



盐城市鹿鸣路初级中学这名好少年热心公益、温暖发声:

调研“盲盒”,建议被盐城市少工委采纳



近日,由江苏省精神文明建设办公室、省教育厅、共青团江苏省委、省妇联、省关工委联合主办的2026年江苏省“新时代好少年”先进事迹发布活动在盐城东台举行。盐城市鹿鸣路初级中学初二年级学生刘锦阳入选2026年江苏省“新时代好少年”。

品学兼优、兴趣广泛、热心公益——这是大家对他的评价。学习和生活中的刘锦阳,更将认真观察、勇敢发声、温暖向善付诸行动。

记者 周卉卉 王颖



刘锦阳

关于盲盒的少年建议 引导理性购买、联动治本

“你的建议被市少工委采纳了!”得知消息的那一刻,刘锦阳又惊又喜。作为江苏省第八次少代会代表,他撰写的《关于教育引导小学生理性购买盲盒的建议》,从一份少年的调研建议,变成了被官方认可的决策参考。“这件事让我真切意识到,少年的声音从来都不是微不足道的。”他说。

刘锦阳关注到“小学生盲目买盲盒”,始于放学路上的观察。

学校周边的文具店、小卖部里,儿童盲盒琳琅满目,总有学生在摊位前争相购买。他的同学和邻居小伙伴中有人几乎每天攒零花钱买盲盒,互相攀比谁抽到的更稀有,“我也好奇过,但慢慢发现这已不是兴趣爱好,而是盲目跟风、冲动消费。很多小学生只为隐藏款反复购买,浪费零花钱,还滋生攀比浮躁的心态。”

发现问题后,刘锦阳没有停留于感慨。利用周末和课余时间,他走访了家、学校周边近10家文具店、便利店和潮玩店,观

察小学生购买盲盒的时间、频次、金额,发现商家常把低价盲盒摆在显眼位置吸引孩子。他又采访了30余名小学生、20多位家长和老师,了解孩子购买初衷、消费支出、家长困扰等情况。他还上网查阅了青少年消费报告和未成年人保护条例,了解盲盒乱象的危害及各地规范举措。

最终,他撰写了建议,核心思路是“校园正向教育引导+商家规范售卖双向管控”。“单一限制金额只能治标,双向联动才能治本。”一方面学校开设消费观班会、心理课,帮孩子分清需要和想要;另一方面督促商家设置未成年人消费限额、明确盲盒概率,切断外部诱因。这份建议被盐城市少工委采纳。

这件事对刘锦阳影响深远,“只要用心发现问题、踏实钻研解决办法,普通人的小小微光,也能汇聚成改变现状的力量。”

高效的时间管理者 学习和公益实践井井有条

作为年级学生会主席,刘锦阳的日常忙碌而高效。他的秘

诀不是挤时间,而是高效率、会规划。上课时,他专注听讲,课堂问题当堂解决,绝不把漏洞留到课后。碎片时间也被充分利用——上下学路上、课间、午休,他要么背诵知识点,要么梳理学生会待办工作。每天晚上,他会罗列第二天的任务清单,分清轻重缓急,把学习、工作和公益实践安排得井井有条。

他最忙的一天是这样度过的:早起30分钟听英语,准时到校晨读;课间对接学生会工作;午休整理活动方案;放学后带领同学们复盘纪律卫生;晚上完成作业、梳理错题、规划次日清单。“虽然满负荷,但有条不紊,特别充实。”

除了学业和学生会工作,他热爱书法、绘画,多次主持校园活动。第一次上台时他手心出汗、心跳加速,偶尔还忘词,“我

会保持微笑,停顿两秒回忆,想不起来就用自然过渡语化解。”一次次历练,让他越来越从容自信。

一杯姜茶的温暖 用点滴行动传递善意

在所有公益活动中,最触动刘锦阳的,是寒冬凌晨为环卫工人送姜茶。

深冬清晨,夜色未褪,寒风刺骨。大多数人还在睡梦中,他已和志愿者们烧水、切姜、熬煮、分装。凌晨五点多,身着橙色工作服的环卫工人早已在岗位上,寒风刮红了他们的脸颊,冻僵了双手,让眉宇间凝着湿冷的寒气。刘锦阳端着一杯杯滚烫的姜茶,双手递上:“喝杯姜茶暖暖身子吧。”

一位年长的环卫阿姨接过

纸杯,皲裂的双手紧紧握着杯壁,小口抿着,眼里泛着光:“这杯茶,暖到心里了。”那一刻,刘锦阳深受震撼,“我们总享受城市的整洁,却常常忽略这群最美的守护者。他们日复一日默默坚守,不求名利。”他说:“一杯小小的姜茶,或许无法抵御整个寒冬,却能搭建起人与人之间温暖的桥梁。”

