

永远不要把成绩当成孩子最重要的事儿

——电话那端的痛苦心灵（一）

父爱，母爱，家。古今中外，不知道有多少美好的词汇，在讴歌父母的爱、家庭的温暖。然而，现实中，有不少父母在给予孩子爱的同时，也给了孩子伤害。这伤害，随着时间的流逝，有的被岁月抚平，有的却恶化成虫，咬虐着孩子的内心。因环境所限，这些孩子不能或不想向周围人倾诉，选择了求助公益热线。记者有幸在节假日期间，坐在电话这端，倾听他们曾承受的伤痛、正在忍受的折磨及发自内心的呐喊。为了更多孩子的健康成长，为了警示更多的父母，特整理成文，分享给大家。惟愿已经做了父母的人，能从来电者身上，觉察并调整自身。

你的陪伴，对我为时已晚 ——躲在厕所里打来的电话

一个周六的上午，10点多钟，电话里传来一个女孩的哭泣。在哭泣声中，电话挂断。大约过了5分钟，电话再次响起，仍是同一个女孩。她边哭边说，自己正读高二，同学们都在上课，自己躲在学校厕所里打来的电话。

高二，正是高中最关键的阶段，但女孩听不下课去，她觉得爸爸妈妈不理解自己，还伤害自己，老师同学都忙着上课学习，自己有话根本无人能听。

在女孩的记忆里，从幼儿园起，就没有人和自己一起玩，没有好朋友，爸爸妈妈也特别忙，没空陪自己。好不容易爸爸妈妈都在家，两个人却经常吵架，女孩不敢劝，只能躲在自己房间里哭。上小学的时候，女孩英语成绩特别不好，妈妈就打她，罚她跪在门口背。她发着狠学英语，到初中时，英语成绩经常全年级考第一。那时候，她喜欢上了一个男孩，竭尽所能地对男孩好，男孩接受了这份好，但同时不止一次说她“长得丑”，甚至班里另外的同学也笑话她长得胖、长得丑。在这样的嘲笑中，女孩仍然考取了当地县一中。进入高一下，也没发生什么特别的事情，女孩渐渐发现，自己沉不下心来学习了，控制不住自己老想以前的事情：自己的孤独、父母的争吵、母亲的惩罚、同学的嘲笑……成绩一落千丈，父母着了急，先到了普通门诊，又到了精神科门诊——她被诊断为双相心境障碍。

休学，治疗，在医生的帮助下，爸爸妈妈意识到曾经对女儿的伤害，妈妈甚至专门请假在家陪伴女儿。“我小的时候她不陪我，现在我已经不需要了。”女孩说。

休学三四个多月后，再度返回学校，女孩想把以前的事情都忘掉，一切重新开始。然而，还是控制不住地想。“我特别想好好学习，但我做不到。”女孩想再去医院检查，看是否需要吃药，但爸爸担心

药物的副作用，不让她再吃药。“我能健康地活着已经很难了，但她永远觉得我还能更好……”

“铃铃铃……”电话里传来远远的铃声。在叙述中，女孩不知什么时候止住了哭声。记者感谢她的信任，简要地谈了自己的感受。女孩郑重地连说两声“谢谢”后，挂断电话。



记者感言

当一个弱小的生命呱呱坠地来到人间，除了吃喝拉撒，它最需要的就是陪伴。在生命的最初几年，尤其是前三年，妈妈无论多忙多累，都必须抽出时间给孩子高质量的陪伴。用陪伴，建立起孩子对这个世界的安全感，进而为孩子性格的健康发展奠定基石。这个女孩，记忆中的孤独，为她的性格发展打上了浓重的阴影，记事后，爸妈的争吵，让她惶惶如处履薄。更可怕的是，妈妈为了督促她学习，打骂、罚跪，完全弃她的自尊而不顾。在家里得不到温暖，青春萌动的她，企图寻求异性温暖的怀抱，然而，青涩同龄的男孩也同样面临爱的匮乏……这一切伤害累积发酵，女孩再也无法安守书桌，不得不走向医院。这时候，父母再来陪伴，一切都为时已晚。

该上高三了却不去上学 ——不良互动让孩子恐惧考试

“老师，你说，开学就高三了，孩子不想去上学怎么办？”9月1日，星期六，是许多学校开学的日子，一个来自南方的中年女性，诉说起自己的烦恼。

初中时，女儿的成绩还算不错，上高中后，女儿一直排斥这个学校。不喜欢和同学交往，也不听老师的话，为此，老师找了家长好几次，要求家长“好好管孩子”。

暑假里，她给女儿找了补习班，女儿也不去，自己在家刷题，基本没出去找同学和朋友玩。重要的是，在妈妈眼里，女儿“老写一些乱七八糟的东西——小说”，并且后半夜老是起来，好像睡不好的样子。为了防止女儿晚上上网玩手机，她每天晚上都把女儿的手机放在客厅里。好在老师布置的暑假作业，女儿除了化学都完成了。但是，临近

