

林之珮心理師專欄：孩子拒學，父母心裡苦，父母不說

作者：林之珮

心理師，你知道作父母最痛苦的是：眼睜睜看著孩子煎熬

我看著孩子受苦，整夜翻來覆去，就像被掏空的人，吃飯睡覺腦袋裡只有一個聲音「明天真的要去上學嗎？」那個痛苦活生生。

好幾次我都想要衝口而出：「不然明天不要去了，你好好的睡吧！」我其實也沒有睡，就是躺著，假裝淡定，不然還能怎樣，他的躊躇我幫不上忙，所有的建議都會被他否定，他聽不進去，他的問句我不能回應，回應了會他叮的滿頭包，最後說我不了解他。我說出期待就怕壓倒他搖搖欲墜的心。

幸運一點的話，父母可以肩併肩，也很常見父親或母親一方孤單地奮鬥著，他們需要信念，需要希望感，需要在濃霧裡找尋扶手。

孩子越退縮，父母越被眼前的難題推著往外走，開始尋求意見，開始知道原來有各種學制；接觸輔導、接觸醫療、接觸社政。因為他們面臨來自學校和社會系統的壓力。

我像個放羊的孩子，去求助，卻無法兌現講好的承諾。

我一直在撞牆，找不到出路。我知道因為孩子心裡也沒有出路，但是人家會跟你要個決定，時間不會等你，休學的期限、提自學的期限、段考的期限，我得做出決定，讓學校跟醫生有法可循。

我去協商，去拜託老師，去賣臉，人家答應通融，討論好底線，孩子又翻臉不認，一再空轉。

然後又是我去賠不是，去收拾。最後大家都說是我把你寵壞了

孩子：我也希望可以站在對面，指著你把心裡的話都說出來，可以直接對你咆哮，可以像以前一樣指出你有多不負責任多任性，可以掐著你要你就範，如果我用盡蠻力就可以讓你重新回到陽光下，重新擁抱你的學習和生活，我何嘗不想。可是我體會過那個跟你搏鬥的節奏，我開始知道再多幾分力氣，你就會退縮得更嚴重。你爸爸嚷嚷著說我把你寵壞了，他們看不到我們費盡力氣才往前走了幾步，看不到我所做的努力，這些努力都在寵壞的名義下被埋沒扭曲。

怎麼會平凡的日子變成奢望

孩子，我不再期待你要讀好的學校，不再期待你有企圖心，我只希望你不要放棄自己，能夠好好過日子。你看，你愛打電動，卻在白天也不敢上線，害怕別人發現你怎麼白天在這，很苦，不是嗎？回到陽光下不好嗎？

有時候我感覺到壓力從腳底疊到頭頂，已經滿出來了，我會在外面自己哭一哭再回家，有時候想哭也哭不出來，還是得吞。我想支撐我的，就是他從前的笑臉一直在我心裡。

我們都想知道，這場考試這樣才能通過。

敬愛的父母

在這個歷程裡，最需要而也能夠接受諮商幫助的是你們，你們會很希望孩子可以跟我談，問我：「我要怎麼把孩子帶到你的面前，我覺得他看到你可能會信任你」「我能不能用一些方式把我的孩子帶來，他可能不願意跟你談，但是你可以看看他。」「我可不可以告訴他這個老師很好，請他來試試看，這樣他會答應嗎？」

如果孩子很抗拒，目前只跟你溝通，我們可以來想想，剛談的，哪些部分你希望你的孩子可以接收到？

你可以錄下談話，回去慢慢聽，核對心裡面的想法，整理一下，捉摸出你自己的方式跟時機，再跟孩子溝通。有些話，是你該說的，我來說沒有用，因為我跟你的位置不一樣。有些態度和信念，目前也只有你能傳遞。

孩子拋出一個挑戰，讓我們從小到大看待學習道路的方式受到衝擊。孩子看起來停擺，暫時拒絕學習，就輪到我們從這個情境裡狠狠磨練。這是一條很長的道路，我們最終會得到的，是自己的寬闊、自己的成長，和自己的力量。

一個媽媽跟我分享

孩子一直在撐大我看事情的框架

孩子跟我提休學，他說他當初就不想要唸這個學校，是我們逼他的，他說現在回學校

第一次段考也不可能及格，倒不如現在放棄。他斬釘截鐵的說，我沉默了幾天。我想著：休學對我來說是何等大的事情，他今年休明年復學，比別人晚一年，我面皮那麼薄，現在就已經為了今天沒去，擔心明天見不得人了，明年同學變成學長姊就見得了人嗎？人生那麼多關卡，這一次休學，會不會以後都用這麼強烈的方式來逃避，一逃就回不去，我越想越無法接受。

我不完全是跟他賭氣，反而一直在適應休學這件事。我想辦法把休學放進我的想像裡面，思考：我們有沒有可能從休學歷程裡學到什麼？

因為如果我一直覺得不可以，也一直恐懼休學，那我們就只能卡在這裡。我自己先調適，開始有彈性了，我才能面對他，我才能去聽他的休學的想法。

鞠躬，祝福，同為父母，換作我，未必做得比你更好。

資料來源：安興精神科網站