

漫长曲折的修复之路

——青少年学校出勤困难的结局类型及家庭心理历程研究

李雨霏^{1, 2} 蔡辰³ 阮琳燕^{1, 2} 何丽^{1, 2}

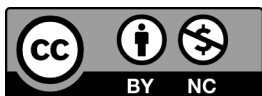
1. 北京联合大学师范学院, 北京;
2. 北京联合大学儿童及青少年学习与心理发展研究所, 北京;
3. 北京市徐悲鸿中学, 北京

摘要 | 近年来, 学校出勤问题已成为我国教育界面临的难题之一。为探究青少年学校出勤困难的结局类型与家庭心理历程, 本研究采用个案研究法, 通过各大网络平台和社群公开招募研究参与者, 对8名自愿参与研究且学校出勤困难时间超过一学期的青少年及其父母进行了深度访谈和追踪调查。结果显示, 青少年学校出勤困难的结局可以根据青少年身心状态及学校出勤状况的双重维度分为四种类型: 稳定复学型、自治平稳型、持续卡滞型、动荡复学型。这四种类型可能呈现出动态波动性和不稳定性。每种类型的家庭会经历不同的心理历程: (1) 稳定复学型: 阶段一, 父母焦虑冲突, 青少年焦虑逃避; 阶段二, 父母反思行动, 青少年被动反复; 阶段三, 父母缓和陪伴, 青少年平稳重建; (2) 自治平稳型: 阶段一, 父母崩溃无助, 青少年混乱痛苦; 阶段二, 父母坚持求助, 青少年疏通整理; 阶段三, 父母接纳陪伴, 青少年缓和自治; (3) 持续卡滞型: 阶段一, 父母否认冲突, 青少年抗拒封闭; 阶段二, 父母动荡矛盾, 青少年混乱反复; 阶段三, 父母无力卡滞, 青少年排斥退缩; (4) 动荡复学型: 阶段一, 父母疏忽回避, 青少年抑郁挣扎; 阶段二, 父母反思学习, 青少年试误疗愈; 阶段三, 父母转变接纳, 青少年动荡坚持。可见, (1) 学校出勤困难青少年的修复历程是漫长曲折且具有复杂和不确定性; (2) 学校出勤困难青少年的复学率并不理想; (3) 学校出勤困难青少年和家长的心理历程呈现出交互作用的特点。因此, 专业人员干预学校出勤问题要充分意识到该议题的干预难度和复杂性, 并且充分重视家庭系统视角及父母工作。

关键词 | 学校出勤问题; 拒学; 结局; 青少年; 心理历程; 个案研究

Copyright © 2024 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/>



基金项目: 北京市属高等学校优秀青年人才培养计划项目 (The Project of Cultivation for young top-match Talents of Beijing Municipality Institutions) “青少年学校出勤问题的跨学科生态干预” (项目编号: BPHR202203224); 北京联合大学高级别孵化项目 “学校出勤困难青少年 ‘陪伴干预’ 路径探索” (项目编号: SK20202303); 北京联合大学服务首都和学校高质量发展项目 “首都学校家庭社会协同育人的下沉治理机制研究” (项目编号: SK30202303)。

作者简介: 何丽 (通讯作者), 北京联合大学, 副教授, 研究方向: 学校出勤问题、丧亲及哀伤心理。

文章引用: 李雨霏, 蔡辰, 阮琳燕, 等. 漫长曲折的修复之路——青少年学校出勤困难的结局类型及家庭心理历程研究 [J]. 心理咨询理论与实践, 2024, 6 (8): 442-455.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0608055>

1 引言

国外对学校出勤问题的研究已有近一个世纪的历史。在19世纪，西方国家义务教育法和童工法的实施，使得学生不上学的行为被视为一种违法行为，教育和心理研究者对该行为最早采用的概念是逃学（truancy）^[1]。随着时间的推移，拒绝上学逐渐发展成为拒绝上学行为，Kearney最早提出了拒绝上学行为（School Refusal Behavior）这一综合性概念^[2]。最近几年，研究者们将拒学的概念扩展到了学校出勤问题（School Attendance Problem），学校出勤问题包含了拒学（School Refusal），旷课（Truants），退学（School Withdrawal）和学校排斥（School Exclusion）等部分^[3]。日本引用“不登校”的概念，特指由于心理、情绪或社会方面的原因缺课超过30天的学生，但不包括因生病或经济原因导致的长期缺勤的学生^[4]。本研究将学校出勤问题这一概念本土化，采用学校出勤困难来形容学生上学和出勤困难的现象。

近年来，我国青少年学校出勤困难现象日益突出。随着中国经济的快速发展和义务教育普及率的逐年提高，青少年的心理问题也日益增多，逃学、旷课、拒学等行为层出不穷，且愈发明显和严重^[5]。据统计，儿童青少年情绪障碍中“学校恐怖症”的发生率排在第三，并且在逐年增长^[6]。根据国内各大、中型城市的调查，“不上学”是孩子们到儿童心理咨询门诊进行心理辅导的首要问题，并且人数呈逐年上升的趋势^[7]。Wikipedia网站上的拒学率数据显示，在2019年，拒学率高达1%~2%，在全部临床青少年中占5%~15%^[8]。我国广州市青少年拒学行为的检出率为22.5%^[9]。中学生正处于青春期阶段，具有青春期发展中易冲动、易产生偏激行为等特点，社会转型期特质鲜明的青少年是拒学发生的高风险人群^[10]。新冠疫情发生后，学校出勤问题则更加严重，学生长期居家学习和大量接触电子产品，缺少校园氛围与同伴交流，当他们再次回归学校后，不适应等问题开始浮现和泛滥。

