

父母是孩子的第一任老师，
他们的一言一行，
每一个教育决断都决定了孩子未来的发展方向。

程红霞◎编著

爸不宠，妈不惯， 教育女孩有绝招

教育是理性的，需要有尺度、讲技巧。

不宠不惯，
是父母必须掌握的教育智慧和教育艺术。

是父母在女孩的家庭教育中必须认真贯彻和落实的，这样才能使家庭教育收到理想乃至事半功倍的效果。



养育女孩的过程任重道远，家庭中每一个角色都很重要！只要稍微改变一点教育理念，女孩的人生就会与众不同。

中国华侨出版社



程红霞◎编著

爸不宠，妈不惯， 教育女孩有绝招

教育是理性的，需要有尺度、讲技巧。
不宠不惯，
是父母必须掌握的教育智慧和教育艺术。

中國華僑出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

爸不宠妈不惯, 教育女孩有绝招 / 程红霞编著. —北京: 中国华侨出版社,
2013. 5

ISBN 978 - 7 - 5113 - 3512 - 8

I. ①爸… II. ①程… III. ①女性 - 家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 084656 号

● 爸不宠妈不惯, 教育女孩有绝招

编 著/程红霞

责任编辑/筱 雁

封面设计/智杰轩图书

经 销/新华书店

开 本/710 × 1000 毫米 1/16 印张 18 字数 220 千字

印 刷/北京溢漾印刷有限公司

版 次/2013 年 6 月第 1 版 2013 年 6 月第 1 次印刷

书 号/ISBN 978 - 7 - 5113 - 3512 - 8

定 价/32.00 元

中国华侨出版社 北京朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: 64439708

网 址: www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com



前言

对于女孩的教育长时间以来都是仁者见仁，智者见智。但有一点是谁也改变不了的，那就是不管什么时候父母都是孩子的第一任老师，他们的一言一行，每一个教育决断都决定了孩子未来的发展方向。对于女孩儿而言，不管是爸爸，还是妈妈，都必须扮演好自己的角色。有人说，爸爸是女孩前世的情人，而妈妈是女孩此生的导师。但这种说法也未必全对。对于父亲而言，因为是个女儿，长得又娇俏可爱，所以很容易什么事儿都顺着、宠着，怎么看怎么觉得喜欢舒服，一看到她哭泣就不知如何是好，于是便开始想方设法哄着她开心。貌似这种情形很温馨，但却很有可能助长了自己女儿的坏习气。当下的女孩儿，哪个是不聪明的，知道父亲最吃这套，必然到时候就用这一招，时间长了，就变成了一种坏毛病。要往远了说，父亲是自己见到的第一位男性，既然他吃这套，那么想必走到社会上，很多男人都会受用于这一招吧。细细想来这件事情会不会突然觉得很可怕？但凡是父母，都是希望自己的孩子好的，但是在点滴的教育中却从来没有去注意这些小事。可一个孩子的习惯就是从点点滴滴的小事培养起来的，假如我们能从根源上就不给她形成这一系列毛病的机会，那么即便是在其长大以后，也不会在思想上形成诸如此类的不良意识。或许从根源上，在她们的意识中就会明白，男人是不能用眼泪征服的，并不是什么事情只要哭一鼻子就能摆平的了，也并不是什么东西，耍一下小女人就能够得到。一切的一切靠的是自己，只有自己用努力拿到的东西，才是最踏实最安心的。

当然作为母亲，自然是女孩儿的第一大导师。由于本为同性，必然会有很多私房话要悄悄地告诉女儿。人们说，女儿是妈妈最贴心的小棉袄，但从一开始，母亲就必将扮演慈母和严师的双重角色。有些事情可以将就同意，但有些事情绝对不能顺着孩子的意思去。相反，作为母亲来说，还要略微掌



