

高中三年，选择住校还是走读？

——教育工作者和心理专家分析利弊

本报记者 田雁 摄影 韩莹

7月12日至14日，我市高一新生集中报到，暑假结束后，他们就将开启三年的高中生活。据了解，我市除了部分学校要求住校外，大部分高一新生都会面临“住校还是走读”的选择。

走读和住校各有哪些利弊？哪些学生适合住校？选择住校后应注意什么？连日来，记者采访了多位教育工作者和心理专家，为广大学生及家长权衡走读与住校提供建议。



观点一

住校有助于学生专心学习

大同市博盛中学董事长左尚云认为，进入高中阶段，学生应逐步学会独立生活，而住校有助于培养学生的集体生活能力、生活自理能力、社会交往能力等，还能提前适应大学生活，具有诸多优势。他建议有条件的高中生选择住校。

“住校有助于学生实现高效的时间管理。”左尚云说，高中生住校能节省上学放学的通勤时间，有助于提高学习效率，无需在交通往返、学校家庭等场景中转换，可长时间集中学习注意力，同时在积极向上的学习氛围中，会更加专注于学业。住校后，离开家庭的照顾，学生就需要学会自己照顾自己，有助于培养独立生活能力。这种独立生活的体验能够帮助学生更好地认识自己，学会独立思考和解决问题，学会处理与他人的关系，为将来步入社会打下基础。住宿生活也为学生提供了丰富的人际交往机会，学生需要与来自不同家庭背景、性格特点的室友相处，这种交往过程能够锻炼沟通能力、团队合作能力和解决冲突的能力，同时通过参加学校组织的各种社团活动和比赛，还能结识更多志同道合的朋友，大家为一个共同的目标而努力，一起经历成长的风风雨雨。

“大同二中作为半寄宿制学校，在助推学生成长方面还是好处偏多。”大同二中高一年级主任于贤云表示，住校可帮助学生节省时间、作规律作息，远离干扰、专心学习，培养能力、锤炼定力，增进沟通、释放压力，和谐关系，强大内心，平衡自我、认识自我。她认为，选择住校是对自我的一种挑战，是对毅力的锤炼，是一种在同龄人的圈子里审视自我、成长自我的“破茧”。

有家长担心高中生处于青春期，情绪波动较大且面临学业压力，在校住宿缺乏父母关心或易影响心理健康。对此，于贤云介绍，大同二中设有专职心理教师，定时开放心理咨询。该校还实行全员导师制，每位科任教师需担任学生的导师，定期与学生交流沟通，了解其学习、生活及心理状况。她认为，孩子进入青春期后，在与家长的交流中，往往会出现这样那样的问题，造成一些不良情绪无法及时排解，很容易形成心理负担。而与同龄人生活在一起，更容易及时通过

与同学的有效沟通，随时调整并化解情绪问题。宿舍是集体生活的地方，需要互相理解与包容，有利于孩子的心智成熟。住校也是社交能力、自我管理能力、生活能力的综合考验，和谐、友爱的宿舍氛围可以为高中成长赋能。



► 博盛中学学生在宿舍清洁卫生、整理床铺。



◀ 大同二中学生
在学校食堂就餐。

专家建议

采访中记者了解到，不少家长认为，孩子住校后，可以省下上下学路上的时间，能把有限的精力全部用到学习上，同时也能锻炼生活自理能力，更有利于孩子们成长。

记者走访我市部分高中发现，每年都有一些住校生因各种原因而退出。有的自制力差的孩子因为家长不在身边，少了层约束，就在学习上松懈下来，时间一长影响了学业，成绩下滑，家长不得不让孩子搬回家，改为走读。还有些住校生因为和宿舍里的其他同学有矛盾，不能融洽相处，导致在宿舍里呆不下去而退出。

“是否住校，要根据家庭的实际情况和孩子的具体情况来决定，从学校距离远近、独立生活能力、自主学习能力、个人意愿等多个维度去考虑。”山西省教育厅专家宣讲团成员、大同市儿童青少年心理卫生研究所教师滕善说，独立性较强、适应能力较强、自主学习能力较强、善于沟通合

作的学生，会在住宿生活中更懂得自我照顾，更能适应从家庭到学校的环境变化，更能在没有家长监督的情况下学习，也更容易在宿舍生活中与同学们融洽相处。

选择住校是不是容易出现身心问题？就家长们普遍关心的这一问题，滕善老师以寄宿制学校心理咨询室和社会上心理机构接待的来访学生心理问题的构成比例进行了分析。他说，住校或走读与学生心理健康状况并不相关，在文献中也没有类似研究数据可以佐证学生心理、精神问题与住校有关联。除个别住校生因适应不良导致心理行为问题外，绝大多数住校生并没有表现出明显的与住校有关的心理或行为问题。也就是说，住校并不是学生出现心理问题的主要原因，而那些因住校导致心理问题的学生，其在个性上已有潜在的导致身心问题因素存在。比如，一名因不能适应住校而导致校园恐惧的学生，其个性上很早就表现出过度依赖

观点二

走读还是住校因人而异

活条件的改善，家长教育认知水平的提高，更多家长会尊重孩子的意愿，更多从有助于孩子学习进步的角度考虑问题。

马占国认为，走读能更好地保障孩子衣食住行等基本生活，更能满足当今孩子对自由、自主的需求，比如说上网课、读课外书、亲子聊天对话、个人空间布置等私人事务。同时，走读能实现家长在孩子青春期及时了解孩子思想状况，及时化解孩子思想困惑，掌握孩子在校情况的目的。当然，对于自控能力差，学习生活已被电视、手机等因素严重干扰的孩子，家长工作特殊，无法兼顾照料孩子生活起居的，孩子正值青春期，叛逆思想严重，亲子关系不和睦，家庭环境不利于学习生活的，这几类情况选择住校更合适。

走读好还是住校好，学生最有发言权。正在南开大学上大二的王博文，高中三年始终是走读，他告诉记者：“选择住校还是走读，还是要根据个人情况来定。由于我本身睡眠质量不佳，只有在家才睡得好，所以选择了走读。还有就是高中阶段学习压力大，能够每天回家跟父母聊聊天，谈谈自己的想法，学习状态也会好很多。所以我从心底感谢父母，是父母陪我度过了艰苦的高中生活，正因为父母的支持和开导，我才能考出这样的好成绩。”

应参考孩子意愿理性选择

和缺乏安全感的心理倾向，住校只不过是一种诱因。

因此，家长在考虑住校还是走读时没必要过度焦虑。滕善老师表示，绝大多数孩子都适合住校，但是如果孩子坚决不同意，家长也不要强求。如果孩子非常希望体验住校生活，那也不妨让孩子感受一下，一旦不合适也可以重新选择走读。只是在决定让孩子住校时应提前做好一些必要的准备，在他们刚住校的前三周内，要常和孩子或老师联系，了解孩子的情绪、行为和学习情况，如果发现孩子情绪异常，经常生病，或在学习上、人际关系上有问题，要及时帮助解决。

无论孩子住校还是走读，家长都应好好珍惜与孩子相处的时日，学校再好也无法替代父母的教育和陪伴。真正的独立教育，是给予孩子满满的安全感，让孩子带着爱前行，即使有时难免孤身一人，也能充满勇气和力量。