

(丹麦) 海勒·海克曼 (Helle Heckmann) 著

吴秀玲 云晴 曹哲 译

华德福户外幼儿园

儿童的花园

Childhood's Garden & In the Garden

华德福户外幼儿园，是宏观世界的微观缩影，是儿童感悟生命的乐园
海勒·海克曼创办了世界著名的诺肯华德福户外幼儿园



天津出版传媒集团



天津教育出版社

TIJIN JIAOYU CHUBANSHE

(丹麦) 海勒·海克曼 (Helle Heckmann) 著

吴秀玲 云晴 曹哲 译

华德福户外幼儿园

儿童的花园

Childhood's Garden & In the Garden

天津出版传媒集团



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

版权登记号: 02-2011-266
图书在版编目 (C I P) 数据

儿童的花园 / (丹) 海勒·海克曼著; 吴秀玲, 云晴, 曹哲译. -- 天津: 天津教育出版社, 2016.12
ISBN 978-7-5309-8005-7

I. ①儿… II. ①海… ②吴… ③云… ④曹… III. ①儿童教育 IV. ①G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 045680 号

In the garden- to play is to learn © Published by Isis and Helle Heckmann, 2012.
www.forlagetisis.dk

儿童的花园 儿童的养育与观察

出 版 人 刘志刚

作 者 (丹麦) 海勒·海克曼

译 者 吴秀玲 云 晴 曹 哲

责任编辑 田 昕

特约编辑 钱 健

装帧设计 九章文化

出版发行 天津出版传媒集团

天津教育出版社

天津市和平区西康路 35 号 邮政编码 300051

<http://www.tjeph.com.cn>

经 销 新华书店

印 刷 三河市华晨印务有限公司

版 次 2017 年 5 月第 1 版

印 次 2017 年 5 月第 1 次印刷

规 格 16 开 (787 × 1092 毫米)

字 数 93 千字

印 张 12

定 价 48.00 元

孩子不仅给我们带来了快乐，
更重要的是他们把我们重新引入真、善、美的世界



海勒·海克曼

出版说明

《儿童的花园》包括两个部分：儿童的养育和儿童
的观察。

第一部分“儿童的养育”。本书作者撷取了0到1岁的
宝宝在成长过程中容易发生却又常常为人忽视的几个方面，
对新手父母提出了切实有效的建议，比如出生的体验、婴
儿“自我”意识的建立、父母陪伴的重要性和有效性等等。

第二部分“儿童的观察”。如何在大城市的水泥森林中
为孩子营造一片世外桃源，是本书作者二十多年职业生涯
孜孜追求的目标。这部分以花园活动为基础，阐述为孩子
创造一个良好活动环境的重要性。户外活动对于一个孩子
的成长是至关重要的，从大自然中孩子能够感受到生命的
魅力，使身心得到滋养。

本书的作者是来自丹麦的海勒·海克曼女士，她在哥本哈根的诺肯幼儿园工作了二十多年，不仅具有丰富的儿童教育经验，而且根据儿童的成长发育情况提出并践行了“花园活动”的理念。本书是她的《儿童的养育》和《儿童的花园》两本小书的合集。我们将两本书重新编排整理，合并为《儿童的花园》，以飨读者，以期让读者获得更丰富的阅读体验。

前言

在过去的两年内，我几乎走遍了全世界，参观了许多地方的托儿所、幼儿园、小学等教育机构，也拜访了许多幼教工作者。我发现越来越有必要给家长们一些建议，即关于如何更好地照护孩子们每天的生活，给孩子一个健康自然的成长环境。

—

世上许多事情说起来似乎很简单，但真正做起来却非常复杂。在本书的第一部分，我会尽最大的努力来讲明与孩子相处的五个重要元素——照顾、活动、饮食、睡觉、穿衣。每一个元素都不可或缺，它们相互依存、相互配合，并融为一体。

父母应该如何陪伴孩子的成长？这个其实并不难，只

要听凭天性的指引就可以了。每个孩子的成长过程就是学习的过程。在人生的最初七年，孩子从观察并无意识地模仿，到学会思考并有意识地模仿，父母和孩子一起体验到生命的教育意义。父母不仅要有更高的自我认知和约束，同时还要有强大的内心，给予孩子更多的信任，相信他们有能力通过模仿来实现自我成长。

孩子的游戏要随着他们年龄的增加而有所不同，无论哪个阶段，户外活动都是不可或缺的。父母需要引导孩子去观察自然中的花草、昆虫和小鸟，同时还要引导孩子和不同年龄的伙伴一起玩游戏，这些和真实生活密切联系的活动可以更好地帮助孩子感知世界，提升社交能力，懂得如何配合，如何领导，如何交流，由此孩子才能树立健康的自信心，更顺畅地融入到现实世界中。