青少年在初期出现不想上学的想法时，往往不能引起老师和家长的重视，直到他们出现严重的出勤困难，无法再次进入学校时，才会意识到问题的严重性。青少年学校出勤问题对个人、家庭、学校、社会均有严重的负面影响^[11]，亟待解决。因此，出勤困难现象不仅是青少年个人的议题，同时也是家庭教育、学校教育、社会第三方机构在专业支持方面，共建共创的社会学话题^[12]。

以往的研究更多关注青少年长期不上学之前的动态发展过程，但对于长期不上学之后的家庭心理动态发展过程及结局缺乏关注。本研究采用个案研究方法，探究学校出勤困难结局类型以及家庭的心理历程，以期更好地对学校出勤困难的青少年家庭提供支持与服务，为专业干预工作提供启发。

2 对象和方法

2.1 对象

本研究以学校出勤困难的青少年群体为研究对象，年级涵盖初中和高中整个中学阶段，在学校出勤困难青少年群体中具有典型性。研究通过招募2019—2022年间出现学校出勤困难的青少年，且出勤困难的时间达到一学期以上的家庭自愿参与研究。同时在个案的选取上，遵循理论饱和原则，选取具有鲜明差异的个案，尽可能地收集更多元的信息，直到没有新的信息出现。这样不仅可以为个案间的复制和拓展逻辑提供支撑，也能在一定程度上提升研究的外部效度。基于以上原则，最终选取安柠、伟宣、文辉、

子怡、宗源、雨岚、一帆、赵博 8 名中学生作为研究对象（姓名均使用化名），个案基本情况详见表 1。

表 1 学校出勤困难青少年基本情况

Table 1 Background of adolescents with school attendance problem

序号	姓名	性别	出生年份	地区	学校出勤困难 开始年级	学校出勤困难 持续时间	受访人	家庭成员工作状态
1	安柠	女	2005	安徽	高一	两年半	安柠父亲	父母：中小学教师
2	赵博	男	2005	河南	初一	四年	赵博 赵博母亲（离异）	父母：个体户
3	伟宣	男	2005	北京	初三	三年	伟宣母亲	母亲：企业技术人员 父亲：大学教师
4	雨岚	女	2005	四川	初一	四年	雨岚母亲	母亲：个体户
5	一帆	男	2005	河北	初三	三年	一帆父亲 一帆母亲	父亲：企业中层管理 母亲：收银员
6	文辉	男	2004	江苏	高一	两年	文辉母亲	母亲：会计
7	宗源	男	2005	北京	初三	三年	宗源母亲（离异）	母亲：企业员工
8	子怡	女	2007	北京	初一	两年	子怡父亲 子怡母亲	父亲：企业主管 母亲：科研人员

安柠，父母常因教育问题争吵，在小学与父亲的一次冲突后，出现不愿意去教室的情况和人际方面的问题，经过调整后勉强回到学校渡过初中。高一后因多种问题导致休学，一直处在挣扎反复的状态中无法上学。

赵博，初中时因学业压力、同伴关系等问题确诊抑郁症，休学治疗一年后回到学校。但复学后仍不能适应，病情爆发再次入院治疗。出院后回家自学，未参加中考。目前赵博自己报名培训班，准备参加社会高考。

伟宣，初中后，在获得手机后沉迷游戏，学习成绩开始下降。疫情转为线上课，由于上课不认真，初三开学后导致学业跟不上，出现强迫行为，去医院检查后确诊并办理休学。最终伟宣参加中考进入职高。

雨岚，被初中教师否定、施压不去学校，确诊为抑郁症。休养一段时间后转入新学校，遇到诈骗事件受到刺激，彻底抵触学校。参加中考进入职高，但目前在学校状态仍不稳定。

一帆，小学时因身体原因在家休学两个月，回学校后同伴减少。初中融入集体慢，购买手机后沉迷游戏，疫情期间上网课不认真，成绩开始下降，失去信心后休学，高考成绩不理想。进入高中后无法适应，受到打压后拒绝上学。回家后封闭自己。通过治疗和家人陪伴，一帆状态有所好转，但还有潜在问题未解决。

文辉，初中时因被英语老师严厉批评，文辉受到极大打击。后来又因接连发生人际矛盾断续上学。进入私立高中后，又一次经历人际冲突，虽然继续上学但在校内害怕人群。高一下学期分班后，文辉确诊抑郁和焦虑症并休学。在家庭的陪伴和支持下，休学一年多后文辉回到学校，但上学状况仍不稳定，断断续续。

宗源，父母离异，初二下学期青春期逆反严重，疫情线上上课，沉迷游戏，导致成绩下滑。初三开始不去学校。休学后确诊焦虑症状和惊恐发作。生病后亲子关系得到增进，宗源身心状态得到恢复，但还是不能回到学校。

子怡，初中因教师追求成绩的极端行为和严格的管理使子怡受到严重创伤，同时因缺少同伴支持，

学业完成困难，开始休学。后转入创新学校，不到一周再次回家。通过药物、心理治疗及父母陪伴、帮助，最终回到创新学校，身心恢复健康。

2.2 方法

2.2.1 资料收集方法

本研究采用质性研究方法，收集资料采用半结构式深度访谈和实物收集法。研究者提前列出将要探讨的问题，形成一份简单的访谈提纲。本研究中的访谈对象为符合入组标准的学校出勤困难的青少年及其家长，在确认被访谈者接受访谈邀请后，研究者通过腾讯会议或电话的方式（以被访谈者方便为先）进一步确定具体的访谈时间进行线上访谈。与此同时，在经过受访者同意后，也会收集个案日记、个案获奖证书、亲子交流信件、个案作品等实物资料。

