

哈佛大学心理学教授戈尔曼提出：成功=80%的情商+20%的智商，
情商与孩子的未来成就及幸福密切相关。

13岁前，如何培养 男孩最好的情商

13SUI QIAN , RUHE PEIYANG NANHAI ZUIHAO DE QINGSHANG

培养男孩的新方法

解密13岁前男孩的独特情绪和心理特征
教育男孩最实用、最权威的经典方案

程文艳 编著



教你培养高情商的孩子
更教你成为高情商的家长

13岁前，父母的教育方式，决定男孩一生的成败。

情商的高低，决定男孩未来的命运。这就为男孩的父母提供了一次机会——以“后天养育”来弥补男孩的先天不足，从而为男孩日后的成长奠定基础；而了解男孩的心理、情绪、成长蓝图是培养男孩情商的第一步。



13^{岁前}, 如何培养 男孩最好的情商

13SUI QIAN, RUHE PEIYANG NANHAI ZUIHAO DE QINGSHANG

程文艳 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

13 岁前, 如何培养男孩最好的情商 / 程文艳编著.

—北京: 朝华出版社, 2010. 1

ISBN 978-7-5054-2350-3

I. ①1… II. ①程… III. ①儿童教育: 家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 016682 号

13 岁前, 如何培养男孩最好的情商

作 者 程文艳

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 李 磊

责任印制 张文东

封面设计 形式书籍设计

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市车公庄西路 35 号 邮政编码 100048

订购电话 (010) 68413840 68433213

传 真 (010) 88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.mgpublishers.com

印 刷 三河市三佳印刷装订有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm×1040mm 1/16 字 数 150 千字

印 张 14.5

版 次 2010 年 3 月第 1 版 2010 年 3 月第 1 次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-2350-3

定 价 28.00 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换

序

13 岁前，父母的教育方式决定孩子的一生

都说 13 岁前的孩子最黏妈妈；

都说 13 岁前的孩子最聪明；

都说 13 岁前的孩子最难管教；

都说 13 岁前的孩子最需要父母操心；

都说 13 岁前的孩子是最娇贵的花蕾，期待好花匠来帮助他们绽放吐蕊……

13 岁前这个年龄段，真的有这么重要？

是的。经过权威教育专家论证分析，13 岁——孩子成长过程中的一个分水岭，这不仅是因为孩子即将告别小学生活，进入中学阶段，更为重要的是：孩子在 13 岁以后就已经形成了自己独有的心理、个性、习惯以及情商、智力等，往往很难改变。

有一句话说得好——成功的父母未必有成功的孩子，但能够在孩子 13 岁前对他进行科学教育的父母，却可以大大提高教育出成功孩子的几率。所以，13 岁前的孩子，具备极强的可塑性。孩子一生的性格基调和成长基础，就在这一阶段由父母一手奠定。

一位拥有成功教子经验的妈妈这么说：

“让孩子依照自己本性来成长固然好，但父母的管教绝不能少，而且要趁早。

“孩子还没出生，我就买了很多家庭教育书来看。通过学习，我明白教育孩子关键在于13岁前这一重要时期。所以，在这段时间里，我几乎成为了一个‘专业妈妈’，无论工作多忙，教育孩子总是排在我内心第一位的。

“现在我的孩子，已经上了高中，说真的，小时候给他打下了好底子，也许辛苦点儿，累点儿……但是最后自己看到孩子懂事，生活、学习都不用我操心，真的是比什么都强。”

其实，天下所有的父母，莫不希望自己的孩子能成才。而孩子究竟能不能成为那匹脱颖而出的“黑马”，除了要趁早教育孩子，还取决于父母的教育方式。

因此我们从心理学、情商、教育方式等方面入手，向广大父母推出了这一套书系：

《13岁前，妈妈不可不知的那些心理学》中，我们用最科学、最通俗的方法向父母展示孩子最柔软的内心，向父母讲解孩子在生活、学习上的心理需求，为妈妈更好地教育孩子创造了有利的前提条件。为了你的孩子，我们希望父母可以做到：

- ◎ 掌握科学的教育心理学知识，用心理学的方法管教孩子；
- ◎ 愿意去改变自己对孩子的固有的认知；
- ◎ 对孩子像一个朋友，而不是教官；
- ◎ 理智对待孩子的各种行为；
- ◎ 当孩子产生负面心理情绪时，包容并指导他走进正轨。

