

台湾百万人气亲子博主
Choyce 最新力作!

《父母必读》杂志主编
恽梅 感动推荐!

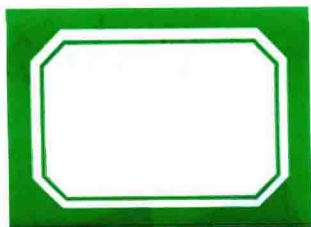
玩着长大

Choyce 著
和孩子一起
背包旅行

旅行是独立成长的开始
最好的教室在路上



化学工业出版社



玩着长大



和孩子一起 背包旅行

Choyce 著



化学工业出版社

· 北京 ·

这是一本传递全新教养观念的书。一位年轻妈妈，带着三岁和一岁零五个月的两个小孩海外背包旅行250天，在法国南部闻薰衣草香，在北海道堆雪球、看企鹅行走，在马来西亚零距离亲近蛇、鹿、大象、马来熊……旅途中，大小考验不断。在一次次历练中，两个小小背包客大开眼界，学习多国语言及文化，更学会了适应环境，独立自主、攻克难关、互相扶持。本书中，你将看到带孩子体验户外教学的意想不到的收获。

图书在版编目(CIP)数据

玩着长大：和孩子一起背包旅行 /Choyce 著. —北京：化学工业出版社，2013.5

ISBN 978-7-122-16952-5

I. ①玩… II. ①C… III. ①家庭教育—通俗读物 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第070743号

原繁体版书名：《Choyce 体验式教养：带孩子自助旅行250天》，作者：Choyce

ISBN 978-986-731-064-4

本书中文简体字版由日月文化出版股份有限公司授权化学工业出版社独家出版发行。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分，违者必究。

北京市版权局著作权合同登记号：01-2012-7391

责任编辑：张曼 毕翠平 龚风光
责任校对：宋玮

装帧设计：IS溢思视觉设计工作室

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印装：北京方嘉彩色印刷有限责任公司

880mm×1230mm 1/32 印张7 字数170千字 2013年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：39.80元

版权所有 违者必究

序

发现，是一种态度

《父母必读》杂志主编 恽梅

我没有见过 Choyce。在灯下一口气读完这本书时，突然有一种冲动，很想见到这位智慧而充满勇气的妈妈，想听听她的故事，在这本书背后的那些故事：她自己的成长经历，她对养育孩子的思考。

在我看来，这是一本以旅行为底色、以发现为主题的书。

Choyce，带着两个年幼的孩子，踏上了这条发现的旅程。在家庭、社区、幼儿园之外，发现并尽情享受天然的养育大课堂——带孩子徜徉“世界”这间大教室，跳脱教科书的刻板学习，用旅行来实践教养。

在这本书中，亲子旅行攻略是配角，是花絮，发现与教养才是主戏。

关于独立性、关于等待、关于生活教育、好习惯、关于艺术学习……被 Choyce 一一搬上大自然这间教室，用另一种方式演绎着：从才艺班、全脑开发跳开，一步一脚印，在背包旅行中，找到自己的方向。

在母子三人规划旅行的当下，就开始享受旅行的氛围：当着手研究地图、安排行程、抱着旅行指南不放的同时，已经沉浸在旅行的幸福里了。

从火车、汽车上玩到飞机上，随时随地都是学习，也是休息。

在每一次的动荡旅行中，让孩子寻找安身立命的准则，学习独立自主，也学习手足间的互相陪伴，学习服从，也学会珍惜感恩。

穿梭异国间，让孩子学习尊重不同的文化，也学会尊重大自然，建立人生的态度。

在艰难中，寻找让自己也能快乐的元素，在一次次的挫折中，依然乐观面对、勇敢解决问题。孩子们看到妈妈的勇敢，更以妈妈为榜样。

当然，从旅行中学到的经验，也让两个小孩子学会自己找方法，懂得随遇而安。

.....

