

男孩养 志气

女孩养 气质



云晓
著

养个女孩要有气质，
如此她才最具魅力，
不被诱惑，不妥协，不软弱，把握幸福。

养个男孩要有志气，如此他才知道奋斗，才能自强不息，才能走向成功。

男孩养志气 女孩养气质

云晓 著



朝華出版社

图书在版编目(CIP)数据

男孩养志气 女孩养气质 / 云晓著. — 北京: 朝华出版社, 2011.9

ISBN 978-7-5054-2919-2

I. ①男… II. ①云… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 193173 号

男孩养志气 女孩养气质

作 者 云 晓

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 楼淑敏

责任印制 张文东

封面设计 柏拉图

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街 24 号 邮政编码 100037

订购电话 (010)68413840 68996050

传 真 (010)88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.blossompress.com.cn

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 787mm×1092mm 1/16 字 数 250 千字

印 张 16.5

版 次 2011 年 11 月第 1 版 2011 年 11 月第 1 次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-2919-2

定 价 29.80 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换

前言

男孩与女孩天生就是不同的，从生理到心理都有着先天的差异。

男孩体内的荷尔蒙使男孩比女孩更具侵略性，而女孩在雌激素的作用下则更具同情心。

有结果表明，对6个月的男女婴儿做对比实验，在发生困难的情况下，男婴试图通过不断的探索和尝试自己去解决问题，而女婴更倾向于用哭泣等手段寻求外力的帮助。

男孩在运动能力方面比女孩有着明显的优势，其爆发力、动作速度和猛烈程度远远超过女孩，但耐久力较女孩差。男孩的竞争意识要强于女孩，但同情心弱于女孩。男孩更善于根据自己的实力来估计自己在所处集体中的地位，更喜欢主宰、控制环境，但在交际能力方面却明显弱于女孩。在从父母那里充分得到无条件的爱的前提下，男孩会比女孩更早地走向独立。由于体内的荷尔蒙的作用，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解决问题，而忽视感情的因素。





实际上，男孩和女孩不仅在生理特征上差异明显，社会影响和社会期待为他们营造的成长环境也显著不同。

作为父母生命的延续，父母对男孩寄予了更多的希望与重托，在养育男孩的过程中会不自觉地对男孩提出更高的要求。想要男孩具备一技之长，想要男孩具备吃苦耐劳的毅力，想要男孩在学业或者事业上有所建树，能够在不久的将来担负起家庭与社会的责任……

作为父母的贴心小棉袄，父母对女孩倾注了更多的爱与呵护。父母给她准备了温暖舒适的生活环境，给她准备了美丽可爱的玩具，费尽心思将她培养成名副其实的“淑女”，为她精心安排好了一条无风无浪的人生坦途，以期这样就能让她永远生活在幸福之中。

家长们的愿望固然美好，但现实的情况却让我们不得不对这些期望进行一番重新审视。

先让我们来看看两个孩子的成长历程——

人生不如意的男孩：

为了不让儿子输在起跑线上，在志刚5周岁的时候，父母就通过各种关系将他早早送进了学校。

志刚天性好动，老师却要求他必须把双手背在身后，一动不动地听课；志刚的年纪小，注意力不够集中，结果总被老师批评为“淘气包”“捣蛋鬼”；一次次不如意的成绩接踵而来，志刚最终被老师和家长归类到了“差生”之列……

待到志刚上中学后，父母的工作也开始忙了，便很少过问他的情况。到了假日，志刚一个人在家呆着没有意思，慢慢就迷恋上了电脑游戏，常常是连续奋战十几个小时，成为了名副其实的网瘾少年。虽然后来在老师和父母的帮助下，他成功战胜了网瘾，但却早早戴上了一副高度近视眼镜，身体更是瘦弱得像个豆芽菜，学业也荒废了。

