

菁
jingkids 北京



封面故事

毕业展望： 未来，我想好了！

Graduates: We Are Ready for the Future!



【AP国际中心】

80%
US
Top100
被录取

69%
世界大学排名
Top50
预录取

52%
US
Top50
被录取

1,340,000 USD
8,420,000 RMB
累计奖学金

世界需要新英才 英才拥抱新世界

Talents embrace the new world

The world needs new talents

【剑桥国际中心】

369份
预录取
76名毕业生

86.8%
A Level 毕业生
世界大学排名
Top50
预录取

剑桥考试委员会
国际大考
17项 全球最高分
8项 中国最高分

- * 剑桥大学 (1份)
- * 伦敦帝国理工学院 (7份)
- * 伦敦大学学院 (26份)
- * 伦敦政治经济学院 (1份)
- * 伦敦大学国王学院 (12份)
- * 爱丁堡大学 (26份)
- * 曼彻斯特大学 (38份)
- * 布里斯托大学 (9份)
- * 墨尔本大学 (12份)
- * 悉尼大学 (9份)
- * 澳洲国立大学 (7份)
- * 新南威尔士大学 (4份)
- * 昆士兰大学 (3份)
- * 多伦多大学 (2份)
- * 麦吉尔大学 (5份)
- * 英属哥伦比亚大学 (5份)
- * 香港大学 (1份)
- * 香港科技大学 (1份)

2018

北京市新英才学校毕业生走向

理解月 新英才/十二主题月

全球视野既要求个体学习和传承本民族、本国优秀文化，又要求个体形成开放包容的性格，具备跨文化视野和理解力。

——《新英才教育主张》

爱·创造

Beijing
New Talent Academy
北京市新英才学校



www.bjnewtalent.com

招生咨询：(010) 8041 3001

中国·北京 8046 7716
顺义区 天竺开发区安华街9号 8046 7117

BNTA
since 2008



以毅力面对挑战

我们为未来世界培养
具有领导力的人才。



在哈罗北京，追求卓越是我们不变的传统，塑造领导力是我们永久的动力。
如需了解如何让孩子成为哈罗大家庭中的一员，请与我们联系。

admissions@harrowbeijing.cn | +86 10 6444 8900 | www.harrowbeijing.cn

Leadership for a better world



关注我们



HARROW
BEIJING



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

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

Senior Editor 高级编辑 武嘉 Jolie Wu

Editor 编辑 姬方 Frances Ji

Special Contributor 特约撰稿人 褚研君 Mavis Chu, 季婷 Tina Ji

Translation Intern 翻译实习生 张燕 Ellen Zhang, 武静妍 Chrystal Wu

Contributor 撰稿人 吴竞波 Wu Jingbo, 罗雪辉 Luo Xuehui,

师欣 Shi Xin, 刘莹 Beth Liu, 张茹 Ruby Zhang,

马多佳 Hippo Ma, 龚勋 Gong Xun,

托马斯·林赛 Thomas Lindesay, Andrew Killeen

Shanghai Edition 上海版

General Manager 总经理

Executive Managing Editor 执行主编 江小小 Xiaoxiao Jiang

Digital Editor 数字媒体编辑 闻琛 Wilma Won

Editor 编辑 陈天娇 Rachel Chen, 高晴 Cherry Gao

BD Manager 商务拓展经理 胡苏敏 Sumin Hu, 李佳莹 Stella Li

Art Director 艺术总监 罗肃 Susu Luo

Art Designer 设计师 吴婷雯 Vila Wu

Production Manager 制作部经理 郭挺 Joey Guo

Photographers 摄影师 尤思宇 Uni You

Advertising Designer 广告设计 张鑫明 Summer Zhang

Sales 销售部 胡晓娜 Sheena Hu, 吴瑾 Veronica Wu,

刘潜 Winter Liu, 李希雅 Olesya Sedysheva,

白文轩 Wilson Barrie, 唐奥 Gladys Tang,

尚雁宇 Sharon Shang, 徐涵 Violet Xu

Marketing & Distribution 市场发行部

杨莎莎 Lareina Yang, 牟钰 Mu,

刘可欣 Helen Liu, 王玉珏 Echo Wang,

张毅 Evan Zhang, 刘静竹 Arissi Liu,

崔函笑 Amber Cui (上海)

韩海林 Han Hailin, 陈彪 Chen Biao,

IT 技术部 福山大 Alexandre Froger, 严文 Yan Wen

Finance 财务部 赵蕊 Judy Zhao, 崔璇 Vicky Cui,

周鑫 Susan Zhou

HR & Admin 人事部 罗永宝 Tobal Loyola, 曹箐 Cao Zheng

Editorial 编辑部 bianji@jingkids.com

Advertising 广告部 010-5941 0368, sales@truerun.com

Marketing 市场部 marketing@truerun.com

Distribution 发行部 010-5941 5499, distribution@truerun.com

Content Marketing 内容推广 DCmarketing@truerun.com

Website 官方网站 www.jingkids.com

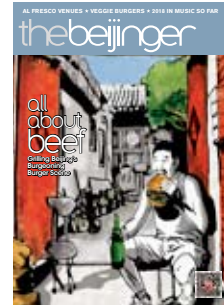
云南出版集团
云南科技出版社有限责任公司
云南省昆明市环城西路609号,
云南新闻出版大楼2306室
欧阳鹏, 张磊
978-7-900747-75-4



True Run Media

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

为您打造



Since 2001 | 2001年创始
thebeijinger.com



Since 2006 | 2006年创始
Beijing-kids.com



Since 2012 | 2012年创始
Jingkids.com



Since 2014 | 2014年创始
Jingkids.com



扫描上面二维码,
关注微信公众号:
菁kids, 菁kids上海

“早熟”的新一代

Think Like An Adult



又是一年毕业季。

写这篇文章的时候，高考刚刚过去。除了像往常一样被高考作文“刷屏”外，网络上到处都是关于高考后学生如何放飞自我的话题，字里行间里透露出毕业生们备考的压力与无奈，而这种压抑已久后的放飞自我，似乎是他们合理的宣泄。

身在国际社区，再看这些关于“高考是否定终身”的热门话题，仿佛在看来自另一个世界的消息。那个曾经被我们视作“人生最重要的考试”，现在看来，不过是人生路上的一条分叉口罢了。高考重要吗？对中国学生来说，这一锤多少给你的未来定了音。学文科还是理科，学工还是学商，大部分人第一次认真考虑“职业”这个问题，是在高考填报志愿的时候。

不管是主动选择，还是被动接受，抑或是拼命挣扎着谋求别的出路，大学的专业对我们的人生选择影响还是很大的。有的人比较幸运，被自己感兴趣的专业录取，大学四年专注吸收专业知识，摩拳擦掌准备毕业大干一场；有的人一开始不知道想做什么，机缘巧合之下和所学专业很契合，随即确定了自己未来的方向；还有的人，因为不喜欢自己的专业，于是将目光转移到外界，通过其他方式（读书、考试、社会实践），来重新定位自己的人生方向。而这部分人，可以说占了绝大多数。

大的数据暂且不说，从我身边人的故事，就可以一窥一二。我认识的朋友，很少有人从事跟自己大学专业相关的工作，即便是像我本科读的（思想政治教育）那样目标导向性极强的师范专业，毕业后真正去当政治老师的，也是凤毛麟角。很多人对职业的规划，是在大学期间和参加工作后，在对生活的不断摸索中形成的。

从时间上来看，我们的那个年代，人们对职业的规划，大多是在成年后完成的。上高中那会儿，大部分人都懵懵懂懂，不知道自己将来要做什么，只有极少部分有着明确目标的人，做选择的时候不迷茫。

因为工作的关系，我经常在各个学校走动，也接触过不少国际学校的学生。他们给我的整体印象是——自信、开朗，有着超乎年龄的“成熟感”。为了这期“毕业与职业”的选题，我们跑了好几所学校，跟今年刚刚毕业的十几位学生们坐下来，聊了他们对于毕业、职业，以及未来的思考。

一圈采访下来，我发现，这些毕业生们虽然志趣不同，但有一点是共通的，那就是，他们很早就开始思考自己将来要做什么，也会因此一步一步地去规划自己的学习和生活。采访过程

中，我不止一次惊讶于他们思想的“成熟”，对于未来想要从事的职业，他们虽然出发点不同，但都很明确地知道，要想进入他们梦想的行业，需要做什么样的准备。

在选择专业和学校时，他们也显示出了非常专业的判断力。在他们看来，名校加身固然很好，但在好大学接二连三抛来橄榄枝的时候，他们无一例外地没有被“名校”迷了眼，而是脚踏实地地做好对比功课，从中选择了最适合自己的职业发展方向和学校和专业。

采访过后，我和采编团队聊天，他们也都感受到了这些00后学生身上散发出来的“成熟魅力”。细细分析下来，我们发现，这些孩子之所以“早早打算”，和国际课程的设置脱不开关系。目前国际学校流行的几大高中课程——IBDP、A-Level、AP，无一不要求孩子们在高中阶段开始选择想要学习的课程，而这些课程多多少少都和他们将来大学读的专业，以及职业发展的方向有关。如果一开始没有明确的计划，选课时就容易顾此失彼，错过提前储备相关专业知识的机会。

在国际教育的大环境下，他们虽然比公立高中的孩子享有更多的学习自由，但学业并不轻松。没有了老师和家长的督促，他们很早就学会了自我管理，知道怎么安排自己的时间，也知道要为自己的选择负责，所有的这些，都让他们看起来比同龄人心智成熟。

十八岁的时候，我们都对梦想的职业有过幻想，但对于怎么实现它，我们一头雾水。而这些十八岁少年，小小年纪不仅有梦想，还清楚地知道怎么去努力实现它！

Christina Cao 曹新星
《Weikids》北京 执行主编
2018年6月14日



我们在寻找你

你对国际化教育有独到的见解
你对美好生活有执着的追求
你关心并乐于挖掘家庭社区和校园内外的故事
你有深厚的编辑经验和采写功底
你有发掘优秀撰稿人和管理团队的经验
你希望成为国际教育和家庭生活方式领域的意见领袖
你是一位妈妈或爸爸

你

——是我们正在寻找的《菁kids》

北京主编

期待收到你的见解和作品

bianji@jingkids.com



目录 CONTENTS

2018年7月刊



03 刊首语 Editor's Note

菁彩推荐/菁彩回顾 Essentials

- 06 菁彩活动 Upcoming Events
- 08 家庭推荐 Family Favorites
- 09 校园之星 School Stars
- 56 学校新闻 School News
- 57 简报 The Circuit

封面故事 Cover Story

- 10 毕业展望：未来，我想好了！
Graduates: We Are Ready for the Future!
- 12 插画是我的梦想，也是我的方向
Annie Ding: When My Dream Comes True
- 14 既然选择了远方，便只顾风雨兼程
Go, For the Longed Goal!
- 19 毕业季，毕业记
Graduate Stories
- 24 斜杠青年们的多彩毕业季
Diverse Future Paths
- 30 我是怎样选择未来职业的？
How Do I Choose My Future Career?
- 32 职业教育，随时随地可启动
Coaching Children in Daily Life

学无止境 Learning

- 36 在学校：升学择校，不打无准备之仗
Schooled: Be Prepared to Face the Future
- 54 未来艺术家：来自北京世青国际学校的学生艺术作品
Blank Canvas: Student Artworks from Beijing World Youth Academy (BWYA)

父母社区 Parenting

- 38 为人父母：刘孜：让孩子做自己就好
Super Mom: Liu Zi: Let the Child Be Himself
- 40 中西文化对对碰：你家孩子学琴吗？
West Meets East: Do Your Children Play Instruments?

玩出花样 Playing

- 42 玩转室外：走进有机生态农场，爱上生活本来的样子
Playing Outside: Growing Organic Vegetables
- 44 玩转室内：酷暑时节的清凉运动——室内花样溜冰
Playing Inside: Cool Sport in Summer——Figure Skating

专栏 Columns

- 48 送娃上国际学校的家长们，你们水土不服了吗？
Chinese Parents' Great Expectations
- 62 唯爱与美不可替代
Love and Beauty Are Irreplaceable
- 64 妈妈，你今天过得如何？
Mom, How's Your Day?

全家出动 Family Travel

- 50 陪你们，行游绝美徽州
A Nature-Oriented Trip to China's Countryside

分类信息 Listings

- 59 学校信息 School Listings
- 61 杂志免费取阅点 Distribution



本期封面模特 On the Cover

丁思午，Annie，毕业于北京耀中国际学校（YCIS BJ），即将前往罗德岛设计学院（Rhode Island School of Design）读插画和平面设计专业。Annie性格开朗，爱好广泛，擅长用针管笔或铅笔作画，对插画充满热情，未来想做插画师或平面设计师。

摄影：OUFEIVISION 影社绘



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》的活动备忘录上吗？可以赶紧通过电邮：huodongbj@jingkids.com，或加“菁彩活动”（JingkidsFun）为好友，向我们投稿！

菁kids北京将通过杂志、官方网站与微信公众平台，为您实时更新北京国际学校的开放日、春节游园会、夏令营等信息。欲了解更多学校资讯，请关注菁kids微信公众号（Jing-kids），随时接收来自北京各个国际学校的最新动态。



2018鼎石暑期课程海洋科学STEAM

你是否触摸过鲨鱼？是否解剖过章鱼？想不想在艺术课上变废为宝，做出各种海洋生物的艺术品……或者白天潜入水底，当一条自在游弋的“小鱼”；夜晚来临，在海洋生物的包围下夜宿海洋馆……鼎石面向小学生和中学生的2018海洋科学STEAM全英语暑期课程，现已开始报名。

时间：7月16日-27日 8:30-15:45

地点：北京市鼎石学校，北京市顺义区后沙峪镇安富街11号

费用：12900元（非寄宿生）

电话：010 8049 6008 ext.2777

备注：授课语言为英语

汇佳建校25周年校庆活动

今年，北京市私立汇佳学校迎来建校第25周年校庆纪念。校庆日当天，汇佳将举行大型演出、论坛、嘉年华等欢庆活动，回顾25年汇佳芳华路，展望国际学校发展未来。

时间：7月7日

地点：北京市私立汇佳学校，北京市昌平区昌怀路157号

费用：免费

电话：010 6084 9319

清华附中国际学校2018网球+学术暑期课程

清华附中暑期课程共分为三期，每期一周，每天的课程为半天的网球训练和半天的学术课程。学术课程的主题分别为英语阅读周、国际编程课程和国际机器人课程。学校特别邀请来自澳大利亚航海家网球学院的资深网球教练和英国惠灵顿公学教师团队与清华附中老师进行联合授课，授课语言为英语，适宜K-8年级学生。

时间：7月9-13日（第一期：网球训练营&英语阅读周）；7月16-20日（第二期：网球训练营&国际编程课程）；7月23-27日（第三期：网球训练营&机器人课程）

地点：北京

费用：本校学生每期6500元；校外学生每期6800元

微信：THIS-THFZ

“运动北京”夏令营

“运动北京”（Sports Beijing）夏令营提供全日营和半日营，可选的项目有体操、足球、篮球及网球。夏令营按周报名，每周一到周五为一期。夏令营活动会在北京顺义国际学校（ISB）的气膜馆里进行，不用担心空气质量及天气原因。该夏令营为英语授课，适合年龄在4-16岁的学生参加。

时间：6月18日-8月10日（共八期）

地点：北京顺义国际学校，北京市顺义区安华街10号

费用：3000元（全天）；1700元（半天）

电话：010 6430 1370 / 6430 1176

蒙特梭利暑期班

每年，安杨蒙特梭利小屋都会为15个月至9岁的孩子开设蒙特梭利环境的夏令营，让孩子们通过蒙特梭利特有的方式去探索科学和感受艺术。该夏令营为双语教学，需要家长提前预约，费用详情请咨询学校。

时间：7月2日-8月16日

地点：北京市朝阳区光华路9号世贸商务楼一层111室

受众：年龄15个月-9岁的学生

电话：010 6591 8169

一椅二桌·莎士比亚戏剧夏令营

如果您希望给孩子一个表达自己的舞台，如果您认同孩子既要了解莎士比亚的艺术魅力，也要体验东方传统文化的抽象空灵，那么请您一定不要错过“一椅二桌·莎士比亚戏剧夏令营”。最好的戏剧教育艺术家们将赋予孩子导演、演员的思维，一起解读中国一桌两椅的舞台装置，重新演绎经典剧作留下的戏剧密码，期待碰撞出更富创意的表演！

时间：7月15日-7月27日

地点：艾毅国际幼儿园（三里屯校区），北京市朝阳区三里屯东四街13号

费用：12800元/人

电话：134 8869 7089

菁kids北京
扫码订阅
每期杂志快递到家

周末通常家里有哪些活动安排？

周末女儿通常会参加一些兴趣班（滑冰，舞蹈和美术）。由于工作原因，周末难得全家人都休息。如果赶上全家人都休息，就会安排出游，比如参观博物馆、看演出、看电影等等，有时也会去采摘水果、农家乐等。

对孩子的运动是怎样安排的？

我们家比较重视孩子的运动，运动项目主要是按照孩子的兴趣来选择，比如现在孩子喜欢花样滑冰和游泳，就会安排她去专业的机构参加培训。除了专业的训练之外，在家里会进行一些跳绳、舞蹈等活动。

在北京通常去哪里玩？请室内和室外分别介绍。

室内：日常游玩会去中粮祥云小镇和蓝色港湾。
室外：朝阳公园和欢乐谷。

喜欢北京的那个区域？

我们比较喜欢北京国贸地区，这个区域充满了活力和希望，这种氛围可以让你找到存在的价值和奋斗的目标。在这个区域仔细挖掘，你会发现很多有文化、有意思的东西，而且这是全国独有的老北京文化和新时代文化相结合的区域，既有文化底蕴又有新的思想，既包容又开放。

会为孩子安排哪些课外活动？

我们会带孩子看演出和户外旅行。

推荐一家适合家庭就餐的餐厅？

我们比较喜欢去本家韩国料理，不但能够吃到地道的韩国美食，还能够感受到不一样的饮食文化。

有什么好的网站、APP推荐？

网站我们推荐马蜂窝；如果去国外旅游解决品尝当地美食的问题，我们会推荐“大众点评”和“Yelp”APP。

遇到雾霾天气，全家人会怎么打发时间？

由于家里的房间是属于科技住宅，通过科技设备实现了房间的全年温湿度恒定，空气净化效果很好，基本上不受到外界雾霾的影响。家里有孩子的舞蹈教室、画室、娱乐室和影音室，在家就可以完成很多的娱乐活动，很多时候会全家一起看看书、看看电影，一起画画等等。如果是出门活动，就会去一些室内的场所，比如阅读馆、蹦床乐园、博物馆等等。

最近有什么新发现的好去处可以分享？

中粮祥云的飞行体验馆很不错，在那里可以通过风洞进行飞翔和跳伞体验。同时，你也可以通过飞机模拟器体验飞行的乐趣。

我的家在北京

The Bo Family

编：Frances Ji 图：家庭提供

爸爸柏青2006年来到北京，曾在外企工作多年，现加入国内一家知名AI公司担任执行总监；妈妈李媛博是海南航空的乘务长；女儿柏昕艺今年7岁，就读于北京君诚国际双语学校。

北京夏季踏青一日游会选择去哪里？

夏季踏青会选择郊外的森林景区，我们比较喜欢刚开发、原始风貌保存比较好的地方，比如房山就有一些景点才开发，景色很不错，游人也不多。当然，在能够保证安全的前提下，可以带孩子去爬野长城，锻炼孩子的意志品质和独立自主的能力。

来自北京海嘉国际双语学校的 校园之星

School Stars from Beijing International Bilingual Academy (BIBA)

文/图：学校提供 编：Frances Ji



王晓峰, Alan Wang, 二年级

晓峰同学乐观积极、有正义感、喜欢交友、乐于助人。不仅如此，他惊人的适应与学习能力也令人刮目相看，仅入读海嘉一年，便从一开始听不懂英文课、无法进行英文沟通，到现在可以很好地融入课堂，并用流利的英文与人交流。他还很喜欢各种体育运动，比如：篮球、橄榄球、足球和壁球。今年，他不仅三次获得了2018年全国青少年壁球冬季系列精英赛第三名，也为海嘉学校获得了两个团体赛第三名。

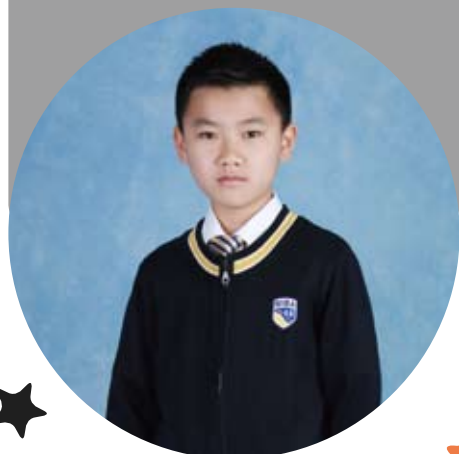


杨若行, David Yang, 九年级

若行是一位音乐兼科技达人，作为一名“斜杠青年”，他的身上总是充满了无限的活力。从三年级开始，爱好音乐的他就与音乐结下了不解之缘。入读海嘉以来，他不断地挑战自己的音乐梦想，陆续成立了各种爵士、摇滚乐队，成为海嘉校园里备受欢迎的学子。同时，他还是一名科技达人。在校园科技展中，他模拟特斯拉汽车，独自设计了一辆四驱电动无人机车。配合云传等技术，这辆四驱电动无人机车可以应用到许多人类无法到达的领域，协助开展各项科考研究、搜救等工作。

王梓苒, Peter Wang, 五年级

梓苒懂礼貌而不失幽默感，他喜爱踢足球，经常叱咤学校的绿茵场。在学习上他也毫不马虎，英文阅读已达到了Z等级别（A-Z等级分类），他还是班级核心的数学小组成员之一。



唐俊祎, Daniel Tang, 九年级

青春、阳光是Daniel给大家的第一印象。爱好运动的他，总能将欢乐带给周围的人。擅长高尔夫的他，在运动赛场拼搏、奋斗，尽显海嘉的猎豹精神。去年，他在美国参加了6场赛事，并在他的年龄组排名第五。



黄晓印, Sissi Huang, 四年级

黄晓印是一个品学兼优，又有生活情趣的孩子。她爱好广泛，又能专注于每个她选择的爱好和学习上。学习的时候，她会把自己全部的精力投入到每个学科上。业余时间，她还参与过很多活动，包括游泳、滑雪、高尔夫、美术、音乐等等。她的艺术作品常常是小学美术展上的一个亮点。





未来，我想好了！

I Am Ready for the Future!

摄影：OUFEIVISION 影社绘

模特：北京耀中国际学校学生丁思午（Annie）



插画是我的梦想，也是我的方向

Annie Ding: When My Dream Comes True

采/文: 刘莹 编: 曹新星 图: 影社绘、学生提供



Annie的自画像《Blue Mind》

和很多学艺术的女孩一样，就读于北京耀中国际学校的丁思午（Annie Ding，下文简称Annie）从小就被父母送去学画画，希望能培养一些艺术细胞，她也自此爱上了绘画。也是在很小的时候，她心里就打定了主意，今后要走绘画这条路。Annie擅长画铅笔画和针管画，喜欢画细节，喜欢通过绘画来表达自己的和反映看到的某些社会问题。连她的IB艺术课老师都忍不住夸她：“非常有天赋，作品很细腻，而且内涵丰富！”



Annie的油画作品《Death of the Mind and the Beauty of Life》

在Annie看来，除了画画本身的吸引力，用绘画来表达自己的思想，比单纯地绘画和写文字更让她着迷，这也是她热爱插画的原因。而相比于古典画家，她更喜欢当代艺术家的作品，也会去Instagram上寻找艺术灵感。她的作品集里不乏对现、当代艺术家的作品分析，以及由临摹、分析引发的思考和创作。翻看她的画簿，你能看到她思考的过程，她的灵感来源、调研过程、取材思路、表现形式，以及她的作品想要传达的思想。这些作品看似千差万别，却殊途同归，展现着这位18岁少女对生活、对社会的深度思考。

Annie告诉我们，她的插画作品大多是关于自己周围的事情，有些是她经历过的，有些则是通过观察和采访感受到的。她的其中一幅作品，表达的就是社会压力（社会对于成功的追捧）对于学生“自我”（个性）的抹杀。她用红墙绿叶做底，绿叶中隐藏着的毛绒玩具充满童趣。墙上开着一扇窗，一位女同学神色呆滞地站在窗前向外眺望，窗内的她是灰色的，窗外却是一片生机盎然。颜色、明暗的对比，给人的视觉冲击十分强烈，女孩儿空洞的眼神，像是对社会压力的无声控诉，传神而有力。

尽管早早就明确了目标，Annie却坦言，说服父母接受她要学习艺术、专攻绘画，是一条漫长、曲折的道路。她笑着和我们分享，第一次告诉父母自己今后打算成为艺术家时，父母谁也没有当真，只是笑笑，潜台词无非是：“等你长大了、成熟了，你就不会这么想了。”但是，年复一年，她的梦想丝毫没有改变。当父母渐渐意识到，她是认真的，真心要成为艺术家时，妈妈便开始想尽办法“支持”她。

经过一番研究，妈妈开始建议她考虑建筑或服装设计等跟绘画有些关联的专业，但是Annie很坚定地表达了自己想专攻绘画的决心。最终，在她的坚持下，妈妈也决定支持她。相反，Annie的爸爸并没有明确地反对她学艺术，但在选择学校上和她有分歧。因为爸爸曾在加州大学伯克利分校任教10多年，因此，他很想让她选择这所名校，这样今后找工作会相对容易些。一向很听父母话的Annie，在“现实”（UC伯克利）与“梦想”（罗德岛设计学院）之间苦苦挣扎了一个月，最终还是遵从了自己的

内心，选择了罗德岛设计学院，学习插画和平面设计专业。

当然，Annie也知道父母是从现实的角度来替她考虑，并提出建议的。在大众眼里，UC伯克利声名远播，是非常“拿得出手”的世界名校，对未来就业肯定有帮助。但在设计领域，罗德岛设计学院同样是顶尖学府，很多现当代知名艺术家都毕业于该校。不仅如此，很多知名艺术公司和科技公司也会找罗德岛设计学院的毕业生帮他们设计产品和网站，在校学生也会有很多去成熟的艺术创作室实习、工作的机会。在Annie看来，艺术最终要走向市场，对于插画艺术能衍生出什么样的职业，她心里也有个大概的了解。选择以严苛著称的艺术学院，既是对自己的磨练，也是对自己未来往艺术道路上走的一种铺垫。

通过自己的观察和周围人的反馈，Annie认为，相比国内，国外的艺术氛围和对艺术的接纳度会好很多。所以，毕业后，她会首先考虑留在国外，寻找工作机会。

抛开从专业到职业的对接方式不谈，纯粹从个人发展的角度，努力成为一个全面的人，对一个人的成长是必要的。从高中时代起，Annie虽然钟情绘画，打算报考艺术院校，但是父母一直要求她在所有科目上全面发展，并力求做到最好。这虽然给她带来了比同龄人更大的学业压力，但也把这种理念植入了她的思维方式之中。她也坦言，今后社会需要的是全面发展的人，而不仅仅是有着一技之长的人才。

为了给今后拓宽职业道路做好铺垫，Annie考虑过插画和平面设计双学位。但是，在被称为“魔鬼学校”的罗德岛设计学院修双学位会非常有挑战，所以她决定上学之后再决定。在之前的一次暑期游学中，Annie第一次面对来自世界各地的艺术生，深感“人外有人，天外有天”，所以对于融入人才济济的罗德岛，她还是有些担心的。另外，Annie还计划在生物、医学、心理学方面多涉猎一些知识，即便不是以修课的方式学习，这些知识也会在她的绘画创作中有所体现，并帮助她提升绘画的深度和内涵。

采访过程中，Annie曾开玩笑说：“希望因梦想而选择的这条道路，今后不会让我穷困潦倒。”我们相信，所有梦想都是闪光的，这么努力的女孩，为了梦想坚持了那么久，一定会迎来最闪亮的那一天！



Annie的水彩作品《Lost Soul》

既然选择了远方， 便只顾风雨兼程

Go, For the Longed Goal!

