



小达人

“各位游客,大家好!欢迎来到杜甫草堂……”一个扎着马尾的女孩站在游客面前,她声音清亮,手势舒展,正在为大家讲解诗文背后的故事。周围的游客越聚越多,有的听得入神、频频点头,有的轻声跟同伴说:“这小姑娘讲得真好。”

“讲解不是背稿子,走在草堂里,一草一木都和诗有关,就像和千年前的诗人对话,我想用自己的声音,传播中华优秀传统文化。”这个从容大方、笑容灿烂的小讲解员,就是成都霍森斯小学五年级2班的刘戡含,主持、朗诵、象棋、写作、书画都是她的拿手好戏。本期,让我们走近刘戡含,看看她的成长地图里,藏着哪些故事?



热爱生活的刘戡含。



刘戡含担任小讲解员。



享受围棋对弈的刘戡含。

每一面都认真,每个“我”都精彩 “多棱镜”女孩的成长地图

本报记者 马晓冰(图片由受访者提供)

◆“台上”发光◆ 全情投入,讲好每一段文化

“两年前,我第一次当讲解员,面对游客,心怦怦直跳。”刘戡含回忆。那时的她只有8岁,站在四川大学博物馆民族主题展览厅里,讲解词背得很熟,可一开口还是紧张。

“好在当时我面前的几位老爷爷特别友善,给了我很多鼓励,让我渐渐放松下来。”那次讲解后,刘戡含找到了感觉,不再怯场,“万事开头难,现在哪怕面前站着几十人的团队,我也不会慌了!”

现在,志愿讲解服务已成为刘戡含最喜欢做的一件事——既能锻炼自己,又能服务他人,还能传播文化。2025年下半年,她在四川大学博物馆讲解了32场,为近千名游客提供了细致、周到的讲解服务;2026年,她又走进杜甫草堂,为游客讲解诗文背后的故事,传播中华优秀传统文化。而这份站在大家面前的闪闪发光,不只是台前的光鲜,更离不开克服紧张的勇气和日复一日的积累。

为了把展品背后的故事讲得真实、生动,每次讲解前,刘戡含都会提前查阅资料、熟悉历史背景、反复打磨讲解内容。面对游客,她谈吐自然、耐心细致,认真讲解文物故事、诗词渊源和传统文化知识。在一次次志愿服务中,她走出课本、走进历史,用少年最纯粹的方

式传播文化、传递美好。她越来越体会到:学习文化的意义,不仅在于自我沉淀,更在于主动分享,把情感传递出去,把文化传播开来。

“孩子第一次登台,是她读幼儿园大班时主持新年晚会。”当时的情景,爸爸刘仁富记忆犹新,“还不到6岁的她,个子小小的,站在台上却落落大方,心理素质比我们大人还要强。”后来,在爸爸妈妈的鼓励下,刘戡含抓住每一次登台锻炼的机会,语言表达能力愈发出彩。“每当学校有展示活动,她和家长都积极报名参加。在一次次舞台历练中,她的主持特长慢慢绽放出来。”班主任曾佳说。

刘戡含的好朋友小一提起“最佩服她的一点”时认为:“她特别勇敢,而且总是活力满满。我假期给她打电话,她常常在做讲解员。能在那么多人面前公开演讲,一点也不‘社恐’,真厉害。”

除了学校和文化场馆,社区也是刘戡含散发光彩的舞台。“表演也是我的兴趣之一。让我印象最深的,是出演改编版《匹诺曹奇遇记》,我演其中的小灯芯。她很贪玩,是匹诺曹的好朋友。这个剧目曾在成都市武侯区、双流区的相关活动,以及玉林社区戏剧节上演出。”在理解和表达角色方面,刘戡含有自己的考量,“排练时我使劲琢磨,小灯芯说话该是什么语气?走路该是什么样子?怎么把她那种活泼劲儿演出来?”

