

初四女生仨月两次离家出走 咋办？

节后到精神心理科就诊有厌学离家倾向的中小學生增加近三成
专家：家长要看好看懂孩子，拒绝填鸭式学习

□本报记者 黄晏君

近期，陆续有多名离家出走的青少年学生家长向记者求助，希望帮他们找回离家失联的孩子。离家原因多半是孩子因学习成绩下滑、沉迷网络游戏等被家长批评，也有长期不与父母在一起、与祖辈一起生活的中小學生，还有的孩子不止一次离家出走……针对这一社会问题，记者近日进行了调查和走访。

医院门诊

有厌学离家倾向的中小學生 就诊量增加近三成

记者日前从哈尔滨市第一医院获悉，春节后因为不愿去上学、与父母闹矛盾等原因有离家出走倾向到精神心理科门诊就诊的中小學生明显增加，大约比平日增加20%-30%。心理医生分析，春节后一些学生感到假期即将结束，又要开始返校线下上课，心里莫名其妙地出现担心、焦虑，有的还出现了严重的厌学情绪。

初四女生成绩下滑

3个月两次离家出走

正在哈市某中学读初四的14岁女孩小萌(化名)初中前3年学习成绩在班级一直名列前茅，但是升入初四学年后成绩开始莫名其妙地下滑。小萌的父母常年在外地工作，将小萌留在哈市的爷爷奶奶家，和祖辈一起生活。

2022年11月的一个周日中午，小萌对奶奶说要出去取快递，但始终没回家。爷爷奶奶发动亲戚、邻居找遍附近快递点和周边街路也没有找到，非常着急。身在外地的孩子父亲李先生也急忙赶回哈市，并向记者求助。记者发出寻人报道后，有热心市民在一大型超市看到了小萌，并与李先生通了电话。家人急忙赶到超市将小萌接回家，此时距孩子离开家已有7个多小时。问其离家原因，小萌说就是觉得学习太累，想出去逛逛。

春节后的一天，记者再次接到小萌父亲的求助电话，说小萌又失联了。记者一边安慰他，一边再次发出寻人报道，在哈市各志愿者团队和广大热心市民帮助下，孩子被再次找到。

记者在与小萌父亲李先生交流中得知，他和爱人常年在外地，对女儿的关注很少，每年只是春节期间回来才能与女儿短暂相聚，而且得知女儿成绩下滑后，他和妻子还在电话中训斥过女儿。

沉迷游戏被批评

男孩要走向农村老家

高三男生小刚因为考试成绩下降、春节期间整日迷恋网络游戏，被妈妈批评后，大年初四中午赌气离家出走，身上没带手机，也没有身份证，一直到晚上也没回来，全家人找到半夜也没找到。

记者发出寻人报道后，当晚22时许，有热心市民在韩家洼子一处公厕附近发现了坐在雪地里的小刚，急忙报警。原来，这孩子离家后由于身上没有多少钱，竟然选择要走向宾县农村老家，走到韩家洼子一公厕附近时又冷又饿，正在路边雪地里休息时，被热心市民发现报警。民警将小刚带回派出所取暖休息，并通过排查，最终找到了小刚的家长，家人将其接回。



应对策略

心理专家： 家长要有良好的生活态度

曲伟杰介绍了一些应对策略：首先是家长要看好看懂孩子，要为孩子的健康成长不断学习。包括家长要了解孩子的喜怒哀乐，要懂得孩子的核心需要什么、孩子厌倦什么，针对这些问题及时与孩子沟通。

其次是要与学校老师建立一起良好的沟通和联系，包括要与老师及时沟通孩子在学校的表现和相关情况，有针对性地疏导、排解孩子内心的不良

情绪。

第三是家长要永远保持乐观豁达的心态。家长要告诉孩子：“你考前三名是爸妈的宝，你考倒数三名也同样是爸妈的宝。”考试分数不能说明一切。

第四是家长本身要有良好的生活态度。要让孩子明白，人活着是第一位的，首先要健康地活着，然后才是学习、工作等事项，而且这些事项都是健康活着之后顺便完成的事。

心理医生： 劳逸结合拒绝填鸭式学习

张一主任介绍，矫正孩子因厌学而离家的方法比较多。最重要的是要让孩子树立正确的人生观和良好的学习观，营造一个良好的学习环境和生活环境，主要包括学校和家庭的氛围、环境等。

其次是要注意劳逸结合，拒绝填鸭式学习，即避免完成一样

作业后，马上又添加或布置了另外一项作业，使孩子透不过气。要多给孩子一些自由的时间和空间。

第三是增加学习兴趣，寓教于乐。家长和老师都要注意把孩子的身心调整到一个良好的状态，以轻松和乐观的心态应对困难，笑对生活。

离家原因

孩子心里缺乏一个出口

如何与孩子沟通并帮助他们及时解开心结，关系到孩子的健康成长。记者就此采访了心理咨询专家曲伟杰和哈尔滨市第一医院精神心理科主任张一，请他们就此问题开出良方。

曲伟杰认为，青春期的孩子离家出走比较常见，也经常发生。他分析：孩子离家时心理或多或少已经出现了一些问题，有倾诉的需求，但是家庭的氛围已经明显不适合孩子。想和家长说，家长忙于工作多半表现出不屑，这样使孩子的内心疑虑和问题失去了出口，加之这个年龄段的孩子本身处于青春期，容易产生离家倾向。另外还有一些单亲家庭及父母常年不在身边的孩子，他们更需要家庭的呵护，面临的一些心理问题也渴望有人及时疏导。但这些孩子往往还不愿意向外人吐露心声，当压力和焦虑等负面情绪积累到一定程度后，就很容易产生离家出走的想法和行动。

张一认为，中小學生这个年龄段的孩子正处于叛逆期，心理很容易产生各种问题，加之当下网络游戏的诱惑，学习枯燥乏味，短期内很难产生明显获益，使孩子对学习产生厌倦心理和抗拒心理，而且短期内没有人能为孩子进行有效的心理疏导和排解，让年少的孩子感到看不到未来和希望。



在心理
课堂为访
客做咨询。

曲伟杰
正在为女高
中生做心理
咨询和疏
导。