我想 Choyce 想带给孩子的，或许就是这样一份生命的滋养。

我欣赏 Choyce 这种对旅行的态度：放松的，有思考的，充满好奇与发现的。

在我看来，这本书的价值并非旅行本身，而是一种对生活的态度：当我们真正将自己打开的时候，最大限度的发现与创造也会随之而来。

而这一切并不完全关乎金钱，却关乎勇气、智慧与热情。

带孩子认识世界，可以是遥远而陌生的国度与异乡，也可以是身边再熟悉不过的一草一木、街道、邻居。无论在远方，还是在身边，其实，都预存着一笔令人惊叹的资源与财富，只等着我们去发现。

“只要鼓起勇气推开家门，随时可以来一趟小旅行！”

自序

转换场景，教养可以很轻松

在书中发现一段很有意思的美国谚语“游荡的人未必都是迷路的人”(Not all who wander are lost.)，瞬间将我的思绪拉回到10多年前……

年轻时的我，换了超过20个工作。最夸张的是，有一年换了6个工作，其中有5个工作是一个月换一个。在多家公司之间游走，我彷徨着找不到自己的方向，只知道，不适合自己的职场环境就不要勉强待下去。

就这样，在社会大学里学习了七八年，在多个工作、多个行业里体验人生，广交好友，扩展视野，获取新知，最后还是找到了适合自己的工作，很快地在该岗位上发光发热，乐在其中，并且也获得了极大的肯定。

为新工作“妈妈”热身

我出生于一个有5个女孩的家庭，在我小时候，父母都忙着为

家计打拼。尽管工作获得丰厚的收入与极大的成就感，但没有机会享受母爱的遗憾，让我从小就期待着组建家庭，并亲自参与养儿育女的工作。因此，在决定结婚时，我就毅然决定放下一切，离开熟悉繁华的台北，辞掉得心应手的工作，封存高尔夫球杆，就此告别单身生活。

投身全职家庭主妇生活，也为还没到来的新工作——“妈妈”热身。在短短半年时间内，我把图书馆内生活应用类书籍全部熟读；每逢周末假日，立即驱车前往台中接受保姆培训，不断拿着玩偶演练照顾幼儿，修完108小时的保姆培训课程，最终顺利取得政府核发的丙级合格保姆执照。

我如今是家庭主妇，也是一双儿女的母亲，这个工作一做就是八年半，却也是人生绕了一大圈，才找到最适合自己的工作。

多年后看到这句谚语“游荡的人未必都是迷路的人”，心里大有感触，当年的我也许是游荡的人，但值得庆幸的是，我知道自己正在做什么，克服一切的阻力，最终找到了适合自己的工作。

这6年来，我生养了子乔与子钧两个宝贝。回头看，10多年前的转换工作虽然心慌，却也汲取了许多宝贵经验，在育儿路上盲目摸索时，给我很大的支撑（差别只在于，当母亲可不能想辞职就辞职啊）。

亲子旅行，新的教养起点

教育专家洪兰说：“别急着找孩子的兴趣。”

妈妈一定要当老师吗？小孩一定要赢在起跑线吗？天才是后天培养的吗？小孩4岁就要学琴棋书画吗？孩子的发展有99%都要看妈妈用不用心吗？

自从当新手妈妈的第一天开始，这些问号从来没有消失过，还要抵抗教材 DVD、逻辑训练、各种强调左右脑开发甚至全脑补习班的广告诱惑。直到 2009 年 5 月，母子三人背上行囊踏上瑞士、法国一个月的旅行，从此，我不再迷惘！

大手牵小手游历世界

母子三人的课题，从要不要上才艺班跳开，从左右脑甚至全脑开发跳开，我们在一步一脚印的背包旅途中，找到自己的方向。

大自然就是最棒的教学，亲子关系不再紧张；孩子们不用被迫关在小小的教室里寻找自己的兴趣；不用为该不该练钢琴与父母争执；不用被圈在围棋格子里思索着如何逃开；妈妈不用焦虑着小孩学习会不会跟不上别人；不用挂念着哪天要去哪一间才艺教室。

我们真正做到了，以大自然为师，以天地为帐，以太阳点灯，以花田营造最佳的香气空间，以各国的博物馆、美术馆打造艺术课堂。在每一天的火车旅行中认识各种交通工具，理解机械原理；在巴黎的脏乱地铁中看到人生的阴暗面，子乔期勉自己要更加油、更努力，日后不会落魄到在路旁伸手要钱；孩子们珍惜着健康体魄，进而勉励自己，再累也要跟紧妈妈的脚步走下去。

推开大门，走进大多数孩子在书上才看得到的建筑，孩子们亲见卢浮宫的艺术展览，在奥赛美术馆中悠游。从孩子的角度看大师作品，恍然大悟：原来米勒的《拾穗》所要传达的是这么简单却深邃的道理；原来孩子眼里所看到的世界如此缤纷有趣。

