



拨开“伪科普”迷雾 做不焦虑的智慧家长

■ 实习生 蒲竞芝 本报记者 王浚录

“我给孩子报了专家培训班,怎么一点效果都没有?”“网上说这个方法特别好,为什么在我家孩子身上就行不通?”……当下育儿场景中,这样的困惑并不少见。育儿早已不再是简单的“吃饱穿暖”“范畴,演变成一场覆盖成长全阶段的“军备竞赛”,家长们忙着买书、报班、追博主、囤产品,试图用密集的“努力”铺就孩子的成长之路,可结果往往是孩子疲惫不堪、家长焦虑不减,育儿陷入“越用力越迷茫”的恶性循环。

在这场没有终点的育儿“马拉松”中,家长的焦虑源于何处?那些披着“科学”外衣的“伪科普”为何总能精准击中家长的痛点?面对海量信息,家长又该如何挣脱焦虑的枷锁,找到适配孩子的成长节奏?本期,我们邀请到教育专家与一线教师,共同探讨如何走出“伪科普”的迷局。

营销乱象

“伪科普”包装下的育儿陷阱

近年来,各类“科技含量十足”的“机能鞋”“学步鞋”,凭借直击家长对孩子“人生第一步”期待的广告语,一度成为育儿圈“顶流”。然而,却有不少家长反馈,孩子穿上这类以“稳定”为核心卖点的产品后,不仅步态不稳,反而容易滑倒、摔跤。

在当下育儿市场上,标榜“功效”却“名不副实”的产品和课程屡见不鲜。从大家熟悉的“幼小衔接班”“小初衔接班”,到新近走红的“高中大学衔接班”,培训机构打出“暑期蓄力,冲刺保研”等标语,促使刚刚结束高考的学生马不停蹄地“抢跑”大学课程;更有针对低龄儿童的编程班,打着“4-6岁是大脑发育黄金期”的旗号,瞄准家长“不愿孩子输在起跑线上”的心理,将复杂知识强加给幼儿。此外,网络上还有一些自称“学霸家长”或“育儿专家”的博主,通过分享所谓“爆款心得”引发家长共鸣,进而为后续推销相关产品或课程铺路。

这些营销乱象的背后,往往隐藏着一套精心设计的“伪科普”话术体系与传播策略。“脑科学证实:这样做才能弯道超车”“掌握育儿心理学,掌握孩子人生”“好家长才知道的养娃关键期”……这类宣传语堆砌“脑科学”“心理学”“关键期”等专业词汇,不断放大家长的焦虑情绪。同时,部分商家通过“权威认证”“专业设计”包装普通商品,将其打造成“育儿神器”。以某款“学步鞋”为例,品牌宣称其具有“黄金大底”“半掌碳板”等高科技设计,尽管有运动医学专家指出,这类设计不仅收效甚微,还可能对儿童足部发育带来风险,但“保护足弓”“抗扭防崴”等专业术语仍让不少家长趋之若鹜。

这些披着“科学”外衣的“营销陷阱”,利用家长对孩子成长的关切与焦虑,通过一系列话术诱导、权威伪装与营销套路,促使家长在“一切为了孩子”的心理驱动下冲动消费,但实际效果往往不尽如人意。面对层出不穷的育儿“套路”,家长需提高警惕,理性判断,避免被“伪科普”所误导。

“焦虑”推手

家长为何沦为“伪科普”收割对象

“家长的焦虑并非空穴来风,而是与孩子的成长阶段深度捆绑。”成都市实验小学班主任江源结合多年带班经验分析道,“低学段家长焦虑幼小衔接问题,担心孩子无法适应从幼儿园到小学的过渡;中学段家长聚焦孩子在学校的人际交往问题,害怕孩子难以融入班集体;高学段家长则被升学压力裹挟,将重心全放在了学习层面。”

国家二级心理咨询师潘瑞英从更深

层面剖析了家长焦虑的根源。她指出:“焦虑的核心更多源于家长自身的复杂心态。”一方面,家长对孩子成长的“失控”有一种天然的恐惧,渴望通过“正确育儿”来掌控孩子的成长轨迹;另一方面,部分家长将自我价值投射到孩子身上,试图通过所谓的“育儿成功”来实现自己的价值和心理安慰。“这种对‘未知’的担忧、对‘落后’的恐惧,构成了育儿焦虑的底色。”潘瑞英补充道。

