

孩子上大学家长可以松口气？你需要了解这些

杨 眉

孩子需要逐步适应大学生活，也需要父母适时拉一把。

开学之际，各高校陆续迎来新生。很多家长会觉得，总算可以喘口气了——把孩子送进大学，家长完事大吉了。实际上对孩子来说，从高中步入大学是他人生路上的关键点，孩子由此迈上了实现目标的新平台。在这个过程中孩子需要逐步适应，也需要父母适时给予一定支持。下面从时间顺序上列出大学新生即将面临的几个成长课题，希望对家长和新生有所帮助：

宿舍生活与宿舍关系

这是新生最先遇到的问题。宿舍关系处好，将会成为一个人一生的资源，宿舍可以让新生以最小代价锻炼人际交往能力，同时建立起牢固的社会支持系统。

处理宿舍关系的最低目标是：求同存异，和平共处。最容易导致冲突的原因是：只顾自己而不懂得替他人考虑，例如：总占小便宜让他人感觉不舒服，脏乱差导致宿舍卫生丢分，晚上熄灯后还打电话影响他人休息，以及背后议论人让人感觉不安全等。

可以避免上述问题的操作方法是：生活上尊重别人的时间、空间和隐私，经济上做到“亲兄弟明算账”，而关系上要做到“合作双赢”。

处理宿舍关系的最高目标是：建立合作、共享、共同成长 的宿舍文化。例如大家相互学习，从而共同以优异成绩完成学业，舍友间相互尊重、信任和支持。我见过共同考过英语六级的宿舍，共同考研成功的宿舍，以及共同找工作，皆大欢喜的宿舍。可以想见，这种宿舍的同学都可以成为彼此一生的朋友。

当然，有些家长担心孩子住宿不适应，为孩子在校外单独租房，甚至陪读，这些做法都过度了。宿舍生活，能让大一新生以最低成本锻炼独立生活能力以及与他人合作共享的能力，不要剥夺了孩子这一机会。

大学的师生关系

大学老师的特点是非常尊重学生的独立性，给学生充分的空间去独立思考。大学教育的重要内容之一就是培养学生的独立思考和、辩证思维的精神，以此实现教育的最高目标：让受教育者学会自我教育。

因此，如果一个大学生不主动向老师求教，老师都视作他正在独立思考而不会去打扰他，这和中小学老师有很大不同。家长了解了这点，不妨和家里的新生探讨一下学习方法，建议他们主动找老师请教、讨论和对话。

亲子关系

新生上大学后，亲子关系会有变化。父母先要处理好自己的“空巢综合征”，把关爱自身提到日程上。这是父母和大学生新生建立健康亲子关系的前提。

其次，父母与大学新生需要增加新的关系：既是导师，又是同行者，即共同学习与成长的关系。

再者，父母与新生之间可以考虑建立仪式时间，例如每个周末有一次固定的通话或视频。通话中，父母和孩子共同分享各自一周的生活，尤其是收获。父母与新生可以各准备一个小本，每天记上当天的收获和思考等，这样打电话或周末的晚餐时间，就有充分的内容可以交流了。

大学期间遇到的友情和恋情：友情与恋情问题没有标准答案，但是有一些基本准则，那就是：

友情：亲密无间，共同成长。
恋情：自愿、无伤，亲密无间，共同成长。

友情还是恋情都是非常个性化的，每个人大不相同，但也有一些基本的可以用以评估的底线——两个人相处，变得更喜欢自己和世界，更愿意为个人与社会的前行作贡献时，这样的关系就是健康的；如果两个人相处，变得越来越不喜欢对方，甚至也越来越不喜欢自己和周围的世界，这种友情或者恋情就是需要质疑的。

父母可以提醒和告诉孩子，把恋爱当作培养自己性别角色和了解异性的机会，恋爱中懂得尊重对方，不做违背对方意志的事情，在恋爱关系中始终贯彻“自愿无伤”的原则。

社团选择

大学社团的意义很大，可以全方位地开阔视野、锻炼能力(如社交、合作、沟通、分享、组织管理和审美力等)。但因为人的时间和精力有限，可按兴趣或需要去选择最多两个社团。社团如果选多了，往住容易虎头蛇尾或让自己疲惫不堪，并严重影响学业。

大学学习内容与方法的适应

首先，学生要懂得遵守学校最基本的游戏规则：以学为主。做学生的，成绩永远是重要的评价标准。除非你身怀绝技，否则，考研、工作、出国，包括毕业论文，都需要课本学习成绩来支撑。有些同学担心现在知识更新快，不肯好好学习，其实，具体的技术性知识有可能更新，但是学习方法永远都有用。