开学，女儿白天睡觉越来越多，昨天（8月31日）就说了今天不去上学。今早，她和女儿的爸爸万般劝说，女儿才吐出一句话，“等想通了再去”。中年女性说，只要女儿上学就行，无论最后考什么样的大学，都不会怪她。“老师，你给劝劝吧！”这位妈妈说。

接下来，隐隐听到中年女性一阵儿低声劝说，两三分钟后，话筒里传出一个低低弱弱女孩的声音，“我没有什么事儿，就是害怕考试。”女孩子说，每次看到自己的考试成绩，爸妈都是千篇一律一句话，“你不是说努力吗？怎么还是没考好？”父母面对成绩的指责，渐渐变成了一个压在她身上的大石头，让她难受得喘不过气来，晚上难以入睡，每夜都醒来好多次。

“我不去上学，也就不用考试了。”不等这端做任何反应，女孩在那端已经挂了电话。

每个上学的孩子，都想学好，都想考个好成绩。对这点，所有的父母都应坚信不疑，并且及时给予鼓励和支持。这个女孩，不想去上学的直接原因是“不愿考试”，这与其自身气质类型有关——粘液质和抑郁质的学生面对考试容易出现焦虑过高的情况，特别是抑郁气质类型、不够自信的学生，面对考试与其他学生比会承受更大的压力；但考试焦虑的产生也与父母不当的

期望、评价密切相关。当父母对孩子的学习成绩期望过高、把考试成绩高低当成评价孩子的唯一标尺，孩子学习动机和成就感过强时，学习成绩往往事与愿违，达不到预期目标。成绩的不如意，会让孩子的自信心会深受打击；如果父母再批评、指责孩子，那无异于伤口撒盐、落井下石。电话中的女孩，就是在一次次被“落井下石”的体

验中，感受到父母的冷漠无情，对自己失去了信心，对上学望而生畏。

万幸的是，女孩暑假期间并未放弃学习，除了化学其他作业都已完成。作为女孩的母亲，这时，首先要接纳女儿的现状，不论女儿是否去上学，都要尊重其选择；如果女儿能打起勇气再次走进学校，父母再也不能因为成绩批评、斥责她；如果女儿不去上学，那么就给她一段时间舔舐内心的伤口。无论女儿做出哪种选择，父母都最好能找专业人员对她定期进行心理辅导。因为，冰冻三尺，融化有一个过程。

“我只有写遗书的时候，才会感受到自己还活着。”电话那端的小伙子，自述今年25岁，刚从英国硕士毕业回到家——山东半岛的一个县级市。“我不想死，我还想看天，看看地，想感受被风吹着的感觉。”现在的他，因为概率非常小的事儿经常焦虑得百爪挠心，所以根本无法继承家业，为此常被家族里的人指责“无所事事”。好在，他有比较理解自己的父母——理解自己和疾病进行抗争的坚持和努力。

然而，对过去的父母，他仍心存芥蒂，“如果不那么早让我出国上学就好了。”小伙子平静地说，

子感受到自己的进步，让孩子觉得你们都疼他，爱他。如果因为不读，因为读得不对，因为读不完，打孩子，骂孩子，那么，孩子就会越来越不愿意读，甚至再不张嘴说话。别跟其他孩子比，只把他和自己比，有进步，就为孩子高兴。

平原春天：嗯，知道了。上学这段时间确实能感觉到他的进步，他这个不跟着老师读怎么办呢？

答：如果老师再跟你说，就给老师道歉。说自己以前对孩子关心不够，正在赶，请他多照顾、包涵孩子。说一切都是我和他爸的错，

好似在说着别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者在说别人的事情。父母为了他有个好前程，有个光鲜亮丽的履历，把十二三岁的他送到国外。“只有孤独和压力，没有朋友，没有娱乐。”小伙子说，压力实在无法释放的时候，就禁不住诱惑，去尝试性，通过性的刺激保持心理的平衡。两三年前，小伙子被诊断为抑郁症，边治疗边断断续续攻读学位；半年前，小伙子的一个同在攻读硕士学位的好朋友猝死国外，两三个月前另一个好朋友在家自杀，接连的打击让他找不到活着的兴趣。作为家中唯一的孩子，“我害怕父母因为我自杀活不下去，曾想通过什么办法留下个孩子，让他们有活下去的希望。”现在，他状态好时会陪着家人做饭、聊天，其他时间都穿梭在家和医院之间，陷在对将来的担心。

