



こんにちは

Guten Tag

封面故事

学一门外语还不够?

Be a Multilingual Speaker

Bonjour

Hola

안녕하세요

Ciao



从上海走向世界

*From Shanghai
to the World*

10月24日

SATURDAY 周六

10:00 - 17:00

上海静安瑞吉酒店三楼
3F THE ST. REGIS
SHANGHAI JING'AN



展会免费向所有家长开放，扫描二维码提前注册
FREE FOR ALL PARENTS,
SCAN THE QR CODE TO REGISTER

菁
jingkids 上海

True Run Media

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

为您带来



thebeijinger
Since 2001 | 2001年创始
thebeijinger.com

beijingkids
Since 2006 | 2006年创始
Beijing-kids.com



青kids 北京
Since 2012 | 2012年创始
Jingkids.com

青kids 上海
Since 2014 | 2014年创始
Jingkids.com



thebeijinger

beijingkids

青
jingkids北京

青
jingkids上海

创新教育 / 《菁系列丛书》编委会编
-- 昆明 : 云南科技出版社, 2020.5
(菁系列丛书)
ISBN 978-7-5587-2558-6

I. ①创… II. ①菁… III. ①儿童教育—家庭教育
IV. ①G782

中国版本图书馆CIP数据核字(2020)第073633号

菁系列丛书—创新教育
JING XILIE CONGSHU CHUANGXIN JIAOYU
《菁系列丛书》编委会 编

责任编辑: 洪丽春
助理编辑: 曾莞
封面设计: Susu Luo
责任校对: 张舒园
责任印制: 蒋丽芬

书 号: ISBN 978-7-5587-2558-6
印 刷: 广州培基印刷镭射分色有限公司
开 本: 889mm x 1194mm 1/16
印 张: 4
字 数: 92千字
版 次: 2020年5月第1版 2020年9月第1次印刷
定 价: 30.00元

出版发行: 云南出版集团公司 云南科技出版社
地 址: 昆明市环城西路609号
网 址: <http://www.ynkjph.com/>
电 话: 0871-64190889

版权所有 侵权必究

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
Managing Editor 主编 闻琛 Wilma Won
Senior Operation Editor 高级运营编辑 陈天娇 Rachel Chen
Editor 编辑 李佳莹 Stella Li
Community Operation Editor 社群运营编辑 高晴 Cheryl Gao
Senior BD Manager 高级商务拓展经理 赵云 Zoey Zhao
Senior BE Manager 高级商务执行经理 梁锐 Michelle Liang

Beijing Edition 北京版
Managing Editor 主编 贵悦 Ben Yue
Senior Editor 高级编辑 武嘉 Jolie Wu
New Media Supervisor 新媒体主管 刘园园 Liu Yuanyuan
Senior Education Editor 高级教育编辑 王晓希 Daisy Wang

Contributors 撰稿人 师偃、俞恺、俞皓蓝、Ella、龚勋、竞波

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 颜晓蓓 Irene Yan, 唐奥 Gladys Tang,
尚雁宇 Sharon Shang, 王雅美 Alex Wang,
刘明 Liu Yue, John Nuega, 岳爽 Crystal Yue,
刘绍庭 Adam Liu

Marketing & Distribution 市场发行部 杨晓彬 Victoria Yang, 魏翀 Kris Wei, 王玉珏 Echo Wang,
韩海林 Han Hailin, 陈彪 Chen Biao

IT 技术支持 福山大 Alexander Forger, 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, 何思玉 He Siyu,
曹筝 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, distribution@truerun.com
Content Marketing 内容推广部 DCmarketing@truerun.com
Website 官方网站 www.jingkids.com

True Run Media

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

为您制作



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

北京 上海



扫描上面二维码，
关注微信公众号：
菁kids, 菁kids上海



你好，新学年！

Hello! New School Year

暑气未消，孩子们又迎来了新的学年。在经历了这纷繁多变的大半年之后，人们希望一切重回正轨的愿望变得分外强烈。我们也要欣喜地告诉大家：因为疫情原因缩刊瘦身几期之后，菁kids上海也将在本期恢复原有的配置。

本期封面故事围绕“多语种学习”展开。在平时与读者交流的过程中，我们发现了一个有趣的现象——很多家长不再仅仅把目光盯在英语上，而开始寻找机会让孩子学习法语、德语、西班牙语、意大利语、拉丁语……难道现如今只学一门外语已经不够了？语言学习那么耗费时间精力，为什么家长们愿意如此慷慨地投入呢？带着这些问题，我们与家庭法语学习中心“小小萌树”的创始人David YE有一次深入的访谈，也通过与几位家长的交流了解了他们的初衷。菁kids的老朋友YFU (Youth for Understanding) 是一个组织高中生进行跨文化交流的国际组织，参与交流项目的学生往往会在一年的异国交流中学会熟练使用当地语言。这又是另外一种学习语言的方式，我们也请曾经参加过交流项目的同学来分享了他们的经历。

本期话题，我们辑录的是小学生弯弯的爸爸、前媒体人师偃的一篇长文——《带娃太投入可能会忘掉的一些常识》。“太投入”往往会导致只见树木不见森林，或者往自己身上堆砌太多的责任，从而徒增焦虑。这篇文章有助于大家跳脱出来重新审视自己的育儿方式，舒缓一下紧绷的神经。

此外，我们新设了“学生党”和“写作少年”这两个栏目。前者是为了发掘“校园大神”的故事，第一期介绍的是校园媒体达人俞瀚阳同学，他目前担任上海市民办平和学校电视台台长；后者是为了展示孩子们真实、自然的表达，本期收录的是“少年三明治”四位小学员的习作。我们也欢迎更多自由来稿，来稿可发送至 editorsh@jingkids.com。

“父子说”的作者俞恺说：今天，翻译工具唾手可得，人类却依旧各散东西。我们努力摸索不同文明的共振频率，这条路比想象得更为艰难。语言学习是与一种文明开启沟通、建立互信的第一步。的确如此。下一期，我们会着重讲讲表达与沟通。

闻深

闻深
《菁kids》上海版 主编

菁kids上海家委会

Friends of JingKids Shanghai



Baoni Huang

她是两个女孩的妈妈，在家庭教育中信奉“Lead by example”。作为中国人民大学校友，担任在校生创业导师，创建校内最大的女性团体并开设公众号“RUC她世界”。



Carrie Meng

她是一个精力充沛，爱吃爱玩、爱旅行、爱运动的超级辣妈，希望四年级的女儿和还在读大班的儿子“玩的时候尽情疯玩，学习的时候认真对待”。经营咖啡连锁品牌和潮流粤菜品牌。



Christina Li

她是一名“斜杠”女士，身兼母亲、房地产公司财务总监、Afficient Academy上海首席家长大使、高级芳疗认证讲师等数职。对孩子们的最大期望是能独立思考、为自己喜欢的东西全力以赴。微信：Christinaboo。



Connie Wang

她是“狮城二宝妈”，推崇全人教育理念及自信自律自爱价值观。爱旅游、爱潜水、爱戏剧，有娃前曾是业余潜水教练助理一枚。现任某医药企业战略市场总监。微信：conniewang0822。



Jessica Chen

她是EliteAcademy创始人，希望能在力所能及的范围内为孩子们提供最适合他们的教育资源。重视亲子陪伴，不希望孩子成为电子时代的“孤儿”。微信：kinkiray。



刘若

她毕业于互动设计专业，因养育孩子而对儿童心理学产生好奇，是执照的国际催眠师、少儿心理咨询师。相信“最好的教育就是让孩子成为最好的自己”，创办有公众号“阅读能量棒”。



Maggie Ge

她信奉家庭关系是一切活动的基础，两个女儿“圈着散养”。稚菁教育CEO、NRSI美国国家阅读学会认证培训师。常年关注自闭症和盲童群体，目前正在撰写帮助家长破解孩子天生学习风格和学习难点应对方法的书，以此对抗焦虑情绪。微信：busyMaggie。



Vivian Sun

她是一个初中男生的妈妈，愿意俯下身用孩子的视角看待世界，坐下来用同龄人的方式和孩子交流探讨，从兴趣爱好、择校，未来规划等与孩子共同体验，一起成长。微信：SuperVivian1112。

目录 CONTENTS

03 卷首语

Editor's Note

12



社区报道

06 活动备忘录

Events

60

分类信息
Directory

61

杂志免费取阅点
Distribution



10

学一门外语还不够?

Be a Multilingual Speaker

12 上海德国外籍人员子女学校的多语种课程

Multilingual Learning at German School Shanghai

14 上海美国外籍人员子女学校的多语种学习

Multilingual Learning at Shanghai American School

16 15岁的她学了6门外语, 研习路上是怎样一派风景?

A 15-Year-Old Girl's Journey in Foreign Languages Learning

20 小小萌树创始人: 语言学习不是正比例函数, 而是U形曲线

Interview with the Founder of Petit ChouChou

24 二外学法语是一种怎样的体验?

Why I Advocate My Child to Learn French as a Second Foreign Language

26 去国外交换一年, 我又学了一门外语

Learning Another Language as a Visiting Student

32



话题

32 带娃太投入可能会忘掉的一些常识

Parenting Common Senses You Shouldn't Forget

教育

未来艺术家

Blank Canvas

30 来自上海赫德双语学校学生的艺术作品

Artworks From Students of Shanghai HD School

特别报道
Special Report

28 40%毕业生进入北美顶尖
数学相关专业！燎原双语国际
高中学生学好数学的秘诀是什
么？

LYBS: Why Are 40% of Our Graduates
Passionate About Math?

36



学生党
Student Stories

36 校园媒体人俞瀚阳：七年
媒体经历，我收获了什么？

Meet Shanghai Pinghe School's Rising
Media Star

父子说
Father and Son

38 二外学习

My Experience of Learning a Second
Foreign Language



校园之星
School Star

44 来自Happy Bridge的校园之星
School Stars From Happy Bridge

在读
Reading

46 被催促的孩子和匆忙的童年

The Hurried Child: Growing Up Too Fast Too Soon

写作少年
Young Writers

50 希望十年后的我记住这几天写
下的所有事

A Memo for the Future

为人父母

父母社区
Parents Corner

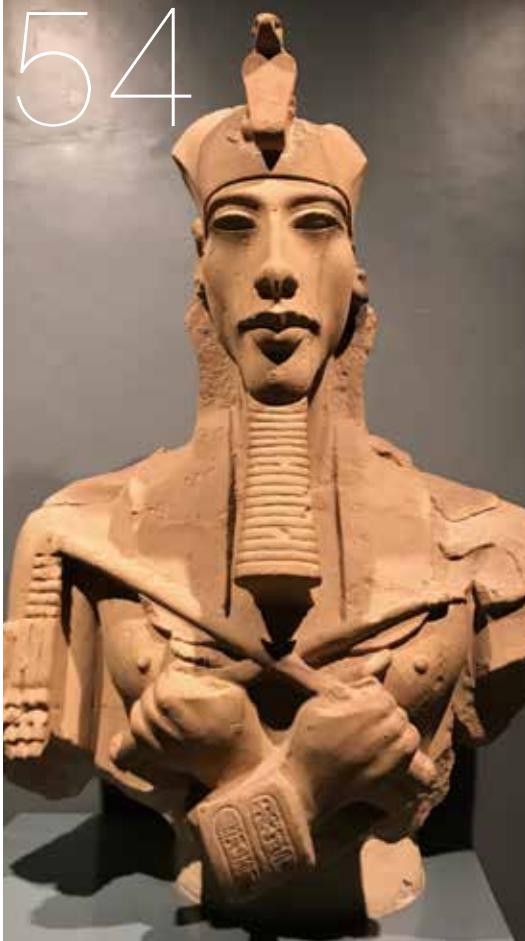
64 俄语和拉丁文

Latin and Russian

美食娱乐

健康
Health

52 家有“小胖墩”怎么办？
Know More About Child Obesity



看世界
Family Travel

54 不走寻常路——埃及亲子
之旅

A Family Trip to Egypt



本期封面模特：
Suen May-ling老师和
Minna He同学。Minna今年8
岁，就读于上海耀中外籍人员
子女学校。特此致谢！

场地：小小萌树少儿法语
摄影：Dave's Studio

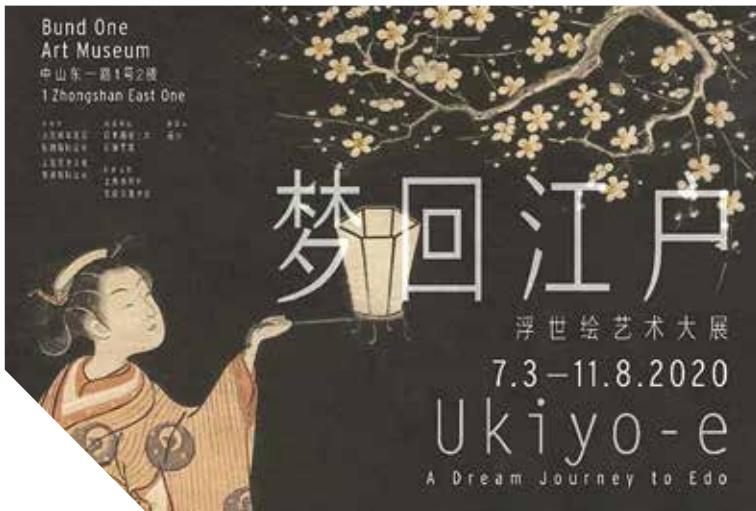


活动备忘录 EVENTS

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：editorsh@jingkids.com
微信：菁kids上海



荷兰 | THE NETHERLANDS | 动感音乐剧场
A concert with movement, magic and wonder by the Dudok Quartet Amsterdam



荷兰动感音乐剧场《玩纸牌的贝多芬》

本次演出的团体是来自阿姆斯特丹的杜多克四重奏。游刃有余的演奏、创意开放的思维让他们独创了“戏剧音乐会”的亲子沟通方式。《玩纸牌的贝多芬》用四幕戏剧，由四位乐手分别领衔，在演绎毛毛虫化蝶四步骤的同时，用纸牌游戏和肢体对话的方式展现了弦乐四重奏的乐器构成、特色和分工配合。

时间：9月18日、19日

地点：浦东新区滨江大道1777号上海1862时尚艺术中心
费用：185 – 383元

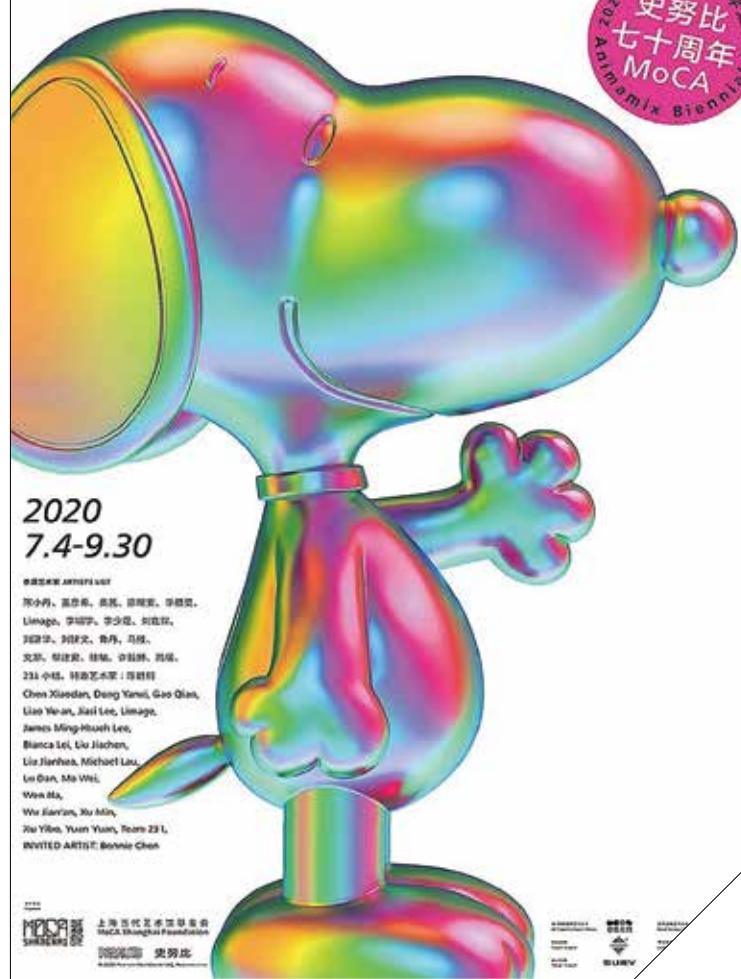
80' S Museum 80年代博物馆

80年代，人们的个性化意识觉醒，开始强调“ME-ISM”（自我主义），和平而复苏的社会环境，让所有的“新”都被接受，艺术创作进入另一个黄金时代。回顾时代、中外对话、复古与时尚多维度碰撞与探索的沉浸式艺术大展80' s Museum，汇集诸多时代烙印与记忆的怀旧物件，带你翻阅时光篇章，启动时光隧道，重返80年代。

时间：即日起-10月31日

地点：浦东新区张杨路500号华润时代广场
费用：30元起

SNOOPY 70TH ANNIVERSARY



2020
7.4-9.30

参展艺术家
陈小钢、董浩森、高亮、梁明义、李鹤林、
李鹤林、刘国文、冉丹、马锐、
宋洁、胡建波、桂红、徐丽静、孔锐、
231小组、特邀艺术家：陈鹤君
Chen Xiaogen, Dong Haosen, Gao Liang, Liang Mingyi, Li Heli, Li Heli,
Liu Guowen, Ran Dan, Ma Rui,
Song Jie, Hu Jianbo, Gui Hong, Xu Lijing, Kong Rui,
231 Group, Invited Artist: Chen Hekun
特邀艺术家
陈鹤君

MoCA 上海当代艺术博物馆
MoCA Shanghai Museum
史努比
SNOOPY

梦回江户——浮世绘艺术大展

浮世绘即日本的风俗画，是日本最具代表性的艺术，在日本江户时代兴起，主要描绘人们的日常生活、风景和演剧。“梦回江户”是迄今为止国内最大规模的浮世绘大展，由国内最权威浮世绘学者潘力教授精心策展，打造能让人真正看懂的浮世绘展。140余幅浮世绘经典原作，汇集各个时期的流派名家，跨次元重现江户历史风情。

时间：即日起-11月8日

地点：黄浦区中山东一路1号2楼
费用：68元起



火星2035沉浸式科学艺术展

2000平米、九大作品、全国首发，展览融入环球影城般的极致体验；打造300平米水秀奇景；展出全国最大、精度最高的火星复原实体，更有首次植入的沉浸式实景舞台剧，独家原创剧目《逆行之惑》，邀请一流导演、专业演员，营造超大空间、精湛舞美，与观众纵跨千年历史，感受探究火星逆行之迷的曲折之路。

时间：即日起-10月8日

地点：普陀区中山北路 3300号

环球港L4演艺空间

费用：62元

海浪——历届上海双年展文献及作品展

在第13届上海双年展“水体”今秋盛大开幕前，上海当代艺术博物馆隆重推出了“海浪——历届上海双年展文献及作品展”，重现51组国内外艺术家的60余件历届上双参展作品，涵盖绘画、装置、影像等多种形式。通过将个人记忆汇入历史汪洋的叙事框架，展览将谱写出一段独具情感、波涛涌动、奔流不息的上双过往，给予观者引古证今的感触与启迪。

时间：即日起-11月15日

地点：黄浦区花园港路200号

上海当代艺术博物馆

费用：免费

克里斯汀·迪奥梦之设计师

此次展览将呈现众多杰出作品，包含二百七十五件高定礼服、设计稿，以及来自八位中国艺术家创作的作品和艺术装置。展览由奥丽悦·库伦（Oriole Cullen）悉心策划，以全新的场景叙事，颂扬品牌创立七十余年始终秉承的艺术激情，致敬品牌传统与创意自由，引领观众踏上一段探索之旅，深入了解这座高级时装屋的先锋创意。

时间：即日起-10月4日

地点：徐汇区龙腾大道3398号

龙美术馆（西岸馆）

费用：70元

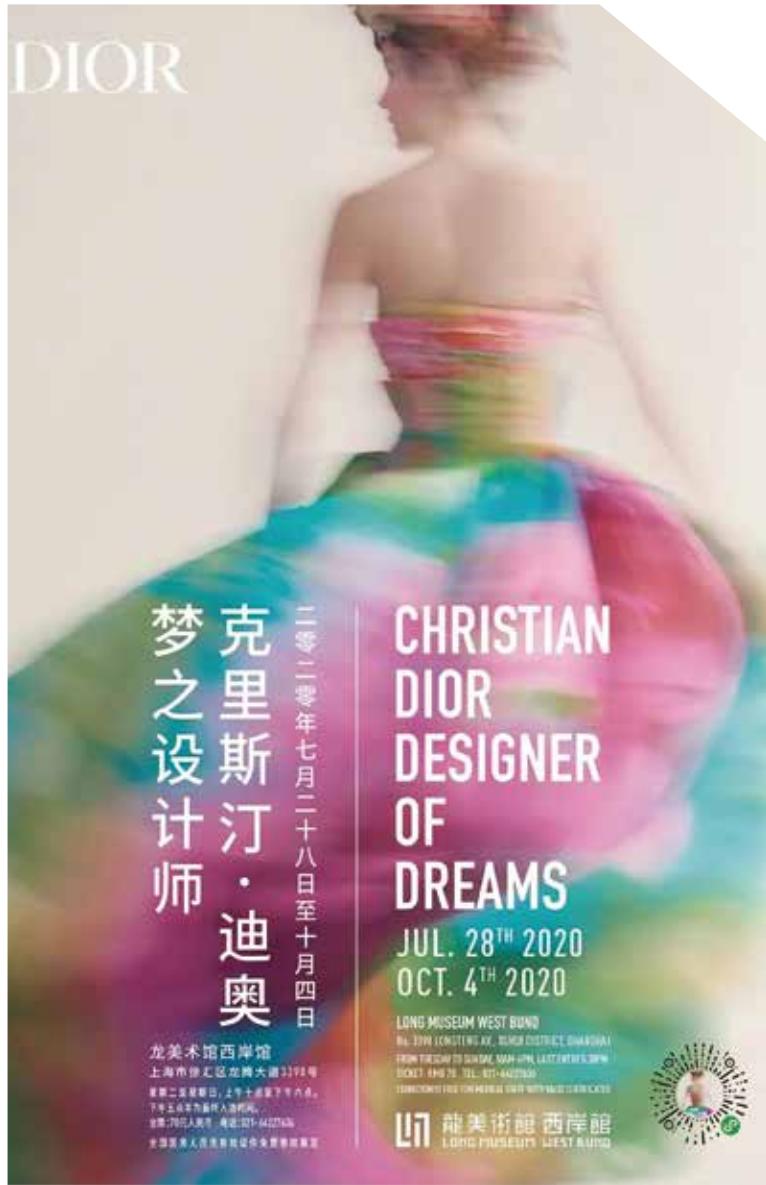
Magazine B 中国首展——The Little Black Reading Room

《B》，一本享誉全球的品牌杂志，在信息泛滥的今天，《B》团队坚守纸质媒体的独立洞见，不接受品牌的广告植入。此次，Anomaly与《B》杂志联手，策划了《B》杂志在中国的首场展览“The Little Black Reading Room”，通过全黑空间为观众创造一种沉浸式的氛围，使人专注享受阅读之乐，探索品牌背后的故事。

时间：即日起-9月20日

地点：徐汇区乌鲁木齐南路205号Anomaly

费用：免费





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：editorsh@jingkids.com
微信：菁kids上海



被打断的饭局
Interrupted Meals 2020.08.08-10.31

Joseph Beuys
Danne & Baby
Farmers
Charles Lim Yi Yong
Lo Lai Lai Natalie
Elia Nurvista
Shi Qing
Yosichiro Tamura
Tang Han & Zhou Xiaopeng
Tong Wenmin
Xu Tan
Yu Ji
Zheng Bo

被打断的
Interrupted

行以致远

Travel Far Aim High

水陆出行掠影生活展
Water and Land Transportation Lifestyle Exhibition
2020.07.16-2020.10.14

江南好，风景旧曾谙。
A Great View of Jiangnan, Old Memories awakened on brilliant sceneries.

主办单位：
上海汽车博物馆
苏州博物馆

协办单位：
嘉定区博物馆
嘉定区图书馆
上海市嘉定区中心图书馆
中国博物馆协会民营博物馆专业委员会
上海市工艺美术行业协会

千年绮华——从敦煌到高昌宝石壁画沉浸式展览

丝绸之路是人类历史上最神秘、最重要的一条通道，它在数千年的时间里串联着数十个古代世界最强大的帝国和朝代。一个文明的消亡伴随的是另一个文明的崛起，而文明从未消失，只是在不断地传承和演变。本次展览是以丝绸之路为题材的大型声光电沉浸式展览，揭开宝石矿物壁画的神秘面纱，揭秘一段19世纪末轰动全球的尘封往事。

时间：即日起-10月10日

地点：黄浦区黄陂南路838弄中海环宇荟

费用：58元起

被打断的饭局

“被打断的饭局”题目取自法国哲学家米歇尔·塞荷的著作《寄食者》。塞荷在本书中将人类的历史视作其对自然和人类本身相互“寄食”的历史，对人类中心主义及此观念之下技术生产体系展开批判。本次展览试图在这个“被（疫情）打断”的时刻再次审视人类与我们所置身的自然之间的关系，反思既有生产体系和连接方式的危机。

时间：即日起-10月31日

地点：浦东新区祖冲之路2277弄1号昊美术馆

费用：40元

行以致远——水路出行掠影生活展

上海汽车博物馆和苏州博物馆联合主办的展览“行以致远——水路出行掠影生活展”，带领大家穿越回古代中国，感受当时人们的出行生活。届时将展出近百件展品，其中一级文物3件，二级文物20余件，聚焦水陆交通工具及发展，展现人类不断追求自由移动的努力。

时间：即日起-10月14日

地点：嘉定区博园路7565号上海汽车博物馆

费用：35元起

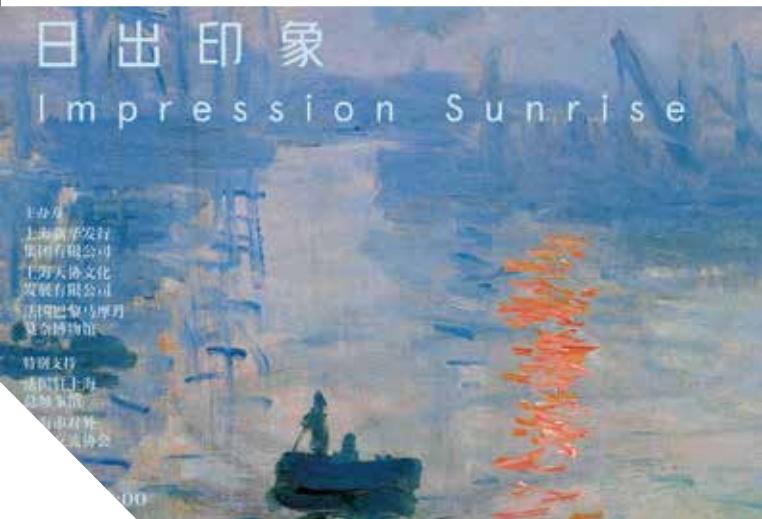
心不为形役——从孤舟草堂到桃源江南

自古读书人无论居庙堂之高还是处江湖之远，始终在儒与道、仕与隐、兼济与独善之间纠结。展览遴选龙美术馆创始人刘益谦、王薇夫妇私人藏品近30件（套），分为“孤舟草堂”“桃源仙境”“江南水乡”“当下自我”四部分展出，借由渔父、草堂、桃源的意象带领我们走入古人的隐逸世界，再借着明媚的江南水乡引领我们回到现实的当下自我。

时间：即日起-11月22日

地点：徐汇区龙腾大道3398号龙美术馆（西岸馆）

费用：40元



神秘参与Participation Mystique

展览聚集了来自英国、美国、法国、德国、日本、巴西、哥伦比亚、中国大陆及港台地区活跃在国际前沿的14组当代艺术家的作品，透过多媒介的形式，以幻想为探索线索，展现一系列精神分析学理论的艺术实践参照。这是一部特殊时期启示录，一场需要投入自身的展览，也是一次重识人与世界精神联结的探险。

时间：即日起-9月26日

地点：静安区永和东路436号

McaM明当代美术馆

费用：60元

近代上海：城市与海洋的交融

本次展览由中国航海博物馆联合上海市海洋管理事务中心、上海市档案馆共同举办，展品近100件，包括与上海开埠、上海港口、航运相关的展品，以及黄包车、旗袍、月份牌等民国时代物品，多维度展现上海深厚的海洋文化底蕴。

时间：即日起-10月11日

地点：浦东新区申港大道197号

中国航海博物馆

费用：免费

莫奈旷世真迹《日出·印象》

《日出·印象》象征着印象派的诞生、现代艺术的希望，这张神化般画作的价值使马蒙丹·莫奈博物馆不得不将其留在自己的怀抱并严格限制其涉外活动。但今年秋天，神作将史无前例地开启其中国首展，与莫奈多幅经典力作一起，全面重现印象派大师的创作故事。

时间：9月17日-2021年1月3日

地点：黄浦区中山东一路1号3楼

费用：118元起

衣裳：绘画里的20世纪中国服饰

本次展览由“中式·革新”、“洋服·旗袍”、“集体·质朴”与“开放·融合”四个板块构成，展出的40余件中国近代绘画作品与各时期具代表性的服装、艺术文化风潮有关。在展览中，绘画与服装、瓷器、文献并置，呈现20世纪中国服装的样貌与发展，也反映艺术与社会生活、中西方时尚的相互影响。

时间：即日起-10月25日

地点：徐汇区龙腾大道3398号
龙美术馆（西岸馆）

费用：60元



学一门外语 还不足够？

Be a Multilingual Speaker

策划：本刊编辑部 摄影：Dave's Studio

在与读者交流的过程中，我们发现，正有不少家长在创造机会让孩子学一门第二外语。语言学习是一件费时费力、需要长期坚持才能见到成效的事情。在已经有了一门较为通用的外语打底的前提下，为什么还有这么多人对二外甚至三外、四外的学习趋之若鹜呢？本期封面故事，我们就邀请学校、机构、家长和年轻学子从不同视角分享一下他们的理由。





上海德国外籍人员子女学校 的多语种课程

Multilingual Learning at German School Shanghai

采编: Wilma 翻译: Stella 图片: 上海德国外籍人员子女学校提供

上海德国外籍人员子女学校始创于1995年, 以开设受德国政府认证的德语课程而为上海的国际社区所知。目前, 该校拥有虹桥和杨浦两个校区, 除了同步培养德、英、中三门语言外, 还提供欧洲其它语种课程, 如拉丁语、法语和西班牙语等。菁kids特别联系了该校两个校区, 进行了书面采访。

上海德国外籍人员子女学校杨浦校区于今年正式落成并投入使用, 与虹桥校区一样, 杨浦校区也从幼儿园开始就启用“德语作为第二母语”(DaZ)课程, 并贯穿至高中时段。从身心的温柔陪伴开始, 通过语言学习的前置性, 向学前年龄段的孩子全方位全天候渗透第二语言学习, 为有德语学习需求的幼童提供自然而令人愉悦的德语语言环境, 以无缝衔接该校小学及中学部的学习。杨浦校区幼儿园园长艾薇琳(Evelyn Siegert)女士在德国担任幼儿园园长期间, 已对来自多元文化和语言背景家庭的孩子有了深入了解。今年, 她带着成熟的经验和新鲜的知识框架来到上海, 积极推行DaZ课程, 帮助孩子强化第二母语, 使其在德、英、中多语种的环境下成长。

DaZ课程协调官碧昂卡(Bianka Matthies)女士惊异于儿童对第二语言的接受速度。她用“沐浴在语言中”来形容目标语言环境的影响力——在这样的环境中长大的孩童, 今后对第二语言的掌握程度近乎母语, 上海德国外籍人员子女学校就为孩子创造了这样一个环境。



该园保育组协调官薇薇安(Vivien Horn)女士则强调, 语言环境支持对于孩童的语言学习至关重要。她说: 学习外语就像骑自行车, 反复练习尤其重要, 练习, 练习, 直到语言深入骨髓, 成为自身的一部分, 才可信手拈来。

此外, 该校虹桥校区校长苏珊娜(Susanne Heß)女士也与我们分享了她自己学习外语的经历, 以及她个人对外语学习的见解。以下即为我们的问答, 英文原文附后。

菁kids: 能与我们分享一下您自己学习外语的经历吗?

