

独立的孩子 是玩出来的



台湾妈咪的旅行教养秘笈

邱瑜青 著

Travel! Play! Kids!

带你的宝宝玩转地球，
别让孩子错过世界！

0-6岁宝宝家长
不可不看的爱心动画！



中国人民大学出版社

独立的孩子 是玩出来的

邱瑜青 著

中国人民大学出版社

·北京·

图书在版编目(CIP)数据

独立的孩子是玩出来的 / 邱瑜青著. —北京: 中国人民大学出版社, 2014.1

ISBN 978-7-300-18139-4

I. ①独… II. ①邱… III. ①儿童教育—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第272306号



天窗文化
ENRICH CULTURE

独立的孩子是玩出来的

邱瑜青 著

Duli de Haizi shi Wanchulai de

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街31号

电 话 010-62511242 (总编室)

010-82501766 (邮购部)

010-62515195 (发行公司)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 北京瑞禾彩色印刷有限公司

规 格 170mm×210mm 16开本

印 张 14

字 数 150 000

邮政编码 100080

010-62511398 (质管部)

010-62514148 (门市部)

010-62515275 (盗版举报)

版 次 2014年1月第1版

印 次 2014年1月第1次印刷

定 价 35.00元

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换

推荐序

忍不住一口气看完， 并想推荐给父母的好书

对于带孩子出游这件事，许多父母总是敬谢不敏，不然，就是担心太多，于是不敢在孩子尚年幼时，陪伴他们一起去旅行。然而，瑜青却不这么认为，在本书中，她和所有父母分享陪伴孩子去旅行，对孩子的成长有着多么重要的影响；她不但在女儿哈比比未满一岁时，就带着她一起出国旅行，甚至，在往后哈比比的成长过程中，继续陪伴她去很多地方，让她用孩子的眼光来看待这个世界，并努力向世界学习。

很高兴为瑜青的这本书做推荐，这是本让我一翻开就想一口气看完的好书，瑜青“让孩子的梦想在世界起飞”的理念，深深地吸引我；她带孩子旅游的各式小贴士，也为我解答了不少迷惑；她以诙谐的笔调表达面对哈比比成长的智慧教导与喜悦分享，足以令现代父母深思。而已晋升为丈母娘的我，在看完本书后，也忍不住想“让孙子的梦想在世界起飞”，加上我心深处也有一个亲身经历的“糖果故事”想和各位分享，那也是一个

陪伴孩子去旅行时发生的故事。

自从小女到美国读书、工作、结婚成家，我多次来回太平洋两岸，每每在长途飞行中，看到有可爱的孩子同机时，心中便想：在十多个小时的飞行中，小娃儿会哭闹吗？他们的父母做了准备吗？万一孩子在飞行中有任何不适，要怎么办？我会被影响吗……

后来，在这多次的旅程往返中，我发现在飞机上，有一觉便睡到下机的可人儿，还有玩乐、阅读、画画、做手工、看影片、打电动、玩扑克牌的好动孩子；当然，有时也会有一起飞就开始不舒服，要爸妈又哄又抱的婴儿；也曾看过有些啜泣的孩子，需要父母抱着在狭窄的走道间来回走动才能停止哭闹……

经历多次飞行与观察后，我发现每个孩子面对陌生环境的表现都不一样。

我相信，旅程中同行的长辈必然会担心孩子这些行为可能影响同机的旅客，但是，有时候孩子就是孩子，他们常会有脱序的演出，也有令家长束手无策的状况，而这就是对父母、长辈的大考验了。

我曾经带过自己的两个孩子到各地旅游，也曾带青少年团到美国参加冬令营。当然，这都得有事前的训练与临场的应变，每一次都是一种考验。

记得有一次在飞往洛杉矶的航程中，已经是深夜睡眠时刻了，有位年轻的父亲一直抱着睡不好的小女儿，在昏暗的走道间轻声地哼唱着儿歌，但仍然无法止住孩子的啜泣。

那位父亲实在不知如何是好，因此只要有与旅客眼神交会的时刻，他

总是会点头表示抱歉。

当时，我突然想起，我身上有一包口香糖，可以给这个小女娃，说不定有所帮助。

奇妙的事情发生了！小女娃胖胖的小手拿着口香糖后，竟然就趴在爸爸的肩膀上，慢慢地闭上眼睛睡着了。而孩子的妈咪看到这一幕后，笑眯眯地跑来跟我道谢。

还有一次是飞往台北的旅途中，有一对印度裔的夫妻带着两个年幼的儿子坐在我的右斜前方，我也看到小弟弟一直无法入睡，因为是经济舱，又不是第一排，没有比较大的空间，虽然妈咪抱着他，但孩子仍是感到不舒服。

