



曾经,他们都是学习成绩比较优秀的学生,但现在却只能休学在家。父母最大的希望,就是他们能恢复健康——

# 这些“学霸”为啥休学

本报记者 张丹

9月1日开学了,很多家长高高兴兴地把孩子送往学校。盐山县的王亚楠却有说不出的愁,因为她15岁的儿子,没能重回校园。

她不知道,等待她和儿子的将来会是什么。她也不知道,原来积极向上孩子怎么就抑郁了呢!

近年来,不少青少年出现精神抑郁等问题,特别是一些学习成绩不错的孩子。

## 来县城上初中,他常闹头疼

王亚楠的老家在盐山县,两个孩子学习成绩都不错。平时公婆在家帮着照顾两个孩子,她和丈夫在沧州打工。

儿子浩浩去年该上初中了,为了让孩子有个更好的学习环境,王亚楠一家举全家之力,在盐山县城买了套房子。

去年9月份,孩子顺利进入县城的初中开始学习。王亚楠和爱人更加努力工作,他们要给孩子创造更好的条件。

然而一个多月后,事情的发展让王亚楠闹不明白了。

一开始,浩浩给她打电话说头疼,让王亚楠帮他请假。起初,王亚楠以为孩子可能是有点儿感冒,也没太放在心上。

可慢慢地,浩浩开始经常说自己头疼,要求请假。这让王亚楠有点儿害怕:孩子该不会是得了什么病吧?

她带着浩浩到沧州市区的医院做了和头疼相关的检查。检查结果显示,浩浩的头部没有问题。

“可孩子依旧说头疼,没法上学。”王亚楠说,家里能想的办法都想了,可孩子只要一上学就闹头疼。

最后在老师的建议下,王亚楠带着浩浩又来到医院检查,医生告诉王亚楠,浩浩患上了抑郁症。

那一刻,王亚楠有种天塌的感觉:她从来没想到过这个病会和自己孩子扯上关系,她也不知道自己的孩子到底是因为什么得上了这个病。

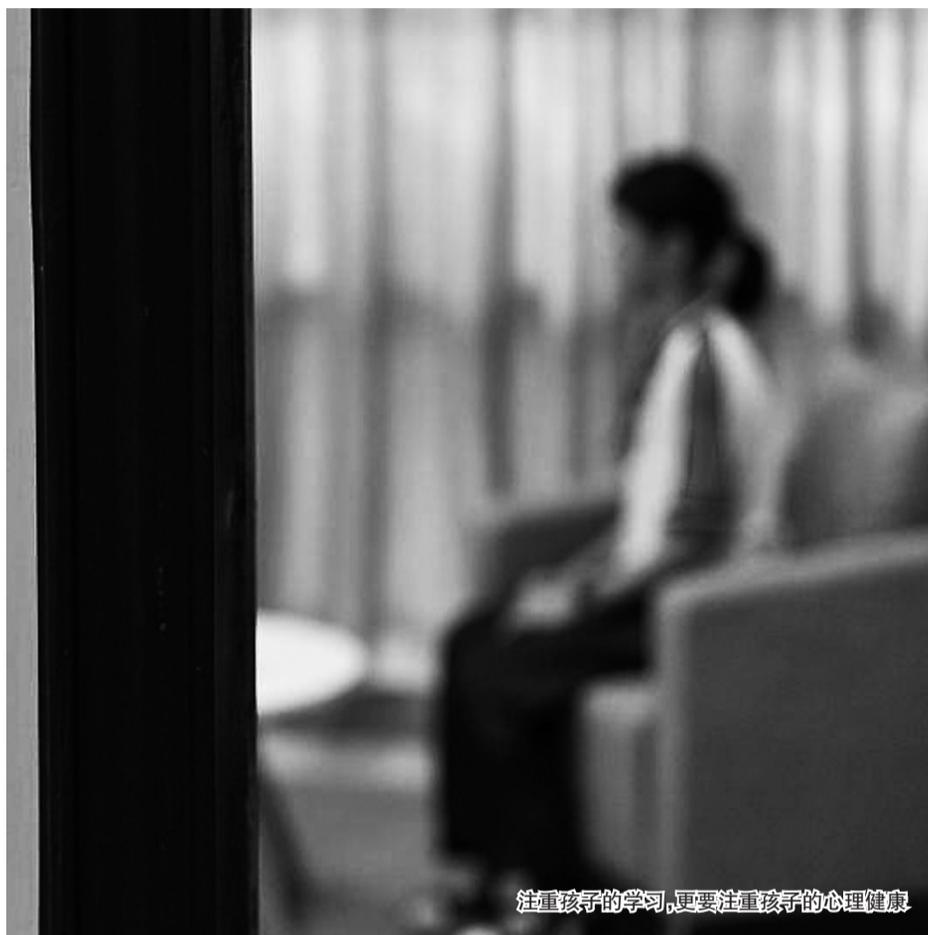
她只是在老师的口中听到,浩浩转学来到县城后,并不是特别适应。

确诊后,浩浩办理了休学,并在专业医生的指导下开始用药治疗。

如今,半年多时间过去了,浩浩的症状有所缓解,但一说到上学,他还是头疼。

本来,王亚楠还想着,这个学期,浩浩就能走进校园,可从现实看,浩浩还得继续休学。

“他原来是学习那么好的一个孩子,如今变成这个样子。”王亚楠说,从内心深处,她还是觉得有些难以接受,“我现在不盼着孩子成绩有多好,只希望他健康。”