本研究通过对学校出勤困难的青少年及父母进行深入的访谈，并在受访者允许下对整个访谈进行全程录音，累计访谈时间为1714分钟。访谈结束后，研究者对录音进行文字转录和二次人工校对。根据访谈录音逐字逐句修订，最终得到一份共46万字的转录文本逐字稿。完整记录了参与者的措辞、短语和表达方式，以便于研究者探索其文化意义。在人工校对及转录过程中，所有与受访者个人信息相关的显著标识均被删除，以确保参与者的匿名性和隐私性。

2.2.2 资料分析方法

本研究拟采用情境分析与类属分析相结合：情境分析用于个案研究，类属分析用于跨个案研究。在开展研究之前，通过发送知情同意书等方式，对本研究具体的研究目的、研究内容以及其他相关信息清楚明确且无保留地告知了研究参与者，以确保他们拥有必要的知情权。同时，本研究承诺妥善保存和处理从研究参与者处获得的所有资料和信息，这些资料和信息仅用于科学研究目的、仅用于与本研究直接相关的活动，并在研究过程、结果呈现时均做了匿名处理，不会暴露研究参与者的个人隐私。

3 结果

通过对受访者访谈资料及实物的整理和分析，研究者发现对于学校出勤困难结局可以依据两个维度，即学校出勤状况和身心状态，本研究根据两个维度将青少年学校出勤困难结局分为四种类型（如图1所示）。

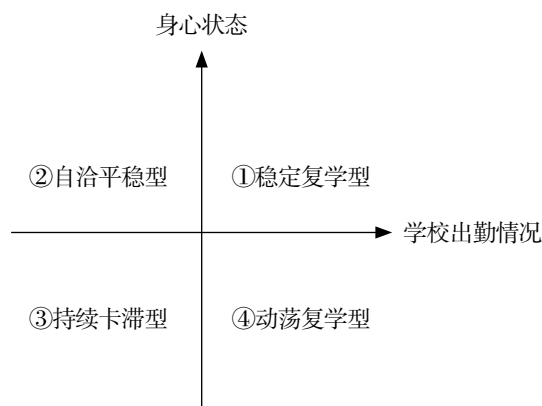


图1 青少年学校出勤困难结果象限图

Figure 1 Quadrant chart for results of adolescents' school attendance problem

四个类型分别为稳定复学型、自洽平稳型、持续卡滞型和动荡复学型。第一象限稳定复学型，是指个案现已回到学校，身心健康并且出勤状态稳定；第二象限自洽平稳型，是指个案身心状态已经恢复正常，但没有回到学校或正在准备回到学校；第三象限持续卡滞型，是指个案身心状态没有得到妥善解决，无法回到学校；第四象限动荡复学型，是指个案虽然已经回到学校，但身心并未完全做好准备，因此出现复学反复、动荡的情况。

这四个类型并不是泾渭分明绝对稳定的，根据个案的身心状况和学校出勤状况会暂时确定其位置，但是个案的状况具有动态波动性。研究者根据访谈的时间节点对本研究当中8个个案做了类型分析，结果如下：稳定复学型：伟宣、子怡；自洽平稳型：赵博、宗源；持续卡滞型：安柠、一帆；动荡复学型：文辉、雨岚。每个类型父母和青少年各有其阶段性的心理历程，展现不同的阶段性特点。

3.1 复学稳定型

3.1.1 阶段一：父母焦虑冲突，青少年焦虑逃避

(1) 父母焦虑冲突

在这一阶段，青少年的父母因青少年突然不去上学而感到焦虑，有时会对孩子进行语言上的挖苦，无法及时支持到孩子，引发亲子关系冲突，孩子复学失败后内心十分焦虑。伟宣妈妈：“我说要不然咱们少学一点，咱们也学点，咱们好歹能考试去，这么想着。就这样我们都放松不了，他也放松不了，我们都处于一种焦虑的状态。”“想让他学，他又说要学，然后又不学，讽刺、挖苦他可能不少。”子怡妈妈：“我们当时跟她之间也是矛盾，我们当时不理解，觉得可能有点没法接受这事儿，爸爸那时候也是很焦虑，我那时候也已经焦虑到极点了，但是我当时还是错误地向她施压让她上学。”

(2) 青少年焦虑逃避

青少年在出现不去上学的情况后，一方面因自己无法复学而感到自责，另一方面因自己身心状态未调整好而不能坚持上学，在一定程度上受到了家长的焦虑心理的影响，也同样出现了焦虑的心理，期间可能会伴随躯体症状，逃避问题。通过封闭自己的方式，逃避无法上学的现状。伟宣妈妈：“去医院确诊了下，中度的强迫和焦虑。”“在家越待越不行，在家越待越没有力量，到最后他自己都看不起自己，他自己说真没用，就这样，他也不满，但是他又不能焕然一新。他就自责着、逃避着就这样的。”子怡妈妈：“找了一个熟人介绍的大夫，他让我把孩子情况说一下，那个人一看，说这是典型的焦虑。”“那天她已经出现躯体症状了，说肚子疼什么的。包括最后都已经不敢说话，出现幻听了。”

3.1.2 阶段二：父母反思行动，青少年被动反复

(1) 父母反思行动

父母对于孩子不去上学这一行为是逐渐接纳的，存在自我反思的过程，通过反思，父母开始进行往家请人、进行各种积极疗愈等行为，体现出父母在这一阶段为改变现状所进行的积极行动。伟宣妈妈：“我就开始往家里请人了，原来是我的亲戚朋友，后来我就开始找我的同学，我找他们给家里注入能量。之前还给他找过陪伴姐姐。”“七月份玩了一趟，然后回来之后我们又去青岛、崂山、泰山，就这么转了一圈。后来还研究了美食，还养了宠物猫。”子怡爸爸：“我现在做对自己满意，要接纳自己，可能我觉得以前对自己家人可能也不够。”子怡爸爸：“她想学二胡，我就想引导她，我找到古琴，因为我可能比

