

# “拒绝上学门诊”一号难求，孩子不愿上学是一种病吗？

北京儿童医院是我国最早一批开设儿童心理门诊的三甲医院，2024年6月，医院从原来儿童心身医学科的基础上，单独分出了一个“拒绝上学门诊”。门诊开设10个月，接诊近一万人次。

心理方面的问题分抑郁、焦虑、双相情感障碍等，拒绝上学属于什么问题？为什么这么多孩子出现这种状况？

## 开诊10个月、接诊近万人次“拒绝上学门诊”一号难求

清明假期结束后的第一天，北京儿童医院挂号系统内，拒绝上学门诊的一周号源显示全满。该门诊副主任医师李瑛当天接诊的第一位患者是14岁的千千，她是因为遭遇校园暴力，进而拒绝上学的。

与千千不同，16岁的佳佳不肯去学校的原因却是从一卷涂改带找不到开始的。佳佳和妈妈都知道，导致她不能上学的肯定不是那卷用完了的涂改带，而是长期积压在内心的焦虑、迷茫。巨大的学业压力让佳佳喘不过气，她不知道怎么说，只有手腕上那一道道深

浅浅的伤疤知道，她已经承受不住了。

在北京儿童医院，李瑛接诊了因为各种原因而拒绝上学的青少年。拒绝上学不是一种疾病，对于儿童青少年来说，不管哪种心理问题导致功能受损，直接表现出来的行为很可能就是拒绝上学。

李瑛表示，拒绝上学的现象在初一和高三群体中较为常见，其次是初三和高一群体，这是一种年龄阶段性特征。他们常会出现焦虑、抑郁等心理问题，部分孩子还会出现躯体化症状。通常，当孩子已经无法维持正常上学时，就表示其心理问题已达到至少中度以上的程度了。

## 走不进校门的孩子 走不出焦虑的家长

在拒绝上学门诊，很多父母为了带孩子看病，放下手中的工作专程请假前来。在问诊中，家长对孩子未来的期待和无法跟上同龄人脚步的焦虑，成为治疗过程中首先需要克服的，李瑛和其他医生要帮助父母们把期待调整回合理区间。

接诊过程中李瑛发现，一些父母来求助的时候往往急于求成，认为看完医生孩子就能回到学校了，有的家长甚至暴力逼迫孩子返校，这些做法都会增加孩子的压力，结果适得其反。

在诊疗过程中，李瑛注意到，如果全家都以治疗孩子拒绝上学的问题为中心，孩子的心结可能越来越解不开。他建议，家长可以选择不再关注、谈论孩子上不上学的问题。“父母真正接纳孩子的时候，孩子会自然而然向你靠近。要相信孩子的成长力量是很足的，要帮他们梳理清楚，把被卡住的点打开。”李瑛说。

## 强行返校适得其反 激发孩子内在动力是关键

在家长克服焦虑、换位思考，百分之百地接纳孩子之后，拒绝上学门诊的治疗就可以转向孩子了，如何激发孩子内在动力成为治疗的关键。

在治疗中，李瑛会给家长两张表格，分别是《心身治疗家庭计划表》和《行为观察记录表》。《计划表》用于安排孩子一



周七天的活动。父母可以与孩子共同约定，进行以文娱活动为主的非课业学习，比如看书一小时、下楼运动一小时等。《观察表》则是记录孩子作息、服药等情况。整个治疗是一个持续积蓄力量、小步上台阶的过程，又叫做“行为激活”。

李瑛说，许多父母总是关注孩子的大进步，却常常忽略微小的进步，而实际上，守护这些小进步至关重要。在门诊沟通中，他更多建议家长放下对返校时间的过度期待，因为一旦抱有强烈期待，反而可能影响当下的康复进展。

记者在采访中了解到，接受治疗的孩子在一段时间后通常都会获得动力尝试重回校园，但有一半以上的孩子会再次退缩。

当上学被视作“绝对正确”，离开学校的孩子就要面临更大的压力。实际上，拒学的终点是重新找到自我延伸的方式，重要的是帮孩子找到那个卡住的结，从中突破，再次出发。即便不能返校，人生仍会继续。无论结果如何，对于在困境中努力摸索了一遭的孩子，都会收获属于自己的独特礼物。 据新华社 央视

# 2025 菏泽春季购车节

**指导单位：**中共菏泽市委社会工作部、菏泽市商务局、  
菏泽市市场监督管理局、菏泽市城市管理局  
**主办单位：**菏泽报业传媒有限公司、菏泽鲁西新区招商局  
**宣传媒体：**菏泽日报、牡丹晚报及其微信、微博、  
今日头条等新闻号、山河新闻APP、  
中国菏泽网、抖音、直播、户外等各大主流强势媒体。  
**招商范围：**汽车、电动自行车、食品、游玩  
**时 间：**2025年4月18日—20日  
**地 点：**菏泽市黄河路与南京路交叉路口往东500米  
路南(正大汽车广场院内)

**咨询 电话** 15965665219  
18905308202

