

Jiaoer Jiaonu
Youjueqiao



教儿教女 有诀窍

关现红◎编著

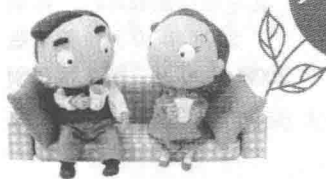


宝贝在想什么？他快乐吗？他有什么心事吗？你理解他的行为吗？你与孩子的沟通上存在问题吗？当你对孩子提出这样那样的要求时，你能成为他的榜样吗？本书将告诉您对于子女的培育诀窍，成为您为人父母的好帮手。

吉林大学出版社



教儿教女 有诀窍



关现红◎编著

吉林大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

教儿育女有诀窍 / 关现红编著. — 长春: 吉林大学出版社, 2008. 10

(现代新世纪科学教育丛书)

ISBN 978 - 7 - 5601 - 3973 - 9

I. 教… II. 关… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 158516 号

书 名: 教儿育女有诀窍
作 者: 关现红 编著

责任编辑、责任校对: 陈颂琴
吉林大学出版社出版、发行
开本: 710 × 1000 毫米 1/16
总印张: 124.875 总字数: 1620 千字
ISBN 978 - 7 - 5601 - 3973 - 9

封面设计: 宏英淳设计工作室
北京忠信诚胶印厂 印刷
2008 年 10 月 第 1 版
2008 年 10 月 第 1 次印刷
总定价: 172.80 元

版权所有 翻印必究
社址: 长春市明德路 421 号 邮编: 130021
发行部电话: 0431 - 88499826
网址: <http://www.jlup.com.cn>
E-mail: jlup@mail.jlu.edu.cn

I 前 言

INTRODUCTION

养育孩子从来就不是一件容易的事情，其艰辛则源于代沟，而代沟恰恰就是因为两代人之间互不了解，不了解就很难理解，难以理解就使教育失去了基本的前提。假如读者诸君能够接受这样的逻辑推演，那么对于孩子的叛逆、离家出走、自杀，以及父母采取的填鸭式、保护式、强制式教育等现实也就可以找到根源了。尊重个体差异并进行差异化教育，是一个大的原则，具体到男孩女孩身上，这一原则应该体现得更为精准。要想消除代沟，实现教育的终极目的，首先父母必须知道一切，知道男孩、女孩究竟有哪些共性和个性，知道怎样因材施教。

幸运的是，我们处在一个对性别差异的研究异彩纷呈的时代，这是对生命的尊重，是教育的升华。最新研究表明，男孩和女孩的大脑外部及其活动存在一定的差异，这一结论使我们以往所认识的个体差异性具有更加充分的理论依据。男孩女孩的差异性影响着他们身上一系列特征发展，诸如发展时段差异、行为差异、兴趣差异，以及明显的个体特征差异，等等。一项实验结果表明，即使父母对待男孩和女孩采取了完全相同的教育方式，性别不同的孩子也会出现截然不同的反应；尽管父母尽了最大努力，

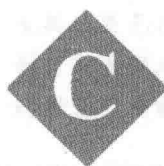
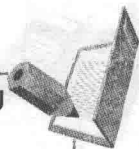
也就是以不同的方式对待男孩和女孩,但这些方法反过来会造成男孩和女孩在行为、兴趣、学业表现甚至健康方面的差异。新的研究成果使差异化施教进一步走向细化、量化,因此也就成为父母们非常关心而且是非常有必要了解和掌握的问题。有针对性的教育,会使教育效果实现最大化;漠视个体的差异特征而盲目施教,显然不是科学的态度和方法。现实中正反两方面的无数例子,使编者更加坚定了编撰本书的决心,书中就相关问题给予科学合理的解答,并注重提出易于操作的有针对性的指导。

本书通过对男孩、女孩不同个性特征的分析,引领父母了解自己的孩子是“这样的”和“为什么是这样的”,目的在于帮助家长打造新的教育理念,调整思路,确定策略,讲求方法,培养和造就真正的人才。同时,注重研究科学的教育方法,致力于谋划切实可行的教儿教女窍门,提出了针对生命周期中各个不同阶段的男孩女孩所应该施行的教育方式和方法。

