

本书真诚奉献给家有女儿的广大父母！

告诉女儿： 你真好



如何把女孩培养成出类拔萃的英才

*Gaosu
Nuer
Nizhenhao*

晨曦◎编著

♥ 谁说女孩不如男？只要因材施教，女孩一定能成才。

♥ 谁说女孩没出息？经过科学培养，女孩照样能出类拔萃。

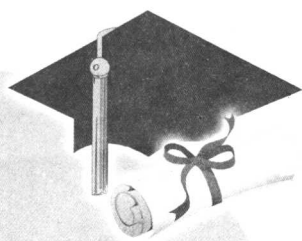
♥ 科学早已证明，女孩的智商绝不低于男孩，而在很多方面，女孩的情商甚至大大高于男孩。在未来的社会发展中，女孩一定可以表现出色，创造卓越。

♥ 家有女孩，一定告诉她：女儿，你真好！



石油工业出版社

告诉女儿：



你真好

如何把女孩培养成出类拔萃的英才

*Gaosu
Nuer
Nizhenhao*

晨曦◎编著



石油工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

告诉女儿:你真好:如何把女孩培养成出类拔萃的英才/晨曦博士 编著. 北京:石油工业出版社,2005.2

ISBN 7-5021-4940-6

I. 告…

II. 晨…

III. 女性-儿童教育:家庭教育

IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 135281 号

告诉女儿:你真好——如何把女孩培养成出类拔萃的英才
晨曦 编著

出版发行:石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号 100011)

网 址:www.petropub.cn

总 机:(010)64262233 发行部:(010)64240503

经 销:全国新华书店

印 刷:北京晨旭印刷厂

2005 年 2 月北京第 1 版 2005 年 2 月北京第 1 次印刷

640×960 毫米 开本:1/16 印张:15

字数:277 千字 印数:1-8000

书号:ISBN 7-5021-4940-6/B·140

定价:23.00 元

(如出现印装质量问题,我社发行部负责调换)

版权所有,翻印必究

谁说女儿不如男?!

这是千百年来渴望与男性一争高低的女儿们的心灵的呐喊，更是新时代无数巾帼豪杰们用自己的灿烂成功所昭示的一个真理！

在新的时代，除了那些“传宗接代”观念根深蒂固的一小部分家长外，没有谁会否认女孩子的作用，一项调查表明，有很多夫妇，当问及他们倾向于要男孩还是要女孩时，有 63.2% 的人的回答是：“要女孩。有女儿真好！”而几乎 90% 的女孩父母，发自内心感慨地说：“女儿，你真好！”

我国著名的少儿教育专家“知心姐姐”卢勤，在她的《告诉孩子，你真棒》一书中，给读者讲了一个真实的故事：共青团中央书记处常务书记赵勇有一位聪明可爱的女儿，赵勇很疼爱她。女儿过 10 岁生日那天，他在回家旅途的飞机上，为女儿写了一篇短文，题目是《有个女儿真好》，回到家，他把这篇文章作为生日礼物送给女儿，女儿高兴极了，收下了这份礼物。卢勤在书中充满感情地写到：“‘有个女儿真好’！这是父母对女儿的欣赏，也是对女儿最大的鼓励，它能使女儿充满乐观与自信，健康茁壮地成长。”

女儿，你真好！好就好在女孩与男孩比较起来，



PERFACE

有着许多优点：她们细心周到，知道体谅父母；她们比男孩更顾家、更爱家；比男孩更多一些温顺，更少一些叛逆。

女儿，你真好！好就好在女孩照样能做顶天立地的豪杰，照样能成为人类社会各个领域的精英，照样能创造光照千古的奇迹。从古代代父从军的花木兰、领兵御敌的穆桂英；到现代的铁娘子撒切尔夫人、惠普 CEO 奥菲利娜；从 1903 年诺贝尔物理学奖获得者居里夫人，到 2004 年诺贝尔文学奖获得者耶内亚克……可以断言人类社会如果没有这些不让须眉的“女儿”们，必将黯然失色，更不会有今日世界的煊烂多姿！

相信所有的父母都想发自内心地呼唤一声：“女儿，你真好！”须知，这一声令世界生辉的呼唤，包含着父母几多辛劳，几多苦心。为了赢得这一声呼唤，需要父母们坚信女孩一定能成才。

好女儿，来自好爸爸，好妈妈，好家庭。

“望女成凤”，把女儿培养成为社会最需要的优秀人才，是天下父母的心愿。然而，女儿能否“成凤”，能否成为优秀人才，关键在父母，在教育。古语说“子不教，父之过”，在 21 世纪的今天，我们应该把这句名言改为“女儿不教，父母之过”。