采/文: 刘莹、张茹 编: 曹新星 图: 部分刘翳拍摄、学生提供



Lynn H., 北京乐成国际学校



Sylvia Q. 和她的同学们, 北京乐成国际学校



Grace W., 北京乐成国际学校



(右一) 张艺腾和他的同学们, 北京市新英才学校



刘翳, 北京乐成国际学校

阳光明媚的五月，是每年毕业生们最忙碌的日子，大家不仅要忙着准备大学预科课程的结业考试，还要忙着参加毕业舞会、毕业典礼，忙着和朋友告别。临近毕业，这几年的辛苦准备，也终于到了收获的季节，各地的大学申请也基本尘埃落定，不管是早早定下的提前录取，还是近期刚刚敲定的常规录取，卸下了心中重担的五位毕业生们，和我们一起坐了下来，聊了聊他们的大学申请、专业选择、职业考量，以及对未来人生的展望。

兴趣是最原始的动力

5月18日是很多国际学校12年级学生大学预科课程结业考试的日子，虽不像国内高考那般一锤定音，但对莘莘学子们来说，还是个很紧张的时刻。在紧张的考前复习冲刺阶段，我们见到了北京市新英才学校剑桥国际中心的张艺腾同学，身高一米八几的他，身穿一身西装校服，带着一副黑框眼镜，略带一丝腼腆，给人一种邻家大男孩的感觉。

张艺腾申请的是英国伦敦大学学院（UCL）的城市规划设计及管理专业。问及原因，他说他从三四岁左右就开始玩乐高，那时候还没有时下比较热门的乐高机器人，基本上就是拿乐高搭建建筑模型。家里的阁楼里堆满了他的作品，再加上姥爷从事的是与建筑学相关的工作，他从小就有机会了解到一些建筑学方面的知识。从初中开始，他就对建筑和城市规划产生了浓厚的兴趣。

在很多同学倾向于选择传统的理工科、金融、商科等大学专业时，张艺腾清晰地意识到自己并不喜欢、擅长科研类的专业，反倒是对建筑和城市规划兴趣不减。而且他认为，兴趣可以引发不断的学习，即使选择的不是一个很主流、很热门的专业。他坦言，因为大学预科课程里并不涉及城市规划设计及管理的相关学科，他只能靠自己课外自主学习，平日里多阅读城市发展史、名人传记，搜索大学里的相关论文等方法，为大学学习提前做好些准备。

刚刚过去的IB大考对于北京乐成国际学校的Sylvia来说，比其他大多数同学所面临的压力要大得多，因为她最终是否能顺利拿到英国伦敦大学学院的通知书，取决于她的IB成绩。



Sylvia大学选择的专业的艺术史。她6岁开始学画画，从小就对色彩和设计比较敏感，后来喜欢上历史，更多的归功于小学历史老师的精彩讲解。从小时候起，艺术和历史就是Sylvia最主要的两个兴趣点。但是她的兴趣可远远不止这些，气象、医学、考古，甚至水下考古都曾引发过她的好奇心。因为经常随父母到处旅行，在旅途中，她渐渐有了从事文物保护这一职业的想法。

到俄罗斯旅游时，她看到沙皇时代的建筑保存得特别好，惊讶于为什么这些建筑在前苏联时代没有遭到破坏，而中国的很多古建筑就遭受了破坏？而中东那些遭受战争侵袭的国家，很多古迹也都遭到了破坏，从这一点看，研究这类事件的因果是件很有价值的事情。艺术史的研究是文物保护的知识理论基础，所以Sylvia会沿着这个学习方向，从艺术史一路学到文物保护，她的大学专业也是按照这样的思路设计的，本科学习艺术史，研究生继续深造文物保护专业。就这样，看似不是很接地气的艺术和历史，很自然地在今后实实在在的职业道路完美地结合在了一起。

同样因为兴趣定下了自己职业发展方向的，还有Sylvia的12年级同学刘骞。这个背着巨大的双肩包，行走在乐成各大活动现场的大男孩，声音低沉有磁性，艺术感十足。双肩包里背着的，都是他的宝贝——相机！虽然对摄影颇有研究，但据他透露，他对摄影的爱好其实并不是从小就有的。大概初中的时候，他有了自己的第一台相机。10年级的时候他转学到乐成，开始自学摄影技巧和艺术史，才算是真正接触并且爱上了摄影。

学校根据刘骞的兴趣爱好，对他进行了积极的引导，他从那时开始学习画画。11年级的时候，他已经明确知道自己将来要选择的专业了。虽然心里明白“越早确定感兴趣的方向越好”，他还是觉得自己确定摄影这个专业方向的时间有点晚，所以错过了学校的一些相关的课程。“不过一切都还来得及，机会总是留给有准备的人。”他笑着总结道。

因为对人像摄影情有独钟，为了锻炼自己的拍摄手感，他会经常给





乐成国际学校读书的孩子。她开玩笑说：“我就是一棵树！身边走了很多人，我一直在这里！”而对于音乐的爱好，Grace也像树一样的执着，很多学生在十年级选课、确定专业的时候，都会在是否继续走音乐这条道路上动摇，只有Grace依然坚持选择了音乐。父母虽然不是音乐圈人士，但还是非常支持和尊重她的选择。

目标定下了，然后呢？

在收到伯克利音乐学院的录取通知书之前，Grace已经提交了纽约大学音乐管理专业的ED申请，因此与这座梦想学府失之交臂。（ED即Early Decision，早期录取，早期决定，即在早期申请者中获得录取，只可申请一所学校，被学校录取后不得申请其他学校，就是说你如果被录取了，就必须选它，就算其他的学校给你提供更好的条件，你也没有权利更改决定，如果没有被录取，依然可以正常申请常规录取。）

错过心仪的大学，Grace打趣地说：“这就是命吧！”话中透着一丝幽



同学们拍照，也会主动帮助老师拍摄学校的各种活动。为了拍照和后期修片，他常常忙到废寝忘食，但他直言一点都不觉得累。他还会关注一些摄影网站，了解不同的画派，经常参加画展、艺术展来提高自己的艺术修养与鉴赏能力。目前，他被纽约的新学院录取，专业是摄影与媒体和文化研究双学位。

和刘翥“水到渠成”爱上摄影有些不同，同在乐成上学的Lynn与商业的结缘则“纯属意外”。Lynn是韩国留学生，父亲是一家手机驱动公司的CEO，母亲是一家早教中心的创始人，她看着母亲一路经历大大小小的商业决策，并且一步一步把事业做大，感受到了商业的无限魅力，却从未想过自己会涉足商业。

Lynn最初的梦想是当音乐家，她从小学习了很多乐器，如钢琴、长笛、吉他，还在乐队当主唱，对音乐的坚持一直持续到了9年级。上10年级的时候，一堂设计科技课意外引发了她对商业方面的兴趣。因为课上需要研发自己的产品，Lynn从调查用户需求入手，学了如何研发对用户有用的产品，从产品的创意、设计到推广给潜在用户，这一系列过程让Lynn对商业模式的运用有了一个新的认识，觉得有趣极了！11年级时，Lynn开发了一个线上首饰零售平台，还参加了乐成的Avenir商赛。在商赛中，Lynn和她的团队设计了一款帮助国际学生寻找实习、工作机会的APP，用PPT展示了这一产品的开发流程和收益，获得了商赛的第二名，不仅因此得到了5000元奖金，还有企业对她们的商业点子非常感兴趣，抛来了橄榄枝。Lynn说，虽然最终由于学业繁忙没有把点子变成现实，但以后有机会的话，她还是会去尝试一下。

Grace是这几个被采访的学生中唯一一个从幼儿园就开始在北京

默，些许无奈，但爽朗的笑声阻挡不了她对未来就读音乐专业的喜爱以及乐观豁达的心态。在Grace看来，音乐加商业的模式非常适合自己，因为里面包含了音乐里的乐理，商业里的财务、会计知识以及音乐商业类的知识，出来可以从事唱片公司管理者、经纪人，或者是音乐会、演唱会的管理者。Grace说纽约的朋友多，工作机会也多，会有家的感觉，这也是她选择纽约大学的原因之一。

对未来要走的音乐之路，Grace也有着些许迷惘，因为父母不是音乐圈人，无法给予她相关方面的帮助，她接触音乐圈方面的资源和机会也相对较少，未来完全得靠自己去打拼。但除了音乐，她完全想不到还有什么其它什么专业能让她如此全心全意投入进去。为了近距离了解行业情况，她还曾去Live House和《明日之子》节目实习，切实过了一把职场“瘾”。

回忆起那段经历，Grace至今仍记得自己在大冬天给《明日之子》节目签到时的感受。因为签到迎宾，他们只得浑身贴满了暖宝宝，迎着风雪坐在大门口。“每次门一开，我都感觉自己要‘死’一次，真是冻傻了！”Grace忍不住感叹，“这个行业比较辛苦，甚至会白天黑夜的颠倒，但也很有意思！虽然当时很累，但挺过来了之后，都变成了难忘的回忆。”这些历练无形中也让她对音乐更加的痴迷与喜爱。她还笑着和我们分享：“‘饭圈’很复杂，入坑要谨慎！”对于一个中学生来说，学校外的各种实践经验让她们在增长社会经验的同时，也充满了各种未知与冒险，但所有的这些经历，都会让他们学到



课堂里学不到的东西，从而在现实中成长。

说到这儿，刘骞也忍不住和我们分享他制作作品集的经历。从租场地、买道具，再到布灯、调整模特的服装、动作等各方面，他都亲力亲为，前前后后折腾了好几个月。“因为摄影这个东西，不是说你就是摁几下快门就完事儿，尤其是拍人物，灯光、模特、服装、动作等等，有很多因素要考虑到。我一般都是先把拍摄计划制定好，再去买道具、租场地，一步一步推进。”刘骞接着说，“当时我拍摄的时候正赶上夏天，接连下了好几天雨，拍摄只得不停地延期。虽然整个拍摄过程很累，但我觉得收获还是挺多的。这算是我第一次认真地创作一个东西，有很多意想不到的事情发生。我也在这个过程中发现，有些事情也许你做的时候无法达到你的预期，这个时候就需要你去调整心态，继续上路。”

对于课外实践，Lynn说不是所有学生都会在高中时期出去找工作实习的，但是学习之外的工作实践真的很重要。她曾经利用暑假在乐成学校的市场部实习，工作之后才发现，每个岗位的工作内容比她想象的要复杂得多。“我平时经常看见他们在学校组织活动，张贴海报，以为那就是他们的全部工作。没想到这只是他们工作内容的冰山一角，他们还要和媒体打交道，还会邀请外面的嘉宾来学校，组织各种外联活动，这些都是我们平常看不到的。”Lynn说，“这些实际工作的经验，让我受益匪浅，尤其是像我这种立志从商的，一定要去接触社会，了解真实的工作情况。”

在申请了一系列学校后，Lynn最终决定就读美国南加州大学的全球工商管理学士课程，这个专业是美国南加州大学联合香港科技大学和意大利米兰的博科尼大学合作推出的专业。学生需要在亚洲、美洲、欧洲三大洲学习，了解各地不同的文化，感受不同的学习及生活方式，毕业候同时获得三所大学颁授的学士学位。Lynn这一届一共招了45个学生，来自世界各地。在描述她的专业时，她看起来非常自豪，也充满了期待，她认为这个专业会给她带来更多的机会，遇见更多不一样的人，也会有一个更大的舞台去展示自己。

与“拖延症”对抗

从初中开始，张艺腾的父母就鼓励他思考自己未来的方向。他选定了想去英国读大学，因此，上高一的时候，父母将他从包头送到了北京市新英才学校的剑桥国际中心。因为工作原因，父母无法来到北京陪伴他，三年来他都是独自一人生活。从一开始住学校宿舍，到现在自己一个人租房，洗衣、收拾房间全都要自己动手。从被父母宠爱着、照顾着，到被环境“逼”得锻炼出自己照顾自己的能力，张艺腾坦言，正是这段独自生活的经历，让他可以坦然地面对即将到来的留学生活。

在自我管理方面，虽然高中学业任务重，但每天张艺腾还是希望有点玩的时间，放松一下大脑。不过，他也坦言，自己曾是“重度拖延症患者”，也曾因为玩“大发”了，耽误了太多的事情而差点崩溃。也正是因为有了这样的切身体会，他学会了时间管理，尤其是在高二、高三两年，在大家普遍很忙的时候，张艺腾认为自己还不算太忙，这要归结于他良好的时间管理能力。

同样受“拖延症”困扰的还有Grace，但她表示，自己是属于那种“在压力下能出活儿”的人。“每次作业临截稿的时候，我爸妈总是习惯性地督促我。这个时候我会告诉他们，你们越说我，我越做不出来。我会自己安排好时间，一定会在截稿日期之前完成。”Grace半开玩笑地说，“不知道为什么，截止日期之前的那几天，我的效率是最高的，才思泉涌，一下子就完成了所有的任务！”其他的几位同学也有同感。

在聊到时间管理时，大部分孩子都会说自己有“拖延症”，这可能跟国际课程给学生们提供的自由度有关，老师不会一天到晚提醒你，什么时间要交什么作业，全部要靠自觉。在这样的环境下，孩子们会真切地体会到晚交作业或者论文的后果，以及截稿期即将到来前心理上的那种压力，进而形成了自主的时间管理习惯。

但并不是每个人在时间管理上都会选择“先做后玩”这种大多数家



长认为的“好”的学习方式，孩子们在坦言自己有拖延症的时候，其实就是在表达，他们不一定会选择按部就班的时间安排方式。“有的时候就是想先多玩会儿”，他们会这样说，但这不代表他们不会安排好他们的时间。

所以，作为家长，我们也要多从孩子的角度理解他们，而不是一味地要求他们按照所谓“好”的方式方法来学习。“虽然我们会拖延，但是不等于我们之前不做”，孩子们这样解释。对于需要提交8-10幅B艺术作品的孩子们来说，他们一直在画、在创作，只是对自己的作品有不满意的地方，所以前期没有形成太多可以提交的作品，但这些都为后期高效出作品的那段时间做了铺垫。

和父母的沟通

俗话说的好，“儿行千里母担忧”。即将踏上异国求学之旅，几个孩子都坦言既兴奋有些担心和期待。尤其是女孩子，安全问题更是父母担心的头等大事。Grace说：“去纽约留学，我家里人最担心就是我的安全问题。”这也同样是其他即将去美国留学的学生的家长比较担心的话题。Grace安慰父母的方法就是去学习拳击与防身术，努力健身。她还准备利用暑假时间和家人一起去云南自驾和欧洲旅游，学会做饭，为留学生活做准备。

除了安全问题，昂贵的留学费用也是很多家庭面临的问题。通常，像Lynn这样的韩国留学生，最终会回到韩国上大学，像她这种打算去美国留学的韩国学生还是比较少见的。Lynn用自己的行动扫除了父母的担忧：一来她申请了助学贷款，二是告诉父

母，她有信心将来一定会学成归来，并会把所有的学费都如数奉还。如此懂事又孝顺的女儿，父母看到她如此有信心，自然是选择了支持女儿的决定。

对未来的打算

艺术类的就业方向往往不如商科、金融类的清晰，所以在考虑今后的职业发展时，孩子们往往视野更加开阔，也更愿意在大学阶段除了专业课程之外多学一些。张艺腾从爱好建筑引申到把城市规划及管理作为他今后的职业大方向；Grace喜爱音乐，但并不仅仅专注于音乐本身，而是把音乐及商业管理结合起来，以后可能会考虑创立自己的经纪公司；Sylvia钟情于艺术史，但是她的使命感在于文物保护，艺术史是文



物保护的理论知识，为了能够更多地了解法国的艺术文化，她决定重拾法语；刘骞酷爱摄影，想钻研深度的同时，也了解到广度的重要性，所以选择摄影和媒体文化研究双学位，为了今后对拍摄出来的东西有更加透彻地理解，也避免了职业面仅仅局限在专业摄影师这一行。

谈到职业前景，张艺腾认为，从事城市规划相关的职业，虽然在国内一线城市大干一场的机会已经差不多了，但针对二、三线城市的规划，需求和前景还是很可观的。另外，他还向我们介绍，一座城市，其整体规划的效果，通常要在50-60年左右才能显现出来。我们问他，等这么长的时间才能看到效果，会不会削弱自己的价值感？他对此很坦诚，说他不会追求短期成就，能看到这样的长期效果，他感觉很开心。

刘骞则告诉我们，他即将就读的帕森斯设计学院自1970年起便隶属于新学院，是全美最大的艺术与设计学校之一，培养了大批享有盛名的设计人才，所以与时尚、设计相关的资源会比较多，这也是他比较感兴趣的一面。做自己热爱的事情，找到自己擅长的专业，刘骞非常开心，即使知道未来这几年的学习之路不会轻松，他也早有心理准备，既然选择了远方，便只顾风雨兼程。

在接下来到入学前的几个月时间，刘骞打算学习法语、考驾照和健身，这个阳光大男孩脸上绽放着笃定而自信的微笑。采访结束时，他从身旁专业的摄影包里掏出相机来给同学们拍照（文中的照片也有很多由他掌镜）。摄影大师安塞尔·亚当斯曾说过：“我们不只是用相机拍照，我们带到摄影中去的是所有我们读过的书、看过的电影、听过的音乐、爱过的人！”这也是刘骞一直想向我们传达的摄影感悟。

毕业季， 毕业记

Graduate Stories

采/译/文: Frances Ji 编: 曹新星 图: Uni You、学生提供



赵弘凌, 北京加拿大国际学校



Calvin Y. 和 Alyssa L., 哈罗北京



Park Chan Young, 北京世青国际学校



张懿, 北京爱迪学校

毕业意味着真的找到了努力的方向，还是终于糊弄到了“终点”？每个人都有自己的解答。这个毕业季，我与四位来自国际学校的高中毕业生面对面，聊了聊关于升学和职业选择的话题。他们分别是来自于北京世青国际学校的Park Chan Young、哈罗北京的Alyssa L.、北京爱迪学校的张懿和北京加拿大国际学校的赵弘凌。他们性格积极独立，值得信赖，也懂得自省和思考。作为十几岁的高中生，他们有着“超龄”的成熟感，做起事情有计划，也有节制，面对压力也能保持良好的心态。不卖关子地说，他们有理想、有想法，也有能力，最重要的是，他们正按照自己的想法一步一步地走下去。

追寻化学的“跨界”魅力

张懿和Alyssa都因为自己的兴趣选择了化学工程专业，一个是出于对护肤/美妆产品的兴趣，另一个则源自对科学和食品的热爱。来自北京爱迪学校的张懿同学，给人的第一印象就是青春烂漫的文艺少女，她却用“有野心”、“脑洞大”和“勇于尝试”来形容自己。

正如她自我描述的那样，她在今年申请了剑桥大学、伦敦大学学院和曼彻斯特大学。她说：“能去剑桥学习一直是我的梦想，或者野心，尽管知道申请名校的难度很大，但在一开始申请的时候，我就决定了要把剑桥大学放在第一位。虽然没能被录取，但在‘面试之旅’中，自己对剑桥有了更深入的认识，我确信，剑桥依然是我的‘野心’所在。”

张懿最后接受了伦敦大学学院（UCL）化学工程专业的录取通知，她说，“其实我的个性还蛮‘爱玩’的，选择在伦敦这座国际化的大都市读UCL可能更适合我吧，同时，伦敦也是令我着迷的城市之一，很期待接下来三年对这所城市的探索。”伦敦这座时尚都市无疑也是引领美妆潮流的发源地之一，这也正中张懿的下怀，她说自己也曾纠结过未来的职业方向，在申请专业的时候主攻化学方面，她发现自己对彩妆有着极大的兴趣，相比美妆博主的精致妆容，她更沉迷于研究护肤品和美妆产品的配方和功效。

她说：“我从十年级开始学习化妆，对各类化妆品和护肤品都小有了解，发现身边的很多人对护肤品和化妆品都存在不小的误解，也有人因为错误地选择了不适合自己肤质的美妆产品，而导致皮肤损坏。除此之外，在中国，像Lamer和SKII这样国际化的优质产品仍存在缺口，关于护肤品‘抗老’、‘美白’、‘祛痘’等功效的诸多迷思，也驱使我想在这个领域深耕细作。我希望通过今后的学习，运用化学的‘魔力’

亲自来解决这些问题，最终研发出真正适合中国人肤质的优质产品。”

同样对化学科学痴迷的Alyssa来自新加坡，她爱笑、谦和，骨子里也透露出同龄人鲜有的稳重和成熟。她是个很有主见的孩子，今年她拿到了多所英国和新加坡名校的录取通知书，她说：“我可能会去帝国理工学院或者新加坡国立大学。之所以选择进入世界名校学习，是因为这些一流的大学可以给学生提供更加国际化的平台和机会，可以让我更好地大展拳脚，发展自己的兴趣。我希望不仅可以对新加坡的经济与社会作出积极的改变，更希望为这个世界贡献自己的一份力。”

说到为何选择化学作为专业，Alyssa说：“我很享受在实验室做实验，探索物质和能量的关系的过程。化学也是一门神奇的学科，她可以将物理、生物、地质学和环境科学联系到一起，我认为这种跨学科、多学科的学习非常之酷！”

同时，新加坡也是个美食之都，Alyssa对美食也有着异乎常人的热情，她目前也在为澳洲的一本食品与健康杂志写专栏，她说：“我非常享受食物带来的乐趣，我想以后可能会从事关于与食品科学相关的工作，食品工业有巨大的市场空间，人们可以在这里可以充分展现自己的创意。”



兴趣是最好的老师

会说多国语言的赵泓凌出生在布拉格，他自信积极，性格谦和，喜欢运动，是个十足的阳光大男孩。从小就跟随父母游遍了欧洲各国的他，去过最富裕的国家也去过最贫穷的地区，见识过种类繁多的货币，感受到由于经济发展的不同所产生的不同生活方式，也常在思考富裕与贫穷的根源。

他对“经济”的痴迷从他四、五岁起就显露出来，他曾问妈妈，为什么每个国家的钱币都不同？为什么同等商品在富裕国家会卖得更贵？这些成人习以为常的现象，在年幼的赵泓凌心中埋下了好奇的种子。带着这样的问题，善于思考的他在德国游玩的时候，发现柏林墙附近有很多人贩售二战时期德军和苏军的军服，生意也做得不错，可在德国其他景点都没有再见到过。由此他想到，这些战时的军服只有在像柏林墙这样的地方才能体现出价值，有了特殊的价值，也就有了市场，才会引发交易。赵泓凌说：“在我看来，‘经济’是很神奇的，平时我也会密切关注经济方面的大小事物，觉得被经济的魅力深深吸引了！”

