

不娇 不惯 养成聪明女孩 108招

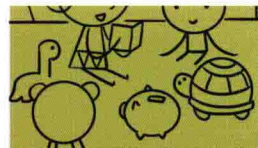
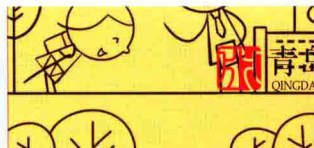
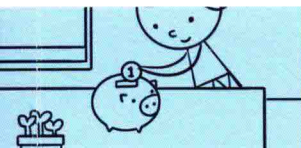


没有教不好的女孩，只有不会教的父母

现代家教新理念 亲子成长正能量

EDUCATION
GOOD
CHILDREN
108 WAYS

全新内容
轻松掌握
108个
教育孩子有效方法



EDUCATION GOOD CHILDREN 108 WAYS

不娇 不惯 养成聪明女孩 108招

陶红亮◎著

 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

图书在版编目（CIP）数据

不娇不惯养成聪明女孩108招 / 陶红亮著. -- 青岛 :
青岛出版社, 2016. 4

ISBN 978-7-5552-3689-4

I. ①不… II. ①陶… III. ①女性—家庭教育 IV.
①G78

中国版本图书馆CIP数据核字（2016）第044479号

书 名 不娇不惯养成聪明女孩108招

作 者 陶红亮

出版发行 青岛出版社

社 址 青岛市海尔路182号（266061）

本社网址 <http://www.qdpub.com>

邮购电话 010-85787680-8015 13335059110

0532-85814750（传真） 0532-68068026

责任编辑 那 耘

特约编辑 郑新新 戚兆磊

版式设计 千 千

印 刷 三河市南阳印刷有限公司

出版日期 2016年4月第1版 2016年4月第1次印刷

开 本 16开（700mm×980mm）

印 张 15

字 数 120千

书 号 ISBN 978-7-5552-3689-4

定 价 38.00元

影视版权抢订热线 13811522641

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017

青岛版图书售后如发现质量问题，请寄回青岛出版社出版印务部调换。

电话：010-85787680-8015 0532-68068638

前言

每个女孩都是一笔宝藏，拥有不可估量的潜能，等待着父母的发现与开发；每个女孩都是一粒种子，亟待抽枝发芽、开花结果，需要父母用爱与关怀去灌溉；每个女孩都有一颗柔软而又敏感的心，需要父母用赞美与鼓励使她更加强大。

每位父母都希望自己的女孩今后能够有所成就，拥有一个美好的未来，将自己的所有希望都寄托在女孩的身上。为此，很多父母都十分重视对女孩的早期教育。

一位名人说：“习惯决定性格，性格决定命运。”由此可见，拥有良好的性格对女孩多么重要。我国古代著名的教育家孔子也曾说过：“少年若天性，习惯如自然。”这就说明了女孩要及早培养良好的习惯。良好的习惯将成为女孩成功的基石。

当然，只是拥有良好的习惯还远远不够，女孩如果没有一个积极的心态，做什么事情都畏首畏尾，同样也不能大展宏图，将自身的能力发挥出来。父母需要为女孩营造一个积极的氛围，让她在积极的环境中受到感染，让她的内心充满美好，充满斗志，让她能够拥有良好的心态去面对今后的一切。华盛顿曾经说过：“一切的和谐与平衡，健康与健美，成功与幸福，都是由乐观与希望的向上的心理产生与造成的。”积极的心态是女孩一往直前的动力。

现如今，无论是在校园中学习还是在社会上工作，都离不开说话。说话是一门学问，工作和生活中往往免不了要演讲、辩论，这就需要女孩具备良好的口才，拥有强大的语言表达能力。由于女孩天生语言能力较强，在大人们看来，与小男孩相比，小女孩往往更加