握一些与女儿教育沟通的技巧，如何能让她心甘情愿地把小秘密告诉你，然后自己再伺机而动，掌握其成长中的点点滴滴。怎样有策略的告诉她该怎么做，不该怎么做，又不招致她的逆反心理，这一切都必将成为一个母亲的必修功课。

当然家是由三个人组成的，作为两个成年人，在同时教育孩子的过程中还是需要彼此配合的，其要义在于，言行统一，不给孩子见缝插针的机会。找准角色，让孩子拥有惧怕和温馨的双重感觉。此外，还要分别采取交流方式，最大限度地搞清楚孩子现在的思想境界，她最担心什么，她的心事是什么，假如她因为外界因素开始害怕，那么就要给她安全感。假如她因为一些成绩居功自傲就要适度地给她泼盆冷水。假如她真的开始自卑，手足无措，至少要做她忠实的倾听者和支持者。的确，养个孩子不容易，尤其是个女儿。

事实上，爸爸和妈妈的教导倾向决定着孩子的成长与未来的不同方面。本书分别从爸爸、妈妈的角度看待教养女孩的情况，让家庭里的爸爸妈妈都参与进来，教养出一个与众不同的好女孩。对于妈妈们来说，养育女孩的过程任重而道远，只要妈妈们能够尽心、用心，你希望女儿拥有的美好气质都会出现在女儿的身上。而对于爸爸们来说，养出一个独立、优秀的好女孩也是任重道远，爸爸们要上下求索找出让女孩幸福一生的好的教育方式。本书本着一个观念，那就是：家庭中，每一个角色都很重要！只要稍微改变一点教育理念，女孩的人生就会与众不同，进而幸福一生。本书从培养女孩淑女特质的引入，为爸爸妈妈们分析了如何从各个方面教导女孩的淑女特质，书中还涉及了教养女孩子的其他各个方面的内容，比如了解女孩的小心思、塑造女孩完美的个性、引导女孩树立良好的价值观、培育女孩的自控能力、培养女孩知书达理、鼓励女孩奋进追求未来、树立女孩的独立信念等等，内容齐全而实用。书中每节前面有引言，告诉你为什么要这样培养女孩，让你的教育目的一目了然，极具针对性。并且，书中每节的后面还有各种实用的小方法，用浅显易懂的语言进行了阐述，让爸爸妈妈知道怎样“对症下药”，不宠不惯教出快乐幸福的好女孩。

只要爸爸妈妈们能够认真真地将本书读完，一定会知道教养优秀女孩的秘密的。



第一章 爸不宠，妈不惯， 培养女儿淑女特质

爸不宠：严慈之下立规矩 / 2

告诉女孩，什么才是真正的淑女	2
杜绝脏字，将不善言语抛到九霄云外	6
保持专注，认真的女孩儿最可爱	10
用音乐成就心灵，用文字塑造内涵	15

妈不惯：以身作则巧引导 / 20

从着装到行为，言谈举止提亮淑女特质	20
适时对比，教会女孩美丑辨别能力	23
行动坐卧，将淑女规矩变成习惯	27
不断演练，树立女孩淑女式严谨风范	31



第二章 爸不宠，妈不惯， 静下心来了解女孩心思

爸不宠：善于观察明心事 / 36

体察细节，照顾女孩忧郁情商·····	36
适时关心，女孩需要父爱鼓励·····	40
小心！别因吼叫伤到女孩的内心·····	45
成为女孩最强有力的大后方·····	49

妈不惯：和谐交流解心结 / 54

母女没事多沟通，把女孩的心理话倒出来·····	54
聊天不妨先从女孩儿的朋友聊起·····	59
没事儿说说爸爸的坏话，有效解决父女矛盾·····	63
事实提问，辨明孩子当下心绪·····	66

