



亲子整理：  
从洒扫庭除到理清头绪  
A Tidy Room Means a Tidy Mind



封面故事

# 国际学校的中国元素

## Chinese Elements in International Schools





# beijingkids & 菁kids 2018北京国际学校博览会

beijingkids



## 创新 2018



70多所北京和海外国际学校 30多个营地组织和课后机构  
4个不同年龄段的儿童活动区，由学校和专业机构管理 10场菁彩教育演讲和论坛



2018年1月13-14日  
周六周日  
北京富力万丽酒店



面向北京父母免费开放，  
须提前在线注册报名  
现在就扫二维码，  
在线注册报名

# INTRODUCING TOMORROW'S INNOVATORS, TODAY.



**SHANGHAI UNITED INTERNATIONAL SCHOOL**  
GUBEI CAMPUS



UNIVERSITY OF  
CAMBRIDGE

edexcel

248 Hongsong Road E.  
Minhang District, Shanghai

021.517.53015  
gubei.suis.com.cn



# 目录 CONTENTS

2017年12月-2018年01月刊

## 07 卷首语

Editor's Note



## 社区报道

### 08 活动备忘录

Events

### 56 简报

The Circuit

60

分类信息  
Directory

61

杂志免费取阅点  
Distribution



12

## 国际学校的中国元素

Chinese Elements in International Schools

### 14 上海协和双语高级中学：期待一场中西文化的化学反应

SUIS: Looking Forward to a Chemical Reaction Between Chinese and Western Cultures

### 18 世界联合学院（中国·常熟）：这里最国际，却也最中国

UWC Changshu China: It's International, but Also Chinese Style

### 22 包玉刚实验学校：什么是适合中国学生的国际教育？

YK Pao: International Education for Chinese Students

## 话题

### 26 亲子整理：从洒扫庭除到理清头绪

A Tidy Room Means a Tidy Mind



## 教育

### 父子说

Father and Son

### 36 意大利营地的中国父子

Chinese Father and Son at an Italian Camp

### 在读

Reading

### 46 建造充盈的人格，从幼年家庭教育开始——读阿德勒《自卑与超越》

How to Build a Well-Rounded Personality?

## 神奇职业

Fantastic Career

### 54 诺贝尔物理学奖得主弗兰克·维尔切克：我每天都玩解谜游戏！

Nobel Laureate in Physics Frank Wilczek: Doing Puzzles is One of My Daily Routines



## 校园之星

School Stars

### 43 来自上海市闵行区万科双语学校的校园之星

School Stars from Vanke Bilingual School (VKBS)

## 未来艺术家

Blank Canvas

### 42 来自上海德威外籍人员子女学校(浦东)的学生艺术作品

Artworks from Students at Dulwich College Shanghai Pudong

### 44 首届M50中外少儿艺术创新大赛获奖作品

Award-winning Works from the 1st Int'l Children's Creative Art Competition



## 美食娱乐

超·爱美食

Food Enthusiast

### 38 金针菇教我的那些事

Three Ways to Cook Needle Mushrooms



## 为人父母

父母社区

Parents Corner

### 04 今天，中国孩子身上的中国元素有多少？

How Chinese Is Your Child?

### 05 雕像的作用

What Do Statues Tell?

### 49 我所见过的传统文人

Memories of a Man of Letters

### 64 在旅行中偶遇中国元素

Encounters with Chinese Culture While Traveling

创业父母

Parentpreneurs

### 32 零经验全职妈妈与她们的网红亲子餐厅

Once Stay-at-Home Moms, Now They Run a Popular Café for Both Moms and Kids

家庭推荐

Family Favorites

### 40 我的家在上海

The Sehgal Family Introduces Their Favorite Spots in Shanghai

## 看世界

Family Travel

### 50 跟团也悠闲：越南芽庄的碧海蓝天亲子游

A Sunny Beach in Nha Trang, Vietnam



本期封面模特：

本期封面模特是来自上海协和双语高级中学的王傲同学。特此致谢！

摄影：Dave's Studio

# 今天，中国孩子身上的中国元素有多少？

## How Chinese Is Your Child?



### 李梓新专栏

非虚构写作平台“中国三明治”创始人。曾任《外滩画报》主笔，采访过多国大选和名人政要。著作有《民主是个技术活儿：英国民主生活走笔》、《灾难如何报道》等。家有两孩，最近致力于中产育儿现象研究。

不知不觉的，其乐成了一个对意面百吃不厌的孩子。如果在旅途中，你不知道吃什么好，他的主意一定是吃意面，而且中午吃了晚上还能继续吃。

我也不知道，意面为何这么服帖地收伏了他的胃。每个人是有自己的灵魂食物的，那种食物往往是自己故乡的味道，比如我的灵魂食物是潮汕牛肉丸。出生于上海的其乐，对上海小馄饨和炒面也颇喜爱，但估计都敌不过意面。

今天，故乡感淡泊的这一代孩子，其实都是“第三文化儿童”（TCKs, Third Culture Kids）。

第三文化儿童的口味大概是按着主流的文化影响来的，在国际学校的孩子，这种文化影响就是英文、汉堡、派对等等。这一代人不仅故乡感淡泊，国界感也淡泊。这个世界，到哪里都可以是他们将来扎根的地方。

但是，作为一个纯正的中国父亲，总想着要怎么在孩子的身上保存中国元素。在今天上海这样的国际都市，在国际学校就读的孩子，除了中文口语过得去之外，究竟有什么特别的中国印记呢？

由于当今教育上的国际化倾向，更多的孩子惯于阅读英文、写作英文，一碰到中文阅读和写作就畏难。而大多数家长即使母语是中文，也没有办法多加影响和指导。这几乎是今天中国教育的一个痛点了。

在今天的中国，都市中产阶级的孩子身上却没有多少中国文化元素？这是一个有点匪夷所思却事实存在的问题。

这些年来，我去过世界好几个宜家商场，包括发源地斯德哥尔摩的宜家，却发现所有商品都大同小异，和上海几无二致。当时我就心想：全球化正在杀死想象力。

今天我们培养孩子上名校，这个过程基本也是一种全球化、标准化。那是一条铺好的天梯，所有的家长和孩子都怀着对未来的期望和向往日夜兼程。而我相信这些孩子最终到了国外，最终毕业走上社会，会更多回头去审视自己身上的印记：一个中国人，一个出身来自某地的中国人，在一个华人是少数族裔的社会，我的同胞前辈们做过哪些事，我现在在做的事，是落在哪一个类目里面？

那个时候，那种过程，会有撕裂、挣扎、困惑，乃至重新奋发。在一个全球化时代，每一个人都会经历“身份焦虑”（identity lost）到“身份确认”（identity reassured）的过程。

在一个中国崛起的时代，如何让孩子认识“中国时代”的背景，以及和自己的关系——我觉得这才是最重要的，要渗透到孩子身上的中国元素。

最近我在读两本书，一本是1816年英国使臣队伍中的一位外科医生克拉克·阿裨尔记下的手记《中国旅行记》（1816-1817），英语的语言本就与现代差异不大，他所采用的白描描写方式，能把我带回当时的中国。我从中窥见，清朝自乾隆之后，国民生活其实已经落后于西方。比如，这一段让我印象深刻：

“我认为，在这个世界上，没有任何国家比大沽到天津间的白河两岸，给各种旅行者带来如此之少的引人兴趣的观察目标了。沿途的土地，到处是沼泽和荒地，居民穷苦，衣衫褴褛，他们的住所简陋、肮脏、破败不堪，土壤生长的作物很少而且不吸引人。”

那是英使马戛尔尼觐见乾隆因为该不该下跪之事而引发争议的23年之后，又一个出使中国的英国使团。可是乾隆的儿子嘉庆皇帝同样因为下跪问题而和这个使团不欢而散。这两个标志着中国闭关锁国的事件，很快被鸦片战争的枪炮证明了历史的走向。而我们可以看见，200年前中国之落后，而今天的中国，差不多是200年来全球权力和声望之顶峰。

这两百年的过程，怎么看待？中国人在这期间，做过什么努力？我在看的另一本书，是不久前逝世的美国著名汉学家孔飞力写的《他者中的华人——中国近现代移民史》。一个美国学者，帮中国人梳理出中国人在全球漂移（diaspora）的脚步。这两百年来中国人因为国运的颠簸，在各大洲都有飘零和生根的努力，甚至远到南美洲苏里南这样的国家，都有为数不少的华人团体。

即使在美国，华人的地位也从《排华法案》阴影下的劳工群体，到诺贝尔奖得主、联邦部长，更包括了今天从华尔街到大学里各种类型的社会中坚。这些华人的打拼也殊为不易。我的朋友，作家谢汉兰曾经在她的著作里写下，1950年代他们住在首都华盛顿郊区，几乎只能碰到一两个亚裔面孔的情形。

谈了这么多，我只是希望当我们的孩子无论通过旅游还是教育走到国外，全面拥抱全球化生活方式的时候，他的心态上还是能有“国族”的感觉，能有故乡的感觉。中国人的身份对他来说不是可有可无，而是我们立足于世界的一个出发点，一个重要的文化根系和资源，也是我们和世界上其他很多人不一样的独特之处。

我认为，如果能建立起这一点，会比只是机械地背诵国学经典更有作用。

# 雕像的作用

## What Do Statues Tell?



### 竞波

北京人，留美15年之后，回国居住12年，在上海加入英文媒体《Shanghai Family》，在北京参与创办国际教育媒体《菁kids》并担任执行出版人。2016年又随全家搬回加州湾区。有两个正值青春期的女儿。

在大女儿上学的寄宿学校，每年一度的家长会都被安排在10月下旬，周五至周日连续3天。这与国内学年末开家长会的习惯正好相反。3个月的暑假刚过完，9月初开学孩子刚离家，还不到两个月，能有什么新鲜事儿和老师聊呢？我想，这是因为新英格兰地区冬天太冷，冰天雪地的，让几百位家长跑来确实不忍心，而春季太短，夏季忙着毕业班。只有秋天，新英格兰最美丽的季节，请家长们过来，又看孩子又看风景。

秋季的校园确实美丽。红黄相间的枫叶随风摇摆，绿绿的草坪上还洒满雨珠。跟着女儿走向红砖金顶的教学楼，和老师、同学、家长们打着招呼，仿佛进入了另一个世界，一个被《死亡诗社》等经典校园影片用优美的影像和音乐描绘过的世界。这里已成为孩子的另一个家，也是她人生中最重要的一部分。做妈妈的，心里很感恩。

每次来开会，女儿总为我留一份学生主编的校报。其实校报网上也有，在另一头的西海岸也能看到。但身处校园，拿着手里的小报纸从头读到尾，在署名里认出孩子的朋友，这是我每次来的必修课。不但和女儿聊天能有更多话题，感觉与学校的距离也拉近了。

这一天的校报上，有一篇文章引起了我的注意。首先，文章题目就很博眼球，“The Damaging Legacy of an All-Boys School 具有破坏性的男校传统”。

和大多数英美寄宿学校一样，女儿的学校于1884年创建时也是男校。至今133年了，前面90来年都只招收男生。这所学校是创建者依据自己小时候在英国上学的体验来创办的，保留了很多英国公学的制度和传统，但在理念上却并不守旧。

早在1952年，当时的校长就录取了第一位黑人学生。两年之后，美国联邦最高法院才判定种族隔离的学校违法。1963年，在马丁·路德·金发表“我有一个梦想”的华盛顿演讲之前，同一位校长邀请他来校为师生们演讲。1965年，这位校长又携带夫人，和全校75名学生一起，参加马丁·路德·金在波士顿领导的民权运动大游行。

然而，这样一所既传统又前卫的学校，直到1975年，在第一名黑人学生被录取之后22年，才录取了第一位女性学生。

校报上这篇文章的作者和女儿同在一个年级。她这样写道：

“清晨，你把自己叫醒，希望能有时间快速吃顿早餐。到了餐厅，环顾四周，墙上挂着的画像都以男性为主，即使有女性，她们也是作为陪衬，坐在丈夫的前面。

7点55分走进教堂，你一边等着晨读开始，一边眼光扫过墙上刻着的几百个名字。在墙上纪念的都是男性。

然后，你从教堂走到大教堂，等着毕业班主持的早会开始。你注意到，在大教堂墙上陈列着很多伟大思想家的雕像，而这些雕像无一例外都是男性。

……

确实，这些只是雕像而已。但是，作为学校的女生，我经常被他们提醒着：你是一位外来者。时间长了，这一切变得很可笑。

学校最早是一所男校。今年是校庆133年，可见，那个时代已经过去了。餐厅墙上的校长画像，情有可原，因为至今为止，所有校长都是男性。教堂墙上的名字也同理。但是大教堂里的雕像代表的是人类最伟大的思想家，不应该有性别之分。特意把女性排除在外，完全与现代脱节，学校应该为此感到羞愧。

在批判性思维上，男性并不高于女性。但是，单单只陈列男性思想家的雕像，学校正在传达的是这样一个讯息——男性高于女性。无形中，这里的每一位女生，在每一个早晨，都在被贬低。”

文章不长，但给我的震撼很大。

对我来说，这位女生描述的，校长画像、教堂纪念墙、雕像等等，代表的是学校的历史和成就。每逢访客参观，讲起来就很为学校骄傲。而这位女孩子，用极为简单而清晰的文字，让我看到了历史的另一面，这是同为女性的我本应该很在意的一面。

今年夏天，佛吉尼亚州大学城夏洛茨维尔市准备移除内战期间南方领袖李将军的雕像，受到反对拆除者（站在最前沿的是举着火把的白人种族主义者）的暴力抗议，一度震惊全美国。现任总统发布推特，“把如此美丽的雕像和纪念碑移除，这是割裂我们国家的历史和文化。”

当时，我和女儿曾有过一场争论。我说，这么多年了，雕像已成为城市文化风景，为什么一定要移除？留着总比没有，或者弄个假的新古董要好。她认为，如果德国没有纳粹分子的雕像，美国也不应该有捍卫奴隶制的将军雕像。保存历史为什么一定要用雕像？

读着女儿同学的这篇文章，回想着女儿的话，我很感激她们能在这样的一所学校里，被启发和鼓励着，重新思考眼前被习以为常的一切。



A Publication of  
**True Run Media**

Helping the international community get the most out of life in Beijing

True Run Media 出版制作

Advertising Agency

Beijing Agenda Advertising Co., Ltd

广告代理

北京爱见达广告有限公司

Advertising Hotline/广告热线: 010-5941 0368, sales@truerun.com

CEO & Founder 创始人及首席执行官 魏思得 Michael Wester  
Owner & Co-Founder 联合创始人 马春蕾 Toni Ma

Publisher 出版人 马春蕾 Toni Ma

Shanghai Edition 上海版  
General Manager 总经理 江小小 Xiaoxiao Jiang  
Executive Managing Editor 执行主编 闻琛 Wilma Won  
Editor 编辑 胡苏敏 Sumin Hu  
Digital Editor 数字媒体编辑 陈天娇 Rachel Chen, 高晴 Cherry Gao  
Intern 实习生 王若静 Nell Wang

Beijing Edition 北京版  
Executive Managing Editor 执行主编 曹新星 Christina Cao  
Digital Managing Editor 数字媒体运营主编 齐琰 Emma Qi  
Editor 编辑 姬方 Frances Ji  
Mom Reporter 妈妈记者 季婷 Tina Ji  
Translation Intern 翻译实习生 张燕 Ellen Zhang

Contributors 撰稿人 芮娅、吴竞波、Raina、廖欣、Sumin、师偃、  
Julie Xu、顾佩超、俞恺、俞皓蓝、李梓新、道道

Art Director 艺术总监 罗肃 Susu Luo  
Production Manager 制作部经理 郭挺 Joey Guo

Sales 销售部 胡晓娜 Sheena Hu, 吴瑾 Veronica Wu,  
刘潜 Winter Liu, 李希雅 Olesya Sedysheva,  
社利利 Serena Du, 白文轩 Wilson Barrie,  
唐奥 Gladys Tang, 尚雁宇 Sharon Shang,  
王芳芳 Fangfang Wang

Marketing & Distribution 市场发行部 杨莎莎 Lareina Yang, 牟钰 Mu,  
刘可欣 Helen Liu, 张钟元 Cindy Zhang,  
崔函笑 Amber Cui (上海)

IT 技术支持 严文 Yan Wen, 福山大 Alexander Forger

Finance 财务部 赵蕊 Judy Zhao, 崔璇 Vicky Cui  
HR & Admin 人事部 罗永宝 Tobal Loyola, 曹箐 Cao Zheng

Editorial 编辑部 bianjibu@jingkids.com  
Advertising 广告部 021-6131 6691, bd@jingkids.com  
Marketing 市场部 marketing@truerun.com  
Distribution 发行部 021-6131 6691, faxing@jingkids.com  
Content Marketing 内容推广 DCmarketing@truerun.com  
Website 官方网站 www.jingkids.com

出版发行: 云南出版集团  
云南科技出版社有限责任公司  
地址: 云南省昆明市环城西路609号,  
云南新闻出版大楼2306室  
责任编辑: 欧阳鹏, 张磊  
978-7-5587-0940-1

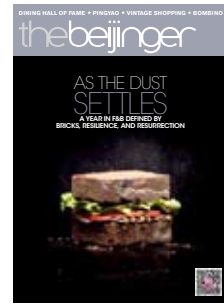
ISBN 978-755870940-1



**True Run Media**

Helping the international community get the most out of life in Beijing

旗下出版物



Since 2001 | 2001年创刊  
thebeijinger.com



Since 2006 | 2006年创刊  
Beijing-kids.com



Since 2012 | 2012年创刊  
Jingkids.com



Since 2014 | 2014年创刊  
Jingkids.com



扫描上面二维码,  
关注微信公众号:  
菁kids, 菁kids上海;  
新浪官方微博@菁kids杂志



# 是什么让你的孩子与众不同？

## What Makes Your kids Different?



前段时间，去沪上某国际学校参加活动，看到图书馆的墙壁上张贴着花花绿绿的学生习作，便凑上前去看了个究竟。从内容看，这大概是一次命题作文，写的是“我最喜欢的电影和电影人物”。孩子们喜欢的电影有《冰雪奇缘》《疯狂动物城》《变形金刚》等等，喜欢的角色有钢铁侠、蜘蛛侠、美国队长之类的。我能从学生的名字上判断男女生兴趣的差异，却很难将名字与习作内容对应起来，看出他们自身文化传统的烙印。

从好的方面看，这是一所国际学校，孩子们因为有着大家都熟悉的流行文化而交流无碍；而另一方面，我也看到了一种贫乏，一种丧失了自身文化印记的雷同。这肯定不是送孩子上国际学校的家长们的初衷。在与家长们交流的过程中，我不止一次听到“希望孩子能释放个性做自己”、“之所以让他去某某学校，就是因为他能在那儿得到更加个性化的教育”这样的表达。

能让孩子成为独特个体的因素有很多，但对于中国孩子来说，肯定不是放弃自己的文化传统而去“混然众矣”。那么，我们的孩子能通过哪些途径汲取给养呢？往大了讲，可以是一个民族的文化传统；往小里说，可能就是家中长辈的耳濡目染，那些孩子们小时候并不是特别能理解的“规矩”。这些因素塑造了他们，并赋予了他们相应的身份认同和文化归属。

说到身份认同，这一期的封面故事我们聊的是“国际学校的中国元素”这个话题。作为一本关注国际教育的中文杂志，这似乎是一个绕不开的话题。而事实上，在陆续走访三所学校的过程中，我们也收获了惊喜：

在上海协和双语高级中学，老师们带领学生，用IB课程中知识论的研究方法分析勾股定理、唐诗宋词；学生们在社团课程中接触了古琴、茶道、中国象棋、书画甚至麻将！在世界联合学院（中国·常熟），学生们不仅能从“天圆地方”的校园建筑中感受中国文化，也能通过难易程度不一的中文课提高自己的中文水平，更能在丰富多样的研学活动中加深对中国的了解。而在包玉刚实验学校，老师们会借鉴西方语言文学课中行之有效的教学手法，

激发孩子们学习中文、了解中国文化的兴趣。

针对“中国元素”这一话题，本期的专栏作者们也从各自角度分享了他们的思考。在道道的《我所见过的传统文人》中，一位旧时乡贤的形象跃然纸上，他所遵循的传统生活方式中的某些细节，现在读来仍会让人颇觉美好；在《今天，中国孩子身上的中国元素有多少？》一文中，李梓新从儿子其乐对意面百吃不厌这件事生发开去，表达了“希望当我们的孩子全面拥抱全球化生活方式的时候，心态上还是能有故乡的感觉”这样的愿望；而旅居加拿大的芮娅，则回想起出生、成长在国外的儿子因为在旅途中偶遇中国元素，而对从未谋面的中国产生文化认同的有趣经历。

在本期关于亲子整理的特稿中，作者Sumin的一句话让人印象深刻：在整理收纳上，我有自己的坚持。而追根究底，这样的“坚持”就源自儿时看母亲和祖母日日洒扫庭除，在物质并不丰裕的年代依然能有保持洁净的追求。而现在，她也打算将这种整理的观念传递给她的女儿。你看，整理并不是什么了不起的大事，却会在不知不觉中成为一种“家族基因”而获得传承。

正是有了这些小小的坚持，有了潜移默化的合力作用，我们的孩子才成其为独特的个体。

闻琛

闻琛

《菁kids》上海版 执行主编



# 活动备忘录 EVENTS

您有适合亲子参与的精彩活动想发布在《菁kids》上海版的活动备忘录上吗？赶快联系我们吧！  
电邮：editorjks@126.com  
微信：菁kids上海



## 上海不列颠英国外籍人员子女学校开放日活动

12月1日和2日，上海不列颠英国外籍人员子女学校将举办针对一、二年级的开放日活动。活动面向5-7岁儿童的家庭，将由校长Mr. Goodwin先生、小学部负责人Ms. Mustoe老师和一、二年级的班级老师向大家介绍学校相关的教育体系，介绍结束后，会带领家长参观校园。

时间：12月1日-2日

地点：上海市闵行区古北路1988号

费用：免费

电话：021-6402 7889

## 上外附中国际部开放日

上外附中国际部（SFLSID）是上海市教委首批批准成立的国际部之一。国际部引进和吸收国外教育理念，在课程设置上坚持走“民族性和国际化”相融合的特色之路。国际部计划在12月中旬针对中学预备班举办校园开放日活动，具体时间请关注学校网站及微信公众号。

时间：12月中旬（具体以学校公众号发布的信息为准）

地点：虹口区中山北一路295号

费用：免费

微信公众号：SFLSID

## 上海惠灵顿音乐之声

“音乐之声”讲述了在二战背景下，冯·特拉普一家怀揣音乐梦想的成长变迁。玛利亚从充满教条的修道院来到充满快乐、欢笑和音乐的特拉普家任职。在相处的过程中，玛利亚赢得了孩童们的心，并与单身的男主人盖尔·冯·特拉普上校相爱、结婚并组建了家庭乐队。

时间：12月7日-9日

地点：浦东新区耀龙路1500号

惠灵顿校内剧院

费用：50元

电话：(+86-21) 5185-3866

## 爱乐汇·柴可夫斯基三大经典交响音乐会

伟大的俄罗斯作曲大师柴可夫斯基一生写过无数部传世作品，其中《天鹅湖》、《睡美人》、《胡桃夹子》是人们最熟悉、最易懂、非常受欢迎的作品。它们的音乐性格鲜明，既保留了传统芭蕾音乐的典雅、优美风格，又有创造性和丰富的交响性和情节性。

时间：12月15日

地点：浦东新区丁香路425号东方艺术中心

费用：120-380元

电话：4006103721



### 现代舞《临池舞墨》

“临池舞墨”是广东现代舞团的保留剧目之一。上阙“临池”提取出中国书法中甲骨、小篆、隶书、楷书、行草五种书体的行笔特征、力道和神韵精髓，演化出各具特质的肢体。下阙“山水”将中国山水画的精神追求移植到舞作中，呈现在舞台上，释躁平矜而反观内心。

