

HAIZI YANXUE
ZENMEBAN

中小學生家長必讀

“少年強，則國強。”謹以此書
獻給所有的孩子、家長、老師，以及關心下一
代成長的人。學習是孩子未來的希望，如何讓孩子
不再厭學，這是我們每個成年人的義務。
呼籲全社會都來關愛孩子，讓孩子不再厭學。

卓雅 編著

孩子厭學 怎麼辦？

家庭教育的N個關鍵點

中國  播電視出版社
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE



孩子厌学 怎么办？

家庭教育的N个关键点

卓 雅 编著



中国  广播电视出版社
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

孩子厌学怎么办? :家庭教育的 N 个关键点/卓雅编著.
北京:中国广播电视出版社,2007.6
ISBN 978-7-5043-5292-7

I. 孩… II. 卓… III. ①青少年-学习心理学②家庭教育 IV. G442 G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 065025 号

孩子厌学怎么办? ——家庭教育的 N 个关键点

编 著	卓 雅
责任编辑	任逸超
封面设计	千太阳
监 印	陈晓华
出版发行	中国广播电视出版社
电 话	86093580 86093583
社 址	北京市西城区真武庙二条 9 号 (邮政编码 100045)
经 销	全国各地新华书店
印 刷	河北省高碑店市鑫昊印刷有限责任公司
装 订	涿州市新华装订厂
开 本	880 毫米×1230 毫米 1/32
字 数	179 (千) 字
印 张	9
印 数	6000 册
版 次	2007 年 6 月第 1 版 2007 年 6 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978 - 7 - 5043 - 5292 - 7
定 价	19.80 元

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)



目 录

上 篇 迫在眉睫的厌学现状

- 惊叹:综观孩子厌学的现状 3
- 疑问:现在的孩子都怎么了? 7
- 探询:我们必须找出孩子厌学的根源 11

中 篇 深挖孩子厌学的顽症及解决方法

一、孩子厌学的十三大顽症

- 1. 过犹不及:即便神童也会厌学 21
- 2. 过高期望:孩子厌学的导火索 28
- 3. 自卑:令孩子更加厌学 34
- 4. 家庭纠纷及暴力:扼杀孩子求知的欲望 40
- 5. 父母离异:心灵“受伤”的孩子无法静心学习 48
- 6. 父母不在身边:缺少父母呵护的留守儿童最易厌学 ... 54
- 7. 过分溺爱:孩子过早陷入温柔的泥沼 60





- 8. 过分严厉:令孩子对学习产生恐惧 69
- 9. 学习目的偏离:孩子失去学习积极性 75
- 10. 金钱的作用:扭曲孩子正常的学习心态 81
- 11. “厌师厌校”:不容忽视的厌学之源 86
- 12. 网络:导致孩子厌学的新“杀手” 95
- 13. 青涩的爱情:学习的拦路虎 101

二、面对顽症,专家支招

- 1. 志存高远:引导孩子鼓起理想的风帆 110
- 2. 拔苗助长者戒:避免期望值过高 118
- 3. 远离粗暴的教育方式:学会给孩子安个解压阀 125
- 4. 兴趣是最好的老师:让孩子在学习中得到快乐 133
- 5. 勤于沟通:帮助孩子战胜自卑心理 148
- 6. 重在培养学习能力:成绩不是衡量好坏的标准 154
- 7. 了解孩子,尊重孩子:给孩子一片明朗的天空 170
- 8. 除掉溺爱病根:走出溺爱寻智爱 176
- 9. 不要让裂痕影响到孩子:单亲家庭的教育对策 188
- 10. 关爱留守儿童的教育:解决农民工子女的厌学问题 195
- 11. 事半功倍:让孩子掌握高效的学习技巧 202
- 12. 帮助孩子合理解压:呼唤多彩的假期生活 208
- 13. 让孩子喜欢上老师:变“厌师”为“喜师” 215
- 14. 帮孩子拿好这把双刃剑:让孩子健康上网 228
- 15. 端正孩子的学习态度:认清知识的意义 235
- 16. 截浪堵流,不如因势利导:轻松解决孩子早恋的问题 ... 249





下 篇 素质教育的呼唤

• 解决孩子厌学问题的根本途径	259
• 素质教育的误区	266
• 素质教育是一个长期过程	273
后 记	280

上 篇

迫在眉睫的厌学现状







惊叹：综观孩子厌学的现状

如今，孩子厌学已经不是什么新鲜的话题了，厌学孩子的数量日益增多和比例日益增大，根据网上的调查问卷显示，有85%以上的孩子存在不同程度的厌学心理。

孩子厌学问题，似乎到最近几年才走进了人们的视线，但是却俨然已经成了现代教育事业所面临的最严重的问题。

来自北京部分中小学的调查数据显示，目前中小学生厌学率竟然达到30%，而实际情况比这个数据还要严重。

近些年来，厌学学生的数量日益增多和比例日益增大，根据网上的调查问卷显示，有85%以上的孩子存在不同程度的厌学心理。

“喜欢学习？开玩笑！我们班即使是学习最好的同学也不喜欢学习，大家都是被逼着学的。”