苏珊娜校长: 我的母语是德语, 但我也学习了许多其他语言。10岁时我开始接触法语, 13岁时学习英语, 15岁时又开始了拉丁语的学习(和许多欧洲人一样遵循古老的传统, 学习一门不再被用于口头交流的语言), 读大学时还学了西班牙语。

菁kids: 上海德国外籍人员子女学校开设了几门外语课程? 是否有特色项目?

苏珊娜校长: 德国学校虹桥校区有英语部, 英语课程的学习从小学开始贯穿始终。作为在中国开办的德国学校, 我们按需提供不同水平的中文教学课程。对母语为中文的学生而言, 可能我们的中文课并不太具挑战性, 但对我们的大部分跨文化家庭的孩子们来说, 我们的课程就如雨露甘霖。此外, 我们还提供欧洲其它语种课程, 如拉丁语课、法语和西班牙语等。

菁kids：学校是否会根据学生不同的年龄段采用不同的教学方法？

苏珊娜校长：小学部和中学部的语言教学的确会有很大的不同。玩耍、唱歌、游戏、儿歌，找到外语的乐趣、学会正确的发音是孩子们最初接触外语时的学习方式；而后，学生们会习得越来越多的结构、语法和词汇，从而能够在国际化的形势和语境中正确地使用这门语言。

中学部会组织国际跨文化交流项目和游学旅行。比如，我们的学生可以参加用英语教学的地理和历史课，以同时提高他们的语言能力。对语言的灵活应用是我们所真正看重的。我们11、12年级的学生能够参加模拟联合国（Model United Nations），前往世界上的某座城市，代表某个国家，与其他国家的学生相识。他们必须站在自己所代表的国家的立场上，用英语进行辩论和讨论。当看到我们的学生能用这种方式熟练使用英语时，印象会非常深刻。

注：模拟联合国（Model United Nations，简称MUN）是一项学术性质的活动，借由精简后的联合国议程举行模拟会议，使与会者了解多边外交的过程，培养分析公民议题的能力，促进世界各地学生的交流，增进演讲和辩论能力，提高组织、策划、管理、研究和写作、解决冲突、求同存异的能力，训练批判性思考、团队精神和领导才能，同时了解多元文化、拓展国际视野，了解各国在历史上或现实中的立场与处境。

菁kids：在您看来，孩子是否有“语言敏感期”？

苏珊娜校长：我认为儿童应尽早开始语言学习。首先，他们必须了解自己的母语，并为此打下良好的基础，在双语环境中成长对孩子来说是很好的机会，他们可以更容易、更自然地学习语言。当然，每个孩子都可以在整个上学期间进行语言学习。在学校，因为有老师和语言课，学习语言相对比较容易，而日常生活中的语言学习则可以是随时随地的，怎么都不算太晚。

菁kids：在您看来，语言学习有哪些关键因素？

苏珊娜校长：首先你必须持有开放的心胸，对异国文化感兴趣，也愿意勤奋地学习词汇和语法。如果能亲历国外生活、使用他们的语言更是一种美妙的经历！我们因此将中文课程和跨文化训练相结合，“与中国及其文化相遇”（Meeting China and its culture）是我们为中文非母语的学生设定的目标之一，这不仅仅关乎语言学习。

菁kids：对正在学习外语的孩子您有何建议？

苏珊娜校长：在生活中尽可能多地学习语言，你学习的每一种语言都将为你打开一个新世界！



- Would you like to share with us your own language learning experiences?

My mother tongue is German, but I've learned many languages in my life. I started with French at the age of ten, then English at the age of thirteen, then Latin at the age of fifteen (following the good old European tradition to learn a language that is not

spoken anymore) and then I started learning Spanish when I was a university student.

- How many different language courses do you provide at school?

Any featured programs you would like to introduce?

At our school we have an English Department, our English language courses start in our Primary school and go on till the final exam. As a German school in the host country China, we also provide Chinese language courses in different levels. For Chinese native speakers it is probably not really challenging sometimes, but the main part of our students – even the multicultural ones – want to learn and train Chinese, too. And of course we offer language courses in the European languages French, Latin and Spanish.

- For students of different age groups, what teaching methods do you apply accordingly?

Of course there is a big difference between language teaching in the Primary school department and in the Secondary or High school department. Playing, singing, games, rhymes, having fun with the foreign language and its sounds is the way with the children, the very early beginning of language learning. The pupils get more and more structures, grammar, vocabulary to use the language in a correct and in an adequate way also in international situations and contexts. Our Secondary school organizes international and intercultural exchange programs and travels. Our students can join geography and history courses in English to improve their language knowledge. And finally the students should be able to use the foreign languages they've been studying for such a long time quite properly. To give an example: Our high school students in the 11th and 12th grade are part of MUN (Model United Nations) where they travel to a city somewhere in the world, meet up with students from other countries and go there as representatives e.g. for China or another nation. They have to argue and to discuss in English from the viewpoint of their chosen country. It was always very impressive to see our students mastering English in that way.

- From your point of view, is there a “language-sensitive period” for a child?

In my opinion, children should start early with language learning. First of all they have to be aware of their mother-tongue, and lay a good foundation of that. But growing up bilingual is a very good chance for children to learn languages easily and very naturally. But of course, every child can learn languages during the whole school period. At school, learning languages is quite easy because there is a teacher and language classes. But people can start learning languages on everyday basis. It's never too late.

- Please name a few key factors for learning and mastering a foreign language.

You have to be interested in foreign cultures, you have to be open-minded and of course also diligent in learning words and syntaxes. But to visit a foreign country and to be able to use its language is a wonderful experience! We combine our Chinese language courses with intercultural trainings, “Meeting China and its culture” is one of our aims with our non-Chinese pupils and students, that's more than learning the language.

- Any advice for kids who're learning foreign languages now?

Learn as many languages as you can in your life. Each language you learn will open a new world for you!

上海美国外籍人员子女学校 的多语种学习

Multilingual Learning at Shanghai American School

采编: Wilma 翻译: Stella 图片: 上海美国外籍人员子女学校提供



菁kids: 请介绍一下您自己。

Ewell博士: 我是Cris Ewell博士, 是上海美国外籍人员子女学校语言项目的负责人。

菁kids: 能与我们分享一下您自己学习语言的经历吗?

Ewell博士: 英语是我的母语, 上学期间我学习了西班牙语, 它为我打开了新世界的大门, 也使我获得了一种额外的身份。学习西班牙语的经历点燃了我学习其他语言的热情。我开始学习俄语, 并在间隔年期间去了莫斯科大学学习俄罗斯文学和历史。俄语是我现在在家使用的语言, 因为我的丈夫来自莫斯科。中文是我的第四语言。几乎我所有的成年时光都是在亚洲度过的, 我热爱语言, 因为每一门语言都加深了我对世界的理解, 也拉近了我与他人的距离。

菁kids: 上海美国外籍人员子女学校开设了几门外语课程? 是否有什么特色项目?

Ewell博士: 除英语授课外, SAS还为幼儿园至五年级学生提供日常汉语教学。6-12年级学生可以选择学习汉语、西班牙语或法语。

在提升中文课程的质量和发展途径上, SAS投入了不懈的努力。SAS通过以研究为基础的语言成长和发展途径, 为从幼儿园到12年级学生的成

长提供责任追究制度。数字化、持续性的学生档案可以让学生、家长和老师衡量其在项目中的成长情况。另外, 我校还开设了从入门到IB中文文学的不同难度的汉语课程。

菁kids: 学校会根据学生的不同年龄段相应地使用不同的教学方法吗?

Ewell博士: 我们采用循证教学法, 这意味着无论孩子处于哪个年龄段, 老师都需要了解孩子已经掌握了的知识, 再确定下一步需要教些什么。在循证教学法中, 评估一方面能肯定孩子在语言学习中的点滴进步, 另一方面也便于老师据此确定下一阶段的教学内容。持续的电子档案管理着丰富的、以研究为基础的学习目标, 使教师、学生和家长能够看到学生在长期学习轨迹中取得的成果和相应的需求。这使得学校能够将个性化的学习系统化。但不同年龄段的学生都需接受与年龄相匹配的教育, 因此要采用不同的系统, 以低幼年龄段为例, 我们就采取了瑞吉欧教学法。

菁kids: 在您看来, 孩子是否有“语言敏感期”?

Ewell博士: 许多语言教育的研究和关注都集中在幼儿阶段, 这是有充分理由的, 因为年纪较小的学生可以在还没有被标记为“第二语言学习者”的情况下就习得语言。

但语言教育往往忽视中学阶段。然而, 我发现, 中学对许多学生来说也

是一个关键时期。随着学生对世界理解的加深，他们需要用语言来表达日益复杂的思想。如果一个孩子的语言水平不能在这段时间里随着年龄的增长而提高，那么很有可能在小学阶段取得的成绩就会付诸东流。

菁kids：在您看来，语言学习有哪些关键因素？

Ewell博士：首先是**学习机会**，寻找你的孩子可能参与并享受语言学习的方式。如果你的孩子喜欢游泳，就可以找一个会说目标语言的游泳教练。寻找机会，在不同但有趣的语境中使用语言。

其次是**路径的一致性**，打好某一语言的基础并坚持使用它。确保孩子的语言水平随着学习经历而不断提高和成熟。

此外，就是**找到合适的语言学习方式**。在多年从事语言教学的过程中，我发现，在学习语言非常积极和成功的学生家庭中，语言学习只是日常生活中最自然的一部分。这意味着家庭重视语言，并相信孩子能够成为其他语言的高水平掌握者。

菁kids：对正在学习外语的孩子有何建议？

Ewell博士：我要分享的有三点：

1. 不要害怕开口。即使你知道你说得并不完美，也要使用这门语言。
2. 找你爱看的书。可以听书，也可以读书。
3. 庆祝每次发现未知的时刻。确定你需要学什么正是学习的第一步。

Could you please give us a brief introduction of yourself?

My name is Dr. Cris Ewell; I am the Director of Language Programs at Shanghai American School (SAS).

Would you like to share with us your own language learning experiences?

English is my first language. I began to learn Spanish in school, and found that it gave me access to whole new world as well as an additional identity. The rich experience of learning Spanish whetted my appetite for another language. I began studying Russian, eventually taking a gap year to study Russian literature and history at Moscow University. Russian is now my home language, as my husband is from Moscow. Chinese is my fourth language; I have spent most of my adult life in Asia. I love languages because each language has deepened my understanding of the world and my relationships with others.

How many different language courses do you provide at school? Any featured programs you would like to introduce?

In addition to content courses taught in English, SAS provides daily Chinese for Preschool to Grade 5. Grades 6-12 have a choice of Chinese, Spanish or French. SAS has dedicated a great deal of energy and focus on the quality of the Chinese program and pathways. The SAS program provides accountability to student growth in research-based pathways of language growth and development from Kindergarten through to Grade 12. Digital, ongoing student portfolios allow students, parents and teachers to measure growth over time in the program. Our school offers a wide variety of levels of Chinese: from introductory levels of language through to the IB Language A courses of Chinese literature.

For students of different age groups, what teaching methods do you apply accordingly?

Teachers employ evidence-based learning. This means that regardless the age of the child, the teachers are looking to see what a child already knows and to identify next step needs. In evidence-based learning, assessment becomes

a celebration of mastery as well as an indicator for the teacher of what needs to be taught. Ongoing e-portfolios manage the rich research-based set of learning objectives that allow teachers, students and parents to see an individualized profile of student successes and needs in a long-term trajectory of learning. This allows the school to systematize the personalization of learning. Different age groups receive instruction in age appropriate ways, pulling on a variety of systems, such as Reggio Ameliea for the younger years.

From your point of view, is there a “language-sensitive period” for a child?

There is much research and attention in language education focused on early years, and with good reason. Students in their younger years can acquire language without the markers that would later identify them as “second language learners”.

When it comes to language education, the Middle School years are often overlooked. I have found, however, the Middle School years to be a key turning point for many students. As student understanding of the world grows, students need to be able to express increasingly complex ideas with language. If a child's language level does not grow with the student in this time, then there is a fair likelihood that many of the gains made in Elementary School could be lost.

Please name a few key factors for learning and mastering a foreign language.

Learning opportunities: Look for ways that your child might play or engage in the language. For example, if your child likes to swim, look for a swim instructor that speaks the language that your child wants to learn. Look for opportunities where the language is spoken in the context of a different, but fun goal.

Consistency of pathway: Build a language base and stick with it. Ensure that the language level grows and matures with your child throughout his/her schooling experience.

Model language learning: In my many years of working with language education, I have found that highly motivated and successful language students often come from families where language learning is just part of the natural landscape. This means that families value language and believe it is possible to achieve high levels of additional language.

Any advice for kids who are learning foreign languages now?

- Do not be afraid to speak with people. Use the language even if you know it's not going to be perfect.
- Find books that you like. Listen to them, read them.
- When you find something that you do not know, celebrate it. Identifying what you need to learn is the first step to learning it.

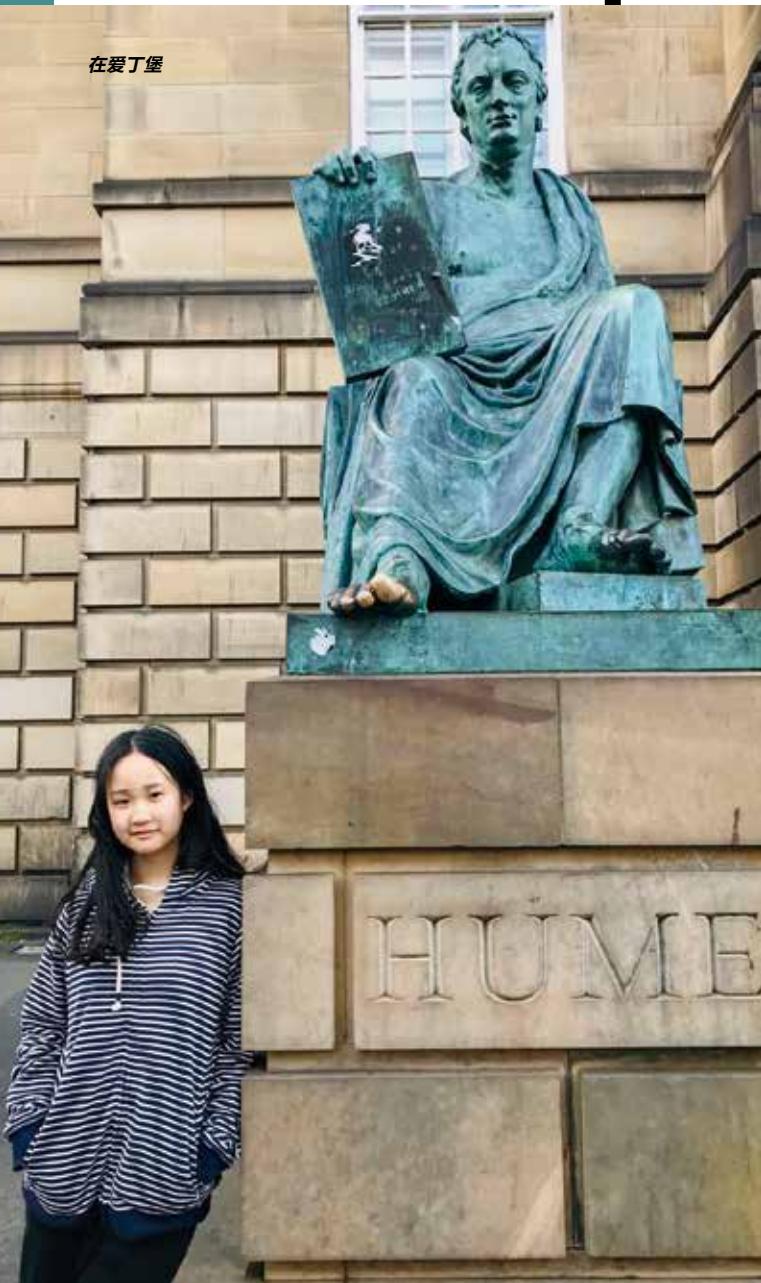


15岁的她学了6门外语， 研习路上是怎样一派风景？

A 15-Year-Old Girl's Journey of Foreign Language Learning

采编：Wilma 图片：受访者提供

在爱丁堡



15岁的卢绮章（Tanaquil Lu）目前就读于英国圣约瑟学院（St Joseph's College）11年级。她出生在上海，除了上海话和英语，还会法语、拉丁语、德语、意大利语和古希腊语，其中法语和古希腊语的GCSE模拟考试成绩达到8-9分（9分是全英排名前2%的成绩）。

据绮章的爸爸介绍，绮章小时候跟着妈妈听了很多90年代和90年代之前的外文歌曲，特别是多语种歌手的作品。家里没有电视，翻来覆去地看的就是英文版的“天线宝宝”和“查理和萝拉”。绮章5岁上双语幼儿园时第一次接触英文外教，一年级上了一所民办小学的国际班，二年级开始便在家自学，直至12岁出国。

自从在家自学开始，绮章有了大量的可以自由支配的时间，在此期间她阅读了大量的英文读物；同时因为之前听了许多外语歌曲，她表现出想学习更多语言的兴趣。爸爸妈妈一开始并不知道该如何寻找老师，就送她去上海法语学习中心试了试。半年后，绮章觉得那儿的教学节奏太慢，于是爸爸妈妈开始帮她找一对一的老师。私教既教法语，也教拉丁语，之后绮章又陆续尝试了德语和意大利语。12岁到英国上学后，除了在学校上法语课，她也继续与在上海的老师以网络视频的方式学习拉丁语和意大利语。14岁开始，绮章流露出对英语古典文学的兴趣，出于申请大学专业的考虑，在权衡了拉丁语和古希腊语对未来升学的帮助后，开始学习古希腊语。

在绮章的妈妈看来，外语教育要从小开始，但是要从环境开始，兴趣培养是第一位的。同时，找老师最重要的是要找到合适的，而不一定是“最好”的。所谓“最合适”，就是老师能激发和维护孩子的热情和兴趣、能灵活调整教学方法和进度，最重要的是孩子喜欢。他们也遇到过老师个人背景很优秀，但孩子就是与老师不合拍，最后只好放弃的情况。绮章妈妈建议家长们与孩子多多交流，这样才能及时发现问题。

绮章的爸爸妈妈坚信，学习外语是一个从量变到质变的过程，经历平台期也很正常，这个时候最需要家长能给予谅解、体贴和耐心，做孩子的帮手比逼着她学更有用。绮章在学习法语时，读写能力发展很快，但是听说一直进展比较慢。当时，爸爸妈妈除了帮她找资料，就是耐心地劝导她：这本来就难，慢慢来！因为绮章很喜欢《丁丁历险记》，他们还帮她买了英文版和法文版的书和DVD，鼓励她多听法语歌曲并跟唱，从而帮助她提高听说水平。

“作为家长，对待孩子的学习（不仅仅是外语）主要工作是配合而不是施压，爱护好孩子的学习热情更重要，这样孩子的自主学习和管理能力才能得到提高。”绮章妈妈说。

在学习了6门外语之后，绮章自己有什么想分享呢？她也非常热心地写了一篇文章来梳理自己的心得体会。原文和译文附后：

HOW TO LEARN A SECOND LANGUAGE WITHOUT DYING

By Tanaquil Lu

I was born and raised in Shanghai until I was twelve years old, after which I moved to the UK. I first came into contact with another language that was not my own when I was six, at a French learning institute. It wasn't a great experience; I learnt nothing because there was nothing to learn from the teacher. However, I found other tutors under whom my French improved to such a standard that I am as of now semi-fluent and the best speaker in my school. This happened only after six years of on-and-off tutoring delivered to an unenthusiastic child.

My French GCSE teachers at my current school have asked me before how I learnt my French. So in retrospect, there were three theoretical factors to learning a second language; the first is grammar work for proper usage, the second is reading classic literature for a good foundation, and the third is receiving lessons in the language one is learning so that the listening and speaking skills are exercised.

However, they are only theoretical, which means that they cannot be applied onto the majority of students, if not all of them, particularly students who are not enthusiastic about the course. The real secret to learning a second language, and learning it well in a relatively short amount of time, is only demonstrated by my progress in Ancient Greek.

After I moved to the UK, I took up Ancient Greek as a GCSE with a private tutor at school. I started my lessons in March 2019 (which means I have been taking them for almost a year and a half now), and am now closing in on completing the three-year GCSE course altogether --- this is remarkable progress, by the way, to anyone who is unfamiliar with Ancient Greek and GCSEs.

获市辩论赛冠军



Of course, the pace of learning a language differs from student to student, as well as teacher to teacher. But overall, if one seeks to make progress in a second language without toiling themselves to death either with self-deprecation or self-blame, the following are the core requirements that applies to everybody regardless of enthusiasm.

The first requirement is a good teacher. This does not, in any way, mean a teacher with perfect credentials, although sufficient credentials are recommendable. A good teacher, in this context, is someone who knows how to make their student understand and remember a learning point. For

example, my Greek teacher knows that I like to learn on my own, I love Ancient Greece as a civilization, and that I study linguistics in my spare time. Consequently, he lets me study grammar as homework, relates new words to an aspect of ancient Greek history, and makes me find cognates. However, these techniques might work horribly on someone who requires guidance when learning, prefers modern civilization to antique ones, and is always fixated on sports. In essence, a good teacher for one student may be horrible for another because they think and understand in different ways.

The second requirement is a willing student. Again, this does not mean a student who acquiesces to their parents' expectations, but a student who is genuinely passionate (or at least interested) about the language or culture. In my case, my teacher

has never given me a vocabulary test, because he knows it does not take a test for me to revise new words. Instead, I do it on my own because it is a hobby.

The third requirement is the study of linguistics and etymology from the PIE family. While this will not improve one's second language in question directly, it will allow the student to remember new words (and spellings, if that is not their strong suit) with more ease and precision. This is simply because all European, Middle Eastern, and many Indic languages are descendants of the original tongue, called Proto-Indo-European by linguists, which first emerged from the Eurasian steppes, or what is now Mongolia and Kazakhstan. Therefore, if a student is trying to improve their French, they should study the linguistics of other Italic languages such as Spanish or Italian.

The final advice for learning second languages without dying of exhaustion is really directed at the teacher rather than the student: if one is a private tutor, never bore the student. Boredom is the main, and oftentimes sole, reason many students lose enthusiasm for the subject (and thus violate the second advice). Therefore, as a tutor, one should always bring challenge and doses of humor.

Overall, my experiences in learning second languages tell me that one should never learn languages when they do not have an interest in it, and if they should learn one, it is crucial that the student is interested in the material. That way, perhaps the student would be able to polish off a nice resume without breaking their mental health, although with this success they should always anticipate losing vocabulary in both the second language and their own, or mixing the two.