童年的经历激发了赵泓凌对经济学的巨大学习兴趣，他在学校也建立了研究经济的Bobcat Etimes社团，每周他都会策划不同的学习主题。同时，他还组建了APEL社团，帮助新生提高英语能力，为此他还被学校授予了“Advocate of the Year”奖。今年他也是录取通知书接到“手软”，多所大学都向他抛来橄榄枝，就连从不在本科阶段给国际生提供奖学金的加州圣克鲁斯大学，也破格给予他三万美元的奖学金。赵同学说：“虽然我最后没有选择这所学校，但他们对我的认可，让我更加坚定了自己未来发展的方向。”

最终，赵泓凌选择了英属哥伦比亚大学，他说：“选择这所大学有几方面原因，首先，哥大的经济系在世界大学专业排名第27位，这里还有我非常喜欢的Mauricio Drelichman教授，他把经济学的知识应用到生活中，赋予了经济更多的含义，这让我感到非常有意义。”

“除此之外，在选择学校时，我也做了不少功课，我知道Drelichman教授的教学方法非常能激发学生的学习兴趣，这对掌握学习研究经济学会有很大的帮助，我很期待可以成为他的学生。除此之外，中国经济学专家、前外经贸部部长石广生先生、著名经济学家、被称为‘欧元之父’的1999年诺贝尔经济学奖得主Robert A. Mundell都是这个学校毕业的，能和这样优秀的他们成为校友，我也感到非常的欣喜和荣幸。”

同样对经济、商业领域倍加关注的韩国男孩Park Chan Young来北京四年多了。Chan就像影片里的韩国男生一样彬彬有礼，采访期间正赶上他的毕业典礼，前来祝贺他顺利毕业的后辈们都给他准备了鲜花和小礼物，在朋友眼里他是一位幽默、可靠的大哥哥，当朋友在学习方面遇到困难时，都乐意向他寻求帮助。Chan对自己的定位却相当低调，他说自己是个很有自知、诚实和不服输的人。

在和Chan聊天的过程中，发现他还是一位心思细腻，富有同情心的孩子。在一次9年级的地理课上，他看到老师在播放一部关于农场工业的影片，其中动物被屠宰的画面给他带来了相当大的震撼。他说：“我吃牛排的时候从没想过，这些牛是如何被非人道的方式屠杀的，这太残忍了。我一直在考虑‘人造肉’市场的可行性，如何让人们接受‘人造肉’，并让它工业化，形成成熟的产业链，减少人类对动物无谓的伤害以及传统肉业加工过程中带来的环境污染。”

目前为止，Chan只申请了香港大学的两个专业，他说：“我打算



在七、八月份的时候申请一些韩国的学校，但如果我的IB成绩超过43（满分45分），我一定会选择香港读国际商务和全球管理（IBGM）专业。”问及他为什么会选择这个专业，Chan说，他曾在几年前去过香港，很喜欢那里既国际化又传统的文化氛围。

可以说，Chan选择商务管理专业是一个略偶然，但也必然的结果，他说：“2015年，我在北京英国学校举办的青年企业家市场竞赛中摘得了第一名的桂冠，那时是我第一次意识到，我在商务管理方面的才能和兴趣。2017年，我在世青成功地组织了‘世青狼摇滚音乐节’，这也是我CAS项目中的一个，由此带来的成就感，增强了我的信心，我想我很乐意在管理领域开创一片天地。”

不仅如此，他还在申请专业前做了大量的调查研究工作，结合现在韩国激烈的就业现状，他更倾向于在海外发展，而这个专业正好可以给他带来更强的竞争优势，这同样也与他性格上务实、脚踏实地的特点不谋而合。

谈到升学和择业，免不了要从个人兴趣和学习成绩出发。这四位同学课业的优秀，自然不必赘言，他们不仅在学校身兼数职，具备良好的领导力和多任务处理的综合能力，而且每个人的兴趣爱好也都十分广泛，并且能达到精通一二的状态。但是，从不同的角度去解读这几位毕



业生，你会发现，“优秀”二字并不是凭空得来的。他们性格积极独立，值得信赖，也懂得自省和思考，注重沟通的艺术，对情绪的控制能力也显示出他们较高的情商。作为十几岁的高中生，他们有着“超龄”的成熟感，面对失败和挫折大多可以自我调节，也知道如何及时排解负面情绪，更善于从中分析失败的原因并自我改进；做起事情有计划，也有节制，面对压力也能保持良好的心态。

时间管理的重要性

出乎意料的，这几个孩子都不会在周末赖床，大部分在早晨7点左右就会起床，每个人都有自己的时间表和计划。赵泓凌说：“我对自己的学习和生活有着非常严格的安排，因为平时学习较忙，在学校还要监理一些社团活动，几乎每天都会‘折腾’到深夜12点，所以时间管理就显得尤为重要。我希望可以利用好每一分钟，就连中间休息的十五分钟，我也会提前计划好。我平时会看很多名人传记，他们对时间的管理

都很有一套，我学习下来，也觉得专时专用可以提高很多效率。即便在周末不用上课的时候，我也会早早起来，叠好被子，进行接下来的学习和娱乐。”我问他为什么要叠被子，他说：“叠被子看似是一件小事儿，但它却有仪式感，象征着一天的开始，完成这件事也会给自己带来一点小小的成就感。”

相较男生，女生对于时间管理，更有自己“花式”的一套，张懿说：“我不会给自己制定超严格的时间表，但会通过画手帐的方式来计划和记录自己每天要做的事情，把必做和最想做的事情用更文艺和有趣的形式呈现出来。作为学校宣传部的部长，除了学习之外，我还会花很多时间‘经营’学校的公众号，所以安排好时间是非常必要的。当然，我也会预留出一些时间给我的业余爱好，劳逸结合，松弛有度嘛！另外，我不赞成熬夜，这很伤身体，我一般都会在白天抓紧时间完成作业，在十点半左右就准备‘就寝’了。在床上躺着的时候，我会在脑袋里过一遍今天发生的事儿和明天要处理的事情，如果还留有一些‘小尾巴’，我会第二天早起些完成，但通常我都会做到今日事今日毕。”

情绪管理很必要

谁的青春不迷茫，再优秀的学生，也会对未知怀着一丝敬畏。时而感到孤独，也承受着巨大的压力，这时自我情绪管理就显得尤为重要，如何及时排解掉不良情绪是他们人生中另一个重要的事情。无一例外，这几个孩子在面临压力时，都更倾向于自我消化，相对找人倾诉烦恼，他们更喜欢用独处的方式消解烦恼。

Chan说：“心情低落的时候，我会弹弹琴、听听重型音乐，在激烈的音符碰撞中释放压力。”说到这里，他向我推荐了Suffocation乐队，告诉我说：“我也挺喜欢BabyMetal的表演，我觉得Kawaii妆容的女孩和重金属的结合很反差萌，当然她们的音乐也很棒！”Chan和朋友们组了一个摇滚乐队，他是主音吉他手，偶尔客串贝斯。不忙的周末，他们会聚在一起热闹热闹。

一起热闹热闹。

阳光、自信的赵泓凌也有着感性的一面，闲暇时他也会看看电影，其中他最喜欢关于伟人名家和二战背景的纪录片，他相信榜样的力量，也立志成为一位榜样式的人。但他坦言，他也会感到孤独，也曾经惧怕过这样的孤独感，当不公、压力来袭，他也会有巨大的情绪波动。他说：“我在慢慢克服，学会控制自己的情绪；学会细致有效的沟通；学会和自己相处，平和地看待事情。我懂这世界只存在着相对的公平，我目前只能踏实做好自己。我养了一只小松鼠，心情不好时，我会逗逗它，看着它吃东西时可爱的脸，我的心情就好多啦！”

爱笑的Alyssa更是“佛系”派掌门人，保持积极乐观就是她的座右铭，问到她如何处理压力和紧张时，她想了想说：“我会微笑吧！如果是来自学习上的压力，我会给自己一些时间消化，如果没考好，我会找原因，看看是因为真的不会，还是因为马虎。一次考试失败，不是天塌下来，我有信心以后会越考越好；但如果是来自生活的压力，我一般会开导自己想开点，过去的就让它过去，尽量往积极的地方看。不过，我

不会和别人说起这些糟心事儿，觉得自己可以处理好。我很喜欢看荒野求生类的真人秀和犯罪心理方面的电视剧，有时看看这些节目解解压，或者和朋友出去玩，这也是一种忘掉烦恼的好方法！”

“现在最大的担心就是对未来的恐惧，总是担心自己做不好，因为太要强了吧，凡事都想做好，不知不觉就‘压力山大’了！”张懿也表示，“平和积极的心态很重要，保持开放、包容的思想也相当必要。”她曾就读于公立校，刚转入国际校的时候也有诸多不适应的地方，她也曾有过很多疑惑和不解，也因为一些课业上的问题和老师冲撞。她说：“当时还真是年轻气盛不懂事，现在学会更多地站在别人的角度看待问题，了解每个人都是不同的，不该用自己的标准去要求别人，就是因为这些‘不同’，世界才多姿多彩。学习成绩不好，也不能说明他/她就是不好的学生，每个人都有自己擅长的领域和闪光点，他们也在为梦想努力着，随意的评判别人不免有失偏颇。”

家庭的引导与支持

四位同学都认为，“选专业”这件事绝对不是“跟着感觉走”那么简单，他们很早就开始计划自己的升学目标，与老师沟通，分析评估自己的能力。他们的家长也大多是成功的商人、高管和学者，平时也会以自己的行事风格影响着孩子，起到很好的示范作用。Chan说，他的父亲就常有意无意地传授给他管理方面的知识；张懿也视自己的“女强人”妈妈为榜样，她也会与父母讨论职业选择中的风险和问題；Alyssa也说，父母积极的工作态度会不断地促使她去努力实现自己的职业梦想……这些积极的例子无一不体现了家庭支持的重要性。

作为家长，即使不过多干涉孩子的选择，也应给出适当的提醒和建议，必要时也要严正坚持自己的主张。赵泓凌的母亲正是如此践行的。她说：“在泓凌选择专业时，我没有过多干涉。我相信他的选择，只因为玩电子游戏这件事对他大发雷霆。”当时泓凌没日没夜地玩游戏，还振振有词的说道：“我成绩还不错，玩会儿游戏有什么关系？！”

作为母亲，也作为一位前大学老师和成功的商人，她明白“还不错”与“优秀”之间的差距，如果想进顶尖大学学习，光“不错”是远

远不够的。于是，她压着火和儿子长谈了一次。最终，赵泓凌听了劝，自此以后再也没碰过电子游戏。他说：“其实我当时是极为不情愿的，毕竟那时游戏玩到级别很高，就这样放手太可惜了，但聊过之后，我也觉得的确要分清轻重缓急，现在最重要的还是学习，所以做出了一个选择，我不后悔。”赵妈妈说：“要充分地与孩子交流，做一个了解并且尊重孩子的家长。”

总有人说，中国的孩子缺乏信仰和理想，他们不知道自己想要什么，也不知道自己喜欢什么。这就要求家长有意识地带着孩子多走走看看，了解不同的风土人情，帮他们打开视野，引导孩子从多角度思考问題，提高他们的批判性思维力和自我表达能力，培养孩子的国际化的思维和广阔的世界观，只有这样，他们才会更清晰地知道自己想要什么。张懿说：“我是个爱好很广泛的人，经常心血来潮就想学点什么，比如我是个四肢‘不太协调’的人，但却很喜欢跳舞，虽然我的家人偶尔会揶揄我两下，但也都鼓励我多尝试不同的事物。他们一如既往的支持，可以让我毫无顾虑地追求自己喜欢的东西，挖掘自己的潜力。”

当然，也并不是所有的孩子都在十来岁的时候就志存高远，他们或许晚熟，或许玩世不恭，或许他们只想做一个普通人，谁也没有理由强迫每个孩子都要“出类拔萃”，做那个“别人家的孩子”。就像Alyssa所说的，“我会向优秀的人学习，但我不会和别人比较，当你和别人比较，你会漏掉很多有价值的思考，关注自己，每天都比昨天的自己进步，才是更珍贵的。”

这个社会的竞争越来越激烈，望子成龙、望女成凤的“精英说”也几近成为了大多数家庭的“紧箍咒”。大家似乎都忘记了该如何做好一个普通人，平凡没有错，没有理想也未必就是“咸鱼”一条。

我曾经和一位国际校的家长聊天，她说，她的孩子在各个方面的能力都不是很突出，这对曾是500强高管的她来说，是个不小的打击。她强迫孩子学音乐、舞蹈、外语，弄得家里鸡飞狗跳，最终她放弃“虎妈”式的期待，亲子关系才似乎有所好转。现在，她的孩子在跆拳道中找到了自己的兴趣……所以说，家长的角色应该更多的体现在支持和引导的方面，而不是给出指令。世青的一位家长代表曾说：“当你不知道自己想要什么的时候，就去做一些可以让你变得更好的事情。”此言无需细品，就知道适用于每一个还在迷茫着学生和家！



斜杠青年们的多彩毕业季

Diverse Future Paths

文: HIPPO 编: 曹新星 图: Uni You、受访者提供



Alice L., 北京世青国际学校



Calvin Y., 哈罗北京



Angel S., 北京加拿大国际学校



Peter S., 北京爱迪学校



Louis L., 北京加拿大国际学校

收到大学录取通知书的时候，一定是个令人激动的时刻，寒窗苦读的艰辛，对绚烂生活的期待，都汇集在这份小小的通知书上。每一份通知书凝聚着一位莘莘学子的努力，每一份通知书背后都是一个精彩绝伦的故事。

选择大学，“适合自己”最重要

很难猜得到，相貌清秀的邻家女孩Angel（就读北京加拿大国际学校），梦想是成为一名民航飞行员。从小受母亲的影响，她经常接触飞机和航空领域，最初有这个想法，是与促进家庭的亲近有关。Angel是台湾人，因为父亲工作的原因，她和姐姐从小来到大陆，起初在深圳，之后又辗转来到了北京。一家四口的小日子虽然过得和美，但因为远离台北的亲属的缘故，每逢假期，父母都要带着Angel和姐姐往返两岸探亲。所以，小小年纪的Angel就已经是位“飞行达人”了。

来到北京上学，身边的同学来自五湖四海，同学们在假期出行探亲都会乘坐飞机。在Angel眼里，飞机是现代生活必不可少的交通工具，它会拉近人和人的距离，促进亲情和友情的交融。虽然是女孩子，Angel却不想成为一名空姐，她心中热爱的，是那个戴着墨镜有些酷的机长。这位自嘲“性格有些奇葩”的姑娘拒绝雷同的职业，渴望在不寻常的道路上活出自我。

带着这样的梦想，Angel报考了加拿大三所开设了航空航天专业的大学，为了保险起见，她也选择了经济及人力资源这样相对“安全”的专业保底。最终，她顺利地加拿大滑铁卢大学航空航天专业录取，与梦想更靠近了一步。

和Angel谈话的过程中，每当她提到“飞机”和“机长”时，都显得非常自信，目光如炬，能够看出她对于这个专业和梦想的坚定与执着。成为一名机长，仅仅依靠文化知识是不够的，还要有强健的身体素质和过硬的心理应变能力。为此，Angel在高中时便提前准备，攀岩、跑步她早已轻车熟路，最近又去学习格斗以增强体能，这些对入学时要考核的心理抗压能力也有很大帮助。

和Angel一样，来自香港的Calvin（就读哈罗北京）也对自己未来的发展十分明确，但相比航空航天专业，他热衷的方向似乎更加另类。从小喜欢心理学的Calvin在音乐上同样有着值得骄傲的成绩，很自然的，他希望将心理学和音乐结合在一起，幸好，澳大利亚的墨尔本大学实现了他的愿望。

和其他学生不同，Calvin从小便喜欢看和心理分析有关的小说和影视作品，是《Crime Scene Investigation》《Criminal Minds》《Lie to Me》等研究犯罪心理的美剧狂粉。虽然剧中的很多心理学理论至今仍未被社会广泛应用，但这其中有很多值得深度思考的问题。作为一门庞大而复杂的学科，心理学有很多流派和分析方法，考验分析者的思维敏感度，自然也比较烧脑，但最终都会化繁为简地体现在日常生活的习惯或下意识动作中。在A-Level的心理学课程上，Calvin也接触到了现代的一些心理学流派——社会心理学和他钟爱的音乐心理学，引导他带着批判性思维审视着这个世界。

Calvin说：“心理学很难用正确或错误来衡量一件事情，最关键的是，要有自己的想法。”

将心理学和音乐结合在一起是Calvin天马行空的想法，他很谦虚，



没有过多强调自己钢琴水平的高超，只是淡淡地说，从3岁被妈妈逼着学琴，如今还在继续，小有成绩。另一位钢琴技巧出众的女生Alice（就读于北京世青国际学校）同样如此，虽然琴技已经炉火纯青，却不想以此为生。

9岁那年，Alice就通过了钢琴九级考试；17岁的时候，她就在北京音乐厅举办了属于自己的独奏音乐会，师从著名旅德音乐家任岩老师，钢琴水平已经出神入化。不过，Alice认为，钢琴技艺的纯熟并不代表着未来道路的畅通，如果想以此为事业，只有成为钢琴演奏家或钢琴老师才行。成为演奏家自然是非常辛苦又需要机遇的事，而且她不想成为一名老师，于是，她选择了国际关系专业——一个看似与和钢琴和音乐无关的专业。

Alice从小在父母的要求下学习钢琴和芭蕾舞，看起来亭亭玉立，气质文艺又端庄，聊起天来会有点认生和害羞。10年级的夏天，Alice去耶鲁大学参加过一次为期两周的青年学者项目（Yale Young Global Scholars）。从小受哥哥影响，喜欢国际政治的她，在这里认识了来自世界各地的杰出青年，这次游学也更加确定了她学习国际关系专业的决



心。回国后，Alice和几个志同道合的朋友合作，成立了一个面向青少年的智库机构Think Tank，通过对国际时事的评论增强青少年对于国际事务的认识，鼓励他们在复杂的世界中提出自己的观点。

高中时期，Alice参与了学校的模拟联合国项目，因为表现优异，她还当选了模拟联合国的主席，有机会站在国际化视角看待这个世界。2013年，她在学校组织成立了OneSky Foundation（一个致力于帮助中国弱势儿童的NGO）在中国高中的首个也是唯一一个俱乐部，并组织了多场慈善和募捐活动。慈善组织的成功为Alice未来的发展方向提供了更多可能，她笑称，如果未来能够进入NGO工作，她也是非常开心的。

相比于上述几位申请大学颇为顺利的同学，Peter（就读于北京爱迪学校）的升学经历就有些曲折了。在他申请的12所学校中，一开始最想去的是佐治亚理工和加州大学圣地亚哥分校。不过事与愿违，最终他被加州大学欧文分校录取了。说起求学的遗憾，这个阳光帅气的大男孩没有丝毫的气馁，反而感叹人生的无常，对他来说，收到某些学校的拒绝信也是一种收获。

Peter对于专业的选择并不是十分明确，他对生物学和电子工程类的科学专业都有着浓厚的兴趣。酷爱科幻小说的他，不仅仅是把小说当做打发时间的消遣，除了阅读情节之外，他更是喜欢发掘小说内部的科学知识，试图研究这些想象中的事物有一天能否变为现实。

和很多男生一样，热衷游戏的Peter也在娱乐之余有了自己的思考，他以科幻小说和游戏为蓝本，讲述了他对于“外骨骼机甲”的理解。这些过去只出现在科幻小说中的东西已经渐渐演变为现实。“外骨骼机甲”由金属材料制成，在人类的骨骼之外形成支撑系统，受控于电子装置，能够帮助残疾人改善日常生活，提高体力劳动者的工作效率，军方甚至考虑将它引入军事装备之中。

科幻世界使Peter有了丰富的想象力，而微观世界的奇妙也是他从小喜欢的。申请加州大学欧文分校的生物学专业，是他从小到对生物学



热爱的一种延续。他认为，生物学提供了一个用微观角度看待世界的方法，由此可以延伸为一门对大自然组成和规律探索的学科。将生物学和电子工程专业结合应用，是他未来的梦想。

另外一位获得生物学录取通知书的Louis（就读于北京加拿大国际学校）与Peter有着完全不同的经历，梦想成为医生的他申请了15所大学与医科相关的生物专业，认定了一定要在这条道路上走下去。在他看来，最终他决定去求学的美国石溪大学并不是这其中排名最高的，但却是最合适他的那一个。

早在今年年初，Louis便已收到了四所学校的无条件录取通知，拿到了全世界TOP100大学的通知书。经过一番调研后，他对石溪大学情有独钟，问其原因，他解释说，这所大学有三个医院、三个癌症研究所，更多的实习机会，如果想成为一个医生，就要利用这些资源，而这些资源是其他学校所给予不了的。

18岁的他们，此刻站在人生的十字路口，前方的途途看似美好，却绝不简单。大学对于人的一生很重要，但如果用更高的视角审视，也不过是人生长河中的一小段经历。大学毕业后，他们面临着更为现实、更为复杂的选择，进入社会后，他们还能一帆风顺么？重要的是，从申请大学的经历中，我们看到了孩子们明确而坚定的个人思想，名牌大学对他们并不是最有吸引力的，他们非常清楚地知道，哪所学校才是最适合自己的。清晰的思维比就读大学更加重要，未来的职业选择，甚至婚姻选择，考验的都是一个人内在心智的成长水平。

在亲密的父母关系中传承家风

谈到父母，这些即将离开家庭，走向国际舞台留学的青年们纷纷表达了真挚的感谢。虽然他们来自两岸三地，在不同的学校读书，但他们的成长却有着颇为类似的经历。

在他们的成长道路上，父亲大多扮演了相近的角色——生活和未来留学的主要经济来源，是家庭的支柱。和孩子们的相处时间因为工作关系不会太多，但能够看到，这些家庭都非常和谐，父亲宝贵的家庭时光更多地留给了和孩子沟通。

Louis眼中的父亲，是一位从小到大都没有骂过他的暖心爸爸，有耐心，照顾他的脾气与个性。同时，爸爸也是非常孝顺的人，经常给远在香港的爷爷打电话嘘寒问暖，回到香港时也会经常开车带爷爷吃饭。爸爸教会儿子有礼貌和诚实两个人生的信条，在生活中也不断提醒他要孝顺、尊老爱幼、做老实人。Louis坦言，如今自己性格的形成，爸爸起了决定作用。

相比Louis眼中“榜样”式的爸爸，Angel则从小将父亲视为偶像，甚至当做心目中男朋友的模型。虽然她说从小和妈妈更为亲近，有小秘密会选择“屏蔽”父亲，但看到父女二人端坐一起，油然而生的内在气质是那么相似。

上世纪九十年代，一个优秀男人的标准绝不仅仅是挣钱养家，能和妻子一起做家务，处理体力工作也是很重要的。Angel还记得，小时候家里的冰箱坏了，爸爸不需要找维修工人修理，而是和妈妈二人合力研究，最终解决问题。所以，“全能爸爸”的形象在女儿心中早早立起来了。

因为工作原因，Angel的父亲多年奔波于两岸三地，虽然工作日很

忙，但每逢周末，他鲜少外出，把时间空出来陪伴两个女儿。他会拿着教科书，一道题一道题的和女儿一起研究，遇到女儿不会的问题耐心讲解。更为重要的是，他为Angel培养了良好的学习习惯，在做一件事的时候要求非常严格，带领女儿制定标准、商讨流程、制作时间表，还会检查每件事情的完成进度。Angel坦言，她在学习中的好习惯便来自于父亲强大的执行力。

对于如何教育家中的两个女儿，Angel的父亲侃侃而谈，他曾和两个女儿说过，等有一天你们出嫁之时，你们更希望爸爸给你们金钱作为嫁妆，还是为你们选择更好的教育，今后陪嫁一副“有思想的大脑”。他从小教诲孩子终身学习的重要性，身为女孩子，不能依靠“嫁得好”决定自己的人生，要通过从小个人努力，活出真正的自己。

更为难能可贵的是，虽然在日常生活中对女儿的要求慎为严格，Angel的父亲却从不干涉女儿们对未来的选择。对于Angel钟爱的航空航天专业，未来成为机长的梦想，爸爸非常支持。曾经因为理科专业的压力，Angel有过知难而退的犹豫，但爸爸鼓励女儿：“人生道路这么长，如果因为现在一个小小的大学门槛就放弃梦想，是对自己的不负责任，既然你选择了这条道路，就要坚定地走下去！”当一个18岁的孩子迷茫困惑时，最强大的支持莫过于父亲坚定的眼神。

如果说父亲为孩子的成长奠定了基调，那么母亲则像泉水一般渗透在孩子成长的每一个瞬间。在这些受访家庭中，母亲大多扮演了全职妈妈的角色。不过，全职妈妈并不等于传统意义上的家庭妇女，他们承担了照顾全家一日三餐、接送子女、整理家务、辅导作业等日常工作。在





孩子们眼中，母亲拼搏在没有硝烟的生活战场，是一种另类的女强人。除了日常生活的悉心照料，孩子们对大学专业甚至未来梦想的选择，也深受母亲的影响。

Angel的母亲是民航空姐，自小便喜欢带Angel去飞机主题的游乐园，工作方便时也会带她进入机舱内一探究竟。于是飞机这个日常生活中并不常见的庞然大物和Angel结下了不解之缘，促使她长大后她立志成为一名学习航空航天专业的大学生，梦想成为民航机长。

对于子女的影响，Louis的妈妈讲述了儿子小时候的一个故事。Louis的家中养了两只小兔子，他和弟弟一人一只。一天，弟弟的小兔子死了，Louis哭得比弟弟还要伤心，他亲手为小兔子梳理好毛发，选了一个精致的盒子，放了它最喜欢的食物，垫上了干净的毛巾为小兔子安葬。全家开车来到郊区偏僻的地方，亲手掘坑埋葬了这只小兔子。之后每次路过郊区，Louis都会请爸爸特意绕路去“看望”一下自己心爱的小兔子。

