

不合格家长行为自查表：父母这样做，太耽误孩子了！

我家的孩子太没有学习动力了，每天写作业拖拖拉拉。

总是说一下动一下，就是不能自觉拿起书复习。

这是怎么回事啊？

他对自己的未来没有想法，这怎么办啊？

这一类的问题特别普遍，那么是孩子天生就不爱学习吗？

孩子为什么缺乏了学习动力？

1. 错误认为学习是为了完成老师的任务

孩子错误的认为学习是为了完成老师的任务。同时，由于学习环境的变化，学习竞争的加剧，学生依靠自身能力无法达到各方面及自己期待的目标后，由焦虑导致厌学。

这样的同学往往是对自己要求较高，小学阶段成绩较好，有过值得骄傲的过去。

进入中学后，因为不适应中学的学习环境，成绩快速下降，为了证明自己，他们也努力过，但因学习方法及心理方面的原因，成绩老上不去，在悲观失望中产生厌学情绪。

甚至对学习失去兴趣和信心，注意力分散，上课不认真听讲，情绪消极，学习效率低下。

2. 家庭的压力而产生的厌学心理

家长大都有望子成龙、望女成凤的愿望，都希望自己的子女将来有出息、有前途，于是在学习上要求自己的子女能够考出好成绩，能够超越别人。

因此一但考不好，就不分青红皂白，也不管是客观上还是主观上的原因，不是打就是骂，这就无疑给孩子增加了心理压力，因而孩子不堪重压，自尊心受损，厌学的情绪随之产生，甚至离家出走，有的甚至还产生严重的后果。

3. 学习方式沉闷单调，越学越觉得枯燥乏味

有些学生尽管花费了大量的时间和精力去学习，希望能够考出一个好成绩来报答自己的老师和父母。

但由于没掌握恰当的学习方法，总结出一套循序渐进的学习经验，结果还是事倍功

半，并且在考试中屡次遭受失败。

因而产生了自卑心理，觉得自己天生就比别人笨，自己的命运注定要比别人差，无颜见同学、见老师、见父母，怕同学嘲笑，怕老师批评，怕父母打骂。

另外还有些情况，如青春期特有的逆反心理在作怪，不喜欢某位老师，就不好好上某门课了。

如何帮助孩子找回学习动力？

在学校里，很多学生出现学习动力不足的情况，原因大概有以下几种：

学习环境不舒服；

对学习内容没有兴趣；

学习内容的难度与学生的学习能力不匹配；

学习过程中遇到挫折，没有得到成功感的激励；

……

假如孩子的学习动力已经很差了，我们还能做些什么呢？

1. 家长对孩子的期望值要恰当

作为家长，他们都是在单凭自己的意愿，想当然地为自己的孩子们去设计未来，甚至把自己曾经未能实现的愿望转嫁到孩子们身上。

他们的期望水平远远高于学校和家庭所能达成的目标，也远远超过了孩子们将来和现在发展的可能。

家长的希冀水平与现实中的反差，势必给家长和孩子带来一系列的矛盾。父母恨铁不成钢，难免采用一些过激的教育手段，伤心、抱怨、痛骂乃至惩罚，给孩子们造成很大的心理伤害。

而孩子们往往显得力不从心，或者心怀不满，甚至被迫扮演着失败者的角色，从而逐渐失去学习的信心，从而产生严重的厌学情绪和严重的逆反心理，个别严重的甚至可能发展到用极端的方式对父母反抗，乃至酿成各种家庭悲剧。

那么，面对父母对自己的过高期望，孩子应该怎样对待呢？我们应该如何引导孩子正确对待家长的过高期望呢？

1. 帮助和引导孩子努力设定和完成当前可及的目标。目标的设定要根据孩子的



兴趣爱好和特点来，且要符合实际，是孩子在当前可以轻松完成的目前和任务。

2. 引导孩子与家长时常沟通，共同设定努力方向和目标。与父母一起讨论，制定一些比现在高一些的目标，即属于“一跳可以够着”的目标，通过努力，使父母知道你在进步。

行为和学业状况的改变不可能一蹴而就，不要急于求成，俗话说，欲速则不达，只要经常有些进步就行，不要以一两两次考试就成败论英雄。不管自己是否达到目标，只要认真地努力去了，引导孩子学会调节心理状态。当父母对自己的期望一直很高且没有降低之意时，告诉孩子要学会自我调节，因为孩子对自己的实力最清楚。对一些不切实际的目标，不要强迫自己达成，因为只有适度的压力下，一个人才能发挥出最佳水平，压力过大，引起焦虑，反而会阻碍自己的发展。

