



刚开学,孩子为什么总想在家当病人

马志国

马老师:
您好!
我的女孩今年13岁,刚读初二。在大家眼里,她是个听话、懂事、爱学习的好孩子。从小学到初中,一直考试在班上前三名,也特别知道刻苦努力。但性格孤僻,朋友少,觉得自己长得难看没人喜欢。她希望自己能跟她的一个同学那样,选三好生时几乎全班通过,但是,每次她总是票数不够,让她很郁闷。

解决反而更严重了。目前孩子的生活都乱了,晚上不睡早上不起,不出门不见人,不洗澡不洗澡。有一次我催促她洗澡,她立刻大喘气、头晕、手冰凉、浑身无力,几乎站不住,让我把她抱上了床,躺了半个多小时才缓过来。就这样,只要有点什么情况让她不高兴了,她就会大喘气、头晕、手冰凉、浑身无力。现在,她还是有的样子,不洗澡、不洗澡、不愿出门。

人的身心有着很奇妙的互动关系。心理有了闹病的需要,躯体往往就会很好地配合,从而出现种种症状,出现躯体化现象。不仅如此,有时候还会真的出现躯体疾病。就是说,有时候我们的身体真的有了病,这个病,也是人自己想出来的,是人需要它,是为了逃避某些生活困境或心理压力。



Q 拱图

冯桂华朋友:
你好!
从来信介绍的情况看,孩子确实没有什么病,医生的诊断已经证实。那么,为什么想躲进病里不愿出来?为什么总想当病人?

你们孩子就是因为心理压力太重了,才总想当病人。从来信介绍的情况看,太在乎学习名次了,一直考试在班上前三名,希望选三好生时几乎全班通过,不难看出完美主义和过高自我期望,是孩子由来已久的心理压力。进入初中,孩子进入了青春期,自我意识的心理困扰、人际关系的心理困扰、两性关系的心理困扰,形成了重重心理压力。进入初二,又是一个学业和心理压力增加的年龄段。

需要扮演病人。于是,女孩开始生病了,病症成了最合适不过的心灵避难所。在这个避难所里,心灵痛苦似乎可以暂时得到缓解。

心病容易跑到身体的哪个部位呢?这就看哪里需要有病了。通常是,哪里需要哪里病。比如说,需要用腿的人,压力来了往往是腿痛;需要用腿的人,压力来了往往是腿痛。你们的孩子想逃避学习压力逃避学校生活,自然需要浑身关节疼了:手关节疼痛不能写字了,腿关节疼痛不能走路上学了。

心病跑到身体上,还会得到平时得不到的附带好,比如家人的关照、困境的回避、责任的放弃等。不言而喻,孩子扮演病人的过程中,必定会得到很多这样那样的附

带好处。最明显的一个附带好就是,如果不是闹病,目前这样逃避学校生活,家长肯定是不答应的。这些附带好,又会强化扮演病人的反应模式,让孩子躲进病里不愿出来,以至于好像不想把病治好。

面对孩子扮演病人的情况怎么办?

一个是认知调节。就是通过深入沟通交流,促使孩子确信,躯体化现象实际上不是病,从而促成孩子不再扮演病人,敢于面对自己的现实问题。心理咨询中很多成功的案例,都是青少年本人看清自己的问题后,坚决不再扮演病人,勇于面对自己的现实问题。心理咨询中很多成功的案例,都是青少年本人看清自己的问题后,坚决不再扮演病人,勇于面对自己的现实问题。

一个是行为调节。就是促成孩子本人的积极行动,哪怕还会有症状,也带病学习和生活,而不要逃避生活。具体说来,就是促成孩子走出家门走进学校。这除了孩子的坚定自救,还需要家长的配合。比如,家长狠狠心撤销附加好处,也就是当孩子出现症状时不再给予特别的关心,表现正常时及时给予关注和鼓励。再比如,撤销孩子在家里当病人的特殊优待,让孩子感觉到家里的特殊优待,让孩子感觉到家里的特殊优待,让孩子感觉到家里的特殊优待。

我感觉,孩子从进入初中就像变了一个人,喜欢自己一个人在房间里,生气时撕纸,用刀子划自己的胳膊。都说是青春期的,说说她改了,我也没在意。没想到发展到今天这样,都是我们只重视学习不重视心理健康的结果。

今年暑假后开学升入初二。可是刚上两天课,她就说浑身关节疼痛上不了学了。在家休息了两三天,上了两天学又说还是浑身疼,又不去上学了。她从小小学三年级时闹过左手手指指关节疼,到五年级她说所有手指脚趾都疼。看了不少医生也没发现什么问题。这次她说浑身疼,我带她去医院检查,结果都正常。

在她不知道的情况下,我们看了一次心理医生。医生认为她精神上没什么问题,就是太敏感,太在乎学习名次了。建议我们先放一放学习。此后孩子开始休假,每天早上怎么叫都不起,拽起来,不能走路,手也不能活动。可是到了10点钟,就能走路、手能活动了。后来我们看了精神科,医生认为她是抑郁状态,开始吃药治疗。