这件生活中的小事已经过去了几年的时间，妈妈依然记忆犹新。对于孩子的做法，妈妈非常支持，她鼓励儿子在生活中尊重每一个小生命。如今，Louis选择了生物专业，梦想成为一名医生，用自己的力量善待每一个生命。就像对待小兔子的葬礼一样，妈妈对Louis日常的陪伴非常细腻，认真地对待每一件小事，教会他耐心地处理问题，相信未来的某一天，成为心内科医生的Louis也会耐心地和他的病人交流，关注患者的每一个细节。

家风，是一个家庭的凝聚力，是家族文化的传承。健康而积极的家风，会让孩子在有爱的环境下长大。在日常生活中，家庭内部沟通顺畅，无论家长和孩子，有什么问题打开说，家庭氛围从不会尴尬。一个家族文化的形成是需要几代人持续努力的，小到尊老爱幼的家庭习惯，学习中目标的制定与执行，大到诚实守信的家族性格，品质与德行的形成是代代相传的。孩子们现在所取得的成绩与家长的关爱和家庭的影响密不可分，但我相信，在他们未来的成长道路上，家长润物细无声般的以身作则，会让他们在性格、情商上收获更多。

兄弟姐妹，压力还是激励？

Louis想当医生梦想来自于高中时的一次社团经历。身为学生会主席的他，在学校的帮助下成立了一个打工子弟基金会，他们会利用周末的时间去郊区，义务教那些没有经济能力的打工子弟学英语。第一次活动正值隆冬，寒风中郊区的温度比市内又低了很多。来到打工子弟学校，Louis发现，孩子们还穿着秋天的单衣，因为缺乏经济来源，他们的生活环境十分简陋，孩子们的手上开裂出血，也无力购买护肤品。因为医疗条件的限制，很多打工者生病后无法医治，所以那里的很多孩子都是单亲家庭，一个劳动者要养育几个孩子，他们的生活就更加艰难。

那次活动引发了Louis对社会问题的关注与思考，这些打工子弟过着拮据的生活，他们需要医疗保障，需要更多的生活用品，需要义务的子

“ 家风，是一个家庭的凝聚力，是家族文化的传承。健康而积极的家风，会让孩子在有爱的环境下长大。 ”

女教育。自此，Louis便产生了学医的想法，渴望通过自己的医术救治那些需要帮助的人们。

Louis饱含深情地讲述着这个故事，身旁读小学的弟弟聚精会神地听着哥哥的经历。身为哥哥，Louis在生活中对弟弟关爱有加，家庭气氛非常和谐。若干年后，相信哥哥对这个社会的责任感也会影响到弟弟。

Alice也有一位哥哥，他在哈佛肯尼迪政府学院专攻国际关系专业。所以，从小就受到哥哥影响的Alice也报考了这个专业。在父母眼中，哥哥是一个成功的案例，沿着哥哥的脚步前行，Alice也会事半功倍。

然而，作为妹妹的Angel则有着不同的经历。和自己同在北京加拿大国际学校就读的姐姐，从小就是大家眼里的“别人家的孩子”、“学校的传奇”——拥有校花级的颜值、学霸级的成绩，社交活动也十分丰富。姐姐是老师和同学心目中的传奇人物，她曾拿到10个名校通知，最终选择去加拿大多伦多大学财经学院就读，简直是自带光环的存在。

前面矗立着这样一个难以逾越的标杆，无论在家庭还是学校，姐姐的存在，对她来说都是一种莫大的压力。父亲谈及这个问题时也说到，其实家长并没有对她要求很多，但是姐姐太过优秀，对妹妹既是一种激励，也是一种压力。她自嘲，作为“怪胎姐姐”的妹妹，她天生也有着“奇葩”的个性，拒绝模仿姐姐成功的商科经验，不想成为未来大量质同的职场白领。她总是另辟蹊径，寻找独特而真实的自己。采访的过程中，Angel说过很多次“人生就是要闯一闯”这句话，她并非梦想改变世界，只是为了体验更多的不同。

未来的斜杠青年

Calvin是香港人，机智的眼神，文质彬彬的形象有些像动画片里的柯南。说到心理学，他熟知各个流派、内涵、分析。说到钢琴和小提琴，刚刚灵动的眼神中又传递出了文艺的气息。对他来说，音乐不仅仅是爱好而已，坐在钢琴面前的那一刻，自己已然是音乐家的风范。

和Peter聊科幻小说和电子游戏时，他完全是一副理科生、发明家的模样，深入了解后，我发现他还热爱声乐。在学校社团中，他是一位优秀的内蒙古民歌和意大利歌曲的拥趸，在高中紧张的学习中，他依然没有放下对歌唱的执着。



多才多艺的Alice完全可以以钢琴家为职业，熟门熟路，事半功倍，但她却选择了自己同样喜欢的国际关系专业，徘徊于艺术和政治之间，或许你很难说清，哪一个才是她的选择。

社会的进步给了这代人更多的选择，更丰富的发展空间，孩子们不再简单地梦想成为医生、老师、音乐家，他们用实际行动去渴望成为一名斜杠青年，或许未来履历表中的职业一项，要多预留些空间了。

丰富而深度的个人爱好给了他们多彩的业余生活，也让他们有机会用另一个行业的眼光审视自己，审视这个世界。多元化的知识吸收，多方向的发展方式在未来势必成为主流。若干年后，现在社会上的很多职业都会被代替，那时，如果你只有“一技之长”，已然危机重重了。

在这些热情的少年脸上，我看到了他们对未来的期望，青葱的中学时光即将结束，更加多彩的大学生活在不远处挥手。在国外学习生活的过程中，他们难免会遇到挫折失败，但他们都对未来胸有成竹，若是他们能够延续中学时代的勤勉，多尝试、多计划，必将学有所成。



HIPPO

80后北京人，深度自驾游爱好者，自由撰稿人；酷爱地理历史，热衷组织家人朋友一起看世界。深根北京及中华文化，也渴望看到世界的不同，认为行万里路才能回到内心深处，用一颗好奇的心看待苟且的生活，最期待的永远是下一趟旅程。



我是怎样选择未来职业的？

How Do I Choose My Future Career?

文：托马斯·林赛 编：曹新星 图：作者提供

我叫汤米，今年18岁，刚从北京市第五十五中学国际学生部毕业。毕业前，我只申请了两所大学——北京大学和清华大学，申请的学科都是国际关系，都被录取了，我还有幸获得了中国留学基金管理委员会授予的中国政府全额奖学金。

之所以只选择了北大和清华，没有选择任何其他国家的学校，首先是因为这两所大学都是驰名中外的大学，在世界上排名都在前50名。其次，尽管我是英国人，但是我一直在双语环境里长大，中英文语言交流没有障碍。最后，我在北京长大，想留在北京读书，这也和我爸爸妈妈的工作及其我喜欢的专业、梦想的职业发展道路有关。

一直以来，我对自己未来的职业和发展道路都有着清晰的认识，这和我的父母以及家庭的影响是分不开的。

我们家是一个中西合璧的家庭，爸爸威廉·林赛是英国人，来自港口城市利物浦；妈妈吴琪是中国人，长在古都西安；爸爸说英文，妈妈说中文；爸爸喜欢吃土豆，不喜欢吃皮蛋；妈妈喜欢吃米饭，不喜欢吃圣诞布丁。1987年，还是年轻小伙子的爸爸为了实现自己的梦想只身来到中国。他探险万里长城，写有著作《独步长城》，还在这个过程中认识了妈妈，两人结婚后生下了哥哥和我。之后，他们一起研究长城，一起提倡保护长城，一起为长城文化的传播做贡献。

在我和哥哥的成长、教育问题上，爸爸妈妈时常有争执，爸爸注重长远，妈妈注重当下。有一次，爸爸要带哥哥跟他去美国演讲，不能参加期末考试，妈妈很不高兴。爸爸的理由是，考试可以补考，但这种横跨美国的“演讲游”一生没有几个。

生长在这样一个既充满矛盾又有爱 and 理解的混合家庭里，对我触动很大。我觉得，我们这样的家庭就是一个小世界，“麻雀虽小，五脏俱全”，处理好这个小世界各方关系，保持家庭成员的和睦相处，就能解决大世界的各种冲突，维持世界和平。

我为什么会对国际关系有那么大的兴趣？一方面，作为一个成长在多元文化家庭中的孩子，我观察到，我的父母有各自的文化和生活习惯，却还是能和谐地生活在一起，这让我对文化融合和处理各方关系产生了兴趣。另一方面，双语环境下成长的我中英文精通，对他们双方的文化和生活习俗也了解得很透。加上爸爸、妈妈、哥哥和嫂子都是研究历史出身，我自然而然地也很喜欢历史。

在我看来，历史是现实的一面镜子，而且历史总在重演。目前世界上发生的事件，在历史上我们都能找到相同或者相似的例子。研究国际关系，搞好国际关系，学好历史很重要。为了实现我的职业理想，我不仅在课外广泛阅读了关于中英关系的书籍，而且对于“英国脱欧”、中国的“一带一路”这种课题我都做了进一步的深入了解。目前，我对国际关系的有关课程和未来职业还不是非常清楚，我希望通过这几年的学习和研究，找到适合自己的国关职业。





除了从事国际关系方面的工作外，我理想的职业发展道路还有另外一条，就是和哥哥杰米一起经营我们的影视公司，一起制作纪录片。

在我一岁半那年，哥哥八岁，我们全家第一次去蒙古国旅游。也是在那个时候，爸爸给哥哥买了一架专业相机。蒙古草原的美景、蒙古马的彪悍、蒙古历史的神奇让哥哥爱上了那一片土地，他也用相机定格了这一切。在照相方面，我起步比较晚，12岁时才开始学摄影，但是我不想亦步亦趋地跟着哥哥学，于是我另辟蹊径，自学了拍摄视频、剪辑视频和制作纪录片。

我拍摄了爸爸在长城上讲长城的历史的画面，和他在长城脚下的农家院里收集来的长城文物，并且制作成了短视频。2015年11月，我和哥哥了解到无人机拍摄的神奇，央求爸爸买一架无人机给我们，最终说服了他。我们把无人机带到了长城上，把航拍视频剪辑完后马上给爸爸看，他特别兴奋，立马决定用航拍整个明长城来纪念他来华探索长城30周年！

2016年夏，我们一家人驾车走遍了明长城沿线，用无人机拍摄了20多个长城地段，还到蒙古国探索“成吉思汗边墙”，做出来的纪录片《The Great Wall, the Greatest View》已经在国外多个国家播出。如今，我和哥哥已经注册了一个制片公司，叫Depictograph（林赛影视）。

我从来没有上过拍视频和剪辑视频的课外班，剪辑的技巧和技能也都是通过不断尝试学到的，但随着时间的推移，慢慢地，我就能熟练操作类似Final Cut Pro X和Adobe Premier Pro这样的剪辑软件了。总的来说，累积的经验让我更加喜爱视频制作了。有时间的时候，我也会自己琢磨剪辑软件的功能，为了提高我未来制片的工作效率。在这些年里，每次我们出国旅行，我都会拍摄视频；每次学校活动，我也会用视频的方式记录。我还为班

级文化考察活动和毕业典礼拍摄了视频，这些对我来说都是很好的锻炼。

不过，拍摄、制作视频和纪录片虽然是我的爱好，但它是否能成为我今后“养家糊口”的职业，我觉得现在下结论还有点太早。

我的父母一向都是以身作则，引导、鼓励和支持我们，并给了我们自由发展的宽松环境。爸爸妈妈研究长城，我从他们写的书中受益匪浅；他们提倡长城环境保护，我会参加他们组织的长城捡拾垃圾活动；他们传播长城文化，我也因此认识了来自世界各地、从事各种职业、热爱户外运动和支持环保的爷爷奶奶、叔叔阿姨，以及和我年龄相仿的朋友们。

我们家虽然不富裕，但爸爸妈妈在给我们买书、买摄影和摄像器材、无人机方面从不小气。他们利用我和哥哥的寒暑假，带我们游历世界，理解其他国度、其他文化和文明。迄今为止，我已经深度旅行了35个国家和地区。我对父母感激不尽，如果没有他们的支持和帮助，我和哥哥的兴趣爱好是不可能发展起来的。

在未来，或许我选择的研究国际关系和拍摄纪录片这两条路可以并做一条——拍摄制作国际关系方面的纪录片！



托马斯·林赛 Thomas Lindesay

中英混血儿，爱好摄影和摄像，热衷户外运动。曾为《青kids》撰文《奔跑吧，斯巴达勇士》，也在《beijingkids》上发表过作品。



职业教育，随时随地可启动

Coaching Children in Daily Life

采/文：阿褚 编：曹新星 图：受访者提供

“父母最容易犯的错误，就是以为孩子的成长是条一步也不能行差踏错的直线。其实每个孩子的成长都是一棵树，每一处枝桠的分岔都是一处用来选择的可能。人生不可能逃得开各种各样的选择，那么是否有能力为自己做出选择并为选择负责，比起选得‘对’还是‘错’重要多了。”本期，我们以“职业教育”为题，对话职业教练秦华，请她和我们分享职业教育这棵“大树”的根基、树干与枝桠。

“我在美国刚开始转型做职业教练时，主要是帮助留学生提升求职的能力。从他们身上我发现，技术的层面比较容易教，但大多数人是在更核心更根基的地方被卡住了。”秦华快人快语，直奔主题。

作为一名职业教练，秦华发现，成年人很容易在两个时间段陷入职业困境：一是在二十多岁的时候感到很迷茫，不知道自己到底想要什么，对自己没信心，面对职场的茫茫大海毫无头绪，又特别害怕被拒绝或失败。

另一个节点是在三四十岁的时候，突然开始怀疑自己的人生意义，好像一直在埋头奔跑，突然有一天停下来如梦初醒，开始问自己为什么要跑？到底要跑到哪里？虽然已是职场老油条，但对于改变也依然缺乏自信，害怕做出错误的选择。

上面两个困境若究其原因，其实指向同一个本质问题：缺乏自我认知。

“如果一个人内在没有清晰的自我认知和自我认可，所有那些技术层面的东西就无法真正解决问题。”秦华说，“从现在遇到职业困境的这些成人身上回看，解决根本问题的核心是在‘自我认知’的培养上。所以现在谈职业教育，我会首先把这个放在最重要的位置，因为‘我是谁’，‘我想要什么’，‘我有能力做什么’……这些隐藏在我们内心深处对自己的定位，就像一棵大树的根一样，决定了枝干果实的质量。”

职业教育的根基：自我认知，了解内心的需要和渴望

“妈妈，我的身体是我的，我的思想是我的，我不要你管。（Mom, my body is mine, my mind is mine, I am not your business.）”在美国长大的儿子小朗刚进学前班不久时，一天回家不经意地和秦华说了这句话，让她非常震惊。随着两个孩子慢慢长大，他们常常用“我又不是你，我和你想得不一样”来回应父母的“说教”。

秦华承认听到孩子这样讲话，最初的反应是不舒服、挫败甚至愤怒，典型的东方父母在权威遇到挑战时的感受。“可是心里另一个层面是欣慰的，他们从小就能够看到我很多年都没意识到的

‘自我’。他们自然而然就为自己争取做选择的机会，我要教会他们的是

‘为自己的选择负责’，同时我要教会自己的是‘放手允许他们做选择，即使明知道他们可能在做错误的选择’。”秦华笑着说。

从小时候决定“我要穿哪一件衣服”、“我要选哪一个课外班”，到长大后决定“我要选什么专业”、“我要从事什么工作”和“我要找到一个什么样的伴侣”……我们的人生是由大大小小的选择组成的。

成年后的我们，在这些人生重大选择面前手足无措，害怕犯错，恰恰是因为从小到大，在那些相对没那么重要的选择面前，我们并没有得到尝试和负责的机会，而且我们脑海里总会暗暗回旋着一句警告：千万别选错！

秦华6岁半的女儿小润，前一段时间就为了一个选择而烦恼。她是一个喜欢表演，愿意展示自己的孩子，站上舞台会让她充满成就感。但她又担心自己演不好，害怕被否定。这种想上台参加表演又怕上台被别人笑话的纠结把小姑娘痛苦坏了，最崩溃的时候，她在地板上滚来滚去，不知道要做出哪个选择。

“当孩子内心出现大的冲突的时候，是特别好的探索自我边界的时机。”秦华说。

最终，在妈妈的引导下，小润想象着穿着漂亮演出服站上舞台的成就感（但要有不怕别人评判的勇气），和很安全但没登台的失落感，“你更想要哪个？”她最终选择了登上舞台。

“在做选择的过程中，孩子其实一直在碰触自己的边界，并有可能突破自己的边界。在这个过程中，她会慢慢知道，自己想做什么，能做什么，那个自我的边界在哪里，有没有一点点变大……这就是自我认知的能力，也是选择的能力。”秦华说。

“如果她选择了不站上舞台，你会怎么做？”我问。

“那就尊重她的选择，每个人都需要为自己的选择负责，这意味着要允许她体验选择之后的结果。有可能她会在台下觉得失落，也有可能觉得在台下很坦然，这都很好，因为这帮助她认识自己。”秦华笑着回答。

“而且，孩子的成长是个特别大的变量，今年不敢或不愿做的事，在准备好的时候孩子可能突然就愿意做了。一次选择不上台，不代表永远选择不上台。就算她永远选择不上台，只要这是她真心想要的，又有什么不可以？”我们大多数父母都下意识不给孩子

“试错”的机会，却暗暗期望他的一生都要做出“正确”的选择。



强调选择的“对”“错”本身就是线性思维的体现，一件事情的走向不是一条线，只有好或者坏，对或者错。除了伤天害命的事情，人生中很少有哪一个选择会真的毁掉一生。但是“没有选择的能力”却会让人举步维艰。

“在教养孩子的过程中，我也会时时陷入自己的‘自我’（ego），难免会因为想要培养出‘好孩子’而想要控制他们的选择。”秦华很坦然。

“我一方面告诉自己，我又不是神，有这样的想法很正常。另一方面，我会跳出来看看我养育孩子的目标：到底是希望他们成为我拿得出手的‘展品’，还是独立自主可以为自己负责的人？如果是后者，我就必须接受在这个成长的过程中，他们会屡屡做出我不一定认同的选择，执意按照他们的意志行事。每次我这样看向目标，很多烦恼就迎刃而解了。”

职业教育的树干：认识职业的本质和外部世界运行的规律

我们小时候接受到的职业教育，包括前几年大热的儿童职业体验项目，都有一个误区。我们告诉孩子，护士是照顾病人的，消防员是救火的，警察是抓坏人的……可这些只是职业的表象，真正的职业教育要更加深入，让孩子认识到职业的本质是什么，并培养他们的创业者思维。

“职业的本质是价值的交换。”谈到如何认识职业和现实世界时，秦华说，“我们要让孩子看到，在每个职业的表象下，价值的交换是如何发生的，双方各自的成本和收益是什么，钱是怎么流动的。”

秦华的儿子小朗10岁，经常问关于爸爸妈妈职业的问题，还去了爸爸的开放日了解爸爸的工作。全家人会一起讨论爸爸妈妈的职业如何呈现，客户是谁，如何挣钱，包括父母的收入结构。

小朗知道妈妈是自由职业者，收入按小时收费，爸爸挣年薪。孩子把爸爸一年上班的时间算一算，除到每个小时，发现爸爸每小时比妈妈挣得少啊！

他对这个结论感到有点奇怪，因为妈妈的总收入并不比爸爸高。他继而了解到，自由职业者获取收入的前提是要有客户，只有服务客户的时间才能收费，但为了得到客户，往往需要花很多的时间和精力去做宣传推广，否则就无法保证一直有客户。而公司的年薪收入相对则比较安稳，还包含了带薪年假、保险等福利，不做销售的岗位也不需要为获得客户而发愁。

小朗看到妈妈一个人工作很辛苦，于是问妈妈：“你这个老板怎么一个员工都不雇啊？”秦华说：“我自己收入不稳定，不知道是否够钱每个月付工资。”小朗沉思片刻后说：“你雇的人得确保能为你赚到比他的工资更多的钱呀！”他似乎已经明白：要想获得收益，就要为他人创造价值。

在这些讨论的过程中，孩子对真实世界的运转规律有了认知，在买东西的时候也大概会考虑性价比，对于贵贱有了更直观的了解。

另外，小朗一开始并不理解为什么那么多人不喜欢自己的工作还要继续做，他觉得不喜欢就不做了呗！通过和妈妈的讨论，他也慢慢知道，从事一份自己喜欢的职业未必是那么顺理成章的事，还有一种叫做房贷的东西追随着人跑……在这个过程中，孩子会开始深度的思考。

“先让孩子了解现有的职业，然后引导他们认识职业的本质，今后他们就有可能开创出目前尚不存在的职业。”秦华说，“带着解决问题、服务他人的想法去创造价值，这就是创业者思维。”

小朗5岁时，学会了叠衣服。一开始他叠得兴致勃勃，于是他想到，“我可以去给别人家叠衣服来赚钱”。过了一阵子他兴趣下降，又琢磨：“我可以去教别人家的小孩子叠衣服，自己就不用那么累了，每次赚的钱也更多。”再后来他又想到：“我要是发明一架可以叠衣服的机器就好了，就再也不用干这么麻烦的事了。”

“从付出劳力，发展成培训，再到后来进入发明创造模式，这就是一系列的职业迭代啊！——完全不同的商业模式，收入结构完全不同，需要的知识和技能也不同。抓住机会和孩子聊这些，这不就是日常生活中的职业教育？”秦华笑着说。



秦华 Coach Lily

美国认证职业教练、儿童作家。北京大学光华管理学院学士，美国南卡罗来纳大学国际MBA，美国乔治华盛顿大学纪录片电影制作研究生证书。曾在美国著名金融机构房地美、世界银行集团任运营风险总监、财务官、全球房屋金融顾问；曾执导纪录短片在华盛顿独立电影节获奖；新著有童书《写给孩子的财商启蒙课》。公众号“华说职场人生”（ID: Coach_Lily）。



职业教育的枝桠： 成长必备的职业素养

“说是职业素养，其实也是做人的素养，只是这些素养对于职场是至关重要的。”秦华说，“我认为在孩子成人之前，有机会做一些真正的工作是非常必要的。在这个过程中，关于理解职场和职业素养这样的话题，就可以特别自然地代入，而无需停留在肤浅讲大道理的层面。”

秦华总结，必备的职业素养有如下几条：

- 秉持服务他人的思维方式；
- 坚持承诺，认真负责地对待所有工作；
- 尊重工作、尊重他人、尊重自己；
- 有能力自信地推销自己的服务

服务他人的思维方式是指懂得站在被服务对象的角度去发现痛点、寻求解决方案，从而为他人创造价值。这样的思维方式可以促进高效的价值交换，有的时候，交换的未必是物质和金钱，在某些情况下也可能是情感和成就感，但这些交换一定都是以帮他人解决问题为出发点的。

说到坚守承诺和尊重，无论小朋友还是大人，坚持都是一件有挑战的事，但这是职业素养中尤为重要的一点，孩子应该从小知道承诺意味着什么。尊重则意味着严肃地对待自己在做的事情，同时把自大的“我”放低，尊重他人和工作，也意味着尊重自己。

小朗有个双语公众号“朗里格朗”，开这个公众号的初衷是为了练习中文，同时和大家分享一些在美国学习和生活的素材。这个公众号，成了他开展职业学习的最初阵地。

“我觉得我们在强调内驱力的重要性时，也要懂得借助外驱力，在有内驱力的前提下，外驱力可以让事情更加顺利地进行并坚持。”秦华说，“比如对于小朗来说，公众号的点赞、打赏、评论、阅读量都是外在给予的动力，会帮助他坚持做下去。”

去年，小朗参与了“小多童书”一个录制英文有声书的项目，这是他的第一份工作，虽然没有收入，但是很正式、有标准。在反复重复、不容瑕疵的录制过程中，小朋友也有过不耐烦，这时妈妈就会将职业素养的第二、第三条引入，谈谈对承诺的坚守负责，以及对客户和工作的尊重。

推销的技能是我们小时候很少接触到的，中国人谦逊的传统价值观更是使很大一部分人对于自我推销感到十分不好意思。

“这真是一个非常大的误区。”秦华着重说，“我自己以前也会有这样的误解，觉得专家型的工作更加体面，对于销售有种隐形的轻视。直到我开始需要销售自己的教练服务，需要推销自己的书……我才意识到，销售真的是非常重要的环节，也这才理解，为什么在咨询公司、会计师事务所、律师事务所等机构，越是职位高的人，销售占工作内容的比例就越高。销售是职业素养中绝对不可或缺的关键能力。”

秦华对自我销售能力的定义是：“在清晰的自我认知的基础上，能够清楚表达自己能为他人提供什么价值、解决什么问题。”

“推销的核心不是彰显自己有多么厉害，而是我能做什么可以让对方从中获益。”秦华说。

小朗在帮“小多童书”录制了有声书之后，还通过自己的公众号来推销这套书，并从中获得佣金。小朗惊喜地发现，自己居然能够挣钱了！他高兴坏了，妈妈趁机引导，这次他看似只是通过一期节目就挣到了钱，但这都归结于平时用心做公众号积累下来的听众信任度，到了合适的时机，就实现了价值交换。所以，很多看似一夜成功的经历，背后其实是有长期的积累的。