时间：12月16日-17日

地点：长宁区虹桥路1650号上海国际舞蹈中心

费用：80-680元

电话：4006103721

### 儿童魔术剧《Puff! 花儿!》

主创团队在本次演出中引入了Theater in Education (TIE) 教育剧场的概念。TIE狭义上指的是英国在上世纪六十年代发展出的一种新型的剧场表演形式，它兼顾剧场的审美性与教育性。魔术剧带来的故事，能让观众在互动和体验中获得教益。

时间：11月25日-12月17日

地点：嘉定白银路159号上海保利大剧院-小剧场

费用：50-180元

电话：4006103721



HARROW  
INTERNATIONAL SCHOOL  
SHANGHAI



## 上海哈罗国际学校

哈罗公学是英国历史最悠久的著名公学，其第四所哈罗国际学校——哈罗上海坐落于富有创新活力的外高桥森兰板块中心地带，继续秉承英国哈罗公学独特的教育理念与高水准的教学质量。

若您想了解有关哈罗上海先进的教育理念和完备的教学设施，杰出的实践领导力课程，以及我们对权威 A-Level 课程的理解，欢迎您与我们联系，来校参观垂询。

更多入学信息请联系：

[admissions@harrowshanghai.cn](mailto:admissions@harrowshanghai.cn)

电话：+86 21 6881 8282 / +86 21 3891 9700  
+86 1891 622 9776

扫描微信二维码关注

[www.harrowshanghai.cn](http://www.harrowshanghai.cn)



*Leadership for a better world*



# 活动备忘录 EVENTS



## 俄罗斯皇家芭蕾舞团《天鹅湖》

俄罗斯皇家芭蕾舞团不仅保留了莫斯科大剧院正统、专业的艺术形式，细腻、优美的舞蹈风格，更在整洁、场面宏阔上狠下功夫，展现给观众一种贵族派的高雅感受。《天鹅湖》场面壮观、布景华丽，节目曾被赞誉“古典芭蕾的巅峰之作”。

时间：12月19日

地点：嘉定白银路159号上海保利大剧院-小剧场

费用：80-580元

电话：4006103721

## 管风琴与合唱圣诞音乐会

管风琴为合唱伴奏的历史可以追溯到一千年以前的罗马，管风琴在中国落地生根也有四百年的历史。这次上海爱乐合唱团、上海爱乐少儿合唱团将以管风琴为伴奏带来圣诞主题音乐会，奉献最美的和声。

时间：12月24日

地点：浦东新区丁香路425号东方艺术中心

费用：180-580元

电话：4006103721

## 菊次郎的夏天：久石让钢琴曲龙猫乐队梦幻之旅演奏会

久石让的音乐，有一种能勾起人们内心深处那份纯真的力量，尤其是他的钢琴曲，深受人们的喜爱。此次“菊次郎的夏天--久石让钢琴曲龙猫乐队梦幻之旅演奏会”的演出曲目中精选了最受乐迷喜爱的钢琴曲，这些钢琴曲也是久石让本人最为喜爱的曲目。

时间：2017年11月25日-2018年1月12日

地点：上海市黄浦区金陵中路88号凯迪拉克上海音乐厅

费用：80-360元

电话：4006103721

## 维也纳莫扎特弦乐四重奏音乐会

维也纳莫扎特弦乐四重奏是于伟大的音乐巨匠沃尔夫冈·阿玛迪尤斯·莫扎特生前创作和演奏之所在地——维也纳莫扎特音乐厅长期担任独家演奏任务的著名音乐团体，是维也纳浓厚的音乐气氛中具有鲜明特色的代表性乐团。演奏的曲目全部选自莫扎特经典作品。

时间：2018年1月14日

地点：静安区平型关路1222号大宁剧场

费用：80-280元

电话：4006103721

**为什么** 上海各国际学校的很多学生是创意顶顶的学员?  
上海很多名人的孩子都在创意顶顶?



why



**3到18岁现代、专业的雕塑与创意绘画课程**  
孩子的艺术修养、创造力不是像知识一样“学”来的，  
而是在潜移默化中慢慢培养出来的！通过艺术创作打开孩子  
的心扉、拓展孩子的视野、激发孩子的探索；挖掘出每个孩  
子特有的潜能！从小浸染于艺术的孩子，才会是未来的“贵  
族”！



CREATIVE ART  
创意顶顶 国际少儿美术



创意顶顶创意课程  
进入幼儿园！



创意顶顶专业的现代美术课程  
进入学校啦！  
可以为学校组织、策划专门的艺术教学活动。



扫描二维码了解更多


创意顶顶总部  
地址：虹许路741号 64067555  
18918908439  
[www.dingdingart.com](http://www.dingdingart.com)

# 国际学校的中国元素

Chinese Elements in International Schools

图: Dave's Studio





早年留学生们出国，遇到的最大挑战是“如何融入”，即如何打开自己，拥抱当地文化。但是近年来，随着国际交往的日益深入，了解异国文化已不再是什么难事，在中国土生土长的孩子对牛排意面的接受程度并不会比红烧肉或盖浇饭差，说起迪士尼好莱坞里的角色也是如数家珍。对于本国文化，反倒因为了解不多而生出了些隔膜。这些孩子走出国门后，会碰到“文化身份认同”这个新问题——别人都能对自己的文化津津乐道，他们却只能支支吾吾、讷讷不语。

怎样让从小上国际学校的孩子也能亲近中国文化？国内的国际化学校又在这方面做了哪些努力？这是我们设计本期封面故事的初衷。

在组织本期稿件的过程中，我们分别走访了上海协和双语高级中学、世界联合学院（中国·常熟）和包玉刚实验学校。之所以将这三所学校作为样本，是因为他们在中国文化的传承上都有自己非常独特的设计：协和高中将中国文化融入课程，其中最让人印象深刻的一点，就是用IB课程中知识论的研究方法，分析勾股定理、唐诗宋词；常熟UWC从校园建筑中融入“天圆地方”的理念，到要求每名学生都选一门中文课，由表及里地让学生感受、了解中国文化；以“中英双语双向浸润课程”为特色的包校，在中文课程的设计上借鉴西方语言文学课行之有效的教学手法，激发孩子们学习中文、了解中国文化的兴趣。

在与老师们交流的过程中，我们也了解到，他们已不仅仅满足于让学生知道舞龙舞狮、窗花剪纸这些符号化的东西，而希望通过更深入、更有体系化的课程让孩子们真正了解中国文化的内里。

更令我们意想不到的一点是，在这些国际化的学校，占比不小的外籍学生同样对中国文化流露出了浓厚的兴趣。在这个意义上，学校里的中国元素不仅有助于强化中国孩子的文化身份认同，也承担了让更多外国友人了解中国文化的使命。





# 上海协和双语高级中学： 期待一场中西文化的 化学反应

## SUIS: Looking Forward to a Chemical Reaction Between Chinese and Western Cultures

文：道道 图：Dave's Studio, 部分由学校提供

古色古香的实木书案和圈椅结实而精巧，墙纸上满镜的毛笔字仿佛随时会伸腰展臂动起来……你以为走进了某位国学大师的书斋，其实这里是上海协和双语高级中学（下称“协和高中”）的校长办公室，推开门去是一个英汉双语交融并行的世界。

今年是中国传统文化课程在协和高中落地生根的第三个年头，在上海的众多国际化学校当中，协和高中把办学的根基更深地扎进了中国的土壤。作为一校之长的侯晓波，希望此举能够促成的不再是中西方文化间一个矜持的点头示意，而是彼此袒露襟怀毫无芥蒂的交融，用她的话说便是，期待一场深刻的化学反应。

### 感时应世，探索国际教育的深层路径

在上海这样的城市，中西方文化之间表面的模仿与交汇早已司空见惯，无论在国际化学校还是传统学校，圣诞节的姜饼屋、中秋节的月饼、万圣节的南瓜共同装点了孩子们的节庆生活。可是表面的热闹掩不住内里的陌生，要在一所培养国际化人才的学校里有系统地植入中国传统文化课程，就不仅仅是图个热闹那么简单了。这一切的开始，需要一位举着火把的人。

侯校长本人有着浓厚的传统文化情结，这种情结不仅源于自身的文化自觉，更是源自长达20年国际教育的浸润所引发的深层思考。越是接触更多的外国人，越是频繁地说着英语，侯晓波越是深切地感受到横亘在东西方之间、深埋在不同肤色之下的文化隔阂。那些困惑的、轻蔑的、不解的眼神，植根于千百年的隔绝和现存的发展差异，不时地刺痛她，即便是朝夕相处也难以消融。侯晓波想要做的，是促使东西方文化从形式到内在的深度融合，让外国人了解中国，让中国人更有底气地讲述中国故事。



2014年，教育部颁发《完善中华优秀传统文化教育指导纲要》，要求各级各类学校落实中华优秀传统文化教育，对国际化学校来说，就是要将中国文化融入国际教育。同时，作为协和高中主体课程的IB课程本身，也有重视母语教学、倡导与本土文化融合的内在要求，培养熟悉本国文化的世界文化参与者是它的最大特点。这一切的因缘聚合，促使协和高中开始探索一条更加深广的文化沟通路径。

2015年，协和高中尝试着将中国传统文化全面引入IB和AP课程。当时，侯晓波考虑的是全校学生——接受国际教育的中国孩子更需要一个清晰的自我认同，只有明



确了“我是谁”之后，才可以基于对自我的认知和接纳，去与他人和社会产生互动，才能在世界大家庭中被识别出来。在中国接受教育的外国孩子也需要知道什么是中国文化，只有基于了解的认同才是真正的认同，在未来的世界舞台上，他们是消弭东西方隔阂的重要力量。

在她看来，国际化并不是要人从母国的文化土壤中拔出，去寻求世界大同。而是要先认同自己的文化身份，然后再去超越这些界限，这才是未来卓越的世界公民应有的素养和格局。基于这样的认知，侯晓波和她的团队出发了。

## 与时俱进，重塑传统文化的解读方式

目前国际教育的本土化尝试大多都停留在活动组织、环境创设等浅层设计，而从课程方面渗透中国传统文化教育的理论和实践探索还为数不多。作为先行者，协和高中编写了学生对中华传统文化知识了解程度的调查问卷，从学生对传统文化的知晓程度、兴趣、态度及对开设传统文化课程的评价与建议四个维度，对全体高中学生进行了无记名问卷调查。

通过问卷调查，校方了解到国际课程班学生对传统文化的兴趣点、态度及性别、年级差异，为有针对性地开设传统文化课程提供了依据。基于此，该校构建了以中国文化社团课程、IB和AP的语文和IB认识论两门科目的延伸课程、中国节庆展示活动课程、社会实践课程为四个纵向经度，并与横向的德、智、体、美、劳五个学生发展的纬度指标相互交错而形成的中国文化特色课程体系。

在此过程中有一个根本性的问题不容回避，那就是传统的君臣父子、礼义廉耻、男尊女卑、长幼有序的价值标准几乎贯穿整个中国古代社会，在今日的传统文化课程中如何加以扬弃？哪些才是适合当今国际化学校的课程内容？课程设计师从一开始就清楚地知道传统文化的传授不是照搬照抄，学校将目光投向了社会主义核心价值观的24个字上，让传统与时俱进。

有了这个价值基础，课程的设计便有了方向。语文课中的《沁园春·长沙》，让学生感受到词人毛泽东的风发意气 and 爱国情怀，《种树郭橐驼传》反映了人们对于公平公正的社会人才选拔机制的向往。历史课全面梳理中国古代历史脉络，农民起义的故事反映了人民对于自由和平等的不懈追求，民族大融合造就了富强和谐的繁荣盛世，诸子百家的思想时至今日仍然闪耀着诚信、友善、仁爱、法治的光芒。政治课则系统介绍中国现有政治体制，结合收入分配制度阐述平等、公正和共同富裕的意义，通过现代市场经济体制的运行法则讲解法制与诚信的内涵等等。

中国节庆展示活动是学生们天马行空的舞台。去年的中秋节，孩子们请来各个国家的老师品尝不同种类的中国月饼，请他们说出吃的是什么馅儿的月饼，属于苏式广式还是京式滇式。今年的中秋节则由师生一起用毛笔书写有关中秋主题的古诗句，然后在校内展示。今年的祭孔日之前，最积极的竟然是几位外国的师生，他们很主动地提醒校长这个重要的日子，很有热情地投入准备工作，从始至终都乐在其中。

社团课包括琴棋书画（中国书法，国画，剪纸，象棋，麻将，茶道，二胡，古筝）、民族舞蹈（藏族舞，扇子舞，蒙古舞，傣族舞）、地方戏曲（昆剧，上海话，京

剧）、体育（武术，踢毽子，跳绳）四大类，将中华文化社团课放进每周三和周四两次的课外活动中。由师生共同创作的舞台剧《涿鹿》将于明年3月份开演。作品取材自距今5000多年前炎黄部族同来自东方的蚩尤部族在涿鹿县展开的一场大战，它将结合英国早期语言、中国古代历史以及戏剧的艺术语言，以传统的音乐、舞蹈、戏剧、书法、武术等形式呈现出来，古今和中外熔于一炉，最终效果引人遐想。

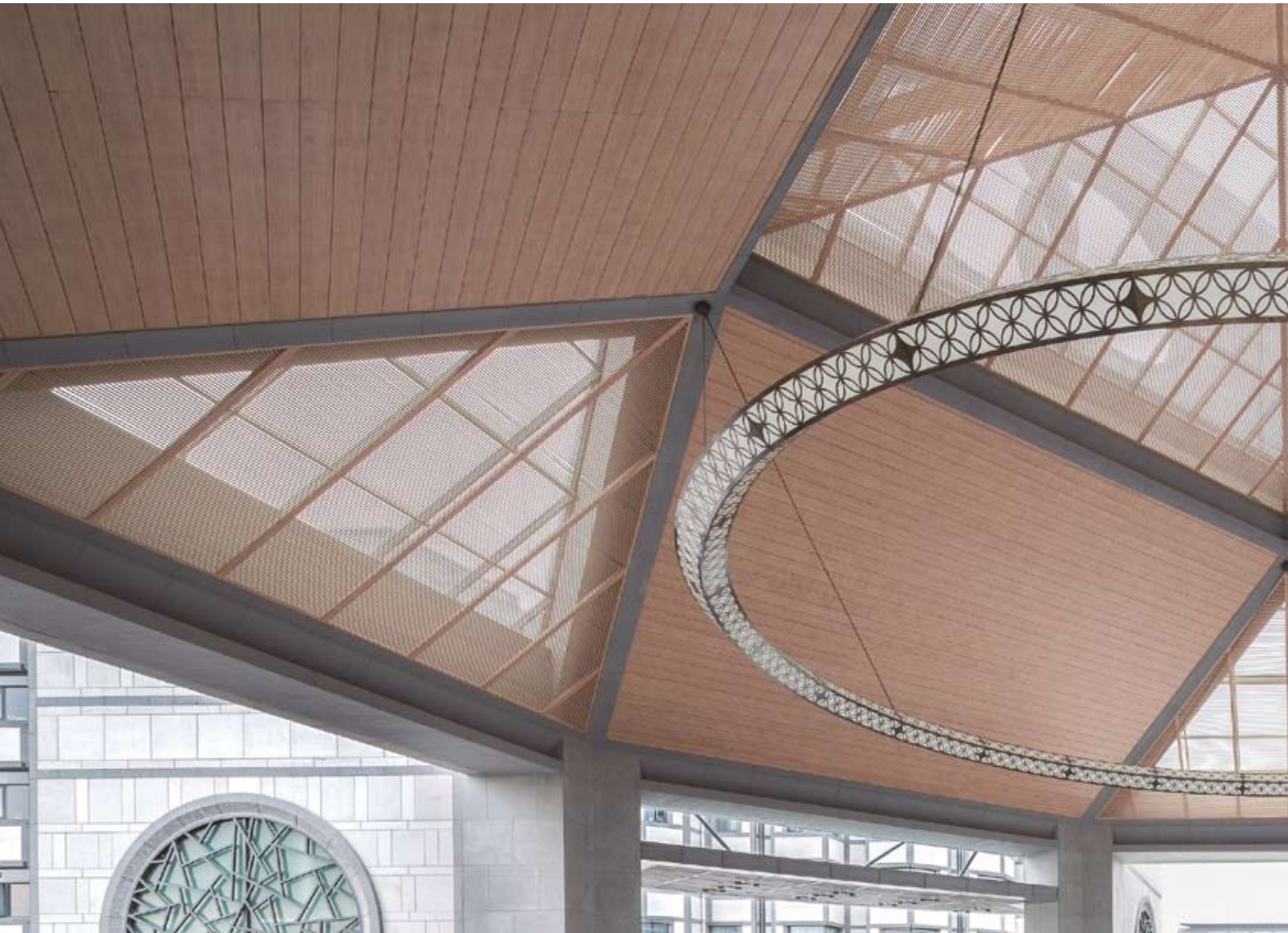


## 育人为上，当代教育的歧途与正道

侯晓波认为，国际教育中，中华文化教育的价值正在于，你是中国人就应该知道中国的事，无论你说着哪国语言，都应该能讲出中国的故事。也有从小生长在中国的外国孩子，高中或大学时回国读书，毕业后又回到中国发展事业。跨文化的教育培养了他们对中国文化的亲切感，造就了跨文化而又超越文化界线的国际性人才。

反观国内的一些家庭，纯中国血缘的孩子从一出生就讲英语上国际学校，中文只停留在能听能说的水平，到了初中的中文作文只能写几句简单的话，约等于正常中国孩子小学三年级水平。明明可以成为双语人才，却生生地在中国土地上被养成了“香蕉人”，不能不说是另一种悲哀。

当代教育的未来将走向何方？对于这个庞大的问题，侯晓波心中还没有笃定的答案。然而从教20年，学生们走过的歧路与坦途都让她更加坚定地在中外文化深度融合之路上走下去。



# 世界联合学院(中国·常熟): 这里最国际, 却也最中国

UWC Changshu China: It's International, but Also Chinese Style

文: 闻琛 图: 学校提供

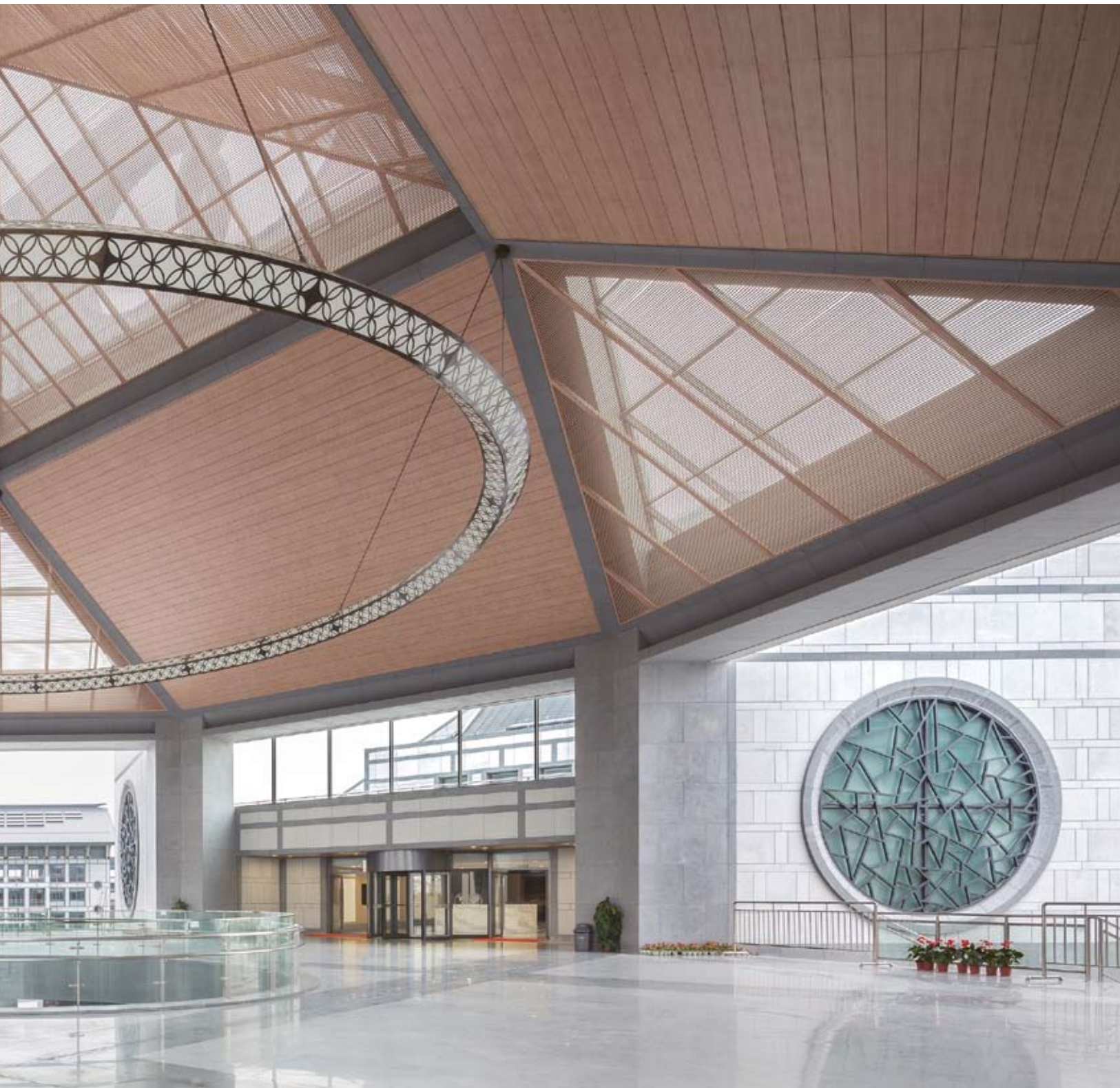
“如果将来自不同国家、种族和宗教的年轻人汇聚在一起, 让他们共同生活、相互学习, 可以为消除国家或地区间的冲突、增进各国人民之间的友好做出重要贡献”——怀着这样的初衷, 德国教育家科特·汗(Kurt Hahn)于1962年在英国的威尔士创办了第一所世界联合学院——大西洋世界联合学院(UWC Atlantic College)。

在之后的半个多世纪里, UWC的理念在全球各地生根发芽。截止目前, UWC大家庭共有17个成员, 这其中就包括2015年诞生的常熟UWC。

带着UWC与生俱来的国际化多元化基因, 常熟UWC成为中国大陆

“最国际化, 没有之一”的学校, 在校师生来自近一百个国家和地区。但与此同时, 学校又将中国文化视为重中之重, 不仅开设了从初级汉语到母语纯文学全覆盖的七门中文课程, 还精心设计丰富多样、独特新颖的课外活动, 帮助学生们更深入地了解他们正身处其中的这个古老而迅速崛起的国度。

其实, 在常熟UWC, 从学校建校支柱的确立到具体政策的制订; 从学务架构的设置执行到延伸课外活动的设计, 都在确保这是一间“最中国”的国际学府。为何会形成这种“既国际又中国”、充满张力的身份定位? 为了探究这背后的原因, 菁Kids专访了该校中国文化项目总监、副校长李萍老



师。

## 中文课：凡是进这所学校的学生，人人都要选一门中文课

常熟UWC有一项特殊的规定，所有入学学生都要修读一门中文课。以中文为母语的同学可以选修IBDP中文母语级别的文学课或语言与文学课；中文为第二语言的同学可以选读中级汉语B课程；而中文零基础的外籍同学，则可以选学初级汉语课程。为了让每个同学都能选择到适合自己的中文

课，常熟UWC中文系配备有14名优秀的老师，这些老师绝大部分都有过海外学习或工作的经历，能引导学生们从更宏观的视野来观照中文作为母语，以及中文作为学习中的新语言所蕴含的深邃含义。

