



### 幸好这一切在来得及的时候发生了

榛子和丈夫是大学校友,一起经营着父亲创办的品牌服装厂。他们的双胞胎儿子活泼可爱,上小学二年级。父母身体健康,住在乡间宅院颐养天年。

一次团体热身活动,我邀请大家描绘童年的快乐时光。榛子拿着一支黑笔,在白纸上画着黑色的点,黑色的圈,交织在一起,渐渐变成一团乱麻。她哭道:“别人的童年都是快乐的,我的童年,只有恐惧和害怕。”

原来,榛子的父亲六岁丧母,其父弃家另娶。他与妹妹在亲戚的接济下艰难度日。他头脑灵活,吃苦耐劳,很小就开始做生意。榛子完成作业之外,还要帮父亲算账。榛子想赖掉这个差事,或者算得潦草些,都躲不过父亲的火眼金睛。每一次,父亲察觉榛子的懈怠,斥责是轻的,更多的时候是巴掌伺候。“你比猪还蠢!”是父亲的口头禅。

在父亲的高压下,榛子成了小巷考出去的唯一的名牌大学生,却直通通地掉进了抑郁的漩涡。所幸,她遇到了现在的爱人,给予她无条件的支持和包容。

日子过得飞快,孩子们渐渐长大。随着成绩这个魔咒的出现,榛子的潘多拉盒子开启了。每次看到不尽如人意的成绩,榛子冒出来的念头是:这点事都做不好,真是没用!

儿子感冒发烧,懒懒地伏在课桌上,榛子第一反应是,装什么装,小感冒!

榛子意识到自己掉进了一个怪圈,“我不想伤害儿子,不想他们像我一样,经历一个没有快乐的童年。”

在团体里,我邀请榛子将所有想说的话都说出来,榛子对“父亲”(团体成员饰演)哭喊:“你凭什么骂我打我? 你知道吗? 因为你的打骂羞辱,我没有安全感,我自卑又紧张。因为想逃离这个家,我报了离家最远的大学,我抑郁了三年,要不是怕你们伤心,我早已死了……”榛子将沉积多年的悲伤,愤怒倾泻而出。

之后,榛子进入父亲的角色,“父亲”说:“我不知道会给你造成这么大的伤害,我没读什么书,吃足了苦头,只想你能有出息。我害怕给不了你好的未来,只能逼你努力……”角色交换回来,榛子回到自己的位置,对父亲的怨恨慢慢释怀。

时隔一周,榛子分享,现在看到的父亲不再是那个焦躁易怒的模样,会看到他花白的头发,和孙辈们一起逗乐时的憨笑。

有一天,榛子主动走到父亲身边,由衷地说:“爸爸,幸亏你和妈妈,挣下这份产业,让我们可以相对自由地生活。”

父亲头一回听到女儿的夸奖,一瞬间,似乎被魔法杖点中了,背也直了,眼睛也亮了,开始滔滔不绝地“想当年”。很多往事,在父亲的描述中蜂拥而至,看到父亲如孩子般的兴奋,榛子渐渐明了,外表强悍的父亲,何尝不是一直等待着女儿、等待着家人的肯定与认同。

“幸亏,这一切在来得及的时候发生了。”榛子含着泪说。——摘自《照进心底的光》(毕亚伟)

毕亚伟,国家二级心理咨询师,国际心理剧考试委员会认证导演,株洲市中医伤科医院创伤后病人心理干预课题负责人,株洲市红十字会心理援助志愿队队长,天元区心关爱社区心理服务中心心理专家,天元区检察院未成年人保护中心咨询师,湖南省红十字会“四星”志愿者。

## 湖南汽车工程职业学院获第五届中华职业教育创新创业大赛一等奖



▲湖南汽车工程职业学院获第五届中华职业教育创新创业大赛一等奖团队成员合影。通讯员供图

本报讯(株洲晚报融媒体记者/余思薇 通讯员/刘红业)近日,第五届中华职业教育创新创业大赛全国总决赛在福建省落下帷幕。湖南汽车工程职业学院参赛项目《车路云互联视域下的智能行车诱导系统》在全国122所院校的135个项目中脱颖而出,斩获一等奖。该校也是湖南省唯一一所荣获一等奖的高职院校。

该项目在程伯静、刘助春两位教师指导下,由智交1901

班雷波、汽营2003班雷劲峰等学生共同完成,主要研发的是一种配置云系统的智能行车诱导系统。该系统具备道路轮廓强化、防追尾警示、行车主动诱导等多种功能,可有效提高车辆行驶的安全性。

本次大赛以“职教育工匠,双创筑梦想”为主题,由中华职业教育社主办,教育部、人力资源和社会保障部指导,通过“中华职业教育创新创业综合服务平台”以及“掌上宝”