学业上不如意的志刚，不得以便早早进入了社会，在父母的帮助下进入一家工厂打工。因为没有任何学历，又不善于学习，直到30多岁他还奋战在艰苦的一线，每天早出晚归。

男人的争强好胜之心、现实生活中的无能无奈……志刚的内心备受折磨。

志刚的人生为什么会如此不如意？原因我们可以列举出很多：过早将男孩送入学校，忽视了其智力发育和身体发育较之女孩要迟的事实，让男孩成为了“淘气包”；学校教育的刻板，以及父母老师的不理解，让男孩成为了“差生”；父母的不关注，生活的单调，加之自控能力不强，让男孩成为了“网瘾少年”；学业上的不得志，综合能力的欠缺，让男孩的事业屡屡受挫……

男孩的成长过程中，可以说布满了危机：学业危机、成长危机、诱惑危机、心理危机、事业危机……哪一件单看或许都是人生难以完全避免的，但哪一件都足以引发连锁反应，成为影响其一生的大事！

生活中像志刚一样，本可以做出一番成就却最终与成功无缘、生活在痛苦中的男性，并不少见。

不幸福的女孩：

从夏琳很小的时候起，父母就常常在她的耳边唠叨：女孩子就是要听话、要乖，这样才会有人喜欢。于是，成长中的夏琳越来越像一个“小公主”了，胆小、害羞、依赖、不够独立……

上学后，父母因一直持有“女孩好养”的观念，很少对夏琳的学业和生活问题给予关心。性格安静的夏琳，渐渐喜欢上了读言情小说、看爱情肥皂剧，迷恋上了多金的男孩和美丽的女孩，并且坚信“爱情和婚姻就是自己的全部”的观点。

随后，父母关系破裂并且离了婚，夏琳更是感到无比的痛苦和无助。





大学的时候，她遇到了自己的“白马王子”，并迅速坠入爱河。于是，夏琳开始把自己的人生希望全部寄托在男友身上。她的生活开始以男友为中心，事事都要男友拿主意，把男友的话当做自己的行为准则。男友说她有点太胖了，原本体形标准的夏琳马上开始减肥；男友在校外做兼职，夏琳就每天给男友送饭。然而即便夏琳已经如此小心翼翼，男友的挑剔还是越来越多，两人的感情也是直线降温。

一个周末的晚上，夏琳在散步的时候，突然看到了这样一幕：自己的男友亲密拥着另一个女孩走在一起，而这个女孩比弱不禁风的自己要丰满很多……

幸福，似乎离夏琳越来越远！

夏琳的人生为什么会如此的不幸福？原因我们也可以列举出很多：父母“女孩子就是要乖、要听话”的教育，让她成为了娇弱的公主、弱者的代名词；父母的关心较少，生活的单调，让她沉迷于虚幻的爱情世界中，忽略了自身能力的培养；父母的离异，让她身心受到伤害，并且无力承受；将自己全部的希望都寄托在男友身上，成为男友的附属物……

女孩的成长过程中，可以说布满了“不幸福的陷阱”——父母的不当教育、对爱情的过分痴迷、对他人的过分依赖……天性柔弱、生活在现实世界中的女孩，受到各种伤害的可能性可以说非常之大。特别是一些具有依赖和屈从性格的女性，不幸福更是会成为一种必然。

现实是残酷的，社会并不会因为女孩的性别而对她网开一面。无论是升学还是就业或婚姻，女孩并没有得到一丝一毫的优待。

当我们为了男孩的成长担忧，当我们为了女孩的未来焦灼时，是不是也该意识到，有什么问题是我们不曾留意的呢？



就像我们在前面所说的那样，无论家庭还是社会，对男孩所抱的期望较之女孩都要高很多。在这种期望之下，男孩肩膀上也就担负了更多的责任。

然而，现实的情况却是，生活中很多男孩并不具备挑起家庭与社会重担的能力，在男孩身上，反而出现了这样的危机——

从小学到大学，男孩学业全线告急；
 男孩的体质呈逐年下降趋势；
 男孩身上出现了更多的心理问题和犯罪现象；
 男孩们普遍责任感缺失；

同样，在女孩身上这样一些危机也开始渐渐浮出水面——

女孩在现实世界中渐渐失去了自我；
 女孩过分注重自己的外表，缺乏内涵修养；
 女孩在婚姻生活中更被动，往往容易成为不幸婚姻的受害者；
 女孩安全意识较差，几乎大多数女孩都面临着安全危机；

