

## 期中面面观·现象

胡先生最近向记者吐槽,上高中的女儿期中考后想放松一下,让他帮忙向老师请假,晚自习不想上了,缓解一下这段时间的辛苦。胡先生虽然这次给女儿请了假,但他担心女儿这样“偷懒”不好,而且有了第一次就会有第二次,“下次面临这样的情况该怎么办?”他觉得记者见多识广,所以想问问,有什么更好的处理办法吗?

不聊不知道,记者采访了一些家长和教师,才发现遇到过类似情况的家长还不少呢。

□现代金报 | 甬派  
记者 王伟 万建刚

# 期中考后 孩子说累了 想请假 家长怎么办



## A 家长困惑

## 孩子说累了想请假 怎么处理?

胡先生告诉记者,上高一的女儿期中考试结束后周末回家,表达了请假意愿:“老爸,最近太累了,帮我给老师请个假吧,就说这周日的晚自习我身体不舒服,不去了,周一早上再返校,拜托你了。”

其实,考试前,胡先生的女儿就已经表达了类似的情绪,学习有点累,考完试想放松一下。“上个月月考结束后,班上就有多个同学没有来上夜自习,我等期中考结束也要请假。”小胡同学曾这样表态。

虽然胡先生内心有些不满女儿的行为,觉得她好像不学坏样,但女儿平时还算听话,没有过多诉求,难得提一次要求,他担心不帮她请假会引起逆反。

“青春期的孩子逆反心理比较重,我怕我不同意会引起她更大的反弹。”最终,胡先生帮女儿向班主任请了一次假,但他内心还是有点担心。

李女士曾经遇到过类似的场景。“那是去年,我儿子高二,表达了类似的诉求。我觉得孩子提出这个要求,他肯定前后想过很久了,于是我爽快地同意了。”在向班主任告假的同时,李女士也向儿子提出了要求,这种“无理由请假”一学期只能发生一次,绝不能有第二次。另外,居家期间,还是要正常作息,安排时间进行学习。

在李女士看来,是人就会觉得累,就会有情绪,当孩子说因为累了想请假的时候,家长要了解其动机,如果孩子只是想休息一下,可以适当理解;但是如果以这个作为借口想要逃避,家长应该好好地沟通处理。

不过,也确实有一些家长因此和孩子发生争吵的,结果往往是——或者孩子带着情绪气哄哄返校,或者父母选择妥协。

## B 网上案例

## 被称为“家庭教育的典范”

巧的是,最近网上有一个同样题材的短视频挺火,被网友称之为“家庭教育的典范”。短视频的内容是这样的:

女儿:老爸,返校前想请假两天,帮我撒个谎?

父亲:你是要一戳就破的,还是滴水不漏的?

女儿:当然要滴水不漏的。

于是,这位父亲召集全家开了一个家庭会议,确保撒谎请假这个事情无懈可击。先是要求妈妈拍一张女儿卧病在床的照片并发朋友圈,配文突出母亲的无助和焦虑,同时下楼买药,力求有据可查;然后要求奶奶在和亲戚朋友打电话时缩短聊天时间,有意无意地透露要给生病孙女做饭、喂药,并稍稍表达一点“孩子生病了,父母不管”之类的吐槽,力图真实。这位爸爸还梳理出了朋友和亲戚圈里的“重点人物”,做成人物关系图,这些人有的喜欢刨根问底,有的懂点药理知识,有的和学校老师关系紧密,在给女儿请假这件事情上,需要确保相关信息传递给相关的重点人物。

