

学校出勤困难青少年复学历程的个案研究

郭昊坤^{1, 2} 姚淑谦^{1, 2} 阮琳燕^{1, 2} 何丽^{1, 2}

1. 北京联合大学师范学院, 北京;

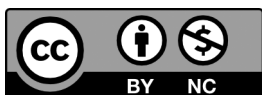
2. 北京联合大学儿童及青少年学习与心理发展研究所, 北京

摘要 | 近年来, 青少年心理健康议题日益凸显, 其中青少年拒绝上学现象已从边缘走向公众视野, 成为一个亟待关注的家庭困扰、教育挑战及社会难题。对学校出勤困难青少年而言, 重返校园并稳定复学并非易事, 在此过程中更是充满艰辛与挑战。本研究从亲历者视角切入, 选取4位曾经经历出勤困难后来又成功复学的个案, 采用质性研究中的个案研究法, 收集资料采用半结构化深度访谈, 分析资料采用类属分析和情境分析相结合的方式, 深入了解研究对象从学校出勤困难走向稳定复学的历程, 分析研究对象成功复学并趋于稳定的影响因素。研究结果显示, 通过回溯学校出勤困难青少年的复学历程, 可将其分为拒学发端期、拒学持续期、拒学应对期、动荡复学期和稳定复学期。通过回溯复学历程, 识别出促进学校出勤困难青少年成功复学的关键因素, 从而为当前面临类似困境的青少年提供宝贵的启示和借鉴。

关键词 | 学校出勤问题; 复学历程; 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/>



1 引言

在社会迅速发展的当下, 青少年的心理健康问题引起大众广泛关注。如今, 个别青少年出现了难以去学校上学的行为, 他们选择整天在家中度过, 这种状况被定义为“拒绝上学”(简称“拒学”)^[1], 它属于学校出勤问题(SAP)的一种, 本研究将这类青少年称为学校出勤困难青少年。近几年来, 世界各国的青少年都出现了拒绝上学行为, 众多国际学者以学校出勤困难青少年为主体展开研究。美国学者Kearney在一项研究中发现, 有28%的美国青少年出现拒绝上学行为^[2]。近十年来, 日本“不登校”人

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)。

通讯作者: 何丽, 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: 郭昊坤, 姚淑谦, 阮琳燕, 等. 学校出勤困难青少年复学历程的个案研究[J]. 心理咨询理论与实践, 2024, 6(10): 676-687.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0610081>

数持续攀升。日本文部科学省于2023年10月公布的调查数据显示,2022年日本中小学校的缺勤人数约为29.9万人,其中约有11.4万名学生在校内和校外没有得到咨询,约有5.9万名学生缺勤超过90天,调查数据突破历史记录,达到有史以来最高人数。Chiara Enderle等人的研究发现,德国中学生在学校出勤方面经历了与情绪困扰、负面学校经历和幸福感降低相关的复杂挑战^[3]。在国内,许多学者以学校出勤困难青少年为对象进行研究。陈玉霞等人的研究表明,我国广州市中小学生青少年拒学行为的检出率为22.5%^[4]。2016年时出现拒学行为的青少年已超过总数的五分之一。陈玉霞等人又在该研究的基础上,对青少年出现拒学行为的状况进行更深一步的调查,发现拒学行为的检出率与年龄的增长成正比,呈现逐渐上升的趋势^[5]。由于疫情的出现,各国青少年拒学问题进一步恶化,“不上学”成为很多青少年到心理咨询门诊就诊的首位问题,且存在“不上学”问题的人数呈现逐年增加的趋势^[6]。史晓宇等人的研究发现,拒学行为已经变成了许多孩子都可能遇到的问题,而社会转型期特质鲜明的青少年是拒学发生的高风险人群,中学生拒绝上学行为受到个人特质、学校环境、家庭因素、新兴事物以及精神医学问题的影响^[7]。由此可见,青少年拒绝上学现象已从边缘走向公众视野,成为一个亟待关注的家庭困扰、教育挑战及社会难题。

