

青春上善好活法

小户型何妨，租的又何妨，看我“硬核”改造

豹变

中青报·中青网记者 谢宛霏 实习生 郑欣宜

走进90后视频博主王一工的家，透着小巧思的手工改造处处可见：为投影仪量身定制的床头置物板，几根水管拼接成的落地灯，一喊即开的智能化的窗帘、灯光……智能化与生活感在这间14平方米的公寓里被巧妙融合。在王一工看来，这种化腐朽为神奇的手工改造过程，就是他最享受的生活方式。

在地上铺好白色被套，用胶带贴满大小各异的树叶，拿起锤子，蹲在地上对准叶片的脉络一下下敲打，王一工将手中的被套铺开——大大小小的树叶拓染在被套上，形状各异，错落有致，还散发着草木的芳香。这床“秋色拓染”四件套，是他送给姥姥的礼物。

这是一次成功的DIY现场。DIY是“Do It Yourself”的英文缩写，意思是自己动手制作。

DIY最初兴起于电脑的拼装，并逐渐演变为一种国际流行的生活方式。简单来说，DIY没有专业资质的限制，想做就做，每个人都可以利用DIY做出一份私人订制表达自我的“产品”来。

如今，90后已是各大城市租房和购买小户型的主力。当获得属于自己的空间后，如何对待这片小小的自由天地，90后与前几代人有何区别？中青报·中青网记者走进了几个90后00后的家，发现很多年轻人在工作之余，也喜欢自己动手改造美化自己的生活，打造出个性化十足的创意空间。

“手工是一件充满温度的事情”

刚来到北京时，王一工为了省租金，和同事住在一间半地下室里。他还在还记得房间里那股霉味儿，“常年见不到阳光，我的床位还紧挨着厕所，连床单都因为潮湿而发黄。那时候我宁愿主动在公司加班三四个小时，也不想回宿舍”。下班回家总是深夜，王一工摸黑躺回床上，盯着低矮的天花板，耳边传来此起彼伏的呼噜声，他太渴望有个自己的家了。

后来，王一工搬出了宿舍，开始自己租房，直到买下现在这间小公寓。“我想过很多次我的家应该是什么样子，这下终于有了足够的空间和自由能让我放开手脚，打造自己独一无二的家了。”最让王一工高兴的就是，能重拾起大学时期的爱好，按照自



①王一工正在用酒瓶改造玻璃水杯。 ②王一工将拓染的四件套铺在低压智能床上。 ③张嘉欣手工制作的毛线坐垫及玩偶。 受访者供图 张茹鑫/摄 受访者供图

己的想法动手改造。量裁、切割、连接灯带、拼装透视镜和木板，最后再贴上仿墙砖贴纸，一张别致的“深湖茶几”下映出了无限延伸的空间；将桃木对半劈开，画上简单图案，用线锯割出雏形，再用壁纸刀一点点打磨精细，小巧的桃木簪子逐渐成形；用投影仪把梵高的画投到大块粗麻布上，画笔描摹后，举起手持缝纫机，把彩色毛线打入麻布，一张“油画”地毯大功告成。

两年时间，空荡的屋子逐渐被各种各样的手工作品填满，按时间顺序排列开，甚至能看出设计和制作上的逐渐成熟。小到挑选一片树叶，大到打造一张方桌，对王一工来说，手工制作的每一步都倾注了自己的心血，“我愿意花时间不断钻研，并在动手中结合自己的想法和需求把它们一一实现出来，这是一件很有温度的事情”。

那张“秋色拓染”四件套，被王一工亲手铺到了姥姥的床上。看着她坐在床上，珍惜地抚摸的样子，王一工感觉，这就是手工的意义。

“房子是租的，但生活是自己的”

