

# 贝壳探索营

---

## 品牌手册

2024



|             |    |
|-------------|----|
| 1.关于贝壳探索营   | 3  |
| 2.愿景和使命     | 4  |
| 3.价值观       | 5  |
| 4.核心方法论     | 6  |
| 5.营期设计理念    | 7  |
| 6.行为准则      | 8  |
| 7.组织文化      | 9  |
| 8.教练成长路径    | 10 |
| 9.营期产品      | 11 |
| 10.营期主要工作岗位 | 12 |

# 1.关于贝壳探索营

贝壳探索营成立于2017年8月，是一个专注青少年自然教育的机构，擅长设计、策划、组织野外环境中的自然教育活动，以具有地域性和文化性特征的户外探险为主要行动风格。

创立至今，贝壳探索营已在不同国家和地区的高山、湖泊、草原、沙漠、森林、河流、海岛等野外环境，带领和执行了100多次营期活动，陪伴了超过2000位6-18岁的少年，帮助他们安全探索自然、亲近荒野的同时，在真实的经历中发掘天赋、磨砺品质，最终在身体和心智层面收获成长。

## 品牌LOGO及其涵义

Logo由一大一小两个蜘蛛螺（贝壳的一种）组成，分别代表教练和孩子。小贝壳在前展示着充满骨刺的外侧，大贝壳在后露出柔软的内侧。寓意孩子年幼却无畏、充满冒险的勇气，而教练则在身边温柔的引领和陪伴着他。两个蜘蛛螺的骨刺朝向一样，表示少年在行动中模仿教练，但两个螺纹的旋转方向是相反的，意味着少年的性格和思想并不需要跟教练一致，他可以很独立、并有着自己的鲜明特点。“怀着顽皮的心探索世界”，指教练要永远怀着一颗天真的童稚之心，陪伴孩子们一起探索多彩的大自然和这世界。



## 2.愿景和使命

### 我们的愿景：

成为一所孩子们喜欢的、没有围墙和束缚的自然学校

### 我们的使命：

让教练成为家长、学校之外陪伴青少年成长的“第三根支柱”；

让荒野成为家和学校之外青少年们安全、自由的“第三空间”；

唤起孩子们对自然的感受力和好奇心；

唤醒孩子们内在的自然和生命的活力；

让都市的孩子们，每周至少有半天可以和大自然在一起。

最终带领和陪伴10万名青少年，在荒野力量中野蛮成长。



# 3.价值观

## 共建的“部落”

贝壳探索营是一个由喜欢孩子、热爱大自然的户外探险家、自然教育家、博物学家等专业人士与家长和孩子们共同构建的部落。在这个部落里，我们教练是那群经验和技能较为丰富的“大孩子”，而不是家长或老师那样的权威。教练不控制和教训孩子，而通过真实自然、不伪装不逃避的言行，给孩子们树立一个可信任和跟随的榜样。

## “自然”的教育

我们尊重青少年身心发展的自然规律，相信孩子们在能力和天赋上本自具足，相信他们每个人都能以自己的方式和节奏学习成长，相信大自然已经提供了孩子们生命所需的全部能量。

## “陪伴”式教练

我们遵循“安全、平等、规则”的陪伴原则，在引领孩子们探索自然时保护他们的安全，在与孩子们相处时平等友善，尊重孩子们的边界感、遵守与孩子们共同制定的行动规则。



# 4.核心方法论

基于人智学等自然教育理论的启发和贝壳探索营丰富野外活动实际操作经验的总结，我们认为青少年在进入自然活动的过程中，遵循着“行动—感受—内化—决定”这一特殊的螺旋节奏。因此，教练在带领野外活动时，首先需要让孩子们直接进入自然、投入最基础的探索行动，布置各种任务让学员的身心适应环境，并通过有一定危险性、或不能发挥某些感官功能的**行动**（比如在山洞和黑暗森林中探险），让孩子逐渐打开自己、专注于身体**感受**，放下头脑和想象，从而身心合一的融入自然。在回到安全的营地后，教练要给予适当引导，让孩子们将野外的经历**内化**为自己的精神收获，引发他们的内在成长，并能够在之后的日常生活事务中进行积极自主的选择和**决定**。



