



这个暑假,去做你想做的事

【文/青年报记者 刘晶晶 图/新华社、受访者提供】

高考后的这个暑假,在每个参加过高考的考生心目中总是特殊的。过了这个夏天,似乎就要成为真正的大人了。刚刚结束2024年高考的考生,该如何迎接并度过这段时光?我们找来了四位大学青年教师,以他们的“曾经”启发你们的“即将”。

追星吧,少年

“高三这个暑假,大家应该都会很憧憬,无论怎样度过,都不要觉得后悔,因为它永远是独一无二的假期,所以不要有心理负担,尽情去享受吧。”

——上海体育大学心理学院教师陆颖之



陆颖之是浙江人,2007年高考后的那个暑假,她印象最深的三件事,都和“追星”有关。那年新东方还没开始做直播,从没有一个人离开过家乡的她,报了一个上海新东方的英语课,一个人“闯荡”大上海,“那是我第一次独立在另外一个城市度过了十几天,提前感受了下大学的集体生活,呼吸到了自由的空气。”

十几天封闭式的训练,陆颖之兴奋地感受到了很多个第一次。第一次住集体宿舍,第一次体验公共澡堂,这都让她感到新奇,最有趣的是正是这次集体生活让她“种草”了一个综艺节目,进而成为“追星一族”。

寝室室友都是全国各地不同地方的人,有比她年纪大的,也有比她年纪小的,“当时宿舍有两个比我小的初高中生妹妹,在疯狂追07快男,就带着我们一起追,那时最喜欢苏醒。直到现在0713复出我看到他们也还是觉得很开心。”

追明星的同时她还在追“体育星”。陆颖之之所以报考上体,是因为她是个体操迷,“我自己不会体操,但就是从小喜欢体操。会追比赛,剪报纸,还会给我喜欢的运动员做网页。”高考结束后,她开始“恶补”之前来不及看的比赛,还花了很多时间收集视频,还自己学着给喜欢的运动员剪视频、做网页。

陆颖之并不觉得追星是件“不正经”的事。“理智地追星是会给你带来正能量的,我后来遇到一些困难的时候,就会去看看喜欢的人的微博,会感到受到了激励。”她说,“而且因为喜欢,你会去学很多自己不会的技能,比如做视频做网页都是我当时自己琢磨的,后来进了大学发现很多计算机的基本技能我都会了。”

陆颖之认为,高考结束了,就应该给自己一段时间,放开了去做自己“超级喜欢的事情”,可以把因为高考不得不“收一收”的爱好重新拿出来,实实在在地去尝试一些事。

在她看来,如今的高三毕业生能获得的信息比自己那时候要多很多,但作为高中生,大部分东西都只是看到的,而不是自己经历到的,“所以容易陷入一个比较虚无的状态里。如果在看到的同时,花时间真正去经历的话,会有更加切实的感受。”

种地吧,少年

“因为看着这些农作物发芽生长的过程,会让人体会到感恩的心情。远离城市的喧嚣,到乡村里可以感受到更安静的氛围,也能让人心情愉悦。”

——上海理工大学环境与建筑学院教授、博士生导师刘宁

刘宁来自于山东农村,高考后的那个暑假,她印象最深刻的是种地的经历。“我家在农村,条件有限,并没有像很多人那样选择去旅行,基本上就是在家放松。”家里有地,但以前一心理头苦读,刘宁并没有什么机会去干农活,正好这个暑假没有了学业负担,她就开始了“种地生活”。

芒种时节,正是种玉米的时间。“6月份小麦收割完了之后,就开始播种玉米。”要浇水施肥、拔苗除草,那年夏天还挺热,顶着大太阳在地里劳作,满头大汗。虽然辛苦,但刘宁也常常感觉到“治愈”。“你会看着玉米苗一点点拔高,慢慢长大,暑假两个月过后,它就能长挺高了。”刘宁说,虽然收获玉米要到10月份,她已经去读大学了,看不到收获的成果,但看着亲手种下的玉米拔高的过程,就挺开心的。

