



2024年5月，山西省太原市一所中学，高三学子在教室内紧张复习。

多位医生表示，青少年在学校中遭遇的人际问题，是导致不愿意上学的原因中仅次于学业压力的一大原因，校园霸凌、冷暴力、老师的过分斥责等等带来的负面情绪，是一部分学生难以自我消解的，此时如果没有得到家长的理解和帮助，一些孩子就会陷入更严重的情绪问题。

自伤甚至自杀，表明孩子的情绪问题已经到了相当严重的程度，而在发展到这一步之前，一些孩子选择躲进网络世界或者游戏的世界，到虚拟的空间里去寻找放松和快乐。真实世界里获得肯定、获得快乐太难，虚拟世界要得到这些却太容易，最终，家长看到的表象就是：孩子沉迷手机、沉迷游戏、不去上学。

“不肯上学的孩子”，为何变多了？

马斯诺需求层次理论，诞生于上世纪40年代，但到今天，它仍能帮助我们理解现代人心理危机出现的深层次原因。马斯诺认为人的需求从低到高依次为生理需求、安全需求、归属与爱的需求、尊重需求和自我实现需求。

出生在上世纪80年代之前的人，或多或少都经历了物资匮乏，一件新衣服、一盒巧克力、一顿丰盛的大餐，是大家长久的期盼，当获得这些东西时，人会感受到强烈的愉悦感。

今天的孩子，自他们一出生，吃饱穿暖这样的生理

需求和安全需求都已经被大大满足，他们的需求是从精神需求起步的，而精神需求的满足不那么容易。如今的孩子，从哪里找到快乐呢？

王振医生常常听到家长的疑问：“我们什么都给他了，什么都帮他准备好了，为什么他还不开心？”王振面对这样的问题也会思考：孩子难以获得快乐，是不是家长给予的太多了？如果孩子不做任何努力就能满足所有的需求，他们从来没有体验过通过自己努力获得的满足感，那么他的心理奖赏系统发育可能就会出现异常。“过度的物质满足，同时又缺少恰当的情感交流，会让孩子的心理发展出现问题。”

学习能力弱、不爱学习的人，事实上在人群中总是占有一定比例，但为什么过去的孩子，并没有那么多“不肯上学”的现象？

同济大学医学院、附属同济医院精神医学学科带头人申远教授说，这些年社会上发现“不肯上学”的孩子增加，有多方面的原因。一是出现心理问题的孩子相对比例和绝对数量确实逐渐增加，导致因疾病不能上学的情况增多；其次，现代社会，校内外的学业压力骤增，一部分孩子因学习困难逐渐掉队，在畏难情绪、失败体验等负面因素夹击下，失去继续上学的动力和信心，彻底躺平；还有就是家庭系统内部，家庭动力出了问题，“临床上我们遇到过有的孩子因妈妈生了二胎，害怕失去妈妈关注而拒绝回学校上学的孩子”。

多位医生注意到，教师家庭、高知家庭成了孩子出问题的“高风险家庭”。上海市精神卫生中心主任医师乔颖发现，如果孩子的父母是教师，孩子往往要承受更大的压力，有的教师回到家后忘记切换角色，仍然用要求学生的方式去管教自己的孩子，孩子会感受到无论如何都达不到家长的要求、得不到父母的肯定。

“另外，我们也要反思，现有的学校管理制度，是否适合孩子发展的自然规律和天性？例如大多数学校文化课程排得很满，体活课、体育课还时常被‘征用’，课间休息时在教学楼内甚至不能跑动，只能步行，孩子