较喜欢这种东西，就极力推荐古琴，她看完之后觉得可以，就约的上星期天，去试听了一下，觉得可以，后来我们回来商量说到课愿意去学，就上个星期天第一次就开始学了，就先租了，后来每天开始练。”

(2) 青少年被动反复

青少年处于一种被动接受的状态，通过外界的帮助，青少年的状态从一开始的不接受，到后来逐渐接受帮助，调整状态，产生了一定的改变，但同时，可能也会因外界因素导致身心状态反复。伟宣妈妈：“找了个陪伴姐姐，孩子挺信任她的，后来姐姐要回老家，借着送她的这个由头，去山东转了这么一圈，我们家儿子就变化挺大的，第一天开始他就发了一个图片，他以前不发朋友圈，然后就有几个小朋友给他点个赞。旅游回来之后明显感觉他状态就好多了。”“想要复学了，结果学校不让，说得等到12月份再去，这阵他就不行，就恶化。半年的时间又在家了。”子怡妈妈：“给孩子吃了两周左右的药，发现她有嗜睡的情况。后来就再也没吃。”“她之前学习上有很大的压力和伤害，但是学了古琴之后她跟我说，她第一次这么主动地，这么心甘情愿地去练琴。”

3.1.3 阶段三：父母缓和陪伴，青少年平稳重建

(1) 父母缓和陪伴

在这一阶段亲子关系和父母的心理都得到了缓和，父母逐渐平复了初期的焦虑，变得更加理性冷静，思考问题更加通透、积极。在疗愈的基础上进一步增强与孩子的链接，真正在生活中耐心的陪伴孩子。伟宣妈妈：“我说九月份开学，咱们既然不能去学校，那咱们就像上学一样，就去爸爸办公室适应，你每天就像上学一样的，那时候给他安排了一些一对一的网课，跟着他爸爸去食堂吃饭。”子怡爸爸：“今年到新的创新学校，校长说你们不要老是天天自我反思，你要跳出来，这就发生了，你要承认它，你不要老是自我反思，你自我反思的话，你会自我贬低的，你会现在这种情绪当中，他就这么一下点醒我了。”

(2) 青少年平稳重建

青少年在家人的陪伴下和外界的帮助下状态逐渐平稳，之前的躯体和心理症状减弱。重新建构生活规律和家庭链接，转变学习态度，复学状态稳定。伟宣妈妈：“儿子第二周去农职学院了，直接住学校，待住了。”子怡妈妈：“昨天学校正式放假了，孩子已经整整恢复上学满1年了，青春期的孩子状态越来越好，热爱学校，也能直面成长中的各种问题。”

3.2 自洽平稳型

3.2.1 阶段一：父母崩溃无助，青少年混乱痛苦

(1) 父母崩溃无助

面对父亲这一家庭角色的缺失，青少年出勤困难问题对母亲的心理造成了更深的影 响，这一阶段的母亲处于崩溃、绝望、恐慌、孤独无助的状态，心理痛苦程度较高。赵博妈妈：“我这个孩子其实给我折腾的我都差点抑郁，我是内心比较强大，走到现在，没发生在谁身上，确实不能感同身受。我都自个觉得自个孤独无助的，很孤独无助，不管跟谁说，亲戚朋友谁都帮不上。”宗源妈妈：“我现在都还记得，我觉得，就是在那种状态下，反正我自己是感到极度的无助，非常的无助，他这种状态我是焦虑的。”

(2) 青少年混乱痛苦

青少年躯体症状十分痛苦，不论是反复复学失败还是昼夜颠倒的昏睡，都处于一种混乱的状态，期

间可能会伴有亲子冲突。赵博：“我确诊了抑郁症，休学一年，当时的计划是准备休学一年复读。我又复读一年继续上课，但是就还是之前的状态，自从得完病之后就不是太适应课堂，一进去就觉得恶心难受想吐，身体上还有各种各样的反应。我强忍着，一直忍到疫情的那段时间，爆发了，我是一直吃着药，但2020年的时候我就已经开始住院了，当时住院住了一个多月。”宗源妈妈：“他就是一直有躯体症状，带去医院检查之后应该是惊恐发作和焦虑症状，三个月以来他就一直属于昏睡状态，晚上失眠白天睡觉，这三个月我们俩也会经常发生冲突。”

3.2.2 阶段二：父母坚持求助，青少年疏通整理

(1) 父母坚持求助

母亲虽然在心理上很痛苦，但为了改变现状，没有放弃，坚持尽心尽力的照顾孩子，并努力寻求帮助。赵博妈妈：“我都陪着他，去看过一对一的心理医生，精神病院也去看过，有病乱投医，再上庙院里去看过，上道观去看过，找阴阳仙看，找中医看，所有的能看我都看。我一直最艰难的时候，我要坚信我说这样活着就能创造奇迹，我一直觉得只要活着，每天晚上不睡，他整夜跑，我就在外边等着，白天呼呼睡，要么一天吃一顿饭，这几年确实累得很。”宗源妈妈：“我觉得我几乎24小时待命，我就也不吃饭。然后你做好了饭，你就祈求他能，就是心里乞求，他能吃几口就觉得就非常好了。”“之后我就逐渐地开始学一些心理学方面的东西。”