《13岁前，如何培养男孩最好的情商》《13岁前，如何培养女孩最好的情商》中，我们从性别差异的角度出发，详细阐述了情商的重要性和培养方法，让每一个男孩和女孩都拥有高情商。为了你

的孩子，我们希望父母可以做到：

- ◎ 重视情商，在教育中向孩子渗透人际交往、洞察情绪等知识；
- ◎ 通读本书，找到最适合自己孩子的情商培养方式；
- ◎ 灵活掌握情商技能，父母要以身作则；
- ◎ 抓住每一个教育孩子的机会；
- ◎ 不仅让孩子感受到生活和学习的快乐，自己也要去经营快乐。

《13 岁前，父母一定要为男孩做的 100 件事》《13 岁前，父母一定要为女孩做的 100 件事》中，我们向父母提供了一些温馨小事的做法。也许在很多父母看来，它们有的是微不足道的小事，但“细节决定成败”，父母与孩子的每一次亲密互动接触都是一次教育的好时机。为了你的孩子，我们希望父母可以做到：

- ◎ 不因事小而不为，因为你眼里的小事，在孩子心中却无比重要；
- ◎ 有选择地去做这些事，最了解孩子的只有你自己；
- ◎ 根据生活环境，灵活地去做这些事；
- ◎ 在你为孩子做这些事的时候，要充满耐心和爱；
- ◎ 有计划地去执行它们。

我们希望父母能在本套书系中得到想要的知识和方法，也希望你的孩子在这些方法中受益，更希望所有的父母都能行动起来，去学习科学的教育方法。

正如本文前面所说的——父母的教育方式决定孩子的一生。
愿天下的孩子都能健康成长！

编 者
2010 年 3 月

目 录

Contents

第一章 培养男孩的情商,请先进入男孩的世界

男孩和女孩有什么不一样——男孩成长的蓝图	1
“毛毛躁躁的小伙子”——男孩早期教育中情绪教育 的重要性	4
身为父母,请抓住男孩情商培养的 3 个阶段	6
“敏感”、“内向”、“淘气”——性格不同,情商教育的 方式也不一样	15
做一个善解人意的父母,用心感知男孩不能说的秘密	20

第二章 培养男孩的情商,父母如何扮演好自己的角色

为男孩营造一个理想的家庭环境——培养男孩情商 的关键	25
“爸爸是偶像”——养育高情商男孩,父亲是 关键力量	30
如何在男孩面前保持自己的权威	34

“男孩有泪也要弹”——请尊重男孩的情绪表达	36
男孩比女孩更需要安全感	39
如何接纳男孩的负面情绪	43

第三章 塑造高尚道德情感是培养高情商男孩的第一步

诚实、正直、守信——让男孩一辈子受益	48
同情心——引导男孩体恤他人	52
尊重他人——高品质男孩的必备品格	55
宽容——男孩的心才能海纳百川	59
如何培养一个善良的男孩	63
感恩——让男孩学会懂得回报	66
激发男孩的羞耻心和内疚感	70

第四章 迅速培养“为人处世”的情商,让男孩成为最受欢迎的孩子

培养有教养的小绅士	74
分享——教男孩学会复制自己的快乐	77
鼓励男孩学会耐心倾听	80
培养男孩幽默感的最佳方法	82
乐于合作——培养人见人爱的男孩	85
“冲突”、“不公”——教男孩学会独立面对	87
如何让男孩学会真诚地赞美、欣赏别人	92
敢于大声说“NO”——教会男孩拒绝他人的艺术	94
谦虚——谦谦君子的必备品质	97

第五章 着手训练男孩解决重要现实问题的情商

帮助男孩理智应对未来将要出现的挑战	100
教会男孩合理使用金钱	103
培养“挣钱”意识,让男孩接触社会	106
心理承受能力——男孩走入社会的必备情商	110
“离婚”、“死亡”——如何让男孩直面现实	112
适者生存——培养男孩的社会适应能力	117
迅速让男孩自己动手,摒弃依赖心理	120