除了课内学习，学校里还有“中文辅导一对一”（Mandarin Tutor）的互助组，每一名选读初级汉语的外国同学，都有一名母语是中文的同学作为课外辅导员。辅导员需要定期与汉语课程的老师们开会，了解最近这段时间的教学主题，例如时间、购物、旅行等等，及时辅助跟进，商讨课外该怎么配合。



当然，在常熟UWC，学习中文决不仅仅止步于“你好！您好！滴滴，淘宝”这样的日常交际层面，在春节、清明、端午、中秋这些重要的中国传统节庆期间，学校的中国项目都会精心组织相应的文化活动，帮助同学们更深入地了解中国文化。

因为学校就在昆承湖畔，春暖花开时节便能看到许多常熟本地居民到湖边的状元岛和虞山脚下放风筝。中文辅导员们由此想到一个好主意，他们买了100个白坯风筝，铺在体育馆的地上，邀约了100个不同国家的老师和同学们，在风筝上描画他们各自国家的国旗。此后请来在全国风筝锦标赛上屡获殊荣的沙家浜阿庆嫂风筝队，请“阿庆嫂”们帮忙把这100个小风筝串成一个长龙风筝。清明节当天下午放学后，同学们便沿着开满杏花、樱花、梨花、桃花、油菜花的状元堤，鱼贯步行来到湖畔的状元岛上，由众多国际师生组成的队伍，齐心协力把长龙风筝放上了蓝天，场面蔚为壮观。

放完风筝，学校的中文系负责订购的常熟本地时令特色小吃青团和梅花糕，出现在食堂的晚饭加餐台上。回想起那天的场景，李老师仍印象深刻：“那些糕点团子，从蒸笼里拿出来就没

了！拿出来就没了！大家好喜欢！”显然，小小糕点赋予了中国传统节庆以独到的味觉记忆。与之相配合，同学们还办了一个小型展览，展出与清明节相关的一组中国古典诗歌，既介绍“青团”的来历，也讲到寒食节的故事。“过一次节，就能让学生多角度地体验这一系列内隐在活动之中的文化含义。”李老师说。

### 工夫在诗外：借助本地丰富资源，拓展课内中文学习

因为地处有着崇文重教优良传统的江南水乡，常熟乃至整个苏州大市拥有着非常丰富的文化资源，单成功申请的国家、省市级的非遗文化项目就有一百多项，这也为同学们了解书本之外的地域文化提供了相当的便利。

常熟UWC的外国学子们，两年来均兴致勃勃地参加“外国人在苏州”的才艺比赛；正月赶庙会获邀扮演黑、白财神；学校还邀请来自本市梅李镇舞龙、舞狮的好手，每周一次到学校传授技艺。每一位同学都有机会就近去到当地的博物馆、书楼、两代帝师翁同龢故居以及孔庙等文化场所，开展一日研学游。老师们总能把课堂教学设计与课外活动紧密结合在一起。比如：让学中

文母语的同学在孔庙正殿里上一堂《大学》；在翁同龢纪念馆为外国同学细解状元碑、详说鳌头的来历。

“非遗项目进校园”是整个学年活动的亮点，同学们得以有机会与非物质文化遗产进行零距离的接触。学校请来的常熟花边师傅，为同学们现场演示这项本地濒临失传的技艺。师傅边讲解边演示，听讲的中、外同学边看边学，饶有兴趣地尝试了一番。而中国古琴流派中最著名的一支便是常熟的虞山琴派，在此地有深厚的根基。为了让UWC的同学感受古琴的魅力，学校专程把参加第五届江南文化节的“中华古琴艺术家演奏团”请进了学校剧场。观赏会之前，来自德国的音乐老师Christoph结合“世界音乐欣赏”这一教学单元，带同学们查资料、忙调研，做了充分的准备，每位同学都准备了一个问题。演出当天先听演奏，之后与演奏家们现场交流，高质量互动。

## 接待家庭与社会活动周：感受更 多样的中国

在常熟UWC就读的国际学生来自全球各地，国内的孩子也来自全国各地，每每到了国庆、春节这样的长假或者寒暑假，外国学生就会被中国室友或是同学朋友们邀请去家里做客。

“接待家庭”的经历，不仅让外国学生在最接地气的场景中活学活用汉语，试着与“家人”亲密交流，还能真切了解中国人最真实的日常生活。李老师介绍说：“有个接待家庭，一家接待了十三个外国孩子，在家里打了大通铺。还有一家接待了七、八个孩子，外公、外婆、爷爷、奶奶都动员来帮忙做三餐美味的中国饭菜。住宿期间，新结识的家人还带着他们到处参观，为他们介绍本地特色的种种传统文化。”这些睡大通铺、吃大锅饭的场景，想必都会成为学生们在未来会时常唤起的美好的中国记忆。

除了去接待家庭体验寻常人家的生活，常熟UWC在过去的两年中还组织了每年两次的旅行，让同学们加深对中国的了解。每年10月的最后一个星期，DP预备班和DP一年级的学生，均由学校组织前往湖北、河南、海南、江西、河北等省份的国家级贫困县进行文化交流。他们来到由香港言爱基金会创办的思源学校，为乡村贫困、单亲和留守家庭的孩子们带去了国际学校的优质资源，让乡村的孩童也能有机会感受到城市文明的美好，认识世界各国的人土风情。

这些大孩子与当地的小同学一起参与学校的课外活动，有些甚至担任了音乐、艺术、英语、演讲等等课程的“老师”。来自不同国家的“老师”们的自我介绍，总是从努力用新学会的中文短句作自我介绍开始：“我是希腊人，我叫……！”，一边展示PPT，一边介绍自己国家的风貌特色。对于UWC的学生来说，这样的文化交流让他们在看到了苏州、上海、北京这些发展中国

市的时尚新潮、日新月异之外，也能强烈意识到中国亟需发展的另一面。与此同时，这也为当地的师生们打开一扇了解外面世界的明亮窗户，很多思源学校的孩子们就说：“我要像他们一样好好学习！”“我现在才知道外面的天地有多大，我必须更加努力！”

每一年的三月，毕业班的学生也会有一次为期一周的文化交流，不同于学弟学妹们的是，他们必须自行组织队伍、开发寻找项目、自行沟通协调、确定线路日程，最后再邀请老师当他们的领队。在这样的“社会活动周”里，校方会鼓励同学们多做文化交流和探索，比如：到访四川熊猫基地；行走中国西北丝绸之路；更有挑战性的是2017年三月，有同学自行联系去了贵州的苗寨，帮助擅长苗绣的当地人做起电商生意。李老师说：“那边根本没水洗澡，没有厕所，这些都带给学生们很多的个人挑战和不同寻常的体验。”

说起现在国际学校在大陆的蓬勃发展、家长

们普遍重视起孩子学外语，李老师认为这是一件好事。因为要追求提升国际化程度这个目标，的确需要一些具体能力来支撑，而语言是最基本的技能。但如果以牺牲或是放弃与自己的文化身份绑定在一起的中文学习作为代价，那就未免得不偿失，其中彰显出的根基上的损害，真应该被更多的中国家庭意识到。

在加入常熟UWC之前，李老师曾在1992年建立的第八间UWC——香港李宝椿联合世界书院任职二十年，教过中文IBDP的所有课程。也许正是因为长期身处于高度国际化的环境中，她对确立个人民族身份认知这件事感触极深：“人人都知道United World College中的这个U指的就是‘联合’，你一定要把你自己的色彩带到这片世界民族之林中去。一大片森林中并肩站立很多很多的大树，这株叫挪威、那棵叫德国；有叫英国的，也有爱尔兰和冰岛……而我这一棵树就叫着中国！每棵树都不一样，但一定要活出自己的姿态，自己的颜色。只有民族的，才是世界的。”



# 包玉刚实验学校： 什么是适合中国学生的 国际教育？

## YK Pao: International Education for Chinese Students

文：廖欣 图：学校提供

“国际课程”、“全英文授课”、“海外留学”、“西化”，这些可能是很多人对国际学校的第一印象。这些标签一方面是家长们选择国际教育的动力，一方面

也让一部分家长心存疑虑：“国际学校会不会不重视中文？”“低年级就读国际学校，会不会丢掉中文根基？”

带着这样的疑问，菁kids走进上海包玉刚实验学校（下称“包校”）小学部，采访了语文学科中高年级主管Sukie、中文非母语组主管Lily和人文关怀主任、中国文化小组成员Shane三位老师，尝试从不同角度了解在这样一所国际化的学校里，孩子们如何在日常学习生活中受到中国元素的浸润。

### “中国的，双语的，国际化的学校”

很多国际学校出于多方面的考虑，希望向外界展现的是偏西方、和国际化的形象，而包校从创办人到各级员工，都不吝于向外界展示它的中国印记。“今日兴学，明日中国”，对于包校而言，传承中华文化几乎是她的天然使命。

“我们是中国的学校，双语的，中国的国际化学校。”尽管大众已经习惯将包校这样以海外留学为主要升学路径的学校纳入“国际化学校”范畴，语文组的Sukie还是再三强调学校的中国属性。对于什么是真正的“国际化视野”和“中西融合”，包校有自己的解读。

包校是一所中外籍学生共同学习的学校。据中国文化小组的Shane介绍，对于中国学生，包校一直鼓励孩子







们习得中国文化的精髓，因为学校深信，对于本民族文化的认同和理解会帮助他们走得更远，而不至于在日后出外留学时，成为文化上的“孤儿”。对于外籍学生，学校也尽可能创造更多条件，让他们浸润在中国文化中，学好中文。

### “语言学习就像长跑”

有些家长有意让孩子接受国际教育，却又担心低年级就读国际学校，中文读写能力会相对薄弱。当我们把这个问题抛给Sukie时，她说：“关键要看拿什么标准来衡量。”在包校，老师们相信语言学习是一个长跑的过程，不论中文还是英文。

为了让学生具备良好的中文读写素养和文学鉴赏能力，包校的中文教学不仅保留了中国教法的优势，有机会接触到大量西方教学资料的老师也会主动借鉴英语教学的好方法。比如，传统语文教学多侧重于节选篇章精读，而包校则借鉴了西方语言文学教育中“大阅读”的概念，鼓励学生在课外共同阅读一本完整的书，并根据书籍的内容、体裁、情感脉络等展开一系列自主阅读活动，以此提升孩子们对文学作品的鉴赏能力。

语言能力的养成就像制造一台精密的仪器，需要打磨每一个组件才能让机器越来越灵敏。包校的语文学习体系

也围绕听、说、读、写四个方面来设计，从“小小书法家”、“我爱记汉字”、“小书虫遇上大书迷”到“中国文化周”，多维度的活动设计涵盖了语文学习的不同方面，寓教于乐。

### 会用中文辩论的外国学生

在兼收中、外籍学生的学校中，包校是为数不多将中外学生混合编班的学校。将母语非中文的孩子送到包校，而不是选择纯粹面向国际生的“国际学校”，这些家长显然对孩子的中文水平有更高的期待。

精心设计中国文化课程体系，用心营造中文浸润环境，通过混合编班为占比20%的国际学生提供更多中文输入和输出机会，这是分班制的优势。与此同时，针对中文非母语的孩子，包校还在language support program的框架内，调整中文教学的方法和要求，比如加大中文输入，增加适宜的阅读量，降低书写要求，以此激发国际学生们对中文的兴趣。在围绕语文学科而设计的表演、辩论、演讲等活动中，国际学生也会融入参加。

在“中国文化周”中，曾有一个全体四年级学共同参与的“茶博会”。老师不仅请来了专业的茶艺师，还在活动前做了与茶叶相关的课程铺垫，课后则让孩子们自己搜索信息，分别化身茶商、广告人来邀请宾客品鉴自己的茶



叶。通过这种PBL的教学方式，中外学生不仅提高了中文信息检索、写作和演讲等各方面的能力，也深入了解了中国源远流长的茶文化。只不过对于国际学生，老师会给予更多的辅助。

Lily还介绍了包校的“中国非物质文化遗产活动”，其中有一次内容是让孩子们体验做“糖画”。在做“糖画”的过程中，围绕着“先热锅还是先放糖”这样的程序问题，国际生们开始争论起来。“我们都没有想到，他们竟然自己用中文开始辩论起来！”在语言浸润中自然而然地学着去运用，这大概是语言学习的最理想境况。

当然，双语教学不仅需要教语言，还要让学生们形成真正国际化的视野，而这往往少不了文化的碰撞，比如体验、观察异国的生活方式和行为习惯，甚至是“喝冰水还是喝热水”这种微末小事。

包校中外学生充分混合融入的设置，对于中国学生来说，是一场难得的在本土进行文化碰撞的经验，在成为中国文化小使者的同时，也会对自己的中文学习形成反哺。

### “中国文化不只是京剧、书法、西红柿炒蛋”

如今，几乎所有大都市的幼儿园小学都热衷于组织“万圣节”、“圣诞节”等西方节日活动。但不论办得有多热闹，所有人都明白，那于大部分中国人而言，那只是一个新鲜有趣的异域文化符号。包校的中国文化传承，并不以停留在表层符号为满足。

单以课程为例，除了语文课之外，包校还有一套完善的中国文化课程体



系。它贯穿1-12年级，涵盖语言与文学、哲学与宗教、政治、历史、地理与经济、艺术、体育、风景名胜、风俗习惯等中国文化的诸多方面。通过学习，学生能通识中国文学、历史、哲学和艺术。随着年级的升高，英文授课比例越来越高，学生们的英文应用能力也越来越强。但他们都掌握了一种根据不同对象和语境，迅速在中英文间转换的能力，很自然地就流露出对他人的尊重。

Lily还与我们分享了一件趣事。她曾看见孩子们在上海文化体验课中品尝上海传统小吃，便饶有兴致地向孩子们询问上课的感受，之后竟有孩子专门带来大白兔奶糖请老师品尝，并要“听老师讲上海话”。

在每年9月28日孔子诞辰日这天，包校还会举办“谢师宴”。内核是中

国的“师生情”，形式却是中式“百家宴”和西方“冷餐会”的融合。在包校，师生之间既是西方的平等对话，但也少不了中国的“尊师重教”。

“到底什么是中国文化？难道就是京剧、书法、西红柿炒蛋等等这些符号吗？”Lily说，“中国文化应该涵括属于中国人的精神、气质、情感、行为态度和现实生活等等，缺少了这些内核，就只剩下浮于表面的符号了。”她对中国文化的理解，也是包校文化传承做得最有力度最厚重的部分。这里传承的绝不仅仅是古典传统的那部分元素，还容纳了鲜活的当代中国部分。

当有一天，这些跨文化的孩子们远赴海外，在世界大舞台上找到自己的角色，竞相绽放风起歌扬，或许引起他们长夜披衣、月下凝思的就是这些潜移默化化的东西。

# 亲子整理： 从洒扫庭除到理清头绪

A Tidy Room Means a Tidy Mind

文：Sumin 图：Sumin、受访者提供



用无印良品“光瓶”的香薰精油瓶子来插绿植，统一的器皿，虽然价廉，但令人怦然心动的感觉未打折扣。



广泽直美



池田惠美

有了孩子以后，总能通过育儿话题的交流窥视到不同家庭的行事风格。家境优渥的小哥哥，住的是几百平的大平层，他的专有书房里摆满了绘本和儿童读物，是他的妈妈这些年逐渐添置的——然而其中相当数量还未拆封，塑料包装昭示着它们被冷落的命运。妈妈说，这些绘本接下来可以给一岁的妹妹看了，然而书展上依旧有她不懈买买买的身影。

朋友家很长一段时间没有买房子，因为孩子学区的问题，和老人挤在市中心的旧房子里。令我惊讶的是，他们六七年来一直保存着孩子幼年时期的各样物件：婴儿床、浴盆、各色衣物、娃娃车，并在最近送给了另一位刚生孩子的朋友，妈妈向我感慨：“总算把这些东西送走了。”物尽其用当然是好的，但我很难想象在寸土寸金的市区，三代五口人与这些并不值多少钱的东西争空间是一种怎样的景象。

我的家呢？似乎一直处于整理ing的状态，没个完结。女儿一岁了，这一年中，家庭经历了许多变化：婴儿床挤进主卧；衣橱辟出宝宝衣物和床品专区，塞得满满当当；婆婆来到上海帮助我们度过新生儿的第二年，厨房完全交给她；孩子会爬了，客厅辟出爬行垫专区……

在女儿一岁时，我决定从全职工作转为全职妈妈，附带兼职工作，婆婆就可以回老家和公公团聚，先生则和老板谈了每周五work from home。这是一个不小的变化，从整理的角度看，首先涉及的是家庭关系的整理，其次是实际操作层面，家庭物品的重新整理，以及房间的重新分配等。

在整理收纳上，我有自己的坚持。

回想小时候，每次去同村小姐姐家玩耍，总是很不理解她家为什么是黑漆漆、暗搓搓的，而我的家总是很敞亮。后来大了点才明白，不同家庭的整洁程度差异很大。我的奶奶和妈妈，都是天天要洒扫庭除的。虽然家中没有fancy的收纳工具，但当时的我学到了很重要的功课：每天早上，被子要叠得整整齐齐；东西用完要物归原位；第二天要穿的衣服、要带的东西，临睡前就要准备好。

从女儿还在肚子里时，我就期待着生一个作息规律的宝宝。带着美好的盼望，从初生开始坚持EASY（吃、玩、睡）的养育模式。非常值得庆幸，她从三个月开始，晚上就有连续11小时的睡眠，白天作息也很规律，情绪平稳。现在，除了为传说中的Terrible2做准备，我也开始琢磨如何培养她的整理意识。

《别再说你没时间——练好职场基本功》一书的作者高嶋美里，就曾在观察了数以万计的学生之后，得出结论：学得好的学生，会将自己的桌子、所有物、日程安排等全部打理得井井有条。并且，在对成绩优秀的同学们进行了跟踪调查之后发现，他们即便进入了社会，也会在工作上不断取得成果。

当然，我也听说过诸如“乱糟糟的桌面与创造力正相关”之类的论调。二者是否具有必然的因果关系，我并不肯定。但我可以在孩子幼年的时候，决定以何种方式影响她。一如在她新生儿时期，并不以“天使”或“睡渣”来给她贴标签，因为她最有可能就是一个极普通的孩子，并没那么“出众”，不论是出众的优秀，还是出众的渣。那么，怎么培养一个普通的孩子呢？作为妈妈，我决定帮助她建立整理的能力，而不去考虑是否埋没了一个艺术家或科学家这种问题。

前阵子有幸跟随第1整理术的出品人一朵，来到日本专门家检定协会的讲师、Housekeeping一级整理师池田惠美（下称“池田”）在上海的家参观，并见到了日本知名的“玄关女王”、日本专门家检定协会创始人广泽克美（下称“广泽”），向她们请教亲子整理的课题。

以下是广泽和池田对亲子整理的心得，看看是否也是你所需要的：

## 会整理的孩子“头势清爽”

**Q：根据你的观察和经验，学习整理对孩子有什么具体的益处？**

**广泽：**人一旦待在非常清洁的环境当中，他的思路也会越来越清晰。不管到了什么年龄才开始做整理收纳，都有助于我们今后的人生。让我们的孩子从小就树立整理的理念，会对他们的学习、生活各个方面有非常正面的影响。

孩子虽然小，但他如果懂得整理收纳的技能，在和人说话的时候，就已经会从脑海里去整理对方言语的内容，思考应该怎么回答——他的思路已经和别的孩子不一样。之后他在接触不同的人、学习不同的内容时，也会凸显出整理的优势。

我在日本也接触学生、社会人士，还会去企业做一系列的演讲，我觉得，比起大一些的孩子，如果能让孩子从很小的时候就开始学习整理收拾的技能，对于他们今后人生的选择、能力的发展，意义都是非常重大的。



## 不要把整理变成一件面目可憎的事情

**Q：“亲子整理”的第一步怎么开始呢？**

**广泽：**记得“使用完就放回原位”，至于物品该放在什么地方，这由父母来决定。这一步的关键就是，我们教孩子这个东西放这里、那个东西放那里的时候，要心平气和地告诉孩子，态度是至关重要的。

两岁的孩子完全可以开始做这些了，玩具要放在哪里，垃圾要扔在哪里，他们都可以理解了。但实际操作中，记得要和小孩子对等、亲切地交流。

小朋友还小的话，很可能不认字，根据实际年龄认知发展的阶段，可以用图片的方式，比如在玩具小汽车的收纳箱上标一个汽车的图案，总之就是发挥创意，用各种方式去引导孩子。

**池田：**如果妈妈都觉得收拾是件麻烦事，那孩子也会感觉麻烦，心理上一排斥，孩子肯定不愿意做整理。比如一个家庭里面爸爸妈妈工作都忙，到家发现很乱，妈妈很容易心情不好就对孩子说“快点收拾”，这话容易语气不好。一定要记得初心：收拾是开心的事情。

我在日本学习亲子整理的时候，课程里面就涉及大量心理、沟通的内容。

除了语气之外，还要确保你们家庭的规则，是父母和孩子都知道、明确的，不只是大人知晓。每个家庭风格不同，规矩也不一样，这都没关系，重点是规矩设立以后，每个家庭成员都能理解为什么制定这个规则，尤其是中国家庭成员可能还包括爷爷奶奶、外公外婆，更加多元和复杂，一定要寻求大家都理解，否则很难贯彻。



各色香水用漂亮的木架子展示出来，想必是池田卧室里非常令她“心动”的一个小角落。

## 协商与妥协的智慧

**Q:** 家长希望家里很干净，但很整齐的环境里孩子反而找不到东西了，他们就喜欢随手拿到，该怎么平衡家长和孩子不同的需求？

**广泽:** 根据家庭的情况不同，有不同的整理方法。不管怎么样，我有一个建议：就是在孩子玩耍的时候，让他尽情地玩，不要太去在乎环境乱不乱。但是要给孩子定下规矩，一旦到了吃饭的时候，或是要外出的时间，就得把玩具全部收拾好，再进入下一个家庭活动。这样，小孩子也能尽情享受玩耍的快乐，父母也能享受清爽整洁的环境。

收拾整理的内涵很丰富，它也会牵涉到时间管理的课题，这对孩子来说也是至关重要的。什么时间该做什么事，物品该怎么摆放，慢慢就能培养孩子的时间观念，知道“我这个时间应该做什么”。

**池田:** 关于分类，的确需要考虑孩子的认知发展水平，通过沟通和调整，定一个能让孩子也觉得比较方便和合理的分类收纳方式。

孩子很小的时候，完全由爸爸妈妈帮他分类，到他有意识了以后，分类可能要改变一下，相互妥协。妈妈的方便对孩子来说不一定方便，可以沟通一下，让双方都可以接受。

**一朵:** 日本近藤麻里惠叠衣服的方式，就是一个很好的例子，将衣服折成一个可以站立起来的小方块，在抽屉里码放得整整齐齐——这是适合成人的方式。对孩子来说，这种折法很麻烦、很累，容易挫败，而且，孩子手部的控制力还不是很好，等到抽取出来的时候还是容易乱掉。不少妈妈们总结下来，还是觉得用低矮的衣架，让孩子把衣服挂起来，是更适合孩子的整理术。

## 过度拥有可能让孩子失去忍耐力

**Q:** 家长都想给孩子最好的，现在经济条件也比上一代好太多，很多家庭囤积了大量的玩具、绘本，很多都堆在角落，书甚至都没拆封。你们对中国家庭，或是上海的家庭有什么了解和评价？

**广泽:** 首先，不仅是中国，各个国家的父母其实都很容易给孩子买很多绘本、玩具，这个问题其实不分国别的。

如果父母总是过度地给孩子买很多东西的话，小孩子习惯了享受，他的忍耐力可能会越来越差，对物品也不懂得珍惜，长大之后，甚至可能不太会积极地找工作。因为从小他只要伸手就可以得到，这些东西他都没多大的兴趣，习惯了爸妈会给予一切他所需要的。

小孩子想要一个东西，不是马上让他得到，而是想办法让他明白，你为此需要付出什么努力，如何去争取，并让小孩从中得到一些成就感，这才是教给孩子对待物品的正确教育方式。

其实对待物品和对待人，都是一样的道理，让孩子从小懂得珍惜物品的价值，在对待人的时候，也是同样的态度。

实际操作中，我们可以挑选节日、生日，这类有纪念意义的日子给孩子送礼物，更为理想。



池田家的玄关。

玄关一隅。



### 每天都要把包里的东西全部拿出来

Q: 您会教孩子整理书包吗? 具体是怎么做的?