其次，大学最重要的就是培养独立思考、辩证思维与解决问题的能力，学习过程中要破除标准答案的惯性思维，多读、多思、多质疑和多方求证。要花大力气多方完善自己的学习和思维方法。

再者，要充分利用大学的资源：图书馆、老师和讲座。古今中外的名著可以让我们站在巨人的肩上，老师可以随时帮我们答疑解惑，而学校的各种讲座，更是高浓缩的知识精华，这些都是帮助我们高效掌握知识和智慧的重要资源。

处理好与自己的关系：做好自我探索与职业探索并确立专业同一性

这个话题看起来很虚，但实际上不仅会影响一个学生当前的生活质量，而且有可能影响到他一生的职业选择。

大学时期一个最重要的发展任务就是职业身份的认同，即职业同一性。具备职业同一性的大学学生，会专注于个人成长，因此没有时间去内卷、“躺平”或者出现心理疾病。与此同时，他们会有更多的学习幸福感与自我效能感。然而由于多种原因，在大一就具备职业同一性的学生是大概率，大多数学生都还需要通过自我探索、职业探索、听课以及与老师探讨，去找到自己未来的发展方向。

注意身心健康

养成有规律的生活习惯、坚持锻炼、戒掉不良生活方式，如熬夜、抽烟、网瘾等。心理上要养成正向思维的习惯、自律与持续成长的习惯。如果有身心不适应，要及时到心理咨询室寻求帮助。

以上是从时间顺序谈大学新生入学的过程，如果想要更多了解新生入学的情况，家长有必要与新生一起读所在学校的《学生手册》，不仅能对学校的游戏规则有更全面的了解，更有助于新生从一开始就养成规则意识。

来源：中国青年报

样，为实现中华民族伟大复兴的中国梦努力奋斗。”

在北京师范大学文学院教授、博士生导师康震看来，2021年《开学第一课》回溯历史征程，立足中国实际，展望光明前景，彰显着中国共产党人的精神谱系，引导全国中小学生坚定理想信念、坚定奋斗目标、坚定恒心韧劲。节目中没有出现一个流量明星，而是通过榜样的力量，让主流价值和英雄模范成为时代的“顶流”，是一堂意义重大的党史教育课与思政理论课。

四川师范大学附属实验学校二年级（10）班学生宋子墨看到，14岁的都尔汉·拉齐尼讲述父亲为救落入冰窟的爸爸，不幸离开了人世的事迹，“觉得很感动，她的爸爸为了救别人付出生命。”

北京史家胡同小学三年级学生荣珺言把“没有祖国的界碑，哪有我们的牛羊”这句话，记在了心里，“我们要学习英雄、坚持理想、好好学习，长大后守护祖国，把祖国建设得更加美丽！”

在《开学第一课》上，张桂梅的故事温暖人心。这位大山女孩子的“校长妈妈”创办了云南丽江华坪女子高中，让上千名女孩走出了大山。“我相信她教育出来的每一个孩子都会感激她，会将这份爱永远传递下去，帮助更多的人。”北京第二实验小学白云路分校四年级（1）班学生张董说，“我要珍惜今天的幸福生活，好好学习，为国家建设和人民幸福贡献力量，让爱的火种永远传递下去！”

南京市第一中学教师兰青青也陪着同学们一起在网络上听课，“作为一名思想政治课教师，我深知

古代几月开学，考试多不多，什么时候放假

吴 鹏

盼望着，盼望着，九月开学季的脚步近了，无数老母亲老父亲怀着激动的心情，迎来了“神兽”归笼的时节。但你可知道，不是每个时代的开学时间都是在九月，九月开学并非自古而来。

农闲时才可入学

中国古代以农立国，上至庙堂下至村野，大小事务都要围绕农时进行。学校教育亦不例外，需要避开繁重的农忙时节，在农闲时方可入学。据西汉崔寔《四民月令》载，秦汉之时的学校根据学生年龄的不同，一年分别有两次和三次开学时间。

