



让女孩 更*像女孩

RANG NVHAI GENG
XIANG NVHAI

卢琼◎编著

儿童教育专家

北京师范大学
特聘早教顾问

0岁至青春期，完美女孩养成记

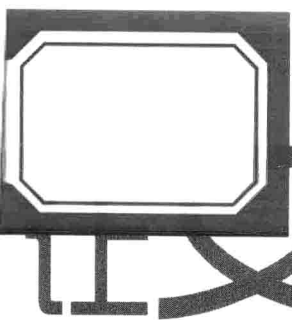
| 开阔的视野+丰富的阅历+富足的精神+高尚的品质=完美的女孩
父母的教育影响孩子一生



搜狐网
sogou.com
独家推荐阅读

ARCTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社



让女孩 更^x像女孩

RANG NVHAI GENG
XIANG NVHAI



时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

让女孩更像女孩 / 卢琼编著. -- 合肥 : 安徽科学技术出版社, 2013.5

ISBN 978-7-5337-6000-7

I. ①让… II. ①卢… III. ①女性—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第072329号

让女孩更像女孩

卢琼 编著

出版人：黄和平 选题策划：王晓宁 王久天悦

责任编辑：王 宜 责任校对：沙 莹

出版发行：时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

安徽科学技术出版社 <http://www.ahstp.net>

（合肥市政务文化新区翡翠路1118号出版传媒广场，邮编：230071）

电话：（0551）63533330

印 制：北京振兴华印刷有限公司 电话（010）85746073

（如发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂商联系调换）

开本：710×960 1/16

印张：14 字数：140千

版次：2013年5月第1版

2013年5月第1次印刷

ISBN 978-7-5337-6000-7

定价：28.00元

版权所有，侵权必究

前言

没有什么比把一个新生命带到这个世界，并抚养成人更伟大了。在女孩成长的过程中，除了社会、学校等环境因素外，父母不但负责照料女孩的生活，还肩负着教育女孩的神圣职责。在一定程度上父母决定着女孩的未来是走向成功，还是平庸。

毋庸置疑，父母都希望自己的女儿有所成就，你们倾其所有，为女儿创造良好的成长环境。但是，你们为孩子安排的一切，是起到了积极作用，还是扼杀了孩子的潜能？你们是否注意到，孩子的性别不同，教育方式也存在着很大的差异？

很多父母都认为，养育女孩要比养育男孩容易，因为女孩温柔、乖巧；但是我们必须承认，女孩大多敏感、娇弱、缺乏竞争意识。女孩就像娇艳的鲜花，需要我们精心呵护、细心栽培才能开得更绚烂。

中国古代大教育家孔子提倡“因材施教”。这一观点依然适合现代父母教育孩子。父母在养育女孩的时候应该区别于养育男孩，根据女孩特有的优势和个性，正确地引导和教育。

我们提倡富养女孩，就是要开阔女孩的视野，增加女孩的阅历，让女孩精神更富足。培养女孩自尊、自爱、自信、坚强、独立自主、有主见、有个性的优秀品质，让女孩从小会学习，懂交流，拥有较高的情商，成长为高情商、有爱心、有气质、具有高尚的品德和良好的修养的温柔女人。

女孩是上天送给父母的礼物。每个女孩的身上都蕴藏着不平凡的潜能，等待被开发。世界上多才多艺的人并不多，但每个人都有自己的特长。俗话说，“三百六十行，行行出状元”。每一个女孩都有自己的强项和潜能。作为称职的父母，要擅于发现女孩的

潜能，将她的潜能培养成特长。让女孩在未来的生活中拥有一技之长，拥有自己的一片广阔的天空。

愿所有父母都能为自己的女儿提供适合她成长的环境，让女孩们快乐、健康地成长！

编 者

目录

第一章 女孩要富着养才能更完美

第一节 不同的性别有不同的养育方式	2
天生不一样	2
社会规范有所不同	6
不要固化你的思维	7
搬走世俗强加在女孩身上的枷锁	8
不要让弱势成为女孩成长的“绊脚石”	11
第二节 富养女孩，才能培养女孩的高贵	
气质	14
“富养”≠惯养	14
怎样富养女孩	15

