

最权威、最实用的养育女孩的第一本书！

科学研究发现：染色体、大脑结构、荷尔蒙，
这三大生理因素决定了女孩和男孩的养育方式天生就是不同的。

为什么培养女孩要 有别于男孩

不同性别，就要用不同的养育方式！

程文◎编著



从女孩降临的第一天起，由于大脑结构的差别和X、Y染色体的不同，注定了女孩和男孩天生就有着种种不同。父母只有尊重性别差异，因材施教，才能培养出优秀的孩子。

最科学的方法，
最出色的女孩

为什么培养女孩要 有别于男孩

不同性别，就要用不同的养育方式！

程 文◎编著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

为什么培养女孩要有别于男孩 / 程文编著. —北京
: 九州出版社, 2011. 11
ISBN 978 - 7 - 5108 - 1195 - 1

I. ①为… 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 (2011) 第 210143 号

为什么培养女孩要有别于男孩

作 者 程 文 编著
出版发行 九州出版社
出 版 人 徐尚定
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)
发行电话 (010) 68992190/2/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 北京明月印务有限责任公司
开 本 710 毫米 × 1000 毫米 16 开
印 张 17.5
字 数 200 千字
版 次 2012 年 3 月第 1 版
印 次 2012 年 3 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978 - 7 - 5108 - 1195 - 1
定 价 29.80 元

★ 版权所有 侵权必究 ★

目 录

第一章 来自金星的小女孩

为什么女孩安静、乐于与人合作、喜欢“甜甜”的东西，而男孩子调皮好动、爱惹是生非、爱冒险？难道真是像那首古老的摇篮曲中所唱的那样：“小女孩是由糖、香料和所有美好的东西做成的；小男孩是用剪刀、青蛙和小狗尾巴做成的？”

科学研究告诉我们：由于大脑结构的细微差别和 X、Y 染色体的不同，注定了女孩和男孩天生就有着种种不同。当一个粉雕玉砌的女孩刚刚降临人世时，决定女孩性别的“X”染色体，就早已为她画好了一张充满女性色彩的生命蓝图。

女孩和男孩生来就不一样	3
女孩与男孩大脑结构的差异	7
X 染色体——决定女孩一生的成长轨迹	11
雌激素和孕激素对女孩的影响	14
谈谈女孩与生俱来的天赋和优势	19
女孩 vs 男孩：警惕性别思维定势	22

第二章 女孩的成长历程——了解你的女儿

要教育女孩首先要走入她的世界，去关注她所关注的。

成人的世界与女孩的世界是截然不同的，成人眼中的错误也许是女孩世界中的正常反应，只有以孩子的观点去看待她们的行

为，才能更客观地理解她们的无理取闹，她们的错误，她们的种种……

作为父母不能总是以成人的角度和思考方式去看待女儿。应该她们当做孩子，她们犯错误是正常的，因为她们还在成长；她们不懂事是正常的，懂事听话是成人思考的结果。

当爸爸妈妈抱着理解的眼光来看待女孩们的行为时，孩子身上很多棘手的问题就会迎刃而解。

要想了解女儿，就要用女儿的眼睛看世界	27
让女孩像花蕾一样绽放：从出生到6岁	30
感情蓬勃发展的时期：7～12岁	34
一夜之间变成了“刁蛮公主”：13～17岁成长的秘密 ...	39
18岁以后：引导女儿找到自己的位置	44
“谁误解了女孩”——解读父母养育女孩的认知误区	48

第三章 从优势、劣势看女孩比男孩需要加强的弱项

女孩和男孩在绝大部分生理结构上是相同的，但是也有一些差异，正是这些差异的存在使得她们的人生更加独特，放射出不同的光彩。

现代社会城市化越来越快，社会生活尤其是职场对于男女之间的差异要求越来越小，这就使得那些能够更好地集中两性优点的孩子在将来的舞台上会有更大的发展。从这个意义上说，对比男孩，找到女孩应该发挥的优势和应该加强的弱势显得尤为重要。