## 5.营期设计理念

我们认为孩子生来拥有五项最基本也是最重要的生命特质：天真、好奇、勇气、坚毅、智慧，但在日常稳定、安全、重复的生活和学习环境中，他们很少有机会呈现和发展这些特质。

所以当我们的教练设计青少年野外探索营期时，要尽可能在野外场景和活动过程中，因地制宜的设计有利于激发这些特质的行动任务，并通过细致的观察和适当的引导，帮助孩子们找到自己生命特质的平衡，并最终有机会发现他自己的天赋和使命。

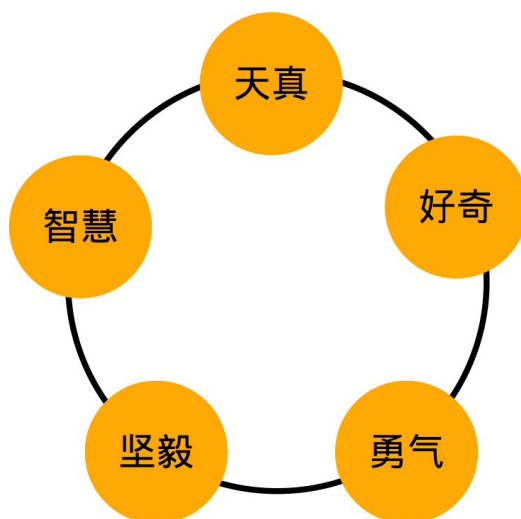
**天真：**天真是人最纯粹、最贴近自然的状态，也是在社会化过程中最容易丢失的，进入自然、被自然接纳是找回天真的最好途径。

**好奇：**好奇心带来的探索欲是行动的源泉，但过盛的好奇心会使专注力被分散，无法在某项具体的事情上展开行动。

**勇气：**勇气是克服行动过程中各种阻碍的力量，但过度依靠勇气容易造成盲目的自信，增加潜在的危险。

**坚毅：**坚毅是确保行动能最终完成目标的耐力和决心，但过分执着于事情的结果，可能会带来对体验过程的疏离和对伙伴的冷漠。

**智慧：**智慧是从行动中收获身心成长的能力，但脱离了真实经历的智慧，最终将陷入理论的思辨和空洞的想象。



## 6.行为准则

教练是贝壳探索营价值交付的最前沿，为教练设立行为准则的目的，在于营造一个有内在统一性的群体风格，使孩子、家长、以及其他从事教育行业的人士，能够通过教练的言行，直观了解贝壳探索营的价值观。

1. **不强迫**：教练不能要求孩子做教练自己都做不到的事，作为行动的带领者，教练必须自己能完成或至少证明自己可以完成他给孩子们设置的任务和挑战，否则教练就变成一个故意为难他们的反派；
2. **不假装**：教练要作为一个真实的人，勇敢坦诚的显露作为人的喜怒哀乐、紧张恐惧，不可以为了身份和面子假扮成很厉害的人物或装作追求自己并不真正想要的事物，否则孩子就不再信任他；
3. **自由清醒**：和孩子在一起时，教练要做一个自由清醒的人，不依赖任何让人上瘾和麻木的东西（烟酒、游戏等）；
4. **关注个体**：孩子们的身心发展程度不一致，在活动中有的人更容易受到群体狂热气氛的裹挟，而去做自己不情愿或不擅长的事，造成失控的危险，教练要确保兼顾和尊重每一个个体的能力和意志；
5. **成为榜样**：真正能教育人的不是某种万能的方法，而是教练作为一个什么样的人，通过被孩子们看到和感受到的真实言行来影响他们。所以，教练们要真诚、善良、有责任心、说到做到，让自己成为一个让孩子们佩服并可以跟随的榜样；
6. **允许冲突**：无论是孩子们之间，还是教练和孩子们，人和人相处一定会有冲突，冲突和矛盾本身也是自然的规律之一，教练应该直面冲突，不回避遮掩、假装和谐，如果通过对话、沟通、甚至可控范围内的暴力（比如约好规则的打架）仍不能解决冲突，那么就坦然接受它的存在，因为，这也是一种真实。