“成童”即15岁以上、20岁以下的青少年学生，一年有两个学期，分两次开学。

第一次开学是在春天，在“农事未起”的春耕大忙之前，要送“成童已上入大学”，学习“五经”，即《诗经》《尚书》《礼记》《周易》《春秋》等科目。

第二次开学是在十月“农事毕”，秋收结束，“五谷既登，家备储蓄”，家家户户都有余粮，“命成童入小学，如正月焉”，继续学习“五经”。

“幼童”即9岁以上、14岁以下的儿童，每年有三个学期，分三次开学。

第一次开学是在正月“砚水释”，用来研磨墨汁写字的砚台上的冰片消融时，送“幼童入小学”，学习“篇章”，即《六甲》《九九》《急就》《三仓》等启蒙读物。

第二次开学时间在夏末秋初，“八月暑退”，热气散去，天气转凉，“命幼童入小学，如正月焉”，继续学习启蒙读物。

第三次开学在十一月“砚冰冻”，砚台结上冰片时，时令已到冬天，农闲无事，幼童再次进入小学。在春天和夏末秋初两次学习启蒙读物的基础上，幼童在冬季学期可以进入到《论语》《孝经》的学习阶段。幼童冬季入学也有在十月，《春秋公羊传》即言“十月事迄，父老教于校室”。南宋陆游《冬日郊居》诗亦云，“儿童冬学闹比邻，据案愚儒却自珍”。陆游自注其诗言，“农家十月，乃遣子弟入学，谓之冬学”。

入学年龄跨度大

古代入学年龄没有一定之规，但通常比现在晚。据《春秋公羊传》，“八岁入学小学，十五岁学大学”。而且，家庭出身不同的孩童，入学年龄也差别颇大。西周时期，王太子一般是8岁入小学，15岁入

新学期开始了。看到8月30日教育部为落实“双减”政策出台的考试新规，吉林长春家长梁鹤感觉如释重负。“小学一二年级不进行纸笔考试”“考试结果不排名、不公布”“不得按考试结果给学生调整分班、排座位、贴标签”……在这份《关于加强义务教育学校考试管理的通知》中，有关考试与分数的规定清晰明了。

“面对孩子的成绩，以前我是真的抓狂。分数高了，脸上皱纹都舒展些；分数低了，心里的怒火就抑制不住。”梁鹤说。

“光靠分数，不行；离了分数，也不行。”“双减”意见出台不久，北京通州学生家长张帅就发了这样一条朋友圈。尽管她明白仅以分数评价孩子并不科学，但分数还是像多米诺骨牌的第一块，直接牵引着她和众多家长们的情绪。

“学生没有好成绩就过不了今天的高考，但只有分数，恐怕也赢不了未来的大考。”今年全国两会期间，全国政协委员、江苏省锡山高级中学校长唐江澎的语引发人们对分数的思考。

家长为何对分数如此执着？“双减”之后，这种执着是否会得到疏解？

1.分数焦虑下，家长容易“见分不见人”
这个暑假，家在河北廊坊的王海燕一家过得不太自在。原本计划回老家探亲的他们，因为女儿考试分数不理想，只好退了车票，改为在家做卷子，女儿为此哭了好几次鼻子。

安徽合肥的焦友轩是一名科研工作者，也是两个孩子的父亲，大儿子正读初二。他感慨，这几年，教育孩子的压力让他透不过气，自己的脾气也时好时坏。“不重视分数，孩子成绩下滑，还是觉得自己没有尽到责任。分数，真成了我们家幸福指数的‘晴雨表’。” he说道。

“部分地方和义务教育学校存在考试次数偏多、难度较大、质量不高、结果使用不当等突出问题，违背素质教育导向，造成学生负担过重、应考压力过大，损害了学生身心健康，必须进行纠正”，《关于加强义务教育学校考试管理的通知》直击当前考试存在的各种问题，很多家长也感同

‘立德树人，为国育才’是自己的使命与责任。在教书育人过程中我要坚持用坚定的信仰和真挚的情怀实现思想政治教育的价值引领；坚持用辩证唯物主义、历史唯物主义的思维和视野厚植学生的家国之爱。”

山西省原平市第一小学学生张忻媛记得3位航天员展示了中国空间站的“三室一厅”。让她惊讶的是，原来茶水会像水珠一样飘在眼前，当筷子夹起茶水时，“像吃了一个果冻，我看着都有一点馋，好想知道是什么味道。”在互动的环节，张忻媛听航天员说起之前都是在家陪着儿子看《开学第一课》，今年因任务缺席了，“我想到每年一年我也是和妈妈一起看，如果爸爸妈妈不在，我一定很难受。航天员叔叔为了我们‘大家’，只能牺牲了自己的‘小家’。我由衷地敬佩他们，也为自己在这样的国家骄傲。”

“理想的火焰，一点燃就不会熄灭。百年峥嵘，一个个‘不可能’变成‘可能’，背后闪耀着的便是理想之光。”江西上饶市实验小学教师雷淼轩慨叹，“身为一名人民教师，要在漫长岁月中，于蚌壳中反复打磨自己，磨去往日的浮躁与热烈，不为成功，只为不负这不可重来的美好年华！”