在艺术的殿堂，孩子是老师，妈妈是学生，我诚心向孩子请教关于艺术大师创作的源起；在这个时间空间里，我们不需要美术教义，也不用理解构图、着色、空间、架构，更不用分析水彩、油画、蜡笔，或仅是单色的墨水笔，孩子们未经琢磨的直觉理解，反而让

我大受启发。

这3年多来，我们母子三人不停歇地背包旅行，游历世界各大洲超过250天；在台湾旅行更多达数百天：阿里山看日出、妖怪村找妖怪、海生馆挖化石、博物馆找历史痕迹……子乔、子钧才小小年纪，在每一次的动荡旅行中，寻找安身立命的准则，学习独立自主，也学习手足间的互相陪伴；学习服从，也学会珍惜感恩。

创造外语环境，打开孩子视野

子乔与子钧在旅行途中培养自己的外语耳朵，自然而然理解各种语言发音与架构：在法国说法文，在德国听德语，在意大利跟着意大利孩子咯咯笑个不停，在日本自然而然地与日本人交谈。孩子们从来不曾长住在哪个定点，却拥有一口标准的英语、日语发音。这对大人来说，真是羡慕忌妒恨吧！

我期望孩子们先把母语学好，再驾驭其他语言，却也欣喜地听见才幼儿园年纪的孩子，对外语充满包容力与求知欲。与其让孩子在教室里跟着老师读ABC，不如我亲自创造外语环境，让孩子自然而然亲近各种不同的语言，开启孩子广泛接受多国语言的刺激。我不期望短期旅行可以让孩子说得一口流利的英语、日语、德语、法语、西班牙语，但求孩子们打开视野，发现多元的异国文化，借此建立广阔的国际观，学习优点并且改掉缺点。

与国际接轨

你知道日本中学生以下的孩子，连冬天都穿着短裤短裙上学吗？你知道欧洲国家的孩子从小就接受餐桌礼仪吗？你知道瑞士的孩子从幼儿园就开始精英制度吗？你知道吉卜赛的孩子受到何种特别的教养观念吗？对法国人而言，饮食反映了这个人与社会的灵魂。法

国幼儿园里的3岁孩子，餐餐都享用正统的法国菜与全套餐具。

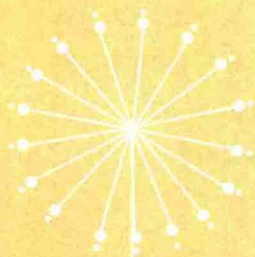
在每一次的行走中，获得许多有趣的情报，让我们知道如何强化自己与国际接轨，也让母子三人一次次获得自我肯定、勇气倍增！