PERFACE

前言

女孩有女孩的特点，教育女孩需要父母们因“女”施教，需要首先从女儿呱呱落地开始，便科学合理地开发她们的各种潜能，需要精心地培养女儿乐观开朗的性格，需要始终不渝地塑造女儿自信自立的精神，需要从小对女儿进行挫折教育，需要鼓起女儿直面困难的毅力和勇气，需要帮助女儿克服女孩子几乎与生俱来的胆小、矫情与孤僻，更需要循循善诱地引导女儿从容地应对青春期的生理与心理上的种种烦恼，当然，也需要对女儿进行审视美和创造美的教育，使她“越长越美”。

本书独辟蹊径地把培养女孩成才作为家教主题，正是围绕着上述几个重要的方面充分展开，它告诉广大的拥有女儿的父母，“望女成凤”一定要讲究方法。书中既有对西方国家先进的家教理念的介绍，又有独生女孩家庭教育成功案例的列举；既有女性成才理论最新研究成果的征引，又有各个领域成功女孩成长轨迹的深度剖析。本书以独到的理念，新颖的视角，在众多的家教指导书中独树一帜，是每一位志在将女儿培养为优秀人才的父母的不可多得的“教女”枕边书。

中国有句俗言说：“女大十八变，越变越好看。”愿在本书的帮助下，你的女儿不仅“越变越好看，”



PERFACE

而且“越变越优秀”。相信有朝一日，当女儿变成一只翱翔高空的“金凤凰”，当她飞回你的身边时，她定会满怀深情地对你们说：“爸爸，妈妈，你们真好！”

晨曦 博士

2005 年元旦于北京

CONTENTS

目录



第一章 女孩照样能成才

女孩照样有出息：科学地认识性别差异/2

慷慨地对女儿说：“有个女儿真好！”/4

“天之骄子”的桂冠，绝不仅是男孩的桂冠/6

发挥天赋优势，女孩照样能创造“人间奇迹”/9

女儿能否成才，关键在于父母的教育引导/13

第二章 因“女”施教

——女孩的父母应该怎么办

寄女孩于期望，让女孩发挥潜力/18

培养女孩的个性与独立目标/20

为女儿的成长早做计划/22

尊重孩子，做女儿的良好益友/25

引导女孩的兴趣而不是强迫女孩做什么/27

教女孩争取自己的权利，而不是一味地谦让/28

建立“恰到好处型”的母女关系/30

父亲在女孩成长中的积极作用/31



目录



第三章 别把女孩看作女孩

——6岁以前的女童的培养

- 不要从小给女孩灌输性别意识/36
- 打开“机会之窗”，3岁前是人生的关键/37
- 教育宜早，抓住儿童智力开发的关键期/40
- 每个孩子都拥有宝藏：发掘女童的智慧潜能/43
- 保护女童天生的好奇心，激发孩子的求知欲/45
- 鼓励淘气的女孩去探索/48
- 对4岁前的女孩千万别说“不行”/49
- 怎样管教3~4岁反叛的女儿/51
- 怎样对待女童的“人来疯”/55
- 纠正女童“在家像老虎，在外像豆腐”的现象/57
- 从小培养女孩的规则意识/59
- 引导女童养成良好的生活卫生习惯/60



第四章 让笑声伴随女孩成长

——培养女孩乐观开朗的性格

- 乐观的性格有利于女孩成长/64
- 乐观的身教：培养女孩乐观性格的第一步/65
- 让女孩快乐学习与快乐生活/67
- 如何培养女孩的幽默感/69
- 改变女孩悲观性格的方法/70
- 让女孩由羞怯畏缩变得大方活泼/72
- 帮助女孩走出抑郁的心境，迎来开朗的晴天/74
- 对孩子的批评要罩上乐观的光环/77

