



志愿者在准备辅导课程。

每一颗年轻的心都渴望被温柔托举,每一段迷茫的成长旅程都需要同行的微光。

两年前,“最好的未来”——上海市吸毒人员未成年子女希望感培育计划正式启动,千余名大学生志愿者怀揣热忱奔赴而来,与特殊家庭的青少年结下一对一的帮扶之约。

这不是单向的付出与帮助,而是两颗年轻的心彼此靠近、相互温暖,携手拆解成长困惑、共赴未来之约的双向旅程。

两年间,1659名大学生,用28120小时的坚守,书写了一段段治愈与成长交织的青春故事。

青年报记者 郭颖

# 两颗年轻的心,共解一道未来的题

## 大学生禁毒志愿者与特殊家庭青少年的“成长之约”

### 一段

#### 双向成长的旅程

和孩子们的初识,其实是一个打破“标签”的过程。

上海政法学院社会工作专业的姚正杰同学参与了“最好的未来”项目“共读时光”爱心助学志愿服务,辅导了三名初中生。男生小王,一开始特别沉默,问一句答一句,气氛总有些僵。姚正杰想起老师说的“要关注孩子的兴趣点”,就试着提起他喜欢玩的游戏,问他最近常玩的角色。没想到这话一出口,小王瞬间打开了话匣子,讲起游戏里的故事。“那一刻我才真切感觉到,这些孩子和普通同龄人没什么不一样,他们也有活泼开朗的一面,只是需要我们多些耐心,用他们能接受的方式慢慢靠近。”

助学不只是陪孩子学习,和家长的互动也很重要。小王的妈妈就曾因为孩子上课不认真而自责,她常会旁听辅导课,看到孩子走神,总觉得“辜负了志愿者的付出”。这时,姚正杰就会赶紧回应道:“您能这么用心地协调辅导时间,还抽时间旁听来关注孩子学习,已经做得特别好了。孩子上课不专心,可能是知识点没跟上,也可能是坐久了累了。”

对于面临升学压力的孩子来说,平衡学业和兴趣格外重要。初三的小力兴趣广泛,可家长希望她把全部精力都放在学习上,她只好暂时放下自己的爱好。于是,姚正杰就跟她一起做“成就树”——让她在纸面上画一棵大树,把高光时刻都写在“树叶”上。之后又制定了开学后的计划,约定每周留些时间给她的兴趣爱好,其他时间就专心攻克学业难点。

“这段助学经历对我来说,其实是一趟双向成长的旅程:从一开始想着帮别人,到后来发现,孩子们也在悄悄治愈我——小力面对压力时的不放弃、小王从沉默到主动分享的转变,都让我更懂耐心和陪伴的意义。”姚正杰感悟到,志愿者从来不是“简单的补课老师”,而是和孩子、家长并肩同行的伙伴。“我们关注的不只是孩子的成绩,更是他们的全面成长。不用怕自己做得不够完美,只要带着爱心、耐心和真诚,哪怕只是一次认真的倾听、一句简单的鼓励,或是一个小小的互动设计,都能为孩子成长点亮一抹微光。”



大学生禁毒志愿者在进行一对一辅导。

是其中之一。为了加强教学实践,田湘悦加入了学校爱心社,参加了爱心支教。然而,面对这次因加错群而“将错就错”的特殊爱心助学,她依然有点忐忑和紧张。

相隔两地的线上教学一开始并不如预期的那样顺利。和小华(化名)的第一次线上交谈只有机械的“一问一答”,田湘悦总感觉自己像个按照指令行动的机器人。为了进一步了解孩子,她提高了热情度,最后得知了小华喜欢的辅导方式和合适的辅导时间。让她欣慰的是,快下课时小华很开心地说了“下次见”。“感觉他好像很期待的样子,这样一想,备课的时候就充满了动力。”

