这群“不听话”的孩子因为“多动”而无处安放

校园里的宽容，也许就是最大的善意

他们坐在教室里看上去安静乖巧，可注意力只能集中几分钟；他们上课时也许永远坐不住，即便窗外一片树叶飘落，也会使他们忍不住想要溜出去。在学校，这群孩子无疑是令人头疼的存在；回到家，他们的“不听话”又常常成为父母相互抱怨的导火索。

他们其实患上了注意力缺陷障碍，它的发病率比自闭症高很多，平均下来上海每所学校都会有几个这样的身影。长久以来，人们对这一疾病少有关注，这些孩子往往被当作调皮、不懂事的“差生”，不少人因此而过早地放弃了自己。

眼下，一批学者正把目光对准这类并没有认知缺陷的孩子，探索如何给他们更好的教育。

■本报首席记者 **许琦敏**

这几天，12岁的雅雅和11岁凯文刚从西班牙巴塞罗那第20届世界青少年科创大赛征战归来。作为注意力缺陷障碍(ADHD，俗称“多动症”)患儿，他们也曾经受过老师的责骂、同学的嘲笑，能代表上海走上世界舞台展示自己的才华，这背后有着270多个家庭的共同努力。

据统计，我国学龄儿童和青少年多动症患病率为4.3%至5.8%。2017年，上海有中小学生119.7万人，按此比率计算，约有5.1万至6.9万多动症患儿。他们大都面临自尊受挫、被边缘化等问题，才能受到普遍抑制。

“其实，大部分多动症患儿智力并没有问题，而且不少孩子智商偏高。”教育部青年长江学者、华东师范大学体育与健康学院教授汪晓赞认为，校园应该为他们的成长创造适合的环境，对他们的“好动”多一份宽容，在帮助他们改善症状、完成学业的基础上，让他们的优势和长处得以发挥。

多动症将整个家庭拖到崩溃的边缘

大众对多动症缺乏了解，又存有偏见，患儿大都在责骂和批评声中成长，家庭也因此背负着沉重的外部压力，难以为孩子的成长提供所需的和谐氛围

雅雅和凯文患有多动症和书写障碍，曾经是老师眼中“教不好”的学生，甚至一度面临退学。

早在小学一年级，班主任就发现雅雅的行为不受控制，注意力难以集中，有时不高兴了还会躺在地上。一开始，雅雅的父母向心理教育专家求助，专家认为雅雅只是注意力有些漂移，猜测可能因为妈妈要求比较高，孩子被传导了一些焦虑情绪。但雅雅在学校的情况却每况愈下，变得越来越自卑、迷茫。后经新华医院确诊，雅雅患有书写障碍，缺乏自控力，于是，不得不开始了两年的药物治疗。但服药后，雅雅注意力分散的情况并没得到改善，药物反而带来了食欲不振、精神萎靡等副作用反应。

在课堂上，雅雅有时会爬到桌上躺着甚至站在桌子上；考试时，100分的卷子经常得分是个位数。无奈之下，老师只得让家长把雅雅领回家。父母又尝试将她送去寄宿制私塾，可雅雅依然无法适应那里的学习生活。

“原以为只是我们一家的痛苦，可后来病友建起了微信群才知道，这样的故事几乎在每个多动症儿童家庭上演。”雅雅爸爸说，不少和雅雅一样的患儿家庭被拖到了崩溃的边缘，甚至父母为了孩子的教育反目，家庭解体。

与自闭症相比，大多数人对多动症并不了解。这是儿童期常见的一类神经发育障碍，患儿表现出与年龄和发育水平不相称的注意力不集中和注意时间短暂、活动过度和冲动，常伴有学习困难、品行障碍和适应不良、读写障碍、抽动障碍、对立违抗、语言障碍等共患病。

国内外调查发现，该病的患病率在3%至7%之间，男女比为4:1至9:1。

在我国，大众对多动症缺乏了解，又存有偏见，患儿大都在责骂和批评声中成长，由此积累的社会伤害，造成了孩子缺乏成就感、情绪易失控、环境难适应、人际交往障碍等更严重的心理和人格问题。同时，多动症儿童家庭也背负着沉重的外部压力，难以为孩子的成长提供所需的和谐氛围。

直面“可能伴随终身的疾病”

通过“自己研究自己”，孩子们发现，原来自己并不比正常孩子差，世界上还有比自己处境更艰难的人，这些都让他们对未来多了一份自信

对于多动症的发病机理，医学界尚未研究清楚。不过目前已知的是，部分患儿的症状会随年龄增长而减轻，甚至消失，但仍有一部分患儿在成年后仍有症状，明显影响其学业、身心健康以及成年后的家庭生活和社交能力。

“既然这种疾病可能伴随孩子终身，那么不如让他们主动认识疾病，以科学的态度，勇敢面对。”凯文妈妈说，这就是她发起多动症家庭互助团队的初衷。

其实，除了注意力容易“溜号”，这些孩子身上有许多闪光点。比如，不少多动症患儿都很喜欢看书。雅雅看过的书垒起来有两三个自己高。而且由于好动，她身体结实，还得过学校的游泳冠军。