这位网友的说法虽然可能过于偏激，但是从一个侧面客



观反映了目前孩子的一种学习心态——在社会、家庭及其他压力下进行逼迫式学习，以致迷失了学习的基本目标，把学习完全当成是一种负担，从而产生严重的厌学情绪。

“我也知道不好好学习不对，看着妈妈每天为我的学习担心，我心里也不好受。可是不知道为什么，一进学校就烦，老想着什么时候放学。拿起课本就打瞌睡，老师讲的什么根本就听不进去，有时候干脆强迫自己听，可是根本就坚持不了多久。”

绝大多数有厌学情绪的孩子都有上面的想法，他们的潜意识里都知道学习的重要性，但是实际上却无力控制自己。厌学的情绪就像烟瘾一样，一旦产生，就很难除掉。

很多家长和老师以为，孩子厌学是孩子的“天性”，只不过是“一时的贪玩”，没什么大不了的，“教育一下”就会好的。正是因为这种放纵、轻视的心理，才使很多孩子的厌学情绪越来越严重，甚至发展成为心理疾病。

有专业人士从某医院了解到，近两年患“厌学症”来该院求治的学生日渐增多，该院 2004 年接诊的患“厌学症”学生达 2000 多人，而且目前仍以每年 30% 左右的速度递增。

该医院临床心理科主任说：“巨大的学习压力和对新环境的不适应感，让部分十六七岁的中学生开始拒绝学习。值得家长关注的是，厌学情绪正向低龄化蔓延，目前来医院咨询、求治的十二三岁的学生有增多的趋势。”

医院的记录又反映了另外一个问题，就是厌学孩子的年





龄层次开始变宽。上世纪 90 年代，孩子厌学作为一种教育心理学的问题提出来的时候，心理学研究者和教育工作者把研究孩子厌学的原因及解决的方法主要集中在初中和高中这个年龄段。但是现在的数据显示，不仅仅是初中、高中的孩子，小学、中专的孩子甚至是上了大学的青年人都存在着不同程度的厌学状况。

我们都知道，孩子到了青春期，生理上的变化导致一系列的心理问题，容易产生逆反心理，这时候的孩子出现一些厌学情绪可以说是正常的。但是目前的调查显示，孩子厌学越来越向全年龄段发展，我们不得不走出狭隘的传统观念，重新认识孩子厌学这个问题。

孩子厌学除了在数量上和年龄层次上有向纵深发展的趋势以外，另外一个必然结果就是厌学的表现形式也越来越多。

很多家长和老师可能以为，厌学不就是孩子不爱学习嘛，还有什么表现形式？其实，正是因为这种放松麻痹的心理，才导致很多孩子的厌学情绪由轻到重，由一种正常的青春情绪发展成为严重的心理疾病。

从广义上讲，孩子厌学情绪的表现方式分两类：一类是显性的，也就是厌学的情绪发之于心而表露于外。这一类的厌学情绪往往比较容易被家长和老师发觉，并能及时采取一定的措施和手段来缓和孩子的这种心理上的问题。另一类是隐性的，顾名思义，这类孩子的厌学情绪往往并没有表现出来，而是隐藏在心里。他们一般都性格内向、



Haizi Yanxue Zenme Ban -----

孩子厌学怎么办？

自律性比较强，很大一部分学习成绩也相当不错。但是越是这样的孩子，厌学情绪对其潜在的伤害就越大。调查显示，隐性厌学的孩子引发心理疾病的概率要比显性厌学的孩子高很多。





疑问：现在的孩子都怎么了？

面对现在越来越多带有厌学情绪的孩子，作为教育者，我们在更多时候问的是，“这孩子、这些孩子怎么了？”因为问题的“果”表现在孩子身上，所以我们理所当然地就在孩子身上找问题的“因”。

“以前连饭都吃不上，可是那时候的孩子一听说可以上学都两眼放光；现在条件好了，可是为什么却有那么多孩子不喜欢学习？”

——一位从教四十多年的老师

“我们平常省吃俭用，从来不舍得多花一分钱，但是在孩子的学习上却从来都是全力支持，家庭教师、辅导班、电脑，只要是对孩子有用的，我都努力让孩子满意，可是这个孩子，却越来越不爱学习了。”

