

# 《带着爸爸去留学》热播 妈妈才是“海外陪读”主力



今日女报 / 凤网记者 章清清

对很多人来说，“陪读”并不是一个新鲜词。近日，随着家庭关系剧《带着爸爸去留学》电视剧的热播，人们对“海外陪读”却多了几分好奇和关注。今日女报 / 凤网记者了解到，近年来随着低龄海外留学热的升温，其实在长沙也有不少在海外陪读家长，不过以妈妈居多。陪读妈妈在国外会经历一些什么？语言沟通难题、与孤独为伴的困境、文化差异问题，还是更重要的教育观念挑战呢……来看看她们的故事吧！

## 短期陪读：比在国内做“陪读妈妈”轻松

在长沙媒体行业工作的俏俏说，自己不算是典型的“海外陪读妈妈”，应该叫“随读妈妈”。三年前，因为丈夫受邀去英国东部城市诺里奇做访问学者，她带着女儿随他在海外生活了一年。

俏俏的女儿当时在国内读三年级，到了诺里奇后插班到了当地的小学四年级。

“在国内，家长平时聊的都是孩子上了几个培训班啊，成绩如何啊等等，在英国完全没有这种氛围，家长们谈论比较多的是，自家孩子参加了什么

体育项目或者是艺术类培训，有没有兴趣等。”俏俏说，学校没有统一的教材，孩子每天早上就是背着一套运动服和一双运动鞋去学校，家长在图书馆给孩子借阅一些书籍。平常上课，孩子们一般都是几个同学围坐在一张大课桌旁，回答问题很多时候是以小组为单位。一个学期会组织孩子出去旅游，当然，以自愿为前提。当时八岁的孩子就有很多同学带睡袋在博物馆住了一晚。

更让俏俏惊讶的是，英国小学生平时没有家庭作业，只

在周末老师会布置一张 A4 纸大小的作业给孩子带回来，作业也更有创意，写报评或者是做什么模型或者以画画的形式呈现，选择的余地比较大。因为担心一年后孩子回国会跟不上上班级的课程，俏俏买了一些教辅材料带过去，也请老师发了一些同学考试的试卷让女儿检验自学掌握程度。

“回想起来，那是做了一年最轻松的陪读妈妈，所以，现在还会时常怀念那段时光呢！”俏俏笑着说。

## “成长式”陪读：和孩子一起攻读学位

相对俏俏短期陪读的清闲愉快，有些长期陪读的妈妈就选择和孩子一起在国外攻读学位，与孩子一起成长、共同进步。

40岁的丹丹曾是长沙一家女性杂志的编辑，为了陪14岁的儿子到美国茱莉亚音乐学院学钢琴，5年前她辞去了工作，当起了陪读妈妈。

平素，在接送儿子上学和带儿子参加各种钢琴演出之外，丹丹也会到美国各地参观一些艺术展览，由此让她对设计萌生了兴趣，她选择在一所大学攻读艺术设计学学位，如今已经毕业了。

回忆起自己上学的经历，丹丹说，一开始也很辛苦，因

为年纪大了英语不好，首先学英语就花了很长时间，另外还有儿子的学业要操心。不过，国内的丈夫对她无条件的支持，让她后顾之忧，也有了更大的动力。“我很享受学习过程，能和儿子一起学习成长，感觉很充实很开心，而且，我的人生也有了更多的选择”。

## 海外陪读的苦乐：一切是为了孩子

据记者了解，2018年，我国出国留学人员总数达到了为66.21万人，如今随着出国留学呈现出“低龄化”，家长们既想早点送孩子出国，又担心孩子年纪太小，孤身在外照顾不好自己，于是“陪读妈妈”的群体越来越壮大。

岳阳妹子、摄影师罗娟曾在海外留学工作生活多年，接触过许多海外陪读的妈妈。她说，在美国和加拿大的华人圈子里有很多陪读妈妈，独自负责孩子的接送、饮食起居和

课外活动安排。

“如果英语不好，只能跟华人圈里面的人交往，加上时差，遇到困难，也不能第一时间与国内亲人交流。”罗娟说。

邵阳人蒋莉莉也有海外陪读经历。“在海外陪读的家长中间，8成是妈妈。”在她看来，这些陪读妈妈经济条件都很优渥，但普遍都有因语言导致的社交障碍以及难以摆脱的心理孤独问题。

陪读妈妈还容易遭遇家庭情感变故的风险。俏俏告诉记

者，她在英国就接触过一个妈妈，她原本陪女儿在英国念书，丈夫在国内出轨。后来，她干脆离婚移居到了英国。

不过，罗娟告诉记者，多位陪读妈妈都会聊到，陪孩子在海外读书后，在她们看来对孩子的获益是最大的：首先是增进了亲子关系，另外，可让孩子多了解世界。这些也是很多家长愿意放弃原来的朋友圈和生活环境，背井离乡来陪读的原因。