当今,部分拒学青少年在经过一段时间的休整与干预之后,有意愿回到学校进行学习,并付诸行动去尝试适应校园生活。然而,李雨霏等人的研究发现,真正能够稳定复学的青少年数量较少,长期的缺勤可能导致青少年在学业上落后,加大了学校适应的难度,从而影响复学的可能性^[8]。研究还发现,尝试复学的青少年在这一过程中的心理状态是复杂多变的,受到个人、学校、家庭和社会等多方面因素的影响,这些因素相互作用,导致复学之路漫长且曲折^[8]。姜闪闪的研究结果也显示,青少年的复学过程是一个连续、系统且动态的过程,经历过复学失败的青少年会愈发沮丧和颓废^[9]。同时,孩子长期拒学对于家庭来说面临重重挑战。何颖鑫等人的研究发现,孩子的拒绝上学行为是其父母亲职压力的直接诱发因素^[10],父母深受负性情绪折磨并感受到深深的无力感。促进脱轨的青少年复学,不仅有利于青少年的成长与发展,也大大减轻父母的压力。还有研究表明,需要从多个角度、学科、机构以及各方投入,以解决学校缺勤特有的各种背景风险因素^[11]。

目前,关于学校出勤困难青少年复学返校继续学习的研究较少。在实践中,可以观察到复学成功的个案,他们从出勤困难阶段走向了复学阶段。本研究尝试从亲历者的第一视角切入,旨在通过对学校出勤困难青少年复学的经历进行探索,对其历程进行研究,最终分析研究参与者复学的历程和研究参与者成功复学的影响因素。

2 对象和方法

2.1 对象

本研究的研究对象为在初中或高中时期出现学校出勤困难行为,曾有超过半年时间不去上学,如今稳定复学时间超过半年,自评状态稳定,且目前年满18岁,已进入大学校园,经历过从拒学到复学成功的学生。本研究通过海报招募的方式招募到四名研究参与者,为确保参与者的匿名性和隐私性,在此使用化名,其基本情况如表1所示。

表1 研究参与者的基本情况

Table 1 Background of the study participants

化名	性别	年龄	目前所在学校	专业	年级	拒学出现时间	复学时间
小A	女	20岁	欧洲某大学	心理学	大一	初三 高二	高一 大一
小B	女	24岁	北京某高校	学前教育	大四	初三 高考前	高一 大一
小C	女	19岁	云南某高校	风景园林	大一	中考前 高一	高一 高二
小D	男	21岁	吉林某高校	哲学	大一	初二	初三

小A, 女, 20岁, 因五六年级时遭受班主任和科任老师的严重打压与霸凌而严重影响到自己的正常生活。初二时被诊断为中度抑郁, 第一次休学持续了初三完整一年。高一时复学, 返校一年内出现焦虑躯体化症状, 不停地惊恐发作以及神经衰弱, 被诊断为“双相情感障碍二型”和“惊恐焦虑”。在此历程中经历了药物治疗、获得医生和朋友的持续帮助与支持、坚持自己的爱好。现就读于欧洲某大学心理学专业, 已经稳定复学两年。

小B, 女, 24岁, 因复杂多变的家庭环境而无法正常上学, 初三时被医院诊断为轻中度抑郁, 开始居家自学, 第一次休学时间持续初三年级一整年。一年后第一次复学, 高考前较长一段时间再次出现拒学行为, 通过自学复读一年, 第二次休学时间持续一年以上, 一年后复学并趋于稳定。小B的复学历程是一段自我养育的过程, 自我有向上发展的动力、明确的人生追求以及男朋友的陪伴与支持。现就读于北京某高校学前教育专业, 已经稳定复学五年。

小C, 女, 19岁, 因自身青春期、家庭关系、学校环境、人际关系等导致初三时期出现拒学行为, 其中人际关系问题产生较大影响, 以至于中考前两个月未去学校, 第一次休学持续了两个月时间。高一时第一次复学, 返校不久后出现明显厌学情绪及轻生念头, 被医院诊断为抑郁症。经过一个月时间在精神卫生中心治疗, 再次回到学校学习。一个月后, 办理休学手续, 第二次休学持续时间为一年。一年后鼓起勇气, 努力克服困难, 调整心态至平和, 通过长期坚持与努力, 最终顺利参加高考。在此历程中经历了心理治疗、心理咨询、药物治疗, 获得了父母的理解与接纳、朋友的鼓励与支持, 以及自身的努力。现就读于云南某高校风景园林专业, 目前已经稳定复学一年。

小D, 男, 21岁, 初一下学期因校园欺凌、家庭和学业带来的压力产生了比较严重的躯体化症状。在初二下学期正式休学, 持续了整整一年, 感受到迷茫与脱轨感。一年后回到学校继续完成初三的学业, 面临中考改革, 起初名次靠后, 感受到很大的学习压力, 也和同学产生过矛盾。但慢慢地找到自身价值, 经过初三一年的努力恢复学习状态, 最终在北京中考时考到前五十名。在此历程中经历了心理咨询、父母的改变、学校的理解和帮助、自身价值的找寻与探索。从高中稳定复学直至现在, 现就读于吉林某高校哲学系, 已经稳定复学六年。