看到全家人都有了任务,这位女儿激动地表示:“老爸老爸,我呢?你也给我安排点任务呗。”“你的任务就是装病这两天,上交手机,避免在各类社交软件和游戏上



这个短视频被网友誉为“家庭教育的典范”。

出现登录的情况。”爸爸一本正经地说。

结果,女儿愣了一下,然后说:“撒谎不好,我不请假了,不请假了!还是正常返校吧。”说着人跑了。

视频戛然而止,却让人忍俊不禁,为这位父亲的机智点赞。

## C 真实故事

## 女儿说肚子痛想请假,爸爸带她去了医院

相比前面几位高中生“理直气壮”地说自己因为累了,让家长帮忙请假的情况,现实中也不乏孩子因为想请假找一些理由,试图“蒙混过关”。

张先生跟记者分享了他女儿关于肚子痛与请假的故事。张先生的女儿今年上小学五年级,在之前的两年时间里,小张同学隔一段时间就会跟父母说自己肚子痛,需要请假休息一下。

“我印象中,之前有过两三次了,她一说自己肚子痛,她妈妈就会给她请假,观察半天,一天发现没什么事了,再去上学。上个学期吧,有一次因为她妈妈有事,女儿跟我说肚子痛,想请一天假。我有点把不准孩子是真的身体不舒服,还是说她有其他想法,于是我就带她去了医院。”

到了医院,B超、抽血,该做的检查都做了一遍。“抽血的时候,我看她脸色有点不自然,但还是抽

了,结果医生诊断没什么问题,让回家休息一下就好。”

这一通折腾,加上路上来回,就差不多花了半天时间。回家以后,张先生和女儿聊了聊。“我告诉她,关于身体健康与否的问题,一定要对家长说实话,这样爸爸妈妈才能判断究竟要不要去医院检查。否则的话,对大家都不好。然后我又问她,想要请假的因素里面,肚子痛究竟占了多大的比重。女儿看了看我,比了个‘二’的手势,还低声说痛一下就不痛了。我就明白了,小姑娘应该是稍微有点肚子痛,这个在生长发育中估计也是正常现象。只不过因为以前妈妈都帮她请假了,所以她稍微有点肚子痛的时候,就会提请假的要求。”

张先生说,这之后,女儿没有再说过肚子痛要请假了。“不过我也跟她说了,如果真的身体不舒服,还是要说的,该请假的时候也是要请的。”张先生笑笑说。

## D 老师支招

## 在共情基础上 实现替代性满足

宁波市正始中学心理教师赖婷婷说,在孩子的成长过程中,家长确实很容易遇到这种情况。

对孩子提出请假的诉求,家长往往比较着急,常见的反应一般有三种:孩子是惦记着在家玩手机吧?孩子提出要求了,虽然心里不愿意,担心会变成习惯,但还是先答应下来再说,以免引发青春期冲突;孩子说压力大想请假,赶紧接回来,回家后家里人轮番劝孩子,“你压力不要这么大”“你要放轻松”之类,在孩子看来这些话比较空洞、无力。

赖老师说,以上三种家长的反应,其实都没有真正从孩子的角度去考虑应对的办法。家长应该是孩子青春期的保护伞、情绪树洞。

当孩子提出请假的诉求时,我们可以回忆一下,在此之前,孩子在校人际交往怎么样?学习上是不是遇到了困难?睡眠是否受到了影响?如果孩子之前没有表达过,那么我们可以把请假当成是一个亲子沟通的契机,通过和孩子聊,和班主任聊,多方面了解孩子当前的状态。

一般来说,孩子提出请假或想回家,是想暂时回避让TA感到不适的环境,通过自己的调整让自己恢复过来。这时,家长的耐心倾听,不做任何评价、冷静自持的态度,往往能让孩子感到安全与放松。在建立共情理解关系的基础上,再与孩子商量“可以替代请假来缓解这些情绪的办法”,这是我们在心理学上所说的“替代性满足”,让孩子在这个过程中逐渐在与现实的妥协中学会寻求满足自我需求的更多解决途径。

不过,赖老师说,如果孩子在前面已经向父母反复多次提出“我要回家”“我想请假”的诉求,并且在人际关系或者学习方面出现了一些状况,那就不是单单一个请假的问题,“这个时候,我们要格外注意,建议家长可以进一步找老师或者专业人士商量一下,不要过于武断地同意或拒绝孩子请假回家。”