

让男孩像男孩 那样长大

邓
雪

(硕正妈妈)

著

区别性教养，培养一个独立、勇敢、有作为的好男孩



让男孩 像男孩那样长大

邓
雪

(硕正妈妈)

著

图书在版编目 (CIP) 数据

让男孩像男孩那样长大 / 邓雪著. —北京: 现代出版社, 2018. 5
ISBN 978-7-5143-7020-1

I. ①让… II. ①邓… III. ①男性—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第066206号

著 者 邓 雪
责任编辑 杨学庆
出版发行 现代出版社
地 址 北京市安定门外安华里504号
邮政编码 100011
电 话 010-64267325 64245264 (传真)
网 址 www.1980xd.com
电子邮箱 xiandai@cnpitc.com.cn
印 刷 三河市金泰源印务有限公司
开 本 710mm×1000mm 1/16
印 张 17
字 数 238千字
版次印次 2018年5月第1版 2018年5月第1次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5143-7020-1
定 价 39.80元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

目录

第一章



其实，我们不懂男孩

男孩与女孩的区别 / 003

男孩真的应该“放养”吗 / 007

抓住最佳养育时机，为男孩一生奠基 / 010

第二章



男孩的成长阶段

婴儿和学步期（0 ~ 2岁）：生命的头两年 / 018

儿童早期（2 ~ 6岁）：游戏年龄 / 025

儿童中期（6 ~ 11岁）：学龄期 / 035

青春期：向成人改变 / 040



第三章

男孩，该形成怎样的自我

青春期：向成人改变 / 040

男孩危机 / 048

男孩内在成长的力量 / 050

再小的男孩也有被尊重的权利 / 055

男孩也需要表达自我 / 058

正确引导男孩的“第一反抗期” / 061

让男孩参与选择，比告诉他决定更重要 / 064

让男孩从小就有担当 / 067

正确对待别人的评价 / 071



第四章

母亲应该怎么做

男孩的安全感到底来自哪里 / 076

母亲的角色：爱与自由 / 080

母亲的魅力从何而来 / 084

母子关系决定了儿子和异性的关系 / 087

发现男孩心中的男子汉 / 090

少唠叨，更知心 / 094

好母亲都懂积极倾听的艺术 / 098

敢于放手，给父亲养育儿子的机会 / 102

第五章

父亲应该怎么做

- 父亲，对男孩意味着什么 / 108
- 父亲的角色：爱与管教 / 112
- 别让忙碌成为逃避养育孩子的借口 / 116
- 父亲要做对儿子有“正向影响力”的榜样 / 119
- 父亲的行为教会男孩如何对待女性 / 122
- 每一个男孩都应被温柔相待 / 125
- 父亲是男孩非常重要的游戏玩伴 / 128

第六章

培养男孩的好性格

- 了不起的男孩，要从小培养情商 / 134
- “冷静期”帮助男孩疏导自己的情绪和压力 / 138
- 犯错是学习的最好时机 / 141
- 让男孩经得住挫折 / 144
- 我能赢，但也输得起 / 147
- 男孩胆子小，该怎么办 / 150
- 小小亲子游戏，培养男孩社交大能力 / 153
- 做懂礼仪的男孩 / 159
- 冲突对于男孩成长的意义 / 162
- 培养男孩的领袖精神 / 165



第七章

培养男孩的学习力

- 男孩到底该不该早上一年学 / 170
- 激发学习求知欲，让男孩远离厌学 / 173
- 有了这一点，你家的男孩也是“出自豪门” / 176
- 培养男孩的“国际化视野” / 179
- 观察力滋生学习力 / 182
- 短期学习计划对男孩很重要 / 186
- 爱好，是滋养男孩一生的财富 / 189
- 男孩沉迷电子产品，父母该怎么办 / 193
- 鼓励男孩要讲究方式方法 / 196



第八章

培养男孩的好习惯

- “日常惯例表”提高男孩的自控力 / 202
- 就寝前的亲子时光拥有神奇的力量 / 205
- 好的就餐习惯从何而来 / 208
- 专注的孩子是怎样养成的 / 211
- 孩子在探索世界，却被你生生打断 / 214
- 分离是一种成长——孩子进入幼儿园 / 217
- 男孩的房间也可以很整洁 / 220
- 理财小帮手养成记 / 223