孩子们身上出现的这种种问题，无疑给我们敲响了警钟。我们可以想象一下，如果这些危机不能解决，我们如何能够放心地让孩子走向社会？如果孩子身上这种危机不消除，他们又怎么可能拥有幸福的生活与美好的未来？

正是从这个意义上说，我们在本书中才着重提出了这样的观点：
男孩养志气，女孩养气质！

男孩的志气怎么养？主要是培养其坚强勇敢、吃苦耐劳、做事勤恳、踏实努力、坚韧顽强的品质，使其具备挑起家庭责任和社会责任的能力；

女孩的气质怎么养？女孩养气质侧重的是文化修养的投资、性情的陶冶，让她感觉精神上富有，有安全感和自豪感，能够具备自





立的能力，能够拥有感知幸福的能力，能够保持自己的独立性，不随波逐流，不委曲求全，保持自己独有的气质与魅力。

如何才能达到这样的目的呢？在本书中，我们从男孩与女孩的差异入手，根据男孩与女孩迥然不同的成长蓝图与心理特点，为家长们提供了最为详尽和实用的指导。

男孩养志气——

培养男孩坚强勇敢的品格，使他成为一个不畏困难的男子汉；

培养男孩吃苦耐劳的精神，让他能够更加从容地面对生活当中的不如意；

培养男孩强健的体魄，让他能够为家庭撑起一片蓝天；

培养男孩的独立能力，使他能够更加自立自强；

培养男孩的自信，让他能够更好地面对日益激烈的社会竞争；

培养男孩的自控能力，让他能够抵御住外界形形色色的诱惑；

.....

女孩养气质——

培养女孩独特的品味，让她成为气质不凡的公主；

培养女孩良好的生活习惯，让她的生活更有质量、更有条理；

培养女孩的才艺，让她在艺术的滋养下更加美丽；

培养女孩的自信，让她能够更好地把握身边的机会与挑战；

培养女孩的审美能力，帮助她更好地欣赏美、懂得美；

.....

相信，每一位想要养育出优秀儿子的家长，在阅读本书的过程中，都能找到适合自己的教育方法，最终养育出有志气、出色的男子汉。

相信，每一位想要养育出出众女儿的家长，也都能在阅读本书的过程中，找到培养女孩的正确之道，最终培养出自信自强、气质不凡的公主。



Contents 目录



上篇 男孩养志气

第一章 男孩的生长蓝图、成长特点

男孩的成长历程是充满着乐趣、危险和波折的——
他们坚强勇敢，无畏无惧；他们爱冒险，想当头儿，好斗，
好竞争；他们固执任性，对周围的世界充满了好奇……

- | | | |
|---|------------------------|-----|
| 1 | 一个男孩必经的成长历程 | 004 |
| 2 | 男孩的天赋和弱势 | 008 |
| 3 | 荷尔蒙密码——走进男孩的心理世界 | 011 |





4	男孩最大的特点，最迫切的需求·····	020
5	当代社会对男孩的期望·····	023
6	男孩培养要点——培养其男子气·····	026

第二章 走进他的世界——男孩的主要心理特点

喧闹的，激烈动荡的，隐晦的，矛盾的，积极向上的，易动摇的……

男孩的内心世界虽然很丰富，但绝对有一定的规律可循！

1	男孩的攻击性——捣蛋、打架、热衷武力的“坏”小子···	031
2	破坏大王——研究和创造的小天才·····	036
3	冒险王——需要监督，但也需要支持·····	040
4	男孩的竞争性——谁是头儿·····	044
5	对权力的欲望——逆反有理·····	049
6	隐晦的情绪表达——他不是不流泪的超人·····	054
7	自控力差——与诱惑“作战”的男孩·····	059
8	强烈的金钱欲——想成为有钱人的男孩·····	064
9	性别认知——我是男子汉·····	068
10	缺乏耐心——没常性的男孩·····	071
11	暂时落后的男孩——男孩的成长空间·····	074
12	学习费劲的男孩——这绝对不是男孩的错·····	078
13	男孩的父亲——父亲的影响力·····	086
14	父教缺失的影响（1）——不知道怎样做男人·····	089

