

你的朋友圈有人阅读打卡吗

找回丢失的习惯 感受书香的芬芳

日常生活中，我们经常会上班打卡、运动打卡、旅游打卡……6月9日，记者走访发现，我市许多市民也爱阅读打卡，并且形式丰富多样。他们有的去读书会细品一本书来打卡，也有的写日记、画漫画打卡。下面，让我们一起来听听他们的阅读打卡故事，说不定你也能从中体会到阅读的新乐趣。



▲ 婉婉在朗诵古诗



应潇（左二）在读书会上分享 ▲



▼ 徐梓轩写读书日记



徐梓轩画的“黄莲圣母” ▼

养成习惯需要朋友圈推一把

前不久，家住江南街道万鸿名城小区的江女士接到女儿所在幼儿园的一个小任务：为了让孩子养成阅读习惯，需要家长协助孩子在朋友圈阅读打卡6天。为了让阅读打卡能看得见又听得见，江女士决定带着女儿婉婉从读古诗入手。一开始，刚上幼儿园小班的婉婉每天回幼儿园就能拿到小红花，也是兴

致浓厚，不仅跟读时掷地有声，记忆速度也喜人，基本上半小时就能搞定一首古诗。这让江女士劲头十足。

故事的开头是美好的，过程却总是艰难且辛酸的。“6天以后，婉婉就撂挑子不干了。又是哄又是骗，勉强坚持了几天，再后面就是大人崩溃、小孩流泪。”江女士说，小朋友的新鲜感就

如昙花一现，要想靠6天便让孩子爱上背古诗不现实，让孩子养成阅读习惯更是不可能。意识到这一点后，江女士释然了，也不再逼着婉婉背古诗，改成每天睡前让婉婉挑本爱看的绘本，自己陪着读，抑或是念故事给她听，这才逐渐回归了“母慈女孝”的温馨画面。

“女儿的阅读打卡任务更多的是对我们家长的监督，让我们学会放下手机，养成阅读习惯，也通过阅读学会亲子陪伴。”正如江女士所说，父母是孩子的镜子，阅读打卡只是一种形式，其目的不仅在于培养孩子的阅读习惯，还在于让朋友圈来助推一把，倒逼父母更多地融入孩子的成长。

一群人为了一本书而相遇

“前不久，我参加了一次线下读书会。我们每周共读一次，为期一个月。”市民应潇向记者介绍，此次的读本《你不是孤单一人》，是一本关于个人成长和亲子关系的指南。应潇早前读过一次便感触颇深，当得知线下开展这本书的读书会，她毫不犹豫便报名参加。

“大家共读的感受完全不同，仪式感更足，氛围更沉浸。我们会把手机调静音放一边，在课前静坐冥想让身

心安静下来，真正去享受阅读时光。然后，每个人轮流读，有感而发可以多读几页，无感之处也可以随时停下。其余的人就安安静静地听，而后大家再一起分享阅读听讲的感受。”应潇说，每个人的成长经历不同，阅读感受和观点输出就会有差异，学会表达自我、产生思想碰撞也是读书会最有魅力的地方之一。

应潇是一位年轻的‘90后’妈妈，在

育儿路上的磕磕绊绊，有时会让她有挫败感，从而产生自我怀疑。在读书会上有好几位宝妈，交流分享时发现原来她们也会在育儿时情绪失控、茫然无助，那一刻的共鸣让她觉得自己并不孤单，很多负面情绪都能得以释放。

除了线下参与，去年‘阳’在家的日子里，应潇还参加过300多人的线上读书会。“来自五湖四海的人，没有空间地域限制而聚在一起，是一件非常奇妙的

事情。我本就特别喜欢研究中医，在特殊时期也就更加关注健康问题。《经典中医启蒙》是一本浅显易懂的中医入门书籍，我们都是线下先自行阅读，而后固定时间上线，开视频云上讨论交流。”对于应潇来说，独立阅读一般快而浅，是闲来无事时的随手翻书，是忙里偷闲的放松方式。而集体共读则精而深，更会产生二次阅读的动力，有更加深入的思考和理解。

从白纸黑字想象出彩色画面

我市教师进修学校附属小学五（6）班的学生徐梓轩喜欢阅读已有多多年。对她来说，每天看书是一件寻常事。阅读时，徐梓轩会抄抄好词好句，画画思维导图，也会“老干部式”地在书上做一些批注感想。每天晚托3节课，她总能早早完成作业，省下一节课时间来看书。用写读书日记来每日阅读打卡更是她必不可少的生活仪式。

“前不久在语文课上学了一篇课

文《刷子李》，讲的是一个技艺高超的粉刷匠刷浆时必须穿一身黑，干完活，身上绝没有一个白点。当时觉得这个人物故事很有趣，得知这篇文章节选自《俗世奇人》这本书，我就迫不及待去书店买回来了。里面有七八十个关于天津市井奇人的故事，文字非常接地气，也很有画面感。”一说到喜爱的书籍，性格文静的徐梓轩来了劲头，还拿出自己根据阅读感受创作的漫画和记者分享。

“这是我根据女英雄 黄莲圣母 率领‘红灯照’青年妇女们踩城振威的文字描述，画出的漫画图。”徐梓轩说，自己平时就爱写写画画，这下更是找到了阅读的新乐趣。“现在，我更理解修辞手法和写作技巧的重要性。因为，形象刻画能让文字在脑海中产生画面感。上次写作文，我就用了类似写法，拿了高分。”她说。

徐梓轩告诉记者，在她们班里，爱写读书日记的可不止她一人。她的同

学应奇倬也是位看书达人，不仅每年阅读量可达上百本，一本《三国演义》还反复看了二十多遍，故事情节可以说是倒背如流。原来，在她们班，阅读量和读书日记可以兑换老师亲手制作的书签、风筝等小玩意，怪不得这些孩子都在暗暗“较劲”呢。“我自己本就爱看书，还能兑换老师的独家手作，何乐而不为呢！”徐梓轩笑着说。

融媒记者 胡莹璐

■ 记者手记

别让阅读打卡成为精神内耗

在采访过程中，记者真实感受到市民们因为阅读给学习、生活带来了不少乐趣，对于打卡更是乐在其中。但除了用打卡感受阅读乐趣的市民，

现实中还不乏每日在朋友圈‘表演式’打卡，为应付而‘含泪’打卡的。

阅读固然重要，打卡或能克服懒惰，但如人饮水，个中滋味只能自己体

会。不妨只将打卡看作是帮助自己保持习惯的方式之一，而不是为了打卡而打卡。毕竟，阅读的快乐不会来自流于形式的应付，缺乏内生动力的他

律式打卡更是难以为继。

Q 倾听书香故事