

之前还一直是成绩稳定的“小学霸”，或是特别自律、不用大人操心学习的“乖乖女”“乖乖仔”，结果到了初中或高中就说“不想上学了”。家长本来以为孩子累了或是闹情绪了，过几天就好了，可谁想孩子就真的不肯上学了，在家一窝就是几个月。



一句“不想上学”愁苦家长

# 孩子厌学为哪般 家庭教育很关键

文/羊城晚报记者 许张超 陈辉 通讯员 刘庆灼 潘英媛 图/视觉中国

## 孩子厌学，背后或是“家”生病了

### 案例

#### 从全校前三到厌学

广州中医药大学第一附属医院脑病科医生李大年告诉记者，在今年因厌学问题来医院就诊的学生中，初中生郭璐(化名)让他印象最为深刻。郭璐在小学时表现得品学兼优，学习成绩常年在全校位居前三，母亲每晚下班后都陪着她一起学习；等升入初中后，郭璐对学习的兴趣却一下全没了，完全不碰课本，跟母亲的关系更是势如水火。

以前她央求母亲买洋娃娃，母亲一直以浪费学习时间的理由拒绝。到了初中，郭璐开始问自己，明明大家有的玩、有的闹、都很快乐，我每天难道就只能学习吗？为什么我要按照这种方式学习？

#### 作业拖延常是厌学前的征兆

孩子从爱学习到厌学，并不是一夜之间发生的转变，在此之前是有征兆的。“厌学是指对学习变得无所谓，甚至是排斥学习，它实际上是一种情绪的偏移或异常。”李大年解释，一般情况下，家长可通过观察孩子的一些情绪或行为反应进行判断，如对学习是喜欢还是抗拒、是重视还是不重视等。在临床观察中，李大年发现“做作业拖延”是初高中学生厌学早期最为常见的行为。

“课堂上什么状态，谁也没办法说，学和没学说不清楚，而做不做作业是很容易判断的。”李大年表示，当初高中学生出现有时间、有能力完成作业却一直拖延着不做，家长需要对这种状况提高注意，这表示孩子对学习产生了一定程度的反感情绪。在家长不进行适当引导的情况下，孩子厌学情绪进一步严重时，将出现注意力转移、甚至彻底丧失学习兴趣的状况。

“厌学”不是简单的孩子对学习感到疲倦、厌烦，而是原生家庭亲子关系的一个表象或结果。“在治疗当中，我一直觉得原生家庭对初高中学生影响最大，师生之间、朋辈之间的人际关系远不如父母对孩子的影响来得更直接。”李大年分析，大部分初高中学生的心理问题、情绪问题都是由原生家庭造成的，厌学真正的问题不是学习本身，而是原生家庭的错误教育方法，如过度控制、打骂教育、冷暴力等。

父母是否尊重他。”李大年表示，初高中学生的父母经常会把自己过去的经验粗暴地拿来要求孩子，无形当中剥夺了孩子的选择权，使得孩子无法体验到家庭的温暖。

同时，广东药科大学附属第一医院心理科医生张柏芳表示，一些家长只是在表面上说尊重孩子的选择，当孩子作了一个选择以后，如果不合乎家长的心意，家长则会打压孩子，千方百计地想说服孩子这个选择怎么样不好、不适合，你应该选择一个什么样的兴趣、爱好或者方向。“孩子的选择从来没有得到肯定，当然会导致他对什么都不在乎或者没有积极性，甚至直接封闭自己。”张柏芳说。

“在控制型家庭里，孩子被束缚着，失去好奇心和自我探索的乐趣，容易形成依赖，不愿承担责任；经常被否定，甚至被打压，孩子没有成功的体验，形成习得性无助，没有自信心。”张柏芳指出，在家庭系统排列中，每个人都有自己位置和秩序，当每个家庭成员都在恰当的位置时，爱就会有效地流动；当父母过度控制孩子，或者孩子凌驾在父母之上，家庭成员的位置和秩序混乱，整个家庭功能就会失衡。

“初高中学生恰好处在青春期、叛逆期的阶段，这是一个寻找自我价值的过程，很注重

父母是否尊重他。”李大年表示，初高中学生的父母经常会把自己过去的经验粗暴地拿来要求孩子，无形当中剥夺了孩子的选择权，使得孩子无法体验到家庭的温暖。

“厌学的孩子一般不至于提出休学或退学，当孩子对学习的情绪从不感兴趣或抗拒上升到痛苦或折磨的时候，他就会提出休学和退学，因为坐在学校里让他很痛苦，这时提示他很有可能已经出现心理疾病，如抑郁症，则需要专业心理医生的介入。”李大年提醒。

“中国国民心理健康发展报告(2019-2020)”数据显示，18至34岁青年是成人中最焦虑群体，2020年，我国青少年抑郁检出率为24.6%，其中重度抑郁为7.4%。张柏芳表示，

### 支招

#### 家庭治疗重塑爱与信任

当孩子已经关上话匣子，父母该怎么办呢？李大年表示，想改变已经发生的厌学现象需要做很多努力，而这些努力恰恰是在孩子早期成长过程中被父母忽略的东西。“我最先做的事情，并不是先跟孩子交流，而是先让父母改变态度，改变态度的前提是父母要先反思孩子为什么不愿意跟我们交流。”李大年说。家长要把自己从高高在上的位置降低到一个朋友的高度，姿态降低后可以从孩子的爱好入手来重新建立有效的沟通。“多聊一下孩子的爱好，不要跟他讲大道理，像是你篮球打得怎么样？你上次画的那幅画，和以前画的有没有什么变化？”李大年举例说。

