

筆下心澄：逃學與家庭衝突：建立正向溝通橋樑 重新出發

你有想過逃學或曾經試過逃學嗎？經常逃學是一個令人擔憂的問題，不僅對學生的學習和前途產生負面影響，亦為家庭關係帶來了壓力和衝突。

逃學行為可能暗示著學生正受精神健康問題所困擾，當中可能是學習困難、朋輩壓力、家庭問題或心理壓力等。學生或會因而誘發壓力、焦慮和抑鬱的徵狀，當他們感到無法負荷時，就會選擇逃避，甚至傷害自己。與此同時，與家人的衝突亦可能加劇這種逃學行為，例如家庭價值觀的不一致、溝通不良或家庭氛圍的壓力。

琳琳是一位中四學生，近半年因為經常缺課，處處與家人起衝突，導致家庭關係惡劣，醫生於是將琳琳轉介到護士診所跟進。

第一次面見琳琳和家人時，家人忙著訴說琳琳的種種不是，抱怨她沒有盡學生應有的本份。「我們只希望她每天去上學，並沒要求她要考高分，但她連這麼基本的都做不到……護士，你說，她是不是青春期反叛，叫她做的她偏不做？」媽媽一臉不滿地說著。而坐在一旁的琳琳則低著頭，一言不發，雙手緊緊握著。「琳琳媽媽，不如讓我單獨和琳琳談談吧。」房間裡只剩下琳琳和我。

「琳琳，現在只剩下你和我，你可以放心告訴我你的想法嗎？」我嘗試探究琳琳逃學背後的原因，可惜琳琳依然沒有開口。「那我猜猜吧，你不想去上學是因為在學校被人欺負嗎？」「不是，沒有人欺負我……只是我跟不上功課進度，勉強回到學校上課，聽老師講課時一不小心就睡著了。上課睡著會被老師罵，我會因此而感到情緒低落，便更加不想去上學。當我遲到或者沒有去上學，媽媽會懲罰我不准和朋友出去玩，所以有時候我故意賭氣不去上學，留在家睡覺。」琳琳終於肯開口了。「那你有嘗試和媽媽說你真實的感受嗎？」「沒有，說了她也聽不明白，她只會認為我不夠努力。她希望我能上大學，可是我根本沒這個能力，我真的盡力了。」琳琳回答著。

了解琳琳逃學背後的原因後，在得到琳琳的同意下，我再次邀請琳琳媽媽進入會面室，並把琳琳的真實想法告訴媽媽。「其實，我並沒有要她一定要上大學，只是希望她能去上學，成績真的不重要，但我可能忽略了她原來在學校是這麼不開心。」媽媽嘆氣道。之後，琳琳和媽媽各自抒發了對對方的期望和想法。

往後的幾次見面，我和琳琳媽媽一起探討了父母的管教方式與正向溝通。相對於命令式或單向式溝通方法，青少年更需要的是像朋友之間的相處方式，互相理解、尊重……另外，我亦與琳琳共同訂立一些目標，嘗試發掘她的長處並加以肯定，提升她的自信心。

最後，經過幾次見面，琳琳與媽媽的關係更親密了，而琳琳也找到了自己的目標——離開原本的學校，轉讀有關設計的課程。

確實，在面對孩子逃學行為時，家人需要保持冷靜，並努力理解孩子的處境，嘗試了解他們背後的根本原因。指責和責罰只會加劇衝突，令孩子感到更加孤立甚至反叛。相反，如果家人能以開放的溝通方式，更好地理解孩子的困境，給予關懷和支持，傾聽並尊重孩子，逃學與家庭衝突問題便能迎刃而解。

青山醫院精神健康學院精神科註冊護士李榮芳

(轉載自香港01 | 筆下心澄 | 2023-10-24)

香港01網站連結：

<https://www.hk01.com/sns/article/954218>