

后疫情时代一例初三学生拒学个案咨询报告

郭丽娜 梁 乐

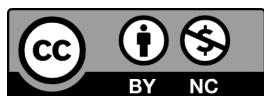
张家口学院教师教育学院, 张家口

摘 要 | 后疫情时代, 中小学生经历了较长时间的线上学习之后, 重返校园。有一部分学生却在返校进行线下学习时出现了拒学现象。本个案是一位初三的女学生, 拒绝上学, 在家玩手机, 不愿意出门, 有自残自伤等不良行为。在案例咨询中, 通过家庭咨询和个体咨询相结合的方式进行干预后, 个案的拒学情况发生改变, 能够主动上学。

关键词 | 后疫情时期; 拒学

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 引言

2020 年初突发的新冠疫情打破了我们的正常生活规律, 为了尽快阻止疫情的传播, 防止人多聚集, 教育部提出暂缓学生返校的意见, 并提出停课不停学的教育政策。中小学积极响应教育部政策, 开展了线上教学。学生的手机使用时间和使用频率在疫情期间明显增加。在线上教学结束, 后疫情时代, 学生陆续返校回归正常的线下学习生活。部分中小学生在复学期间出现了短暂的适应性不良等情况, 甚至一些学生出现了拒绝上学的现象。

2 个案背景

2.1 个案基本信息

来访者小 A, 女, 15 岁, 初三学生, 市重点初中上学, 复学后多次违反校规校纪, 学校老师和父母进行教育后屡教不改, 并且故意与老师和家长对着干。父母为了孩子能够上学, 多次为孩子转学, 转学后一两天就会再次出现违反学校校规校纪的行为, 直到后期严重叛逆父母, 不再上学。

求助: 父亲打电话预约咨询, 觉得自己的女儿不正常, 与父亲的关系紧张, 小 A 现与母亲一起居住,

父亲觉得自己的女儿在初中阶段谈恋爱了，女儿因为恋爱对象转学了，不想在自己的学校继续上学，所以故意做出违反学校校规校纪的行为。父亲认为女儿被妻子惯坏了。父亲征求意见能否主动上门为自己的孩子进行心理咨询。

咨询历史：小 A 在拒学期间出现了晚上失眠不睡觉，情绪低落，有自残行为，并且控制不住自己玩手机，有时候整晚都要玩手机，第二天白天能够有短暂的睡眠时间。目前带孩子到三个比较权威的心理医院进行了诊断，三个医院给出的结论一致，认为孩子有中重度抑郁症且有焦虑症。医院给开了治疗抑郁症和焦虑症的相关药物，建议回当地接受专业的心理咨询。

