

## 编者按



生活中，你和孩子斗智斗勇过吗？家长绞尽脑汁想让孩子听话、懂事，希望他成为自己心目中“完美”的孩子，但有的时候并不如愿。父母之爱子，则为之计深远。为什么我们很爱孩子，孩子却离我们越来越远？

今日女报/凤网全媒体专栏《辣妈研习院》聚焦网络热点亲子教育话题，特邀亲子教育专家细致剖析孩子的成长问题，缓解育儿焦虑，助你用智慧和爱陪伴孩子成长。

家庭教育·咨询互动类栏目

家教研习院

王建平博士家庭教育



亲子教育专家 王建平博士

## # 春秋假真的要来了吗 #

近日，商务部等9部门印发《关于扩大服务消费的若干政策措施》，其中提到：“在放假总天数和教学时间总量保持不变的情况下，鼓励有条件的地方，结合气候条件、生产安排、职工带薪休假制度落实等因素，科学调整每学年的教学和放假时间，探索设置中小学春秋假，相应缩短寒暑假时间。”“春秋假真的要来了吗？”这一话题顿时引发广泛关注。

有家长担忧，假期安排可能加剧“孩子放假、家长无休”的照管压力，或影响学生的学习连贯性；也有家长认为这样能避开暑期出游高峰，实现错峰出游。实际上，目前浙江杭州、湖北恩施已明确实行中小学春秋假制度。值得一提的是，杭州还考虑到双职工家庭的难处，明确为有需要的家庭提供免费春秋假托管服务，切实解决家长的后顾之忧。春秋假真的要来了吗？家长与学生的休假时间又该如何平衡呢？

## 春秋假要放，家长顾虑更要消

在我看来，鼓励中小学放春秋假，并非简单的时间调整，背后有着多重价值考量。

一是育人价值。设置短暂而规律的春秋假，能让学生们喘口气、“加加油”，以更饱满的状态投入后续学习。

二是实践意义。俗话说“读万卷书，不如行万里路”，学习不仅是汲取书本知识，更要“用脚丈量生活”。春秋假日，让孩子们走出课堂，到田野山林感受自然变化，到社区服务中理解社会责任——这样的认知成长，是课堂教育无法替代的。

三是经济效益。假日经济学早有论断：小休闲连着大消费。孩子放了假，若能与家长的带薪休假有效搭配，显然能释放更大的消费活力。

当然，春秋假好处多，落实起来确实有各种顾虑。比如，双职工家庭本就“忙多闲少”，孩子凭空多了几天假，若家长的带薪休假无法落实，“谁来带娃”就成了现实难题；

学校的教学安排也需重新规划，缩短寒暑假、增设春秋假后，课程进度如何合理调整、教学质量怎样保证，都是亟待解决的问题；而且不同地区的气候、经济等条件差异较大，如何因地制宜推行春秋假制度，也是不小的挑战。

不过，这些困难并非无法克服。政府可出台相关政策，鼓励企业落实职工带薪休假制度，让家长有时间陪伴孩子；学校可组织专业教师团队，精心设计春秋假期间的学习与实践活动，既保证学生的学习进度，又让他们在假期有所收获；对于不同地区，可结合当地实际情况制定灵活多样的春秋假方案，不搞“一刀切”。

只要各方共同努力，充分考虑各类因素，积极寻找解决办法，春秋假制度一定能在保障学生成长、促进家庭和谐、推动经济发展等方面发挥积极作用，让孩子们度过更加丰富多彩、有意义的校园时光。

编者按

陪伴大家许久的《慧妈手记》专栏从本期迎来了温暖升级——从今往后，“慧爸”正式加入，专栏更名为《慧爸慧妈手记》！往后，我们将以“父母共笔”的全新形式，呈现更全面、更多元的育儿故事与心得。

家庭教育·成长改变类栏目

慧爸慧妈手记

## 慧妈简介 &gt;&gt;



罗畅

湖南长沙人，作家、心理治疗师。“我是愿意和孩子一起成长、勇敢在孩子面前承认自己不足的职场妈妈。”

## 开学“剪发令”！为什么孩子把头发当命

9月的风刚刚略带凉意，“开学”就成家户户的“头等大事”。

家长们忙着给孩子买文具、包书皮，学生们争分夺秒地赶暑假作业，而街角理发店里Tony老师们剪刀也抡得快冒烟了——原来，不少中学在开学前发布了“前不遮眉、侧不露耳、后不过领”的“发型令”，个别学校甚至明确要求“男生须留平头短发，女生须留齐耳短发”。于是“剪头发”成了孩子们走进校门的“必做题”，也让一场关于发型的争论炸开了锅。

