



倾听孩子的心
给她更好的爱

换个方式爱孩子

女孩写给父母的60封信

章程 编著



爸爸

女儿

妈妈

我就是看她不顺眼！
妈妈真的走了吗？我好想她……
我知道，我给您丢人了……
您也买一辆宝马吧！
我不要去重点高中……

章 程

编 著



换个方式爱孩子

女孩写给父母的 60 封信



图书在版编目(CIP)数据

换个方式爱孩子. 女孩写给父母的 60 封信 / 章程编著.
—合肥:安徽教育出版社,2015
ISBN 978-7-5336-7333-8

I. ①换… II. ①章… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 037484 号

换个方式爱孩子——女孩写给父母的 60 封信

HUAN GE FANGSHI AI HAIZI——NÜHAI XIE GEI FUMU DE 60 FENG XIN

出 版 人:郑 可

质量总监:张丹飞

策划编辑:鲁金良

责任编辑:邹孔标

装帧设计:袁 泉

责任印制:王 琳

出版发行:时代出版传媒股份有限公司 安徽教育出版社

地 址:合肥市经开区繁华大道西路 398 号 邮编:230601

网 址:<http://www.ahep.com.cn>

营销电话:(0551)63683012,63683013

排 版:安徽创艺彩色制版有限责任公司

印 刷:合肥创新印务有限公司

开 本:880×1230 1/32

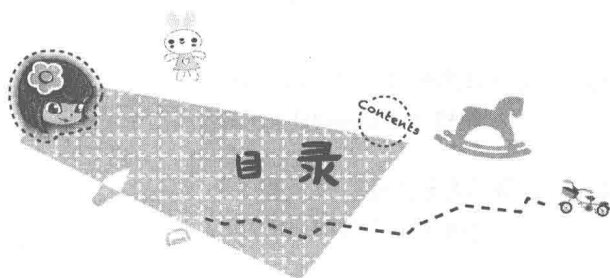
印 张:11.5

字 数:224 千字

版 次:2015 年 5 月第 1 版 2015 年 5 月第 1 次印刷

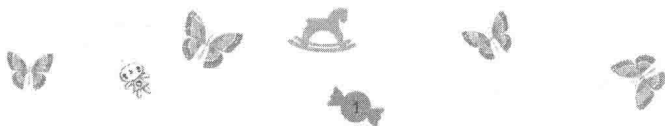
定 价:25.00 元

(如发现印装质量问题,影响阅读,请与本社营销部联系调换)



第一章 走进女孩的秘密世界

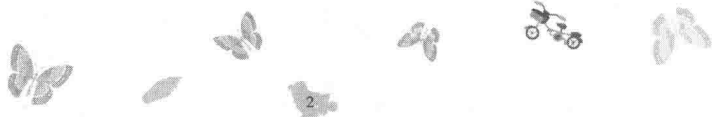
- 2 您是不是不再爱我了?
—— 女孩天生就敏感
- 7 啊, 蟑螂!
—— 理解女孩的胆小和懦弱
- 11 您穿高跟鞋太漂亮了, 我也想试试……
—— 爱美之心, 女孩皆有之
- 15 爸爸, 您能帮帮我吗?
—— 让女孩不要太在乎他人的评价
- 22 妈妈, 我想你……
—— 帮助女孩克服依赖心理
- 27 我要去参加朗读比赛啦!
—— 让女孩尽情发挥语言天赋



- 33 我可以为同学办生日会吗？
—— 积极开发女孩的社交天赋
- 38 比赛背《三字经》，我又赢了！
—— 着重培养女孩的记忆力
- 44 爸爸，我做了一张生日贺卡送给您！
—— 每个女孩都心灵手巧
- 50 大大咧咧就不像女孩子吗？
—— 认同和接受“与众不同”的女孩

第二章 给女孩更多的关心和认可

- 56 每次回家，我都要小心翼翼地看您的脸色……
—— 对孩子保持温和的态度
- 61 我讨厌你们！
—— 别让吵架影响女孩的健康成长
- 68 您对我的字不满意吗？
—— 时常对女孩流露出肯定与赞赏
- 73 我多想回到以前……
—— 多和女孩聊聊天，谈谈心



- 79 您真是福尔摩斯！
—— 重视与女孩的非言语沟通
- 87 收到您的信我非常惊喜！
—— 画张“爱的检查表”
- 92 我真的很生气！
—— 没有“不可理喻”的女孩
- 98 谢谢您给我准备的圣诞礼物！
—— 为女孩营造轻松愉快的家庭氛围
- 104 我知道，我给您丢人了……
—— 批评女孩要讲究艺术
- 109 我知道该怎么做决定了！
—— 适时的沉默更有教育的功效