第三章 爸不宠，妈不惯， 塑造女孩完美个性

爸不宠：有张有弛巧引导 / 72

该限制时限制，该包容时包容·····	72
不要强制孩子做自己不喜欢的事·····	76

开阔女孩儿胸怀，让忌妒之心灰飞烟灭·····	80
支持分享，有效杜绝女孩自私心理·····	84

妈不惯：循循善诱多挖掘 / 89

鼓励女孩儿展现自我天资个性·····	89
因材施教，安静活泼两者都可·····	93
驱逐自卑之心，每个女孩都有自己的过人之处·····	96
人生不必模仿，鼓励孩子与众不同·····	100

第四章 爸不宠，妈不惯， 引导女孩树立良好价值观念

爸不宠：划定底线无商量 / 106

摆正态度，树立女孩儿正确的自我价值观念·····	106
杜绝攀比之心，真正的价值在于她的奉献·····	110
告诉她，不是什么都能用钱买到的·····	114

妈不惯：摆正观念说正途 / 118

让女孩明白，什么样的女孩儿活得最有价值·····	118
警示她价值不能偏离了爱的轨道·····	121
别忽略了小事情后面的错误认知·····	125



第五章 爸不宠，妈不惯， 女孩儿需要良好自控能力

爸不宠：有奖有罚树观念 / 130

女孩富养，多给些钱教她理财	130
见的世面越多，女孩儿自控能力越大	134
给她自信，就不会在诱惑面前迷失方向	139
警示她天上掉下的馅饼，往往多是骗局	144

妈不惯：道明诱惑伤害多 / 148

告诉女儿，青春期要懂得感情自控	148
多听多想多商量，别轻易做出承诺和决定	152
亮明魅力榜样，给女孩找几位学习典范	155

第六章 爸不宠，妈不惯， 从小教会女孩知书达理

爸不宠：点出礼仪坏毛病 / 160

亮明上饭桌要谨守的家规	160
抑制撒泼脾气，适度予以惩戒	163
把不良嗜好从女孩脑海驱逐出境	168

引导换位思考，成就懂道理的女孩儿	172
------------------------	-----

妈不惯：通情晓礼把手教 / 177

先教坐、站、走，再谈讲规矩	177
手把手，教会女孩通用中西餐具	180
告知孩子礼貌对自己的重要性	185
提炼说话语速，有效塑造高雅说话方式	188

第七章 爸不宠，妈不惯， 让女孩自主鞭策未来

爸不宠：规划未来美好蓝图 / 194

听听女孩的梦想，再问问她怎么实现	194
给女孩足够的自我选择权	198
阶梯式激励计划，让她离理想越来越近	202
告诉女孩，选择的路是需要执着的	207

妈不惯：激励理想必胜信念 / 212

温馨体贴，帮女孩从低谷走向巅峰	212
对女孩儿，不要吝惜了自己的赞美之词	216
暗示孩子，相信自己就是相信未来	220



第八章 爸不宠，妈不惯， 培养女孩独立信念

爸不宠：告知不是乘凉大树 / 226

从小就要告诉女孩，谁也不可能跟你一辈子	226
适时沉默，暗示女孩适者生存的真理	229
锻炼女孩自主决定问题的习惯	233
绝不代劳，自己的事情自己做	237

妈不惯：锻炼自主选择能力 / 241

别惯着她，让她明白“勤劳”二字的意义	241
可以做引导者，但不做决定者	246
出现问题解决问题，要的就是一颗平常心	249

第九章 爸不宠，妈不惯， 教育女孩需要彼此默契

家有女孩巧分工，爸管方向妈理细节	254
解决问题，叨叨吼叫的招数少用	257
要教育时，爸妈要提前先商量好角色	261
避免教育上的矛盾冲突，我们需要的是默契	265
言辞统一，不给女孩钻空子的机会	269
保持家庭稳定，培养孩子的情感专注力	273



第一章

**爸不宠,妈不惯,
培养女儿淑女特质**



爸不宠：严慈之下立规矩



▶ 告诉女孩，什么才是真正的淑女

每个女孩都是天生的淑女，每个女孩子都希望自己能成为淑女，能有富裕的家庭，美丽的容貌，高雅的举止，温柔的笑容，善良的心灵。前两项是天生的，而后面的则是爸爸在后天给自己的女孩培养的。要告诉女儿，你在爸爸的心里，是美丽的，这种美丽是淑女式的美丽，淑女要礼貌待人，这样大家才更喜欢你。