在柏林游博物馆

我如何在外语学习中成功上岸

翻译：李佳莹

我在上海出生长大，12岁那年搬到了英国。六岁时，我第一次接触到另一门全新的、不属于我的语言，那是在一家法语学习机构。那段经历并不怎么样，坦白地说我一无所获。后来，我找到了其他老师，在他们的帮助下我的法语能力突飞猛进，直到现在已是比较流利的水平，成为了全校法语最棒的学生。而这一切都发生在一个只接受了六年断断续续的辅导、且对法语并无满腔热情的孩子身上。

我现在的法语GCSE老师曾问我我是怎么学习法语的。回想起来，学习外语有三大要素：为正确使用而练习语法；为打下良好基础而阅读经典文学作品；用正在学习的语言授课听课，以便锻炼听力和口语技能。

但以上三点都只是纸上谈兵，仍有大量学生，尤其是那些对这门语言不感兴趣的学生，无法据此取得良好的学习效果。在较短时间内学习外语，且较有成效的真正秘诀，只有我在古希腊语方面取得的进步可以证明。

在我搬去英国之后，我在学校私教的指导下学习了GCSE古希腊语。从2019年3月开始（至今将近一年半的时间），现在已接近完成GCSE总共三年的课程——对任何不熟悉古希腊语和GCSE课程的人来说，这都是了不起的进步。

当然，学习一门语言的速度因学生而异，也因老师而异。但总的来说，如果一个人想要在外语学习中取得进步，又不想因自嘲或自责而苦读至死，那么下面这些核心要求适用于每个人——不论其对这门语言感兴趣与否。

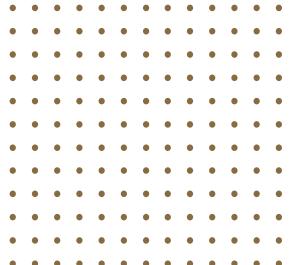
首先得要有一位好老师。尽管强大的资历更令学生信任，但好老师并不等同于一位有完美资历的老师。好老师应该让学生理解并记住学习要点。例如，我的希腊语老师知道我喜欢自学、热爱古希腊文明、会利用业余时间学习语言学，于是，他就给我布置了学习语法的家庭作业，把新单词和古希腊历史的某一方面相联系，让我去寻找同源词。然而，对于那些在学习时需要指导、喜欢现代文明而不是古代文明、而且将所有课余时间都扑在运动上的学生来说，这种教法可能会产生可怕的效果。从本质上说，甲之蜜糖乙之砒霜，不同的思考和理解方式决定了“好老师”也因人而异。

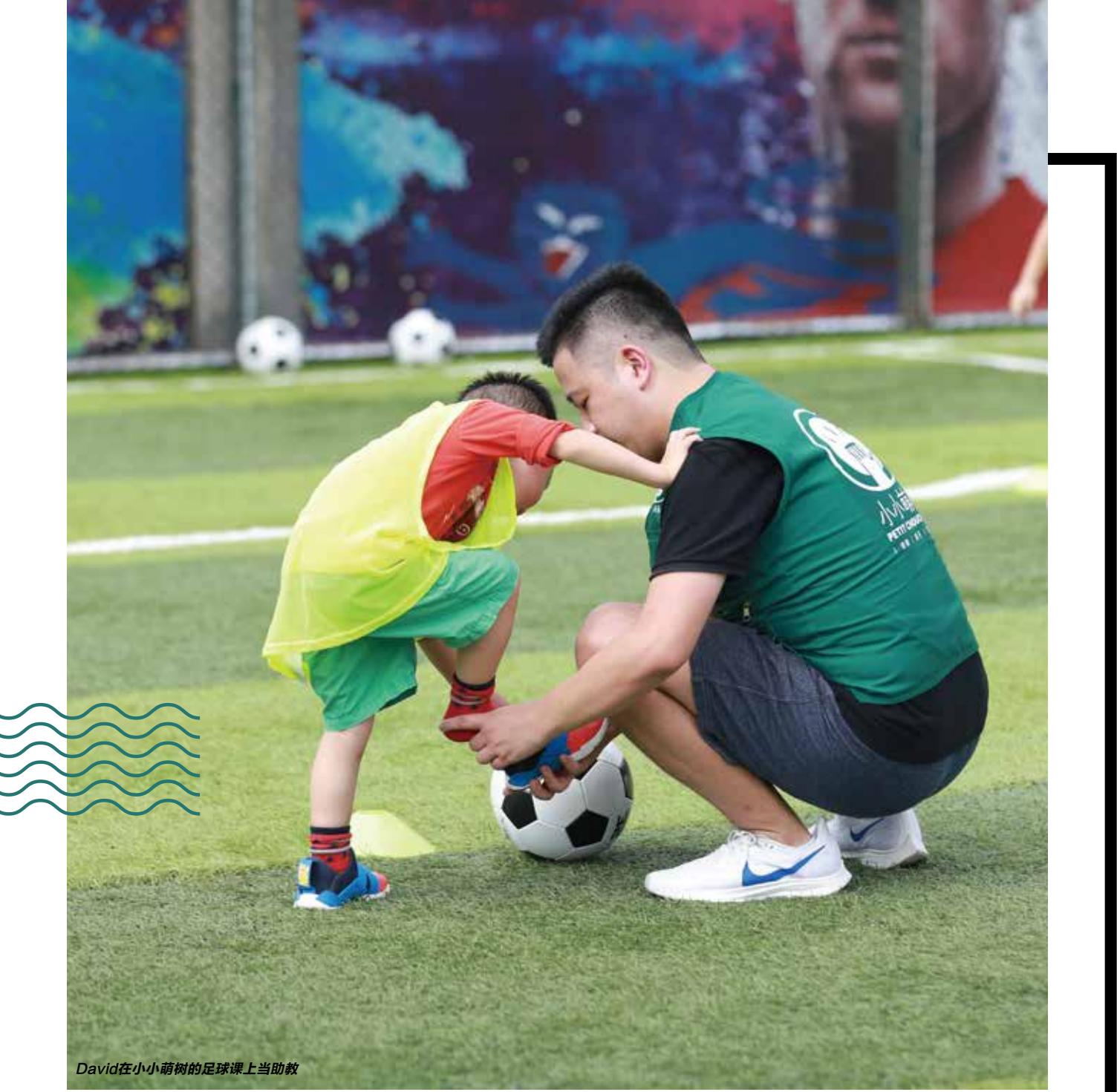
其次是要有一个肯学的学生，同样的，这不是指一个默默接受父母期望的学生，而是一个对语言和文化真正充满热情（至少得有兴趣）的学生。以我为例，我的老师从没有安排过词汇测试，因为他知道不需要用考试来逼我复习新单词，这是我的爱好，我会自己完成。

第三点是研究原始印欧语（Proto-Indo-European）家族的语言学和词源学。虽然这不会直接提高一个人的外语水平，但通过对它的学习，学生对新单词的记忆将更为容易且精确（如果记忆和拼写不是他们的强项）。这是因为所有的欧洲语言、中东语言和许多印度语言都是原始语言的后裔，被语言学家称为原始印欧语，它最早出现在欧亚大草原，也就是现在的蒙古和哈萨克斯坦。因此，如果一个学生想提高他的法语，他应该去研习其他意大利语族的语言学，如西班牙语或意大利语。

最后一个避免在学习外语时不苦苦挣扎的建议不是给学生的，而是给老师的：如果是私人导师，千万不要让学生感到无聊。无聊是许多学生对所学科目失去热情的主要原因，通常也是唯一的原因（与第二个要求相违背）。老师就是应该为学生带来挑战和乐趣。

总的来说，我学习外语的经验告诉我，一个人永远不应该在自己对语言不感兴趣的时候学习语言，如果他们必须要学习一种语言，对教材感兴趣至关重要。唯有如此，学生才有可能在不影响心理健康的情况下再为漂亮的简历增色几许。但他们也需要有一个心理预期，那就是学好外语的同时也可能折损一部分母语词汇，或者将两种语言混用起来。



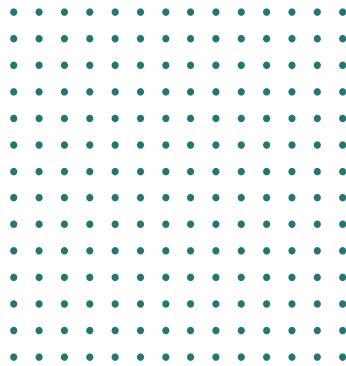


David在小小萌树的足球课上当助教

小小萌树创始人David YE： 语言学习不是正比例函数， 而是U形曲线

Interview with the Founder of Petit ChouChou

采编：Wilma 图片：受访者提供



第一次听说“小小萌树”是在两三年前，当时菁kids读者中就已经有送孩子去萌树学法语的家长了。这次因为“二外学习”的选题，我们与小小萌树的创始人David YE有了一次长谈。从儿童和成人学习外语的不同特点，到语言的社交属性，再到如今大热的线上学习，David坦诚地分享了他的观点。

作为施耐德电气曾经最年轻的全球产品经理，David如今仍亲历亲为在萌树当助教，“追求极致”的产品经理的思维也依然深刻地影响着他。无论是按年龄段设计的课程体系，还是完全自主研发的系列教材，抑或是“由语言而文化”所衍生出来的合唱团、足球队、夏令营，看得出，David对自己的“产品线”有着非常清晰的思考。因孩子学习法语而汇聚在一起的一个个家庭所组成的社区也已经成形。

与这位工科出身、热爱古典音乐和足球的创业者的对谈，一方面令我们获得不少与外语学习相关的新知，另一方面也让我们真切感受到因热爱某一领域而自然生发出的感染力。关于第二外语学习，家长们有不少疑问，我们梳理了David对于法语学习（某些规律也同样适用于其他外语的学习）的几个问题的解答，供各位参考。

菁kids：与成人相比，儿童学习法语有什么优势？

David：我自己的经验是孩子学得远远比成人要好，不管是反馈程度，还是整体的听说读写能力。这个年龄段的孩子在学语言时，比成人少了许多不必要的心理活动。成人更有得失心，更害怕犯错，更有面子感，在理解一样东西的时候杂念更多，很多时候就会阻碍他的自然反馈。

在法语学习中，孩子会学自然拼读，却很少听到大人在学自然拼读。为什么教孩子的方法教成人不一定可行？我用音乐打一个比方，一位著名钢琴家曾在80岁的时候说过一句话，大意是“弹莫扎特弹得好的，要么是四五岁的小朋友，要么是耄耋之年的老人”。毕加索也说过类似的话——“我花了四年时间画得像拉斐尔，却用了一生的时间，才像孩子一样画画。”

成人学语言是grammar driven，也就是logic driven，逻辑驱动型：第一节课教主格人称代词，你我他、你们我们他们；第二节课是动词，第三节课是宾格……这有一个好处，能帮助你更快地举一反三。

但孩子刚开始是不学语法的，他们学语言分四步——词汇、句型、场景、文化，没有语法。语法是在他学到一定阶段之后再出现的，起到的是解释疑问的作用。我举个例子，法语里面所有的名词是有阴阳性的，tête，bras，头是阴性的，手臂是阳性的，为什么？有什么规律？如果这么问，那就进入到成人的学习逻辑了，想刨根问底，想总结规律之后举一反三。

孩子不会这样学，他们会先全部记住，记了一年，词汇已经很多了，800、1000个词汇，那时候老师再告诉他们为什么tête是阴性，bras是阳性。所以孩子学语言是先学会语言，再学会语法。语法是后置的，和孩子反向解释了“我为什么会这么说？”孩子的语言学习是memory driven，记忆驱动型学习，与成人完全不同。

其实我们这一代人小时候学语言，都是似是而非的成人模式的精简版。所以现在大人在见证孩子学习时，第一件事情就是要破除自己学语言的执念。大人的确会在很多时候得益于自己成熟的有构架感的思维方式，但这也



小小萌树团队自主研发的少儿法语教材

阻碍了我们以松软的态度去吸收知识。

菁kids：您怎么看待“语言敏感期”这个说法？

David：语言敏感期是实实在在存在的，我的感受非常真切。这个东西如果短时间内去观察一个孩子是观察不出来的，必须要陪伴一个孩子甚至陪伴一群孩子一段时间，才能得出这样的结论。很多孩子刚开始的语言沉默期很长，可能有两三个月，但突然之间就像一个U字形那样爆发了，学习能力令人惊叹。

有一本书叫《儿童认知心理学》，非常清晰地定义了孩子每一个年龄段需要具备的能力，语言学习就是其中一个非常重要的模块。为什么3-6岁是语言敏感期？因为这期间孩子的模仿能力、听觉敏感度、思维能力、记忆力等等，都处于高峰时期。

菁kids：除了记忆驱动和逻辑驱动的差别，儿童和成人在学习外语时还有哪些不同？

David：我们可以粗略地把语言学习分为听、说、读、写四个象限。这四个象限，成人学的时候是平行推进的，孩子学的时候却是有顺序的。四岁的孩子还不具备成熟的阅读能力，更别说学写了，所以孩子学习听说读写是有顺序感的。要把两个象限紧密结合在一起，就需要有一座桥梁。

听和说之间的桥梁是词汇能力。很多孩子听得懂，却说不出来，因为



听不需要反馈，反馈需要调动孩子的记忆力，输出对的音节，表达对的含义。有了词汇之后，从第一象限跳到了第二象限，那又怎么从“说”过渡到“读”呢？自然拼读是关键。读，是你的视觉和你的记忆的符号学关联，这也是英美的自然拼读尤其重要的原因。此外，英美的自然拼读体系phonics参考法语的phonologie(音位学)，

这也解释了为什么英美phonics的发音有较多不规则现象，但法语的不规则现象只占总词汇的3%。自然拼读学完之后，就到读了。从读到写要靠什么？首要的就是海量阅读，养成阅读的习惯。很多家长说我孩子不会写文章，原因就是阅读太少，没有足够的输入，因此提炼不出自己的观点。其次是语法，没有语法支撑，是无法写作的，或者写出来的东西也是错误频出。

菁kids：对于现在很火的线上外语课程，您怎么看？

David：我一直是非母语环境下纯线上启蒙教学的反对者。这里面有几个限定条件，一个是非母语环境下，缺语境；第二是零起点启蒙，纯线上是绝对不行的。

首先，我们来剖析一下孩子学习的目的，孩子学法语并不是要去法国，也不是要去留学，或开拓自己的视野。4-8岁的孩子学一门新的外语的原因很简单，那就是“好玩”。我喜欢这老师，我喜欢这些朋友，我喜欢做这个游戏，我来这很快乐，我做这件事会给我带来成就感，带来别人的认可，这会给他正激励，这是人性。

其次，语言是一种社交工具，在非社交环境下就相当于让鱼脱离了水，几乎不可能存活。语言需要土壤，社交环境就是语言的土壤。

而现存的在线课程，正在直面以上两个问题。我自己分析过线上教学的几种模式，直播、伪直播、录播，包括现在所谓的AI课，我觉得没有一个可以破除我刚刚说的“让语言回归社交环境”的问题。就像我刚才说的，孩子学语言是不依赖于logic的，他是memory driven，所以会强依赖于社交环境。线上没有一个方式可以给他社交环境，没有社交环境，就没有concentration，没有乐趣，就无法维系很长一段时间。语言包括其他任何的教育，试听课都是愉快的，千万不要因为试听课的愉快而报一个班。语言学习结果是滞后的，一年以后才能看出结果来，一年以后如果没结果，任何曾经的快乐都会烟消云散。今年因为疫情的关系情况有些特殊，但我认为现存的很多线上教学的泡沫，特别是非母语环境下、零起点孩子的语言启蒙线上的泡沫，都是试听课般的快乐，未来不一定能持续下去。

但是英语的线上课程是有存在的意义的，英语线上课更多起到支持的作用，因为孩子们在日



常环境里或多或少会接触英语，线上课更多的是增加语境，而法语是没有的。

小小萌树也开发了线上课程。就像我前面说的，听说读写四个象限对于孩子而言是有顺序的，既然有顺序它就有衔接，这些衔接都是基本能力，基本能力是可以提取出来给孩子的。所以我们的线上课程就是把这每一种基本能力抽取出来，搭建成一个课程体系或者能力金字塔。

从绘本共读、童谣课开始，先刺激他们听和说的兴趣。接下来自然拼读就是从第二到第三象限，包括自然拼读背后的分级阅读。然后再儿童文学的赏析，这其实是从“读”慢慢过渡到“写”了。但是只有桥梁，没有大陆，还是一个世界。所以即使是面对我们现在线上课程的用户，我也直言不讳，尽管我们自己原创的线上课程是掌握核心能力的一套体系，但还是替代不了回归语言本质、交还给语言生命力的面授。

菁kids：您刚刚提到，相较于英语，孩子们学习法语的语境比较匮乏。怎么解决这个问题？

David：语言确实还是需要场景化的。我的一个观点是，孩子学语言两样东西最重要：第一是专注力，专注力是单位时间内的学习效率；第二就是语境，语境就是语言在他生活里的长度。速度乘上时间等于距离，所以速度就是专注力，时间就是他沉浸在这门语言里的时间长度。

家里有环境当然是最好的，但是在中国，家里有法语语境的毕竟是极少数，所以我们做了一件很重要的事情，就是每天的“作业系统”。但我们的“作业系统”都是游戏化的，每天一个视频，老师绞尽脑汁想各种游戏，做示范，告诉孩子学习目标是什么，下面还会加一段给家长看的中文。孩子每天做，做完之后老师批改，每天如此。我们心里都明白，学语言每个礼拜上三小时课是远远不够的，最关键的是养成每天学习的习惯。

菁kids：学二外很容易放弃，除了在教学内容、教学方式上下功夫，小小萌树还有没有其他方法？

David：学语言需要每天坚持，那就需要一个坚持的理由，对孩子来说尤其如此。这个理由就在文化。“文化”这个词太大了，所以我们就做了非常多的探索和尝试，比如足球队、合唱团、戏剧、芭蕾营、绘本创作营，等等。

我自己非常喜欢足球，而且在欧洲，4-8岁的孩子无论男女都在踢足球，团队精神、坚韧不拔的意志、强健的体魄，都是足球可以给孩子带来的。我们的足球队也即将参加上海国际青少年足球联赛，我们的法籍教练以前带过的队伍曾经蝉联过四年亚太区的冠军。

我们合唱团40个孩子，两年多的时间里定期公演、献唱，唱的全是经典的法语童谣和歌曲，难度很大，但每一次成功的演出背后，孩子和家长都很有收获，很自豪，前不久还刚刚录制了建团两年多的第一张唱片。孩子在一次次掌声中增强了学习的动力和信心。我们还有非常棒的戏剧老师、芭蕾老师、现代舞老师。

学语言，如果只论语言，那注定是一件失败的事。学语言，需要回归到文化。语言是文化的门槛，你跨过了门槛，不能不让人看看土壤背后的那个世界。

菁kids：现在大概是什么样的爸爸妈妈会把小朋友送过来学法语？

David：四年前小小萌树刚成立的时候主要是孩子在上国际学校的家庭，他们也许是华人，但是法籍、德籍、美籍、加拿大籍等等，可能他们本身所处的环境就会接触法语。

随着小小萌树一点点地成长，我发现越来越多双语学校甚至公立学校的孩子也加入了进来。目前在读的学员中可能有一半或者40%来自国际学校，40%来自双语学校，20%来自公立学校，而且这样的比例每年都在变化，双语和公立学校的学生越来越多。现在法语已经成为高考外语的一个可选项了，很多家长知道考英语是红海，考法语是蓝海，得高分更容易，且小小萌树还有青少年法语课程作后续衔接，有很多青少年法语家长便是奔着这个目标来的。



二外学法语是一种怎样的体验？ 孩子和家长如是说

Why I Advocate My Child to Learn French as a Second Foreign Language

文: Wilma 图: 受访者提供



说起为什么要在继英语之后再学法语，小小萌树大家庭里的Minna、Sofia、George和Jeremy小朋友，以及他们的妈妈也接受了我们的采访。

为什么学法语？

George是四个孩子中年龄最小的，最近刚升幼儿园大班。因为他妈妈深知低龄阶段是孩子的语言敏感期，很早就做了相应的规划。George从20个月起开始接受成体系的中英双语浸润，3岁多时便开始到萌树学法语。在George妈妈看来，语言除了传播交流的功能，还承载着不同的思维方式：中文的一词多义和平仄、英文的平实直接和强调理据、法语每个词都有不同的词性，就形成了三种不同的结构和思考逻辑。

和George一样，Minna也是中英双母语，因为考虑之后会去加拿大读书，而法语又是加拿大的官方语言之一，学法语就成了一件顺理成章的事情。

Jeremy是萌树最早的学员之一，因为爸爸去法国出差，对法国文化的包容和法语的优雅印象深刻，回来便建议儿子将法语作为第二外语。Jeremy当时就读的幼儿园的园长来自加拿大，幼儿园设有法语课后班，他的法语启蒙便是从那时候开始的。之后，为了寻找更系统的法语教学资源，Jeremy的妈妈一度“出没于”各种法语启蒙群，在群里获知了萌树的夏令营信息，又“排除万难”解决了接送问题。没想到短短几天的夏令营过后，原本只能蹦为数不多的单词的Jeremy就能说完整的句子了。

活泼机灵的Sofia走上法语学习之路极具戏剧性。因为读了很多来自法国的绘本，Sofia对法语很有好感，机缘巧合之下就参加了萌树的夏令营。尽管夏令营时间很短，热情的老师、好玩的游戏却让她很快爱上了法语。夏令营结束后，她又央求妈妈报常规课程，当时还是8月，妈妈怕她只有三分钟热度，便说，如果等到9月份开课时她还想学，就给她报。结果当然是，她的学习热情经受住了考验，而且现在的她不光自己学，还给家里的大人拉了微信群，模仿老师的样子录好小视频，当起了家人的小老师。

遇到困难怎么办？

要学好一门语言很难，需要长期坚持和积累。对于玩性大、尚缺乏自制力、平时又没有太多语境去运用所学语言的孩子们来说，怎样才能坚持呢？

接受采访的四组家庭都提到了萌树的一个特别机制——每天都需要做10-20分钟的作业。作业以游戏的形式出现，完成后发



Jeremy在巴黎观看环法自行车赛



Minna在温哥华参加法语夏令营

到微信群“打卡”，老师会快速给出反馈。已经学了三年的Jeremy的妈妈深有感触地说，学语言兴趣很重要，坚持也很重要。一开始的打卡，她会陪伴和提醒孩子，现在基本已经养成习惯，孩子能独立完成。尽管谁都有想偷懒的时候，但是因为微信群的存在，大家都看得到坚持的成果，就会因此督促自己。群里甚至还出现过“晚交作业会自觉请假”和“老师晚发作业被催更”的情况。“学语言就像爬山，一本本书就是一座座山头，家长们互相鼓励着、拉扯着也就坚持下来了。”Jeremy妈妈说。

回想起孩子这一年半以来学习法语的经历，George妈妈也坦言，中间有过瓶颈期。首先是刚开始接触法语时，因为当时的George已经是中英文主导，执拗地认为世界上只有“一、二、三”和“one、two、three”，而“un、deux、trois”是“不对的”。好在每次三小时的课程让他长时间浸润在法语中，老师的教学方式又充满了童趣，他渐渐也就接受了。第二个阶段是从单词到句式语法、动词变位时。第三个阶段则是增加了书写以后，因为年纪小，书写一开始对George来说很有难度，但是随着手部肌肉的发展，法文的书写也有了提升。妈妈觉得，小小萌树的混龄教学模式也对此起到了促进作用——看到大哥哥大姐姐在写，George也愿意去尝试，一个很明显的变化是，在可以自主选择的circle time中，原来他是不假思索就去涂涂画画小组，现在就会选择书写小组。

从文化到语言，再回到文化

为了让孩子对法语和法国文化有感性的认识，从报名参加小小萌树到正式开课的那段时间里，爸爸妈妈特意带Jeremy去看舞台剧《小王子》，也去了法国的迪士尼。“就是为了让他感受一下，增加一些语言学习的相关性。”妈妈说。与法国相关的展览和音乐会来到上海，他们也是忠实的观众和听众，“去参加这些活动，哪怕只是听到一个数字，都有助于增强孩子的自信心，让他能在开始的时候有更多动力。”

当被问到“说到法国，你会想到什么”时，小姑娘Sofia如数家珍地报出一串名胜：卢浮宫、埃菲尔铁塔、巴黎圣母院……她还兴奋地向我们展示了一段舞蹈视频。妈妈解释说，因为看了电影《了不起的菲丽西》，她很想去一次巴黎歌剧院，结果去年夏天还真的如愿在那

儿跳了一次舞。那次夏令营，他们还参观了达芬奇和莫奈的故居。

因为热爱某一文化而亲近承载该语言的文明，之后又因为语言学习而对该文化有了更深入的了解——这大概也是小小萌树创办法国夏令营的初衷。在与法国当地语言文化机构合作的夏令营中，上午是语言课程，下午就是各种文化活动，大家可以做奶酪、去农场、了解法国传统造纸，也可以去看火山、逛恐龙公园，最后三天还去了巴黎看展。因为是homestay的方式，参加夏令营的家庭也与住家有了深入的交流，像Jeremy家那样连续三年都选择同一住家的，双方更是结下了深厚的友谊。

说起这三年以来的变化，Jeremy妈妈深有体会。第一年去夏令营的时候，Jeremy还是以听为主；第二年恰逢法国世界杯，他已经能坐在客厅和房东一起看球赛了，外出游览的时候也能跟向导很自如地聊天。“出不来的词可能用英文，但是他听力的确很好，可能跟抓住了语言敏感期有关系。他能看当地报纸，看法国很local的剧竟然也能get到笑点。”第三年正好是环法自行车赛，“我们原来都是在电视上看环法，去年在现场，看完跟司机聊天，Jeremy对参赛的队伍和比分如数家珍，司机都很震惊。”Jeremy妈妈笑着说。

法语学习就像打开了另一扇门，孩子们也因此对法语世界的文化有了更真切的认识。不管是让人垂涎的法国美食、令人赞叹的艺术作品，还是法式建筑、家具……正如其中一位家长所言：审美上潜移默化的影响比语言本身更加深远。

Sofia与法语老师



去国外交换一年， 我又学了一门外语

Learning Another Language as a Visiting Student

采编: Wilma 图片: YFU中国提供



YFU (Youth for Understanding) 国际学生交流计划成立于1951年，旨在通过青少年间的跨文化交流来化解战争仇恨、消除文化隔阂、促进世界和平，同时培养具有国际视野和跨文化沟通能力的未来世界领袖。

在为期一年的交流中，参加该计划的青年学子会住在当地人家中，并与当地学生一起上课，他们是如何克服语言障碍，从“基本不会”到能与住家流利交流的呢？本期封面故事，我们邀请了四位参加过YFU交流项目的同学来分享他们的故事。她们中有两位去了德国，一位去了荷兰，另一位则去了瑞典。



阚子亦：毕业于杭州外国语学校，北大蒙古语专业新生

交流期间上的学校是用英语还是德语教学？跟得上吗？

交流期间住在巴符州一个小乡村里的志愿接待家庭里，上学就是就近在一个小城市的公立文理学校，插班到10年级，和他们一起听课，所以都是德语教学。

刚开始到那里的时候真的很懵，因为之前的德语基础都是很简单的日常交流，课程的内容完全听不懂。班主任很照顾我，她是数学老师，常常会单独给我用英文标注一些概念，其他科目的老师也会尽可能帮助我理解简单的内容。在老师同学还有词典的帮助下，理科学习很快就不再是困难了，加上他们的数理化课程确实比我们简单得多，我总是能在随堂测验中取得不错的成绩。但文科就真的是一道跨不过去的槛了，基本上就是听个大概内容，实在听不懂了就自己拿出语法书背背人称和动词变位（德语真是太难了！）。学校还很贴心地给我安排了每周两节和一个6年级的班级一起上德语课，和这帮小弟弟小妹妹们一起讨论聊天真的很有意思。

在德国交流期间，有没有什么语言学习上的趣事或者囧事发生？

可能不算是囧事，应该说是一个遗憾吧。我那时候太缺乏自信，所以尽管在赴德交流的这批学生中，我的德语基础算是比较好的，但总是不敢真的大胆开口说，只习惯用英语和住家以及同学们交流。

过了大约一个来月之后，住家妈妈跟我说，最迟到圣诞节前，一定要用全德语交流了。从那时候我才开始尝试着多开口，然后渐渐发现，只要跨过了一开始的心理障碍，这件事并没有那么难做到。但还是很可惜，因为开始得晚，再加上那时候性格也很内向交流得少，到后来交流生再聚首的时候发现，很多原先基础差的同学都已经赶上甚至超过我了。这件事让我很深刻地认识到了在外语学习中，大胆开口说是一件多么重要的事。

即将开始学习蒙古语，对这门语言有什么期待？

高三时参加北大保送考，以0.3分之差和第一志愿德语系失之交臂，被蒙古语系预录取。蒙古语是一门我在之前完全陌生的语言。因为北大外语类保送中通用语种都仅限第一志愿填报，往后的志愿只能在小小语种中选择，所以就在今年开放的一批亚洲国家语言中选择了它。很多人听说我第二志愿填报蒙古语都有些惊讶，都觉得波斯语、阿拉伯语、朝鲜语（韩语）之类是更常规的选择，但我确实是喜欢北方国家的草原风沙胜过南方的炎热潮湿，也对朝鲜半岛或者中东的纷乱不感兴趣。语言学习背后不可分割的是文化，我很期待对这个马背上的国家的文化有更深入的了解，也期待通过这种了解能对自己所处的文化有新的反思。

应子娴：毕业于杭州外国语学校，现就读于上海外国语大学西班牙语系

高一时为什么选择去德国而不是别的国家交流？

我的第一个想法是，不去英语国家，因为这样可以再多学一门语言。也考虑过去南美国家，但最终选择德国有几个原因：一是YFU的德国项目比较成熟；二是说到德国，大家都会瞬间想到“严谨”，我想去看看德国人到底是怎样的；另外，相比其他国家，我对德国更熟悉一些，毕竟初一时学过一点点德语。