女孩比男孩需要更多的爱与关注	55
让小公主勇敢起来——胆小、懦弱不是女孩的代名词 ...	59
女孩比男孩爱“黏人”——女孩的依赖心理	64
女孩比男孩容易受伤害——女孩的敏感性不可忽视	67

女孩更注重人与人的关系——女孩的平和	72
“选这个，还是那个”——女孩天生缺少主见	77
不要让“柔弱”成为女孩的代名词——女孩的娇弱	81

第四章 养育女儿，爸爸妈妈如何扮演完美的角色

“你注定要成长，而我退居幕后”。

这个世界上，父母的爱是唯一一个以分离为目的的爱。父母成功的爱和教育，就是让孩子尽早作为一个独立的个体，从你的生命中分离出去，以她独立的人格，面对她的世界。

父母对这个角色的演绎决定了女儿一生的幸福。

我们是女儿成长的帮助者而非领导者	89
聪明的母亲（一）：女儿是妈妈的贴心“小棉袄”	94
聪明的母亲（二）：教女儿感知幸福的能力	97
父亲的礼物（一）：“未来老公像爸爸” ——做女儿的情感榜样	101
父亲的礼物（二）：父爱的表达方式	106
学会沟通，做好女儿的心理医生	108
为女儿营造和谐的家庭环境	113

第五章 “富”着养，女孩更需一种超凡的气质

如果说美丽的容貌是上天赋予的，那么优雅的气质则是后天锤炼的。女孩举手投足间散发的高雅气质往往比漂亮的面孔更能打动人心，也会给自己的人生之路平添几分成功的筹码。

气质是一种由内而外散发的馨香，它来自文明的举止、来自得体的行为、来自宽容的胸怀、来自美好的艺术气息、来自淡淡的纸墨香……

女孩良好气质的养成不是一朝一夕就能达到的，父母就要多用用心，顺应女孩的天性，给她们安定富足的精神生活，让女孩学习更多的知识、明了更多的情感，养成一种气定神闲的高贵气质。

女孩为何要“富”着养	121
富养，轻松打造更具内涵的女孩	125
举止——举手投足间培养女孩的淑女气质	130
谈吐——让女孩“说”出气质	135
礼仪——仪表美是女孩的第一要素	139
装扮——引导女孩选择适合自己的衣服	143
音乐——提高女孩自身的修养	148
阅读——博览群书，培养知性气质	152

第六章 女孩性格教育中的心理学

女孩性格的形成除了先天的基因外，后天的引导和培养也起到了很大的作用。只有遵循心理发展规律才能培养出女孩良好的性格。

拥有良好的个性和习惯，可以使女孩受益一生。想要培养女孩良好的习惯和性格，父母就要从小抓起，针对女孩的天性、心理特征和气质，因材施教，才能塑造一个健康、快乐、自信的孩子。

原理1：培养女孩的乐观心态——斯万高利效应	159
原理2：用鼓励成就女孩的自信——手套效应	164
原理3：善良让女孩成为天使——从低到高原则	168
原理4：从小培养女孩的同情心——同理心效应	173
原理5：宽容心给女孩增添魅力——海格力斯效应	176

原理6：培养女孩的亲和力，给她一个好人缘

——亲和效应 180

第七章 学习的差异：如何提高女孩的数学、思维、学习能力

根据传统教育的观点，人们普遍认为，女孩学习的后劲不足。其实，这是由女孩天性比较被动，思考能力差造成的。女孩在逻辑思维方面，相对男孩要差一些，但在语言能力、记忆能力和自控能力方面则比较突出，只要找对方法，女孩也一样可以成为学习上的强者。

学习，不只是孩子的事情。尤其是对于那些平时注重关系的女孩来讲，父母对她们学习的态度，采取的辅导方式和她们每一次成功、失败时父母的表现都会影响和改变其学习生活上的轨迹。那么父母怎样做，才能有利于女孩提高理性思维学习能力，帮助她取得更好的学习成绩呢？

