



文/羊城晚报记者 孙唯 实习生 马秀岩 徐思琦
图/受访者提供

“爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。”中国传统佳节——春节将至，千家万户都在忙碌着给家里装点上红火喜庆的颜色。在外拼搏奋斗的游子会在每年的这一刻回到温暖的家，吃一顿团圆饭，聊一聊旧年事。

然而，今年的部分海外学子由于课程冲突、疫情防控等原因无法回国。身在异乡，心念祖国，疫情之下，他们也通过各自特别的方式贺新春、过大年。让我们一起去看看。

学业+疫情防控，留学生回国过节难

国内的春节与国外的课程安排时间冲突，是不少留学生无法回国过年的主要原因之一。除了学业原因之外，疫情防控也是留学生们回国过年的拦路虎。在疫情背景下，留学生们回国返乡的经济、时间成本普遍都比较高。

留学澳大利亚悉尼大学的麦咏诗已经有两年没有回家过年了。“虽然国内过年时，也正值我们学校的假期，但因为今年澳大利亚的边境才刚开放，机票非常贵而且短缺，加上回国后起码要隔离21天，算起来，回国一趟的经济和时间成本都很高。最近澳大利亚的疫情也非常严重，坐飞机也有一定感染的风险，所以我选择留在澳大利亚过年了。”麦咏诗表示，她很想念国内的家

人和朋友，想念家乡的美食，想念春节的热闹气氛。Alma在瑞士的日内瓦高级国际关系学院留学，今年是她第二次无法回国与家人共度春节。“主要是因为航空停运的原因，就算能买到机票，价格也特别贵。”Alma说道。不过即便如此，她也提到，自己和家里人都是用比较平常的心态来对待这件事情，“其实当时出国的时候，就已经作好一年回不了国的准备，更何况现在还有疫情的阻碍。虽然父母肯定希望我回去，但他们更多地表示了理解。”



文/羊城晚报记者 崔文灿 实习生 何昕雨

今年春节，是《中华人民共和国家庭教育促进法》颁布的第一个春节。“相机而教，寓教于日常生活之中”是《中华人民共和国家庭教育促进法》中提及的教育方式方法，契合“生活即教育”的思想，也是家庭教育的重要特点。生活中，尤其春节期间是家庭教育的大好时机，也是绝大多数家长每年亲子陪伴密度最高的时候。家长们可以把握这个契机，充分利用好各种资源，做到相机而教。

本期“上好人生第一课”，我们邀请到两位家长现身说法，还有家庭教育专家为您支招，手把手教您寒假如何“依法带娃”。

春节期间 亲子共处言传身教家庭教育好时机

言传身教 了解春节期间不同场合的礼仪和规矩

春节期间，走亲访友，家长们带着孩子参与不同的社交场合，是对孩子进行礼仪教育与社交引导的契机。昌乐小学四年级一班尤天博同学的妈妈表示，由于孩子与亲戚并不是十分熟悉，所以去亲戚家里做客或有客人到访前，她都会先告诉孩子父母与对方的关系，以及对方与孩子曾经有过的互动。“让他跟对方之间产生亲情的链接，让他觉得这是一个曾经跟我相关联的人，先奠定一个心理基础，这样他对这个陌生人就

没有那么排斥。”

尤妈妈还提到，她会教给孩子春节期间不同场合中的礼仪和规矩。例如，在去别人家做客时，不能随意翻看对方家里的东西，在得到礼物时要表示感谢等；在别人来自己家做客时，要帮父母招待客人，并照顾同来的其他小朋友。尤妈妈也非常注重对孩子餐桌礼仪的教育，告诉孩子在饭桌上不能只挑一个菜来吃，夹菜时不能来回翻找，不能够边吃饭边看手机等。她强调，

家长也要以身作则，“孩子的很多问题，其实就是家长自己身上所存在的问题的投射，孩子是家长的一面镜子。”

昌乐小学四年级三班陈卓同学的爸爸会鼓励孩子参与节前大扫除以及购买年货的活动。陈爸爸表示这也是家风教育的一部分，目的是希望能够培养孩子的独立能力，并且让孩子了解父母在春节前需要完成的事情，明白自己有分担家务的责任和义务。