能言善辩。可是随着女孩慢慢长大，有些女孩会变得越来越沉默，越来越不喜欢表现自己。要重新激发她的这种能力，就需要父母们耐心地去培养。良好的语言表达能力能够助女孩离成功更近一步。

现在的社会，市场经济快速发展，一些高消费的场所也越来越多，商场里的商品更是琳琅满目，连学校门前的小商贩们也越来越多。由于现在的女孩受到的物质诱惑越来越多，很多女孩花钱就越来越大手大脚，也出现了同龄孩子相互攀比的现象。为了让女孩的身心能够健康成长，许多父母将培养女孩的理财观也提上了教育日程。当然，培养女孩的金钱观应该越早越好，这样才能让她今后正确对待金钱，正确使用金钱，做金钱的主人，不容易被金钱所诱惑而误入歧途。良好的金钱观是女孩正确看待未来的警示牌。

当今的社会是一个以人为本的社会，虽然强调着个人的能力，但善于与他人合作仍是主宰成功的必不可少的先决条件。父母应从小就培养女孩合作的理念，让女孩拥有与人合作的精神，学会与人沟通，学会为人处世之道，如此才能让女孩今后顺利走向社会。学会与人合作，是女孩走向成功的阶梯。

上面这些理念都需要父母的耐心教导，才能让女孩掌握这些能力。但是，随着女孩一天天长大，父母们可能会发现和她沟通越来越困难，发现女孩越来越不听自己的话，还经常会和她因为一点点小事而争吵。其实，这不仅仅是女孩自身的原因，父母们的问题也很多，如果你能经常和她心平气和地交流，能认真地将女孩的话听完，能真正地站在女孩的角度去理解她，能放下父母的架子去和她交朋友，那么，你的女孩肯定不会再和你保持距离，肯定不会还没说几句话就争吵，她肯定会经常与你聊天，经常与你讨论问题，这样，她才会明白你的良苦用心，自然而然地也就遵从你给的意见。

在培养女孩能力的同时，父母们也不要忽视对她行为品德的培养。讲文明懂礼貌是中华民族的传统美德。女孩懂礼貌，可以让他人更容易接受自己，正确的礼貌用语也能赢得他人的喜爱。女孩拥有文明的行为举止，不仅能显示出自身的修养，还能受到他人的尊敬。父母应从小就培养女孩这种讲文明懂礼貌的美德，让女孩来传承这种传统美德。

美德，让女孩更加具有修养；美德，让女孩更加富有内涵；美德，让女孩更加优雅。父母不能忽略女孩的美德教育，因为美德是女孩养成良好习惯的前提，是女孩拥有良好品行的条件。父母自身所具备的美德也无时无刻不在影响着女孩，想要女孩拥有良好的美德，父母也要增加自身的涵养，严于律己，成为女孩最好的榜样，让女孩在潜移默化中提升自己的涵养，养成良好的品德。

父母在教育女孩的同时，也要学会欣赏女孩，因为，女孩需要父母的倾心关注，真诚欣赏，赞美赏识。你的倾心关注，能让女孩在时刻感受到你的关怀的同时，体会到你的辛勤与奉献；你的真诚欣赏，能让女孩在感受到自己的优点的同时，体会到你对她的尊重；你的赞美与赏识，能让女孩在认知到自己不足的同时，体会到你的用心良苦。赏识，让女孩进步得更快；赏识，让女孩更加自信；赏识，让女孩变得更加勇敢。赏识教育，是女孩拥有一切良好行为品德的前提。

目录

第一章

发掘潜能，培养不平庸的女孩

- 激发女孩的求知欲，做有智慧的女孩 004
- 提高心理素质，克服畏难心理 006
- 培养女孩的观察能力 008
- 让女孩尽情地发挥语言天赋 010
- 放开双手，让她做个有主见的女孩 012
- 让女孩在游戏和快乐中成长 014
- 想象力，为女孩插上梦想的翅膀 016
- 让女孩独立思考，永远别给她标准答案 018
- 不要用“懂事”、“乖巧”等词语束缚女孩 020
- 发散女孩的思维，不让她的思维僵化 022