2.2 个案家庭成员关系（见图 1）

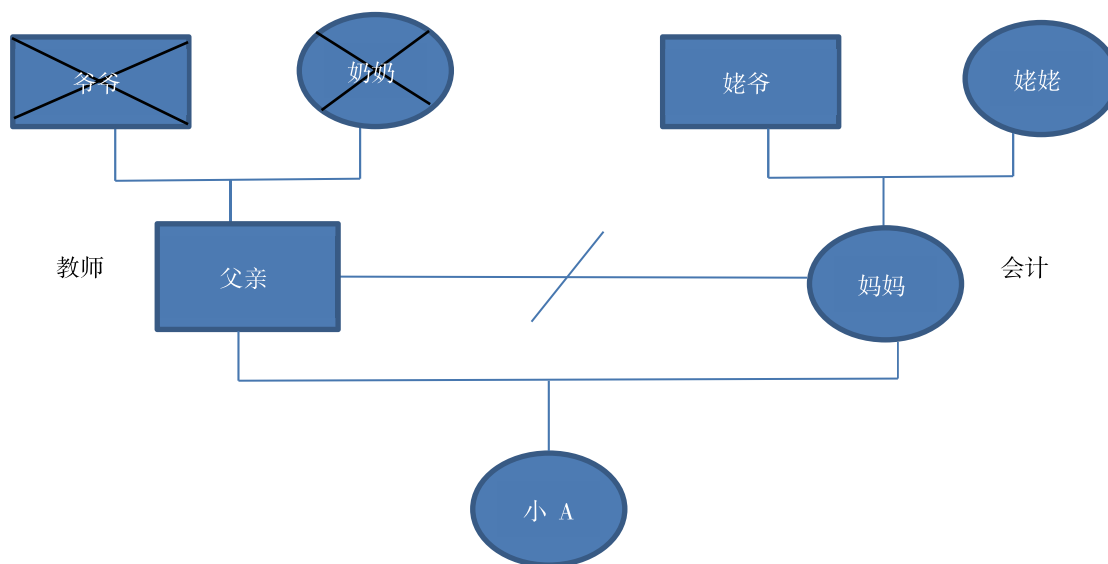


图 1 小 A 的家庭发展图

Figure 1 Little A's family development

3 主述和他人陈述

3.1 主述

小 A 觉得自己最近也不知道怎么了，心情莫名其妙地很低落，有时候觉得自己心里很难过，会自己偷偷地哭泣。不想让自己的妈妈知道自己难过，自己难过的时候也不想让别人知道。晚上失眠睡不着就想偷偷地玩手机，玩手机主要是刷短视频或者看娱乐节目，有时候看着短视频或娱乐节目的时候会突然觉得没意思，不想接着看了。可是不看手机又不知道自己能干些什么，就会再接着拿出来手机继续玩。自己在初二的时候喜欢班里的一个男生，但是觉得暗恋的男生不喜欢自己，觉得自己不够优秀。在疫情线上学习期间，由于接触手机不受父母的限制，同学手机聊天的机会变多。在复学之后，父母开始管控自己玩手机的时间，不能和同学聊天，觉得很无聊。复学之后，自己喜欢的男孩子转学到其他学校进行

学习,觉得自己没有了动力,不想到学校,在学校里静不下心来,想做一些有意思刺激的事情,想通过手机了解暗恋男生的情况。

3.2 父亲陈述

父亲认为孩子不上学主要是因为谈恋爱了,觉得自己的女儿就是因为喜欢的男生转学,不想继续在原来的学校继续上学。孩子现在拒绝上学就是想折腾父母,想让父母给她也转到和男孩子相同地方的学校。父亲陈述在疫情期间,小A居家线上学期期间用父亲的手机购买了很多的日本的手办玩具,每天收到快递,花了大概将近2万元,父亲前期不知情,后来知道之后制止女儿的消费行为,但是女儿根本不听,因为此事和女儿出现严重的肢体冲突,父女关系变得紧张。后来父亲在没有办法的情况下找到了公安局的朋友,恐吓孩子在网上购买的产品涉及海外代购且金额数目较大,如果再继续购买的话将追查购买行为等,小A后期不再进行购买行为。

3.3 母亲陈述

母亲认可心理医院的诊断结果,认为自己的女儿就是得了抑郁症和焦虑症,但是内心里不愿意相信女儿的情况很严重。母亲觉得自己对孩子很内疚,想帮助孩子,但是不知道怎么和孩子交流,在看到女儿胳膊上有严重的划伤时心疼得一直流泪。有时候看着孩子那么难过,自己又无能为力帮助孩子,又加上自己的父亲最近一段时间生病住院,觉得自己上有老要照顾,下有小要看护,感觉自己力不从心,有时候也想自己从楼上的窗户跳下去摆脱当前的现状。

4 评估分析与诊断

第一次见到小A的时候,孩子衣着得体,上身穿浅粉色衣服,短发,头发干净利索,皮肤状况较好,行为表现很礼貌,主动与我打招呼。言语表达能力正常,因为在咨询过程中需要全程佩戴口罩,孩子说话的声音较小,有时候会听不清孩子的说话内容,需要再次澄清。精神状态较好,自我描述感觉状态还行,在交流过程中有些事情不愿意深入交流。心理医院的诊断结果是小A有中重度抑郁症和中度焦虑症,建议服药治疗,辅助心理咨询。

