

过度关注变压力高三学生厌学心理按摩房火爆 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/219/2021_2022__E8_BF_87_E5_BA_A6_E5_85_B3_E6_c67_219955.htm 每晚夜深人静，高三学生小林(化名)就会将自己锁在小屋里，坐在电脑前疯狂地打着网络游戏“魔兽”，额头上大颗大颗的汗冒出来也顾不得擦。房门外，是一脸焦急却又无任何办法的父母……今天距离高考还有28天，眼看着高考步步临近，但不少高三学生还未上考场，心理上就提前败退下来。由于近期前来咨询的高三学生太多，成都部分高中的心理咨询室不得不开始采取电话预约咨询。

个案：高三学生厌学沉迷游戏“我不想看书！考得上就上学，考不上就算了！”当记者在桃溪路小林家见到他时，穿着拖鞋背心坐在电脑前的他已连续打了一个月的游戏了，见有人靠近，他一脸烦躁，索性带上耳机不闻不问。“他成绩不算太好，但是考专科肯定考得上，本科就需要努力了，哪晓得会这样！”说起儿子的状况，张女士泪水涟涟，她告诉记者，儿子这样逃避已有两个多月了，最开始回家后就看电视，一本书也不带，父母只要一劝，他还会将家里的东西摔坏，到后来小林连学校也不去了，整日躲在小屋里打游戏：“连吃饭，都是我们放在门口，他自己出来拿，我们去看他，他居然还把我推倒在地！”小林只是我省今年众多高考生中的一员，随着高考的步步临近，高三学生自身的压力越来越来。记者在成都部分高三学生中了解到，由于考生对高考结果的过度关注，厌学、失眠、闹情绪等考前综合症已提前出现在部分学生身上。根据成都树德中学近期对高三学生考前心理做的一份调查问卷显示，考前一个月，

学生注意力不集中，不愿意和家长交流，常常会因为小事产生抑郁、焦虑等情绪，这三大症状最容易影响考生的备考。

调查：高三心理咨询室很火爆 柔和的音乐、舒服的沙发，还有抬眼就能看到的绿色植物……昨日下午，记者走进了成都树德中学心理咨询室，坐在这间三楼角落里的办公室，丝毫感受不到高考的压力，但到这里的学生却都是来释放高考压力的。“听听音乐，说说自己的心里话，会轻松很多。”高三学生小张说这里比家还温暖。“我们原本周一、二、三、五对高三学生开放，但现在来的人太多了，周四也开成了绿色通道。”心理咨询老师杨伟翻着手中的预约登记簿，一脸无奈，“到高考前，我们这都被高三学生预约满了，正计划在高三学生中开展团体辅导，我现在连吃饭的时间都在接学生的咨询电话。”记者在成都其他高中采访发现，高考越来越近，前来咨询心理问题的高三学生也多了起来，为了让高三学生的考前心理问题都得到解决，部分高中的心理咨询室甚至开始采取电话预约的模式。

提醒：过度关注就是一种压力

在和小林聊天过程中，记者了解到小林的父母出于好心，拜托老师给他调换了座位，他的周围全是成绩好的孩子。高三的各种小考试非常多，每天在考试时，他身边同学都下笔如飞，可他握着笔，一个字也写不出，无形中的压力让小林无所适从。面对小林遇到的问题，杨老师说目前许多家长的行为看似对考生好，其实会起到反作用，增大考生的压力，影响考生的临场发挥，“面对高考，不论是考生还是家长，对其过度关注本身就是一种压力。作为家长，在这最后的20几天里，要和平常一样，该做什么做什么。而作为考生自己，这个时间不应该再去想之前或者以后，能抓住的就是

现在，要想一想每天自己快乐的事情，在快乐中寻找自信。

” 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com