此后,他又制作非遗漆扇送给孤寡老人,参与禁燃禁放宣传……用点滴行动传递温暖与善意。

从关于盲盒的建议到凌晨送出的姜茶,从舞台主持到学生会工作,刘锦阳用行动证明:新时代的好少年,不只关乎成绩单上的数字,更是认真观察、勇敢发声、温暖向善的一份力量。少年的声音,正在被听见;少年的担当,正在改变身边的世界。

三招轻松化解家庭亲子关系“紧绷”



塑、亲子沟通、情绪调控”三大维度,为广大家长带来一套可落地、易实践的家庭教育实操方案,助您摆脱紧绷,重回和孩子的亲密关系。

家长的育儿焦虑,多集中在三个方面:

缺乏坚定信任。过分关注孩子成长中的问题,习惯用眼前短板“定义”孩子,难以接纳不完美。催促、控制取代了鼓励与引导,缺少“相信孩子一切皆有可能”的积极心态。

不善有效沟通。习惯用唠叨、指责、高音量与孩子对话,缺少尊重,不愿耐心倾听,难以共情,亲子沟通受阻,关系日渐疏离甚至对立。

不懂情绪调节。情绪波动大,面对孩子时常焦躁易怒。情绪不稳的家长更容易陷入内耗,长期如此,不仅自己疲惫,也无益于孩子身心健康成长。

面对成长中的孩子,家长需放下焦虑,用幸福的家庭氛围和积极的生活样态,给予孩子信心、力量与支持。以下三招,值得一试。

第一招:笃定信任,看见成长的无限可能

不必苛求孩子“事事优秀”,也不必用完美标准丈量其每一步。用积极心态重塑育儿观,构建成长型思维:进步、短板、失误,都是成长必经的风景。教育不必紧盯一时得失,包容与信任远比严苛更有力量。放下过度管控,建立正向自我认知,拉长成长视角,接纳孩子的不完美,帮助孩子形成“安全依恋”,在心中种下“我有价值,我能行”的信念。稳定的自我价值感,会激发孩子向上的内驱力,让他们走得更稳、更远。

第二招:善用方法,让语言自带温暖力量

沟通是打通亲子心扉的桥

梁。家长可试试“四步沟通法”:

第一步,处理情绪,暂停对立。先让自己冷静下来,克制发火或强行没收设备等冲动,接纳孩子当下的抗拒,缓和紧张氛围。第二步,耐心倾听,读懂心声。待双方情绪平复后,放下管控姿态,不打断孩子、不贴负面标签,倾听孩子行为背后的真实诉求,摒弃“他就是故意不听话”的片面预设。第三步,坦诚表达,建立认知。温和地诉说自身感受,讲明失约带来的影响,客观陈述家庭规则,避免指责式语言,引导孩子理性正视问题。第四步,询问需求,给予支持。放弃单向命令,和孩子协商解决方案,尊重他们的想法,让孩子在被理解的氛围中,主动愿意遵守约定。

第三招:稳住状态,激活成长内驱力

情绪平和、懂得自我调节的

父母,才能养育出内心有力量、愿意主动成长的孩子。

四个简单易行、居家随时可用的情绪调节小技巧,请收好:三分钟深呼吸:收腹吸气,短暂屏息,缓慢吐气,快速平复烦躁与焦虑;“迪香式微笑”:舒展面部,发自内心的微笑,用积极情绪带动轻松的家庭氛围;肢体连接暖心:适度拥抱、轻拍肩膀,用温暖的肢体接触拉近亲子距离,消解隔阂;闻香放松:借助淡雅香气舒缓紧绷的神经,释放精神压力,找回松弛平和的状态。

真正的教育,从不是单向的管束与评判,而是亲子之间的双向奔赴、彼此滋养。少一分焦虑指责,多一分信任倾听,以温柔松弛的姿态陪伴孩子,向阳生长,温暖同行。

通讯员 刘文超

扬子晚报/紫牛新闻记者 王颖



扫码进入专区 扫码投稿

家长求助:孩子越大,越嫌父母唠叨,不愿听指引,甚至事事唱反调。亲子温情渐行渐远,家庭氛围时常“紧绷”。如何才能放下焦虑,与孩子实现双向奔赴的温暖成长?

无锡市家长学校总校特约讲师、宜兴市培源实验小学原副校长、无锡市优秀家庭教育指导师吴芳,从积极心理学出发,直面家长育儿焦虑,围绕“心态重