第三章 别让不良情绪影响女孩的生活

- 116 我临阵脱逃了，对不起……
—— 帮助女孩“甩掉”害羞
- 124 老师可能对我有点误会……
—— 让女孩远离多疑的困扰



132 我老有一种难以言状的苦闷……

—— 赶走女孩心中的忧郁

139 一跑 800 米我就肚子疼……

—— 化解女孩的焦虑情绪

144 我把名字说反了！

—— 消除女孩的紧张情绪

149 我很不开心……

—— 别让抑郁伤了女孩

154 我不想养小鸡了，它最后总要死的！

—— 带女孩走出悲观的困境

158 怎么偏偏是我呢？

—— 疏导女孩的委屈情绪

164 我觉得最近很烦！

—— 帮助女孩排解烦恼

172 这几天我心情很不好……

—— 敏锐观察女孩的情绪变化

177 妈妈真的走了吗？我好想她……

—— 帮助女孩摆脱至亲死亡的悲伤



第四章 完善女孩的性格培养

184 同学都捐了款,唯独我还没有……
—— 把女孩的爱心“找回来”

190 您尝尝我做的菜!
—— 让女孩懂得感恩

194 我就是看她不顺眼!
—— 别让妒忌蒙蔽了孩子的心灵

205 您也买一辆宝马吧!
—— 小心虚荣成为女孩成长的绊脚石

211 我真没用……
—— 扫除女孩的自卑心理

220 你们做决定吧,我没意见!
—— 提高女孩的主见意识

225 我以后一定努力改正!
—— 帮助女孩改掉拖拉的坏习惯

232 我摔倒了,可是我走到了终点!
—— 鼓励女孩要坚强



第五章 ㊦ 妥善应对女孩遭遇的学习挫折

- 240 比起读书,我更愿意学音乐!
—— 培养女孩的学习兴趣
- 246 老师又跟您告状我上课走神了吧?
—— 提高女孩上课听讲的专注力
- 254 我总怕自己答错了被批评……
—— 孩子上课不积极发言怎么办
- 260 我因为粗心丢了很多分数……
—— 别让女孩成为学习上的“小马虎”
- 266 我的实验成功了!
—— 赋予女孩刻苦钻研的精神
- 271 我被选为“读书小标兵”了!
—— 让女孩拥有浓厚的阅读兴趣
- 276 我不是故意瞒您的……
—— 正确对待隐瞒错误的女孩
- 283 这次考试,我倒数第八!
—— 当女孩考试没考好之后……



287 我明天不想去上学了……

—— 让女孩经得起批评

293 唉,我怎么努力,也不如平时玩玩闹闹的男生!

—— 理科并不是女孩的“天敌”

298 我不要去重点高中……

—— 给女孩选择一所合适的学校

第六章 不可忽视的青春教育

304 我可能成了“坏小孩”……

—— 教会女孩区别友谊和爱情

308 她们说我是“狐狸精”!

—— 让女孩把握好与异性交往的分寸

313 “可以做我女朋友吗……”

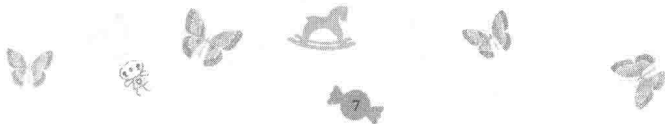
—— 女孩收到情书后怎么办

317 事情不是您看到的那个样子……

—— 不要轻易给女孩扣上“早恋”的帽子

322 我去见一位朋友了……

—— 别让女孩陷入网恋的泥沼



328 我明白,我不该对老师有好感……

—— 女孩对男老师有好感怎么办

334 我欣赏他的音乐有什么不对!

—— 理智对待追星的女孩

340 我下次再也不看了……

—— 女孩偷偷看言情小说怎么办

345 我不想当“航空母舰”,我要减肥!

—— 和女孩一起正确对待青春期肥胖

351 “好朋友”怎么还不来!

—— 陪孩子安然度过经期





第一章

走进女孩的秘密世界



古老的童谣说：“女孩是用糖、香料以及一切美好的东西做成的。”的确，她们安静、合作，很小就会体谅父母，她们不会像男孩那样喜欢冒险、喜欢争斗，但是女孩的成长是否一定就能让家长更省心呢？答案是否定的。女孩的内心世界更为复杂、敏感，想要更好地养育女孩、爱女孩，必须走进女孩的心灵！下面一封封女孩写给父母的信，将为家长打开一道女孩的心灵之门。





您是不是不再爱我了？

——女孩天生就敏感



主人公：夏虹，12岁，小学六年级，聪明乖巧，从小学习钢琴。

妈妈：

您是不是很失望？是不是不再爱我了？

我这次没有通过钢琴六级的考试，告诉您这个消息的时候，我看出您非常失望……我也不知道怎么了，临考试前特别紧张，考试时脑袋里一片空白，都不知道自己是怎么弹完的。

从小，您为了让我学钢琴，给我请了最贵、最好的老师，我却这么没出息，六级没有通过，真的非常对不起……

小夏

9月22日

给您的建议

从妈妈受孕的那一刻起,决定性别的那一条染色体就已经决定了男孩和女孩的不同未来。具体来说,是染色体里包含的荷尔蒙不同,造就了女孩和男孩的差异。这也正如那句古老的童谣所说:“女孩是用糖、香料以及一切美好的东西做成的,男孩是用剪刀、青蛙和小狗尾巴做成的。”这也就是女孩安静、合作,男孩坐不住、爱捣乱的原因。