## 亲子宝典

### 咳嗽多忌口？许多没依据

文 / 尹芳（湖南省儿童医院呼吸一科）

网上说咳嗽要忌口，这不能吃那也不能吃。比如，有人会说孩子咳嗽不能吃鸡蛋、海鲜，因为这些食物易导致过敏，会引发反复咳嗽、喘息等。其实如果孩子对鸡蛋、海鲜过敏，不论是否咳嗽，都尽量别吃；如果不过敏，不论是否咳嗽，都可吃。也有人说，咳嗽不能吃甜的、不能喝牛奶、不能吃肉等，这些都无科学依据。其实，我们要多关注一下孩子为什么会咳嗽，是不是周围有二手烟？是不是吃了过敏食物？是不是感冒引发咳嗽？而不是关心需要忌口什么。

### 宝宝湿疹一岁半后大多会自愈

文 / 刘超宇（湖南省儿童医院康复一科）

0-6个月的宝宝长湿疹是很普遍的现象，通常出现在宝宝的面部、额头、眉间和头皮等部位，严重时躯干和四肢也会有。但不用太担心，1岁半后大多数会逐渐自愈。对于轻度湿疹，也就是宝宝皮肤只有点变红，脱皮，或只有几个小疹子的情况，使用润肤品给宝宝皮肤做好保湿工作，就能很好地控制症状。对于中重度的湿疹，则要在保湿的同时，遵医嘱使用中弱效的激素药膏，如氢化可的松乳膏、布地奈德乳膏，这些虽然是激素药膏，但短期合理使用是安全的。

### “肌肤饥饿症”是什么

文 / 李阳（湖南省儿童医院重症医学一科）

婴儿“肌肤饥饿症”，顾名思义，婴儿的肌肤患上饥饿症。人类有一种天生的特殊情感需求，也就是互相接触和蹭摩。这种需求被称为“肌肤饥饿”。长期缺少被爱抚和拥抱的宝宝在身体和精神上都会出现问题：1、出现食欲下降，身体发育也会受到影响；2、经常得不到大人的关心，缺少肢体接触的宝宝还会出现智力发育缓慢的现象；3、患上心理健康问题：长期的“皮肤饥饿”，宝宝会变得沉默少言，孤僻冷漠，胆小自卑，有的还会患上“恋物癖”。

### 宝宝新辅食要防过敏

文 / 范超（湖南省儿童医院消化营养科护师）

对于给宝宝添加新辅食，还有什么要注意呢？新食物最初的添加量最好控制在一小勺，一来观察宝宝对口味的喜好程度，二来观察有无过敏反应或其他不适反应。之后的第二天第三天都要继续少量添加，没有异常则第四天可添加另一种新食物。在添新食物时，之前只是偶尔、不连续地吃过一两次的食物，就先不要跟新食物同一天吃，避免万一有不适应的时候没办法辨别到底是哪种食物惹的祸。每次添加新食物时必须少量且单一添加，细心观察宝宝有无过敏反应。

### 怎么给孩子涂爽身粉

文 / 黄蓉（湖南省儿童医院感染科）

夏天到了，孩子一出汗就全身黏腻，还容易长痱子，非常痒。所以，每到夏天，妈妈们都拿出爽身粉来对付孩子的痱子。洗完澡后，给孩子扑上厚厚的一层，皮肤立马变得舒服了。但是，爽身粉容易吸水，吸水后形成颗粒状物质，导致皮肤发红糜烂。洗完澡后给孩子扑过多的爽身粉，待会孩子流汗了，就会阻塞汗腺，导致摩擦发红，甚至产生皮疹。要购买不含滑石粉的爽身粉，且在使用时对孩子全身轻轻扑撒，尤其扑撒重点部位，如臀部、腋下、腿窝、颈下等。

### 教你一招，给孩子排痰

文 / 何芬芳（湖南省儿童医院呼吸二科）

咳嗽本身不是疾病，反而有利于将气道内的黏液和异物清除掉，所以一般不要马上止咳，而是帮孩子及时祛痰，因为痰液会堵住气管导致细菌感染发展成肺炎。家长可能不知道，给孩子适当喝点温水，是最简单有效的排痰方法。1岁以上的孩子还可以喝点蜂蜜，每次喝2-5ml这样的量，也可以喝点汤、稀粥等温热的流食，都有助于湿润喉咙、稀释痰液、促进排痰。还有一种简单的方法，就是把孩子带到有蒸汽的浴室里待上10分钟左右，等呼吸道湿润后，痰液就比较容易排出。