对于太多钱会不会令孩子成为小财迷的问题，秦华说：“钱是一个中性



的东西，是价值交换的媒介而已，令它‘变好’或‘变坏’的是使用钱的人。一个充满爱的家庭能让孩子内心情感充盈，这样的孩子是不会唯钱至上的，家长不必过于担心。对钱这个概念的回避，反而会暗暗给孩子带来不正确的引导。”

秦华强调说：“在合适的时候，我们要让孩子看到价值链上的每个环节，创造产品的人、制作产品的人、销售产品的人、售后服务的人……他们在链条上怎么分别实现了价值交换。在一个真实的项目里了解到这些，真是再合适不过了。”

所谓家庭中的职业教育，其实是要放在生活中进行的。在我们的生活中，价值的交换时刻都在发生——日常消费、新闻事件、家长的职场经历……只要稍加留意，家长随时都可以和孩子讨论。

作为职业教练的秦华，回看自己曾在美国著名金融机构的管理经历，她的多重背景让她看到了经济学和生活之间的强大关联，因此，她写了一本童书《写给孩子的财商启蒙课》，得到了孩子和家长的极大好评。

这本书讲述的，其实就是怎样和孩子在生活中发起与经济学相关的对话，让孩子理解发生在身边的经济现象，并同时思考这个重大的问题：“如何在有限的资源、未来的不确定性中做出最优的选择？”这就回到了我们探讨职业教育时最核心的内容：“在自我认知的基础上，摒弃线性思维，学会选择。”

人生不止一个唯一正确的答案，学会选择并承担责任才是活出丰富人生的根本。就好像一棵树，只有枝杈繁多，才可能花繁叶茂，硕果累累。



阿褚 Mavis Chu

前500强企业的公关人，转型成为全职妈妈后又重回了职场。家有双娃，兴趣广泛、热爱写作，认为美好生活应该如切割细腻的钻石，愈多面愈闪烁生辉。

又是一年毕业季，据央视报道，今年全国有超过800万毕业生即将开始新的求学之路，也即将迎来新的生活。在越来越大的竞争压力下，相信每个考生都有着自己的打算和考量。在这人生的十字路口，不少同学也表现出了对专业和未来职业选择的踌躇与不决。本期《菁kids》特邀北京英国学校顺义校区（BSB Shunyi）的校长Richard Thornhill先生和我们分享他们在指导学生升学&择业方面的经验与建议。

升学择校，不打无准备之仗

Be Prepared to Face the Future

采/译/文：Frances Ji 编：曹新星 图：Dave's Studio、学校提供

在北京英国学校顺义校区，学生可以在9年级（IGCSE选科年）和11年级（IB选科年）开始选课时，以及在接下来几年的学习过程中，向学校的“升学辅导团队”咨询如何选择和规划自己的课程，以此来制定适合自己的升学计划。辅导老师会根据学生的意愿与自身条件，建议他们选择适合自己的课程、专业，以及可申请的大学。学校会在整个大学申请过程中给予学生支持，也会指导学生如何撰写大学申请文书。

据Thornhill校长介绍，北京英国学校顺义校区（BSB Shunyi）的“升学辅导团队”主要由大学申请顾问（University Counsellors）、IB协调员（IB Coordinator）和导师（Tutors）组成，团队的主要任务就是为学生和他们的家庭提供专业的建议和指导，帮助他们在将来的升学或职业选择上做出最好的决定。



与此同时，升学指导团队的成员还会与各个顶尖大学保持良好的关系，这样可以确保BSB的老师随时掌握大学招生的最新动态，了解录取信息，以便为学生提供更加精准的升学指导。除此之外，对于申请有特殊要求的专业和大学的学生，学校也会有针对性地对他们进行一对一的指导，帮助他们打好“有准备的一仗”。

除了优秀的教师团队，学校丰富的“联络网”也为孩子们提供了多元的职业参考，特别是高年级的学生，他们在学校的日常学习、活动中，会有机会与来自不同领域、有着不同文化背景的人进行交流合作。在这一过程中，学生们也可以逐渐发现自己感兴趣的职业领域。其中，BSB的学生家长也是孩子获取丰富的专业知识和工作经验的来源之一。

此外，学校也会举办相应的活动与工作坊，与各大学、校外机构和企业合作，组织各领域专业人士访校，与BSB的学子们沟通交流、分享信息资源，探讨话题不局限于课程和大学的选择，还包括对职业、专业和未来就业等内容。老师也会根据学生们（单人或多人）的特殊要求和意愿，专门邀请相关领域的专业人士来学校与学生见面。去年，学校就联合《beijingkids》杂志举办了“旅行摄影师Dan Sandoval谈摄影”见面会，共有150名BSB学生参与了该活动。（见左图）

Thornhill校长表示，学校举办相关活动的初衷是想拓宽学生和家长的视野，给他们提供了解不同职业领域的机会。有了更加广阔和多元化的视野，学生就有更多的机会来找到最适合自己的兴趣和能力的专业和大学。

就像世界上没有两片一样的叶子一样，每个学生都是不同的个体。有些学生很早就有了对未来的想法，也一直在努力追求他们的梦想。为了实

现目标，他们会为自己制定非常详尽的长远计划。校长特意和我们分享了一个学生的真实故事。这位同学在小学时就立志成为一名飞行员，一直到他长大成人，这个目标从未改变。多年来，这位学生一直朝着这个目标奋斗，最后如愿进入了易捷（easyJet）航空公司工作。

然而，校长也指出，在初高中阶段，大多数学生对自己的学习和职业并没有非常清晰的规划，对未来也比较迷茫。这个时候，学校会建议他们先学习学校提供的广泛且均衡的课程，并保持开放的学习态度。

Thornhill校长强调，对于那些选择IGCSE课程的学生来说，9年级会是一个转折点。老师希望学生和家长从这个时候开始认真考虑他们未来的职业选择。这也是学校举办各种升学和就业指导活动的原因。学生们可以通过这些活动，获得相关的一手信息，并通过与在职专业人士的交流来探

索自己未来的发展（学习/就业）方向。对于大多数学生来说，这是他们第一次坐下来，认真地对未来做深入的研究和打算。

“通过这些活动，我们希望可以消除学生们的迷思，拓展他们的视野，帮他们打开‘新世界’的大门。”校长说。

他也谈到，“上大学”这件事的确会给一些孩子和家长带来焦虑。毕竟，这可能是孩子们第一次走出家门，远离家乡，开始独自生活。那么，如何走好第一步，如何避免可预见的错误，以及出现问题后学生该如何寻求帮助等问题，就成为了每个家庭高度关注的事情。

在选择大学方面，大学的学术水平是家长和学生考虑的首要因素。“学校的课程是否适合自己？课程是否有较高的学术权威性？学校是否与相关产业的龙头企业有合作关系？这些都是学生需要考量的因素。一所好的大学会与实力雄厚的企业、机构建立多种积极的合作关系，这样的机制可以在一定程度上给予学生更加丰富与高质量的实习机会，而这些实习反过来又会促进学生未来在该领域的就业。”Thornhill校长解释道。

最后，校长也给出了一些关于升学的参考建议。对于学生来说，选择大学有很多因素需要考虑，而首先要考虑的因素有三点：一是学生的愿望和梦想；二是他们对自己天赋、能力和资质的准确认识；第三，学生与家长的有效沟通也十分重要。家庭的支持会在孩子的求学生涯起到稳定心态的保障作用。家长应充分与孩子探讨每个所选学校的优劣，以及每个专业的利弊，认真倾听孩子的意见。

在Thornhill校长看来，在孩子的择校/择业过程中，长辈应起到辅助与支持的作用，不要将自己的意愿强加在孩子身上。用“过来人”的智慧引导学生做出明智的选择，并尊重孩子的想法，才是最高效的沟通之术。与此同时，不可忽略的成本问题也需要纳入考量范围，虽然有些学校会提供不同程度的奖学金，但某些国家的高等教育费用可能会更高。不仅仅是学费，生活费往往也是一个比较大开销。拿医学学生和建筑师为例，这些专业可能需要7年才能学完整个课程，这意味着更多的金钱和时间的投入，这些都需要纳入到择校的考量范围之内。





刘孜：让孩子做自己就好

《上海女子图鉴》剧照

Liu Zi: Let the Child Be Himself

采/文：颖新 编：曹新星 图：受访者提供

这两年，娱乐圈盛行中年女演员的“华丽”回归。她们不再是偶像剧里“尴尬”出演的年轻母亲，而是出场就气场二米八，能强势表达自我的独立女性。

今年，此类剧之首当推韩国的《迷雾》，女主角高惠兰为守住主播的位置，无所畏惧地与来自各方面的绊脚石做斗争。没有想到的是，有网友留言如果翻拍此剧，应该找刘孜出演。

因为她刚刚在《上海女子图鉴》里扮演了4A广告公司的女魔头斯嘉丽，容颜依旧，风采不减。刘孜在早年与程前一起主持过热门综艺节目《欢乐总动员》，也出演了若干影视剧。近些年，她的曝光率不高，却也没闲着，新身份增加了不少，成为了母亲、设计师、老板兼策展人。她说：“我反而比以前会演戏了。因为这几年做设计、当老板，见到形形色色的人，这才懂得了真正的生活，这些经历滋养了我，等风的过程其实是一笔财富。”

重要的是，得到充分滋养的刘孜，在与儿子的相处中，也变得越来越放松。演戏兼经营自己的设计师家居品牌Zi，刘孜在日常里能陪伴孩子的时间并不多，儿子却丝毫不减对妈妈的崇拜和喜爱。小家伙每天都会对妈妈说好几遍“I Love You”才肯入睡。在母亲节时，他给妈妈写了封信，信中写道：“我的妈妈不仅会设计东西，而且在跳舞方面非常与众不同！妈妈拥抱我的时候最开心……”

拒绝养育标准化的孩子

在北京东三环官舍，言几又书店，刘孜身着藏蓝色泛旧T恤、黑色舒适长裤，肩挎白色帆布袋向我走来，既不“明星”，也不“老板”。身形纤细，肤质嫩白，保养得很好。

前不久，业界高人专门为她指点迷津，大谈现在娱乐圈环境的不同，艺人该如何购买流量，吸引关注度等，她感觉像在听天书。“那些已经打

动不了我，也不是我的世界了，我这个年龄最重要的就是舒服。”她既体会过主持《欢乐总动员》一夜成名的巅峰时刻，也经历过热度褪去的平静，对名利很淡然。“我这张脸要留着买菜，我不觉得自己还需要多强的刺激。其实当你用心做自己时，你会发现一切都会变得很放松。”刘孜笑着说。

我们的聊天始于孩子的教育。刘孜一再强调，她唯一的标准或者愿望就是希望儿子不要成为标准化产品。“在这个底线之上，我绝对不去学别人做任何事情。我就做我自己，他也做他自己。儿子班上的学霸特别多，能自如地看很厚的英文书，弹钢琴也不用看谱子。我从来没有想过把他培养成和别人一样。在我看来，人最终都是要回到社会，历经所有的事情。我不是那种为孩子规划好成功之路的父母。做一个忠于自己的人，拥有有趣的大脑，在一生里完成自己觉得有意义的事情，就足够了。”

刘孜的儿子现在在上小学二年级。每星期打四个小时网球，踢两次足球，有两个小时的体能训练，他还想再学单板滑雪和街舞，是个十足的运动爱好者。刘孜曾与班主任谈过，班上有这么多爱学习的孩子，孩子会不会有压力。没想到儿子想的很通透，他告诉老师：“学霸周末都不能玩儿，我就做自己就好。”

作为忙碌的职场妈妈，刘孜认为，根本不存在所谓时间均衡分配的神话。“我不是全职妈妈，肯定要抓大放小。我不会去关注他字迹是否工整，参加的课外班对人生成长是否有帮助。我只会告诉儿子，回到家就先写作业，剩下的时间都是你自己的。我会不断强化，认真做好该做的事情，拥有自己的思考和判断。”比如，儿子踢球回来说困了不想写作业，刘孜会说，那就去睡吧！“不行，有非常重要的作业，怎么办？”“现在是睡觉时间，今天你因为踢球耽误了学习时间，完不成作业，这个你写在本子上，跟老师解释清楚就好。”刘孜把选择权交给儿子。后来，儿子哭着把作业写完了。而且因为这件事，儿子学会了时间管理，以后再也没有出现过类似的问题。“遇到问题我不会想着帮他解决，也不会对此焦虑。

很多时候焦虑都是人强加给自己的情绪，什么都想兼顾，并无限放大这种情绪。”刘孜说。

安全感来自做自己喜欢的事

在《欲望都市》里，女主Carrie说过，生活从来都不容易，每个人都有自己的荆棘，但是我们亦有自己小小的欣喜。可以鼓励自己，按照自己的心意努力走下去。与刘孜聊天就是这种感觉。你会诧异于是如此理性，目标明确到有些“硬梆梆”的感觉。她没功夫把自己淹没在生活的琐事里，也没有时间去感伤世道的变迁。“每天都在分泌肾上腺素”的她精力充沛地解决着眼下一个又一个有趣的问题。

她深谙无论是做母亲，还是做设计、当明星，首先是做自己。这条做自己的路径也是她披荆斩棘地走过来的，是经历了那种“一口气提到一半，如果不顶上去就会断气的绝境”后才逐渐坚定的。

年轻时做演员那会儿，刘孜有很多奇怪的行为。拍戏期间，她睡觉时不能有一点光透进来，窗帘要严丝合缝。每拍完一部戏，她就会不停地囤东西。牙膏护肤品，一买就是十几个。“其实，有些戏我不想拍，但不工作我会很焦虑，没有安全感。圈子里全是演员，大家都在拍戏，如果你没戏拍会很失落。当时，很多量变都没有机会完成质变，只是周而复始。”

后来，在她打算做设计师品牌时，又有很多朋友跳出来好言相劝，绝不能对外公开，否则外界会认为，你是拍戏拍不下去了才开始不务正业，会有各种质疑你的声音。“以前面对工作、情感上的各种问题，我首先考虑的就是逃避，实质性问题没有解决，那种不安全感一直存在。虽然这样拖下去也是一条路，不会像癌细胞迅速扩散，影响到生存，但我看到自己本质上的不快乐。我是一个愿意关注自己内心需求的人。做品牌这几年带给我最大的成长就是，遇到问题我第一时间想到的就是解决，再也没有逃避的想法了。”



我的育儿方法就是“抓大放小”。所谓“大”，包括爱的教育、良好的学习习惯、有趣的大脑和做自己。

这种日渐自信的感觉让刘孜感到欣喜。不久前，她和摄影师吴一苇刚刚完成了名为“不断不舍不离”的展览。刘孜很兴奋地讲述着，她们是如何“任性”地从无到有的布展经历，前后只用了1个月时间。“人家去日本青山都是买衣服，那阵子我经常去青山看穿孔钢板的设计，感觉非常美好。我常跟儿子讲，你买了心仪的玩具，快乐也就持续十几分钟。当你真正做自己喜欢的事情时，那种快乐是一辈子的。”

有趣，让我保持年轻

刘孜今年42岁，她没有避讳谈自己的年龄。

害怕衰老吗？或者怎么面对中年所带来的危机感？她回答得云淡风轻。“这个年龄，有太多细腻的情绪，太多不可言说的微妙，太多的情感挤压，太多的妥协，这些都比年轻更有意思。当你关注到这些时，你就会忽略自己笑起来究竟有多少道皱纹。”

她说，这并不是有意为之地给自己做心理建设。“这几年做品牌，我见到很多有趣的大脑，新思想不断地注入，把我的心打开了。当我做出不一样的表达时，突然间就觉得自己年轻了。我真的比以前更自信，大家也比较认同我看问题不一样的角度。以前有不同想法，我都不太敢讲，现在能大方地说出来，这就是我。对未知的探索，对自己的探知，让我觉得世界越来越有趣，自己越来越强大，我也找到了童心。我会把自己做事的积累和想法，在与孩子的交流中或多或少地渗透出来。我很放松、自信，他反馈回来的也是这种状态。”

带着这样的心态重返演艺圈，刘孜发现自己的选择反而变多了。“我不再看重演戏会给我带来什么，也不会太在意外界的反馈，喜欢就去做。”她现在做事情唯一的判断标准就是——有趣。“不做标准化产品就是有趣的开始。有趣让我的内心变得很丰盈，很年轻。这种激励让我觉得更加有趣，想要去保持这种状态，让有趣发生在生活的每一天。”

布置展览时，刘孜看着自己设计出来的温润瓷器摆放在粗粝的建筑材料之间，“它们就像一朵朵从焦虑中生发出来的温暖的花。”她更加清晰自己要做什么了。



你家孩子学琴吗？

Do Your Children Play Instruments?

采/文：Andrew Killeen、武嘉 译：武嘉 编：曹新星 图：家庭提供

如今，学琴几乎成为孩子音乐学习的代名词，除了极少数拥有“音乐神童”的家庭，有关孩子学琴的各种吐槽可谓每家必备。让孩子们练琴有困难吗？你的孩子参加过音乐考级吗？如果孩子打算放弃学琴，作为家长的你作何反应？菁kids就这些问题，采访了来自中西方的家庭，让我们看看不同文化背景下孩子学习音乐的日常。

你小时候玩儿过乐器吗？

我小学时学过一段时间的小提琴。那时候找一个小提琴老师挺不容易，因为老师搬家，我学了一年就停了。后来，我上大学的时候被吉他深深迷住，著名的《爱的罗曼史》是第一曲我特别想掌握的动人旋律。他爸爸除了曾经练过一个月的二胡，没有学过其他乐器。

你的孩子会演奏乐器吗？如果会，是从什么时候开始学习的？

我女儿和儿子从幼儿园就开始学习钢琴。他们每周一节课，每节课一小时，但是不怎么练琴，除了课上那一小时。后来我们搬到国际学校附近，一位新的钢琴老师为孩子们带来了一个全新的视角。学校里的各种音乐会给孩子们也有很大的影响，因为他们能看到很多同学会各种乐器。尤其我女儿思琪，深深地迷恋着充满魅力的旋律。从此，她开始疯狂地学习钢琴和相关音乐知识。她在杨鸿年合唱团学习了八年，经常随团在国家大剧院和中山音乐堂演出，还曾赴意大利参加国际比赛，由此奠定了很好的和声基础，后来就开始自学作曲。

让孩子们练琴有困难吗？

没有，因为我从不强迫他们练习。

孩子们在公共场合演出过吗？

是的，他们常在学校、社区演出，也为公益活动做过表演。

孩子们参加过音乐考级吗？

是的，我女儿优秀通过了英皇八级乐理和演奏，我儿子今年也准备考八级。

如果孩子们打算放弃学琴，你会作何反应？

我认为如果孩子们不能感受到音乐之美而放弃，这是他们自己的选择。父母的责任，是在有条件的前提下为孩子们尽可能打开很多窗口，让他们看到窗外的美景，至于选择哪一朵鲜花，是孩子自己的选择。

爸爸 (James Chen) 和妈妈 (Linda Li) 双双清华毕业，爸爸在汽车行业创立了自己的公司，平时喜欢唱歌。妈妈现在全职在家，同时经营着自己的咖啡厅和西餐厅，喜爱唱歌和歌剧。女儿陈思琪和儿子陈瑞恩就读于北京顺义国际学校 (ISB)。思琪聪明幽默，对音乐如痴如醉，特别喜爱古典音乐；瑞恩内向深沉，超爱足球、羽毛球，因爱看动漫，对动漫音乐非常着迷。

孩子们喜欢听什么类型的音乐？

古典和流行音乐。

你对孩子们喜欢的音乐，或者他们对你喜欢的音乐，有不同意见吗？

没有，我认为每一种音乐都有它自己的美感和魅力。

音乐对你的家庭生活有什么影响？

音乐对我的生活非常重要。我家每个区域都安装了背景音乐系统，小音响室里也有卡拉OK，就是为了和家人朋友们一起唱唱歌，或者听听音乐会，看看歌剧，作为生活中的一种放松。

你认为音乐对孩子的未来很重要吗？

是的，当我快乐或悲伤时，音乐都是我最好的朋友，我相信对孩子来说也是一样的。



你小时候玩儿过乐器吗？

小时候，我在法国当地一所音乐学校学过音乐。在那里，我先从理论课程开始，学习如何解读音乐，接着练习一种乐器。当时我选择了萨克斯，十几岁的时候，我还自学了吉他。

你的孩子会演奏乐器吗？如果会，是从什么时候开始学习的？

令我们惊讶的是，两个儿子都学了大提琴。弟弟Romain才刚开始学习，而哥哥Paul是从三年级开始学习的，那时他才8岁。值得一提的是，哥哥的演奏水平一直在提高。当Paul开始练琴的时候，我认为他很快就会放弃，因为学习大提琴对小孩子来说并不容易，但是因为学校的大提琴课和Paul自己的努力，他一直坚持到现在。

让孩子们练琴有困难吗？

是的，他不是每天都能做到，有时他宁愿去打电子游戏。但他喜欢练习，也喜欢在家人面前展示自己的进步，有时他会在我们和法国的家人Skype的时候表演。他们的祖父是法国前职业萨克斯手，祖父喜欢听孩子的演奏。家人总是给予他们很多的鼓励。

孩子们在公共场合演出过吗？

事实上，在学校里Paul经常和管弦乐队一起演奏，在钢琴师的伴奏下，他还在在同学和家长们面前单独表演过。首次独奏对他来说是一个很好的经历，虽然那对他来说并不容易，他很紧张。另外，和其他乐手的合作也很有挑战——既要保持节奏，又要演奏准确，事后他自己也为此感到骄傲。即便他仍然会在演出前感到焦虑不安，但我想他会因此得到更多信心，这也将有助于他的个性发展。

孩子们参加过音乐考级吗？

到目前为止，他们只需通过面试就能进学校的管弦乐队，所以没有参加过考级考试。但是，如果我们离开北京，想要获得同等待遇或进入专业的音乐学校，音乐考级是我们必须考虑的事情。

如果孩子们打算放弃学琴，你会作何反应？

首先，我会有些失望，因为我相信演奏音乐是一种很好的自我放松的方式。但是，我会尊重他们的选择，因为我不想让学习音乐成为一种负担。我和太太都认为不论是练习还是演奏音乐，都需要自己感到有趣，能够去享受它，并从中获得愉悦感。我一直相信，音乐将会为孩子们未来的生活锦上添花。有时，我们会在有心情时，合作个二重唱。我希望有一天可以和孩子们合作，演奏我们自己创作的歌曲。

Jean-Baptiste Bezelgues和当老师的妻子Celine来自法国。他们是2012年来到北京的，当时Jean-Baptiste被雀巢公司外派到这里。他们的儿子Paul（11岁）和Romain（9岁）都就读于北京顺义国际学校（ISB）。



孩子们喜欢听什么类型的音乐？

Paul喜欢许多不同风格的音乐：摇滚、说唱、流行音乐，甚至一些法国歌曲（深受我和他妈妈的影响）。我们全家喜欢一起去听音乐会。我们带孩子们去听古典、爵士或摇滚音乐会，他们似乎也特别喜欢现场演出。

你对孩子们喜欢的音乐，或者他们对你喜欢的音乐，有不同意见吗？

我喜欢摇滚乐、布鲁斯和爵士乐，Paul喜欢说唱和流行音乐。这让我们有时对歌词或演奏者的演绎有不同的看法。不过有时，全家人也会被迫去欣赏Paul的音乐；Paul很高兴与我们分享他的音乐，即便我们不像他那样热情高涨。我们尊重并鼓励他聆听和发现新的艺术家。

音乐对你的家庭生活有什么影响？

音乐无处不在：早餐桌上的收音机，车里放的歌曲，写作业时的轻音乐，还有晚上家里的大提琴和吉他演奏。我甚至还会在家人熟睡之后，带上耳机弹奏我的吉他……

你认为音乐对孩子的未来很重要吗？

音乐是一种美妙的社交性语言。我的意思是，它是一种共通的语言，能够将不同文化连接在一起。你会发现，不管来自哪个国家，两个对音乐有着同样热情的人，会有很多相同之处。

走进有机生态农场， 爱上生活本来的样子

Growing Organic Vegetables

采/文：武嘉 编：曹新星 图：武嘉、Jing R.



