

高考后的暑假，请允许孩子"没事做"

何丽霞 著 · SDE 学员专栏 · 发表于 2026年7月19日 · 全文约 1900 字

我儿子高考结束那天，我问他最想干什么。他想了很久，说："想待着。"

我想了想，把到嘴边的"那你打算预习一下大学课程"咽了回去。只说了一个字："好。"

朋友觉得我太心大。别人家孩子考完就报了雅思班、驾校、编程课，恨不得把开学前的三个月安排成一个mini大学。我们家的倒好，"待着"算什么计划？

后来我读了一本书，里头有一个说法让我反复看了三遍。它说，知识不是"搬"进脑子的，是在合适的土壤里自己"长"出来的。真正能用的东西，得在真实的经历中，经过试探、碰壁、调整，才能稳稳地生根。它管这个过程叫"在土壤中，沿着路径，长出结构"。

我一下就想到了那个"待着"的暑假。

这三个月，看起来是一段空白。没有课表，没有考试，没有必须到达的终点。但对于一个十八岁的人来说，这不正是最珍贵的——一片不用急着种什么的土壤？

我观察我儿子是怎么"待着"的。头两个星期，他确实在补觉、打游戏、和朋友瞎逛。我没催他。然后有一天，他忽然把书架上的《百年孤独》拿下来重读，读到深夜。第二天开始写读书笔记——不是老师布置的那种，是自己想写。过了几天，他跟着一个教程学做咖啡拉花，失败了一周，第八天终于拉出一颗歪歪扭扭的心，他拍了照发给我。

这些事，没有一件写在"大学学前准备清单"上。但它们又好像都写在某个清单上——只不过那个清单的名字叫"成为一个完整的人"。

书里还说，一切真正的成长，都要经过一条"差异路径"——简单讲，就是得允许孩子走弯路、试错、修正、再试。这是成长必经的路，没有人能跳过。驾校的课时可以速成，科目二可以一次考过，但那条"手忙脚乱到肌肉记忆"的路径，任何人都得亲自走完。

所以我觉得，"待着"不是浪费时间。它是在为接下来的大学生活积蓄一种更重要的能力——不是比别人早学了多少知识，而是知道当生活突然空下来时，你该怎么安放自己。

大学四年的节奏，和高中那种"每分钟都被安排好"的日子完全不同。很多孩子上大学后感到迷茫，不是因为他们不够优秀，而是因为他们的时间表突然出现了大片空白，而他们从来没有学过怎样在空白里，主动地、有意义地填充自己的时间。这个暑假，恰好是一次低成本的演练。

当然，也不是完全放养。暑假后半段，有三件事可以轻轻推一推。

第一件事：让他去"做一件真事"。

几年前，我一个朋友的儿子，什么都好，就是写作文挤牙膏，干巴巴的，全是套话。中考在即，语文老师都说"这孩子素材太单薄"。朋友后来做了一件事：暑假里，让他去帮卖猪肉的舅舅打了一天下手。

不是去体验生活拍拍照就走，是真的去——凌晨四点起床，帮忙搬肉、称重、找零、招呼客人。一天下来，手上沾了油腥，脚站得发酸，还差点算错一笔钱被人说了两句。那天晚上，他写了一段话，是他写过最生动的文字，从那以后，他的作文再也没缺过素材。

高考后的孩子，不需要再去"体验"什么了，他需要的是"做成"一件真事。比如：

去一家店打半个月工，自己挣一笔钱

自己联系、独立完成一次社区服务或义工

帮家人完成一项具体的、有始有终的工作

不用多，一件就够。让他完整地经历一次"从不知道怎么下手，到自己想办法把事办成"的过程。这个过程中，他会自己发现问题、自己找办法、自己承担后果。这些东西，会在他走进大学面对陌生环境时，变成一种骨子里的笃定。

第二件事：让他自己去规划一次旅行，并带着脑子去。

不用去很远，也不用很贵。但必须他自己全程经手——选目的地、查路线、订车票、定住宿、算预算。父母可以给预算上限，其他一概不管。

出发之前，让他想清楚一个问题："这次旅行，我到底想带走什么？"