“功夫不负有心人。”正式演出时,剧目很受欢迎,台下笑声一片。舞台上的锻炼,让刘戡含更加直观地感受到语言表演的魅力,也让她更加敢于表达、乐于表达。

◆“台下”成长◆ 严于律己,温暖身边人

走上舞台,回归小学生的日常生活,刘戡含的课余时间同样丰富多彩。象棋、读书、写作、画画、书法,这些都是她课余生活的“调味剂”。她爱蘸墨落笔时的沉静,喜欢在棋盘上交锋的畅快,也享受思维在书页间徜徉的自在。刘戡含活泼好动,却也能静得下来。学传统技艺,她有耐心,也肯坚持。

“书法静心,国画养趣,象棋炼思。”刘仁富觉得,这些爱好对孩子的成长有好处,也能磨炼心性。只要她不觉得是负担,时间够用,家里就支持她学下去。

“我心目中的刘戡含有很多才艺,会主持,还会画画,总能给大家带来欢乐。我看过她的画,画得特别漂亮!”同学提提的语气里满是佩服。

刘戡含自己倒不觉得这有什么特别,喜欢什么就认真学,开始学了就好练。“我精力充沛,既能够沉下心来认真读书学习,也乐于在兴趣爱好上琢磨、追寻。”她说。

“我是学生,肯定以学习为主。兴趣爱好,我会利用放学后、周末和假期去发展。”谈起自己的“时间管理”原则,刘戡含没有丝毫含糊:先学好文化知识,再去发展爱好。

在学校,她专心听课,认真完成学习任务,科科优秀;课后,她养成了阅读、练笔的好习惯,这对提升她的思维深度和语言表达能力都有很大帮助。“该学的时候专注学,该玩的时候尽情玩,两边才都不耽误。”在老师和家长的提醒、帮助下,小小年纪的刘戡含已初步尝到自律的快乐。

“这个孩子对待学习认真踏实,待人友善,还会帮助学习薄弱的同学补习功课。”曾佳欣慰地说,“她心思细腻,善于观察身边点滴,总能敏锐地留意到旁人容易忽略的小事,愿意主动伸出援手,温暖身边的同学。做事时默默付出,不求回报,也不求感谢,这份纯粹与善意,特别值得赞扬。”

这也让刘戡含在班里“人缘”很好,收获了满满的友谊。“每逢班级文化赛事等活动,她都会和另一位文娱委员一起亲手制作各类装饰材料,用心装点教室,为班级营造温馨美好的环境。”曾佳

表示,作为大队委和班级文娱委员,刘戡含很乐于服务同学与班级,哪里有需要,她总是热情主动、尽心尽力。

“有空的时候,我最喜欢和好朋友、同学一起玩。看电影、游泳、在小区散步聊天,分享零食,简简单单,快快乐乐。”说这话时,刘戡含语气里都是笑意。

◆一路上上◆ 不怕跌倒,在陪伴中生长

8月底,刘戡含参加了2026年四川省青少年象棋锦标赛成都市选拔赛,苦战7轮,惜败于对手。最终排在小组第四名,仅差一名,与省赛“入场券”擦肩而过。爸爸还在扼腕叹息,她反倒先平静下来,坐在棋盘前一步一步复盘,正视自己存在的短板。“输赢只是一时的,真正重要的是在比赛中学到东西。一次失利,并不能定义人生的追梦之路。”父女俩一起总结道。

“成长路上总会有得有失,关键在于如何看待,如何在失意时调整好心态。”刘仁富说,孩子遇到挫折,他和孩子妈妈不会一味安慰,而是等她情绪平复了,再陪她坐下来,一起复盘,一起找原因。慢慢地,刘戡含养成了平和的心态,懂得不是每一次努力都有理想的回报,重要的是享受过程,坦然面对。

除了失意时的支持,日常生活中,爸爸妈妈也一直温柔地陪在刘戡含身边。上周,她在家准备一幅美术作品。爸爸带着刘戡含的弟弟下楼去玩,妈妈则留在家陪她。母女俩,一个画画,一个看书,偶尔聊上几句,相视一笑。陪伴,或许本身就是一种无形的支持。平日里,刘戡含时常跟爸爸妈妈分享她的想法,或是聊起学校里遇到的趣事。“只有我写作业时,我们家才会全程静音。这是为了让我能全神贯注,养成好习惯。”刘戡含笑呵呵地说。

在支持孩子多元发展方面,刘仁富也有自己的“育儿之道”。“她现在的很

多爱好,最初都是我们提议的。”他说,“幼儿园阶段,我们让她接触过各式各样的项目,不断尝试、多多体验。”有大致了解和亲身体验后,再让她从中筛选,找到自己真正热爱的方向,语言表达就是其中之一。