外部环境的推波助澜,让家长的焦虑雪上加霜。“身边家长都在给孩子报班,机构的宣传铺天盖地,让人觉得不超前学习,孩子就会落后。”成都市武侯实验中学附属小学班主任康丽娟,同时也是一名初三学生的母亲,她直言,培训机构是“贩卖焦虑”的主力,其精心设计的广告语容易让定力不够的家长忽略孩子的真实意愿与需求,陷入“盲目跟风”的误区。此外,邻里亲戚的攀比、朋友圈的“晒娃”动态、网络上“完美孩子”的案例……这些信息交织在一起,进一步加剧了家长的心理负担,形成“别人都在拼,我也不能停”的高压氛围。

在育儿焦虑的驱动下,许多家长迫切向外寻求“解药”,试图通过各类育儿课程、“权威专家”的建议,甚至“速成式教育模式”来解决自己当下的教育难题,而“伪科普”恰好迎合了这种需求。

“这些所谓‘专家’和课程,用名头和噱头让家长产生一种错觉,觉得跟着学就能找到育儿捷径。”江源曾遇到家长带着号称“专家”指导的、通过死记硬背提升分数的学习手册来学校请教,疑惑为什么自己的孩子学了大半个学期,成绩依旧没有起色。江源直言:“这些‘专家’是否接触过一线学生?是否真的了解学龄孩子的成长规律?答案往往是否定的。”

潘瑞英分析道,“伪科普”之所以能够捕获家长,关键在于精准拿捏了家长“走捷径”和“规避责任”的心理。“这在某种程度上是一种责任的转移,”康丽娟补充道,“部分家长选择相信‘权威标签’,本质上是一种‘自我安慰’,觉得把专业的事交给专业的人做,自己就不必为结果负责了。”

内江师范学院青少年心理健康教育研究所主任鞠晓蕾进一步阐释,“伪科普”利用家长的非专业性和迷信权威心理,通过“权威标签”和“恐惧绑架逻辑”来实现营销的目的。“比如,先以‘儿科医生警告’‘发育迟缓危害’等话术激活家长的恐惧反应,再用‘产品解忧’驱动购买行为,让家长获得短暂的焦虑缓解。”鞠晓蕾说。

回归本真

在纷扰中守住育儿定力

面对网络上鱼龙混杂的育儿信息,家长如何才能跳出焦虑陷阱,实现科学育儿?专家与一线教师给出了切实可行的建议。

“教育不必面面俱到,适当的信息甄别很重要。”康丽娟分享了自己的经验:曾经被外界信息裹挟而焦虑的她,通过折叠群聊、主动放下手机等方式,让自己回归平静。

鞠晓蕾也认同这一理念,他建议家长主动“做减法”。“取关”制造焦虑的教育营销类账号、退出充满攀比行为的家长群,对“过度营销”和“伪科普”保持警惕。遇到育儿产品、学习育儿知识时,多思考一下:它是否有扎实的科学依据?其核心原理是什么?真的适配我家孩子的特点吗?……

心态的转变同样不可或缺。潘瑞英强调:“育儿没有唯一正确答案,家长要在纷扰中找回内心定力,把关注点从外界的喧嚣拉回到与孩子真实相处中。”她建议家长多关注国家卫健委、专业心理学协会等权威信息渠道,通过不断学习构建自己的育儿知识体系。

“健康的育儿观建立在科学、爱与尊重的基础上,既要促进孩子身心发展,也要搭建安全、信任的亲子关系。”鞠晓蕾表示,家长需保持对各类信息的甄别力,同时,放弃对塑造“完美孩子”的执著,尊重孩子的独立人格,欣赏孩子的独特之处,鼓励孩子自由探索。