“开始认真学习德语”时觉得德语难吗？

难呀，除了单词记不住，还有很多难点。第一大关是发音，“e”的发音和中文及英文都不同，非常微妙，一开始很难把握嘴型。“r”更不用说了，小舌完全不听大脑使唤。我是一直到去了德国八个多月才发出来，之前就是“吐痰”音。第二大关是语法，主要是一些从来没见过的“配置”，比如动词变位、从句的语序，难记又难理解。其实发音和语法都是，要是学过的语言里有相似的知识点，那就没问题，要是没有，就是一道大坎。第三关是听力和口语。一开始为了赶进度，学习的强度很大，更像只是在过课文过知识点，没有很多时间去练习。上课给我听的材料我一般都听不懂，最后都是靠老师慢速复述才懂；说话完全磕磕巴巴说不出来。

交换期间学习德语有没有什么心得可以分享？

到了德国之后，除了刚开始为期三周的语言培训，我就没有再刻意上过语言课了，就是日常生活中学习，也是真的感受到了环境对语言学习潜移默化的作用。

听之前的学长学姐说，一般是三个月过语言关，我稍微慢一些，花了四个月左右，在圣诞节前后，突然之间可以比较流利地日常交流了。我觉得可能是因为我平时话也不多，嘴巴就不熟悉这些词，很多时候尽管在脑海里打好草稿了说出来还会磕磕巴巴。但好在对于身边的人说的话我都会很努力地去听。后来我听说过一个实验，就是给一群英语初学者听七个月的录音，但不让他们说，可是七个月之后，他们几乎都可以说出流利的英语。我觉得我后来的突然开窍和我之前的听是有很大的联系的。

不过在这种日常生活中学习到的，就比较“街头德语”，有很多俚语或者青少年用语，甚至很多词我都不知道他是怎么写的，却莫名就会用了，有种小孩儿初学说话的感觉。不过仅靠这些要看书写作的话还是不够的，需要阅读和写作练习，这一点当时学校里的德语课对我也有一些帮助（虽然当时在学卡夫卡真的非常难看懂）。

大学为什么选择学习西班牙语而不是继续学习德语？

其实就是要再多学一种语言。兴趣方面来讲，是因为交流年的时候有遇见很多西班牙和拉美的小伙伴们（包括我住家妈妈也是拉美人），他们好像天生就很快乐，而且很热情，我真的很想去这片土地看看，感受一下他们的生活，了解他们的文化。另外也听说西班牙语是和上帝对话的语言，非常好听。现实一点，西班牙语的运用很广，全球有21个国家以其为官方语言，同时他也是联合国的工作语言，那以后就业前景应该也不错。而且西班牙语和葡语意语都比较相似，我也有以后偷偷学一点葡语和意语的小梦想。



陈冬迩：杭州外国语学校高三

去交流的时候几年级？当时为什么选择荷兰而不是别的国家？

高一结束的时候去的。我和我爸一直是荷兰队的忠实粉丝，虽然我们喜欢的年代不太一样。我也非常喜欢电子音乐，而荷兰正好是电音王国，那时候我喜欢的DJ也在荷兰。

有什么学习外语的“独门秘笈”可以透露一下？

不管你会不会，你说就对了。刚到荷兰的时候，交换机构有组织过一个orientation camp，就是看看你的荷兰语水平。中国人学语法特别厉害，老师给我的卷子上都是语法，我刷刷刷全部填出来了，老师觉得我荷兰语特别牛，就把我分到了和比利时人、南非人、德国人一起的一个班。那个班里的同学要么母语跟荷兰语很相近，要么学习过很长时间的荷兰语，我在那里什么都听不懂。回去的时候就哭着跟我住家说，荷兰语怎么那么难，住家说没关系，你看看跟你同班的都是谁。

陈胡衣童：格致中学高二

为什么选择瑞典而不是别的国家？

因为觉得像美国、德国这样的国家有好多中国孩子都已经去了，觉得去别人广泛涉足的地方没有新意，想选择一个“冷门”的交流国家开辟自己的天地。

到瑞典之后跟语言会是比较大的障碍吗？

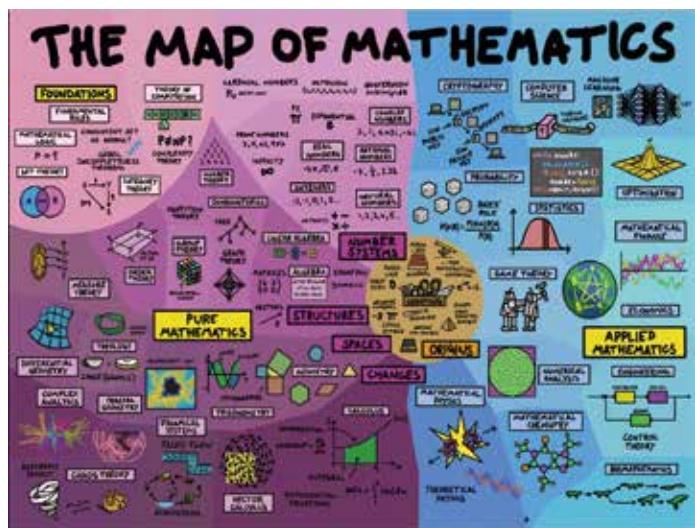
和大多数的交流生一样，前六个月都是在磕磕绊绊中度过的，但是我很敢说（话痨本尊哈哈哈哈），到后面就挺顺了。我参加当地的语言咖啡馆（就是一群瑞典语不太好的移民和瑞典本地人一起交流的地方）感觉还蛮有用的。那儿有很多移民朋友也有瑞典本地人，有的甚至加了微信，疫情期间还跟他们微信上聊。接触语言咖啡馆中各色各样的人（尤其是他们愿意分享自己），比单纯学习语言本身要有趣得多。还有就是我的住家，一对六十岁左右的夫妻，没有孩子，和他们唠嗑是日常，也挺感谢他们天天听我的broken Swedish。

40% 毕业生进入 北美顶尖数学相关专业！ 燎原双语国际高中学生学好数学的秘诀是什么？

LYBS:

Why Are 40% of Our Graduates Passionate About Math?

图：李佳莹 图：LYBS提供



数学是中国学生的传统优势科目，而国际化学校的“发现探究型”数学课却常常被指教学效率不高。于是，一部分家长便会通过给孩子报班补课来实现自己的高期待。事实上，只要学校合理安排常规课程与探究型课程的比重，完全可以既激发学生学习数学的热情，同时又帮助他们顺利切换“解题→解决实际问题”的轨道，叩开国外名校的大门。上海燎原双语国际高中就是如此。

在燎原国际高中，每年的毕业生中都有约20%选择了数学专业，另有20%选择了与数学息息相关的计算机科学专业。这些选择数学相关专业的毕业生，基本都被多伦多大学或是滑铁卢大学录取。多伦多大学的数学系位列QS加拿大数学专业第一，而滑铁卢大学则拥有全球最大的数学和计算机教育中心，是数学和计算机领域的顶尖名校。

不仅如此，学生普遍较弱的、用于解决实际问题的数学能力，如思辨、调研、评估与分析等也——被补足。面对这些困住许多学生的难关，燎原是如何帮助他们漂亮地闯过去的呢？我们采访了在燎原国际高中教授数学的Richard老师。

数学不止是刷题，探究型课程一举三得

数学究竟是发明还是发现？是人类头脑的产物还是独立于人类思维之外的宇宙的一部分？

乍一看题目，也许你想不出答案，不知该如何入手，甚至会有“这和数学有什么关系”的疑问。事实上，这是燎原数学探究课程的课题之一，它被拆分为四道小题，学生们需要依次解答，直到最终得出结论：

1. 数学和哲学之间的联系是什么？
2. 苏格拉底、柏拉图和亚里士多德的主要发现是什么？
3. 东西方哲学的异同是什么？
4. 如果人类不存在，数学还会存在吗？人类创造数学概念是为了理解周围的世界，还是数学是宇宙本身的母语？

问题由浅至深依次推进，完成每个问题的调查与分析后，学生们需要得出最终结论，并完成从海报、论文、PPT到公开演讲的作业任务。

为什么要在高中繁忙的学业中加入这一看似与提高数学成绩并不直接挂钩的课程项目？

Richard解释了其中的原因。

其一，培养学生对于数学学习的终身兴趣。探究课程让学生们暂时得以从枯燥的题海中抽身，换个方式看待数学，原本对解题无感的学生也许不经意间就被课题点燃了热情。

Richard老师的同学们曾做过一个有关密码学的课题，尽管只是点线、数字与字母的组合，学生们仍饶有兴趣地选择了摩尔斯密码、盲文点字、德国密码机、北约在战争时使用的密码体系等主题，调研后制作了海报与PPT，向同学们互相介绍。虽然只是浅尝辄止的了解，但略带神秘的课题或许就这样在孩子们的心里埋下了一颗种子，大学申请时选择计算机科学专业，未来从事与计算机安全相关的工作。

其二，在每一步的学习过程中，学生们都能锻炼到与数学相关的学习能力。初步接触课题时需要计划学习的能力、将新知识与个人生活相联系的能力；调研时需要分析与评估的能力、思辨的能力；得出结论时需要逻辑能力、表达能力，以及最终自我反省的能力。

探究课程也是促进学生自主进行深度学习的途径之一。采访中，Richard曾透露了一个细节：给出课题后，他不会再回答学生主题相关的额



外知识，即便学生向他提问，他也只以问题回答学生的问题，并邀请其他同学参与到对话中，直至学生最终依靠自己的能力找到答案、得出结论。

其三，数学学习的最终目的在于解决实际生活中的难题。燎原数学探究课程的最大特色就是将数学知识与实践相结合，以应用数学让学生真正体会到“无处不在的数学”——以“双十一”的购物策略为例，学生就可以利用微积分找出同样的产品以哪种促销方式购买更为划算。

“精通数学的学生理解并使用假设、定义和先前建立的结果来构建论点。他们提出猜想，并建立逻辑化的陈述，以探索猜想的真实性。他们能够通过分解案例来分析情况，能够识别并使用反例，最重要的是，他们能够证明自己的结论。”Richard道出了自己心目中数学模范生应具备的技能。燎原选择用现实生活中的问题来帮助学生发展这些技能，通过比较学生的数学模型来找到最好的问题解决方案，并在后期不断优化模型，而这也正是中国学生们普遍亟待提高的能力。

学生们在课后纷纷反馈，Richard布置的有趣任务令数学课更加有意思，他们都在思考中不断进步。

合理的课程安排，助升学一臂之力

真正完成这些需要深度思考的课题考验了学生们是否具备足够的知识与自律性，因此在燎原，只有在进入11年级之后，学生才会系统地接触探究形式的数学课，并需要在11年级完整地完成两个数学探究项目，而在11年级之前的重点则是打好数学与英文基础。

燎原国际高中的新生通常来自双语学校与公立学校这两条渠道，学生们的差异客观存在。在Richard看来，来自公立学校的学生虽然解题能力较强，但由于是全英文授课，语言仍是一只拦路虎。因此，除了在数学课堂上学习专业词汇外，针对这一部分同学，燎原还开设了ESL课程（英语作为第二语言）。结合外部因素（语言环境）和内部因素（学习者自身），让英语进入活泼的课堂、生活情境与学术调研中，提升学生们的自我效能感。

语言能力的强化不仅支撑起了学生们的学术学习，也为他们顺利度过12年级提供了保障。燎原国际高中设有加拿大高中课程和美国高中课程两种体系，升入12年级，学生们将分别在加拿大和美国度过一整年。

燎原加拿大安大略省高中项目与安省知名高中哥伦比亚国际学院

（CIC）合作，提供安省同步课程。在入学第一年的暑期学分夏令营就完成加拿大大学籍注册，进入12年级，孩子们将前往CIC度过高中的最后一年，修满学分即可取得安省高中文凭。就读该项目的学生全部经过加拿大安大略省高中生升学通道OUAC-101表申请（国际生是105申请通道）大学，和加拿大本国学生，特别是安大略省内生享有同等待遇，在申请时具有明显优势。而美国高中项目由燎原和美国的百年名校伍德斯托克学校共同运作，包含美国高中课程和美国大学学分先修课程（AP），助力学生申请顶尖美国大学。

12年级的海外生活能够为学生提供平稳的留学过渡，帮助学生在未来从容面对学习、语言、生活等各方面的留学挑战。值得一提的是，在11年级的暑假，学生们就会在燎原先行修完12年级6门必修课中难度最高的两门课的学分——高等函数和微积分，为12年级繁忙的申请季留出充足的时间。

创办至今已有九年的燎原国际高中仍在不断为学生创造更多的学习选择。目前，燎原的小学部和初中部都已获得IB-PYP与IB-MYP资质，预计高中部将在明年获得IB-DP资质。未来，燎原将提供更为丰富的高中课程项目，助力更多学子跨入梦想中的大学。



来自上海赫德双语学校学生的 艺术作品

Art Works From Shanghai HD Bilingual
School



G2A Dora



G1B Bella



G2A 李欣冉



G3B Chatwin

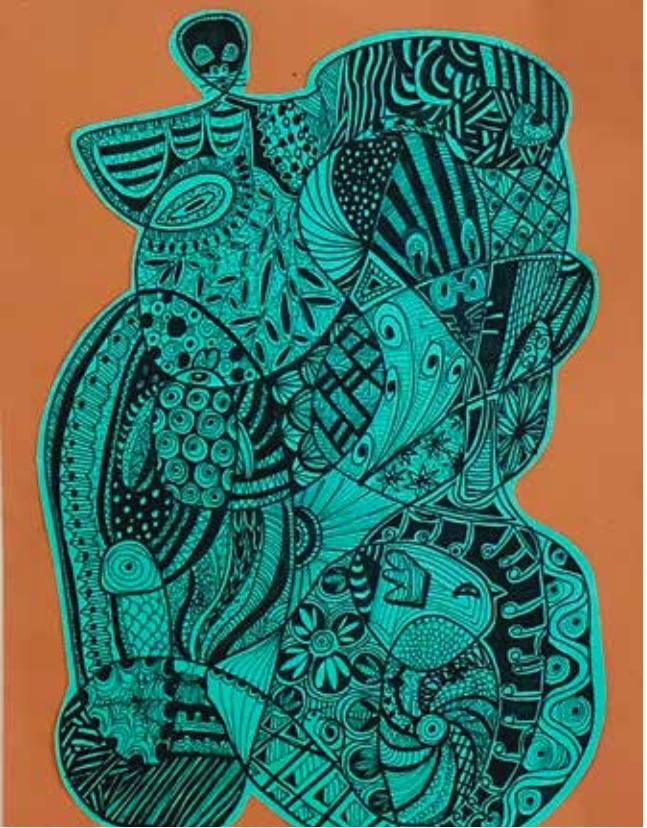


G2E Lorreta



G2E Ben





G2A Dora



G2C 郑睿William

G2F Crystal



G2B James



G3B 萧钰轩



G2F Ren



G2A Dora



G2A Sabrina

带娃太投入可能会忘掉的一些常识

Parenting Common Senses You Shouldn't Forget

文：师偃 图：Pexels

我想讲一些在过于投入、甚至用力过猛的“教育”中被忽略掉的“常识”，想到哪写到哪，其实也是我一贯所讲的。

孩子并非白纸，孩子生来自带独特的基因信息。

所以，一是，孩子的未来并不完全由父母的教养决定，父母的影响和责任都没有那么大。养育多个孩子的父母对此深有体会。对父母给出的同样刺激，不同孩子的反应是不一样的。而父母与孩子之间的互动是交互的、连续的，孩子的成长不是父母在一张白纸上肆意画画，孩子本身的性情特质也深深影响着父母的养育方式。有安静、服从、讨喜的孩子，也有闹腾、叛逆、总是捣乱的孩子。对待不同的孩子，父母的教养方式肯定是不一样的。

二是，每个孩子都有独特的性情、禀赋。人格有着相当复杂的衡量维度，人格心理学甚至是一个专门的研究领域。最基本的有一种“大五人格”的划分，仅仅五个维度，人跟人就如此不同。

<大五人格>

因素	低分	高分
外倾性	孤独、不合群	喜欢参加集体活动
	安静	健谈
	被动	主动
	缄默	热情
宜人性	多疑	信任
	刻薄	宽容
	无情	心软
	易怒	好脾气
责任心	马虎	认真
	懒惰	勤奋
	杂乱无章	井井有条
	不守时	守时
情绪稳定性	冷静	自寻烦恼
	不愠不火	神经质
	自在	害羞
	感情淡漠	感情用事
开放性	刻板	富于想象
	创造性差	创造性强
	遵守习俗	标新立异
	缺乏好奇心	有好奇心

不同的人格学说还有更复杂精微的细分。既然人跟人天生就如此不同，那么我们就难以对人有统一的期待。相较起来，看到孩子、发现孩子、了解孩子、尊重孩子，比凭空设定一种“完美孩子”的样板，要人性得多、科学得多，也要轻松得多。





人是先被爱，才会去爱别人。

埃里克森的心智发展模型，关键词一个接一个，后一阶段的正面品质的形成有赖于前一课题的夯实——信任-自主-主动-勤奋。

这个成长链条清晰地标示出：婴儿需要从母亲的绝对在场、及时回应、充分满足、无条件的接纳中建立对世界的信任，形成“世界是友好的、安全的，我是值得的、重要的，因此我与世界的互动是和平而流动的（而不是敌意的和区隔的）”的基本心理态势。在此种基本的、绝对的心理满足、心理安全的基础上，孩子会日渐形成充盈友善的自我感，然后自然渐次地生发自主、主动、勤奋的精神品质。

我们所欣赏的独立、坚强、逆商高、尊重和关爱他人，乃至自我牺牲、无条件的爱，这些高尚的道德品质都必须有坚实的底层心理支撑，才是真正笃定的。简言之，正面品质是养出来的，而非教出来的。

更具体些的建议是，早期的亲密养护、爱与自由的养护，是必要的，也是应该的。实际上，也是自然而然的——爱孩子，是心理自然熟落的父母自然而然的举动。诸如“让她自己哭，哭完了就不哭了”“不要一哭就抱，会让孩子更爱哭”等行为主义育儿方式，是现代理性的产物，违背母性本能，已经被证明会造成心理创伤。同样原因，也不应过早地要求孩子独立。演化造就的人这个物种，婴幼儿并不能独立生存，自然状态下本来就是需要父母的精心养护，不然就会死掉。

自主是信任感充足之后的自然需求，孩子在确认安全之后，自然而然就会往外走。自主期很容易识别，要自己走、要自己拿东西、要自己盛饭、要自己搬东西、自己扫地……在这个窗口期内，他什么都想自己试、自己来，这个时候自然而然地养他的自主感就好了，并不需要在不恰当的时期刻意地要求他“独立”。实际上，当孩子不能独立的时候，就是心理匮乏的时候，能让他独立起来的有效方式，是接纳，而不是往外推。

孩子的成长是他自己的课题，父母的角色是辅助性的，而不是覆盖性、掌控性的。

与母亲的身心共生期自然结束之后，孩子有了自我意识、自由意志，他自认是独立、自由、自主的人，他的成长，从此就是他自己的课题，父母的角色是辅助性的，而不是覆盖性、掌控性的。

在他的课题内，他自然而然拥有自由选择的权利，也自然而然应该自主承担选择带来的结果。因为他脑子还远远没长好、心智也极其幼稚，他的很多选择在大人看来肯定是很不合理的，因此，他自然也经常会承担不合理选择带来的自己不喜欢的结果。

父母应该尊重孩子的选择，也应该充分地接纳孩子的情绪、充分地容错。孩子往外走后，就会开始熔炼家庭以外的生活经验，每个孩子都带着自己家庭的印记，孩子间的社会会交换这些印记，然后把异质的经验带回到自己的家庭中。这时，敏锐的父母会从孩子身上清晰地看到自我和他者——协调和内化这样的心理冲突，不只是孩子成长的课题、也是父母自己的成长课题。

孩子的成长，是动态的，不是静态的，用我妈的话说，就是“猫一天、狗一天”。

所以我们不应该期待孩子开朗了就不会再羞涩了，大方了就不会再小器，往外走了就不会再黏黏乎乎了，等等。孩子的成长是在矛盾中螺旋上升的过程，他的状态会交替出现，反复退行，但是总体上，是往上、往成熟、往稳定了走的。

孩子的成长，也是缓慢的，是需要遵循物种生长、心智自然成长的客观规律的，急不得，而且绝对欲速则不达。3岁孩子干不了6岁孩子的事，有时候拔苗助长的教养方式会让孩子从行为上看起来长大了，或者从知识上，看起来学会了很多东西，但是只有他自己知道，这中间差了些什么。而等他明白这些的时候，通常是要到他在成年的身体中遭受心智动态的折磨的时候。

影响孩子成长的环境是复杂的，家庭只是其一，而且，年龄越大，家庭对其影响越小。

孩子以他自己为同心圆外扩，先是母亲、父亲，然后是大家庭，然后是学校环境和社交环境，然后是更大的现实社会文化环境，然后是历史、传统、集体无意识。

家庭教养，在这整个系统之中，是孩子幼年时最亲密、最重要的参与者，因此也是最基础、有决定性的。但随着孩子的成长，家庭就会日益被孩子设定为一种固有印象，一个不可改变、也不存期待的“心理故乡”。

他在家庭中发展了他主要的心理适应策略，或者说，形成了他主要的性格底色，但是他带着这个人格，进入到蓝海人生之中，他面对的一切都将继续渗透他、影响他、形塑他，他时刻面临着新的适应。

如果说他始终掌握着面对更新环境的自我选择和自我承担、始终保持着一种积极的心理弹性、一种盎然的兴致，那家庭教养就可以说是非常成功的。

与之相反的，是看似优秀的精英的家庭教养做出了一个固态的、光鲜靓丽的合格产品，然后把它作为零件嵌到社会机器中的某个位置上去，哪怕这个位置是一个权势的、精英的位置，可这个零件已经失去了人性，失去了适应性、生命力，也失去了价值观，失去了爱人的能力。



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: shiyanhishi）记录心得。



具有润物细无声般性质的存在，是将家庭、学校都囊括在内的教育社群。

从孩子上幼儿园开始，学校环境、同伴群体，就是他性格养成的主要环境。他每天大部分的时间是与老师、同学一起度过。

也许大家都沒有注意到，但一个社群是有它自身的文化、性情、价值观的，即便仅仅是因为买了同一个小区的房子，不同的人群最后也会融合出趋同的社群文化来。

社群是教养和教育中不太为人们所关注和重视的一个单元，但它对孩子成长的影响却是极其重要的。如果对孩子的成长期待与家庭所在的社群文化不相融，那一定会带来很多折磨。

每个人在不同场景下表现出来的外显人格是不一样的。

人可能有一种内在的性情、思维模式、认知框架，但也会在不同场景下有不同表现，所以父母不能依据孩子在自己面前、在小家庭中的表现来推测孩子是什么样的人。他在外面的表现可能完全不一样，其实多数时候都不一样，这我们每个人都深有体会。

人是群居动物。

人需要亲密关系、需要互动、需要社交、需要友谊，这是天生的需要，所以社交无论是对于孩子健康心智的成长，还是对于学习知识本身，都非常重要。

情商来自于真实的主动的人际交往，主动地去适应和自我调整，它根本不是给孩子报个班就能搞好的东西。

现在是物资丰盈、信息充裕，乃至过剩的时代，人们更多的问题源自信息与知识过剩而非匮乏、源自于主动性缺失而非吃不饱。

身体上的肥胖症与精神上的虚胖症一样，儿童身体肥胖很多来自于过度喂养，精神上的虚胖——表现为自恋（实为自卑、不自信）、脆弱、冷漠与意义缺失，则大多来自于成年人的过度干涉与灌输。

如果孩子是心智健康的、自然而然在成长着的、活跃的、有生命力、有主动性、有适应能力的，那么知识焦虑是毫无必要的。互联网时代，知识都在云端，简直唾手可得。可信息时代仍然呈现出普遍的反智特征：庸俗主义、民粹主义、纵欲与虚无，以及娱乐至死。

问题在于人们缺乏学习主动性、学习意愿、学习方法、学习能力，缺乏对更深刻的精神愉悦、审美愉悦的追求。而这些多多少少都是儿童那种自然而然的、随时随地的主动学习模式被过度干涉、被强制、被成人化、标准化、应试化的结果。

儿童本来就是追求即时满足的，越小越是这样。随着心智的自然成熟，人们对愉悦体验的要求也自然而然越来越高，智识上的乐趣会渐渐高于感官欲乐，对需要付出努力才能获得的快乐的追求会渐渐高于唾手可得的满足。

这是自然而然的过程。如果不让孩子是孩子，而让孩子着急学大人，那么他们在小的时候是小大人，大了之后则是稚成人——有着成人的外表，却有着幼童的心智，在学习、审美上，也就只能有着幼童的水平。

学习的本质是脑神经的布线与神经通路的巩固，丰富的、多元的刺激是必要的。

任何刺激脑神经生长、布线和巩固的环境，都是学习环境，所以孩子看着一天到晚蹦蹦哒哒、不务正业，其实随时随地都在学习，不是在学习这个，就是在学习那个。重要的是他的活动在让他的头脑保持思考、运动，而不在于他具体在做些什么。

另外，相比一般人的知识，专家的知识在于结构化、认知和解释框架、以及创新，而并非在于知识本身。所以，记忆一堆知识点是没有用的，知识的理解、迁移和运用，以及知识与知识的联结，形成结构，再形成有效的认知和解释框架，然后在此基础上形成创新能力，这才是学习的意义。

艺术和美育绝对不是说教课程。

艺术源于感觉，感觉是自然的、自主的、非理性非逻辑的、非语言以及超越语言的。艺术教育、美育，因此更多地是来自于环境熏陶，而非灌输。

听一场音乐会与讲述和声理论，都是必要的教学，但听过50场音乐会之后，再针对性地讲解和声理论可能就会事半功倍，因为有了充分的感性素材的积累，理性的抽象的知识才更容易被提炼、被理解。



“挫折教育”很奇怪。从出生开始，人生本就极其不易，只要把课题的选择和承担都交给孩子，自然而然的人生经验就已然在展开着挫折教育。

人能战胜挫折，是因为心里有底气、有信念，因为他觉得活着是好的，他这么觉得，要么是因为自己是被爱着的，要么是因为自己是爱着别人的。

强迫孩子去经历挫折，并不是挫折教育，而是在消耗孩子——脆弱感、习得性无助就是这么来的。不被爱、不被尊重、不被肯定，老被拿来跟标准对标、跟别人比较，孩子本身是什么样子并不重要，只有达标了，才被给予“我觉得你还不错”的奖赏，孩子不是因为存在而被爱，而是因为达到要求才被奖赏了“爱”。

甚至孩子自认是否值得活下去都与这套标准相关——“你们想要一个达标的我，可我努力过了，仍然无法达标，我应该是做不到了，我既然无法达到你们的要求，还是死了吧，我死了对于你们来说更好”——自杀时孩子的心理，大概是这样子的。最近发生的许多学生自杀事件，都是“利他型”自杀，即出于这种“我死了比活着能更让别人满意”的心理——这种心理，正是孩子长期不被看见，从而积抑而来的。

心智的熟落是漫长、复杂的过程，我们真的太着急了，可能在幼儿阶段，我们尚能看到孩子、发现孩子、尊重孩子，因为孩子还小、竞争还小，一进小学，在整个社会的大环境下，我们的心态就不稳了。

孩子没有自尊自爱，对别人也没有牵挂，他存在的价值标准，是一套空泛的、绝对的、外在于人性，也外在于人的个体性的意识形态话语，他的生活没有自定义的意义，他巴不得来一场意外死亡以解脱这不由自主的活着，挫折来了，反成一个绝佳的解脱借口。孩子承受挫折能力差的原因，并非在于挫折不够强，或者历练不够，根本是在于他心理匮乏、没有自尊自爱。

不止是孩子，我们见到了那么多成年人的崩溃——当人因为不能承受挫折而崩溃时，他的内心已被无助和绝望充塞，如果完完全全地放弃还不能让人明白这是在求助，那什么才能？如果崩溃换来的还是道理、说教，和“历练不够”的评价，那就连崩溃也不要了吧，全部都抹去，彻彻底底地抹去——这就是无处不在的空心人。

