

一个想退学学生的家庭治疗个案

陶 楚

合肥市第三十二中学，合肥

摘 要 | 在担任高中心理老师的过程中，发现学生面临形形色色的问题，问题的原因也千变万化。只有对问题的原因有所了解然后针对性的解决，才能帮助到学生。在本案例中，我遇到一个想退学的学生，她不想上学，经过一番工作才了解她不想上学的原因与家庭有关，通过家庭治疗的方式干预后，她的父母改变了，她也随之改变，也认真上学。所以，在学校中做心理咨询，有时候不仅仅需要做学生的工作，也需要做家长的工作。家校合作，助力学生成长。

关键词 | 家庭治疗；退学

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 家庭治疗的简介

家庭治疗是心理咨询与治疗的一个重要的分支，家庭治疗与个体治疗不同，家庭治疗关注整个家庭系统对人的影响，从系统的角度看待问题，也对整个家庭做干预^[1]。家庭治疗可以从家庭生命周期，家庭界限，家庭关系，家庭权力等角度分析家庭的结构和家庭可能面对的问题^[2]。以家庭生命周期为例来说，家庭的诞生起源于两个人的结婚（以异性恋结合的婚姻为例），这时候女性的角色就不仅仅是女儿，还有妻子和儿媳；男性的角色就不仅仅是儿子，还是丈夫和女婿。等到孩子出生，又多了角色，爸爸和妈妈，如果老人来帮忙带孩子，又多了姥姥姥爷和爷爷奶奶这样的关系。

在家庭生命周期中，孩子处于儿童阶段和孩子处于青春期阶段，家庭是不同的生命周期，但是在这两个阶段，父母对于子女投注的爱都非常重要^[3]，如果父母因为工作原因或者感情不和而对孩子的关爱不够，孩子都可能出现一些问题。在下文中，笔者会介绍一个因为父母不在身边而独自求学的高中生突然不想读书的例子。

2 学生的咨询过程

高一某班的一位班主任在高一开学后第二个星期的星期天遇到我，和我诉说她们班的情况。她告诉

我：“我们班一个同学叫沈洁（化名）突然说，她不想上学了，我和她母亲都做她工作，和她说了好久，但是她就是一声不吭，我感觉好没有办法。”

我问：“她最近是发生了什么事情吗？怎么刚开学就不想上学了？”

班主任：“事情倒是有，她不是住校生吗，我才知道，除了学校，她在合肥没有家，她爸爸妈妈在上海工作，她的其他亲戚也都不在合肥。上周是开学第一周，她周五晚上不想走，想周末留校。但是她由没有假条，所以，宿管阿姨不让她住，宿管阿姨好像还骂她了。所以，她上个周末其实是去初中同学家的。因为和宿管的冲突，她就和妈妈打电话，哭。上周天就没有上晚自习，和我说也和家长说，不想再读书，妈妈很着急，所以，今天上午从上海赶过来，中午到了我们学校。下午我和她的母亲一直做她的工作，但是她都不和我们交流。”

我说：“情况原来是这样，她现在在哪里？”

班主任：“她和她的妈妈都在寝室呢，你问问宿管，就知道她具体在哪个寝室。”

我说：“那我试试去做做她的工作。”

随后，我去了女生公寓，找到她的寝室，看到沈洁和她的母亲在寝室中，其他同学都去上下午的课了，我向她的母亲介绍了我是学校的心理老师和我的来意，然后和她聊起来。

一开始，她是坐在桌子旁边，面朝着桌子，我只能看见她的侧脸，她在刷着手机。

我问她：“你是高一（5）班的沈洁，是吗？”

她没有转过身看我，只是点点头。

我说：“我听你的班主任说，你情绪很差，比较担心你，所以，过来看看。”

她没有任何反应，还在看着手机。

我又说了几句关心的话，但是她都没有反应，只是看手机，这时候她的妈妈插话了：“我也不知道孩子怎么了，和她说话她也不理你，只是玩手机。”

我轻轻地拿走她的手机，交给她的母亲，然后把椅子拉近点，坐在离她更近的地方。

我说：“你这样一直不说话，老师帮不了你，你有什么烦恼可以和老师说，也许老师能帮到你呢。”

她突然说：“我就是不想上学。”

我说：“就你能和老师说说原因吗？”

沈洁：“就是不想上，没有原因。”

沈洁的妈妈说：“你说怎么搞的，刚开学还好好的，怎么突然间就不想上了。”

我说：“你能和老师说说，不想上这个念头是从何时就开始有的。”

沈洁：“从高一暑假军训我就有这个念头了。”

我说：“看来你有这个念头已经很久了，可是如果现在就不上学了，你想过以后做什么吗？”

沈洁沉默，不说话。

我说：“你不想读书，是遇到什么困难吗？还是因为在新学校不适应这里的管理？”

沈洁还是沉默。

我又说：“马上就要中秋了，你可能会和初中的同学聚聚，同学们都在聊近况，你退学了，到时候你怎么和同学们说？”

沈洁突然流泪：“我不想在这里读书了，我想转回到老家亳州读书，在合肥我一个亲人都没有，我

觉得好孤单。”