不只是王一工这样的“专业”家居博主，更多年轻人也正在对手工改造显现出浓厚的兴趣。

00后张嘉欣就是受到网络视频影响开始在家里DIY的年轻人之一。“其实一开始选择自己动手，只是为了省钱。”去年本科毕业后，张嘉欣找到了一份在广州的工作，开始了租房生活。等添置完生活必需品，她发现预算不够了，“请一个油漆工都要上千元，我不如自己刷墙”。

戴着一次性浴帽，翻出一件旧衣服套在身上，张嘉欣踩着梯子“上了岗”：拿着铲刀刮掉旧墙皮，用腻子膏填补上漏洞，再用滚筒刷从上到下刷上漆，一遍不均匀就再补一遍……看着干净的墙面，张嘉欣发现，自己很享受这个过程。

为了找刷墙教程，她翻看了不少家居博主的视频，其中有不少人也在分享旧物改造和小手工的制作，这些充满巧思的视频给了张嘉欣动手的启发。跟着视频指导，她开始尝试做起手工：旧椅子被换上粉色绒毛布的“新衣服”，闲置的快递盒经过拼装变成了双层收纳架。她发现，“只有真正去做了，才能知道自己的动手能力有多强”。

只要一做起手工，张嘉欣就会沉浸在自己的世界里，看着普普通通的一居室被自己用喜欢的手工风格慢慢布置起来，她感到成就感十足。“虽然房子是租的，但生活是自己的，手工让我更加品味出生活的美好。”

对95后陈一诺来说，她更偏爱于“硬核”的智能化改造。3年前，陈一诺在杭州定居，买下一套小户型，置办家具时，她被刷视频看到的沉浸式智能家居体验吸引，这也让她找到了家装改造的方向。

从对着墙壁钉挂投影幕布，到登上梯子更换智能窗帘，再到买来网关、智能开关和感应器，跟着教程拆卸、接火线、拧螺丝，给家里装上感应灯，陈一诺的改造一步步“升级”。现在走进家门，只要一语音指令，全屋电器便能实现智能化联动，而其中的大部分都是由她亲自动手改造而成。尽管改造中途也遇到过各种难题，但陈一诺觉得，有挑战才更有乐趣。

每一次戴上手套、拿起工具，都让陈一诺感到自己的价值，“别人能做到的事情我也能做得很好，通过双手慢慢把家变成自己想要的样子，是我愿意花费时间和精力钻研的事情”。

“我们决不能低估年轻人的创造性和动手能力”

陈一诺告诉中青报·中青网记者，许多与她年龄相仿的年轻人都在网上分享自己在家的手工和改造，手工类短视频的热度也不断攀升，一股“手工热”正在年轻人间

慢慢流行起来。近日，《中国青年报》在微博发起的一项投票显示，有58%的受访者认为在居住环境不够舒适时，自己会选择动手进行改造。而另一项投票中，45%的受访者认为在动手能力上，现在的年轻人和老一辈各有所长。

年轻人自己动手的意愿为什么越来越强了？在广州大学社会学副教授姚华松看来，追求个性化和归属感是重要原因。他指出，动手改造是一种能反映出居住者主体性意识的行为表达，不但令居住空间更有温度，成为一种情感的载体，也让作为物理环境的“房子”真正成为有社会与文化关系联结的“家”。

姚华松认为，年轻人对手工的积极态度，是受他们所处的社会文化环境影响。“其实很多年轻人都有自己动手做点什么的意愿，但现实生活中往往没有太多让他们施展的空间。短视频的流行，也让一些年轻人有机会挖掘自己潜在的动手能力。”姚华松说。

“互联网时代下的视频传播有助于形成一种有益的氛围。”浙江工商大学数字经济研究院副院长、浙江省文化产业创新发展研究院研究员张钰分析，短视频的兴起推动了青年手工“热”的快速升温。“年轻人通过视频从研究、学习到模仿，再到最后形成自己独特的创意和想法，能够创造出独特的产品”。