汪晓赞告诉记者，雅雅对一些问题的看法，其深刻程度不亚于大学生。“只要能给他们创造良好的教育环境，就有可能让这群孩子获得更好的发展，进入人生的良性循环。”她说，这是每所学校、每位老师都必须正视的课题，如何应对这些特殊学生，一线教师应该具备相应技能。

然而，目前绝大多数学校和老师面对这些孩子，都感到束手无策。

究其原因在于，我国在这方面的认识与研究相当缺乏。正因如此，凯文妈妈鼓励孩子们“自己研究自己”。在申报上海市科协青少年科学社课题时，凯文找到了我国儿童精神疾病领域权威专家、新华医院心理科教授张劲松，希望能由他来指导课题。老教授被凯文诚挚清澈的眼神打动，一口答应下来。

在课题研究的过程中，越来越多的患儿家庭聚到了一起。“很多调研和实验，都在这近300个家庭的配合下完成。”凯文妈妈说，期间，孩子们接触了很多专家，也参与了许多社会活动，“他们发现，原来自己并不比正常孩子差，世界上还有比自己处境更艰难的人，这些都让他们对未来多了一份自信。”

随着团体的不断壮大，这些家庭正在筹建一个公益组织，筹备特质儿童健康评价、运动干预研究中心，计划设立针对融合教育的专项公益基金会，希望借此推动中国特质儿童群体健康成长，并最终顺利融入社会。

期待更多研究力量加盟

上海已有学校在开展多动症筛查，希望有更多科学方法能够引入校园，给这群特殊的孩子更多善意和宽容，用友好的校园环境支撑他们的健康成长

通过这次孩子们“自己研究自己”的课题，凯文妈妈和一些患儿家长接触到了医学、心理学、教育领域的专家学者，不少人在他们的影响下，开始关注多动症患儿的治疗、教育和成长。

汪晓赞与复旦大学心理研究所博士后李象千，准备在浦东新区华高小学进行为期两年的干预实验。“我们想用音乐、运动、家长行为训练这三种干预方式，来为多动症孩子提供帮助。”李象千告诉记者，参照凯文妈妈的建议，实验采用的干预方法既要对孩子无害，又要方便实施，那么最好的选择就是对学校现有课程进行改造，为多动症患儿提供积极帮助。

以音乐课为例，普通音乐课一般以唱歌、舞蹈等为主，但针对多动症患儿的音乐课则会加入注意力控制的内容，比如让孩子打节拍、跟唱一个音，拆分出一些音乐元素，通过训练增强患儿的控制力。“多动症儿童常常伴有神经发育迟滞，这些训练方式已被证明对改善症状有效。”李象千说，包括家长行为训练，其实并不需要孩子和家庭投入很多精力，却能为他们的健康成长营造更好的家庭氛围。

在运动方面，汪晓赞正在开展“青少年健康评价与运动干预”的国家级研究课题。当患儿家长向她提出请求，希望她能研发一套针对多动症儿童的运动课程时，她觉得很有意义，近期已准备启动研究。“好动是孩子的天性，不同的运动项目可以有针对性地训练孩子的行为和情绪控制能力。”她说，最关键的是，科学的运动对孩子的成长没有副作用。

据了解，上海已有学校在开展多动症筛查。早在2015年，华高小学参与市级重点课题医教协同项目研究，对实验组987名学生开展过筛查，发现并确诊20人。该校心理咨询教师张琪娜介绍，在没有关注多动症之前，这些“特别调皮捣蛋的学生”让每位班主任很是头疼。如今，班主任发现这样的学生，就会先通知心理老师进一步鉴别，直至最终医院确诊。

“如果孩子的确有书写障碍，我们会通知任课老师，适当放低学习要求，并对他们的作业量进行调整，比如减去提高性内容、减少抄写次数等。”张琪娜说，他们也希望有更多科学方法能够引入校园，给这群特殊的孩子更多善意和宽容，用友好的校园环境支撑他们的健康成长。

摆脱网络沉迷，孩子需要的不是隔离

信息时代，网络像氧气和阳光一样，成了儿童生命中不可或缺的一部分。网上学习、网上购物、网上聊天、网上游戏、网上家园、网上社区……数字化生活魅力无穷，网络给他们带来各种新奇体验。

儿童在受益于网络的同时，也为网络所困，一些孩子沉迷其中无法自拔，网络也因此被部分家长和老师视为“洪水猛兽”。当今的孩子本身就在网络中成长，隔离不再现实，更重要的是让他们能健康地与网络共处。

■**李宝敏**

“互联网+”时代，虚拟与现实交融共存，共同构成中小学生的基本生存环境。

“无论在家还是在学校，我总是忍不住把大量时间花在网上……网上的信息太丰富了，我可以查阅最新的足球赛事，可有时候我还会看到好多特别刺激的文字和画面……上网的时候我喜欢跟QQ上那些素不相识的人聊天，感觉这很有趣。但有时候我也会遇到一些可怕的人，他们污言秽语，甚至还会威胁我……”