(2) 青少年疏通整理

青少年通过“自救”或与家长沟通交流，疏通困扰的问题，在交流和实践中逐渐理清原因，对自己和解，在这个过程中身心状态逐渐舒展。赵博：“后来我就开始尝试看点别的，尝试出去转转，学习了点哲学。一直也都在积累着各种社会科学或者其他学科的知识，之后一个机缘巧合，我加入了我们市心理协会。”宗源妈妈：“我尝试和他一起玩游戏，他会很兴奋的教我，然后那时候他把他房门也打开了，经常说妈妈你过来你看着我打游戏。当我对他进行了越来越多的无条件接纳后，他的状态越来越舒展了。我觉得我更了解他了，他也更信任我了。”

3.2.3 阶段三：父母接纳陪伴，青少年缓和自洽

(1) 父母接纳陪伴

这一阶段家长逐渐接纳理解孩子，相较于前期的崩溃无助，变得更加有信心了，将自己的期待降低，试着站在孩子的角度，陪伴鼓励孩子。赵博妈妈：“现在感觉我确实是对他有信心了。”宗源妈妈：“孩子爸爸每天坚持给孩子打电话，每次来看他的时候也很少问学习，他对孩子现在也是完全接纳了。”“当时我也迫切地想让孩子去一所学校，但是后来我从观念上也重新对去上学是人生路上必须的途径这个想法进行了反思和整理，觉得上学并不是必须的。”

(2) 青少年缓和自洽

青少年的对抗性逐渐减小，恢复正常生活状态，身心状态平稳，处于一种“自洽”的状态，目前虽仍无法正常复学，但认为并不一定要回到学校才算成功，而是着重改善身心健康，与自己达成和解。赵博：“我现在已经算参加工作了，在我们这边社会心理学会帮忙，同时也准备参加单招，通过专科，还有成人自考本科，我准备这个路径继续学，学海无涯。”宗源妈妈：“虽然现在他还是不能正常地去学校。学习上，在家也只是每天学那么一两个小时。也还是以游戏的时间比较长一些，但是我觉得这两个月，

他的对抗性越来越小了。你会觉得你面对的这个人变了，就是非常柔软的一个孩子。”

3.3 持续卡滞型

3.3.1 阶段一：父母否认冲突，青少年抗拒封闭

(1) 父母否认冲突

这一阶段父母有“病耻感”，对孩子的说教等在本质上体现了家长对孩子不上学这一问题的不接纳和否认态度。在这一阶段会导致亲子冲突，包括肢体冲突和言语冲突。亲子关系紧张。安柠爸爸：“刚开始出现这个状况的时候。特别焦虑、愤怒。然后感觉就是那种病耻感。生怕别人知道你家里的情况。”“我们就对她那个指责、训斥打骂比较多。”一帆爸爸：“可能回来的说教也比较多，我可能跟他灌输的路比较窄。”

(2) 青少年抗拒封闭

青少年无法适应学校生活产生不想上学的抗拒心理，回到家后，将自己封闭起来，拒绝与人沟通交流。安柠爸爸：“她就会把门关起来，不跟我们交流。”“她讲她的父母是世上最糟糕的父母，不懂孩子，控制她多。甚至有时候很生气的时候还会说一些‘将来你们老了，我也要控制你，要把你管得死死的’之类的话。”一帆爸爸：“可能通过疫情以后在家去网课，可能学得不扎实，然后开学以后成绩就跟不上了，到学校跟不上课，听不懂了，然后考试考得也不好，自信心就没了，然后就不愿意去了。”

3.3.2 阶段二：父母动荡矛盾，青少年混乱反复

(1) 父母动荡矛盾

父母经过反思学习后逐渐理解了孩子，主动寻求外界帮助，并尝试做出努力改善亲子关系，但有时又无法控制自己，无法完全避免冲突，又缺乏沟通，因此又会发生冲突，体现了反复动荡，矛盾的特点。安柠爸爸：“我感觉我的改变是对孩子的这个理解和接纳多了一些。”“我也在努力克制自己不要打她，但是有时候还是控制不住自己。”

(2) 青少年混乱反复

这一阶段青少年状态反复无常，期间尝试改变现状而进行了一些行动，如培养兴趣、药物治疗等，但与家庭和学校的矛盾一直没有得到解决，因此身心状态反复，回到最初的糟糕状态甚至比之前更加严重。安柠爸爸：“在我打骂她之后，那几天她脑子里始终都在浮现不好的新闻，确实出现了比较明显的惊恐的发作。”一帆爸爸：“那段时间他就主动上网找工作，去面试了几个，但是也就干了一两天，都没干下来，说就是不愿意去，就特别排斥，但是现在他要干什么，他又不知道。他能干什么，或者说他要他干什么，他要怎么做，他又不知道，他也非常纠结。”

3.3.3 阶段三：父母无力卡滞，青少年排斥退缩

(1) 父母无力卡滞

这一阶段家长的焦虑心理仍然存在，与孩子发生冲突后会感到懊悔不已，认为自己付出了努力，但仍无法改变现状，体验到一种无力、茫然的消极状态。安柠爸爸：“目前这种无力感特别强，如果说茫然确实还是很茫然的，就不知道最终会是一个什么结局？这个我现在完全看不到。时间长了，可能人也有点麻木了，有一点得过且过的心态，也有点消极了。”

(2) 青少年排斥退缩

青少年仍然排斥学校，同时对于家庭成员内的相处也较为排斥。状态虽然有所放松，但总体还处于不愿离开舒适区，处于退缩的状态。安柠爸爸：“一想到复学报道要去见人，她就害怕，就是退缩还比较厉害。”一帆爸爸：“他现在也能理解我们的期待，但是一想到学校带给他的痛苦，他就没法克服，特别排斥学校。”