孩子在成长,父母也在成长,并且应该与孩子一同成长。编者期待笔下流淌出一股清流,荡涤败叶陈枝,滋养嫩苗花蕾,迎来一个鲜花盛开的满园春色。

编 者

2008年10月



目 录

ONTENTS

总论:男孩、女孩的差异及其教育	(1)
-----------------------	-----

男孩篇

第一章 从男孩到男人	(15)
------------------	------

第一节 男孩是由什么构成的	(15)
---------------------	------

第二节 男孩的内心世界	(24)
-------------------	------

第三节 理解造就男人	(35)
------------------	------

第四节 历史文化的力量	(37)
-------------------	------

第二章 完善养育策略	(43)
------------------	------

第一节 父母的合作	(43)
-----------------	------

第二节 内在的引导	(46)
-----------------	------

第三节 个性化约束	(49)
-----------------	------

第四节 注意缺陷障碍	(51)
------------------	------

第三章 男性人格的确立	(55)
-------------------	------

第一节 界定道德底线	(55)
------------------	------

第二节 养成好习惯	(60)
-----------------	------

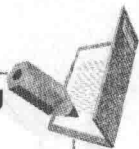
第三节 角色的扮演及其实践	(67)
---------------------	------



第四章 从摇篮到事业	(73)
第一节 学前养育	(73)
第二节 基础教育阶段	(84)
第三节 高等教育后的社会实践	(105)

女孩篇

第一章 我家有女初长成	(115)
第一节 细语轻声话女儿	(115)
第二节 教她如何待自己	(123)
第三节 情感女孩多自豪	(143)
第四节 回归本真葆健康	(152)
第二章 女性的大脑揭秘	(165)
第一节 “扫描”女儿大脑	(165)
第二节 女性荷尔蒙的困扰	(168)
第三章 母亲给女儿什么	(177)
第一节 母爱如水	(177)
第二节 艺术母亲	(178)
第三节 女儿的回忆	(185)
第四章 父亲给女儿什么	(187)
第一节 父爱如山	(187)
第二节 做一个合格的父亲	(191)
第三节 不同时期的父亲	(200)
第五章 关注女孩的情感世界	(201)
第一节 保护纯洁,引领经历	(201)
第二节 呵护女儿的身体	(203)
第三节 帮助女儿度过情感危险期	(206)



第四节 关于“灰姑娘”	(211)
-------------------	-------

第六章 女强人的旅程	(217)
------------------	-------

第一节 真理的信念	(217)
-----------------	-------

第二节 女孩的角色准则	(218)
-------------------	-------

第三节 新时期女强人宝典	(224)
--------------------	-------

第四节 利用资源成就女儿	(226)
--------------------	-------



总论：男孩、女孩的差异及其教育

21 世纪是人类健康水平大提高的时代，是人类文明高度发展的时代，是竞争化的时代。因此 21 世纪对家庭教育提出了更高更新的要求。我们很多家长认为家庭教育可以无师自通。谁不会生孩子养孩子教育孩子，生养教都是自发的。还有些家长延续了父辈育儿的观点：我爸我妈没学什么不是照样把我们培养成人了吗？

其实，教育是一门科学，教育孩子也是一门科学，不可能无师自通，也不是靠道听途说就可以做好家庭教育工作的。要教育好孩子必须学习，必须有高度的社会责任感。不能认为管吃、管穿、管住就可以了，做到了管吃、管穿、管住还远远没尽到做父母的责任。

我们现在不少家长忽视自我心理素质的提高，忽视教育者自身的教育。教育者要首先受教育。不少家长教育孩子都是根据自己的意愿，常常不顾孩子的心理特点和孩子的身心发展的具体情况。从调查的情



况来看，有三分之二的家长在对孩子的教养方式上是不成功的。教养方式不当，或多或少对孩子的健康成长产生不良影响，与家长望子成龙、望女成凤的愿望背道而驰。难道我们的家长喜



欢自己的孩子受到不良家教的影响吗？不是的。不少家长认为自己的教养方式是对的，他们的愿望是好的，但是愿望和效果是两回事。

不良的家教对孩子的智力开发及学习成绩、个性和心理健康的发展都有一定的负面作用。家长要教育好孩子首先自己要受教育，要提高自己的思想道德素质、科学文化素质与心理素质。在父母对孩子的教育中，了解男孩、女孩的个性差异并尊重这种差异，是有效施教的前提。有许多事实已经明显地摆在那里。