教育与自我成长是一回事。教育是自我成长到成熟之后的自然而然。埃里克森的心智渐成模型中，青春期的“同一性”课题整合完成之后，是“亲密”（通过婚姻克服有限与孤悬感，实现与无限的连接），再然后就是“繁衍-传承”，亦即“教育”。可见教育是自我成长自然而然的推演。所以当我们觉得孩子的状况有问题的时候，我们应该反观自己的状况，通常是自己捋顺了，孩子也就跟着捋顺了。

自我成长就像盖房子，基础要实，又要往高了盖，所以是既要消除心理匮乏感、也要消除心理沉弱感，既要反束缚，也要反庸俗。

幼年时坚实的自我感没有由内而外地建立好，又被外部形塑了一个假自我时，就好像用空心砖盖房子，最终可能还是有一个大厦的外观，却因为内部的原因而处于崩溃的风险之中。一直沉溺在“完全被接纳”“纵情”“做自己”“快乐”的心境中，则像一个房子一直只盖底层。人要在庸俗的境界中聊度一生固然也无可厚非，但终归是失掉了自律、道德、审美、怜悯、博爱这些高层级幸福体验的可能性。

弗洛姆把爱象征性地分为母爱与父爱，一个人的成熟就是对母爱与父爱的整合，母爱有几个特点：

1. 它是天命，有则有，无则无，不可博取；
2. 一体两面，母爱同时也不可拒绝，当它有时，它无条件爱你，你则需要无条件接受，母爱对孩子既是完全接纳、亦是完全掌控——总之，你不能通过自己的意志去改变母爱；

父爱与母爱相对：

1. 父爱有条件，你努力、你向上、你达标、你成就，你就能博取父爱，否则，父亲就不爱你；

2. 一体两面，父爱完全取决于你自己的意志，你可以用努力去博取。

人的成熟，是对母爱和父爱的整合，还有超越。当你真正成为“自己”，你就必然内化了母爱和父爱的象征意义，你既不匮乏，也不耽溺。对于一个整合的、完全的、心智成熟的自然人来说，教养就不是负担、不是焦虑，而是对生命自然有序的绽放的惊奇，是兴致盎然的陪伴和分享，是“麦田守望者”那般不干涉、不焦躁的守护。

校园媒体人俞瀚阳： 七年媒体经历，我收获了什么？

Meet Shanghai Pinghe School's Rising Media Star

文：俞瀚阳 图：俞瀚阳提供



“学生”的标签不代表单一和雷同，校园里的每个个体都有属于自己的平凡却不普通的故事。本期“学生党”讲述的是就读于上海市民办平和学校高三IBDP的俞瀚阳同学的故事。从七年前在选修课上第一次拿起相机摄影，到如今成为平和校园电视台台长，一路走来，对影像和媒体的热爱与执着，让他收获的不止是专业能力的提升……

俞瀚阳热爱影视制作，同时也是一名坚信影像拥有无限影响力的校园媒体人。他现任平和学校电视台PTV台长，是平和学校和壹课程策划者之一，也是CSW&PH中美电影交流项目学生负责人之一；曾任平和初中部媒体负责人，为2018届初三毕业微电影主创成员之一，参与制作过校级宣传片、纪录片、活动回顾10余部。参与拍摄过多部校园内外微电影，曾作为主创成员参加过两次市级微电影大赛，作品获得最佳摄影奖、最佳人气奖、三等奖、最佳导演提名、最佳制作提名、最佳摄影提名、最佳美术提名等。以下为他的自述：

我还依稀记得小时候来参加平和一年级面试时的情景，当时还很腼腆，对于周遭的事物还很陌生。与一位素不相识的小伙伴共享一张桌椅一本书记是我们当时的入学测验之一，我就这样在和一个陌生人的嬉笑打闹中进入了平和，那时候的我还不知道，这里是我未来10年的“家”。

我说自己是一位媒体人，这是我目前除了学生之外的第二个身份，至于我是如何从认识这个身份，到确立这个身份，是一个极为漫长的过程，贯穿了几乎从小学三年级到现在的所有时光。回头看时，发现在这段时间里遇到的人，发生的事，获得的机会，居然是如此巧合地聚在一起，铺成了一条我正在走的路。

媒体人之路的起点

小学时的摄影选修课是这条路的起点，我很幸运遇到了我的启蒙老师吴杰老师，他是美术老

师，闲暇之余开设了摄影选修课程。我在他的指导下，带着小小的相机穿梭于学校的各种活动，运动会、节日表演、社会实践……很难说我为什么会喜欢上摄影，不止是因为拍出来的照片好看，可能更多的是为了记录而记录，这些内容在未来也许是我们最珍贵的东西，至少我很享受按动快门、调整一下、再按动快门的感觉。我拿着相机在阳光的照耀下走过一个又一个的四季，每当看到阳光我的心情就会不自觉地好起来，我不知道为何而拍照，但就是有一种想把眼前的一切记录下来的冲动——那时的我就已经是一个追逐光线的人了。

媒体是一个很宽泛的概念，摄影只是一种形式而已。媒体代表的可以是一个组织，也可以是一个系统，或是一套流程，这些对于后来进入平和初中的我来说还全无概念。但有趣的是，我在初中的时候就已经对这方方面面有所接触了。

俞瀚阳所拍摄的平和的日落时分



初识影像之魅力

初中是我兴趣爱好发展的一个很重要的阶段，相比于小学，我也更加具有自主性，同时接触到了一个更加广阔的领域。我在6年级的时候制作了人生中的第一部视频——我们班篮球比赛的得分集锦。当班级与班级之间竞争时，大家的集体荣誉感都很强，当初我只是单纯地想为班级做一点贡献，但令我意外的是大家对我的视频表现出的热忱。那时，我第一次意识到，把眼前的东西拍下来，能够带给人的不仅仅是影像本身。而后我就开始捣鼓各种各样的剪辑软件、拍摄设备、制作技巧，想着怎样才能把视频做得更好。

能力的提升往往来源于大量的实践与练习，而那时的我恰好就有这样的机会。初中部经常举办大大小小的活动，而学部需要对这些活动进行宣传，那时的我拍摄及制作视频的能力也被越来越多的老师们所熟知，他们便请我去帮忙，也正是因为这些经历，使我的能力得到了很大的提升。

记得很清楚的是我在初三时与其他几位同学一起合作完成了一部长达半小时的毕业微电影，当时大家都在准备中考，最终还是顶着重重的压力，花了3个月的时间把它拍完。无论是各个学科的老师还是同学都给予了有力的支持，最后在毕业典礼当天我们把这部影片放映给所有的毕业生，当时听着观众们的欢呼和哭泣，我就知道这么做是值得的。这部片子给他们带去的是一份回忆，也是他们成长过程的一个缩影、一个见证，它的意义是非凡的，而这有时也是影像的魅力所在。

团队和责任——影像带来的感性与明智

现在，我仍然继续着我的旅程，再一次地，我在平和的高中找到了最适合自己的平台，加入了平和学校电视台PTV。这是一个由一届又一届



平和学校电视台团队合影



的学生不断发展、管理、传承下来的校园媒体，有着10年多的历史，而我也成为了它的现任管理者之一。

除了单纯的拍摄制作，想要运转好一个媒体更加需要在管理、内容、发布等方面做足功夫。PTV承担着学校对外宣传工作的一部分，并且学内大大小小的活动，像校庆、讲座、活动等都由PTV进行正式记录与发布，同时学校也为PTV这个平台提供了很多帮助，在校园里提供了专业工作室，提供了资金让我们购入大量的设备，我们在学校的各种拍摄也得到了校方的支持。

我们曾经制作过一部平和食堂的纪录片，学校当时也特地批准我们进入食堂后厨拍摄食品制作的全过程。我们也可以自己制作微电影去参加比赛，还组织了媒体课程，将其叫做和壹传媒学院，这其中不乏有很多老师对我们的支持，比如为我们上课、协调相关的场地等等。

这样一个以学生为核心所建立的校园媒体组织，仅仅靠我一个人去运作是绝对不够的，所以“团队”这个词与我关系十分紧密。只有一个团队互相精诚合作时，才会迸发出最高的生产力，才会实现一个人所做不到的事情，而只有当大家都在为了一个共同的目标而不停努力时，彼此才会凝结在一起，成为一个真正的团队。我很感谢那些和我一起努力的伙伴们，正是因为所有人的贡献，才会有更多更精彩的内容。在这个过程中，我所收获的不仅是工作成果带来的成就感，更多的是朋友之间的结交，彼此之间的鼓励与包容。

除此之外，我对另外一个词深有体会，那就是“责任”，有一句话很有名，with great power comes great responsibility——能力越大，责任越大。在PTV里做事，让我学会了如何去承担责任，以及这份责任带来的压力。PTV的每一项拍摄任务都非常重要，尤其是举办活动时，因为拍摄的机会只有一次，错过就是错过了，如果准备不充分，往往会导致拍摄质量下降

甚至影响到最终的推文发布，所以当我第一次负责拍摄的时候，非常紧张。但是在这种压力下，人的心智也是不断在成长的，可以更加冷静地面对意外并将其解决，这种面对问题的心态，我觉得可以受用一生。而且经历过这些之后才会更加深刻地懂得责任到底意味着什么，扛起责任也是需要勇气的。

电视台的一位前辈曾经说过：“在我们看来真正的价值，是那些感性与明智的东西。”在我看来，影像就是感性与明智的存在，而身为媒体人，创造价值就是我最大的快乐。



扫码观看俞瀚阳和同学
一起拍摄的毕业微电影



二外学习

My Experience of Learning a Second Foreign Language

文：俞恺、俞皓蓝 图：Pexels





俞恺： 70后，经营公司和家庭，健身， 写作。

我的第二外语的学习经历是从离开学校、走
向社会开始的。

大学毕业时，我拿到一份外贸工作的offer，
单位需要意大利语的外贸人才。于是，暑假结束
后我没报道，就直接去了北京对外贸易大学，开
始了为期一年的意大利语学习生活。这段经历让
我第一次接触到除了英语之外的另一种语言，它
好像帮助我打开了世界的一扇奇妙之门，并让我
在此后的人生岁月里不断得益于它给予我的一次
又一次的意外和惊喜。

在对外贸易大学的研究生楼里，意大利语进
修班的四个男生被分在了一个宿舍。其中两位是
西南政法大学的博士，他们在进修意大利语之后
将去罗马大学继续深造；还有一位是四川国旅的
法语导游，他进修意大利语的目的是为了拓展业
务。显然，我们的这段语言学习着重实用性，因此
它的教学和习得方法完全不同于过去我们在学
校学英语的方法。第一堂课老师把教材发下来时，
就告诉我们当天的学习任务：熟悉并掌握一百个单
词的运用。

我当时觉得不可思议，对于这门语言如何发
音都不知道，怎么可能一下子就学这么多单词
呢？接下来的教学才让我明白，这种语言速成班
一开始就设置了日常对话的场景，目的是让你初
到意大利就可以应付一般的生活对话。所以，在
这种教学方法里，繁杂的语法成了一个附属品，
而不是一个必须品。语言能力的提升主要通过大
量的“自由交谈”和模仿来实现。这种“自由交
谈”的学习方法，成了我们宿舍最喜欢的一种学
习方法。因为这个学习方法，班上女生也很愿意

来我们宿舍一起学习。

第一天全天课程结束，我们四个回到宿舍，
开始讨论接下来用什么方法来加速学习的进程，
毕竟对于其他三位来说，“时间紧，任务重”，
从这里毕业，直接就要把学到的东西用起来。经
过一个小时的讨论，我们决定：上课期间以及课
程结束后的两小时内，禁止讲中文、英文，交流
沟通必须用意大利语。定下这个规矩后，直到一
年期满毕业，我们从来没有破坏过。

第一天的“自由交谈”是很滑稽的，当我们
决定开始后，有大概三分钟的时间里，宿舍是
安静的，每个人都拿着当天的单词表翻来覆去地
看，终于有人说：吃了吗？然后有人回复：吃了。
接下来有人问：（吃）了什么？想不到搜肠
刮肚后，我索性回答：一朵花。第一天的“自由
交谈”是在断断续续、只言片语中完成的，当
两小时的规定时间终于到了，我们都哈哈大笑起
来。但是，我们也发现，原来就算是第一天学习
一门陌生的语言，我们也不至于一句话都说不出
来，在这两个小时里，我们谈到了日常饮食、天
气，谈到了数字20以下的货币，还有自己的家
庭成员和人数。这样的方法，让我们感到新鲜且
获得了成就感。

在学习意大利语一个月后，我们的词汇量大
约达到了六七百，那时候，北京已经进入深秋，
我们四个人经常从学校的宿舍一路说笑走到几站
路外的电影院，再根据电影院公告的放映档期
组织新的话题，沿着原路返回宿舍。那种热火朝
天、专注投入的场面时隔多年还记忆犹新。这种
从零到一掌握语言的过程让我们对自己产生了极

大的自信，似乎觉得没什么困难能阻挡我们进一
步深入学习。快到元旦的时候，系里组织了一次
意大利文学讲座，我们几个人兴冲冲地来到学术
厅，坐在第一排，希望在四个小时里得到更多的
关于这门语言的知识。哪曾想到，几位来自意大
利的文学教授一开场就抛出晦涩艰深的话题——
意大利诗歌鉴赏，这让我们几个刚刚接触到这门
语言的人听得云山雾罩，勉勉强强在座位上待了
两个小时。沮丧感触发了倦怠，我们灰溜溜离开
学术厅，转头去了一个挤满学生、吵吵嚷嚷的阶
梯教室。进去一看，歌唱家刘欢正在给同学们上
音乐鉴赏课，他那激情澎湃的授课风格着实圈了一
大波粉丝。

意大利语的进修转眼结束了，一门语言的博
大精深无法在一年的时间里参悟透彻，但我们还
是能够信心满满地带着进修的成果去接受实践的
考验。四个伙伴后来各奔东西，虽然留下了通信
地址，但随着个人生活的迁徙辗转，在通过几次
信后也就失去了联系。四川国旅的法语翻译不知
道后来有没有增加个人收入，两位去罗马深造的
博士回国后在母校执教，成了各自专业领域的大
牛。如果有一天我们四人能够重逢，提起这段第
二外语的学习经历，大家一定会抚掌追昔，感慨
良多。

有了这段学习意大利语的经历，我对不同的
语言学习方法产生了兴趣，有时候自己也琢磨，
学习外语的最好方法是什么。大约十多年前，在
天涯论坛有个专门讨论英语学习方法的帖子，这个
帖子吸引了很多对语言学习感兴趣的网友。在讨
论中，有两种观点逐渐针锋相对：一种提倡英

语拼读法，讲究语言的沉浸式学习；另外一种观点坚持学习严谨语法、背诵大量美文。这两种观点都有自己的拥趸，两个意见领袖也为了表达自己的论点经常旁征博引。其实，按我的理解来看，两种学习方法在特定的情境下都有其合理性。这个事件的戏剧性在于，那个提倡沉浸式语言学习的作者，后来去加拿大考上了语言学研究生，并在毕业后专门出书论述了他所提倡的英语学习方法。这是我亲身经历的最励志的一件事情：眼看着帖子起高楼，眼看着帖子沉下去，眼看着三年后楼主竟然挟一部学术著作又立起了自己的大旗。有时候想起这件事，我会自问：语言学习的动机到底是什么？无论如何，那位作者从争论中脱身而去，不打口水仗，而是执着探究、继续求学，这份坚持，就让人起敬。对了，那本书叫《找对英语学习方法的第一本书》，也许是因为亲历了讨论，了解到作者背后努力，这本书读来更感血肉丰满。

七八年前，我突然萌发了去法国留学的念头，虽然课程是用英语教授的，但想到似乎法国人不爱讲英语，学习法语就成了一件迫切的事，于是我又开始了一次对法语的“征服”。

我下载了一个名为罗塞塔（Rosetta）的学习软件，开始按照软件设定的计划从零基础开始学习。罗塞塔也是依据“沉浸式”的外语教学理念设计的，涵盖听说读写四个方面，还引入了图片联想、情境设置等先进的教学手段。经过四个月的学习，达到中级水平后，我已经能够应付比较简单日常对话了。于是我又买了几本适合法国小学生读的法语有声故事书，开始从头到尾照着CD一句一句地模仿，直到能全书背诵，脱口而出。这个过程没有什么捷径，纯粹就是机械地重复，一遍又一遍，啃完这一句再接着啃下一句，经过半年时间，愣是把三本法语故事书通篇背诵了。当我在熟练背诵的基础上逐渐找到语感之后，又开始集中攻克法语词汇。参照了很多背诵英语单词的方法，最后我采用大循环背诵法开始对法语的两万个单词发起“进攻”。这种方法就是按照记忆曲线，每天背诵200个新单词，然后分别在当天晚上、第二天、第五天、第七天、第十五天、一个月、三个月以及半年后重复记忆，按照计划表，单词的背诵量随着时间的推移会达到一个顶峰，大概在中位的那个时间点，一天的背诵量就能达到数千。那段时间，从早上睁

眼到晚上合眼，我都拿着那本法语单词本，脑子不停地转，嘴里不停地咕哝，真有一点如醉如痴的感觉。

大约背了一百多天，按照大循环表完成最后一个单词的背诵任务后，我大大地松了一口气，看着已经有点破烂的单词书，不可思议于自己的疯狂行为：一个中年人，不知道在跟谁较劲！后来，因为计划的改变，我没有去法国学习，法语水平也渐渐退化，感觉曾经努力在大脑皮层建立的有关法语的那些沟沟壑壑，慢慢地因为不再运用而被填平，甚至现在都不记得最简单的法语单词以及曾经能够脱口而出的问候语了。只有我当初学的那一两首法语歌，旋律还在，歌词依旧朗朗上口。

这是一段失败的语言学习经历，但是却让我得到了很多体验：关于热情、关于坚毅、关于努力，关于一种美妙语言以及它所承载的文化与艺术。

学了三种语言，由于学习的目的不同，所以选择的方法也不尽相同。我们很多人学的第一门外语是英语，从小学或者初中开始，这个学习过程长达数年甚至十几年。学习第二外语，自然会借鉴英语的学习方法，同时也喜欢把第二外语和英语做一番比较。很多人觉得，第二外语比英语难学。至少从那些学习意大利语和法语的同好反馈来看，认为它们词性多变、时态繁杂，难度远超英语。其实，有这样的认识是因为在时间的轴线上，我们把英语学习的难度降低了。换句话说，我们用了十年左右的时间来化解英语学习的难度。对于第二门外语，大多数学习者很可能是在短期内解决它的难点，所以感受的痛点更密集，痛感更强。

《牛津英语词典》的编纂者默里说：英语之圆有清晰明确的中心，但没有可以辨识的圆周。英语学习的一个难度就是它作为当今最广泛使用的书面语言，有记录的词汇就超过百万，而且数量还在以每年数千个的速度持续增长，英语的历史始终伴随着外来语的侵蚀和充实，随着它在世界的广泛传播，又跟当地母语结合，派生出不同地方的英语，这更扩大了它的边界；英语学习的另一个难度则是过多的冗余使它的拼写变得没有规律，需要大量记忆。我强调英语学习的难度，是为了给自己和那些准备学习第二外语的人打气鼓劲：既然那么难的英语都可以学好，其他的语言应该不在话下。

《圣经·旧约·创世记》第11章中说，当时人类联合起来兴建希望能通往天堂的高塔；为了阻止人类的计划，上帝让人类说不同的语言，使人类相互之间不能沟通，计划因此失败，人类自此各散东西。今天，翻译工具唾手可得，人类却依旧各散东西。我们努力摸索不同文明的共振频率，这条路比想象得更为艰难。语言学习是与一种文明开启沟通、建立互信的第一步。





Brightly



俞皓蓝：
00后初中生，感觉自己已经像
个大人。喜欢击剑、雕塑、画画
和工程设计。希望用写作和校外
的世界对话。

Guten Tag 是德语的“你好”，第一次看见它是在我二年级的时候：音乐老师正在为“国际日”活动做准备，其中一个节目由我们班来演唱“国际歌”。这首歌开始的几句现在还印象深刻：Hello, Bonjour, Guten Tag。这三个词成为了我最先学到的外语“你好”。可是我万万没想到，有一天我的“二外”也诞生在这三个词中间，这门二外就是德语。所以，Guten Tag！

距离六年级第一次上德语课已经过去快一年，有些细节我已经忘记，只记得刚进中学的我们还不熟悉走班制，是老师带我们排好队走进了德语教室，我和我的好朋友坐在了最靠前的两张桌子边上，不停讲话。

终于，德语老师打开了她的PPT，发下笔记本和教材(stimmt1)，开始讲课。“Guten Tag！”她一开口我就知道这是“你好”（当然肯定都是从“你好”开始）。“德语是deutsch，德国是deutschland，记笔记吧。”PPT一页一页地翻，我们在笔记本上写下越来越多的词，口中也开始出现奇奇怪怪的句子，关于德语的学习就这样开始了。

老师给我们讲了一个词：Wildwassersport，意思是“野外（也可以指疯

狂）的水上运动”。这是我看到过的最长的德语词，也是最没用的。说实话，我们不会用到它的。但是，换位一想，如果不教一些有意思但奇怪的东西，学德语，甚至任何语言，就会变成枯燥的翻译课程，不是吗？

想象一下老师教的都是最实用、最直白、直奔主题的词，那么这和Google翻译有什么区别？这不是学语言的正确方式，至少不是我喜欢的方式。“谢谢”该怎么说？“妈妈”该怎么说？最后，德语课就变成了“xx用德语怎么说”乘以n的无限重复课。

所以，教一些没用的词当作“糖果”还是很重要的。事实上，外语老师正在使用的最新教学方式是“快乐教学”，她会将PPT、课本和自己的语言融合在一起，最后传递给学生，让你在语言学习的过程中体验乐趣，而不是努力让自己成为一台翻译机器。

当然，学习德语或是任何二外也有很多痛点，接下来我要用一个学期（我们的德语老师在疫情期间没能回来）的亲身体验来说说。

首先，开始学习一门外语的时候，你会发现它根本没有逻辑，或者说完全没有类似中文的逻辑。我在学习德语的前几周就碰到了这个问题。老师教了一个词，我就试着用逻辑来联想，看能



不能推导出别的词的意思。结果，不可以。打个比方：在英语中，我们会学到 ‘sorry’，问题是sorry和 sunny的意思完全不一样。如果你以为这两个词的意思或者用法有任何相似度，你就大错特错了。虽然它俩长得蛮像的。

我为什么会用联想法？这是因为我要越来越快地看懂德语，所以在尝试举一反三，试图用自己学过的词来猜类似的词，看看能不能猜到是什么意思。

语法也有很多不符合逻辑的地方。英语中，动词过去式要用 ‘ed’ 结尾，但是过了一会儿，我们又会发现run的过去式可不是 ‘runned’， ‘hate’ 的过去式也不是 ‘hated’ 。

学德语的感觉一模一样。明明一个没有生命的东西不分男女，但是你猜怎么着：德语里，任何名词都分男、女和中性，不同的词性又搭配不同的引导词 (Der, Die, Das)，就像英语中的a, an。那么什么东西是男、什么是女、什么又是中性呢？完全靠背！特别麻烦，特别不符合逻辑。

其次，在德语课，如果你走神了，损失会很大。如果想要学好德语，那么必须得有好老师。如果你没有任何基础，想用背单词自学的方法来弥补上课时的“没专心听”是不可能的。先不说背单词到底有没有用，能背

下来都很难。

关于背单词，我的方法是用联想的方式记忆生僻的词汇，比如 ‘preach’ 这个词，是“宣讲”的意思。我把这个词分成了p和reach。P 代表了power (力量)，reach代表了够到 (抓住民众)。宣讲的意思不就是为了传递力量而对大众发声吗？这个词就记住了。

可我为什么不能用这种方式背德语单词呢？简单的道理：我背英语单词用的联想方法是在至少3年的英语基础上才办到的，如果我都不会用德语说对不起，联想单词对我来说是不是太过了？这时背单词不是方法的问题，而是本身没有多大的词库来支撑那些关于词根、词缀、复合词的联想。这就证明了不是所有外语学习都能靠“背单词”来解决问题的。千万不要在课堂上走神。

再者，既然提到了，我就想说说背单词这件事。学习一门外语，背单词是不能少的。我学的“一外”是英语，8年了，背过很多单词，因此我会把英语背单词的感想和经验投射到学习德语上。

但德语里的背单词就完全不一样。

作为二外，强度没有一外那么大，背单词的范围更小、难度更低，但是对我来说把德语单词记下来反而更困难。比如德语老师课上讲的几个新



词全都是最基础的，相当于英语的‘want, look, to play’，但是因为某种原因，这些词不简单。

是什么让这种简单的词变得困难了？

首先，我至今也没有找到靠谱好用的德语版“超级萌新单词记忆法”。第二，这种没用联想法硬背的单词很容易忘。原本背了第一个，结果考试的时候写成了第二个；原本背了个动词，结果记成了名词……我不能解释为什么，只知道我在背德语单词时的感觉：你的词语个个棱角分明，每个都很容易分辨，但是有一层很厚的被子蒙在了上面。这个时候你试着找出其中一个三角形，最后却抓出来了五角形。英语里也有这种被子，但是不像德语的那么厚。

总结一下，背英语单词和背德语单词天差地别，所以没什么可“投射”的。

四，不管是学习什么语言，我们都会忍不住去翻译。虽然和老师保证不会一字一字地去翻译，但是当我们知道中文意思但不太确定德语单词的时候，就会对自己说“查个词典吧”！有一次，我们的德语作业是录制一个关于“我的城市里有什么”的视频。作为上海人，这应该不难。高楼大厦、大街小巷、港口机场，一应俱全。我们还没有学到最基本的形容词，

只学了怎么说“建筑物”“港口”“饭店”这类初级词。我觉得不行。虽然我自己的实力还没能用形容词，但是可以上网问呀，于是我就打开了在线词典，把“我的城市有繁华的街道，有漂亮的公园还有充满好东西的超市”输入进去。等看到这段德语翻译之后，我不知道该开心还是不开心。开心的是翻译出来的德语里有很多老师教过的词，不开心的是繁华、漂亮和充满好东西我完全不知道该怎么读。

我相当于让电脑帮我做了80%的德语作业。我不该这样。

不过，我也记住了翻译告诉我的那些新词，并且把他们用到了我的写作、口语之中。以后我就不会光写“我来自一座叫上海的城市”，而是说“我来自一座繁华的城市，她的名字是上海”；或是在老师问我“这是什么”的时候，我可以回答“这是一条漂亮的裙子”。

并不是说学习语言过程中完全不能用翻译，只要你能控制那个“度”并且不依赖于翻译，那么还是照样可以学好一门语言的。

说实话我对德语的认知只是冰山一角，到目前为止我在做的还是把英语的基础运用到德语上，用学习英文的经历来猜测德语的规律，我在学习德语这条路上还得走个几年。但至少通过学习一外、二外，我知道了学习任何一门语言就那么回事儿，想学，都能学好的。

来自 Happy Bridge的 校园之星

School Stars From Happy Bridge

郑熙蕊 Siri

我叫郑熙蕊，来自兔子班。幼儿园里好多老师都认识我，可能是因为我的英文名叫Siri的原因吧！大家都会喊“Hi! Siri”。我很爱我幼儿园的老师和朋友们，从刚开始去幼儿园会哭鼻子的我到现在每天期待着去幼儿园学新本领和好朋友们一起玩，这两年的幼儿园生活让我有了很大的进步，我学会了分享和帮助他人，学会了自己的事情要想办法自己去做，还学会了文明礼貌。除此之外我还会用英语和老师交流。幼儿园还有日语课，日语老师教我们简单的日语歌曲，在幼儿园我真的学到了很多。



Dylan

Hi, 大家好！我是蝴蝶班的Dylan。我的爸爸是意大利人，妈妈是越南人，我有一个哥哥、一个弟弟，我就是家里的老二啦。我的性格有些内向，做事很认真。我最喜欢的活动是画画，当然也喜欢和小朋友们玩，所以我每天都会很开心地来到幼儿园！我会说英语、中文、意大利语、越南语，我是不是很厉害呢？



中结意佳

我是中结意佳，今年三岁，去年刚做姐姐，妈妈说我是她的超级小帮手，会帮忙分担家务，也会主动照顾弟弟。我最喜欢去公园玩滑梯、荡秋千，来遛弯的小狗狗会马上吸引我的注意，我会把小动物当成好朋友，和它们一起玩。虽然我比较敏感慢热，到新环境会先在一旁观察、有一点焦虑不安，但熟悉以后就会变得活泼开朗。我在学校每天都很开心，最喜欢跟我的小伙伴们一起唱歌跳舞、画画、玩黏土、看书、听老师讲绘本故事，放学回家迫不及待地把所学表演给家人看。

Mars

我是Mars，今年5岁半，马上就是K3的学生了！我喜欢踢足球，天气好的时候爸爸会带我去球场踢球，偶尔也会看看球赛！从托班开始我就在学校接触英语了，妈妈说如果我能说一口流利的英语，就可以在外婆出国的时候做她的小翻译，还可以周游世界沟通无障碍！我还特别爱搭建乐高，家里的几套乐高已经拆了搭、搭了拆好几遍了。刚来学校的时候每天早上我都哭着不想离开妈妈，而放学的时候又不肯离开学校，经常在操场上玩到学校关门才肯回家。我很享受在学校的时间，我非常爱我的老师们，我也非常爱我的学校！



Arthur

大家好，我叫Arthur。我是一个快乐的小男孩，今年4岁了。我的妈妈是中国人，爸爸来自西班牙。我喜欢在操场上和小伙伴们一起奔跑、跳跃、玩耍。我就读于狮子班，我有四位老师，他们是Oscar, Frida, Vivian, 和唐老师。我爱我的学校！

Hello everyone! My name is Arthur! I am 4 years old. My mom is from China. My dad is from Spain. I like to run, jump, and play. I like cars. My school is Happy Bridge and I am in the Lion Class. I have 4 teachers. My teachers are Oscar, Frida, Vivian, and Teacher Tang. Thank you!