男孩和女孩的不同不仅限于此,由于大脑的细微差异以及大脑中某个部位发育的先后顺序及程度不同,女孩比男孩更加敏感。比如:女孩对噪音的反应更强烈,同一种声音在女孩听来要比男孩听到的响亮两倍;在触觉方面,最不敏感的女孩也要比最敏感的男孩得分高;女孩的视觉记忆更好,在黑暗中女孩看得要比男孩清楚;女孩的味觉和嗅觉也比男孩敏感,女孩有更多的味蕾,更容易受到气味的吸引……

那么,家长应该怎样对待家中那个天生敏感的女孩呢?

♀ 给女孩一个有安全感的家庭环境

女性荷尔蒙决定了女孩对一切关系都特别敏感,尤其是家庭关

系不和谐,会对女孩的心灵造成很大的伤害。父母是与孩子血缘关系最近的人,是与孩子关系最亲密的人,家庭气氛对孩子的成长将起到重要的、潜移默化的作用,一定要注意营造一个良好的家庭气氛。

第一,家庭成员之间应相互关心,相互尊重。老人要体谅小辈,小辈要孝敬老人。婆媳不和是常见的家庭矛盾,需要双方多多努力,相互谅解;夫妻俩更要相亲相爱,同心同德。

第二,父母不要在女孩面前发生冲突。父母要尽量避免在女孩面前发生冲突,吵吵闹闹,甚至打架。这样会让女孩受到惊吓,手足无措,不知道怎么办才好。

第三,民主是良好的家庭气氛中不可缺少的要素。重要的决定,应该由全体家庭成员,包括女孩,一起协商后作出;尤其是父母与子女之间,若建立了一种民主平等的关系,将有助于形成良好的家庭气氛。

第四,力求使家庭气氛保持一种轻松的状态。若家庭气氛太沉闷、太压抑,对女孩的心理发展是不利的。如果父母在外面有什么不顺心、不愉快,不应该将它带回家里来,更不应该将它朝女孩发泄。父母给女孩学习方面的压力也不要太大。女孩放学回来,做父母的要和女孩一起聊聊天,活动活动,看看电视,这样看起来好像耽误了时间,实际上调剂了生活,活跃了气氛,终究是得大于失的。

最后,父母们应注意加强自身修养,注意提高文化修养和素质。一个人文化修养好,有较丰富的内涵,才会有文明的举止、高雅的爱好等。在父母的修养熏陶下长大的女孩,更容易成为一个有修养、讲文明的人。

♀ 让女孩感受到家人的关爱

女孩的成长是不能离开爱的。但在女孩的成长过程中,父母与她之间不可避免地会产生一些误会。每当误会产生时,敏感的女孩就会认为父母不再爱她了,比如上面信件中的夏虹,在看到妈妈失望的表情时,会敏感地产生错误联想,认为妈妈不再爱自己。这时,父母一定要采取措施让女孩感受到自己的爱,可以和女孩谈心,也可以通过写信的方式,等等。

♀ 提升女孩心灵的痛点

敏感的女孩大多“痛点”很低,旁人一个眼神、一句话都有可能让女孩产生联想,受到伤害。因此,要想让敏感的女孩不受伤,家长就要想办法提升女孩的心灵“痛点”。



小雪很敏感，爸爸妈妈在和她讲话的时候，都使用最温柔的声音、最和善的态度。尽管如此，有时父母的一句话，依然会使她受到伤害。

这天，小雪和父母正准备吃晚饭，小雪看了看桌子上的菜，说了句：“怎么鸡腿是红烧的啊，我喜欢吃番茄酱的。”妈妈今天的工作有些不顺心，听到了这句话就来气了：“不是一样吃吗，想吃番茄酱的以后你自己做！”小雪顿时就眼泪含在了眼眶里……

爸爸妈妈觉得小雪这样多愁善感、敏感脆弱不好，于是找机会带她到贫困山区里体验了一次生活。在那里，小雪看到山里的孩子吃得简单、穿得简朴，他们的父母也没有像自己的父母那样温和友善，经常训斥孩子，甚至还打骂孩子，可是那些孩子依然很快乐地生活，甚至有些倔强的孩子挨打都没有哭！她感慨良多，回家后就对爸爸妈妈说：“我现在的的生活真幸福！”

通过这次体验，小雪不再那么敏感，不再深陷在自己的小世界里了，她变得坚强、勇敢起来。

女孩的敏感、受伤往往是她们的那些“小心眼”造成的，所以，当女孩的眼界放宽后，她们就不会再只关注自己的小世界，当她们看见比她们环境更不好的人都在幸福生活时，心灵的痛点就提高了，不会再那么容易受到伤害。