第二章

积极心态，不要让女孩输在心态上

- 制定一个目标，并积极地走下去 027
- 让失败了的女孩再尝试一次 029
- 积极的心态是实现梦想的奠基石 031
- 让女孩做个快乐的智者 033
- 拥有一颗宽容的心，让女孩更加美丽 035
- 让女孩从生活中学会感恩 037
- 让女孩热情地面对人生 039
- 不要过多地打击女孩的自信心 041
- 父母的负面情绪会影响女儿的成长 043
- 远离悲观的情绪，让女孩更加积极乐观 045
- 向前看，不怕面对任何困难 047

第三章

亲子沟通，父母会说话女孩就会听话

- 不要因为忙而忽略了女孩 050
- 掌握与女儿做朋友的技巧 052
- 用科学的方式对女孩进行批评 054
- 学会拒绝女孩的要求 056
- 让女孩自己承担责任 058

只有用心才能起到沟通的作用

060

耐心地聆听女孩的话，让她做一个快乐的小天使

062

放下父母的架子，和女孩做朋友

064

赞美，与女孩沟通的捷径

066

理解女孩，做个有心的父母

068

不要唠叨，做聪明的父母

070

诚挚地道歉，增进亲子之间的沟通

072

轻松的环境，与女孩更容易沟通

074

第四章

口才教育，培养能言善辩的巧嘴女孩

076

礼貌的用语，增添女孩的语言魅力

077

女孩必备的能力——口头表达能力

079

幽默的语言，让女孩快乐地成长

081

让女孩学会用语言去拒绝

083

做个能言善辩的女孩

085

金口才，让女孩拥有美好的前程

087

轻声说话，做个优雅的女孩

089

让女孩敢于说出自己的想法

091

第五章

理财教育，给女孩一根“金手指”

093

财商，女孩必备的能力

094

训练理财能力，让你的女孩将来更富有

097

压岁钱的使用，是培养财商的重要一课

099

制定零用钱清单，增强女孩的理财能力

101

善于理财，优秀女孩必备的素质

103

理财方法，让女孩知道零用钱该怎样花

105

每个女孩都应有个梦想储蓄罐

107

尽早树立女孩正确的金钱观

109

参与家庭财政，让女孩学会如何理财

111

告诉女孩，自己赚钱比伸手要钱更好

113

培养女孩节俭的消费观念

115

第六章

理财教育，给女孩一根“金手指”