广泽: 日本学生的书包是统一的。我家为此定的规矩是: 回到家就要把书包放在某一个固定的区域, 然后把包里所有的东西都拿出来放在台面上, 里面可能有学校给家长的通知、孩子自己要做的作业, 还有午餐用的餐垫每天要洗。先把当天需要用到的物品分类整理好, 做完该做的事, 在睡觉前把第二天要用的课本等物品全部放到包里。

为什么要有全部取出的步骤呢? 把东西摊开, 一目了然, 分类之后, 明天不用的就放一边, 物品就减少了, 包里不会越积越多。为了帮助孩子更好地执行这个规矩, 我也花了点心思, 比如, 要求把东西都放抽屉显然不太方便, 我家是在桌子边配了一个文件柜, 不用的东西只要插进相应的部位, 需要的时候很方便拿取, 等于是就近收纳, 也减少了收纳的步骤。

(让我想到, 我现在也要准备好第二天自己和女儿的衣物, 不然第二天早上很忙乱)

厨房抽屉里收纳的各色调味品, 容器是某种饮料喝完洗净再利用的, 这款饮料的瓶身不是一般的圆柱形, 而是立方体喔, 所以码在一起的时候格外地节约空间和整齐。当然, 中式烹饪中可能不会有那么多适合用瓶子收纳的调味料, 我们不必照搬这种方法, 但可以学习试着从生活中找到最合适的收纳品, 一样可以做到整齐划一和美观。



池田惠美自己个人的信息档案, 内有银行卡账号(密码在别处)等, 如果发生意外, 她的先生可以从这里获得她的个人信息。日本人“不给别人制造麻烦”的精神真是贯穿在好多地方!



## 关于收纳“神器”

**Q：整理的时候很容易买很多收纳工具，之后又觉得不合适了。您的家在这方面做得太好了，有什么可以传授的经验吗？**

**池田：**一般失败的原因，无非是在淘宝上闲逛的时候觉得特别设计特别棒，应该很好用，于是买了。

我都是反过来考虑，首先思考这个工具要用来放什么东西，决定好之后，就要量一下空间的大小，避免买回来发现抽屉里放不下，又闲置了。其实说起来也很简单，就是功能+尺寸。

**一朵：**补充一点，收纳工具的颜色也非常重要。中国人普遍在色彩的感知和管理上比较弱，除非是穿衣服搭配，我们会考虑颜色，此外很少考虑自己家庭的颜色搭配。

我接触的一些收纳品公司很直接地告诉我，在网上，粉红、粉蓝、荧光色的收纳品是卖得最好的，没办法，因为这类颜色在网上最跳得出来，而像类似MUJI这类品牌的颜色是激不起购买欲的。所以很多国产品牌，它们并不是不知道什么颜色跟居家环境更搭，但还是会选择推出这些颜色很“跳”的产品，它们很容易给购物者一种刺激感和短暂心动的感觉，但等到真正用了段时间，你就会觉得它本身有很多冗余的信息，想把它给断舍离掉了。

**Q：如何处理不要的旧衣服、书籍、杂物呢？**

**池田：**我自己是买一件新的，就丢弃一件旧的。有很多做衣物回收的地方，比如优衣库等。我去洗衣店取干洗后的衣服，也会把赠送的衣架还给店里，很注意不带多余的东西回家。

**广泽：**衣服、书籍的整理我会定期做。衣服通常在换季的时候理一次。书也是定期，比如一个书架满了，那么就要整理一下。比较好的书，带去家附近的图书馆；衣服的话，我常常在社区讲服装搭配的课程，会把不穿的旧衣服带过去挂在那里，让学员们用来学习搭配。

刚开始一个人带孩子，每日的生活还像打仗的节奏。非常值得感激的是，每天有钟点工阿姨来帮忙把家中的基础清洁做完，我可以腾出手来做更重要的事。

理顺家庭关系，整理家中的物品，是我这段时间很重要的工作，所花费的精力和时间并不少，但我相信绝对值得。

两居室房子，之前孩子和我们同房不同床，主卧颇有些拥挤，她的衣物被褥也都和我们的放在一起，而现在已经被分配到小房间，产后第一次——我的衣柜又可以畅快呼吸了。

在整理的过程中，我很惊喜地发现女儿也乐在其中，可以翻翻捡捡各种平时看不到、摸不到的新鲜货，不知道有多开心。毫无根据地，我对她未来的“整理商”更有信心了。

从日本太太们的经验中，我也总结出几条属于自家的个性化tips。

最终极的一点是，我们都不是完美的，我们和物品的关系也是不断变化的，有孩子的家庭，随着孩子的成长，“一直在整理”的感受也比较正常。这一条可以总结为“接纳”二字，需要给自己和家人时间。我的时间期限是三个月，用这段时间完成全职生活的基础整理，包括与孩子分房间。

第二，家有孩子肯定免不了买买买，而且通常我们都会“货比三家”。但现在我认为时间是更为紧要的资源，毕竟在和一岁孩子相处的每一个小时，能够得闲处理好自己的基本生理需求（上厕所之类），填饱肚子，并做掉家务活儿，已经很不容易了。剩下的自由时间必须用来工作和阅读才算明智。

此外，买婴儿用品，也需要允许自己出错，因为做攻略会花费不少时

间。孩子在不断长大，总要添置新的辅食工具、玩具，每一次接触的都是新鲜货，如果每次购物都精打细算，会花费巨大的精力。身边如果有同道中人，比如我有个朋友，她的孩子和我女儿同龄，她精于辅食，消费理念也比较相近，我就很信任她，在买买买上直接吸纳她的建议，而我也可以在其他方面贡献我的力量。

第三，利用身边的公共资源吧！

虽然我们生活在物资丰富的时代，但一般的家庭，再富足也很少会嫌房子太大吧？（笑）那就还是很有必要减少囤积，让没用的物件“住”在近十万元一平米的房子里，实在太过于奢侈了。

带娃党常常羡慕国外的社区公共资源。你了解过身边的资源吗？其实并不是一无所！在上海，你可以发掘亲子书店，有些普通书店也有专门的童书角，更好的是少年儿童图书馆的低幼区，办张证，连钱都不用花。唯一需要注意的是，两岁以内的孩子都还懵懵懂懂，很多还处在口欲期，需要特别注意保护公共物资，不要让他们一不小心就把图书给啃了……



**Sumin：**

六年媒体从业经验，新上任的全职妈妈。探索小家庭的新模式，和女儿搭伴，期待转换轨道的自己能活出无束缚的精彩。



与职场中人相比，创业者通常需要对事业投入更大的心力，承受更大的风险。尽管如此，仍有越来越多的人开始踏上创业之路。而进入我们视野的，是一个更为特殊的群体——“创业父母”。之所以强调“父母”这一标签，既是因为他们创业的灵感可能就来自为人父母后的新体验，也是因为他们平衡新的事业和家庭生活上面临着更大的挑战。本期介绍的亲子餐厅Twinkle的两位主理人，就是这样的典型。

# 零经验全职妈妈 与她们的网红亲子餐厅

## Once Stay-at-Home Moms, Now They Run a Popular Café for Both Moms and Kids

文: Raina 图: Lily & Elena

2017年8月新开业的亲子餐厅Twinkle位于上海新天地湖滨道。这家没有做任何主动宣传的餐厅在首店开业当月，即成为沪上妈妈圈新晋网红，并成为湖滨道购物广场的流量王。开业不到2个月，已经有多家购物中心招商负责人主动登门拜访，力邀她们去当地开店。

来这儿的妈妈们说，在这家餐厅的体验不同于以往任何一家餐厅。

有趣的是，Twinkle是由两个对于餐饮这一行业完全没有经验的全职妈妈Lily Li和Elena Shin创建的。Lily来自中国，成为全职妈妈之前曾在医药行业工作多年，创业之余需要照顾两个女儿；Elena则曾从事儿童教育，第三个孩子出生于创业筹备期间。她们到底是怎么做到的呢？

她们从相知到共同创业，其实就是源于内心那一点从未停歇的小躁动。

### 我到底想做怎样的妈妈？

准确地说，Lily和Elena相识于孩子的幼儿园。她们熟悉起来，是因为有一天Elena在朋友圈PO出了自己设计的儿童碗品牌——爱丽娜碗（Elena Wan）的图片。

爱丽娜碗外形优雅，使用了韩国最高级的不锈钢18-8系列304材料，碗底可以定制孩子的手绘和名字。即使孩子很顽皮，碗也不会摔碎。同时，不爱吃饭的孩子也会因为看到碗底自己的名字而爱上吃饭。这是一直想要创立自己事业的Elena的最新作品。

Lily被Elena的作品和热情打动，将爱丽娜碗转发到了朋友圈，这或许是因为，生完孩子之后，“除了妈妈，我还是谁？我能不能创造独特的价值？”这样的问题不仅在Elena的心中，也

一直在Lily的心中萦绕。

衣食无忧并不能让她们停止内心时不时出现且愈演愈烈的这类小追问。

Lily从大连医科大学毕业之后，曾在阿斯利康、默沙东等外企从事过销售和市场工作，结婚后便成为了全职妈妈，随着老公从北京搬到杭州，两年后又搬到了上海。因为没有任何社交，她生大女儿之后还有点产后抑郁。这种焦虑的情绪随着大女儿进入幼儿园，认识了一群高学历的全职妈妈之后，而转变成了积极快乐的情绪。

不仅如此，幼儿园的两位女创始人的创业故事也给了她很深的触动，其中一位也是全职妈妈。“Elena的妈妈也让我印象非常深刻。”Lily谈到有次她去Elena家做客，也为Elena妈妈深

深触动。Elena的妈妈退休后并未闲着，仍在每个早晨打扮得优雅自信，开着车去上班。“我的妈妈有三个女儿，生孩子并不影响她做自己，创造自己的价值。”Elena说，“所以我从小就知道，我要成为像我妈妈那样的女人。”

不仅仅是给孩子体贴的照顾，更要实现自己的价值，成为最好的自己和孩子的榜样，是她们想做的那种妈妈。

也许正是因为怀着这样共同的价值观，才会有后续的故事发展。有次，Elena和Lily在浦西韩国城一家亲子餐厅偶遇，Elena将Lily拉到一边问她：“Lily，我们每次从浦东过来都好远，如果我们在浦东开一家这样的亲子餐厅，你觉得会火吗？”Twinkle的雏形就在这时诞生于她们的脑



海之中。

同为用心的妈妈，她们知道，现在所有的亲子餐厅，都无法完全解决妈妈们的痛点。

## 加盟还是自创？

Lily和Elena逛遍了北京和上海的亲子餐厅，却没有一家符合她们心目中最好的亲子餐厅的要求。

现有的餐厅设施有些简陋不说，食物不是那么好吃也不说，常常人满为患也不说，大多数都是开给孩子的。食物是给孩子的，游乐设施是开给孩子的，完全没有悉心体察妈妈的需求。

孩子小的时候，妈妈们去亲子餐厅是为了什么？通俗点说，她们想要的是从忙乱的带孩子事务中解放出来，当一把“甩手掌柜”，在舒适的环境中，和朋友享受美妙的食物，度过惬意的聚会时光。

这是她们想要的亲子餐厅。Elena问Lily：不想去韩国看看足够好的亲子餐厅是什么样的？俩人行动力超强，第二天就飞往韩国。

韩国的亲子餐厅的确比国内的发展更为成熟，但是需要采用加盟模式。既然两个人以前都没有相关行业经验，采取加盟的方式，Lily和



Elena也觉得是种不错的方式。

但是在她们深入研究中国市场，以及与韩国总部沟通的过程中，越来越多的问题显现了出来。

首先是在产品本土化中，韩国总部的决策速度相对较慢，政策也较为僵化，这使得加盟可发挥的余地有限。

两个人目标非常明确，做目前中国市场最好的亲子餐厅。这不仅意味着餐厅的硬件要一流（韩国的这家亲子餐厅品牌能够满足），还意味着在就餐体验上也要一流。

为了足够本土化，Lily和Elena希望能够提供

中餐，但是韩国总部对此却心存疑虑，层层审批下来，进展甚微，最后竟不了了之。

其次，涉及到商业合作，Lily和Elena渐渐感受到了品牌受制于人的种种不公平。

两人看好的选址，如果足够好，总部会禁止她们在这里开店，而要求她们另寻店址。另外加盟成本过于高昂，有些花费明显高于实际的行业成本。

几番交涉下来，Lily和Elena决定，干脆自创品牌。说干就干，四个月不到的时间，Twinkle就开门营业了。个中滋味，有挑战，但更多的是让她们充满成就感和活力的快乐。

## 找到合适的合伙人比找老公更难

说到Elena, Lily笑说:“找到合适的创业伙伴,比找老公还难。两个人不仅价值观得一致,能力最好互补,性格还得合适,我和Elena真的是一次都没吵过。”

Lily擅长商务,即融资、管人和管钱,Elena则擅长设计和产品。她们彼此信任,彼此依赖,合作无间,这是Twinkle成功的关键。

Elena和Lily的性格其实十分不同,但她们却对彼此的不同有着睿智的判断和信任。

餐厅的桌子是选天然大理石还是人造大理石,Lily倾向于后者,两者看上去几乎没有差别,价格却相差很多,比较起来,当然是人造大理石性价比更高。但是Elena对于产品细节有她的执着。

桌子一定要天然大理石,窗帘一定要用和设计图一模一样的进口材质,湿纸巾一定要用有机材料,餐饮培训一定要找五星级酒店的行政主厨等等,对于细节,Elena每一样的标准都不妥协。她认为,整体的优质印象,正是由一个又一个不妥协的小细节构成。现在的妈妈消费者都很聪明,一家店细节如何,品质怎样,大家心中有数。

由于商场白天需要营业,装修便只能晚上进行。为了保证装修质量,Elena在装修的一个月时间里,每晚十点哄完孩子睡觉之后,一定会来店里盯装修进度。这是为了保证装修结果和她们预期一致。但凡墙面颜色和图纸有一点差别,她都会让师傅重新施工。

即便有不同意见,但凡涉及到产品品质控制,Lily也完全尊重Elena的意见。用她的话说,她信任Elena的眼光和专业。然而一旦涉及到商业上的决策,例如融资、管人和管钱,Elena则非常信任Lily。Elena说:“她真的对此有天赋。”

Elena所言不虚。Lily擅长整合资源和商业管

理,她对于商业机遇的判断也很有一套。

拿到湖滨道二楼电梯口这个铺位就是她的杰作。起初湖滨道招商负责人Taylor最为属意的是成熟的外资餐饮品牌,但Lily说服了她将这个机会给了从未有过餐饮经验的她们。

Lily是这么说服她的:2年前她的大女儿上幼儿园的时候,该幼儿园还只是一栋别墅,如今她老二入学,那所幼儿园已经拓展到了三栋别墅,更别提候选名单上还有长长一串——这足以说明二胎开放之后,亲子餐厅的需求有多么惊人。而Lily和Elena无论是职业背景还是现有资源,都有能力创造一家体验最好的中高端亲子餐厅。

Taylor被她说服了。她得到了湖滨道的合约,并且拿到了比寻常更好的条件——租约长达五年。

Lily还擅长对时机的判断。无论是18岁就说服妈妈拿出积蓄,在股市最低点进入,并在2008年股灾前成功逃离锁定利润,还是2000年就开始在北京炒房,她对于进出某一行当的时机判断很准确。

开亲子餐厅也是这样。2016年国内全面开放二胎,她认为亲子餐厅事不宜迟,毕竟3岁以前的孩子妈妈才最需要亲子餐厅来让自己腾出手享受聚会时光,而趁早赶上第一波二胎孩子是难得的商业机遇。自从确认亲子餐厅项目到开出第一家店,她俩总共用时4个多月,不可谓不神速。

整合资源也是Lily所长。“我闺蜜妈妈团总共30多人,为了开这个餐厅,我动用了所有妈妈团的资源。”Lily笑说。这些闺蜜妈妈团,让她得以获得最好的建筑装修团队和各种供应商。

“Twinkle的顺利开业,真得感谢我的这些朋友。”

当谈到这种合作可遇而不可求时,Elena在感恩之余,又加上了一句:我总是想要自己做点什么,因此一直在积累,当你准备充分,属于你的机遇和合适的人会来临。



# 意大利营地的中国父子

## Chinese Father and Son at an Italian Camp

文：俞恺、俞皓蓝 漫画：Brightly Shen



**俞恺：**  
70后，经营公司和家庭，健身，写作。

今年夏天，我们去了意大利姐姐家。太太的年假告罄，先回了中国，我把女儿留给姐姐，和满满收拾收拾行李，住进了意大利北部阿尔卑斯山上的一个击剑夏令营。

夏令营为期10天，寄宿制。80多个10-16岁的少年剑手，5个教练：1个体能教练，2个世锦赛重剑冠军，2个世锦赛佩剑团体季军。整个营地除我之外只有一位家长，其他学员四人一间，我和满满两人一间，我们对面住着教练。意大利人热爱美食，除了击剑训练，夏令营还有运动膳食讲座。营地平时是一家烹饪学校，为夏令营提供地道的意大利三餐不说，更有老师来讲授餐桌礼仪并带领参观后厨。

这个夏令营的学员有很多每年都来，据他们说夏令营以前也来过日本和德国剑手，但是最近有几年没见外国人来了。孩子们对营地仅有的两个外国人很好奇，不过和满满说话的少，和我说话的多。意大利孩子们在这个年纪英语还不算太好，而我会一点意大利语。

### Gaia和Arianna

星期三的早晨，12岁以下佩剑组的孩子在操场活动，体能教练Andrea将他们分成两组，设计了绕桩、直线跑、踩方格等项目，让两个队伍展开竞赛。蓝天透着琉璃般的光泽，阳光也变得青春。我是这个时候注意到Gaia的。她戴着浅白色的太阳帽，扎着马尾，细细的长脖子支着小巧精致的脸，腿却壮得像小牛犊，一看就知道是在经常锻炼的——她是意大利12岁组全国冠军。

Gaia站在满满这个队的队首，发令之后就撒开大步向前冲，绕桩、快速跑、转身，动作流畅没有迟疑，一气呵成。我还注意到她另外的表现，她会在闯过线后用拳头轻轻捶击自己的胸膛，轻轻地暗自鼓励自己。其他队友完成动作，排到队列后，她会趋上前，扬起手臂，与队友击掌。倘若队友表现好，她就冲这队友大呼：真棒！队友若是失利，她会拍拍他们的肩膀，一脸关心。她当然在乎队伍的成绩，轮到她上场，她

总会奋力地拼，哪怕只赢得一点点优势。可是她又不太计较那个最后的输赢，她从不抱怨别人的失利。

轮到满满上场，他也奋力去拼，和Gaia一样，也得到一点优势。可是他赚到的那点优势往往被身后的小姑娘Arianna失掉了：她跑得慢，腿迈不开。当Gaia冲过去跟Arianna击掌拥抱后，满满晃到Arianna的身旁，他嫌Arianna耽误了队伍的成绩：

“你应该往后排！”他指着Arianna，好像自己是受了委屈的人。

Arianna没有搭理他，他又贴近一步：

“你往后排呀，你跑得太慢了！排在我后面会把优势丢掉的，去呀，去后面！”

Arianna的眼睛死死盯着满满，不作任何表情，而是默默地抬起手，指着Andrea，点了两下，意思是说：那得听教练的，你说了不算！

那时候，我觉得Gaia的举止已经像是一个冠军了：谦虚而安之若素。我的满满倒是还要在这条路上修行很久！训练结束，Gaia又高高地扬起手，蹦到教练Andrea面前，与他击掌问候，阳光在她脸上绽开笑容。

回去的路上，我把满满拽在身边，告诉他我的想法：如果你像这样抱怨队友，过不了多久，就不会有小朋友搭理你了，请你像Gaia学学吧。

### Pinco

Pinco喜欢搞笑，喜欢在人前挤眉弄眼。他喜欢和我打乒乓球，输球了，就对我笑笑，挑挑眉毛，竖起大拇指给我点赞。倘若赢了一分，像扭大秧歌一样地扭屁股，边扭边弯下腰，蜷起腿，慢慢地把脸贴在球台上，捧起乒乓球放在耳边，非得要听到周围人的一声笑或是催促，才肯把球发出来。如果一群孩子突然猛渣渣地发出了欢呼，那围在中间带头热闹的，十有八九就是他。有孩子过生日，是Pinco第一个跳上桌子向大家宣布这个消息，然后拍掌，跺脚，打节拍，领唱《生日快乐》！

营地开派对，他来当DJ，戴上耳机，沉浸在

音乐里，这时候他倒显得与平常不同，多了稳重与专业。一天晚饭时间，他蹭到我身边，约我饭后去打球，我顺便跟他聊了聊他最喜欢什么。

“喔，你知道吗？”他眉毛又挑了起来，手也开始跟着身体的摆动在空中飞扬。

“DJ是我内心的爱，是我的内心流淌出来的热情！”这下他的眉毛垂下来，温顺地挂在眼睛上。他的手掌按着自己的胸膛，生怕他说的热情从里面飞出来。随后又在胸前拍了两下，像是在说一个誓言。

“学DJ之前，我还学了五六年的钢琴呢！”

“喔，是吗？”我指指满满，“他也学，给他说说你对音乐的感受吧。”

“太好了，Matteo，要去欣赏不同类型的音乐！自从学了DJ，我开始试着理解不同风格的音乐，在各种风格的音乐背后，实际上是人性。”

我很想知道他对未来的打算，以后是不是要从事这个职业。

“不，不！我准备大学报考汽车设计专业，但是，那个是用来挣钱吃饭的。而DJ是我永远的爱，我不靠它来赚钱。现在很多朋友来请我帮忙，我都是免费的，如果他们说要给我付钱，我就对他们说，去你的吧，我可不是为了挣钱才干这个的！”

Pinco说完，在自己的梦想里沉浸了几秒钟，然后转向我对面的女孩Caterina：“愿不愿意吃完饭和我去外面走一会儿呢？”

Pinco趁Caterina垂下头，脸微微红的那一下，朝我慧诘地眨了眨眼睛。女孩点头答应了，Pinco站起身，握了下我的手：“晚点我去乒乓球室找你，等我！”

他离开桌子，走向自己的座位，Caterina的眼光一直追随着他，Pinco落座的时候，迎着Caterina的脸，冲她挑起眉毛，在胸前摆了个OK的手势，用力地上下摇了两下。Caterina扬着脸，浅浅地笑了。

Pinco，这个十四、五岁的少年，看来永远不会遭遇“少年维特”式的烦恼啊！



### 俞皓蓝（小名满满）： 00后小学生，学习，游戏，击剑，耍酷。

## Gaia和Arianna

今天外面天气酷热，刚出生的蚯蚓爬几下就死了，人也受不了。Andrea教练让我们在这种天气进行跑步比赛。我喜欢比赛，但我不喜欢30度的高温。教练把我们排成两组，我们这组的第一棒是个女生，名叫Gaia。Gaia在希腊神话中是大地母亲的名字，看完她跑第一棒，我就觉得她更应该叫风之神。她会在跑完后跟下一个人击掌。我是第二棒，我跑得比较快，跑完之后兴高采烈。但是我后面的人真是太弱了。我们需要绕八字、绕障碍物，需要脚上的频率快。Arianna跑得太慢了，她太不协调，就像指南针，脚往前走身子就往后，脚往后走身子就往前。我跑完后