2.2 方法

2.2.1 资料收集方法

本研究采用质性研究中的个案研究法，以半结构化深度访谈的方式收集资料。具体而言，对已经进入大学校园且经历过从拒学到复学成功的学生进行访谈。在开展研究之前，为确保来访者拥有必要的知情权，研究者通过海报招募自愿参与的参与者，并出示《知情同意书》。研究者向研究参与者承诺，所有涉及个人的资料均会严格遵守保密和匿名原则。在正式访谈前，研究者对受访者的基本情况进行了解，完成访谈大纲的编制，做好正式访谈的准备工作。研究者向研究参与者强调对其利益的维护以及保密原则，并重点强调录音问题。在访谈中，主要围绕三部分内容展开：第一部分为学生拒学的背景脉络、身心状况及影响；第二部分为学生从拒学转变为复学过程中的影响因素；第三部分为复学的过程、产生的影响及青少年的成长。访谈提纲包括：（1）从拒学到复学的这段时间里，你都做了什么？（2）是什么原因让你想要复学？（3）在准备复学的时候，你的情绪、态度和行为在这个过程中有什么变化吗？（4）复学后，你是否再次产生不想上学的想法？那时的你发生了什么？又是什么让你坚持了下来？你的情绪、态度和行为在这个过程中有什么变化吗？（5）从你拒学到复学的整个历程中，你的父母反应和态度是怎么样的？有变化吗？（6）从你拒学到复学的历程以及复学后，你的学校或是老师有提供给你什么帮助吗？（7）在这个艰难的历程里，对于你而言，收获是什么？（8）你是否满意当前的生活状态呢？在访谈进行过程中，研究者可以根据实际情况，对访谈问题进行弹性处理，不局限于访谈大纲的内容与顺序，而是更加贴合研究参与者本身的实际情况，适时改变访谈的重点和问题。在所有受访者的访谈结束后，对录音进行文字转录，校对文本后进行研究结果与讨论的撰写。访谈均采用线上视频方式（腾讯会议）进行，本研究累计访谈时间425分钟，转录文本13万字。

2.2.2 资料分析方法

本研究采用情境分析与类属分析相结合的方式。情境分析用于个案研究，类属分析用于跨个案研究。访谈结束后，研究者完成录音文本的转录修正工作，整理访谈资料。随后仔细、反复阅读文本内容，筛选访谈中的重要内容，对复学历程中的影响因素进行编码，将个案中涉及有助于复学历程的内容进行概括总结，以了解研究对象从学校出勤困难到复学的过程中他们内在自我如何进行转变的心路历程。

3 结果

复学历程是一个连续、全面且动态演进的过程，它伴随着青少年从拒学状态向稳定返校学习的转变。本研究将复学历程划分为拒学发端期、拒学持续期、拒学应对期、动荡复学期和稳定复学期五个时期。本研究的研究对象从拒学到复学的历程都经历了至少一年的时间，许多青少年都经历了从复学到失败的过程，只经历过一次休学的拒学青少年属于少数，大多数青少年都经历了漫长的反复，历经重重阻碍与曲折后才逐渐走向稳定，如图1所示。

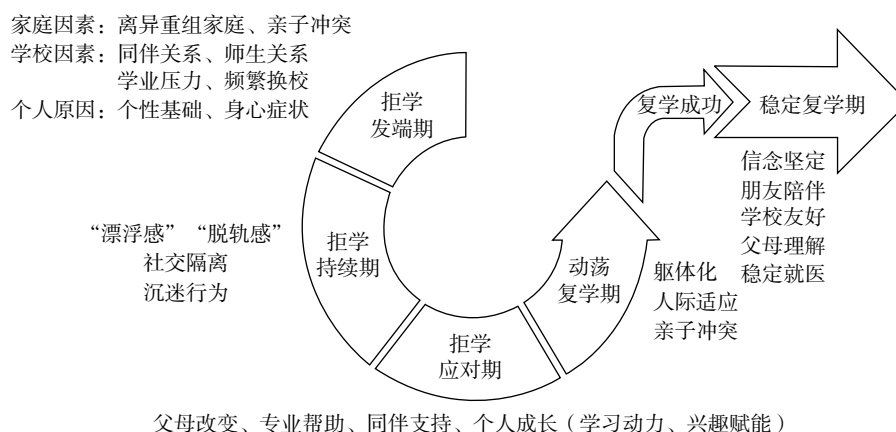


图 1 学校出勤困难青少年的复学历程阶段图

Figure 1 Stages of the school return journey of adolescents with school attendance problem