第九章

尊重男孩，他有“知性”的权利

孩子爱摸“小鸡鸡”，父母该怎么办 / 228

两三岁开始就要进行性启蒙教育 / 229

四五岁的孩子要结婚 / 231

第一次特殊的“尿裤子” / 232



第十章

如何与男孩沟通才有效

与男孩讲理，不如讲爱 / 234

孩子生气时，我们该怎么办 / 237

尊重是基础，否则再好的技巧也是空谈 / 243


来点幽默，男孩更服管 / 246

沟通的另一种方式：非语言沟通 / 250

赢得孩子的心 / 252

后记 / 255

参考书籍 / 259



第一章



其实，我们不懂男孩

古希腊伟大的哲学家柏拉图早在 2300 多年前就这样写道：

“在所有的动物之中，男孩是最难控制对付的。”

所以，面对男孩，不应只有爱和呵护，还应该有方法。



在公众号后台总会有很多焦虑的男孩父母，留言倾诉“为什么我家男孩这么皮，像有多动症一样”“动不动就打人，总是担心他惹祸”“胆子小，一点也不像个男子汉”“在教室里待不住，怎样才能像女孩那样爱学习”之类的苦恼，先让我们来看看男孩的父母们是怎么说的吧。

“我是位全职妈妈，我儿子白白胖胖的，很可爱，但就是很顽皮，带着他，我真是片刻不得安宁。他总想在外面疯玩，一回家就哇哇地哭；我家邻居生了个小姑娘，可安静了，只要妈妈搂着，一坐就能坐半天。现在我儿子两岁半，成天上蹿下跳，咋咋呼呼的，闹得我头疼，每天我都盼着早点天黑，好休息一会儿。”

“我家儿子3岁多，刚上幼儿园不到半个月，老师已经请我去两次。第一次是因为和小朋友抢玩具，把小朋友的脸咬了一口，我去时，那位小朋友的脸上还有瘀血的牙印；第二次是小朋友排队做早操，下台阶时他推了一把前面的小姑娘，小姑娘的膝盖都摔破了。我现在每天都提心吊胆的，生怕他在幼儿园又闯出什么祸来。批评他，他也不听，要是长大了还这样，那还得了！”

“我出身于军人家庭，我一直认为，只有严厉的纪律才能培养出优秀的男孩。在生活中，我一直对孩子严格要求，希望他养成良好的习惯和品行，不许磨蹭、不许打架、不许顶嘴，说一不二。小时候，孩子都不跟我亲，但我想，孩子小还不懂事，等他长大了就会知道我都是为了他好。可是他上了中学后，成绩越来越差，整天和社会上一些不三不四的人混在一起，甚至学会了抽烟和喝酒。我到底该怎么办？”

古希腊伟大的哲学家柏拉图早在2300多年前就这样写道：“在所有的动物之中，男孩是最难控制对付的。”所以，面对男孩，不应只有爱和呵护，还应该有什么方法。

男孩与女孩的区别

如果我们能够走进男孩的心里，就会发现，这些问题并不难解决。首先我们来了解一下男孩和女孩到底有什么不同。

其实，我们每个人都能或多或少地感受到男孩和女孩的不一样。

男孩爱动、爱跑、爱跳，似乎总是闲不住，女孩则比较文静；

男孩喜欢看移动的物品，女孩则容易辨别色彩；

男孩擅长数学，女孩擅长语文；

男孩注意力相对集中，一次只能做一件事，女孩则可以同时处理很多事情；

男孩生气的时候会乱扔东西，而女孩爱哭；

男孩爱和小伙伴聚集在一起，争当“头头儿”，女孩更喜欢独处；

……

而在这些差异背后，有着更深层次的原因。

研究人员发现，男孩和女孩的差别表现在以下三个方面：



Y 染色体

人体的每个细胞内都有 23 对染色体，也就是 46 条染色体，包括 22 对常染色体和 1 对性染色体。男孩与女孩的常染色体是一样的，但是性染色体却不一样，男孩的性染色体由 X 和 Y 组成，而女孩是 X 和 X 组成。Y 染色体是男孩独有的。