在曾佳眼中,刘戡含家长的教育方式值得借鉴:“他们会充分尊重孩子自己的想法,从不强迫她参加不喜欢的项目。在参与各类活动时,家长也细心陪伴,关注孩子成长中的方方面面,支持孩子多元成长。”

家庭的尊重与陪伴,与学校的育人理念不谋而合。学校一直坚持“成就每一个孩子独一无二的童年”的办学理念,依托“幸福星期五”拓展课程,为孩子们提供发展个性的空间;同时深耕传统文化教育,常态化开展书法、诵读、书香家庭评选等活动,为学生走近传统、传承文脉搭建平台。刘戡含就在这样的家校氛围里汲取养分,向上生长。

“我是一个元气满满的女孩,心里装着满满的热爱。爱家人,爱学校,爱老师,爱同学,爱学习,爱一切美好的事物。”刘戡含说。她在热爱的世界里向上生长,慢慢变成更好的自己。看着孩子稳步前进,刘仁富夫妻俩的期待很简单:希望她健康快乐,在自己热爱的领域闪闪发光。



刘戡含主持校园活动。

陪儿子学写作

■ 许海利

儿子每次写作文,总要抓耳挠腮、苦思冥想半天,最后依旧写不出几个字来,还时常嘟囔:“写作文真是最难的事!”我平日里偶尔会在报刊上发表一些短文、随笔,看着他坐在电脑前指尖翻飞、文思泉涌的样子,儿子格外羡慕,总缠着我,让我教他写作文。

“你觉得写作文有什么窍门?”我先抛出问题,想听听他的困惑和想法。儿子眨巴着眼睛,铅笔头在指间转了两圈,一脸无奈地说:“我不知道有什么窍门,但肯定有好用的方法。我每次都举着笔发呆,根本不知道该写什么!”

儿子的话像一颗小石子,瞬间漾开了我记忆的涟漪。我想起自己初学写作时,也常常对着空白稿纸犯愁,于是,对儿子说:“写作文就像学骑自行车,站在路边看一万次,不如自己蹬上踏板试一次。写作也是同样的道理,越不敢写,越没思路,顺着笔尖往下走,文字和思绪自然就慢慢涌出来了。”儿子听完我的话,似懂非懂地点了点头。

充足的阅读积累能提高语言表达能力,对提升写作水平有很大的帮助。为此,我特意给儿子买来大量课外读物,既有经典的文学作品,也有富有童趣的故事集。我督促他坚持每日阅读,引导他用笔画圈画文中的优美词句,然后摘抄到专门的笔记本上。闲暇时,我还常和他一起讨论书中的情节和语言,带着他慢慢体会不同作者的写作风格和

技巧,潜移默化积累写作养分。生活是写作源源不断的灵感源泉,为了让儿子学会观察生活、体悟日常,我经常带他出门散步、游玩。每到一处,都提醒他仔细观察、静心感受,体会身边的点滴美好。小桥流水、花草树木,虫鸟鱼兽、市井烟火……世间万物,都成了儿子观察感知、积累素材的对象。

可没坚持多久,儿子就泄气了。他把作文本往桌上一摊,抱怨道:“天天读、天天看,老师还是说我写的作文像流水账!”看着他无助又失落的样子,我只能轻抚他的头安慰他,心里也满是焦灼与无奈。

转机出现在一个秋日的早晨。秋风拂过,银杏叶铺了一地金黄,儿子蹲在树下,手指轻轻拂过落叶,嘴里小声呢喃着什么。回到家后,他没有像往常一样第一时间跑去玩游戏,而是趴在书桌前,笔尖在纸上沙沙作响,一口气安安静静写了整整一个小时。

写完之后,儿子拿着作文本跑到我面前,得意地递给我一篇名为《落叶的旅行》的作文。文中写道:“银杏叶像小扇子,扇走了夏天的热,却把阳光都藏在了纹路里。”“清洁工阿姨把落叶扫成一堆,像给大地盖了层金被子。”没有华丽的辞藻,却满是童真又细腻的观察,让我不由暗自欣慰、心生赞叹。

慢慢地,儿子的写作能力有了质的



(本版图片除署名外均为资料图片)