3.1 拒学发端期

(1) 家庭因素——离异重组家庭、亲子冲突

小B：“初三那会儿是家庭压力、学习压力等各种压力最大的时候。那个时候我跟我妈几乎是三天一大吵，两天一小闹。因为她离异，导致我从小的不安全感是很重的，包括现在也是。然后她又结婚了，弟弟妹妹的出生就导致了我生活的一个巨变。”小B经历了父母离异、家庭重组，与母亲存在激烈的亲子冲突，再加上双胞胎弟弟妹妹的出生，糟糕且复杂的家庭环境令其感到痛苦，难以正常生活。

小C：“当时我跟家庭关系不太好。因为学习不好、长痘痘，不爱去学校，我妈就一直不理解。”母亲是与小C连接最密切的人，但没有得到母亲的理解，母女间关系较为紧张。

小D：“我因为家庭的压力产生了比较严重的躯体化。”小D因家庭问题引发了躯体化症状。

(2) 学校因素——同伴关系、师生关系、学业压力、频繁换校

小A：“五六年级时受到班主任和科任老师的打压，包括肢体和语言暴力。他们会骂学生，对于班上一些性格比较内向或者是成绩不好的学生，他们会这样做。”教师的打压与欺凌行为是引发拒学行为最重要的导火索，小学教师的打压、语言暴力等不良行为是小A拒绝上学的主要原因。

小B：“我小学一个学校，初中俩学校，高中俩学校，总共换了有五个学校。”小B由于频繁换校读书，没有固定的学习环境。

小C：“因为当时初中人际关系不太理想，一个人走的时候会受到排挤，经常受到我们班的人不经意的讨论。”校园欺凌、同伴的异样目光对小C的影响较大。

小D：“我遭受过校园暴力，被很多人围起来打、拍成视频发到网上。我从来没有和这些东西和解。”校园欺凌事件是小D出现拒学行为的导火索，小D对于过去受过的伤害持不原谅、不和解的态度。

(3) 个人原因——个性基础、身心症状

小A：“我不理解为什么其他人可以玩在一起？这个事情给我造成了很大困扰，包括当时我也很排斥。我大概是在十岁以前，都没有过太流畅的跟同龄人交流的经历。”小A性格内向，在四岁时发现

自己儿时与同龄人交往困难，十岁前与同龄人交流不够顺畅。

小B：“我一看后面觉得学也学不好，回家就直接闷在房间里，关着门、锁着门，一天不出去。”小B对自己的学习失去信心，处于颓废的状态，不愿去上学，也不愿与他人交往。

小C：“当时比较自卑，没有朋友，会对别人的反应敏感一些，很在意别人的看法。后来就是疫情，我就有那种轻生的想法，去医院被确诊了抑郁症。”小C过分在意他人对自己的看法，因人际敏感而出现明显的厌学情绪，被确诊为抑郁症后产生了拒学行为。且由于正处于疫情的大环境下，也曾产生过轻生的念头。

小D：“我从初一下学期开始有躯体化的情况，可直到初三才休学。因为家庭的压力和学业的压力产生了比较严重的躯体化的情况，心脏很疼、心跳过速、发冷，症状很严重，浑身颤抖。”小D在初一下学期出现躯体化的症状，初三时的身心状况已经不允许自己上学。

3.2 拒学持续期

(1) 漂浮感、脱轨感

小B：“感觉自己就是漂浮的浮萍，一直随着地方飘，没有扎下根来。”由于不断地换学校读书，同时也没有家庭的关爱，小B觉得身边始终没有依靠。

小D：“在我的生命经验之中，休学意味着与这种秩序性规定的冲突，也就是脱轨感，而这种感觉是在一瞬间给到我的。”休学后，小D离开了原本的环境，失去了外界对他的评价，与人交往的机会减少，找不到自己发展的方向及正常生活的节奏，在一瞬间感受到了脱轨感。

(2) 社交隔离

小B：“人际关系后面可能相处得不好，我就一直处于逃避的状态。即使我妈过来砸门、拍门，我也还是不吭声。”小B在休学期间，拒绝与家人交流，也逃避与他人相处。

小D：“我休学一年的时间一直在挣扎，一直希望能融入学校体系当中，希望可以再回到一个正常的状态，但是一直都没有。”小D在休学期间，一直希望自己能够回到正常的状态，希望能够返校、能够适应学习体系，但始终无法融入。