APP,实现专家集中评审,参赛团队线上路演答辩,形成“在线抽签+在线路演+在线提问+在线答辩+在线评分”无缝对接,旨在进一步落实全国职业教育大会精神,推动落实《国家职业教育改革实施方案》,提高职业教育创新创业教育水平,展示创新创业教育成果,引导职业院校学生学习创业知识,激发创新活力,提高创业能力。

### 业余高手“棋”聚天元

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/段林军 李小华)1月1日-2日,株洲棋界的一大盛事——“株洲农商银行杯”第二届天元围棋锦标赛在天元区华美港湾举行。此次比赛由株洲市棋类协会主办,天元区棋类协会承办,为围棋爱好者搭建了一个角逐交流的平台,代表了株洲业余围棋的最高水平。

赛场上,男子A、B组竞争异常激烈,特别是男子A组,荟萃全市业余高手,最终蔡晶5段力压群雄,以7战全胜的成绩强势夺冠。而在A组成年组前6名中,少年周航帆5段和王静韬5段各占一席,极为不易。同

时,本届比赛少儿组涌现出了一批好苗子,其中来自攸县的“湖南省九星杯冠军”文东其5段的学生刘铭一勇夺儿童B组冠军,他刚满6岁,却在首次参加围棋比赛就夺冠,展现了惊人的天赋。

据悉,本次精英锦标赛亮点纷呈,开启了男子与女子、成人少儿同台竞技的全新模式;另有代表湘潭市最高少儿水平的刘前斌围棋道场也组队参赛,两市少年儿童进行跨市友谊交流,也是株洲棋类赛事的一次创新尝试;女子组参赛人数达16人,创我市女棋手参赛人数新高,为比赛增添了一道靓丽风景。

### 一撇一捺写红色经典,一横一竖书百年芳华

本报讯(株洲晚报融媒体记者/曾辉 通讯员/汪恋 李晓聪)近日,“书写百年党史经典”现场硬笔书法比赛在市四中举行。作为该校校园文化艺术节的经典活动,此次比赛旨在加强同学们对百年党史的了解,弘扬优秀的民族传统文化,提高学生的汉字书写水平。

本次硬笔书法比赛以“书写百年党史经典”为主题,参赛对象为该校高一、高二年级学生,各班通过初赛推荐3-5名选手参加现场比赛,书写内容为党史

中的经典文章或古诗词。丹青吐彩歌盛世,翰墨飘香谱华章。比赛现场,同学们满怀激情,用心书写每一个汉字。他们笔下的作品,有的工整自如,有的隽秀大方,运笔流畅。

经过专业老师的评定,评选出32个特等奖、41个一等奖、59个二等奖。目前,所有获奖作品均在该校磨镜楼大厅展出,在展示优秀书法作品作品的同时,也让中国优秀的传统文化进一步得到宣传与推广。



▲第二届天元围棋锦标赛现场。通讯员供图



▲部分获奖书法作品。通讯员供图

东方红娘简介:政府注册的正规婚介,法人专注婚介十九年,一直以秉承诚信至上、发展理念,坚持实名认证登记,资深红娘贴心服务,经过多年不断创新经营,成功率已有惊喜的超越。  
男:丧偶,65岁,1.71米,本科,有房有车,事业单位退休,现已成家另住。  
男:离异,52岁,1.8米,本科,有房有车,公务员,无孩。  
男:离异,43岁,1.76米,本科,有房有车,机关干部,女随母。  
男:离异,40岁,1.8米,研究生,有房有车,央企金干部,女随母。  
男:未婚,45岁,1.78米,大专,高档房两套,有车,大公司股东,帅气。  
男:未婚,34岁,1.73米,博士,有房有车,大学科研岗,年薪新,儒雅,家境优。  
男:未婚,30岁,1.75米,本科,有房有车,央企技术,父母退休另住。  
女:离异,60岁,1.57米,大专,有别墅,有车,经高,大气,现已婚有房有车。  
女:离异,48岁,1.63米,大专,有房,铁路职员,孩随父。  
女:离异,40岁,1.65米,高中,有高档房有车,经商,貌美气质佳。  
女:未婚,30岁,1.62米,本科,有房有车,银行干部,靓丽。  
女:未婚,26岁,1.6米,本科,机关正编,漂亮可爱,父母有单位。  
诚邀爱心人士加盟  
地址:株洲市中心广场(株百旁)福鑫大厦16楼1618号  
电话:22175288 22957018  
微信:18932126168