众所周知，查尔斯王储在格洛斯特郡（Gloucestershire）的海格罗夫庄园（Highgrove）建起一座有机农场，在这里，优雅的王储变身实实在在的农夫，亲自打理农田、耕种栽植。据说在侍弄植物时，查尔斯还会跟它们说说话，庄园里处处都能感受到“有机”的气息。

在北京，也有着这样一位“植物痴”老外Thomas，他和中国太太Holly一起，在工作之余，用心经营着一个生态农场，并身体力行地传播着可持续的生活方式——用自家有机种植的草本植物手作各种美食和护肤品，更为孩子们提供和大自然连接的双语亲子生态课程。



认识Thomas和Holly是在今年3月法国文化中心举办的“种植吧小园丁”公益项目活动。当时，他们二人和一诺的妈妈安娜都作为特邀嘉宾参与活动，Thomas还在现场生动有趣地为大家讲解了土壤对于种植蔬菜的重要性。他们实践生态种植的农场有50-60亩大田，其中种植的药用植物占80%，蔬菜占20%，果园里更是有600棵苹果树。

特别值得一提的是，农场采用“恢复生态式有机种植”方式，不仅以非化学方式建立生态系统，而且模仿各种自然系统，专注于调整土壤中的有机物质，包括微生物群。此外，农场更坚持可持续发展的方式，将经济收益留在原材料产地，并提供亲子教育和自然体验课程。

这些内容深深地吸引了我，不禁感慨在“城市森林”长大的孩子们，很少有机会接触大自然和土地，对农作物和花草的种植更是知之甚少，很少有小孩能目睹一颗幼苗从土里冒出到渐渐茁壮、开花、结果的

过程。这种生命教育对如今的城市孩子来说，不单是一种有益的补充，也是很好的启发，教会小朋友去敬畏和热爱生命。

活动结束后，我和Holly相约在农场今年春季的第一堂生态课再见。生态课当天，Thomas和Holly以有趣的理论课开始：关于播种育苗的知识，温度、阳光和水三要素的重要性和关系，什么是打垄准备移栽定植，为什么一年之计在于春，以及春季可以吃到的果蔬……让大家对今天的实践部分有些初步认识。

随后Thomas和Holly带领大家亲身体验了打垄、播种和有机堆肥的过程，更指导孩子们采集土壤样本，陪伴孩子在显微镜下观察微观的世界。孩子们聚精会神地辨认着哪个是细菌？哪个是真菌？哪个是线虫？还不时发出惊喜的叫声！孩子们不解：这些微生物到底和我们有什么关系？原来，它们就是为我们吃的食物、药材和穿在身上的植物纤维传送营养的“关键角色”。

令大家兴奋的还不止这些，孩子们最爱的环节是亲手做一顿有机午



餐——农场自种有机沙拉配Thomas自制酱汁，主菜是有机牛肉汉堡。好吃程度看看孩子们的表情就可想而知了！

要知道，这沙拉里面的叶子是根据百草园各种菜叶的长势，精选其中7-10种混合在一起；就连沙拉里的花也是可以食用的！金黄色的花是金盏菊，红色的花是旱金莲，它们不但让沙拉更加悦目和美味，还营养丰富，有益健康。沙拉用酱汁更是丝毫不含糊，是Thomas特制的烤甜椒油醋酱，辣椒酱则是益生菌发酵而成。

说到这些健康美味的有机食物，就不得不提每周末在亮马桥官舍地下一层举办的F2N Market。这是一个提供京城本地农场产品零添加美食、匠人手作和环保时尚作品的小众市集。身为吃货的Thomas和Holly每周末都会出现在这里，和大家分享百草园出品的应季有机美味和护肤品——金牌罗勒酱、经典牛排酱、固定客户偏爱的花生酱和杏仁酱，以及手工玫瑰、茉莉、橙花等精油润肤水，如果运气足够好，还能碰上新鲜出品的自酿果酒。一聊美食，我这个吃货就有点刹不住了！

言归正传，一天充实有趣的课程，让大小朋友都对春天有了新的认知，甚至从发芽期的不同认识到每个人的不同，更深刻地理解了等待和自然规律的重要。百草园虽然持续提供四季生态课程，不过由于农场经营全靠主人的闲散时间，现阶段每个季度也只能提供少量周末课程。

一天的深入交流，让我在Thomas和Holly身上，看到了化繁为简、善待自然和热爱生活的样子。希望“草语者们”能够将生态种植、植物

与人类的关系、美食与健康，和可持续发展相关的生活方式、专业知识传递给更多朋友，让爱自然、爱地球、爱自己、爱美食、爱劳动、爱生活的我们，以自己的行动一点点改变身边的小环境。

30年前，英国民众认为查尔斯倡导有机耕种是种怪癖。今天，当生态耕作、有机理念成为大趋势，渗透到生活中的方方面面时，人们才意识到，当初他的选择是多么地有远见。如今查尔斯早已成为全球有机食品方面的领军人物，由海格罗夫庄园延伸出的生态农业，以及有机食品、个人护理产品已红遍欧美，销往全球。查尔斯甚至还写了本食谱——《the Elements of Organic Gardening》（中文名《有机庄园要素》），以四季来划分，向大家推荐每个季节适合吃的有机果蔬。

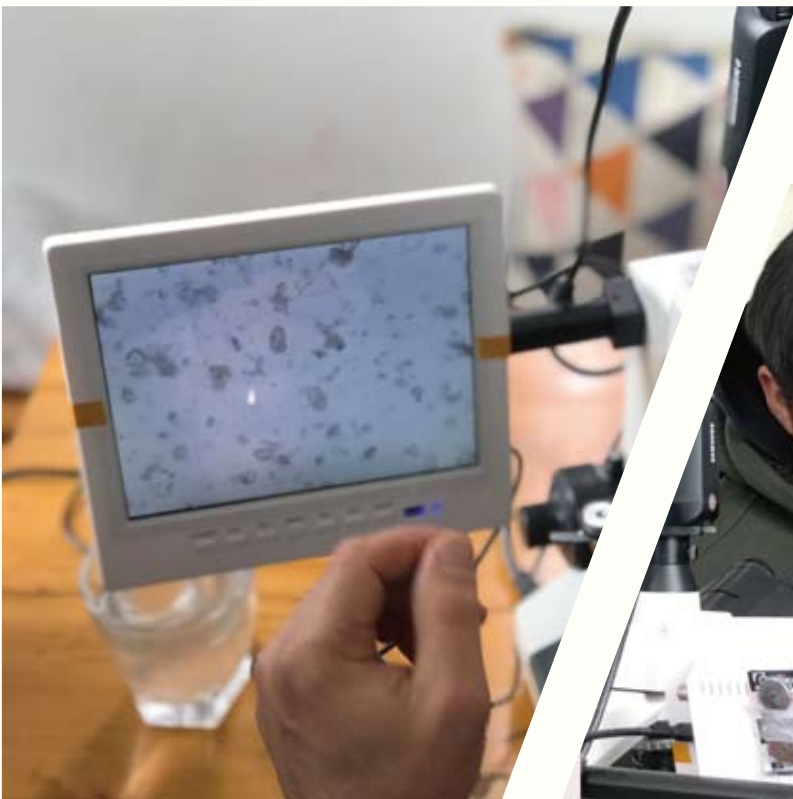
查尔斯王储在书中写道：“我只能说，出于某些原因，我感到如果不善待自然，无法保持一种平衡的话，她也会以相同的方式回报你。”

Thomas Avery Garran, 25年老中医，现在在中国中医科学院读博士。他是个不折不扣的植物狂人，对药用植物有深入的研究和实践经验。目前专注于用重建生态的方式做可持续农业种植。

Holly Wu, 在支持Thomas做农业的这些年，体会了土地的疗愈能量和自然的哲学。资深外企白骨精的她，摇身变成了田间地头一农妇，与Thomas一起创建自己的品牌“听草知语”，热衷于建立人与土地和自然的联结，带领身边朋友一起过上更健康、可持续的幸福生活。

Thomas和Holly的听草知语百草园

地址：北京市昌平区小汤山镇西官庄村村北 百鸣堂农场
公众号：tingcaozhiyu



酷暑时节的清凉运动 ——室内花样溜冰

Cool Sport in Summer—— Figure Skating

采/文: Toni Ma 编: 武嘉 图: Uni You

三伏酷暑，放了假的孩子如果不去夏令营，除了泡在小区会所的游泳池里，还有没有其他强身健体又解暑的运动可以做呢？当然，那就是——室内溜冰。

坐落于北京国贸商城的乐酷冰场，是首都最知名的面向公众开放的室内冰场。从小在大北窑长大的HIPPO是《菁kids》的撰稿人，如今85后的他已经做了爸爸。他回忆国贸冰场刚建起的时候，每到夏天，乐酷冰场边儿就是他和伙伴们消暑娱乐的天堂。随着2022年北京冬奥会的临近，花样溜冰等所有冰雪运动项目一起引起了大众的关注，也成为了家长们为孩子选择课外运动项目的新宠。

每个周一下午的四点到五点，北京京西学校（WAB）幼儿园大班的蕙蕙都会跨越半个北京城，在妈妈或者阿姨的陪伴下准时出现在冰场，跟着在国贸冰场执教近10年的周彬教练，上一对一的花样溜冰课。6岁的蕙蕙跟着周教练训练两年，从零基础到现在，她已经可以像模像样地滑出“前、后压步”，并做出颇具难度的“燕式平衡”动作。11岁的姐姐璐璐也是周教练

的学生，达到花样溜冰花式5级水平的璐璐，正在攻克“蹲转”和“一周半跳”等难度动作，是周教练带领的所有“大孩子”队伍中的领头羊。

周彬常年带的学生有20个左右，年龄在4到11岁之间，每个孩子平均每周一次一对一的私教课，加上周末三个小时的包场集体训练，这就把她的时间从周一到周日完全占满。周一至周五的每天下午三点到晚上十点，除了简单的晚饭时间，她几乎没有时间离开冰面。作为乐酷冰场最优秀的教练员之一，慕名来而为孩子约课的家长络绎不绝，而周彬却很少能挤出时间来给新的学员了。

那么，学习花样溜冰应该从何开始？有哪些注意事项？坚持练下去应该设定什么目标？从时间、金钱和心理上又该做何种准备呢？

我们带着这一系列问题，采访了周彬教练。

周彬出生在代表中国冰上运动最高水平的黑龙江齐齐哈尔市。拥有“美国ISI协会Gold级裁判员”资格的她，目前是国贸乐酷冰场的高级教练。从7岁开始学习溜冰的周彬，回忆起童年的冰上训练，更多是“艰苦”二字。那时候，东北的室内冰场资源有限，小小的她只能跟着教练和队友在东北冬天零下二三十度的室外冰场训练，冷到眼睫毛上都挂了冰霜。对她而言，那段经历艰辛之中穿插着美好的记忆：跟队友玩耍的快乐、完成难度动作后的成就感。

她18岁由运动员退役转到俱乐部做教练，曾任教于不同的俱乐部，来到乐酷冰场执教已近十年。作为教练，她坦言自己始终面临的挑战是：面对不同年龄段、身体素质和性格的孩子们，如何让他们从入门学习溜冰，到爱上溜冰，然后学好溜冰。

菁kids：孩子们学习花样溜冰最早应该从几岁开始？为什么？

小朋友开始学溜冰最早一般在4-5岁左右，但也不是绝对的，也有两三岁就能站在冰场上的小宝宝，主要还是看身体素质。这个年龄段孩子的注意力很难长时间保持，主要以培养冰感和兴趣为主。因为孩子没什么自我保护意识，所以我建议在专业人员的陪同下进行练习，保证他们的安全。

菁kids：孩子零基础初学习花样溜冰，应该从集体课开始，还是从一对一的教练开始？为什么？

我个人觉得，集体课更容易培养孩子的兴趣，相对来说也不会给孩子带来太大压力。但是也要因人而异，建议两种都试一下，选择最适合自己孩子的方式。

菁kids：孩子在初学花样溜冰时，应该购买什么样的冰鞋、服装和护具？可否推荐几个品牌和购买渠道？

先说护具：护膝、护肘、头盔、手套、护臀是必备的，初学嘛，安全措





施做得全面一些。

冰鞋和冰刀：如果决定开始坚持训练，一双属于孩子自己的冰鞋和冰刀是必须的，因为从冰场租来的冰鞋和冰刀不能完全贴合孩子的脚型，这样无法保证学习和训练的效率。

初级训练的冰鞋和冰刀：千元以内价位的就可以很好地满足初学者的训练需求，而且初级动作的训练集中在登冰滑行，所以冰刀应该是小齿的花样冰刀，当进入冰上跳跃动作训练的阶段后，就必须换大齿的冰刀和硬度更强的冰鞋了。

菁kids：在孩子掌握了基本的冰上滑行能力后，家长在决定让孩子进一步坚持这项运动时，应该做好什么样的准备？（请从时间、精力、经济投入等方面谈谈）

有了一些冰感后，一对一的课是必不可少的，要细致地进行基本功的学习。其次，设定一个目标很重要。例如：要用多长时间达到一个什么样的水平，或者参加一些比赛。家长应该和教练多做沟通，及时了解孩子的状况，

也会得到教练给予的训练计划。结合教练给的训练计划与自身的实际情况，做个合理的安排。比如，一周上几次课，配合做几次练习。

菁kids：花样溜冰可能存在的运动风险是什么？应该如何防范？

为减少运动损伤，每次上冰前的热身活动是非常必要的，这可以有效地减少肌肉拉伤、关节损伤等风险。初学者学习溜冰时，因为不了解，或没有专业指导，容易做超出自身能力范围的动作，导致摔倒或扭伤（穿戴护具可以降低风险发生）。有一定基础后，在学习难度动作时会有一定风险，要在教练的指导下，合理练习。任何运动都有一定的风险，在选择一项运动时也要有承担相应风险的准备。另外孩子学习溜冰时，要克服的心理障碍是不要害怕在冰上摔倒，没有摔倒哪有成功。

菁kids：通过教练的视角，什么样的孩子适合练习花样溜冰？什么样的孩子不适合？有没有所谓“生来就是属于花样溜冰这项运动的天才”？

在我看来，没有什么孩子是不能练习花样溜冰的。我们所谓有天赋的孩

玩出花样 PLAYING

子，主要体现在身体素质良好，例如：爆发力、平衡感、协调性、柔韧性。有这样好的身体素质，的确很适合练习花样溜冰，但是如果没系统的训练，面对困难的坚定意志，即使身体素质再好也是没有用的。反之，大部分孩子可以通过练习花样溜冰得到一些身体上的训练，甚至成为专业运动员。所以说，有一种“天赋”是每个人都可以有的，那就是坚韧的意志，只是看我们愿不愿意做到。

菁kids：根据你的经验，家长和孩子选择花样溜冰这项运动的目标通常是什么？有多少是冲着成为专业运动员的方向发展的？

因为花样溜冰是艺术与运动的结合，是综合性很强的运动。刚刚接触这项运动的孩子和家长们大多抱着锻炼身体，同时提高孩子自身气质的想法。在不断学习中，会有一部分人想要成为专业运动员，但这主要还是看孩子自身的能力和所付出的精力。

菁kids：家长在为孩子选择并进行花样溜冰这项训练时，通常犯的错误，或者常见的误区有哪些？

家长常见的误区有以下几点：

运动器材：初学者也要有一双自己的冰鞋，每个人的脚型，用力习惯都是不同的，就像你穿一双不合脚的鞋走路也是不会舒服的。适合的冰鞋可以节省很多学习过程中的弯路。

技术动作：急于学习难度动作，忽略基本功。任何事情没有好的基础都无法支撑你走得更远，急于求成，之后你会花更多的时间来练习。

心态：家长总是说以孩子的兴趣为主。的确，培养兴趣很重要，是学习一项运动的开始，但一开始的新鲜感过后又要抱着怎样的态度学习，在于家长的引导，人都是有惰性的，遇到瓶颈期也是常有的。有很多人就是在这个阶段放弃了，反过来没有放任自流，坚持下来的会走得更远。

菁kids：作为教练，让你最头疼的学生和家长是什么样的？

只上课，不练习！遇到这样的孩子和家长还是比较头疼的。我遇到过家长问我：“这个动作看着挺简单，为什么她就是做不到”。我说练得少，可能有些家长不理解，就是简单的练得少吗？细说下来是有技术方面的问题要解决，可是没有反复的练习，没有一定的熟悉度，是没有办法很好地支配身体的。体育训练不是简单的记忆学习，身体的配合是要反复磨合才能达到一个比较好的控制力。

菁kids：给我们讲一个你教过的出色学生的故事吧！溜冰给他们的生活和学习带来了什么样的改变？

我教过的很多学生都很优秀，真的是我的骄傲；也有很多是学霸，其中一个女孩，跟我学的时候已经小学四年级了，经过五年的学习和训练，达到了花式五级水平。10岁左右开始学算是比较晚的，可她很努力又用心，尽可能地挤出时间来冰场上课和练习。小升初的时候，她考到了北京四中，平时成绩在四中全校排名前50，甚至更靠前，了解四中的人都知道这是非常优秀的成绩了。

现在她在香港大学读书。她妈妈跟我说，在中学和大学的面试中，她在溜冰赛场上的视频都起到了关键的作用。对她来说，成绩和水平不是最重要的，重要的是她对这项运动的兴趣与坚持，录取她的学校也很认可她的这种精神。

菁kids：花样溜冰，除了冰上的练习，还需要进行哪些方面的辅助训练？

有很多辅助的训练，我们叫陆地课，分为几大类，包含：专项训练（针对冰上跳跃旋转的练习）、力量和速度训练、灵活性和协调性的训练、耐力训练。另外，艺术训练也是必要的，例如舞蹈的学习、形体的训练，以及培养良好的乐感。





特约家庭摄影工作室

OUFEIVISION
大女主的杂志封面

定制电话: 01068513408/15011395911
www.yshvision.com
朝阳区草厂桥路艺术之家D2

MIROUR 镜研

独创 智能 拍摄系统
2800万像素广告片级高清数码相机
3-5秒 / 张 出图效率
为您带来前所未有的拍摄体验

- 企业形象照 · 旗舰店
- 个人肖像照 · 亲子照
- 婚庆头像照 · 全家福

北京总店: 北京中 朝阳区 蓝调嘉力广场五层 502-1 镜研影像中心 010-5922 0447

北京旗舰店: 北京市 朝阳区 世贸商城北楼五层 5L5007 镜研影像中心 010-6561 8981

其它方式: www.mirour.com 400-888-0000

蓝思视觉摄影工作室
LENS VISION PHOTOGRAPHY STUDIO

地址: 北京市朝阳区麦子垌街22号二层南艺术区b1 c3-8
电话: 13911763989

大象摄影

品牌介绍:
大象摄影由著名人像摄影大师王太平先生创办,
本着创建世界一流摄影水平,
一流服务的儿童摄影,
儿童摄影结合慈善事业专意为贫困儿童献爱心帮扶需要帮助的儿童,
给更多孩子纯真的童年,
大象摄影 北京 有限公司是致力于高端品质的儿童摄影
俱乐部, 专业的拍摄手法, 用心记录最真实的感动。

拍摄地址: 北京市朝阳区西大望路珠江帝景B区1号写字楼(合生财富广场北侧) 2901室 2902室
拍摄电话: 010-58634808 18801186519 拍摄微信: 18801186519

DAVE'S STUDIO
大卫摄影

DAVE'S STUDIO

(KIDS/FAMILY/BUSINESS/FOOD/PARTIES/AB)

WWW.DAVESTUDIO.ROCKE

188128881 中文 / 1371028201 ENGLISH
ADD: HECHUANG VILLAGE, RED FACTORY B3
5 BING WALK FROM
HARROW INTERNATIONAL SCHOOL BEIJING

YIFEI FANG PHOTOGRAPHY 广告 / 肖像 / 静物 / 旅行
ad / portrait / still life / travel

WWW.YIFEIFANG.COM
info@yifeifang.com / 156 0027 8619 (中文/English)

“菁kids特约家庭摄影工作室”，经过菁kids认真筛选，为菁kids进行媒体图片拍摄，同时推荐给我们的读者家庭。

送娃上国际学校的家长们，你们水土不服了吗？

Chinese Parents' Great Expectations

我女儿就读于北京某所国际学校。这周，学校组织讲座，专门给小学3-5年级家长讲解刚刚出炉的ISA报告。

ISA全称为International School Assessment，是为了横向了解各校之间孩子的学习水平的一种测试，包括数学、英文阅读、记叙文英文写作和议论文英文写作，共四部分，全球很多国际学校参与其中。今年，全球参加ISA测试的学生共有75000名，来自73个国家和地区的359所国际学校。

平日里，学校组织的各种大小讲座不少，来参与其中的家长通常不是很多（很多家长因为工作时间排不开，或者家校有一定距离）。但是这天，整个讲座区域坐得满满的，家长们边听边提问，参与度和互动性可谓空前高涨。

为什么呢？

因为很多国际学校的孩子，在小学阶段是没有正式考试的，什么期中、期末考试，孩子们完全没有经历过。偶尔有个小考，也不能称作考试，最多就算是个随堂小测验，也仅仅是老师为了了解孩子们对某项知识的掌握程度而设，结果当然也就被老师私藏了，孩子们压根不会把这种小测验当回事，家长们更是无从知晓。

这就不难理解，为什么这次ISA报告一出来，家长会对着考试结果这么感兴趣了，因为大家都想知道孩子的成绩究竟处在什么位置。

从家长（中国家长居多）与讲解老师的问答中，不难听出双方在考试成绩的理解上有着本质的区别。

大多数家长的第一反应是关注孩子的分数和所处的位置，以及如何帮助孩子提高分数。而外国老师则比较客观，不会仅仅因为一年一次的考试分数而仓促判定一个孩子的水平，而是始终关注孩子整体学习的持续进步。

当然校方也会从中分析原因，使得教学更有针对性。总而言之，这份报告还是以参考目的为主。

其实，考试和分数是一路伴随着我们这一代中国家长长大的，不管我们现在有多不喜欢公立学校的各种大考小考和成绩排名，我们从心理上还是认可这种以分数评判孩子学习成果的方式，不论我们的孩子是在公立学校还是国际学校。

这也是很多送孩子读国际学校的中国家长所面临的最大的理念差异，尤其是小学阶段。

我曾听很多家长抱怨过学校不考试、没有成绩，因此无从知晓孩子的学习成果，再加上国际学校小学阶段孩子普遍家庭作业少，每天回家大把的空闲时间（暂不论课后班的话题），再看看孩子的数学、中文，貌似也没学什么东西，家长就开始水土不服了，原先送孩子上国际学校所期许的目标也全都丢掉了。

那么让我们盘点一下，国际学校小学阶段令中国家长们感到水土不服的都有哪些方面呢？

- 没有课本，不了解孩子在学校学了什么（尽管老师每周会发邮件）；
- 课表上除了中文、音乐、美术、体育，剩下大片的空白时间段，不知道他们在干什么；
- 没有班级老师家长微信群，不会有人随时告诉你今天发生什么了，孩子在学校表现怎么样；
- 没有考试，更没有考试成绩，不了解孩子在班级和年级中所处的位置（就算你去问班主任，他也不会告诉你）；
- 数学从来不讲求算得快和举一反三，掰手指头是家常便饭（如果你去问老师怎么提高孩子的计算速度，他会觉得你是外星人）；
- 中文识字、成语、写作没有哪一项看得过去（毕竟中文课时少，跟公立学校没得比），如果从一年级就进入国际学校，同时起步学中文和英文，他很有可能会告诉你中文太难了，甚至对中文产生了“恨意”，分分钟让你怀疑自



刘莹 (Beth)

皇城根下长大的北京人，在职场摸爬滚打近20年后，回归家庭陪伴女儿共同成长。爱读书、爱学习，更爱研究各种教育理念，崇尚自由平和的养育方式，目前是一名美国正面管教认证家长讲师。

己是不是生了个外国娃！

因为孩子在国际学校就读，我经常被身边的朋友和家长咨询。问及他们想送孩子读国际学校的初衷，大多数人会说，国际学校老师更尊重孩子的意愿，学业压力负担小，感觉孩子应该可以在快乐中学习和成长。

但是国际学校里作业少，不考试，当孩子真的“快乐学习”了，家长又不淡定了。

我自己就曾经感慨过，女儿学的、玩的越开心，我这个当妈的焦虑感就越强。这个真真切切是我在适应国际学校教育方式上的心路历程。

国际学校教授的更多是技能（soft skill）、引导探究式的学习（inquire-based learning）和如何学习的能力，而中国家长从小接受的是结果导向式的教育，我们总是忍不住拿自己对结果的认知，去衡量孩子们现在的学习成果，而忽略了他们优秀的一面。

而这正是中国家长们水土不服的根源，国际学校的教育方式让我们在短期内看不到期盼的结果。

那么国际教育的长期结果又如何呢？时至毕业季，正好我最近采访了几名今年的毕业生，给我感触最深的就是他们的内在学习动力、自我管理的能力，以及对未来的自我规划。

听起来，这不正是我们对孩子一直以来期许的吗？而在这整个过程中，家长们能够给孩子足够的时间，静待花开吗？

所以，但凡再有咨询我对国际学校感受的家长，我都会很坦白地告诉他们，作为家长，如果你不能从内心真正接纳国际教育，并做好准备，逐渐习惯国际教育的理念及方法，那么国际学校这条路未必适合你的家庭，注意是“家庭”，而不是“孩子”。或者你可以等到孩子上中学的时候，再重新考虑这条道路。

我周围很多家庭，在与国际教育磨合的过程中实行双轨制，白天孩子在国际学校学习，放学后送到课外机构或者在家请家教补习数学、中文、写作、语法等等。再往后，补物理、化学，各科都有。双轨制的家庭感觉更像是那些移居海外但又水土不服的人群，呼吸着国外的空气，却依旧吃着中餐。

但是，双轨制也确实是很多家庭的现状。如我这般不报补习班，完全散养的家长真是少之又少，好在我想通了需求——孩子能够快乐学习、认真玩耍，而我可以接受她成绩不拔尖，立志做到不当焦虑的家长，只要她保持探索的热情就够了。

对于身边大多数的双轨制家庭，其实我也无可厚非。在我看来，只要家长和孩子能客观地看待两边的学习方式和目的，真正做到大人不焦虑、孩子不抵触，那么国际教育+家庭个性化的额外学习，未尝不是孩子教育的另一条出路。

对于那些之前咨询过我的家长们，我通常会建议他们多了解国际学校的方方面面，再认真考虑一下，是否真正认可国际教育，是否有足够的耐心和包容度，让孩子在这样的教育方式下成长。

剥开表面的美好，每个中国家庭都会经历一个水土不服的阶段，做好准备迎接它，保持一颗开放的心，抛开我们脑袋里的套路（我们自己接受的教育方式，已经是几十年前的方法了），不要把我们因水土不服产生的压力和焦虑转嫁给孩子，记得我们是想要他们更快乐地学习，学会学习的能力。