记者感言

小伙子说得波澜不惊，电话这端记者已然潸然泪下——为他那颗饱受疾病折磨却依然善良的心。中学生正处于青春期，需要逐渐完成对自我的认同，但学业的压力、评价体系的单一，很容易让他们产生焦虑情绪。如果自身不能把这些焦虑释放掉，那么，父母的关爱、同龄人的陪伴就显得尤为重要。可惜的是，电话中的小伙子，身处异国他乡，犹如置身情感的荒漠，不能从周围的人际关系中得到有效支持，父母偶尔的慰藉亦远水解不了渴。焦虑在他的心中不断累积，抑郁情绪悄然发生，并且愈来愈重，最终导致不得不借助药物勉强完成学业，学成回国亦只能困居家中，游离在正常人群之外。

据世界卫生组织（WHO）的报告，中国有超过5400万人患有抑郁症，占总人口的4.2%。《全球青少年健康》报告显示，在10至19岁的青少年中，抑郁症是致病和致残的主要原因。每一个做父母的人，都应知道：孩子在校用心读书是好事儿，但如果形成“唯成绩论”的观念，则是天大的坏事！因为一旦出现成绩滑坡，孩子很容易对自己产生怀疑，在接受学校压力的同时，家长如果也同时施压，孩子很容易就被焦虑情绪困扰。为此，父母可以重视孩子成绩，但更应关注孩子的心理健康和需求，如发现孩子有抑郁情绪应立即引起重视，及时进行疏导和排解，同时想法设法减轻孩子的学习压力，给孩子安排丰富多彩的生活。

因为，学习成绩再重要，也没有心理健康重要。一个学习成绩差、心理健康的孩子，依然有可能拥有幸福的生活、成功的人生；而一个学习成绩好、心理不健康的孩子，则会成为理在家庭和社会中的炸弹。

平原春天：嗯，知道了。上学这段时间确实能感觉到他的进步，他这个不跟着老师读怎么办呢？

答：如果老师再跟你说，就给老师道歉。说自己以前对孩子关心不够，正在赶，请他多照顾、包涵孩子。说一切都是我和他爸的错，

保证孩子会越来越越好。实际上，也是你和孩子爸爸得负主要责任。别着急！带着孩子慢慢补，带着欣赏的眼光去看孩子，看到进步马上肯定、表扬；孩子不读，也不要逼孩子——逼得急了，他有可能就不再去上幼儿园。

解答：本报记者 魏新美

好父母，与孩子一起成长！本互动来自农村大众报做好父母群。加微信w13953172903并注明“农村大众报读者”提供基本资料后可申请入群。



孩子一读东西就哭

平原春天：我儿子三岁半多了，刚上幼儿园。上周五放学的时候，老师给我说他上课的时候不跟着老师读，所以老师就给了我一张他们一周学的试卷，上面有几歌、古诗，1-5的数字。老师让我们回

来给他读读，也让他跟着读，周末这两天教给他读，但他不愿意读，老是哭，他也不是不会，就是不愿意读。

我儿子说话挺晚，最近这一两个月才说话多一些。客观说，老师教一句话如果字数多，他确实读不上来，可是在家教他，一个字、两个字这样教，他也能读上来，可是教的过

程，他一边哭一边读。我想，这对他确实有点难。所以想请教您，我是让他回来继续读，还是不管啊？还是想个什么办法让他愿意读啊？

答：无论孩子，还是大人，做一件事如果能从中体会到乐趣和成就感，他下次就会愿意做；如果这件事让他体会到挫败和否定，甚至是指责，那么，下次他就不会再愿意做这件事。建议您，教儿子的时候，只要他读，就夸奖他，或者伸大拇指，或者抱他，或者亲他；不读，也别批评他。老师给的任务，读多少算多少。最重要的是，让孩

子感受到自己的进步，让孩子觉得你们都疼他，爱他。如果因为不读，因为读得不对，因为读不完，打孩子，骂孩子，那么，孩子就会越来越不愿意读，甚至再不张嘴说话。别跟其他孩子比，只把他和自己比，有进步，就为孩子高兴。

平原春天：嗯，知道了。上学这段时间确实能感觉到他的进步，他这个不跟着老师读怎么办呢？

答：如果老师再跟你说，就给老师道歉。说自己以前对孩子关心不够，正在赶，请他多照顾、包涵孩子。说一切都是我和他爸的错，