



“成长的秘密”AI心育音乐视频用青春语态温暖童心、圈粉师生

# 快来听！创意歌曲为你解码成长烦恼

“快乐分两种，一种像烟花点亮就散掉，一种像种花慢慢才看得到”“美是万物欣然成为自己的模样，你的春天怎能被单一的标尺衡量”……近日，一组聚焦青少年心理困惑的“成长的秘密”心理健康教育AI(人工智能)创意歌曲视频凭借青春化表达、场景化演绎和专业化指引，在少年志融媒平台等多平台发布并深入校园电台向广大中小学生推送后，迅速圈粉一大批师生。《不开的门》《真心Homie(伙伴)》等作品，精准触碰亲子隔阂、人际交往等成长困惑。据悉，该系列MV计划推出10期，目前已上线8期，覆盖视频号、微博、小红书、抖音、哔哩哔哩等多平台，累计观看量超五百万次。

扬子晚报/紫牛新闻记者 王雪瑞 少年志编辑 贺东婷



扫码投递烦恼



扫码查看专题

## 主题直击成长痛点 用歌声搭建沟通的桥梁

12月21日，“成长的秘密”系列最新音乐视频《未署名的信》全网上线。作品以男女对唱的温情形式，借由抽屉里一封未署名的信，细腻勾勒青春期的懵懂。歌词温柔传递出“把未来交给未来，再续写明天这一页”“花开有期、静待成长”的主张。片尾成长导师的专业解读更具指导性：青春期对异性产生好感是身心同步发展的正常表现，家长无需过度焦虑或指责，应引导孩子将这份美好心意暂藏心中，转化为专注学业、塑造自我的内在动力。

从聚焦电子瘾问题、呼吁理性使用网络的《向电子瘾说Bye Bye》，到戳中拖延症困扰并给出“10分钟启动法则”的《没做完》，从解析二孩家庭相处之道、阐释“爱不是简单对半”的《家有二宝》，到探讨青春期亲子边界、化解隔阂的《不开的门》，从指导人际交往、教会真诚相处的《真心Homie(伙伴)》，到引导理性追星、明确成长方向的《追星·追心》，再到启迪多元审美认知的《今天，我们说起“美”》，还有最新解读青春期懵懂的《未署名的信》……“成长的秘密”系列音乐视频始终紧扣青少年成长全周期困惑，每期聚焦一个主题。

值得一提的是，系列作品以贴近生活的场景引发情感共鸣，再通过歌词梳理帮助青少年正确认知问题，最后由成长导师给出清晰实用的解决路径。这种不说教、重共情的思路，让心理健康教育摆脱了理论堆砌的枯燥，变得生动易懂。有网友留言评价：“用青少年喜爱的方式传递引导，这样的心理教育很有心。”

## 师生力荐：硬核又暖心 青春语态让心育“润物无声”

“这一系列视频内容很‘硬核’，它不是说教，不是理论堆砌，也不枯燥无味。”徐州市贾汪区塔山镇中心小学语文教师、“星河”童诗社创办者刘春娥坦言，自己和童诗社的孩子们都对这种新颖的心理教育形式青睐有加，“在悦耳的歌声中，学生能轻松找到自己的影子，家长也能更理解孩子的困扰，很多常见的成长问题就这样在潜移默化中找到了解决方向，特别值得推广！”

“这组‘成长的秘密’心理健康教育创意音乐视频，真是既走心又暖心！”南京市拉萨路小学德育主任、南京市学校心理咨询员吕迎对“成长的秘密”心理健康教育AI创意歌曲系列策划连连点赞。她直言，将青少年成长中的心理困惑化作琅琅上口的

歌词，再通过AI动画进行故事化呈现，这种艺术化的表达方式，温柔化解了心理疏导的“说教感”，更能让孩子轻松卸下心理防备。

“在校园心理健康教育中，老师的身份自带一种天然的‘高度’，直接输出观点时，孩子们难免会树起心理防线。”吕迎表示，“成长的秘密”系列音乐视频跳出了传统说教的框架，用歌声与画面搭建起沟通的桥梁，让心理疏导变得巧妙又自然，以《今天，我们说起“美”》为例，毛茸茸的毛毡动画形象，精准契合了青春期孩子内心的柔软与敏感，传递出包容多元审美的温暖内核，“这种藏在细节里的用心，特别能打动孩子。”