当外界的噪音减弱,教育才能回归本质。江源指出,育儿的核心是想清楚“要培养怎样的人”:是只会应试的

“学习机器”,还是内心阳光、对世界充满好奇的“完整的人”?这个根本问题一旦明确,许多不必要的焦虑便会自然消散。“家长需要思考、明确孩子的培养目标和核心能力,坦然接受与之相应的结果。在这个过程中,尊重孩子的个体价值和发展规律,做好督促与辅助,帮助孩子成为自我管理的驱动者。”江源说。

教育的真谛,从来不在华而不实的“捷径”里。当家长从追求标准化的“工匠心态”,转向提供成长土壤、静待花开的“园丁心态”,相信孩子内在的生命力与向阳生长的本能,焦虑自会慢慢消散。“真正的科学育儿,是在不确定中培养确定的爱与信任。”潘瑞英表示,唯有将目光从外界纷扰中收回,投向孩子的真实成长需求,家长才能在育儿迷局中保持清醒,与孩子共同走向更加从容、健康的成长之路。“在育儿之旅中,父母的理性与定力,才是孩子成长最坚实的后盾。”

『生活现场』才是最生动的成长课堂

■ 马晓冰

凌晨4点半,城市尚未苏醒,吉林省长春市的一群学生却已整装出发。他们的目的地不是熟悉的教室,而是人声渐起的农贸市场。在这里,孩子们追踪“一块肉的旅行全链路”,追问“同样的肉为什么价格却不一样”,并以小组合作的方式寻找答案。相关视频发布后,网友纷纷点赞:“这才是真正的研学!”家长们更是急切追问:“在哪报名?想送孩子去!”

这份热烈反响,恰恰戳中了当下研学市场的痛点。如今,研学市场良莠不齐,各类高价研学项目令人眼花缭乱,华而不实的噱头远多于孩子们的真实收获。而这场发生在农贸市场的教育实践,将平凡的生活空间变成了生动的知识课堂,自然赢得了广泛认可。

其可贵之处,在于真正推开了教育回归生活的大门——让知识从书本走向生活,让学习从被动接受变为主动探索,在真实场景中培养孩子们自主探究、解决问题的能力。当孩子们“打开五感”,穿梭于摊铺之间,一边观察思考,一边主动发问时,我们看到的正是教育最本真的模样。

教育家约翰·杜威说,教育并非为生活做准备,教育就是生活本身。把抽象知识转化为具体的生活问题,才能更好地激发孩子们的好奇心与探索欲。对于那个为弄清肉价差异而写下3页笔记的孩子而言,农贸市场里的每个“为什么”都有现实载体,每个答案都直接关乎生活,学习自然充满动力和乐趣。这启示家长,唤醒孩子的内驱力,关键在于帮他们找到“求知”的内在需求,让学习不再是任务或负担,实现从“逼着学”到“主动学”的转变。

而从能力培养来看,懂得比较菜价的孩子更可能成为理性的消费者,尝试与摊主交流的孩子能积累到更多人际交往经验——这些在生活课堂中获得的智慧,将成为他们应对未来挑战的重要准备。同时,孩子们市场中直观感知供需对价格的影响、初步理解市场竞争,这种浸润式财商教育,正是陶行知“教学做合一”观念的生动体现:孩子们通过亲身实践获得知识与能力,并在解决实际问题中实现成长。

生活处处是课堂,这样的研学实践揭示了教育空间的更多可能性。打破学校与社会的壁垒,不仅农贸市场可以“变身”教学现场,家里的厨房、小区的绿化带、楼下的小卖店都可以成为引导孩子认识真实世界的窗口。

这也给家长带来深刻启示:我们是否过于重视知识学习,迷恋“题海战术”,却忽略了生活中无处不在的教育资源?家庭教育的核心,不在于灌输多少知识,而在于激发、保护好孩子的探索热情。比起时刻监督学习,家长更需要做的是陪伴孩子走进生活——让他们参与家庭采购规划,带他们去菜市场学习比较与选择,这些看似平常的经历,恰恰是培养孩子综合素养的最佳途径。

当更多教育者和家长懂得利用生活中的教育资源,让课堂走出“象牙塔”、走进烟火气,孩子们必将在更加广阔的天地中,成长为兼具知识素养与实践能力的时代新人。