# 7.组织文化



**少有所学、中有所修、老有所养：**在贝壳探索营这个共建的部落里，组织的发展要让其中的每一个人都能有持续的收获——让参加活动的少年们有深入的体验和成长，让年轻的教练们有机会学习和进阶，让青壮年的教练们能寻得生命使命和修行路径，让年老的教练们可以在组织的帮助下沉淀智慧、颐养天年。

**以事优先、以人为本：**在教练工作中，要以对孩子和同事负责的态度作为首要的行事风格，认真严谨的工作，以确保能够达成目的、取得结果。但要记得人永远比事重要，要在做事的同时时刻关注身边人的情绪和状态、体谅和帮助伙伴的困难。

**坦诚相待、说到做到：**一个生活中虚伪的人绝无法成为一名合格的教练，无论是和孩子们相处，还是与工作伙伴交往协作，教练都要赤忱坦荡。同时要信守承诺，答应孩子和同伴的事，一定要做到。

**尊重差异、鼓励个性：**组织中的每个人因年龄、性别、地域、文化程度的差别，会带来身心面貌的不同，我们尊重这种差异，不评判不比较，鼓励每个人都能专注提升和发挥好自己的优势和特长，形成专属自己的独特个性和风格，并在此基础上互相理解包容，共同促进组织的发展。

# 8.教练成长路径

“野外生活教练体系”(Wild Life Coach System)是贝壳探索营核心教练组为了培养理解自然教育、可以带领青少年进行野外活动的适任教练而研发的教练培训体系。培训包含“理论”和“实践”两条主线：理论主要围绕“方法论”——是针对青少年的身心发展特点制定的独特教学方法和活动风格；实践则手把手教授一名合格的教练所需要掌握的基本户外理论（如LNT、山地定向、野外急救等）和户外运动技能（如绳降、攀岩、露营、桨板等）。

教练的成长进阶共有5个级别，每个级别均有不同的培训目标和胜任岗位，目的在于让每一位有志于成为教练的青年，通过系统学习、训练和实践，从入行小白逐渐成长为能够独立带领营期的专业教练，最终成为能够设计复杂野外活动、能培养新进教练的资深教练。

| 级别     | 理论                                                                                                                                                                          | 实践                                                                                                | 总课时数 |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 一星助理教练 | 贝壳探索营，自然教育、NECTS<br>户外运动概述、户外安全原则、LNT环保原则、户外基础装备、行前准备                                                                                                                       | 单日（非露营）活动的计划与准备、基础户外技能与环保、户外安全管理保护模拟                                                              | 22   |
| 二星助理教练 | 建立信任关系、在自然中营造“学习情境”、自然教育教练基本教学方法；<br>露营装备与营地安全、技术装备基础知识、户外基础绳结、保护站的设置与下降技术、野外急救基本原则、<br>野外常见风险防范及处理、地形与气候野外导航技术                                                             | 营地露营活动的计划与准备、野外方向判别、导航软件运用、营地的建设与生活管理、<br>户外环保实践应用、绳索基础技术操作、<br>户外团队管理与领导力、小组的队形及分工               | 42   |
| 一星教练   | 自然教育营期设计基本原理（短期）、行动任务的发布、讲解和复盘、青少年引导基本原则和案例解析<br>户外设备管理使用与保养、地形图判读与指南针的运用、<br>多日活动计划与准备、户外教练的职责动机与态度、<br>户外活动的风险管理、户外团队管理与领导力、户外环保/LNT初阶讲师                                  | 多日活动计划与准备、团队管理与领导能力、绳索技术及运用、地形图判读与导航技术、<br>LNT初阶讲师、户外应急急救技术<br>独立设计并执行3-5天的自然教育营期 并在行动中融汇和运用教学方法论 | 73   |
| 二星教练   | 自然教育营期设计基本原理（中期）、<br>沟通引导方法进阶+观察分析法进阶、户外活动风险评估与管理<br>国际野外医学急救、户外团队管理与领导力、<br>户外运动的科学训练与指导、户外攀岩、户外定向运动                                                                       | 户外绳索技术、野外急救、绳索技术及运用、团队管理与领导能力、运动攀与抱石、越野跑定向<br>独立设计并执行6-12天的自然教育营期 并在行动中融汇和运用教学方法论                 | 101  |
| 三星教练   | 自然教育营期设计和实践（远征项目）、将专业技能融入营期活动的原则和方法、与青少年监护人的沟通原则和方法、青少年自我认知和品格教育<br>教练团队管理、一/二星领队课程构成与重点分析、理论课程准备实施与管理、<br>野外课程准备实施与管理、国际野外医学急救、<br>培训活动中的风险评估与管理、户外环保教育营地教育与管理、游戏领导力和户外领导力 | 探险行为、户外领导力、野外评估、野外急救、营地指导与管理技术、户外课堂试讲<br>独立设计并执行12天以上的自然教育营期 并在行动中融汇和运用教学方法论                      | 128  |