第二章 自尊、自爱、自信的女孩更优秀

第一节 自尊、自爱的女孩惹人爱	24
人先自尊自爱而后人尊之爱之	24
自爱不等于自恋	25
呵护幼苗，用心维护女孩的自尊心	27
平等相待，尊重女孩的隐私	30
以身作则，父母首先要自尊自爱	32

爱慕虚荣，诱惑女孩走向歧途的“毒苹果”	33
---------------------------	----

第二节 自信的女孩更优秀..... 37

自信帮女孩获得成功	37
-----------------	----

怎样使女孩获得自信	39
-----------------	----

第三章 娇弱不是女孩的代名词

第一节 别让女孩变得娇弱..... 44

是什么让女孩变得娇弱	44
------------------	----

让女孩摆脱娇弱的性格	48
------------------	----

女孩也要勇敢	50
--------------	----

第二节 挫折教育是女孩成长的必修课

53

实施挫折教育的必要性	53
------------------	----

怎样对女孩进行挫折教育	55
-------------------	----

第四章 女孩只有独立自主，才能顶起属于自己的 一片天空

第一节 让女孩意识到自己才是真正的

靠山	60
----------	----

自立是打开成功之门的钥匙，自立也是力量的源泉	60
------------------------------	----

如何培养女孩独立自主的能力	61
---------------------	----

第二节 学会理财对女孩来说很重要

64

学会理财有助于女孩形成正确的消费观	64
-------------------------	----

学会理财有助于培养女孩节约的品德	65
------------------------	----

学会理财有助于培养女孩的独立性	65
培养女孩的理财观念	66
 第三节 帮助女孩规划未来	 69
有规划的女孩更有目标	69
有规划的女孩更懂得珍惜时间	70
帮助女孩规划未来	71
 第五章 有主见、有个性的女孩最有魅力	
 第一节 女孩应该有主见	 74
有主见帮助女孩成就事业	74
有主见帮助女孩赢取信任	75
有主见帮助女孩塑造性格	76
培养有主见的女孩	76
 第二节 女孩要有个性	 78
个性成就女孩的事业	78
个性使女孩更突出	79
培养有个性的女孩	80
 第六章 培养情商，让女孩受益一生	
 第一节 做乐观开朗的“向日葵”	 82
乐观开朗能帮助女孩获得成功	82
培养女孩乐观开朗的性格	83

第二节 理性思考，帮助女孩获得幸福	87
女孩比较感性，更容易相信直觉	87
帮助女孩学会理性思考	88
第三节 交往能力对女孩很重要	91
爱交往不等于会交往	91
怎样让女孩学会交往	92
好脾气的女孩更受欢迎	94
第四节 自我认识能力能让女孩进步更快	97
自我认识能力强的女孩能合理控制自身情绪	97
自我认识能力强的女孩发展前景更广阔	98
怎样提高女孩的自我认识能力	99

第七章 爱心，让女孩成为天使

第一节 呵护女孩善良的天性	102
善良是女孩的天性	102
培养女孩的善良之心	103
第二节 培养女孩的同情心	104
同情心是产生爱心的基础	104
在女孩的心灵里播下同情的种子，让它开出仁爱之花	105
第三节 懂得分享的女孩会赢得双倍快乐	107
分享为女孩的成功之路增添新的砝码	107
让女孩学会分享	108

第四节 学会感恩，女孩就拥有了快乐的秘方	110
懂得感恩的女孩会更快乐	110
父母要给女孩做感恩的榜样	111
向女孩表达自己真实的感受	112
感恩，要从每一件小事做起	112
换个角度看问题，让女孩发现生活的美好	113

第五节 孝敬长辈，让被爱的女孩学会爱	114
没有孝心的女孩也不会有爱心	114
真正体会到父母的爱心和辛苦的女孩才会有孝心	115
父母是女孩的榜样	116
教育女孩“老吾老以及人之老”	116

第八章 女孩要有高贵的气质

第一节 细节体现女孩的气质	118
优雅的女孩最迷人	118
有礼貌的女孩更受欢迎	120
女孩要有艺术素养	120

第二节 从细节着手，培养女孩的高贵气质	121
妈妈要以身作则，做女孩的榜样	121
帮助女孩养成干净整洁的卫生习惯	122
从衣着打扮上培养女孩的审美观	122
培养女孩的艺术修养	122