(3) 沉迷行为

小B：“我当时跟我妈特别有压力的时候会去看小说，不分昼夜地看小说。当时压力很大的时候也很喜欢刷电视剧。”小B在遇到困难时出现沉迷行为，会通过看小说和追剧来缓解、释放压力，生活作息由此发生改变。

小D：“我在网上和陌生人聊天，在网上看很多的视频，陷入网络之中，有的时候也会匿名讲述我的故事。”小D沉迷网络，开启自由探索，通过匿名的形式与他人交流，更加渴望外界对他的肯定与价值的判定。

3.3 拒学应对期

(1) 父母改变

小A：“谈到我休学这个事情，他们的态度就是觉得无所谓，没有给任何方针。我爸是特别焦虑，

期望我学会计专业。我妈态度就是我知道这件事了，但她四十岁时成为了一名咨询师，给我起到了榜样的作用。”小A父母的态度截然不同，父亲更倾向于为孩子的未来指明大致方向；母亲则接纳孩子休学的状态，并未施加任何压力，用自身的发展激励孩子。

小C：“我妈现在会尊重、考虑我的想法。我的要求、问题，还有跟她说的话，她都会认真理解我、倾听我。我爹后来就慢慢增加了跟我聊天和谈心的次数。”小C的母亲愈发理解孩子，使母女关系更加亲密，母亲也因此变得更加柔软，给予孩子更多的倾听、尊重和理解。父亲默默支持、鼓励，给女儿多一些陪伴，拉近了父女间的关系。

小D：“父母有效的调整就是一种容许。确实给了我空间，给了我自由，让我无论是迷茫颓废下去也好，还是去做志愿活动也好，他们给了我犯错误、尝试探索的机会。”复学青少年完全回归到学校、社会生活需要足够的时间，需要不断地调整自己的状态。

(2) 专业帮助

小A：“吃药最好的用处是可以控制躯体化，因为焦虑，从我个人感受，真的是生不如死那种感觉。支持大家用药物的方式，减轻你身体的痛苦，因为你不需要忍着这个痛苦。”药物支持使小A减轻了身体上的痛苦，医院的帮助为拒学青少年提供了很大支持。

小C：“我去精神卫生中心住了一个多月的院，换了很多心理咨询师，最后找到最适合自己的咨询师并定期进行心理咨询，让我变得更好。”小C通过心理咨询获得了很多支持与鼓励。

小D：“我在休学的时候，一年的时间，非常紧凑的心理咨询带我走了出来。在接下来的四年时间里，我每隔一个星期或者两个星期依然会有心理咨询，去保证我的状态。”小D通过心理咨询进行干预，在休学这一漫长历程中获得专业人士的引导，不断跟进自身状态。

(3) 个人成长

① 学习动力

小A：“我当时在家里就是看书。2021年的时候唯一做的两件事情，能放进我人生历程里面的那种事情，一件是我剪了短发，另一件是通过了考试。”小A在家期间没有影响学习，会主动安排学习时间，逐步实现自己的目标。

小B：“学习这方面就是不停地刷题，我一直沉浸在网课里面，就不停地看课、记笔记。我当时就是一门心思要考上高中。不管成绩怎么样，我还是很想考高中的，我不想去职业学校。”在家期间，小B拥有积极的学习态度，始终没有放弃考高中的想法。

小C：“都说考上大学就好了，我就一直有这个目标，也带着未来目标的能量去上学。”小C自身愿意努力学习，有向上的学习动力，愿意为了自己变得更好而做出改变。

小D：“我花了一年的时间，去探索一样东西，自己为自己赋予身份，自己为自己的未来赋予使命，为自己新的现在赋予责任，为自己的行为赋予价值，我就获得了动力。”小D通过不断觉知，自我探索出自予的规定性，为自己赋予责任与价值，获得动力及坚定的信念。

② 兴趣赋能

小A：“我从小到现在唯一一个一直在坚持的爱好是看书。我很小就识字，会自己在那里看很久。后来我发现我喜欢生物、数学，然后选择了心理学。”小A始终坚持自己的爱好，对自己的专业选择有

