

# 注重心灵培育 尊重个体成长

——“90后”生活新观察之育儿篇

早晨给孩子做营养餐，周末陪伴孩子去锻炼，假期给孩子报夏令营……对于孩子的培养，家住后北屯的赵先生有着清晰规划。“在保障孩子健康的基础上，我们更注重人格塑造与心灵培育，期待孩子成长为独立自主、精神丰盈的个体。”他说。

当“吃饱穿暖”不再是育儿的目标，年轻一代的父母正以科学理念重构教育逻辑。他们不再局限于“养身”的基础保障，转而深耕“养心”的沃土——通过心理滋养、能力锻造和人格培育，为孩子构建完整的成长生态。一场关于“心灵富养”的育儿观在年轻人中悄然兴起。

## 情景化品格教育

在下元公元时代城附近的比伯绘本馆，每周六的“亲子剧场”座无虚席。在这里，5岁的乐乐通过扮演《彩虹鱼》中分享鳞片的主角，理解了“善良”的含义，他的父亲张先生表示：“比起讲道理，让孩子在情境中体验更重要。”

与其给孩子讲道理，不如让他自己去体验，张先生表示，从4岁开始，孩子已经在绘本馆陆续扮演过《木偶奇遇记》中的匹诺曹，《丑小鸭》中的天鹅幼崽。通过扮演这些角色，乐乐了解了诚实和坚强的含义，这对于孩子成长有积极意义。

心理学研究证实，每周10小时以上的深度互动能使儿童共情能力提升40%。而在我市，周末放弃休息时间，陪伴孩子的父母越来越多，年轻父母正以“沉浸式陪伴”替代传统“放养”模式，用对话替代训话，用引导替代命令，以朋友的身份出现在孩子的成长过程中。

32岁的林女士直言，每晚7时到9时是她与孩子雷打不动的“无手机亲子时间”。“这个时间，林女士会给孩子讲一些爱心故事，也会扮演一些他感兴趣的动画片中的人物，或者玩一会益智游戏，通过互动对话，让孩子学会平视这个世界，和他人和谐相处，培养共情能力和价值判断。”林女士表示。

## 复合型能力培养

周五的机器人编程课、周六的蓝猫书法课、周日的动享篮球课，这样的课程，今年12岁的小龙已经坚持4年。虽然课程比较紧凑，但好在孩子十分享受学习过程，每一次课程都能以饱满的热情投入其中。

对这样的课程安排，母亲张女士解释，在社会快速发展的今天，自己希望孩子既能适应科技时代，又能传承文化基因。

在我市一些幼儿国学园、泥塑陶艺馆、绘画手工作坊，领着孩子学习的年轻家长比比皆是。他们表示，“复合型培养”下一代已成趋势。值得关注的是，新一代家长并非盲目填鸭，而是建立“试错—筛选”机制：一些家长群流行的“课程体验月”模式，允许孩子在3—5个兴趣班中自主淘汰不喜欢的项目，确保教育投资精准匹配个性发展。

在课外兴趣班的选择上，年轻父母凸显战略眼光。不少“90后”家长直言，对于孩子的培养，目前较为科学的是“三三制”选课法：1/3 STEM课程培养逻辑思维，1/3 艺术体育提升审美体能，1/3 社会实践强化社交能力。

在培养孩子问题上，一些超前的家长甚至组建成“教育智囊团”，邀请职业规划师为孩子定制“天赋地图”。有家长带着孩子则早早开始参与教育机构开展的一些“职业体验”课程，让孩子化身金融师、小记者、陶艺师，在实践中认知社会分工。

## 渐进式独立培育

与传统父母大包大揽不同，年轻父母对孩子的独立人格非常珍视。他们普遍认为，父母退后的每一步，都是孩子走向独立的里程碑。

在文化公司任职的郑女士表示，每月的最后一周都是孩子的独立自主周：给13岁的女儿100元钱，孩子需自主完成早餐预算管理、上学行程规划和在校危机处理。“其间，她得解决自己的早饭、上下学问题，以及和同学之间的相处问题。没有特别大的事情，我和他爸都不会介入，任何事情都需要她自己完成。”

太重年轻职工李磊则表示，自家每年一次的旅游策划权在儿子手里。从订票到住酒店，从品尝美食到景点的选定，一切由孩子主导。“我和孩子妈，跟着他走，从小培养孩子独立自主的能力。”

在媒体工作的赵先生则表示，孩子每年的压岁钱由他自己做主。不管是存起来，还是利用父母的账户购入股票，都是由孩子说了算。“对于孩子的成长，我们不打压不强迫，是好是坏，由他自己承担，为孩子进入社会铺路。”

由之前孩子从学校直接步入社会，无视孩子角色转换的适应问题相比，年轻父母更希望孩子能从心理和生理上尽早摆脱对家庭的依赖，更从容、更独立、更自主地融入社会。

年轻家长群体这种“放权教育”正在重塑亲子关系。相关研究显示，拥有自主决策权的青少年，其抗挫力指数比受控型群体高53%。更值得关注的是，年轻父母开始践行“有限保护”理念，鼓励孩子面对合理风险。

从餐桌上的品格对话，到兴趣班的多元拼图，再到成长路上的理性放手，年轻父母正用科学方法论打破传统育儿边界。这种转变不仅是教育方式的迭代，更是对生命个体的深层尊重。

记者 张慧 文/摄

孩子学习篮球