

青春派

继一些年轻人参加“夕阳红”旅行团、到老年食堂找“家的味道”后,还有一些年轻人在老年群体中找到新的好去处——到老年大学任教。

在老年大学,年轻人帮助老人与时代接轨,给予他们陪伴,也被老人身上的热爱感染和治愈着。年轻人频频“闯入”老年群体,这种“朝阳”与“夕阳”的碰撞会产生什么样的火花呢?近日,记者走进运城市老年大学,听听老年大学里青年教师的故事。

□记者 杨颖琦 王棉 文图



▲教师杨蕊在示范舞蹈动作

### “忘年交”教学相长

3月,市老年大学迎来了新学期。教学楼内,舞蹈、声乐、书法、钢琴等教室里学生满满当当,讲台上,一张又一张年轻的面孔在为学生耐心讲解课程。这些青年教师有想法、有真心、有爱心,他们的出现为老年教育注入了青春的朝气和活力,而他们也在这场“忘年交”中收获彼此的成长。

“来,准备,三二一,开始!”

周二上午9点,上课铃还没响,阿姨们就早早来到舞蹈教室热身、练习,等待她们的舞蹈老师帮她们排舞。上课后,30余名学员跟着青年教师杨蕊学跳民族舞,爽朗的笑声在教室里回荡。课间休息时,看到老师没穿外衣,阿姨们都特别着急地拿自己的替换衣服给她穿。

在老年大学授课近7年的杨蕊,这个新学期每周教授一节舞蹈课。大学毕业后,她开始在舞蹈室和社区舞蹈班教一些小朋友跳舞,2017年,经社区推荐,开启了在老年大学的执教之路。

与以往的教学经历相比,老年人的身体素质和学习能力大不相同,“老人,该怎么教呢?”面对爷爷奶奶辈的学员,最初的杨蕊一头雾水,不知道该如何起步。上了几堂课后,她渐渐摸清了“门道”:教老年学员跳舞,速度不能过快,动作需要反复强调;不必要一板一眼地教学,多点趣味性更好。

而在一天天的教授中,老年学员也给了杨蕊更多的感动。每逢舞蹈队



▲教师李保亮在指导书法

要参加演出时,学员们的学习劲头比年轻人还足,上课时一个动作一个动作地抠,课后学员们也抽出时间排练,直到动作准确无误,从不耽误上课进度。

而2019年经朋友介绍来到老年大学任教的钢琴老师张莎,也见证了老年学员的“成长”。“第一次给老年学员上课前,我也有过担心,比如说老年人学习上手慢、识谱认弦难,缺课少课跟不上进度等。”她说。但当她站在讲台上才发现自己的担心是多余的,老年学员上课非常积极,几乎从不请假,每堂课都会提前半个小时来到教室练习,然后再跟着她上一个半小时的课,下课后还舍不得离开,追着她问自己



▲教师张莎手把手纠正指法

## 当「朝阳」遇上「夕阳」

——老年大学里的青春力量

的指法哪里不对、哪一段总是弹不好等问题。

在与老年学员的交往中,张莎觉得自己更有耐心了。更难得的是,即使没有课,张莎也能收到学生发来的练习信息或者视频,“老年学员的学习热情和兴趣格外高涨,这种上进、好学的精神在无形中鼓励、带动着我,我平日里也更加主动地练琴,以精进琴艺”。

### “隔辈亲”亦师亦友

“他们既是我的学员,也是我的长辈,我们亦师亦友,这些年坚持下来也收获了许多情谊。”对书法老师李保亮而言,在老年大学教老人们写书法是一段很难得的人生经历。

李保亮的书法课安排在每周二的上午,还没到上课时间,教室里就坐满了“学生”。一看见他,这些老年学员们就十分开心地同他打招呼,问他有没有吃早饭。他直言,自己的家庭是一个非常“中国式”的家庭,在家中与父母长辈的交流沟通比较少,更别说开玩笑。但是在学校里,面对比自己年长很多的学员,李保亮却能和他们玩到一起,像朋友一样聊天。

