



JIAYOU NVHAI JIAZHI QIANJIN

一本渴望养好女儿的家长都应该读的书

一本家有女孩的中国家庭必备的育女经



教育是不可逆的，任何的疏忽和错误，都可能会让我们遗憾终生！没有不“成凤”的女儿，只有不成功的教育。为了她的未来，请翻开这本书吧！

家有女孩 价值千金



王平芳◎编著

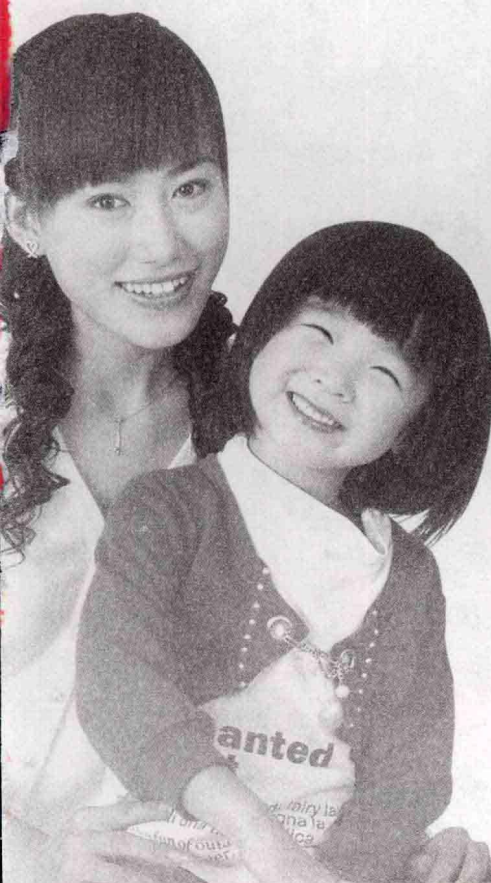
朝華出版社



一本渴望养好女儿的家长都应该读的书
一本家有女孩的中国家庭必备的育女经



家有女孩 价值千金



王平芳◎编著

JIAYOU NVHAI
JIAZHI QIANJIN

图书在版编目(CIP)数据

家有女孩价值千金 / 王平芳编著. —北京:朝华出版社, 2010.5

ISBN 978-7-5054-2386-2

I. ①家… II. ①王… III. ①女性-家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 074774 号

家有女孩价值千金

作 者 王平芳

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 王 磊

特约编辑 连 慧

责任印制 张文东

封面设计 天下书装

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 三河市祥达印装厂

经 销 全国新华书店

开 本 710mm × 1020mm 1/16

字 数 180 千字

印 张 16

版 次 2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月第 1 次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-2386-2

定 价 29.80 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换

前言

PREFACE

何为“千金”？这得从我国的古代货币单位说起。两千年前的秦朝以一镒为一金（“镒”是古代重要单位，一镒为二十两或二十四两），汉朝以一斤金子为一金。后人借“千金”以言贵重。渐渐地，在社会交往中，人们也就将女孩子专称为“千金”了。

拥有“千金”的父母是幸福的，她是上天给予我们的恩赐。然而，我们真的能够培养出一个价值千金的女儿，让她拥有一个价值千金的未来吗？

造物主给了女孩很多美好的东西——甜美、温柔、沉静、细腻、善良、纯洁。小女孩的天性与气质，决定了其独特的成长过程。对女孩的教育方式与男孩的是不同的，女孩的成长是最容易遇到问题的。所以，合格的父母，要给予女孩更多理智的爱。要想让自己的女儿价值千金，成为真正的“公主”，父母必须根据她本身所具有的特性，因材施教。

女孩的培养和男孩有差别吗？如何让自己的女儿价值千金呢？如何让自己的女儿在万千女孩中脱颖而出、独放异彩呢？这就是本书写作的出发点。

很多父母认为，与调皮捣蛋的男孩相比，乖巧听话、善解人意的女孩要好养育得多。果真如此吗？为什么健康、懂事的女孩很多，但杰出、优秀的女孩却屈指可数呢？作者结合女孩子的特性，依据当今的社会现状，并结合一些教育专家的建议，从不同的角度出发，为父母们提供了一套培养“千金”的计划与方案。

心理学家和教育专家经过多年的研究发现，男孩与女孩就是一个缤纷绚烂的万花筒。即使是双胞胎，教育方式也不能一概而论。女孩的情感具有很强的

可塑性,她们更注重人与人之间的关系问题,只有走入女孩的内心世界,深入了解女孩的所思、所想,才能以更为科学和有效的方式对其进行教育与引导。

聪慧让您的女儿能够在变幻莫测的世界中找到正确的前进方向,能够帮助她正确地认识自我、自如地掌控情绪、善于与他人进行沟通和交流,从而更好地学习和生活;独立能力、自尊、自爱、责任心、爱心、积极的心态以及正直等品质的培养,能够让她在与同龄人处于同一起跑线上时更早走向成功;学会和了解一定的理财知识,树立正确的理财观念,能够帮助女儿过上更富裕的生活;善于“玩乐”,通过玩学到各种知识,是您的女儿成功的条件;令人惊艳的外貌、修长的身形、优雅的气质以及绘画、音乐、舞蹈等方面的才艺,使她更容易获得他人的好感,可以让她在学习和工作中赢得更多的机会!