读懂女孩的思维方式和学习特点	187
数学——不再是女孩心中的痛	192
英语——帮助女孩发挥“先天优势”	196
学习很有趣——让女孩喜欢上学习的4种方法	200
助女儿一臂之力，帮她制订科学的学习计划	203
发挥天赋，让女孩成为小作家	208

第八章 7项能力教育，可以让女孩进步得更快

能力是社会永恒的追求，即便是一个智商很高的女孩，倘若她的动手能力、自我管理能力、时间管理能力很差劲，那么不论她现在拥有多好的学习成绩，将来都难以适应这个竞争激烈的社会，很难为自己寻找到一方适合的舞台。

女孩的能力培养要从小抓起，使之成为一个习惯系统，这样，才能引导孩子变得更加优秀。

8 岁左右，着重培养女孩的记忆力	215
10 ~ 12 岁，开发女孩的艺术天赋	219
鼓励女孩的创造力，让小丫头更有灵气	222
理财能力的培养——教女孩如何管钱	226
时间管理能力的培养——女孩健康成长的第一法则	231
理性思考能力的培养——让女孩拥有“理性思维”	234
“让我自己想一想”——引导女孩独立思考人生	238

第九章 妈妈要教女孩应对未来的机遇和挑战

妈妈以前也是女孩，女孩有一天会成为妈妈，所以妈妈和女孩之间总有一种天然的联系。有科学研究发现，女孩比男孩更亲近妈妈，她会不自觉地留意妈妈的行为，并且努力按照她的要求做事，以期适应妈妈世界的文化。女孩总是倾向于从妈妈的身上看到未来的世界，妈妈是女孩女性道路上的引领者。所以，对于女孩的成长，妈妈负有重要的责任。

从小学到初中，需要女孩做哪些转变	245
让她的一生更快乐、少受伤	
——教你的女孩学会爱自己	250
让女孩知道，眼泪解决不了问题	253
为了女孩的幸福，父母应早做筹划	257
青春期，和女孩一起见证成长的喜悦	261
教女孩一些自我保护的方法	266



第一章

来自金星的小女孩

- ◎ 女孩和男孩生来就不一样
- ◎ 女孩与男孩大脑结构的差异
- ◎ X 染色体——决定女孩一生的成长轨迹
- ◎ 雌激素和孕激素对女孩的影响
- ◎ 谈谈女孩与生俱来的天赋和优势
- ◎ 女孩 vs 男孩：警惕性别思维定势





为什么女孩安静、乐于与人合作、喜欢“甜甜”的东西，而男孩子调皮好动、爱惹是生非、爱冒险？难道真是像那首古老的摇篮曲中所唱的那样：“小女孩是由糖、香料和所有美好的东西做成的；小男孩是用剪刀、青蛙和小狗尾巴做成的？”

科学研究告诉我们：由于大脑结构的细微差别和 X、Y 染色体的不同，注定了女孩和男孩天生就有着种种不同。当一个粉雕玉砌的女孩刚刚降临人世时，决定女孩性别的“X”染色体，就早已为她画好了一张充满女性色彩的生命蓝图。

女孩和男孩生来就不一样

20 世纪 90 年代，国际知名情感专家、心理学博士约翰·格雷推出了《男人来自火星，女人来自金星》一书。格雷博士以男女来自不同的星球这一新颖、生动的比喻为基础，提出了自己的观点：男人和女人无论是在生理上还是心理上，无论是在语言上还是情感上，都是大不相同的。

格雷博士指出：火星人（男人）重视力量、能力、效率和成就，他们以实际行动来证明他们的能力与技能，他们用完成结果的能力来诠释自己存在的意义；金星人（女人）重视的东西则与



火星人不-样，她们重视爱、沟通、美和关系，她们花许多时间相互支持、帮助、教育，她们通过感觉和关系来诠释自己存在的意义，她们通过分享与建立关系来获得满足感。

格雷博士的比喻是十分贴切的。在西方，火星（Mars）代表的是战神，象征勇猛和阳刚的男性特质，而金星（Venus）代表的是爱与美的女神，象征温柔和细腻的女性特质。格雷博士的思想对于现代父母对不同性别的孩子采取不同的教育方式和方法也是很有指导和借鉴意义的。