于是，爸爸起身空出座位让孩子躺着，但孩子还是无法入睡。只见那对夫妻已是一脸抱歉，却仍帮不了哭泣的孩子。

这时，我便将身上的曼妥思薄荷糖送给爸爸，孩子当场就安静地吃了起来。

有了这两次的经验，往后搭机时，我总是会带着不少糖果饼干和切好的水果，不但自己可以解解馋，有时还能帮助不舒服的孩子！后来，女儿结婚定居美国之后，我更坚定认为这样做是对的。

我常想有一天，女儿、女婿带着外孙回台北时，他们也可能是抱着孩子一脸歉意地在走道间哄孩子的那对父母啊！这时，我多么希望也有旅客可以给他们鼓励的眼神，甚至助他们一臂之力！

这些就是我想和大家分享的“糖果故事”。

不过，关于我以上所说的这些担心，在瑜青的这本书中，她全都提到了！

因此，我相信所有的父母都能因为这本书，在教育孩子以及陪伴孩子成长的过程中，变得更有智慧、更有方法，同时更能乐意地、不怕麻烦、没有借口与担心地，让孩子的梦想在世界任何一个角落，起飞。

台北市师铎奖优良老师

《父母的好习惯决定孩子的大未来》畅销书作者

劉素萍

推荐序

推荐序

瑜青的勇往直前， 值得所有父母学习

和瑜青认识已有十几年了，记得第一次为她写序时，她还是个喜欢穿短裙、装扮时髦的“辣妹”。虽然个性有些无厘头、有些搞笑，但聪慧的她，不仅反应快，做事态度也很认真，令人印象非常深刻。

而现在，当初我眼中的那个小女生，老是担心自己找不到好对象、嫁不出去的小女生，也已升格为母亲，和另一半有了宝贝女儿哈比比。

这一切的转变并不令我惊讶，因为这就是她，永远以一颗热情的心面对自己的人生，她也有爱做梦，也有天马行空的时候。但是，当她一旦决定要去做什么事时，她就会毫无畏惧地勇往直前，达到自己的目标。

和她认识的这些年里，我看着她在工作中的热情付出，看着她毅然决然地辞去工作出国游学，不为学位，只是想要休养生息、调整脚步，“顺便”学点英文。然后，看到她游学归来的焕然一新，再度出发。直到现在，看到她升格为别人的妻子、孩子的母亲……这一路的成长与蜕变，身为好

友的我也替她感到高兴，因为她又迈向了人生中的另一个阶段：学习当妻子与母亲。

但是，我想我所认识的瑜青，绝不会因为步入婚姻，有了老公和孩子后，就失去了过往的行动力。过去的她，为了工作付出满满的热情，展现令人惊艳的效率与工作力；现在的她，必然也会为家庭投注更多的心力。

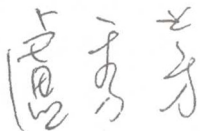
除了和老公力排众议，带着未满一岁的女儿哈比比出去旅行这一勇敢的决定外，我也在期待从“辣妹”晋升为“辣妈”的她，下一步还会有什么惊人之举？

不过，我绝对相信，以瑜青那搞笑、无厘头、不怕尝试、勇往直前的个性教育出的孩子，一定也会有乃母之风，敢于去探索世界带给她的一切。

父母无法决定孩子的未来，但我们却可以启发孩子的梦想，以及给他们一个快乐的童年。引导他们无所畏惧地往前迈进，用孩子的眼光看世界、探索世界，并不断学习。

我想，瑜青已经做到了！

台湾中天电视新闻主播

Handwritten signature in black ink, consisting of three stylized Chinese characters: 瑜青芳.

