

本报记者 陈超 实习生 张倩茹 林琳

当毕业季来临,社交平台上的天价考后账单便刷屏不断,让很多年轻人默认:高考结束,就该用电子产品、名牌穿搭、高端旅行等犒劳自己。但仔细观察不难发现,真正能照亮青春、助力未来的暑期奖励,从来不止“花钱”一种方式。跳出单一的物质消费思维,这些温柔又有力量的成长方式,才是能陪伴少年走过漫长人生的珍贵成人礼。

消费内卷困住少年暑期成长

打开社交网络,各类“考后顶配清单”“准大学生必备好物”层出不穷,默默影响着年轻群体的认知。一些考生把高考收官当成“尽情消费”的节点,下意识跟风攀比,把消费金额高低,当成自己是否被重视、是否足够体面的标准。

通过调查发现,2026年毕业季,多数准大学生消费预算集中在万元以上,数码三件套、轻奢穿搭、跨省旅行等逐渐变为标配。部分人甚至为了追赶同龄人潮流,不顾家庭经济条件,强行索要高额物资,让毕业奖励沦为家庭负担。

高校辅导员表示,过度沉浸在物质享受里的新生,进入大学后很容易陷入迷茫,缺少持续前行的动力。反观那些把假期用来充实自我、沉淀成长的孩子,适应能力、抗压能力、社会认知都会更加成熟。短暂的物质快乐转瞬即逝,唯有实打实的成长阅历,才能成为青春最扎实的底气。

研学旅行,让旅途成为成长课堂

随着考试结束,有的考生也想放松一下,为了看看这“大千世界”选择外出旅行。毕业旅行不必等同于高价打卡、走马观花。带着思考与探索的研学行走,没有昂贵的花销,却能让少年在路途中见天地、见历史、见自己,是性价比最高的暑期成长。行走本身,就是最好的教育。

湖南长沙一名高考考生的暑期经历颇有借鉴意义。该考生主动放弃万元跨省轻奢旅行,在父母支持下开启“红色研学之旅”,走访韶山、橘子洲头、岳麓书院等人文地标,全程记录研学见闻、撰写感悟随笔。假期结束后,其整理的研学手记被学校收录为优秀社会实践作品。这位考生坦言,这场没有高额消费的旅行,让自己读懂了家国情怀,比单纯游玩、消费更有纪念意义。

如今,这种轻量化、有温度的暑期体验,正在成为年轻人的新选择。不用远赴千里、不用高额预算,利用假期深耕一座城市、了解一方水土、记录一段见闻,跳出书本的局限触摸真实社会,这份沉淀与阅历,会悄悄为未来的大学生活蓄力。

世界那么大,奖励不止一种

把暑期预算变成终身硬实力

手机、电脑等电子产品更新迭代极快,短短一两年就会贬值过时,但在暑期习得的技能、沉淀的能力,会伴随人的一生。越来越多年轻人开始清醒:与其追逐转瞬即逝的潮流消费,不如把假期预算,投资给自己、投资成长。

广东深圳一名考生原本计划花费2万余元购置顶配数码设备,后经家庭沟通后调整规划,保留基础学习设备预算,将剩余资金用于视频剪辑、新媒体运营技能培训。整个暑假,该考生系统学习实操技能,独立

完成短视频、校园宣传片剪辑作品,入学后凭借过硬技能顺利加入校团委新媒体中心,获得大量竞赛、实践机会,快速适应大学生活。

不止深圳,成都、杭州、武汉等多地准大学生,都开始放下消费内卷,利用假期学习驾照、口语、摄影、办公技能。高校老师普遍认可,这类自我投资式的暑期选择,能让新生更快适应大学节奏,在社团竞选、实践竞赛中更有自信、更有优势。物质消费终会落幕,但能力沉淀永远不会贬值。



△制图

公益服务,是一场无声的成人礼

高考结束,是少年告别青涩、迈向成熟的分界线。比起昂贵的物质奖励,一场真诚的公益实践、一次踏实的社会服务,更能让人褪去稚气,读懂责任与温暖。跳出自我的小世界,看见他人、看见社会,是独属于青春的温柔成长。

2026年暑期,全国各地大量准大学生主动参与公益志愿服务。江苏苏州多名考生组队加入社区志愿服务队,负责文明劝导、图书整理、留守儿童课业辅导;安徽合肥部分考

生利用假期参与乡村支教,为乡村儿童开设趣味课堂、科普课程等活动,在服务中收获成长。

参与支教的考生坦言,从前总把目光放在穿搭、数码、消费攀比上,觉得物质富足就是体面。走进乡村,服务他人后才明白,青春最动人的从来不是拥有什么,而是能创造什么、能温暖谁。这段公益经历,不仅治愈了消费焦虑,也让自己对成长和未来有了更通透的理解。

三代考后谈奖励,不变的是成长内核

回望几十年的青春变迁,每一代人的毕业奖励,都带着时代的温度。70后的毕业礼,是一本书、一顿家宴、一次短途出行,朴素却珍贵;80后最期待的馈赠,是一台复读机、一辆自行车,承载着对新知的向往;90后的暑期快乐,是一部手机、和朋友结伴出游,简单却充满快乐。

时代在变,物质条件在变好,毕业奖励的形式愈发多样,但家人的祝福、成长的喜悦、被认可的温暖,从未改变。真正的青春仪式感,从来不需要昂贵消费堆砌。那些踏实的沉淀、温柔的成长、坚定的前行,才是毕业季最长久、最动人的风景。

海外青年的空档期成长范式

放眼海外,青少年的毕业空档期,有着截然不同的打开方式。美国高中生的毕业旅行,主打集体探索、公益调研,学生大多自主兼职筹款,不依赖家庭高额买单;欧洲青年流行间隔年,暂缓升学,用打工旅行、志愿服务的方式探索自我、积累阅历。

这些成长模式的共通点,是跳出物质犒劳的单一思维,把空档期

当成自我沉淀、认知世界的窗口。这样的成长理念,也值得当代年轻人参考:最好的奖励,是成为更好的自己,而不是拥有更多的东西。

愿望清单

晨报超话