我说：“你是因为在合肥没有亲人，自己照顾自己特别苦，所以，不想继续读书，实际上，你并不讨厌读书。”

沈洁：“在老家，起码我的爷爷奶奶还能照顾我。在合肥，我周末都不知道去哪里。”

我说：“你的难过来自于你的孤独，缺少家人的支持。我们是可以考虑转学，如果实在转学不成的话，也可以考虑让你的母亲来陪读，这样你就不是孤零零的一个人了。”

沈洁母亲：“实在不行，我来陪读也行。”

我又关心问她：“你中午饭吃了没有。”

沈洁：“没有，没胃口。”

我又问：“那你早餐吃了吗？”

沈洁：“没有。”

我：“那你昨天有没有好好吃饭？”

沈洁：“我就昨天中午吃了一点点，早饭和晚饭也都没有吃。”

沈洁母亲说：“就吃这么一点，你怎么不和我说？陶老师，我一直觉得沈洁自立能力比较强，但是到现在我才发现，我对她的关心还是不够的。”

沈洁一听，眼泪掉下来。

我问沈洁：“如果你母亲愿意帮你转学，或者是来陪读，或者是周末抽时间从上海来陪你，你还愿意继续读书吗？”

沈洁点点头：“我愿意。”

沈洁母亲：“只要你愿意读书，我和你的爸爸商量一下，怎么多抽出时间来陪你。”

我继续说：“无论你是转学，还是继续在我校读书，我觉得你应该去上课，因为高中的课程实在是太紧张，如果你三天不去听课，也许像数学这样的科目就听不懂了。”

沈洁点点头。

我继续说：“要不这样，不久就要吃晚饭了，让你的母亲带着你去吃点好吃的，补充一下能量，从明天开始就继续去上课，好不好？”

沈洁：“行。”

我和她的咨询到这就结束了，离开的时候，我和她的母亲说：“沈洁很懂事也很自立，她可能不想给你们添负担，所以，没有提出要求你们陪读，但是她毕竟还是小孩，在合肥举目无亲，您还是需要想想怎么多陪她。”

沈洁妈妈：“今天你问她吃饭的事情我才知道，我对孩子的关心和关注不够，对她的生活起居也没有好好照顾，所以，我需要好好陪陪她，多关注她。”

3 咨询原理分析

想解决问题，就需要知道问题产生的原因是什么。在本文的例子中，孩子一直不愿意说为什么读书，所以，我们老师和家长的劝解就像是拳头打在棉花上，完全使不上劲。刚开始，我试图让她意识到，如果不上学，后果很严重，但是她的沉默告诉我，她是知道的，但是她的情绪差到已经无法顾忌后果了。

后来，我转化策略，用生活化的场景“马上就要中秋了，你可能会和初中的同学聚聚，同学们都在聊近况，你退学了，到时候你怎么和同学们说”，让她意识到，如果现在不上学，可能整个人生轨迹都会改写，也和大多数人的生人轨迹偏离。这时候她才打开心扉，愿意说出自己不愿意上学的真正愿意——因为父母亲人在不在合肥，自己一个人在合肥太难了。

当她愿意说出原因的时候，我们就能够想办法帮助她，她此时需要父母的支持和关爱。这时候，我需要让她母亲了解到母爱可能缺位和母爱对于孩子现阶段的重要性。所以，我从她的吃饭这样的生活细节入手，了解到沈洁生活的困顿，也让她的母亲认识到需要更关心她，多抽出周末来陪她，或者来陪读。

在这次的咨询结束一周后，我做了随访：沈洁正常上学，在课堂表现很好，她的母亲抽出周末时间陪她。

我的反思：家庭的关心和照顾对于儿童和青少年的成长是非常重要的，这种关心和照顾不仅仅是让青少年和儿童的生活起居更舒适，也让儿童和青少年感受到爱，有安全的依恋，他们才能更好地探索世界。在高中任教担任心理老师的过程中，我们不仅仅需要做学生的工作，也需要做家长的工作，让学校和家庭系统都能正常的运行。

参考文献

- [1] 任静. 萨提亚家庭治疗模式介入亲子冲突家庭的实务研究[D]. 华中师范大学, 2016.
- [2] 何亚萍. 萨提亚家庭治疗理论在流动家庭亲子关系改善中的应用研究[D]. 苏州大学, 2016.
- [3] 吴丹. 萨提亚家庭治疗理论视角下的个案应用探索[D]. 首都经济贸易大学, 2014.

A Family Therapy Case to a High School Student Who Want to Drop out From School

Tao Chu

Hefei NO.32 middle school, Hefei

Abstract: When I work as a psychological teacher in middle school, I find that different student face different problem. Different problem have different reason. I believe that only if we find the reason of problem and solve problem by changing reason, we can help out our student. In our case, I received a student who want to drop out from school. I gradually knew that the reason why she wanted to drop out from school is that she lacked family support. I worked with her parents. Her parents changed and gave her enough family support, which leaded her change to give up her original idea and study seriously. So we not only need to work with students but also need to work with their parents. The cooperation of family and school can support students' grow up.

Key words: Family therapy; Drop out from school