第九章 女孩要有良好的品德和修养

第一节 好女孩要有优秀的品格	128
品格塑造一个人的命运	128
培养女孩高尚的品德	130
第二节 诚信是我们做人的根本准则	131
诚信的女孩能赢得信赖	131
培养女孩诚信的美德	132
第三节 宽容豁达是一种处世智慧	134
宽容豁达的女孩朋友多	134
怎样教女孩学会宽容	135
第四节 责任心能帮助女孩实现更多的人生 价值	137
有责任心的女孩更出色	137
培养女孩的责任心	137
第五节 社会公德心是女孩高尚品德的外在 表现	139
只有遵守社会公德的人才能被别人尊重	139
培养女孩的社会公德心	140

第十章 自主学习，女孩走向成功的铺路石

第一节 别让数学阻碍女孩的发展	144
为什么很多女孩学不好数学	144
帮女孩树立学习数学的信心	145
通过逻辑推理练习培养女孩的数学能力	146

第二节 发挥女孩语言和文学的优势	148
帮助女孩增强语言和文学能力	148
在日常生活中培养女孩的语言表达能力	149
为女孩创建宽松和谐的语言环境	150
第三节 快乐地学习，享受学习的快乐	151
寓学于乐，让女孩快乐地学习	151
第四节 培养女孩自主学习能力	154
做好预习是基础	154
上课认真听讲是关键	154
课后复习很重要	155
按时完成作业是保障	156

第十一章 找到属于女孩自己的强项

第一节 加德纳告诉我们，每个孩子都有自己 的强项	158
多元智能——教育观念的革命	158
世界上没有平凡的女孩	158
第二节 女孩的强项需要父母的发掘	160
寻找女孩的强项	160
正确引导女孩发展自己的强项	169

第十二章 家庭是女孩的避风港湾

第一节 父母是女孩成长的帮助者而非领导者	172
不要做专制的父母	172

父母要尊重女孩的意愿	174
父母是女孩的引导者	175
父母是女孩的第一任老师	176

第二节 父母要做女孩的朋友	178
建立和谐的家庭环境，正确定位与女孩的关系	179
建立沟通渠道，与女孩成为好朋友	181

第十三章 和女孩一起见证成长的喜悦

第一节 0~3岁，刚孵化出来的小蝴蝶	184
女孩的特点	184
父母应该这样做	186

第二节 4~6岁，乖巧可爱的小心肝	191
女孩的特点	191
父母应该这样做	193

第三节 7~13岁，银铃般的欢声笑语	196
女孩的特点	196
父母应该这样做	197

第四节 吾家有女初长成——关注青春期女孩	
心理问题	202
青春期女孩的问题	202
网络是一把双刃剑	206
正确对待女孩与男孩的交往	207

第一章



女孩要富着养才能更完美

有人说男人来自火星，女人来自金星。同样，与男孩相比，女孩也是来自另一个星球，和男孩在本质上截然不同。

很多父母都觉得，养育女孩要比养育男孩容易，因为女孩温和、听话、不调皮，但是我们不能忽视，女孩大多容易敏感、娇弱、缺乏竞争意识。女孩就像鲜花、美玉，但是鲜花也需要父母精心地栽培才能开得更绚烂，美玉也需要父母悉心地打磨才能露出光泽。最优秀的教育方法就是因材施教。父母在养育女孩的时候应该区别于养育男孩，根据女孩特有的优势和个性，正确地引导和教育。人们常说“男孩穷养，女孩富养”。这句话是有一定道理的。





第一节 不同的性别有不同的养育方式



天生不一样

从出生开始，或者更早，男孩就与女孩有着不同的生理特征、生殖器官，体内存在着不同的激素。当胎儿还在母体中孕育的时候，男女胎儿在大脑结构上就已经有非常大的差别了。差别之一就是女孩大脑的发育速度明显快于男孩大脑的发育速度。差别之二就是女孩大脑的左右半球之间的联系多于男孩。还有很多细节上的差别，例如雌性激素、基因的差异等，决定了女孩和男孩的心理和行为出现了很大的差异。