大量科学研究表明：Y 染色体上面包含了增加身高的生长基因，所以，通常男孩比女孩要高。

Y 染色体在长达约 3 亿年的进化中一直在变小，所含基因也在逐渐减少。从这个角度看，男孩比较容易受到伤害，看似勇敢坚强，实则非常脆弱。因而，男孩特别需要关爱。

Y 染色体的存在使得男孩比女孩少一条 X 染色体，而能够保证免疫系统正常发挥作用的基因全部是 X 染色体，所以男孩的免疫力就弱一些，患病概率高一些。

睾丸素

男孩体内有一种激素叫睾丸素，睾丸素的存在，不仅使男孩的男性特征开始显现，发育睾丸和阴茎等，而且会使男孩精力旺盛，富有冒险和竞争精神，更加好动、容易与人发生冲突、制造麻烦。

睾丸素含量的高低和遗传有关，通常含量高的男孩会具有很强的领导力，或者成为大家眼中叛逆的坏学生。所以，父母要善于引导孩子，让孩子把过剩的精力投入有意义的事情上，使孩子茁壮成长；如果父母忽视这一点，不懂管教，或没有耐心，那么孩子可能会用胡作非为、到处惹事来释放自己的精力，满足自尊。

另外，男孩所处的家庭环境、学校环境如果充满暴力和压制，他体内的睾丸

素含量会迅速上升，而如果生活的环境趋于平和，他的睾丸素的含量就会大幅下降。所以环境也会对男孩的睾丸素分泌产生影响。

美国沃尔特里的军事研究所将一群猴子关在实验室里进行实验，以了解它们的社会结构。

研究员发现雄性猴子之间存在着森严的等级制度，它们通过战斗决定地位，明确知道谁是团体的老大、老二；而雌性猴子之间的等级关系则比较松散，仅仅是谁替谁梳理毛发的关系。

研究人员为猴群中级别最低的雄猴子注射睾丸素后把它放回去。这只猴子一回去便开始挑衅自己的顶头上司，它成功了。20分钟后，它一路过关斩将，直奔老大，一阵厮打之后，老大落荒而逃。

其实这只猴子矮小瘦弱，仅仅是因为体内过高的睾丸素短期内成为了头领。可悲的是，药物作用消失后，它便成了众矢之的，又被赶回到猴群的最底层。

所以，睾丸素的力量往往超乎父母的想象。

大脑结构的区别

当胎儿还在妈妈身体中孕育时，男女胎儿在大脑结构上的差别就已形成了。

人类的大脑由左右两个半球组成，这两个半球各司其职。诺贝尔奖得主、美国神经生理学家斯佩里通过实验证明：左脑具有语言、概念、数字、分析、逻辑推理等功能；右脑具有音乐、绘画、想象、综合等功能。

男孩和女孩大脑结构的第一个差别是女孩体内的雌激素会促进大脑的发育，所以男孩比女孩大脑发育缓慢，特别是年幼时，他无法完成精细动作。

第二个差别是男孩大脑的左右半球之间的联系少于女孩，特别是语言区和感官区。

所以，绝大多数男孩都更擅长数学、喜欢拆卸，而在制作手工艺品、画画和



语言表达方面却不如女孩。但是每个男孩都是不同的，这种差异落实到个体上，有些会变得非常细微，父母无需过多焦虑。而且，后天的练习可以帮助男孩的大脑建立更多的联系，这和父母的引导和监督息息相关。

男孩真的应该“放养”吗

小浩是家里的独子，爸爸妈妈都对他宠爱有加，特别是爸爸，看了很多育儿书籍，了解到男孩和女孩的养育方法是不同的。女孩子乖巧，在语言方面有先天优势，但是精力容易分散，在逻辑方面不如男孩，所以随着年龄的增长，会有成绩下滑的现象；而男孩子精力旺盛、好动、顽皮，但逻辑思维好、动手能力强，懂事以后，潜力会慢慢激发出来，变得“认学”，反而容易“后来者居上”。

所以，小浩虽然顽皮，但爸爸妈妈对他听之任之。爸爸是“放养”的态度：小孩子嘛，爱玩是天性，先过个快乐的童年，只要脑子聪明，等长大些再抓紧学习也来得及；妈妈是“溺爱”的心态：孩子是她掌上明珠，舍不得打，舍不得骂。