“这个时候孩子会容易打开话匣子。”李大年表示，孩子在初高中学生的年龄阶段，陪伴的意义要远大于教育。在交流打开了之后，首先要让孩子感受到父母对他的爱，而不是父母对他的关注或管束，孩子只有感受到父母的爱，父母才有进行教育和引导的机会；当父母尝试改变的时候，孩子会慢慢地体会到父母的爱和家庭的温暖，各自找回自己原来的位置。

另外，李大年提醒学生家长不要把学习附着太多压力和条件，比如说有物质奖励的学习只会让父母的爱变了味。“在厌学问题的解决上，起关键作用的并不是医生，而是父母，很多问题在家里解决才是最完美的。”李大年说。

#### 升级为休学、退学，建议心理医生介入

对到医院进行诊断的初高中学生，尤其是认为自己的存在没有价值或者没有意义的，医生会根据家族史、成长过程、是否存在自我伤害行为、焦虑量表等进行全面评估。

“像重度抑郁症患者一定要进行药物治疗，中度抑郁症患者可以考虑药物治疗加心理治疗或只做心理治疗，轻度抑郁症患者一般不用药物治疗。”张柏芳医生表示，对因重度抑郁导致休学或退学的初高中生，经治疗好转后，建议保持长期复诊，防止病情反复。



南非街头的蓝花楸

# 留学南非 感受吃烤肉、看橄榄球的惬意生活

文/羊城晚报记者 孙唯 实习生 龚无忧 图/采访对象供图

## 自己被“南非化”，让朋友们“中国化”

“如果来南非，一定要来看动物。”在这片充满野性的土地上，常见羚羊、狮子和象的身影，开着敞篷越野车从中经过，“亲密接触”游览是南非户外活动的一大特色。

赵天琪(中)和她的朋友们



“从莫纳什大学毕业，意味着申请同一系统下大学研究生的便利，因为免除了成绩认证与繁杂的换算手续。”除了莫纳什大学带给她的“光环”，其国际化的高校联盟网络也为赵天琪提供了平坦的前路。

据了解，2019年4月，莫纳什大学南非校区被出售给独立教育学院(The IIE)，学校原址不再被称为或隶属于莫纳什大学，而是更名为IIE MSA，继续提供学位与文凭。

鸵鸟肉、鳄鱼肉等奇珍异味。橄榄球是南非的国民运动之一，当地的每个学校都设有橄榄球比赛，在不同的橄榄球赛季，各所学校之间也会相互比拼。

南非的通用语言为英语，但也有11种官方语言，包括阿非利卡语、祖鲁语、科萨语等。其中英语受到当地荷兰裔影响，且融合法国、德国移民带来的异国文化，从而形成了别有风味的“南非式英语”。

# 留英申请有妙招 一个“早”字很重要

文/羊城晚报记者 孙唯 实习生 徐思琦 通讯员 李适雅

如今疫情形势相对缓和，不少有留学意向的同学都重拾了信心，为收获心仪院校的录取而努力做着准备。那么，对于想要前往英国留学的同学们来说，有什么需要特别注意关注的地方？申请关键在于——“早”。

## 越早递交申请，越有机会获得录取

12月25日是英国的传统节日，想申请英国大学的同学，应尽量在这个节日前递交申请。这是因为节日期间，外国基本全民放假，而英国大部分学校也会将这一假期作为学期之间的“节点”。

因此，英国留学申请关键在于“早”，越早递交申请的同学，越有机会获得录取。随着时间推移，申请的人数增多，但余下的名额就越来越少，竞争会愈发激烈。

## 预科申请早规划，名校“跳板”先抢占

对于国际学生来说，预科是迈入英国名校的重要途径，同样也需要及早做好准备、提交申请。目前，2022年9月入学的英国预科申请已陆续开启，除了包括牛津大学在内的数间顶尖名校以外，大部分英国大学都设有预科课程。

学校的预科会安排笔试和面试，如果获得测试资格，建议学生与专业培训导师提前进行一些模拟练习。

而在准备过程中，申请材料、语言成绩，以及明确将来的专业发展方向和目标大学都是缺一不可的。琥珀教育留学专家黄慧表示，不同大学的预科对于学生的英语成绩要求不同，例如伦敦大学学院人文类预科(UPEH)要求学生UK-VI雅思总分达到6.0，如果不达标则录取无望。同时，有些

学校的预科会安排笔试和面试，如果获得测试资格，建议学生与专业培训导师提前进行一些模拟练习。

### 链接

#### 南非留学小资料

具有一定的国际影响力。在南非留学，如果攻读学士学位须具备高中以上或中专、职高、大专、高职等相关学历。攻读硕士学位者则要求具有相关专业的本科学历和学位证书。

且本校也不设语言培训课程，但入学注册前要对准学生进行包括语言水平在内的有较高难度的综合素质面试。第三种是对入学语言成绩(雅思、托福)有要求的高校。

南非大学每年学费在1万元左右，生活费也不是很高。学费、报名费、书本费、医疗保险费、银行开户费、签证续签费、住宿费、餐费、交通费、娱乐费、个人费用加起来约3万元/年，远低于欧美、澳大利亚、新加坡等。