明确的目标，与自身的喜好相关。

小B：“我对教育有兴趣，去咨询了我亲爸，他说当时在当地还是吃香的。”小B对教育感兴趣，因就业形势利好便选择了教育专业。

小D：“在做志愿者这方面，我好像有一定天赋。我感觉我好像能做这个，包括后来看一些理论文章、经典名著，我看那个弗洛伊德、华生的那些心理学著作，我看着非常有乐趣。这时候我就意识到，我未来如果探索这个方向，一定是能做一点贡献的。”小D通过不断觉知、自我探索，为自己赋予责任与价值，获得动力及坚定的信念。

(4) 同伴支持

小A：“一定要有交流，而且是现实层面的人见面。我有很多朋友，也有我自己的爱好，有我学业上的事，很多朋友跟我联系都很紧密。”小A认为亲身实践是极为重要的，鼓励学校出勤困难青少年走进生活当中，尝试与不同群体交流，进行人与人之间现实层面的连接。

小B：“高三认识的同学对我有帮助，他给了我很多复习资料，然后有些时候也会给我讲讲题目，他是我的男朋友。”小B建立了稳定的亲密关系，男朋友的信任、理解和扶持，使得小B的生活发生了改变，逐渐回到正常的生活状态。

小C：“关键是很好的朋友，每次我跟他说不想去学校或者不想读了，他叫我不丢下他，然后我很多次我都是想想这些，告诉自己要坚持！然后就慢慢坚持过来了。”小C和高中同学有紧密的关系，同伴的支持与陪伴变成支撑下去的力量。

3.4 动荡复学期

(1) 躯体化

小A：“我22年10月份的时候是轻躁狂的状态。11月的时候抑郁爆发了，因为我想可能大一都过得比较艰难，包括换环境会触发。3月份的时候因为学业压力比较大，惊恐发作就严重了。4月份开始严重到我受不了了，我就去医院。它有个周期性。”在返校后的初期，严重的躯体化症状使小A无法正常上学，无法避免这一反复的周期性过程。

小B：“高三快要高考前，跟初三是一样的，就是快要考试那一段，我说我不行了，我回家去了。而且我上数学课完全听不懂，其他学科可以听一听，但数学真的不懂。”考试带来的巨大压力以及听课的不适应，令小B无法在学校的高压环境下坚持复习。

小D：“曾经也有一段时间，我非常痛苦，连续很长时间夜不能寐，以泪洗面。身体的躯体化情况非常的严重，周身疼痛。”复学并不代表不会再产生痛苦，在面对痛苦时要有战胜它的勇气，小D用坚定的信念与之对抗。

(2) 人际适应

小B：“我还是挺孤僻的，我的社会交往性是有问题的。我现在上大学感觉我个别的社会交往能力是有点问题的。”小B意识到自己的人际交往能力较弱，难以融入学生群体之中。

小C：“人际关系一般，没有非常亲近的朋友，在大学中偏向于独来独往，更喜欢自己较大的活动空间。就算他们没有说我，但我就觉得他们一定在说我，比如我一个人上课，一个人坐，导致我感到

很没有安全感,感觉别人在看我。我就是很在意别人的看法。”由于他人的言论以及痛苦回忆的不断涌现,小C返校后依旧会在意他人目光,难以融入群体。

(3) 亲子冲突

小A:“我爸确实是有跟我吵过。说别的小孩可以去尝试,你不可以去尝试,你就应该去考个会计的证书。然后你就去做会计的工作什么之类的。”面临升学压力时,小A父亲的态度较为强硬,父女之间因专业选择发生冲突。

小B:“我关上门不出去,我妈就从窗户跳进来,发生很激烈的争执。还会摔摔打打,动手动的最重的就是打我巴掌。然后家里没有人来偏着我、向着我说话,我妈都会语言上攻击我说姥爷是偏爱我妈才偏爱我。”在成长历程中,小B始终没有获得家人的理解与支持,经常与母亲发生冲突,跟母亲间的关系一直很紧张。

3.5 稳定复学期

(1) 信念坚定

小A:“会告诉自己‘你要实践,你要去做’。就不能说什么事情只是想而已。”小A在行动上发生改变,敢于走进生活,更加坚定地去实践。

小B:“现在的快乐就是去自己想去的的地方。我觉得我在慢慢地变好。买给自己大件的的东西,电脑也买了。之前羡慕别人的东西,我自己都可以慢慢地拥有。也希望能有一个自己的家,去布置所有的地方,做自己喜欢吃的东西。”随着年龄的增长,小B越发有能力去追求自己想要拥有的一切,更注重自己的情绪,对未来的生活充满向往、希望。