王一工的视频评论区，也成了粉丝交流分享改造经验的平台，能让更多人感受到手工制作的乐趣，正是他将视频持续做下去的动力之一，“工业产品到处都能买到，但自己动手改造出来的东西，不管美与丑，都是一无二”。

姚华松认为，工匠精神已逐渐作为常识浸润于很多年轻人的价值观。年轻人在动手过程中不但收获了深度参与感和成就感，也强化了自我认同感，相比于能拿到成品网购，DIY反映出一种更受年轻人推崇和欣赏的生活态度。

2022年8月，中国正式迈入创新型国家行列，张钰指出，创造创新已成为全社会的共识，从幼儿园到小学、中学、手工课程与劳动课程的普及，让青年能更早认识到动手能力的重要性。“青年是创新的一代，青年的创新意识和创新能力，也决定了国家未来的创新水平。从某种意义上讲，年轻人发挥创意去进行的一些手工制作，就是创新精神的一种体现”。

“透过手工改造，勤劳、质朴、韧性这些中国人与生俱来的品质在新一代青年身上得到了体现与传承，我们决不能低估年轻人的创造性和动手能力。”姚华松说。

陪你慢慢变好

王承召(27岁)

每天穿梭于神农架的山间，却无暇欣赏美景。身旁就是飞驰而过的高铁，一个月才回一次家。郑渝高铁开通后，我和3名工友在远离工区的防洪看守点一周轮换，工区管辖的14个隧道口、6座桥梁和两段路基，我和工友们一起不知巡检过多少遍。这就是我在郑渝高铁负责防洪防汛工作的日常。

郑渝高铁是“八纵八横”高铁主通道呼南通道的重要组成部分，对中原城市群、成渝地区双城经济圈和长江经济带发展起到重要促进作用，所以我很清楚，自己肩上担负着多重责任。

高铁安全无小事，防洪更是第一要务。暑运开始前，工区接到上级命令，要对管内的隧道口、防洪点进行一次次拉网式的隐患排查，在征得工长同意后，我带着班组3名工友上山下河，查隐患、治病害。山路崎岖，宽点的检查通道也才60厘米，足够一人贴着岩壁徒手前行，甚至有的地方还没有打通道路，必须靠徒手攀爬。我们脖子上挂着望远镜，腰上系上安全绳，包里装着各式工具、食物、药品，遇到过路地挡路就用木棍挑开，蚊虫叮咬就擦点药水止痒，饿了吃面包、喝了点水。

郑渝高铁开通后极大便利了沿线百姓的日常出行，所以当周边居民得知我们是高铁工作人员时，很愿意提供方便，甚至有的居民还要留我们过夜吃晚饭。每当这时，我和工友们都为自身是一名铁路工作人员自豪感自豪。十几天时间，我和工友圆满完成防洪隐患排查任务的同时，还摸清了检查路径，熟悉了气候特点，对沿线地质环境做到了心中有数。路上遇到危石、危树，排水不畅等问题，我们都是第一时间整治清理，确保防洪隐患无处遁形。

暑期的兴山地区连续高温，平均气温达到了37摄氏度，小小的看守棚里，晴天日晒、气温高，雨天天气大、不通风，夜晚蚊虫在耳边嗡嗡响个不停。喝水吃饭还能简单对付，但因没地方换洗衣物，工作服只能简单擦拭一下就继续穿在身上，汗渍显得皮肤痒极了。虽然条件艰苦，但每当在巡检路上看着一列列车从我守护的桥隧上飞驰而过，我就觉得一切都都是值得的。

(作者系中国铁路武汉局集团有限公司襄阳工务段兴山高铁路桥工区副工长)