淑女一词，最早出于《诗经·周南·关雎》篇：“窈窕淑女，君子好逑。”“淑女”指善良、美好、有修养的女子。《诗经》中的这一脍炙人口的句子，正好说明中国的传统文化中，淑女文化是其很重要的内容。尤其是在“野蛮、性自由”被一些人拿来当作新女性标签的时下，淑女气质和风范，更显得弥足珍贵。

女孩的淑女气质最应该从小养起。这种内在气质对于女孩来说都是很重要的。人们看一个人，表面印象固然很重要，但是时间久了，内在气质往往能左右一个人对你的看法。因此，培养女孩的内在气质显得尤为重要，而第一步就是教会女儿如何礼貌待人。



提起礼貌待人，很多爸爸都很自信，因为女孩不像男孩那样调皮捣蛋，她听话、懂事，似乎培养起来更容易一些。还有的爸爸自豪地说：“我的女儿很听我的话。当别人送给她东西时，我让她说谢谢，她立马恭恭敬敬地道谢。”

就像有些爸爸经常说的那样：“带着女儿去串门，她欺负人家的孩子。回家后我批评了她一顿，下次她再也不敢欺负人了。”

“有一次，女儿踩了小朋友的脚，连声对不起都没说。我当场就骂她不懂礼貌，从此她只要做错了，总会说声对不起。”

爸爸的这种方法看似很奏效，但是女儿是不是从心底真正接受了呢？这可不一定。因为她没有把说“谢谢”“对不起”这些礼貌行为看成是自身必备的，而是当成了爸爸所要求的，所以对培养她淑女气质起不了多大的作用。

一次，彤彤家来了客人。爸爸正在和客人谈话时，彤彤突然跑到爸爸身边说：“爸爸爸爸，刚才我看到楼下有一只狗，我好喜欢哦。你也给我买一只吧。”

爸爸非常不高兴地推开彤彤说：“怎么这么不懂礼貌，没看到我和叔叔在谈话吗？下次不准打断别人谈话！”

彤彤低下头走出了房间，但是她还是弄不明白：“为什么我不能打断别人的谈话？我和小朋友说话的时候，爸爸为什么就能打断？爸爸不让我说话我就不说好了，有什么了不起的！”

由此可见，用粗鲁的批评方式教育孩子懂礼貌，表面上起到了很好的效果，但是并没有深入女儿的内心深处。那么，爸爸怎么教育女儿懂礼貌，才能深入女儿内心，培养她的淑女？这要从言谈举止上



人手。

所谓言谈举止得体，是指一个人的言行非常符合这个人的身份，他的举止也非常适合他当时身处的环境。而小淑女的标准则是具有她们年龄应该有的天真纯洁、活泼可爱，有礼貌，有教养。可是，很多看上去漂亮可爱的小女孩们，却往往做不到这些：

“我女儿在家挺能说的，可不知道为什么一出门就变成了哑巴。”

“面对陌生人扭扭捏捏，连声招呼也不打。我平时不是这么教她的。”

“到了学校就缩到一边，不跟老师说话，不和小朋友玩游戏。我看着就烦心。”

“一个女孩家家的，总是大大咧咧，做事跟假小子一样。到别人家也不知道拘束，大吵大嚷的，一点也不淑女。”

有些爸爸也会这样描述自己的女儿。的确，作为女孩来说，彬彬有礼的举止、得体的谈吐会赢得所有的人好感，这也是小淑女的必备条件。但是，很多女孩一踏出家门就变得很拘束、局促不安、胆怯怕生，遇到事情就藏在父母后面畏缩不前。还有些女孩则大大咧咧、无所顾忌，活像个让人头疼的“假小子”。这是为什么呢？