女孩比男孩口齿伶俐

细心的父母会发现，当很多和女儿同龄的男孩还只会说“爸爸”“妈妈”等简单的名词时，女儿已经开始说简单的句子了。很多女孩的父母都会因此而骄傲。的确，你的女儿在语言方面比男孩有优势。

与男孩相比，口齿伶俐是女孩很早就表现出来的优势之一。由于大脑结构的差异，很多男孩在4岁时才能清楚地表达自己的思想，而女孩则早在3岁时就能够清晰、准确、生动地表达自己的思想了。科学家经过研究证实：女孩到了16岁，她的胼胝体（联系大脑左右半球的神经纤维）比同龄男孩大25%，这使她的左右大脑交流更多，比男孩更容易用语言表达感情。这一结构的差异，也使女孩的大脑

内负责语言和写作的区域更加活跃。所以女性在写文章的时候比男性更加细腻，语言表达也更加丰富、生动。

其实，在现实生活中，并不缺乏能力强的人。但是，幸运之神偏偏青睐一些善于表达的人。所以，父母在培养孩子各种技能的同时，还应该培养孩子的语言表达能力。

虽然女孩比男孩更加擅长语言表达，但并不是所有的女孩在语言方面都比男孩强。有的女孩不愿意说话，并不是因为嘴笨，而是性格偏于内向，不懂得如何与别人沟通。

作为女孩的父母，你应该让你的女儿尽情发挥自己的特长，不要因为心理原因，使她变成一个沉默寡言的人。



女孩比男孩更灵巧

当女孩小时候能够灵巧地用两个手指捏东西时，同龄的男孩却只会满把抓。女孩手的小肌肉群的协调性天生比男孩好，她们能做出漂亮的手工作业，会给布娃娃缝衣服，她们的手指能在琴键上灵活地飞舞……

科学家指出，手指的运动可以刺激大脑的广大区域，而通过大脑的思维和眼睛的观察又可以不断纠正改善手指动作的精细化程度。眼、手、脑的协调配合能够极大地促进孩子的智力发展。

如果你的女儿手指灵巧，你就应该鼓励她多运动她的手。当她撕纸玩的时候，你不要因为她弄得满地都是纸屑而责备她。

手帕、纸巾都是柔软的，可以随便折成各种图形。你可以教你的女儿折纸船、纸鹤、花朵、扇子等。

教女儿唱歌、跳舞，并鼓励她在大家面前表演。这样做不但能够发展她的动作灵活性，还可以训练女儿的胆量，使她不怕场，能够轻松地展示自己。



女孩天生比男孩更敏感

很多人都发现，女孩比男孩更敏感。科学家早已证实，女孩的各项生理感觉比男孩更敏锐。

听觉方面，女孩比男孩拥有更灵敏的感觉，因此，女孩对噪声的感觉比男孩更强烈。就同一分贝的声音来说，女孩听到的要比男孩响亮2倍。

触觉方面，女孩比男孩对细微差异的感觉要灵敏许多。

视觉方面，女孩适应黑暗的能力要比男孩强，女孩比男孩更容易看清黑暗中的物体。

味觉方面，女孩比男孩更容易分辨细微的味道差别。

嗅觉方面，女孩比男孩的鼻子更敏锐。

实际上，女孩更善于调动嗅觉、味觉、听觉、视觉和触觉，并将它们的功能联系起来，从而捕捉到更多的信息，把握更多的细节，这正是男孩缺乏的。



女孩比男孩心思细腻

女孩一般心思比较细腻、感性，这对培养女孩的同情心非常有利，因此父母应注重培养女孩善良、可爱的一面。

都说“女儿是妈妈的小棉袄”，其实体现出来的就是女孩心思细腻的一面。女孩在三四岁就能够表现出细心的一面。她们比男孩更加会察言观色，做事更加细心体贴。看到妈妈躺在沙发上休息，女儿能够跑进卧室给妈妈抱一个枕头出来让妈妈枕着。看到妈妈伤心地哭了，女儿会过来轻轻地帮妈妈擦干眼泪，或者依偎在妈妈的怀里默默地陪伴，或者轻声安慰。男孩却只会关注自己正在进行的游戏。