第五章 女孩决不比男孩差

——从小培养女孩的自信与自立

培养成功的女儿，首先要培养她的自信心/80

培养女孩的自信，父母首先要有自信心/82

如何帮助女孩建立自信心/84

鼓励女孩的独立自主意识/87

教女孩从小学会自立/90

用热情的鼓励培养女孩的自信心/93

培养女孩的自信心要从一点一滴做起/95

千万不要打击幼儿的自信心/97

拿孩子与他人比较是有害的/98

帮女孩克服灰色的自卑心理/99

第六章 “主妇”教育不可少

——让女孩从小学会做家务

不让孩子做家务，带给孩子的是不幸的将来/102

告诉女儿：自己的事情自己做/103

怎样教女孩学会生活自理/105

引导孩子分担家务的方法/107

用鼓励、信任等方法引导孩子热爱劳动/108

用分工协作的方式培养孩子的劳动热情/110

用自己的行动诱导孩子的劳动热情/112

以结果法教育女儿去做事/114

从小训练，让孩子锻炼出一双巧手/115

目录

第七章 女孩，别哭

——培养敢于面对挫折的女孩

挫折是孩子成长的必修课/118

教女孩学会面对挫折/119

著名作家邓刚的教女观/121

让女孩勇敢起来/123

不要总把女孩当弱小者来特殊保护/125

为女孩创设适度的挫折情境/127

巧用挫折事件，着意增强女孩的心理承受力/128

增强女孩应对失败和挫折的能力/129

告诉女孩勇敢面对挫折，笑傲人生挑战/131

为了孩子将来少吃苦，要让孩子现在多吃点苦 133

第八章 敢对懦弱说 bye - bye

——帮助女孩克服胆小的毛病

找出症结：女孩为什么胆小/138

对女孩胆小的毛病“对症下药”/140

帮助女孩克服羞怯/142

鼓励女孩不怕黑、不怕“鬼”/143

让女孩独自去购物/144

改掉女孩爱哭的毛病/147

帮女孩克服害羞/149

CONTENTS

目录

第九章 人在旅途，大家同行

——防范女孩的矫情与孤僻

矫情与孤僻是孩子性格发展的顽敌/152

沟通与交流是医治女孩孤僻的良药/155

改变女孩子爱胡闹的不良习惯/156

宽严相济，矫正女孩任性的毛病/157

引导女孩改掉不合群的毛病/159

平息怒火：纠正女孩乱发脾气的坏习惯/160

懂事明理：改变女孩子蛮不讲理的态度/162

融入团队：帮助女孩发展友谊/165

“和平共处”：学会化解母女“怨仇”/167

第十章 让女孩知道“为什么”

——对青春期女孩传授生理发育知识

青春期女孩的体貌变化/170

女性特有的魅力器官：乳房/171

女性生殖系统的结构与功能/173

“女子月月友”：月经/175

女人的怀孕与生育/177

第十一章 是酸，也是甜

——懂得青春期女孩的情绪与情感

女孩为什么情绪多变/180

目录

- 当女儿的感情受到伤害时/182
- 女孩：别为长相而烦恼/183
- 如何矫正女孩的逆反情绪/185
- 怎样矫治女孩的青春期焦虑症/186
- 让女孩学会宣泄情绪/187
- 让女孩学会解脱学业压力/189
- 教女孩怎样平息愤怒/191
- 防止孩子的过激行为/193

第十二章 如何面对“怀春”的少女 ——帮助情窦初开的青春期少女

- 青春期女孩需要父母的关爱与帮助/196
- 如何面对女儿的“约会”/198
- 告诉孩子要正确认识和处理恋爱关系/201
- 和女儿讨论讨论“爱情”/202
- 告诉孩子，早恋是一枚包着糖衣的苦果/204
- 怎样避免女孩过早的性行为/206
- 防堵不如疏导：理智对待孩子的早恋/208
- 让孩子巧妙地摆脱早恋的困扰/210
- 别让孩子堕入网恋的陷阱/211
- 万恶“黄”为首：教孩子学会抵制黄毒/213

第十三章 塑造女儿特有的女性魅力 ——女孩 16 岁以后的培养

- 对女儿说：“女儿，你很美”/216
- 美源于仪态：训练女孩的文明礼仪/218

CONTENTS

目录

爱运动的女孩最美：让运动做女儿最好的朋友/221

教女儿打扮出自己的特色，而不是跟风学舌/223

宽容也是美：别让嫉妒破坏女儿的心境/224

第一章



女孩照样能成才

“女孩子的智力终归不如男孩。”这是许多大人（包括母亲）的一贯看法；就连女孩本身，也存在着这种自卑心理。女孩子果真比不上男孩吗？回答当然是否定的。一些心理学家对少年儿童进行智力测试，证明男孩子与女孩子在智力上本是没有差别的。追根溯源，差别的产生，在于所受的教育和实践的方法不同。旧的观念几千年来一直束缚着人们，“男尊女卑”给女性戴上了沉重的思想包袱，女孩子的所作所为受到限制，好像他们随时随地都规规矩矩才算是女孩子，这就严重阻碍了女孩子的正常发展。有的家庭则把女孩子当“掌上明珠”，过分疼爱，百般迁就，使她们娇气十足，傲慢非常，实际上只会给女孩子的成长带来消极影响。作为女孩的父母，应改变不正确的教育方式，坚信：女孩子并不比男孩子笨，人的智力并没有因性别而有差异。积极培养女孩远大的理想、宽广的胸怀、开朗的性格、坚强的意志和良好的道德情操才是教子成功的关键。只要女孩具备了上述素质和品德，同样可以成为出类拔萃的人。