作者序

旅行，让父母了解， 孩子远比我们想得独立！

你有多久没跟自己的宝贝完完整整地相处 24 个小时呢？

我的意思是，没有菲佣照顾，没有保姆帮忙，也没有爷爷奶奶的关心；完全不看连续剧，远离新闻台，暂时抵挡韩剧、日剧和周星驰、好莱坞的吸引力；不和死党聊天八卦，不跟朋友 MSN，不上网，不网购，不把孩子丢给才艺班、老师、巧虎和儿童节目。当然，还有完全抛下工作等各种压力，就只是完完全全、简简单单，跟自己的宝贝相处 24 个小时！

这看起来似乎不难。但是，这些看似平凡的“简单”，对于大部分父母来说，其实没有那么容易！

哈比妈，我是个平凡的家庭主妇，平常自己带女儿哈比比（指埃及话亲爱的），不请保姆，也不假手他人帮忙；可以说，跟哈比比朝夕相处、寸步不离。

但是难免，我也会有自己想做的事，例如：MSN 聊到欲罢不能，视线离不开电脑，连续剧看得超投入，对于哈比比的呼唤，完全充耳不闻……

至于哈比爸，他是个不折不扣、超爱孩子的好爸爸，会和哈比比一起洗澡，陪她说说床边故事。但是，他工作非常忙碌，可以陪哈比比的时间已经不多；如果再让他看到电视上回放那已经播过一万次的周星驰电影——他还是会看到入迷，忘了自己已经当爹了！

直到第一次带哈比比一起旅行，我和哈比爸才发现，原来在旅行之中，最大的收获是，我们拥有了一家三口，完完整整、亲亲密密的相处时光！

电视看不懂、电话不通、不带电脑，完全没有外因的干扰。旅行期间，我们其实被迫地，不但要朝夕相处，而且得过着“你眼中只有我，我眼中只有你”的假期。

但是，我们也因此知道了好多以前不了解的哈比比的需求；看到了更多哈比比可爱的模样；发掘出她更多面的个性。我和哈比爸在这段时间更感受到，哈比比和我们紧紧腻在一起的那种幸福与满足。

表面上看起来，是我们陪着哈比比一起探索这个世界。事实上她带给我们的收获，远超过我们的预期和想象。

我和哈比爸带着哈比比，目前为止一共出去旅行了 27 次。这其中，有自助旅行、跟团，也曾到美国长住，经历了多种形式的旅行方式。

还记得第一次准备带哈比比出国前，心里真的很紧张。不知道该准备什么，带些什么，吃的、喝的、用的、穿的……甚至，带哈比比这样的小婴儿出国到底是不是对的？心中有好多好多问号。

于是，哈比妈努力地上网、跑书店，试图多方面收集过来人或是专家的意见，找出一些参考数据。但是很意外地，这方面的信息真是少之又少。

哈比妈身边有很多朋友，家中也有小宝贝。每当大人们旅行，第一样放弃带的“行李”，就是宝宝。父母们对于“带婴儿旅行”这回事，心里都有种恐惧焦虑。即使鼓足了勇气，想带着宝贝同行，最后也过不了长辈关。

我觉得这样真的很可惜！不但放弃了和宝宝亲密分享的机会，也让宝贝失去了很多接触外界刺激的良机。其实这些历程，不仅是甜蜜的回忆，对于婴儿的成长，也有很大的帮助！

专家说，小婴儿两岁前的记忆，其实长大后就忘了。虽然宝贝们成长后不复记忆，但是这些经历，会进入小孩的潜意识里，对于他们的将来，有着非常大的影响。

而在和哈比比共度的一段段旅程中，我和哈比爸深刻地体悟到——其实孩子最需要的，只是父母亲全心全意的陪伴。

在哈比比当小学生的第一天，听到这本书即将改版，格外有意义。

三年前完成这本书之后，我们又进行了 20 次的国外旅行。我发现了北海道有不只一家超大型的亲子饭店。冰天雪地中，孩子们可以在室内享受两层楼的温水游泳池。里面不但包括了六个滑水道，还有漂漂河，甚至人造海浪。最让人难以置信的是，为了孩子的安全，两层楼的泳池，全部的游乐设施、池边、池底，都铺上了柔软的泡沫。

为了不让孩子们无聊，饭店大厅还有许多日本传统游戏摊位；吃饭时“小萝卜头”们一个一个排队上台“嘿咻嘿咻”捣麻糬，得意地拿着热腾腾的“作品”回来和爸爸妈妈分享。

我们也发现了大阪环球影城，和美国大不相同，超级适合所有大小朋友。里面有学龄前小朋友才能搭乘的小小云霄飞车，驾训场，以及各种只有小小孩能玩的可爱设施；还有梦幻棉花糖咖啡杯；史努比小飞机；Hello Kitty 和 Elmo 就在身边。对妈妈们来说，很重要的是，人真的不多，不太需要排队。