其实回想起高考结束后的那个暑假,刘宁觉得也挺忐忑的。主要是填报志愿时,会遇到选择上的迷茫。“我那个时候网络还不发达,专业选择时什么都不懂,就是去找高中老师或家中有大学生的亲戚朋友等熟人进行咨询。我也不太了解大学的专业之间到底有怎样的区别。”她说,也可能是与大地与自然的亲近感,在经过多方咨询并结合自身优势和兴趣后,她最终选择了生物工程专业。

她建议现在的考生,可以尝试去做个“种地少年”,去乡村种种地体验下劳作。刘宁笑说,当你体会到种地的辛苦,出一身汗的时候,可能才会真切地感受到原来坐在凉快的教室里上课是多么舒服的一件事,“说不定会更坚定好好上学的信念。”

生长在城市里的孩子很少能体验到农村里的生活,刘宁说,走到田间去,也是一种接地气的社会实践,“其实现在的田园生活比之前进步很多了,你能感受到我们国家科技的进步,种地很少手工操作,更多是机械化了。”看看乡村的巨变,或许也能给一个学生带来未来专业道路选择上的触动——“说不定就会选择我们环境工程专业了,力争让天更蓝、山更绿、水更清。”她笑说。



高考后的暑假,对于每位考生而言,都是一段特殊而难忘的时光。这是他们由青春迈向成熟的转折点,也是他们追逐梦想、探索自我的起点。这个夏天,少年们可以放飞自我,勇敢尝试,去追寻内心深处的热爱与梦想,因为这段时光,注定会成为他们人生旅程中独一无二的美好回忆。

学做e人吧,少年

“现在很多高校在发放录取通知书的同时,都会有新生的微信群或者QQ群,我觉得其实可以不要那么社恐,积极地去提早认识未来的同学,为大学生活去做一些准备。”

——上海外国语大学西方语系团委书记、辅导员景飞鹏

景飞鹏说自己是个i人,但在高考结束的那个暑假,他做了不少看上去像是e人会做的事。

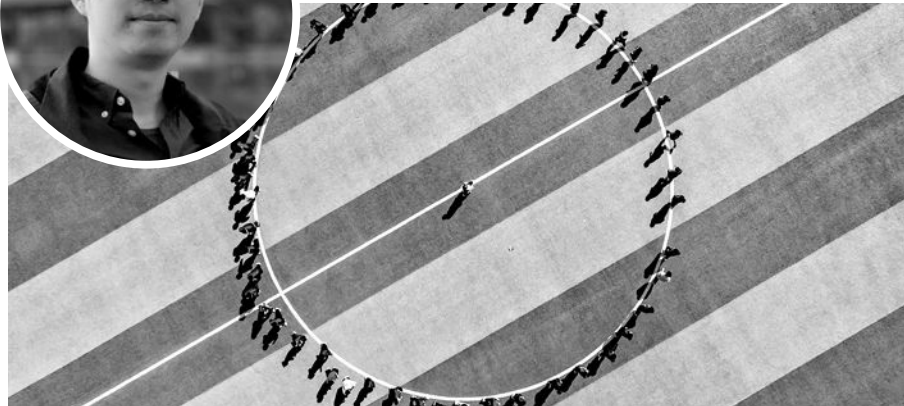
高考结束后,景飞鹏报了一个钢琴班,“我从小就对钢琴感兴趣,表姐家有一台钢琴,每次去她家我一定会去玩一会儿琴。但因为一直忙学业,没办法正儿八经地学习。高考结束后,我觉得可以给自己来个正规的训练,也算是圆梦。”就这样,一个暑假之后,他的水平可以考4级了。这个兴趣爱好也被景飞鹏延续到了现在,他家里就有一台钢琴,平时会把弹琴作为消遣。