## 1 发型背后的“自我认同密码”

先讲两个真事，或许能让你会心一笑。开学第一天，在杭州某初中门口，一个男生顶着“鸡窝头”被值班老师拦下。老妈当场掏出剪刀，咔嚓两剪子，孩子大哭：“你剪的是头发吗？你剪的是我的灵魂！”

而在北京某重点班，女生小陆留了三年的及腰长发。学校要求“齐耳短发”，她连夜写了封《告家长书》：“如果要剪，请把我的头发捐给白血病小朋友，不然我宁死不剪。”结果母女俩一起把长发捐了，还收到医院感谢信，班主任在全班念了5分钟。

同一款校规，两种打开方式，差距就在“有没有把话筒递给孩子”。

为什么孩子把头发当命？心理学老师的一句话点破：十三四岁的中学生正是爱美之心爆棚的年纪，对他们来说，发型远不只是“头发的形状”那么简单，更像是探索自我认同的“钥匙”。留一头长发，可能是想展现温柔气质；剪利落的短发，可能是想凸显干练性格；留个斜刘海或在发尾剪点层次，可能是想悄悄表达自己的“小

心思”。这些看似微小的选择，都是他们构建“我是谁”的重要一步。

统一发型表面上看，无非是对“头发长度”提了点要求，实则像一块“突兀的码”，可能打破孩子好不容易建立的自我认同平衡。有心理咨询机构数据显示，因仪容规范引发焦虑的青少年咨询量呈上升趋势。比如，有的孩子因为被迫剪掉留了很久的长发，在学校根本不愿意抬头跟老师同学说话；有的孩子觉得板寸发型“显脸大”，甚至不愿意出门上学。

更需要注意的是，部分学校的“发型令”暗含单一审美偏见：比如默认“女生留长发就是爱臭美、不专心学习”“男生留短发才是阳光、听话的好学生”。这种贴标签的认知，就像给孩子划定了“优秀模板”，让他们误以为“只有长成这样才对”，在最该探索个性的年纪，被迫活成“千篇一律的模板”。

## 2 “发型令”下家庭代际沟通的困境

“发型令”不只是学校与学生的博弈，更成了家庭代际沟通的“试金石”。现实中，不少家庭因为“剪发”而闹得鸡飞狗跳。

就如我们家娃，开学仅两周，就因为仪容仪表被扣了两次分。一开始是爸爸先好言相劝，并承诺“剪完给你买Switch”！他没想到儿子软硬不吃，还扬言“Switch也带不动我的颜值！”最后爸爸失去耐心，粗暴地硬拽孩子去理发，一场家庭大战眼看一触即发。

后来，我想或许换个方式就能破局：先接住孩子怕“丑”的情绪，再帮他找“合规又好看”的选择，之后还找了相熟的Tony老师操刀——把“你必须剪”升级成“我们一起想办法”，总算安抚好娃，悄悄灭了这场家庭战火。

也有家长想“折中”，让理发师少剪一点，结果因“不达标”不得不返工，反而遭孩子埋怨“说话不算数”。

家长越想“省时间、保合规”，孩子越想“保颜值、做自己”，两边频道对不上，沟通就成了鸡同鸭讲。

## 3 “抓发型”背后的“管理惰性”

作为“发型令”发布者的学校，或许没料到，执行多年、习以为常的发型管理如今会冲上舆论风口浪尖。

其实，从传统教育萌发时起，社会与教育体系就对读书人提出过仪表规范，比如穿着青衿、束发正冠等，既象征对知识和师长的敬意，也暗含“先正衣冠，后明事理”的教育理念——这大概率是当代学校制定学生仪表规范的源头和初衷。但随着社会观念与教育思想的发展，“尊重个性”已成为教育改革的核心方向，“统一发型”的管理模式稍显滞后，甚至在一定程度上反映出教育管理中的“惰性”：用标准化规训替代了对教育本质的探索。

中国教育科学研究院研究员储朝晖的观点恰好点明了这一问题的解决方向。他指出：“基础教育要注重培养学生健全的人格，将学校建造成更适合不同个体充分成长、发展的乐园，保证个体差异化发展的自主性和充足空间，为所有学生优势潜能的发挥创造条件。”

“发型令”之争，说白了就是传统教育的“老把式”遇上了现代学生的“新想法”：学校想靠整齐划一来“省心”，学生想靠发型展现个性，家长夹在中间左右为难。

可教育从来不是“管死”或“不管”的二选一。要是学校少点“非此即彼”的霸道，多听听学生的想法，多给一点选择空间，岂不是皆大欢喜？