女孩照样有出息：科学地认识性别差异

长期以来，人们以为是生理因素决定了女性的能力或智力不如男性。这种看法根深蒂固，但多数心理学研究和智力测量研究指出：第一，智力是一个极为复杂的概念，不能做简单化理解。目前心理学上的智力概念是由语言、思维、记忆、感知、操作等多种特质组成的。第二，心理学研究表明，男女在智能和能力方面表现出总体的平衡性，可以说男女智能是相当的，但男女在智能结构中的某些方面有所不同。比如，在语言能力上，女性优于男性；在记忆方面，男性比女性擅长意义和逻辑加工；在思维方面，女性倾向形象思维，男性倾向抽象思维；在感知方面，女性知觉速度快，男性反应速度快等。第三，所有的研究是在统计意义上得出的结论，或者说性别差异是男女平均水平的差异。所以，当我们面对一个男孩或女孩时，我们不能根据其性别差异简单判断他就是擅长抽象思维或她就是擅长形象思维的，即不能将性别平均差异等同于个体差异。在上述三个基础上，我们才能避免智力或能力方面的性别歧视。



男女自然条件的不同，确实导致二者存在着一些差异，但绝不意味着女子的智力低于男人。女子青春期到来一般比男孩子早两年左右，身体的迅速成长比男孩子早，心理发育也比男孩子早。有统计表明，智力的发展是随着身体的发展而发展的，所以女孩的智力发展也比男孩早。再如，眼睛是头脑最为重要的信息输送渠道，一些资料介绍，人脑接收的信息 80% 是靠眼睛取得的。然而男性的辨色能力总体不如女子，男性色盲的人数比女性高 10 倍左右。有人对婴儿观察发现，婴儿降生以后不久，女婴就开始对某些声音，特别是母亲的声

音较为敏感,如果母亲发出的声音位置有所移动,女婴很快就有反应,而男婴则往往察觉不到这些变化。女孩5个月就能从相片上认识熟悉的人,而同样大的男孩子却很难做到。女孩子比男孩子说话早,掌握的词汇也更丰富,女孩的语言表达能力比男孩更强。近年来,我们经常可以听到一些省、市、地区的高考状元是女生的消息,充分说明女子有着同样发达的智力。也许有人会说,为什么在有作为、有贡献的科学家、政治家、企业家中男子比女子多呢?这是由于历史条件、社会分工、观念等多种因素造成的。女子从小活动范围就受到限制,而男子可以到达更广泛、更多的环境,使得男孩子的头脑有更丰富的感性认识,了解到更多的知识。

有些父母对男孩严格要求,不惜花费时间和精力培养教育,寄予厚望。对于女孩,从一降生,有些父母就感到大失所望,在学业的要求和未来职业的选择上,持任其发展的态度,给女孩的进步和前途设置了无形的障碍。这些都是社会上女性高层人才缺少的真正原因。

至于男女两性的个性特征,如依赖性、恐惧、同情心、攻击性、兴趣爱好和道德发展等方面,则更多地由社会文化因素所决定。

社会性别差异及其性别的刻板印象,并不是生理方面的必然结果,而是被社会文化所赋予、培养的结果。

性别的刻板印象主要包括对男女两性的性格、形象、智力、社会分工、家庭角色等方面的定型化。比如就性格而言,理性、勇于探索、进取、勇敢、坚强、喜欢高技术等总被归为男性的特征,而柔弱、温和、感性和被动总被归为女性的特征。大多数性别刻板印象强调女性在性格、智力、能力、创造性等方面天生就不如男性,所以不适合承担重要的社会角色;而在承担家庭责任方面优于男性,所以适合承担家务劳动,由此推论出女性的重要职责是辅助男性。

性别成见最根本的问题是将男女两性的生理差异无限扩大到社会领域,将性别等同于社会性别,结果得出了女性必定不如男性,因此要被男性支配的结论。这种结论使男性优势和女性附属男性的地位合理化,否定女性独立人格和自由发展的权利,强化不平等的性别权力结构。尽管国家在法律上规定了男女平等,但是,在落后的社会文化