第六章 9个情商引导,塑造决定男孩一生的能力、习惯

做事有计划——培养魅力男孩的入门钥匙	125
阳刚之气——不做扭扭捏捏的“小奶油”	129
担当——引导男孩进入“家庭决策”	133
竞争意识——善于“争取”的男孩更有好未来	137
反省能力——高情商男孩的必备品质	140
思考——会思考的男孩更具有竞争力	144
细心、认真——请相信男孩也可以做到	148
上进——助男孩成为奋发向上的有为青年	151
责任感——教男孩学会负责	154

第七章 培养男孩成功欲望和自我激励情商的7个技巧

乐观——从小引导男孩养成快乐情商	159
自信——走向成功的必备品质	163
学会自我激励——高情商男孩的第一堂课	167

坚强、勇敢——在哪里摔倒,就从哪里爬起	170
给男孩一颗“平常心”——接受他的平凡,再造就他的 不平凡	173
如何增强男孩的抗挫折能力	177
教男孩设定目标,敢梦敢想	180

第八章 如何教,男孩才能掌控自己的情绪

自控能力——成功人士不可或缺的良好习惯	184
假如男孩“人来疯”	188
惰性——清除男孩的绊脚石	190
专注——优秀男孩必备的情绪智力	194
面对男孩的厌学情绪,您的教育方式正确吗	197
“挑剔”、“抱怨”——改善男孩的坏情绪	200
学会等待——训练男孩的耐力	203
帮男孩平息日常生活中的隐藏压力	208

第九章 理智面对男孩的情绪爆发期——青春期

越暴躁,越脆弱——请理智搜寻男孩叛逆的真凶	211
青春期,如何抑制男孩的“性冲动”	214
防止你的男孩上网成瘾	216
让“它”晚些开花结果——给早恋男孩的一封信	219
如何正面引导男孩反抗老师的情绪	222
与青春期男孩沟通的3个技巧	227

第一章

培养男孩的情商，请先进入男孩的世界

男孩和女孩有什么不一样——男孩成长的蓝图

在很多父母的印象中，养育男孩和养育女孩的观念是存在差异的。

他们大多认为，女孩更乖巧、安静、好管教，在她们长大以后，更容易把握自己，生活积极、工作努力。

但是男孩呢？

男孩在生活中经常调皮捣蛋、不思进取；“人来疯”的孩子大多都是男孩；学习成绩飘忽不定，与同学的关系总是矛盾连连，而且脾气很容易暴躁，课堂里做小动作、自控能力差，经常旷课、逃出去上网，容易陷入网络游戏、抽烟、喝酒等外界诱惑中。

其实，男孩和女孩行为上的这种差异，是在他们很小的时候就产生了的。不信，你可以去幼儿园瞧瞧：女孩聚在一起，会很认真地玩过家家、说悄悄话，非常快乐；男孩们却只知道疯玩、狂奔，

拿着玩具枪“突突突”地“扫射”周围的玩伴，他们会故意惹女孩生气，还总是和同伴打架。

有一位母亲曾经也像很多人一样认为：男孩女孩其实根本就是一样的。但后来她发现事情似乎并非如此——她有一个女儿，在女儿15个月大的时候，母亲惊异地发现，这个小女孩居然会抱怨她的袜子上没有花！真是让人吃惊！这种纯女性的特质究竟是她从哪里学来的？

后来，这位母亲又有了一个儿子，她仍然认为：如果她不给儿子玩具枪、不给儿子看电视里的暴力镜头，儿子就不会成为调皮的男孩。但儿子两岁时，却拿起一只香蕉对着母亲做“瞄准”的动作；3岁时，儿子把她的电吹风当做冲锋枪玩耍。

至此，这位母亲彻底相信了，孩子的性别真的是天生注定的。

男孩体内的雄激素——睾酮使男孩比女孩更具盲目攻击性，而女孩在雌激素的作用下更具同情心；

男孩在运动方面比女孩有着明显的优势，其爆发力、动作速度远远超过女孩，但耐久力较女孩差些；

男孩对于某种需求或愿望，比女孩需要更快、更及时的满足。在复杂的情况下，男孩比较善于单刀直入地解决问题，而忽视“感情”沟通的因素；

男孩比女孩更容易愤怒，他们习惯用身体来表达情感，不会像女孩一样，能用语言表达出“我生气了”、“我很难过”等情绪，即使表示对你的爱，他可能也只是拉拉你的衣角；

男孩的沟通能力比女孩稍逊一些，这个差别在婴儿一出生时就表现出来了——女婴比男婴更喜欢注视大人的脸；

女孩在情绪觉察方面比较敏感，如别人脸上的表情、说话声音中隐藏的不悦、细微的肢体动作等等。

人们很清楚女孩和男孩的能力有些不一样：女孩情绪化和善于交流，也就是我们所说的情商比较高，而男孩则擅长抽象思维。看来，比较善于“理性思考”的成年男性不仅仅是由于大脑思维方式的不同，还因为他们在摇篮中就得到了这种鼓励。