对于家长而言，跟随孩子的脚步，自己本身也要经历一个学习的过程。慢慢的，你会发现，你已经追不上孩子的脚步了。

陪你们，行游绝美徽州

A Nature-Oriented Trip to China's Countryside

文、图：龚勋 编：曹新星





一生痴绝处， 无梦到徽州

在火车上，我就开始幻想徽州的美景。然而，真正坐上车前往度假村途中，我们还是被窗外的景色惊艳到了。车子在大山间穿行，满山的青翠竹林，路边郁郁葱葱的灌木，山野间时隐时现的徽州古村落，还有点缀在田野中一片片的油菜花。连平时最挑剔的爸爸都赞不绝口：“这儿真是太漂亮了！”以我的旅游第六感，这将会是一次完美的旅行。

到达度假村后，按照每次出游的惯例，全家会开展度假村探索之旅。我这次选的住处是黄山悦榕庄，一来是因为悦榕庄的别墅房型非常适合亲子出游，孩子们有自己的卧室，大人们完全可以享受自己的空间；二来黄山悦榕庄是徽派建筑风格，借助地势，房屋高低错落，非常别致。度假村各项设施比较新，绿化和景观也都还是不错的，美中不足的是，整体公共设施和绿化面积比例有点失调，园林景观显得有些少。

值得一提的是，悦榕庄大堂的清风吧有一个开放露台，视野极好，可以远看群山，近看卢村。我们到时正值黄昏时分，坐在露台的户外沙发上，呼吸着清新湿润的空气，一切美景尽收眼底。我不禁想起那句：一生痴绝处，无梦到徽州。

当晚，我们在酒店餐厅吃晚饭。红烧臭鳊鱼、烧毛豆腐、清炒马兰头、烧土鸡、毛峰炒鸡蛋，再加一个徽州炒饭，每样菜都很好吃，特别是清炒马兰头是第一次吃，就连原本抗拒吃蔬菜的孩子们竟然都非常喜欢吃这道菜。看来徽州真是有魅力啊！

这场旅行缘起于我无意间掉落的一张宏村明信片。5岁的儿子Leslie帮我捡起来，问我这是哪个国家，他觉得很美。我告诉他这个地方叫宏村，是世界文化遗产，就在中国。他微笑着看着我说：“我们能去那里旅行吗？”

一个月后，我们一家四口真的坐上了开往黄山的高铁。六小时的车程对于5岁的Leslie和2岁8个月的Ivy（我的小女儿）还是有一定挑战的。为了让孩子们安静、平和地度过无聊的高铁时间，我特意给孩子们准备了涂色书、白纸、画笔、小型汽车玩具、几本小绘本和扑克牌。在这枯燥的六小时里，孩子们既没有依赖任何电子产品，也没有吵闹不休影响其他乘客，而是轮换着玩玩具和画画写字，中间还吃了火车上发的小点心、水果和盒饭。我们全家就在这样愉快的气氛中，不知不觉到达了黄山。



西递是一首诗， 宏村是一幅画

第三天一早就开始下雨，我们冒雨先去了西递。这里几乎没有游客，我们打着伞，细细品味着西递的美。两个孩子很喜欢雨，他们甚至跑出雨伞，淋着雨奔跑在西递的石板路上，看到村里的鸭子、鹅、土狗，就无比兴奋。孩子们在雨中尽情享受

受着这个新奇而又美丽的古村庄。没一会儿，衣服都淋湿了。我们找了一家咖啡馆，孩子们一边喝着热乎乎的巧克力，一边在店主的留言簿上画画、写字。我和爸爸则一边喝着黄山毛峰，一边欣赏着雨中的西递。

将近中午时分，我们赶到宏村吃午饭，就在月沼湖边的得月楼。据说，这个饭馆也是上过“舌尖”的。外面下着雨，食客很多，我们还算幸运，饭馆里正好还剩下最后一张桌子。由于我们鞋子裤腿都湿乎乎的，感觉特别冷，我担心孩子们感冒，就点了一份石耳土鸡汤。对于孩子们的玩性我一直是很支持的，所以下雨天淋雨、踩水坑，我都没管。当然，我也会后怕孩子们会不会生病，比如现在赶紧点锅土鸡汤驱寒。但也许正是我这种粗枝大叶的照顾，反而令孩子们的体质很好，他们很少生病，能抵抗住旅行中的各种折腾。

午饭后，大家身体暖和起来，也恢复了体力。Leslie玩起了雨伞，他想用伞在月沼湖里搅水。我马上提醒他说不可以。我告诉他，这是非常古老的村庄，这里面的一切都是很珍贵的，需要保护，你可以欣赏，但是绝对不可以破坏这里的任何东西。我不知道Leslie是否真的听懂了我的意思，但是我确实希望孩子们既能够释放天性，又明白事理，懂得尊重他人。

雨越下越大，我们只能遗憾地草草结束游览，返回度假村。一进房间，我就在大浴缸里面放上了热水，让孩子们在浴缸里泡澡玩水，暖和身体。屋外凄风冷雨，屋内温馨欢乐。此时此刻，我感受到的是来自孩子们单纯美好的小确幸，他们拥有随时随地让自己快乐的能力！

峰奇石奇松更奇，云飞水飞山亦飞

第二天一大早，我们就前往闻名遐迩的黄山。由于带着两个孩子，不能长时间爬山，我们决定从玉屏索道上山，先去看迎客松，再去爬光明顶。那天的天气可以用“波诡云谲”来形容，在山脚下时还是太阳当空照，一派和煦。可是，坐缆车上山一半时，就开始天空阴沉，雾气氤氲，非常奇幻的感觉。

出发之前，好多亲戚朋友就泼过我冷水，说带这么小的孩子怎么爬黄山！然而，孩子们总是会带给我惊喜。Leslie全程自己爬山，非但没有喊累，反而一路都充满激情和能量，一直走在最前面；Ivy一路跟着我们，只有偶尔需要抱抱，绝大部分时间都是和我们手牵手爬山。

爬了3小时，到达天海时已是中午12点多，我们遂决定在这里吃午饭。带孩子出门旅行，我最担心的就是食品卫生问题，我们放弃了路边的小吃摊和小面馆，选择了这里最大的白云宾馆吃午餐，点了黄焖双石（石鸡、石耳）、火腿笋干煲和徽州汤面。让人惊喜的是，菜做得非常美味，两个孩子爬山累了，胃口很好，几乎把火腿笋干煲吃光了，每人还吃了两碗汤面。看来有了爬山这项体力活动，“妈妈再也不用担心我吃饭了”！

这次黄山之旅，虽然我们最终没有爬到光明顶，但是全家人都感到特别满足。两个孩子凭借自己的努力爬了山，欣赏到了黄山最著名的云海、奇松、怪石，这是属于他们自己的一份珍贵记忆。

竹海与木雕楼

第四天，我们选择了几个相对小众的景点，只为避开清明节的大批游客。第一站是去木坑竹海，据说这里是电影《卧虎藏龙》的拍摄地。满山的竹林、蜿蜒的小径、清澈的溪水，非常幽静。有了前天爬黄山的经验，两个孩子爬这座小山更是不在话下。途中遇到两只小土狗，孩子们便和小狗们一起爬山。有时是孩子们爬得快，小狗们贪玩，孩子们就等着小狗；有时又是小狗们跑跑跳跳超过孩子们，孩子们就呼喊着追赶小狗。这两只小狗一直陪我们爬到山顶的木坑村。在山顶，我们发现了一家很有情调的民宿兼咖啡馆，在这里登高看竹海，更有感觉。店主就是土生土长的木坑村人，他告诉我们，这个山其实叫“留云山”，顾名思义，有云雾的时候，这里会汇聚云雾而不散去……

第二站我们去了塔川，更准确地说，我们是去了塔川的观景台，在那里俯瞰塔川村和周边的田野。薄薄的雾气笼罩在山林间，塔川古村朦朦胧胧，让我不由联想起了吴冠中的画作。

中途在宏村的后门，我们找了家当地人常去的饭馆吃午饭。这里是看着冷柜里的食材点菜，老板特别推荐了他自制的葛粉珍珠丸子，果然非常好吃！红烧河鱼、家常豆腐、五加皮炒土鸡蛋，样样都美味。Ivy在吃饭过程中竟然睡着了，我们就把两个椅子对在一起，直接放在椅子上睡觉。我觉得这种艰苦也是旅行的意义之一，我的两个孩子从很小就开始跟着我们去世界各地旅行，经受过一些所谓的艰难困苦。但其实，孩子们往往都拥有强大的适应能力，他们正是通过克服困难、体会艰辛来学会坚强与独立的。

第三站，我们来到了悦榕庄旁边的卢村。卢村最著名的就是木雕楼，它是徽派民居的精华。卢村木雕楼实际上是由七家民居组成的木雕楼群，主要包括志诚堂、思济堂、思成堂等宅院。卢村虽然没有宏村、西递古村落保持得完整，但是贵在韵味古朴，几乎没有一丝商业气息。孩子们喜欢这里的小桥流水，喜欢穿行在细窄的古墙夹道中，喜欢古宅后院的小花园，一玩起来就忘记了时间。

田园诗画乡村——唐模

这次旅行的最后一天，我本想去赏棠樾牌坊，不过在司机的强烈建议下，最终我们去了唐模。唐模也是一个具有浓郁徽派文化的古村落，很符合我们对小众之地的要求。村内小桥流水，房屋古建保存完好，最难得的是村内还建有精美高级的园林景观。孩子们沿着水街前行，在小桥上跑来跑去，路边有农民晒晾的腊肉、腊鸭，还有村民在河水中捕小河虾。孩子们尤其对捕虾感兴趣，站在路边盯着看了很久。从小生活在大城市中的孩子，对于大自然、小动物、农村的生活环境和生活方式，总是充满着极大的热情和兴趣，作为家长引领孩子们多看、多接触、多感受，也许就是我们能给孩子创造的最大财富。

当天下午，我们坐上了返京的高铁，离开了美丽的徽州。这次旅行时间虽短，但留给我们回味和怀念的东西太多了。

我特别喜欢电影《一代宗师》中的一句台词：“习武之人有三个阶段：见自己，见天地，见众生。”对孩子来说，生活也是。我愿意陪我的孩子们见识我们所生活的这个星球，与他们一起感受不同的文化与信仰，引领他们去探索精彩纷呈的奇妙世界。旅行让孩子们成长，学会爱与尊重。而我，已经在期待下一次旅行了。



龚勋，北京人，毕业于中国人民大学历史系，少儿图书出版人，热爱生活，痴迷美食，酷爱旅行，钟情推理。从2013年起荣升妈妈，目前有两个孩子，大儿子Leslie 5岁，小女儿Ivy 2岁8个月，两人均就读于哈罗北京。



来自北京世青国际学校 的学生艺术作品

Student Artworks from Beijing World Youth Academy (BWYA)

图、文：学校提供 编译：Frances Ji



Julia Park, 12年级, 《Awaiting (triptych)》

“我的作品反映了等待、爱以及现实的痛苦。我希望观众可以对我刻画出来的人物产生怜悯和同理心，从而联系到他们过往的类似经历，让观众以自己的经历出发，重新认识自我，并以他们自己的视角重新解读和诠释我的作品。”



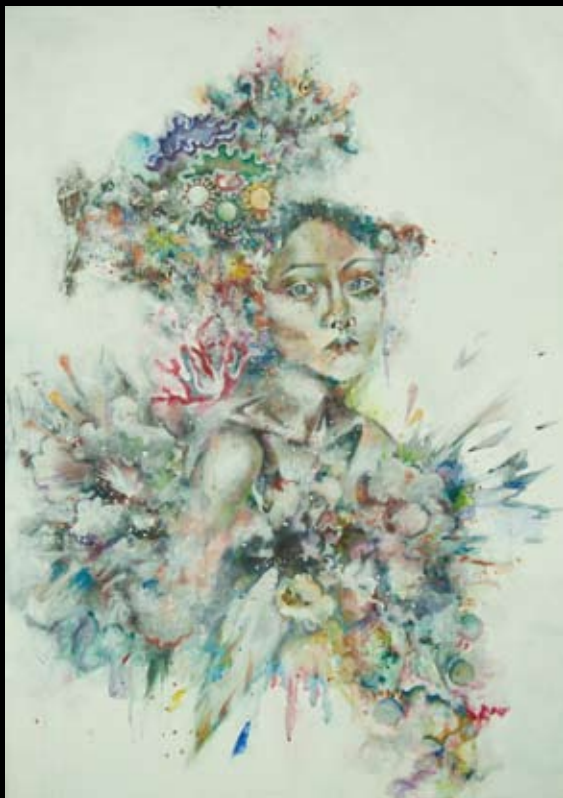
Julia Park, 12年级, 《As Above so Below》

“这副作品围绕着‘我的生活’展开。我想向观众传达出一些我的日常经历、思想和感觉，这些不断积累成了我的个人观点和对人生的态度。在我看来，‘自我’（self）一词是由‘生’、‘死’、‘经历’和‘抱负’这四个元素组成的。我的灵感也正来源于此。我尝试用色彩、形状和不同的纹理、触感来表达这些简单的语言，我想用这样一种有趣的方式来展现我对‘自我’的理解。”



Maggie Jin, 12年级, 《The Real Devil》

“人们常常会伪装起自己的内在性格。当我凝视镜子中的我时，我突然意识到，在这层皮相下，隐藏着最真实的‘我’——包括不想被人发现的黑暗面。在这幅作品中，我决定直面和揭露自己本性中阴暗的部分。”



Candy Tao, 12年级, 《Natural World》

“这件作品反映了现今社会‘弱肉强食’的‘法则’，但在大自然的动物界中，这似乎只是平常的生命周期。”

Gabby He, 12年级, 《Self Portrait》

“这幅作品描绘的是正在创作中的我，用直觉串起整个绘画过程。”



Gago Wang, 12年级,
《The Anatomy Lesson of Dr. Nicolaes Tulp》

“这幅作品是我们‘经典再造’课的作业，目的是利用摄影媒介，对经典名画进行二次创作。我想创造出一种强烈的光影对比效果，因此我选择了一幅伦勃朗的著名作品——《尼古拉教授的解剖课》（The Anatomy Class of Professor Nicolaes Tulp）作为我的创作原型。为了增加一点讽刺意味，我将原画作中的‘尸体’换成了‘娃娃’，这也可以被看作现代社会的一个元素的写照。”



Elvia Song, 12年级, 《Alice Little》

“通过这件作品，我想要表达自己对文学的热情，以及童年丰富的想象力。我想通过使用柔和明亮的色彩，及画中主人公平静的面部神态和其放松的状态，来体现阅读所带来的平和气氛与满足感。正如题目所描绘的，这件作品的另一个灵感来源就是Lewis Carroll的《爱丽丝漫游仙境》。除此之外，我还将我名字的大写字母‘E’隐藏在了树干的位置。”

School News

学校新闻

News



鼎石出版《校长文集》

2018年5月，北京市鼎石学校正式出版了闵茂康（Malcolm McKenzie）校长的《校长文集2014-2017》。自鼎石创校以来，闵茂康校长就笔耕不辍，每周致信鼎石社区成员，讲述他对鼎石和全球教育的深沉思考，分享学生们在校内外的行动与故事，以及他对建立一个学习型社区的孜孜期待。



2018全国冰球锦标赛在汇佳开赛

5月7日至19日，2018年全国冰球锦标赛在北京举行。北京市私立汇佳学校绿雪冰场成为本次全国最高级别冰球赛事的场地之一，承办了女子组和男子B组的比赛。近年来，汇佳与专业开展冰球运动的中国冰球协会建立了伙伴关系，通过与冰协的合作来赋能中国冰球运动，扩大冰球运动普及和水平提高。



北京市新英才学校十周年校庆庆典

5月18日是新英才建校十周年纪念日，更是一场属于新英才学子们的盛宴。不可以往的礼堂演出，这次校庆在新英才田径场的巨型舞台上举办。来自一带一路沿线国的24位少年与新英才的孩子一起，为两千年来的友谊放声歌唱。还有来自澳大利亚的可穿戴艺术、碳足迹艺术家与新英才的孩子们开启了一场艺术的对话。



好思之家母亲节活动

5月4日，在母亲节即将来临之日，好思之家顺义校区幼儿园的小朋友们为妈妈们献上了他们精心准备的“礼物”——一场精彩纷呈的可爱演出。经过两周的排练和准备，小朋友们用自己稚嫩的歌声、优美的舞蹈和富有戏剧性的儿童剧等形式，表达了对妈妈们的喜爱和感谢之情。



哈罗北京中学部艺术展盛大开幕

5月17日，哈罗北京中学部艺术展成功开幕。本次展览主要展出学生A-Level和GCSE的作品，以及部分6-9年级学生的优秀作品，展示了学生在艺术领域的成就。

简报 THE CIRCUIT

“简报”栏目以图文形式直击学校和家庭活动现场，展示孩子们在活动中的精彩瞬间。想展示您的活动吗？请将活动详情（100字）及高清图片发送至huodongbj@jingkids.com或微信号“菁彩活动”（JingkidsFun）。

北京市鼎石学校举行首届高中毕业典礼

5月19日，北京市鼎石学校举行了首届高中毕业典礼，47位学子圆满完成在鼎石的学习，即将奔赴世界各地高校继续深造。鼎石副校长David Beare和学生代表、教师代表分别在典礼上致辞，回顾首届毕业生4年来成长的点滴。西湖大学校长、中国科学院院士、美国科学院外籍院士施一公作为嘉宾也来到现场并发表感言，鼓励鼎石学子在未来勇于追逐自己的梦想。



CISB小学部戏剧社首秀“*We Are Monsters*”圆满成功!

北京加拿大国际学校（CISB）小学部戏剧社的首部歌舞音乐剧“*We Are Monsters*”于5月15日上演。在将近半年的训练中，孩子们不仅掌握了肢体语言、面部表达及声音运用等舞台表演技巧，而且提高了团队合作精神。

爱迪学子勇夺卡丁车锦标赛冠军

5月6日，在中国卡丁车锦标赛上海站上，经过激烈角逐，爱迪学子王雨卿登上了全国CKC中国卡丁车锦标赛成人组的最高领奖台。作为组中年龄最小的车手，王雨卿在面对赛车出状况、大雨突至的恶劣天气下，仍然将比赛完成得行云流水，并捧起了冠军的奖杯。



爱迪学生前往历代帝王庙开展实践课

5月18日是国际博物馆日，爱迪学校的同学们当天受邀来到北京历代帝王庙博物馆，在故宫儿童体验馆老师们的带领下，开展了一次内容生动、形式新颖的实践课。除了学习人物历史与建筑风格之外，同学们还把诸葛亮的三个生平故事搬上了帝王庙的大舞台。

禾光爱悦蓝天幼儿园马术体验活动

5月3日，禾光爱悦蓝天校园的师生来到骑域马术俱乐部，体验和学习了马术知识，并在那里和小马一起创作了一幅20米长卷的踏青图，把人与自然和谐共处演绎得淋漓尽致。



哈罗北京小学部运动会

5月8日，哈罗北京举行了2018年小学部运动会。作为一项传统的哈罗院舍活动，运动会旨在加强学生的集体荣誉感并发展领导力。当天，全体学生都参与到各种体育项目中，为院舍争光添彩。



世青举办2018届毕业典礼

5月18日，北京世青国际学校（BWYA）迎来了2018届学生们（第16届毕业生）的毕业典礼。今年，共有来自北美、欧洲和亚洲等地的100多所高等学府向世青的毕业生们发出近200份录取通知书，58位世青学子在师生和家长们的祝福下，为自己难忘的高中生涯画上圆满句号。

赫德“中国印迹”传统文化亲子同乐日

5月13日母亲节当天，北京赫德双语学校的“中国印迹”传统文化亲子同乐日完美收官。现场亲身体验了“茶百戏”、“秸秆扎刻”、“竹编”、“草木染”、“皮影戏”、“投壶”、“古建模型”、“画脸谱”和“画风筝”等非遗传统文化。活动把东方的韵味和乐趣带入生活，让孩子们在重温祖先手作智慧的同时，也和妈妈分享着同一份快乐。



好思之家父子日主题活动

5月12日，第十一届好思之家（幼儿园）父子日在顺义和朝阳公园校区举行，两个校区分别举办了以“赛车”和“运动会”为主题的活动。为了让孩子们感受如山般的父爱，每年的5月和12月，好思之家会举办两场父子日活动，邀请父亲们和孩子一起来到学校，通过参与各种有趣的活动，增加“父与子”之间的感情，享受“父与子”的欢乐时光！



British Preparatory Education UK Qualified Teachers
英式素质教育

**国际学校和海外留学
预备与衔接课程**

**Prestige
Education Centre**
慧德嘉源教育

Helping to prepare students
aged between 4-14 for
international study
since 2012.

010-8430 8674 www.pedcentre.com




北京德威祝贺2018届毕业生

5月21日，北京德威英国国际学校为2018届九十五名毕业生举办了一场难忘的毕业典礼，祝福他们前程似锦！

中音鼎石现代先锋音乐工作坊

5月20日，中央音乐学院鼎石实验学校邀请德国“与时间对话”室内乐团为学生及音乐爱好者提供了体验新先锋派音乐的学习机会，在新颖的演奏形式中感受声音“消逝而去”。



2018-2019

北京择校指南网络版收录学校名录

菁kids编辑精选93所北京国际、双语学校和幼儿园, 3所来华招生的海外国际学校, 1所全球范围内招生的学校, 按学校中文名的字母顺序排列, 排名不分先后。

招收中外籍学生

国际、双语学校和幼儿园 [共80所]

幼儿园[共25所]

- 爱朗国际幼儿园
- 艾毅多元智能幼儿园丽景校园
- 艾毅国际幼儿园
- 艾毅双语幼儿园
- 安杨蒙特梭利小屋
- 宝威幼儿园
- 北京福禄贝尔国际幼儿园
- 北京禾光国际幼儿园
- 北京巧智博仁国际幼儿园
- 北京市朝阳区卓悦童国际幼儿园
- 博识梦飞国际幼儿园
- 北京伊顿国际幼儿园
- 德育苑(望京校区)
- 汇佳幼儿园
- 嘉德蒙台梭利双语幼儿园
- 家育苑(建外SOHO校区)
- 金翼德懿幼儿园
- 卡尔安娜国际儿童会馆
- 米来未来
- 三为园-蒙德梭利教育国际标准示范园
- 悠恩儿童之家幼儿园
- 北京市威廉和玛丽国际幼儿园
- 彩虹小镇幼儿园
- 嘉杉嘉华儿童之家
- 北大公学北苑双语国际幼儿园

国际、双语学校(含幼儿园、小学、初中、高中) [共55所]

幼儿园至四年级(K-4)

- 培德书院

幼儿园至六年级(K-6)

- 3e国际学校
- 好思之家学校及幼儿园
- 北京市朝阳区赫德双语学校
- 李跃儿芭学园

幼儿园至九年级(K-9)

- 北京博华外国语学校
- 北京市第五中学分校·大厂分校
- 北京市中芯学校
- 启明星双语学校
- 耀华国际教育学校

幼儿园至十二年级(K-12)

- 北京爱迪学校
- 北京海嘉国际双语学校
- 北京临川学校国际部
- 北京市鼎石学校
- 北京青苗国际双语学校
- 北京市二十一世纪国际学校
- 北京市力迈中美(国际)学校
- 北京市私立汇佳学校
- 北京市新府学外国语学校
- 北京市新英才学校
- 北京青育国际学校
- 北京天悦学校
- 北京王府学校
- 北京乐成国际学校
- 橄榄国际学校
- 格瑞思国际学校
- 海淀外国语教育集团
- 鸿誉学校
- 君诚国际双语学校
- 明悦教育
- HIS国际学校
- 未来领导力学校

幼儿园至十三年级(K-13)

- 哈罗北京
- 一年级至九年级(1-9)
- 海德京华国际双语学校
- 一年级至十二年级(1-12)
- 北京凯博外国语学校
- 北京凯文学校(海淀)
- 北京六力国际教育
- 北京市第八中学怡海分校国际校区
- 北京师范大学亚太实验学校
- 清华附中国际学校
- 黑利伯瑞国际学校
- 七年级至十一年级(7-11)

- 美国威力塔斯学校
- 中国人民大学附属中学国际部

七年至十二年级(7-12)

- 北京大学附属中学
- 北京市第八十中学
- 北京新东方外国语学校
- 美达菲国际学校
- 中央音乐学院鼎石实验学校
- 北京潞河国际教育园

八年至十一年级(8-11)

- 北京圣保罗美国学校
- 九年至十一年级(9-11)

九年至十一年级(9-11)

- 北京市山谷学校
- 北大附属实验学校
- 九年至十二年级(9-12)
- 北音柯斯理学校
- 十年级至十二年级(10-12)
- 北京四中国际课程佳莲校区
- 北京外国语大学国际课程中心
- BACA国际艺术学校

只招中国籍学生

国际学校 [共2所]

七年至十二年级(7-12)

- 创新国际教育-南、北教学区
- 八年至十二年级(8-12)
- 美国达罗捷派学校

只招收外籍学生

幼儿园、国际学校和国际部
[共11所]

国际学校(含幼儿园、小学、初中、高中)

幼儿园至六年级(K-6)

- 北京蒙台梭利国际学校
- 北京英国学校-三里屯校区

幼儿园至十二年级(K-12)

- 北京法国国际学校
- 北京加拿大国际学校
- 北京京西学校
- 北京顺义国际学校

幼儿园至十三年级(K-13)