小男孩张猛喜欢冒险，但是大多数男孩都像他吗？小姑娘蓉儿很容易害怕，但是大多数的女孩都是胆怯的吗？在许多故事书中，男性和女性有着不同的性格特征，但是同样的情况对于现实中的男孩和女孩未必全然如此。

尽管父母更多地把他们的孩子看成是个体，但是有时他们还是情不自禁地想知道是否某些个性特征是与性别密切相关的。例如，当统计数字表明男性进行了大量的暴力犯罪时，我们很自然会想到是否男性比女性更富攻击性。当女孩花很多时间在电话里聊天，很难不怀疑女性本身更爱交际或者至少更爱饶舌。

我们往往注意这些能进一步证实关于男孩和女孩天性的世俗成见的行为。大多数男孩没有暴力倾向，这意味着有关男孩比女孩更有攻击性的成见是错误的，还是大多数男孩以其他方式发泄他们的攻击性呢？今天，许多女孩忙于进行体育活动或者追求其他爱好，却不对她们的同学评头论足。我们如何看待这些女孩？她们是爱饶舌的典型女性的例外，还是她们对此做法不赞同？

对性别和特征的研究发现大多数的特征不是建立在性别基



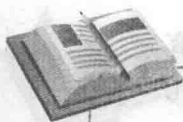
础之上。男性或女性中的个体差异比男性和女性之间的群体差异更大，但是也有几个例外。例如，研究确实表明男孩比女孩更有攻击性。当研究人员统计儿童打人、抓人和打架的次数时，男孩比女孩得分要高。

但是攻击性方面的性别差异并不如曾经想象的那么大。最近的研究认为女孩也可能非常有攻击性。既然研究人员已经将攻击性的定义从身体上的攻击扩展到语言上的争执，他们肯定意识到女孩和男孩是以不同的方式表现攻击性：男孩舞枪弄棍，而女孩搬弄是非。

男孩确实比女孩更有攻击性。他们花更多的时间玩打仗，欺凌弱小，也被人欺负。他们不仅把更多的精力投入到体育这样的身体运动，而且他们有着更多的能量。在把球放好并应该安静下来以后很长的时间内，他们仍会挥舞手臂、向空中踢腿，并且上窜下跳来消耗他们的能量。此外，男孩更专横。与女孩相比，他们把自己组织成更大的、更有等级制度的群体。在这个群体里有一个支配者——时常是运动能力高超的某个人，和通过表现强硬或者显示他们的技能来争取第二和第三位置的其他成员。炫耀对男孩来说是一种进行联系的经历、一种他们交朋友的主要方式。

女孩似乎天生更加胆怯，她们表现得比男孩更害怕，例如回避冒险及对压力表现出例如心率加快等生理反应。

与其他行为上的性别差异一样，个性上的性别差异不一定适用于所有的男孩和女孩，所以可能对你的儿子或女儿来说并不成立。这些特征是男孩和女孩以某种方式思考、感觉和行动的倾向。研究人员认为这些倾向有着尚未被发现的生理因素，但是其表现在一定程度上取决于社会因素。例如，随着年龄的



增加，女孩变得更加胆怯，这表明在她们成长过程中一直把这个世界看成是一个令人害怕的地方。研究表明父母给女儿更多的保护，而过于受保护的儿童比那些任凭他们跌倒并从错误中学习的儿童变得更加胆怯。

其他个性上的性别差异似乎要么偏爱男孩，要么偏爱女孩。男孩公开显示竞争性，而女孩公开表现出易动感情和爱照顾人的特点。传统上，男孩有更多的机会和激励促使他们竞争，而女孩则被鼓励要有教养，并要谈论自己的情感。

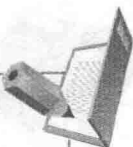
因此，尽管你孩子的个性特征相对稳定的，它们仍然可能变化。当然，除非你孩子个性中的一方面对你的孩子和他人存在着潜在的危害，如攻击行为和极度怯懦，否则没有理由去改变他们的性格。