那么，出现这一现象的原因是什么呢？

首先，男孩的左脑发育慢，所以，男孩小时候往往不能更流利、更生动地使用语言。他们需要付出额外的努力才能调动大脑的左半球，找出合适的词来形容他们的感受。

其次，男孩大脑右半球的内部连接发达，所以大多数男孩擅长数学，对拆卸机器具有浓厚的兴趣，总喜欢把零件扔得满地都是。此外，他们的动手能力比较强，如果遇到操作上的问题，他们倾向于采取行动，亲自动手解决；而绝大多数女孩更愿意静静地思考，善于调节情绪。这都是因为右脑是负责数学、运动、空间感的，而左脑喜欢推理和沉思。

男孩真是糟糕，所以很多父母都说：“与其这样，我们干吗不养育一个听话、乖巧的女孩呢？”

男孩真的不如女孩吗？

不，另一些人一定会反对，他们认为这些评价不全面，男孩还是这样的：

他们精力充沛；他们的大脑没有太多桎梏，充满奇思妙想；他们喜欢集体生活，十分团结；他们的肌肉充满力量，天生善于各种运动……

没错，这些描述也确实都是男孩的特征。男孩就是这样，一方面糟糕透顶；一方面又让人赞叹不已，所以柏拉图说过：“在所有的动物之中，男孩是最难控制和对付的。”

我们确信，无论现在的男孩看起来怎样，他们都能够成为

优秀的人，成为关心他人的人，成为社会的发展出谋划策的人。父母，只要抓住了他们的成长特性，就能够帮助他们变成高情商的人。

“毛毛躁躁的小伙子”——男孩早期教育中情绪教育的重要性

曾经听过一句很有意思的话：

7岁的男孩是地球上最可怕的生物，他们有好奇心、行动力、破坏力以及《未成年人保护法》。

为什么小男孩给人的印象就是：破坏、好奇、自控力差，而女孩则被誉为是父母的“贴心小棉袄”呢？

谜底就在于一个男孩体内小小的秘密——睾丸素。

虽然从受孕起，孩子的性别就被确定了。但是，若要使他或她成长为一个真正的男孩或女孩，还有许多因素在其中起着重要的作用。

一直到3岁之前，女孩和男孩的区别都不是很大，他们的身高和体重的成长曲线几乎一样。3岁以后，同龄的男孩一般会比女孩高一二厘米；体重也重600~700克。

这种区别主要是由于男孩体内分泌的睾丸素，这种激素使得男孩身体的发育更快。一般说来，男性体内的雄性激素是女性体内的20~40倍，这对他们而言可不是什么好事，因为睾丸素会疯狂地搅动起来，使他们的情绪和行为发生变化。

同样也是由于这种激素，使得男孩的行为不同于女孩，他们会表现出很多与女孩完全不同的低情商特性，例如，更富攻击性、没

有耐心、缺少同情心、自控力差等等。

这就预示着一个比较明显的问题：男孩小时候的情商好像普遍比女孩要低。

在小学阶段，班长多半是女孩，因为她们说话清楚、表达流利，这个现象要到青春期之后，才会调换过来；

上小学时，男孩毛毛躁躁、不服管教，字迹总是很潦草，有时候连自己也辨认不出，还错误百出；

一位6岁男孩的妈妈讲述了儿子的“罪行”：

我儿子太皮了，不知道该拿他怎么办才好，写个作业也要连哄带骗，稍不留神他就跟着隔壁的孩子出去疯跑了；他数学学得不错，但是语文真是让我头疼，写字总是会“出格”，非常潦草，而且经常会写错。每天最开心的事情——就是我儿子能安安静静地坐在书桌旁边练习字体，但是这实在是一件很困难的事情……