二

本书第二部分不仅是写给教育工作者、家长，也写给

那些希望和孩子们一起探究花园秘密的人们。这些人将通过他们的观察来探讨教育的目的以及孩子们在儿童花园活动的可能性。在儿童花园活动这个领域里，二十五年的亲身经验是我写作这部分的基础。

在二十五年的工作之中，我曾和孩子们在一个真正为他们而设的花园里一起成长。这部分收录了这个神奇而多彩的园子的大量照片。我们的鲁道夫·斯坦纳诺肯幼儿园，位于哥本哈根西北区，招收1至6岁的儿童。在首都城市的中心，花园很难有足够的发展空间，在我们幼儿园的附近没有森林、河流或是海滩，于是我们决定自己在园内为孩子们创造出一片自然的、激动人心的、充满滋养的户外空间。

从外表上看，诺肯的花园和周围的房子并无很大差别，它不标新立异，也不算醒目。走进一扇木门，沿着房子旁边一条狭窄通道，不知不觉就来到了园子当中。在哥本哈根这样的大城市里，居然还能找到这样一个园子是十分难

得的，我们在园子里面养了鸡，种了果树，挖了沙坑，还种了许多蔬菜。园子里有几个工作台，大人们可以在工作台旁随意站立，或是干些什么。

站在工作台旁去观察或是感受整个园子是最棒的，大人是孩子们的依靠，孩子们围绕在大人周围感觉十分安心。这里有许多树木，茂盛的树冠在沙坑上铺开绿荫，可以遮挡阳光。大人们在工作，孩子们在花园各处专心地玩耍，有的安静地待在角落，有的则去爬树。初进花园的人总会很快感受到，花园的气氛很特别。早晨父母送孩子入园时常常会多待一会儿，就为享受这一刻静谧温馨的时光，暂时忘记生活中的烦忧。

从不可见的成长，到冒出地面，植物的枝叶努力地朝着天空的方向伸展。衰败，则在一片枯萎的树叶或一只死去的甲虫身上显现。花园就像整个世界生命周期的缩影，在此孩子们能够观察到从生到死，生命的轮回。

在世界各地旅行时，我体验过不少大城市中的“生命的绿洲”，当地的教育工作者用尽全力为孩子们创建一个花园，这真的不容易。在曼谷，阿帕斯坚守着她们家的园子——尽管已经被摩天大楼包围。如果放弃这块土地，她会得到不菲的报酬，但她没有这么做，因为她坚信孩子们需要儿童花园。在圣地亚哥，马塞拉创建了一个叫安凯拉的园子，这个园子是鸡和羊的家园，通过这个园子，孩子们在城市中就可以感受到一些自然的生趣。在墨西哥的巴耶·德布拉沃，斯韦亚创建了一个巨大的生态可持续园。当地居民在花园里种植有机蔬菜并在市场上出售；花园里的动物养殖也有产出。孩子们的日常工作是饲养动物和除草。他们的食材都从园中获取，烹饪则在室外厨房的木炭炉或黏土炉上进行。

世界上还有很多这样奇妙的地方，在那里孩子们从事着力所能及的有意义的工作，超越狭隘、短视，有勇气坚持“孩子在童年时期需要简单而有意义生活”的理

念，与主流观念有着碰撞。一个儿童花园就如它的名字所意味的那样，能够比一个普通园子为孩子们提供更特别的体验。孩子们会以更美好的方式来和大自然建立亲密的联系，学习如何在其间行动和感受。整日的户外生活能帮助孩子们学习到很多关于自己、关于生命以及关于大自然的知识。相比其他形式的户外生活，儿童花园的奇妙之处在于教养——孩子们可以模仿大人日常带有目标性的工作。这种日常的重复工作，慢慢地会带给孩子们对生命周期的自然理解。我坚信，这种通过实际工作带来的“抓住生命本质”的理念，将在未来为孩子们对生命的理解打下坚实基础。