小C:“想克服自己的痛苦回忆,想未来更好,向前看。我后来发现其实没有人关注你,大学都是做自己的事情,不会有太多管你的人。”小C敢于面对外界的目光,克服一切困难。

小D:“重启的本质是基于自我的系统性的觉知,以及价值体系的独立重构,使得行为回常机制成功运转而恢复社会功能。但它也只是使我获得了力量。”小D的重启使得他拥有了足够的力量和动力,是人生和能量的升华。

(2) 朋友陪伴

小A:“我也有很多朋友,我初中到现在只有一个同学在联系,但是我们的联系非常紧密。然后高中也有一个同学联系非常紧密。我比较擅长创造一对一这样子交流的关系。”小A在人际交往方面,保持稳定的联系。

小B:“男朋友的陪伴给了很大力量。我们两个都算是一个不算完整的种子,后天肯定是要靠自己努力,要互相支持不断地去完善自己健康的人格。”男朋友的陪伴促进了小B的复学历程,两人把彼此作为依靠来互相支持,建立了长久稳定的亲密关系,共同成长。

小C:“我们宿舍有五个人,我是自愿单独的那个,他们都有结伴,但如果我想跟他们结伴的话,他们还是会愿意跟我一起玩。”小C有朋友的陪伴与支持,新的朋友关系较为稳定。

(3) 学校友好

小B:“我们任课老师知道我回去了也没有很多阻拦,因为他觉得我回去可能状态好一点。老师和

同学们也特别友善。”在老师和同学的接纳、理解与帮助下，小B感受到了关爱。

小C：“因为我们学校这种学生也挺多的。有学长学姐跟我说他们怎么复学，然后我就能理解。学校的环境很重要，尤其是学校对于学生复学的态度。”学校给予理解与接纳，支持学生复学，促进了小C的复学稳定。

小D：“我很感谢学校方面的理解和帮助，我是在一年之后成功复学的，到初三又重新回到了学校。”学校的支持是相当重要的，需要宽松、轻松的环境氛围以及老师和同学的接纳与肯定。

(4) 父母理解

小A：“我妈的态度就是知道这件事了，虽然没有过多干预，但她有给我很大帮助，她40岁转行去干心理咨询。她不是为了我去做的，只是她想做而已，所以她去做。”小A母亲通过努力追求自己的事业，给孩子树立了榜样。

小C：“我爹妈他们后面对我的学习也没有过多的要求，就希望我不要有太大的压力。”复学后，父母提供给小C足够的接纳与支持，没有给孩子施加过多的学业压力。

小D：“父母有效的调整就是一种容许。确实给了我空间，给了我自由。”父母提供给孩子觉知的环境对于小D的恢复是十分有效的。

(5) 稳定就医

小A：“我现在获得的比较好的支持主要还是来自医生那边。”稳定复学后，小A仍定期就医，使个人的身心状况更加稳定。

小C：“当时我已经复学了，还是会接受私立医院的心理咨询，让我解开了很多的心结！”复学后，小C依旧接受心理咨询方面的干预，使得自身状态向好发展。

小D：“在复学后的四年时间里，我每隔一个星期或者两个星期依然会有心理咨询，去保证我的状态。”复学后，小D通过定期进行心理咨询，以更好地稳定自身状态。

4 讨论

4.1 青少年拒学：多因素交织的触发点

在拒学发端期，本研究发现青少年拒学行为大多始于初中时期。在家庭环境方面，他们往往来自错综复杂的离异重组家庭，或长期承受着难以调和的亲子矛盾；在学校环境中，他们可能置身于充满敌意的同伴群体中，面临着难以应对的师生关系，承受着激烈的竞争和沉重的学业压力，以及频繁且不可控的转学经历；在个人特质方面，他们可能受到个性特征和抑郁、躯体化等身心症状的深刻影响。这些因素相互作用，最终促成了中学生的拒学行为。由此可见，中学生的拒学行为是一个受多种因素影响的复杂心理现象，这与史晓宇等人的研究结论相吻合^[7]。

4.2 长期拒学：漂泊如浮萍

在拒学持续期，青少年由于长期脱离常规的教育体系，缺乏正常的师生关系与同伴关系，可能会体验到一种“漂浮感”和“脱轨感”。这种长期的社交隔离减少了他们与他人面对面交流的机会，他们更