3.4 动荡复学型

3.4.1 阶段一：父母疏忽回避，青少年抑郁挣扎

(1) 父母疏忽回避

这一阶段父母对孩子缺乏关心，对孩子的心理的糟糕状态报以回避的态度，没有意识到孩子的真正需求，没有将这一问题引起重视，这里容易导致亲子矛盾或亲子关系淡化。文辉妈妈：“他爸爸确实是在关心上面是有点疏忽，确实跟他爸爸关系就是有点淡了，有时候一有点矛盾他爸爸就上手打。”雨岚妈妈：“他爸爸沉默。也不支持我去学校找老师理论。这时候他不理解孩子，最开始的时候会凶孩子指责孩子。”

(2) 青少年抑郁挣扎

青少年出现焦虑、抑郁、害怕等负性情绪，情绪体验感强烈，可能会出现生理或心理的一系列症状。文辉妈妈：“她说：‘我觉得我有抑郁，我抑郁了，妈妈你带我去一下医院。’然后他现在的说法就是‘我现在落下这么多，我现在越拉心越慌，越焦虑，越焦虑，就睡不着。’”“整个都是昏天黑地的，我看他晚上基本上都不怎么睡觉的，有的时候到了三四点钟才睡，下午也不起床。”雨岚妈妈：“我就给孩子挂了号，结果会诊的时候告诉我，孩子是抑郁。”

3.4.2 阶段二：父母反思学习，青少年试误疗愈

(1) 父母反思学习

通过学习和自我反思，家长逐渐对问题引起重视，逐渐转变自己对待孩子的态度。文辉妈妈：“我去听了网课，听完之后我就把他爸爸拉进来跟我一起去听。”雨岚妈妈：“孩子跟我说肚子痛，看医生发现没什么问题，医生说你们得考虑心理方面的因素了，就这样我们重视起来了。”“加入了一个互助的社群，这里面有很多人都在用他们的经历、他们的见解来帮助我们，当在最无助黑暗的时候大家陪伴我，告诉我坚持下去就有希望，所以我一直都在坚持。”

(2) 青少年试误疗愈

家长为青少年能复学做出行动，如进行药物治疗，让孩子进入职高学习等，但都因孩子无法适应而放弃。之后通过进行心理治疗和自我疗愈的方式，逐渐缓解糟糕的状态，对待事情理解更加透彻。文辉妈妈：“看心理医生，服了半年药，他本来就是属于比较瘦弱的男生，他吃完以后就一直昏睡，正常的作息都保证不了。抑郁情绪没了，但是上进和想读书的情绪也没了。”雨岚妈妈：“复学之后上了一节英语课，因为他们现在上的是连堂，第一节她坚持下来了，第二节她就再也受不了了，她就告诉我说她要出来。”

3.4.3 阶段三：父母转变接纳，青少年动荡坚持

(1) 父母转变接纳

父母转变之前疏忽的态度，加强亲子沟通，调整亲子关系，增加家庭链接，真正接纳理解孩子，并对孩子进行鼓励支持和陪伴。文辉妈妈：“他爸爸现在意识到的时候会做一些退让，孩子也跟我说爸爸好像有点改变，跟以前相比确实能容忍了。”雨岚妈妈：“最大的改变是我们现在能够看到孩子的不容易，能够真正地理解我的孩子。我能和孩子站在一起，我就告诉她：‘宝贝现在你不是一个人，你有妈妈在你身后。就算天底下的人都不理解你妈妈都理解你，妈妈依旧都爱你。’”

(2) 青少年动荡坚持

青少年回到学校后处于断续上学的状态，一方面主观上想回到学校，努力坚持上学；另一方面由于身心状态还未调整好，仍存在回避、恐惧的心理，因此断续上学。文辉妈妈：“第一周复学第一天回来低落得很，但跟他聊聊以后第二天坚持了，后来的几天虽有反复，但坚持了下来，老师的反馈是课上状态挺好的，但是孩子不肯去餐厅午饭，还是怕见到班级以外的同学。”雨岚妈妈：“她现在入学还是有那种恐惧、紧张、害怕的情况又出来了，上了三天的课，非常不容易，但是上英语课的时候想到了之前伤害她的英语老师，又勾起了她的那种反应吧。”

4 结论与讨论

4.1 结论

本研究以八名出勤困难青少年及其家长为研究对象，采用个案研究法，立足于探究青少年出勤困难的结局类型及个体和家庭的心理历程。通过个案分析和跨个案分析，最终将学校出勤困难结局按照两个维度分为四种类型，分别为稳定复学型、自洽平稳型、持续卡滞型和动荡复学型。具体类型对应的阶段如图2所示。需要特别说明的是，每类历程的阶段并不是所有出勤困难的青少年一定会经历的，也存在跳过某一阶段的情况。

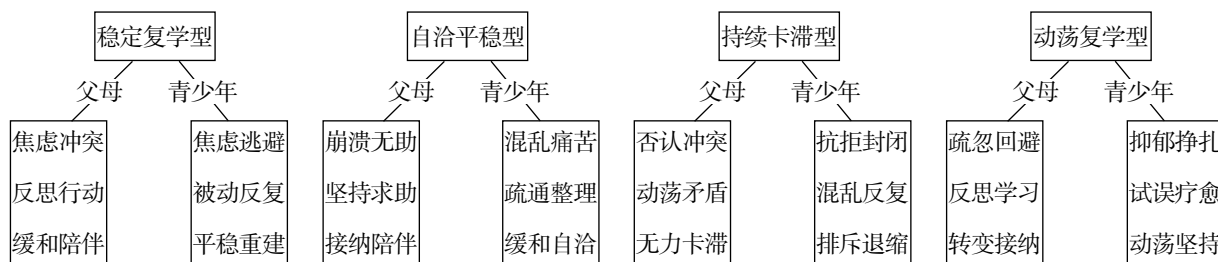


图2 青少年学校出勤困难家庭心理历程阶段图

Figure 2 Psychological journey stages diagram for families of adolescents with school attendance difficulties

