

## 伴随年龄增长，青少年对独处的厌恶感会下降，反而对独处的喜好会增加。孩子们会逐渐对独处和社交有着更明晰的判断。

线上社交的方式，看起来仍是通过游戏或者其他爱好固定自己的社交圈，和过往的“80后”“90后”没有本质上的区别。另一方面，如今的孩子们更加依赖线上社交，因为他们在学校的线下社交正在被不断压缩。

此前，北京大学教育学院林小英副教授与许知远在《十三邀》第六期节目中的对话在网络上引发了热议。林小英在节目中谈到，当前的教育系统过于注重升学预备，而忽视了教育的其他重要维度。“基础教育应该完成两个使命：基础性和预备性。”她说，“但现在的教育系统似乎只为升学做预备。”

林小英进而提出了一个观点：学校应该留出空间，让学生学会“玩”的本领。这看似无用，实则是艺术的源泉，是在除了“卷”学历以外，找到更多出路和可能性的一把钥匙。

接受《新民周刊》采访的孩子们，来自上海和其他城市。他们不约而同地提到，随着年龄增长，尤其是三年级开始，自己的课间10分钟愈发频繁地被占用。孩子们会抓紧剩下为数不多的时间，去一趟洗手间，或者继续在座位上写作业。很少有人会和同学走到走廊和操场上玩耍。

另外，孩子们在课后时间，即便不去补习班，也没有太多机会和身边的同学、朋友单独相约出门玩耍。更常见的情况是家长组织，为彼此的孩子创造社交的机会。这当然有其客观因素，譬如公共设施老

化、存在尖锐危险物体、活动场所车流量大等隐患，也是家长不放心孩子到社区玩耍的重要原因。

对此丁雪辰认为，家长介入和干预儿童的社交活动，多数是出于安全考虑，担心儿童自己出门遇到危险，同时也希望儿童在家长放心的领域活动。不过，常常会出现家长过分干预儿童社交的情形，如规定好时间地点活动内容，阻止与某些同伴来往等等。实际上，家长把方方面面都安排好，看似是一种安排妥当的“避雷”方式，却也在一定程度上降低了儿童的好奇心以及对于外界的探索欲。

伴随着课间10分钟以及课余时间社交和玩耍的减少，越来越多的孩子在线上社交，或是已经开始习惯接受独处、没有社交圈的现状。在采访中，有孩子觉得“交不到朋友”“很难交朋友”，或者感觉“交朋友太累”“孤独也挺好挺酷”。

朗朗告诉记者，自己平常在学校懒得在课间参加和同学的交流，“他们聊得有点幼稚。无非是玩什么游戏，喜欢谁，讨厌谁。聊这些我觉得没什么意思，反正两年后就毕业了，大家也就再见了。不如把时间节省下来，早点写完作业，回家还能多休息一会”。

每逢周末，朗朗往往在周六上午就写完了所有作业。剩下的时间他要么在家里玩一会游戏机，要么出门跑步。在这些课外的休闲时间，朗朗也倾向于独处。

对于上述情况，丁雪辰在接受《新民周刊》采访时表示，独处有一定的复杂性，“独处可能伴随着孤独等负面情绪，但也可以带来放松和压力减轻，同时不被外界消极信息所困扰。不过对于小学生而言，独处的代价是高于益处的，不参与社交会影响小学生社交技能的习得，降低自身在学校里的社会支持，出现各类情绪问题”。

丁雪辰也认为，课间10分钟对于小学生同样重要。“课间10分钟是有必要的，不仅是为了让学生喝水和上厕所，更是为了让学生调节情绪、放松身心。心理学研究表明，人的注意力无法长期维持，学习的过程中如果一直不休息，反而不利于知识的吸收。小学生的执行功能发展还不成熟，要长时间专注是非常困难的，因此课间时间很重要，也符合小学生身心发展的规律。”丁雪辰说道。

不过在丁雪辰此前的研究中提到，从童年早期到晚期，独处偏好对于个体情绪问题的影响会逐渐增大，直至青春期达到高峰。但随着个体步入青春晚期和成年早期，独处偏好的负面影响会逐步减弱。

上述研究表明，伴随年龄增长，青少年对独处的厌恶感会下降，反而对独处的喜好会增加。年长的青少年在独处时更能够自己的情绪，并利用独处时间思考解决问题的方法，因而随着年龄增长，个体由于独处偏好导致情绪问题的可能性也相对减小。

正如丁雪辰所提到的，独处有其复杂性。随着年龄增长，孩子们会逐渐对独处和社交有着更明晰的判断。✎