“理想是火，理想是石，理想是路，理想是光。100年来，一代代共产党人怀着崇高理想，为争取民族独立、人民解放和实现国家富强、人民幸福而不懈奋斗。”北京第二实验小学五年级（7）班学生袁一丹说，“他们是我们少年儿童闪亮的榜样，是我们少年儿童未来的模样。”（杨洁 孙少卿）

来源：中国青年报

考试是保留项目

进入学校后，从古到今，考试是永远躲不开的保留节目。我国是世界上最早实行考试制度的国家，早在西周时期就发展出定期考察学业的制度。西汉大学生每年考试一次，称为岁试，东汉改为两年一考。

唐朝号称盛世，考试制度同样繁盛，有每十天一次的旬试、每月一次的月试、每季度一次的季试、每年一次的岁试、毕业考试等五种考试类型。学生如果岁试连续三年不及格，或九年仍不能毕业，会被开除学籍。北宋王安石变法时，在考试成绩之外，又加入对学生平时操守、品行的考察，操行、学业俱优才能毕业。

放假的日子又要到了

盼望着盼望着，开学的日子到了，下次放假的时间也不远了。古代国子监读书的太学生一般都有休假，唐朝大学生假期较为规范，有旬假、田假、授衣假三种。

据《新唐书·选举志》，旬假是每“旬给假一日”，每月只有三天休息时间，上中下旬各休一天，比今天学生辛苦得多。田假是在每年五月农忙时放假一月，让家住乡村的学生回家帮助父兄料理农活。授衣假是在每年九月天气转凉之时，给大学生放假一月，让其回家取过冬衣物。

国子监是朝廷最高教育管理机构，太学生来自五湖四海，回家路程远近不一。为照顾家远学生，距离长安超过两百里的学生，假期可以扣除赶路所需时间。假期结束后要及时返回销假，如无故逾期三十日、无故逾期百日不回国子监继续学业，“皆罢归”，开除学籍。

太学生如果家中临时有事，可随时请假，说明请假理由，报请国子监中层官员丞（从六品下）、主簿（从七品下）批准即可。但在特殊时期，太学生的假条会得到皇帝御批。

据《资治通鉴》卷204，武则天授二年（691），太学生王循之给武则天上书，“乞假还乡”，武则天批示“许之”准假。狄仁杰听说此事后，上奏批评武则天为政太过事必躬亲，不懂“君若者，唯生之柄不假人，自余皆归之有司”的抓大放小为君之道，“彼学生求假，丞、簿事耳”，如此小事天子都“为之发教，则天下之事几赦可尽乎”。武则天听后，“善之”。

“双减”之后 家长对分数还执着吗

身。身。

家长们的“分数焦虑”，源于“唯分数论”的指挥棒。为了让孩子赢得分数竞争，牺牲孩子的休息时间，让他们参加各种培训班、进行题海大战，早已成了很多家长“别无选择的选择”。

焦友轩发现，高强度的应试练习可能在短期内让分数提升，但一系列“副作用”也随之而来：孩子的视力越来越差，体质下降，老是生病。更严重的是，主动学习的意愿越来越低了。

“过度追求分数给孩子带来了巨大的学习压力和心理负担，也给家庭带来了较大经济负担。家庭对子女教育的无效投入越来越多，这在推高了教育成本的同时，也造成了家庭关系的紧张甚至冲突。孩子、家长越‘卷’越紧，越‘卷’压力越大。”云南师范大学党委书记蒋永文认为。

尽管王海燕知道，分数只是一时之得，健康的体魄、健全的人格远比冷冰冰的分数重要得多，“可我还是宁愿今天为分数流泪她，也不愿意她长大后埋怨我”。打开抽屉，她掏出了自己整理的女儿这两年各科考试试卷，颇为无奈。

“前几年，我们曾尝试不向家长反馈学生考试成绩，结果家长根本不同意，软硬兼施也要知道孩子的分数……”安徽霍邱马店镇中心小学校长郑昌松告诉记者。

家长们为何如此重视分数？东北师范大学教育学部部长、中国教育学会教育学分会课程专业委员会副理事长吕立杰表示，尽管近年我国基础教育改革持续推进，但是在中考、高考这样“特别紧要”的考试中，目前的选拔还是以成绩高低作为录取的主要依据。即便改革后，学生对考试科目有了选择性，有的地区不再用原始分数，而是用其他统计分数作为录取依据，但归根结底还是要“排队”的，因此，“家长还是很关心孩子的排序位次，有些甚至不关心孩子学到了什么”。

来源：光明日报