王承召在工作中。 受访者供图

我们是高温下的防洪「侦察兵」



微心愿



国有机团组织在企业改革发展稳定中长期扮演着重要角色，作为群团的基础组织、开展工作的基本单元，中铁十局二公司团委将不断夯实基础，全方位加强体系建设，矢志不渝当好党的忠实助手和后备军。扎实推进“凝心”“聚力”“破茧”“成蝶”四大行动计划，注重青年思想引导，强化思想政治建设，做到与党同心同行；深化生产攻坚活动，发挥青年突击队作用，引导青年岗位建功；激发团组织活力，加强队伍建设，打破能力素质瓶颈；贯彻青年优先发展理念，构建全面育才体系，加强青年优秀先进典型选树，发挥榜样引领作用。青春由磨砺而出彩，人生因奋斗而升华！让我们在扛起新使命、谱写新篇章中奏响新时代的青春之歌！



新思想引领新青年，新使命呼唤新担当。如今“恰同学少年，风华正茂”的美妙年纪，是我们昂扬斗志去挥洒青春汗水，我们将聚焦联系青年、服务青年，凝聚青年，像海绵一样汲取知识、智慧和经验，再以自己为媒介把这些都变成势不可当的磅礴力量，展现有思想、有能力、有本领、有担当的新时代青年的新风采。

温暖一平方

90后老师和她的10后学生们：相信相信的力量

中青报·中青网见习记者 谭思静

“时间会验证我多爱你呀/就这样静静地陪着你长大/我的温柔是你的专属啊……”

这首《暖一杯茶》是广东省佛山市南海区西樵实验小学班主任兼语文老师姚雅倩的短视频作品最常使用的背景音乐。她的账号里记录了许多她和学生的故事，琐碎、温暖、搞笑，也让人感动。

但这个夏天，“平静”的账号却被一则“小拳王”的故事掀起巨大的流量浪花，让姚雅倩账号的粉丝数激增到130万，累计获得1795万次点赞。

李行原本是姚雅倩班里最难管的孩子，他梦想着成为世界级拳王，每天跟班里同学打架，企图从征服身边的同学开始“实现梦想”。

“一物降一物，李行遇到了我。”姚雅倩接受中青报·中青网记者采访时说，她成为李行的班主任后并没有苦口婆心地说教，只要李行跟同学打架，姚雅倩便会让他们牵手、拥抱，直到双方主动和好。

姚雅倩会当着全班同学的面鼓励李行：已经一星期没打架了；也会拿着数学卷子激动地对他说：“李行你进步了，你做到了一道题，你好厉害呀，你要向学霸迈进！”



姚雅倩与所带班级学生合影。 受访者供图

姚雅倩说：“我不管他搭不理我，我只要看到他有空，我就过去找他。”

就这样持续了3个月，唐轩杨突然对姚雅倩说：“老师我好喜欢你呀。”那一刻，姚雅倩明白唐轩杨不再封闭自己了。

一次放学路上，姚雅倩遇到唐轩杨的妈妈，唐妈妈说唐轩杨从小跟着爷爷奶奶长大，反应有些迟钝，有些笨，给老师们添麻烦了。但姚雅倩非常严肃地告诉唐妈妈，唐轩杨是一个逻辑性很强的孩子，他很聪明。之后的日子，唐轩杨慢慢开朗了起来，主动举手回答问题，甚至主动提出想做数学课代表。

唐轩杨的妈妈告诉中青报·中青网记者：“受到姚老师的启发，我也开始学着跟孩子做朋友，发自真心地鼓励孩子，跟孩子心平气和地沟通，家庭气氛都好了许多。”

姚雅倩说：“我不管他搭不理我，我只要看到他有空，我就过去找他。”

姚雅倩说：“我不管他搭不理我，我只要看到他有空，我就过去找他。”

姚雅倩说：“我不管他搭不理我，我只要看到他有空，我就过去找他。”

姚雅倩说：“我不管他搭不理我，我只要看到他有空，我就过去找他。”

姚雅倩说：“我不管他搭不理我，我只要看到他有空，我就过去找他。”

姚雅倩说：“我不管他搭不理我，我只要看到他有空，我就过去找他。”