

# 初二女生出国读书 为啥连换三所学校仍被劝退

## 患社交恐惧症的六成是中學生,家長有求必應、事事提前安排妥當等是原因

本报记者 何丽娜 本报通讯员 赵佳青 徐康

青春期的孩子,家長最担心的一个问题,就是早恋。另一个极端,更让家長揪心,那就是孩子突然变得不敢跟他人交流,连正常的学习和社交都受到严重的影响。问题如此棘手,很多家長都说,如果可以选择的话,他们宁可孩子来一场早恋。

昨天,杭州市七医院的心理医生罗伏钢告诉钱江晚报记者,暑假才刚过半,他已经接待了5个被社交恐惧症困扰的家庭。一个高二男孩,回家跟父母说,不想去读书了;一个初二女孩,学校从国内换到国外,最后还是被劝退……这一切都与学习成绩无关,与心理有关,他们都得了一种叫“社交恐惧症”的病。



龚子皓 绘



浙江名医馆  
你的私人  
名医会所



微信扫一扫  
微信公众号  
浙江名医馆  
或搜号码  
zjmyg1



扫一扫  
下载APP  
名医在浙里  
最牛最强  
名医有号

### 交流能力欠佳 女孩国外就学被劝退

社交恐惧症究竟对孩子会造成怎样的影响?

甜甜(化名),一个17岁的杭州女孩,一个多月前,她刚从加拿大回来,就被妈妈带着上市七医院做心理治疗。

“我对她印象最深刻的是,从进诊室开始,整个咨询过程40分钟,她一直低着头,双手藏在桌子下面不停地来回搓动。而不管我怎么问,她都不作答,全由妈妈代劳。第一次见面,她总共说了两句话,三个字,一句是‘嗯’,还有一句是‘好的’。”罗伏钢医生说,光看这个孩子的表现,就能知道她病得有多重。

事实上,曾经的甜甜也跟同龄孩子无异,一切的改变从初一时开始。

甜甜的学习成绩平平,遇到不会的题时会请教同学或是老师,就是有这么一次,她有道数学题不会解,去问班里的一名男同学,连问2遍对方也没理她,因此,她的内心受到了深深的伤害,回到家里大发脾气。

父母以为,女儿发泄过就没事了,没想到,从此她整个人都发生了变化。在学校里,她不敢跟班里的同学说话,路上要是遇到同学走过来,她会有意绕道,就是为了避免打招呼,上课时她更是不敢举手发言。

对于甜甜的改变,同学和老师倒没什么,其实最痛苦的是她自己。于是,她想到了出国,换个学习环境或许能让自己好起来。

初二的下半学期,甜甜在爸爸的陪同下如愿去了加拿大上学。新学校的同学特别友好,会主动来教她做题、关心她的生活,她也非常享受。只不过,她还是不敢主动跟人沟通。也正是因为这个问题,在过去的短短半年时间里,她换了3所学校,最后老师婉言劝她回国,理由是,交流能力实在欠佳。

关于社交恐惧症,罗伏钢医生给出的定义是这样的:在社交时表现出紧张、担心、心慌、手抖、手心出汗、害怕等一系列症状。社交恐惧症患者在一个人的独处时都是好好的,只是不敢在众人面前表现自己,久而久之就会影响到正常生活。

钱报记者也查阅了相关文献资料得知,国外的很多研究认为,社交恐惧症的患病率在8%左右,而美国的报告要高出许多,为13.3%。国内虽然暂时没有明确的数据,但从心理医生们临床接诊的情况来看,也不在少数。另,对于青少年这个发病高峰期,国内外专家是有共识的。

### 除了孩子性格敏感 父母特别溺爱也是原因

为什么会有这么多孩子患上社交恐惧症?

罗伏钢医生表示,社交恐惧症患者存在一

些共性。首先,此类人的性格敏感,胆子不大,很要面子,怕在公众前出丑。其次,一定会由某件特别的事情诱发,就好比手枪的扳机一扣动,之后爆发出来的问题便一发不可收拾。

此外,罗医生认为,还有一个非常重要的原因,那就是父母教养方式的错误。

他对近3年来自己接诊的40多例社交恐惧症患者,进行了仔细分析,发现他们有一个共同点,就是从小到大父母都特别溺爱,不但是有求必应,而且是事事提前安排妥当。

再回到甜甜身上,问诊时,妈妈也特别说到,从小到大所有的事情不用孩子担心,比如:开学前的准备工作,每天上学和放学的接送,所有一切能达到的都立马满足。总之,事无巨细能做到的全部代劳,久而久之,导致孩子丧失主动交流的能力。

“放眼我们身边的家長,这是一个普遍存在的教育问题,出于对孩子的宠爱,越来越多的家長在孩子成长过程中站错了位置,他们喜欢站在孩子的前面,帮他们扫清所有的障碍,殊不知,因此孩子丧失了许多社交的机会,与人沟通的能力得不到锻炼而欠缺。”罗医生说。

比较科学的做法应该是,家長要站到孩子的后面,让孩子直面压力与挫折,让孩子在处理过程中锻炼沟通能力与抵御挫折的能力,等到非出手不可时再站出来与孩子一同面对。

### 新闻+

#### 一个误区:腼腆和社交恐惧不一样

为什么青春期的孩子最容易得社交恐惧症?

罗伏钢医生对他自己3年来接诊的40多例社交恐惧症患者进行了分析,发现60%是中學生,还有一小部分是新入学的大学生或是新入职场的菜鸟,而这与国外许多专家的研究结论是一致的。

社交恐惧症为何会如此青睐青春期孩子,这与孩子在该阶段的成长特点有着密切的关系。首先,进入中学开始,很多孩子慢慢尝试独立,失去了父母的保护,他们受挫的概率变得更高。其次,青春期的孩子会特别自我,尤其注重自我的形象,一旦遇上在众人面

前出丑的事情,心里会特别过不去。

因此,对于家長和老师来说,要特别注意青春期孩子的性格改变,有不少家長认为孩子突然变得内向,是青春发育期比较腼腆而已,殊不知,腼腆与社交恐惧有着本质的区别。腼腆是不愿与人交往,社交恐惧则是不敢与人交往,对于患者本人来说,这种想做而做不到的感觉是相当煎熬的。

#### 一种治法:走走亲戚、发发传单

当然,社交恐惧症并非不治之症,目前临床医生们比较推崇的是“系统脱敏疗法”,至于究竟怎么脱,不同的医生也是仁者见仁智者见智。罗伏钢医生的方法则比较有意思

——走亲戚、发传单。

还是以甜甜为例,罗医生建议妈妈带着她每天去拜访一位亲戚,因为亲戚相对完全陌生的人来说她更能接受。果然,她两周成功了四次,第二次到医院复诊时,会主动跟医生说:“我还是很紧张,很害怕。”

有了之前的进展,罗伏钢医生鼓励她试着去大街上发传单,前面三天她直接调头回家,第四天终于敢声音很轻地跟路人说“你好”,之后她又能跟陌生人简单介绍她推销的产品。等到第三次复诊时,她已经能与医生眼神对视,正常交流。如今,她已经能独自去参加夏令营活动,开心地打电话回家说交了很多新朋友。