其实，格雷博士所讲的两性之间的区别，从小男孩、小女孩时代就表现出来了。

根据澳大利亚教育学家米拉姆·斯托伯德的观察，在学校中，女孩更喜欢跟其他女孩一起玩具有合作性的游戏。她们常常有别于那些闹腾得格外厉害的男孩，趋向于选择跟读书有关的、较为安静的活动。同时，她们往往对数学以及其他跟数字相关的活动表现出更大的焦虑。她们普遍愿意合作，因此较少受到老师的负面关注。

此外，我们还可以看到女孩和男孩的种种不同——

在游戏中，女孩喜欢在一起玩跳皮筋、跳房子，游戏比较有秩序，一个接一个地来，每一个步骤都有明确的规定，也不存在明显的竞争性。男孩的游戏则充满争斗的色彩，几个小男孩在一起玩“奥特曼”与“怪兽”的游戏，谁输谁赢一目了然；即使是最简单的纸牌游戏也充满了竞争的味道。



在学习上，女孩的语文都学得比较棒，因为女孩的语言能力比男孩好，口齿伶俐。小学阶段，“一班之长”大都是女孩子，“指挥”着一帮男孩子。这种现象到了中学之后才会有所转变。但男孩的空间识别能力比女孩强，看地图时男孩很容易找到要去



的地方，女孩则需要仔细观察一阵，确定了正确的方向，才能找到。

女孩喜欢粉色或者色彩柔美的衣服，她们的装饰也以粉色为主。女孩对漂亮的衣服有一种天生的喜好，几岁的小女孩就会偷偷穿上妈妈的衣服，挎上妈妈的提包，甚至蹬上妈妈的高跟鞋。而男孩则更喜欢天空蓝、国旗红或白色的衣服，也不在乎衣服的款式、质量。很多时候，一件做工精致的衣服，与一件做工粗糙但印有“奥特曼”的衣服相比，男孩往往更喜欢后者。

.....

为了进一步了解社会中成人对不同性别孩子的不同期待，某亲子网站曾做过如下调查：

1. 你觉得男孩与女孩有区别吗

53.8% 的人认为区别很大。

9.7% 的人认为没什么区别。

36.5% 的人认为有一定区别，但不值得额外关注和操心。

2. 你觉得在家庭中男孩、女孩应该以不同的方式培养吗

71.2% 的人认为是的。

28.8% 的人认为应该一视同仁。

从调查结果可以看到：超过一半的人认为男孩、女孩之间是有区别的，在家庭培养中应该以不同的方式培养男孩、女孩。在这中间，大多数人把好动、容易冲动、不合作、粗心大意、专心时间短等品性与男孩子联系在一起，而更多地把文静、专心时间长、合作、擅于口头表达等品性与女孩子联系在一起。

那么，和男孩相比，父母们眼中的女孩是什么样子呢？

耿女士有两个可爱的双胞胎宝贝，一个儿子，小名叫辉辉，一个女儿，小名叫慧慧。这两个小家伙给妈妈带来很多的幸福，





也带来很多的感慨。耿女士曾叹服地说：“男孩和女孩就是不一样啊！”

一次，小区里的小朋友们又聚集在一块玩耍了。辉辉和一帮小男孩在沙子堆旁“盖房子”，慧慧和一帮小女孩在玩滑梯，妈妈们在旁闲聊。没过多久，男孩们就吵起来了，辉辉说自己盖的房子最好，俊俊说自己的城堡才是最棒的，于是，两人就争吵起来了，互不相让。妈妈们赶快上前调解，好不容易才息事宁人。再看看女孩这边，一个个笑逐颜开，很有秩序地玩着滑梯，不亦乐乎。

看，同一个妈妈所生，成长在相同的家庭，但两个孩子还是相差甚远。女孩和男孩是那么不同！在女孩的心灵深处，早有一个声音在呼唤：“我是女孩，我应该这么做！”

