“好少年”是什么模样？

少年谈

本期话题：

4月29日，湖南省文明办公示了2026年“新时代湖南好少年”拟入选名单，邵阳市武冈市第三中学刘开明、株洲市茶陵县解放学校陈润希等10位同学入选。他们经历不同，却都以自己的方式诠释着“好少年”的模样。今天，让我们放慢脚步，看看其中两位少年——刘开明、陈润希的故事。

邵阳“造车少年”刘开明（15岁）

你会用压岁钱做什么？刘开明用800元压岁钱亲手组装出一台能行驶的电动车。但更让人动容的，是他的孝心与善意，他用所学知识为奶奶安装监控设备、浴霸和恒温洗菜盆，还经常帮乡邻维修旧家电，用知识和双手温暖身边人。

茶陵“追光女孩”陈润希（12岁）

命运给了陈润希一个艰难的起点——先天性大脑及右脸发育迟缓，右手无力。但她从未向困难低头。生活上，三年眼肌训练，让她的视力从0.5恢复到1.0；学习上，她拒绝特殊照顾，刻苦钻研，数学成绩始终名列年级前茅……用日复一日的坚持，把“不可能”变成了“我可以”。

本期，我们来聊一聊你心中的“好少年”是什么样子？你身边有没有可以称为“好少年”的同学？在你看来，“好少年”有统一的标准吗？

@谢雅君（邵阳市隆回县思源实验学校八年级2422班）

我们班的班长刘媛洁是我心里的好少年。

她真的很厉害。每次考试她都是班上前几名，尤其是数学，再难的题她总能沉下心思考。而且她从不骄傲，有时候放学后，我还会看到她在教室里梳理错题。

她不仅自己优秀，还愿意帮助别人。我就是一个被她“拉”起来的人。

八百米跑一直是我的噩梦。我有点胖，平时不爱动，只要有运动测试，我肯定都是倒数。那节体育课，老师组织八百米测试，哨声一响，大家全冲了出去。我也使劲跑，腿却像绑了沙袋一样沉。就在我快要停下来的时候，身后传来一个响亮的声音：“谢雅君，加油！别停下！”我回头，竟然是刘媛洁——她特意放慢了步子鼓舞我。我咬着牙冲过终点后，累得打算坐在地上，她赶紧扶住我说：“别坐下，对心脏不好。”我感动得想哭，见状，她拍拍我的背：“累坏了吧，肩膀借你靠。”

从刘媛洁身上，我看到了“好少年”的模样。她就像一束光，照进了我原本灰蒙蒙的校园生活。我也想成为像她那样的人，把温暖传下去。

@伟（中学生家长）

作为中学生的家长，看到刘开明的故事，我心里是真佩服。他在“自己动手”“再试一次”的过程中练习、进步。以后，如果我家孩子说想修个东西、搞个小发明，我也会鼓励他大胆尝试。如果孩子皱着眉头说“我不会”“我搞不定”，我也不要急着给出答案，而是问他：“那你觉得可以怎么办？”给他一点时间，让他自己想一想、试一试。哪怕磕磕绊绊，哪怕做得不完美，那份自己靠双手解决问题的能力，是他未来能走远路的真本事。

@肖静语（邵阳市隆回县思源实验学校九年级2317班）

我们班上有位身体有些轻微残障的女生，她的视力不好，反应也比别人稍微慢一些。但和她成为同桌后，我看到了她那强大的内心。

在学习态度上，我由衷地佩服她。语文听写之后，她总是会马上对照课本，把错字认认真真地写五遍。她每一笔都写得很用力、工整。她说：“多写几遍我才能记住，我要多多努力，跟上你们的步伐。”

她给自己准备了一个“进步本”，里面记着每天要完成的小目标，比如“今天读课文三遍”“今天写会五个生字”。每完成一项，她就在后面画一个小小的钩。

同桌身上那股坚韧不拔的精神，也成了我克服困难的力量。现在，当我遇到难题，我都会先问自己：我尽力尝试过了吗？坚持得够久了吗？

@瑞洋（湘潭大学研究生）

看了陈润希的故事，我想起一句诗：“少年负壮气，奋烈自有时。”在她身上，我看到了一种相信自己、不服输的顽强劲儿。

同时，陈润希让我想到了小时候的自己。初中的时候，为了解一道几何题，我能趴在桌上想一整节自习课，可现在，我越来越容易放过自己了。长跑最后一圈，我会想“算了走两步吧”；论文遇到瓶颈，顺手点开短视频刷半小时。那种“我就不信做不到”的拧劲儿，被我渐渐弄丢了。

“好少年”们身上有光，小小的他们给予了我满满能量。我想把这份干劲找回来，就从今天开始。

好少年的标准不唯一

“好少年”没有唯一的模板，但有共同的底色。

美国心理学家霍华德·加德纳提出“多元智能理论”——有人逻辑数学突出，有人身体动觉出众，有人人际智能温暖，等等。每个孩子都可以在自己擅长的跑道上闪闪发光。

同时，好少年也有共享的底层特质：主动，遇事自己想办法，不等不靠；友善，用自己的能力温暖他人；坚韧，把“我不行”换成“我再试一次”……这些品质无关成绩，任何孩子都可以修炼。好少年不是全能少年，也不必拿一把尺子量所有人。

当孩子说“我不会”时，家长该给答案还是给时间？

教育学中著名的“脚手架理论”可以解答这个问题：孩子遇到独自难以完成、但在帮助下能完成的任务时，家长、老师的作用是搭建“脚手架”——不是直接递上成品，而是提供临时性、针对性的思路框架、安全环境、试错机会。

探究式对话：用“如果……会怎样？”“你之前有没有遇到过类似问题？”替代直接讲解。研究表明，这样培养出的孩子，在面对陌生问题时，负责规划与决策等任务的大脑前额叶活跃度更高。

允许磕绊：刘开明组装电动车一定失败过很多次。但正是那些“焊错了线”“电池接反冒烟”的瞬间，教会他排查故障的逻辑。

一个可实践的小游戏：周末选一个家里坏掉的小电器（比如旧闹钟、台灯），和孩子一起“拆解—观察—猜测故障点—尝试修复”。修不好也没关系，过程本身就是一堂极好的工程思维课。