2. 承认差异 发现孩子的潜力所在

有些家长喜欢攀比，别人家的孩子怎么那么聪明？人家第一名，你呢？

这样孩子慢慢就形成“我比别人笨”的心理定势，甚至产生“妈妈喜欢别人”的抵触情绪。

不要攀比，要以自己孩子的实际情况为基础。孩子现在能跳1.2米，那1.3米就是比较合适的目标，千万不要因为别的孩子都能跳1.5米了，就要求自己的孩子一定要跳那么高。

家长要发现自己孩子的特点和长处。人有差异性，要承认差异，要了解自己的孩子是什么方面更有潜力，更有优势。不要只是为了自己的面子逼着孩子读书，在压力下读书是做不好的。

3. 别把孩子当成装知识的“米袋子”

到底什么样的孩子是好孩子？是不是只有100分的是好孩子？

如果孩子为人很好，动手能力很强，常爱提问题，那也是好孩子。家长要寻找、激发孩子的优势项目，在这方面多鼓励孩子。

其实家长要想明白，你是要培养一个装知识的“米袋子”，还是要培养一个完整的人？或者说，你希望自己的孩子是知识型的还是智慧型的？

如果是要培养智慧型的孩子，就少一些灌输，鼓励孩子多问几个为什么，对孩子的问题千万不要回避，甚至孩子不问，你还要启发他问。提早认识ABCD不如让孩子多问一个为什么。

学生极端行为的背后，是家长溺爱与期许的矛盾，是家庭教育的错位



在今年这个特殊时期，学生自杀的悲剧的确有增加的迹象。但这不只是简单的家庭教育缺失，学生生命教育和心理健康教育没有得到重视的原因。单从家庭教育看，这些悲剧折射的是家庭教育的严重错位。

3月3日，河北石家庄，一名12岁学生，因上网课不积极，被家长严厉训斥了几句后，一时想不开，从楼上跳下，抢救无效，不幸身亡。

3月24日，河北邯郸，一名9岁学生，因未按时完成作业，曾被老师踢出“钉钉群”，从15楼跳下，抢救无效，不幸身亡。

4月7日，江苏南通，一名15岁初二男孩从19楼坠落，抢救无效，不幸身亡。

4月12日，陕西商洛，一初三女生，从教学楼三楼跳下，抢救无效，不幸身亡。

4月13日，江苏无锡，一名12岁的女孩，在开学第一天竟跳楼自杀，抢救无效，不幸身亡。

……

5月1日，中国传媒大学的一名17级的女硕士研究生黄静怡60多岁父亲的眼皮子底下从26楼跳了下去，更是在网络上引起

轩然大波

在这里还只列出了网络上传出的6起学生自杀事件，其中既有小学生、中学生还有大学生。可以肯定的是，近期自杀的学生远远比网络上传出的多得多。不说其他地方，就在我身边，从春节到现在就有3起学生自杀事件发生，令人痛心。

学生极端事件一直都在发生，特殊时期爆发更说明学生心理的脆弱

学生自杀、自残的极端事件，近年来时有发生，而据调查，我国青少年自杀率在世界上的排位是最高的。而每发生一起学生自杀事件，关于要重视学生的生命教育、挫折教育和心理健康教育的呼声就从四面八方响起，一旦事件成为过眼云烟，所有的建议想法又都停留在理论和口头上，教育还是在其固有的轨道上前行。