这就是来自本性的呼唤，本性告诉我们：女孩和男孩天生就不一样。在古老的年代里，女孩与男孩的天性差别不仅被认为是自然的，而且也被认为是固有的。甚至，这种差别对女孩的一生都是神秘而重要的。

那么，是哪些因素导致这样的差别呢？

英国剑桥大学的教授巴龙柯恩和他的研究团队曾做过这样的实验，用以验证两性的兴趣差异到底有多少是受到社会文化影响的。

他们以刚出生一天的婴儿为研究对象，因为这些孩子几乎还没有受到社会文化的影响，并且研究者本身也不知道这些被试验者的性别。他们在产房里装了录像机，给婴儿看一些画面，其中有一些友善的面孔，还有一些汽车的图片。实验结束后，他们查看录像带，把婴儿对每个画面停留的时间记下来，再结合婴儿的性别加以分析。结果发现，男婴爱看有汽车的画面，而女婴则爱





看有面孔的图片。由此，他们证明了，男孩和女孩的性别差异，从出生开始就表现出来了。

科学研究表明，从出生开始，大脑结构、激素、染色体组成就决定了女孩和男孩的不同。也就是说，男孩和女孩先天的差别，早在胎儿时期就已经开始显现，并且随着出生后的生活和学习，进一步向各自预定的方向大踏步前进。随着孩子的成长，这种天生的性别差异将会像一双看不见的手，对孩子的学习、生活甚至情绪逐渐干预，并且不断强化。

父母一定要顺应女孩的天性，把好的变得更好，才能培养出完美的女孩。

女孩与男孩大脑结构的差异

既然女孩和男孩天生就是不同的，那么女孩和男孩的大脑结构到底有哪些差异呢？

要了解这些差异，我们就要先了解一下大脑。大脑是支配人的日常行为的重要器官，它是人们行为的内在原因之一。

人类的大脑基本上分为三部分：大脑皮层、边缘系统和脑干。

据科学家们的研究，数百万年前，人类只有脑干，后来脑干周围出现了边缘系统，接着出现了大脑皮层。大脑皮层有4个区域：枕叶、顶叶、颞叶和额叶。

大脑皮层的4叶在生理学上被分为左右半球，两个半球间有一束神经连接。两个半球具有不同的功能。语言功能主要由左脑半球负责，如说话、阅读、书写等；而知觉物体的空间关系、幻





想等则由右脑半球控制。

科学研究表明，女孩和男孩大脑结构的差异主要表现在两个半球发育速度、神经递质和海马趾上。

女孩与男孩的大脑，是从相同的地方——右半球开始发育的，但女孩的大脑从右向左发育的速度比男孩的快。这就不难解释为什么小女孩比小男孩更早学会说话，因为大脑的左半球负责“掌管”语言中枢。

当女孩学走路时，大脑皮层的枕叶会得到更快的发展，这使得她们能够比男孩接受更多的感性材料。比如，小女孩能够从一大堆噪音中准确地分辨出爸爸妈妈的声音，因为她们对噪音比男孩更敏感。

同时，女孩具有比男孩更灵敏的触觉、听觉、味觉，并能更好地享受这些感觉；她们有着比男孩更感性的内心世界。这个现象，也能解释为什么女孩能抱着洋娃娃玩更久。

与女孩相比，男孩的大脑随着年龄变化而不同。男孩大脑的右半球更有优势，这使得他们更缺少感性，而更具有空间感。小男孩都不肯老实地坐着，喜欢到处乱跑。他们看到一样东西就想抓着玩，喜欢蹦蹦跳跳，学走路也较女孩快。

在女孩和男孩的大脑中，大脑通过神经递质的传递来完成学习和工作，但是他们的神经递质的性质不太一样。比如，女孩的大脑比男孩的大脑分泌了更多的5-羟色胺，它能够控制人的情绪冲动。这也是为什么两三岁的女孩比同龄的男孩子更安静的原因。



女孩的大脑还能分泌更多的催产素，这种物质与照顾孩子有直接关系。生活中，不管是哪个年龄段的女孩都更喜欢玩洋娃娃。一项最新的科学研究还发现，不单是人，所有雌性的灵长类