另外，比香港还近的冲绳，则是非常适合首次亲子旅行的好地方。一方面飞行时间短，另一方面干净的冲绳，美丽的沙滩，可以放心让孩子吃的美食，还有超大的水族馆，都很适合亲子同行。当然，妈妈们最爱的日本儿童用品，在冲绳到处都有大型卖场，可以买个痛快。

此外租车方便，导航清楚，在冲绳自由行非常轻松自在。很适合不想跟团，又带着孩子的家庭。有机会之后再和大家分享。

这本书是我在哈比比三岁前，全家一起去旅行的记录，以及透过旅行，亲子间的对话、成长与收获，与各位读者分享。

我最大的感受是，父母亲能给孩子最好的礼物，就是亲密陪伴。诚挚希望我们在孩子心中种下的都是爱的种子，是宝贝们成长过程中最重要的养分，也是他们探索这个世界最重要的支柱。

邱瑜青

目录

推荐序	忍不住一口气看完，并想推荐给父母的好书	IV
推荐序	瑜青的勇往直前，值得所有父母学习	VIII
作者序	旅行，让父母了解，孩子远比我们想得独立！	X

01 环游世界，起飞！ ——梦想的种子，开始萌芽……

· 新生命的到来	3
· 两岁前，开始培养梦想	3
· 准备出发！	5

02 首尔初行，“解救”父母 ——让孩子学习和他人相处

· 行前准备小窍门	10
· 跟着宝宝享受“方便”	16
· 学习自己适应环境	17
· 首尔惊魂记	19
· 为了血拼……迷路了	22
· 因为孩子，获救了！	24
· “黄金”子弹列车	26
· 竟然害怕“裸女”	29
· 六个月，第一次泡温泉	30
· 宝宝是最佳代言人	33
· 亲子韩国行建议	37

03

在东京，迈开人生第一步

——改变环境，激发婴儿的学习力

- 竟然忘了带…… 43
- 难忘的第一次走路 47
- 成长，在旅行时发生 51
- 游泳对婴儿的好处 52
- 克服对泡汤的恐惧感 53
- 引导宝贝尝试新事物 56
- “哈比比树”快长高 57
- 亲子日本行建议 60

04

去香港，做会血拼的宝宝

——用心计划，旅行不需要花大钱

- 不可忽视的婴儿车 65
- 全家享受美食 66
- 婴儿车罢工了 67
- 海洋公园中的意外收获 70
- 体验购物天堂的魅力 71
- 亲子香港行建议 78

05

洛杉矶之旅，学会“尊重”

——“为他人着想”的重要一课

- . 长住前的准备 84
- . 和“把拔”第一次长期分离 85
- . 长途飞行的注意事项 86
- . 楼梯“帮大忙” 87
- . 越来越喜欢新环境 89
- . 母女爱美大作战 91
- . Who's on duty? (谁在负责?) 93
- . 在美国打小孩?! 95
- . 东方受虐儿?! 97
- . 暂时离开家是值得的 99
- . 婴儿也需要被尊重 101
- . 重视小小人权 103
- . 同龄人的鼓励最有效 104

06

在香港和圣迭戈，对抗酷暑

——开心学习，不只要考虑花销

- . 迪士尼的魅力降低了 113
- . 户外游玩，别忘考虑天气 116

07

到澳门，做个超级公主梦

——选择好玩的饭店，快乐度假

- . 梦幻候机室 123
- . 善用信用卡优惠 125
- . 印象深刻的三天公主梦 126
- . 亲子澳门行建议 129

08

行走名古屋，就要做“大人”

——小小行李箱可增加参与感

- . 保暖的神奇法宝 133
- . 学习自己整理行李 134
- . 我不是“小人”了哦 136
- . 有长羽绒外套，再冷也不怕 138
- . 幸运的旅行开始 140
- . 就是要和阿妈睡 143
- . 榻榻米上的可爱笑容 146
- . 从害怕到喜欢泡汤 147
- . 再来踩雪好不好？ 149