117

女孩更需要父母赏识的目光

118

父母的肯定与鼓励至关重要

120

父母要善于发现女孩的优点

122

欣赏女孩的一点点进步

124

赞赏会让女孩更快地进步

126

积极培养女孩的自信心

128

看到女孩的成功要及时肯定

130

第七章

温柔礼貌，谈吐优雅为女孩添魅力

132

礼貌，让女孩更有教养

133

父母不要忽略自己的示范与榜样作用

134

礼貌用语，让女孩更有魅力

136

礼貌待人，拉近人与人的距离

139

讲文明，让女孩更加优雅

141

教养和礼貌赢得别人的尊重

143

礼貌是一种由内而外的气质

145

让穿着成为优雅女孩的陪衬

147

让女孩从小养成礼貌的习惯

149

公共场所的礼貌不能忽视

151

良好的行为举止，让女孩更加完美

153

第八章

为人处世，智慧女孩的必修课程

155

帮女孩树立合作的理念，让她融入集体生活

156

提高女孩的自我保护意识

158

让女孩敞开心胸襟，真诚待人

160

锻炼女孩的气魄，让女孩更加智慧

162

告诉女孩欲做事先做人

164

诚实守信，做人的根本

166

让女孩树立正确的交际意识

168

开朗，让更多人“爱”上女孩

170

帮助女孩克服交往中的羞怯心理

172

关爱他人，让女孩结交更多的朋友

174

倾听，让女孩更具智慧

176

培养孩子为他人着想的品质

178

第九章

美德教育，让女孩的人生锦上添花

181

父母严于律己是女孩养成美德的前提

182

家务, 让女孩拥有良好的品德	184
善良, 让女孩拥有真善美	186
谦虚, 让女孩懂得进取	188
公德心, 让女孩懂得教养	190
孝敬, 让女孩懂得去爱	192
宽容, 让女孩懂得体谅	195
感恩, 让女孩懂得回报	197
信任, 让女孩赢得更多的朋友	199
爱心, 让女孩感受世间的美好	201

第十章

良好习惯, 好习惯成就女孩好人生	203
------------------	-----

好习惯, 成就好的人生	204	培养女孩知错就改的习惯	220
重视女孩的每一次开始	206	培养女孩规律睡眠的好习惯	222
良好的学习习惯, 使女孩受益一生	208	讲卫生, 让女孩更文明	224
不挑食不偏食, 培养女孩良好的饮食习惯	210	培养女孩做事有始有终的好习惯	226
不要粗心, 要细心	212	热爱阅读, 热爱学习	228
有技巧地传授女孩虚心好问的好习惯	214		
劳动最光荣, 让女孩爱上劳动	218		

Part 01

第一章

发掘潜能， 培养不平庸的女孩

每个女孩都是一颗种子，她亟待发芽、抽枝、开花、结果。她也许是一颗茉莉花种，以后会长成清新淡雅的茉莉；她也可能是一株小草，今后会焕发出蓬勃向上、顽强不息的生机……她像待人开发的宝藏，蕴藏着无限的潜能，也许你不经意的一句话，或是一个小小的鼓励，她都会回报给你一个惊喜，让你发现，原来她是如此“深藏不露”，而这些，都需要你去发现、去探索。

鼓励女孩勇于尝试新鲜事物



女孩需要经常被鼓励，尤其是敏感的女孩。在女孩的学习和生活中，在她体验和探索的过程中，父母要及时发现她的进步，就算是只进步了一点点，都要抓住这个机会对她进行积极的鼓励与赞扬，当女孩看见每次自己的进步得到认可与肯定，就会增强她的成就感与信心，她会更加愿意更加努力地去尝试新的事物。

缺乏自信心的女孩胆子特别小，只要碰到自己不熟悉的人或物就会躲到父母的身后，所以父母们培养女孩的自信心非常有必要。

帮助女孩克服恐惧心理

研究表明，女孩天生惧怕两种东西：一个是自己的身体失去支撑而跌倒，另外一个就是大且怪异的声音，而其他的惧怕心理均为后来养成，有时大人們的恐吓或父母遇事时的大惊小怪都会使她产生惧怕心理。还有不要吓唬女孩，不要讲恐怖故事，消除导致她胆小的因素，要试着让她与她所害怕的东西慢慢接触，这样才有利于了解、熟悉和习惯那些令她害怕的东西。父母们要试着放任女孩去追求自己喜欢的东西，在不断的追求中，她才能逐渐克服自身的惧怕心理，从周围的生活中学到一些常识，从而知道什么是安全的，什么

是危险可怕的。同时，父母还应克服自己的惧怕心理，这会对女孩产生正面影响，更有利于改变女孩胆小的状况。

常常受到鼓励，女孩才更加自信

人生道路上，成功与失败的经验都很重要。父母应理解女孩犯错，要给她改正错误的机会。女孩在犯错后很容易产生挫败感，不要让她失去自信心，多鼓励，少责罚，并帮助女孩分析其失败原因，寻找对策，要帮助她树立起战胜困难的勇气和信心。

童童是名小学一年级的学生，一天，童童的妈妈接童童放学，由于风很大，妈妈的围巾被风撩了起来，妈妈本想用手按住飞起的围巾，可手里还提着皮包，十分不方便。看到这种情形，童童便主动对妈妈说：“妈妈，我帮你拿包吧？”妈妈稍微迟疑了一下，还是让童童拿了皮包，接着她才开始整理围巾。