一个“价值千金”的女孩,其内涵固然需要发掘,但要想在职场上获得好的位置,她的形体、气质、才艺往往也会起到很重要的作用。当然,所有的培养都要根据女孩子本身所具有的特性,循循善诱,因势利导。

教育是不可逆的,任何的疏忽和错误,都可能会让我们终生懊恼而难以弥补!没有不“成凤”的女儿,只有不成功的父母。为了您的女儿,请翻开这本书吧。

祝愿每位阅读此书的家长,在未来的日子里,都能以自己的女儿为骄傲,都能将自己的女儿培养成为一位价值千金的“公主”,让她绽放出钻石般的光彩!

目 录

CONTENTS

第一章 走入女儿的内心世界

——全面了解您的女儿

1. 顺应自然,了解女儿的成长历程 / 003
2. 男女大不同,呵护女儿的公主梦想 / 011
3. 读懂女孩,寻找女儿的独特个性 / 015

第二章 培养千金女孩

——父母的角色至关重要

1. 扮演好为人父母的角色 / 019
2. 与女儿交朋友 / 027
3. 为女儿提供一个温暖的港湾 / 032



第三章 适时地帮助女儿提高智商

——女孩的智慧价值千金

1. 学前教育阶段——通过游戏培养女儿的智商 / 039
2. 小学教育时期——培养女儿学习的兴趣 / 043
3. 中学教育时期——教会女儿学习的方法 / 048

第四章 阳光个性的女孩更招人爱

——女孩的情商价值千金

1. 拥有情商,是女儿走向成功的捷径 / 055
2. 照镜子,教女儿认识自己 / 057
3. 教女儿善待他人,善待自己 / 059
4. 引导女儿调控情绪,学会自控 / 061
5. 擅长交往,让女儿完善自我 / 064
6. 志存高远,让女儿实现自我 / 068

第五章 给女儿一根“金手指”

——女孩的财商价值千金

1. 教女儿认识“钱” / 075
2. 让女儿自己买东西 / 078
3. 教女儿管理压岁钱 / 081
4. “吝啬”能让女儿存点钱 / 084
5. 让女儿学习投资和赚钱 / 087

第六章 比知识教育更重要的是挫折教育

——女孩的坚韧价值千金

1. 别给女儿太多压力 / 091
2. 别试图什么事都帮女儿做好 / 094
3. 让女儿微笑着面对困境 / 098
4. 鼓励女儿在逆境中坚持 / 102
5. 让女儿懂得吃苦就是吃“补”的道理 / 105

第七章 会玩的孩子才会学习

——女孩的快乐价值千金

1. 玩也是一种学习 / 111
2. 读书,娱乐女儿的生活 / 114
3. 音乐,陶冶女儿的情操 / 117
4. 亲近自然,增长女儿的见识 / 121

第八章 父母是孩子最好的保健专家

——女孩的健康价值千金

1. 培养女儿良好的生活习惯 / 127
2. 体育锻炼让女儿受益无穷 / 131
3. 女孩不同时期,锻炼的重点应不同 / 135
4. 关注女儿的心理健康 / 139



第九章 征服人心的力量

——女孩的人格魅力价值千金

1. 人格魅力——女儿成功的阶梯 / 147
2. 积极的心态,让女儿笑对人生 / 149
3. 诚信——女儿人格魅力的根本 / 152
4. 宽容,为女儿的人格魅力加分 / 155
5. 公正,让女儿合理地看待问题 / 158
6. 谦虚,促使女儿进步 / 161

第十章 有一种爱叫做放手

——女孩的独立能力价值千金

1. 让女儿具有独立意识 / 165
2. 培养女儿的生活自理能力 / 168
3. 爱她,就相信她 / 171
4. 给女儿一个空间,让她自己去发挥 / 174

第十一章 爱,让生命之花更璀璨

——女孩的爱心价值千金

1. 善良,让女儿的灵魂更闪光 / 181
2. 爱,让女儿的生命之花更璀璨 / 184
3. 百善孝为先——让女儿学会爱父母 / 187
4. 予人玫瑰,手留余香——让女儿学会友爱待人 / 190