我们组占了巨大优势，她把我们的优势清零，还让我们组落后了！过了一会儿，我跟她抱怨：

“你太慢了，不应该排在我后面！”她则眼睁睁地盯着我，再指指教练Andrea，好像在笑：“你说没用，听教练的，Boooo！”

在回宿舍的路上，爸爸说我这样对Arianna不好。我不做声，心里还在想她跑得缓慢的样子。

## 正装晚宴

谁能想到在一个意大利击剑营里还要穿西装吃晚饭呢？今天上完课Luigi教练对我笑了一下，用英语催我准备吃饭：“快点，我们可不希望错过今晚，记得穿classic一点哦！”classic我知道，但和吃饭有什么关系？回到宿舍，我对爸爸嚷嚷说：“Luigi说要穿classic一点去吃饭，classic是什么意思啊？”

“是正式的意思。”

这下我和爸爸都懵了。我们瞪大眼睛盯着对方，天老爷啊，我们哪儿想到要带西装来击剑，这可不怪我们。

可是等进了餐厅，展现在眼前的人物还是让我们感到一种从脚底涌上来的尴尬。有些人在抚摸自己的衣服，有些人拉扯着自己的领带，希望得到更多的欣赏。过了一会儿，有位男生走了过来，他就是1米8的Nardella。Nardella长着一头金色卷发，他踩着夹趾拖鞋，身穿跨栏背心和沙滩裤，头戴沙滩墨镜大摇大摆走了进来。欢呼声忽然爆发起来：Nar-de-lla！Nar-de-lla！他也乐了，把双臂举向天空，脚还不停抖动。

还有一个男生叫Jason，他的头发色泽像金子一样。就在大家一起照相的时候，他叫了一声“Aspetta（等一下）！”然后一手挡住镜头，一手从他那小西装口袋里掏出一把折叠式梳子开始梳头。把刘海挑起来之后，他才可以安心地照相了。

真不敢相信，意大利14岁组冠军和与我同龄的10岁绅士，在正装晚宴上给来自中国的我留下了最深的印象。

# 金针菇教我的那些事

## Three Ways to Cook Needle Mushrooms

文、图：顾佩超



“金针菇肥牛”成品图

### 本期食材：金针菇

金针菇是一种营养非常丰富的食材。学名毛柄金钱菌，因为它的菌柄细长，好像金针菜，所以人们喜欢称金针菇。金针菇含有人体必需的氨基酸成分，其中赖氨酸和精氨酸含量尤其高，而且含锌量也比较高，对儿童身高和智力发育都有良好的作用，所以也被人称为“益智菇”。

### 我的孩子们这样慢慢爱上金针菇

“妈妈，给我留点金针菇（金针菇）！”这是现在时常听到我儿子在饭桌上喊的话，他总是着急就发音不清地喊它“长长的金金菇”。

但是其实之前的很长一段时间，我的孩子是不喜欢吃金针菇的。他们表示金针菇会塞牙，也没有什么味道。尤其是咀嚼能力弱的弟弟，第一次尝试直接吞咽，长长的金针菇就卡在了喉咙里上下不得，非常难受。任凭我以后几次剪成小段给他吃，他都因为记忆太可怕而拒绝尝试。

食物的多样性，决定了我们每个人对食物会有这样或那样的偏好，有时候我觉得我们对食物的喜好不仅仅是出于口味或者口感，更多是与品尝时的身心状态有关。一种给我们留下美好印象的食物可能凝结了当时珍贵美好的回忆和片段，这才让食物变得不可复制。反之亦然。

我记得弟弟1岁前吃东西一直很香，也能自己用手进食，慢慢长大却开始变得不爱吃东西起来。对于这个问题我一直很纳闷。现在回忆起来兴许起因是他1岁时生的那场大病。

大家都知道人在大病期间以及大病初愈时胃口都不会很好，难免食不知味。但是作为家长，看着本就瘦弱的宝宝病后不思饮食，实在是淡定不起来。看着辛苦做的各种宝宝平日里很喜欢吃的食物，宝宝却一动不动，更是

开设这样一个每一期以某一种简单常见的食材为主，结合多种烹饪方法呈现的美食专栏形式，是我主动请缨尝试的。我相信一种食材，无限可能。希望可以以这样一种形式跟大家一起探讨关于食物选择、烹饪和尝试的话题。小朋友们不要轻易地觉得：“啊，这样东西我是无法喜欢的……”因为人生真的是需要去不断地尝试和努力的，包括饮食。假如这种烹饪方法或者形态不喜欢，不要紧，那我们就换一种方式来试试吧。重点是永远不要放弃尝试，放弃接受新鲜的事物。

心急如焚。每当这时候我都恨不得能替他吃了。于是各种喂，各种塞，恨不得一口气让他再变回生病前那个健壮的小子。但如今冷静回想起来，这都是不科学的。不佳的进食环境以及我们家长的心理状态，给孩子造成了进食的负担，再色香味好的食物也提不起兴趣了。

如今看着这个重新变回吃饭喷喷香的弟弟，我算是明白了，吃饭应该是一件很自然的事情，成为负担那就不可取了。不论吃多少，让孩子自己进食。排除生病原因，活动量够了，都会吃得好。而我们家长最应该做的，就是提供多种多样的饭食选择，耐心培养宝宝对食物的兴趣。保持孩子视进食为乐事的状态是最重要的。

回到正题，说说我怎么帮孩子消除了第一次食用金针菇产生的偏见吧。我觉得真正起作用的大概恰恰是我什么都没有做，没有刻意尝试，没有刻意说教。只是在爸爸出差的那些日子里，我需要一个特别快手的食材，于是，“金针菇”这个省事又省时的菜就出现在了餐桌上。因为起先孩子们对于“金针菇”是排斥的，所以第一道尝试的菜是“金针菇肥牛”。想着即便孩子不爱吃金针菇，也还有肥牛可以吃，我吃金针菇，孩子吃肥牛，各有所好，不亦乐乎。

就这样我不管他们的口味偏好，做了一回“自私妈妈”。但当我第二次做这道菜的时候惊喜就出现了。女儿就着肥牛和金针菇吃了满满一大碗饭，弟弟看着姐姐大口吃得香，也忍不住吃了起来，大大出乎我的意料。我猜想，一方面孩子咀嚼和吞咽能力有了提高，另一方面，也是最重要的原因，是他们几次看我大快朵颐吃得那么满足，实在是深受感染，就很难不犯馋虫啦。

经历了这件事，我更加深信，不管是在教育还是生活的其他方面，耳濡目染确实比单纯说教要有用得多。很多道理我不说给你听，我做给你看！太多美食我不劝你吃，我吃给你看！

有了金针菇肥牛的成功案例之后，我的干劲就被调动了，尝试利用一些平日里小朋友喜欢吃的其他食材组合烹饪，比如结合鸡蛋一起炒，又比如加孩子爱吃的豆干丝黄瓜一起拌着吃等等，就这样慢慢让孩子们成为了金针菇的小粉丝。

下面就给大家介绍几种我比较偏爱的，快手又营养的金针菇做法，大家可以以此为参考变换食材，随机应变，享受烹饪的乐趣。



#### 顾佩超

自由撰稿人，也是一位家中育有一儿一女的全职妈妈。7年来坚持家庭美食烹饪和烘焙。认为做饭时一种爱的表达。



## 金针菇肥牛

材料准备：金针菇、肥牛、姜、蒜、葱、红尖椒和绿尖椒（不用太多，配色用，多了会辣）

调料准备：酱油、蚝油



“金针菇肥牛”食材准备图。食材主要有解冻后的肥牛、清洗后的金针菇、姜蒜、香葱、辣椒圈（按个人喜好配备）。



“金针菇肥牛”食材准备图。图为焯过水的肥牛和金针菇。

### 开始跟我做：

- 1、准备工作（约耗时5分钟）：a、事先把肥牛从冰箱拿出来解冻；金针菇切去尾部，洗净撕开；葱姜辣椒圈切好。b、起一锅水，烧开后把解冻的肥牛焯一下，变色就迅速捞出，千万不能多煮，会老。（这一步主要是为了去腥，还能把肥牛里多余的油脂去掉！这步非常不建议去掉！）
- 2、开始煮（约耗时5分钟）：a、大火爆香葱姜蒜，随后下金针菇翻炒（金针菇炒一炒会些许出水，软软的，是正常的；b、倒入开水没过食材，然后加入酱油、蚝油转中火煮一会；c、将之前焯过水的肥牛倒进锅里煮2分钟；d、出锅前撒一把熟的白芝麻和葱花辣椒圈！（辣椒圈不用多，本来主要也是配色用，怕辣也可以不用）香气立刻会出来。（我很喜欢用芝麻，芝麻含铁极高，也含丰富的B族维生素，香气醇厚，很适合宝宝。）

## 金针菇拌干丝

材料准备：金针菇、豆干丝、黄瓜、香菜

调料准备：生抽、醋、香油、白糖、盐少许

### 开始跟我做：

- 1、准备工作（约耗时5分钟）：a、金针菇去根洗净，焯水；b、黄瓜切丝放入碗中；c、豆干丝焯水
- 2、将金针菇、干丝、黄瓜丝放入碗里。趁热将准备好的调料倒入，拌匀。香菜切段。加入、搅拌均匀。（调料一定要趁热加入，否则糖和盐不容易化开，影响口感）
- 3、利用筷子等工具转成自己喜欢的任意形状摆好盘，点缀上香菜，撒上白芝麻，即可。

秋季，吃多了牛羊肉难免油腻，爽口清脆的蔬菜和各种凉拌，每每都是桌上第一空盘的菜品。谁说蔬菜没有肉类更吸引人呢？



“凉拌金针菇”成品图。



“金针菇炒蛋”食材准备图。图为加入少许盐和老干妈调味的拌匀了的鸡蛋和食材金针菇。



“金针菇炒蛋”成品图。

## 金针菇炒蛋

材料准备：金针菇、鸡蛋、葱花少许

调料准备：盐少许、老干妈一小勺（不喜欢的可以不加，也可以调整为豆瓣酱，豆瓣酱本身咸，用豆瓣酱的话记得少加或者不加盐。）

### 开始跟我做：

- 1、准备工作（约耗时5分钟）：a、金针菇去根洗净，焯水；b、切成约1cm长短；c、鸡蛋调匀，拌入老干妈和适量盐，将焯水后挤干水的金针菇拌在调匀的鸡蛋里。
- 2、热油锅，加入拌好的鸡蛋液，炒熟。出锅前撒上葱花。

### 金针菇烹饪贴心小建议：

金针菇一定要煮熟，因为新鲜的金针菇含有秋水仙碱，食用后因氧化会产生有毒的二秋水仙碱，对胃肠黏膜和呼吸道黏膜有强烈刺激作用。

提供种类多变、款式多变的食材，多多尝试，宝宝一定会喜欢上吃饭的。即便这种烹饪方式孩子不喜欢，没关系，我们换一种烹饪方法，换一种食材搭配。重点是永远不要放弃去尝试！



#### 周末会有哪些活动?

放假的时候,我经常和家人在一起,我和妈妈最喜欢去商场买衣服。全家还会一起去欢乐谷,那是我们在上海最喜欢的游乐场。

#### 在上海通常去哪里玩?

平时我们经常去外滩玩,那里的风景很好,有很多非常有特色的历史建筑物,美不胜收。

#### 如果是雨天,你们会如何安排一天活动?

如果下雨,我们全家就在家看印度的电视节目。

#### 课外活动安排有哪些?

除了学习,两年前我还报名了Hip-Hop和现代印度舞,我为自己找到爱好而感到特别高兴,我现在非常喜欢跳舞,也希望可以坚持练习,做得更棒!

#### 一家人喜欢在上海哪家餐厅就餐?

在上海,全家最喜欢的餐厅是龙门阵茶屋川菜馆。每个星期我们都会去那里,这家饭店的装修很独特,川菜的味道也很吸引我们。我们全家也是餐厅一道独特的风景,哈哈。

#### 最近有什么新发现的好去处可以分享?

最近,我和爸爸发现了另外一个很好吃的饭店,在外滩附近,叫Vapiano新意尚,是一家经营意大利菜的餐厅,里面的意大利面很好吃。

#### 最喜欢上海这个城市的什么?

我们发现,上海是个奇妙的地方,你想吃的菜系,在这里总能找到。

## 我的家在上海

### The Sehgal Family Introduces Their Favorite Spots in Shanghai

“我的名字是Sanya,来自印度。我家有四名成员,分别是爸爸、妈妈、妹妹和我。我的爸爸叫Sachin,妈妈叫Rajshree,妹妹叫Saanvi。因为爸爸工作的原因,我们全家来到了上海。到今年,已经是全家在上海生活的第十年。”

# 来自上海市 闵行区万科 双语学校的 校园之星

School Stars from  
Vanke Bilingual  
School(VKBS)



6年級的Jenny苏嘉和

学校里有很多活动，其中最拿手的就是演讲和spelling bee啦！学校的生活很开心，作为我们班的“奶奶”之一，我可以帮助很多人，当然就更开心了！一开始选择这个学校是看到有更多英文课程还有很多活动，现在在学校待了五年多我根本就不想走了！我希望我在这样的环境里做一个更开心、更好的自己！



9年級金文茜

除了学习外，我还喜欢打羽毛球，表演音乐剧，和同学一起参加英文辩论课以及许多的竞赛。但是要说我最喜欢的，应该是画画。在我很小时就有接触画画，但真正喜爱上画画是在步入中学后。幸运的是，我遇到了好老师，不仅教我绘画，同时还告诉我做人的道理。她首要看重的是想法，其次才是技巧。这也使我拥有了丰富的想象力。就在上个月，我参加了人生第一次的绘画比赛，并获得了奖项。希望这是我在绘画道路上好的开端。

6年級夏奕宸

我有很多的爱好，我喜欢看书、摄影、编程、圆号、划赛艇、打高尔夫球……赛艇这个项目我才刚刚开始接触，但是我每周都去练习，无论阴天下雨绝不缺勤。高尔夫我已经打了4年了，我对这项运动十分喜爱是因为它很锻炼心理素质，如果打得不好，发挥不良，心情不好，就会打得更差，但如果不放弃，想着下一杆一定能打好，就会越打越好。我最近就夺得了一次比赛的冠军。每到周末，我会在周五做好所有作业，在周六和周日会去上摄影、赛艇、高尔夫等课外课，在周日下午打一场高尔夫球会让我觉得非常开心。



7年級Hanson Xia

报名万科双语学校时，听说那里有全国独一无二的赛艇训练基地，我满心期待，开学后便迫不及待报了名。在万科双语赛艇队，我认识了很多队友，我们一同训练，一同参加国内国际的比赛，勇敢面对失利的伤心，享受胜利的喜悦。我非常热爱赛艇，在高强度的训练中，不管是肌肉的酸痛，还是划破手掌、落入水中，我都没有放弃。我认为只有坚持不懈地努力，才能到达胜利的彼岸。赛艇已是我最热爱的运动之一，我将全力以赴，VKBS Rowing Team加油！



8年級普子馨

我以前认为学习只是一种繁琐的任务，但在VKBS，感觉相对轻松，因为课堂上老师会经常安排一些活动，在这里我和我的朋友们相处得很愉快，我们经常一起写作业，有不会的就互相帮助，这样效率很高，多出时间可以做自己喜欢的事情。上课的时候我会记笔记，回家有空就会复习，考试前也会复习，然后考试成绩也不会差。我是这么想的，考试考差了会被妈妈批评，期末成绩会差，等要订正的时候又是一个“大工程”。所以我每次都会try my best去完成每一项作业和考试。





Tsz\_Year 12



John\_Year 12



Ki Ki\_Year 12

# 来自上海德威外籍 人员子女学校的学生 艺术作品

Student Artworks from Dulwich College Shanghai



Maxine\_Year 12



Fengyi\_Year 12



Candy\_Year 11



Jina\_Year 11



Agnieszka\_Year 12



Leia\_Year 12



Moses\_Year 11



Hannah\_Year 11



少儿组金奖\_邵欣竹\_一生



少儿组银奖\_陈恺健\_最后一片森林



幼儿组金奖\_Herry 董\_一家人



少儿组银奖\_Oliver\_召唤者

# 首届M50中外少儿艺术创新大赛 获奖作品

Award-winning Works of the 1st International Children's Creative Art Competition

赛事支持: 创意顶顶国际少儿美术



少儿组银奖\_王琳儒\_童年



少儿组金奖\_刘芯妤\_惨叫呐喊的鸡



少儿组金奖\_陆安琪\_成功的背后



少儿组银奖\_袁梓乔\_无题



少儿组金奖\_张博源\_纤夫的爱



幼儿组金奖\_李昕珺\_天鹅



幼儿组金奖\_王鸿为\_机器重组一号



幼儿组银奖\_姜允鹏\_鸡冠花



幼儿组银奖\_可乐\_凝视



幼儿组金奖\_袁滕楷\_夜上海



幼儿组银奖\_黄语超\_炫



幼儿组银奖\_张译文\_花之灵

# 建造充盈的人格， 从幼年家庭教育开始

How to Build A Well-Rounded Personality?

读阿德勒《自卑与超越》

文：师偃 图：师偃提供





近来读完了奥地利心理学家、个体心理学创始人阿德勒1932年初版的著作《自卑与超越》。这本书的英文名叫作“*What life should mean to you*”。不知道是不是为了适应不同的文化模式，英文书名比较形而上，中文译名比较实用地强调问题与解决。

书里讲，人生的问题可以归总为三类：职业、社交以及两性，这三大领域任何具体问题的解决都需要个体充分发展社会化感受（所谓社会化感受，即人在社会中的感受，人自发感觉有社交需要，有与人接触、与人交流沟通分享的需要，人也通过社交来感知他人的独立存在，通过社交来塑造自己、约束自己），充分具备合作能力才能实现。生命的意义可以这样表述——生命意味着与人合作，按照常理、运用常识解决问题（而不是以逃避问题或者寻求心理补偿的方式获取优越感），关心身边人，成为人类这个整体中的一部分，并为人类的繁荣贡献自己的一份力量。

阿德勒是弗洛伊德的弟子，也是精神分析学派内部第一个反对弗洛伊德的心理学家。与弗洛伊德不同，他不以分裂的视角看待人格，也不以生物学定向、决定论、本能论的“本我”视角看待人格，而是认为：人格是一个整体，社会文化在人格的养成中起着非常重要的作用。

在阿德勒看来，每个人天生都追求“优越感”，即自我感觉比别人优秀、出人头地的感觉，人们幼年的生活经验直接决定了其追求优越感的方式。四五岁时，孩子已经从其“长期”的“生活方式”中形成了他们独特的“优越感目标”。既没有被忽视、也没有被宠坏的孩子，他们勇于发展自己的能力，乐于发展自己的社会化感受，也乐于与人合作。他们会按照常理、运用常识解决他们生活中遇到的问题。

如果儿童没有充盈的人格，不能充分发展他的社会化感受，不能学会寻求通过与他人合作的方式解决问题，就很容易形成自卑情结，即对现实困境持续的无能为力感。为了克服这种让人痛苦的感受，转而让自己感觉还不错，他们不去努力想办法解决现实问题，却会以错误的方式寻求心理防御，比如将自我对外界的敌意投射为外界对自我的敌意，表现焦虑、示弱、甚至患上各种神经症以换取同情，抑郁-逃避，补偿性的自恋，在金钱、性和情感上强迫性的匮乏-抓取、索求无度，等等。

阿德勒认为，这些错误认知自童年起就已形成，如果没有重大事件让人们自我纠偏，或者没有人专门去改变人们的偏见，人们就会用已经形成的认知来解释他们的经验，从而进入偏见与经验的循环论证中。

因此，幼年教育，尤其是家庭教育，在人的一生中尤其重要。我认为，作为父母，在带孩子上应该做好三点：

- 1、自我成长，让自己成为人格充盈、心理健康的人，爱自己，并且推己及人、满而自溢地爱他人，自然生发给予和奉献的能力；
- 2、充分满足孩子归属感的要求，让孩子享受父母无条件的爱，人格充盈的父母能够无条件地接纳一个生命的诞生和他全部的自由成长，为这个过程提供土壤般的力量，承载他、蓄养他、供给他，让他的根系扎满他的生活，并且衷心地盼望他长成离地足够远的参天大树。
- 3、允许孩子自由探究、自主承担，引导孩子养成自己的独立人格、将孩子的内在潜能牵引出来，树立他自己的能力与信心，同时引导他尊重他人的自由、尊重常识，发展他的社会化感受，发展他受人欢迎、与人合作的能力。

## 一

人生的意义，说到底就是自我成长，长成之后与人合作，为人类社会的良好运行与发展进步做出自己的贡献。人自发地爱别人，必须从自己不缺爱才能开始。这个“由己及人”的过程是不可逆的，人格发展所需经历的各个阶段也不可跨越。

很多心理学家都讲过能够反映这一事实的话，比如说“与母亲的亲密程度决定了与他人亲密程度的上限”、“幼年时被母亲充分爱过的孩子，才具备爱他人的能力”。

以这个心智发展规律的视角来看我们自己，也许就会发现，我们带孩子

中的许多问题，就是源于我们自己内心的匮乏与冲突。

刚做父母时，我们自己可能还没被爱够、索取够、疯玩够，一方面不具备给予的能力，另一方面却总向自己强调给予的责任，于是孩子需要无条件满足的依恋需求被视为麻烦；我们自己探求世界的冒险精神、兴趣盎然的创造性劳动未曾被鼓励，当年父母那几句“别动、别吵、远离危险、别惹麻烦”却成了我们内心的声音，若不经反思，也会这样来要求孩子；自己的情绪未曾被接纳，从小被训诫不许哭，到自己孩子这里，也可能听不得他哭喊，或许我们不会动手，但孩子哭闹时我们表达愤怒和拒斥的肢体语言，怒吼、数落、揶揄、幸灾乐祸的语气，统统都在告诉孩子我们不接受你哭；我们很少得到陪伴、我们的游戏经常被大人禁止，“别说脏话、别学坏样子”，所以我们习惯于跟人少交流、沉浸在自己的世界里，凡是涉及到给予的，似乎都特别耗费精力……

看到问题、承认问题是解决问题的开始。每个人都有自己的心理课题。为了处理我们内心的冲突，我们必须尽情让自己的本我发挥出来。不要让左右为难的思维阻碍了纵情的行动，我们需要一种“被讨厌的勇气”，去获得“做自己”的抚慰，只有我们自己有了做自己的切实感受，我们才能真正与自己家孩子共情，理解他们“要自由”、“要自主”的要求。

## 二

父母彼此间的合作是孩子发展社会化感受、学习合作能力的最初榜样。阿德勒在书中详细阐明了家庭中母亲和父亲的角色。

生养幼儿是母亲最重大的创造，从虚空中创造生命，这种成就堪比上帝。母亲通常不需要在对孩子的爱上多下功夫，但也正因为其爱孩子的强大本能，母亲面临着两个挑战：一个是如何做到不过度宠溺孩子，一个是如何处理与孩子的界限，不覆盖孩子，适时应机地让孩子发展出自己的能力，并且得体地从孩子的独立生活中退出，将对孩子的关爱转移到丈夫、其他家庭成员身上，进而又扩展到社会中。此外，重男轻女的文化传统也是现代社会中母亲面临的挑战：被此种思想影响的母亲更容易厌弃做母亲的工作，心生埋怨，自我评价低，这都会对孩子的状态造成影响。