- 北京德威英国国际学校
- 北京耀中国际学校
- 北京英国学校-顺义校区

公立学校国际部

一年级至十二年级(1-12)

- 清华大学附属中学国际部
- 七年至十二年级(7-12)
- 北京市第五十五中学国际学生部

招收中外籍学生

来华招生的海外国际学校 [共3所]

- 北松中学(美国威斯康星州)
- 布兰克森霍尔亚洲学院(济州岛)
- 美国春之路国际学校(美国华盛顿州圣湖安群岛)

全球范围内招生的学校 [共1所]

- 孔裔国际公学



扫描二维码, 进入
2018-2019北京择校指南
jingkids.com 专页,
了解学校详情。

杂志免费取阅点

《菁 Kids》杂志 全年12期, 若您希望杂志派送上门, 请联系: distribution@truerun.com, 电话: 5941 5387

希望免费拿到每期的菁kids杂志吗? 看看下面哪个发行点离您最近。每期刊物免费发行到学校、课外机构、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。

朝阳区

| | |
|--------------------|----------------------------------|
| 三里屯幼儿园 | 朝阳区朝阳门外大街吉庆里3号 |
| 朝阳威斯汀酒店 | 朝阳区新源南路1号 |
| 三里屯酒店 Village Café | 朝阳区三里屯北街11号院1号楼 |
| 绿叶子(三里屯店) | 朝阳区三里屯北小街1号 |
| 婕妮璐(三里屯店) | 朝阳区三里屯北小街1号 |
| 绿叶子(杰座店) | 朝阳区幸福一村西里5号楼1层 |
| 书虫 | 朝阳区南三里屯路4号楼 |
| 鹿港小镇(工体店) | 朝阳区工体西路6号(工体100南面) |
| 为人民服务-三里屯 | 朝阳区三里屯西五街1号 |
| 法派1855(东湖别墅店) | 东城区东直门外大街35号东湖别墅大堂 |
| 尚水长廊铁板烧餐厅 | 朝阳区三里屯Village北区3层N4-30 |
| 莫劳龙蛋西餐-工体 | 东城区新中街红五楼1-2#(工人体育馆北门正对面) |
| 紫苏庭(三里屯店) | 朝阳区工人体育场北门正对面胡同/工商银行后面 |
| 鼎泰丰餐厅(渔阳店) | 朝阳区新源西里中街24号 |
| 大渔铁板烧(工体店) | 朝阳区工体东路丙2号中国红街6号楼美林大厦3楼 |
| 漫咖啡(工体店) | 朝阳区工体北路(工体北门西侧) |
| 一坐一忘丽江主题餐厅(工体店) | 朝阳区工人体育场北路21号三里屯永利国际大厦 |
| 后院咖啡 | 朝阳区三立屯北小街2号 |
| 蓝蛙(三里屯) | 朝阳区三里屯路三里屯Village |
| 摩卡站 | 朝阳区三里屯路81号那里花园1层 |
| 法派1855(幸福村店) | 朝阳区幸福村中路55-1杰座大厦 |
| Tribe有机餐厅 | 朝阳区工体东路中国红街大厦3号楼1层丙2-3 |
| 北京善方医院 | 朝阳区工体北路13号院世茂国际中心4号楼 |
| 安妮意大利餐厅(三里屯店) | 朝阳区三里屯中国红街大厦3号楼一层 |
| 新元素(三里屯店) | 朝阳区三里屯路19号三里屯Village南区8号楼S8-31单元 |
| 蒲蒲兰绘本馆 | 朝阳区东三环中路39号建外SOHO 13号楼一层1362 |
| 伊顿学校新城国际校园 | 朝阳区朝外大街6号新城国际19号楼1层 |
| 富力城新园双语幼儿园 | 朝阳区东三环双井桥北富力城D区西门 |
| 北京德福双语幼儿园 | 朝阳区东三环南路大路园2号 |
| 瑞尔齿科(华贸店) | 朝阳区建国路华贸中心公寓16号楼101室 |
| 北京JW万豪酒店 | 朝阳区建国路83号华贸中心 |
| 小王府 | 朝阳区光华路东里2号楼 |
| 申德勒加油站西餐厅 | 朝阳区光华路甲15号日坛商务楼888号 |
| 赛百味国贸店 | 朝阳区建国门外大街1号国贸1座地下2层NB209 溜冰场旁 |
| 中国大饭店 | 朝阳区国贸写字楼1座B2层 |
| 易思凯斯咖啡 世贸天阶店 | 朝阳区光华路9号时尚大厦1层L121 |
| 蓝色牙买加咖啡馆-新城国际 | 朝阳区朝外大街新城国际公寓16号楼107商铺 |
| 艾毅国际幼儿园(新城国际校园) | 朝阳区新城国际公寓24号楼 |
| 喜悦泰国餐厅(远洋光华国际店) | 朝阳区进桐西路10号远洋光华国际AB座一层东北侧 |
| 固瑞齿科(国贸店) | 朝阳区建国门外大街1号国贸商城B2楼NB210号 |
| 漫咖啡(平安国际金融中心店) | 朝阳区新源南路1号平安国际金融中心都汇天地1楼 |
| 新元素(嘉里中心店) | 朝阳区光华路1号嘉里中心商场1楼 |
| 安妮意大利餐厅(阳光店) | 朝阳区光华路阳光100对面首都经济贸易大学南门东侧 |
| 乐涂国际艺术教育(双井校区) | 朝阳区双井富力城C区10号楼101室 |
| 伊顿国际幼儿园-首府分园 | 朝阳区西大望路甲20号首府社区里 |
| 新元素(芳草店) | 朝阳区东大桥9号侨福芳草地LG 2层 |
| 希尔顿酒店 | 朝阳区东三环北路东方路1号 |
| 北京海航大厦万豪酒店 | 朝阳区霄云路26号A |

| | |
|-----------------|------------------------|
| 凤凰城 | 朝阳区曙光西里甲5号凤凰城E座2911 |
| 绿叶子(公园大道) | 朝阳公园南路6号公园大道商业中心11号楼 |
| 皮卡少儿中英文图书馆 | 朝阳区三元桥凤凰城商街10#F305 |
| 德南面包房(好运街店) | 朝阳区枣营路29号好运街27号 |
| 婕妮璐朝阳公园店 | 朝阳区农展馆南路1号朝阳公园西门向南50米 |
| 赛百味三元桥天元港店 | 朝阳区东三环北路丙2号天元港B1-08 |
| 蓝色牙买加咖啡馆-公园大道 | 朝阳区朝阳公园南路6号公园大道底商 |
| 悠庭保健会所 | 朝阳区燕莎桥东东方路19号外交会所一层 |
| 托尼英盖 | 朝阳区东三环北路东方路1号希尔顿酒店大堂一层 |
| 鸟巢 | 朝阳区霄云路35号 |
| 新元素(蓝色港湾店) | 朝阳区蓝色港湾湖畔美食街BS-06 |
| 新元素(丽都店) | 朝阳区将台路6号丽都饭店动力中心E01 |
| 漫咖啡 | 朝阳区将台西路7号 |
| 北京体育俱乐部 | 朝阳区将台路6号丽都乡村俱乐部2层 |
| 沐奇游泳俱乐部 | 朝阳区芳园西路1号和乔丽晶H101 |
| 北京和睦家康复医院 | 朝阳区姚家园北二路1号(东风公园南门) |
| 新元素(颐堤港店) | 朝阳区颐堤港商场1层 |
| 丽都皇冠假日酒店 | 朝阳区将台路6号 |
| 羲和苑烤鸭坊(颐堤港店) | 朝阳区酒仙桥路18号颐堤港1楼50号 |
| 北京东隅酒店-Feast 餐厅 | 朝阳区酒仙桥路22号 |

顺义区

| | |
|------------------|--------------------------------|
| 米来未来旗舰店 | 朝阳区马泉营观唐别墅区西门幼儿园 |
| 北京哈罗英国学校 | 朝阳区崔各庄乡何各庄村287号 |
| 北京蒙台梭利国际学校 | 顺义区后沙峪乡白辛庄裕京花园附近 |
| 启明星双语学校(北皋校区) | 朝阳区顺白路2号奶东工业区 |
| Villa Lifestyles | 顺义区天竺镇裕祥路99号地下一层 |
| 乐活城欧陆苑店 | 顺义区天竺镇裕祥路608号 |
| 婕妮璐超市 | 顺义区优山美地别墅俱乐部对面 |
| 山河汇厨意餐厅 | 顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场L201 |
| 安妮意大利餐厅(香江店) | 朝阳区来广营东路5号和平大厦一层 |
| 北京鼎石国际学校 | 顺义区后沙峪镇安富街10号 |
| 北京市新英才学校 | 顺义区天竺开发区安华街9号 |
| 北京市中芯学校 | 经济技术开发区凉水河二街9号 |
| 汉堡王 | 顺义区天竺镇花梨坎村荣祥广场1栋1层318号 |
| 北京首都机场希尔顿酒店 | 朝阳区首都机场三号航站楼三经路1号 |
| 沐奇亲子游泳 | 顺义区凌空皇冠假日酒店西翼一层 |
| 绿叶子(顺义店) | 朝阳区香江北路1号香江乡村俱乐部一展 |
| 固瑞齿科(欧陆口腔诊所) | 顺义区天竺镇裕祥路99号欧陆广场B1楼LB07-LB08号铺 |
| 阿特黎尔艺术工坊顺义校区 | 顺义区裕丰路16号院会展誉景2号楼204-205 |
| 培德书院 | 顺义区后沙峪罗马湖中路甲1号 |
| 北京世青国际学校(小学部) | 朝阳区来广营新生村11号亚奥开园酒店用品市场5门对面 |
| 法国学校 | 顺义区第三医院附近 |
| 新元素餐厅(顺义店) | 顺义区空港街道安泰大街9号院10号楼1层106号新元素餐厅 |



扫描二维码,
了解更多《菁kids》北京取阅点!

唯爱与美不可替代

Love and Beauty Are Irreplaceable



陶太

自由撰稿人，毕业于复旦大学，曾为FT中文网、《经济观察报》等撰文。

《霸王别姬》是著名电影导演陈凯歌的代表作。后来，有朋友劝说他再拍一部《霸王别姬》，陈凯歌表示，他拍不了了，不是不能拍了，而是觉得，时代不再给他这个条件了。陈凯歌说：“时代的力量非常之大，你几乎不是时代的对手。”

时代就是这样一个庞然大物，它呼啸着从你身边掠过，一不留神就会被时代碾压成渣。有时你以为你错过的只是一秒钟，其实你错过的可能是整个人生。

上世纪50年代到80年代，电报曾经是老百姓紧急联络的唯一工具，有人统计，在电报大楼59年的服务生涯里，发得最多的一封急电内容就是“母病速归”。辉煌时期，北京电报大楼一天发报量超过二十多万份，报房24小时连轴转都发不完，甚至紧急从河北、山东借调200多名话务员驰援北京，仿佛电报会永远用下去。但后来，随着移动电话的普及，电报业迅速衰落，有时一整天一封电报业务都没有。

2017年夏天，服务了59年的北京电报大楼关



闭。一位老

“电报人”此前特地花了9块5毛钱给自己发了封电报，上书：“吾于1982年入职北京电报局，目睹35年变迁，时代变革天翻地覆，无以言表，故以此纪念。”

曾经苦练过收发业务的模范报务员，一身技能再也没有用武之地。

因为全世界的电报业务几乎都濒临灭绝了，电报，被称作是“一个时代的乌托邦”。

这个天翻地覆的过程，以前是100年，后来是50年，现在几乎是5年。

时代正像个熊孩子，翻脸翻得越来越快！

当你期望做出最合理的职业选择的时候，首先要思考的是，你是时代的舵手，还是时代的对手？如果是前者，你要警惕自己有没有踏上一条可能要下沉的船？虽然它表面上还正如同鲜花着锦，烈火烹油？如果是后者，你要思考如何才能做到咸鱼翻身，防止自己被抛进时代的粉碎机？

时代才是我们命运的主宰。如果错过时代的机遇，什么天赋奇才，都会怀才不遇；什么技巧磨砺，都会付诸东流。

虽然，现在的职业选择越来越多元，机会貌似越来越平等，但实际上，时代给你的接口是有限的、有条件的。十年河东、十年河西的差距，绝对





不是在信口雌黄。时代能给你的都是少数派，永远是少数机会，少数操练。

在我们规划未来以前，在我们踌躇满志说出职业理想之前，先想想，自己有没有可能承受这个行当整个从地球上蒸发的损失？想想我们的工作是否重复性高，机械程度高，从而有可能被机器人取代？有报道说，根据美国联邦储备局的定义，“全美大约有六千两百万职位被认为是常规的、重复性强的工作，这些工作占全美工作岗位的44%。”

当机器人可以琴棋书画样样精通，当AI可以写程序、写情诗时，我们必须淡定，耐心搜寻还有什么工作是只有人类才擅长的？有哪些行业是可以干到退休的？

其实越是倚靠个人才华，越具备个性化的职业，越是历久弥新，经得住时光考验，而只有与爱和美相关的工作，才永远不可替代，即使时代的主角早已更迭。

十九世纪六十年代，莫奈反复描摹的第一个绘画主题，是圣亚德斯海滩。纽约大都会博物馆馆藏的莫奈名画《圣亚德斯的庭院》就产生在这个阶段。画面里，滨海的庭院中，红色的花儿正像燃烧的火一样怒放，还有悠闲度假的男男女女；庭院栅栏外，就是摩肩接踵的机器帆船，以及冒着黑烟的高耸的烟囱。

莫奈的画，反映的是法国工业化革命后的新时代。此前，写实主义画家的画面里，是不会有烟囱和机器的影子的。如今，那些与莫奈同时代的人引以为傲的工业革命，曾经不可一世、万象更新的盛世影踪，早已经成为历史。

冒黑烟的机器帆船早就作为老古董，被送进了垃圾堆或博物馆，那幅《圣亚德斯的庭院》却依然存在，供万人瞻仰。因为艺术的魅力，从不曾因为描摹对象的过时而消亡。

同样不会过时的，还有触及人灵魂的文字、动人的音乐旋律、巧夺天工的手工艺品，以及美食。

只是，要选择这样的职业，除了拥有审美天赋，你还需要真正热爱它！这份爱，需要比爱情还浓烈，比亲情还长久。如此，你才能不计后果地付出。

13岁开始学厨，30岁以高超厨艺享誉全球的国际名厨江振诚，曾经借钱奔赴法国，到米其林三星饭店



“双子星”学艺。第一年没有工资，只能睡三、四个小时，但他都坚持下来了。主厨已经气得七窍生烟，他还没听懂老板骂他什么。他从查字典开始学习法语，到最后一开口，会被人误认为在法国已经居住很久了。

江振诚把料理当成了自己一辈子的功课，把它变成了生活的艺术，他一直在学习，在尝试新事物，并出版了《八角哲学》一书。他说：“我相信食物有情感的联结，是应该被分享的。分享的不只是食物本身，还有创作背后的想法。”为了让自制乳酪看上去有田园风情，他甚至从法国进口干草搭配。

由江振诚打理的Restaurant Andre，曾经被《纽约时报》评为是这个世界上值得打飞的专程来吃饭的十大餐厅之一。有时，第一道菜已经上了，第二道菜他还没想好做什么，因为要视手里的食材现场定。在他眼里，每一个食材都是不一样的，哪怕是两颗土豆。

当你热爱某样东西，超过热爱这个时代，你就有能量把时代的羁绊远远抛开。同时抛开的，还有世俗的偏见、地域的隔阂、文化的冲突，把任何工作上升到生活哲学的高度。

当然，有机会从事自己热爱的工作，并把它做到极致的幸运儿，其实寥寥无几。朋友曾一针见血地指出：“有时，不是工作需要人去做，而是人需要做工作来填补精神空虚。”而更多时候，很多人的工作，不过是在创造麻烦，然后让别人解决麻烦。

正是因为日常的平庸，唯爱与美的工作才是人生惊喜。当然，爱与美都是要付出代价的。这些倚靠创意和才华的行业，在你成名前，很可能收入不稳定，甚至根本没有酬劳。你可能会因此而闹家庭矛盾，被家人和朋友视为“啃老”。而最不落忍的结局是，你可能一辈子也没能成名，毕竟莫奈几个世纪才出了一个，江振诚这样有天分又极其努力的名厨也不常有。如果真是这样，也要愿赌服输。

唯爱与美不可替代，但是，也唯爱与美不可轻取。只要你没有尝试走捷径，没有不择手段，人生就这样吧，时代的浪头，拍到哪儿是哪儿！



妈妈， 你今天过得如何？

Mom, How's Your Day?



亮波

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年搬回加州湾区，现自由撰稿，有两个正值青春期的女儿。
自媒体公众号：硅谷近距离。

从孩子上初中开始，我就意识到，如果孩子问起来，妈妈你今天上班还开心吗？我的回答不能总是“很开心哪！”因为这和孩子给我的回答是一样的没有内容——“妈妈我今天挺好。”然后，就没下文儿了。

分享在工作中的起起伏伏，同样可以让孩子长见识，了解出去工作是怎么一回事，了解如何完成任务，如何与人合作。当然，面对这样单纯而贴心的听众，平静解说比较合适。如果借机大诉其苦，孩子对职场的最初印象也会被大人的情绪影响到。

所以，我和孩子爸爸，都属于分享型。

孩子爸爸在风险投资行业，工作繁忙，经常和中美两边的创业人士聊新兴产业和投资案例。回到家也不下班，埋头学习。住在硅谷，案例很多，优秀创业者很多。每看到高兴之处，他不禁生发感悟，两个女儿应该从小如何如何，将来应该如何如何。

女儿们和爸爸在一起，心里都很清楚，无论什么话题，最后都会转移到爸爸津津乐道的创业故事上。讲故事之后，还会有一个应该如何学习的解说。

小女儿住在家，大概因为天天听，就中了圈套。她对爸爸讲的很有兴趣，爸爸的长篇大论，她可以一个多小时坐着听，还能找到话头缝隙，插进来问几个挺靠谱的问题。孩子爸爸因此倍受鼓舞，讲得越发忘我了。

大女儿在东部上学。那边不像西海岸硅谷这样动辄投资创业。老师同学聊的，多是国家大事、文化历史、为社会做贡献。每次她回家，这些正经话题也跟着带回来。但是，环境和想法不同，又不是天天沟通，聊这些难免有分歧，大家就聊不太起来。

听着爸爸和妹妹大谈商务，姐姐就安静地忍耐着。有一次，附近的书店里举办女性企业家讲座。同是一个活动信息，小姐姐眼里看到的是“女性”，爸爸眼里看到的是“企业家”。两个人高高兴兴赶到书店听讲。到了中间休息，女儿说，咱们走吧。正听到头上的老爸，只好很不理解地跟着孩子回家。边走边叹道，宝贝儿是真不喜欢这一行啊。

同样的父母，同样的分享，在两个女儿身上的反应相差很大。青春期的孩子，家长很热衷的，他们也许很喜欢，也许就偏不去做。这让做父母的十分为难。我有时候就反过来，想让孩子去的，偏说不好，孩子还真就去了！

搬回加州后，我没有出去工作，在家里养孩子做家务。有一次家长聚会，一位美国妈妈问我，你现在做什么？我想了一下，说：“自由撰稿。”另一位美国妈妈听了，插话进来：“这个说法好，下次我也这么说。”原来，三个人同是主业主妇，大家不禁相对着笑起来。

因为生孩子养孩子，因为家里频繁搬迁，我的工作经历呈现出跨行业多元化。家搬到哪里，就在哪里重新找一份工作。经常是全新的新领域，需要全新的新技能。新与旧之间，也会有一段留在家里的停顿。

听着妈妈唠叨要好好上学，看着妈妈这样时而工作，时而在家，女儿们会怎么想？

女儿们小的时候，有妈妈在家里等着陪着，是件很高兴的事儿。到了青春期，两个孩子就变得有些敏感。她们经常会问，妈妈你今天过得如何？语气里好像有一丝丝担心妈妈在家里闷得慌的感觉。对于我以前的工作经历，她们很爱听，有时候，还挺兴奋地告诉朋友们。

大女儿有一次说，婚姻里某一方会在职业上牺牲更多，这个她不喜欢。小女儿说，妈妈我看到过你如何努力，以前努力工作，现在努力照顾我们，这就够了。

姐妹俩简单几句，就显示了一切都看在眼里的观察力。说得再多，也比不上每日究竟在做什么的示范。社区里有很多高学历高职位退回家庭的妈妈，我向她们学习，尽力把自己的行程安排得很满。有时间就上些课，做些义工，参加几个真正做事儿的俱乐部。有了小小成绩，也会跟孩子们说。一方面让她们高兴一下；另一方面，也让她们看着，妈妈没有放弃努力，还在做很多事，还在不断学习。

挑战近视零增长

青少年近视预防和控制体系

共享全球眼科智慧
Global Vision, For Your Vision

4维度全面检查

全面排查近视可能及发展趋势

3项技术手段

为你提供长效定制化的近视控制服务



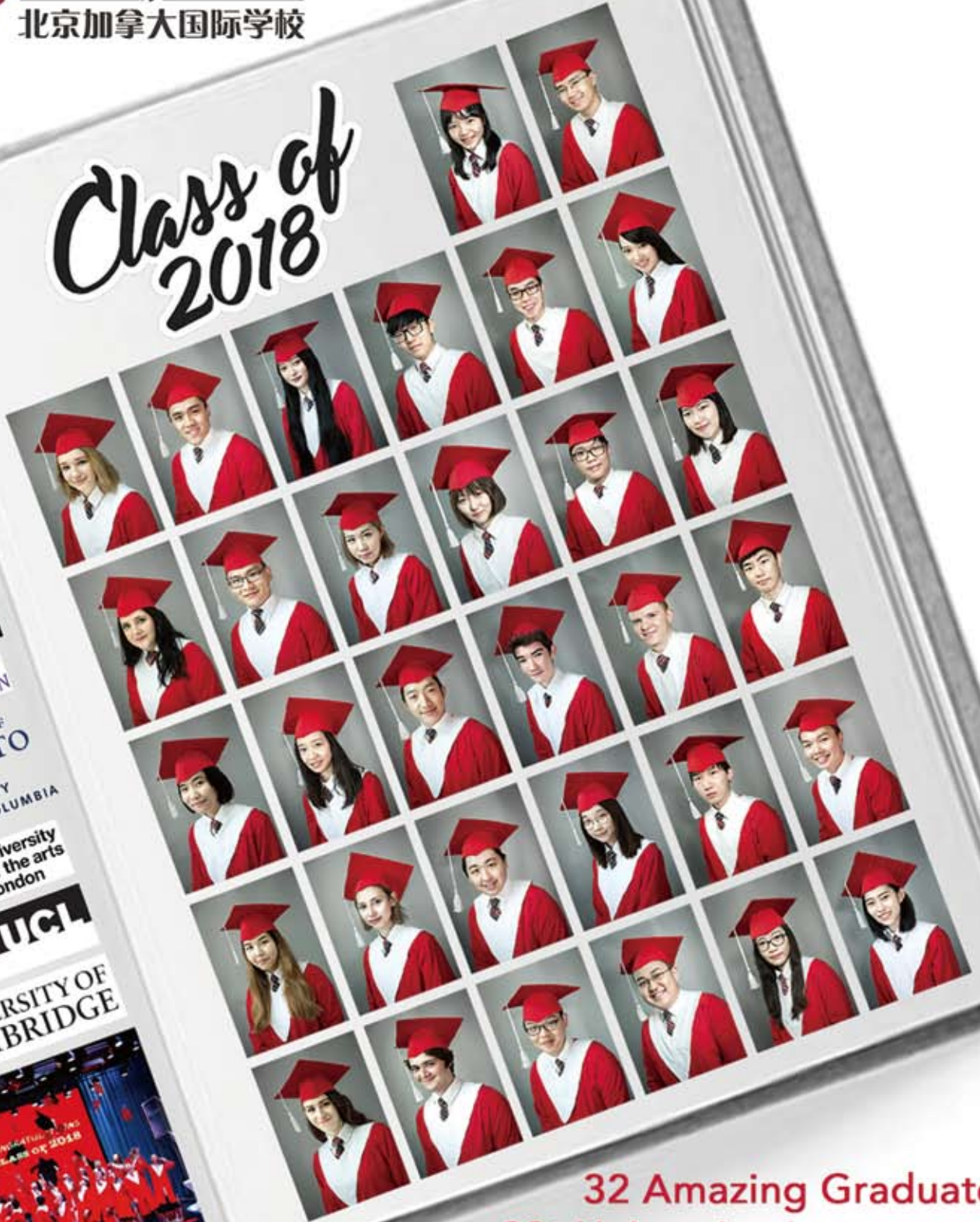
全国连锁预约电话：400-600-7911

邮箱：ims@alierchina.com 网站：en.alierchina.com 适用地区：爱尔眼科北京、上海、广州、深圳、东莞、成都东区、西安、武汉国际医疗部



CANADIAN
INTERNATIONAL SCHOOL OF
BEIJING
北京加拿大国际学校

Class of 2018



W UNIVERSITY of WASHINGTON

U UNIVERSITY OF TORONTO

UBC THE UNIVERSITY OF BRITISH COLUMBIA

U university of the arts london

LSE LONDON SCHOOL OF ECONOMICS AND POLITICAL SCIENCE

K UNIVERSITY OF CAMBRIDGE



32 Amazing Graduates!
80+ University Acceptances!
12 of the world's Top 25 schools!
1 Very Proud CISB!
www.CISBeijing.com