修复快、释怀早，少纠结、多通透

“15后”的友谊世界有着不一样的相处逻辑与答案



江北中心学校的孩子们课间在教室里玩耍。 记者 马亭亭 摄

近期，综艺《后会友期》刷屏社交平台，一句“成年人的友谊，大多是后会有期，也是后会无期”戳中无数人。长大以后，很多人慢慢接受关系变淡、友人离散的现实，习惯性感慨友谊有保质期。相较成年人的遗憾与纠结，“15后”的友谊世界，有着不一样的相处逻辑与答案。

友谊是否有保质期？好朋友的标准究竟是什么？当友情慢慢变淡，是否需要难过与挽留？带着这些问题，记者走进宁波小学校园，倾听他们内心真实的想法，同时记录下家长的陪伴感悟与一线教师的观察思考。



胡楹儿和从小玩在一起的“弟弟”。受访者供图

1 吵过又和好 孩子有自己的修复逻辑

友谊的甜，有时来自一句及时的关心。余姚市第二实验小学607班的龚益苒，期中考试没发挥好，心里沉甸甸的，已经做好了被调侃的准备。这时，同班的小煊走到她桌边，轻声问：“怎么啦？是不是没考好？”之后耐心帮她一题一题梳理错题。简单的关心与陪伴，消解了她心里的自卑和焦虑。同班的马宁浩也是在足球联赛失利情绪低落时，同学小高拍肩递水安慰他，“那一刻心里的沮丧一下子被吹散了。”

同伴的及时回应，往往比成人介入更能消解孩子的自我怀疑。但再好的朋友，也难免有“糖果变酸”的时候。同班的李宣影把友谊比作一颗酸甜交织的水果糖。她和同桌小谢在一次午后闲聊中慢慢熟悉，课间一起说笑，遇到难题互相讲解交流。学习时，两人会因为解题思路不一样争论起来。

“那一刻会有点不开心，感觉糖果变酸了。”李宣影说，但他们不会一直冷战，只要有人主动递出台阶，不愉快很快就能翻篇。在她看来，争吵就像糖里的酸夹心，短暂酸涩过后，相处的甜会更加清晰。

孩子之间的冲突，很少指向关系本身。607班的吕培文和好友小马平日里形影不离。一次课间打闹，小马拿走了他的笔，追逐间钢笔被摔碎了。吕培文愣在原地，一整天没有搭理小马。但到了第二天，别扭散去，两人照旧一起玩耍。“好朋友之间，本来就不需要计较太多。”吕培文说，两人之间没有正式道歉，却用第二天的照常玩耍完成了一次友谊的修复。

低年级孩子的友谊，则更加直接、热烈，关系的修复也更加自然而然。余姚市兰江小学一年级的章佳桐理解的好朋友，就是愿意一起玩的人。有一回她走路摔倒，一旁的好朋友笑出了声，她觉得委屈，当场吵了起来。不过一天之后，两人又手拉着手玩耍。“我们吵架归吵架，从来不会真的疏远。”章佳桐说。

孩子们为什么能“吵完就翻篇”？宁波市骨干班主任、余姚市第二实验小学的胡春波老师从事班主任工作近30年，在她看来，成年人纠结友谊长短，小孩子只在乎当下真心。

她注意到，小学生友谊破裂几乎没有原则性矛盾，大多源于细碎的日常：最常见的是公平感失衡，玩具分配不均、被朋友冷落、结伴玩耍被落下，都会让孩子瞬间否定友谊；其次是专属感被打破，好友结交新伙伴、夸赞他人，容易催生失落与嫉妒；更多时候是情绪冲动主导，孩子共情与自控力尚未成熟，一句玩笑、一次分歧，就能引发争执和冷战。“家长和老师千万不要过度放大孩子的矛盾，更不要教孩子记仇、攀比、捆绑交友。”胡春波说。

孩子之间的争吵、疏远、和好，都是宝贵的成长体验。顺势引导孩子换位思考、包容他人、合理表达情绪，教会他们既能真心相伴，也能坦然释怀，在一次次分分合合中提升人际交往能力。

2 淡了不强留 别离也是成长的练习

如果说争吵考验的是孩子修复关系的能力，那么别离和关系变淡，考验的则是他们面对失去的心态。

余姚市兰江小学一年级的胡楹儿，和比她小几个月的“弟弟”从小玩在一起。相处中争执也常有，甚至会被气哭。但每次只要对视一眼，两人就能笑出来。后来胡楹儿转班，两人不能天天见面，各自也交到新朋友，但情谊没有变淡。如今在校园偶遇，他们会隔着人群大声喊对方名字，心里感觉暖暖的。别离没有切断情谊，只是换了一种相处方式。

孩子并非不懂关系会变。江北中心学校303班晏峻说：“我觉得好朋友的关系会变淡。比如到了小学毕业、升入初中，我们会结交新朋友，朋友数量越来越多，就可能渐渐忘掉小学时期的朋友。好朋友也可能交到新朋友，他要接触的人越来越多，忘记我很正常。如果我的好朋友不理我了，跟别人玩耍，我心里也有一点点酸酸的。遇到这样的事，我想周末约他出来玩，或者做一点自己喜欢的事情，渐渐忘掉他。”502班姜佳悦的比喻更直白：“如果我的好朋友不理我，我会觉得很难过，就像听歌一样，她是我的单曲循环，我是她的随机播放。”

孩子并非不懂关系会变，只是他们处理失落的方式更具体：约朋友周末玩一次、做点喜欢的事，或者用一句比喻把难过说清楚。

孩子纯粹的交友方式，也让家长有一些感悟。章佳桐妈妈从不刻意干涉孩子的交友选择，充分尊重孩子的相处模式。“小朋友吵架、和好、疏远、结交新伙伴，都是成长的常态。”她会借着日常小事，温柔引导孩子学会包容、真诚待人、好好沟通。胡楹儿妈妈也秉持顺其自然的教育心态。在她看来，让孩子在自由相处中学会珍惜、学会释怀、学会独立处理关系，远比拥有一段“永久不变”的友谊更有意义。

两位妈妈的选择，折射出一种共同心态：不替孩子定义“谁是真朋友”，也不把每一次变淡升级为“关系危机”。

宁波市心理学科名师、宁波市教科所学生成长指导中心周雪燕老师表示，从发展心理学视角看，童年友谊是孩子从家庭走向同伴群体、逐步融入社会的重要途径。

小学阶段孩子的友谊会随心智发展呈现不同特点：低年级重在“一起玩”，关系来得快、和好也快；中高年级开始看重真诚、信任与彼此忠诚，会因冷落、分歧、好友结交新伙伴产生失落与嫉妒，这是自我意识与共情能力发展的正常表现。

在周雪燕看来，争吵、冷战、别离，并不是友情的失败，而是学习冲突处理、情绪表达、换位思考的契机。我们不必用成年人“友谊长久”的标准去要求孩子。

家长和老师要多倾听、少包办，不强行干预、不站队评判。引导孩子懂得：相伴时真诚珍惜，离别时坦然释怀，在关系的分分合合中培育心理弹性，这才是童年友谊带给孩子最珍贵的成长礼物。

记者 樊莹 马亭亭