下面是父母可以用来改善男孩的攻击性和女孩胆怯倾向的一些办法：

不要强制惩罚

强制的惩罚意味着打屁股、威胁以及粗鲁的命令，以这种方式受到惩罚的儿童会随着时间的流逝变得更有攻击性，许多相关的研究也表明，严厉的惩罚使这些儿童变得最有攻击性。这一研究成果所隐含的更深刻的意义在于：最考验父母耐心的那些儿童从有耐心的、辅导性的教育中受益最大，而他们从完全失去耐心的父母那儿失去得最多。

向男孩说明除打人和其他攻击行为外的选择。父亲、祖父、叔叔和其他男孩生活中重要的男性在有可能引起攻击行为的情况下，在缓和男孩的攻击性方面可以产生尤其强烈的影响。这有助于男孩明白这些男性为了解决争端使用的是话语而不是拳



头。这些男性应该训练男孩在学校怎样去保护自己而不使用武力。

教师的办法

小学教师通过做一些基本的事情，像控制课堂而对学生的攻击行为产生长期的影响。大多数在一年级有攻击行为的男孩在六年级时也具有攻击性，但是，由于其教师在教室里制止了攻击行为，一年级男孩到了六年级时，比在一年级的课堂上自由散漫的那些男孩变得较少有攻击性。一线教师的切身体验证明，通过降低班级总体上的攻击性使教室保持良好的秩序可以抑制这些男孩的攻击行为，同时教师们也深刻意识到，为了达到长期的效果需要提高男孩的自我控制能力。

给男孩照顾别人的机会

照顾别人是一个防止攻击行为发生的有效办法。据观察研究证明，由于男孩较少有机会去照顾别人，所以他们比女孩有更多的攻击倾向。因此，父母们可以通过给他们的儿子更多做看护者和辅导员的机会帮助改变这种情况，比如让他们喂养和照顾宠物，也可以让他们帮忙照顾还是婴儿的兄弟姐妹或表兄弟姐妹，还可以让他们在足够大时找兼职的看护孩子或者是夏令营的工作。

限制男孩接触暴力

男孩与女孩中攻击行为的主要原因是直接接触暴力的体验，如挨打或以其他方式受到身体上的虐待、目睹了暴力行为，并在平日里看到家庭成员动手打架或吵架。暴力的电视节目、电



影、录像和射击游戏也与儿童中的暴力行为相联系。这都需要引起家长们的足够重视。

不要过分保护

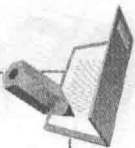
当一个男孩子被一只狗吓哭时，不要为了怕狗吓坏他而自动地抱起来。如果大一点的男孩从自行车上摔下来，即使他有点害怕，也要帮助他重新骑上车。换句话说，不要害怕让你的孩子害怕。如果孩子的母亲不是在平常稍显紧张的情况下就保护他们的话，他们后来不大可能变得胆怯和焦虑。

制定和实施限制

不太胆怯的儿童的一个共同特点是他们的父母在家里制定了严格的限制措施。母亲并不很严厉，不喊叫或者打人，但是她们阻止初学走路的孩子接触到禁止的物品，并且如果孩子表现不好的话，她们会严厉地批评孩子。一些高度反应儿童的母亲对他们很仁慈，也许由于害怕如果孩子没有达成他们的意愿，就会哭闹或者发脾气。但是娇惯对这些儿童可能有着负面的影响。不明白哪些限制会吓坏这些儿童，而这会使他们随着时间的推移更加胆怯。

少说教多交谈

由于胳膊骨折、烧伤和其他事故，男孩比女孩更多地出现在急救室，因为他们更愿意进行冒险，像不带头盔骑自行车、从滑梯的高处跳下，或者在还是个初学走路的孩子时就碰烫的咖啡杯。事实上，对儿童应该和不应该做什么进行说教是无效的，而亲力亲为则最有教育意义。这种疼痛和某些冒险行为的



