一边是分数期待，一边是情绪出口

升学关口 爱好该不该让路？

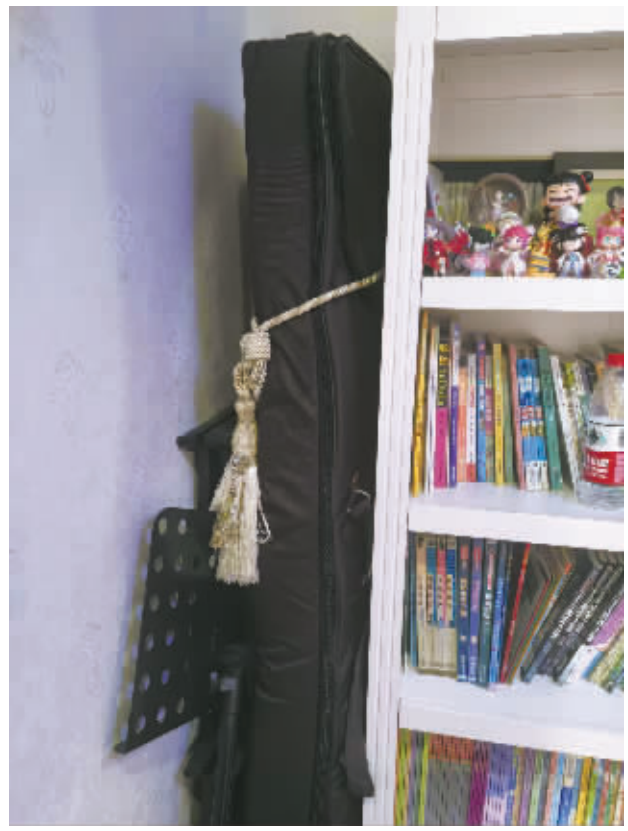
“我和女儿吵架，把她的琴谱撕了，她应该恨死我了……”日前，宁波一位妈妈打来热线电话，声音里满是疲惫和自责。

一场争执，一张被撕破的古筝琴谱，把初一期中考前这个家庭最紧绷的那根弦，一下子扯断了。

萨克斯蒙尘、古筝被遗弃在杂物间、陪伴多年的乒乓球拍束之高阁……

记者走访发现，随着学段升高，不少孩子幼时被家长用心培养的兴趣特长，又在升学压力下被家长亲手按下暂停键。

升学关口，兴趣爱好到底该不该让位？



被收拾起来的古筝。 受访者供图

1 一本琴谱，撕开了母女俩的“时间战争”

宋女士的女儿刚上初一，眼看期中考将至。上周四晚，孩子吃过晚饭后稍作休整，拿出古筝，说学业压力大，想弹琴放松片刻。

换作平时，宋女士或许不会阻拦。但眼下备考节奏紧绷，她心里的弦也绷得紧紧的，“以前可以这样，但最近是真的不行啊。”

宋女士跟记者算了算女儿每天的时间账：

到家常常接近18:15，经常没胃口，晚饭一拖再拖，往往19:00才能吃上。饭后洗漱、休整，正式坐到书桌前写作业，常常已是20:00。日复一日，孩子大多要到23:00才能休息。

“这次她说要弹一会儿琴，我一下子火就上来了，想把她的琴谱收了。没想到她一伸手夺，琴谱就被撕破了。”

女儿当场哇哇大哭，冲着妈妈吼道：“小时候我不想学，你拼命逼着我学，现在我想练一练，你又死活拦着，你是不是心理有问题？”

这句话让宋女士瞬间破防。“我并不是不讲道理，只是看着她每天熬到深夜，我一心想让她早点完成作业、早点休息，白天上课才有精神。”

为了照顾女儿，她每天等孩子睡下才敢休息，清晨5:30就要起床准备早餐，“她没倒下，我可能得先倒下”。

孩子爸爸连忙上前把宋女士劝进房间，自己留下来安抚情绪崩溃的女儿。

2 升学节点，爱好频频“踩刹车”

宋女士的纠结，并非个案。

孩子刚入初一，宋女士就加入了一堆微信群：小区学霸群、校内新生家长群、刷题打卡群……铺天盖地的升学信息、刷题消息，裹挟着家长不断往前赶。

王女士家的孩子今年读五年级，这个学期，她也把女儿的古筝课停掉了。原因很现实：每天固定的练琴时间会挤占作业时长、挤压睡眠；五年级学业压力增加，她想让女儿把更多时间倾斜给文化课。