但是在之后的辅导中,小华总是无精打采的,在听田湘悦讲解题目时反应也比较平淡。“也许我不应该只是一味地‘输出’,让小朋友听一堆抽象的概念,这样换谁都难免会走神。”经过反思后,她的课上不再只充斥着课本上的知识点,而是渐渐地增加了课间游戏。

当听到小华说跟同学在操场上谈论怎么把瓶子扔得最准,田湘悦想起自己初中时也玩过类似的游戏,就告诉他要把瓶子装入大概三分之一的水,再投出去,就可以抛出抛物线,这样的准头最好了。没想到,小华当时就来了兴致,问她什么是抛物线、为什么这样才会最准、自己怎样才能抛出抛物线……这些田湘悦一直期待的问题一股脑地从他的嘴里蹦出。就这样,师生俩一起在网上查找讲解视频,找出物理原理,还在画板上做了受力分析。直到有一次,还没到上课时间,小华就告诉她想提前上课。原来,他用之前研究的方法抛出了抛物线,还赢了最厉害的那个同学。经过这次寓教于乐的学习,小华喜欢上了物理,开始不断请教物理方面的知识。

“看着他熊熊燃起的好奇心和探索欲,我由衷地感到欣慰和自豪。”田湘悦坦言,“在一起探索的过程中,我也学会了如何把那些抽象和生涩的文字注释融入生活中的点滴,让我这个从高中起就和物理苦苦‘抗争’的人感受到了学习的真正乐趣。我们一起用PPT做的抛物线示意小动画时刻提醒着我:教学相长从来不是一句空话。”

### 一个 跨越屏幕的约定

当负责人将小张同学的资料发来时,那条“初二英语常年徘徊在及格线上”的备注,让上海商学院税收学专业大一的冯皓玮同学既紧张又满怀期待。两人的“一年之约”,就这样在腾讯会议的屏幕两端拉开了序幕。

第一次连线,小张总是在状况外,回答问题时声音很小。冯皓玮拿出提前准备好的摸底试卷让他在线完成,45分的成绩印证了他的基础薄弱——时态混淆、单词拼写错误百出,就连简单的句型转换都难以完成。“我好像永远学不会英语。”孩子语气里满是挫败感,看着他缺乏自信的状态,冯皓玮轻声安慰道:“我们从基础开始,慢慢来,一定能进步。”此后每周日上午,上课预约提醒成了两人的默契。冯

皓玮把补习拆分成四个模块:专题检测、语法练习、生词听写和课外阅读。

生词听写是小张最头疼的环节,冯皓玮便每周整理20个高频词,配上生活场景图片和趣味例句,提前发给他预习。听写时遇到易错词,就让他在线上白板上画出单词的记忆联想图。比如记“restaurant”,他画了一碗米饭加一张桌子,标注“吃饭的地方”。这种方式让他的听写正确率从30%逐步提升到80%。

课外阅读环节是“放松时刻”,冯皓玮挑选了《书虫》系列的简易读物,每周和小张共读一章。学生负责朗读,老师随时暂停讲解生词和句型。“读到《鲁滨逊漂流记》中主人公搭建房屋的片段时,他主动用英语总结情节,虽然仍有语法错误,但那种主动表达的热情让我惊喜。”冯皓玮把他的朗读录音下来,对比每月的音频,让他直观地感受到

自己的进步。

半年后的期中考试,小张的英语成绩有了显著提高。连线时,他举着成绩单在镜头前晃了晃,笑容灿烂:“老师夸我进步最大!”一年期满那天,小张再度发来他的期末考试成绩单:91分。他的妈妈特意发来消息:“孩子现在每天主动背单词,真的太感谢你了!”“这场跨越屏幕的爱心助学,不仅帮小张攻克了英语难关,更让我懂得了教育的意义。”冯皓玮告诉记者,“这段经历也成为我大学生涯中最温暖的注脚,让我明白真正的帮助,是用耐心与坚持,点亮他人前行的道路。”

### 一条 启发智趣的抛物线

这些大学生禁毒志愿者中,还包括外地大学生。华东师范大学城市与环境科学学院地理科学专业的田湘悦同学便