菁kids 特约摄影工作室

ID. PHOTO • 证件照 • 新生照 • 家人证件
肖像照 • 人物照 • 产品照

TEL: 13761680666
www.idphoto.com
上海徐汇区徐家匯201號華昌中心(近111復興中路)
Russia 011 - Century Everlight Center 201 Long He Road, Shanghai

您的家庭影像师
Professional Family Photography

VC Photography

Scan this QR code to contact us via WeChat

TEL: 15618353299
vivianbwithu@hotmail.com

Ivy Yu Studio
Photography

More info please scan it
ALL ABOUT LOVE

纯净自然
简约经典

Steps 网袋拍·摄影工作室
137-616-88606

重要的日子，带重要的人来拍照。

Jingkids Shanghai
国际教育·新生生活·成长记录

“菁kids特约摄影工作室”，拥有丰富的家庭、儿童摄影经验，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。

想成为菁kids特约摄影工作室？
请扫描二维码查看详情并填写申请

DAVE'S STUDIO
The Most Professional Provider of School Portraits And Images

专业级学校影像供应商

Service WeChat
 PHOTO DESIGN
 Official WeChat

Family Package | Personal Package | Dave's Package | Business Package

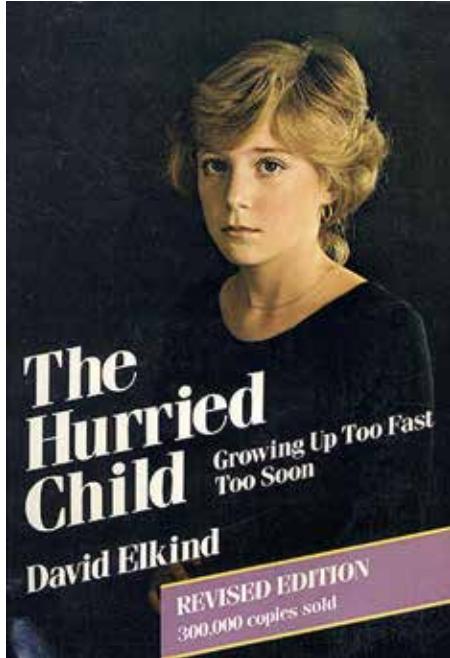
总部地址: 中国北京市朝阳区三里屯路19号 / 3-1-A-B-101-102, Century Plaza, Chaoyang District, Beijing, China
分公司地址: 中国北京市朝阳区三里屯路19号 / 3-1-A-B-101-102, Century Plaza, Chaoyang District, Beijing, China

被催促的孩子和匆忙的童年

The Hurried Child: Growing Up Too Fast Too Soon

文: Ella 图: Pexels





本书作者David Elkind是美国著名儿童心理学家，曾在皮亚杰工作的研究中心做过博士后。全书分为两大部分：第一部分主要讲述催促背后的力量——父母、学校、媒体、社会，以及产生催促文化的社会大背景；第二部分详细解释了皮亚杰的儿童发展阶段论和三组重要的亲子契约关系、催促导致的后果、儿童如何应对压力以及父母应该怎么做。

这本书的精彩之处在于：**1980年代作者描绘的美国儿童和美国父母的压力，正在今天的中国上演。**

谁在催促我们的孩子？父母、学校、媒体

过去这些年，全世界简直在以光速前进：飞机、高铁、5G、互联网、社交媒体，所有一切都要求更快，我们无法等待也无法忍耐。菜农等不到蔬菜自然成熟就使用催熟剂，网购三天不到买家就要求退货，排队超过半小时绝对无法接受。至于养育孩子，竞争早就提前到备孕时期，等孩子出生就太晚了。

作者在书中提到美国有一种育儿袋，模拟母亲的心跳，怀孕时绑在妈妈肚子上。广告宣称，使用后宝宝出生时会更放松，哭得更少，注意力更集中。我好奇地搜了一下，这个品牌目前在国内仍然受到大力追捧，还有明星代言。

父母为何要催促孩子，让孩子提前学习与年龄不相符的内容呢？作者反复强调的一个观点就是：父母将自己的需求置于儿童需求之上。这其实是父母职业焦虑和压力的表现。今天的父母比从前更害怕、更孤独、更没有职业安全感。出于对自身职业的焦虑，他们希望孩子能够早点开始，以便有一个更加安全的人生。但是，就算科技再进步，许多方面仍是无法加速的：怀胎九月才能分娩，儿童何时迈出第一步，何时说出第一个字，整体来说跟100年前没有本质区别。

心理学家Arnold Gesell在1929年的双生子爬梯实验中就已经证明提前体能训练并不能带来

真正的优势。心理学中的nature与nurture之争，最后还是双方妥协，承认儿童发展是二者共同作用的结果。而今天，科技进步给了人类盲目的自信，它使许多人真的相信我们可以改变普遍规律。

学校方面，David将美国学校教育视为生产线教育：孩子们就像一排排空瓶子，每个阶段的教育就是往瓶子里塞一些东西，直到毕业。文中提到学校许多老师很容易给孩子贴“学习困难”或“多动症”的标签，这样孩子就会被转到特教干预的老师手中。另外一种做法就是让孩子留级。政府的法律也对学业提出了越来越高的要求，学校达不到要求就无法获得政府金钱上的资助。幼儿园阶段也越来越重视3R训练（reading, writing, Arithmetic）以及为小学做准备。

而媒体及其所携带的信息与广告，带来两种后果：**信息太多、更新太快带来的信息超载，以及信息太复杂太抽象带来的情绪超载。**

今天，智能手机、平板、网络平台、直播，海量信息充斥着儿童的生活。这些工具一定程度上“解放”了成人。当儿童安静欣赏屏幕之时，父母总算可以“安静五分钟”。但是，刺激那么多，孩子却越来越不会玩，哪怕有很多玩具，他们也觉得无聊。许多70后80后回忆童年，皆感叹虽然那个年代物质匮乏，却玩得特别开心。并不是因为那时候孩子多，而是因为我们接受的刺激

少，我们有更多自主性，我们总能找到玩和打发时间的方法。而现在的孩子，没有安排自己生活的权力，习惯了被安排，也失去了玩的主动性。

美国学者尼尔·波特曼在《童年的消逝》中提出一个观点：随着现代媒介和社会环境的变化，儿童与成人之间的界限再度变得模糊，现在的儿童可以从电视上接触到相当多的信息，心理上飞速成长，导致儿童独特性正逐步消亡，他担心孩子将自此丧失纯洁的童心。

媒体改变着儿童的心理，儿童产品则改变着儿童的身体。玩具、儿童服装日益成人化，商场到处可见成人样式的手拎包缩小版，儿童高跟鞋，以及化浓妆的玩具模特。80年代的美国就已经有专门针对儿童及青少年的香水了。这些看似成熟或打扮成熟的孩子，实际上并没有相应成熟的心智。

另一方面，社交媒体，尤其是短视频、直播平台对儿童心理的影响不可小觑。举两个我亲身经历的例子。一个朋友的孩子自从学校因疫情停课以来，在家五个月，几乎整天都是玩手机，主要看抖音和拍视频上传，短短几个月，已经上传了300多个短视频。7岁的孩子模仿成人的舞蹈动作和语言，拍出来完全像个青少年。实际上，TA并不知道网络那些侮辱性的流行语是什么意思。另外，TA还看了很多稀奇古怪的内容，其中一个就是把冰宝贴泡在水里，然后把蓝色部分剥下来



作者简介：

Ella：华东师范大学学前教育硕士，马来西亚理工大学游戏与儿童发展方向博士研究生。

做成“假水”。我女儿知道后非要自己尝试，当我们把冰宝贴泡一晚上之后，完全膨胀了，蓝色部分就跟jelly一样。我不确定这是什么成分，网上也没查到，绝不敢让孩子单独玩。

让孩子像孩子一样自然长大，在这个时代，居然成为一件不太可能的事情了！

三组亲子契约关系

作者在书中引用了埃里克森（Erik Erikson）的人格发展理论，并将儿童与父母的关系总结为三种契约关系。

自由—责任（*freedom-responsibility*）

这是最基本最核心的关系，儿童能承担怎样的责任就能获得多大的自由。作者反对“婴儿化”儿童（“妈宝男”），也反对过分信赖儿童的能力（“小大人”），过早给予儿童无法承担后果的自由。婴儿几乎无法承担任何责任，所以他们的自由也是非常有限的。年龄越大，可承担责任更多，父母就给予他们更多自由。而许多时候，在学业和生活方面父母并没有遵守同样的原则。可能父母会要求幼儿园的孩子学习量子力学，但青春期的孩子却还不会洗衣服。

成就—支持（*achievement-support*）

父母希望孩子获得多大的成就，就要投入相应的支持。婴儿时期，我们给予孩子更多的是情感支持，抱着孩子，安抚他们。当儿童进入幼儿期，我们更多使用具有象征意义的支持，比如

“很好”“做得很棒”。随着孩子年龄的增长，我们对他们的要求也越来越多。学业、人际、课后班，我们希望他们各方面都出类拔萃，同样，我们也需要为他们提供更多支持：开车接送，找教练，付钱给补习老师，甚至放弃自己的爱好去陪读陪练。但是，非常重要的一点是：要让孩子知道这些成就是对他们自己有益，而不是为了让父母高兴。要让孩子真切感受到这一点，我们又要回到上一个关系以及本书核心思想之一：这到底是孩子的需求还是父母的需求？孩子是否能够承担你期望的责任？

忠诚—奉献（*loyalty-commitment*）

儿童依恋父母，拒绝陌生人靠近，都是对父母忠诚的表现。仔细观察，当那些“认生”的小孩，紧紧抓住妈妈的衣服，他们的母亲一边“责怪”孩子，一边却洋溢着幸福的微笑。我们希望得到这样的回报，因为我们为孩子奉献了时间、精力和金钱。孩子慢慢长大，我们的奉献增加，对他们的期望值也增加——孩子不仅要忠诚于父母，还要忠诚于父母的信念（如：不要跟调皮的孩子玩，不要跟信仰不同的人约会等）。

不要给儿童承受不起的自由，也不要期望超出他们能力的成就！

真的是越早越好吗？

脑科学的研究新进展，揭示了人生头几年大脑的巨大变化。“关键期”这个概念也走进了千家

万户。关键期没有接受足够刺激，就会产生不可逆的后果。实际上，心理学中的刺激剥夺实验都是拿动物做的，而关于儿童的部分，都是极端的例子，比如狼孩、猪孩、被囚禁的儿童等。“给孩子提供足够的刺激”，这话没错。问题在于：

“足够”的标准是什么？父母如何判断给孩子提供的环境是适宜的？许多建议都太宽泛了，如作者所言，它们并没有真正帮助儿童发展，只是让父母更困惑、更焦虑、更有压力。

请欣赏下面一段话：

“根据专家们多年来对于胚胎的发育研究，加上接触的不计其数的孕妈和宝宝的数据，一个正确到令人发指的真理终于火热出炉：宝宝的大脑容量越大、脑细胞之间相互连接率越高，宝宝出生后就越聪明！而胎儿大脑容量和脑细胞之间相互连接的关键时期，在孕期的第3-9个月！”

说这句话的人的行为才是令人发指。上面这段话在不同的母婴平台出现过，并且改头换面，

“专家”被改为“某某君”。还有更离谱的：

“据国外最新研究，在阴道播放胎教音乐，胎儿能够对此作出反应如张大嘴巴，吐出舌头等。”长几个头的外星人脑洞也没这么大，孩子在肚子里好好的，为什么非要TA张大嘴巴吐舌头呢？哪个研究证明多张几次嘴就聪明了呢？

实际上，今天的孩子，绝大多数都处在一个刺激过度而非刺激不足的环境中。如美国RIE创始人Magda Gerber所言：“我们不需要去entertain孩子……对孩子来说，这个世界的刺激真的是太多了。”哪怕是婴儿，吃饱喝足，也不需要刻意去逗弄他们，让他们安安静静去“研究”这个世界就可以了。

两种能量

被催促的孩子=有压力的孩子。当孩子奔忙于一个又一个活动，觉得永远没完、永远都被赶着时，就产生了压力。而长期压力会产生三种后果：游离性焦虑 (free-floating anxiety)、学习焦虑 (school burnout)、习得性无助 (learned helplessness)。本书对两种能量的描述非常有意思。作者借了国际压力协会主席Hans Selye的理论，认为人体有两种能量：一种是clock energy，另一种为calendar energy。前者是我们应对日常生活所使用的能量，可以通过食物和睡眠进行补充，后者是我们一生成长和发展所需，也决定一个人的寿命，每个人都是定额的。孩子长期处于压力并得不到补充的情况下，他们用完第一种能量不能应付，只能动用第二种能量。

如何过一个完满的人生

作为父母，我们希望孩子有一个完满快乐的人生，热爱生活，享受生活，创造自己的价值。我们希望孩子能够从容应对未来可能出现的难题。但是，我们到底应该帮助孩子准备什么？未

来真的如我们所预料的那样？也许，我们今天的担忧并不一定是明天的现实。而有许多非量化的能力在过去、现在和将来都是举足轻重的，其中一种就是游戏的能力。

本书作者认为游戏是应对儿童压力的解毒剂，而这个社会恰好剥夺了儿童游戏的机会。家长催着孩子上课后班；学校为了完成学业要求，布置更多的作业；屏幕则直接霸占了儿童的业余时间。游戏的真正并没有得到认可。实际上，当孩子真正沉浸在游戏中的那种专注，与他人游戏时的协商、退让、说服，这一切都将帮助他们应对未来！

作者认为无论科技如何发展，父母仍然是影响儿童发展的主要因素，任何年代的孩子都需要父母的爱、支持以及帮他们制定规则。而生活的艺术 (the art of living) 是儿童所学任务中最难的部分。若我们珍爱人生，必定同等喜欢人生的每一个阶段：新生儿的纯真，学步儿的笨拙，三四岁的情绪爆发，青春期的顶嘴与叛逆。

有人问弗洛伊德如何过一个完满快乐的人生，他回答：爱和工作 (lieben und arbeiten)。同样的问题，皮亚杰的回答则是：同化与顺应——游戏与工作 (play and work)。

最后，借用作者一句话：A playful childhood is the most basic right of children! 游戏化的童年是儿童最基本的权利！与君共勉！



希望十年后的我 记住这几天写下的所有事

A Memo for the Future

编者按：什么是好的写作、有意义的表达？对于刚开始尝试用文字来表达自己所见所闻、所思所想的年轻的写作者们来说，“真”无疑是最重要的，技巧反而是第二位的。

我们选载了几名参与三明治写作学院“我”的表达工作坊的少年作者的习作，用他们老师的话来说：“隔着屏幕，那些爱玩水弹枪的小男孩都流露出异常温柔的一面。我觉得自己变成了一个装得过满的树洞，泪腺变得不受控制。我想，他们在这里写下的每一个字都有意义。”

希望十年后的他们会庆幸自己曾写下这些不事修饰却充满颗粒感的文字。

《一次离别》

陈蔚希 9岁

我爱好冰球、跆拳道和画画。希望自己成为一个特别的人。



我妈妈在商场的十字路口，发生了一次车祸。因为这件事情，爸爸、妈妈决定换一辆新车，所以我和我原来的车就要离别了。

一提起离别这个词，我就很想哭。我在我那个安全座椅上坐了五六年，有很多美好的回忆。妈妈跟我说我刚出生的时候就是这辆车接我回家的，从小到大我在这辆车上做了很多的游戏，例如：跟旁边的妈妈玩石头剪子布、玩电子游戏、在起雾的时候用手指在车玻璃上画画，听着音乐在座椅上挪动屁股跳老年Disco。我还在安全座椅上把零食吃得满地都是，座椅缝里都很难清洗。这辆车带我去了很多地方，带我去了名胜古迹，去了心心念念的机场，带我去看一出生就相识的NK，带我去看各种英语画画班……

听到要换车的一霎那，我就大声哭泣，喊道：“我就偏不想换车子，就想要坐老的这一辆！”不过，后面的好几天都没能够把这辆车给卖掉，我心里暗暗祈祷，最好永远都卖不掉。我的祈祷没有成功，妈妈找到了买家，并约好了交车的时间。交车的时候到了，我很伤心，因为我知道在这之后我就再也见不到这辆车了，不知道是谁会开走这辆车，这辆车上就不会再有我们一家人的气息了。妈妈比较喜欢速战速决，不过我不舍得这辆车，我偏要多拍几张照才肯放下心来。妈妈说：“好了好了，我们还是赶紧走吧。”我就看着这辆车被开走了，心里想：象我挣脱了妈妈的手，抓住车尾，像蜘蛛侠一样飞到驾驶舱里，用力一脚踩住刹车。不过，我知道我这么小一个小孩是没法做到这件事的，我只能牵着妈妈的手看这辆车越开越远。

接下来，我就开始了一种与众不同的生活，就是到车店里，看车、试车、买车。我们买了一辆奔驰的SUV，我也挺喜欢这辆新车的，也逐渐坐习惯了新车，但是还是很怀念我的老车，我的安全座椅，还有在那个车里发生的所有事情，怀念着第一次看到车的感受。这些都被锁在那辆车的车门里了，这些幸福就再也回不来了，唯一留下的痕迹是我们的车牌号。

现在的车和以前的车都让我恋恋不舍，我再也不想要换车子了。

《我的宝贝》

许亦涵 11岁

我在上海星河湾双语学校读四年级。我爱踢足球、打篮球、骑行、打桥牌、玩乐高，还有吃栗子！写作文有点头疼……



今年夏天搬家的时候，我爸从我的床底下鞋盒子里翻出来一双又脏又旧连皮的颜色都看不清楚的足球鞋，一边说：“这么破的鞋子怎么还留着？”一边随手扔进了垃圾桶，我听到立即弹了起来，把它从垃圾桶中抢救了回来。

这可是我的宝贝啊！远渡重洋，历史悠久，怎么能扔掉呢？5年前，我妈妈去美国学习，我也跟她一起去那里上学，那里的学校很轻松，3点多就放学了，还没有回家作业，太阳要九点钟才落山，小孩子这段时间都在外面运动，我也参加了一个足球俱乐部。因此就去买了这双黑底蓝边白条纹底部有真钉的足球鞋，这可是我第一双专业球鞋。第一次去踢球的时候，我连“kick”是什么意思都听不懂，也不知道守门员可以用手扑球，急得大哭，还摔了个屁股蹲，满身的泥巴。但经过一个春季的训练，我越踢越好，还参加了联赛，还穿着这双宝贝球鞋踢进了球。

后来我还带着它回国了，继续踢球，不管刮风下雨，还是下雪天，都坚持每周训练3次，它很快就变得又脏又旧。但我依然把它当成宝贝，最后脚长大了，我还费力地把脚塞进去穿它，最后实在太顶脚了才换掉了。但我还是舍不得扔掉它，我就把它放在鞋盒子里藏在床底下，就像我的幸运物一样，怎么能扔掉呢？我爸真是一个臭名昭著的坏蛋！

《家族史》



王宁远 10岁

我在徐汇区爱菊小学读四年级，爱打网球和乒乓球、踢足球、吹萨克斯，喜欢说话、在家演戏，有点话痨，不知道什么时候开始有点喜欢上写作了。

说起我的家族史，最有代表性的就是交通工具，以前的交通工具和现在的交通工具差别非常大。爷爷年轻的时候在农村有一辆自行车就犹如有一辆宝马。

据说在我爷爷年轻的时候，为了娶到我的奶奶，花高价把160元的“永久”牌自行车买了下来。“永久”在当时就是像“宝马”一样的品牌了。那时160元也已经算很多了，农民一天的工钱是2角，但我爷爷的工钱有1.35元。据说奶奶本来是不想嫁爷爷的，可能看到爷爷这辆自行车后，也是全村唯一一辆自行车的时候，觉得爷爷家庭条件还不错，就嫁给了爷爷。结婚的时候，爷爷骑着自行车，把奶奶从她的村子接到了爷爷的村子。我爷爷那时是做竹子编织的，他编织的手艺非常好，是相邻几个村子中远近闻名的。虽然后来越来越多的人家有自行车，但是爷爷这辆自行车也是一直用到了我爸爸读初一的时候。

在我爸爸读高一的时候，摩托车已经在村中慢慢流行起来。在96年的时候，爷爷也买了一辆摩托车。这是一辆光阳牌摩托车，爷爷花了2万块钱，在当时也是一笔不小的钱。因为爷爷和奶奶办了一家塑料加工厂，挣到了一些钱。这辆摩托车身上发生了许多搞笑的事情。比如在这个摩托车刚买来的当天，爸爸和奶奶都很快学会了如何开摩托车，而爷爷却没学会。因为爷爷太矮，坐上去踩刹车就要花费很多力气。那天，他准备在村子门前那条泥泞的宽敞的大道上学摩托车。他踩下一大脚油门，就笔直地朝前冲去。可能是太慌了，他不但没踩刹车，而且一直在踩油门，幸好前面是一片农田。奶奶说他当时踩着油门，一脸惊恐的样子，从道路旁飞出去，一头栽进了那片农田中的泥坑当中。最后还是奶奶叫了几个农民，把他拉出来的呢！这辆摩托车也用了好久，从96年一直用到了2006年。

2004年，我爸爸向妈妈提亲的那一年。爸爸租了一辆4个座位的皮卡。爸爸、爷爷和奶奶就开着皮卡，从诸暨到武义。当时并没有什么高铁、班车，只能开自己的车。车程三个小时，当他们到了我妈妈家的时候，爸爸还喝醉了。最后爷爷请了一个司机运着爸爸回家了。

2007年，我爸爸用自己的钱买了一辆凯美瑞，这辆凯美瑞到现在我们还在用。到2009年的时候，我出生的那一年，爸爸又买了一辆奔驰。到了2017年，我爸爸又买了一辆丰田阿尔法。

我家的交通工具越变越先进，但我感觉还是过去的交通工具好像更有乐趣一些。

《老地方》



诸思辰 9岁

我在打虎山路第一小学读三年级。我喜欢跑步和踢足球；每次运动完都觉得浑身舒畅。我有点喜欢写作，因为写作可以让我的心安静下来。

我的小区以前是个很无聊的地方，除了游泳池也只在暑假开放，别的时间里面都没有水。我常常让奶奶把我抱起来，让我看看泳池里的样子，泳池很大，周边有很多猫在晒太阳，里面用蓝白黄三色的瓷砖铺底，底下还有连接浅水区和深水区的斜坡。我常想要是能在里面滑滑板车该多好啊，不久我的梦想成真了。

那是一个晴朗的下午，我正和我的好朋友明宇一起玩，这时他提议说：“我们去泳池玩吧，我知道一个秘密通道可以进去。”我心里一阵兴奋，终于有机会进泳池了，同时也有些好奇秘密通道会是什么样子的呢？在征得大人的同意后，我兴冲冲地跟着他跑了。一路上哼着一首歌：你要不要来，去泳池high，那里没有人在，我们尽情耍帅……

明宇带着我从一片被剪断的铁丝网中钻入了泳池。这时我又开始担心起来，如果被人发现怎么办？遇到坏人怎么办？如果我们在里面迷路了怎么办？这些忧虑像长江里的水一样，彻底淹没了我之前的兴奋，而明宇却一点也不害怕，好像这儿是他家一样。在他的带领下，我们开始玩滑板车，紧绷的心情慢慢放松了下来。我第一次在游泳池的底部玩滑板车，感觉既紧张又新奇，底部还有斜坡，可以冲刺，我们玩得很开心，只是地上贴的瓷砖年久失修有些破损，经常会卡到轮子，容易摔跤。后来我还探索了四周，发现了一个类似灰色台阶一样的东西，我们走上前去一瞧，原来是一只背上有大块血迹的死猫。这就是我第一次去“老地方”玩的经历。

后来，我和伙伴们经常去泳池里踢球、滑滑板车和抓猫，当然猫是抓不住的。我们在那里发现了很多乐趣，度过了许多快乐时光。可是好景不长，暑假到了，泳池快要开放了，里面开始装修，搬来了很多白色的凳子和椅子，售票处也准备营业了。当然，秘密通道也被封上了，我们现在只能在外面看看，暂时告别泳池了。



明治
写作学院

三明治写作学院：

由国内领先的非虚构写作平台“三明治”（微信号China30s）于2014年创办。

面向当今及未来的中文世界，专注于提供优质的儿童及成人阅读和写作课程。

家有“小胖墩”怎么办？

Know More About Childhood Obesity

策划：本刊编辑部 图：Unsplash



杨燕文医生：

副主任医师，医学硕士。上海医师协会儿科分会委员。
毕业于上海交通大学医学院，拥有丰富的儿科临床工作经验，
擅长儿童和新生儿疾病的诊治和保健，以及儿童危重病、疑难
疾病的诊治。

菁kids：不管是对成人还是对儿童而言，肥胖都不是什么好事，是一个需要改变的状态。对儿童来说，肥胖有哪些特别的危害？

杨燕文医生：和营养不良一样，儿童肥胖其实也是一种营养障碍。数据显示，在中国大约有超过10%的孩子处于肥胖状态，也就是说10个儿童里面就有一个小胖墩。在某些地区，这个数据可能还要溢出。

儿童肥胖会带来多方面的危害：

1. 对健康带来直接的影响：肥胖的孩子易发生内分泌、代谢紊乱，长大后，容易引发心血管疾病，以及胆结石、痛风、糖尿病等疾病；
2. 间接会造成运动障碍，导致运动量不足等问题；
3. 会造成社会心理方面的障碍，如自卑、不合群，容易遭致其他孩子的嘲笑等等。

菁kids：除了“目测”，有没有什么标准来判断孩子处于肥胖状态？

杨燕文医生：目测是不准确的，儿童肥胖症是一种疾病，判断儿童肥胖，我们有严格的医学诊断标准。通常来说，可以有两个方法来判断：

1. 参照同年龄、同性别、同身高的儿童体重的标准值，如果大于平均数的20%，就属于轻度肥胖；大于30%，属于中度肥胖；大于50%，属于重度肥胖。

例如：同年龄、同性别、同身高的儿童平均体重为20kg，而你的体重是24kg以上，那么就是肥胖了。

2. 以同年龄同性别的体质指数（BMI）来定义。BMI=体重(kg)/身高^{(m)²}。

如果超出95百分位以上，就属于肥胖；
如果位于85-95百分位，属于超重。

其实，在我们这里，有许多肥胖症的患者，都是由医生提醒家长才发现的。因为患者每次就诊，护士首先都会做一些基本测量，记录身高、体重等等。许多数据医生可以从患者的档案里看到，觉察出问题，就会主动告知患者和家长。