“跟他们在一起,我变成了一个倾听者,听他们讲历史故事,跟他们讨教生活经验,学习养生知识……时间久了,我对我爸妈的态度也有所改变,和他们交流也更有耐心,家庭氛围也变好了。不必纠结于同龄人之间的比较、内卷、社交,可以回归纯粹的心灵现场,我感觉我自己在活泼爱笑的老年人中得到满满的治愈。”李保亮颇有感触。

而在舞蹈课上,杨蕊也被这些老年学员的劲头鼓舞着。看见这些平均年龄已经六十多岁的阿姨们,依然能保持这么优雅得体的气质、阳光自信的状态,她也对自己未来的老年生活充满期待。

对此,张莎也深有同感:“我在她们身上看到了真正的松弛感,在时光里不疾不徐地、认真地学习自己感兴趣的事物,保持年轻的心态和对生活的热爱,找到生活的乐趣和满足感,我觉得这样很幸福。”

对老年学员而言,这些跟自己儿孙年纪一样大的青年教师们也给他们们的生活带来不一样的活力。这些青年教师手把手教老人们学习专业知识和技能,教老人们如何与日新月异的世界接轨。他们不仅是在传授知识,更是在传递一种生活态度,帮助老人找回自己的价值感和成就感。

随着老年教育的兴起,越来越多的青年教师走进老年大学,开启一段特殊的教学旅程。他们的到来,不仅为老年大学注入了新鲜血液,也为老年学员带来了新的学习体验和生活态度。老年大学的故事还在继续,青年教师与老年学员之间的互动和成长,正是这个时代最美好的见证。

生活风向标

## “你好,我的搭子”

——年轻人之间的新型社交

□杨颖琦

“周末想去探店,求户外搭子”“饭搭子离职了,比失恋还痛苦”“今晚七点羽毛球课,不见不散”……

最近一段时间,在年轻人中开始流行一种“搭子社交”。吃饭有口味相同的“饭搭子”,学习有相互鼓励的“学习搭子”,旅游有兴趣相投的“旅游搭子”,甚至还有“减肥搭子”“逛街搭子”“观影搭子”……通过社交平台,年轻人万事皆可搭。

“搭子”一词源于上海方言,意思是“一起打牌的人”,如今却成为年轻人之间的一种新型社交方式。它通常是指年轻人之间因为一个共同的兴趣和目的而临时组成的社交圈,这种关系介于朋友和同事之间,主要强调行为上的陪伴,而不是情感上的深度交流。“搭子”双方既能互相勉励、彼此为伴,共同分享完成某项任务的快乐,又能保持较为清晰的边界感和分寸感,不会造成太大的社交压力。因此,在快节奏、碎片化的生活状态下,“搭子”作为一种主打精准陪伴且不过分亲密的“浅社交”,越来越受到当代年轻人的欢迎。

随着社会发展,越来越多的年轻人离开熟悉的家乡和亲朋,前往陌生的城市求学、工作。而如何在陌生的环境中获得更好的生活体验,“搭子社交”也许就给了这些年轻人一个新的选择。和“搭子”相处既能享受彼此的陪伴,又不用投入过多情感,社交结束后各自回到原本的生活轨道,能够有效地缓解他们生活中的孤独感。

在传统的社交关系模式中,我们通常会基于血缘、地缘等关系,在已有的熟人关系网中选择自己的朋友,在相处中慢慢进行性格、兴趣爱好、思想观念等方面的筛选。但在搭子关系中,大家将生活领域精准细化成不同板块,再“打包”分配给不同的人选。这种分配过程在一定程度上也让年轻人打破了自己的社交圈层,触碰到更广阔的世界。

其实,从形式上看,我们对“搭子”并不陌生。小时候,下课铃响一起手拉手去洗手间的陪伴感,放学时一起骑车走夜路的安全感……只是在越来越碎片化的时间和空间里,人们越来越缺乏热情和精力去经营亲密关系,与“附近”的关系也变得越来越冷淡。人的本质还是社会性的,需要与人建立联结,避免孤独。所以,年轻人在失去“附近关系”后,转向“搭子”这种基于自我选择的、有边界感的社交方式,在满足社交需求的同时,淡化了需要付出的时间和情感成本。

不论是传统社交,还是“搭子”社交,都是我们向亲密关系迈出的第一步。春光正好,找一个“搭子”去探索一下外面的世界吧。