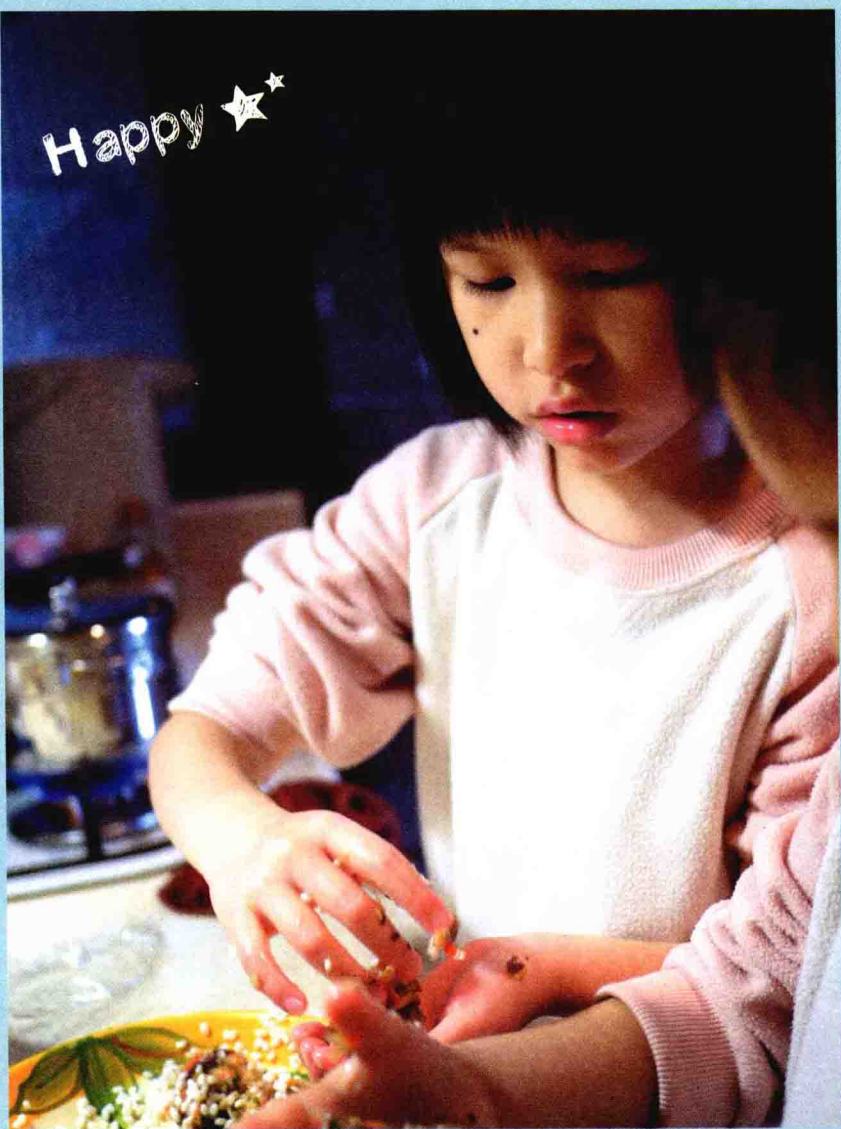
4 5 6 7 8 9 10 11 12



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Happy ☆☆☆



· 目 录 ·



第一章 亲子旅行的起点

带孩子出门的N个理由 _ 2

移动教室，学无止境 _ 12

规划旅行的当下，已经开始享受旅行 _ 19

第二章 出门旅行就是实践教养

旅行中实践生活教育 _ 26

动手参与家务的孩子才出得了门 _ 29

找亲子餐厅前，先当个好客人 _ 33

别让电子产品占领孩子的生活 _ 37

重视孩子的情绪教育 _ 42

从小开始培养规律作息 _ 47

第三章 做好准备再出门

背包旅行，从台湾开始 _ 56

带小孩出国，如何安排行程 _ 60

亲子旅行，如何选择交通工具 _ 66

出门旅行必备物品 _ 72

第四章 打开孩子的五感

“世界”这间大教室 _ 82

挑战两岁宝宝的耐力极限 _ 87

——参拜日本四国香川县金刀比罗宫

零下10度大风雪极冻体验 _ 92

——北海道旭山动物园企鹅游行

感官刺激百分百 _ 97

——世上唯一的天然沙蒸温泉：指宿沙浴

紫色薰香嘉年华 _ 99

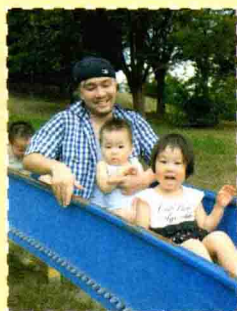
——徜徉法国南部薰衣草田

打开味蕾体验 _ 103

——异国美食来者不拒



· 目 录 ·



第五章 旅行是独立成长的开始

学习放手，孩子更独立 _ 112

环境适应力，从旅行培养起 _ 117

孩子给的启发：学习，永无止境 _ 128

喜欢，不一定要拥有 _ 134

第六章 带孩子世界各地探索去

在反复练习中体验探索 _ 144

父母把关，孩子才能正向成长 _ 147

屏东车城海洋馆玩不腻 _ 148

在博物馆、美术馆里挖到宝 _ 149

借力使力的行程，学习更加分 _ 159