面对孩子学校出勤困难，很多家长会将复学作为最终目标，希望孩子能够尽快恢复到最初理想的状态。但通过8个个案的研究发现，青少年在休学之后的康复历程时间都在一年以上。同时，除去稳定复

学型个案身心状态恢复较好、出勤稳定外，其余类型仍存在问题。如动荡复学型个案，虽然已经复学，但是情绪仍有起伏，可能会导致后期出勤断断续续，身心状态会直接影响后期的出勤效果。自洽平稳型的青少年虽然身心状态恢复了，但目前的生活状态并不在我们所认知的主流道路上，对于未来的发展道路还处于探索中。持续卡滞型的个案最为严重，负面情绪并未减弱，甚至未来会有增强的趋势，同时也处于长期休学状态，需要非常漫长的回归历程。国外学者 Lyon 在调查中也发现了青少年在学校出勤困难后的干预过程需要很长的时间周期，本研究结论与国外一致^[13]。

身心状态与学校出勤情况这两者缺一不可。研究者通过这两个维度将学校出勤困难的青少年分为四个类型，启发父母当孩子出勤困难的时候，把所有的目标盯在尽快复学上可能是不现实的。需要首先关注青少年身心状态的调整，在此基础上再探索学业和生涯发展议题。

4.2 讨论

4.2.1 学校出勤困难青少年修复历程是漫长曲折且具有复杂性和不确定性

学校出勤困难青少年的心理历程在每个阶段都是复杂多变的。在青少年学校出勤困难前期，青少年会受到个人、学校、家庭、社会等多方面的影响，这些因素可能有着交互作用，很难对其诱发因素进行直接准确的评估。前期父母可能并未意识到问题的严重性，没有过于重视，此时青少年会选择用自己的方式回避问题，直到随着身心状态逐渐变差后，青少年开始断断续续上学或突然从学校退回家中。

学校出勤困难的青少年心理历程的中间阶段为复学历程。这一阶段大多数青少年都经历了复杂、困难、曲折的过程。许多青少年都经历了从复学到失败的过程。当复学失败后，自身的身心状态便开始恶化，变得更加沮丧和颓败^[14]。

在青少年学校出勤困难心理历程的后期，部分青少年再次回到学校，可能也会面临着痛苦回忆的闪回或面临新的挑战，这使青少年的复学过程变得更加复杂。青少年离开学校越久，复学的困难可能就会越大，频繁或长时间缺勤可能导致学业表现不良的现象，并形成难以打破的消极循环^[15]。

由此我们可以发现，对学校出勤困难青少年的修复历程是一个漫长而曲折的过程，会面临种种困难和挑战，充满了复杂性和不确定性。

4.2.2 学校出勤困难青少年复学率并不理想

本研究总结的四类学校出勤困难的青少年，无论是哪一类干预过程都是艰难的。在本研究的 8 个个案中，真正能够达到稳定复学型的仅有 2 人，大部分个案还处于调整状态，学校出勤困难青少年的复学率并不理想。

相关研究发现，出勤困难现象在青春期的发生率和严重程度较高，青少年面临更多的社交压力和学业负担，导致他们更容易出现心理问题。当前对于学校出勤困难的青少年，多采用认知-行为疗法（CBT 疗法）或联合药物治疗。但相关研究表明，药物治疗对约三分之一到三分之二的青少年没有效果^[16]。同时，采用 CBT 疗法实施快速返校干预方案，出勤困难学生的出勤率也没有得到明显的提高，在一定程度上还会增加家庭压力^[17]。因此，出勤困难青少年具有干预难度高、复学率低的特点，与本研究的结果类似。青少年学校出勤困难的干预仍困难重重。

在后续的干预方面，可以尝试以青少年为核心，将青少年所处的生态系统中的各个子系统叠加起来

形成合力,多方协助青少年的出勤困难问题^[4]。

4.2.3 学校出勤困难青少年和家长的心理历程呈现出交互作用的特点

学校出勤困难的现象不仅是青少年的个人问题,也是学生个人、家庭、学校和社会因素相互作用的结果,任何一个因素的改变都会使青少年和家长的心理历程发生变化^[10]。其中,家庭作为青少年成长过程中最重要的生长环境,对青少年的心理发展产生着持续而深远的影响。亲密度和适应性强的家庭可以帮助青少年更好地发展社会性,从而减少出勤困难的情况发生^[18]。

本研究中,四类出勤困难青少年的各阶段的心理历程与家长的心理历程相互影响,每个阶段的心理历程都随双方的变化而变化,呈现出交互作用的特点。因此在后续干预中,需要系统地分析家庭成员间的相互作用和心理历程变化情况,提高干预的针对性和有效性。