这是一名中学生的网络生活自述。网络作为多元价值空间，其自由、开放、共享特征为中小学生带来个性发展的同时，也带来不可忽视的生存危机。网络依赖、主体性迷失、行为失范、道德规范缺失等问题，制约着中小学生的成长。

德国哲学家齐默尔认为，技术意味着获得更多的自由，其本来并不存在通过技术使人“变形”的问题，而是提高了对人的要求，即提高了人的有意识的、负责任的、自我决定的行为与态度的可能性。从技术的奴役化中解放出来的手段不是技术，而是人自身。

因此，中小学生唯有提高网络素养，才能摆脱网络技术带来的负面影响及生存异化危机，获得更大的自由与发展。一个孩子只有不被技术奴役，才能走出沉迷，真正走上健康发展与自我解放的道路。

网络沉迷的背后，是网络素养的缺失。遗憾的是，我们的教育依然呈现出技术化、工具化或是简单的“保护主义”等倾向

“网络沉迷”是当前学校与家长共同面临的影响中小学生发展的时代难题。为此，教育部于2018年4月印发了《关于做好预防中小学生沉迷网络教育引导工作的紧急通知》。

青少年沉迷网络的背后，是网络素养的缺失。要真正解决问题，亟需重视并加强对中小学生的网络素养教育，通过家校合作在做好学生网络生活引导的同时，提升学生在网络时代“生存”的关键能力。

在中小学生与网络世界的交互中，网络素养不是自发形成与发展的，需要教育引导、干预与支持。网络素养教育可以使他们深化对网络世界与自我关系的本质认识，调节完善自身的网络行为，从而获得真正的解放与自由。

在我国，网络素养教育的重要性尚未引起充分重视。

虽然学校教育中或多或少渗透着相关内容，但无论是教育的理念还是方法，仍然受到传统学科教学的影响，呈现出技术化、工具化或是简单的“保护主义”等倾向。

就其本质而言，网络素养教育是中小学生在网络文化实践活动中，通过互动参与、对话、探究，在获得丰富的文化体验基础上，不断提高认识与能力的过程。

网络素养的核心是让中小学生探究性、建构性地参与网络实践活动，认识网络的本质，理解网络世界与现实世界的关系，在网络实践活动中建构对于自身的理解，发展自我发展能力，积极主动并负责任地参与网络世界建设，与之形成和谐互动的关系。

因此，网络素养教育应将中小学生的网络生存与生命完善建立在丰富的内心体验基础之上，唤醒他们的主体精神，寻求一种有内在意义的网络探究生活，培养其内在的鉴别与思考能力，而不是简单地将他们“置于”信息之中。

从对中小学生身心健康成长的关切与诉求出发，网络素养教育应关心他们的网络生存质量，关切他们网络行为背后呈现的意义与价值，关注他们获得的网络体验及对其发展的影响。

网络素养教育不是让孩子与网络隔离，而是老师和家长以开放的心态，帮助孩子学会选择和反思，理解网络如何帮助自我成长

网络素养教育本质上是能动的、与人分享的，它鼓励发展一种更加开放的、民主的教学方法；鼓励学生对自己的学习承担更多责任，享有更多支配权、自治权；鼓励学生以更长远的眼光对待和审视自己的网络学习与生活。

网络素养作为“互联网+”时代的学生基本素质，任何学科的教师都应给予关注、引导和支持。具体而言，应超越“保护主义”走向探究实践、超越单向灌输走向对话实践、走出技术化倾向走向文化实践。

著名传播学家麦克卢汉指出，媒介素养教育中不应将儿童视为文化的牺牲品而致力于去营救或保护，应关注他们的情感参与与投入，以及他们从中获得的乐趣，这是激发他们提出问题，进而提高分析问题、解决问题能力的根本。

同样，网络素养教育不是通过减少使用、远离网络将青少年与网络隔离开来，以消减沉迷的负面影响，而应建立一种能够指引中小学生成长的环境，提供锻炼、发展的机会，给他们探究、创造的空间，在实践中形成对网络与现实世界关系的认识与理解，生成网络探究对自我成长的意义与价值，从而提升选择能力、决策能力、批判性思维能力，全面发展网络素养，适应“互联网+”时代的发展。

网络素养教育应建立一种基于探究实践的对话关系，以尊重、关爱为前提，以教师、家长与青少年的持续话语投入为特征，推动反思与互动。

教师及家长要以开放的心态，敞开心灵与他们平等对话，让他们自由表达思想，审视并直面问题。在对话、反思和实践中，理性认识网络世界，客观认识自我，改善并发展网络认知与网络行为。

加强网络素养教育是时代的呼唤，也是中小学生发展的内在需求。美国学者唐·泰普斯科特指出，N世代已经长大，他们是有史以来掌握信息最多、也最活跃的一代，这些人必将主导21世纪。如何让他们更好地改造世界？如何让他们在人际互动网络中茁壮成长，并展现出积极的社会责任感？要务之一，是让他们获得良好的教育，通过教育让他们学会发挥自我潜力，发展自我能力，学会与网络世界和谐相处。

（作者系华东师范大学开放教育学院副研究员、博士）