危险后果，可能帮助男孩更加现实地控制危险，并在行动之前三思而后行。

不要左思右想

对于母亲和女儿来说，善于谈论她们的感受，尤其当她们感到沮丧时，交谈更具良好的教育作用。但是这里面的一个问题是，对负面事件或悲伤左思右想的习惯更易使女孩子受抑郁症的困扰，即使在十几岁以前，女孩也比男孩更加喜欢沉思。此刻，母亲通过阻止这种沉思默想可能有助于预防女儿身上的抑郁症，当然这不意味着当你的女儿想倾吐内心感受时被你打断。承认痛苦是很重要的，同样重要的是帮助你的女儿找到对付这种痛苦的办法。

帮助男孩过一种双重生活

许多男孩到他们上小学为止，由于害怕被其他的男孩打上女孩子气的烙印，而拒绝在靠近他们同学的任何地方拥抱或者吻别自己的父母。许多男孩表达感情很费劲，他们自我克制不在公共场所表现感情。因为他们已经学会了要表现强硬，所以他们拒绝和忽视自己的感情，尤其是当糟糕的事情发生时。心理学家认为，控制感情会导致抑郁症，这在男孩中比在女孩中更加普遍，这也可能致使他们处于虐待和暴力的危险当中。当你和你的儿子同样明白如果他十分坦率，其他的男孩可能会讥笑他时，你怎样帮助你的儿子无拘无束地交谈？有学者认为，此刻该教给男孩一个生存策略，那就是过一种双重生活。

由于女孩的生活变得更加充满竞争，随着她们不断地参加体育活动和参与到高等教育和职业目标中去，她们已经学会在



形势所需之时如何变得坚强。但是她们也知道在私下里可以放松她们的警戒，她们明白温柔不会夺去她们的坚强，反之亦然。通过女孩的这一表现，父母可以帮助男孩明白这个概念，即充分给予男孩安全的和私下的机会来表现他们软弱的一面。

鼓励男孩语言表达

表达是成长的需要，男孩子生来外向，因此更需要表达。你可以带着儿子开车兜风或者共享一些活动。开车兜风不是唯一让你的儿子毫无顾忌交谈的办法，还有玩电子游戏、纸牌或者传球游戏。你要对他感兴趣的東西产生兴趣。分享任何活动会使你一直与你的儿子保持联系。当他想说话时，放下你手头所有的事情。

不要和女儿谈论节食

如果你在节食，就请对此守口如瓶。那些有着抱怨自己“体重问题”的母亲的女孩比其他女孩更可能担心她们的体重，并最终开始节食。对于儿童来说节食是危险的，因为这会剥夺她们成长所需要的热量，并且持续节食是患饮食紊乱最大的危险因素之一。

和孩子讨论遗传学课题

告诉你的孩子一个人的正常体重和身材 70% 是遗传的。这意味着在很大程度上，体重和身材是无法控制的。这不是说你和你的孩子不应该注意体重。告诉他们吃健康食品，多吃水果和蔬菜，少吃含高脂肪和糖分的零食，并有规律地进行体育活动有助于帮助保持正常的体重。这就是说，对于他们来说既不



要过重也不要过轻。

明确说出胖和瘦并非不健康

你的孩子可能很清楚体重过重的后果，但是她可能没有意识到体重过轻也同样糟糕。告诉她们吃得过少会剥夺身体足够的动力。食物摄入不足除了干预正常的成长外，可能会让一个人生病，导致骨质疏松、虚弱以及在极端的情况下死亡。

说明所有体形和身材都是美的

指出有着不同体型但长得好看的著名人物让你的孩子知道美没有唯一的标准。

了解饮食紊乱的警惕信号

患有饮食紊乱的人很擅长隐瞒病情。你的孩子可能在你面前吃正常量的食物，但是当他们远离你，在学校或与朋友一起时便不吃东西，或者可能偷偷地强迫自己呕吐来减轻体重。还有其他一些要警惕的信号，最明显的是你的孩子看起来更瘦了还是更胖了，并且请确切最好和治疗饮食紊乱有经验的医生约定时间谈一谈。

保持一种平衡心态

研究表明，虚荣可能导致女孩对她们的身体有着很强的羞耻感，这可能导致焦虑、抑郁症以及饮食紊乱。在女孩左思右想的事情中主要是她们的外表，并且这种左思右想会导致抑郁症。然而，当你的女儿看起来很漂亮时，不要害怕告诉她。但是与其赞美她的外表，不如赞美她的努力、典雅、合作及其他的成就。