可是,现在问题不但没有

说孩子装病有点冤枉。从心理角度说,没病闹病叫扮演病人。扮演病人,在心理学上叫作躯体化现象,就是在遇到生活困境难以面对的时候,潜意识里会让心理压力转换成某种躯体症状。人们生活中的许多病症,都是心理压力的躯体化。这是人在进行自我心理防卫,以免除内心的痛苦和焦虑。人的自我心理防卫机制建立在潜意识中,是在不知不觉叫不起,拽起来,不能走路,手也不能活动。可是到了10点钟,就能走路、手能活动了。后来我们看了精神科,医生认为她是抑郁状态,开始吃药治疗。

可是,现在问题不但没有

如此重重压力面前,孩子感到选三好生难以全班通过,考试成绩也优势难保,在老师和同学眼中将失去往日的辉煌。这一切压力,对于自我期望过高和过于完美主义的女孩来说如何承受?人的心理压力达到一定程度时,会自发地选择逃避困境。这时候人就



(扬子晚报 8月28日)
最近南京一些婴幼儿家长中流行让几个月大的婴儿躺在床上,家长手拿一叠卡片在宝宝面前一张张闪过,并且用超快的语速念卡片上的内容,他们相信如此训练能提高宝宝智力。

点评:这种闪卡当初是为了训练脑瘫孩子的。

(澎湃新闻 8月31日)
一位网友吐槽自家10岁的小侄子成绩优异,各种业余爱好也出类拔萃,但他却觉得自己爸妈不配有他这么好的儿子,他努力优秀,只是为了自己能早日脱离无能无知的原生家庭。

点评:孩子优秀了,家长可别拉低家庭的平均分。

(新京报 9月1日)
受台风影响,南宁机场有航班无法起飞,部分旅客因不满航空公司的改期及座位安排,在未经允许的情况下,强行让孩子进入值机柜台内,看着孩子在里面玩闹。

点评:这些家长在刻意培养熊孩子。

(中新经纬 9月2日)
浙江义乌的一位妈妈打算给即将去上大学的女儿每月1200元生活费,衣服鞋子话费另开另出钱,却被女儿怒怼:我是不是亲生的,并称同学的生活费是她的好几倍。

点评:父母给的生活费可以有限,孩子内心的欲望不可无限。

(扬子晚报 9月2日)
暑假里,无锡大桥中学学生周瑞焯和妈妈一起,用20天的时间骑行了2200多公里,完成了从成都到拉萨的川藏行。从10岁开始的青海湖骑行到今年暑假的川藏行,小周每年暑假都要和妈妈来一次穷游。

点评:行万里路比任何补课都有用。

(中国青年报 9月4日)
女儿刚上五年级时提出要手机,因为女儿成绩一直很好,北京妈妈刘湘满足了女儿的要求。一个暑假后,刘湘竟发现女儿懂得了很多乱七八糟的东西,还在不少群里起很香艳的网名。

点评:手机可以用,给之前最好与孩子约法三章。

(江苏省靖江市城北小学 鞠锋)

教育大数据时代 一起作业如何引领潮流



一起作业创始人兼CEO刘畅在第三届世界互联网大会上发表演讲

随着“互联网+”与传统教育的深度融合,以及信息技术的不断变革,我国的教育理念、教育治理、教学组织与方法等方面发生了翻天覆地的变化。身处信息爆炸的时代,如何更快速、高效地接纳呈指数曲线膨胀的知识?如何推动核心素养落实到每个学生?以及互联网教育平台如何创造更多的社会价值?这些核心问题成为掌握教育变革的命脉所在。

在第七届中国数字出版博览会上,中国教育学会常务副会长兼秘书长杨念鲁表示,“互联网+”教育正在通过大数据分析改进教学策略、教学方案,在孩子学习过程中的环节能够做出比较准确的分析。为促进学生核心素养的落实,中国教育学会开展了“十三五”重点课题研究,全国较大的K12教育平台一起作业在其中奉献了不可小觑的力量,得以让我们重新认识“互联网+”教育的优势与魅力。

大数据赋能教育

数据驱动和教育均衡是核心价值

大数据正在重塑我们对教育的认知。2016年乌镇世界互联网大会上,一起作业创始人兼CEO刘畅分享了大数据赋能中国教育的两个价值,即数据驱动和教育均衡。他介绍,受制于过去的技术条件,大多数的地区、省依赖于每学期一次或每年一次的抽测、统一考试进行教学评估。如今每天就可以产生数以亿计的作业统计,大量的数据统计将使学情分析更加精准和客观。

对于互联网教育企业而言,更大的优势表现在能够收集更多维度、更大量级的教育数据。一起作业将这一优势发挥得淋漓尽致,通过进入公立学校真正实现了数

据驱动教学。南开中学的林秋莎老师在日常教学中常通过大数据了解学生的学习情况。在使用一起作业的两年时间里,学校依靠一起作业的智能题库来实现高质、高效的精准命题,并且通过网络定期向学生推送暑假作业,然后利用大数据进行教学评价和诊断,从而实现减负增效。