上中学时，男孩不愿意参加演讲、讨论或者其他非运动类的活动，他们认为这些都是女孩去参加的项目；

到了高中，大部分的男孩开始进入从幼稚到成熟的转折期。在这个时候，男孩开始变得敏感、焦躁、喜怒无常，他的圈子里变得只有游戏机、朋友和聚会，好像和父母的距离也越来越远了。这时候，父母千万不要以为你的男孩“翅膀硬了”、变“坏”了，这仅仅是由于他们体内的荷尔蒙分泌过多而造成的——此时，男孩体内的荷尔蒙分泌量是以前的8倍！

作为男孩的父母，面对儿子的这些频繁的变化，能够做的就是：全面了解你的儿子，多让他们做出正确的“诊断”，用最科学的方法去教育他们，提升他们控制自己、体贴他人的能力。

身为父母，请抓住男孩情商培养的3个阶段

男孩的成长过程并不是一帆风顺的。很多父母都期望，在孩子小的时候，自己给孩子做饭、洗衣服、送他们上学，祈祷某一天一觉醒来，男孩已经长大成人了。其实，事实并不是如此，男孩的成长和高情商的形成都要经历一个特定的过程。

第一阶段：6岁前的情商培养关键词——性格塑造、安全感、第一个反抗期

方法一：抓住男孩性格塑造的关键期

如果一个人能力不足，那么可通过培训提高，一年不行两年，两年不行三年，总是可以改变的。但如果一个人的性格有缺陷，要改变起来，就困难多了，正所谓“江山易改，秉性难移”。

在一定条件下，性格还决定着能力的发挥。如果一个人的性格与所从事的职业很符合，就会有利于他在职业上获得成功。因为从事适合自己性格的工作，通常能让人发挥己长、乐意投入，对工作具备热情和高度的责任心，更能胜任工作，并获得极大的快乐和成就。反之，如果性格与工作“不合”，再好的能力也无法发挥。这些都证明：有时候性格确实比能力更重要。

然而，在男孩6岁以前的早期教育中，很多父母总是关注男孩的智商是否得到发展，知识是否得到增长，创造力是否得到开发，但却忽视了他们的判断力、价值观、感受性等方面的情商教育，这种忽视导致了男孩的性格不能得到合适的引导。

男孩性格上的优点与缺点，主要与生活环境和教育有关，进一

步说，主要和幼年时的生活环境有关。

有一对年轻的父母，双方性格都很开朗、诚实，人缘也很好。他们有两个儿子，一个9岁，一个7岁。弟弟的性格活泼开朗，非常讨人喜欢；而哥哥却个性阴沉、内向胆小，不喜欢说话，也很难和人相处。

父母希望能改变自己大儿子的性格，想知道问题的答案：夫妻俩和小儿子都个性开朗，为什么大儿子的性格会是这样？

于是，他们带着孩子去看心理医生。经过详细询问，心理医生了解到，原来刚生下小儿子后，母亲身体虚弱，只好把未满周岁的大儿子完全交给保姆照顾。医生判断，很可能是在保姆照顾孩子的这段时间里发生了什么事情。

后来他们找到了当时的那个保姆，保姆终于说出了原委。原来那时她经常谎称带孩子出去散步，但实际上却是在后院和男友约会，几乎天天如此。约会时，她就把孩子放在后院仓库的阴暗角落里。可怜的孩子虽然还没到1周岁，但他已经能感觉到周围环境的氛围。潮湿昏暗的仓库里弥漫着一种发馊的味道，黑暗中还时不时传来老鼠或昆虫制造出的“沙沙”声，这些都给孩子带来了不良的情绪感受。这些感受深深地印刻在了孩子的头脑中，最终导致他形成了一种阴沉、胆怯的个性。

中国近代著名爱国将领朱庆澜先生，也曾对早期教育做过形象的比喻。他说：“孩子生下来好似雪白的丝，在家里养活6年，好似第一道染缸；6岁进入学堂，好似第二道染缸；20岁以后出了学堂，到世界上来同人办事，好似第三道染缸。”他认为孩子的0~6岁的“第一道染缸”是最关键的。“第一道染缸”打上“红底子”，以后再受到好的教育和影响，孩子就会变成“大红”、“朱红”，即使是后来受到不良的影响，“红底子”也不会很快变黑。假如“第