——一位工薪阶层的家长

很多家长，尤其是年纪稍微大一些的家长在小时候都曾有过有学不能上，无钱读书的经历。在他们眼里，孩子厌学，是一件很不可思议的事情。现在这么好的经济环境，这





么好的教育条件，为什么竟然会有这么多孩子产生如此严重的厌学情绪，甚至到了发展成为心理疾病的地步。

为什么条件好了，孩子的学习兴趣反而下降了？现在的孩子究竟是怎么了？

2004年10月，河北省某市的两名中学生，他们因对原学校的教育制度不满，并且曾和老师发生口角，从而产生厌学情绪，相继离开课堂。

一位从事青少年心理学研究的老师，专门为他们制定了一个“寻梦之旅”方案。10月7日，他们从石家庄步行，历时9天，到达北京。通过9天的特殊经历，这两位孩子重新树立了继续学习的信心。

发生在这两名中学生身上的这件事，不过是无数校园故事中的一个缩影，只不过因步行进京这种独特的教育方式而蒙上了一丝趣味色彩。庆幸的是，两位一度迷失方向的孩子，在石家庄至北京数百公里的步行旅程中，找到了将学习进行下去的动力。

读到这里，大家一定为两个孩子解决了厌学的心理问题而高兴，同时，我们不禁反思，为什么这两个孩子如此厌学，以至于到了非要退学的地步？

两个孩子都与老师发生过冲突，显然这是退学的原因之一，但是绝对不是主要原因。从周围同学和老师当中了解到，这两个孩子都个性鲜明，却又不愿意盲目从众，我们不妨听听其中一个孩子的心声：“学到的东西80%在现实生活中都没用。”





或许这个心声表达得还不够准确，带有强烈的个人色彩与倾向性，或许这个心声只是校园中千千万万学生中比较个别的，只是千万个孩子心中无数个声音中的一个。但是我们是否去认真地聆听过孩子们的声音？有谁会把孩子们头脑中的一些古怪想法与念头当回事？

面对现在越来越多带有厌学情绪的孩子，作为教育者，我们在更多时候问的是，“这些孩子到底怎么了？”因为问题的“果”表现在孩子身上，所以我们理所当然地就在孩子身上找问题的“因”。

每个孩子来到这个世界上都是一张单纯的白纸，外部教育和环境的影响使孩子在个体上产生了不同的差异。所以说，面对孩子厌学这一问题，我们不应该只顾着责问，孩子究竟怎么了，而应该反思，我们的教育、我们的环境是否出现了问题？

虽然两个孩子的厌学事例并不具备普遍性，但我们的学校、家长、社会各界必须一同进行深刻的反思。学校面对孩子们迥异的心灵与开放的思维，显然无所适从、无能为力，这难道不足以说明学校的失职吗？如果学校只是负有向学生们灌输知识的职责，那么我们的教育是否有些太简单、太盲目了？

由此进一步思考，在两个孩子不得不采取步行进京除厌学病的背后，我们看到的是单向的教育，即对知识的教育远远重于对心灵的启迪，对共性的训练远远重于对个性的开发，在这种千人一面、千篇一律的教育模式中，那些有着鲜





明特点与强烈个性的孩子们当然会感到生活压抑，厌学也就是一种自然而然的事情了。

这两个孩子是幸运的，因为在更广阔的课堂里，他们通过徒步旅行、感受人生这种开放方式找到了自己想要的答案。但我们却依然有足够的理由为两个孩子的未来感到担忧，如果他们的个性依然鲜明，而学校的教育模式也依旧，那么二者之间因为价值观念上的冲突还是不可避免。如果我们的教育体制依然只注重传授知识，而不注意培育那些年轻的心灵，或许还会有更多的学生生长出与他们同样的烦恼，这个问题值得我们成年人去认真思考。



探询：我们必须找出孩子 厌学的根源

要想解决孩子的厌学心理，家庭教育是起点和基点。家庭教育一般是指家庭中的父母及其他成年人对未成年孩子进行教育的过程。甚至可以说，对于消除孩子的厌学情绪，家庭教育比学校教育来得更重要。

令人感到欣慰的是，现在越来越多的家长和老师已经认识到了孩子厌学的严重性，并努力改变从过去一味地只关注孩子的成绩，转到如何使孩子健康成长。

幸福的原因大都相似，不幸的原因往往不同，要想彻底解决孩子厌学的问题，最重要的是找出孩子厌学的原因。对症下药，才能药到病除。

在众多有厌学情绪的孩子当中，家庭因素的影响是至关重要的。其实家庭教育问题自古以来就受到人们的关注，但被作为一种学科进行研究，在我国也只是近年来的事情。

经济观念的深入人心，教育经费的日益提高，大多数的