父亲，首要挑战是为孩子树立榜样，以合作而非权威的态度介入家庭关系。父亲首先要爱母亲，只有夫妻双方都认为共同利益高于各自利益，才会有真正的合作，而不能彼此合作的父母，是无法养育出具备合作能力的孩子的。父亲通常能向孩子展示如何按照常理、运用常识，通过勇敢、坚决、百折不挠的精神，通过与人合作来解决现实问题。惩罚，尤其是体罚，对孩子的伤害很大，如何在充满友爱的环境中对孩子进行教育，是父亲面临的另一挑战。

弗洛姆在《爱的艺术》中对爱的母性和父性做过分析：母爱是无条件的，“你怎样我都爱你”，但却是命定的，有就全有，没有就全没有；父爱是有条件的，“你照我教你的做，我才爱你”，但父爱却是孩子可以通过自己的努力去争取到的。就是说，孩子感受到的爱，是对其“根和翅膀”两种需求的满足，一方面是无条件的接纳、无条件的福荫；另一方面也是对其独立身份的尊重、对其能力发展的要求。

在9岁以前，孩子都是注重感受、情绪化的，他们认为，爸爸妈妈听懂了我的快乐、激动、难过、生气、沮丧、悲伤，并允许我的情绪自然流动，允许我纵情，就是爱我。但父母往往认为，我给你东西、帮你解决问题，才是爱你。幼年的亲子冲突，通常是因为父母不理解孩子这种需求，而总是喜欢以规训者的姿态越界给孩子建议、评价孩子的作为，同时又不允许孩子哭闹造成的。

## 三

孩子的社会化感受、孩子与人合作的能力，都是从充盈人格的基础上生发的。也就是说，孩子必须先有自我，才有他人，孩子自己必须独立自由，才能感同身受他人的独立自由。父母应该谨守界限，既要允许孩子自由选择，也要放心让孩子自主承担后果，孩子碰到挫折时，接纳孩子的情绪，但



是不要越界替孩子解决问题。

第一个要点，观察、少干涉。

蒙特梭利说过：“教员是被动的观察者，而不是主动并施加影响力的观察者。他的被动性带着一种好奇心，而且必须尊重他所观察到的一切。教员必须理解和遵守观察者的立场：灵活性就体现在现象中。”这里的教员，也可以换成父母。

“有一天，一群孩子围着一盆水，水里浮着一些玩具。有一个2岁半的小男孩独自待在圈外。他走近那些孩子们，想挤进去，但是身体不够强壮，挤不进去。他看到一张小椅子，打算把它放在孩子的后面，然后爬到椅子上。他开始向椅子走去，脸上流露着希望。但是就在这个时候，教员抱起他，把他举过其他孩子的头顶，让他看到了那盆水，并且还说：‘来，可怜的孩子，你也可以看到。’”

毫无疑问，小男孩看到了浮在水里的玩具，但他却不能享受到用自己的力量克服困难所得到的快乐。看到水盆中的玩具并不算什么，而他先前为此所作的努力将开发他的内心智慧。在这个例子中，教员的行为阻碍了孩子的自我教育。

蒙特梭利施行新教育的年代，儿童心理学尚未建立，为了获得真实的数据，她必须以自由行动的孩子为观察对象，为确保孩子的自由呈现，她要求教员尽量少地干涉孩子。恰巧是这种“少干涉的观察”的态度，发现了孩子自身成长的秘密。现在儿童敏感期和心智发展规律已经成为育儿必须了解的内容，在网上搜索一下就能了解。对儿童的心智发展规律了解得越确切，父母的焦虑就越少，也就越能做到“少干涉”。

第二个要点，克制越界帮孩子做事的冲动，孩子的独立性就是从很小很小的事情一点点发展起来的，但这些小小的机会经常被大人剥夺。

孩子筷子掉了，大人顺手就帮他捡起来；要出门，哪怕不赶时间，把孩子拉过来，给他从头到尾穿戴整齐；顺手就给孩子夹菜、顺手就给他把汤吹凉；玩具在高处，大人顺手就把玩具递到他手里……这都是越界。

大人之所以越界帮孩子做事那么顺手，也是因为没有时间跟孩子耗，可以理解。但长期来看，这种做法的危害在于孩子会形成错误的认知——这些都不是我的事，是别人的事。孩子能力得不到锻炼，久之就会形成面对真

实生活的无能为力感。无能会产生愤怒、敌意、焦虑，几乎所有的负面情绪，都是由此导致的。

允许孩子做不好、允许孩子试错，给耐心让他们慢慢来，接纳他们在学习自己做的过程中的负面情绪，但是和善坚定地要求他自己的事情就是应该自己完成。当孩子克服万难完成时，他的欣喜之情非常感染人。

如果过程中孩子的负面情绪很盛，可以用游戏的方式帮忙。比如孩子学穿衣服，套头衫脱不好也穿不好，父母就可以跟着在旁边演，演得比他更费劲，当他最终比父母更快一丁点穿好时，他会特别开心。

第三个要点，尊重孩子自由选择的同时，一定要让孩子承担他言行的自然后果。如果只是让孩子随心所欲地选择，却不让他承担相应的后果，那就是惯孩子了。

比如筷子掉在地上，如果你不捡起来，那你就没有筷子用；你把碗打碎了，那就需要用零花钱买一个碗补上；你跟我说话大喊大叫发脾气，那我要严肃地向你指出来，你如果还这样，我就不想你。

这一条常常可以应用在孩子与小伙伴冲突时。父母不要轻易干涉孩子的自由社交，除非小伙伴中的一方占据压倒性的优势，或是多对一，形成围攻的局面，再介入。因为两种局面中弱势的一方已经不可能依靠他自己来解决

问题。孩子一般的社交受挫，父母可以抱他、抚摸他、陪着他，少说话，但是用眼神和动作充分表达对他的接纳和爱意，并不用给解决问题的具体建议，只是接住他的情绪，他需要的，也仅仅是如此而已。当他的情绪释放之后，自己就能够进入解决问题的思考模式，而通常，孩子想到的办法比大人更有创造力，他们自己执行起来也会很坚定。如果孩子确实需要我们的意见，在他提出要求之后，我们再给他建议。

不要在孩子的社交中去套用我们的社交模式。尽管我们大人喜欢看到有人说对不起，有人说没关系，但孩子们社交矛盾的化解，通常并不一定需要这些。他们之间的信息和情绪流动比大人快多了，童心很浅，盛不了多少情绪，嚷嚷两声、拌两句嘴、推搡两下，他们彼此往往言语之间就已经了无芥蒂，只剩大人还在旁边焦虑。有时候他们的对不起没关系，反而是做给大人看的。又有些时候，他不愿意说对不起，并不是不愿意道歉，还真就是不愿意给大人演这一套。

第四个要点，我们都希望孩子在与大人的交流中诚实、礼貌、会感恩，但是我们的期待不应超越他们心智发展的规律。

关于撒谎的问题，阿德勒说，孩子只有觉得诚实会给他带来危险时，他才会撒谎；而且呢，孩子越小，越没有撒谎这种概念，他有时会为了他自己的利益做出撒谎的行为，但他并不是像你想象的那样是出于邪恶而有意为之，如果淡化处理，他自己也不会过多地强调撒谎的概念。

孩子们自发的礼貌行为是从大人的社交礼仪中模仿来的，而且其自发的礼貌行为是从最熟悉、最亲近的人开始，慢慢向外扩散的。父母一方面应该给孩子身教示范，同时又要不要逼促孩子讲礼貌。久而久之，孩子就会践行礼貌了。

在所有的礼貌用语中，“谢谢”应该是最先教会孩子说，孩子也最愿意说的，因为这是孩子接受馈赠、接受帮助之后的自然反应。当孩子开始理解帮助这回事，父母就可以要求孩子说谢谢，父母也可以经常请孩子帮忙做事，然后跟他说谢谢。说谢谢，首先代表他理解他人的存在，然后代表他理解，人们需要通过协作解决问题，习惯于说谢谢，能让自己更受欢迎。



师偃

毕业于中国人民大学外交学专业，因为不喜欢大城市的氛围，也一直有出去浪的梦想，在北京做了两年杂志记者后，和媳妇儿先到丽江生活，做过酒吧歌手，2012年至今住在大理，2013年女儿弯弯出生，变身专业奶爸。目前很享受在家中应用和实践一系列育儿理念，并开了公众号“师偃茶事”（ID: shiyanchashi）记录心得。

# 我所见过的传统文人

## Memories of a Man of Letters



### 道道专栏

做过6年记者，后改做企宣，工作教子两手抓。小儿云舒刚上小学，不爱卡通爱国学，妈妈也在伴读的道路上温故知新，更觉任重道远。

一夜之间，仿佛人人都在品茶、看戏、读经、听琴，人人一身斜襟对卦念珠手串，参禅论道口含玄机。从破四旧开始，不过几十年工夫，传统文化历经一轮生死更迭又翻身成了时尚。兜一圈商场，售货员都会拉着衣角问你上哪儿买这样的改良式中装。

可是这样一阵风似刮起来的时尚，隔着几十年的疏离和冷遇，到底有些扞格不入。

我见过娃娃们身着汉服背诗诵词，衣服右襟压着左襟；听过年轻人指着台上的昆曲表演夸奖这京剧唱得不错；也领教过十几岁的孩子听到“杜甫”二字时脱口而出“杜甫不是个草堂吗”……传统像个任人打扮的小姑娘，莫名其妙成了网红，可终究素昧平生，惹得人看不懂又放不下，白白愁断了肝肠。

那美轮美奂的古代中国终究是回不去了，所幸我们这一代中年人，幼年时多少还亲见过家族中祖父辈旧老遗贤的姿彩，那是风流年代的最后一抹余晖，荡漾着传统中国的淡淡气韵。我想和你说一说童年时见过的旧式文人。

他曾是旧时代民间所谓的乡贤，非官非仕也未必富贵，祖上却多少有些根基，文墨书画皆通，立身唯以方正，闲静少言不慕荣利，不求闻达深藏民间。幼年开蒙于私塾，挨过手板、拜过孔孟，一笔书法端匀敦厚，繁体字一写写一辈子，书房门楣上“半读斋”三个大字苍古得不得了。

无论住什么样的房子，一定有个房间或角落方桌圈椅笔墨齐全，柜里的线装书占去大半，写字的洒金纸笺上印着自己的字号。平日里但以读写自娱，日日笔不离手，兴之所至，就裱一幅字或刻一方闲章，怡然自乐。有人求字，写好裱好后送去外面店里镶上镜框再给人，常常分文不取。好翻字典，缀补过的扉页上自书“识字不多，用字不错”。

起居极是规律，饮食严格遵照时令季节，春天的刀鱼、伏天的西瓜、深秋的螃蟹、霜打过的青菜，一点错不得，是所谓的“不时不食”。夏天只以热水擦身消暑，一把蒲扇在手，空调电扇冰品一概敬而远之；冬天早起自行按摩脸面足底百下，醒脑又生热。

有客来访，几朵开至未央的白兰花便是伴手礼，两盏清茶一席清谈可消磨得半日，到了饭点来客辞去，主人送至门口亦不挽留，门里门外拱手一揖，过得几日复又前来。

喜欢蔚花弄草却花艺不精，园子里常年养着几盆长不好又死不了的花卉，连带着点缀其间的小人和小亭子也恹恹的，用来沤肥的粗陶坛子端的是人嫌狗厌，偶一开启便臭了一院子。

尤喜子孙满堂，逢年过节必得席开两桌，圆台面坐得满满当当，这一头够不着那一头。

对孙辈甚少言辞教导，可是在他身边久了你自然会知道，拱手作揖时须左手抱握右手，因为右手常用来攻击故而有“凶手”之谓，作揖便是“善手握凶手”；吃不掉的肉包皮不可丢弃，拿去晒干留待饥时便是美味，这叫“有食当思无食时，莫待无时思有时”；再好的东西都只得浅尝而止不可吃用净尽，因为“惜福有福享”。

生活甚是清简，一件汗衫破成渔网终不离身，晏如也。亲朋中但有艰困却从来慷慨，从困难时期至今多少人记得他在危难关头的疏财之恩。算命的曾言他只得60寿数，却整整活到80岁，命因人改或是的论。年齿越深越觉世间万事皆可放下，唯有电视报章里的文物拍卖鉴赏节目勾起最后一点执念——“那时候我一人在后院里不知烧掉多少……”那或许是他此生最深的心殇。

# 跟团也悠闲： 越南芽庄的碧海蓝天亲子游

Sunny Beach in Nha Trang, Vietnam

文、图：Julie Xu

有一天，孩子他爸突发奇想：我们去越南芽庄吧。直飞4小时、落地签、阳光沙滩外加海鲜大餐！都是诱惑。怀揣着一颗带着孩子闯天下的心，就有了这次说走就走的五天四晚半自助游。

芽庄（Nha Trang），乍一听还以为是中国的一个乡村或小镇，其实是位于越南中部的一座历史悠久的海滨城市。随着国人在东南亚旅行的脚踪日益拓展，芽庄也逐渐成为新兴的看海目的地，毕竟这里拥有全越南最好的海滩，绵延数公里。周边的海域还有各具特色的小岛，是游船、潜水等水上娱乐的好去处。

所谓半自助游，其实主要跟团队走，但是其中某些景点可以选择自主参加。因为目前只有国内旅行团包机才能直飞，带着孩子转机不是我们想要的。选择了一天自由行，打算游玩芽庄市中心，体验下芽庄的碧海蓝天和老街小巷。跟团的日子，导游安排的行程都很宽松，早上和下午也有很多自由时间可以安排。

## 关于交通与住宿

1. 只有国内旅行团的包机直飞芽庄，如果自己买机票都需要转机。
2. 在芽庄，几乎是人手一辆摩托车，满大街都是摩托车很是壮观。可以想象自驾并不适合初来乍到的游客们。所以，安全起见，正规的出租车是首选。
3. 芽庄的路况并不好，好多街道就像越南的国土轮廓一样狭窄。
4. 关于住宿，建议选择海边的四五星级酒店。因为离沙滩近，且在市中心繁华地段，出行都很便利。有些离海边有一些距离的星级酒店，往往酒店外围比较脏乱差，很多人会不敢出门。

## 行程攻略

### 第一天：天堂湾（小马尔代夫）

离芽庄市区1小时车程，位于芽庄之北。据导游说，目前不对个人开放，旅游团体也是限量开放（这也是我们选择跟团的重要原因之一）。天堂湾三面环山，所以即使外面风浪再大，这里也一样风平浪静，很是神奇。碧蓝的海水，细滑的白色沙滩，一脚踩进海水里柔软舒适，而且浅水区的海底非常平坦，可以放心地往前走500米以上。这里与其说是水上爱好者的天堂，倒不如说是旱鸭子们的乐园。不管你是否会游，都可以尽情在海里嬉戏。

和天堂湾所提倡的标语“非宁静无以致远”一样，在这里除了玩水还可以静静地享受大海、阳光、蓝天、沙滩，欣赏天堂湾精致的美。

Tips: 这里真的特别晒，孩子游泳、捡贝壳、找寄居蟹，几小时下来已





经晒成东南亚肤色了，所以一定要带上高倍防晒霜反复涂抹，以免晒伤。另外，岛上除了一家专门接待团体的餐厅以外，没有便利店，所以水和干粮等必需品要随身带齐。

## 第二天：出海+泥浆浴

### 坐快艇出海

芽庄有四岛，分别是黑岛、第一岛、银岛和妙岛。每个岛都各具特色，而且每个岛之间乘船不到几分钟。我们跟团去的是黑岛。

乘坐快艇到达黑岛，黑岛的海水清澈透明，颜色非常丰富，像一段段蓝绿交织的绸缎，晴朗的天气下海水能见度可达20米。黑岛最有名的是潜水和坐玻璃船。爸爸选择了去潜水，从黑岛再坐船去潜水海域。据说这里是越南最好的潜水海域，海底有陡坡、水下岩洞和丰富的珊瑚，并且潜水价格很实惠。到最后还会给你录制潜水的视频并且做成光盘送给你。

我和女儿则选择坐玻璃船。全程半个小时左右，女儿低着头透过船上的玻璃看着丰富多彩的海底世界，一圈看下来非常兴奋，可以说出好多的海底生物，如珊瑚、各种色彩斑斓奇形怪状的热带鱼、海胆等等。

不过，黑岛上并没有沙滩，海边都是岩石，不适合游泳。玩累了倒是可以坐在躺椅上来了一个富有当地特色的椰子冻。

当然，芽庄的其他岛上还有丰富的水上娱乐活动，例如水上独木舟、海上皮艇、降落伞、摩托艇、水上飞机等等。爱好水上运动的人可以——体验不同岛的特色。这里，我特别推荐亲子游的家庭可以花2天的时间游玩海上乐园——珍珠岛，岛上有综合性的旅游度假村，个人认为是一个相当于迪斯尼乐园+海洋馆+沙滩+水上乐园的大型游乐场。交通方式可以选择快艇或者乘坐世界上最长的跨海缆车。

### 泡泥浆浴（也叫热矿泥浴）

因为芽庄拥有丰富的地热和矿物泥资源，所以这里的泥浆浴闻名遐迩。芽庄著名的泥浆浴度假区有三家，分别是THAP BA，100 EGGS和I-RESORT。导游带我们去的是100 EGGS，这家是以蛋的形状为主题的矿物泥浆浴度假村，一个个造型可爱的恐龙蛋隐匿其间。这里群山环绕、空气清新，而且矿泥含量很高，有益于人体健康，可以说是个养生度假的好去处。

跟着导游进入景区后，我们在半山腰挑中一个颜色鲜艳的蛋，服务员会现场灌入黄色的泥浆。一家人浸泡在泥浆中，泥浆温温的、涩涩的，有一种很特别的感觉。女儿倒是觉得很新奇，在泥浆里玩得不亦乐乎，还说“终于可以像Peppa pig一样可以玩泥巴啦”。孩子真的是在哪里都可以发现无穷的乐趣。

大约20分钟后就要出蛋了，冲洗完之后，还可以泡温泉和游泳，整个玩下来确实觉得全身皮肤特别柔滑，如同敷了一层面膜似的。目测



下来，整个度假区可以玩上一天，因为跟团的关系，我们在里面玩了3小时后依依不舍地离开了。

## 第三天：自由行

### 芽庄海滩

芽庄拥有6公里长的沙滩，海水在大多数时候都很清澈。其实我们来到芽庄，印象最深刻的除了满大街的摩托车以外，就是每天清晨海滩上有好多市民在那里晨练和跑步。导游说当地人非常注重通过锻炼身体来保持身材。

我们住在芽庄最高的哈瓦那酒店，酒店有地下通道直接通到私人海滩。每天，看着楼下绵延几公里的海滩，小家伙最期盼的就是去海边玩，嚷嚷着“今天终于可以不受时间的约束尽情地玩了”。

这里的海水温度很适宜，即使在早上八九点下水，水都不会让人觉得冷，而且水面很平静，特别适合游泳初学者。带孩子去海边的妈妈们都知道，孩子永远的需求都是“我要玩水、玩沙子”。所以，住在海边上的一大好处就是想游就游，游累了回酒店休息。

哈瓦那酒店也是整个芽庄的地标性建筑。酒店的顶楼有露天泳池，晚上有party，还可以登上酒店最高的skylight观光塔鸟瞰港湾的夜景。（每到一城市我都喜欢登高俯瞰城市，这里绝对是首选之地）。整个顶楼像艘大船，建筑本身就是芽庄的景点之一。

### 美食（海鲜大餐、滴漏咖啡与越南小食）

来芽庄必须要做的就是品味海鲜大餐。满大



街都是海鲜自助餐。大众点评上也有很多有关芽庄的餐厅推荐。

我们尝试了海边的几家海鲜餐厅，烤海胆、蒸龙虾、生蚝、海螺等等应有尽有，关键价廉物美。好多餐厅都是有专人源源不断地将新鲜的海鲜当场送过来。其中，让人印象最深刻是，我们在一家餐厅点了一条石斑鱼，足足等了一小时，才看到送货员把活奔乱跳的石斑鱼送过来。老板说这条鱼是刚从海里钓上来的。渔民们每天会把一些鱼养在海里，每天定时喂食，当有客人要的时候，就现场钓一条上来。

饭后我们点了一杯几块钱的滴漏咖啡，因为听说这是越南一大特色。



活场景；女人则用原始的织布机展示织布的传统民间艺术。站在占婆塔的前面可以眺望泊满渔舟的海港。绕着占婆塔来到其背面，则可以看到远处芽庄渔村五颜六色的房子。

接着，我们又到了钟屿石岬角，因为岩壁有如五指手印，又被称作“五指岩”。这里岩石奇形怪状，朝着大海的方向延伸出去，大家在此处攀爬的时候可以领略大自然的鬼斧神工。据说这里最美的时候是日落时分，晚霞映照在大海与岩石上静谧十足。

另外，这里还有越南民间艺人的乐器演奏。演奏是用竹、石制作的本土乐器，非常有特色。每一场演奏大概持续5分钟左右，我和女儿在这里听了一遍又一遍，足足听了半小时。虽然是简单的乐器演奏出来的曲子，但是配着这当下的风景来聆听，却别有一番韵味。

最后，景区的出口处还有一个咖啡馆，可以坐在树荫下，再次品一杯浓郁的滴漏咖啡，体验一下芽庄的法式慢生活。

#### 第五天：购物（乳胶店、丝绸店、沉香店）

其实很多人不喜欢参团，主要是因为会有购物环节。我倒是觉得，只要不强制消费，为何不把它当成是一堂观摩课呢，会有专门的讲解员为我们讲解当地的特色商品。

例如，说到乳胶大家都知道泰国乳胶非常有名，但是其实越南的乳胶工艺也很不错，而且价格上会比泰国的皇家乳胶便宜。因为之前家人在泰国买过一个乳胶床垫，亲自体验下来感觉很不错，我觉得对于喜欢乳胶床品的人来说，这里也算是一个值得推荐的购物点。

另外，在丝绸店，还参观和学习了丝绸的制作工艺。随着中国人力成本的不断攀升，越南等东南亚国家开始成为很多世界知名品牌的代工厂，像爱马仕的床上用品就是在芽庄生产的。芽庄的沉香也非常有名，虽然我不是一位沉香爱好者，但是通过店员的讲解也了解了一些芽庄的沉香文化和鉴别沉香的知识。

这次旅程最大的收获是女儿成功地从旱鸭子晋级为小青蛙。在芽庄的这几天，每天早晚我们都会安排时间带她下海玩水。或许是这美丽悠闲的海滨氛围激发了她学游泳的热情，让她沉浸在放松与享受的时光中。在短短的几天里克服了初学者的恐惧，不经意间学会了游泳。其实，不光是游泳，做任何事情如果选对了环境与方法，很多事情就能水到渠成。这或许就是旅行的意义，让心和眼睛去看世界，去体会世间的精彩绝伦。



刚开始服务员端上来一个传统的滴漏壶，上面放着咖啡粉，冲进热水，咖啡就从带孔的金属片中一滴一滴下来，下面用一个装有一层薄薄的炼乳的玻璃杯接着。看似很简单的工艺，品一口却令人惊艳。口感细滑湿润，香醇浓郁的咖啡味充斥着味蕾，绝对秒杀一众咖啡连锁店。后来，我们还专门跑到当地的夜市买了一个滴漏咖啡壶，决定带回中国继续品味越式传统咖啡的味道。

另外，越南米粉、榴莲、水果棒棍、燕窝汁、腰果等特色小吃都是值得品味的芽庄特色。特别是榴莲，街上随处可见推着自行车卖榴莲的人，榴莲新鲜且价格美丽。不过，越南不允许把榴莲带入酒店，所以作为榴莲爱好者，我们经常去海边赏美景品榴莲，别有风味。

#### 第四天：参观建筑名胜

首站，参观婆那加占婆塔，几乎是到芽庄必须打卡的一个景点。整个风格类似于吴哥窟，但是规模比较小。买票进入景区后，14根巨大的红色廊柱映入眼帘，顺着一旁的小路爬上小丘，可以看到红色的大型佛塔。有不少芽庄当地民众穿着信徒专用服前来参拜。占婆塔下还时常有占婆王国后代的表演，男人表演歌舞或展示当年的生