- 15 父教缺失的影响(2)——犯罪、走上歪路的男孩 094
- 16 男孩的母亲——关爱而不溺爱 098

第三章 男孩培养要点——养志气

男孩养志气，主要是培养其坚强勇敢、吃苦耐劳、做事勤恳、踏实努力、独立、顽强的品质，让其具备挑起家庭责任和社会责任的能力。

- 1 坚强——培养顽强的男孩 104
- 2 挫折教育——让男孩百折不挠 107
- 3 勇敢(1)——要智慧地勇敢 110
- 4 勇敢(2)——做一些勇敢的事 113
- 5 吃苦耐劳——男孩最大的财富 117
- 6 独立——他是真正的男子汉 121
- 7 自信——成功的第一秘诀 125
- 8 强健的体魄——体育不好出废品 128

下篇 女孩养气质

第一章 女孩的生长蓝图、成长特点

女孩的整个成长历程充满了甜蜜的芳香、软软的惆怅——她们善良、美丽、安静、乖巧，但与此同时，她们也有那么一点依赖、敏感、爱哭、软弱……



1	女孩的生长蓝图	134
2	女孩的天赋与弱势	138
3	女孩最独特的需求	142
4	女孩与社会	145
5	女孩培养要点——女孩养气质	149

第二章 走进她的世界——女孩的主要心理特点

情感细腻、听话乖巧、善于学习、有艺术天赋，但她们也有些爱哭、有些依赖、有些软弱、有些情绪化，并且更易受到伤害……

女孩的内心世界虽然很丰富，但绝对有一定的规律可循！

1	容易屈从、软弱的小公主——X 染色体的秘密	153
2	爱哭、情绪化的女孩——雌性激素的秘密	159
3	擅用左脑——谈谈女孩的学习	165
4	丰富、细腻的情感——利弊相存的矛盾体	171
5	女孩也能玩枪——男孩教育方式的加入	175
6	易受伤害的女孩——感性 PK 理性	179
7	渴望爱与幸福的女孩——多爱一点点	183
8	依赖的小公主——生活不相信眼泪	187
9	0~7 岁——善于模仿的女孩	191
10	8~12 岁——她是学习的天才	194
11	青春期的女孩——迷茫的小天使	200



12	女孩的母亲——有其母必有其女	206
13	女孩的父亲——不可或缺的一种爱	211

第三章 女孩培养要点——养气质

女孩养气质，侧重的是文化修养的投资，性情的陶冶，让她感觉精神上富有，有安全感和自豪感，能够保持自己的独立性，不随波逐流，不委曲求全，保持自己独有的气质与魅力。

1	品味——培养气质女孩	219
2	审美——爱美还要会美	223
3	自信——抬头走路的女孩最美	226
4	多才多艺——赋予她艺术的气息	232
5	有计划，有条理——从容自若气自华	237
6	耐心，专心——不要成为假小子	240
7	勇敢——女孩当自强	244

参考书目	248
------------	-----



上篇

男孩养志气



第一章

男孩的生长蓝图、成长特点

“小男孩是由什么构成的呢？剪刀、蜗牛和宠物小狗的尾巴。”

正如这首古老的童谣所说的那样，男孩的成长历程的确是充满着乐趣、危险和波折的——他们坚强勇敢，无畏无惧；他们爱冒险，想当头儿，好斗，好竞争；他们固执任性，对周围的世界充满了好奇……

