



## 走进非遗市集

## 亲子好时光

## 有滋有味有文化

记者 郑丽芬/文 通讯员 廖昱/摄

同学们,寒假过半,你们的假期生活是不是既充实又有趣呢?在衢州,一场热闹非凡的非遗市集,让不少亲子家庭的寒假时光染上了传统文化的浓郁色彩。今天就让我们一起去看吧!

2月9日下午,衢州市文化馆内人头攒动,150组亲子家庭齐聚“非遗市集迎新春·十大技艺齐绽放”专场活动。作为“非遗正青春 古城焕新彩”衢州市非遗研学实践系列活动之一,这场市集以“研学+体验+展演”的联动形式,让青少年在沉浸式互动中触摸非遗魅力,为寒假生活注入浓郁的文化气息。

## 非遗展演轮番上阵

活动现场,非遗展演区率先点燃氛围,国家级、省级非遗传承人带来的精彩演绎,让亲子家庭直观感受传统技艺的独特魅力。

“妈妈你看,木偶的手指会动呢!”随着一声惊呼,只见国家级非物质文化遗产代表性传承人金宗怀,指尖在提线上灵活翻飞,两个木偶仿佛被注入生命活力,抬手转身,跳跃起舞,将经典剧目片段演绎得生动传神。“原来要同时控制好几根线才能让木偶动起来,真是太神奇了!”小记者郑思玥兴奋地分享体验感受。

婺剧耍牙变脸表演更是将现场气氛推向高潮。浙江省非物质文化遗产代表性传承人郑初法一张嘴,雪白的獠牙便灵活吞吐,脸谱在转头抬手间,红、黑、蓝、白轮番变换,精湛的技艺赢得同学们阵阵掌声,家长们也纷纷

拿出手机记录下这震撼的瞬间。

武当太乙拳的展演则带来了截然不同的气韵。浙江省非物质文化遗产代表性传承人左琦身着传统服饰,动作刚柔并济、快慢相间,一招一式展现了中华武术的刚柔之美。展演结束后,不少同学主动围上前请教招式,左琦耐心指导大家摆起抱拳礼、基础弓步,同学们在亲身体会中感受传统武术的刚健之美。

除了精彩展演,展馆研学环节为活动增添了知识厚度。在讲解员的带领下,亲子家庭沿着非遗文化脉络,深入了解现场十大技艺的历史渊源与技艺,通过知识问答、展品观察等互动形式,青少年们在探索中积累非遗知识,完成专属研学任务,进一步加深对传统文化的认识与理解。

## 亲子手作乐不停

手作体验区的火爆场景,成为活动的另一大亮点。这里设置了彩泥塑、剪纸、编织、江山米糕制作、常山捏糖人等多个非遗体验项目,亲子家庭在传承人的指导下动手实践,收获满满成就感。

在彩泥塑手作区,同学们用五颜六色的彩泥捏出小兔子、福袋、小灯笼等新春造型,虽然手法略显稚嫩,但每一件作品都充满童趣;编织体验区,在衢州市非物质文化遗产代表性传承人吴争仙的指导下,同学们一步步完成了小巧玲珑的彩虹发夹;柯城剪纸体验区,一张张普通的红纸变成了精美的剪纸作品,家长们也兴致勃勃地参与其中,和孩子

一起协作完成作品。

最受欢迎的当属“常山黄师傅捏糖人技艺”摊位。“别急,糖人要‘画’不是‘倒’,跟着我的手法来。”衢州市非物质文化遗产代表性传承人黄兴伟正手把手教同学们画糖人。他手腕微抬、力道轻匀,铜勺倾斜间,黏稠的麦芽糖稀如细丝般流出,在不沾板上流畅地划出一道道优美的弧线。

在黄兴伟的悉心教学下,小记者杨梓洋渐渐找到了窍门。原本“调皮不听话”的糖浆,慢慢变得“顺从”起来,虽然线条仍有些许不平稳,却也一步步勾勒出小兔子的轮廓。“原来看着简单的糖人,做起来这么有讲究!”杨梓洋盯着石板上逐渐成型的作品,眼里满是兴奋,旁边的同学们也纷纷摩拳擦掌、跃跃欲试。