**Julie Xu**

曾任职于顶级战略管理咨询公司，现为育有一儿一女的全职妈妈。平时专注于育儿、亲子游与健康生活。喜欢不断突破自我，同时也喜欢与大家交流分享自己的心得。

# 诺贝尔物理学奖得主 弗兰克·维尔切克：

## 我每天都玩解谜游戏！

### Nobel Laureate in Physics Frank Wilczek: Doing Puzzles is One of My Daily Routines

文：闻琛 图：Betsy Devine



孩子们对大人的世界总是充满好奇——那么多听起来很酷的职业，究竟是干什么的？为了部分解答孩子们的疑问，菁kids就有了一个新栏目“神奇职业”。我们将采访各行各业的大朋友，请他们来讲讲自己所从事的职业，而第一位与我们分享的嘉宾就很重磅。一起来看！

物理学得好的孩子总给人一种很聪明的印象，事实也是如此。这次与我们分享职业经历的弗兰克·维尔切克（Frank Wilczek）教授就是一个典型的例子。Frank出生于纽约一个波兰和意大利裔的家庭，之后按部就班在皇后区的公立学校上学。也就是他在那儿读中学时，父母在一次IQ测试中发现他智力超常。

如今，Frank已是享誉世界的理论物理学家、数学家，也是美国国家科学基金会理论物理研究所的第一位永久成员。他发现了规范场论中的渐进自由性质，开创了一种新型的量子统计理论即“任意子理论”。2004年，因发现渐近自由的理论强相互作用，Frank与另外两位美国科学家一起，被授予诺贝尔物理学奖。

他是从什么时候爱上物理的？当一名物理学家是一种怎样的体验？Frank在上海交通大学讲学期间，菁kids邀请他与我们的“小读者”分享他的职业体验，Frank欣然应允，于是便有了下面这场对话。

**Q：您是从什么时候开始决定当一名物理学家的？有什么特殊的契机吗？**

A：我一开始在普林斯顿大学读数学专业的研究生，研究生第二年才转到物理专业。其实我从小就对物理感兴趣，早在读本科的时候就已经决定，以后做的事情要有数学思维创造性应用的内容。但当时除了物理，还对计算机科学、哲学，以及神经生物学感兴趣。我参加了这些学科的研讨会，也阅读了相关书籍，经过一番深入了解后得出结论——当时最激动人心的领域是理论物理，于是就一头扎了进去。

**Q：请描述一下您作为物理学家的典型一天。**

A：我没有特别程式化的安排。一般会看看书，看看论文，写写东西，与人聊聊天，参加研讨会，散步，思考，计算（有时用电脑，有时用大脑）……不过我也有些每天都做的事，比如做解谜游戏、晨练。此外，我的家庭生活也相当丰富。我觉得，做一些有创造性的物理学工作能让一个人过得健康愉快。

**Q：请举三个能体现物理学科之美的例子。**

A：1. 弄清彩虹形成的原理，其理论基础是光的

折射和光的色散。2. 弄清陀螺仪的工作原理。

3. 弄明白光是什么——光是一种电磁波，除了可见光，还有很多种其他形式的光。

上述这几个例子有一个共同的美妙之处，那就是它们能让研究者进行非常深入的研究。随着研究的愈加精确和细致，你会不断感受到惊喜。

**Q：到目前为止，您在职业生涯中遭遇到的最大挑战是什么？**

A：开始一项研究。做一名有创造性的研究者，与只管吸收知识的学生有很大不同。你需要选择一个合适的课题——不能太简单，也不能难上天——你既要在遇到困难、进展缓慢时坚持，也得知道适时放弃。

**Q：那您是怎么克服这一困难的？**

A：我会先着手做起来。即便还没有完全准备好去解决那些高难度问题，我也会先做起来，在做的过程中学习并创新。我很幸运地遇到了我的研究生导师David Gross，他是早先给我很多灵感的合作者。他说“工作本身会教你怎么做”，我从他发明的这种目标驱动型方式中受益匪浅。

**Q：如果一个孩子对物理有兴趣，对于他今后的学习您有什么建议？**

A：首先，越早掌握那些基础知识、基本技能越好，比如代数和微积分、怎么使用计算机。如果英语不是你的母语，还要掌握好英语。这些能力将成为你的第二天性，武装你的头脑，你要做到不假思索就能运用它们。

其次，拓宽视野。不要局限在手到擒来的项目或领域中，四处看看，找找那些有前景而且能让你兴奋的事情去做。

再次，广泛阅读。包括科学史以及像达尔文、爱因斯坦、费曼这样的大师们写的著作。它们能教你怎么思考，以及怎么清晰地表达你的想法。

最后，不要害怕。如果你不犯错误，说明你做的事情还不够有挑战性，而这是很大的错误。

（特别感谢上海交通大学张蓉蓉、梁钦老师对本次采访的大力支持）



# 简报 THE CIRCUIT

“简报”栏目以图文形式直击学校和家庭活动现场。想展示您的活动吗？请将活动日期和说明（150字）发送至editorjksh@126.com，编辑将与您联系图片事宜。



## 2017年德威莎士比亚戏剧节

近期，上海德威外籍人员子女学校（浦东）举办了今年的德威莎士比亚戏剧节。来自德威国际6所学校的学生和老师参加了此次活动，还有来自英国埃文河畔斯特拉特福的皇家莎士比亚戏剧公司的剧组人员前来助阵。今年的莎士比亚戏剧节非常成功，有130多名学生参加了各种主题研讨会，更加深入地了解了如何将莎翁的戏剧呈现在舞台上。每一所学校都表演了莎翁戏剧，并且注入了自己独特的理解。



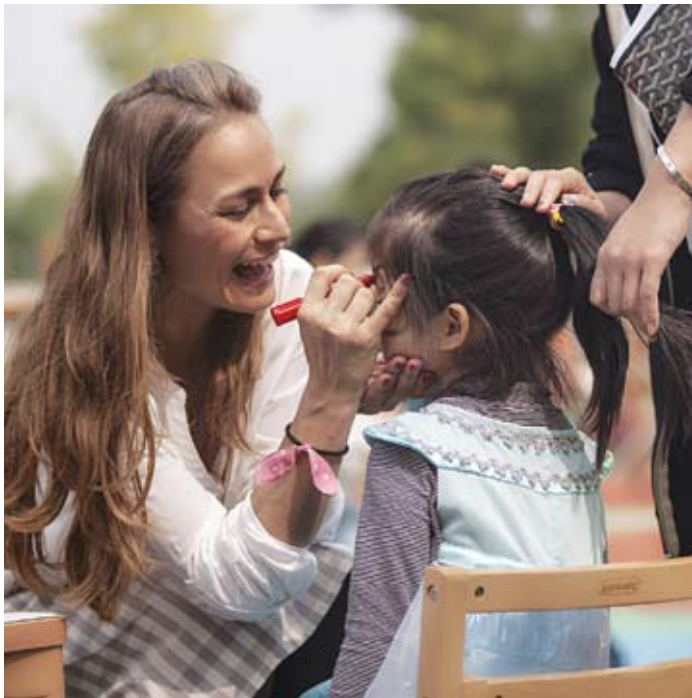
## Simon Armitage教授的哈罗之行

10月15-16日，英国著名诗人、剧作家和小说家，Simon Armitage教授应邀来到上海哈罗国际学校进行为期两天的学术交流。访问期间，他正式揭牌了以他的名字命名的哈罗Simon Armitage图书馆。与此同时，他还与初高中学生分享了创意写作和英语文学教学大纲中诗歌学习的经验。最后，他以问答的讲座方式结束了此次行程，另有数所上海国际学校的师生也受邀参加了此次讲座。

## 惠灵顿中国教育节

10月20-23日，第三届惠灵顿中国教育节在上海、天津、杭州三地举行，吸引了上千名对教育感兴趣的观众，与40多位中外教育专家，探讨和分享教育相关问题。家长、学生和学者齐聚惠灵顿，参与到各种新颖的研讨会、探讨、问答环节和专题演讲中，打破了对教育模式的固有观念，共同探索改善教育的新理念。





### MSS开展安全主题家庭日活动

近期，上海私立蒙特梭利幼儿园各园区的老师和员工们精心准备了一场关于安全服务的互动游戏，学校希望通过轻松的游戏让孩子们学习急救知识，并促使他们开始重视和学习安全知识。活动还邀请了舒怡专项基金成员到场，与大家进行有趣的互动。

### SSIS 2017国际家庭日活动

11月4日，新加坡外籍人员子女学校迎来了一年一度的SSIS国际家庭日。约1500个家庭参加了本次活动，300多名学生和特邀演出团队联袂在现场呈现了精彩的节目。活动还通过幸运抽奖券的销售，成功筹集到62000元善款以支持上海新生命之家。国际家庭日一直是SSIS大家庭特别期待的年度活动，在这一天，家人和朋友欢乐相聚，已经离开SSIS甚至迁居海外的朋友也会专程回来参加盛会。



### 上外附中第31届国际文化节隆重开幕

10月16日上午，上外附中第31届国际文化节在学校大礼堂隆重举行。本届国际文化节的主题为“路（Road）”。“路”，是一条纽带，一种联系，它可以超越时间和空间的限制，抵达心灵深处。此次文化节历时一个月，依次为伊朗文化周、印度文化周、阿联酋文化周和以色列文化周。在保留原有的经典班级合唱、外语风采大赛、国际知识竞赛等活动的基础上又有所创新，开设多语种课程体验、文化布展、相关国家的名家讲坛，以及文化类社团的展示。

### 上海赫德跨时空探索悉尼剧院

建筑是人类精神与物质文明的象征之一，近期，以“静止的美”为主题，上海赫德双语学校中学部学生在小不点大视界微剧场内完成了与悉尼剧院的数字化远程英语教学。在约半天的时间里，学生们在艺术家Alex的导览下参观了悉尼剧院的外观及内部，并通过互动问答、视频观看等全英文环境的学习，浸润式地体验了一次建筑之美的独特旅程。





### 上海浦东新区民办万科学校举办意大利美食节

10月13日，上海浦东新区民办万科学校举办了一场关于意餐的美食节，意餐享有“西餐之母”的美誉，学生们可以在活动中品尝并制作意大利美食，全体师生以及学生家长受邀参加了此次活动。

美食礼仪课是浦东民办万科学校的特色课程之一。这门课程是让学生通过制作和享受各国美食，学习社会交往礼仪，来培养自身自信优雅的气质。



### 上海德闳举办The Big Draw艺术节

The Big Draw Festival——世界上最大的绘画艺术节，起初由残障人士发起，他们用绘画来抒发情感，把绘画当作语言。德闳举办的The Big Draw艺术节主题是“Living Lines”——让绘画动起来。活动中一到三年级的学生在一张人形大小的纸上，展开四肢，在另一个学生的帮助下，画出人形轮廓，然后用自己喜欢的颜色和图形在纸上作画。四到七年级的学生则是每四人一组制作羽翼。学校希望通过绘画来展现孩子们的内心世界，鼓励孩子们进行更多的创作和思考。



虾米写真



我能想到的最有意义的事，就是你在我的镜头里慢慢长大，成长是一段无法回头的旅程，我会用相机趣味你们记录点滴「每一次打闹」「每一次大笑」「每一次摔倒」这就是成长。

「虾米写真」x「你」

你成长的每一天，就是最珍贵的时光。

从你的「新生」「满月」「百日」

「半岁」「一岁」……到你逐渐长大。

| 虾米写真 |

| 从不缺席 |



DAVE'S STUDIO  
大卫摄影

**DAVE'S STUDIO**

DAVE'S STUDIO  
大卫摄影

**/KIDS/FAMILY/BUSSINESS/  
/FOOD/PARTIES/AD/**

**WWW.DAVESSTUDIO.ROCKS**

18612963661 中文 / 13910268205 ENGLISH  
ADD:BEIJING HEGEZHUANG VILLAGE  
RED FACTORY B5  
A 5 MINS WALK FROM  
HARROW INTERNATIONAL SCHOOL BEIJING



### SUIS古北校区迎来一场形体戏剧课

近期，协和高中有幸邀请到Two Little Boxes的演员团队，为9年级选修伦敦音乐戏剧艺术学院LAMDA课程的学生们上了一堂形体戏剧的专题课，7年级和8年级的学生也参与观看了这节课。戏剧课是协和高中非常重视的课程，通过观看具有世界影响力的戏剧表演，协和学子们能更好地理解艺术的独特之处。



### 上海不列颠英国外籍人员子女学校举办联合国日活动

近日，在上海不列颠英国外籍人员子女学校的联合国日活动中，来自42个不同国家的学生们身着代表各自国家的礼服，挥舞着旗子庆祝这个节日。联合国成立于1945年，每年的10月24日被定为联合国日，学校通过这一精彩活动体现了学生们国籍的多样性，以及学校文化的多样性。

## 上海浦东协和双语开展户外拓展活动

近期，浦东协和双语的学生们来到位于松江的绿亿农庄，开启为期三天的首届少年户外探险之旅。到了营地，大家先进行了“木板颠球”、“动力火车”等游戏活动。饭后在教官的指导下，又各自搭建了帐篷。在篝火晚会上，有方言小品、瑜伽表演等。接着是一天的野炊活动，大家自己买菜、做饭、搭灶、生火，忙着中午的伙食。三天时光飞驰而过，学生们收获满满。



## 中欧国际私立学校的万圣节派对

10月31日，中欧国际私立学校全体师生，还有爸爸妈妈们，一起盛装出席了学校举办的万圣节派对。孩子们拿着活动地图，来到每个班级体验好玩又刺激的游戏，并勇敢地参观了幽灵房子。完成后的小朋友，获得班级盖章一枚。各班游戏结束后，大家又来到学校的室外庭院，一起“不给糖就捣蛋”，度过了热闹又有趣的万圣节派对！



## 闵行区摩根亨利双语幼儿园 Morgan Henry Bilingual Kindergarten 一所默默耕耘的顶级幼儿园



一所将改变您孩子一生的幼儿园就在您身边

我园采用世界先进的IB-PYP课程，并融合上海二期课改，开发孩子的思维、潜能及领导力。让孩子在健康快乐的学习环境下，学习高尔夫、少林功夫、太极拳、舞蹈、绘画等课程，让孩子全面发展，培养考入名校的实力。在顶级的教学环境和一流的硬件设施中，培养孩子成为具有国际视野的世界小公民。

我们的美籍华侨创办人“哈佛爸爸”陈摩根先生（如上图），运用培养自己两位女儿的独特方法来栽培我园的每位幼儿。摩根先生在教导两位女儿学业的同时，也培养她们发展各自的兴趣爱好和专长。大女儿取得了欧洲高中组美术比赛的铜牌奖，小女儿取得了全球高中女子组的划船冠军。最终两位女儿均以第一优先被常春藤名校——哈佛大学和布朗大学录取。摩根先生及我园优秀的中外师资队伍都乐于将自己的实际教育经历分享给每位家长，希望家长在培养自己孩子的过程中不再走弯路。我园的目标：让您的孩子在我们一流的双语教学环境下，健康快乐成长和成长和学习。度过美好的学习时光，留下幸福的童年回忆。



我园2016-2017第一届毕业生全额被上海名优小学录取



[www.shmhkids.org](http://www.shmhkids.org)  
了解更多信息及预约参观，请拨打18521023388。  
邮箱：[admissions@shmhkids.com](mailto:admissions@shmhkids.com)  
上海市闵行区华漕镇金丰路567号  
No. 567 Jinfeng Road, Minhang District, Shanghai

(我园参观日仅限每周三，为防打扰孩子学习，敬请提前预约，其余时间恕不接待，谢谢!)

# 2017-2018 上海择校指南收录学校名录

菁kids编辑精选95所(杂志+网站)上海幼儿园、国际和双语学校,排名不分先后。

## 幼儿园 (42所)

Apple Montessori  
安乔国际双语幼儿园  
安徒生国际幼儿中心  
橙色熊猫国际日托中心  
凡骐国际托班中心  
菲索幼儿园(碧云校区)  
菲索幼儿园松江校区  
海富幼儿园  
惠灵顿(上海)双语幼儿中心  
嘉宝教育  
LUC国际儿童中心  
Montessori Academy  
蒙雅蒙特梭利之家  
启德儿童国际教育  
上海中山幼儿园  
青瓦花园  
StarPlay  
上海黄浦区民办玛诺利亚主题幼儿园  
上海闵行区摩根亨利幼儿园  
上海市静安双美亲子教育培训学校  
上海市普陀区奇思幼儿园  
上海市泰宁国际幼儿园  
上海私立蒙特梭利幼儿园  
上海维多利亚幼儿园(浦东园)  
上海徐汇区民办安琪儿幼稚园  
上海徐汇区民办泰宁田林幼儿园  
宜乐儿童之家  
上海悦田幼儿园  
上海长宁民办哈比桥治幼儿园  
宋庆龄幼儿园国际部  
伊顿国际学校上海校区  
中欧国际私立学校  
上海普陀金宝幼儿园  
上海市普陀区美星幼儿园

上海市浦东新区民办碧云幼儿园  
上海市万科幼儿学院  
JES Island English Academy  
国际儿童社区  
上海普瑞姆蒙特梭利幼儿园  
LUCTON KINDERGARTEN  
上海市民办中芯幼儿园  
上海圣地雅歌幼儿园

## 只招收外籍学生国际学校 (20所)

(含幼儿园、小学、初中、高中)

复旦附中国际部  
上海不列颠英国外籍人员子女学校  
上海德威外籍人员子女学校(闵行)  
上海德威外籍人员子女学校  
上海法国学校  
上海哈罗国际学校  
上海虹桥国际学校  
上海惠灵顿外籍人员子女学校  
上海美国学校  
上海市进才中学国际部  
上海西华国际学校  
上海协和国际外籍人员子女学校  
上海新加坡国际学校  
上海英国学校(浦东校区)  
上海英国学校(浦西校区)  
上海长宁国际学校  
上海中学国际部  
宋庆龄学校国际部  
上海外国语大学附属外国语学校国际部  
苏州新加坡国际学校

## 招收中外籍学生国际学校 (33所)

(含幼儿园、小学、初中、高中)

创新学习中心  
华东康桥国际学校  
昆山加拿大国际学校

上海枫叶国际学校  
上海光华学院(浦东校区)  
上海光华学院剑桥国际中心  
上海赫德双语学校  
上海民办包玉刚实验学校  
上海闵行区诺德安达双语学校  
上海浦东新区民办沪港学校(上海耀华临港校区)  
上海浦东新区民办协和双语学校  
上海七宝德怀特高级中学  
上海世界外国语小学  
上海市燎原双语学校  
上海市民办复旦万科实验学校  
上海市民办尚德实验学校  
上海市民办中芯学校  
上海市闵行区万科双语学校  
上海市浦东万科双语学校  
上海市世界外国语中学  
上海市位育中学国际部  
上海市文来中学国际部  
上海长宁区耀华专修学校  
上海美高学校  
上海师范大学附属第二外国语学校剑桥双语部  
世界联合学院(中国·常熟)  
威雅公学  
上海闵行区民办德润学校  
上海康德双语实验学校  
宁波鄞州赫德实验学校/宁波海曙赫德实验学校  
耀华国际教育学校浙江桐乡校区  
苏州工业园区海归人才子女学校  
无锡南外国王国际学校



扫描二维码,进入2017-2018上海择校指南 jingkids.com 专区,了解学校详情。

# 杂志免费取阅点

希望免费拿到每期的青kids杂志吗? 看看下面哪个发行点离您最近。  
杂志免费发行点涉及到学校、课外班机构、高端住宅区、医院诊所、餐厅咖啡厅、零售等读者经常出入的场所, 在此选登部分地址方便读者免费取阅。

《青kids》杂志全年12期, 若您希望杂志派送上门, 请联系: [distribution@truerun.com](mailto:distribution@truerun.com), 电话: (021) 6131 6691

## 长宁区

虹桥国际学校	伊犁南路218号
皇朝尊会	延安西路1116号龙之梦大酒店3楼
上海长宁区耀华专修学校	古北路600号
上海耀华国际学校	古北新区荣华西道18号
上海不列颠英国学校	古北路1988号
老克勒上海菜	新华路160号上海影城2号门3楼
上海众心国际社区中心	延安西路1228弄2号8GH
上海和睦家医院	仙霞路1139号
新视野	虹许路480号1楼
百汇医疗(瑞祥门诊部)	虹桥路2258号
东田造型	华山路1415号
新元素古北店	延安西路2088号7幢一层B101-5单元商铺
上海长宁国际学校(虹桥校区)	虹桥路1161号
上海长宁国际学校(虹桥幼儿部)	虹桥路2212号
上海民办包玉刚实验学校(小学部)	武定西路1251弄20号
唯儿诺	富贵东道199号
上海和德门诊部	红宝石路396号
元一希尔顿酒店/粤轩中餐厅	红松东路1116号虹桥元一希尔顿酒店2号楼1楼(近虹许路)
Hollys Coffee 豪丽斯咖啡(古北财富中心店)	虹桥路1438号高岛屋地下一层
MR PANCAKE House 松饼先生	虹梅路3717弄6号107室
三条	安龙路555号
Wagas	仙霞路86号108室
晶浦会	虹桥路1970号
卓艺宝贝艺术教育中心	仙霞路80号天虹大楼4A卓艺宝贝
玉海力	宋园路109号3楼
日内瓦餐厅	哈密路1876-A
西郊公馆	淮阴路496弄, 近青溪路, 林泉路
上海天坛普华医院	红宝石路 388 号
德真齿科	虹桥路1438号高岛屋百货5楼
华睿洋塾	天山路310号海益大厦9楼G座
Vital Tea(南丰城店)	遵义路100号南丰城丰尚街(紫云路)
剪酷儿童美发	遵义路100号南丰城北区309(靠近内侧连廊)
外滩花园酒店新华花园	新华路179号(近番禺路)
德国缪诗肖像摄影MUSEE FOTO	淮海西路570号红坊B101-103
新元素旗下Vital tea	长宁区遵义路100号虹桥南丰城
新视野	虹许路480号1楼
Wagas	长宁路1018号1层1051&1053室
Le Bonheur 莱贝法式手工酸奶、烧烤	芙蓉江路388弄仁恒河滨花园会所2楼
快乐心乐园	天山路341号缤谷文化休闲广场301A
唐宫海鲜舫(维景店)	东诸安浜路103号维景酒店公寓1-2楼
拾点十分咖啡pauline	延安西路1566号龙峰大楼1楼
Porcellino 意大利餐厅	愚园路753号B幢1楼(近江苏路)
B612亲子馆餐厅(星空广场店)	虹桥路1665号星空广场一楼B区118号店(水城路)
美国普林斯顿评论	长宁区凯旋路1010号百脑汇数码城 B座501
FRANK'S Steak house 弗兰克牛排馆	愚园路1265号103-1、103-2室(近安西路)

## 浦东新区

上海浦东民办沪港学校	中国上海市浦东新区临港新城银莲路2号
SEIPS 中欧国际早教中心	浦明路1999号云天地广场2号楼
华师大二附中国际部	祖冲之路736号
上海协和国际学校	金桥明月路999路
上海德威英国国际学校	金桥蓝桥路266号