可就在这时，风刮得更大了，童童一不注意就将皮包掉在了地上的水洼里。童童一脸惊恐，马上把皮包捡了起来。

看到这些，妈妈的脸色立刻变得十分难看，大声地训斥童童：“你怎么这么笨啊！连个皮包都拿不住！你看看，包都脏成这样了，你让我怎么拿？你真笨……”

只见童童低着头，一声不吭，眼泪哗哗地涌出来。

女生生性敏感脆弱，妈妈的训斥一定伤透了女孩的心，若是以后再出现这样的情况，女孩肯定就不会那么主动地从妈妈的手里接过皮包，并且还会在做类似事情的时候产生一种抗拒的心理。如果妈妈在遇到这种情况时不是像那样严厉训斥责骂女孩，而是安慰她，告诉她下次应该怎样做就不会出现这种情况，并鼓励她，说一些“你下次一定能做得更好”等鼓励的话，树立起女孩的自信心，你会发现她真的比上一次做得好很多。

父母要相信，“我相信你能行”这句话对女孩有一种潜在的激励的力量，您可以反复地强调这句话，并在女孩退缩畏难的时候用这句话来鼓励她。当然，您在日常生活中还要让女孩多做一些力所能及的事情。

激发女孩的求知欲，做有智慧的女孩



女孩在成长中必然会遇到很多新鲜的事物，面对这些新鲜的事物，她会主动地去尝试、探索，只有在不停地尝试和探索中，她才会体会到生活的含义，体会到成功的喜悦。所以，父母要鼓励和培养女孩的求知欲。

有想法的女孩都喜欢问问题，喜欢探究各种有趣的事物，因此她们的脑筋会比较灵活。在日常的生活中，父母要鼓励女孩多提问，最好让女孩的创意得到更自由的挥洒。也许女孩在有时候会提出一些连父母也回答不了的问题，但父母们千万不要胡乱编个理由搪塞过去，可以让女孩自己也先想一想，过一段时间后再与女孩一同讨论这个问题。

如何激发女孩的求知欲

首先，父母要认真对待女孩提出的每一个问题。通常情况下，对于女孩提出的问题，父母不能把所有的答案都告诉女孩，应该正确地引导女孩去探索、去发现。而如果父母无法解答女孩提出的问题，就要鼓励女孩自己去寻找问题的答案，并支持女孩亲自去尝试与探索的行为。

其次，父母在激发女孩求知欲的同时，还要教会女孩怎样去观察周围事物，观察对女

孩来说是一个培养兴趣、发展智力的最好途径。女孩在观察中不仅可以活跃思维、获取知识，还会将所学到的知识运用到实践当中去。

一日，李先生在了一本杂志上看到了有关德国数学家高斯的故事，让他感到吃惊的是高斯竟然在8岁时便发现了著名的数学定理。这时，李先生刚上二年级的女儿姗姗放学回来，他便喊住姗姗，说：“爸爸今天考你一道数学题好不好？”“什么问题呢？”姗姗好奇地问。“你来算算，从1到100这100个数相加是等于多少呢？”

听罢，姗姗便拿起笔和纸，认真地算了起来，边算还边说：“这算起来也太麻烦了。”

过了很长时间，姗姗终于兴奋地说：“爸爸，我算出来了，结果是5050！”

“不错，算对了，但算的时间太长了，想不想学习一个更快更简单的方法？”李先生问姗姗。

“想！什么方法啊？”姗姗好奇地问。

“你看看，如果这样有没有什么特别？”“李先生边说边在纸上写“ $1 + 100, 2 + 99, 3 + 98 \dots$ ”

姗姗聚精会神地看着。一会儿，她便惊喜地喊道：“我知道了，在1到100里一共有50个101！”