菁kids：通常哪些因素会造成肥胖？

杨燕文医生：和成人肥胖不同，95-97%的儿童肥胖通常都属于单纯性肥胖，主要是能量过剩所导致的一种营养障碍。它也属于一种营养性疾病。简而言之就是：喂胖了！

以下这些因素都是造成肥胖的原因：

1. 摄入过多，特别是高糖、高脂类食物摄入过多；
2. 活动少；
3. 遗传和环境影响。父母体型较为肥胖的，孩子也可能肥胖；
4. 出生体重与日后的肥胖有着正相关性。研究表明，如果新生儿的出生体重>4kg，那么将有23%的几率导致儿童期肥胖。因此，肥胖要从胎儿期就开始管理。孕妈在孕期一定要好好管理自己的体重，不要生下过重儿。
5. 性别。这个因素与人种有相关性，对于中国人来说，男性肥胖儿童多于女性肥胖儿童；而欧美人则正好相反，女性肥胖儿童多于男性肥胖儿童。

菁kids：如果孩子已经表现出肥胖的迹象，该从哪几个方面着手来调整？

杨燕文医生：去医院就诊。就医的目的有两点：

- (一) 首先是明确病因。的确绝大多数儿童肥胖都是单纯性肥胖，但还有3-5%的儿童是因为疾病导致的肥胖，例如代谢性疾病。而如何辨别，只

有医生检查后才能判断。

其次，是评估有无并发症。可能轻重程度不同，但患有肥胖症的孩子通常都会有一些相应的并发症，譬如血糖高、脂肪肝、尿酸高等等，并不是像家长所以为的，只是单纯胖一点，对身体并没有影响。我们临床接诊的患者中，甚至只有5岁的小患者，也会有一些相应的并发症。

(二) 在医生的指导下，制订一个肥胖症治疗方案。这个方案是综合性的，一般会从5个方面来规划：

1. 行为纠正。主要从孩子的进食行为方面进行干预，譬如要求孩子吃饭慢一点、量少一点等等；

2. 饮食疗法。根据不同的状况计算食物热卡，总的饮食原则是低脂、低碳水、高蛋白。儿童生长发育是需要营养的，减肥的时候啥也不吃、只吃代餐这种想法是肯定不行的。我们要采取比较温和的方式循序渐进。在饮食疗法中，我们的目标是：每周或者每2周减去0.5公斤体重。

3. 运动疗法。

4. 心理治疗。

5. 药物治疗。但是我们一般不太选择这个方法，不会轻易用药。

我们在门诊时有应用这个方案来治疗孩子的肥胖症，从临床效果来看，是非常有效的。

菁kids：在临床治疗过程中，患儿面临的最大挑战是什么？您通常会采取何种方式来为其提供支持？

杨燕文医生：在临床治疗过程中，主要面临有三方面的挑战：

1. 最主要的挑战是认知。很多家长会认为自己的孩子根本不胖，胖了也没关系，长大自然会瘦等等，没有给予足够的重视。假如家长的认知不够，在治疗中配合度就不会高，效果自然不会好。通常来说，父母都能够认识到肥胖的危害性，问题大多出在老人身上。碰到这种情况，我们会请老人一起来过来进行谈话说服。

2. 监督。如果缺乏医学方面的监督，以及指标的监督，只依靠家长自己，治疗方案是很难实施下去的。所以，我们会定期提醒，定期随访，严格监督家长和患儿按照指导方案进行。

3. 沟通。这里所说的沟通不仅只针对家长，也针对儿童本身。所以，既要跟家长谈，也要跟小朋友谈。比成人减重要方便的是，儿童吃什么、不吃什么，饮食的主动权是掌握在家长的手上。所以，家长的监督和陪伴是非常重要的，我们跟家长沟通时会强调这一点。跟小朋友沟通时，要设立一定的奖励机制，让他们更有动力和信心。

鸣谢：上海沃德医疗中心儿科。沃德儿科成立于2009年，团队医生多来自上海三大儿科专科医院，也有外籍儿科新生儿博士加盟。不仅提供从婴幼儿到青春期儿童高质量的健康服务，更注重儿童的康复和心理健康指导，包括婴幼儿喂养、健康体检、营养建议、儿童安全指导，以及各类疑难杂症的诊断和治疗等，为儿童健康打造坚实护盾。



不走寻常路——埃及亲子之旅

A Family Trip to Egypt

文、图：龚勋 编：Jolie Wu



神秘的法老塑像



我的本科专业是历史，并且我是当年系里唯一一个第一志愿是历史的学生，虽然毕业之后我没有从事与专业相关的工作，但是对于历史的喜爱一直伴随着我。历史悠久的埃及自然是我梦寐以求的旅行圣地，吸引我的是其辉煌璀璨、无比震撼的古代文明，所以我在二十几岁的时候便去了埃及旅行。那次旅行之后，我冥冥中总觉得自己一定会再次踏上埃及的土地，但是这个小小的萌芽很快就逐渐沉沦在紧张忙乱的世俗生活中了。

有时，我会和别人谈起多年前埃及的那场旅行，我总是竭尽全力去描述埃及的无与伦比，但往往最后只觉得词穷……沉默不语的尼罗河，傲然伫立的神庙，神秘莫测的棺椁与面具，关于埃及的一切都尘封在我的心里。直到多年后，终于被一个叫做Leslie的男孩开启了！“妈咪，我想去埃及看木乃伊！”

我带着极其激动的心情开始策划这场亲子之旅，结合上次去埃及的旅行经验，我终于做出了一份既包含历史古迹、文化巡游，又囊括了神秘猎奇、特色活动的史上最强埃及亲子游行程安排！在亲友团的一片担忧和惊讶声中，我们一家四口在茫茫夜色中登上了埃及航空公司的飞机，飞向我心中的圣地。



妈咪，我想去埃及看木乃伊！

老瀑布饭店吃午餐



阿斯旺

我们清晨抵达开罗，直接转机前往埃及南部的小城阿斯旺。来阿斯旺主要两个原因：第一是为了一睹阿布辛拜勒神庙的风采；第二作为资深阿婆迷，必须要住一下老瀑布饭店。

一切都非常顺利，我们如愿在上午住了历史悠久的老瀑布饭店。酒店的奢华精致与周边阿斯旺城市的贫穷落后形成了鲜明的对比。我们坐在高雅美丽的大堂酒吧的皮沙发上，办理入住，服务员马上为我们送来冰镇的木槿花叶饮料，喝一口清凉宜人，暑气全无。孩子们更是特别喜欢，深紫色的果汁装在高脚杯里，他们开玩笑说自己在喝葡萄酒。房间就在阿婆套房的旁边，推开露台门就可以欣赏到尼罗河的景色和对岸的阿布遗址。

阿布遗址、阿斯旺博物馆、努比亚博物馆

15分钟后，我们在酒店的码头坐船去了阿布遗址和阿斯旺博物馆。接近中午的天气非常炎热，孩子们在阿布遗址边走边抱怨，我只好耐心地和他们解释埃及的气候，以及阿布古城比较有意思的遗迹。其实阿布遗址在众多埃及古迹，甚至在阿斯旺都排不上前5名，这里最有名的就是古代的水位计。古代时，古埃及的贵族都会来到这里根据水位计的情况来制定当年的税收等级。这个故事显然不能吸引孩子，我只好带他们去了旁边的阿斯旺博物馆。没想到这间迷你博物馆竟然吸引了孩子，里面陈列着阿斯旺的文物，特别是古老的石棺让孩子们觉得非常神秘。最后，我们又坐船围着象岛绕了一圈，欣赏了一下尼罗河的美景，开船的努比亚小哥非常友好，还让Leslie驾驶了一会船，孩子们终于找到点儿好玩的事情了。

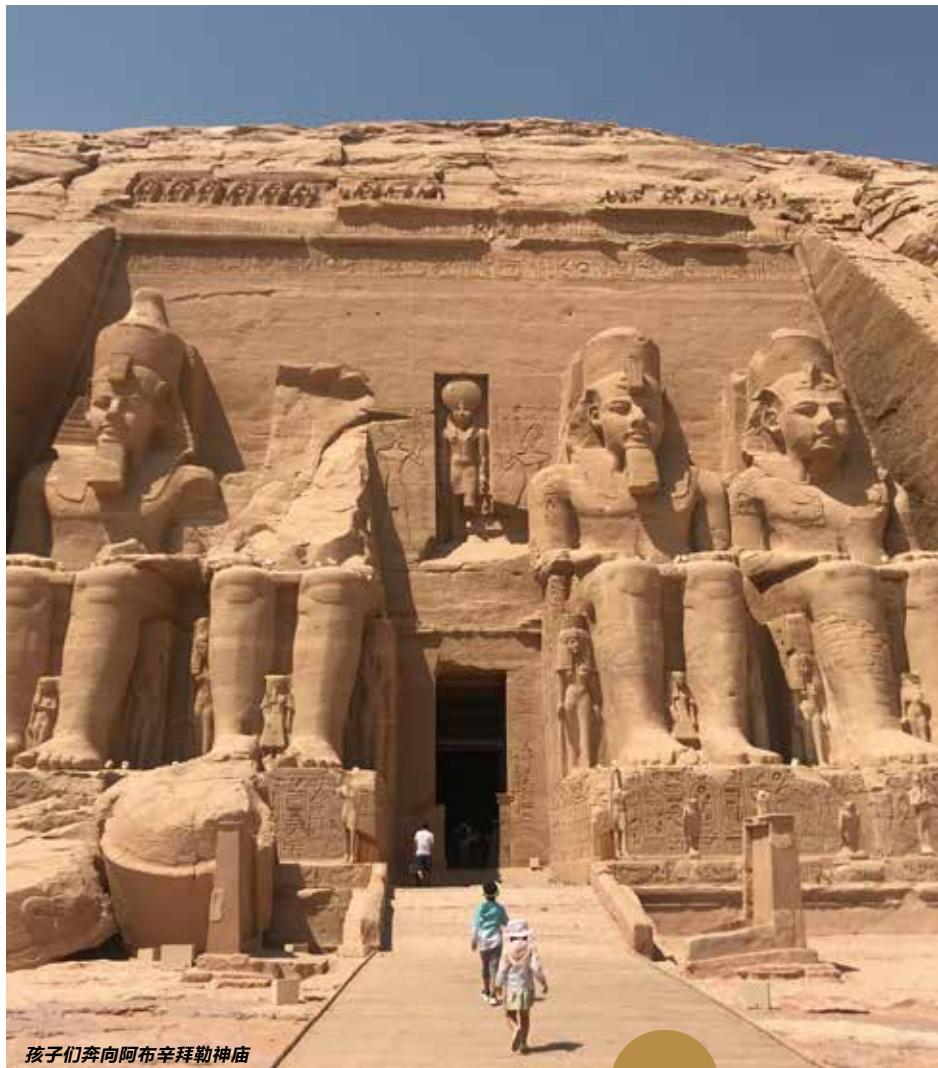


午饭后，由于天气太热，我们选择在泳池消磨时光，这项活动几乎成为我们在埃及每天下午的休闲活动。傍晚，气温很舒服，我们步行去了酒店旁边的努比亚博物馆。这座博物馆主要展示的是努比亚历史和文化，设施和展品都很不错。孩子们对展示古代努比亚人的生活最感兴趣，认认真真看了很久……刚走回酒店，连晚饭都没吃，就全部都睡着了。

阿布辛拜勒神庙

第二天我们往返6个小时的车程，穿越280公里的沙漠，就是为了一睹阿布辛拜勒神庙的风采。一路上Leslie就说不想去，因为坐车实在太久了。可是当他第一眼看到神庙时，顿时就被震撼了。不要说小孩子，其实连我也震惊了。

只能用“无以伦比”来形容这座神庙的伟岸气魄，神庙门口是四座高达20米的巨像，沉静地凝视着前方碧蓝的纳赛尔水库孩子们冲在最前面，争先恐后地奔向神庙入口处。而我此时最想表达的就是一种感恩的心情，感谢所有为这个神庙保存至今而做出努力的人们！我真的希望孩子们能够永远记住这种心灵被震撼的感觉，因为这样的机会一生中并不会很多。



阿斯旺日落



卢克索

第三天早晨我们离开阿斯旺，坐车前往古都底比斯——现在有“世界最大露天博物馆”之称的卢克索。卢克索我是故地重游，所以优中选优地安排了东岸游和西岸游，以及安排了也属于一偿夙愿的阿拜多斯和丹达拉之行。我们到卢克索正是中午，顶着大太阳去吃了一家埃及饭馆儿，主要是各种烧烤，烤鸽子、烤兔子、烤牛肉，味道还真是不错，就连平时吃饭最挑剔的哥哥也吃得很香。



午饭后，我们雇了一驾马

车去卡纳克神庙，孩子们又疯狂了，因为马车对于他们来说实在是太好玩了，车夫还邀请俩人和他一起坐在最前面驾驶马车。这一路上，别提多兴奋了，对于孩子们来说，去哪个神庙一点也不重要，好玩才是第一位的！



东岸游：卡纳克神庙和卢克索博物馆

气势恢宏的卡纳克神庙绝对是卢克索最不可错过的古埃及遗址。从壮观的公羊头斯芬克斯大道进入主神庙——举世闻名的阿蒙神庙围场，这里有非凡的多柱大厅。134根高耸的纸莎草状石柱，再一次震撼了我们的视觉与心灵。我们在多柱大厅里，徘徊了好一阵子，沉浸在3000多年前的人类文明奇迹里。

我们顺着神庙的中轴线一直走，中途又路过了庄严屹立的哈特谢普苏特方尖碑，最后一直走到游人罕至的图特摩斯三世节日大厅。

快到傍晚时分，光线柔和了许多，我们四个人在雄伟而荒凉的神庙遗址中游荡，立柱上精美的浮雕与傍晚的光线形成完美的组合，卡纳克神庙散发着古老迷人的魅力。

卢克索博物馆也是东岸非常值得一去的景点。这里陈列的稀世珍宝绝大部分都来自底比斯的神庙和墓地，其中很多件都堪称杰作，比如阿蒙霍特普二世和王后的塑像、出自卡纳克神庙的阿门霍特普三世粉色花岗岩巨型头像，以及非常值得一看的埃及那顿墙。

不过Leslie最感兴趣的就是卢克索博物馆中那两具诡异神秘的木乃伊，非常昏暗的小房间里，静静躺着骇人的木乃伊，Leslie仔仔细细地认真观察着，无比兴奋。

最后回到旅馆，他在小礼品商店买了一个棺椁木乃伊作为纪念品。

公羊头斯芬克斯大道



迷人的卡纳克神庙



多柱大厅



西岸游：门农巨像、国王谷、哈特谢苏普特神庙、哈布城神殿、贵族墓、德尔麦迪那

卢克索西岸的景点比较多，也比较分散，我们大约是花了两个半天才完成的。总结下来，孩子们最最喜爱的就是国王谷。

国王谷是古埃及新王国时期法老们的墓地，在这个荒无人烟的山谷中共有63座王室陵墓。我们坐着景区的小火车从游客中心一路上坡去往墓地，天气炎热干燥，满目只有湛蓝的天空和光秃秃的淡黄色山体，走在去往陵墓的路上，无异于行走在荒无人烟的沙漠中，既感到一种绝望的痛苦，内心又有一种期待奇迹出现的躁动。无险探险，我们进入了三座法老的陵墓，在陵墓中欣赏精美生动、充满色彩的浮雕和壁画。



孩子们虽然领略不到壁画的全部内容，但是在导游讲解之后，已经可以认出壁画中的某些神和符号。最令孩子们感到有趣的就是法老们的“卡图什”名字，导游帮我们找人制作了刻有孩子们名字的“卡图什”项链，孩子们当成宝贝一样一直带着回到北京。



哈索尔神庙高耸的门道



Ivy在塞提一世神庙门口

阿拜多斯和丹达拉

3个小时的车程来到古埃及的死亡之地——阿拜多斯。孩子们在埃及旅行了几天已经基本适应坐长时间的汽车，无聊的时间里就是吃零食或者睡觉。来阿拜多斯的路上经过了一个村子里的集市，有各种村民售卖农产品的简易摊位，孩子们新奇地凑到车窗前去看，除了各种果蔬食物，还有很多家禽动物，村里的孩子们衣着简陋，看见车里的孩子也是目光里充满着好奇。孩子们觉得最有趣的是看见三个成年男子竟然共同骑着一头小瘦驴在赶路……旅行的意义就在于让孩子们看到这个星球上惊人的美景，但同时也有关于贫穷，更多地了解世界的真相，有助于孩子们对未来做出更好的选择。

来阿拜多斯的最终目的地就是塞提一世神庙。虽然岁月和战争无情地摧残了这座神庙，但它依然静谧雄浑，有一种极其独特的神秘气息。不过孩子们倒完全没有被这座神庙的黑暗氛围所影响，在大厅里各种自我放飞的自拍。我想乐观总比悲观强，无拘无束地肆意开心才是孩子们最该有的样子！

在去往丹达拉的路上，我们在车上吃了简易的三明治做午餐。我特别喜欢孩子们这种随遇而安的精神，在他们的世界里，只有追随本心的需求，而没有世俗价值观的影响。一边吃一边看窗外荒凉的沙漠，一个三明治、一个苹果就是一顿可口的午餐。

丹达拉的哈索尔神庙因为游人罕至的原因，也是一副静谧安详的感觉。比较特别的是这座神庙有几处隐秘的储藏室，据说是古代储藏金银珠宝的地方，都需要走曲折狭窄的楼梯或者昏暗逼仄的地窖，最后我们还神奇地登上了神庙的顶部，可以俯瞰周围的村庄。



Ivy与当地人合影

开罗

我们从卢克索搭乘飞机前往此行的最后一站开罗。十几年前开罗的样子还鲜活地保留在我的记忆中，我本以为这座城市也会有新的发展和变化，但令我失望的是开罗还是老样子，一副贫穷落后的城市面貌。为了方便去金字塔，我直接选择了住在吉萨。车子一路带我穿过了开罗城区，大约40分钟后，进入了吉萨地区。突然一个转弯过后，我们四个人都惊呼起来：Pyramids！举世闻名的金字塔就这样霸气地出现在了我们面前！此时，司机露出非常自豪的笑容。我们入住的酒店主要卖点就是看金字塔，主餐厅和房间的露台都可以看到胡夫金字塔，确实非常不同凡响。

金字塔和埃及博物馆

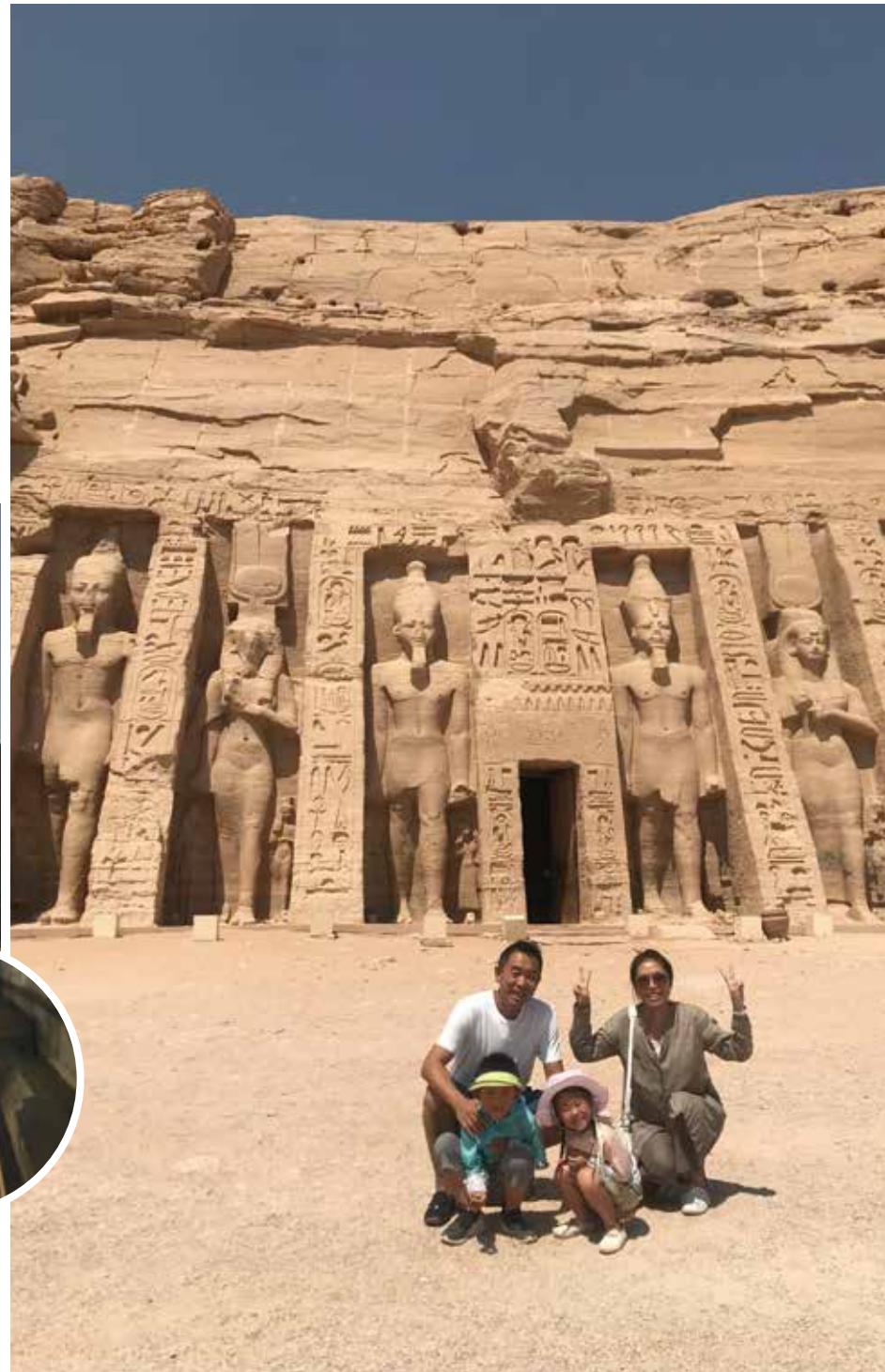
第二天一早，我们从酒店步行来到了胡夫金字塔。金字塔可以说是除了木乃伊以外，孩子们第二喜欢的埃及特色了。这个独一无二的建筑外观孩子们在学校里就学习过了，也看过一些画册上面的图片，但如今真正近距离面对着埃及最大的胡夫金字塔，还是感觉相当的震撼。经过近4600年的岁月洗礼，这座巨型陵墓仍然是古埃及人非凡创造力和先进文明的最好证明！孩子们兴奋地围着胡夫金字塔照了很多张照片，我们又开始金字塔内部的探索了。不知道为什么，这俩孩子们特别喜欢地洞、地道之类的地方。坦白说，我认为胡夫金字塔里面没什么特别的，远不如在外面欣赏震撼，但是孩子们沿着黑漆漆的、狭窄的地地道攀爬，觉得特有成就感。

胡夫金字塔



最终我们爬得汗流浃背，只是来到了一间昏暗的墓室而已。孩子们也不会感觉失望，本来就是为了好玩才爬的，完全没有功利心，接着爬回去呗！

开罗除了金字塔以外，最重要的景点就是埃及博物馆了。这里收藏了世界上最重要最珍贵的古代文物，可是展示的方式却非常粗糙和原始。展馆内除了木乃伊展室外，都没有空调，更连一块现代化的展览信息触摸屏都没有，很多展品就是随意放在陈列柜里或者堆在地上，密度很高。我只能说好东西实在是太多了，真的照顾不过来……孩子们就像逛街一样逛博物馆，遇到喜欢的、有趣的展品就停下来仔细看看，看完了就继续逛。整座博物馆的重点就是：王室木乃伊展室和图坦卡蒙陈列馆。哥哥最爱的就是木乃伊，这些木乃伊又基本都是这一路上看过的神庙或者陵墓的主人，因此看得更加认真仔细；妹妹则喜欢图坦卡蒙留下来的那些光彩夺目的黄金饰品。



埃及之行终于圆满结束了，我和孩子们都真心爱着埃及这个历史悠久的国家和其璀璨无比的古代文明。回到北京后，孩子们小心翼翼地整理埃及之行带回来的旅行纪念品，我一清点，埃及竟然是我们买旅行纪念品买得最多的：民族服装、当地乐器、工艺品、阿拉伯围巾、书画册……

埃及，一个听上去不太常规的亲子旅行之地，但是从另一个角度上来说，却也是带给孩子们非同寻常旅行感受的特别之地。引用并微改一句我超级喜欢的BLUE NOTE的广告语：旅行不止一种，精彩一向如此！

龚勋

北京人，毕业于中国农业大学历史系，少儿图书出版人，热爱生活，痴迷美食，酷爱旅行，钟情推理。2013年荣升妈妈，目前有两个孩子，大儿子Leslie7岁，小女儿Ivy5岁，两人均就读于哈罗北京。



2020-2021 上海择校指南收录学校名录

菁kids编辑精选132所（杂志+网站）上海幼儿园、国际和双语学校，排名不分先后。

招收中外籍学生幼儿园及托育园 (60所)

Apple Montessori
AAA双语
ARM瑞蒙美国儿童中心
安乔国际双语幼儿园
德意学堂
德英乐幼儿园
FGA未来成长学院
F托育园
菲索幼儿园（碧云校区）
Guidepost 蒙特梭利
观化启蒙园
哈立国际成长学院
哈罗小狮幼儿发展
海富幼儿园
宏文·蒙世学堂
华师大知序双语幼儿园
JES Island English Academy
嘉宝幼儿园
康文幼儿园
Lucton幼儿教育中心
LUC国际儿童中心
MYKIDS Childcare
蒙雅蒙特梭利之家
启禾学前教育
启星学校
青瓦花园
上海艾思坦国际幼儿园
上海爱悠幼儿园
上海黄浦区民办玛诺利娅主题幼儿园
上海集美凯斯幼儿园
上海闵行区摩根亨利幼儿园
上海浦东新区民办东方小莹星幼儿园
上海浦东新区民办惠立幼儿园
上海普瑞姆蒙台梭利幼儿园
上海普陀金宝幼儿园
上海青浦区世界外国语幼儿园
上海圣地雅歌幼儿园
上海市宝山区哈贝幼儿园
上海市静安双美亲子教育培训学校
上海市美星幼儿园
上海市民办格林菲尔幼儿园
上海市浦东新区民办碧云幼儿园
上海市普陀区奇思幼儿园
上海市乌鲁木齐南路幼儿园
上海私立蒙特梭利幼儿园
上海松江区乐智幼儿园
上海维多利亚幼儿园（浦东园）
上海徐汇区民办安淇儿幼稚园
上海徐汇区民办领幼幼儿园
上海徐汇区民办四季方馨幼儿园
上海伊派幼儿园
上海奕琪凯斯幼儿园
上海悦田幼儿园

上海长宁民办哈比桥治幼儿园
上海中山幼儿园
宋庆龄儿童教育实验基地-上海临松幼儿园
橡乐教幼儿教育中心
新加坡伊顿国际教育集团上海校区
学乐星幼儿园
KYE昱奕未来教育

只招收外籍学生幼儿园(1所)

上海泰宁外籍人员子女幼儿园

招收中外籍学生国际化学校 (上海)(40所)

（含幼儿园、小学、初中、高中）

华东师范大学附属双语学校
上海阿德科特学校
上海枫叶国际学校
上海赫德双语学校
上海宏润博源学校
上海康德双语实验学校
上海莱克顿学校
上海美高学校
上海民办包玉刚实验学校
上海民办光华中学
上海民办位育中学（原位育中学国际部）
上海闵行区民办德闳学校
上海闵行区诺德安达双语学校
上海诺科学校
上海诺美学校
上海浦东新区民办更新学校
上海浦东新区民办沪港学校（上海耀华临港校区）
上海浦东新区民办惠立学校
上海市浦东新区民办万科学校
上海浦东新区民办协和双语学校
上海浦东新区民办筑桥实验小学
上海七宝德怀特高级中学
上海青浦平和双语学校
上海青浦区世界外国语学校
上海青浦区协和双语学校
上海师范大学附属第二外国语学校
上海市燎原双语学校
上海市民办复旦万科实验学校
上海市民办金苹果学校
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
上海市世界外国语小学
上海市世界外国语中学
上海市文来中学国际部
上海托马斯实验学校
上海协和双语高级中学
上海新纪元双语学校
上海长宁区耀华专修学校（上海耀华古北校区）
学建

只招收外籍学生国际学校和国际部 (20所)