记者了解到，近日“成长的秘密”系列音乐视频还登陆南京市拉萨路小学“娃娃电台”。“孩子们看得特别认真，津津有味！”南京市拉萨路小学心理老师周新宇和孩子们都变成了“成长的秘密”的粉丝。三年级的杨江远同学说受到了《追星·追心》启



身边去”的创作初衷。

“形影不离的好朋友突然疏远，该如何应对‘猜不透的友谊’？”南京市莲花实验学校一名学生的匿名投稿，就被融入了第五期MV《真心Homie(伙伴)》的内容，作品上线后引发了同学们的广泛热议，不少孩子表示“仿佛看到了自己”。

“作为教育工作者，我们深信真实的故事最有力量，也最能在孩子心中种下共鸣与改变的种子。”南京市莲花实验学校党支部书记、校长，南京市沈磊德育工作室主持人沈磊深受感动。

他认为，“成长的秘密”系列音乐视频将心理健康教育与青少年喜爱的艺术形式相结合，贴近当下青少年的接受习惯，体现了创作团队在心理教育普及方式上的创新探索。沈磊表示，这类作品特别适合在班会、心理课等场景中使用，引导学生展开讨论，营造开放温暖的成长氛围。他期待，未来能继续深化“校媒合作”模式，结合不同学段学生的心理需求差异，打造更具针对性的心理健康教育内容，为青少年成长保驾护航。

# 创意暖冬！孩子们为校园大树穿上“毛衣”

创意满满的“生肖冬衣”，让静止的树木仿佛被注入了生肖文化的灵魂。

活动源于同学们“为小树添暖”的朴素愿望。在老师启发下，同学们将简单的树围计划升级为一场集“自然养护、文化传承、趣味创意”于一体的实践活动。孩子们收集家里的旧毛线、碎布料、旧围巾，用一双双手将环保材料变成守护小树的“暖心装备”。

的“小龙树”用金黄色毛线缠绕树干，腾云纹样蕴藏祥瑞寓意……学校还巧妙地将生肖传统文化与动画角色的优秀品格相融合，使“勤劳”“勇敢”“正直”等美好品质在观赏中自然浸润人心。如今，这样的“疯狂动物城生肖路”已成为校园热门打卡地，师生纷纷驻足合影。

## 爱校情愫系于树梢点 亮暖冬校园

当南京市第十三中学迎来建校七十周年之际，恰逢冬至时节，一场“七秩风华暖冬至，一树锦绣映初心”主题班会活动在各

班级展开。学生们用创意与巧手，为冬日校园注入亮色与深情。

活动中，同学们分组协作，将庆祝建校70周年的元素与节气文化巧妙融合，绘制出一幅幅富有祝福寓意与独特创意的“树衣”，装扮起校园里的树木。有的班级在装饰中融入了数字“70”、雪花等样式，表达对学校的真挚祝福。“这棵树就在我们教室窗外，我每天都能看见！”“这棵树是我们班的专属标识。”同学们在装扮树木的过程中一起分享校园记忆，情感在指尖流淌，文化在行动中传承。

扬子晚报/紫牛新闻记者 王颖  
摄影 徐海兵



南京市第十三中学同学们制作的“树衣”

## 少年志 七彩校园

冬天到来，南京两所中小学不约而同地开展了以树木为载体的校园文化实践活动。同学们用巧手为树木穿上创意“高定版毛衣”，在劳动中融合美育、传承文化，为冬日校园增添了一道道温暖而亮丽的风景。

## “疯狂动物城生肖路” 成热门打卡地

在南京江北新区浦口外国语学校高新小学，一场名为“生肖守护计划”的活动悄然展开。同学们亲手为30棵小树穿上了