根据父母对于孩子的症状陈述,以及对于孩子的外在观察,结合孩子的相关因素,家庭中家人没有精神病史,能够与他人进行正常的交流互动,有良好的自知能力,有改变自己当前生活状态的意愿,与咨询师和身边他人的言谈举止行为均正常符合礼仪,可以排除小A患有精神病的可能性。

在与小A交流沟通过程中,谈到用锋利的物体划伤自己的胳膊是什么原因,是为了结束自己的生命吗?小A的回答是自己并没有想过去死,只是觉得自己内心很压抑,想通过这样的方式去释放自己内心压抑的情绪。在划伤自己胳膊的时候并不感觉疼,也知道自己的这种行为不好,可是也找不到合适的发泄方式,觉得身边好多的同学也都这样在做,自己也就这样去做了。在医院诊断后给开的药物中,有一种药是可以调节情绪兴奋的,自己在心情低落的时候想让自己尽快地好起来,不想让自己一直这样难过,所以会超剂量服用。但是自己也知道过度服药对自己身体不好,所以也不会服用太多的数量。小A在服药期间有两次过度服药的行为,都是因为心情极度难过抑郁,想尽快好起来。问到在什么时候出现心情

极度难过的情况时,小A说是因为自己的男朋友提出要和她分手,还有就是自己的男朋友如果较长时间不理自己的时候心情就会特别的难过。小A承认自己服药是为了引起男朋友的注意,想通过这样的方式换得男朋友更多的关注和爱。并且在第一次过度服药之后发现自己的男朋友真的对自己比以前要好多了,也不再提出分手了。

小A情绪低落不开心的时候多数是由于和自己的父亲以及男朋友的关系紧张时出现,并且控制不住自己的情绪,出现了失眠、抑郁、烦躁等各种心理障碍症状,对其社会功能即复学、亲子关系以及师生关系也产生了明显的影响。主要表现为:(1)近2—3个月时间晚上失眠,但是早上可以睡着一直睡到快中午的时候,有时候自己晚上会很难过,想自己偷偷地划伤自己发泄情绪;(2)情绪低落,对生活不感兴趣,觉得玩手机刷视频也没有什么意思,也不想上学,不想让自己母亲跟着难过,但是自己也控制不了自己的情绪;(3)和自己的父亲关系冲突较大,不愿意面对自己的父亲,在和父亲有了严重的肢体冲突之后表示再也不愿意见到父亲,想和父亲彻底断绝关系;(4)认为自己的男朋友是自己的生活支柱,希望男朋友每天能够和她手机聊天保持联系,如果男朋友长时间不联系自己的话就会很难过,想通过自残的行为引起男友的关注。

从持续的时间和自我陈述以及重要家人的陈述,小A出现的情况超过一个月的时间,并影响了自己的社会生活适应功能,情绪低落持续时间将近3个月。根据所搜集到的资料和观察到来访者的情况,结合来访者的心理医院诊断结果,认为小A符合严重心理问题的诊断标准,诊断为具有抑郁情绪状态的严重心理问题。

5 咨询辅导过程

5.1 第一次咨询

父亲在电话中预约求助咨询,想让咨询师到家为小A进行咨询诊断。根据来访者自愿原则,咨询师拒绝了父亲的要求,根据电话沟通了解孩子目前的状态较差,建议家长和孩子一起到咨询室进行咨询。

见面时,母亲拿着医院的诊断结果,急切地想知道自己孩子到底有没有像诊断结果那样严重。咨询师询问孩子为啥没有来咨询室的时候,母亲说孩子不愿意见到父亲,只要父亲出现的地方她坚决不会出现。

咨询开始时咨询师向两位来访者简单解释了心理咨询中的保密原则和保密例外原则、咨询费用的收取和咨询过程中双方的权利和义务,获得来访者的信任。

5.1.1 原因分析与情绪引导

咨询师与小A的父母进行沟通交流,了解小A成长的家庭环境,分析小A心理问题产生的原因:

(1) 童年经历

小A在成长过程中,一直由母亲照顾,父亲对孩子的照顾较少,父母对于孩子的学习成绩很看重,幼儿园阶段就开始关注孩子的学习,并在幼儿园就给孩子安排了很多的二课学习。父亲对孩子给予的学习期望很高,想让孩子能考上名牌大学。在小学阶段,如果孩子的学习成绩考得分数不高的话,就会对孩子进行批评。尤其是在喝酒之后,父亲对孩子的教育会更加严厉,如果喝酒回家后发现孩子学习成绩

不好的话,就会有打骂孩子的行为,但是父亲本人并不承认自己打过孩子。

(2) 家庭关系

小A的父母两人之间的夫妻关系不和,在结婚后,家里的大事小事都是由妻子来完成,在孩子生病需要丈夫照顾或者是妻子难受需要丈夫的时候,丈夫要么是在忙工作,要么就是在和朋友喝酒。有时候丈夫喝酒回家后,知道孩子在学校表现不好的话就会打骂孩子,撒酒疯,如果丈夫打孩子的话,妻子就会抱着孩子,自己替孩子挨打。在咨询中妻子多次流泪,觉得自己的丈夫没有尽到家庭责任,并且经常有暴力行为,自己一直生活中恐慌之中。丈夫酒醒之后会对自己喝酒的行为进行道歉,并进行忏悔和保证,但是在下一次还会出现类似的行为。妻子描述在印象当中,有一次丈夫喝酒撒酒疯将家里的门锁弄坏,但是弄坏之后一直也没有给修理。在孩子居家学习期间,丈夫对孩子的学习和生活照顾的时间较多,但是由于女儿买手办玩具被丈夫发现之后母女两人出现了严重的冲突,父亲还动手打了女儿耳光,女儿也用耳光还击了父亲。在这次事件之后,因为正好妻子的父亲心脏病住院需要照顾,妻子带着女儿就离开了家。夫妻之间现在处于分居的状态,并且妻子打算与丈夫离婚,小A强烈地建议母亲和自己的父亲离婚,经常催促自己的母亲赶紧办理离婚手续,并且要和自己的父亲断绝父女关系。

(3) 社会生活因素

小A由于疫情的影响,传统的线下学习模式变为线上学习,之前在上学期期间父母对她使用手机的时间有严格的限制,但是在线上学习期间,为了完成学习任务,小A需要每天携带手机,由于接触手机的时间变长,有支配手机的相对自由,小A会在父母不在家的时候在上课时候偷偷玩游戏,和自己的好朋友聊天联系,并且用手机进行购物,购买同学之间玩得比较火的日本手办玩具,由于线上学习,对于课堂出勤和纪律教师无法关注,因此小A经常玩手机很晚,有时候白天不上课也会玩手机,对手机游戏和聊天产生了依赖成瘾行为。

(4) 生物因素

小A今年是15岁,正好处于青春期,青春期间由于生物因素的影响很容易对异性产生好感,加上青春期生理发育得逐渐成熟,对于自己的掌控能力逐渐加强,心理发育处于自我意识高涨的第二个飞跃时期,自我中心的思维特点较为明显,在与父母相处中,只要父母的观点和意见与本人不符合,就会出现较为明显的叛逆行为。青春期学生的情绪特点就是疾风暴雨,情感控制能力较差,遇到事情容易出现冲动行为。

5.1.2 确定咨询目标

咨询师认为在当前的个案中,父母对于孩子的情绪状态以及拒绝上学的情况较为关注,且双方能够为了孩子的心理健康状况重新坐在一起解决孩子目前的问题,对孩子有深深的爱,愿意为了孩子做出牺牲和改变,愿意积极寻求改善与孩子关系的方法。从家庭治疗的观点来看,孩子当前出现的问题与长时间的家庭关系矛盾冲突有很大的关系,夫妻之间的沟通模式和相处的关系模式以及教育方式对孩子产生了很大的影响,但是夫妻双方愿意为了自己的孩子来调整改变走进咨询室。因此本个案适合应用家庭系统疗法以及认知疗法进行综合性的心理咨询辅导。