第十二章 有责任才会更有动力

——女孩的责任心价值千金

1. 女儿的事让她自己干 / 195
2. 让女儿分担家务 / 198
3. 让女儿照顾花草和小动物 / 202
4. 鼓励女儿勇于承担责任 / 204
5. 教会女儿为集体服务 / 208

第十三章 发掘属于女儿的美丽

——女孩的美丽价值千金

1. 女儿如此美丽 / 213
2. 运动,让女儿拥有美好的形体 / 216
3. 好心情,让女儿容光焕发 / 218
4. 自信,让女儿更加美丽 / 220

第十四章 赋予女儿艺术的“灵魂”

——女孩的才艺价值千金

1. 不可缺少的艺术修养课 / 225
2. 涂鸦,帮助女儿发现美 / 227
3. 音乐,让女儿学会表达美 / 231



第十五章 由内而外的优雅

——女孩的气质价值千金

1. 气质是女儿的魅力砝码 / 237
2. 让女儿拥有优雅得体的举止 / 240
3. 教女儿学会温文尔雅的谈吐 / 244

家有女孩 价值千金



第一章

走入女儿的内心世界

——全面了解您的女儿

作为父母，您知道男孩与女孩的差别到底有哪些吗？您的女儿正处于发展中的哪个阶段呢？您的女儿具有什么样的内心世界呢？您的女儿有什么样的个性特点呢？她感情非常细腻？她是安静如水，还是非常淘气？全天下的父母都希望自己的女儿优秀、出色，能成为价值千金的公主。为了把她培养成真正的千金，父母必须走入女儿的世界，发现她的与众不同。

1. 顺应自然，了解女儿的成长历程

自然是最好的教师。

卢梭在《爱弥儿》的开篇写道：“出自造物主的东西都是好的，而一到了人的手里，就全变坏了。”“如果你想永远按照正确的方向前进，你就要始终遵循大自然的指引。”

他提出了“自然教育”理念，即教育必须遵循自然，顺应人的自然本性。

卢梭强调，教育要注意儿童的年龄特征，不同时期，所进行的教育是不同的。教育要根据儿童不同时期身心发展的特征，施以相应的教育，不要超前，也不要耽误了教育的最佳时期。

我们都知道男女有别，与男孩相比，女孩有很多优点。例如：乖巧听话、善解人意等。在女孩很小的时候，她们的这些优点就已经显现出来。

当同龄的男孩子说话还不完整的时候，女孩就可以和别人聊天了；当同龄的男孩热衷于各种玩具的时候，女孩已经认真学习、能歌善舞了；当同龄的男孩为琐事而打架的时候，女孩已经成为父母的贴心“小棉袄”了。

儿童心理学家发现：青春期前的女孩比男孩的智力要发展得快些。然而，青春期之后，受身体、心理变化的影响，女孩的天赋与优势就会渐渐减弱。

成长是一个连续的过程，在这个过程中，每个人都会有不一样的表现。那么，您了解您的千金现在正处于人生旅程的哪个阶段吗？在这个阶段，她将会遇到哪些常见的问题呢？您能成功地帮她顺利度过这个阶段吗？



婴儿期的软弱

从出生到1岁或者1岁半，这一阶段您的女儿正处于婴儿期，是您的女儿成为个体的独立发展的关键时期。

然而，由于她自身力量的软弱和对环境中其他人的依赖，她对外界基本属于被动应答的状态，没有父母和长辈的照顾，她很难与外界建立联系。

这一时期，您的女儿身体生长发育十分迅速，以脑的发育和体重的增加最为突出。到1岁多，她的脑重量约为400克，大约是成人的1/3。

不过，您得注意女儿的健康状况。因为，她是非常脆弱的，很难适应气候的变化和抵御外界病菌的侵袭。她的语言能力尚未形成，主要通过运动、感知来认识和了解世界。她可能会反复地玩某种玩具，来感受属于她的成功。她也会在您的帮助下学习走路，并开始认识家人。

这一时期，您的主要任务是养育她。现代科学技术的发展使人造产品越来越多地渗入我们的生活，人工代乳品充斥着我们的生活。许多父母企图用各种各样的高价婴儿营养品和护肤品来使自己的女儿长得更健康、更漂亮，然而往往会适得其反。

只有母乳喂养、清新的空气、温暖的阳光、清洁的水质以及适合她的各种天然食物的供应，才是她健康成长的保证。

为了让女儿赢在起跑线上，您可能会买各种各样的玩具来训练她的运动能力和各种感觉器官。

您应该让她的四肢和身体开始自由运动，慢慢地训练她用手抓握玩具的能力，建立她与他人的关系。与他人良好的情感交流，可以让她处于比较安定和愉快的情绪中，对于她以后的心理健康十分重要。