## 9.营期产品

**周末营：**春季（3-6月）和秋季（9-12月）两个学期的周末开展，以厦门本地和周边2小时车程的自然环境为主要活动区域，营期时长半天至一天。目前已有营期：大海盗户外实境探险游戏、攀岩主题营、探谷主题营、桨板主题营、徒步巡山营。

**小长假营：**元旦、清明、劳动节、端午、国庆五个小长假期间开展，以福建省内或动车4小时可达的野外环境为主要活动区域，营期时长2-3天。目前已有营期：汪前峡谷营、云顶攀岩营、乌山天池营、冠豸山水营、Bushcraft体验营、狗子脑登顶营，武夷山地理风物营。

**冬令营：**每年1-2月寒假期间开展，营期时长5-10天。目前已有营期：乌石岩野攀营、厦门山海营、大海盗连战、培田微电影营、印尼海岛生活营、菲律宾冲浪营。

**夏令营：**每年6-8月暑假期间开展，营期时长7-12天。目前已有营期：呼伦贝尔游牧生活营、广西山水探秘营、西溪大冒险、U13远征探路营。

**七大远征：**每年1-2项远征，于7-8月暑假期间开展，营期时长22-25天。目前已完成远征：九龙江远征（水之远征），呼伦贝尔游牧远征（原之远征）。计划中——沙之远征、森之远征、雪之远征、风之远征、心之远征。

**订制营：**拥有稳定生源或独立招募能力的教育机构，委托贝壳探索营在已有的营期产品基础上设计的定制化营期，在时长和活动内容上可微调（往期案例：北京小苹果学校订制大海盗营、成都先锋学校订制大海盗营、成都创美学校订制厦门山海营和印尼海岛生活营、深圳心笙订制广西山水探秘营）。

# 10.营期主要工作岗位

贝壳探索营没有传统公司组织的层级管理结构，而是围绕具体的营期活动进行灵活分工，按照是否直接面对营员，分为“前端”和“后台”两个小组，共6个岗位角色：

## 前端组

**总领队：**营期交付的总负责人，统筹前端和后台的衔接、与家长或第三方沟通、分配营期具体工作、协调不同岗位配合、把控活动流程、处理突发情况，汇总完善工作人员及参营青少年发展评估报告。

**教练：**直接面对和陪伴孩子，对营员小分队负责，按照流程完成野外活动的带领工作，并确保孩子们的身心安全（风险评估+心理疏导），结营后撰写小队内成员的发展评估报告。

**助教：**协助和配合教练完成营期各项具体执行工作。

## 后台组

**后勤：**营期保障工作的总负责人，协助总领队完成营前信息收集、营期的交通接驳、食宿安排、装备和物资的准备及管理，结营后的物料和素材存档等。

**摄影：**拍摄营期活动的照片和视频，制作影集、剪辑成片

**观察员：**观察记录教练组和参营孩子们的状态，撰写观察报告。

理想条件下（如远征满营时），除总领队为1人外，其余每个岗位均可由多人分担。非理想条件下（如周末营以最低人数开营），单个营期最少需要两名工作人员，由两人各分担三个岗位角色。具体执行中，按照营期时长、难度和营员人数等匹配工作人员，保障教练与营员的配比不低于1:4。