黎先生的儿子今年初一，他分享了自家娃的“放弃时间表”：三年级停掉足球，四年级停掉萨克斯，五年级停掉乒乓球。

“这是成长过程中很现实的取舍。年龄到了，很多兴趣爱好不得不按下暂停键。”黎爸爸说，兴趣以后可以慢慢拾起来，但升学关键期，机会错过了就没有重来的可能。

孩子上六年级的付女士一家，这个暑假在孩子考完跆拳道黑带一段后，停下了坚持6年的训练。跆拳道本身不算耗费精力，但小升初节点时间冲突不断，一家人只能优先砍掉在他们眼里“非必需”的项目。

记者采访多名家长发现，从小学高段到初一，是兴趣特长集中“停摆”的高峰期。不少家长曾经花时间、花金钱陪着孩子深耕爱好，到了升学关口，又主动选择叫停。



AI制图

3 一边是分数期待，一边是情绪出口

一边是家长眼中不容错过的升学窗口期，一边是孩子珍视的情绪自留地。当兴趣遇上期中考、小升初，只有“保留”和“放弃”两个选项？

记者和几名正在经历取舍的孩子聊了聊。

一名刚上初一的男生说，踢足球是他为数不多可以不用想分数的时光，每周一次的训练，是他一周压力的释放口。

一名五年级女孩则坦然说，自己主动和妈妈商量暂时停掉舞蹈——最近作业量增加，担心兼顾不好两头落空，打算等考完试再恢复上课。

更多孩子的想法很朴素：

他们理解家长担心成绩、担心睡眠，但很难接受爱好被粗暴叫停。对他们而言，乐器、运动不只是一种技能，更是紧张学习里属于自己的喘息空间。

城区一所初中的班主任告诉记者，日常教学中她观察到两类孩子：

一部分孩子能把爱好当成调节方式，短暂练琴、运动之后，专注力反而有所提升；也有少数自律偏弱的孩子，容易在兴趣上消耗过多时间，耽误复习进度。

“我们不会简单劝家长保留或者砍掉特长，关键看孩子的状态和自律能力。备考季更适合弹性调整，而不是一刀切。”这位老师建议，与其直接叫停，不如和孩子约定缩短练习时长，把兴趣变成高效休息，而不是耗时任务。

●专家观点

鄞州区中小学生成长指导中心负责人 郑聪丽

妈妈怕女儿熬到23点，怕成绩没上去身体先垮；女儿刚进初一，作业、新节奏一起压来，弹琴是她少数能喘口气的时刻。

一个抢时间，一个找空间，冲突落在最亲的人之间。

妈妈不是不讲理，孩子也不是不懂事，只是缺乏合理的沟通以及换位思考。

根源不在古筝，也不只那一小时，而是升学压力下家庭丢了“节奏感”：把时间安排误当价值对立，把“我担心你”说成“你必须听我的”。

怎么办？这里有几个建议——

先修关系，再谈规则。

遇到冲突时，不妨先放下评判，主动对孩子说一句“撕琴谱是妈妈不对，但我担心你睡太晚也是真的”，而不是急着讲道理。

一句真诚的道歉不会削弱权威，反而让孩子学会承担，也让沟通重新有了温度。

开家庭小会，共定时间表。

与其单方面替孩子做决定，不如找个15分钟的时间坐下来，先划好睡眠红线，再一起排作业和放松时段，让孩子参与决定。被尊重的孩子，才更愿意配合。

弹性缩减，约定暂停。

如果时间实在紧张，可以把每天一小时练琴时间压缩成15到20分钟的放松时间，考试周进入“休眠”而不是“删除”。

若阶段性备考压力巨大，不妨和孩子约定一个清晰的“暂停期限”，写清什么时候恢复，到点家长主动提醒，给孩子确定的期待感，保护好这份热爱。

家长群降噪，爸爸补位。

固定时间看群，别让别人的刷题节奏绑架自家节奏。爸爸多做冲突缓冲和情绪安抚，妈妈也需要被照顾。

看孩子状态，不一刀切。

能自我调节的孩子，短时练琴、运动后专注力反而更好；自律偏弱的孩子，用约定时长和检查点来引导，而不是突然没收。

最好的答案不是“留”或“砍”，而是一家人把“你管我”变成“我们一起定”。

琴谱碎了可以补，信任伤了才难修。被看见的焦虑会变轻，被尊重的热爱会变稳。

一个能安放情绪、保有热爱的家，就是孩子面对漫长学业最珍贵的底气。慢慢磨合，找到自家的平衡节奏，就是最好的赋能。

记者 万建刚 钟婷婷