年夜饭是除夕夜的保留节目

专家解读

利用好春节资源，相机而教

春节，我们可以和孩子一起商量需要购置的年货，可以带上孩子共同选购，可以让孩子帮忙推车、拎东西，可以请孩子帮忙算算价钱……在此过程中，既可以培养孩子解决问题的能力，又可以给孩子带来价值感和成就感。

我们可以和孩子一起了解春节各地习俗，培养孩子的家国情怀和孝亲敬老的思想。通过一起准备春节，了解广州或者自己家乡的风土人情；了解虎年和生肖的相关知识，了解春联的来历和寓意。通过压岁钱这一习俗，引导孩子知晓压岁钱蕴藏的意义，感受长辈对晚辈的祝福、期望、激励，在此过程中激发孩子们的感恩之心。

本期专家：广州市天河区昌乐小学校长，广州市郑蕙家庭教育名师工作室主持人，广东省家庭教育工作室主持人 郑蕙

通过压岁钱的管理和使用培养孩子理财意识和合理开支、勤俭节约意识。

今年，神舟13号中国空间站的三位航天员都在太空过年，这是第一次有人在太空过春节。这又是一个绝好的教育资源，我们可以和孩子共同关注！在此过程中，家长的评论、崇敬、赞誉会给孩子带来对中国航天事业的自豪感，对太空的好奇、敬畏、向往……这是最好的励志教育教材，而且润物细无声。

冬奥会，也是这个春节期间最吸引的内容。家长可以和孩子一起了解在世界疫情依然严峻的形势下中国政府和冬奥会组委会为举办这一盛事付出了哪些努力，作足了哪些准

备；运动员要取得成绩需要付出怎样的努力，如果没有获得奖牌如何对待……在此过程中，激发孩子的自豪感、社会责任感，引导孩子感受顽强拼搏的体育精神，学会如何面对成功、接受失败……

你期望孩子成为怎样的人，你首先应该成为那样的人。春节期间，对于上班一族的家长而言是难得的闲暇，更是一次难得的亲子陪伴时光，时时、处处、事事都置身于孩子的眼中。因此，首先要做自己。引领好家风，拥有好家教，建设好家庭，关键在于家长！

身在异乡，心念祖国： 留学生的虎年春节怎么过？



最励志 除夕也要上课，在学习中迎接虎年

小白同学目前正在加拿大留学，她所在的滑铁卢大学今年计划将课程转为线下教学，时间安排正好对应着国内的过年时段。她对记者说：“上一年因为疫情的原因，我在国内待了一年，重返校园后刚好在一到四月份都安排有课，所以没办法回国

过年。”所以，她的虎年春节要在忙碌的学习中度过了，包括要完成大量的作业以及准备期中考。

同样的，刚到英国三个月，就读于格拉斯哥大学的王语（化名）也提到，现在学校的第二学期已经开始了，并且在国内的除夕当天她还

有两节课需要上。“这是我第一次在国外过年。不过在出发前，我就已经做好了今年不会回国过年的打算，家里人也表示理解。”王语说道。由于她读的是一年制硕士，离家时间不长，所以她现在只期盼着今年毕业后可以顺利回国。



学的Sophie准备逛逛街、拍拍照、蹭蹭年味儿。同公寓的中国留学生会选择一起做年夜饭、包饺子等，也会互相送一些贺卡和祝福。

新加坡有很多的华人，过年氛围比较浓厚。赵天翼说，新加坡有两天的华人新年的假期（正月初一和初二）。身边的中国学生在节日里会组织一些活动，比如聚会、做饭，打麻将之类。

最经典 吃年夜饭、看春晚、打麻将……

宴请朋友、做年夜饭、看春晚等是留学生一些比较常见的过年方式。娄珈玮就读于加拿大温哥华的西蒙菲莎大学，她表示以往在国外过年更多的是和中国留学生朋友一起做饭、聊天，也会和大家一起看春晚。但今年受到疫情影响，只能简简单单和两个朋友一起过，不能太多人聚集。她介绍，加拿大各大高校中国学生学者联合会将联合举办春晚，也会邀请明星来庆祝春节，很多中国留学生或者社团会准备节目上台表演。