“本次活动以迎新春为背景,通过多种形式的联动,让非遗技艺更贴近家庭、贴近年轻一代。”衢州市文化馆调研非遗部副主任叶凌燕表示,非遗的传承需要年轻力量,只有让非遗走出展馆、走进青少年生活,才能让老手艺真正活起来、传下去。未来,衢州市文化馆将继续搭建更多优质的非遗传播与体验平台,持续推动非遗文化创新发展,让承载着千年记忆的非遗技艺在新时代焕发出更旺盛的生命力。

## 教师手记

## 让“无评价聊天”成为家庭的温暖时光

吴国灵

寒假与春节如期而至,本该是家人团聚的温馨时刻,但不少家庭却在上演着另一番景象:孩子熬夜玩手机,父母唠叨不停;亲戚来访时追问成绩和排名,孩子低头不语,满脸不爽;好不容易全家聚在一起,却因为作息和娱乐方式争执不休……原本期盼的亲密时光,不知不觉变成了亲子冲突的高发期。为什么朝夕相处的假期反而容易滋生矛盾?很可能是密集的接触放大了我们家长的评价习惯——我们太习惯于用“好与坏”“对与错”的标尺去衡量孩子的言行了。如果您也有这个情况,不妨试试设置一个“无评价聊天时间”。

## 什么是“无评价聊天时间”?

简单说,就是一段专门留出的、家长暂时放下评判角色的交流时间。在这段时间里,只聊兴趣,聊朋友,不聊学习,不说要求,也没有“你这样不对”“那件事你做得好”的评价,没有“你应该如何”的说教,只有倾听和好奇的询问。

## 如何开启家庭“无评价聊天”?

## 1. 创造安全时空

选一个放松的时间,比如晚饭后、睡前,或者周末下午。可以直接告诉孩子:“接下来半小时,我们只是随便聊聊,我保证不对你的话做评价,不说教,只是听听你的想法。”

## 2. 从这些“无评价提问”开始

好的提问是打开心扉的钥匙。避免问那些隐含评价的问题,比如“今天学习了多久?”(隐含:你应该多学习)。试试这些:

“今天有什么事情让你觉得挺有意思的?”

“如果你能改变寒假里的一件事,会是什么?为什么?”

“你最近在手机上看得最多的是什么?它哪里吸引你?”

“你理想中的寒假是怎样的?”

注意,当孩子回答时,哪怕他的想法和您完全不同,也请先管住评判的冲动。

## 3. 练习“积极倾听”

积极倾听不是简单地听,而是全身心地接收。做到这三点:

(1)不打断:即使孩子的观点让您着急,也让他说完。

(2)注意身体语言:点头、目光接触,表示您在认真听。

(3)有回应:用您的话复述孩子讲的意思,如“你刚刚说的是……是吗?”“听起来你觉得……是这样吗?”这让孩子感到被真正理解,而不是被审视。

## 4. 当难以接受的观点出现时

孩子可能会说“我觉得学习没什么用”“我不想走亲戚”这类让您紧张的话。这时,记住我们的原则是无评价。您可以这样说:

“嗯,这是你现在的感受。”

“能多告诉我一些你是怎么想的吗?”

“我明白了,这对你来说确实……”

这不是认同他的观点,而是认同他表达感受的权利,是了解孩子内心真实想法的需要。

## 5. 处理自己的评价冲动

当强烈的评价冲动涌上时,可以默默问自己:“我现在是要理解孩子,还是要改变他?”无评价聊天不是永远不评价,而是在这段时间里,优先选择理解。评价和建议可以留在其他时间,以孩子更能接受的方式提出。

春节假期长,一家人朝夕相处,摩擦难免。每天抽出一刻钟,关掉手机,泡杯热茶,就聊聊天戏里怎么过关、聊聊年夜饭哪道菜最好吃、聊聊他幻想中的太空冒险……这些看似“没用”的闲话,恰恰是亲子之间最暖的黏合剂。

也许刚开始的尝试会有些笨拙,孩子也可能不太配合。您可以从小处开始,哪怕每天只有十分钟。

当您坚持一段时间后,可能会发现一些微妙的变化:孩子愿意主动分享更多了,家里的紧绷感减轻了,那些让人头疼的冲突似乎不那么频繁了。因为当孩子感到被理解,而不是被评判时,他们反而更愿意考虑父母的视角。

家庭最温暖的时光,往往就藏在这些不评价、不说教,只是相伴倾听的寻常时刻里。而亲子之间最牢固的联结,正是在这样的时刻中悄然生长的。