飞跃,写作心态也彻底改变。他的作文多次被刊登在校报上,他把报纸贴在书桌前,比得了奖状还开心。如今,他早已不再畏惧写作文,还对写作产生了浓厚的兴趣,养成了随时观察、随时记录的习惯。放学路上,他总会兴致勃勃地跟我分享:“校门口卖烤红薯的爷爷,烤得红薯皮都裂开了,像红薯笑得绽开了花。”“我们班新转来的同学,睫毛纤长,笑起来眼睛像弯弯的月亮。”……

听着儿子随口而出的灵动语句与细腻文字,我深深感慨:写作从来不是什么高深的学问,也不是令人畏惧的难题。不过是把读过的书、见过的人、感受到的暖,都藏进了文字里。

在我家,曾经有一条不成文的规矩:学习是孩子的事儿,娱乐是大人做的事儿。每到下班后,我和老公便习惯性地瘫在沙发上刷手机,客厅里时常萦绕着各种背景音乐,但儿子小哲的房间,却被习题册围成了一个“学习孤岛”。“为什么你们可以看电视、刷手机,我却要一直学习?”每次听到这样的话,我都想反驳一句,但最后发现,自己确实没有起到带头作用。

转机出现在一个周末。因为周一要上交一份报告,我带着笔记本电脑,来到餐桌边工作。老公随手拿起了一本许久没有看过的杂志,在旁边翻阅起来。整个客厅尤其安静,只听

我家的“家庭学习桌”

■ 邢凯

得见敲打键盘的声音、翻动书页的声音。在房间里做作业的小哲,几次伸出头来张望,发现我们都在忙“正事”,于是,他默默收拾好作业本和铅笔盒,轻手轻脚走到餐桌一角安静坐下,翻开习题集,认真投入学习中。

那天下午他出奇地专心,中途只起身了一次去喝水。阳光斜照进屋子里面来,而我们都忙自己的事,有一种说不出的默契。晚饭的时候,小哲一边扒着饭菜,一边轻声感慨:“在客厅里做作业很舒服,感觉是我们在一块儿工作。”听了这话后,我的心被触动了。我忽然醒悟,把孩子放在一个叫作“学习区”的地方,看似给孩子创造了安静的学习环境,实则割裂了家庭氛围,隔断了共同成长的能量场。他所需要的并不是一间安静的房间,而是一个有人陪伴、共同成长的温暖氛围。

于是,我决定撤掉那条看不见的界线。周末时,我和老公把书房里面的大桌子搬到客厅靠窗户的地方,并且把它改装成了一张属于我们一家人的“家庭学习桌”。书桌上除了小哲的教辅资料外,还有我们夫妻俩的专业书籍、报刊读物以及一盆绿萝、一个笔筒。我们全家人共同约定:每天晚上7点到9点,是全家人的“充电时间”,手机都要调成静音状态,放在玄关处。

刚开始的时候并不顺利,老公总是忍不住惦记手机、分心走神,而我也常常会被工作信息打乱节奏、分散注意力。但是每次抬眼看见小哲认真写字的模样,我们便立刻收敛心神,回到座位上继续做各自的事情。

就这样,改变悄悄发生了。如今,当小哲遇到困难时,他不再一个人关着门生闷气了,而是主动来和我们一起商量。平日里,我们经常互相分享自己领域的最新知识,他也十分愿意跟我们聊学校里的趣事。曾经热闹的电视节目渐渐被冷落,夜晚的客厅,彻底变成了满是书香、暖意融融的成长小角落。

一个月后的家长会上,班主任特意把我留下来,惊讶地对我说:“小哲最近上课的时候注意力非常集中、做作业的质量也提高了许多,仿佛一下子开窍了。”但其实我知道,他并不是突然开窍了,只是那个曾一个人在房间里战斗的孩子,现在终于有了并肩前进、互相陪伴的伙伴。

教育,是一场无声的浸润。当我们不再居高临下地“要求”孩子学习,而是融入其中“陪伴”他一起学时,那份向上的动力,才会真正在他心里生根发芽,也让孩子知道,学习不是他一个人的苦差事,而是我们一家人一齐向上的生活姿态,这或许才是父母给孩子最长久的托举与爱。