世界高塔比一比 _ 166

与动物零距离接触 _ 173

欧洲古城探访历史遗迹 _ 179

第七章 游历世界学语言

跨越语言，边旅行边交友 _ 184

附录篇 亲子海外自助旅游须知

附录1 交通篇

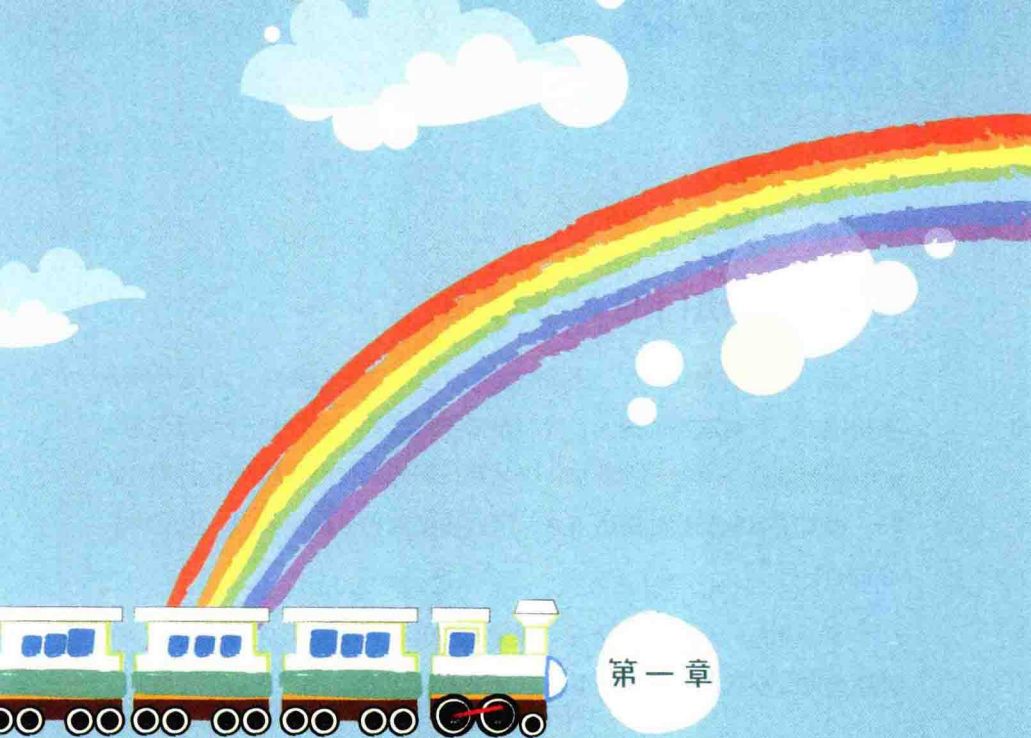
善用旅行计划票与火车通行证 _ 197

附录2 物品篇

亲子出国自助旅行准备清单 _ 200

附录3 你的亲子旅行计划 _ 203





第一章

亲子旅行的起点

台湾地区领导人马英九的夫人周美青曾说：“陪伴，从出生开始。”这里所谓的陪伴，不是指孩子出生后夜以继日不间断的陪伴，而是在有限的时间内，尽可能地满足孩子渴求父母关怀的需要。毋庸置疑，陪伴是教养的起点！带孩子出门旅行，则是教养的延伸！

我的亲子旅行主张，用行动证明，教养绝对可以轻松自在，大人小孩同欢乐！



带孩子出门的 N 个理由

每个人都好奇地问：“没有先生陪伴，你为什么独自一人也能带孩子出国？”面对这样的提问，我总是毫不犹豫地说：“另一半忙于工作，无暇顾及家庭，不能出手帮忙，于是我长期练就自己照顾两个小孩的本领，经常带着他们到处游山玩水，所以即使独自带孩子出国，也没什么好怕的！”

虽说如此，许多人还是对于我为何要带孩子出门旅游感到好奇，在此跟大家分享我们母子三人海外旅行 250 天的缘起。

关在家里的小孩更可怕

2009 年 5 月，我首次自己带着子乔、子钧一起出门旅行，当时子乔才三岁，子钧才一岁零五个月。身边每个人都不敢相信，纷纷质疑：“你一个妈妈居然可以带两个这么小的孩子出国背包旅行！”“你是胆大包天？还是脑袋坏掉了？”

我的回应是：“关在家里的小孩更可怕！”我宁可在外旅行，也不要两个小孩关在家里！三岁的子乔与一岁多的子钧正值精力充沛与好奇心旺盛的年纪，他们好奇着想要探索全新的世界，一草一木都能引起他们莫大的兴趣。身为妈妈的我，从早到晚绕着两个孩子转个不停，为了放光孩子们比劲量电池还要强 10 倍的电力，可真是大大伤透了脑筋。