注重孩子的学习,更要注重孩子的心理健康

## “我根本不想学钢琴”

前两天,家住黄骅市区的王晓玲把家里的钢琴卖了。

曾经,她以为,她能用这架钢琴培养出一个钢琴家,可她没想到女儿因为弹钢琴抑郁了。

王晓玲曾经在韩国留学。在国外学习生活的经历,让她觉得对于自己女儿涵涵的培养,也要往国际化方向走。

从涵涵4岁开始,王晓玲就给她报了舞蹈、钢琴等多个特长班。

涵涵上学后,王晓玲在紧盯涵涵学习成绩的同时,丝毫没有放松她在特长班的学习。

涵涵的学习成绩很优秀,在小学五年级时,涵涵考下了钢琴八级证书。

涵涵曾跟王晓玲说过,她不想学钢琴了,因为她并不喜欢。

可王晓玲觉得,涵涵钢琴已经八级了,再努努力,就到最高级别十级了。

去年涵涵升入小学六年级,她有好几次跟妈妈提出不想再学钢琴了。母女俩因为学钢琴,发生了几次争吵。涵涵就在这种不情愿和小摩擦中练琴,也参加了钢琴考级。

在准备钢琴十级考试的过程中,有一次弹着弹着,涵涵使劲地拍了一下钢琴,王晓玲被吓了一跳。从那之后,涵涵一坐到钢琴前就默默地哭。



要给孩子在思想上做减法

看到这个情况,王晓玲先是安慰,可并没有效果,之后母女俩再次发生争执。

今年4月份,王晓玲突然接到了涵涵班主任的电话,说孩子的上课状态不好,成绩也直线下降。老师想了解一下,家里是不是有什么变故。

王晓玲这才意识到,涵涵的状态已经影响到上学了。

可当她跟涵涵沟通的时候,涵涵拒绝跟她沟通,万般无奈的王晓玲求助心理咨询师。心理咨询师和孩子沟通后,告诉王晓玲,孩子可能患上了抑郁症。

王晓玲又带着孩子去了医院,最终确诊涵涵患上了中度抑郁症,医生建议休学治疗。

涵涵休学在家的这段时间,王晓玲也一直在反思自己:她本想给女儿更好的未来,可现在看来,自己好像做错了。

## 接受不了从“学霸”变“普通”

20岁的王猛,想在这个学期重返大学,可想了又想,他选择再休学一段时间。

王猛家在沧州市区,学习成绩一直不错。2021年以优异的成绩考入了北京的一所高校。

王猛的父亲王新刚说,从小到大,王猛就是亲友口中“别人家的孩子”。考上心仪的大学,孩子还给自己的人生做了规划,保研、读博……但没想到的是,进入大学,事情并不是他们想的那样。

“爸,我觉得我在学校里不是太适应,我想回去休息一段时间。”王新刚说,他接到儿子这个电话时,是在大学开学两个多月后。

刚开始,他以为孩子是和同学之间闹矛盾了,就在电话里安慰了几句。

可后来,孩子老师说的状况让他意识到问题的严重性。孩子出现了不愿与人交流的情况,更甚至,孩子的手腕上还出现了用刀子割过的痕迹。

王新刚把王猛从学校接回家,并带他去医院做了检查。王猛最终被确诊为抑郁症。

原来,王猛到了大学中,发现自己和同学比不再优秀了。更让王猛无法接受的是,他拼命努力,然而结果没有太大的改善。

王新刚和妻子从没想到,过于优秀的孩子,也会患上抑郁症。

## 适当做减法,让孩子感受爱

“无论对家长还是对孩子来说,成长,都是一个压力重重的过程。”沧州市杨文峰心理工作室负责人杨文峰说。

对于“学霸”们因为抑郁休学,杨文峰说,这些被抑郁困扰的孩子,本就自我要求极高。在积累而发的心理疾病之前,这些父母对孩子的期许往往是很高的;对孩子的“控制”是很紧的。然而在积累而发的心理疾病面前,一切的愿景和家庭秩序都被打碎了,父母的诉求只剩下“希望孩子做一个快乐的普通人”。

这两年,社会上的教育焦虑感在不断上升,应该引起足够的反思。不只反思教育方式,也要反思对青少年心理健康的影响。学生可能从小优秀到大,生活中除了学习还是学习。生活是丰富多彩的,家长应当适当给予孩子自由,这对孩子成长也是有好处的。

沧州安定医院开放病区临床五科主任刘广芳说,最近,青少年出现抑郁等精神问题有增多的趋势。“几年前,在我们医院,因精神问题住院的青少年一年仅有10多个,现在达到了50多人。”家长必须重视孩子的心理健康问题,学会和孩子进行有效的沟通。

对孩子的一次骂、一顿揍、一些挖苦,在家长看来没什么大问题。但如果孩子的成长中,总是遭遇这样的情况,负面情绪的叠加会导致孩子出现精神问题。

对于“学霸”们来说,他们本就对自己要求极高,有自己的想法,所以家长在跟他们沟通的过程中,更要给他们在思想上做减法。

“注重孩子的学习,更要注重孩子的心理健康。”刘广芳说,精神科医生能做的,只是医治身体,让神经递质、血药浓度达到正常,但真正能抚慰孩子心灵的,是父母的爱。爱的表达方式多种多样,选择自己孩子乐于接受的,让他深深感受到父母对他(她)浓浓的爱,这其实是治疗抑郁症最好的药。

(文中当事人为化名,图片为资料片)