# 广告接待热线 20883536

## 盘点2021之三:“双减”元年的教育新生态

策划/株洲晚报编辑部 执行/株洲晚报融媒体记者 戴凇

2021年,教育无疑是民生热词之一。

这一年,“双减”政策落地,我市义务教育阶段中小学生对更轻松的姿态,开启了全新的学年。

这一年,不仅是“双减元年”,也是湖南“新高考元年”,我市高考学子迎来新高考,同学们在考试科目上可灵活选择。

这一年,南方中学搬入新校区,成为当前我省建设规模最大、投资最多、设施最齐全、设备最先进的高品质、现代化高级中学。

这一年,也是我市高等教育收获的一年。阔别13年后,株洲师范高等专科学校迎来恢复办学后的首批新生;一个月后,湖南轨道交通教育集团高职校区开工奠基仪式在渌口区举行,该校有望成为我市首个民办高职院校。

### ○ 双减,让教育回归校园

课堂效率提起来,作业量降下来,特色课程开起来,课后服务办起来……这是“双减”政策落地后,学生和家最直观的感受。

记者走访我市多家中小学发现,各学校都想方法在学科教育、文化知识教育、教学时间上做减法,在阳光快乐教育、文

化底蕴培养、教学质量上做加法,学校教育主阵地的作用正在强化。

中央“双减”文件下发后,我市在全省率先出台了系列措施,相关工作进展位居全省前列。全市610所义务教育学校均建立了作业公示制度,作业时间达标率100%;559所学校提供了

### ○ 新高考,同学自选科目

根据自身的兴趣爱好及特长,并结合拟报考高校及专业的选考科目要求,合理确定选考科目。广大考生的这一愿景终于在2021年得以实现。

2021年是我省新高考改革的第一年,我市参加高考的高中、职业中专、技工学校应届毕

业生及社会考生共有27286名,较2020年增加1679名。

我省新高考科目实行“3+1+2”模式,由全国统考科目和普通高中学业水平选考科目组成。“3”为全国统考科目,即语文、数学、外语,由全国统一命题。“1”为首选科目,即物理、历

### ○ 株洲师专恢复办学

承载着不少株洲人记忆的株洲师专“回来了”。

株洲师范高等专科学校成立于1999年,2003年与株洲工学院、湖南冶金职业技术学院合并组建为湖南工业大学。2008年,学校专科层次招生按下了停止键。

株洲师范高等专科学校退

出历史舞台,一度令广大株洲教育人黯然神伤,也成为不少校友的遗憾。

加强株洲师范教育,提升株洲基础教育发展水平,“师资本土化培养”为株洲师专复办燃起星星之火。2017年,株洲市委、市政府决定以株洲市幼儿师范学校为主体恢复株洲师

校内课后服务,占比91.6%;10个县市区均建立了课后服务经费保障机制。在培训机构监管方面,各县市区教育行政部门停止审批新的学科类校外培训机构,300余家学科类培训机构完成注销或转型。同时,对培训机构建立资金监管平台,保障学员权益。

### ○ 体育术科测试集中进行

既考学生,又考学校,这会是一场什么样的考试?

2021年11月15日至23日,普通高中学业水平合格性考试身体素质测试(又称“高中学业水平体育术科测试”)举行,全市17所高中的9725名学生参加。该项测试以集中统测的形式进行,在全省还是首次。

相比各校单独测试,集中统测采用了更专业的电子仪器设备,因此测试的结果更加精准,标准也能保持一致。

据了解,该测试是检验高中学生运动能力、健康水平和体育品德的重要考试。由于学生身体素质测试成绩的优良率,还会纳入市教育局直属高中学校年度体育工作考核,这意味着该测试不仅仅是面向考生,也是对各校推进“五育并举”成效的一次检验。

2021年9月13日,阔别13年后,株洲师范高等专科学校终于迎来恢复办学后的首批新生。



▲市二中的同学参加足球运球绕杆射门测试(资料图)。记者/戴凇 摄

### ○ 南方中学升级蝶变

基础教育学校,也迎来一批“新面孔”。

2021年9月新学期开学,南方中学新校区正式投入使用,一所高起点、现代化的崭新校园在株洲航空城惊艳亮相。新校区占地面积218亩,建筑面积12.9万平方米,除普通教室外,还有符合新高考要求的选课走班教室、合班教室和学生社团活动室,是当前我省建设规模最大、投资最多、设施最齐全、设备最先进的高品质、现代化高级中学。

这一年,城区还新增了一批学校。市二中附属第二小学、长沙市一中株洲实验学校、九方小学雪峰分校、长沙市一中云龙实验学校、津口中学校……多所学校闪亮“迎新”,新增万余个学位,进一步缓解了我市学位压力。



高标准建设的南方中学新校区投入使用(资料图)。记者/戴凇 摄