加上现在孩子接受不健康的信息渠道也变得越来越，受社会负面影响也越来越多，又没有人真能关注孩子们的心理，让孩子们仿佛生活在一个心理孤岛上，自然容易出问题。

调查显示，我国中学生有20%有严重的

心理问题。心理问题主要由学业压力、升学压力、人际交往、情感纠纷产生等等。

而这段时期，为什么学生自杀事件发生得更频繁。其原因学生们宅在家里、上网课等让他们心理变得不健康，而是我们很多学生心理本来就不健康。

只是经历这样一个特别时期，学生和家长都需要重新适应一种全新的生活和学习方式，家长与孩子的接触时间增多，管理压力增大，家长变得更焦虑。而我国大部分学生缺乏学习的主动性和自觉性，一种全新的学习方式和节奏让他们很不适合，造成心理的失衡。这样都让学生与家长之间，学生与老师之间围绕学习和生活产生的矛盾更多，让学生产生极端行为的导火索更多。

学生心理问题的产生非家庭教育的缺失，而是家庭教育的错位

说到家庭教育，在我们这一代人小的时候，很多农村父母文化水平都很低，除了日常少量的言传身教，几乎没什么家庭教育可言，那个时代的农村孩子从小就不得不吃苦，也多是自己下定决心要用学习来改变命运。而城市的孩子因为有城镇户口，学习不行可以在家待业，家长也没对孩子的学习没有如今这么大的期许。

我常常在想，那个时代的教育才是真正的素质教育，孩子们虽然生活很苦，却很自由，过得要比现在的孩子快乐多了。

现如今，每个家庭的孩子少了，经济条件好了，很多家长生活中对孩子是百般溺爱，要什么给什么，只要认真学习其他什么都好说。但就是对孩子学习的期望却很高，孩子的学习成了家长们不能触碰的底线。这样就形成了严重的家庭教育错位。

一方面对孩子缺少挫折教育，在生活中孩子要风是风要雨就是雨，很多孩子形成了骄纵自私的性格，别说受不得挫折，一点点委屈都不能忍受。

而另一方面家长又对孩子的学习要求却又很高。为了让孩子成绩好，不断全方位加压，学生被越来越重的学习负担和家长对

自己学习越来越高的要求压得喘不过气来。

孩子们就在家长这两种矛盾的心理下生活和成长，心理怎么能健康？家长的两种不同表现的差距越大，孩子受到的煎熬就越大。因此对于其中一些孩子而言，只要有一点点导火索就会让他们崩溃。

学生的心理教育难就难在家庭教育起决定性作用，但无法用家庭教育来解决问题。一旦发生一起学生自杀等极端行为事件，很多人都不约而同给出建议，要重视家庭教育，家长要重视孩子的生命教育和心理健康教育。

但这就是问题的难点所在，学生的生命教育家庭教育起决定性的作用，但又无法用家庭教育来解决问题。

比如由于家庭的溺爱而变得自私狭隘的孩子，家长的教育观念哪里是说变就能变的，这就是家长的教育观念出了问题，此时即使是学校教育干预又能起什么作用？

还比如因家庭关系不和谐而造成的孩子偏激。如果家长们都能站在为孩子着想的角度，就没有那么多破碎的家庭。

再比如因家庭贫困而自卑的孩子，怎样让他们走出自卑的阴影，谁又能给出答案。

就像前面几起孩子由家庭作业而自杀的孩子，孩子不认真学习，妈妈可不可以批评？如果孩子连这都不能批评，那如果有孩子无法无天也任由着他们？

每个悲剧发生后，家长们一定无比后悔，后悔自己管了孩子，但真当家长任由孩子时，出问题的孩子会更多。

同时中国人还存在一个非常严重的认识上的偏差，那就是中国人普遍不能正确认识心理疾病，甚至会吧心理问题看成是道德问题。别说是对孩子心理健康的忽视，有很多成人患上了心理疾病都不能正视，甚至还背上更沉重的思想包袱。因此，真正要缓解青少年的极端行为，就得让家庭和学校淡化教育的功利性，别只把目光放在孩子们的学习上，一门心事地追求孩子成绩。但这又谈何容易。