感觉。他们不了解什么是“重度抑郁”,更无法接受孩子得了精神疾病。孩子如果住院,耽误学习不说,在他们看来,住过精神病院,会成为孩子一生的污点。“天都塌了”,刘艳不断重复着这几个字。

在他们对抑郁症模糊的了解里,封闭,远离人群,病只会越来越重,何况还有最重要的是耽误学习。如果耽误了高考,孩子上不了大学,一生就毁了。最后,他们给孩子拿了几盒治疗抑郁症的药,带着儿子回家休息了两周,随后返校。

他们以为,在药物和同学陪伴的帮助下,儿子会好起来。

没想到,刚返校一周,儿子在宿舍里要自杀,幸被同学及时发现。

刘艳见到儿子呆呆地坐在老师身边的那一刻,她就明白了,儿子说“不想活了”是真的。

敲不开门

陪伴儿子的日子里,刘艳一直想不明白,从小懂事听话的儿子,从小学就成绩名列前茅的儿子,怎么突然就成了这样?

张明休学后,每天把自己关在房间里,看上去毫无生气。从小一起长大的小伙伴来找他,他也不搭理。

刘艳病急乱投医,正好有个亲戚竟离谱地说“要不要试试做一场法事”,她竟然也就同意了。那时候她精神状态也很差,就找了一个给自己看病的理由,带儿子一起去。快到做法事的地方时,张明妈妈才委婉地跟儿子说了,没想到儿子打开车门就跳下了车,朝着来时的方向猛跑。

刘艳好不容易才追上儿子。张明的情绪骤然爆发,大喊大叫。

那天之后,张明对父母没了

信任,他把自己卧室的门关上将近一年,任凭刘艳和丈夫说什么都再也不理。

儿子不上学以后,刘艳这么形容她的感受:天都塌了。儿子在家的第一个月,她一直盯着班级群大小消息,包括哪个孩子被老师提醒穿校服,她都记得。

张明父亲通常把所有怒气压缩成嘲讽。自己同事经常打孩子,人家孩子都没出现问题,为什么张明就会出现这个问题呢?

今年,刘艳也被确诊患有心理疾病。医生建议她住院治疗一段时间。她拿了药,却没住院。

张明爸爸一直不肯接受儿子生病的事实,刘艳不放心把儿子留给丈夫照顾。

每天,刘艳回家做好饭,端到客厅,又躲到自己的房间。不多时,张明悄悄出来,把饭端回自己房间,客厅里永远一片寂静。

心理专家: 家长应成为孩子的伙伴

近日,记者从沧州市几家医院的心理门诊了解到,近几年,青少年抑郁症人群呈上升趋势。因为不堪抑郁折磨而选择自残、自杀的情况也屡屡发生。

沧州市人民医院心理门诊主任李秀梅说,导致青少年抑郁的原因很多,家庭因素是不可忽视的重要原因之一。很多家长只知道满足孩子物质方面的需求,却忽略了对孩子精神需求的给予,导致学生心理脆弱,不能和家长、老师、同学正常沟通,经不起挫折和打击。一旦遇到问题,就容易诱发心理疾病。

平时的生活中,家长应该转变教育观念,不要只关注孩子的成绩,也要关注孩子的心理成长,不要成为孩子学习的监工,而是要做孩子信赖的成长伙伴。

孩子出了问题,家长是第一责任人,应该及时观察,勤于反思、勇于改正,将教育重心转向注重培养孩子健康的人格、善良的品性、良好的习惯和达观的生活态度上。尤其是对于学习成绩优秀的孩子,要经常为之松绑,鼓励孩子全面发展,而不是持续在学业上加压。

李秀梅认为,孩子的心理问题并非一日之寒,往往是多种不良因素长期累积的结果,而孩子种种不符合常理行为的背后,也与学校的教育理念和教学方式有关。有的学校过分追求学生成绩,而忽视了对学生的心理健康指导,有的教师对学生的成绩过分关注,有的甚至唯分数论,让有些学生失去对学习的兴趣。学校在加强学生学习管理的同时,也应加强学生心理健康教育,引导其正确看待挫折与失败,以培养学生对环境的适应能力。

(文中患者均为化名)