上幼儿园时，小浩经常玩到晚上10点多才睡觉，睡得晚，早上就起不来，到了8点钟要去上课了还在睡。妈妈想：只是幼儿园而已，一天不去有什么关系，但是睡不够会影响孩子大脑发育的呀。于是幼儿园作为可去可不去的场所，对小浩的成长似乎没起太大的作用。

到了小学，小浩依旧贪玩，虽说可以按时上学，却不爱做作业，放了学，不是看电视就是玩游戏。开家长会时，老师说：“小浩虽然聪明，但是习惯不好，



也不肯把聪明劲儿用在学习上，家长应该注意引导。”爸爸听了颇不以为然，男孩子就是懂事得晚啊，等上初中自然就好了。

结果，上了初中，小浩学习费力了，渐渐地开始自暴自弃，成天跟一些小混混在一起，拉帮结伙、打架、玩游戏……

爸爸妈妈下决定要好好管一管，可是小浩已经到了叛逆期，油盐不进，甚至扬言要离家出走。

爸爸妈妈这才发现，他们所谓的“放养”，害了可爱的儿子。

其实，每个孩子来到这个世界上，就像一棵幼小的树苗，父母不仅要浇水、施肥，还要及时修剪，否则，小树可能会长歪，也可能会疯长。

反观小浩的爸爸妈妈，其实在幼儿园时期，就应该培养起孩子的规律感——规律的作息、认真听讲的习惯、看书学习的爱好、基本社交技能等，而不是一味地放纵。

小浩的很多问题，在小学阶段已经初露端倪，但没有引起爸爸妈妈的重视，以致到了初中，树已长歪，想管也不好管了。

同样是教育儿子，小明的爸爸妈妈则高明多了。他们在得知男孩和女孩生长发育的区别后，决定从小加强孩子语言能力方面的培养。

小明出生后，只要是醒着，妈妈就会跟他说说话，有时候给他唱唱简单的儿歌，有时候讲个小故事，等他再大一点，就给他看彩色卡片、布书和绘本。

爸爸经常带着小明各种“玩”，有时把他高举过头顶，有时领着他玩泥巴，有时和他进行“摔跤”比赛……

总之，爸爸妈妈想尽一切办法提高孩子的智力，小明进入幼儿园后，爸爸妈妈为了让他养成早睡早起的好习惯，减少了晚上外出活动的时间，8点多就开始准备洗漱，然后是睡前故事时间。渐渐地，小明养成了习惯。

小明在幼儿园里表现突出，老师提问时能踊跃回答，班里的讲故事比赛和学期考核都取得优异的成绩，这让小明更加自信了。

上小学后，小明热爱学习，成绩一直不错，但在三年级的一次数学测评中却排名垫底了。小明告诉妈妈，他讨厌数学，天生不是学数学的料子。妈妈看着打着“67分”的试卷，并没有发火，她仔细分析了试卷，发现试卷中有一类应用题占了很大的比重，而小明恰恰没有学会这类题目，这是他丢分的最大原因。

于是，妈妈心平气和地给小明讲解试卷，并自己模拟出了一些应用题给小明练手。在妈妈的帮助下，小明认真总结经验，迅速地掌握了那类题目的解答技能。他发现，原来自己并不是缺少天分，只要用心学习，善于分析总结，其实数学没有那么难。他很快从沮丧的情绪里走了出来。

负责任的父母，绝不会当“甩手掌柜”，盲目放养孩子。让孩子按时作息，能让他学会自律；多让孩子参与劳动，可以培养他自立；允许孩子适度玩耍，让他懂得把握“度”。

在孩子骄傲时，引领他清醒；在孩子沮丧时，给予他鼓励；专注于解决问题，而不是惩罚；致力于孩子成长，而不是代劳；和孩子沟通，而非强制；参与引导，但不强迫。

不仅如此，作为家长，我们还应该给男孩提供良好的家庭环境：父母相爱，让他懂得爱；父母以身作则，让他学会做人；父母好学，让他热爱阅读。

或许您会说，这样当父母真累啊！但是，天底下，又有哪个父母是轻松的呢？所谓育儿先育己，养育，是一场修行，也是一种长期的责任和义务。