据林老师介绍,南开中学的老师惯于用事实和数据说话:从过去纯手工出题、判卷、录入分数、人工去采集数据、老师制作图表并分析,到现在通过一起作业实现一键智能组卷、智能阅卷机扫描阅卷以及录入成绩,最终通过学情分析得出各种

数据分析,彻底摆脱了烦琐的人工操作,真正实现了数据式教学。对此,林老师在数博会深度融合、互促发展、助力K12教育一起作业论坛上给予了高度评价:一起作业为学生建立动态的成长档案,提供了个性化的学习分析和评价报告,为教师调整教学提供了依据。这一过程中不断充实和完善了大数据支持下的校本题库,可谓一举多得,受到学生、家长和老师的一致好评。

一起作业对学生做作业,到现在通过一起作业实现一键智能组卷、智能阅卷机扫描阅卷以及录入成绩,最终通过学情分析得出各种

全面落实“核心素养”

2016年教育部正式发布《中国学生发展核心素养》,标志着中国的教育改革从知识本位时代走向了核心素养时代。在这一背景下,一起作业联合北京师范大学申请了中国教育学会十三五教育科研规划课题《基于混合式作业的学生发展核心素养评价与促进研究》。

在北大教育学部教育心理与学校咨询研究所讲学、心理学博士李亦菲看来:混合式作业(blended classroom/homework)是在课改背景下产生的新作业形式,包含线上作业和线下作

高校与互联网教育平台齐发力

业。北师大教育学部承担着该课题的科研任务,重点关注如何进行作业的线上线下结合、学习内容与作业内容的组合搭配、学习数据的采集和评价三方面内容,以课题为抓手,促进核心素养教育。为促进学生数学核心素养的提升,更好地开展符合时代要求的教育实践和创新,考虑到南开中学已和一起作业展开两年的合作,积累了一些经验和数据,因此南开中学申请了子课题《基于混合式作业的学生数学核心素养评价与促进研究》。2017年4月20日,子课题的

开题仪式在南开中学举行,李亦菲博士为课题组作了子课题研究指导。林秋莎老师也表示,在未来的两年当中,南开中学课题组将从中学数学混合式作业模式、基于混合式作业的多元教学评价、混合式作业的促进落实高中数学核心素养等方面展开系统的研究。目前,一起作业已在南开中学、武汉小学、巴蜀中学在内的各地20所示范学校开展了不同方向的子课题研究,覆盖了不同年级、不同学科,预计于2017年底进行中期课题汇报,并于2018年底

进行论文发表以及专著出版。但核心素养的落地绝不不仅仅依靠学校和老师,家庭教育同样重要。在家庭教育中,互联网教育平台充当了父母和子女关系的调和剂,强调陪伴的意义远远超过提升学习效率本身。如一起作业通过家长通APP,将老师、学生和家三方联系起来,一起作业已在南开中学、武汉小学、巴蜀中学在内的各地20所示范学校开展了不同方向的子课题研究,覆盖了不同年级、不同学科,预计于2017年底进行中期课题汇报,并于2018年底

引内容传理念

大数据助力核心素养落地,互联网教育平台起着纽带作用。然而一起作业在教育信息的传播中还创造着重要的社会价值。在教育层面实现引进来和走出去,即教育的进口与出口,将国外的优质内容引进来,同时将国内先进的教育理念传播出去。为了落实好引进来和走出去,一起作业联合创始人肖盾在数博会上表示,一起作业与人民教育出版社、北师大出版社等50%以上中国基础教育教材出版社达成了正式的战略合作。此外,一起作业还与国际上久负盛名的剑桥大学出版社也达成深度合作,这意味着

互联网教育平台投身公益创造更多社会价值

更前沿、更优质的学习资源将通过一起作业平台引入进来。教育作为一个有温度的行业,与公益的关系密不可分。因此除了不断挖掘新的商业价值,国内众多互联网教育平台都在积极开展公益活动,不断创造更有意义的社会价值。以一起作业为例,其线上线下的公益活动,均为纯公益性质的,如蒲公英图书馆、小小铅笔公益计划、北京仁育苑的英语课堂。肖盾认为这些远远不够,他觉得公益活动本身有很强的社会价值,除了促进教育公平之外,一起作业联合平台上千万小朋友共同参与公益活动,旨在培

养他们的公益意识,传递让公益成为美好体验的理念,希望他们今后能够回馈社会,这也是驱动一起作业一直往前走的更大动力。教育改革和理念创新日趋深入。大数据引导的个性化学习、教育生态环境和功能的多元化、素质教育的深入贯彻,这些在今天看来是教育行业的风口,但极有可能在下次变革中就成了历史,更加先进的理念和技术就会取而代之,诞生的是更加符合人类教育发展所需的产品。互联网+教育将在未来掀起怎样的浪潮,让我们拭目以待。



南开中学子课题开题会议留影