不是"想去哪儿玩"，而是"我想从这次旅行里得到什么"。可以是很具体的——"我想看一次海边的日出"；也可以是很抽象的——"我想试试在一个完全陌生的地方，能不能靠自己活三天"。

旅行途中，每天花二十分钟，写下一段"看见"。

不是流水账——不是"今天去了哪里、吃了什么"。而是：

今天哪个瞬间让我心里动了一下？

今天遇到的一个陌生人，如果给他画一幅速写，我会画什么？

如果今天的行程可以重来，我会怎么调整？

这些记录不需要很长，每次三五行就够。但一个暑假下来，他会拥有两份东西：一份属于他自己的旅行记忆，和一种"在行走中观察和思考"的习惯。到了大学，无论是写文章、做展示，还是和人聊天，他都会比别人多一个角度——因为他真的看过、想过、记录过。

第三件事：如果他有特别想学的技能，支持他去试试。

但一定是他"想学"，不是"应该学"。

他可以去学吉他、学摄影、学剪辑、学做饭——什么都行。唯一的要求是：坚持一个月。因为一个月的投入，足够他判断"我是真的喜欢，还是一时兴起"。这个判断本身，比学会了什么更重要。到了大学，他会面对无数"看上去不错"的选择，提前练习过"怎么分辨三分钟热度还是真正的热情"，会让他少走很多弯路。

说到底，我们这代人习惯了一个思路：做什么事都要有"用处"。但这个暑假，或许恰恰应该让它"没用"一点。

我儿子前两天跟我说，他决定大学去旁听一些哲学课。"因为我发现，那些看起来没什么用的东西，其实挺有意思。"

这大概就是暑假最好的"产出"了——他开始有勇气去碰那些"没用"的东西，并且相信它们值得花时间。这不就是大学应该做的事吗？

如果你家也有一个刚考完的孩子，我的建议很简单：给他一片空地，别急着种满庄稼。他可以睡到中午，可以瞎逛，可以看完一整季动漫——这些事看起来"没有产出"，但恰恰是在这些不被安排的时光里，他才会慢慢听见自己真正想做什么。

高中的终点，不是大学的起点，是孩子自己人生的起点。这个起点，最好由他自己迈出去。

你家高中生这个暑假最想做什么？欢迎在评论区聊聊。

这是四篇里最短的一篇，也是文体最诚实的一篇：它不装成研究，它就是一份母亲手记。而它的说服力恰恰来自一个具体动作——把「你不打算预习一下大学课程」咽回去，只说一个「好」。这类文章的力量从来不在论证，在有这样一个可信的细节。

真正有分量的判断是那句「这个暑假是一次低成本的演练」：大学的难处并不是知识更难，而是时间表突然出现大片空白，而多数孩子从没练过在空白里安放自己。把「没事做」重新定义为一次针对空白的演练，比「该休息了」高出一个量级。后半段的三件事也有共同结构——必须由他发起、必须完整走完、必须有一个可判断的结果；其中第三件最见分寸：坚持一个月的意义不在学会，在让他自己判断这是真喜欢还是三分钟热度。而猪肉摊那一段是全文最好的例子，因为它把「体验」和「做成」分开了：不是去体验生活拍拍照就走，是凌晨四点起床、算错一笔钱被人说两句。

家长 把「空白」当成一项要交付的能力，而不是一段要被填满的时间。可用的一句话检查：如果今天他什么都不安排，他会自己去做什么吗？答案是「不会」，才是真正该担心的事。

高三毕业生自用 三件事挑一件，出发前先写下「我想从这件事里带走什么」，结束后对照着看。这个前后对照，比记流水账有用得多，也比事后总结诚实得多。

学校与班主任 毕业季的「大学先修」宣讲，可以让出一半时间给另一件事：在没有课表的日子如何自我组织。这恰恰是大学最先崩掉的那一环。

大学新生工作 如果迷茫的成因真如本文所说是「空白无处安放」，那么新生教育的重点就该从专业介绍转向时间的自组织训练——它比任何一场学业规划讲座都更早派上用场。