“对，你看像这样计算是不是简单多了？”李先生欣慰地对姗姗说。姗姗点点头。

李先生又继续说道：“其实这是德国一个叫高斯的数学家在8岁的时候发现的，现在你也发现了，爸爸相信你以后会有更好的发现！”

“嗯，我一定会努力的！”姗姗坚定地对爸爸说。

鼓励并引导女孩，让她从观察中获取更多

当女孩主动地向你展示新发现时，父母不要因为她发现的事物幼稚而去嘲笑她，应该鼓励女孩，对女孩说：“你真棒！发现了一个这么大的秘密！”

在日常生活中，父母要经常问女孩遇到了什么有趣的事情或又有了什么新的发现。例如：“宝贝，今天你又有什么新发现呀？”

父母还要注意引导和激励女孩去自己发现，要常问她：“这里面隐藏着一个秘密哦，你能看出来吗？”

提高心理素质，克服畏难心理



女孩的畏难心理，并不是在所有的的事情上都有所表现，通常只是对某件事情或者某一方面产生畏难心理。

女孩产生了畏难心理，不利于今后的学习和生活。对于学习来说，一旦产生了畏难心理，就可能考不出理想的成绩；若女孩对生活也产生了畏难心理，就会失去对生活的信心，不利于培养健康的心理。因此，畏难心理是女孩好好学习和积极生活的敌人。

了解并帮助女孩克服畏难心理

父母要全面地分析女孩畏难情绪的表现，找出女孩到底是在哪方面有畏难心理，从而帮助女孩去克服这种情绪。首先父母自己要克服“女孩难教”的这种畏难心理，否则便没有办法帮助女孩；其次父母要有耐心，多做一些细致的教育工作，促使女孩接受父母的教育，最终提高女孩主动学习和做事的积极性。

每个父母都想把女孩培养成坚强勇敢的人，但是父母不能急于求成，在开始的时候可以将目标定得稍低一点，有了效果以后再逐步提高要求，让女孩逐渐适应，从而克服自己的畏难心理。

韩美已经 15 岁了，虽然已经面临中考，可她还是提不起精神好好读书，尤其对考试非常抵触。一天，韩美又从老师的手中接过数学试卷，眉头紧锁，心想：糟了，才 72 分，回家肯定又要挨骂了。

回到家中，韩美垂头丧气地对妈妈说：“妈，这是我这次数学考试的试卷，考了 72 分。”

“你这不争气的东西，你是怎么读书的，这么多书你都读哪儿去了，才考 72 分，我看你是疯了！”妈妈瞪大眼睛呵斥道。

韩美含着泪，听着母亲的责骂。

晚饭过后，妈妈又大声喝道：“不争气的东西，还不赶紧洗碗去！”

低着头，韩美咬着下唇含泪整理好餐桌并洗好碗筷。

父母们都是望子成龙、望女成凤的，但是责骂并不是最好的教育方法，相反这只会让女孩“知难而退”，面对困难时产生恐惧心理。女孩的畏难情绪主要是不自信造成的，而不合时宜的责骂会让女孩的自信心荡然无存。因此当女孩失败的时候，父母要做的不是责骂，而是客观地分析失败的原因，向女孩阐明道理，督促她改正自身的缺点。

学会倾听，保护女孩对生活的热情

父母们要明白，女孩在小时候所考取的分数是暂时的，没有必要为此而过分责备女孩。父母要做的最重要的事情，是保护女孩对生活的热情。父母要懂得赏罚有度，当女孩成绩不理想时，父母要适当地给女孩鼓励，要告诉女孩：“只要你下次努力，你一定会取得更好的成绩，我相信你能行的。”只有等她主动认识到学习的必要性，而不是被迫学习，才能获得优异的成绩，同时还能保持健康的心理状态。一旦女孩具备了健康的心理状态与良好的思想基础，她就能经受了磨炼，不会因困难与失败而失去信心，面对困难勇敢地迎难而上。