幼儿期的好奇

幼儿期时间大约为5年左右。独立的行走标志着您的女儿开始步入了幼儿期，她有了更多的活动空间。她开始依靠自己而不是您的帮助，选择和更换

自己的活动空间，感受自己独立行走的快乐。她开始主动地认识自己周围的世界。

对于她而言，什么都是新鲜的、绚丽多彩并富有吸引力的。她总是会睁着大大的眼睛观察周围的世界，用自己的语言与他人交流，试图建立自己最初的人际关系。

0~7岁这段时间是女孩大脑快速发展的黄金时期。研究指出：女孩的脑细胞组织到3岁就已经发育完成了60%，6岁则发育完成了80%，近7岁时，女孩的脑重量平均接近1280克，约是成人的90%，神经系统也开始完善，抵御疾病的能力增强。

这个时候，您的女儿开始喜欢活动，整天活蹦乱跳。她有着强烈的求知欲和好奇心；她开始在绘画、音乐等方面显露天赋；对于感兴趣的事情，她能够表示自己的关注；她希望得到您的赞扬与喜爱；她开始对童话故事里面的人物产生真挚的情感；她喜欢各种各样的游戏；她学着帮助父母做家务……她不断地向您显示她能做什么，并在做的过程中感受快乐！

这段时间的教育关系着女孩一生的智力发展水平。研究显示：孩子潜在能力的发展存在着递减的趋势，若出生时以100%计算，5岁时就只剩下80%，到8岁的时候就只剩下60%。这个时期女孩的主要任务是身体的发育，她将要学会走路、说话和思考。

在这一阶段里，女孩将表现出出色的语言能力和超强的记忆力。在这个年龄阶段，父母一定要提早对其进行教育和做感官训练，要了解女儿的需要，给予她关心和爱护，让她获得勇气和力量。

为了赢在起跑线上，您可能会花重金让孩子参加各种辅导班。英语班、奥数班、才艺班……充斥着她们的生活。可是，您知道吗？揠苗助长也许会伤害女儿学习的兴趣，有悖女孩的成长规律！

心理学家的研究表明：女孩在10~11岁的时候才有理性思维。在孩子没有达到“最近发展区”时，强迫她们去理解和接受事物，可能会造成孩子的负担。

这一阶段的女孩处于梦幻般的童话世界里。漂亮的发夹、各式各样的玩具、各色的小花裙子……面对众多的选择，她们显得有些手足无措。她们需



要父母帮助她们作出恰当的决定。

早期教育为您女儿以后的全面发展提供了多方面的可能，也使后期的教育变得更加轻松：要让女儿接触大自然，认识她周围的世界；对于女儿提出的问题不要使用粗暴的拒绝，要呵护好女儿智慧的嫩芽，保护她对事物的好奇心；父母要培养女儿与他人的协作与交往能力。

溺爱只会让自己的女儿变得骄纵而狭隘，难以适应幼儿园的生活。因此，父母要培养女儿的责任心，让女儿学会自己穿衣服、扫地、洗碗……

童年的天真烂漫

从六七岁到12岁，她度过了色彩斑斓和无忧无虑的美好时光，进入人生的奠基阶段。她从梦幻般的世界走出来，开始成为一个独立的个体。

这是一个清新纯净、天真无邪的阶段，是一个充满生机与活力的阶段。她开始慢慢成长，并通过学校的学习和与外界的联系，形成自我认识。

到12岁的时候，她的脑重量已经与成人相差无几了，身高与体重也稳步地增长与增加。她的发展更多地表现在心理方面。她开始自己有意识、有目标地去学习，开始在意别人对自己的评价，也开始通过丰富多样的活动以及与他人各种沟通交流来享受自己成功的喜悦。

在学习或其他活动中，女孩主要关注的是结果是否成功，活动的内容、形式和过程是否有意思，她是否能在活动中担任自己想要的角色，老师和同学们对她的表现是否给予肯定……

她的视野已经变得非常开阔，她强烈地想要接触外面更精彩的世界；她试图更进一步地了解周围的世界；她能读、能写，面对很多的难题也应付自如；她聪明机灵，能言善辩……她开始用一种全新的眼光看世界了。

除了眼界的开阔之外，女孩的学习能力突然增强。研究表明：在8~12岁这个阶段，女孩不但身体比男孩发育得快，她的大脑也要比男孩发育得快。

在这一阶段，女孩大量的脑细胞都得到了更新，她的海马趾异常活跃，大脑皮层和边缘系统发育趋于成熟……她大脑的血量比男孩多15%，大脑中主管语言的神经中枢要比男孩大1/3。因此，研究认为，8~12岁是女孩学习