南洋理工大学的赵天翼表示自己是第一次在国外过年，他已经预订了送到家的年夜饭，到时候也会去中国超市买点食材，在家里做顿饭，在当地疫情防控规定允许的规

则内，邀请朋友们到家里吃年夜饭，一起看春晚。

麦咏诗则很想念和家人逛花市、吃年夜饭、看春晚、收红包等广东人过年的习俗。她向记者分享了之前在国外过年的经历，“去年除夕的时候，我跟室友买菜，一起做了年夜饭，然后晚上一起看春晚。初一的时候我们到一个露天电影院做志愿者，也看到广场上有很多过年的装饰，比如灯笼和生肖图案，后来也有舞狮的活动，其他国家的志愿者们也会跟我们说新年快乐。”麦咏诗说道，因为今年疫情比较严重，可能无法外出参加活动和聚会，应该会在家里和朋友们聚一聚，一起做一个年夜饭。

留学于英国伦敦国王大

最使命 担当中华文化传播大使

在海外过“中国年”，中国留学生无意中还扮演了中华传统文化传播大使的角色。Alma分享了一段在国内外过年的经历。“2019年我去智利做交换生，刚好是中国过年期间，但是那边是南美洲，季节是相反的，天气很热也没有过年的气氛，当时就想不庆祝了。但是后面跟大家聊起中国新年，智利人就特别的兴奋，询问关于春节的各种问题，我就跟他们介绍说这是中国最重要的节日，还给寄宿家庭的智利人看国内过年的照片，那一刻突然激起了我的兴致，当时就地取材，做了几样比较特色的中国菜，这对我来说很有意义。”

鲁杰向记者介绍道，他

所在的南洋理工大学也组织了不少活动，比如在学校的体验厨房教大家做汤圆，还有关于中国古琴的线上讲座等，能够让华人和世界各国的同学感受到春节的氛围。

娄珈玮表示，随着中国留学生的增加，加拿大过年的气氛也是一年比一年浓。从五年前只有 Chinatown（中国城）有春节庆祝活动，到现在各大商场都会摆上 Happy Chinese New Year（中国新年快乐）之类的庆祝海报，“我感受到了加拿大对于各种文化之间的包容和融合，其中少不了中国人民的团结力量，不断向外国朋友展示中国文化，让更多人接触并且认识到春节以及各种庆祝活动。”娄珈玮说。



在这个专属于中国传统的节日里，自己会想去寻求自己的根。”Alma说，深植在心中的文化认同会让自己的时刻铭记中国人的身份，也正在这些时刻，自己能感受到温暖的文化归属感，虽然离家在外，却更加渴望地想去多认识一点、多了解一点自己的祖国文化。

最催泪 独在异乡反而更想过中国节

“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。”对于不少留学生来说，在异国过春节的经历是种特别而新奇的体验，这样的时光使得他们在思乡之余，也对祖国文化有了新的感受与收获。

很多留学生都有一个共同点，就是在国内从来不过传统节日或节气，但到了国外都会想方设法过一过。比如到了冬至的时候，就一定要自己包饺子，甚至腊八都要去中国超市采购，哪怕那些些原材料在当地卖得很贵，也要买回去煮腊八粥。”王语认为，这对于很多人来说是思乡情结的寄托。在她看

来，对于大多数留学生而言，自己的家才是最令人怀念的地方。

体验过在国外年后，麦咏诗说：“很多人觉得在国外，年味可能会很淡，没有家人朋友在身边，会缺少热闹氛围。但其实在悉尼的时候，我会更加认真、更加用心地去过年。因为离家很远，所以才会特别珍惜那些与家有关联的东西，而农历新年正好承载了我们这一份情感。”

Alma谈到，身为留学生的自己愿意怀抱着开放的心态去接触国外的文化，感受不同的环境，“但每到过年，