新加坡伊顿国际幼儿园	浦城路40号层
海富耀华幼儿园	耀华路550弄1号
海富金太阳幼儿园	金杨路750弄57号1362
LUC国际儿童中心	芳甸路779弄御翠坊233号
上海惠灵顿国际学校	耀龙路1500号
上海市金苹果双语学校	巨峰路1555号
上海市民办中芯学校	青桐路169号
上海师范大学附属第二外国语学校国际部	惠南镇拱极路2151号
上海哈罗国际学校	黄杨路6号C座UC 18 2013室
德意学堂	红枫路450弄1楼
儿童科技馆	梅花路1099号1层105室
小小运动馆	世纪大道100号环球金融中心2F
小小运动馆	芳甸路300号联洋广场A区301
百汇医疗(金浦门诊部)	世纪大道88号金茂大厦裙房金茂时尚生活中心一层
沃德医疗	南泉北路399号六楼
蓝蛙金桥店:	金桥碧云路633号1层R3
蓝蛙环球金融中心店	世纪大道100号上海环球金融中心B109室
卡乐咪早教中心	花木路868号1011室
蓝蛙正大店	富城路12-14号
UP激战联盟青训营	国展路189号
上海市民办尚德实验学校	秀沿路1688号
上海美国学校(浦东校区)	三甲港凌白路1600号上海林克斯社区
上海市平和双语学校	黄杨路261号
上海德威英国国际学校(幼儿园)	金桥蓝桥路425号
Montessori Academy(Lingshan Campus)	灵山路2000弄56号
启德儿童国际教育(张江校区)	科苑路88号德国中心
光华浦东国际课程中心	川周公路2788号
上海市进才中学国际部	峨山路26号铺
上海中学国际部(浦东校区)	霍香路38号
瑞尔齿科	福山路388号2楼
斯巴顿健身会所(源深店)	张杨路1515弄19号
Lavazza & Italian Restaurant 天水恋意大利餐厅	滨江大道富都段滨江花园内(近富城路),震旦大厦对面
上海圣欣门诊部	长柳路58号101室
上海东方国际医院	即墨路150号12楼
新元素浦东嘉里城店	花木路1378号浦东嘉里城1楼
Big Bamboo	红枫路381号
Pistolera	碧云路855号
飞狐	红枫路225号
剪酷儿童美发	花木路1378号浦东嘉里城商场B1楼
新元素环球金融中心店	世纪大道100号2楼205室
惠灵顿双语幼儿中心	上海市浦东新区高青西路328号
东方明珠Coca-Cola欢乐餐厅	浦东新区世纪大道1号东方明珠塔8号门
浦东嘉里城	芳甸路1155号305A
上海星扬体育文化发展有限公司	云莲路201号三林体育中心飞扬冰上运动中心2楼209室
新元素金桥店	红枫路331号
彼德西餐 Peter's	碧云路633号碧云体育休闲中心B23-24号
Qkuts(儿童美发沙龙)	花木路1378号嘉里城B1(近屈臣氏)
Global Health care GHC 全康医疗	世纪大道100号上海环球金融中心商场212室
德真齿科	浦东丁香路1198号(近大拇指广场)
Wagas	花木路1378号浦东嘉里城商厦一层L137号单元
Wagas	芳甸路199弄证大大拇指广场31号
新元素张江店	祖冲之路1261号E1楼07室
新元素正大店	陆家嘴西路富城路口正大广场底层西北角
Wagas	张杨路3611弄3座一层120室

星期五餐厅(富都店)	富城路16号(近正大广场)
晶浦会	花园石桥路33号花旗大厦4楼
acqua 海蓝意大利餐厅	陆家嘴环路1288号上海凯宾斯基大酒店2楼
浦东文华东方酒店/58° 扒房	浦东南路111号文华东方酒店行政公寓大堂1层
万科翡翠滨江会所	昌邑路1500号
华商游艇俱乐部 Hua Shang Yacht Club	张杨路1号(滨江大道4088号沿江后排)
正阳高尔夫俱乐部	秀浦路99号(浦三路中科大学村东门入口处)
跋氏面包咖啡屋(金桥店)	白桦路238号, 近碧云路
花间堂	碧云路218号
Peter's Tex-Mex Grill彼德西餐(碧云店)	碧云路633号碧云体育休闲中心B23-24号
New York Pizza 纽约客匹萨(红枫路店)	红枫路336号(近碧云路)
Blue Marlin Bar & Restaurant蓝枪鱼西餐酒吧	芳甸路199弄证大大拇指广场17号
Lapis Thai藏珑泰板(大拇指广场店)	锦延路288号(近锦绣路)
Julie's Food Experience城市公牛	锦延路288号(近锦绣路)
Da Marco Italian Restaurant大马意大利餐厅	羽山路356号(近桃林路)
Maan Coffee(金桥店)	枣庄路479号(张杨路闵星奔驰店旁)
柚子(陆家嘴店)/Rain 瑞/欧风意酒家	陆家嘴环路1000号恒生银行大厦46楼
MANGOSIX(长泰广场店)	金科路2889弄长泰广场10楼1F(近避风塘)

## 静安区

迪士尼英语	延平路121号三和大厦20B室
嘉会医疗(上海嘉静门诊部)	上海市静安区常熟路88号101室
百汇医疗(瑞新医疗中心)	南京西路1376号上海商城西峰203-4室
静安双美亲子教育培训学校	胶州路149弄10号
新元素	南京西路1376号上海商城112室
新元素	万航渡路889号悦达889广场壹层L1-15室
外联出国顾问集团	南京西路1539号静安嘉里中心2座7楼
Big Bamboo	南阳路132号波特曼后门
Wagas	胶州路265号1楼
全康医疗	南京西路1788号1788国际中心303室
青瓦花园	静安区江宁路958号501室
剪酷儿童美发	南京西路芮欧百货4楼
新元素静安嘉里中心店	南京西路1551号静安嘉里中心1楼
上海威海幼儿园	威海路730号
贝儿福图文设计(上海)有限公司	淮安路668号4楼
飞思乐	愚园路168号A座903B
齐民市集/芮欧店	南京西路1601号芮欧百货4楼(近常德路)
上海文艺活动中心	延安西路200号2号楼3层知慧学院
花马天堂丝绸之路	巨鹿路758号(富民路)
寺库奢侈品(上海会所)	南京西路758号汇银大厦1-3楼
梅龙镇酒家(梅龙镇广场店)	南京西路1038号梅龙镇广场6楼
席家花园	巨鹿路889号巨鹿花园别墅院内龙凤楼对面
鹭鹭1985	延安中路901-909号(近陕西南路)
Moller Villa 衡山马勒别墅饭店	陕西南路30号(近延安中路)
麦隆咖啡mellow coffee(静安寺店)	铜仁路70号
Legend Taste 滇道云南特色料理	康定路1025号, 近武宁南路
Maya Mexican Restaurant 玛雅墨西哥餐厅	巨鹿路568号四方新城俱乐部1楼
PHOCO 越南小馆	长乐路920弄1号,近乌鲁木齐路
Porto Matto 意大利餐厅	常熟路83号2楼(近巨鹿路)
Must grill	武定路881号2号楼1楼(近常德路)
渝信川菜(招商局店)	成都北路333号招商局广场3楼
workcafe(沃咖咖啡西餐)	南京西路818号818广场3楼
Smile Designer 齐美矫正	南京西路1468号中欣大厦25楼
布鲁餐厅	华山路620号-1
上海缪思国际教育	上海徐汇区瑞平路230号时光里购物中心B1-002
途尚咖啡	南京西路931号1楼(近泰兴路)

## 青浦区

上海西华国际学校	徐泾镇联民路555号
宋庆龄小学	业辉路2号

上海德国学校	高光路350号
上海法国学校	徐泾镇诸光路399弄30号
上海悦田幼儿园	沪青平公路1358号161栋
宋庆龄幼儿园(业辉路校区)	余山赵巷业辉路1号
上海私立蒙特梭利幼儿园(青浦园)	高泾路586号
安乔国际双语幼儿园	徐泾镇蟠龙村281号

## 闵行区

上海闵行区万科双语学校	七莘路3568号
上海中学国际部	吴中路633弄明申花园124号
上海英国学校	金光路111号
海富幼儿园	莲花路2151弄上虹新村74-1号
上海美国学校(浦西校区)	华漕镇金丰路258号
上海协和双语高级中学	红松东路248号
倍趣科学	沪星路105号3楼
美吉姆早教中心	沪星路289弄2号顺恒国际商业广场2楼
小小运动馆	莘松路58号东苑丽宝4号楼3楼301-302(莘庄龙之梦对面)
CuCuGua早教中心	程家桥支路201-211号智地大厦F楼06室
新视野	虹许路480号1楼
蓝蛙丰尚国际	运乐路569弄7号楼
上海七宝德怀特高级中学	虹莘路3233号
上海天坛普华医院	红宝石路388号1楼
Big Bamboo	虹梅路3338弄20号虹梅休闲街(老外街)内
创意顶 Creative Arts	虹许路741号一层
上海市燎原双语学校	平阳路150号
Little Huia	虹梅路3911号1号别墅(靠近延安西路)
花花姐姐亲子餐厅	七莘路3573-2号
上海新加坡国际学校	朱建路301室
上海闵行区万科幼儿园	星站路356号
启星学校	翠钰路8号6楼
上海不列颠英国学校	古北路1988号
上海众心国际社区中心	华漕镇莘乐东路360号2楼
诺德安达双语学校	金辉路1399号
Heetravel亲子游泳中心	吴中路1050号盛世莲花广场5栋北楼101-102
德威英国国际(闵行校区)	上海市闵行区马桥镇西浦泾路2000号
新元素餐厅(七宝万科广场店)	漕宝路3366号七宝万科广场1层109A号
上海民办协和双语学校(虹桥校区)	虹泉路999号
宋庆龄幼儿园(虹梅路)	虹梅路3908号(近延安西路)国际部招生办
摩根亨利幼儿园	闵行区华漕镇金丰路567号
赛百味(美国学校店)	运乐路569弄丰尚广场105单元(近运乐路金丰路)

## 黄浦区

玛诺利亚主题幼儿园	江阴路57号
小小运动馆	徐家汇路618号日月光中心徐家汇区3楼45-47
美吉姆早教中心	徐家汇路618号日月光中心3层C区
蓝蛙无限度店	淮海中路138号上海广场商场118室
上海当代艺术馆	南京西路231号人民公园7号门内
天道教育	黄坡北路227号中区广场7楼
百汇医疗(华鹰门诊部)	南京西路389号明天广场裙房四楼
上海当代艺术博物馆	花园港路200号
NBA PLAYZONE	湖滨道150号新天地湖滨道购物中心2楼
新元素	寿宁路98号永银大厦6楼
Wagas	淮海中路300号K11艺术购物中心B127-129
云南菜一坐一忘	湖滨道购物中心湖滨道150号近济南路3楼
新元素K11店	淮海中路300号K11购物艺术中心4层402号商铺
瑞尔齿科	南京东路300号恒基名人购物中心L404室
One Hour	淮海中路99号大上海时代广场5楼515号铺
ZOO COFFEE 动物园咖啡	马当路388号SOHO复兴广场1楼



花园饭店/白玉兰中餐厅	茂名南路58号花园饭店32楼
瑞金洲际酒店/大堂吧	瑞金二路118号瑞金洲际酒店2号别墅
笙馆/中国总裁俱乐部	绍兴路54号(近陕西南路)
新荣记	思南路51号思南公馆55号楼
慧公馆	思南路55号思南公馆酒店59号楼
Jamaicablue 蓝色牙买加咖啡	湖滨路222号1号楼2层10号铺
东田造型	淮海中路222号力宝广场3楼
新荣记	淮海中路138号无限度广场5楼
Vital Tea 源素茶	西藏中路268号上海来福士广场B1楼
Lost Heaven on the bund 花马天堂	延安东路17号, 近中山东一路
黄浦会	中山东一路3号外滩三号5楼
慧公馆	圆明园路97号安培大楼3-4层, 近北京东路
威斯汀酒店/帕戈意大利餐厅	河南中路88号威斯汀酒店2楼
Jamaicablue蓝色牙买加咖啡	九江路700号南新雅大酒店1楼铺面E座
Green Court Serviced Apartment碧云花园服务公寓	北京西路55号
新世界丽笙大酒店/名轩(丽笙店)	南京西路88号新世界丽笙大酒店3楼
Patisserie Chantilly266法式甜点	武定路266号
Mr Pancake House松饼先生	武定路877号(常德路武定路)
PIER 39(进贤路店)	进贤路172号(近陕西南路)
Skandina斯堪底那	南京西路1168号中信泰富广场501G
Long House 长屋东南亚餐厅	中山南路505号弄老码头7号楼105栋
上海众心国际社区中心	南京西路1376号上海商城3楼354室
Baker st贝克街221B	瑞金二路50号

## 徐汇区

弋果美语	东安路599号正大乐城二楼1-205室
精英博蒂 Prestige Education	零陵路231号天迈商务楼1号楼501-508室
小伊顿双语幼稚园	宛平南路592号
星贝儿童馆	田州路159号10单元
小小运动馆	天钥桥路580号星游城2楼F10-F11
JZ School	武康路280弄12号
美华妇儿服务	华山路800弄6号裙楼5楼
两块积木创意馆	虹桥路808号加华广场D112
蓝蛙徐汇店:	天钥桥路131号地下1层12室
中国工业设计博物馆	逸仙路3000号
Little Bugz国际儿童会所	建国西路285号2楼201室
上海徐汇区民办安琪儿幼稚园	衡山路9弄2号
上海私立蒙特梭利幼儿园(徐汇园)	东湖路21号
上海市世界外国语小学	浦北路380号
圣瑞医疗	永嘉路718弄1号
美国医疗中心	田林路888弄1号东楼
上海新加坡国际学校	徐汇区华泾路1455号
上海瑞和门诊部	虹梅路1801号凯科国际大厦2楼
费尼餐厅	中山南二路699号正大乐城2-104室
上海保加医疗美容诊所	兴国路89弄5号
上海红枫妇产医院	徐汇区淮海中路1209号
欧登保龄球馆	衡山路10号甲欧登大厦3楼企划部
PISTOLERA	衡山路838号
新元素港汇店	虹桥路1号港汇广场1楼163室
上海维多利亚幼儿园	华亭路71弄1号
上海客堂间酒店管理有限公司(游者意大利料理)	永嘉路335号
上海马赛餐饮有限公司-MARDI GRAS	兴国路372弄1号
greensafe超市	肇嘉浜路333号亚太企业大厦304室
拉蒂娜	虹桥路1号港汇广场内街166号
美吉姆早教中心	徐家汇路618号日月光中心3层C区美吉姆
故事星球	建国西路691号1幢3楼
大董海参店(环贸iapm店)	淮海中路999号环贸广场L6室
Y+瑜伽生活馆(安福路店)	安福路322号1楼(近武康路)
鹭鹭小馆(港汇店)	虹桥路1号港汇恒隆广场尚味美食街
新斗记(永新坊店)	天钥桥路131号永新坊1楼

方太生活家上海馆	上海市徐汇区桃江路8号方太
Garlic大蒜土耳其餐厅	永嘉路698号(近安亭路)
The Garden Restaurant	乌鲁木齐中路99弄汇贤居会所1楼

## 卢湾区

上海七色花小学	雁荡路56弄46号
乐天陶社	陕西南路180弄1号甲
百汇医疗	肇嘉浜路108号7楼
新元素新天地店	太仓路181弄新天地北里18号楼02单元

## 虹口区

上海外国语大学附属外国语学校国际部	中山北一路295号
UP激战联盟青训营	东江湾路444号
橙子派	虹口区花园路128号运动loft 7街区A座3061
岩舞空间	花园路128号德必运动LOFT一街区A座105室

## 松江区

上海民办包玉刚实验学校(中学部)	三新北路900弄1800号
雲館	松东路219弄29号颐思殿广场二楼
上海赫德双语学校	茸北路336号
佘山3号花园俱乐部	泗陈公路4388号

## 杨浦区

美吉姆早教中心	淞沪路316号创智天地广场5号楼B1层
英锐教育	淞沪路303号6楼(创智天地科教广场3期)
嘉会医疗(上海嘉尚门诊部)	上海市杨浦区江湾城路99号3幢一层、二层
复旦附中国际部	国权路325号

## 普陀区

小小运动馆	大渡河路196号长风风景广场3楼L3--27/28
SICC上海嘉庭中心	泸定路46号
上海市普陀区奇思幼儿园	金沙江路200号
上海学建教育管理咨询有限公司	真南路209弄19-20号市场部
彼德西餐	中山北路3300号4楼4056室
正道教育	丹巴路28弄旭辉世纪广场4号楼310室
爱儿婴童Spa	曹杨路710弄31号101室
UP激战联盟青训营	真南路2531号
七田真国际教育	真北路788号近铁广场南区
创意顶顶	中潭路91弄45号

## 宝山区

小小运动馆	真华路928号大华虎城第三空间B1楼
中国工业设计博物馆	逸仙路3000号(近长逸路)3号楼2F
UP激战联盟青训营	长江路258号
Martin&Friends儿童乐园	共和新路4957号

## 闸北区

番茄田艺术	光复路195号a
蓝蛙大宁店	共和新路1918号6幢102A-103A室
中华国际教育交流协会上海办公室	汉中路158号汉中心广场509室
剪酷儿童美发	西藏北路198号大悦城北楼B201

## 嘉定区

UP激战联盟青训营	墨玉南路博园路路口
上海私立蒙特梭利幼儿园(嘉定园)	希望路1313号

## 崇明区

崇明金茂凯悦酒店	陈家镇揽海路799弄
----------	------------



# 在旅行中偶遇中国元素

## Encounter with Chinese Culture While Traveling

### 芮娅专栏

加籍华人，微信公众号“旅行未完待续”（ID: VoyageTBC）主笔，自由撰稿人。资深亲子旅行策划，专注研究儿童的旅行教育。

上个月带MJ去加拿大安大略省北部城市萨德伯里的北方科技馆玩，那里的IMAX影院正在上映《中国之谜》（The Mystery of China），讲述秦始皇的生平与兵马俑。这么厚重的历史题材我一开始没打算看，心里想着不如选个动画片更容易满足MJ。但是一转念，出生在国外的他从来都没有机会接触中国历史，光凭我们口传身授很难深入浅出，搞不好还挫败了他的好奇心，就得不偿失了。这次借个机会，不管讲什么至少还是个3D电影，抱着侥幸心理，我对MJ说：你不是想去中国玩么？先来看看中国历史故事吧！

出乎意料的，45分钟的纪录片，MJ全神贯注地从头看到尾，除了眼珠子，浑身一动不动，让我对平时动若脱兔的他刮目相看。电影散场的那一刻，还未等得及亮灯，他迫不及待的声音已经传来：为什么秦始皇帝不想死？他吃的什么药？他的军队有多大？比拿破仑的还大么？他是个好人么？.....从那天起，秦始皇被MJ时常挂在嘴边，他的连珠炮问题让我恨不得马上捧一本历史书开始恶补。跟5岁的孩子谈博大精深的中国历史我原本以为是件难事，却万万没想到聊天可以进行得很顺畅，与其说是在循循善诱，不如说我们在他的问题中一起探索。他还要求下载更多的秦始皇纪录片，而这一切都源于他在旅行中与中国元素的一场偶遇。

加拿大是移民国家，大部分公民都来自世界各国各族裔，最早可以追溯到200年前的法法定居者，接着是英国和其他欧洲国家，从20世纪70年代，亚裔移民也加入了这个多族裔的国家。这里的族裔多元性被形容成马赛克文化，不需要放弃自身传统，反而鼓励多元文化的传播和继承。各种民族节日，例如中国的春节、中秋都会在华人聚集区得到大幅度推广。传统美食小吃例如饺子、点心也广泛流传着，甚至颇受西方人的喜爱。

但是这些文化的传播对于在加拿大本地出生的孩子来说，却并不那么容易渗透。作为二代移民的小孩，出生成长在国外，他们的环境和教育都是西方的，然而他们的肤色和家庭背景却又各不相同，这在很多孩子的成长过程中造成了“身份认知”的困惑。“我是谁？”是在二代移民中很普遍的社会问题。

以语言为例，土生土长的加拿大小孩，不用教他们怎么说英文，从上幼儿园开始，他们就可以迅速掌握，说得比很多华裔移民父母还流利还标准。

但为了让孩子学习中文，移民父母们却要煞费苦心。“不会说中文，甚至拒绝说中文”这种情况并不是个别现象，每每跟朋友们聊到这个话题，都是唉声一片，不知如何是好。即便课余时间送了中文学校，也没有实质性的改善，因为他们的朋友、同学、左邻右舍都不说中文。二代移民小孩缺乏自发的民族认同感引起了很多父母的焦虑，归根到底，引导对传统文化的兴趣是万事开头难的第一步。

有一个Heritage Cycle的理论解释了传统文化与明确身份识别的良性循环。这个循环从对传统文化的了解开始，因为只有深入了解才会认同，才会产生敬意，享受其中的乐趣，从而激发进一步研究的兴趣。学习自己祖先的文化，可以帮助二代移民的孩子找到相关性，寻到根本，理解由来，从而解决身份认知的困惑。

从MJ上蒙校开始，我们就一直强制一个方针政策：在家要讲中文，包括我们自己，谁说英文就要赔礼道歉。尽管很多时候，我们也会在不知不觉中跟着MJ用英文聊天，但是主观上对家庭政策的贯彻还是收获颇丰，从来没上过中文学校的MJ现在可以用中文流畅地表达，也从来不排除说中文。有了这个基础，也许还真为他打开了接触中国文化的一扇门，也许也正是他可以认真看完《中国之谜》的原因。他记住了电影里的大量信息，回家以后甚至用木块根据电影的描述搭建了一个秦始皇的宫殿宝座。

我在感慨他的记忆力和求知欲之后，开始意识到在旅行中与孩子共同寻找中国元素，让他们认识到世界上其他国家对中国文化的兴趣和推广，会给他们带来共鸣，增强对自身文化的认同和自豪感。回想起这几年的旅行，MJ在亚特兰大的动物园第一次见到了大熊猫和熊猫宝宝一家，知道那是中国来的国宝；在蒙特利尔的唐人街遇到了舞狮的队伍，大开眼界；在旅途中只要听到有路人说中文，他都会很激动，连忙用中文搭讪；自驾的路上他原本不喜欢中文歌，但是听习惯了如今也可以跟着哼唱《六层楼》《斑马》等诸多流行歌。

这一切看似不经意的偶遇，也许真的润物细无声般地灌输着点滴，让中国文化在MJ的心里生根发芽，自然而然的开始了那个Heritage Cycle。

# True Run Media



更多职位和详细信息  
尽在二维码中!



# 这是一则 招聘广告!



## ★ 稿件征集 - 家庭旅行方向

如果您有带着一家人出游的难忘经历, 不管是自驾露营还是游轮出海, 任何的难忘经历、酸甜苦辣都可以和我们分享。

## ★ 招募撰稿人 (兼职)

如果您在家庭生活、学校教育、课余活动等方面有写作功底、经验和热情, 请和我们联系。菁Kids大家庭期待您的加入!

我们不相信等级制度, 我们鼓励每个人都参与并贡献自己的力量。

我们开放每一个职位机会, 自主创新是我们工作的重点。

国际化的工作氛围, 优越的带薪年假, 丰富的市场活动, 静候您的到来!

简历收取邮箱: [employment@truerun.com](mailto:employment@truerun.com) [bianji@jingkids.com](mailto:bianji@jingkids.com)

thebejinger

beijingkids





## 为什么选择我们学校?

### *Why Choose Our School?*

就读上海闵行区诺德安达双语学校对于您的孩子来说将是一个具有挑战性的选择。我们将赋予孩子无限创造力并使他们收获满满。我们的中外籍教师将就学生个人品性、学术发展以及社会交往上不断激励他们。

Learning at NACIS will be a creative, challenging and rewarding experience for your child. They will be inspired by both Chinese and International teachers to be personally, socially and academically ambitious.

### 咨询及校园参观 *Family Campus Tour*

欢迎访问学校官网, 预约到校咨询及校园参观了解学校更多信息。

上海市闵行区金辉路1399号

Please visit our official website to join our Family Campus Tour and learn more about our school.

1399 Jinhui Road, Minhang, Shanghai



诺德安达双语学校上海闵行区  
NORD ANGLIA CHINESE INTERNATIONAL SCHOOL  
SHANGHAI