5 小结

学校出勤困难的青少年的修复之路是漫长且曲折的,其干预过程十分艰难,需要家庭、学校、社会等多方合力进行干预,共同促进青少年的健康成长。

参考文献

- [1] Kearney Christopher A. Bridging the Gap among professionals who address youths with school absenteeism: Overview and suggestions for consensus [J]. Professional Psychology Research & Practice, 2003, 34 (1): 57-65.
- [2] Kearney C A. The Evolution and Reconciliation of Taxonomic Strategies for School Refusal Behavior [J]. Blackwell Publishing Ltd, 1996, 3 (4): 339-354.
- [3] David H, Malin G L, Glenn M, et al. Differentiation Between School Attendance Problems: Why and How? [J]. Cognitive and Behavioral Practice, 2018, 26 (1): 8-34.
- [4] 阮琳燕,任彦名,师艳荣,等.青少年拒学研究的历史沿革与我国解决学校出勤问题的干预模型建构[J].北京教育学院学报,2023,37(4):61-74.
- [5] 王洪芳,张建新.日本拒绝上学概念的演变和原因探讨[J].心理科学进展,2007,98(4):648-651.
- [6] 梅竹,任传波,杜亚松.儿童青少年情绪障碍260例分析[J].中国临床康复,2002(1):95.
- [7] 姜季妍,李晓非,任传波,等.儿童少年情绪障碍260例分析[J].中国全科医学,2003(3):229-230.
- [8] 马泽宇.青少年拒绝上学行为影响因素的探索[D].沈阳:中国医科大学,2020.
- [9] 陈玉霞,戴育红,杨升平.广州市中小学生拒绝上学行为调查[J].中国心理卫生杂志,2016,30(2):140-141.
- [10] 史晓宇,阮琳燕,何丽.他们为什么不上学?中学生拒绝上学影响因素的质性研究[J].社区心理学研究,2023,16(2):193-210.
- [11] 刘录护.城市青少年的逃学与拒学研究:一个群体社会化的解释框架——以广州市的个案研究为例[J].青年研究,2012,387(6):1-12+92.
- [12] 阮琳燕,史晓宇,何丽.家校社协同育人视角下的“拒学”概念、成因及应对策略[J].中华家教,

- 2021 (4) : 92-96.
- [13] Neild, Ruth, Curran, et al. An early warning system [M] . Educational Leadership, 2007.
- [14] 姜闪闪. 拒学青少年复学心路历程及影响因素 [D] . 武汉: 华中师范大学, 2022.
- [15] 孙思佳, 阮琳燕, 任彦名, 等. 始于陪伴, 终于亲情——小A陪伴拒学青少年的个案研究 [J] . 心理咨询理论与实践, 2023, 5 (11) : 848-860.
- [16] David Heyne. Developmental Issues Associated with Adolescent School Refusal and Cognitive-Behavioral Therapy Manuals [J] . Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie, 2022, 50 (6) : 471-494.
- [17] Maeda N, Heyne D. Rapid Return for School Refusal: A School-Based Approach Applied With Japanese Adolescents [J] . Frontiers in Psychology, 2019 (10) : 2862.
- [18] 任彦名, 阮琳燕, 孙思佳, 等. 家庭亲密度和适应性与青少年拒绝上学行为的关系: 同伴关系和感知到的教师支持的链式中介作用 [J] . 中国心理学前沿, 2023, 5 (11) : 1133-1141.

The Long and Winding Road of Restoration —Study on Outcome Types and Family Psychological Processes in Adolescents with School Attendance Problems

Li Yufei^{1,2} Cai Chen³ Ruan Linyan^{1,2} He Li^{1,2}

1. Teachers' College of Beijing Union University, Beijing;

2. Institute of Learning and Psychological Development of Children and Adolescents, Beijing Union University,
Beijing;

3. Beijing XUBEIHONG Academy, Beijing

Abstract: In recent years, school attendance problems have become one of the significant challenges faced by the education sector in our country. To explore the types of outcomes for adolescents with difficulties attending school and their families' psychological processes, this study employed a case study method. Through public recruitment on various online platforms and communities, we conducted in-depth interviews and follow-up investigations with eight adolescents who voluntarily participated in the research and had experienced school attendance difficulties for more than one semester, along with their parents. The results indicate that the outcomes of adolescents' school attendance difficulties can be categorized into four types based on their physical and mental states and school attendance status: Stable Reintegration Type, Self-Consistent Stabilization Type, Persistent Stagnation Type, and Turbulent Reintegration Type. These four types may exhibit dynamism and instability. Each type of family experiences different psychological processes: (1) Stable Reintegration Type: Stage One: Parents experience anxiety and conflict, while adolescents feel anxious and seek to avoid school. Stage Two: Parents reflect and take action, leading to a passive relapse in adolescents. Stage Three: Parents provide relief and support, allowing adolescents to rebuild stability. (2) Self-Consistent Stabilization Type: Stage One: Parents feel overwhelmed and helpless,

and adolescents experience confusion and distress. Stage Two: Parents persist and seek help, enabling adolescents to process and organize their thoughts. Stage Three: Parents accept and support, leading adolescents to stabilize and achieve self-consistency. (3) Persistent Stagnation Type: Stage One: Parents deny and conflict, and adolescents resist and isolate themselves. Stage Two: Parents experience turmoil and contradictions, causing adolescents to feel chaotic and relapse. Stage Three: Parents feel powerless and stagnate, and adolescents withdraw and become resistant. (4) Turbulent Reintegration Type: Stage One: Parents neglect and avoid, and adolescents struggle with depression. Stage Two: Parents reflect and learn, supporting adolescents in trial-and-error healing. Stage Three: Parents transform and accept, and adolescents persevere amidst turbulence. It is evident that: (1) The recovery process for adolescents with school attendance difficulties is long, winding, and fraught with complexity and uncertainty. (2) The reintegration rate for these adolescents is not ideal. (3) There is an interplay between the psychological processes of adolescents with school attendance difficulties and their parents. Therefore, professionals intervening in school attendance problems must fully recognize the difficulty and complexity of addressing this issue and place great importance on a family systems perspective and working with parents.

Key words: School attendance problems; School refusal; Outcome; Teenagers; Psychological journey; Case study