女儿从一出生就生活在一个复杂的环境中，父母是自己最先交往的对象，父母的言谈举止潜移默化地影响着她。随着时间的推移，她的圈子就会扩大到亲朋好友和小伙伴，这期间总有一个由陌生到熟悉的过程。

如果爸爸过度溺爱女儿，替女儿包办一切，就会造成女儿没有主见的性格，一见到陌生人就畏首畏尾，无所适从。还有的爸爸怕女儿出去有什么危险，或者受到什么伤害，总是把女儿关在家里，不让她跟外界接触，那么一旦女儿出门了，也会变得局促不安；而有些假小

子，看上去不像一般的女孩那样细心、敏感、容易为一些小事掉眼泪，她的不拘小节和大大咧咧则可能是因为父亲或者母亲也是十分豪爽的人，女儿继承了父母的这部分性格。

因此，无论是胆怯、不爱说话的女孩，还是唧唧喳喳说个不停的女孩，总是给人留下不好的印象，大多数人还是喜欢那种举止得体的小淑女。那么，父亲该如何把自己的女儿打造成言谈举止得体的小淑女呢？

爸爸不宠小方法

1. 多带女儿串串门儿，请客人来家里坐坐：大多数爸爸出门都不喜欢带着女儿，总觉得带个“跟屁虫”不是那么方便，或者觉得女儿淘气不乖会让自己十分恼火。其实，爸爸大可不必担心。只要你为女儿做好充分的心理准备，女儿还是会很乖巧的。

所以，爸爸不仅要带女儿多串门儿，还要在去之前向女儿介绍造访的对象，让女儿有充分的心理准备，消除陌生感。经常与大人接触的小孩，会被大人之间的礼貌交往所影响，既能增加自信，开拓视野，也能学会与人交往，进而成为举止得体、落落大方的小淑女。

2. 注重自身形象：女孩善于模仿别人，而爸爸是女儿很好的模仿对象。所以，爸爸要想把女儿培养成一个举止得体的小淑女，做爸爸的应该先做一个举止得体的绅士。

3. 不要强制女儿懂礼貌：有的爸爸看到自己的女儿不懂礼貌，就非常严厉地教训女儿说：“你这样是不对的，太不懂礼貌了，下次不准这样！”“不准抢小朋友的东西，再抢就打你的手！”“再让爸爸听到





你骂人，爸爸以后就什么也不给你买了。”“以后要懂得跟客人说再见，不能再忘记了，说了你多少次了！”

面对女儿的不礼貌行为，很多爸爸总是粗暴地制止。这种做法看上去效果似乎十分明显，但是女儿却很难真正从内心接受。她只不过是受爸爸的呵斥吓住了，被迫按照爸爸的意思执行。因此，爸爸不可过于粗暴、严厉地对待女儿讲礼貌的问题，应该多跟她沟通，把道理说给她听。通过讲道理来告诉女儿礼貌待人的意义，女儿会更好地接受父亲的建议，自觉也就会养成礼貌待人的淑女习惯了。

❶ 杜绝脏字，将不善言语抛到九霄云外

人人都渴望掌声与赞美。有一个教子有方的人在谈及自己教子经验时就说：好孩子不是教出来的，是夸出来的。有时哪怕是一句简单的赞美，却给一个心灵带来阳光雨露，甚至温馨振奋。人生最大的快乐莫过于被人承认、接受、赞同、欣赏。中国的古话是这么说的：“褒奖于大众，言过于内庭。”要想培养一个淑女就要让她言语得体，爸爸不要简单粗暴吼骂女儿，多多赞美女儿，让她成为一个良言一句暖人三冬的淑女。

最近，美国和新西兰心理专家的一项联合研究发现：父女关系的坏会直接影响到女孩青春期发育。即要么促使女孩正常或提前到达青春期，要么延迟女孩跨入青春期的门槛。