（含幼儿园、小学、初中、高中）
复旦大学附属中学国际部
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（浦东）
上海德威外籍人员子女学校（浦西）
上海法国外籍人员子女学校
上海哈罗外籍人员子女学校
上海虹桥国际外籍人员子女学校
上海惠灵顿外籍人员子女学校
上海美国外籍人员子女学校
上海市进才中学国际部
上海外国语大学附属外国语学校国际部
上海西华外籍人员子女学校
上海协和国际外籍人员子女学校
上海新加坡外籍人员子女学校
上海耀中外籍人员子女学校
上海英国外籍人员子女学校（浦东校区）
上海英国外籍人员子女学校（浦西校区）
上海长宁国际外籍人员子女学校
上海中学国际部
宋庆龄学校国际部

招收中外籍学生学校 (非上海)(10所)

（含幼儿园、小学、初中、高中）
华东康桥国际学校
昆山加拿大国际学校
人大附中杭州学校
上海华二昆山国际学校
苏州工业园区海归人才子女学校
常州威雅公学
无锡南外国王国际学校
中国常熟世界联合学院
荟同学校深圳校区
爱文世界学校深圳校区

只招收外籍学生学校 (非上海)(1所)

（含幼儿园、小学、初中、高中）
苏州新加坡国际学校



扫描二维码，进入2020-2021上海择校指南
jingkids.com专页，了解学校详情。

杂志免费取阅点

申请成为杂志发行点,请联系: distribution@truerun.com, 电话: (021) 6131 6691

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。

杂志免费发行点包括学校、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。

长宁区

上海长宁国际外籍人员子女学校	虹桥路1161号
上海长宁民办哈比桥治幼儿园	淮阴路489号
上海耀中外籍人员子女学校	水城路11号
上海民办包玉刚实验学校(武定校区)	武定西路1251弄20号
上海虹桥国际外籍人员子女学校	伊犁南路218号
观化启蒙园	愚园路749弄23号
唯儿诺儿科(古北门诊部)	富贵东道199号(近黄金城道步行街)
Miramar Apartment伦敦广场(东方伦敦花园)	古北路1000号
green valley villas绿谷别墅	哈密路1500号
上海天坛普华医院	红宝石路388号
上海和德门诊部	红宝石路396号
Body Concept Pilates普拉提工作室(虹桥店)	虹梅路3211号泰豪大厦508-509室
Big Bamboo(虹桥路店)	虹梅路3338弄老外休闲街20号(近延安西路)
茶花园COFFEE&BAR	虹桥路1438号地下一层05单元
上海万豪虹桥大酒店	虹桥路2270号
PureSmile普诗美尔(虹桥店)	虹桥路2272号虹桥商务大厦2楼P座
Deluxe Family华丽家族古北花园	黄金城道555弄6号
巴芙莱泳健会	黄金城道619弄
Le Chateau夏都花园	剑河路2000号
上海和睦家医院有限公司	平塘路699号
珈露梦咖啡(水城南路店)	水城南路28号
初代味藏(古北店)	水城南路37号古北万科广场1楼D座
申德医院	虹桥路2281号(剑河路东北门)
Active Kidz Shanghai	遵义南路8号锦明大厦14D
华睿洋塾	天山路310号海益大厦202室
Wagas沃歌斯(虹桥万都中心店)	仙霞路86号108室
Twinkle耀童亲子餐厅(尚嘉店)	仙霞路99号(尚嘉中心2层L211)
德真会齿科(虹桥诊所)	兴义路8号万都中心大厦3楼S301室
拾点十分	延安西路1566号龙峰大厦1楼
WISE Academy(唯思教育)	延安西路2633号美丽华中心B302/B311/A209
圣安门诊部	伊犁南路85号(古羊路与伊犁南路交叉口)
弗兰克牛排馆FRANK'S Steak house(愚园路店)	愚园路1107号
Porcellino小猪意大利餐厅	愚园路753号B幢1楼(近江苏路)
Wagas沃歌斯(龙之梦长宁店)	长宁路1018号龙之梦购物中心1层
QKUTS剪酷儿童美发(虹桥南丰城店)	遵义路100号虹桥南丰城北区309
bluefrog蓝蛙(南丰城店)	遵义路100号虹桥南丰城丰尚街1层119
汉舍中国菜馆(虹桥南丰店)	遵义路100号虹桥南丰城南区5层L508号
宋庆龄幼儿园(虹桥路)	虹梅路3908号(近延安西路)国际部招生办
学通国际教育	SOHO天山广场T1幢901-902
优顾Urgoo全球留学顾问共享平台	茶陵北路20号越界X2创意空间2号楼401室
德达医疗	延安西路2558号工人疗养院B座5楼
陈年灸艾养生馆	黄金城道703号2楼
上海康文龙溪幼儿园	青溪路345号
上海耀华教育管理有限公司	延安西路2111号扬子中心二楼
炼火	虹桥路1452号古北国际财富中心2楼
新元素(古北店)	虹桥路1665号星空广场1楼

浦东新区

上海市进才中学国际部	峨山路26号
LUC国际儿童中心	芳甸路779弄233, 281号
上海哈罗外籍人员子女学校	高西路588号
上海师范大学附属第二外国语学校	拱极路2151号

海富金太阳幼儿园	金杨路750弄57号
上海普瑞姆蒙特梭利学校	金豫路450号
上海金苹果双语学校国际部	巨峰路1555号
上海英国外籍人员子女学校(浦东校区)	军民公路2888号
上海浦东新区民办万科学校	康桥路1700弄2-4号
上海协和国际外籍人员子女学校	明月路999号
新加坡伊顿国际教育集团(陆家嘴校区)	浦城路40号
新加坡伊顿国际教育集团(浦东南路校区)	浦东南路1570弄25-26号
上海市民办中芯学校	青桐路169号
百汇医疗	世纪大道88号金茂大厦群房时尚生活中心一楼
上海浦东新区民办惠立幼儿园	桐晚路215号
上海市民办尚德实验学校	秀沿路1688号
上海浦东新区民办协和双语学校	雪野路48号
上海惠灵顿外籍人员子女学校	耀龙路1500号
华师大二附中国际部	祖冲之路736号
黔香阁(1877碧云店)	碧云路633号
bluefrog蓝蛙(金桥店)	碧云路633号1层R3
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
尚美齿科	碧云路650弄2-4号
LearningLeaders(领利德浦东学习中心)	碧云路633号碧云体育休闲中心1D1商铺
百汇医疗(瑞浦门诊部)	碧云路997号
浦江荟	滨江大道1850号A楼
Wagas沃歌斯(浦东大拇指广场店)	芳甸路199弄证大大拇指广场31号
飞狐	红枫路225号(近新金桥路)
Big Bamboo(金桥店)	红枫路381号(近碧云路)
新元素餐厅(浦东嘉里城店)	花木路1378号浦东嘉里城1层
QKUTS剪酷儿童美发(浦东嘉里城店)	花木路1378号浦东嘉里城商场B131a
上海浦东嘉里大酒店	花木路1388号(近芳甸路)
簪花日本料理(陆家嘴店)	花园石桥路66号东亚银行裙楼5楼
Puresmile普诗美尔口腔	金桥碧云路650弄1-4号
宜乐儿童之家	锦和路80号101-301(东建路)
Wagas沃歌斯(花木路店)	锦康路252号101室(近花木路)
儿童艺廊(kids Gallery)	锦绣路2486弄星河湾商业街7号楼2楼
德真会齿科(金桥店)	蓝桉路160号(近碧云路)
Wagas沃歌斯(陆家嘴环路店)	陆家嘴环路1188号1L商铺
晶浦会(上海中心大厦店)	陆家嘴环路479号上海中心上海之品商场4层
上海览海门诊部	陆家嘴环路533号
上海沃德医疗中心	南泉北路399号1-6楼(近乳山路)
星扬体育文化	云莲路201号三林体育中心飞扬冰上运动中心2楼209室
bluefrog蓝蛙(环球金融中心店)	世纪大道100号环球金融中心B109室
和睦家新城医院	新金桥路1598号
圣欣门诊部	长柳路58号证大立方大厦101室(近丁香路)
上海碧云幼儿园	长岛路823弄87号
全康医疗	世纪大道100号上海环球金融中心商场212室
曜影医疗	东育路255号前滩世贸中心(一期)S7号2层203, 3层全层
上海美国学校	浦东三甲港凌白路1600号上海林克斯社区
上海民办尚德实验学校	秀沿路1688号上海尚德实验学校国际部
上海莱克顿学校	浦红西路90号
惠立双语	林耀路235号上海浦东新区民办惠立学校
蒙世学堂幼儿园	耀江路9号远东宏信广场7楼招生市场部
哈罗小狮	张杨北路3233号
上海德威外籍人员子女学校	蓝桉路266号
上海浦东民办小莹星幼儿园	龙东大道4328号
Andance Academy	沪南路2727-1
惠灵顿Early Years Centre	浦东桐晚路195号

上海筑桥实验小学	海科路669号
兴致体育	世博大道1368号2L 203A
上海长和大蕴儿科诊所	浦东新区浦东大道1868号
上海浦东昱显未来托育有限公司(KYE未来教育)	自由贸易试验区世纪大道1788,1800号P1号
浦东嘉里城	芳甸路1155号305A
上海东方联合医院	浦东南路551号东方医院24楼
民办沪港学校	临港新城银莲路2号
新元素 (张江店)	祖冲之路1261号E1楼07室
新元素 (金桥店)	红枫路331号
Twinkle耀童亲子餐厅	世纪大道1192号世纪汇广场3层023铺
启德考培浦东校区	长柳路58号证大立方大厦1705室
Big Bamboo(金桥店)	红枫路381号
奇而思少儿英语	成山路1760号
奇而思少儿英语	高科东路777号阳光城商业街208室
奇而思少儿英语	梅花路1099号博览汇广场二楼
蒙世学堂总部	耀江路9号远东宏信广场7楼 招生市场部
德真会齿科	丁香路1198号(近大拇指广场)
浦东香格里拉	富城路33号 浦东香格里拉大酒店浦江楼513公关部
德意学堂	锦绣东路2777弄 锦绣申江 21号楼
德意学堂	锦绣东路2777弄 锦绣申江 3号楼
唯尔诺 (金桥)	张杨路3501号12座3楼唯儿诺(张杨路枣庄路路口)
唯尔诺 (浦东)	花园石桥路66号东亚银行金融大厦302室唯儿诺
花旗银行有限公司	陆家嘴金融贸易区花园石桥路33号花旗集团大厦1楼
东郊宾馆花园别墅	金科路1800号东郊宾馆内

静安区

威海路幼儿园	威海路730号
小小萌树少儿法语	安远路1号一楼
Porto Matto 意大利餐厅	常熟路83号2楼(近巨鹿路)
bluefrog蓝蛙 (大宁店)	共和新路1918号6幢102A-103A室
MAYA玛雅墨西哥餐厅 (四方新城店)	巨鹿路568号四方新城俱乐部2楼
Lost Heaven花马天堂丝绸之路	巨鹿路758号
马勒别墅饭店	陕西南路30号(近延安中路)
百汇医疗(静安上海商城门诊部)	南京西路1376号上海商城西峰203室
Smile Designer 齐美矫正	南京西路1468号中欣大厦22楼
上海百诺门诊部	南京西路1468号中欣大厦2505室
中国福利会托儿所	华山路639号(近镇宁路)
席家花园 (静安店)	巨鹿路889号
齐民市集 (芮欧百货店)	南京西路1601号芮欧百货4楼(近常德路)
全康医疗中心 (浦西店)	南京西路1788号1788国际中心303室
寺库	南京西路758号汇银大厦1-3楼
花旗银行(南京西路支行)	南京西路762号1幢A室和2楼
老吉士酒家(兴业太古汇店)	南京西路789号兴业太古汇2楼
美吉姆国际儿童教育中心(闸北中心)	平型关路108弄108创意广场39号2楼(近渝泾港路)
麦隆咖啡(静安店)	铜仁路70号
MUST(武定路店)	武定路881号创意园区2号楼1楼(近常德路)
臻景医疗中心	兴国路78号兴国宾馆5号楼3楼
文艺活动中心	延安西路200号
曜影医疗	南京西路1376号上海商城西峰6层601
ICON 体验滑板 (浦西)	康定路151号运动健身中心B201
格林新蕾幼儿园	胶州路561号
美国诺科学校上海分校	原平路128号
新元素 (889店)	万航渡路889号悦达889广场壹层L1-15室
Wagas	胶州路265号1楼
新元素 (商城店)	南京西路1376号上海商城112室
一针一线	南京西路1618号久光百货四楼
上海众心国际社区中心	南京西路1376号上海商城3楼354室
puresmile(普诗美尔口腔)	南京西路818号1201室
ID.PHOTO	共和路209号嘉里企业中心2座101-1单元
新元素餐厅(静安嘉里中心店)	南京西路1515号静安嘉里中心1层12号, 2层11号

青浦区

上海私立蒙特梭利幼儿园 (西虹桥园)	高泾路586号
上海悦田幼儿园	沪青平公路1358号161栋
上海西华外籍人员子女学校	徐泾镇联民路555号
安乔国际双语幼儿园	徐泾镇蟠华徐公路487号
宋庆龄幼儿园 (青浦校区)	赵巷业辉路1号
宋庆龄学校国际部	赵巷业辉路2号
青浦平和双语学校	朱家角路6号
上海圣地雅歌幼儿园	清河湾路1238号
上海宏润博源学校	朱家角镇课植园路178号
上海德国学校	高光路350号
上海法国学校	高光路350号

闵行区

上海不列颠英国外籍人员子女学校	古北路1988号
上海协和双语高级中学	红松东路248号
上海民办协和双语学校 (虹桥校区)	虹桥路999号
上海七宝德怀特高级中学	虹桥路3233号
摩根亨利幼儿园	华漕镇金丰路567号
上海美国外籍人员子女学校 (浦西校区)	金丰路258号
上海英国外籍人员子女学校	金光路111号
上海闵行区诺德安达双语学校	金辉路1399号
海富虹桥幼儿园 (国际园)	莲花路2151弄74-1号
上海德威外籍人员子女学校 (浦西校区)	马桥镇茜浦泾路2000号
上海市燎原双语学校	平阳路150号
新元素(七宝万科广场店)	漕宝路3366号七宝万科广场1层109A号
上海闵行区万科双语学校	七莘路3568号
上海美高学校	北松公路1250号
创意顶儿儿童视觉艺术中心	合川路3380号B栋105
New Horizons (古北中心店)	虹许路480号一楼 (近红松路)
纸箱王纸火锅主题餐厅	联明路389号麦可将园区
小小运动馆(闵行七宝凯德中心)	七莘路3655号凯德七宝购物广场3层
LearningLeaders(领利德浦西学习中心)	先锋街66号3楼
“景” 全日餐厅	元江路6600号绿城玫瑰园度假酒店
FGA未来成长学苑	陈行公路2388号银杏广场3楼
上海私立蒙特梭利幼儿园	都园路3852号
协和双语尚音学校	龙茗路185号
上海市民办复旦万科实验学校	星站路263号
上海美高双语学校	上海市闵行区华漕镇纪友路688号
燎原总部	闵虹路166号城开中心T3, 1509
上海新加坡外籍人员子女学校	朱建路301号
泰宁外籍人员子女幼儿园(上海花园校区)	古美路50号
上海市文莱中学国际部	虹桥路2166号招生部
民办德闳学校	马桥镇曙光路1935号
蓝蛙丰尚国际	运乐路569弄7号楼
安格斯童话王国(江桦路店)	江桦路588弄万科早城6栋(江桦路浦锦路)
育莘教育	闵虹路166号城开中心1509室
小小运动馆	莘松路58号东苑丽宝4号楼3楼301-302
奇而思少儿英语	龙茗路974号
闵行区晓苗幼儿园	罗秀路1977号
诺德安达	保乐路158号
七彩足球少儿英语	七莘路1688号
puresmile(普诗美尔口腔)	运乐路569弄111室
精英博蒂古北校区	上海闵行区虹许路482号2楼

黄浦区

上海黄浦区民办玛诺利娅主题幼儿园	江阴路57号
上海七色花小学	雁荡路86弄13-46号
身心佳中医门诊部	西藏南路760号安基大厦14楼05室
逗馆咖啡 (河南中路店)	河南中路1号

帕戈意大利餐厅(河南中路店)	河南中路88号威斯汀大酒店2楼
NBA乐园(湖滨道店)	湖滨道150号湖滨道购物中心2层
一坐一忘丽江主题餐厅(新天地店)	湖滨路150号湖滨购物中心3层
东田造型	淮海中路222号力宝广场B1
上海怡和览海门诊部	淮海中路300号53层
德真会齿科	淮海中路93号大上海时代广场办公楼4楼
青籁养身	普安路189号曙光大厦24楼CD座
Jamaica Blue(九江路店)	九江路700号南新雅大酒店1楼铺面E座
ZOO COFFEE	马当路388号SOHO复兴广场1楼
圆和医疗(圆和新永门诊部)	茂名南路205号瑞金大厦1207-1209室
花园饭店白玉兰中餐厅	茂名南路58号花园饭店2楼
瑞尔齿科(南京东路店)	南京东路300号恒基名人购物中心404室
碧云花园服务公寓	北京西路55号
Joffre求府国际教育	人民路292号外滩SOHOD座102、105
瑞金洲际酒店大堂吧	瑞金二路118号瑞金洲际酒店主楼1楼
瑞金洲际酒店/Spa水疗健身中心	瑞金二路118号瑞金洲际酒店贵宾楼B1楼
百汇医疗(新瑞医疗中心)	西藏中路336号华旭国际大厦裙楼
晶浦会(思南公馆店)	思南路55号思南公馆35号2-3楼
荣府宴	思南路55号思南公馆内
慧公馆MAISON DE L' HUI(思南公馆店)	思南路59号(近复兴中路)
Long House长屋东南亚美食(老码头店)	外马路469号
小小运动馆(日月光中心)	徐家汇路618号日月光中心广场3层
花马天堂云南餐厅(外滩店)	延安东路17号甲
瑞视眼科	西藏南路758号金开利广场2-3楼市场部
菁禧荟(BFC外滩金融中心店)	中山东二路600号
罗斯福公馆	中山东一路27号
永昌学校	绍兴路5-4号
东京和食 Sun with AQUA	中山东一路6号
CASANOVA意大利餐厅(外滩店)	中山东一路6号四楼
上海康德双语实验学校	汝南街53号
新元素(永银店)	寿宁路98号永银大厦6楼
新元素(新天地店)	太仓路181弄新天地北里18号楼02单元
乐瓦击剑	肇嘉浜路182号3楼
逗瑞米戏剧英语	南车站路258号
瑞尔齿科	南京东路300号恒基名人购物中心L404室
友邦保险有限公司上海分公司客户服务中心	徐家汇路610号日月光中心写字楼7层长虹一处
SUNNY EDUCATION	皋兰路28号

徐汇区

上海私立蒙特梭利幼儿园(徐汇园)	东湖路21号
上海徐汇区民办安淇儿幼稚园(衡山园)	衡山路9弄2号
上海维多利亚幼儿园(华亭园)	华亭路71弄1号
米迪雅托育园The Magic Play School	柳州路138号HappyPark104、105室
上海市世界外国语小学	浦北路380号
小伊顿双语幼稚园	宛平南路592号
Y+瑜伽会所(安福路店)	安福路309号3楼
美吉姆(徐汇漕宝日月光中心)	漕宝路33号3楼L301
古意湘味浓(富民路店)	富民路87号巨富大厦1楼A座(近巨鹿路)
凯文咖啡西餐厅	衡山路525号凯文公寓1楼
Coast知仕高端英文原著图书馆	虹桥路3号港汇广场2座7楼200000
小红楼La Villa Rouge	衡山路811号
雅诗阁衡山服务公寓	衡山路99号
大董(环贸iapm店)	淮海中路999号环贸iapm商场L6室
故事星球	建国西路691号1幢3楼
方太生活家体验馆(桃江路店)	桃江路8号(近衡山路)
上海智课教育徐家汇校区	天钥桥路333号腾飞大厦702室
小小运动馆(星游城店)	天钥桥路580号星游城2楼F10-F11室
American Medical Center 上海良远健康门诊部	田林路888弄1号东楼
Jamaica Blue(乌鲁木齐中路店)	乌鲁木齐中路82号
上海保加医疗美容门诊部	兴国路89弄5号
Garlic大蒜土耳其餐厅	永嘉路698号(近安亭路)
圣瑞医疗	永嘉路718弄1号

新元素(美罗城店)	肇嘉浜路1111号美罗城商场2楼A区
嘉宝学校	肇嘉浜路680号金钟大厦615室
爵士上海音乐学校	武康路280弄12号
缪思肖像摄影MUSEE FOTO	瑞平路230号保利时光里B1
欧登保龄球馆	衡山路10号甲欧登大厦3楼企划部
Soul dancing	复兴中路1199号明园商务中心A-418室
美华妇儿服务	华山路800弄6号
柚言英语学习中心	肇嘉浜路1065号飞雕国际大厦13楼1301-1302号
弋果美语(正大乐城分校)	东安路599号正大乐城二楼1-205室
上海永惠华门诊部	华山路800弄6号裙楼4楼
上海禾新医院	钦江路102号近虹漕路后栋行销处
美华妇儿服务	宋园路155号美华医院17楼
徐汇盛捷服务公寓	陕西南路888弄1号楼5楼大堂
The Garden Restaurant & Bar	乌鲁木齐中路99弄汇贤居小区旁

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
新元素餐厅(瑞虹新城店)	瑞虹路188号瑞虹天地月亮湾1层122商铺
Wagas沃歌斯(宝地广场店)	唐山路1018号宝地广场1层
上海玛歌瑞特国际幼儿学校	广纪路179号

松江区

上海赫德双语学校	茸北路336号
艾思坦幼儿园	朗亭路266-268号
上海临松幼儿园	中心路1520号
中庆瑞德幼儿园	余山E谷(沈砖公路5398弄)9--10号楼
申鑫迈驰	镇林荫新路1158号月湖雕塑公园
世茂佘山庄园会所	余北公路666、518弄
上海天马高尔夫乡村俱乐部	赵昆公路3958号

杨浦区

复旦附中国际部	国权路325号
英锐国际教育	淞沪路303号5楼(创智天地科教广场3期)
美吉姆(杨浦中心)	淞沪路316号创智天地广场5号楼B1层
光华启迪国际教育	政立路500号创智天地企业中心七号楼1楼光华启迪
Penguin ABC	国安路255号

普陀区

上海市普陀区奇思幼儿园	金沙江路200号
阿波罗双语学院	云岭东路651号
上海美星幼儿园(靖边园)	靖边路276号
上海普陀金宝幼儿园	枣阳路461号
小小运动馆(长风大悦城中心)	大渡河路178号长风大悦城3层301
友邦保险有限公司上海分公司	金沙江路1977号金环商务中心16号楼902室
上海嘉庭俱乐部	泸定路46号
七田真早期教育(近铁城市广场店)	真北路858号近铁城市广场南座B1层
WEReaders ED	长寿路468号中环商务大厦10楼

宝山区

上海伊派幼儿园	水产路2696号
中国工业设计博物馆	逸仙路3000号3号楼2F
上海玛歌瑞特国际幼儿学校	镜泊湖路501弄1号顾村公园异域风情园内

嘉定区

华东师范大学附属双语学校	安亭新镇南安德路800号
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
----------	------------

俄语和拉丁文

Latin and Russian

大女儿刚出生的时候，因为看了育儿书上说的，新生婴儿能识别人类语言中所有的800个发音，但这种能力在单一语言环境里，很快就降到40来个音了。于是，我找来各种语言录音给孩子听，让她尽量保持语言的分辨能力。

从4岁搬到上海，幼儿园到初中，大女儿都是在家听普通话，在外听上海话，学校里中英文双语。有一段时间她中文英文都说不太好，我开始担心：难不成语言过于混乱，不利于智力发育？！后来，她逐步倾向以一种语言为主，从此语言和表达都有了飞跃。

高中4年，很明显她更喜欢语言课，数理化能不修就不修。进入大学，女儿说，终于可以放开选自己最爱的课了。

我问哪些课最爱。女儿说，俄语。

我开始犯晕。我上大学的时候，也学了两年俄语，后来一点儿没用上，全忘光了。美国大学的学费节节攀高。我心里常想，毕业能找份好工作，就都赚回来了。

现在，学俄语，怎么赚回来？！

女儿很坚决。记得我们就站在满是美食和时尚潮人的洛杉矶中央市场里，就选俄语还是选编程聊（chao）起来。最后，为了“给后面的学习打开更多的门”，女儿勉强把俄语改为化学，万一今后想学医呢。结果，没上几节课，因为实在不喜欢，女儿退了课，又选回俄语了。

今年秋天，女儿转入她向往的加州大学洛杉矶分校语言学系。疫情爆发后她一直在家上网课。我也有机会和她聊聊。

首先，为什么爱学语言？

女儿：我也不知道。音乐家为什么要学音乐呢？学习语言肯定对大脑有益。比如，中文我们称“面包”，英文称“bread”，在另一种语言里，也许没有面包这个词，只有“烤饼”，也许连做法都不同。学习语言，能让我们注意到这些对比和差异，拓宽原有的概念。会多种语言的人往往更注意思维和表达的准确度。

我一直有很好的语言老师。比如小学的美国老师，她在我那么小的时候就运用 Etymology – 词源学来教学。她会解释词的来历，词根演化，与其他词的关系，还引入拉丁语和希腊语。她让我感到语言就像猜谜一样有趣，我特别喜欢。

我的拉丁文启蒙在上海，和一位美国妈妈学了半年。高中学了4年，大学1年。很多人说拉丁文已经死掉了，没有用。对我来说，学习拉丁文，可以了解语言的结构，以及语法和发音的逐步演化。我的老师常说，学习拉丁文，能让思维更加严谨。有很多伟大的政治家和哲学家用拉丁文写作，我觉得很酷。大家都应该试试。



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。

我：那，你的法语怎么没学好呢？

女儿：这个我承认。我很喜欢法语，但刚到美国上学的时候我比较内向，不适应偏口语的教法，不愿意在课堂上当众朗读。拉丁文就更适合我。Emily Wilson——《奥德赛》英文版的第一位女性译者也有类似的经历。她在英国读中学的时候比较害羞，不喜欢现代语言的对话方式。于是，她就选择学习拉丁文和希腊文这样的古典语言。当然，现在我对口语部分已经适应多了。

我：你喜欢的语言老师是如何教课的？

女儿：高中的时候有一位西班牙语老师，热爱西语文学。他会让学生写短故事，写诗，用各种方法分享他对语言的热爱。大学里的俄语老师也是这样，他会引用理论学家的话，充满激情地把俄语的未完成时讲得充满哲理。

我：如果一门语言很难学，你有什么建议吗？

女儿：有人说拉丁文很难，俄语很难，很可能是我们远远低估了自己的能力。很多奥运冠军说过，如果他们不认为自己是世界上最好的运动员，根本不敢想，他们就拿不到冠军。相信自己有这个能力，我们就会超水平发挥。在语言上有自信，才会喜欢学习更多的语言。

我：很多人学了语言，没机会用到，就忘了。这是不是浪费时间？

女儿：语言学者的工作并不要求你完全掌握一种语言，忘了也没关系。保持一种语言需要自律，就像演奏家总是要求自己反复巩固练习。有些人就有这个能力，能通晓很多种不同语言。英文称他们为 Polyglots。很多这样的年轻人在油管、Tik Tok上发起视频挑战，看谁能用最多种语言讲同一个句子。我和朋友都是他们的粉丝。

我：语言学系毕业，能做什么？

女儿：我想解决两个问题。第一，英语似乎是世界上大多数人在思考的时候使用的语言。整个互联网基本依赖英语。想学习一门新技术，就必须学习英语。这是一个问题。我们需要互联网帮助到更多不同语言、或者语言能力有差异的人群。这是每位语言学者想做的事。

第二，我想更多地了解人类处理语言的过程。关于如何处理英语、德语、法语，已经有太多的学者在研究了。所以我想学习小语种。UCLA 的语言系很酷，要求学生学一门既不是日耳曼语族也不是罗曼语族的语言。研究小语种，可能会带来新的发现，新的理论和技术。



菁kids上海
扫码订阅
每期杂志快递到家





We.
Transform.
Lives.



Find out how.

Concordia uses Columbia University's
Reader's & Writer's Workshops in our balanced literacy program.