容易形成沉迷行为,进而逃避交流行为与现实活动,以达到自身缓解压力的目的。

4.3 复学之旅:勇气与耐心的双重考验

在动荡复学期,青少年在努力重返学校生活时,往往会面临诸多挑战。学校环境的适应问题、个人困难导致的出勤难题,以及人际关系的纠葛,如同伴间的互动和师生间的相处,这些都会影响到青少年复学的稳定性。此外,家庭冲突也可能在这一时期显现,进一步影响他们的复学决心和成功概率。李雨霏等人的研究表明,即便是已经重返校园的青少年,情绪波动仍然存在,这可能导致他们后期的出勤断断续续,而他们的身心状态又直接影响着出勤的效果^[8]。因此,对于面临学校出勤挑战的青少年而言,复学无疑是一条充满挑战的道路。

4.4 启示

本研究通过回溯历程发现,每位受访者的复学历程普遍经历了至少一年的漫长探索与反复,均再次出现过不去学校的念头。在这一系列挑战与突破中,青少年自身的自我接纳、勇于尝试与不断试误成为了不可或缺的内在动力;家庭、学校与社会的温暖怀抱、深切理解与坚定支持构成了不可或缺的外部支撑;专业的心理咨询、心理治疗以及必要的药物治疗为他们的复学之路铺设了坚实的基石。

学校出勤困难青少年的成长之路急需外界的温情之手。这些遭遇困境的青少年内心深处渴望的是朋友真诚的关心、老师耐心的引导、父母深刻的理解和接纳,以及专业医生提供的心理援助。处于拒学持续期的青少年应该勇于尝试、敢于实践,尝试利用互联网探索自身的发展方向、与陌生人进行线上交流。对于正处于动荡复学期的青少年来说,他们更需要父母无条件的支持与理解。同时,社会各界也应该为那些面临出勤难题的青少年提供坚定的支持和实质性的帮助。外界的援助将使青少年更容易融入社会,有助于实现自我价值的最大化。

参考文献

- [1] 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.
- [2] Kearney C A, Silverman W K. The evolution and reconciliation of taxonomic strategies for school refusal behavior [J]. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 1996, 3(4): 339-354.
- [3] Enderle C, Sandberg K S, Backlund Å, et al. Secondary school students' perspectives on supports for overcoming school attendance problems: a qualitative case study in Germany [J]. *Frontiers in Education*, 2024: 91405395-1405395.
- [4] 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.
- [5] 陈玉霞,戴育红,杨升平. 广州市中小学生拒绝上学行为现状分析与对策研究[J]. 教育导刊, 2016(3): 41-45.
- [6] Christopher A Kearney. School absenteeism and school refusal behavior in youth: a contemporary review [J]. *Clinical Psychology Review*, 2008, 28(3): 451-471.
- [7] 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.
- [8] 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, 8 (6) : 442-455.
- [9] 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.
- [10] 何颖鑫, 阮琳燕, 张椿娥, 等. 拒绝上学青少年父母亲职压力研究及家校社医联合干预路径探索 [J] . 中华家教, 2024 (4) : 53-64.
- [11] Bernstein GA, Hektner JM, Borchardt CM, et al. Treatment of school refusal: one-year follow-up [J] . Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 2001 (40) : 206-213.

A Case Study of the Return Journey of Adolescents with School Attendance Problems

Guo Haoshen^{1,2} Yao Shuqian^{1,2} 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

Abstract: In recent years, the issue of adolescent mental health has become increasingly prominent. Among them, the phenomenon of adolescents refusal to go to school has moved from the margins to the public eye, becoming a family problem, educational challenge and social problem that needs urgent attention. For adolescents with school attendance problems, returning to school stably is not an easy task, and the process is full of hardships and challenges. This study takes the perspective of eyewitnesses and selects four cases who have experienced attendance difficulties and then successfully returned to school. The case study method in qualitative research is adopted. Semi-structured in-depth interviews are used to collect data. The data are analyzed by combining category analysis and context analysis. In order to deeply understand the process of the research subjects from school attendance difficulties to stable return to school, the influencing factors of the research subjects' successful return to school and stabilization are analyzed. The results show that by tracing back the return to school process of adolescents with school attendance difficulties, it can be divided into the beginning period of refusal to school, the persistent period of refusal to school, the coping period of refusal to school, the turbulent return to school period and the stable return to school period. By tracing back the return to school process, the key factors that promote the successful return to school of adolescents with school attendance difficulties are identified, which provides valuable inspiration and reference for adolescents currently facing similar difficulties.

Key words: School attendance problems; Return journey; Case study