咨询师与家庭成员达成对咨询目标的一致,初步确定近期咨询目标如下:(1)改善小A的抑郁焦

虑状况和睡眠状况；(2)改善亲子之间的沟通方式，缓解父女之间的矛盾；(3)帮助小A能够顺利复学，不再有拒学行为。

咨询师认为本个案的咨询最终目标是：帮助小A能够走出抑郁焦虑状态，建立积极有效的亲子沟通模式，学会与异性积极健康的交往方式，能够对学习产生兴趣，能够顺利复学，积极准备中考。

5.2 第二次咨询

第二次咨询来访，母女从姥爷家来到咨询室，父亲自己从家来到咨询室，在咨询室外三人一起来到咨询室。第二次咨询小A主动提出要求自己单独和咨询师聊天，不想让父母一起陪同，本次咨询采取的是个体咨询。

小A走进咨询室与咨询师礼貌地打招呼，并对咨询室的沙盘表现出很大的兴趣，在问及是否愿意体验一下沙盘游戏的时候拒绝了。在咨询室里，小A没有和父母在一起的拘谨，表现比在咨询室外放松了很多。咨询中，小A觉得自己最近很沮丧，心情很低落，有时候难以控制自己的情绪，觉得自己的妈妈过得很委屈，想让自己的妈妈和父亲离婚。咨询师询问来访者对父母的爱的亲子关系分数中，以0-100分为例，小A觉得妈妈对自己的爱有90分，爸爸对自己的爱有30分，小A愿意给爸爸的爱是10分。从分数上来看，孩子对于父亲的爱还是有的，只是双方在情感沟通中方式方法存在问题。谈到她的情绪状态，自己觉得情绪波动较大，受男朋友的影响较大，如果男朋友一天不理他或者回复消息不及时的话心情就会很低落，就想通过一些自残的方式吸引男朋友的关注，有时候还会过量地服用一些药物。咨询过程中咨询师帮助小A分析了不合理情绪认知，想要得到他人的关爱首先要爱惜自己的身体，如果仅仅是靠伤害自己获得别人的关注，得到的那不是爱，只是别人的同情，而且伤害自己会让身边的人产生压力，会紧张害怕，这样的情境下男朋友只会越来越远离。在小A的成长环境中，父母给予孩子的爱与她成长过程中需要的爱没有对称，导致了孩子在青春期出现了较早的恋爱心理以及不健康的恋爱方式。通过咨询沟通，小A逐渐懂得要想得到异性的关爱，首先自己必须是一个积极健康的女孩，要爱护自己身体，才能享受到别人对自己的尊重和爱。在问到小A为何多次在学校违反校规校纪甚至不愿意上学时，小A陈述自己想通过这样的方式逃离学校的环境，尤其是父母为她转学换了新的环境之后自己更加不愿意自己待在外地住宿，想回家陪在母亲的身边。在疫情居家线上学习期间，小A疯狂购买手办的行为其实也是因为内心极度缺乏爱，自尊水平不够高，需要通过消费金钱来得到一点内心的满足，来满足自己内心缺乏的爱。通过沟通了解，其实小A的内心里是一个极度需要他人关心，需要家人陪伴的孩子，内心缺乏的爱没有得到满足就通过叛逆甚至伤害自己身体的行为来吸引身边人的注意。在咨询快要结束的时候，小A表示如果妈妈如果同意把自己转学回到母亲身边的话，就会愿意回到学校。

5.3 咨询结束

在两次咨询之后，经过协商父母同意小A转学回到原来的学校上学。在第二次咨询结束后的第三天小A同意上学，但是小A坚决不同意自己的母亲和父亲在一起生活，而且不想让父亲干扰自己的生活。本案例中夫妻之间的关系不是咨询求助的问题，因此该个案的咨询不再干预个案中夫妻双方的关系问题。来访者的问题处于后疫情时代学生从线上学习恢复到线下学习的一个过渡阶段，因来访者的个人成长环