那时的景飞鹏用现在的话说还是比较“社恐”比较“i人”,“其实自己独立地去做一些事情比较少,报钢琴班成了一次自我锻炼的机会。我都是自己出去找机构,自己去上课。”那个暑假里其他的时间,他则用来和高中的同学聚会,也是告别过去的一种仪式,“所以那个暑假,感觉自己变成了个e人。”

但让景飞鹏觉得遗憾的是,自己的“e人进行时”还做得不够。他现在每隔两年就会迎接一批新同学,也会跟同学们分享自己的经历,“让我后悔的是,刚进大学时,在和家里人、高中同学打电话的同时,反而没有很认真地去认识身边的人,或者说很积极地去了解身边的同学,去了解大学生活是什么样的模式,所以我感觉自己适应大学生活的时间比其他同学要久,是到了大二才开始享受大学生活,如果说能更早就做一个心态上的准备,我就能更早地感受到大学的魅力。”

景飞鹏说,在与高中生涯告别的同时,每个进入大学的高中生都会有一些对于未来大学生活的焦虑。他表示,当你和其他同学有了一些基本接触之后,可能就会发现大家的心态都是非常相似的,而对大学的担心,未来陌生生活的不好的预设,可能也都仅仅是想象而已,就不会不那么焦虑了。

而当心态上放松下来,对于即将到来的新生活才会抱着一个开放的、从容的态度,进入大学的适应期缩短,也能尽早地对于将来的生涯规划有所思考。



做好准备吧,少年

“你需要知道这个专业未来是做什么的,自己需要做哪些准备,去做一些实实在在的事,旅行也好,学习技能也好,总之需要做一些准备。只有了解的同时才能更热爱,也才能在进入大学后更顺利地融入专业学习中。”

——同济大学建筑与城市规划学院副教授屈张



屈张的“后高考”生活,学了画画,练了羽毛球,去了趟意大利。

屈张练羽毛球是为了锻炼身体,“高考前不敢多搞体育运动,怕受伤,高考之后就稍微放纵了一下,打得比较尽情。”而去学画画,就是因为专业的关系。屈张报的是建筑系,本身高考不需要美术基础,但从专业本身来看,有一点美术基础会更好,所以他去画室学了一段时间。

屈张去旅游同样也是为了专业做准备,“建筑专业本身就要了解很多建筑史,选择意大利也是因为那边有丰富的建筑文化历史。我想去看一看,因为现场看到的,才会给你最直观的感受,留下深刻的印象。”

屈张当时去了罗马、米兰、佛罗伦萨、威尼斯,给他触动特别大的是米兰大教堂,“米兰大教堂是一个哥特式建筑,有上百个哥特式尖顶,当我站在广场前面,看到高耸的白色尖塔矗立在我面前的时候,感觉非常震撼,是看照片完全无法想象的。”

屈张是陕西西安人,出生于建筑世家,从小耳濡目染,立志要成为建筑师,同济大学也是他的“梦中情校”。而正是这短短十来天的旅行,让他对从事建筑专业产生了更坚定的信念,“你会想象,未来做出来的作品,有可能会很长时间地矗立在一座城市的某个角落,并成为这座城市一个很重要的标志,或是受到大家的喜爱。当我站在真实的建筑面前,可以实实在在地意识到这个专业能带给我的成就感。”

现在的高三考生,有更多的机会可以看世界。近年来一直在大学里当班主任的屈张也建议同学们,把握好高考后进入大学前的这段时间,“首先当然是放松,给自己一段休息和玩的时间,调整疲惫的身心。此外,对于本科新生来说,还是要尽快地去了解和熟悉自己所选的专业。”

屈张说,他发现很多学生在高考之后对于自己选的专业并不是很了解,“我确实碰到过有的新生,因为什么都不知道,进来之后发现所选的专业和他所想的不一样,就会面临心理上很大的起伏,进而难以适应大学生活,对于未来的规划发展也会有影响。”