三

最后，在这里我要感谢罗德里戈（我的园丁和朋友），当我写作时，他帮我处理周遭的工作，非常耐心地倾听我

的所有问题，并跟我谈到他的家庭生活对他的重要性。

感谢多尔德帮我编辑和添加标点（这对我来说是个不可能的任务），并且给了我很好的反馈。

感谢威廉坚持不懈地帮我摄影、编辑、剪切和传输。

我亲爱的同事耐心地容忍我突如其来的点子和絮絮叨叨的发言。

在准备搬家和生小孩期间，蒂娜和丹娜还带着微笑以极大热情完成了整本书的英文翻译工作。

我想要感谢所有的家长和同事，她们敞开家门欢迎我，为我做了美味的食物。不管是作为一个普通人还是一名老师，你们都给予了我相当真切的鼓励。

在诺肯幼儿园工作的二十多年间，我要感谢陪伴幼儿园一起成长的孩子、家长和老师。因为在今天这个时代，能逆潮流而行，对家长们而言需要莫大的勇气。但最重要

的是，我要感谢孩子们。谢谢你们给我真诚的爱，谢谢你们给我们的生活带来欢乐。没有你们，生活将会多么枯燥乏味！

海勒·海克曼

2016 年 11 月

目 录

第一部分 儿童的养育

一个生日故事 / 003

你是谁? / 009

父母的角色 / 015

出生的体验 / 021

0 到 1 岁孩子的身心成长 / 025

童年的陪伴 / 037

中心和安全感 / 043

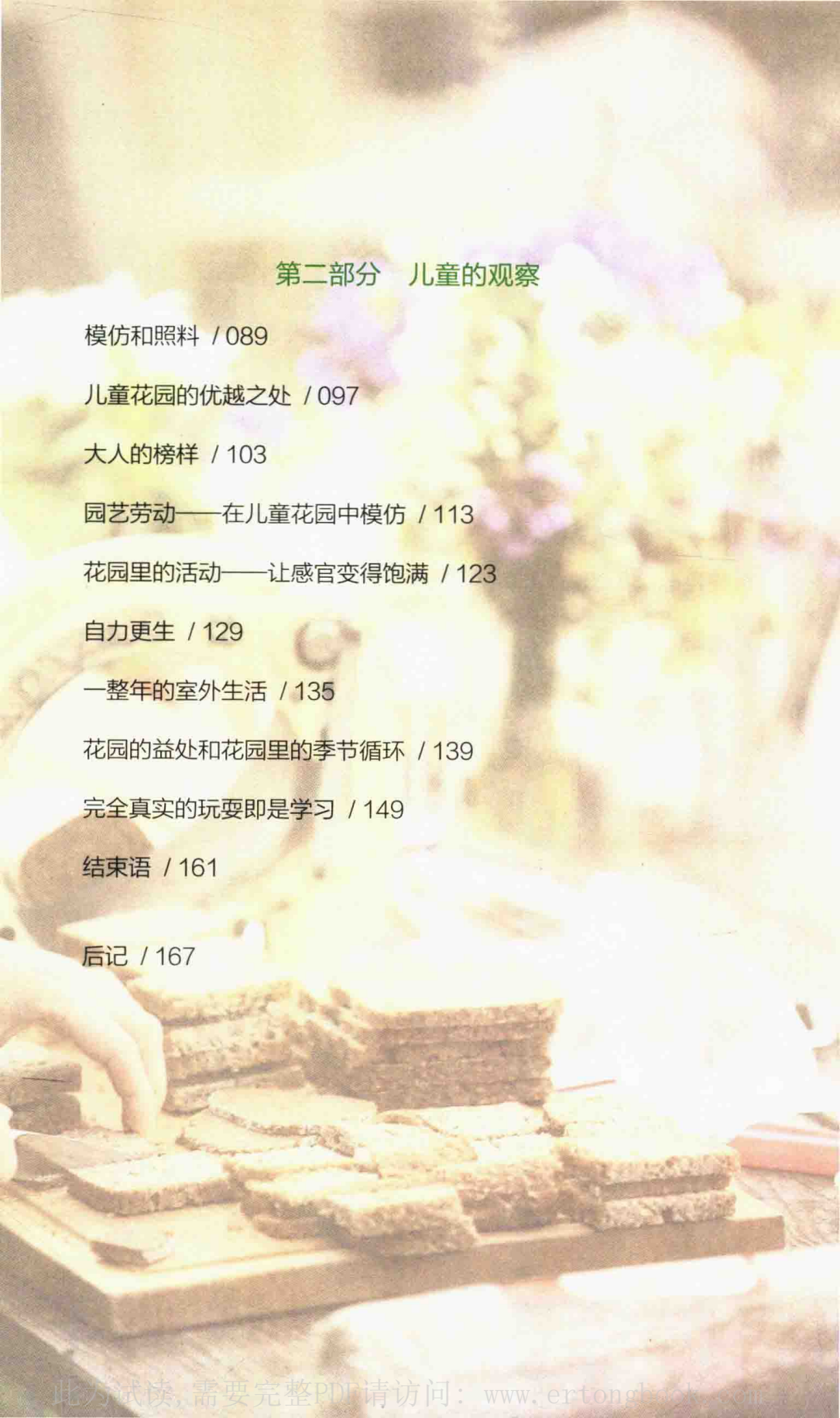
探究与界限 / 051

活动的重要性 / 059

建立良好的饮食习惯 / 065

合适的衣着 / 073

母亲 / 081



第二部分 儿童的观察

模仿和照料 / 089

儿童花园的优越之处 / 097

大人的榜样 / 103

园艺劳动——在儿童花园中模仿 / 113

花园里的活动——让感官变得饱满 / 123

自力更生 / 129

一整年的室外生活 / 135

花园的益处和花园里的季节循环 / 139

完全真实的玩耍即是学习 / 149

结束语 / 161

后记 / 167