境和亲子关系的问题出现了一系列适应不良的状况，父母在孩子出现状况的这段时间也积极反思自己的教育方式和与孩子的沟通方式，逐渐明白青春期的孩子在逐渐长大，已经有了自己独立的意识，不能再对孩子采取强硬的教育方式。父母思想观念和教育方式的转变也会对小 A 产生较大的影响和改变。通过后期的追踪了解，小 A 在学校里已经逐渐步入正常的学习，虽然偶尔还会出现较大的情绪波动，但是母亲也能理解孩子，并与孩子进行沟通引导。

6 咨询结果

6.1 本人评价

小 A 通过咨询能够认识到自己的不合理的认知观念，能够学习到正确的积极爱护自己的方式，并能够理解健康积极的异性相处方式的首要前提是爱惜自己的身体，不能采取极端的伤害自己的方式引起他人的关注，这样得到的不会是爱情，只是别人的同情甚至是害怕直至远离。

小 A 通过与父母的协商沟通能够转学回到母亲身边上学，并且逐渐适应学校的生活，觉得自己之前通过违反校规校纪的行为不合适，引起自己妈妈担心，表示自己今后不会这样做了。

6.2 咨询师评估

个案在后疫情时代出现拒学行为甚至有一些自残抑郁的行为一方面是由于个案在童年成长的过程中缺乏父母给予的足够的关爱，又加上父亲的情绪状态经常出现极端的行为，孩子内心没有建立足够的安全感。在疫情结束后，从一种习惯了的生活方式快速转变到另一种新的生活方式的时候就会出现不适宜。再加上小 A 处于青春期，在异性相处的过程中缺乏合理的认知理念，出现了一些极端的自残行为，主要的根源还是自己得到的爱不够，不会爱自己更不会爱别人。所以对于青春期孩子的爱情教育是一项非常重要的内容。

6.3 总结

本案例经过 2 次咨询，来访者的拒学行为发生变化，对异性相处的方式有了较为积极健康的认知。从咨询的过程和来访者以及其父母的反馈来看，咨询取得了较为明显的成效。

通过该案例给予我们的启示就是，父母在子女的教育过程中一定要遵循孩子的成长规律及心理特点，不能只关注孩子的学习成绩，并且在孩子的成长过程中，良好的家庭关系以及父母对于孩子的关爱是陪伴孩子成长最好的土壤。在孩子的青春期阶段，大多数的家庭和父母都会关注孩子的学习成绩，更多地关注的是孩子的中考结果，殊不知在这一阶段孩子面临的问题和困难不仅仅是学习、还有人际交往（尤其是异性交往）、生活适应、还有生理和心理各方面的变化。

后疫情时代，很多的人的生活发生了很大的变化，随之而来的心理上也会产生很大的变化，每个人的成长都需要时间，对于还没有成年的青春期孩子们更是这样。当孩子出现问题的时候，我们家长和教师不能太过焦急，要耐心地陪伴孩子，给他们一些时间，等一等孩子，让他们慢慢长大。

参考文献

- [1] David H Barlow, Kristen K Ellard, Christopher P Fairholme, et al. 情绪障碍跨诊断治疗的统一方案——自助手册 [M]. 谢秋媛, 何丽, 唐苏勤, 等译. 北京: 中国轻工业出版社, 2013.
- [2] 付玉香, 沈俊莲, 等. 心理干预对自杀未遂青年的作用 [J]. 中国心理卫生杂志, 2007, 21 (8): 571-574.
- [3] 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.
- [4] 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.
- [5] 戴维·伯恩斯. 新情绪疗法: 临床验证完全有效的非药物治愈抑郁症疗法 [M]. 李亚萍译. 北京: 科技文献出版社, 2014.

A Consulting Report on a Case of Refusal of a Junior 3 Student in the Post-epidemic era

Guo Lina Liang Le

Zhangjiakou University, Zhangjiakou

Abstract: In the post-COVID-19 era, primary and secondary school students are returning to school after a long period of online learning. However, some students refused to go back to school for offline study. A junior three female student refused to go to school, and at home playing mobile phone, unwilling to go out, self-harm and other behaviors. In the case counseling, after the intervention through the combination of family counseling and individual counseling, the case's refusal to go to school changed and he was able to attend school on his own initiative.

Key words: Post-epidemic period; School refusal